

平成29年度 各種検（健）診のお知らせ



いつもの暮らしに、がん検診を。

●●●●●問合せ：健康づくり推進課成人保健係 ☎757-9764

【中里方面隊】

日 9月3日(日)午前8時～

会 中里中学校グラウンド

【十日町方面隊第12・13・14分団（水沢地区）】

日 9月10日(日)午前8時～

会 水沢小学校グラウンド

※10月に開催する演習は、市報9月10日号でお知らせします

（共通）

問 消防本部（☎757-0119）

デジタルしよう華

第13回写真展

日 9月4日(月)までの午前9時～午後7時※最終日は4時

GUIDE

～お知らせ・ガイド～

催し・講座

消防団秋季演習のお知らせ

まで

会 情報館

問 村山（☎090-6948-5488）

シンポジウムin妻有
どうなる、どうする
妻有地域の行く先

基調講演、シンポジウムを通して、市の医療・福祉が向かうべき方向性について考えます。

日 9月9日(土)午後2時～5時

会 千手中央コミュニティセンター

他 妻有地域包括ケア研究会・十日町市ほか共催事業

問 妻有地域包括ケア研究会事務局（十日町市社会福祉協議会内・☎750-5010）

郡市発明工夫模型展・生物標本展

日 9月9日(土)～11日(月)午前9時30分～午後5時※11日は正午まで

会 クロステン

内 市内および津南町の小・中学生の発明工夫・模型・標本など作品展示

問 理科教育センター（☎752-4632）

第1回
ライオンズの森まつり

日 9月10日(日)午前10時～午後3時

会 ライオンズの森（諏訪神社奥）※雨天は市民体育館

内 屋台、子どもたちが楽しめるゲーム・遊び、音楽団体の演奏など

● 出演団体 十日町太鼓雪花会・銀の笛ピロロ+α・オカリナブーす・十日町小学校4年生パワフルサンシャイン

他 お楽しみ抽選会あり

問 南部地区振興会事務局・山田（☎757-3537）

十日町・太井田・津南
ひまわり会絵画展

日 9月14日(木)～9月24日(日)午前9時～午後4時

会・問 情報館（☎750-5100）

9月のまちなかステージ行事予定表

記載がないものは申込不要

市民交流センター分じろう 問 ☎750-7770（本町2）
創業塾～実践編～（十日町市） 日 2日(土)・9日(土) 午前10時～午後5時 会 ルーム1・2 要申込
話し合いのスキル勉強会（NPOひとサポ） 日 7日(木)午後7時～9時 会 ルーム2 ¥1,500円 要申込
市民活動見本市めっかめっか（NPOひとサポ） 日 9日(土)午後4時～8時 会 マーケット広場
とおか市（NPOにぎわい） 日 10日(日)午前10時～午後2時 会 マーケット広場
ナイトカフェ（NPOにぎわい） 日 10日(日)午後5時～9時 会 マーケット広場
きものの街のキルト展(きものの街のキルト展実行委員会) 日 16日(土)～24日(日)午前10時～午後5時 会 2F全室 ¥500円（全会場共通）
RUN伴ゴールイベント（RUN伴） 日 24日(日)午後3時30分～ 会 マーケット広場

●分じろうまちの文化歴史コーナー HAKKAKE
樽沢開田遺跡出土品（耳飾り） 日 8月2日(水)～9月22日(金)午前9時～午後5時
国宝・笹山遺跡出土土器 日 23日(土)午前10時～午後5時・24日(日)午前9時～午後5時
中里地区の釜神さま 日 25日(月)～11月27日(月)午前9時～午後5時
市民活動センター十じろう 問 ☎750-7771（本町3）
Baby & Kids写真展（Baby & Kids HappySmile） 日 1日(金)～3日(日)午前9時～午後10時 会 ギャラリー
お茶にしようじゃねえ会（フォルトネット） 日 9日(土)午後2時～4時 会 ギャラリー ¥300円
きものの街のキルト展(きものの街のキルト展実行委員会) 日 16日(土)～24日(日)午前10時～午後5時 会 ギャラリー ¥500円（全会場共通）
写真展「高校生たちが撮った笹山縄文」(NPO笹山縄文の里) 日 28日(木)～30日(土)午前9時～午後6時・10月1日(日)午前9時～午後4時 会 ギャラリー



市のがん検診を受診しましょう



【実施している検診】

検 診 名	期 限
肺がん（胸部レントゲン）	9月11日(月)まで
前立腺がん	
乳がん	10月30日(月)まで
子宮頸がん	
胃がん	11月10日(金)まで
大腸がん	

※詳細は市報3月25日号とともに配布した「平成29年度健康カレンダー」を確認してください。また検診と並行して住民健診、ピロリ菌抗体検査、B型・C型肝炎ウィルス検査も実施しています

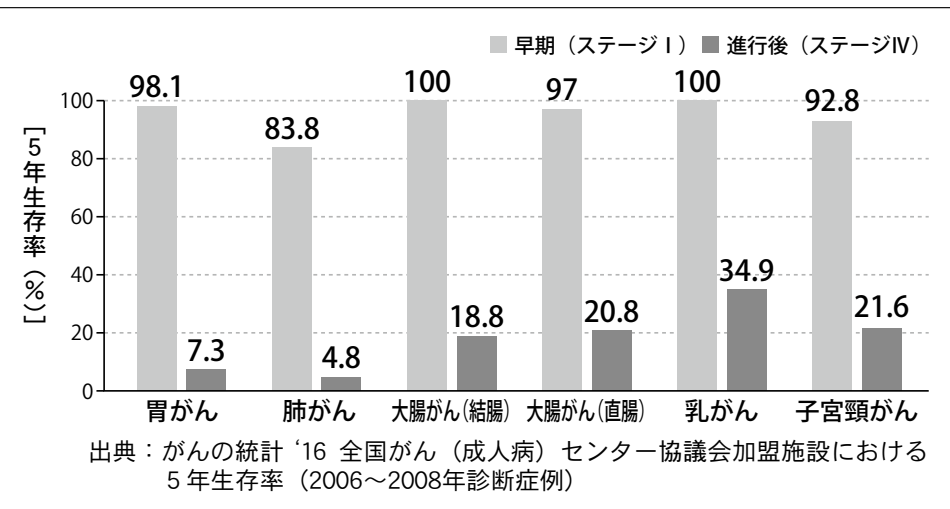
【申込み方法】

電話や窓口で申し込みできます。上記問合せ先へ連絡してください。各支所市民課でも申し込みできます。（年齢・性別により対象とならない検診あり）

【無料でがん検診が受診できる人】

下記に該当する人は、ぜひ受診してください。

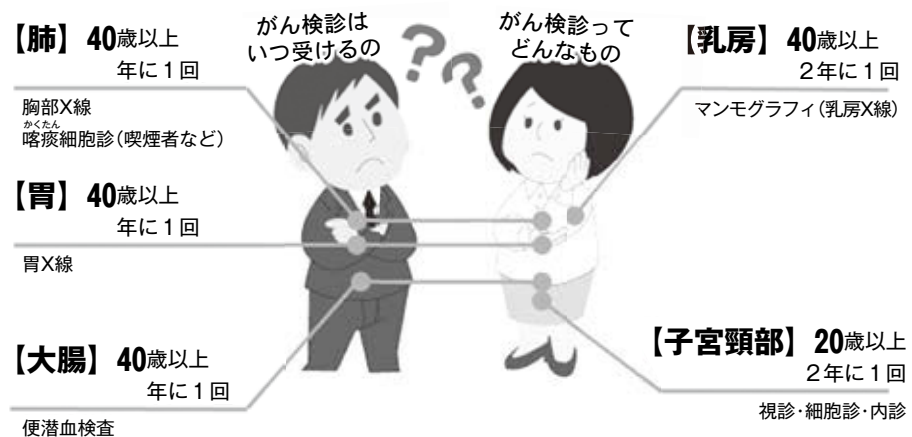
- 胃がん・大腸がん検診（男性・女性）＝40歳（昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生まれ）の人
- 乳がん検診（女性）＝40歳（昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生まれ）の人
- 子宮頸がん検診（女性）＝20歳（平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ）の人



ポイント1
早期発見が
生存率を高めま

がんは早期に見出し、適切な治療を行うことで体への負担も少なく、生存率も高まります。自覚症状がないこともあるので、早期発見のために定期的にがん検診を受けましょう。まだ検診を受けていない人は、この機会に受診しませんか。

ポイント2
早期発見のために
定期的な検診を



「森の学校」キョロロ
9月の里山体験プログラム

日時／テーマ

3日(日) 午前9時～正午／伝統的
棚田で生き物探し（無料）

3日(日)・10日(日)・17日(日)・18日(祝)・
23日(祝)・24日(日) 午後1時～2時
30分／里山の生き物探検㉔20人

9日(土) 午前8時～9時30分／子
ども野鳥の会探鳥会（無料）

9日(土) 午後1時～4時／草木染
で里山の色探し（無料）定15人

16日(土) 午後1時30分～4時／花
ごよみ調査（無料）

23日(祝) 午前5時30分～8時30
分／探鳥会（無料）

※小学3年生以下は保護者同伴
●入館料=500円、小・中・高生300円
※市内小・中学生は無料
●参加費=500円、小・中・高生300円
●集合場所・関キョロロ㉔595-8311

カラオケ歌声喫茶

日 9月20日(水)正午※歌声開始
12時30分

¥ 3千円※食事・ドリンクバ
ー付き

定 40人※要予約

会・申・関二葉家（㉔758
―3111）

第29回
市民音楽祭パート2

日 9月24日(日)午後1時※開場
12時30分

会 市民会館

¥ 500円※中学生以下無料

●出演団体〓市民吹奏楽団と
ジュニアウインドアンサン
ブル、コーラスラインほか

問 中央公民館（㉔757―5

クロスステッチ着付け教室

日 毎週(木)

中・上級者…午前10時30分
午後12時30分、初級者…
午後1時30分～3時30分

¥ 中・上級者…千円、初級者…
500円※1回あたり

持 着物一式・前結び用小物
※販売あり

定 各10人

会・関クロスステッチ（757―
2323）

プラネタリウム
ドーム中里きくらら

9月の番組情報です。

日 毎週(日)午前11時～11時45分

内 今夜の星空・月光浴に出か

住所〓霜条479―2

●募集戸数

1人部屋6畳DK…2室

2人部屋8畳DK…1室

¥ 5千円～5万2千円※収入
による

ㄫ 9月1日(金)

申・関川西支所市民課（㉔7
68―4956）

新商品等開発支援事業
補助金（2次募集）

市内で新商品などの開発を
行う中小企業を支援します。

●対象事業／補助額

①製作部門〓対象経費が30万
円以上の試作品の製作／上
限50万円

②小規模商品部門〓対象経費
が5万円以上の既存商品な
どの付加価値を高めるため
の企画（デザイン・販売・
サービス方法など）／上限
20万円

③産官学スキルアップ推進部
門〓対象経費10万円以上の
大学などと契約し共同で行
う研究開発／上限30万円

※いずれも補助率は2分の1
以内

ㄫ 9月22日(金)

申・関産業政策課商工振興係
（㉔757―3139）

「ごみ減量標語」募集

ごみを減らすためのアイデ
アなどを標語にしてみません
か。

対 市内学校に通う小・中学生
内 入賞者に賞状と図書カード
を贈呈し、市民環境会議会
報に作品・氏名などを掲載
します。最優秀賞作品は平
成30年度の市ごみ収集カレ
ンダーにも掲載します。

他 応募は1人1点とし、応募
者によるオリジナルのもの
。学校単位での応募も可
。

ㄫ 9月22日(金)※必着

申・関郵送・FAX・電子
メール (t-kankyo@city.
tokamachi.lg.jp) のいず
れかで学校名・学年・住所・
氏名を明記して〒948―
0056十日町市丑915
番地2十日町市民環境会議
事務局へ（環境衛生課内㉔
752―3924、F75
7―1751）

けようく蒼い光の世界へ
関中里公民館（㉔763―2
493）

平成29年度情報館主催
第2期コンピュータ講習

【エクセル中級コース】

日 9月26日(火)～10月17日(火)の
毎週(火)午後7時～9時※全
4回

対 エクセルで表計算やグラフ
作成ができる人、または「エ
クセル初級」を受講した人

¥ 4千円

内 複数シートの活用やデータ
分析など、より高度な機能
の使い方を学びます

【ワード初級コース】

日 9月27日(水)～10月18日(水)の
毎週(水)午後7時～9時※全
4回

対 はじめてワードを使う人

¥ 4千円

内 分りやすい文章の作り方、
写真の挿入、表の作成など
を学びます

（共通）

定 先着18人※5人以下は中止
のときあり

申・関電話やFAXなどで①
希望のコース②郵便番号③

住所④氏名⑤電話番号を西
本町2情報館へ（㉔750
―5100、F750―5
103）

夜間簿記講習会

商工会議所簿記検定3級程
度の実力を養成します。

日 9月27日(水)～11月13日(月)午
後7時～9時※祝・祭日を
除く全20回

定 先着30人

¥ 8500円（会員7500
円）※テキスト代含む

講 樋口紘一さん

他 受講後に修了証授与、日商
簿記検定試験は11月19日(日)

ㄫ 9月15日(金)

会・申・関申込書に受講料を
添えて十日町商工会議所へ
（㉔757―5111）

介護職員初任者研修

日 10月7日(土)～12月24日(日)

対 家庭で介護に携わつてる
人これから介護を行う人・
介護の仕事に就いてみよう
と考えている人

¥ 4万円※テキスト代込み

定 24人※12人未満は中止

ㄫ 9月22日(金)

会・申・関十日町市社会福祉
協議会川西支所（㉔768
―3343）

県立歴史博物館平成29年度秋季企画展
「川中島の戦い
―上杉謙信と武田信玄―」

日 9月16日(土)～10月29日(日)午
前9時30分～午後5時※観
覧券の販売は4時30分まで

休 月曜日※祝日のときは翌日

¥ 820円、高校・大学生5
00円、中学生以下無料

※20人以上団体割引あり

内 信濃国川中島地方で繰り広
げられた合戦についての展
示・講演会など

関県立歴史博物館（㉔025
8―47―6130）

募集

入居者募集
川西高齢者コミュニティ
ハウス「千寿さくら荘」

申し込み条件などの詳細
は、問い合わせください。

対 市内に住む65歳以上の一人
暮らし高齢者、または高齢
者のみ世帯の人など

あしたの新潟県を創る運動協会
顕彰事業の募集

【新潟県自治活動賞】

対 県内で活動する住民団体
で、次の要件すべてを満た
すこと

・住み良い地域づくりに自主
的かつ主体的に取り組んで
いる

・活動が継続し、安定してい
る

・活動の理念や内容が優れ、
ほかの住民団体の規範と認
められる

●提出書類〓応募書および活
動資料

ㄫ 9月22日(金)午後3時※必着

【第50回記念新潟県花いっば
いコンクール】

対 保育園・幼稚園、小・中学
校、高校、大学、職場など
で、花いっばいや緑化の活
動を実施している団体

●提出書類〓応募書および活
動の様子や成果をまとめた
作品

ㄫ 9月29日(金)午後3時※必着

（共通）

●表彰〓それぞれ受賞団体へ
賞状と、上位受賞団体には

副賞などを授与します。

他 応募書ほか、提出書類は要
件があります。詳細は問い
合わせてください。

申・関〒950―8570新
潟市中央区新光町4―1あ
したの新潟県を創る運動協
会事務局（新潟県県民生活
課内㉔025―280―5
912）

福祉・健康

9月の全血献血

●リオン・ドール十日町店〓
23日（秋分の日）午前10時
～11時45分、午後1時～3
時30分

関健康づくり推進課母子保健
係（㉔757―9759）

応急手当講習会

【普通救急講習Ⅰ】

日 9月16日(土)午前9時～正午

内 胸骨圧迫の実施要項・AED
Dの特性を学ぶ・異物除去・
止血法

会・申・関消防本部（㉔75
7―1558）

9月3日(日)～9日(土)
救急医療週間

応急手当の知識や技術を身
につけ、突然の病気や事故か
ら大切な命を救いましょう。
AED（自動体外式除細動器）
は、電気ショックにより、心
臓の動きを素早く正確なリズ
ムに戻す医療器具です。日本
赤十字社新潟県支部や各消防
署でAEDの取り扱い方法を
習得できる講習会を実施して
いるので、この機会にぜひ参
加してください。

関県医療薬事課（㉔025―
280―5187）

子育て

親支援講座
みんなで話そう！見つけ
よう！自分らしい子育て

お互いの悩みや関心のある
ことを話し合いながら、自分
にあった子育てを見つけませ
んか。

日 10月3日～11月7日の毎週
(火)午前9時45分～11時45分
※全6回

スポーツ

- 【会】中央公民館
対 生後4か月～5歳の子どもの母親
¥ 初回にお茶代600円徴収
定 先着15人
持 マグカップ
講 羽島みさとさん・齋藤優衣さん（NPファシリテーター）
他 保育あり※要事前申込
✕ 9月19日(火)
申・問 健康づくり推進課母子保健係（☎757-9759）
- 【ベビーマッサージ教室】
日 8月29日～9月12日の毎週(火)午前10時～11時30分
対 生後2か月～1歳
¥ 1200円
定 10人
内 ママの手で足や背中 of マッサージをします。ほかにも歌ったりお話したり、リラックした時間を親子で過ごします
【プールで泳ぐDAY！】

- 日 8月27日～9月3日・10日・17日・24日の毎週(日)午後1時30分～3時30分
¥ 210円、中・高校生155円、3歳～小学生100円、3歳未満無料
内 プールを一般開放します。5人以上の団体は料金半額、また10人以上は無料送迎します
【ヨガ教室プログラム体験】
日 9月4日～11月30日の毎週(月・火・木)
・ パワーヨガ・(月)・(木)午後1時30分～2時30分、(火)午後8時～9時、(木)午後6時50分～7時50分
・ ルーシーダットン・(月)午後7時40分～8時40分
対 18歳以上
¥ 千円(1回受講)・1万円(1か月無制限)
【9月・10月運動プログラム体験】
日 9月1日(金)～10月28日(土)
※水曜日・祝日除く
対 生後6か月以上
¥ 1500円
他 プール教室、キッズ体操教室、ボディースエイプなどの体験ができます

- 〈共通〉
他 各内容やバス利用については問い合わせてください
問 十日町体力づくり支援センター（☎758-3343）
- バブリックビューイング みんなで日本代表サムライブルーを応援しよう
サッカーワールドカップアジア最終予選で、オーストラリア代表に挑む日本代表を応援しましょう。
日 8月31日(木)午後6時※試合開始予定7時35分
会 キナーレ
● 連絡事項
・ 先着100人にグッズをプレゼントします
・ 飲み物・食べ物などの販売もあります
・ 太鼓、ラッパなどの持ち込みはできません
・ ゴミは各自持ち帰ってください
問 スポーツ振興課（☎756-5013）
- 市民環境会議自然環境保全部会 信越トレイル散策
ブナ林に育まれ、豊かな自

- 然が残る里山を歩いてみませんか。
日 9月17日(日)午前8時30分～午後5時30分ごろ※市役所集合・解散
対 小学生以上※中学生以下は保護者同伴
¥ 500円（保険料など）
※当日徴収
定 先着25人※最少催行人数10人
内 松之山天山水山口をスタートし、長野県栄村口までの約4キロメートルのコースを散策
持 昼食・飲み物・雨具・山用の靴または長靴・長袖・長ズボン・タオル
他 市役所から現地までは、往復マイクロバスで送迎
✕ 9月11日(月)
申・問 郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号をはがき・FAX・電子メール(t-kankyoo@city.tokamachi.nagano)のいずれかで〒948-0056十日町市丑915-2環境衛生課へ（☎752-3924、F757-1751）

- 第27回 新潟県パターゴルフチャンピオン大会
日 9月10日(日)午前8時～
¥ 2500円※プレー代・軽食代込み
定 先着80人
会・申・問 参加費を添えてナカゴグリーンパークへ（☎768-4419）
- 参加者募集 クロアチアカップ サッカーフェスティバル
日 9月17日(日)午前9時～
会 当間多目的グラウンド（クロアチアピッチ）
● 要項 1チーム6人とし、ファミリー・キッズ・ジュニア・シニア・レディースのカテゴリー別で開催します
※複数カテゴリーに出場可。各カテゴリーの参加要件は問い合わせてください
✕ 1人1カテゴリー300円（当日徴収・保険料含む）
✕ 9月6日(水)
申・問 スポーツ振興課（☎756-5013）

- 参加者募集 2017秋あてまの森 ノルディックウォーキング
初秋の当間山を登ってみませんか。
日 9月24日(日)午前9時20分
※受付9時～
会 あてま高原リゾートベルナティオフォーラムセンター
¥ 2千円※中学生以下1500円
持 運動できる服装・着替え・タオル・飲み物・ポール（レンタル可1組300円）・雨具
内 Aコース・ネイチャー＋ピッコロコース（初心者向け）約4キロメートル
Bコース・健康健脚長距離コース（健脚者向け）約7キロメートル
✕ 9月15日(金)
問 吉田クロカンハウス（☎752-3103）
- 8月の納税・納付
8月は市・県民税第2期、

- 国民健康保険税第5期、後期高齢者医療保険料第5期および介護保険料第5期の納付月です。期限（8月31日）内に納めましょう。
問 税務課（☎757-3716）
6）・市民生活課（☎757-3735）・福祉課（☎757-3757）
- 9月の休館日
中央公民館 毎週(月)
千手中央コミュニティセンター 毎週(火)
情報館 28日(月)
博物館 18日を除く毎週(月)
松之山郷民俗資料館 毎週(火)・毎週(水)
まつだい郷土資料館 毎週(水)
市総合体育館 19日(火)
川西総合体育館 13日(水)・27日(水)
なかさとアリーナ（中里体育館） 12日(火)
松代総合体育館 毎週(月)
ひだまりプール 毎週(火)
キヨロロ 毎週(火)
分じろう 毎週(火)
十じろう 毎週(火)

- 段十ろう開館記念 高嶋さち子12人のヴァイオリニスト（Best Classics Harmony）チケット販売について
市報8月10日号19ページでお知らせしたとおり、9月4日(月)～市民先行販売を行います。チケットが残ったときは、9月10日(日)～一般販売を行います。
問 生涯学習課（☎757-5011）
- 高齢者トラブル110番を実施します
9月は高齢者悪質商法被害防止キャンペーン月間です。困ったとき、悩んでいるときは相談してください
日 9月21日(木)・22日(金)午前9時～午後4時
● 相談の例
・ 元本保証と言われ海外の土地の地上権を購入したが、信用できないので解約したい
・ 日用品を安く買えたり、もらったりできた店から、突然高額商品を勧められた。断れず購入したが、解約し

きものの街のキルト展 秋の企画展

- 布絵作家・皆川末子と、キルト作家・中沢フエリーサの企画展を開催します。
日 9月16日(土)～24日(日)
午前10時～午後5時
会 十日町商工会議所・分じろう・十じろう
¥ 500円
※3会場共通
問 きものの街のキルト展実行委員会（市観光協会内 ☎757-3345）
- 「第14回きものの街のキルト展」で、制作素材として再利用します。
✕ 12月31日(日)まで
他 市総合観光案内所までお持ちください※受付時間午前9時～午後5時
- 不要になった藍染の布・浴衣などを譲ってください
「第14回きものの街のキルト展」で、制作素材として再利用します。
問 きものの街のキルト展実行委員会（市観光協会内 ☎757-3345）
- 印鑑登録証の切替手続
市役所本庁舎・支所庁舎に設置している証明書自動交付機などは、12月でサービスを終了します。証明書自動交付機などから、住民基本台帳カードまたはマイナンバーカードで印鑑証明書を発行している人は、印鑑登録証への切り替えをお願いします。
問 市民生活課市民係（☎757-3116）

働くことに悩む人のワ
ン・ステップ相談

コミュニケーションが苦
手・働く自信がない・ひきこ
もり気味などの理由で働くこ
とに悩んでいる人の相談に応
じます。

日 9月12日(火)・26日(火)午前10
時～正午※毎月第2・4(火)
会 十日町市保健センター(市
役所隣)
問 福祉課福祉支援係 (☎75
7-9739)

警察の相談ダイヤル
「#9110」

9月11日は警察相談の日で
す。事件・事故のほか、困り
ごとや悩みごと、どこに相談
して良いか分からず悩んでい
ることの相談にも応じます。
無料・秘密厳守ですので、気
軽に相談してください。

● けいさつ相談室Ⅱプッシュ
式電話で「#9110」ま
たは警察本部 (☎025-
283-9110)
● 女性被害110番Ⅱ ☎02
5-281-7890

問 十日町警察署相談室 (☎7
52-0110)

法務局からのお知らせ

「子どもの人権相談日」電話
相談

人権擁護委員が子どもの人
権に関する電話相談に応じま
す。

日 9月9日(土)・10日(日)午前10
時～午後5時

内 いじめ・体罰・虐待など子
どもの人権に関すること

● 電話相談Ⅱ ☎0120-0
07-1110 (通話料無料・
IP電話接続不可)

「高齢者・障害者の人権あ
んしん相談」強化週間

法務局職員または人権擁護
委員が高齢者・障害者の人権
問題に関する電話相談に応じ
ます。期間中、平日は受付時
間を延長し、土・日曜日にも相
談に応じます。

日 9月4日(月)～8日(金)午前8
時30分～午後7時、9日(土)・
10日(日)午前10時～午後5時
内 高齢者や障害者のさまざま
な人権に関すること
● 電話相談Ⅱ ☎0570-0
03-110

問 新潟地方税務局十日町支局
(☎752-2575)

消費生活相談

日(月)～(金)午前9時～午後4時
(祝日・振休・年末年始を
除く)

対 悪質商法・買い物・契約で
困っている人

他 面接相談は要予約
● 相談・申・問 市消費生活セ
ンター (☎757-374
0、F752-4635)

教育相談(青少年)

日(月)～(金)午前9時～午後5時
(年末年始を除く)

※ 土・日曜日、祝日、振休は
要予約

会・問 教育センター(川西庁
舎内) ※電話相談 (☎75
6-5010) や訪問も行
っています

女性相談専用電話

日(月)～(金)午前8時30分～午後
5時15分(祝日・振休・年
末年始を除く)
● 相談Ⅱ ☎757-3701
(企画政策課協働推進係内)

〔情報館〕9月のテーマ図書

※テーマは一部変更したり追加したりすることがあります
問 情報館 (☎750-5100)

こんにちは、どうぶつ 『シマフクロウの
ぽこ』『これは、わにです。』など、動物が登場する本を紹介します。
おじいちゃん、おばあちゃんといっしょ 『さら
じいさん』『おばあちゃんとバスにのって』など、
家族の大切さを教えてくれる本を紹介します。

教えて先輩 『生れて来た以上は、生きねば
ならぬ』『幸福のモト人生のモト』など、先人の
知恵や生きざまを学べる本を紹介します。
世界の果てまで行った気分 『世界のどこ
かで居候』『海外あるある』など、世界の暮
らしや文化を楽しめる本を紹介します。

一般向け

児童向け

活動の内容は市報平成29年4月25日号
6～7ページを参考にしてください

9月のちびっこひろば

すこやかランド

13日は「乳児の感染症に
ついて」
日 13日(水)午前10時～11時・
27日(水)午前10時～正午(保
育ルーム自由開放)
対 生後4か月～1歳程度の乳
児とその親
会・問 中央公民館 (☎757-5011)

なかよしランド

5日はお誕生会、26日は遠
足。
日 5日(火)・12日(火)・19日(火)・
26日(火)午前10時～11時
会 市民体育館
対 未就園児とその保護者
問 中央公民館 (☎757-5011)

いっしょにあそぼ

日 7日(木)・14日(木)・21日(木)・
28日(木)午前10時～11時
対 未就園児とその家族
会・問 水沢公民館 (☎758-3101)

すくすく

27日はお誕生会。
日 13日(水)・27日(水)午前9時30
分～11時30分
会 千手中央コミュニティセンター
対 未就園児とその家族
他 申込み不要
問 春日 (☎090-4939-7967)

橋にこにこルーム

1日は作って遊ぼう。15
日は読み聞かせの会。
日 1日(金)・15日(金)午前9時30
分～11時30分
会 川西高齢者コミュニティセ
ンター(仁田)
対 未就園児とその家族
問 子育て支援センターえくぼ
(☎768-2352)

わらべっこ

「お茶会」
日 20日(水)午前10時～午後2時
会 本城院護国寺(本町1上)
対 親子※親だけでも可
問 服部 (☎090-6968-3110)

ぼぼっこひろば

遊び場を提供しています。
日 毎週月・水曜日午前10時～
午後3時
会 川西福祉センター
他 飲食持ち込み可
問 川西地域振興会 (☎768-4951)

まるっとかふえ

日 1日(金)午前10時～午後1時
会 千手のおかず家さん2階
対 親子※親だけでも可
¥500円
問 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)」
日 7日(木)・21日(木)午前10時45
分～11時45分
会 中央公民館
¥2回無料※3回目から300円
持 着替え・飲み物
「ラーくんのおもしろパネル
ミュージカル」ほか
乳幼児から大人まで楽しめ
る人形劇や音楽、腹話術もあり
ます。

日 10日(日)午後3時～
会 千手中央コミュニティセンター
¥親子ペア(大人1人・子ど
も1人)3,000円、追加大
人2,000円、子ども1,500
円(年少以上)
問 丸山 (☎090-2548-0507)

おはなしの会「ふきのとう」

日 16日(土)午前10時～10時30分
対 乳幼児～小学3年生くらい
会・問 千手中央コミュニティ
センター (☎768-2308)

おはなしひろば

「読み聞かせ」
日 9日(土)午前10時～11時
対 幼児～小学校3年生くらい
会・問 中里公民館(中里庁舎
内) ☎763-2493

読み聞かせの会「どんぐり」

「おはなしのへや」
日 16日(土)午前10時30分～11
時10分
対 幼児～小学校3年生くらい
会・問 情報館 (☎750-5100)

おはなし「たまてばこ」

日 14日(木)午前10時～11時
対 乳幼児とその保護者
会・問 情報館 (☎750-5100)

おはなしぴよぴよ

日 2日(土)・9日(土)・23日(土)・
30日(土)午前10時30分～11
時
対 乳幼児とその保護者
会・問 情報館 (☎750-5100)

おはなしたんぽぽ

日 9日(土)午前10時30分～11時
対 幼児～小学校低学年
会・問 松代分室 (☎597-2615)



◆9月の健康・福祉の相談

保健師による健康相談

日25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)

申・問健康づくり推進課成人保健係 (☎757-9764)

精神科医こころの健康相談

不眠・不安・意欲の低下などの悩みを、本人でも家族でも相談できます。※15日(金)までに要予約

日20日(水)午後6時～8時

●医師＝須賀医師(中条第二病院)

会十日町保健センター(市役所隣)

申・問健康づくり推進課成人保健係 (☎757-9764)

臨床心理士こころの相談会

人間関係や家庭問題などの悩みを相談できます。※要予約

日4日(月)午後1時～3時

会十日町保健センター(市役所隣)

申・問健康づくり推進課成人保健係 (☎757-9764)

遺族の集いと健康相談

日5日(火)午後2時～3時30分

会松代病院

申・問十日町保健所 (☎757-2402)

アルコール問題を抱える人の集い

日14日(木)午後2時～3時30分

会松之山支所

申・問十日町保健所 (☎757-2402)

手話奉仕員窓口配置

日6日(水)・20日(水)午前11時～午後3時

会・問福祉課 (☎757-3782)

◆9月のそのほかの相談

行政相談

日8日(金) 午前10時～正午

会本庁相談室

日20日(水) 午後1時30分～3時30分

会はあとふる川西

日21日(木) 午前10時～正午

会中里庁舎

問市民生活課市民係 (☎757-3116)

法律相談

日7日(木)・14日(木)・21日(木)・28日(木)午後1時30分～4時

会本庁相談室

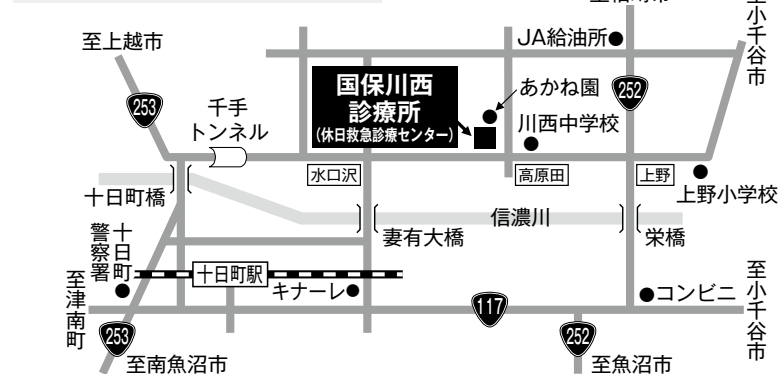
9月の休日救急医

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問い合わせてください)

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
3日(日)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034
10日(日)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034
17日(日)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034
18日(月・祝)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034
23日(土・祝)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034
24日(日)	国保川西診療所	高原田 (川西)	768-2034

休日救急診療センターご案内



・休日や祝日に急な発熱などで具合が悪くなったときは、応急手当を受けられます。保険証を忘れずにお持ちください。

問医療介護課 (☎757-9758)

電話による健康相談

とおかまち健康ダイヤル24

☎0120-108-221(市民専用)

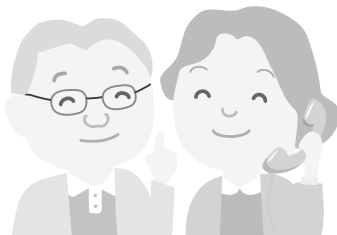
※24時間・年中無休

※通話料・相談料無料

新潟県こころの相談ダイヤル

日毎日24時間

●相談・問☎0570-783-025



消費生活相談・教育相談 (青少年)・女性相談専用電話は8ページをご覧ください

申・問市民生活課市民係 (☎757-3116) ※要予約

定例年金相談

日14日(木)・28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13日(水)午後1時30分～4時30分※11日(月)までに要予約

会本庁相談室

内借金トラブル

問市消費生活センター (☎757-3740)

心配ごと相談

日随時受付

会・申・問社会福祉協議会 (☎750-5010)

生活困窮者相談

日午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

会・問社会福祉協議会 (☎752-7338)

子ども情報のひろば

9月の乳幼児相談

〔健康相談〕

期 日	会場・受付時間
1日(金)	松代 子育て支援センター「すくすく」 午前9時30分～11時30分
6日(水)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時30分
8日(金)	中里 子育て支援センター「きらりん」 午前9時30分～10時30分
14日(木)	松之山 子育て支援センター「にこにこ」 午前9時30分～11時30分
19日(水)	十日町保健センター(市役所隣) 午前10時～11時15分

問健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

〔育児相談ほか〕

会十日町 子育て支援センター「くるる」

期 日	受付時間	内容
14日(木)	午前10時～11時30分	身体測定・栄養相談 ※身体測定のみ午後3時30分まで
26日(水)	午前10時～11時30分 午後は予約制(要事前連絡)	育児相談 ※身体測定は行いません

問子育て支援センター「くるる」 ☎757-1008

離乳食教室

〔ステップアップコース〕

日9月19日(火)

対8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

会十日町保健センター(市役所隣)

持母子健康手帳・筆記用具

問健康づくり推進課母子保健係

☎757-9759

子どもをむし歯から守る ブラッシング相談

日9月14日(木)午前9時30分～11時30分

会子育て支援センターにこにこ

対未就学児とその保護者

持歯ブラシ・母子健康手帳・タオル

問松之山支所市民課市民係 ☎596-2169

9月の乳幼児健診

●会場＝十日町保健センター(市役所隣)

●持ち物＝母子健康手帳・問診票・フッ化物歯面塗布希望確認票(1歳6か月児)・視聴覚アンケート(3歳6か月児)・健やか親子21に基づくアンケート(4か月児・1歳6か月児・3歳6か月児)着替え・おむつなど

※3歳6か月児健診は事前に検査セットを送ります。届かない人は母子保健係へ連絡してください

※2歳6か月児の歯科健診は親子健診です。保護者も歯みがきをしてきましょう

事業名	期 日	受付時間	対象児
4か月児健診	20日(水)	午後1時～1時30分	29年5月生まれの乳児
10か月児身体測定	21日(木)	午前9時～9時30分	28年11月生まれの乳児
1歳6か月児健診	13日(水)	午後1時～1時30分	28年2月生まれの幼児
2歳6か月児身体測定	13日(水)	午前9時～9時30分	27年3月生まれの幼児
3歳6か月児健診	12日(火)	午後1時～1時30分	26年3月生まれの幼児

問健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

あいどるきやう



岡村 咲希ちゃん
(4歳・写真左 高田町3)

わが家のアイドル(4歳未満の幼児)募集中心し込み・問い合わせは企画政策課広報広聴係 ☎757-3112まで

活発でひょうきんな咲希ちゃん。クラシックバレエや水泳など、習いごとにも通っています。おうちに帰れば、大好きなお姉ちゃんのおもちゃちゃん(9歳・写真右)と一緒に遊び、ものまねを披露して家族を笑わせてくれます。「明るく・楽しく・元気よく」という両親の思いのもと、伸び伸びと成長しています。



2017 9月のお知らせカレンダー

[平成29年]

※健康・福祉相談の詳細は
11ページをご覧ください



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
8/27	28	29	30	31	1 ●乳幼児健康相談	2 ■千手神社秋季大祭 (～3日(日)) ■創業塾～実践編～ (9日(土)も開催)
3 ⊕休日救急医 ■小白倉もみじ引き	4 ●臨床心理士 こころの相談	5 ●遺族の集いと 健康相談 ○検診 住	6 ●手話奉仕員窓口 配置 ●乳幼児健康相談 ○検診 胃	7 ●法律相談 ○検診 住・胃	8 ●行政相談 ●乳幼児健康相談 ○検診 住・胃・乳・子・骨	9 ■郡市発明工夫模型 展・生物標本展 (詳細は3ページ) ■松之山温泉JAZZ ストリート ■市民活動見本市 めっかめっか2017 ■シンポジウムin妻有 (詳細は3ページ)
10 ⊕休日救急医 ■消防ひろば ■新潟県バレーボール チャンピオン大会 (詳細は6ページ) ■信越トレイル散策 (詳細は6ページ)	11 ○検診 住	12 ●3歳6か月児 健診 ●働くことに悩む人の ワン・ステップ相談	13 ●多重債務相談 ●1歳6か月児 健診 ●2歳6か月児 身体測定	14 ●アルコール問題を 抱える人の集い ●法律相談 ●定例年金相談 ●乳幼児健康相談 ●育児相談 ●ブラッシング相談 ○検診 乳・子・骨	15	16
17 ⊕休日救急医 ■クロアチアカップ サッカーフェスティバル (詳細は6ページ)	18 [敬老の日] ⊕休日救急医	19 ●乳幼児健康相談 ●離乳食教室	20 ●精神科医こころ の健康相談 ●手話奉仕員窓口 配置 ●行政相談 ●4か月児健診	21 ●行政相談 ●法律相談 ●10か月児身体測定 ●高齢者トラブル110番 (～22日(金)) ○検診 胃	22 ○検診 胃	23 [秋分の日] ⊕休日救急医 ■認知症講演会
きものの街のキルト展 秋の企画展 (16日(土)～24日(日)・詳細は7ページ)						
24 ⊕休日救急医 ■市民音楽祭 (詳細は4ページ) ■あてまの森ノルディック ウォーキング (詳細は7ページ) ■RUN伴2017	25 ●保健師による 健康相談 ○検診 胃	26 ●育児相談 ●働くことに悩む人の ワン・ステップ相談 ○検診 胃	27 ○検診 乳・子・骨	28 ●法律相談 ●定例年金相談 ○検診 乳・子・骨	29	30 ■ロ・マン24inまつだい (～10月1日(月))

※●：健康・福祉相談など ■：イベント・行事 住：住民検診 胃：胃・大腸がん検診 乳：乳がん検診 子：子宮がん検診 骨：骨密度検診

十日町市の歳時記



日 時	行 事 名	場 所
2日(土)～3日(日)	千手神社秋季大祭	千手神社ほか
3日(日) 午前10時～	小白倉もみじ引き	小白倉
9日(土) 午後1時～8時30分	松之山温泉JAZZストリート	松之山温泉街
10日(日) 午前8時～	新潟県バレーボールチャンピオン大会	ナカゴグリーンパーク
16日(土)～24日(日)	きものの街のキルト展 秋の企画展	商工会議所ほか
30日(土)～10月1日(日)	ロ・マン24inまつだい 24時間耐久リレーマラソン	松代グラウンド

電話による健康相談

とおかまち健康ダイヤル24 ☎0120-108-221 (市民専用)

※24時間・年中無休※通話料・相談料無料

■新潟県こころの相談ダイヤル＝☎毎日24時間 ●相談・☎0570-783-025