

とおかまち

Public Relations

市報



2020
2/10

令和2年 2月10日号

No.335

白銀に刻む
シユプール

誰よりも
速く

特集

心をつなぐ手話
共生社会の実現に向けて

(4～7ページ)

主な内容

- 2 越後妻有 雪花火
ピックアップニュース
- 8 第32回雪原カーニバルなかざと
まちづくり(総合計画)に関するアンケート調査結果
- 9 所得税、市民税・県民税の申告
- 10 令和2年度各種健(検)診の申込み
- 11 財政事情の公表
- 12 国保川西診療所からのお知らせ
市次期一般廃棄物最終処分場整備工事
- 13 タウントピックス
連載コーナー①
- 14 わたしの会社のいちおしワーカー
- 15 お知らせ・ガイド
- 29 ちびっこひろば／子ども情報のひろば
- 31 健康・福祉相談、休日救急医など
連載コーナー②
- 32 小さなムラの大きなものがたり

会場へは無料シャトルバスを利用してください

会場へは一般車両の入場のほか、会場付近への送迎もできません。
必ず無料シャトルバスを利用してください。

越後妻有雪花火 無料シャトルバス 運行表



- 時刻はあくまでも目安です。道路状況等により多少変動します
- 花火打ち上げ間際に会場に到着するシャトルバスはかなりの混雑が予想されます。時間に余裕を持ってご乗車ください
- シャトルバス発着所付近の臨時駐車場には限りがあります。公共交通機関の利用をお勧めします

会場行きシャトルバス

【十日町駅西口発⇒十日町市役所⇒ベルナティオ】

臨時駐車場：立正佼成会十日町教会・十日町市役所・十日町税務署

停留所	始発時刻		最終時刻
十日町駅西口	午後2時30分	～10分おきに 出発～	午後5時30分
十日町市役所	午後2時35分		午後5時35分
ベルナティオ	午後3時10分到着		午後6時10分到着

【卸売市場発⇒JA十日町本店⇒水沢公民館⇒馬場バス停⇒ベルナティオ】

臨時駐車場：卸売市場・JA十日町本店（水沢公民館と馬場バス停にはなし）

停留所	始発時刻		最終時刻
卸売市場	午後2時30分	～10分おきに 出発～	午後5時30分
JA十日町本店	午後2時35分		午後5時35分
水沢公民館	午後2時55分		午後5時55分
馬場バス停	午後3時		午後6時
ベルナティオ	午後3時10分到着		午後6時10分到着

【ミオンなかさと⇒なかさとアリーナ⇒中里支所⇒ベルナティオ】

臨時駐車場：ミオンなかさと・なかさとアリーナ・中里支所周辺

停留所	始発時刻		最終時刻
ミオンなかさと	午後2時30分	～10分おきに 出発～	午後5時30分
なかさとアリーナ	午後2時40分		午後5時40分
中里支所	午後2時45分		午後5時45分
ベルナティオ	午後3時05分到着		午後6時05分到着

会場発・帰り便シャトルバス

花火打ち上げ終了後、満車になりしだい順次発車します。花火終了直後は非常に混雑し、バスの乗車まで時間がかかることが考えられます。十分な防寒の準備をお願いします。

世界
最大級

雪上
三尺玉

2月29日(土)

越後妻有雪花火

ギフトフォーフロズン
ヴァイレッジ
Gift for Frozen Village 2020

間観光交流課芸術祭企画係
☎75712637

文化庁「日本博」主催・共催型プロジェクト

日本を代表する文化・芸術プログラムとして認められ、文化庁「日本博」主催・共催型プロジェクトとして開催します。
雪原に広がる光の花畑、高橋匡太「Gift for Frozen Village 2020」。
さらに三尺玉花火、ミュージックスターマインが冬の夜空を彩ります。

Photo by Ayumi Yanagi

当間高原リゾート
ベルナティオ

花火以外
にも見どころ
満載！



3



1



2



- ①「越後妻有の食」を提供する屋台も出店
- ②ミュージックスターマインは、初のオリジナル曲（作曲mica bando）でお送りします
- ③日本酒ブースも初登場。飲み比べも楽しめます

光の種サポーター大募集

光の花畑づくりに参加しませんか。1週間前からの準備ですが、当日のみの参加も大歓迎！詳しくは問い合わせてください。

▼**時間**
・屋台開店・開場：午後3時～8時
・光の花畑作品：午後4時～7時30分
・打上開始：午後6時30分～数分間
※積雪状況や天候により花火打ち上げ中止やプログラムを変更する場合があります。いずれもチケットの払い戻しは行いませんのであらかじめご了承ください。
●一般3千円、小・中学生千円（雪花火付共通チケットでも入場可）
▼**料金** 一般3500円、小・中学生1200円
▼**チケット取り扱い** 越後妻有里山現代美術館「キナーレ」・まつだい「農舞台」・清津峡溪谷トンネル・光の館「森の学校」・キヨロロの入館料を含む、お得なチケット購入がおすすめです。
▼**雪花火付共通チケットがお得♪**
雪花火・越後妻有里山現代美術館「キナーレ」・まつだい「農舞台」・清津峡溪谷トンネル・光の館「森の学校」・キヨロロの学校「キヨロロ」・十日町市役所本庁・各支所・十日町市総合観光案内所ほか

ろう者は「聞く」のではなく、「見る」ことで意思疎通をします。また、聞こえ方もそれぞれで、育った環境で得意なコミュニケーション手段もさまざまです。なので、私は耳が聞こえないということを障がいではなく、「個性」だと思っています。

私は、ろう学校で発声練習や聞き取り練習をしていたので、ある程度の会話はできますが、それでも日常生活では困ることもあります。病院では呼び出されたことが分からず、いつまでも待っていたこと、また医師や看護師がマスクを着用していたため、口元が見えずに話を理解できなかったこともあります。

最近では電光掲示板の普及や、手話ができる人も増えてきてお

耳が聞こえないことは障がいではなく個性



湯本在住 吉川 直之 さん

幼少期から聴覚に障がいがあり、ろう学校で学ぶ。現在は補聴器を装用し、日常生活を送る。

り、聴覚障がいについての理解も少しずつ進んでいます。しかしまだまだ不便なことは多く、情報を得るためにはかなり苦労します。ぜひ、市民の皆さんからもそんな実情を知ってもらい、ろう者に対する認識を深めてもらいたいです。

一から手話を理解することは難しいかもしれませんが、身振りでも意思疎通を取ることできます。聞こえないから終わりではなく、まずはコミュニケーションを取ってみようとするのが大切です。そのきっかけとして、ぜひ「手話奉仕員養成講座」（次ページで説明）を受講してみてください。

聴覚障がいとともに生きる



市ろう者福祉協会
会長 佐藤 俊夫 さん

3歳のときから聴覚に障がいを抱える。手話奉仕員養成講座では講師として指導にあたり、手話の普及を進めている。

市ろう者福祉協会では、ろう者の生活と権利を守り、聴覚障がいに対する市民理解を深めるため、普及・啓発のイベントなどを行っています。今年度は、手話言語条例の制定を記念したイベント「みんなの心をつなぐ手話」を、千手中央コミュニケーションセンターで開催しました。当市出身で手話パフォーマーの高木里華さんを講師に招き、ステージショーが披露されたほか、千手保育園児の手話歌とダンスも行われ、参加した全員で手話について楽しく学びました。

手話を身近に感じてほしい

会話の練習をしたり、受講生同士で教えあったり、明るく楽しい講座です。手話を覚えるだけでなく、聴覚障がいへの理解を深められる内容となっています。

市民の皆さんには、手話は知らないこと・できないことではないということを分かってもらいたいです。日ごろ「さようなら」と人と別れるとき、手を振ることがあるかと思いますが、これも手話なのです。このように、無意識に手話を表現しているのです。ですので、手話をもっと身近に感じてください。どこでも、いつでも、コミュニケーションを取ることができる、そんなまちを目指して、私たちはこれからも活動していきます。



特集

心をつなぐ

手話

共生社会の実現に向けて

西小学校で行われた聴覚障がいや手話についてのまちづくり出前講座（1月15日）

聴力レベルと聞こえの目安（WHOによる分類）

日常生活での音（目安）	音の大きさ（単位dB：デシベル）	
10	10	－ 普段の会話は問題ない
20	20	－
えんぴつで書く音	30	－ 軽度難聴
ささやき声	40	－
エアコンの室外機	50	－ 中等度難聴
自動車の車内	60	－
セミの鳴き声	70	－
救急車のサイレン	80	－ 高度難聴
カラオケ	90	－
地下鉄の構内	100	－ 重度難聴
自動車のクラクション	110	－
飛行機の飛行音	120	－

手話とは？

耳の聞こえない人（ろう者※）を中心に使用される言語。耳の聞こえる人が会話に使用する日本語とは異なる語彙や文法体系を持ち、手や指の動きのほか、表情などにより視覚的に表現される。

※一般的には、手話を主な言語として使っている人。医学的には100dB以上の最重度の聴覚障がいがあり、生まれつきもしくは言語を獲得する前から耳が聞こえない人をいう

「聴覚障がい」とは、身の回りの音や話し声が聞こえにくかったり、聞こえなかったりする状態をいいます。原因は先天的なもの、病気や事故などによる後天的なものがあり、また障がいの程度も全く音が聞こえないものから聞こえにくいものまで、さまざまです。

聴覚障がいのある人は、音声による意思疎通を図ることが困難な人も多くいます。こうした人たちのコミュニケーション手段としては、音声を文字にする「要約筆記」や、手指などの動

きを使って意思疎通を図る「手話」などがあります。手話が必要な人たちにとって、手話は大切な「言語」なのです。

この特集では、聴覚障がいのある人、そして手話を学び、実践する人の声を紹介します。この機会に、聴覚障がいと手話について、一緒に考えてみましょう。

■福祉課障がい福祉係

☎ 7 5 7 — 3 7 8 2

平成30年
9月28日
制定

十日町市みんなの心をつなぐ手話言語条例

それぞれの役割

市民

手話に対する理解を深め、互いに尊重し合い、市の施策等に協力するよう努めます。

市

手話に対する市民理解と普及を進め、さまざまなところで手話による意思疎通を行うことができるよう必要な支援や施策を講ずるよう努めます。

事業者

手話に対する理解を深め、手話を必要とする人が利用しやすいサービスを提供し、働きやすい環境に努めます。

「手話」とはひとつの言語であるとの認識に基づいて、すべての市民が心を通わせ、相互に人格と個性を尊重し合い、共生することのできる社会の実現を目指します。

市の取組み

手話奉仕員の派遣・育成	●聴覚障がいの人を対象に、冠婚葬祭や医療機関への受診など手話通訳を必要とするとき、市に登録の手話奉仕員を派遣します。また、毎月2回、市役所窓口到手話奉仕員を配置します（下記写真1・配置日時は市報に掲載）。
広く手話を紹介	●毎年5月から11月にかけて、手話奉仕員養成講座を開催し、人材を育成します。簡単な単語や、身近なコミュニケーションなどから学びます。
手話を学ぶ場の提供	市報とおかまちで手話についての定期連載（3か月に1回）を掲載しています。日常生活で使える簡単な手話を紹介しています。
	市民や小・中学生向けに、聴覚障がいや手話についての講座を無料で開催します。気軽に問い合わせてください（下記写真2・詳細は市ホームページ「まちづくり出前講座」で検索）。



1 _ 手話奉仕員による市役所窓口での手話通訳の様子



2 _ 手話に関するまちづくり出前講座の様子
受講した児童からは、「手話を覚えて、耳の聞こえない人の力になりたいと思った」などの感想が

手話通訳には聞き取り通訳（日本語から手話に）と、読み取り通訳（手話から日本語に）の2種類があります。意外に気づいてもらえないことは、手話通訳はろう者だけでなく、聞こえる人にも必要だということです。手話通訳をすることで、ろう者の発言権の保障、そして自己決定ができるようになる、ということが大切だと思っていま

手話がつなぐみんなの心

いることは、一番は通訳内容についての守秘義務です。そして、ろう者が社会でどのようなことに困っているのか、どのような取組みが必要なのかを把握し、通訳をするときにはその場に適切な通訳ができるように心掛けています。日々、新しい情報が入ってくるので、きちんと通訳ができるよう、私も勉強する毎日です。



市手話奉仕員 山下 敏恵 さん

新潟県の手話通訳者にも登録され、広く活躍中（写真はイベントなどで手話通訳をする様子）。

手話奉仕員とは？

聴覚や音声・言語機能に障がいのある人の意思疎通を支援するため、手話通訳を行う。市の手話奉仕員養成講座を修了し、市ろう者福祉協会の推薦が必要。

手話を学び、心をつなぐ



県立十日町高校3年生 齋藤 百音 さん

昨年・今年度と2年連続で手話奉仕員養成講座を修了し、手話について理解を深める。

【手話奉仕員養成講座の実績】

年度	受講者	修了者
令和元	17人	12人
平成29	12人	2人

2年前に比べ
受講者は14倍
修了者は6倍

受講者・修了者ともに増えており、学生や社会人、主婦など、幅広い参加があります。

将来について考えるようになり、高校2年生のときに看護師になろうと決意し、そのために今からできることは何かと考え、「手話ができればいいな」と思いました。それから、手話奉仕員養成講座のことを知り、受講しました。

共生社会を築くために

このような講座で積極的に学ぶことが必要と感じました。もっとたくさんの人から手話のことを知り、学んでもらいたいです。十日町市では、平成30年に「十日町市みんなの心をつなぐ手話言語条例」が制定されました。これから、もっと手話の普及が進んでほしいです。

まちづくり（総合計画）に関するアンケート調査結果



市民の皆さんの声をまちづくりに生かします

問合せ：企画政策課企画政策係 ☎757-3193

※年齢別・地域別など、より詳しい結果は市役所本庁・各支所・各公民館・情報館で閲覧できるほか、市ホームページでも公開しています

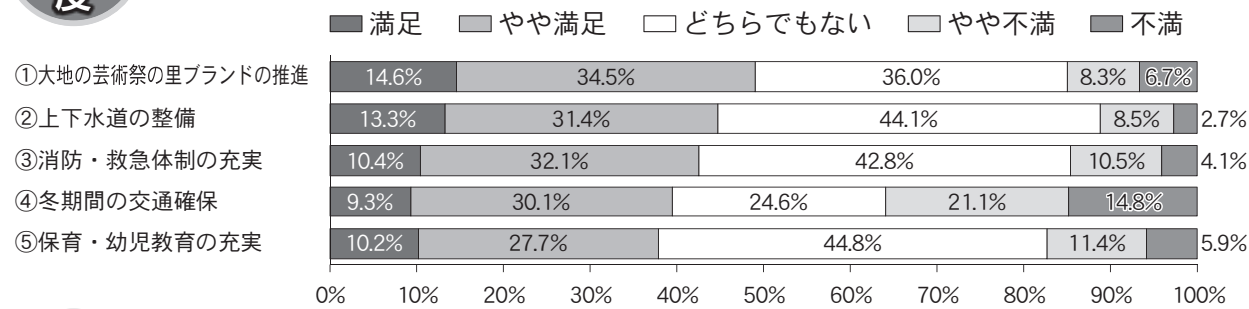
- 調査対象Ⅱ市内に在住する満18歳以上の市民（無作為抽出の3千人）
- 実施期間Ⅱ平成31年4月19日～令和元年5月10日
- 調査方法Ⅱ郵送・無記名回収（回答数：1076通、回収率：35.9%）
- 調査内容Ⅱ市の取り組みの重要度、各取組に対する満足度など（計53の取組みを調査）

アンケート概要

市は、第二次総合計画に沿いながらまちづくりを進めており、その評価と市民ニーズを把握するため、アンケート調査を実施しました。その結果を、「満足度・不満足度が高い取組み」と「今後のまちづくりに必要なこと」にポイントを絞り、下記のとおり総括しました。

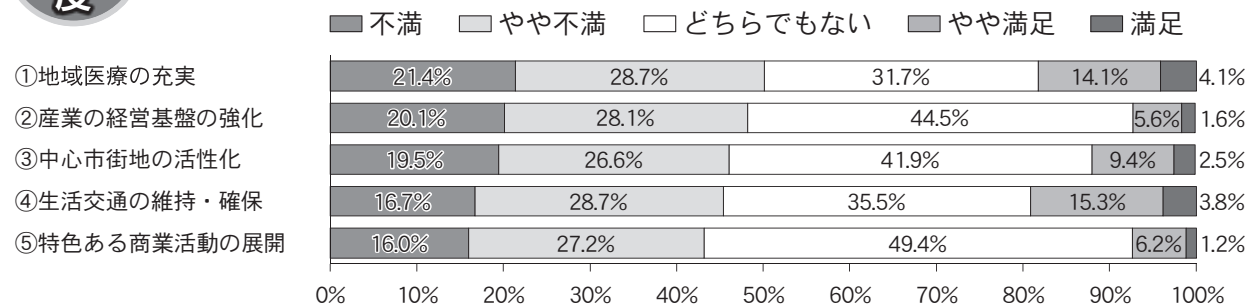
満足度

市の取組みのうち「満足・やや満足」との回答数が多かった上位5項目



不満足度

市の取組みのうち「不満・やや不満」との回答数が多かった上位5項目



※「冬期間の交通確保」は、満足度で上位となっているものの、不満足度の割合も高く、年代・地域によって評価が異なる結果となりました

今後のまちづくりに必要なこと

今後必要なことを3つまで選択する設問において回答数が多かった上位3項目

1 回答数 /609
働く場を増やす

※今後のまちづくりを担う若い世代に必要な項目が上位となりました

2 回答数 /455
若者に魅力あるまちづくり

3 回答数 /419
子育て・教育がしやすいまちづくり

第32回 雪原カーニバルなかさと



スノーキャンドルとメモリー花火が彩る幻想的な空間

問合せ：雪原カーニバルなかさと実行委員会事務局（☎763-2511・☎763-2044）

日時 3月7日(土) 午前11時～午後7時30分
会場 なかさと清津スキー場 ※少雪の影響により、内容を変更することがあります

●イベントプログラム

午前11時～	●雪上ドッジビー大会 ●フリーステージ（5組出演予定） ●あったかサロンでキャンドルカップづくり（午後1時まで） ●スノーチュービングと雪原縁日（午後3時まで）
午前11時30分～	食ののれん街オープン（午後7時30分まで）
午後3時	スノーキャンドル設置
午後5時30分～	オープニングステージ
午後6時～	スノーキャンドル点灯
午後7時20分	たいまつ滑降&メモリー花火

今年で32回目を迎える「雪原カーニバルなかさと」は、来場者参加型のイベントです。なかさと清津スキー場を会場に、日中はスキーやスノーボードはもちろん、楽しいアトラクションを用意。夜は参加者一人ひとりが思いを込め、ゲレンデ一面に広がるキャンドルに火を灯します。幻想的な空間で、感動のひとときを過ごしませんか。



市役所中里支所発着無料シャトルバスについて

会場駐車場には限りがあります。無料シャトルバスを利用して、来場してください。

●運行時刻表

中里支所発 会場行き	午前10時30分	午前11時	正午	午後1時
	午後2時	午後3時	午後4時	午後4時15分
	午後4時30分	午後4時45分	午後5時～7時	随時運行
会場発 中里支所行き	—	午前11時30分	午後0時30分	午後1時30分
	午後2時30分	午後3時30分	午後4時15分	午後4時30分
	午後4時45分	午後5時	午後5時～9時	随時運行

雪上ドッジビー大会
出場チーム募集

やわらかい素材のフライングディスクを使用した、ドッジボール形式のスポーツです。豪華賞品を目指して、参加してみませんか。

●時間Ⅱ午前11時～（集合午前10時）

定先着16組（1組10人・登録は12人まで）

※小・中学生のみのチームは大人の監督を1人置くこと

¥1チーム2千円
2月21日(金)※要事前申込

雪原フォトコンテスト

ツイッターやインスタグラムのアカウントを持っていれば、誰でも参加できる写真コンテストです。「#ハッシュタグ」雪原フォト2020を付けて気軽に投稿してください。あなたの写真が次のポスターになるかもしれません。詳しくは公式ホームページ（下記参照）を確認してください。



ホームページ
QRコード



元気で健やかな毎日のために受診しましょう

問合せ：健康づくり推進課成人保健係 ☎757-9764

●対象地区Ⅱ中条・吉田・下条・水沢・川西・中里・松代・松之山

対象地区（左記）の65歳以上の人に、「高齢者こころの健康づくり質問票」を同封しました。各種健診申込書とあわせて提出してください。

高齢者こころの健康づくり質問票

記入した申込書は同封の返信用封筒に入れて、2月28日（金）までに最寄りのポストに投かんするか、市の窓口（市役所健康づくり推進課または各支所市民課）へ持参してください。

申込書の提出方法

2月7日に、各世帯へ「各種健（検）診申込書」を郵送で送しました。これは、市の健診やがん検診の申込書であるとともに、皆さんの受診状況を把握し、健康づくりの施策に活用する大切な調査です。申し込みの有無にかかわらず、必ず全世帯が提出してください（詳しくは申込書同封の案内を確認）。

受診料金について

令和2年度から、一部の検診を除き受診料金が左表のとおり変わります。

検診名	受診料金	免除
健康診査（住民健診）	16～39歳 2,100円 40～69歳 1,300円（変更なし）	あり※3
胸部レントゲン検査	500円	
かく痰検査	900円	
B型C型肝炎ウイルス検診※1	800円	
胃がん検診	1,200円	
大腸がん検診	700円	
子宮頸がん検診	1,000円	なし
乳がん検診※2	40歳～49歳 1,500円 50歳以上 1,100円	
心電図検査	1,200円	
眼底検査	500円（変更なし）	
前立腺がん検診	2,400円	
ピロリ菌抗体検査	1,300円	
骨密度検診	2,400円	

※1：40、45、50、55、60、65、70歳（令和2年4月1日時点）で、過去に市の検診を受けていない人は、無料で受診できます。対象者には、5月に受診票を送付します。ただし、無料対象年齢以外での受診は自費となります
※2：40歳代は乳腺密度が高い人が多いため2方向から撮影し、50歳以上は1方向のみ撮影しています。そのため、受診料金が異なります
※3：70歳以上の人、生活保護世帯、市民税非課税世帯、身体障がい者手帳1～3級・療育手帳A・精神障がい者保健福祉手帳を持っている人は、受診料金は無料です

検診名	無料対象者	生年月日
胃がん検診	40歳の男女	昭和54（1979）年4月2日～ 昭和55（1980）年4月1日
大腸がん検診		
乳がん検診	40歳の女性	平成11（1999）年4月2日～ 平成12（2000）年4月1日
子宮頸がん検診	20歳の女性	

※年齢は令和2年4月1日時点の年齢



※写真はイメージ

がん検診も受けましょう

職場検診や人間ドックで受ける機会のない人は、市のがん検診を受けましょう。次の年齢の人は、無料で検診を受けることができます。この機会にぜひ受診してください。



申告相談会が始まります

問合せ：税務課市民税係 ☎757-3716

市民税・県民税を中心とした申告相談会を以下の日程・会場で開催します。混雑の緩和と待ち時間短縮のため、できるだけ各地区の指定日に来場をお願いします。申告に必要なものなど、詳細は市報1月10日号14～15ページを確認してください。

期日		本庁会場	本庁地区割	各支所会場	各支所地区割（行政区）	
2月	17日(月)	保健センター （市役所本庁舎隣）	十日町地区	中里庁舎		
	18日(火)				芋沢・田沢本村・東田沢・如来寺・豊里・桂・上山	
	19日(水)				田中・小原・干溝・荒屋	
	20日(木)		山崎・桔梗原・通り山・高道山・朴木沢・宮沢・市之越・鷹羽・白羽毛・程島・東田尻・角間・葎沢・土倉・倉下・小出・西方・西田尻・芋川新田			
	21日(金)		芋川・倉俣・原町・新里			
	25日(火)		【午前】 重地・清田山・中里下山・田代・新屋敷・本屋敷・堀之内・宮中 【午後】 指定日に相談できなかった人			
	26日(水)		中条地区	松代庁舎	【午前】 松代1～18班 【午後】 松代19～23班・千年・池尻・青葉	
	27日(木)				【午前】 松代24～40班 【午後】 松代41～51班・小荒戸・太平・菅刈・松代田沢	
28日(金)	【午前】 小屋丸・池之畑・松代下山・松代東山・海老・犬伏・孟地・片桐山・滝沢・中子・芋島 【午後】 儀明・福島・奈良立・竹所・星峠・木和田原					
	【午前】 会沢・清水・桐山・蓬平・田野倉・仙納・蒔平・寺田・名平・蒲生・室野 【午後】 指定日に相談できなかった人					
2日(月)	川治地区		松之山庁舎	水梨・小谷・藤原・曾根・新田・上之山・湯之島・中立山・田麦立・月池・坂中・豊田・北浦田・西之前		
3日(火)				大荒戸・下川手・上川手・藤倉・中尾・東川・上鰻池・下鰻池・五十子平・坪野・松之山赤倉・松之山東山		
4日(水)				湯本（上・下）・天水越・天水島・黒倉		
5日(木)				【午前】 松之山・兎口・光間・新山・湯山 【午後】 指定日に相談できなかった人		
6日(金)			水沢地区			
9日(月)						
10日(火)		川西庁舎		中島町・山野田・発電所通り西・発電所通り東・南台・千手栄町・朝日町・四郎兼・東善寺・千手上町・中央町・田中町・神社町・学校町・中屋敷・寺尾		
11日(水)				木島・美咲町・沖立・上野地区		
12日(木)				伊友・高原田・橘地区		
13日(金)				【午前】 坪山・霜条・鶴吉・仙田地区 【午後】 指定日に相談できなかった人		
16日(月)						

税務署からのお知らせ

確定申告や納税・納税証明書の請求などの各種手続きはスマホ（スマートフォン）からでもできます

確定申告はスマホで！



国税庁 e-Tax キャラクター「イータ君」

納税・納税証明書の請求もスマホで！



操作方法に関する問い合わせは「e-Tax・作成コーナーヘルプデスク（☎0570-01-5901）」へ



国保川西診療所からのお知らせ



受付・診療時間が変わります

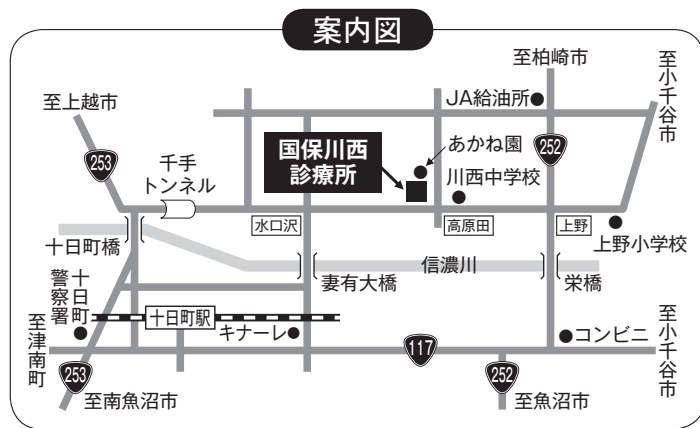
問合せ：医療介護課 ☎757-9758

3月の診療体制

受付・診療時間	月	火	水	木	金
午前8時30分～11時30分	○	○	○	○	○
午後1時～5時	休診	○	○	○	休診



国保川西診療所



案内図

3月9日(月)から左表のとりの診療体制となり、これまでの休診日のほか、月曜日の午後が休診となります。内科医が交代で診療を行います。休診日が変わりました。ホームページなどお知らせします。



市次期一般廃棄物最終処分場整備工事

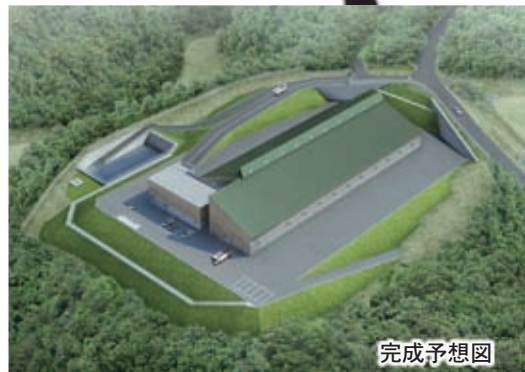


令和4年9月の完成を目指し整備を進めます

問合せ：環境衛生課 ☎752-3924



建設地



完成予想図

- 【計画概要】
- 建設地：海老地内（左図）
- 埋立対象物：焼却灰、埋立て済み
- 事業区域面積：約2.4ha
- 埋立容量：3万4千m³
- 使用期間：供用開始から15年間を予定
- 施設概要：貯留構造物、被覆施設、水処理施設
- 事業費：31億8120万円（税込）
- 落札者：大成・丸山・クボタ環境 特定共同企業体

ポイント

総合評価落札方式（高度技術提案型）について

本工事は市の基本設計に基づき、入札参加者に技術提案を求め、入札価格と技術提案を点数化した総合評価で最も得点の高いものを選びました。落札者は技術提案に基づき、施設の配置や構造、設備の詳細などの実施設計を行い、設計と施工を一括して請け負います。

総合評価落札方式（高度技術提案型）の入札により、次とおり落札者が決定しました。工事中は工事車両の通行や作業音が発生しますが、ご理解とご協力をお願いします。



財政事情の公表



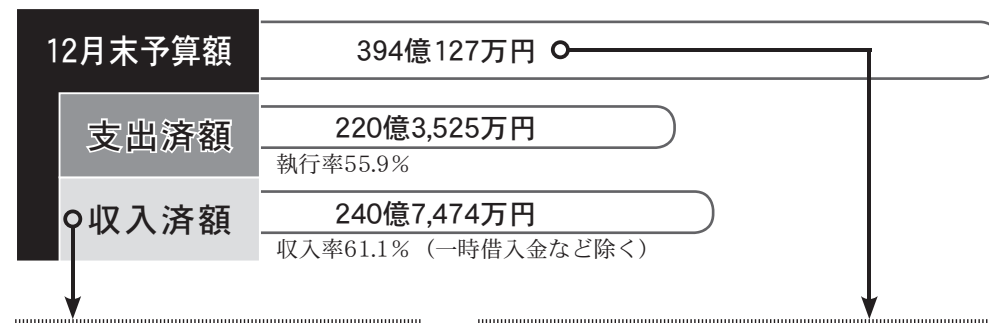
まちづくりのための予算執行状況をお知らせします

問合せはそれぞれに記載

十日町市

問合せ：財政課財政係 ☎757-3114

一般会計

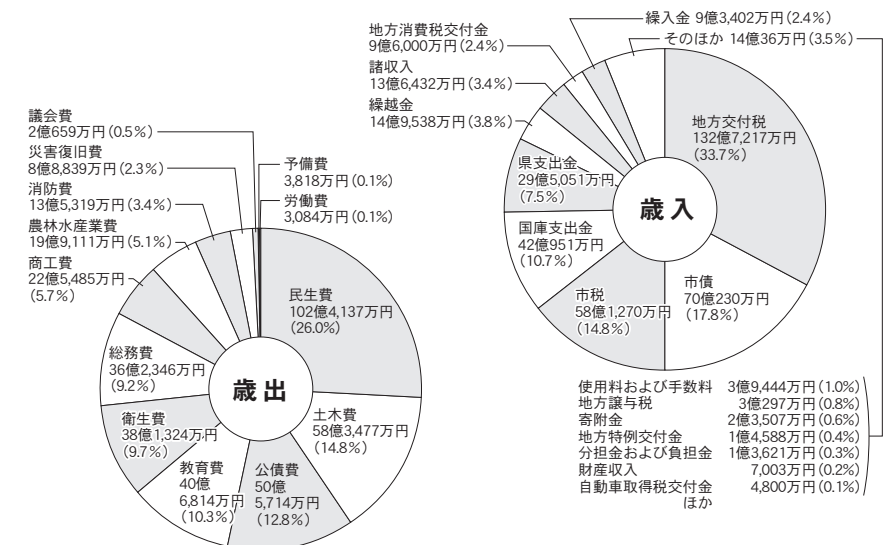


市税収入済額の内訳

税目	収入済額	構成比
固定資産税	29億3,950万円	50.6%
市民税	21億5,690万円	37.1%
市たばこ税	3億2,000万円	5.5%
軽自動車税	1億9,260万円	3.3%
都市計画税	1億1,370万円	2.0%
入湯税	9,000万円	1.5%
計	58億1,270万円	100.0%

●市民一人当たり納税済額＝約11万円（令和元年12月31日現在の人口52,047人で算出）

歳入・歳出別内訳



特別会計

会計名	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険会計	55億4,023万円	34億4,553万円	33億2,743万円
国民健康保険診療所会計	1億7,073万円	7,899万円	1億1,982万円
後期高齢者医療会計	6億431万円	3億9,813万円	4億3,661万円
介護保険会計	78億3,434万円	47億9,110万円	49億3,689万円
簡易水道事業会計	10億7,860万円	6億866万円	5億7,019万円
下水道事業会計	37億8,417万円	17億2,656万円	18億865万円
松之山温泉配湯事業会計	3,270万円	2,132万円	2,350万円
計	190億4,508万円	110億7,029万円	112億2,309万円

十日町地域広域事務組合

問合せ：総務課 ☎757-1556

会計名	予算額	収入済額	支出済額
一般会計	19億3,765万円	14億2,039万円	12億8,904万円
家畜指導診療所特別会計	4,647万円	4,228万円	3,469万円
計	19億8,412万円	14億6,267万円	13億2,373万円



伝統の和紙で作る“自分だけの卒業証書”

1月17日(金)：旧孟地小学校

松代小学校（阿部浩校長）では特色ある学校の取組みの一環で、毎年6年生児童が地元松代地域の伝統工芸「伊沢和紙」による卒業証書を制作しています。今年も15人の児童が、伊沢地区で伝統技術を継承する皆さんから指導を受け、原料などになるコウゾやトロロアオイの栽培、刈り取り、皮むき、繊維になるまで叩くなど、1年を通して根気のいる作業に取り組み、この日旧孟地小学校で集大成とも言える紙漉^すきを行いました。

完成した和紙は自分だけの卒業証書となつて、3月24日の卒業式当日授与されます。児童の一人、鈴木仁さんは「虫が苦手なので、トロロアオイの収穫が大変でした。紙漉きは上手にできたので、卒業式当日が楽しみです」と感想を話してくれました。

みんなで考えるこれまでの芸術祭、これからの芸術祭

1月11日(土)：越後しなのがわバル（キナーレ2階）

“大地の芸術祭25年の歴史を振り返る”と題し、9回目となる「越後妻有勉強会」が開催され、芸術祭に関心を持つ参加者約40人が集いました。

参加者には、これまでの大地の芸術祭に関連する新聞記事が配付され、当時の芸術祭を取り巻く地元住民の心境や変化についての解説があったあと、初期のころから携わってきた行政・NPO・地元住民・サポーターなどの関係者から、芸術祭にまつわるさまざまなエピソードについて本音トークが繰り広げられました。参加した地域おこし協力隊の佐藤茂美さんは、「今後の芸術祭を核とした地域づくりは、“ワガコト”で進めることが大切だと感じました」と話してくれました。



3年生代表の発表の様子

キャリア教育で描く自身の将来や今すべきこと

1月21日(火)：県立十日町総合高等学校

県立十日町総合高等学校（入澤享校長）で、「キャリア教育発表会」がインターンシップ受入企業や市内中学校職員なども参加し、行われました。同校は“地域に根ざす自立型人材の育成”を掲げ、キャリア教育を進めています。

発表会は、まず各学年代表者による学習成果発表などが行われました。進学・就職が決まった3年生代表からは、1・2年生へ「高校生活はあっという間。自分の人生なので、よく考えて早めに行動してください」、「自分で描いた将来の夢や希望は、簡単にあきらめないでください」などのメッセージが送られました。その後、現在市内で働く4人の卒業生によるパネルディスカッションが行われ、生徒たちは学校・人生の先輩が語る貴重な体験談に耳を傾け、自身の将来や今何をすべきかなどに考えを巡らせていました。

知っているようで知らなかった、ちょっといい話を聞く

1月26日(日)：水沢公民館

水沢地区各集落の独自の地域づくり活動などを紹介する、「みずさわ おらほのちょっといい活動発表会」が行われ、地区内外から100人が参加しました。水沢地区振興会主催（企画は地域支援員）で開かれ、NPO法人まちづくり学校の山賀昌子さんを講師・コーディネーター役に迎え、水沢地区の今後の姿を考えた上で、中在家・新宮・市ノ沢・伊達の4集落の市民から、5つの活動が発表されました。発表後は質疑応答のほか、活動への応援メッセージなども寄せられ、参加者は知っているようで知らなかった“おらほ（自分たちの地区）”の活動に関心を寄せていました。



質疑応答の様子

三ツ山昔語りの会発刊『三ツ山、私の記憶』

12月：三ツ山集落



記録集を手にする大津さん(左)と川崎さん(右)

記録集を手にする大津さん(左)と川崎さん(右)

三ツ山集落在住者・出身者の有志と飛渡地区の地域おこし協力隊により、3年ほど前に発足された「三ツ山昔語りの会」。集落の歴史や伝統、昔の生活の記録を残したいという強い思いから、冬期間を除く毎月、22回もの座談会を重ね、このたび『三ツ山、私の記憶』という記録集を発刊しました。発起人である大津文夫さんは、「地域おこし協力隊の藤本さんとの出会いがなければ、この本は生まれませんでした。藤本さんに心から感謝します」と話しました。また、当会メンバーの川崎トシさんは「会のみんなが喜んで参加していたことで、最後まで朗らかに楽しむことができました」と喜びを語りました。



発刊された記録集

県内初の地熱バイナリー発電、松之山で今秋稼働

12月24日(火)：市役所本庁

市は令和7年度までに、市内の消費電力量の30%を再生可能エネルギーで創出することを目標に、さまざまな取組みを進めています。この日、その一つである「松之山温泉鷹の湯3号源泉を活用した地熱発電事業」の事業契約締結式が行われました。

契約を結んだ発電事業者の「松之山温泉合同会社 地・^{アス}EARTH」は、市が公募選定した株式会社地熱開発（大野友史社長）と地元の松之山温泉合同会社まんま（柳一成代表）により、昨年9月に設立された会社です。同社が松之山温泉で地熱バイナリー発電を行うため、市に使用料を支払い、鷹の湯3号源泉の温泉熱と土地の一部を借り受け、一般家庭約300世帯分の電力に相当する年間124万キロワットを発電します。

5月に発電所の建設が始まり、11月からの売電開始を目指し、官民が協働した県内初の地熱バイナリー発電がいよいよスタートします。



左から大野社長、関口市長、柳代表



男子スラロームで市内選手最上位の2位となった水沢中3年・高橋侑也さん

“誰よりも速く”白銀に刻むシュプール

1月16日(木)～17日(金)：松之山温泉スキー場

第63回新潟県中学校スキー大会アルペン競技が、2日間にわたり行われました。記録的な小雪で実施を危ぶむ声もある中、コースの短縮やスキー場関係者による雪入れなど懸命な努力が実り、無事開催に至りました。

大会は初日のジャイアントスラローム、2日目のスラロームの2種目で競われ、参加した男子47人・女子26人の中学生選手たちは今までの練習の成果を発揮し、熱いレースを繰り広げました。本大会で上位に入賞した選手（当市からは男子1人・女子3人）は、2月5～8日に長野県の野沢温泉スキー場で行われた第57回全国中学校スキー大会に、新潟県代表として出場しました。

お知らせ・ガイド 十日町・川西・中里地域と松代・松之山地域間の☎には市外局番 025 が必要です

●出演Ⅱファイブ・コメント、
まめかい、和SABIT父辛
子、TOSHIMIC BLUES
BAND、ベユH
500円（当日700円）
※中学生以下無料
チケット取り扱いⅡ越後妻
有文化ホール「段十ろう」、
イトー楽器
問村山（☎090-1930
-8452）

●越後妻有文化ホール「段十
ろう」
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

●十日町アマチュアバン
ドコンサート
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

●越後妻有文化ホール「段十
ろう」
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

まちなかステージ
2月15日～3月14日の行事予定表

月	日	内 容
2月	16日(日) まで	雪まつり色紙展（書道協会） ●時間＝午前9時～午後10時（16日は午後3時まで） 会十じろう：ギャラリー
	15日(土)	雪まつりマーケット広場（NPOひとサポ） ●時間＝午前10時～午後8時 会分じろう：マーケット広場
	21日(金)	まちなか食堂（NPOひとサポ） ●時間＝午後6時～8時 ￥100円 会分じろう：ルーム1・2
	22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） 会分じろう：ルーム1
3月	7日(土)	お茶にしようじゃねえ会（フォルトネット） -DVD上映会-「統合失調症の人の家族SSTの進め方」 ●時間＝午後1時30分～3時30分 会分じろう：ルーム1・2 ￥300円
	8日(日)	茶席（お茶をたのしむ会） ●時間＝正午～午後4時 会分じろう：茶室 ￥500円
	8日(日)	サンウッドコーヒースタンド(株)サンウッド新潟) ●時間＝午前9時～正午 会分じろう：和室・ルーム1 ※ワー クショップ要申込 ￥2,500円

分じろう 3月の
ホールイベント予定

日	内 容
3日(火)	中山間地域活性化研修会 ●開場時間＝午後1時～ ※関係者のみ
11日(水)	十日町地域魚沼コシヒカリ品質向上大会 ※詳細は19ページ

- 利用申込時に掲載を希望したイベントのみお知らせします
- 段十ろうホームページ、Facebookでも情報を随時お知らせしています

●十日町アマチュアバン
ドコンサート
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

●越後妻有文化ホール「段十
ろう」
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

●出演Ⅱファイブ・コメント、
まめかい、和SABIT父辛
子、TOSHIMIC BLUES
BAND、ベユH
500円（当日700円）
※中学生以下無料
チケット取り扱いⅡ越後妻
有文化ホール「段十ろう」、
イトー楽器
問村山（☎090-1930
-8452）

●越後妻有文化ホール「段十
ろう」
日2月23日(日)祝午後1時30分
※開場午後1時
会

☎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）

月	日	内 容
3月	8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 会十じろう：ギャラリー
	10日(火)	とおか市（NPOひとサポ） ●時間＝午前9時～午後1時 会分じろう：マーケット広場
	11日(水)	第8回東日本大震災・長野県北部地震追悼 セレモニー「忘れない」（NPOひとサポ） ●時間＝午後6時～7時 会分じろう：マーケット広場
	13日(金) と 15日(日)	フォルトネット展 ●時間＝午前9時～午後10時 会十じろう：ギャラリー
3月	14日(土)	エンジェル・スマイル ●時間＝午後1時30分～3時30分 会分じろう：ルーム3 とおかまちWRAPクラス（NPOハートケア・ぼちぼち） ●時間＝午後2時～4時 ￥200円 会分じろう：和室 ※要申込

【分じろう：まちの歴史文化コーナー HAKKAKE】

月日	展示内容
2月15日(土)・16日(日)	国宝火焰型土器No. 8
2月17日(月)～3月9日(月)	中世の貨幣（中世展示品数点）
3月10日(火)	国宝火焰型土器No. 9
3月11日(水)～4月9日(木)	中世の貨幣（中世展示品数点）

※展示時間は問い合わせ

☎越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館
「段十ろう」（☎757-5011）

日	内 容
13日(金)	3.13全国重税反対統一行動 ●時間＝午後1時～ ※関係者のみ
21日(土)	高嶋ちさ子 わがまま音楽会 ピアノクインテット編 ●開場時間＝午後1時30分 ¥前売券5,000円（当日券5,500円） ※チケット残りわずか

Q1 あなたの会社の仕事、会社の強みは？
高年齢者・障がい者・児童などに対する福祉事業の分野で、さまざまなサービスを提供しています。市内にある16事業所が連携し、必要とする皆さんへ切れ目なく、円滑にサービスを提供できることが強みです。

Q2 この仕事を始めた・選んだきっかけは？
小・中学生のとき、授業の一環で福祉の仕事を経験できる機会がありました。その体験で、高齢者福祉などに興味を持ったことがきっかけです。高校でも福祉の授業を選択し、こうして今、福祉の仕事に携わっています。

Q3 これまでの努力や苦労は？
私は今、高齢者福祉の事業所で働いています。この仕事は知識・経験が不足していると、お世話はもちろん、細かな気配りなども含め、利用いただいている皆さんに十分なサービスが提供できません。そのため、職員全員が日々知識を深めて経験を重ね、協力して業務に励んでいます。

Q4 この仕事のやりがい？
利用いただいている皆さんから、感謝の言葉もらったときはうれしいです。また、「看取り」に立ち会わせていただくこともあり、そんな人生の尊い時間とともにできることなど、ふれあいの時間がやりがいになります。



利用者とのふれあいの様子

Q5 次世代の若者にエールを！
どんな仕事も最初は誰もが苦労すると思います。そこでくじけずに続けていけば、仕事への熱意ややりがい生まれます。「継続は力なり」という言葉もありますので、頑張ってください。

協力
企業

■社会福祉法人 十日町福祉会（写真はケアセンター三好園しんぞ）

- 高齢者福祉、障がい者福祉、児童福祉の事業所の経営
- 従業員数639人
- 十日町市水口沢99（法人事務局・☎761-7340）
- 法人設立から11年が経ちました。十日町地域の福祉課題に積極的に取り組み、地域社会の豊かな発展と充実に貢献していきます

わたしの会社のいちおしワーカー！
vol.21

語る 仕事・会社・
十日町市への思い



金子 恭平さん（城之古1・32歳）

市内の高校を卒業し、県内の専門学校に進学。そこで介護・福祉について学び、卒業後に十日町福祉会に就職。現在12年目で、ケアセンター三好園しんぞに勤務。

掲載希望
事業所を
募集します!!

☎産業政策課
商工振興係
☎757-3139

第12回 つまり市民里山学会

地域の自然や文化に関する調査研究、教育・普及、保全や活用の実施活動を行う団体・個人の活動発表を行います。里山の自然や文化の、新しい一面を見つげに来ませんか。

日 3月8日(日)午後1時30分〜4時

会 情報館

問 「森の学校」キョロロ (☎595-8311)

十日町地域
魚沼コシヒカリ品質向上大会

気候変動に対応した栽培管理を確認しましょう。

日 3月11日(水)午後1時30分〜4時

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

内／講 講演「令和も輝く魚沼コシヒカリ」(仮題)／星豊一さん(JA越後ながおか 稲作技術指導統括)、栽培技術指導／十日町農業普及指導センター

申・問 十日町地域振興局農業振興部 (☎757-15516)

「森の学校」キョロロ
2月16日〜3月15日の里山体験プログラム

日時／テーマ

2月16日(日)・23日(日)祝・24日(月)振・3月1日(日)・8日(日)・15日(日) 午後1時〜2時30分／里山の生き物探検 定20人

2月22日(土) 午前8時30分〜11時30分／定例探鳥会 (無料)

3月7日(土) 午後1時〜3時30分／昆虫コレクションサポーターズ (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・問=キョロロ ☎595-8311

手作りみそ体験教室

日／内 2月28日(金)午後1時〜3時／米蒸しと麹菌種まぶし、29日(土)午前10時〜11時／大豆洗いと米ほぐし、3月1日(日)午前9時〜正午／大豆蒸しとみそ作り※3月1日のみ参加も可

会 JA十日町四季彩館えぷろん

¥ 2700円※当日支払い

定 先着20人

持 エプロン、三角巾、マスク

他 みそ5kg持ち帰り

申・問 農林課農業企画係 (☎757-3120)

雑誌リサイクル本市

不要になった雑誌のバックナンバーを販売します(図書の販売はなし)。

日 2月29日(土)〜3月8日(日)午前9時〜午後7時

¥ 1冊10円

会・問 情報館 (☎750-100)

情報館コンピューター講習
町内役員お助けコース

日 3月5日(木)〜31日(火)の毎週火・木曜日午後7〜9時
※全8回

対 ワード・エクセルを初めて使う人

第33回 越後まつだい冬の陣

日 3月14日(土)正午〜午後9時、15日(日)午前9時〜午後3時30分

会 松代総合体育館グラウンド

問 越後まつだい冬の陣実行委員会 (松代支所地域振興課内・☎597-2220)

●イベントプログラム

1日目

午後0時30分〜 開幕式

午後1時15分〜 地区対抗競技

午後3時30分〜 よさこい雪上演舞

午後4時30分〜 宝引き会

午後5時〜 出陣式

午後7時〜 雪上神輿活き!生き!合戦・雪中花火

2日目

午前10時〜 出陣舞踊会

午前11時〜 戦士入場

午前11時30分〜 「のつとれ!松代城」スタート

午後0時50分〜 出陣芸能祭(BSNラジオ特別公開録音)

午後2時30分〜 戦士凱旋

※詳細はホームページを確認してください。気象状況や諸事情により、内容の変更や中止となることがあります

「のつとれ!松代城」の様子

ボランティア感謝の集い

日 3月7日(土)午後2時〜4時
※開場午後1時30分

会 千手中央コミュニティセンター

内／講 第1部…地域医療ミニ講座「お医者さんとの上手なお付き合い」／古嶺文俊さん(県立十日町病院院長)、第2部…お笑いステージ「笑って健康になろう」／高橋なんぐさん・金子ボボさん(新潟お笑い集団ZAMARA ミニコロコミック)※誰でも参加可

問 十日町福祉会事務局 (☎761-7340)

さやまラボ 火焰型土器チョコ

本物の火焰型土器破片からとった型にチョコを流し込んで作ります。チョコが固まるまでの間、土器の拓本作りを行います。

日 3月8日(日)午前10時〜正午

会 笹山縄文館

¥ 300円

講 博物館学芸員

申・問 氏名、参加人数、住所、電話番号を博物館へ (☎757-15531)

傾聴スキルアップ講座

傾聴ボランティア経験者向けの講座です。

日 3月12日(木)午後2時30分〜4時30分
20人程度

内 認知症の人に対する傾聴

講 高橋舞子さん(健康倶楽部十日町所長)

申・問 3月9日(月)

会・申・問 十日町地域振興局健康福祉部 (☎757-12400)

広告掲載

魚沼にて「介護福祉士 実務者研修」開催

会 場：特別養護老人ホーム恵福園(津南町下船渡 2682-3)

●7月通学開始クラス● 4/27(月)申込締切

介護過程Ⅲ 9:30〜18:00
7/1(水)・7/8(水)・7/15(水)・7/22(水)・8/5(水)
医療的ケア 9:30〜16:30 8/26(水)・9/2(水)

◎受講料金 〓 キャンペーンは3/11(水)まで! 申込はこちら

通常受講料 99,760円 〓 期間限定割引受講料 79,760円 〓 お申込は先着順です。満席になり次第締切となります。

初任者研修・ヘルパー2級保持者※保有資格により異なる

学校法人 三幸学園グループ
三幸福祉カレッジ 0120-294-350 ※通話料無料(平日 8:50〜19:30)

※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで

令和2年度 新潟県交通災害共済受付中!!

「交通事故(※)」によるケガ等に見舞金を支給します

年会費 500円 ひとり年額500円です

※自損事故・車の同乗者・自転車の転倒事故(道路を運転中)等も対象になります

お申込み方法など詳しくは、町内会経由で配布される封筒の中身をご覧ください。

お申込み／市内金融機関窓口(郵便局・市役所では申込みできません)
お問合せ／十日町市 防災安全課 交通防犯係 ☎025(757)3197 (もしくは各支所 地域振興課 地域振興係まで)

お知らせ・ガイド

十日町・川西・中里地域と松代・松之山地域間の☎には市外局番 025 が必要です

ハローパパママ学級

健やかな赤ちゃんを産み、育てていくための教室です。パパもぜひ参加してください。

日 3月7日(土)午後1時15分〜3時30分

会 保健センター(市役所本庁隣)

対 市内に住所がある妊婦とその家族

内 人形を使った沐浴、おむつ交換、妊婦体験

※ 2月28日金

申・問 健康づくり推進課母子保健係 (☎757-9759)

スポーツ

シニアフットサル大会

日 3月22日(日)午前9時〜

会 市総合体育館

対 40歳以上で構成されたチーム

定 先着8チーム

¥ 3千円(予定) ※参加チーム数により変更あり

※ 3月5日(木)

申・問 市サッカー協会シニア委員会・関口 (☎090-3982-5576)

職業研修留学補助金

姉妹都市であるイタリア・コモ市との交流拡大を図るため、次世代の育成や両市のブランディング・経済活動などの向上を目的とした、職業研修留学補助金です。

対 次の全てを満たす人

・ 18歳以上の社会人または職業学校生(雇用主・学校代表者の身元保証が必要)

・ 研修成果を市内での就業などで発揮できる

・ 研修成果を両市のブランディングや経済活動などの向上に寄与できる

・ 現地滞在費、旅行支度金を自身で用意できる

・ 心身ともに健康である

定 若干人

内 イタリア・コモ県内を中心に職業研修を行い、実研修日を10日以上とする

他 渡航費の半額を補助 ※ただし1人あたりの限度額10万円とし見積書必要

※ 2月28日金

申・問 十日町・コモ姉妹都市交流協会(商工会議所内) (☎757-5111)

令和2年度 学校体育施設開放

主に夜の時間帯、一部の市内小・中学校体育館やグラウンドなどを、スポーツ活動のために開放します。施設ごとに利用調整を行いますので、使用したいときは利用団体の登録手続きを行ってください。

※ 2月21日金

申・問 スポーツ振興課 (☎756-5013) ※川西・中里・松代・松之山地区の学校利用を希望するときは、各地区公民館へ

市総合体育館 トレーニング室拡充

4月1日から機器を増設します。これに伴い、隣接する親子幼児健康室は閉室します。

問 NPO法人ネージュスポーツクラブ (☎752-4377)

第33回 信濃川河岸段丘ウォーク

日 4月29日(祝)

コース／¥

① 津南50km(津南町発〜小千谷市着)／2千円・中学生以下1500円

第44回十日町きものまつり 開催イベント募集

日・会 5月3日(憲法記念日)

① 駅通り特設ステージ…正午〜午後0時50分、午後1時〜1時50分(連続可)

② 本町2丁目広場…午前11時〜午後3時

対 市内在住の個人・団体

内 ダンス・楽器演奏・体験教室・展示会など ※内容により出展を断ることあり

留意事項

・ 出展料不要(出展に要する経費は各自負担)

・ ①のステージ以外で必要な機材は各自で用意

・ 応募多数のとき調整あり

※ 3月2日(月)

申・問 住所・氏名・電話番号・希望日時・イベント内容を十日町きものまつり実行委員会事務局へ(市観光協会内) (☎757-3345)

くらし・相談

2月の納税・納付

2月は国民健康保険税第8期、後期高齢者医療保険料および介護保険料第11期の納付月です。期限(3月2日(月))内に納めましょう。

問 市民生活課 (☎757-3735)・医療介護課 (☎757-3757)

くらし・相談

自衛官候補生募集

● 受付期間 3月9日(月)まで

対 18歳以上33歳未満の男女

● 入隊時期 3月下旬〜4月上旬

申・問 自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所 (☎0258-33-0256)

日本郵便(株)信越支社「簡易郵便局」受託者募集

● 募集地域 中条戊(新水)

● 受託資格 20歳以上65歳以下で、簡易郵便局施設・設備を自ら用意できる人など

※ 応募方法および詳細は、日本郵便のホームページを確認するか問合せ

問 日本郵便株式会社信越支社経営管理部簡易局担当 (☎026-231-2479)

福祉・健康

3月の全血献血

● 県十日町地域振興局(総合庁舎) 3月16日(月)午前10時〜11時30分

● 千手中央コミュニティセンター 3月16日(月)午後1時30分〜3時30分

● 十日町市役所 3月25日(水)午前10時〜正午・午後1時15分〜3時30分

問 健康づくり推進課母子保健係 (☎757-9759)

敬老祝い金等支給事業 88歳のお祝い品の申込み

市は、昨年の敬老の日に、88歳(昭和6年4月1日〜昭和7年3月31日生まれ)の人へ、お祝いの品としてカタログギフトを郵送しました。まだ品物交換の申し込みをしていないときは、2月末日までにクロステンへ申し込んでください。

問 クロステン販売課カタログギフト係 (☎757-2323)

くらし・相談

3月の休館日

● 段十ろう 9日(月)・23日(月)

● 千手中央コミュニティセンター 毎週火、20日(祝)

● 情報館 23日(月)

● 博物館 6月初旬まで休館

● まつだい郷土資料館・まつだい雪国農耕文化村センター(まつだい農舞台) 毎週水

● 市総合体育館 17日(火)

● 川西総合体育館 25日(水)

● なかさとアリーナ(中里体育館) 10日(火)

● ドーム中里きらら 休館

福祉・健康

認知症の人と家族の集い 茶話会

介護について、お茶を飲みながら話します。

日 2月26日(水)午前10時〜正午

会 中里支所

他 当日参加可

申・問 きらら会々長 坂野 (☎025-788-0731)・十日町南地域包括支援センター (☎758-324)

子育て

3月11日(水)は 児童扶養手当の定期支給日

1・2月分の児童扶養手当を振り込みます。手当額は手当証書で確認してください。令和元年度の現況届が未提出のときは手当支給が停止されるので注意してください。2月に認定を受けた人は、令和2年5月に3・4月分の手当を支給します。

申 子育て支援課子育て支援係 (☎757-3719)

防災行政無線戸別受信機の設置を進めています

発災時の緊急情報のほか、一般行政情報をお伝えするため、各家庭・事業所に戸別受信機を設置していきます。建物の中に入り、機器を設置しますが、事前に回覧文書で案内をしたあと、個別に日程調整の連絡をします(設置費用はかかりません)。

問 防災安全課 (☎757-3197)

配置する戸別受信機

● 松代総合体育館 毎週月

● ひだまりプール 毎週火

● キョロロ 3日(火)・10日(火)・16日(月)・19日(木)・24日(火)・31日(火)

● 分じろう 毎週火

● 十じろう 毎週火

「Jアラート全国一斉訓練」

地震や武力攻撃などの発生に備え、Jアラート(全国瞬時警報システム)の訓練を行います。市内全戸に設置してあるエフエム防災ラジオを使用します。

日 2月19日(水)午前11時

子育て

3月11日(水)は 児童扶養手当の定期支給日

1・2月分の児童扶養手当を振り込みます。手当額は手当証書で確認してください。令和元年度の現況届が未提出のときは手当支給が停止されるので注意してください。2月に認定を受けた人は、令和2年5月に3・4月分の手当を支給します。

申 子育て支援課子育て支援係 (☎757-3719)

【復興特別所得税の記載漏れに注意】
平成25年分から令和19年分までの各年分については、所得税とあわせて復興特別所得税の申告および納付をすることとされています。復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額に（原則としてその年分の所得税額）に2・1％を乗じて計算した金額です。
☎十日町税務署個人課税部門（☎756―6001）、または十日町税務署管理運営・徴収部門（☎752―3183）

	申告書提出期間	納期限（振替納税日）
所得税および復興特別所得税	2月17日(月)～3月16日(月)	3月16日(月) (4月21日(火))
消費税および地方消費税	3月31日(火)まで	3月31日(火) (4月23日(木))

●放送内容
「これはJアラートのテストです」（3回繰り返し）
「こちらは十日町市です」
※前後にチャイム音あり
☎防災安全課（☎757―3197）
【休日労働相談会】
日 2月23日(日) 祝午後1時～4時30分
会 まちなかキャンパス長岡
対 労働に関するさまざまな悩みを持つている人
内 労働関係全般の相談
● 予約・☎県長岡労働相談所（☎0258―37―6110）※電話相談は予約不要
【税務署からのお知らせ】
申告書は早めに提出してください。また、振替納税を利用している人は、前日までに指定口座の残高を確認してください（左表参照）。

知っていますか？柔道整復師（整骨院・接骨院）のかかり方

☎市民生活課国保年金係（☎757-3735）

整骨院や接骨院などの柔道整復師の施術には、健康保険（保険証）が使える内容が決められています。詳しくは下記を確認してください。

健康保険が使えるとき（一部自己負担あり）

- 骨折・脱臼（医師の同意書が必要。応急手当のときは不要）
- 急性などの外傷性の捻挫・打撲・挫傷（肉離れなど）

健康保険が使えないとき（全額自己負担）

- 日常生活の中の疲れや肩こり
- スポーツなどによる肉体疲労
- 病気（神経痛・リウマチ・関節炎・ヘルニアなど）による痛み
- 加齢による腰痛や五十肩などの痛み
- 脳疾患後遺症などの慢性病、症状が改善しない長期の施術
- 別の保険医療機関（病院・診療所ほか）で治療中の傷病

柔道整復師の施術を受けるときは

①負傷原因を正確に伝える

負傷が外傷性でないとき、労働災害・通勤災害によるときは、健康保険が使いません。どのような原因で負傷したか柔道整復師に正確に伝えてください。

※交通事故のときは、市民生活課国保年金係に被害届を提出してください

②「柔道整復施術療養費支給申請書」の内容をよく確認する
原因・傷病名・通院日数・金額などをよく確認してから、自分で署名・捺印してください。

③施術が長期間にわたるときは医師に相談する
症状の改善がみられないときは、原因が病気によること（内科的要因）も考えられるので、医師の診断を受けてください。

④領収証は必ずもらう

保険分合計および一部負担金、保険外金額の内訳が分かる領収証を発行してもらい、市民生活課国保年金係から送付する「医療費通知書」とあわせて、内容を確認してください。医療費控除にも使えます。

⑤治療内容の照会について

確認のため、市から治療内容を照会することがあります。前項の領収証に負傷部位・施術内容・施術年月日などを記録し、保管しておいてください。

とおかまち健康ポイント事業 200人のチャレンジ結果は？

☎健康づくり推進課成人保健係（☎757-9764）

40～64歳の働き盛り世代の運動習慣の定着化を応援するため、平成30年度からスタートした本事業。市内の運動施設利用や自発的な運動、健診受診、また健康教室などに参加するとポイントが取得でき、500ポイント達成者には十日町市カタログギフトがプレゼントされます。この取り組みで市民の皆さんの健康寿命を延ばすこと、また将来的な介護予防や医療費削減にもつなげることを目指しています。

取り組みの様子と結果

231人から応募があり、抽選で200人が昨年5月から半年間、運動施設や健康教室に通ったり、ストレッチやウォーキングなどの自己トレーニングに取り組んだりしてポイントを貯め、11月の結果測定会に臨みました。結果、見事110人（55％）が500ポイントを達成。12月に、ポイント取得上位の登坂雅子さんと久保田晃さんに、市長から達成証と十日町市カタログギフトが贈呈されました。



関口市長（写真中央）から達成証などが贈呈
写真左が登坂さん、右が久保田さん

●登坂雅子さん（56歳・駅通り）

運動を楽しむことが長続きの秘けつです。通勤や買い物など歩くことを習慣にし、自然の景色などを楽しみながら運動を続けています。これから仕事を続けるためにも、体力づくりに励んでいます。

●久保田晃さん（55歳・稲荷町4）

目標があるとやりがいも出てきて、運動を続けることができます。つらいと思うとなかなか続かないものです。以前健康長寿のためには、40～50歳代での運動が大事だと聞いたことがあり、将来のためにも運動の重要性を感じています。

参加者感想の総括

- 9割がこの取り組みに参加してよかったと回答
- 多くの人が体重が減った、体が軽くなったなど、体調の改善を感じている
- 運動のきっかけになり、食事など生活習慣も意識するようになった
- 参加者を対象にした運動講座や栄養講座が役立っている

令和2年度も実施を予定しています。皆さんのチャレンジをお待ちしています（4月ころ募集予定）。

している人や裁判を起こされた人を対象に、無料電話相談を実施します。

●期間 3月2日(月)～31日(火) 午前10時～正午・午後1時～4時※土日祝祭日除く

●相談電話番号 025-240-7974

●相談例

- 過去の借金の請求が来た
- 就職できなかったので奨学金の返済に困っている
- 給料が下がり家賃を滞納してしまっ

〔共通〕

●県司法書士会事務局 (☎025-244-5121)

●新潟県Uターン促進奨学金返還支援事業

県内にUターン転職した人の、奨学金などの返還支援を行っています(申請期限は県内転入後6か月以内・申請は随時受付)。

●次のすべてを満たすこと

- 30歳未満で、県外から転入した
- 大学など卒業後に県外で一定の期間就業した
- Uターン後、6か月以内に

●受付期間 3月16日(月)～23日(月)※期間外は申請不可。申請期間が短いので注意

●資格有効期間 4月1日から2年間

●申請可能業種 土木一式工事、建築一式工事、舗装工事、電気工事、管工事、鋼構造物工事

●構成員の条件

- 中小建設業者である
- 共同企業体の構成員が、令和2・3年度十日町市建設工事入札参加資格者名簿に登録されている
- ほかの共同企業体の構成員となっていない

●申請書類

- 経常共同企業体入札参加資格審査申請書
- 構成員一覧表
- 経常共同企業体の協定書
- 経営事項審査結果通知書の写し

※申請書と構成員一覧表は、市ホームページに掲載してある様式を使用

●財政課契約検査係 (☎757-3114)

●県内就業した翌年度以降、引き続き県内の居住と就業を条件に、奨学金などの返還額を最長6年間助成。ただし年間上限は20万円、支援総額上限はUターン転職時の奨学金などの返還残額(元本分)の2分の1とする

●●県新潟暮らし推進課U・Iターン促進班 (☎025-280-5635)

●地域の伝説が楽しい本に「越後妻有 おうい!音」

越後妻有の山や川、集落や社などに伝わる伝説を丹念に調べ、訪ね歩いてまとめた記録文芸です。全編にちりばめられた楽しい挿絵や写真が物語の臨場感を高め、方言を交えた語り口が読む人の心をとらえます。地域に残る大切な文化を、語り継いでいきたいと思います。

●本書の特徴

- 越後妻有地域(十日町市・津南町)に伝わる伝説88編を収録
- マップもついて分布が一目瞭然

●番外編として「新世紀紙しばい」3編を紙上展開

- 巻末のユニークな解説

●¥1800円(税別、送料別)

●取り扱い ●●特定非営利活動法人 市民活動ネットワークひとサポ (☎761-7444)

●働くことに悩む人のワン・ステップ相談

●3月5日(木)・19日(木)両日も午前10時～正午※開催日以外も随時相談可

●会保健センター(市役所本庁隣) ●●福祉課福祉支援係 (☎757-9739)

●教育相談

●月々金曜日午前9時～午後4時(祝日・振休除く)

●会 ●●教育相談センター(丸山町・☎752-7565)

●女性相談専用電話

●月々金曜日午前8時30分～午後5時15分(祝日・振休除く)

●相談 ☎757-3701 (市民生活課市民係内)

市消費生活センターから相談会のお知らせ

【高齢者向け特別電話相談】

1～3月は「悪質商法被害防止共同キャンペーン」期間です。どんな小さなことでも気軽に相談してください。面談相談も可能なので、希望する人は、事前に予約をしてください

●相談内容の一例

- ・できすぎた投資話
- ・見覚えのない高額な請求
- ・契約解除に伴うトラブル
- ・強引な勧誘による契約
- ・借金、ローンの滞納 など



【消費生活移動相談室】

消費者トラブルを解決するために、弁護士による無料の相談会を開催します。秘密は厳守されます。悩まずに相談してください。

●3月8日(日)午前9時30分～午後0時30分

●会市民交流センター「分じろう」

●3月5日(木)※要予約

〔共通〕

●市消費生活センター

(市民生活課内・☎757-3740)

●十日町市プレミアム付商品券販売終了のお知らせ

2月28日(金)で販売終了となりますので、早めに購入してください。また有効期限は3月10日(火)までとなっていますので、必ず期限までに使用してください。

●福祉課福祉支援係 (☎757-9739)

●ギャンブル依存症問題 家族相談会

家族の依存症問題の解決策を探しませんか。

●3月9日(月)午後2時～4時

●会 社会福祉法人 南魚沼市社会福祉協議会

●申 ●●ギャンブル依存症問題を考える会 新潟支部 (☎080-9555-6332)※完全予約制、見学不可

●建設工事における経常共同企業体の入札参加資格審査申請

令和2・3年度に市が行う建設工事の入札に、経常共同企業体を結成して参加を希望するときは、参加資格審査の申請をしてください。

●受付期間 3月16日(月)～23日(月)※期間外は申請不可。申請期間が短いので注意

●資格有効期間 4月1日から2年間

●申請可能業種 土木一式工事、建築一式工事、舗装工事、電気工事、管工事、鋼構造物工事

●構成員の条件

- 中小建設業者である
- 共同企業体の構成員が、令和2・3年度十日町市建設工事入札参加資格者名簿に登録されている
- ほかの共同企業体の構成員となっていない

●申請書類

- 経常共同企業体入札参加資格審査申請書
- 構成員一覧表
- 経常共同企業体の協定書
- 経営事項審査結果通知書の写し

※申請書と構成員一覧表は、市ホームページに掲載してある様式を使用

●財政課契約検査係 (☎757-3114)

●県内就業した翌年度以降、引き続き県内の居住と就業を条件に、奨学金などの返還額を最長6年間助成。ただし年間上限は20万円、支援総額上限はUターン転職時の奨学金などの返還残額(元本分)の2分の1とする

●●県新潟暮らし推進課U・Iターン促進班 (☎025-280-5635)

●地域の伝説が楽しい本に「越後妻有 おうい!音」

越後妻有の山や川、集落や社などに伝わる伝説を丹念に調べ、訪ね歩いてまとめた記録文芸です。全編にちりばめられた楽しい挿絵や写真が物語の臨場感を高め、方言を交えた語り口が読む人の心をとらえます。地域に残る大切な文化を、語り継いでいきたいと思います。

●本書の特徴

- 越後妻有地域(十日町市・津南町)に伝わる伝説88編を収録
- マップもついて分布が一目瞭然

●4月1日から越後湯沢駅前市営駐車場の運用を変更します

「奥信越広域駐車場」を廃止し、「ルート353広域観光駐車場(9区画)」のみの運用となります。

●¥1日650円※利用3日前以降のキャンセルは返金できません

●申 使用する2か月～3日前までに、利用申請書と利用料を産業政策課または各支所へ

●中里支所地域振興課地域振興係 (☎763-2511)

●県司法書士会からのお知らせ

●【相続登記の無料相談】

毎年2月の1か月間を「相続登記はお済みですか月間」と定め、県内司法書士各事務所無料相談を行っています。気軽に相談してください。

●期間 2月29日(土)まで各事務所執務時間内

●【金銭請求に関する無料電話相談】

毎年3月の1か月間を「その請求に困ったら司法書士へ」と題し、借金・奨学金・家賃など、金銭の請求を受け

コミュニティ助成事業報告(市内実施事業紹介)

一般財団法人自治総合センターでは、宝くじの社会貢献広報事業として、地域コミュニティ活動の充実・強化を図るため、宝くじの受託事業収入を財源とした「コミュニティ助成事業」を実施しています。

●企画政策課協働推進係 (☎757-3693)



本町1上：神輿の修繕



NPO法人越後妻有里山協働機構：農と文化のアートフィールドミュージアム事業



3月のちびっこひろば

すこやかランド

今年度の活動は終了しました。
段十ろう (☎757-5011)

なかよしランド

5日は「お誕生日会」、17日は「お別れ会」。
日 5日(木)・10日(火)・17日(火)
午前10時～11時
会 サンクロス
対 未就園児とその保護者
段十ろう (☎757-5011)

いっしょにあそぼ

日 5日(木)・12日(木)・19日(木)
午前10時～11時
※26日は会場のみ自由開放
対 未就園児とその保護者
会・間 水沢公民館
(☎758-3101)

橋にこにこルーム

13日は「作って残そう!」、27日は「読み聞かせの会」。
日 13日(金)・27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
対 未就園児とその家族
間 子育て支援センターえくぼ
(☎768-2352)

わらべっこ

日 18日(水)午前10時～正午
会 本城院護国寺(本町1上)
対 親子※親だけでも可
間 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 川西福祉センターはあとふる川西
他 飲食持ち込み可
間 川西地域振興会
(☎768-4951)

十日町おやこ劇場

「わくわく・キッズ」
日 5日(木)・19日(木)午前10時45分～
会 段十ろう
¥ 1回無料※2回目から300円
持 飲み物・着替え
間 丸山 (☎090-2548-0507)

おはなしの会「ふきのとう」

「スペシャルおはなし会」
日 21日(土)午前10時～11時
対 乳幼児～小学3年生くらい
会・間 千手中央コミュニティセンター (☎768-2308)

おはなしひろば

「絵本読み聞かせ会」
日 14日(土)午前10時～11時
対 幼児～小学校3年生くらい
間 中里公民館(中里庁舎内)☎763-2493)

読み聞かせの会「どんぐり」

日 14日(土)午前10時30分～11時30分
対 幼児～小学校3年生くらい
間 情報館 (☎750-5100)

おはなし「たまてばこ」

日 12日(木)午前10時～11時
対 乳幼児とその保護者
会・間 情報館 (☎750-5100)

おはなしぴよぴよ

日 7日(土)・21日(土)・28日(土)
午前10時30分～11時
対 乳幼児とその保護者
対 幼児～小学生
会・間 情報館 (☎750-5100)

おはなしたんぼぼ

日 14日(土)午前10時30分～11時
対 幼児～小学校低学年
会・間 情報館松代分室
(☎597-2615)

寄付ありがとう ※敬称略

●とおかまち応援寄附金＝村尾隆(南新田町1)、児玉修(新潟市)、村越家和(野口)、大島啓作(埼玉県川越市)、石塚文男(川崎市)、根津剛(上野)、樋口誠(土市4)、吉田浩一郎(東京都渋谷区)、鈴木正昭(東京都西東京市)、尾身肇(東京都中野区)、遠藤美紀(川崎市)、田内利幸(千葉県大網白里市)、有馬久恵(神戸市)、村田浩一(千葉縣市川市)、金森敏幸(茨城県つくば市)、村山富美子(千葉縣市川市)、櫛田啓二(埼玉県川口市)、山本克弥(富山市)、根津万寿夫(東京都板橋区)、青沼方代(さいたま市)、郡司登(横浜市)、土屋広志(東京都国分寺市)、相澤光紀(横浜市)、高橋俊範(大阪府茨木市)、矢野武(横浜市)、佐藤浩明(東京都渋谷区)、根津利明(大阪市)、大久保光一(千葉県船橋市)、田中博之(埼玉県入間市)、庭野議隆(東京都港区)、船迫加那(東京都新宿区)、奥澤いづみ(東京都世田谷区)、酒井祐之(東京都府中市)、平田一峰(群馬県みなかみ町)、斎藤啓祐(埼玉県川越市)、福原久八郎(上原)、丸山謙作(東京都杉並区)、根津正樹(北海道稚内市)、堀和幸(長野市)、田中晋(岐阜市)、青沼悠生(東京都台東区)、鈴木賢司(神奈川県小田原市)、室岡守(さいたま市)、當麻智男(東京都東村山市)、山本太志(千葉県船橋市)、市川陽一(東京都江東区)、加藤美奈(横浜市)、熊谷博人(東京都江東区)、堀畑直紀(岐阜県大垣市)、殿内國彦(横浜市)、秋山博(東京都江東区)、早川徹(東京都港区)、成川寛(群馬県前橋市)、土田雅彦(埼玉県富士見市)、堀田一平(東京都清瀬市)、根本農(千葉県船橋市)、金井高志(東京都江戸川区)、高田肇(神戸市)、吉田玲子(東京都中野区)、山元利行(東京都大田区)、村山章(埼玉県越谷市)、鷹野公生(東京都国立市)、早川敏(東京都文京区)、内田恵子(東京都八王子市)、小野文明(埼玉県川口市)、石沢昭一(東京都小平市)、乙咩嘉孝(山口県防府市)、峯澤孝永(東京都荒川区)、繁田泰恵(大阪府豊中市)、竹村淳(東京都足立区)、榎本有梨花(大阪府摂津市)、井之川裕一(東京都港区)、吉田大介(大阪府堺市)、長張浩一(東京都練馬区)、松崎圭(東京都東大和市)、松本剛(名古屋市)、佐藤徹夫(千葉県松戸市)、大杉こうすけ(広島市)、藤本亘(神戸市)、藤巻慎一(東京都新宿区)、藤田一弥(東京都練馬区)、山内豊明(東京都新宿区)、櫻井孝親(東京都江東区)、城戸一休(東京都目黒区)、池田吉一(東京都文京区)、馬場謡子(東京都清瀬市)、樋口洋介(川崎市)、牧田幸弘(東京都港区)、立川靖之(横浜市)、福田寛(鹿児島市)、白鳥享(千葉市)、小野里聡(三条市)、蔵品利浩(東京都江東区)、渡辺潤(東京都多摩市)、根岸肇(東京都昭島市)、谷啓光(新潟市)、奥野弘幸(兵庫県宝塚市)、大島和重(埼玉県志木市)、篠原孝典(東京都杉並区)、渡辺圭(東京都品川区)、桑原正明(新潟市)、大橋沙羅(愛知県清須市)、三田哲矢(東京都品川区)、齋藤瑞生(東京都足立区)、今村公治(京都市)、飯澤尚広(石川県金沢市)、内田亨(新潟市)、大淵能愛(東京都新宿区)、益子健一(東京都江東区)、AbeMasumi(東京都渋谷区)、西野勝雪(川崎市)、樋口花恵(横浜市)、石田乃律子(神奈川県伊勢原市)、石川和城(山梨県富士吉田市)、大原崇(横浜市)、金平和泰(東京都板橋区)、渡邊睦郎(東京都稲城市)、具志勇(沖縄県那覇市)、水島綾香(埼玉県新座市)
●情報館分＝小海和亮(中条上原)、関口郁民(川原町)、宮澤久子(寿町4)、富井武保(馬場4)

アプリ マチイロ で
市報とおかまち電子版を配信中

QRコードからダウンロードしてご利用ください(無料)



※閲覧中に表示される広告について、市はその内容に一切の責任を負いません

市は十日町音声訳サークルに市報とおかまちの音声訳化を委託し、ホームページでも公開しています。詳しくは企画政策課広報広聴係(☎757-3112)へお問い合わせください。

【記事休載について】
今号は都合により、連載記事「地元サポーター・こへび隊活動日誌」を休載しました。ご了承ください。
【お詫びと訂正】
市報1月10日号22ページの段十ろう2月のホールイベント予定「十日町アマチュアバンドコンサート」の当日券価格に誤りがありました。正しくは700円です。お詫びして訂正します。

〔情報館〕3月のテーマ図書

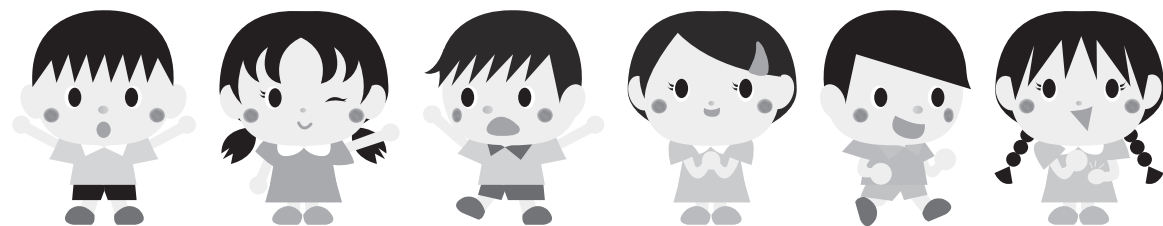
※テーマは一部変更したり追加したりすることがあります
間 情報館 (☎750-5100)

一般向け

春が来た 「ツバメ記念日」、「時を重ねて、自由に暮らす」など、春の訪れを感じる本や、新しい生活を応援する本を紹介します。
咲顔(えがお) 「笑顔のどうぶつ園」、「生きるって、なに？」など、おもわず笑顔になる本、表紙の顔写真が印象深い本を紹介します。

児童向け

かわいいが いっぱい! 「ぼんぼらみん」、「ひみつひみつのひなまつり」など、ひな祭りに関連した本や女の子が登場する本を紹介します。
ともだちっていいな 「ともだちしょうかいしようかい」、「こどもかいぎ」など、友達大切さを教えてくれる本を紹介します。



◆3月の健康・福祉の相談

保健師による健康相談

日 2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 4日(水)午後2時～4時
会 保健センター（市役所本庁隣）
☒ 2日(月)
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。
日 26日(木)午後1時～3時
会 保健センター（市役所本庁隣）
☒ 23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 3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 12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 4日(水)・18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～金曜日午前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）

◆3月のそのほかの相談

行政相談

日／会 13日(金)午前10時～正午／本庁相談室、18日(水)午後1時30分～3時30分／はあとふる川西、19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 5日(木)・12日(木)・19日(木)・26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

3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問い合わせてください）

期 日	医療機関名	住 所	電話番号
1日(日)	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034
	山 口 医 院	下条中央通り（十日町）	755-2003
8日(日)	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034
	池 田 医 院	本町西1（十日町）	752-2581
15日(日)	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034
	大 坪 医 院	四日町新田2（十日町）	757-6100
20日(金)祝	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034
	大淵内科クリニック	中条中町（十日町）	752-7155
22日(日)	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034
29日(日)	国保川西診療所	高原田（川西）	768-2034

※12月から3月は休日当番医院でも診療を行っています

休日救急では、急な発熱などで具合が悪くなったときに、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。予防接種や登園登校許可証の記入はできません。

※休日一次救急診療センターは4月から医療福祉総合センターへ移転します

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

教育相談・女性相談専用電話は27ページをご覧ください

定例年金相談

日 12日(木)・26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

消費生活相談

日 月～金曜日午前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
申・問 市消費生活センター
（☎757-3740・☎752-6924）

多重債務相談

日 25日(水)午後1時～4時※23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

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

3月の乳幼児相談

〔健康相談〕

期 日	会場・受付時間
4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
12日(木)	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
13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 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
17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
12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
24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

〔ステップアップコース〕

日 3月17日(火)
対 8～9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 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

3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	25日(火)	午後1時～1時30分	元年11月生まれの乳児
10か月児身体測定	26日(水)	午前9時～9時30分	元年5月生まれの乳児
1歳6か月児健診	18日(火)	午後1時～1時30分	30年8月生まれの幼児
2歳6か月児身体測定	18日(火)	午前9時～9時30分	29年9月生まれの幼児
3歳6か月児健診	17日(火)	午後1時～1時30分	28年9月生まれの幼児

問 健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

あいどるきゃす 174



志賀 結樹ちゃん（3歳）
楓月ちゃん（5歳）
千年

わが家のアイドル（4歳未満の幼児）募集中心！
申し込み・問い合わせは企画政策課広報広聴係
☎757-13112まで

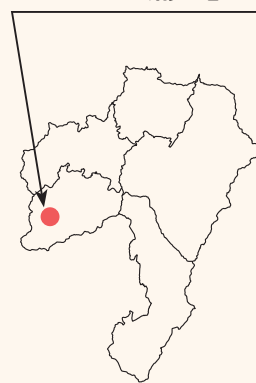
恥ずかしがりやで甘えん坊の結樹ちゃん(写真右)は、ブロックでロボットや剣を作るのが得意です。兄の楓月ちゃん(写真左)が大好きで、何でも真似をしたがりです。そんな仲良し兄弟は、雪遊びやソリ乗りができるように、雪が降るのを心待ちにしています。

小さなムラの大きなものがたり

No.
21

浦田地区の「ふれあい浦田」は一見普通のスーパーマーケットですが、実はここは『日本で最初』という触れ込みがつく、大きなものがたりがあります。過去、浦田地区には農協のAコープがあり、住民の生活を支えていましたが、9年前に撤退しました。このことに、地区住民は買い物難民化への危機を募らせました。そして考え抜いた末、自分たちが出資した店舗を経営する話を持ち上がり、こうしてふれあい浦田は、『日本で最初の住民が設立したスーパーマーケット』になったのです。ここでは品物の配達、買い物客の送迎といった地域密着型のサービスを行っています。毎週土曜日には松代室野地区へのバス送迎を行い、店内では地元のお母さんたちがボランティアでお茶や手作りの惣菜でもてなすなど、経営を盛り上げます。また、昨年からは移動販売車を導入。見回り活動も兼ねて地区内を巡回し、販売も行います。これからも、ふれあい浦田は地区の生活を支えるため、皆さんとともに頑張っていく予定です。

スーパーマーケット「ふれあい浦田」



一人一人の力が大きなものに！



ひさのぶ
宇野 央展
地域おこし協力隊
浦田地区担当

移動販売車は浦田だけではなく、室野・蒲生などでも販売を行っています。私もお手伝いしていますが、お客さんから感謝されることが多く、やりがいを感じています。

移動販売や買い物バスを利用したい人、自分の地区にも来てほしいという人は、「ふれあい浦田」 ☎596-3143までぜひ連絡ください。

- ① 移動販売の様子。住民の生活を支えるため、各集落に商品を届けます
- ② 移動販売車は冷蔵機能完備で、真夏でも鮮度を保ち食品を運ぶことができます
- ③ ほかの地域からの買い物客のため、バス送迎サービスも行っています
- ④⑤ 毎週土曜日には、地区のお母さんたちがボランティアで買い物客をもてなします