

と お か ま ち

public Relations

市報



2013
7/25

平成25年 7月25日号

No.200

生活情報版



吉田クロスカントリー競技場多目的広場のお知らせ

遊び広場も充実 スポーツや健康づくりを始めよう

●問合せ：スポーツ振興課 ☎756-5013



小さな子どもからお年寄りまで、気軽にスポーツや健康づくりを楽しめる場として、吉田クロスカントリー競技場（小泉）の多目的広場が今年もオープンしました。この広場には、約1万平方メートルの芝生広場、約560メートルの多目的走路、遊び広場（人工芝滑り台・砂場・ジャブジャブ池）などが整備されています。ぜひ利用してください。

利用方法

誰でも利用できますが、占有使用（スポーツ大会などで独占的に使用すること）があるときは、利用できません。

※占有使用したいときは、事前に使用申請書をスポーツ振興課へ提出してください

■芝生広場

子どものサッカーや遊び、ゲートボールなど、芝生を大きく傷めないスポーツ※用具などは使用者が準備してください

■多目的走路

ローラースキーやランニング、散歩など※右回り（時計回り）が原則です

■遊び広場（ジャブジャブ池・砂場・人工芝滑り台）

- ・ジャブジャブ池は予約制で利用できます。スポーツ振興課へ申し込んでください
- ・砂場を使用した後は必ずシートをかぶせてください
- ・滑り台を幼児などが利用するときは、責任者や保護者などがサポートしてください。また、使用するときは子ども用のソリなどが必要です

■使用料（占有使用のときのみ徴収）

占有使用料：1時間につき1,000円



■ジャブジャブ池／水遊びができるように、上流に水深10センチの池と下流に水路があります。



■人工芝滑り台・砂場／子どもから楽しんでもらえるように設置しました。

地域自治組織は充実した暮らしの実現のために活動をしています

問合せ：企画政策課協働推進係 ☎757-3693

■地域自治組織による活動の一例



子育て支援事業
(川西地域振興会)



防犯・安全標語コンクール
(十日町南地域自治振興会)

地域自治組織は、住民の皆さんの身近な課題を解決するため、暮らしに密着した事業を多く実施しています。市では、平成24年度に「十日町市地域自治推進事業交付金」(以下、交付金)を創設し、地域自治組織が事業を実施する上で、必要となる経費を支援しています。

地域自治推進事業交付金とは

地域自治組織が、主体性をもって活動するために必要な財源の一部を、予算の範囲内で支援するものです。活用方法は、各組織が総会や理事会などでの合意により決定しています。

対象団体

市長に必要書類の届け出のあった地域自治組織(下表の13組織)。

算出方法

各地域の事業実績・人口数・高齢化率などを基に算出。
●基礎事業交付金Ⅱ敬老会対象者数・集落の安心づくりの取組み実績により算出。
●自治協働事業交付金Ⅱ人口数・高齢化率に基づき算出。

◇平成24年度交付金実績額 ※パワーアップ事業交付金・事務局人件費除く

単位：円

組 織 名 称	基礎事業交付金	自治協働事業交付金	合 計
十日町地域振興連合会	1,681,000	4,746,090	6,427,090
高山地区振興会	431,000	1,672,000	2,103,000
十日町西部地区振興会	441,000	2,147,000	2,588,000
十日町南地域自治振興会	939,000	3,581,000	4,520,000
中条飛渡地域協議会	1,365,000	2,647,387	4,012,387
大井田地区振興会	472,000	2,147,000	2,619,000
吉田地域自治振興会	686,000	2,198,000	2,884,000
下条地区振興会	660,000	2,570,000	3,230,000
水沢地区振興会	1,429,825	3,387,175	4,817,000
川西地域振興会	2,032,000	3,424,000	5,456,000
中里地域まちづくり協議会	1,695,000	3,460,000	5,155,000
まつだい地域振興会	2,778,000	2,919,000	5,697,000
松之山自治振興会	2,739,000	2,468,000	5,207,000
合 計	17,348,825	37,366,652	54,715,477

財 源

合併特例債を活用した地域振興基金を設けて運用し、その利息分などを充てています。

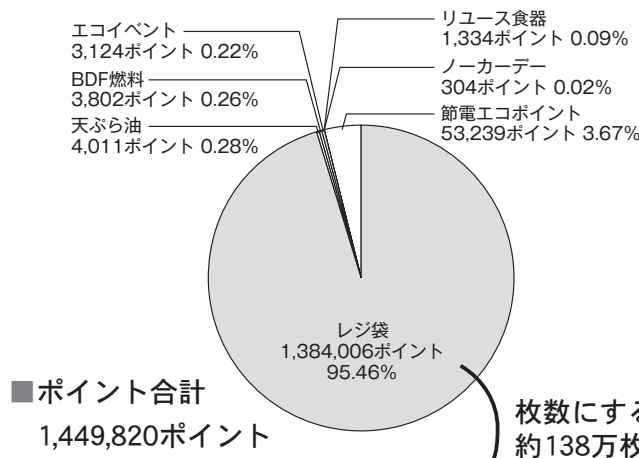
対象経費

ソフト事業を基本とし、これを実施するために必要な経費を対象としています。

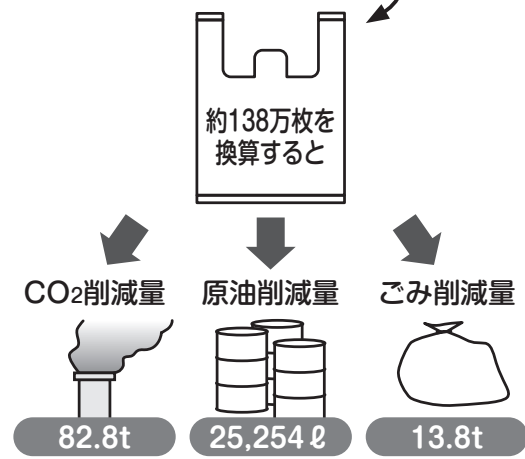
広がるエコ意識、環境にやさしいまちづくり

問合せ：環境衛生課環境企画係 ☎752-3924

●取得ポイント



■ポイント合計
1,449,820ポイント



最も多いのはレジ袋を断る取組み

十日町市は、県内で先進的なエコなまちです。平成22年7月から地球温暖化対策として実施している「十日町市エコポイント事業」は、市民の買物・通勤・環境学習・ボランティア活動などさまざまな分野で、市民のエコ活動の支援・喚起を目的として行っています。3年目を迎えた昨年度は、市民の皆さんの事業への関心と意識の高まりが表れた結果となりました。

昨年は全体で約145万ポイントの取得があり、その中でもレジ袋を断ってポイントを取得した割合が約95・5%で最も高い割合でした。

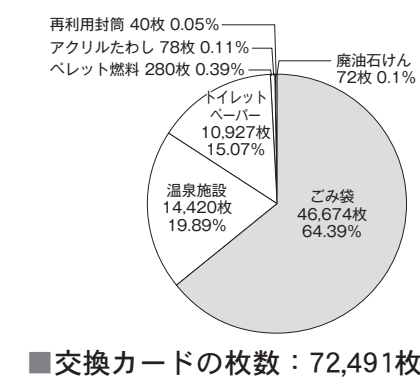
また、市内の大型店からの協力で、マイバックの持参率を調査したところ、市内の各店舗がいずれも県内で上位に入るなど「マイバック」を利用した買い物が広がっていることが分かりました。

●平成24年度の市内大型店におけるマイバック持参率など

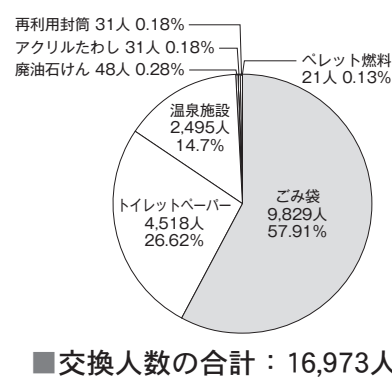
店 舗 名	持参率	県内店舗数	県内店舗内順位	県内店舗平均持参率
原信十日町店	37.6%	55店舗中	1位	20.0%
原信十日町北店	31.1%	55店舗中	2位	20.0%
イオン十日町店	44.1%	15店舗中	1位	37.5%
リオンドール十日町店	42.6%	7店舗中	1位	24.2%

※調査は、各大型店が独自に県内自社店舗で実施したもの

利用状況
(24年4月～25年3月)
エコポイントカードを商品に交換した人は、16,973人(平成23年度から3,500人増加)で、交換商品では、ごみ袋と交換した割合が



■交換カードの枚数：72,491枚



■交換人数の合計：16,973人

交換した人数

最も多い結果となりました。左のグラフは、商品別に交換した人数と交換されたカードの枚数を表したものです。

市内の自然を感じるイベント紹介

夏の自然を満喫！市内のイベントに出かけよう！

●問合せ：各イベント問合せ先まで

冷やっ来い！ふえすていばる 真夏の雪まつりin室野城川ダム

真夏に真っ白な雪で遊びませんか。楽しい催しが盛りだくさんです。

日 8月11日(日)午前10時～午後3時

会 城川ダム公園（室野地内）

内 雪上スイカ割り・ニジマスつかみどり・よさこい・コンサート・屋台多数出店など

問 市観光協会まつだい支部（☎597-3000）

清津川・川っぺり音楽祭

ライトアップされた公園でビールを飲みながらジャズバンドなどの生演奏をお楽しみください。かき氷・やきそばなどの屋台もあります。

日 8月14日(水)午後6時30分～9時30分

会 芋川交流広場

¥ 無料※募金をお願いします

内 出演者：中里中学校吹奏楽部・馬喰町バンド・古沢カルテットwith Kanae・蘭燃

問 芋川遊志の会・高橋（☎090-1114-6150）

親子で遊ぼう！真夏の雪遊び 清田山自然運動公園まつり

雪のすべり台や雪中宝探しなど、冷たい遊びをしましょう。レルヒさんとネージュくんも遊びにきます。

日 8月15日(木)午前10時～午後2時30分

会 清田山キャンプ場

¥ うなぎのつかみどり大人1,500円、子ども700円※ほか有料の遊びあり

内 そうめん流し・石釜ピザ・バーベキューなど出店多数

持 つかみどり参加者はビーチサンダルなど

問 市観光協会中里支部（☎763-3168）

釣って、つかんで、食べちゃおう！ 清津川さかなまつり

初心者でも楽しめる釣り教室やニジマスのつかみどり、鮎を食おう会など、清津川で楽しい一日を過ごしましょう。

日 8月14日(水)午前8時30分～午後3時

会 清津川フレッシュパーク（芋川地内）

¥ 釣り教室1,300円※小・中学生無料、ニジマスつかみどり500円、鮎を食おう会1,200円（鮎塩焼き2本付き）

内 釣り教室、ニジマスつかみどり、鮎を食おう会（要予約）

持 釣り道具・エサなど持ち込み可

他 鮎を食おう会参加者はゆくら妻有入浴料100円引き（当日限り）

申・問 市観光協会中里支部（☎763-3168）、中魚沼漁業協同組合（☎763-3012）

夏を涼しく遊んじゃお！ 元祖 真夏の雪まつり

貯蔵した雪を活用する真夏の雪上イベントです。暑い夏に冷たい雪の上で遊びましょう。屋台村もあるよ！

日 8月14日(水)午前10時20分～午後2時

会 大蔵寺高原（天水越地内）

¥ 無料

問 市観光協会松之山支部（☎596-3011）

夏季企画展

箱の中の虫

－昆虫博士・樋熊清治氏標本コレクション展－

故樋熊清治さんの昆虫標本の中から、信濃川流域のものを中心に展示して、身近に生きる昆虫を紹介します。

日 8月25日(日)まで 午前9時～午後5時

※入館は4時30分まで

休 月曜日※8月12日は開館

会 博物館

¥ 300円※中学生以下無料

問 博物館（☎757-5531）



まちなかにぎわい通信②

中心市街地活性化基本計画が認定され、にぎわい創出活動もますます加速!!

●問合せ：中心市街地活性化推進室 ☎757-3691

ニュース 1

「まちなか元気応援助成金」交付先決定。まちなかを元気にする活動に期待！

「まちなか元気応援助成金」は、中心市街地に新たなにぎわいを創出する取組みを行う団体やグループを応援する事業です。6月29日(土)に審査会が行われ、次の4団体に交付が決まりました。

発表会では各団体が特徴ある発表方法で審査員に事業のアピールを行いました。今後の活動にこうご期待！です。



NPO法人にぎわい理事
福崎 哲也さん

A コース

これからまちなかにぎわいを創出する取組みを始めようとする団体

- ・手しごと屋：「織りカフェ」…染織関連のクラフトイベント開催
- ・蘭の会：「女子力事業」…雛人形・ハロウィンパーティなど開催
- ・心と心プロジェクト：「東日本大震災・長野県北部地震 地震追悼セレモニー忘れない」…追悼式開催、「Piece to peace」制作展示

B コース

今までの取組みを発展させ新たな取組みを行う団体

- ・高田町1丁目商店街振興組合：「ホラーハウス in como street」…商店街の空き店舗を利用したお化け屋敷の開催。（現在開催中～9月15日(日)まで）



ニュース 2

にぎわいプロジェクト『まちなか文化祭』に向け「高校生ミーティング」活動開始！

昨年度から始まった、中心市街地で行う高校生主体の文化祭「まちなか文化祭」。今年の開催に向けて活動が始まりました。市内4校の高校生が毎月集まってミーティングを行っています。学校での活動や興味のあることなど、日常の会話からアイデアにつなげます。



昨年開催の様子

ニュース 3

毎月10日は「とおか市」。参加店舗数も内容もパワーアップ！

商店街では毎月10日にお店独自のさまざまなサービスを実施中。飲食店も加わり、内容もパワーアップしています。開催店舗は「まちのす」や



フェイスブックなどでお知らせしています。お得なサービスをぜひ体験してください。

にぎわい トピックス

夏本番！まちなかのイベント・お祭り目白押し

まちなかで行われるお祭りやイベントを紹介します。ぜひ足を運んでみてください。

◎8月3日(土) コモ通り夏まつり

恒例のおかめ市も同時開催

◎8月4日(日) ビアビア夏祭り

会場：本町5丁目旧娯楽会館跡地

◎8月4日(日) ゆかた郷コン

ゆかた参加が条件の郷コンです。

◎8月10日(土) 毎月10日はとおか市

このコーナーはNPO法人にぎわいがお伝えします



特定非営利活動法人にぎわい

☎761-7230

電子メール：info@nigiwai.biz

時30分〜午後5時

会情報館

問デジカメしよう華・西川（☎752-3224）

指先のリラックスと耳体操とおしゃべり

日8月21日(水)午後7時〜

会中央公民館

定300円

講門脇洋子さん（フットケアセラピスト）

申・問フォルトネット・関口（☎752-4306）

クロスステン手織り講座第3弾「きものを織る」

日8月30日(金)〜12月6日(金)の毎週金曜日午前9時30分〜午後0時30分

定30,000円（材料費別途23,000円前後）※初回全納

講市村久子さん（伝統工芸士）

申・問クロスステン（☎757-2323）

催し・講座

本町分庁舎ほぼろ広場
角山正絵画展

GUIDE

～お知らせ・ガイド～

既成概念に縛られず、自身の美学を幻想的に表現する角山さんの絵画展です。

日8月1日(木)〜9月16日(祝)午前8時30分〜午後9時

会本町分庁舎

問生涯学習課（☎757-8918）

男女共同参画推進セミナー「いじめ体験を乗り越えて」〜親の関わり方〜

いじめを受けた体験者の話を聞いて、いじめ問題・周囲の関わり方をいっしょに考えてみませんか。講演終了後にはお茶飲み座談会もあります。

催し・講座

募集

日8月3日(土)午後2時〜

会中央公民館

定300円

講長谷部えりかさん

申・問フォルトネット・関口（☎752-4306）

家族で夏休みの思い出作り2013高野千恵夏ふれあいコンサート

十日町市出身の高野千恵さんと、6人のバンドメンバーによる豪華ステージです。

日8月4日(日)午後5時30分〜7時※開場5時

¥前売り2,000円※小学生以下無料

定90人

会・問情報館（☎750-1000）

プラネタリウム
ドーム中里きらら

8月の番組情報です。

●投影日 4日(日)・11日(日)・18日(日)・25日(日)午前11時〜11時45分

内定期番組 8月の星空企画番組 地球の大きさを

募集

参加者募集
とおかまちプロモーション大使

知人や友人に口コミやSNSを利用し、市の魅力を発信する「とおかまちプロモーション大使」を募集します。

内原則、市外に住んでいる人

①市の観光・イベント・食などを口コミ活動でPR、

②フェイスブックやツイッターなどSNSによる積極的な情報発信、③市のイベント・行事に参加

他①パンフレットやメールでの情報提供、②「とおかまちプロモーション大使」名刺100枚提供、③十日町雪まつり招待券など提供

申・問申込用紙（ホームページから入手）に記載の上、電子申請・電子メール（t-kanko@city.tokamachi.jp）・FAXのいずれかで観光交流課観光企画係（☎757-3100、F757-2285）

平成26年度採用 十日町地域広域事務組合 職員（消防士）募集

●募集職種・人数＝消防士（上級・初級）若干名

●受験資格

共通：①昭和63年4月2日以降生まれの人②身体強健で大型自動車運転免許取得可能な人③採用後、十日町市・津南町に居住可能な人

上級：大学卒業（来春卒業見込者含む）

初級：高等学校卒業（来春卒業見込者、短期大学など上位の学校の卒業者または在学者含む）

※上級有資格者は初級試験は受験できません

●試験方法

第1次試験：9月22日(日)

試験科目：教養試験・消防適性検査・作文・体力試験

第2次試験：10月中

試験科目：口述試験・身体検査

●受験申し込み

7月25日(木)〜8月23日(金)（土・日曜日、祝日を除く）の午前8時30分〜午後5時15分の間に、必要書類を提出（郵送は書留のみ可、封筒の表に「受験申込み」と朱書きすること）※23日の消印有効

●必要書類

①職員採用試験申込書

十日町地域消防本部総務課、各分署に配置。請求は土・日曜日、時間外でも可。郵送での請求は上級・初級の区分を明記し、80円切手（定形外は120円）を貼った返信用封筒を同封して消防本部総務課へ。ホームページ（http://www.tokamachi-kouiki.jp/）からも入手できます

②最終卒業校（1年制専門学校の場合は高等学校）の成績証明書※来春卒業見込者は最近までのもの

③卒業見込者は卒業見込証明書

④80円切手2枚（通知用）

●提出・問

〒948-0036十日町市北新田1-10 十日町地域消防本部総務課庶務広報係（☎757-1556）

最初に測った人「エラトステナス物語」

問中里公民館（☎763-4930）

わたしの主張
十日町・中魚沼地区大会

中学生が暮らしの中で感じたこと、考えていることについて主張を発表します。

日8月6日(火)午後1時30分〜4時30分

会市民会館

●出場者 郡市内の各中学校代表生徒12人

¥無料

問十日町地域振興局健康福祉部企画調整課（☎757-2400）

第59回
原水爆禁止十日町市民大会

日8月6日(火)午前8時〜8時30分

会キナレ※平和の火前

問原水爆禁止十日町市協議会事務局（生涯学習課内 ☎757-8918）

デジカメしよう華写真展

日8月6日(火)〜16日(金)午前9時〜午後5時

会中央公民館

「森の学校」キョロロ
8月の里山体験プログラム

日時／テーマ

3日(土) 午前10時〜正午／ブナの森のようちえん（無料） 定家族10組

3日(土) 午後7時30分〜8時30分／夜の昆虫探検（大蔵寺） 定20人

4日(日)・11日(日)・13日(火)・14日(水)・16日(金)・18日(日) 午後1時〜2時30分／里山の生き物探検

10日(土) 午後1時〜3時／アリ調査（無料） 定15人

12日(月)・15日(木) 午後1時〜2時30分／標本作り講座 定10人（保護者除く）

17日(土)・25日(日) 午後1時〜2時30分／昆虫解剖講座 定10人（保護者除く）

17日(土) 午後1時30分〜4時／花ごよみ調査（無料）

24日(土) 午前5時〜8時／探鳥会（無料）

※小学3年生以下は保護者の同伴が必要です

●入館料＝大人500円、小・中・高生300円（市内小・中学生は無料）

●参加費＝大人500円、小・中・高生300円

●集合場所・問合せ＝キョロロ ☎595-8311

中心市街地活性化

キックオフ
記念講演会

元気プロジェクト

つながって街なかにぎわいを

まちなかのにぎわいを市全体の元気につなげる「十日町市中心市街地活性化基本計画」が、内閣総理大臣の認定を受けたことから記念講演会を開催します。

日8月6日(火)午後6時30分〜※開場午後6時

会クロスステン

内基調講演：森雅志さん（富山市長）、先進地事例紹介：吉井茂人さん（長浜まちづくり㈱）、十日町市中心市街地活性化基本計画の概要説明

問中心市街地活性化推進室（☎757-3691）

十日程おまつり
明石万灯・大民謡流し
参加団体募集

日 8月25日(日)午後7時〜8時
30分(予定)

☎ 8月2日(金)

申・関 明石万灯・十日町商工
会議所 (☎757-5111)、民謡流し…市観光協
会十日町事務所 (☎757-3345)

9月入校生募集
WEBクリエイター科3期

● 期間 9月12日(木)〜12月11
日(水)の平日午前9時30分〜
午後4時10分

会 ジードライブ十日町教室
(下川原町)

¥ 無料※テキスト代など自己
負担あり

申 ハローワーク十日町

☎ 8月28日(水)

関 県立魚沼テクノスクール
(☎025-794-2410)

視覚障がい者用地デジ
対応ラジオ購入費助成

対 視覚障がい2級以上の身体
障がい者手帳の交付を受け
た人

内 ①テレビの音声を聞くこと
ができる、②操作ボタン
に点字表記がある…など、
視覚障がい者向けに配慮さ
れた地デジ対応ラジオの購
入費の一部を助成します

他 購入前に申請が必要です※
購入後は対象外

申・関 見積書(業者から取り
寄せたもの)・カタログ写
し・身体障がい者手帳・印
鑑を持参の上、福祉課障が
い福祉係 (☎757-3782) または各支所市民課

平成25年度
第1回介護教室・家族交流事業

日 8月9日(金)午後1時30分〜
3時

¥ 無料

内 ストレスを溜めないからだ
作り

受講生募集
建設機械整備の油圧装置
の基礎(学科)コース

日 8月22日(木)〜28日(水)午後6
時〜8時30分※土・日を除
く5日間

定 20人

¥ 2、400円

内 油圧基本回路を習得し、2
級技能検定学科および実技
ペーパー試験の合格を目指
します

☎ 8月8日(木)※申し込み多数
のときは抽選

会・申・関 県立上越テクノス
クール (☎025-545-2190)

全血献血

【8月9日(金)】
午前10時〜正午、午後1時
〜3時30分
※骨髓移植のドナー登録も実
施します。ただし、午後3
時で終了

会 下条公民館

【8月16日(金)】

福祉・健康

【8月9日(金)】
午前10時〜正午、午後1時
〜3時30分
市役所本庁舎
関 健康支援課母子保健係 (☎757-9759)

つつが虫に要注意!

市内で、つつが虫病が発生
しています。ツツガムシ類や
マダニ類など、山林や草むら
に生息するダニに刺される
と、つつが虫病や重症熱性血
小板減少症候群(SFTS)
などの感染症にかかる可能性
があります。農作業や野外の
レジャーに出かける際には、
ダニに刺されないようしっか
りと対策をしましょう。
ダニに刺された後(1〜2
週間)に発熱などの症状があ
ったら、直ちに医師の診察を
受けましょう。

【予防対策】
○肌を出さないようにする
○衣類を草むらに置いたり、
草むらで休息や用便をした
りしない
○防虫スプレーなどを使用す
る
○山野に入った後は入浴し、
ダニが皮膚についていない

介護予防ボランティア
育成講座

介護予防の知識・技術を学
んで地域の仲間と取り組んで
みませんか。

日 9月11日(水)〜10月30日(水)毎
週水曜日午後1時30分〜4
時※8回シリーズ
会 中里保健センター
定 先着30人
☎ 8月30日(金)

申・関 社会福祉協議会 (☎750-5010)

十日程病院休診のお知らせ

次のとおり休診とします。
ご理解とご協力をお願いします。

●耳鼻咽喉科…8月19日(月)〜
21日(水)

●脳神経外科…8月30日(金)

関 十日町病院経営課 (☎757-5566)

子育て支援課
各種手当・助成のお知らせ

【児童扶養手当の現況届を提
出してください】
児童扶養手当を受けている
人は、送付された現況届を忘
れずに提出してください。期
限内に提出しないときは8月
以降の手当の支給が停止され
ます。現況届などは、後日送
付します。

●提出期間 8月1日(木)〜30
日(金)

●持参するもの 受給者によ
って異なります。市からの
送付書類で確認してくださ
い

【4〜7月分の児童扶養手当は
8月9日(金)に振り込みます】
児童扶養手当は、離婚など
で父母いづれかと生計を同じ
くしていない児童を養育して
いる人などに支給されます。
4〜7月分を8月9日(金)に振
り込みます。

●手当額 受給者によって異
なります。手当証書で確認

子育て

子育て

スポーツ

くらし・相談

あひるきやち

95

わが家のアイドル(4歳未満の幼児)募集中!
申込み・問合せは企画政策課秘書広報係
☎757-3112まで

ねっ 根津 一花ちゃん
平成23年1月16日生まれ
上川町

むらやま 村山 日彩ちゃん(写真上)
平成21年7月4日生まれ
田沢本村

弟の廉明(ゆきあ)ちゃんとパチ
リ!愛想が良くみんなにかわいがっ
てもらっている日彩ちゃん。お誕生
日には大好きなアンパンマンのケー
キでお祝いしてもらいました。

しゃぼん玉の歌がお気に入り、
最近では七夕の歌を覚えた一花ちゃ
ん。8月になったらプール遊びと花
火を見に行くのを楽しみにしていま
す。

健康と食を楽しく学びましょう ヘルスメイトセミナー 第2弾

健康づくりを地域に広める活動をしている食
生活改善推進員(愛称:ヘルスメイト)を養成
するための講座を開催します。生活習慣病予防
や年代に合わせた食育など、健康づくりに必要
な知識を仲間といっしょに学べます。

日・内

会 千手中央コミュニティセンター
¥ テキスト代1,200円、実習1回あたり300円
対 おおむね63歳未満の人
定 20人
☎ 8月13日(火)
申・関 健康支援課成人保健係 (☎757-9764)

1	8月21日(水) 午前9時30分〜 午後3時30分	開講式、健康づくりの基本 生活習慣病予防とは	4	10月18日(金) 午前9時30分〜 午後3時30分	食中毒予防・食品表示、バ ランスのとれた献立を考え よう
2	9月5日(木) 午前9時30分〜 午後3時30分	十日町市の健康状況、計り に慣れる調理実習	5	11月6日(水) 午前9時30分〜 午後3時30分	運動の効用、楽しく調理実 習、活動の楽しさを知る、 閉講式
3	10月5日(土) 午前9時30分〜 午後3時30分	子どもの食育・高齢者の食 育、生活習慣病予防の食事 (調理実習)	9〜11月		食生活改善推進員の活動に 参加
			11月		医師による講演

※講師の都合により日程が変更する場合があります

●持参するものⅡ受給者によって異なります。市からの送付書類で確認してください

※ひとり親家庭等支援のための医療費助成制度とはⅡ次に該当するひとり親家庭などの支援のため、保険適用分の医療費の一部を助成しています

●対象者

- ・ひとり親家庭の親と児童
- ・父母のいない児童とその養育者
- ・父または母に重度の障がいがあるときは障がいのない親と児童。両親が重度障がいの場合は児童

●対象年齢

- ・児童が18歳に達した最初の3月31日まで（障がいがある場合は20歳未満まで）
- ・2人以上の扶養児童がいるときは、最後の1人が非該当になるまで扶養者は受給資格があります

●助成対象Ⅱ通院と入院の保険適用分医療費

●一部負担金Ⅱ保護者の負担の限度額は次のとおりです

- ・通院…1回につき530円

【岡山県内離島体験合宿】

●定各期25人

日 8月10日(土)午前5時発〜13日(火)午後6時20分着

●行き先Ⅱ岡山県備前市日生町※集合…センター前、解散…十日町駅

●対小学生※25メートル完泳できること

●定58、000円

●申・岡十日町体力づくり支援センター（☎758-3343）

●他詳細は問い合わせください

●【ボールあそびからはじめよう】なでしこジュニアキッズサッカーアカデミー

●幼児から社会人まで楽しくサッカーしましょう。

●日 9月1日(日)・8日(日)午前9時30分〜11時30分※受付8時30分

●会 当間クロアチアピッチ

●対 幼児以上※男女問わず、保護者も参加できます

●¥無料

●講 若杉透さん（日本サッカー

※同一の医療機関で1か月につき4回まで負担、5回目以降は無料

・医師の処方による薬剤の費用は無料

・入院…1日につき1、200円

●問 子育て支援課子育て支援係（☎757-3719）または各支所市民課

●小中一貫教育パネル展示

平成23年度から試行している小中一貫教育モデル中学校区の取組みを紹介します。

●日 8月1日(木)〜4日(日)、6日(火)〜8日(木)午前8時30分〜午後10時※最終日は午後5時まで

●会 市民会館

●内 下条・川西・中里・松代の各中学校区の取組みの掲示

●他 最終日は発表会同日開催（詳細は市報7月10日号）

●問 学校教育課（☎757-3336）

●親子ラジオ工作教室 防災に役立つラジオを作って聴いてみよう！

災害時に重要な情報源となる

●協会インストラクター）

●日 8月10日(土)

●申・岡十日町市サッカー協会女子委員会（南若山総合保険サーブス内☎750-5535）※QRコードからも受付できます

●7月の納税・納付

7月は固定資産税第2期、国民健康保険税第4期、後期高齢者医療保険料第4期および介護保険料第4期の納付月です。期限（7月31日）内に納めましょう。

●税務課・市民生活課・福祉課

●8月の休館日

●中央公民館Ⅱ毎週(月)

●千手中央コミュニティセンターⅡ毎週(火)

●情報館Ⅱ26日(月)

●博物館Ⅱ5日(月)・19日(月)・26日(月)

●松之山郷民俗資料館Ⅱ毎週(火)

●まつだい郷土資料館Ⅱなし

●市総合体育館Ⅱ20日(火)

るラジオ作りを通して、防災対策を一緒に考えましょう。エフエムとおかまちのスタジオ見学や出演体験もあります。

●日 8月23日(金)午前10時〜午後0時30分頃

●会 クロステン・エフエムとおかまちスタジオ※集合クロステン

●対 市内小学5・6年生とその保護者

●¥無料

●定 親子10組20人※応募多数のときは抽選

●日 8月5日(月)必着

●申・問 住所・氏名（親子）・学校名・学年・電話番号を記載の上、ハガキ・FAX・電子メール (oudo@fm-tokamachi.com) のいずれかで〒948-0000 3本町6越後妻有交流館キナーレ2階(株)エフエムとおかまち（☎752-7830、F750-5510）

●みんな集まれ！じゅも仕事塾

10月20日(日)開催の「にいがた・技のにぎわいフェスタ2013」のイベントです。

●川西総合体育館Ⅱ14日(水)・28日(水)

●松代総合体育館Ⅱ毎週(月)

●ひだまりプールⅡなし

●キョロロⅡなし

●中央公民館 夜間休館のお知らせ

8月13日(火)〜15日(木)は午後5時閉館です。

●問 中央公民館（☎757-5011）

●本庁舎・保健センターを改修します

足場の設置や内装改修などで、ご不便をお掛けします。ご理解・ご協力をお願いします。

●日 7月27日(土)〜平成26年2月28日(金)（予定）

●内 本庁舎…内装改修・エレベーター改修ほか、保健センター…エレベーター増設・内装および外壁改修ほか

●他 工事段階により、事務室の配置を変更します。目的の部署が分からないときは、総合案内に問い合わせてください。保健センターの工事期間中は保健センター正

消費生活移動相談室

消費者トラブルを解決するための、弁護士による無料相談会です。秘密は厳守されますので、気軽に相談してください。

日 8月4日(日)午前9時〜正午

会 本町分庁舎

【相談例】

①A社のダイヤモンド販売に、B社から「名義を貸してほしい」と電話があり承諾した。その後、A社から「名義貸しは犯罪だ。代金を払ってほしい」と電話があった

②副業サイト登録後、出会い系サイトからメールが届くようになった。お金を援助してくれる相手とメール交換するためのポイント代金をクレジットカードで決済したのに、お金を援助してもらえない

③ネットオークションで落札した商品が届かない

④知人に頼まれてマルチ販売の会社から浄水器を購入したが、必要ないし高額だと思うので返品したい

⑤訪問販売で自宅のリフォーム工事を契約したが、工事途中で業者が行方不明になった

⑥借金が増えてしまい、返済が困難になった

申・問 市消費生活相談窓口（☎757-3740）※要事前予約

夏休みの思い出づくり・将来の目標づくりをしませんか。詳しくはホームページをご覧ください。

●日 8月23日(金)午前9時〜午後3時（最終受付2時）※時間中の入退場自由

●対 小学生※低学年は引率者同伴

●¥無料

●定 先着350人

●定 木材や金属を使った「ものづくり」、自動車の整備など、さまざまな仕事の体験

●日 8月16日(金)※7月26日(金)受付開始

●会・申・問 氏名・学校名・学年・電話番号・引率者の有無を電話で、県立上越テクノスクール（☎025-545-2190）※受付…月〜金曜日午前9時〜午後5時

●学費軽減制度をご利用ください

私立高等学校などの学費軽減制度を実施しています。

●対 県内の私立中学校・高等学校に在籍する生徒の保護者で、経済的理由で学費の支

払いが困難な人

●内 一定の要件により入学金・授業料・施設整備費などの一部または全額を補助※補助要件・申込方法などは、在学中の学校に直接問い合わせてください

●問 在学中の学校または県大学・私学振興課支援班（☎025-280-5020）

●スポーツ

●第4回 市民ラジオ体操

●日 8月7日(水)午前6時30分〜

●会 各地区会場にて

●問 市体育協会事務局（☎752-4377）

●十日町体力づくり支援センター 体験教室・イベント

●【夏休み短期水泳講習会】

●日 1期…8月1日(木)〜8月4日(日)、2期…8月22日(木)〜8月25日(日)午前8時30分〜9時45分

●会 十日町体力づくり支援センター

●対 4歳〜小学6年生

●¥各期5、000円

夏休みの思い出づくり・将来の目標づくりをしませんか。詳しくはホームページをご覧ください。

●日 8月23日(金)午前9時〜午後3時（最終受付2時）※時間中の入退場自由

●対 小学生※低学年は引率者同伴

●¥無料

●定 先着350人

●定 木材や金属を使った「ものづくり」、自動車の整備など、さまざまな仕事の体験

●日 8月16日(金)※7月26日(金)受付開始

●会・申・問 氏名・学校名・学年・電話番号・引率者の有無を電話で、県立上越テクノスクール（☎025-545-2190）※受付…月〜金曜日午前9時〜午後5時

●学費軽減制度をご利用ください

私立高等学校などの学費軽減制度を実施しています。

●対 県内の私立中学校・高等学校に在籍する生徒の保護者で、経済的理由で学費の支

払いが困難な人

●内 一定の要件により入学金・授業料・施設整備費などの一部または全額を補助※補助要件・申込方法などは、在学中の学校に直接問い合わせてください

●問 在学中の学校または県大学・私学振興課支援班（☎025-280-5020）

●スポーツ

●第4回 市民ラジオ体操

●日 8月7日(水)午前6時30分〜

●会 各地区会場にて

●問 市体育協会事務局（☎752-4377）

●十日町体力づくり支援センター 体験教室・イベント

●【夏休み短期水泳講習会】

●日 1期…8月1日(木)〜8月4日(日)、2期…8月22日(木)〜8月25日(日)午前8時30分〜9時45分

●会 十日町体力づくり支援センター

●対 4歳〜小学6年生

●¥各期5、000円

夏休みの思い出づくり・将来の目標づくりをしませんか。詳しくはホームページをご覧ください。

●日 8月23日(金)午前9時〜午後3時（最終受付2時）※時間中の入退場自由

●対 小学生※低学年は引率者同伴

●¥無料

●定 先着350人

●定 木材や金属を使った「ものづくり」、自動車の整備など、さまざまな仕事の体験

●日 8月16日(金)※7月26日(金)受付開始

●会・申・問 氏名・学校名・学年・電話番号・引率者の有無を電話で、県立上越テクノスクール（☎025-545-2190）※受付…月〜金曜日午前9時〜午後5時

●学費軽減制度をご利用ください

私立高等学校などの学費軽減制度を実施しています。

●対 県内の私立中学校・高等学校に在籍する生徒の保護者で、経済的理由で学費の支

払いが困難な人

●内 一定の要件により入学金・授業料・施設整備費などの一部または全額を補助※補助要件・申込方法などは、在学中の学校に直接問い合わせてください

●問 在学中の学校または県大学・私学振興課支援班（☎025-280-5020）

●スポーツ

●第4回 市民ラジオ体操

●日 8月7日(水)午前6時30分〜

●会 各地区会場にて

●問 市体育協会事務局（☎752-4377）

●十日町体力づくり支援センター 体験教室・イベント

●【夏休み短期水泳講習会】

●日 1期…8月1日(木)〜8月4日(日)、2期…8月22日(木)〜8月25日(日)午前8時30分〜9時45分

●会 十日町体力づくり支援センター

●対 4歳〜小学6年生

●¥各期5、000円

寄付ありがとう

7月9日届出分まで（敬称略）

- とおかまち応援寄附金＝開発ます子（上新田1）、小堺堅吾（東京都豊島区）、安達洋平（燕市）、餘吾実千代（東京都葛飾区）、室岡賢治（東京都江戸川区）、山岸寅市（上越市）、鶴田サチコ（和歌山市）、守屋喜一郎（東京都世田谷区）、倉持カツエ（東京都江戸川区）、若山幸治（横浜市）、柳信雄（横浜市）、大串元一（さいたま市）、千葉泰彦（横浜市）、伊藤忠ホームファッション㈱KEEN JAPAN（東京都中央区）、大久保諭（佐賀県伊万里市）、菅井正博（埼玉県大里郡寄居町）、谷信一（北海道沙流郡平取町）、高橋輝彦（埼玉県久喜市）
- 義務教育施設整備資金寄附金＝天理教北越分教会（本町6-1）、樋口正文（神明町）、根津雅子（学校町1）、㈱ダイユウ（寿町3）
- 上野保育園の児童書購入費へ＝大津操（下平新田・10,000円）
- 情報館へ＝渡邊智子（小千谷市）、丸山義房（本町6-3）、大島康広（水野町）、庭野富吉（本町7-2）、保坂希（田中町）、小林敏之（中屋敷）、小堺正夫（儀明）、大島正隆（蔵平）
- 新文化ホール建設資金へ＝十日町カラオケ同好会（100,000円）

●申請・問三条地域若者サポートステーション（☎0256-32-3374）

小規模事業者が行う、女性や若手のアイデアを生かした新商品・新サービスの開発を支援します。

●対象事業

・金融機関などと協力して行う事業

●小規模事業者活性化補助金

・地域や市場のニーズに対応した新商品の開発および新サービスの提供を行う事業

●公募期間 8月16日（金）まで

●補助内容 上限200万円（補助率3分の2）

●助成対象経費 人件費・謝金・旅費・機械装置費・リース代・材料費・展示会など出展費・広報費・知財取得費・委託費

●事業期間 交付決定後から

●面入口からの出入りができなくなり。庁舎正面から出入りしてください

●問財政課管財係（☎757-9914）

●ごみの分別にご協力を

●ごみ焼却施設・ごみ収集車からの発火が各地で報告されています。原因は、自己搬入ごみや収集ごみに混入した発火物と推測されます。特に、使い捨てライターや卓上用力セットボンベ、電池が入ったままのおもちゃなどは発熱・発火の恐れがあり、大変危険です。各地域のごみ収集カーンダーやごみの分け方・出し方便利帳などを参考に、分別や処理方法について、より一層のご協力をお願いします。

●問環境衛生課衛生業務係（☎752-3924）

●あなたも狩猟免許を取りませんか

●試験の事前講習会です。狩猟の技術を身につけ、里山を守る仲間になりませんか。

●日8月4日（日）午前9時30分～午後2時30分まで

●参加者募集

●射撃見学会・獣肉（ジビエ）料理体験研修会

●狩猟や銃の免許に興味のある人はぜひ参加してください。

●日8月3日（土）午前9時～午後3時

●集合場所 十日町地域振興局

●会 同局および松代射撃場※移動は各自でお願いします

●内 射撃見学会や獣肉（ジビエ）の試食などを体験する研修会

●定 無料

●定 先着50人

●申・問 県環境企画課鳥獣保護係（☎025-280-5152）

●川で遊ぶときは急な増水に注意しましょう

●川で遊ぶときは、急な増水に備え、川の水位や降雨状況、土砂災害警戒情報などを確認しましょう。また、雨が降り始めたときは、早めに避難しましょう。河川水位情報はNHKの地上デジタル放送でも確認できます。

●問 県河川管理課（☎025-280-5414）、または県砂防課（☎025-280-5424）

●性別による差別的取り扱いなどの相談を受けします

●例えば、こんなことで困ったり、悩んだりしたら相談してください。

●男女関係、対人関係の悩みがある

●心や身体、性のことを誰か

●に聞きたい

●家族のことで相談したい

●生き方を見つめ直したい

●その他、生活上の問題など

●【相談室では】

●専任の相談員が相談をお受けします

●悩みを一緒に考えます

●悩みの解決に向けてアドバイスや情報を提供します

●必要に応じて、他の関係機関などをご案内します

●※秘密は固く守られます。相談は無料です

●電話相談・来所予約相談 月～金曜日午前11時～午後6時（受付5時30分まで）、土曜日午前10時～午後5時（受付4時30分まで）、日曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は休み

●FAX・文書・電子メール相談 24時間受け付け

●他 内容によって、弁護士による「法律相談」、医師による「こころの相談」が受けられます※要予約

●相談先・問 新潟県男女平等推進相談室（新潟市）（☎025-285-605、F025-28

●【司法書士の日】記念相談会

●不動産の相続や売買などの登記、成年後見、借金、その他訴訟のことなど、さまざまな相談をお受けします。

●日8月2日（金）各司法書士事務所の営業時間内

●市内各司法書士事務所※県内の他の事務所でも実施

●他 実務処理は有料

●問 新潟県司法書士会（☎025-244-5121）

●若者サポートステーション出張無料相談会

●出張相談としゃべり場を開催します。

●日8月9日（金）・8月23日（金）相談：午後1時～3時※要予約、しゃべり場：午後1時30分～3時30分

●会 千手中央コミュニティセンター

●対フリーター・ニート・ひきこもりなど、働くことに悩みを抱えている15～39歳までの若者やその保護者

消費生活相談

日 月 金曜日午前9時～午後4時（祝日・年末年始を除く）

●平成26年2月3日（月）小規模事業者活性化補助金事務局（☎03-5551-9295）

●運転免許証の自主返納を支援します

●十日町地区交通安全協会（☎757-6055）

●新潟県公安委員会

●女性相談専用電話

●日 月 金曜日午前8時30分～午後5時15分（祝日・年末年始を除く）

●相談 ☎757-3701（企画政策課協働推進係内）

●【市報おわびと訂正】

●市報7月10日号22ページ、「熱中夢中」で問合せ先が757-8918となっていました。正しいのは752-2910でした。おわびして訂正します。

●【市報おわびと訂正】

●市報7月10日号22ページ、「熱中夢中」で問合せ先が757-8918となっていました。正しいのは752-2910でした。おわびして訂正します。

●対 買い物や契約で困っている人

●他 面接相談は予約が必要です

●相談 市消費生活相談窓口 ☎757-3740

●教育相談（青少年）

●日 月 金曜日午前9時～午後5時（年末年始を除く）※土・日曜日、祝日は要予約

●会・問 教育センター（川西庁舎内）※電話相談 ☎756-5010 や訪問も行っていきます

【情報館】8月のテーマ図書

●大人向け夏の課題図書『ペンギン・ハイウェイ』『おとなの自由研究』など、夏休みにちなみ、子ども時代を振り返って勉強したくなる本を紹介します。

●心のクールビズ『かき氷の本』『庵堂三兄弟の聖職』など、暑い季節に涼を感じさせる本を紹介します。

●一般向け

●つくってみよう『木でつくろう手で作ろう』『かがくあそび』など、工作や自由研究に役立つ本を紹介します。

●おばけだぞ～『おばけバースデー』『でるでるでるぞ』など、ちょっぴりこわくて、楽しいおばけの本を紹介します。

●児童向け

●※テーマは一部変更したり追加したりする場合があります

●問 情報館（☎750-5100）

子ども情報のひろば

8月の乳幼児相談

〔健康相談〕

期 日	会 場
7日(水)	サンクロス十日町 受付時間：午前10時～11時30分 千手中央コミュニティセンター 受付時間：午前9時15分～11時30分
8日(木)	十日町 子育て支援センター「くるる」 受付時間：午前10時～11時30分 松之山 子育て支援センター「にこにこ」 受付時間：午前9時～11時
20日(火)	松代 子育て支援センター「すくすく」 受付時間：午前9時～11時30分
23日(金)	中里 子育て支援センター「きらりん」 受付時間：午前10時～11時

☎健康支援課母子保健係 ☎757-9759

〔育児相談〕

27日(火)	十日町 子育て支援センター「くるる」 午前10時～正午・午後1時30分～3時
--------	---

※家庭相談員による相談のため、身体計測は行いません

☎子育て支援課保育園係 ☎757-9169

離乳食教室

〔離乳のはじめてコース〕

☎8月7日(水)
☎3か月～5か月児

〔ステップアップコース〕

☎8月28日(火)
☎7か月～9か月児
●受付＝午前9時45分～10時
※直接会場へおいでください

☎サンクロス十日町
☎母子健康手帳・筆記用具
☎健康支援課母子保健係
☎757-9759

むし歯のないよい歯の子

6月の3歳児健診を受けた子30人

よい歯の子	住 所	保護者	よい歯の子	住 所	保護者
恩 田 勇 真 (稲荷町 4)	貴史	福 崎 航 一 朗 (田麦)	広子		
庭 野 楓 冬 (江道)	翔太郎	保 坂 泉 貴 (土市 2)	雅章		
星 野 光 伸 (新座 4- 1)	和彦	中 澤 冬 羽 (土市 5)	和宏		
小 川 紗 愛 弥 (尾崎)	則行	南 雲 大 吉 (安養寺)	清吉		
加 藤 晃 志 (太子堂)	育志	吉 樂 萌 来 (中央町)	尚生		
森 口 旬 之 介 (中条八幡)	富美子	高 橋 湊 仁 (元町)	和則		
田 中 健 太 (旭ヶ丘)	雅利	水 落 來 夢 (仁田)	建一		
角 屋 心 琴 (中条峠)	友章	山 田 裕 貴 (角間)	壽定		
上 村 真 生 (北新田 3)	昌市	樋 熊 華 蓮 (宮中)	司		
本 田 ま ほ (寿町 2・ 3)	和也	瀬 沼 煌 聖 (松代)	勇希		
齋 木 結 希 花 (落之水)	建	※保護者の承諾を得て掲載しています			

十日町保健センター会場の事業は、工事のため8月～平成26年3月までサンクロス十日町（本町5）に会場が変わります。間違いのないように確認してください。

8月

のちびっこひろば

活動の内容は市報平成25年4月25日号10～11ページをご覧ください

すこやかランド

☎28日(水)午前10時～11時
☎生後4か月～1歳未満の乳児とその保護者
☎・☎中央公民館 (☎757-5011)

なかよしランド

☎4日(日)午前10時～11時(なかよしにちようび)
☎サンクロス十日町
☎100円
☎1歳～未就園児と保護者
☎中央公民館 (☎757-5011)



いっしょにあそぼ

※8月はお休みです
☎水沢公民館 (☎758-3101)

すくすく教室

8月は水遊び。
☎7日(水)・21日(水)・28日(水)
午前9時30分～11時30分(28日はお誕生日会)
☎千手中央コミュニティセンター
☎未就園児と家族
☎春日 (☎090-4939-7967)

橋にこにこルーム

☎9日(金)・23日(金)午前9時30分～11時30分
☎川西高齢者コミュニティセンター(仁田)
☎未就園児と家族
☎子育て支援センターえくぼ (☎768-2352)

まるっとかふえ

☎9日(金)午前10時～正午
☎中央公民館
☎200円(茶菓子代)
☎春日 (☎090-4939-7967)

十日町おやこ劇場

「わくわくキッズ(親子で英語&エクササイズ)」
☎1日(木)午前10時45分～11時45分
☎中央公民館
☎2回無料※3回目から200円
☎持替え・飲み物
☎丸山 (☎090-2548-0507)

おはなしの会「ふきのとう」

☎17日(土)午前10時～11時
☎乳幼児～小学3年生くらい
☎・☎千手中央コミュニティセンター (☎768-2308)

おはなしひろば

☎6日(火)午前8時30分～正午
☎むかしばなしツアー
☎小学生
☎定20人
☎・☎中里公民館(中里庁舎内☎763-2493)

読み聞かせの会「どんぐり」

「聞かせ屋。けいたろう」絵本ライブ
☎17日(土)午後2時～4時
☎幼児～小学3年生
☎・☎情報館 (☎750-5100)

おはなし「たまたまばこ」

☎8日(木)午前10時～11時
☎乳幼児とその保護者
☎・☎情報館 (☎750-5100)

おはなしぴよぴよ

☎3日(土)・10日(土)・31日(土)・午前10時30分～11時
☎乳幼児
☎・☎情報館 (☎750-5100)

おはなしたんぽぽ

☎10日(土)午前10時30分～11時、午後1時30分～2時
☎午前：乳幼児、午後：小学校低学年
☎・☎松代分室 (☎597-2615)

アドベンチャースクール

「宝木塚・十日町交流会～野菜の収穫&キャンプで交流～」
☎3日(土)・4日(日)
☎中央公民館 (☎757-5011)



ボーイスカウト

日本ジャンボリー参加
☎7月31日(水)～8月8日(木)
☎山口市きらら浜
☎中学生・高校生
☎登山
☎31日(土)～9月1日(日)
☎小・中学生、高校生
☎巻機山を予定
☎根津 (☎757-5077)

託児付きエアロビクスサークル

※8月はお休みです
☎関口 (☎090-1656-0200)

◆ 健康・福祉の相談

健康相談（保健師による相談）

- 《8月1日(木)》
午前9時30分～11時30分
会 吉田公民館
- 《8月5日(月)・19日(月)》
午前9時30分～11時30分
会 十日町保健センター(市役所隣)
- 《8月6日(火)》
午前9時～11時
会 川西庁舎
- 《8月19日(月)》
午前9時～11時30分
会 松代庁舎
午前9時～11時
会 松之山庁舎
- 《8月23日(金)》
午前9時30分～11時30分
会 水沢公民館
- 《8月26日(月)》
午前9時～11時30分
会 中里庁舎
- 《8月30日(金)》
午前9時30分～11時30分
会 下条公民館
午前9時30分～11時30分
会 中条公民館
問 健康支援課成人保健係 (☎757-9764) または各支所市民課

こころの健康相談

不眠・不安・意欲の低下などで悩んでいませんか。本人でも家族でも無料で相談できます。※要予約

- 日 8月28日(水)午後2時～4時
会 十日町保健所
● 医師＝有田医師(中条第二病院)
申・問 十日町地域振興局健康福祉

◆ そのほかの相談

法律相談

- 日 8月1日(木)・8日(木)・22日(木)・29日(木)午後1時30分～4時
会 本庁相談室
申・問 市民生活課市民年金係 (☎757-3116) ※要予約

行政相談

- 《8月9日(金)》
午前10時～正午
会 本庁相談室
- 《8月21日(水)》
午後1時30分～3時30分
会 はあとふる川西

8月の休日救急医

※NHKデータ放送でも確認できます

● 診察受付時間：午前8時30分～午後4時30分
※午後の診察開始時間は各医療機関にお問い合わせください

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
4日(日)	国保川西診療所	高原田(川西)	768-2034
11日(日)	国保川西診療所	高原田(川西)	768-2034
18日(日)	国保川西診療所	高原田(川西)	768-2034
	中条病院	北原	757-3018
25日(日)	国保川西診療所	高原田(川西)	768-2034

〔休日救急診療は、国保川西診療所での休日救急診療センターと在宅当番医制を併用して行っています。〕

- ・休日や祝日に急な発熱などで具合が悪くなったときは、休日救急医にかかりましょう
- ・保険証を忘れずにお持ちください

問 健康支援課成人保健係 ☎757-9764



食中毒が心配な季節です — ワンポイントアドバイス

食中毒菌を、

- 「付けない」…食材や手はもちろん、肉や魚を扱ったまな板や包丁もこまめに洗いましょう。
 - 「増やさない」…調理したらすぐに食べ、保存するときは冷ましてから冷蔵庫へ入れましょう。
 - 「やっつける」…肉は中心部まで十分加熱しましょう。
- ※詳しくは、政府広報ホームページをご覧ください(「食中毒政府広報」と検索してください)

問 健康支援課成人保健係 (☎757-9764)

部地域保健課 (☎757-2402)

臨床心理士こころの相談会

人間関係や家庭問題などで悩んでいませんか。無料で相談できます。※要予約

- 日 8月7日(水)午後1時～3時
会 十日町保健センター(市役所隣)
申・問 健康支援課成人保健係 (☎757-9764)

もの忘れ相談会

- 日 8月23日(金)午後2時～3時
会 水沢公民館
申・問 福祉課おとしより相談係 (☎757-9758)

手話奉仕員窓口配置

- 日 8月5日(月)・21日(水)午前11時～午後3時
● 配置場所・問 福祉課 (☎757-3782)

消費生活相談・教育相談(青少年)・女性相談専用電話は13ページをご覧ください

《8月22日(木)》

- 午前10時～正午
会 中里庁舎
問 市民生活課市民年金係 (☎757-3116)
- 定例年金相談
日 8月8日(木)・22日(木)午前10時～正午、午後1時～3時
会 クロステン
申・問 日本年金機構六日町年金事務所 (☎025-716-0802) ※要予約
- 多重債務相談
日 8月14日(水)午後1時30分～4時30分※要予約

- 会 本庁相談室
内 借金トラブル
問 市消費生活相談窓口 (☎757-3740)

心配ごと相談

- ◇ 社会福祉協議会本所
日 8月1日(木)・8日(木)・22日(木)・29日(木)午後1時30分～4時
- ◇ 社会福祉協議会中里支所
日 8月23日(金)午後1時30分～4時
- 他 川西・松代・松之山は随時受付
問 社会福祉協議会 (☎750-5010)