

と おかまち

Public Relations

市報



9 2019
/10

令和元年 9月10日号

No.330

1 Year
to
Go!

HRVATSKI SPORTSKI TIMOVI
DOBRODOŠLI U TOKAMACHI!



クロアチア代表選手団のみなさん
ようこそ十日町市へ!



東京2020まで
あと1年!

SUPPORTING CROATIA

イデモ フルヴァツカ
Idemo Hrvatska!
—行け、クロアチア

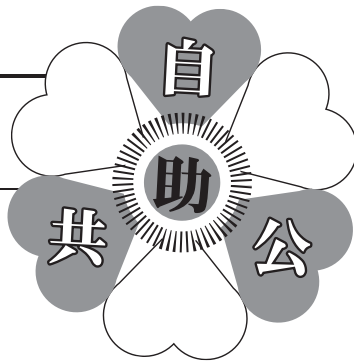


自助・共助・公助のところが咲くまちへ

私たちの防災白書 (2～5ページ)

主な内容

- ピックアップニュース
- 6 公売のお知らせ
- 7 「うおぬま・米ねっと」に加入しませんか
連載コーナー①
- 8 わたしの会社のいちおしワーカー
- 9 みんなの心をつなぐ手話
地元サポーター通信
- 10 タウンピックアップ
- 12 お知らせ・ガイド
- 25 ちびっこひろば／子ども情報のひろば
- 26 健康・福祉相談、休日救急医など
連載コーナー②
- 28 小さなムラの大きなものがたり



自助・共助・公助のところが咲くまちへ



私たちの防災白書

■問合せ＝防災安全課 ☎757-3197

日本は四方を海で囲まれ、国土も山々や川などの自然に恵まれた島国です。しかしその自然的条件から、台風・豪雨・豪雪・洪水・土砂災害・地震・津波・火山噴火など、さまざまな災害が発生しやすい特性を有していて、過去十日町市でも大きな被害がありました。

9月1日は「防災の日」で、この日を含む1週間（8月30日～9月5日）は「防災週間」です。また、気象庁の統計などによると、今後は台風の接近や上陸が懸念される時期となります。この機会に防災について考え、災害に備えましょう。



「平成23年7月新潟・福島豪雨」における晒川のはん濫（川原町周辺）

自助 共助 公助

で進める、防災対策

※参考：みんなで備える地震防災
（株式会社東京法規出版発行）

家庭で備える

家族で話そう

「防災のこと」

日ごろから、家庭でも防災について話し合う機会を持ちましょう。「自分の身は自分で守る」ために、災害が起きたときに家の中・周辺で危険なところはどこか、どのようにして連絡を取り合うか、また避難所・避難経路はどこか

などを、家族で情報共有しておきましょう。

家族1週間分の
食料と水の備蓄を

災害時に公的支援が届くまで自力で生活するため、家庭でも最低3日間、できれば1週間分の食料と水を備蓄しましょう。備蓄量は成人1人1日あたり、食料は2000キ



イメージ写真

ロカロリー、水は3リットルが目安です。

普段から少し多めに買い置きし、消費しながら補充していく、「ロー

リングストック」の考えも注目されています。合わせ

て活用してみませんか。

地域で備える

防災訓練のススメ

お住いの行政区や自主防災組織単位で、定期的に防災訓練を行いましょう。取り立てて特別なことをする必要はなく、近所での安否確認や避難訓練など、できる範囲のことを繰り返し行うことで、いざというときも協力して行動できる素地となります。

自助 共助 公助

また、市や消防本部、県などでは、誰でも参加できる防災訓練や防災関連のイベントを開催しています。そんなところではさまざまな体験ができますので、積極的に参加しましょう。

公的支援を活用しよう

市では、自主防災組織などが防災訓練を実施するとき、

図説

「6月から運用されています」
水害・土砂災害の避難情報伝達について

避難のタイミングが瞬時にわかるように、今年6月から「警戒レベル」を示して発表されています。気象庁や市が、5段階の「警戒レベル」で、避難情報を伝達します。左に示す図を参考に、適切なタイミングで避難できるようにしましょう（市報6月10日号に同梱したチラシ・市報7月10日号28ページも参照）。

発表される避難情報と取るべき行動規範

【】内は警戒レベルに合わせて発表される情報など

警戒レベル1 【早期注意情報】

災害への心構えを高めましょう。

警戒レベル2 【洪水注意報・大雨注意報など】

雨が降り続いています。土砂災害や洪水などに備え、避難場所や危険箇所を確認しましょう。

次の段階の「警戒レベル3」・「警戒レベル4」の発表があったら、避難は始まります。

警戒レベル3 【避難準備・高齢者等避難開始】

高齢者などは避難
河川が増水しており、堤防の決壊などの恐れがあります。高齢者や障がいのある人など、避難に時間のかかる人とその支援者は避難を始めてください。そのほかの人も、いつでも避難できるように準備を始めましょう。

警戒レベル4 【避難勧告・避難指示（緊急）】

全員が避難
土砂災害・洪水など、災害がいつ発生してもおかしくない状況です。速やかに全員避難しましょう。避難場所などへの移動が危険なときは、近くの安全な場所へ避難しましょう。

警戒レベル5 【すでに災害が発生】

命を守るための、最善の行動をとりましょう。

国や県が発表する「警戒レベル相当情報」

左図のように市が発表する避難の「警戒レベル情報」のほか、国や県などが「警戒レベル相当情報」を発表します。これは、市民の皆さんが自主的な避難行動を取るための参考とするもので、必ず市の「警戒レベル情報」と連動して発表されるものではありません。

デジタル同報系防災行政無線を整備しています

現在までに、親局（市役所本庁）、中継局（中里城山）、再送信子局（中仙田・清津峡・松代・浦田）の整備が完了し、現在は屋外スピーカー（77基）の整備を進めています。また、今年度からは戸別受信機の配備を開始します。



写真上：親局設備

写真右：屋外スピーカー（市役所本庁屋上設置）



戸別受信機の配備について

？ 戸別受信機とは

- 緊急情報のほか一般的な行政連絡を含め、市から伝えたい情報を自宅や事業所内で聞くための、受信機です（右写真参照）
- 配備についての費用は市が全額負担します※
- 機器には録音機能があります。外出などで聞き逃しても、後から録音再生で確認ができます
- 電波の届きにくい建物は、外部アンテナを取り付けます（壁に穴を開けるなど工事が必要）
- 既に配備されている「エフエム防災ラジオ」は、今後も引き続き活用します

※ほかの市町村では防災行政無線の整備に乗じて、戸別受信機の「有償配備」を口実にした詐欺事案が発生しています。当市は「無償配備」しますので、注意してください



▶ 配備までの流れ

- ①嘱託員を通じ、配備の実施の期間などについて案内を回覧します
- ②施工業者（必ず従事者証を携行し提示させます）が各世帯や事業所に電話連絡や訪問し、設置の実施日時を調整します
- ③実施日時に施工業者が訪問し、設置についての書類を記入していただきます。その後、家族の人や関係者など立会いの上で、自宅や事業所などに設置を行います



従事者証

私たち消防団は、火災や災害などから家族、市民、そして郷土を守るために活動しています。そのためには、まずは自分が無事でなくてはなりません。私は分団長として団員たちを束ねる責務もあります。ですのでそれらの任務を全うするためにも、現場に出動したときは、団員の身の回りの安全に気を配るようにしています。



私が考える
防災の心

災害時は「自分の身は自分で守る」、「家族で助け合う」ということが大前提ですが、少子高齢化が進む昨今、特に山間部ではこれら自助がままならない世帯もあります。そんなときは、日ごろのお付き合いで本当に困っていること・援助の必要な人のことなどがわかる、近所同士で助けあうことが大切と感じます。防災について、難しく考える必要はないと思います。集落行事やお祭り、また地区民体育祭で集落一致団結するなど、何気ない近所付き合いが、いざというときに自分たちを救う力になると思います。



今年の市総合防災訓練は、9月15日(日)に市立水沢中学校で開催されます。当日、訓練に参加・協力いただく水沢地区の皆さんに、それぞれの立場での「防災」について話を聞きました。

水沢地区振興会は各自防災組織と連携し、毎年日を定め、地区一斉に防災訓練を実施しています。訓練内容は各組織に任せていますが、訓練後に内容を振興会へ報告することとしています。これにより、安否や被害など情報伝達や収集のルートが明確になり、いざというときもすぐに対応するための予行練習になります。



防災情報はここで入手（一例）

【十日町あんしんメール】

スマートフォンなどに、電子メールで防災情報などを配信します。利用には登録が必要です。詳しくは十日町市ホームページをご覧ください。



【新潟県土木防災情報システム】



新潟県、国土交通省、気象庁が観測している水位・雨量・ダム・気象情報と、土砂災害に関する情報を確認できます。

【気象庁洪水警報の危険度分布】



中小河川の洪水発生危険度の予測を示し、洪水警報などが発表されたとき、どこで危険度が高まるかを面的に確認できます。

●避難所が開設されても、ここに食料や救済物資があるとは限りません。3ページにも記載しましたが、各家庭でも食料や水の備蓄を行い、緊急時は持ち出して避難しましょう

●状況によっては、自宅のより安全な部屋へとどまることも避難の一つです。あわてて無理に避難所へ向かうのではなく、周りの状況をよく確認して避難行動をとみましょう



●テレビ・ラジオ、また左に示すようなメール配信サービス・ウェブサイトなどから、自らも積極的に情報収集をしましょう。危険と感じたときは市の情報を待つことなく、自らの判断で避難をしてください

災害が発生したときは



「うおぬま・米ねっと」に加入しませんか



安全・安心な医療と介護サービスのために

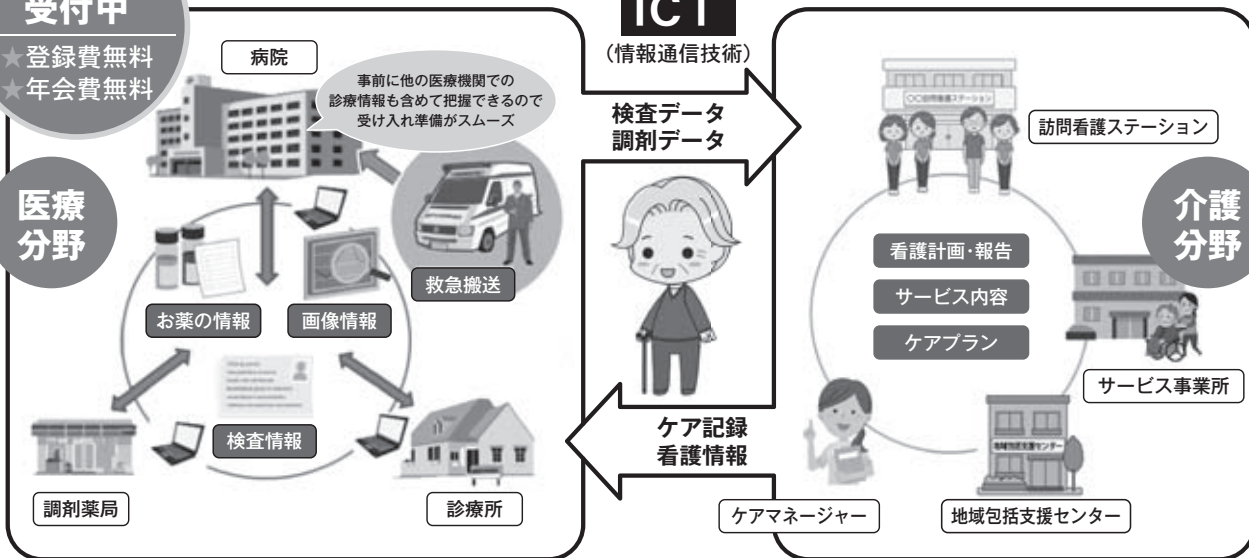
問合せ：医療介護課医療介護連携係 ☎757-9758

「うおぬま・米ねっと」とは、魚沼地域（十日町市・魚沼市・南魚沼市・湯沢町・津南町）の病院や診療所、調剤薬局や介護施設、訪問看護ステーションなどで診療情報や薬の処方内容を共有することで、受診する医療機関や利用する調剤薬局が変わっても、無駄のないきめ細やかな医療・介護サービスを提供するための仕組みです。

加入申込受付中

- ★登録費無料
- ★年会費無料

医療分野



加入するとこんなメリットが

医療費の節約に	ほかの病院の検査結果もわかるため、重複検査を減らして医療費の節約ができます。
お薬の服用も安心	アレルギーや副作用のある薬の情報が共有されるため、安心して薬の処方を受けることができます。
万一のときも安心	救急隊や搬送先の病院でも診療情報が共有されるため、迅速な処置を行うことができます。
説明が簡単に	持病や治療内容、薬の処方内容が共有されるので、医療機関が変わったときの説明が簡単になります。

利用するにはどうしたらいいの？

「うおぬま・米ねっと」を利用するためには、加入申し込みをして「米ねっとカード」を取得してください。

●申し込み・利用方法

- ①「うおぬま・米ねっと加入申込書」に必要事項を記入して、市役所本庁（医療介護課⑨番窓口）または各支所市民課の窓口に提出してください
- ②後日、自宅に「米ねっとカード」（右写真参照）が届きます
- ③地域内の医療機関や調剤薬局を利用するときは、「米ねっとカード」を提示してください



問い合わせ先

十日町市役所医療介護課医療介護連携係 ☎757-9758
NPO法人魚沼地域医療連携ネットワーク協議会 ☎025-788-0485



公売のお知らせ



差押財産のインターネット公売を実施します

問合せ：税務課管理収納係 ☎757-3113

市では、官公庁オークション（運営…ヤフー株）で、市税の滞納者から差し押さえた財産をインターネット上で公売します。

- 公売方法Ⅱせり売り形式
 - 公売場所Ⅱヤフーオークション内の「官公庁オークション」※参加するにはヤフージャパンIDの取得が必要
 - 公売参加申込期間Ⅱ9月26日(木)午後1時～10月11日(金)午後11時まで
 - 入札期間Ⅱ10月18日(金)午後1時～10月20日(日)午後11時まで
 - 売却決定日時Ⅱ10月21日(月)午前10時
 - 買受代金納付期限Ⅱ10月28日(月)午後2時30分まで
- ※公売物品の詳細や申込方法などは、市ホームページやヤフー官公庁オークションのホームページ (<http://koubaiauctions.yahoo.co.jp/>)「十日町市」を選択）を確認してください

公売物品の下見会

興味がある・入札を考えている人は、ぜひ下見会で実物を確認してください（要事前申し込み）。

- 日 9月18日(水)午前9時～正午
 - 会 市役所前の駐車場
 - ※ 9月17日(火)午後5時
- 申 上記問合せ先



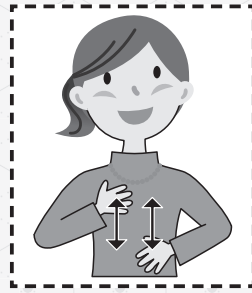
売却区分	物品名（材質など）	見積価格	状態
1	ホンダ フィット（ミントオパールメタリック） ・平成14年式 ・総排気量1.33L ・車検満了日：令和2年4月14日	50,000円	写真には写っていない汚れや傷、さびが多数あります。エンジンはかかります。走行距離は289,000kmです。
2	ゲームソフト ドラゴンクエストV：プレイステーション2用 ドラゴンクエストVII：プレイステーション用	100円	汚れや傷あり、ディスクは2枚ずつあります。
3	DVDプレイヤー サイズ：縦25cm×横26cm×高さ4cm 株式会社TMY製	1,000円	汚れや傷あり、通電を確認しました。

みんなの心をつなぐ手話 Vol.2

今回は日常生活の中でも夏から秋に使えるような手話を紹介します。ぜひ、やってみてください。

■問合せ＝福祉課障がい福祉係 ☎757-3782

楽しい



両手のひらを左右の胸にあて、交互に2回程上下に動かす

悲しい



右手の親指と人差し指を目元から頬に沿って下ろす

涼しい



指を広げた両手を顔に近づけ、手のひらであおぐ動作を繰り返す

暑い



親指を人差し指にのせた右手拳で首筋をあおぐように動かす

※「手話フェスタ」が開催されます。詳しくは15ページをご覧ください

手話には、一つの動作でいろいろな意味が含まれています。例えばこの手話には「暑い」のほか、「夏」、「南」、「あおぐ」といった意味があります。

地元から芸術祭を盛り上げよう!!
地元サポーター・こへび隊
活動日誌



Facebookあります



地元サポーター
こへび隊通信
36

サポーター交流会を開催

8月3日(土) 会場：まつだい「農舞台」

「大地の芸術祭」の里を盛り上げよう！

8月10日～18日にかけて開催した「大地の芸術祭の里 越後妻有2019夏」。その開幕を前に、地元サポーターによる楽しい交流会を開催しました。

最近登録した人、第1回の芸術祭から関わっている人、年齢も20歳代から70歳代まで約30人の地元サポーター、こへび隊の皆さんと作家のYORIKOさんも参加し、地域や世代を超えて交流を深めました。自己紹介では、「サポーター活動を通じて地域に貢献したい」、「お客さまとの交流が楽しい」など決意が語られ、「芸術祭を盛り上げる」という意気込みを強く感じました。

地元サポーターの「交流&PRチーム」では、今後も定期的に芸術祭に関わる皆さんとの交流の場を企画します。ぜひ気軽に参加してください。

■問合せ＝観光交流課芸術祭企画係 ☎757-2637



参加した皆さん



作家のYORIKOさん自ら
夏会期の作品説明



おいしい料理で
お腹もいっぱい



地域や世代を超え、
楽しく歓談しました



大いに盛り上がり、
楽しい会になりました

Q4

今後の目標や抱負は？

今後はエリアを新潟県内全域に広げ、新潟県ならではの地域性や独自性を主体とした、有名観光地では味わえないツアーを提供したいです。

Q3

この仕事のやりがいとは？

私たちがお客さまに体験していただくのは、暮らしや文化といったこの地域そのものです。特に海外からのお客さまが、この地域に触れ、そのうえで自分たちの暮らしや文化などを地域の皆さんに伝えようとしているシーンを見ると、この仕事をやって良かったと感じます。



ツアーの様子（きもの工場見学）

Q5

次世代の若者にエールを！

さまざまな情報があふれる現代ですが、ほかの誰かがやったことがない、また考え付かないようなことを見つけて、それがもし自分にできることであれば、ぜひ挑戦してください。挑戦する人を、私たちは応援します。

協力
企業

ホーム アウェイ フロム ホーム ニイガタ
■株式会社 HOME away from HOME Niigata

- ・旅行業
- ・6人（非専業含む）
- ・十日町市場丁1253-2（☎755-5080）
- ・十日町地域の文化や暮らしに注目し、その価値を高め、世界に発信し、観光を通じてお客さまに体験してもらうことを主な事業としています。また、継続可能な地域づくりにも取り組みます

掲載希望
事業所を
募集します!!

問産業政策課
商工振興係
☎757-3139

Q2

この仕事を始めた・選んだきっかけは？

地域おこし協力隊員のとき、日本外国特派員協会で行われた、十日町市のプロモーションに参加しました。海外報道関係者からは、地域の皆さんのおもてなしが好評であり、「地域の人」に着目したツアーがあったら面白いのではと考え、この会社を立ち上げました。

Q1

あなたの会社の仕事、会社の強みは？

お客さまに、ここ十日町地域の暮らしや文化を体験していただくアクティビティを主とした、ツアーの企画とご案内を行っています。

わたしの会社の

いちおし

ワーカー

vol.16

語る 仕事・会社・
十日町市への思い

井比 晃さん（土市3・35歳）

柏崎市出身。大学卒業後に広告代理店に就職。営業や取材などで十日町市を訪れる機会があり、その中で人や地域に魅力を感じ、退職して地域おこし協力隊として十日町市に移住。現在、株式会社HOME away from HOME Niigata代表取締役を務める。

シニアカーでも安全運転

7月18日(休)：中里保健センター駐車場（上山）

シニアカーでの交通事故が増えていることから、中里地域で初めてシニアカー講習会が開催されました。こ



れはシニアカーを利用している人、または利用を検討している人を対象に、十日町地区交通安全協会中里支部が企画したもので、20人が参加し、市交通指導員などから安全な乗り方について指導を受けました。参加した大島昭三さん（90歳・倉俣）は「高齢者の運転免許自主返納が増えれば、シニアカー利用者も増えると思います。シニアカーは歩行者とは違うということに注意して、事故にあわない・起こさないように気を付けたいです」と話してくれました。



各ブースでは先輩学生との会話が弾んでいました

アップとして参加していたことから、来場者は将来を想像しながら、熱心に話を聞いたり、質問をしたりしていました。参加した山川陽菜さん（18歳・本町7-2）は、「地元十日町市で看護師になりたいと考えています。地域主体で医療を学ぶという学校の教育方針に、感銘を受けました」と話してくれました。

※このほか、説明会は長岡市（8月21日実施済）、上越市（9月29日）でも行われます。詳しくは県立看護専門学校設立準備班（県十日町地域振興局内・☎757-5900）へ

市民の皆さんの納税意識の高さや税への理解が実を結ぶ

7月31日(休)：市役所本庁舎

この日、当市が県から収納委託を受けている個人県民税の徴収成績が優良であるとして、県知事から感謝状が贈呈されました。この感謝状は、税金の収入率が3年連続で向上し、特に徴収努力が顕著と認められる市町村に贈呈されます。当市は平成27年度から平成30年度まで4年連続で収入率向上を達成し、また平成30年度決算分の収入率は、平成28年度から3年連続県内20市中で第1位になりました。この成績は、何より市民の皆さんの納税意識の高さと税への理解のたまものです。これからも租税教育などを通し、税に関しての意識啓発に努めていきます。



県南魚沼地域振興局の松田局長（写真右）から感謝状を受け取る関口市長

未来へつなげ！ムラのたから

8月15日(休)：田野倉集落

住民の減少や高齢化に伴い、一度はやめることも考えた田野倉集落の盆踊りでしたが、6年程前からは実践女子大学（東京都日野市）との交流がきっかけで、学生たちの協力を得て開催しています。今年は、新しい試みとして「民謡流し」と、村の民話にまつわる「三九郎キツネ」の寸劇が行われ、大いに盛り上がりました。住民の渡辺正幸さん（43歳）は、「昔からある集落の盆踊りが、こうして続けられるのはとてもうれしいことです。活動を通して一人でも多くの人が田野倉を知り、ここに暮らして、ムラのたからと一緒に継いでもらいたいです」と話してくれました。



地域を支える福祉の仕事を体験

8月7日(水)・8日(休)：市内福祉施設

今年度で3回目となった「福祉サマワークキャンプ」（主催：県十日町地域振興局健康福祉部）が行われ、十日町市・津南町の社会福祉法人などで組織する妻有地域包括ケア研究会の協力により、地元の中・高校生17人が市内の福祉施設で、職場体験を通じて福祉について学びました。生徒を受け入れた『特別養護老人ホームまほろばの里川治』の職員、山田和男さんは「入所者も若い人から元気をもらい、会話が増えました。たくさんの経験を通して、将来に生かしてほしいです」と話し、進路の選択肢として介護・福祉業界への理解が深まることに期待を寄せていました。



東京2020まであと1年！Idemo Hrvatska※！

8月22日(休)～：なかさとアリーナ

東京2020オリンピック・パラリンピックの各競技テストイベント（世界選手権など）に出場するクロアチア共和国の柔道・空手・テコンドー選手団が、ホストタウンである当市で事前キャンプを行いました。先陣を切って来市したのは柔道選手団で、22日のキャンプ初日には、宿舎のホテルベルナティオで歓迎セレモニーが、24日(土)には地元で柔道に取り組む子どもたちとの交流が行われました。子どもから「どうすれば強くなれますか」と質問されると、女子-70kg級のバルバラ・マティチ選手からは「毎日、全力で練習することが大切です」と、アドバイスが送られました。

およそ1年後に迫った本番に向け、格好のリハーサルとなった今回の事前キャンプ。クロアチア選手団の活躍と、さらなる交流の深化が期待されます。

※“イデモ フルヴァツカ”と読み、「行け、クロアチア！」という意味のクロアチア語です。この言葉を覚えて、皆さんでクロアチア選手団を応援しましょう



さまざまな縁が導いた、地域おこしの新たな力

8月1日(休)～：市内各地区



（写真左）は飛渡地区全域、南雲歩^{あゆむ}隊員（写真右から2人目）は筋平・田野倉・仙納、宇野央展^{ひさのぶ}隊員（写真右）は浦田地区全域を担当します。2日(金)には、関口市長から委嘱状が交付されました。

仕事や農業研修、山村留学などで担当地区と縁があり、今回着任した3人の隊員。「以前にお世話になった人たちに恩返ししたい」など、それぞれが意気込みを持って、活動に取り組んでいます。

第一人者が語る市民活動の極意

8月9日(金)：市民活動センター「十じろう」

「私たちがやってきたまちづくり、そして市民活動」と題し、NPO法人市民活動ネットワークひとサポ理事長・渡貫文人さんの講演会が行われました。渡貫さんは、「市民活動などは、初めから“どんなことをすればよいか”とか、“すごいことをしなければならない”といって構えずに、今自分が好きなものや興味のある分野で仲間づくりをすることが大事だと思います。何か思いがあるときは、ぜひ私たちひとサポに協力させてください」と、自らの体験を基にした市民活動の極意などを語りまし



た。講演の後には質疑応答も行われ、参加した32人は第一人者の話に耳を傾けていました。

「森の学校」キョロロ

9月16日～10月15日の里山体験プログラム

日時／テーマ
9月16日(祝)・22日(日)・23日(祝)・29日(日)・10月13日(日)・14日(祝) 午後1時～2時30分／里山の生き物探検☎20人
9月21日(土) 午後1時30分～4時／花ごよみ調査 (無料)
9月28日(土) 午前5時30分～8時30分／探鳥会(無料)、28日(土) 午後1時～3時／キョロロ生物部☎10人
10月5日(土) 午前10時～正午／ブナの森のようちえん☎15組
10月6日(日) 午後1時～3時／稲刈り

※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
※ブナの森ようちえんは1組1,000円(入館料込)、稲刈りは入館料のみ
●集合場所・☎キョロロ☎595-8311

新潟日報社イベント開催

【しんぶんあそび】

新聞ドームなど、新聞紙を使った遊びをします。

9月21日(土)午前10時～午後3時

会クロスステン

講池山崇宏さん(オリガミデザイン)

申・☎新潟日報社 ふれあい事業部(☎025-378-7444)

【みんなの医療・介護NIC健康セミナー】

医療の実情に関する市民向けセミナーや健康相談会を開催します。

第11回山内写真館資料写真展「昭和の十日町」

雪国の暮らしや人々の賑わいの写真など、約80点を展示します。

9月24日(火)～10月6日(日)午前9時～午後7時

会情報館

☎関連イベントとして、10月3日(木)午後1時30分から情報館

第5回市内中学校&十日町ジュニアウインドアンサンブル合同コンサート

9月16日(月)・祝午後2時～3時30分ころ※予定

☎越後妻有文化ホール「段十ろう」

出演＝十日町・中里・松代・

森のめぐみふれあいエコツアー

スギ人工林や広葉樹の森を巡り、木の伐採・製材そして木製品ができるまでの流れを見学します。

9月21日(土)午前9時30分～午後3時40分※市役所本庁駐車場集合

対小学生とその保護者※小学生のみの参加は不可

定先着30人※要事前予約

内午前はベルナティオの森でアルプスアドベンチャー体験、午後は干溝で森カフェ昼食、飲み物、タオル、雨具など

☎森の中に入るの、長袖・長ズボン・運動靴で参加してください

✕9月18日(水)

申・☎南魚沼地域振興局農林振興部林業振興課(☎025-772-8268)

催し・講座

GUIDE

～お知らせ・ガイド～

催し・講座

吉田中学校吹奏楽部、十日町ジュニアウインドアンサンブル

●演奏曲＝ホール・ニュー・ワールド、コパカバーナほか

☎中町(☎090-4003-8872)

まちなかステージ

9月15日～10月14日の行事予定表

月	日	内 容
9月	21日(土)	十日町おもちゃ病院(市社会福祉協議会) ●時間＝午前10時～午後3時(受付午後2時まで) ☎分じろう：ルーム1
	21日(土)～29日(日)	十日町市芸術協会素描展(市芸術協会) ●時間＝午前9時～午後10時※最終日は午後4時まで ☎十じろう：ギャラリー
	5日(土)	お茶にしようじゃねえ会(フォルトネット) DVD上映会「うつを生きる ある会社員の17年」 ●時間＝午後1時30分～3時30分 ☎分じろう：ルーム3 ¥300円
10月	6日(日)	アニメ関連フリーマーケット(アニメフレンズ) ●時間＝午前11時～午後6時 ☎十じろう：ギャラリー
	10日(木)	とおか市(NPOひとサポ) ●時間＝午前9時～午後1時 ☎分じろう：マーケット広場
	12日(土)～16日(水)	絵手紙サークルつわぶき展示(絵手紙サークルつわぶき) ●時間＝午前9時～午後10時※最終日は午後1時まで ☎十じろう：ギャラリー
	13日(日)	とおか市(NPOひとサポ) ●時間＝午前9時～午後2時 ☎分じろう：マーケット広場
	10月7日(月)まで	十日町市最古の文字(柳木田遺跡出土の墨書土器数点) ●時間＝午前9時～午後5時 ☎分じろう：まちの文化歴史コーナー HAKKAKE
10月	9日(水)～	弥生の小壺(牛ヶ首遺跡出土品) ●時間＝午前9時～午後5時 ☎分じろう：まちの文化歴史コーナー HAKKAKE

☎市民交流センター「分じろう」(☎750-7770)・市民活動センター「十じろう」(☎750-7771)

段十ろう

10月のイベント予定表

日	内 容
6日(日)	ゴスペルの祭典IN新潟 ※詳しくは14ページ
9日(水)	映画「縄文にハマる人々」上映会と縄文対談 ●開場時間＝午後6時 ☎ホール
20日(日)	懐メロ歌謡ショー ●開場時間＝午後2時30分 ☎ホール ¥前売り700円、当日1,000円
24日(木)	十日町市公民館70周年記念式典 ●開演時間＝午後6時 ☎ホール
26日(土)	学校行事 合唱コンクール・合唱祭 ●開場時間＝午前11時 ☎ホール
27日(日)	学校行事 合唱コンクール・合唱祭 ●開場時間＝午前10時 ☎ホール
31日(木)	十日町市中魚沼郡小学校北部音楽交歓会 ●開場時間＝午前9時30分 ☎ホール

- 利用申込時に情報掲載を希望したイベントのみお知らせします
- チケット残数については問い合わせてください
- 段十ろうホームページ、Facebookでもイベント情報を随時お知らせしています

☎越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館「段十ろう」(☎757-5011)

第55回十日町市中魚沼郡児童生徒科学発表会

小学校…9月26日(木)午後1時45分～4時30分、中学校…9月27日(金)午後1時45分～4時30分

会情報館

☎理科教育センター(☎752-4632)

Oh!むかしマルシェ

オーガニック&クラフトをメインにしたマルシェです。商品を買って「おおむかしポイント」を集めると、先着で景品がもらえます。子どもには風船のプレゼントがあります。

9月29日(日)午前10時～午後3時

会笹山縄文館・広場

わんわん運動会inベルナティオ・動物愛護推進大会inとおかまち

【わんわん運動会】

●時間＝午前10時～午後2時 ※受付開始午前9時

¥1頭千円(申込不要)

内お手おかわりゲーム、早食い競争ほか

【動物愛護推進大会】

●時間＝午前11時30分～正午

内長寿動物飼育功労者の表彰(共通)

9月29日(日)

会当間高原リゾートベルナティオ特設芝生広場

入場無料 古民家で野の花展

9月28日(土)・29日(日)午前10時～午後4時

会奴奈川姫の家(室野)

☎野の花を活ける会・岩田(☎090-5255-9699)

第18回 信濃川水辺の楽校

信濃川周辺に生息する水生生物などを観察し、自然を感じるゲームをします。

9月21日(土)午前9時45分～正午 ※受付午前9時30分～

会つまりっ子ひろば

対子どもとその保護者

¥200円※観察ガイド1冊300円

持筆記用具、帽子、長靴、雨具、水筒、虫よけ

☎天候により中止することあり※小雨決行

✕9月19日(木)

申・☎水辺の楽校活用協議会事務局(建設課監理係内・☎757-3117)

申・問 十日町保健所衛生環境課 (☎757-2707)

ナカゴでハロウィンフェス & 秋もパンまつり

一足早いハロウィンを楽しみませんか。

日 9月29日(日)午前10時〜午後3時

会 ナカゴグリーンパーク芝生広場

内 雑貨などのマルシェ、ミニライブ、パンの販売、パターゴルフ・ハロウィンカップ (要当日エントリー)、ピング大会(仮装して無料仮装なしは100円※先着100人)

問 ナカゴグリーンパーク (☎768-4419)

十日町都市計画変更(素案)説明会・公聴会

【素案説明会】

日 9月30日(月)午後7時

会 流雪溝中継ポンプ場2階

【公聴会(予定)】

日 10月23日(水)午前10時

会 市役所本庁大会議室

※9月30日(月)から10月14日(月)・祝までに都市計画課に

公述申出書を提出してください。申出の条件などの詳細は問い合わせください。申出がないときは、公聴会は開催しません

〔共通〕

内 駅西地区の一部の用途地域を「第一種住居地域」から「第二種住居地域」へ変更、地区計画の指定

問 都市計画課都市計画係 (☎757-9937)

情報館コンピューター講習エクセル中級

日 10月1日(火)〜15日(火)の毎週火・木曜日午後7時〜9時 ※全5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

¥ 5千円

定 15人※5人以下は中止のときあり

内 複数シートの活用やデータ分析など、初級より高度な機能の使い方を学びます

✕ 9月28日(土)

会・申・問 電話やFAXで郵便番号、住所、氏名、電話番号を情報館へ (☎750

―5100、F750-103)

子育てママ対象 再就職支援セミナー

日 10月4日(金)午前10時〜11時30分

会 ハローワーク十日町2階会議室

対 出産・子育てなどを理由に離職し、再就職を希望する人

定 15人

内 保育園制度・子育て支援制度について、再就職活動のポイント、職業訓練事務

応用科2期について

申・問 ハローワーク十日町就職相談部門 (☎757-2407)

マスコミでは報道されない事実 原発ぶっちゃけトーク第4弾

日 10月4日(金)午後6時30分〜8時30分ころ

会 情報館

定 先着100人(事前申込不要) 講 おしどりマコ&ケン

問 十日町平和センター (☎757-0272) ※午前10時〜午後1時

第19回 みつば祭

3つの障がい福祉施設(エンゼル妻有・身体障がい者福祉センター・なごみの家)の文化祭です。

日 10月12日(土)午前10時30分〜午後2時30分

会 なごみの家、エンゼル妻有中庭

内 各施設利用者の作品展示、授産製品・軽食販売、ステージ演芸ほか

問 実行委員会事務局・なごみの家 (☎752-5212)

消費税軽減税率制度説明会

10月から消費税の引き上げと軽減税率制度が実施されます。税務署では軽減税率制度の円滑な実施に向けて、説明会を開催します。

日 10月16日(水)・28日(月)・11月14日(木)・28日(木)全日とも午後2時〜3時30分

会 十日町税務署1階会議室

定 30人※要事前予約

申・問 十日町税務署法人課税部門 (☎756-6003)

第20回 交通安全大会

日 10月19日(土)午後1時30分

会 市総合体育館

内 式典、アトラクション(交通安全漫談、県警音楽隊によるドリル演奏)

問 十日町地区交通安全協会 (☎757-6055)

手話フェスタ

手話を身近に感じ、理解を深めませんか。

日 10月20日(日)午後1時30分〜3時30分※受付開始午後0時30分

会 千手中央コミュニティセンター

定 150人※当日参加も可能ですが、できるだけ事前申込みをしてください

内 ミニコント・手話体験コーナー、千手保育園児の手話

歌とダンス、高木里華さんの手話パフォーマンズ

他 手話通訳、要約筆記がつきます

申・問 市社会福祉協議会 (☎750-5010)

国民文化祭 安吾フェスin十日町 ～十日町で安吾を語ろう～

【10月19日(土)開催】

●時間＝午後1時〜4時

会 大棟山美術博物館

定 70人※要事前申込

内 十日町高校松之山分校生徒の書道作品披露、下山静香ピアノ(+ α)コンサート「安吾が愛したサティ〜音楽界の悪童〜」、各地の安吾の会の皆さんによる活動紹介



下山静香さん

〈共通〉

申・問 チラシの申込書または必要事項(参加イベント・氏名・連絡先)を文化財課へ (☎757-5531・電子メール: museum.10@city.tokamachi.lg.jp)

【10月20日(日)開催】

●時間＝映画上映: 午前10時〜午後0時40分、講演会: 午後1時30分〜4時

会 情報館

定 映画上映、講演会とも90人※要事前申込、映画上映は15歳未満の入場はご遠慮ください

内 映画「白痴」(坂口安吾原作・手塚真監督)上映と講演会

※文芸作品を原作とした映画の題名

講 手塚真さん(ヴィジュアルリスト)、坂口綱男さん(写真家・著述業)



手塚真さん



坂口綱男さん

国民文化祭 林修 講演会 「鈴木牧之のふるさとで想うこと」

雪の価値の再認識と「北越雪譜」の世界観、湯沢・魚沼エリアの今後の発展可能性を皆さんで考えませんか。

日 10月12日(土)午後2時〜

会 塩沢中学校体育館(南魚沼市)

¥ 無料※ただし事前申込みが必要

定 800人

申・問 往復はがき(1枚につき2人まで申し込み可)で 〒949-6680 南魚沼市六日町865番地 南魚沼市社会教育課文化振興係「林修講演会」係へ (☎025-773-3756)

国民文化祭 ゴスペルの祭典IN新潟 チケット発売中 ～段十ろうに響く愛と魂の歌声～

十日町市から世界へゴスペルの魅力、素晴らしさを発信します。

日 10月6日(日)午後1時※開場午後0時30分〜

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

対 小学生以上※未就学児入場不可

¥ 前売り3,000円(当日500円増し)※全席自由席

定 700人

他 車いす席希望者はチケット購入時に申し出てください

●チケット取り扱い＝越後妻有文化ホール「段十ろう」、千手中央コミュニティセンター、松代・松之山温泉観光案内所、e+^{イープラス}(PC&携帯)

問 生涯学習課 (☎757-5011)

会・申・問 下条公民館（☎755―2004）

とおかまち随筆クラブ
第10回エッセイコンテスト作品募集

優秀作品には副賞で図書カードを贈呈します。

テーマⅡ食（事実に基づき、自身が体験したことやそこから感じたこと）

提出様式Ⅱ400字詰め原稿用紙2〜3枚。1行目は作品名、2行目は作者名を明記し、本文は4行目から記入※パソコンなどでの作成も同様

対 市内・津南町に在住または在学・在勤の人

※10月4日金必着

申・問 作品と、氏名・フリガナ・生年月日・性別・住所・電話番号を明記した紙を同封し、郵送で〒948―0028 田中町西9番地1とおかまち随筆クラブ・小川へ（☎090―1604―1045）※封筒に「エッセイコンテスト作品在中」と明記すること

日 日時 休 休館日 会 会場 対 対象者 ¥ 料金（記載がないときは無料） 定 定員 内 内容 持 持ち物 講 講師 他 その他 ✕ 締め切り 申 申し込み 問 問い合わせ F A X

市文化協会連合会25周年記念事業
ラ・フォンテヴェルデ
クリスマスコンサート

「言葉と音楽の融合」を指す、日本では数少ない本格的マドリガーレ・アンサンブルをお楽しみください。

日 11月27日(水)午後6時30分〜

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

対 小学生以上※未就学児入場不可

¥ 前売り2500円（当日500円増し）※全席自由

他 車いす席希望者はチケット購入時に申し出てください

● チケット販売Ⅱ9月20日(金)午前9時から越後妻有文化ホール「段十ろう」、e+（PC&携帯）で販売開始

問 生涯学習課（☎757―5011）

フナタリウムドーム中里きんら
10月の番組情報

日 毎週(日)午前11時〜11時45分

内 今夜の星空・エラストネス物語

問 中里公民館（☎763―2493）

第14回なかさと食の文化祭
出品者募集

家庭料理を持ち寄り、コツや料理にまつわる思いを語りながら、交流しませんか。出品した人には出品料理の記録集を贈呈します。

日 10月27日(日)午前10時30分〜11時30分（試食会は午後0時30分〜）

会 中里ショッピングセンターユーモール

内 わが家のこつとお、キャラ弁・わが家のお弁当

※10月11日(金)

● 出品方法Ⅱ1品につき2皿（家庭用皿で可）を、当日会場へ持参

問 中里支所地域振興課（☎763―2511）

上越テクノスクール
在職者訓練受講生募集

【採用担当者のためのプレゼンテーション講座】

日 10月11日(金)・24日(木)午前9時30分〜午後4時30分

【JWCAD初級コース②】

日 10月12日(土)・19日(土)午前9時〜午後4時

募集

まちなかステージ立体
駐車場定期利用募集

対 市内に在住・在勤の人、または市内の事業者※中心市街地活性化基本計画で定める区域外の人も可

¥ 月額1万3千円

● 募集台数Ⅱ数台（8月末時点での空き区画数）※応募多数のとき抽選

● 利用期間Ⅱ10月1日(火)〜令和2年3月31日(火)※年度ごとに申請が必要

※9月20日(金)必着

申・問 定期利用仮申請書（都市計画課に配置、ひとサポート可）をNPO法人市民活動ネットワークひとサポへ（☎761―7444）

新保広大寺節保存会 特別稽古

新規会員を募集します。特別稽古に参加しませんか。

日 9月20日(金)・27日(金)・10月4日(金)各日午後7時30分〜9月19日(木)

ヘルスマイトセミナー受講者募集

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：ヘルスマイト）の養成セミナーを開催します。生活習慣病予防やバランスのとれた食事など、健康づくりに必要な知識を仲間と一緒に学びませんか。



日／内 下表のとおり ※講師などの都合により、日程・内容を変更する場合があります

日 時	内 容
9月27日(金) 午前9時～正午	・健康づくりの基本、国の現状 ・十日町市の健康状況や健康づくりのすすめ
10月5日(土) 午前9時～午後3時	・消化と吸収、からだのしくみ ・調理実習（計量のしかた） ・食べたら動こう！効果的な運動
10月17日(木) 午前9時～午後3時	・生活習慣病を防ぐには？ ・調理実習（生活習慣病予防の食事） ・食中毒、食品表示について
10月27日(日) 午前9時～午後3時	・栄養計算、献立の考え方 ・災害時にも安心◎パッキング実習 ・バランスのとれた献立を考えてみよう
11月1日(金) 午前9時～午後3時	・正しい口腔ケア ・年代別の食育 ・調理実習（3・1・2弁当箱法で作るオリジナル弁当）

- ※次の全てを満たす人
- ・概ね65歳以下
 - ・原則全日程参加できる
 - ・セミナー終了後、食生活改善推進活動に参加できる

定20人

- 会 保健センター（市役所本庁隣）
- ¥ 3,000円（テキスト代、調理実習材料費）
- ※9月18日(水)
- 申・問 健康づくり推進課成人保健係（☎757-9764）



公の施設の指定管理者を募集します

募集区分により、期限までに所定の申請用紙を提出してください。募集資格や業務内容などは市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

● 指定期間＝令和2年4月1日から令和7年3月31日まで

※10月10日(木)正午

募集区分		対象施設	問合せ先・応募先
1	身体障がい者福祉センター	・身体障がい者福祉センター	福祉課 ☎757-3782
2	川西高齢者コミュニティハウス	・川西高齢者コミュニティハウス（千寿 せんじゅ さくら荘）	川西支所市民課 ☎768-4956
3	川西地域観光施設	・健康増進施設（ひだまりプール） ・川西総合緑地公園 ・里創プラン川西ステージ（光の館、中子節黒城跡連結道路、コテージ、遊歩道） ・千手温泉施設（千年の湯）	川西支所地域振興課 ☎768-4951
4	中里地域観光施設	・清津峡溪谷歩道トンネル（エントランス施設、トンネル施設） ・宮中島温泉施設（ミオンなかさと） ・中里地域農産物等活用型総合交流促進施設（ゆくら妻有）	中里支所地域振興課 ☎763-2511
5	松代地域観光施設	・まつだい芝峠温泉（雲海） ・松代ファミリースキー場 ・まつだいふるさと会館	松代支所地域振興課 ☎597-2220

〈共通〉

会・申・ 県立上越テクノスクール (上越市・ ☎ 025-5445-2190)

魚沼テクノスクール
入校生・受講生募集

【事務養成科2期】

日 10月11日(金)〜令和2年1月9日(木)午前9時〜午後3時50分

【介護職員のための腰痛を防止する介護技術コース】

日 10月30日(水)・31日(木)午前9時30分〜午後4時30分

【事務応用科2期】

日 11月8日(金)〜令和2年3月5日(木)午前9時20分〜午後3時50分

〈共通〉

問 県立魚沼テクノスクール (魚沼市・ ☎ 025-794-2410)

せんだ元気ハウス
入居者募集

対 市内に住所を有し、冬期間の自宅での生活に不安がある高齢者など

● 住所 中仙田甲826-3
● 募集戸数 1人部屋6帖D

K・5室

¥ 9千円※光熱水費別

☒ 10月18日(金)

申・ 関川西支所地域振興課 (☎ 768-4951)



施設外観

第15回ほくほく線元気まつり
フォトコンテスト参加者募集

「第15回ほくほく線元気まつりinまつだいく秋の宴」では、おまつり写真コンテストを同時開催します。優れた作品は次回のポスター・チラシに採用します。

日 10月20日(日)午前10時30分〜午後4時30分

会 ステージ会場・まつだいくド会場・ほくほく通り
他 できるだけ公共交通機関を利用して来場してください

福祉・健康



☒ 11月6日(水)

申・ 関松代支所地域振興課 (☎ 597-2220) ※要事前申込

10月の全血献血

● 株大和伸管所新潟橋工場 10月7日(月)午前10時〜11時15分

● 千手中央コミュニティセンター 10月7日(月)午後1時30分〜3時30分

問 健康づくり推進課母子保健係 (☎ 757-9759)

敬老祝金等支給事業
100歳88歳おめでとうございます

日 9月14日(土)

対/ 内 100歳(大正8年4月1日〜大正9年3月31日生まれ)の人/祝金5万円贈呈(お届け)、88歳(昭和6年4月1日〜昭和7年3月31日生まれ)の人/記念品贈呈(郵送)
問 医療介護課高齢者支援係 (☎ 757-9758)

スポーツ

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、自分に合った子育てを学びます。子育てを楽しむヒントを、一緒に見つけませんか。

日 10月2日〜11月6日の毎週水曜日午前9時45分〜11時45分※全6回

会・ 関サンクロス十日町
対 4か月〜5歳の子どもらいるお母さん

¥ 無料※初回にお茶代として600円支払い

定 先着15人
持 マグカップ

講 羽鳥みさとさん、渡辺和美さん(NP認定ファシリテーター)

他 保育あり※無料・要事前申込
☒ 9月20日(金)

申・ 関健康づくり推進課母子保健係 (☎ 757-9759)

応急手当講習会
救命入門コース(45分コース)

日 10月5日(土)午前9時〜9時45分

内 心肺蘇生法、AEDの取り扱い

会・ 申・ 関消防本部警防課救急室 (☎ 757-1558)

認知症講演会
「もっと知ろう 認知症のこと」

日 10月6日(日)午後2時〜4時

※受付午後1時30分〜

会 千手中央コミュニティセンター

講 杉山美香さん(地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター 臨床心理学博士)
問 医療介護課高齢者支援係 (☎ 757-9758)

赤十字救急員養成講習会

日 10月12日(土)〜14日(月)午前9時〜午後5時

会 市民交流センター「分じろう」
対 満15歳以上で、3日間の全日程を受講できる人

定 先着20人
内 急病の手当、けがの手当(止血法・包帯法・固定法)、

十日町体力づくり支援センター
プール無料開放

日 9月16日(月)・ 例午前10時〜午後5時

会・ 関十日町体力づくり支援センター (☎ 758-3343)

市民ハイキング乗鞍岳

日 9月29日(日)午前5時30分〜午後7時30分(クロスステン発着)※小雨決行。荒天時は畳平の周辺散策

定 40人
¥ 6千円

他 9月26日(木)午後7時30分から市総合体育館で参加者説明会を開催

☒ 9月20日(金)
申 市総合体育館

問 市山岳協会・大島 (☎ 09-0-7815-0184)

秋の小松原湿原トレッキング

池塘やベニサラサドウダンツツジの紅葉、高山植物を観察します。ガイドによる解説

搬送および救護
¥ 3200円(教材代、保険料)
● 資格有効期限 5年間※救急員認定証交付は学科実技とも80点以上の人
☒ 10月2日(水)
申・ 関日本赤十字社十日町市地区(市社会福祉協議会内・ ☎ 750-5010)

慢性腎臓病予防講演会

日 10月17日(木)午後7時〜8時
※受付午後6時30分〜

会 保健センター(市役所本庁隣)
内 慢性腎臓病にならない、悪化させない生活習慣の注意点くあなたの腎臓、だいじょうぶ?〜
講 飯野則昭さん(魚沼基幹病院 腎臓内科部長)

☒ 10月10日(木)
申・ 関健康づくり推進課成人保健係 (☎ 757-9764)

もあり、知識も深まります。

日 9月29日(日)午前7時10分〜午後5時※予定

会 小松原湿原※集合・解散は中里支所

対 往復約7時間のトレッキングができる人

¥ 6千円※送迎バス、ガイド料、保険料、中里共通入浴券含む

定 23人※最少催行人数5人
持 飲み物、昼食、長靴か防水のトレッキングシューズ、帽子、防寒具、ゴミ袋、タオル、雨具など
他 天候、現地状況により中止のときあり

☒ 9月19日(木)
申・ 関協会ホームページ「ツアー情報」または小松原トレッキングチラシ裏面の申込書をFAXで(一社)十日町市観光協会中里事務所へ (☎ 763-3168、 ☎ 763-2044)

千歳ヶ丘トレッキングコース
第4回 健康ウォーク

秋の風を感じながら、気持ちの良い汗を流しませんか。
日 9月29日(日)午前9時総合公

●**9月30日(月)**
市総合体育館（☎752-4377）、川治公民館（☎752-2223）、六箇分館（羽根川荘）（☎752-5434）へ
●**六箇体育協会・福崎**
（☎090-2312-4891）
●**第13回秋のノルディックウォーキング2019 in 吉田**
●**10月6日(日)**午前9時20分（受付午前8時50分）※雨天決行
●**吉田クロスカントリー競技場周辺コース**
●**¥**千円、中学生以下700円（豚汁・くじ引き引換券付き）※当日参加は300円増し
●**内**星と森の詩美術館コース（初心者向け）…約5〜7キロメートル、クロスカントリーコース…約7〜10キロメートル
●**持**運動できる服装、着替え、タオル、飲み物、ポール（1組300円でレンタル可）、雨具
●**他**とおかまち健康ポイント対

●**象事業**
●**☎**10月1日(火)
●**申・岡**吉田クロスカントリーハウス（☎752-3103）
●**くらし・相談**
●**9月の納税・納付**
●**9月**は固定資産税第3期、国民健康保険税第3期、後期高齢者医療保険料および介護保険料第6期の納付月です。期限（9月30日）内に納めましょう。
●**岡**税務課（☎757-3113）・市民生活課（☎757-3735）・医療介護課（☎757-3757）
●**10月の休館日**
●**段**十ろう14日(月)・28日(月)
●**千手中央コミュニティセン**ター11月毎週(火)
●**児童センター「めぐらんど」**11月毎週(木)
●**情報館**11月28日(月)
●**博物館**11月7日(月)・15日(火)・21日(月)・28日(月)
●**まつだい郷土資料館・まつだい雪国農耕文化村センター**

●**（農舞台）**11月毎週(水)
●**市総合体育館**11月15日(火)
●**川西総合体育館**11月23日(水)
●**なかさとアリーナ（中里体育館）**11月8日(火)
●**松代総合体育館**11月毎週(月)
●**ひだまりプール**11月毎週(火)
●**キヨロロ**11月1日(火)・8日(火)・15日(火)・18日(金)・23日(水)・29日(火)
●**分じろう**11月毎週(火)
●**十じろう**11月毎週(火)
●**軽自動車税の税制改正**
●**10月1日**から、軽自動車税は「環境性能割」と「種別割」の2種類で構成されます。
●**【環境性能割】**
●**自動車取得税（県税）**が廃止となり、導入されます。
●**対**10月1日以後に取得する三輪以上の軽自動車（新車・中古車問わず）で取得価格が50万円を超える車両
●**税率**11月車両の環境性能などに応じて0〜2%です。また、自家用の軽自動車を10月1日から令和2年9月30日までに取得したときは、税率を1%軽減する特例措置が受けられます。

第19回 ゆずりますゆずってください「ゆずります」品物募集

- 対**市民
●**☎**10月10日(木)
●**申**所定の申請用紙（市消費生活センター・各支所に配置、または市ホームページでダウンロード可）に、品物の写真を添付して市消費生活センターへ提出
●**募集物品**=スポーツ用品（自転車・スキーなど）、レジャー用品（楽器・アウトドア用品など）、乳幼児・子ども用品（ベビーカー・チャイルドシートなど）、介護用品（車いすなど）、家具、家電リサイクル法対象でない家電製品
●**取り扱いできない物品**=エアコン・テレビ(液晶・プラズマ含む)・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機、長期保存で品質が変化する

もの（植物油・食品・堆肥など）、取り扱いに資格が必要なもの（医薬品・農薬・灯油など）、法律に反するもの（違法コピー商品など）、修理などしなければ使用できないもの、ほか消費者協会が認めないもの（貴金属・金券・車・バイク・農機具・タイヤ・パソコンなど）
●**※衣類・おもちゃ・食器などは、不用品代理販売会を行います。詳しくは問い合わせてください**
●**注意**=「〇〇ゆずってください」の募集はしません。ゆずる人・ゆずり受ける人双方に連絡先を開示することを承諾してください
●**岡**市消費者協会（市消費生活センター内・☎757-3740）

●**園**駐車場出発（受付午前8時30分）※小雨決行
●**コース**11総合公園〜赤城址〜あじさい公園（往復約8km）
●**¥**500円※保険料含む
●**定**100人
●**持**昼食（おにぎりなど）・水筒・雨具など
●**他**記念品、豚汁サービスあり。小学生以下の参加は保護者同伴
●**☎**9月24日(火)
●**申・岡**南地域自治振興会・竹内（川治公民館内・☎761-7120）
●**第39回妻有街道歩け歩け大会**
●**妻**有郷から三国峠越えの街道を歩きますか。いも掘り・ざるそば・山賊汁を楽しめます。
●**日**10月6日(日)午前8時30分（受付午前8時）※小雨決行
●**コース**11市役所前〜六箇〜栃窪峠（約18km）※帰りはバス
●**¥**1800円、中学生以下千円※当日支払い
●**定**100人
●**持**昼食（おにぎりなど）・水筒・雨具など

第15回 市民スポーツ大会

期 日	大 会 名	会 場	問 合 せ
9月29日(日)	乗鞍岳ハイキング※詳しくは19ページ	乗鞍岳	大島和弘 ☎090-7815-0184
	ソフトテニス大会	信濃川運動公園庭球場	櫻澤晋介 ☎090-4126-9037
9月28日(土)・29日(日)	十日町ライオンズクラブ杯学童野球大会	総合公園野球場笹山野球場 河川敷A・B・C	山口 亮 ☎090-3213-5609
10月6日(日)	空手道競技会	総合体育館	西野弘幸 ☎757-8339
	第48回郡市柔道大会	中里体育館（柔道場、剣道場）	庭野敏春 ☎090-4822-8605
10月11日(金)	剣道競技大会	十日町総合体育館剣道場	渡辺隆之 ☎090-8017-4955
10月13日(日)	ソフトボール大会	信濃川運動公園野球場B・C	山家 満 ☎090-4677-5293
	400歳野球大会	総合公園野球場	山口 亮 ☎090-3213-5609
	硬式テニスダブルス大会	総合公園庭球場	湯川 宏 ☎090-4545-5354
	男女混合9人制バレーボール大会	川西総合体育館	小嶋百合子 ☎090-3063-4393
	第55回市民体操大会	十日町高校東体育館	滝沢 広 ☎757-1752
	第2回市民ビーチボール大会	松代総合体育館	丸山良子 ☎090-2317-9298
10月14日(日)・(祝)	市長杯争奪ゲートボール大会	吉田XC競技場多目的運動広場	久保田行雄 ☎090-5493-5126
	卓球大会	十日町総合体育館	高橋博夫 ☎080-3003-7085
	第35回市民ジュニアバドミントン大会	なかさとアリーナ	柳 信之介 ☎090-6224-6918
	～家族・ともだち・みんなで走ろう～ 2019 十日町RUN・ラン リレーカーニバル	十日町市陸上競技場	近藤俊介 ☎090-2469-1363
10月20日(日)	宮沢杯・小山杯争奪バスケットボール大会	なかさとアリーナ	池田 実 ☎090-1423-1251
	秋季市民バドミントン大会	十日町・川西総合体育館	澤潟康宏 ☎090-4823-2536
11月4日(月)・(振)	相撲競技大会	十日町総体武道館相撲場	福原忠之 ☎090-4930-2819
令和2年2月9日(日)	市民スキー選手権大会 クロスカントリー競技	吉田クロスカントリー競技場	根津洋平 ☎090-1534-2444
	市民スキー選手権大会 アルペン競技	松代ファミリースキー場	柄澤健太 ☎765-2480

◆10月の健康・福祉の相談

保健師による健康相談

日 7日(月)午前9時30分～11時30分
会 保健センター（市役所本庁隣）
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

日 2日(水)午後2時～4時
会 十日町地域振興局健康福祉部（保健所）
☒ 9月27日(金)
申・問 十日町地域振興局健康福祉部（保健所・☎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の悩みを相談できます。
日 24日(木)午後6時～8時
会 保健センター（市役所本庁隣）
☒ 21日(月)
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 1日(火)午後2時～3時30分
会 松代病院
申・問 十日町地域振興局健康福祉部（保健所・☎757-2402）

アルコール問題を抱える人の集い

日 10日(木)午後2時～3時30分
会 松之山支所
申・問 十日町地域振興局健康福祉部（保健所・☎757-2402）

手話奉仕員窓口配置

日 2日(水)・16日(水)午前11時～午後3時
会・問 福祉課（☎757-3782）

発達支援に関する相談

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）
対 18歳まで
問 発達支援センター（☎752-7270）

◆10月のそのほかの相談

行政相談

日／会 11日(金)午前10時～正午／本庁相談室、16日(水)午後1時30分～3時30分／はあとふる川西（人権相談と合同）、17日(木)午前10時～正午／中里庁舎
問 市民生活課市民係（☎757-3116）

法律相談

日 3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)午後1時30分～4時
会 本庁相談室
申・問 市民生活課市民係（☎757-3116）※要予約

10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直接センターに問い合わせてください）

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
6日(日)	休日一次救急診療センター（国保川西診療所内）	高原田（川西）	768-2034
13日(日)			
14日(月・祝)			
20日(日)	※休日一次救急診療センターは、急な発熱などで具合が悪くなったときに「応急手当」が受けられるところです		
22日(火・祝)			
27日(日)			

休日一次救急診療センターご案内



- ・各種予防接種や予防診療、登園・登校許可証の記入はできません。平日にかかりつけ医や近くの病院へ問い合わせてください
- ・仕事や学校が休みという理由で、平日に受診せず、休日に受診しようとする安易な「コンビニ受診」は控えてください。真に救急対応が必要な人への診療が遅れる原因になります
- ・休日や夜間に医療機関の受診の判断に迷ったときは、下記の「電話による健康相談」などを利用してください
- ・津南病院では土曜日（第5除く）に内科と小児科の診療を行っています

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・相談無料
専用ダイヤル登録用QRコード



新潟県こころの相談ダイヤル

☎0570-783-025
※24時間・年中無休

救急医療電話相談(概ね15歳以上)

☎ #7119

日 毎日午後7時～翌朝午前8時

内 急な病気やけがなどに関する相談

小児救急医療電話相談(15歳未満)

☎ #8000

日 毎日午後7時～翌朝午前8時

内 急な発熱やけがなどに関する相談

10月の乳幼児相談

〔健康相談〕

期 日	会場・受付時間
2日(火)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時30分
10日(水)	松之山 子育て支援センター「にこにこ」 午前9時30分～10時30分 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 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
11日(金)	
15日(火)	保健センター（市役所本庁隣） 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〕

期 日	受付時間	内容
10日(水)	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
29日(火)	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

会・問 子育て支援センター「くるる」 ☎757-1008

離乳食教室

〔離乳のはじめてコース〕

日 10月15日(火)
対 5～6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 保健センター（市役所本庁隣）
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 10月2日(火)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 未就学児とその保護者
持 歯ブラシ・母子健康手帳・タオル
問 川西支所市民課市民係 ☎768-4956

10月の乳幼児健診

会 保健センター（市役所本庁隣）

持 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	23日(火)	午後1時～1時30分	元年6月生まれ乳児
10か月児身体測定	24日(水)	午前9時～9時30分	30年12月生まれ乳児
1歳6か月児健診	16日(火)	午後1時～1時30分	30年3月生まれ幼児
2歳6か月児身体測定	16日(火)	午前9時～9時30分	29年4月生まれ幼児
3歳6か月児健診	15日(火)	午後1時～1時30分	28年4月生まれ幼児

問 健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

あいどるきやう



姉のゆめちゃん(8歳)と兄の琉依ちゃん(6歳)と一緒に

庭野 晟依ちゃん(11か月)

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

末っ子の晟依ちゃんは好奇心・食欲が旺盛で甘えん坊。トマトが好きで、よく食べます。先日、家族でディズニーランドへ遊びに行きました。スティッチのショーで曲が流れると、手をパチパチして喜んだ晟依ちゃん。そんな弟を、姉のゆめちゃんは「かわいい」と話してくれました。

小さなムラの大きなものがたり

No.
16

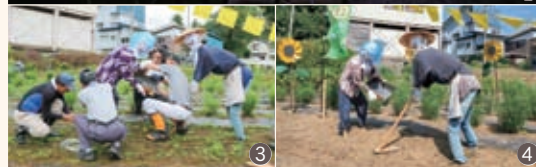
ちとせ
松代千年集落
「やろね会」



松代中部地区にある千年集落では、若者が少なくなっていく現状から、老若男女問わず「集落のために自らが動かなくては」と互いに呼びかけ、「やろね会」が結成されました。主な活動は、集落の行事運営や「越後まつだい冬の陣」の神輿合戦への参加です。昨年から新しく、国道沿いに、かかしやイルミネーションを設置して、「千年集落がある」ということを知ってもらう活動に取り組んでいます。また、かかしが設置されている付近では、集落内の「老人会」・「千年棚田保全会」とともに、農村環境保全活動としてヤナギバヒマワリの植栽を行っています。一面に咲きそろうヤナギバヒマワリの中で、かかしがほほ笑むシーンを秋ごろには見ることができるとしています。

こうした活動により、車を停めて写真を撮る人の姿やSNSでうれしい投稿コメントが増えるなど、地元の皆さんの活力につながるようになりました。集落の人が笑顔になるよう、小さなことを積み重ねていき、大きな目標につなげていければと思います。今後は、訪れた人たちと交流ができるような仕掛け作りを考えていきます。ぜひ、見に来てください。

小さな集落を知ってもらう取組み



片桐 望

地域おこし協力隊
松代中部地区担当

やろね会の人たちは、千年集落のためにどうしたら良いのか、皆さん全員で真剣に意見を出し合います。意見を出しやすいムード作りや、新しい活動のアイデアを取り入れようとする姿勢に学ぶことばかりで、今後も活動のお手伝いできればと思っています。皆さんも一緒に神輿を担いでみませんか。

- ①「越後まつだい冬の陣」で開催される「活き生き神輿合戦」。今年は手作り部門賞を受賞しました。「やろね会」では神輿と一緒に担いでくれる人を募集しています。
- ②神輿を国道沿いにイルミネーションとして設置しました。
- ③かかし設置作業の様子。「やろね会」の皆さんが集まり設置しました。
- ④かかしの「えみこ」と「ひでとし」さんは、実際にいる集落の人がモデルです。