

とおかまち

Public Relations

市報

6 2020
/10

令和2年 6月10日号

No.340

はいめよう!あたらしいライフスタイル♪



MENU
〜curry〜
・ごめカレー
・チキンカレー
・ホーリキーマ
・二種もり(ごめとキーマ、
又はごめとチキン)
*1L-の汁150円91 *大盛
〜Drink〜
・オリジナルアイスチキ
・アイスコーヒー
・さくらにじジュース

主な内容

2	ピックアップニュース	10	お知らせ・ガイド
4	新型コロナウイルス感染症対策支援事業	17	ちびっこひろば/子ども情報のひろば
6	自宅で簡単にできる体操の紹介	19	健康・福祉相談、休日救急医など
7	十日町地域消防本部からのお願い	20	連載コーナー②
8	各種創業支援の紹介		わたしの会社のいちおしワーカー
9	タウントピックス		
	連載コーナー①		
	みんなの心をつなぐ手話/地元サポーター通信		

新型コロナウイルス感染症対策支援事業

新しい生活様式

リフォーム補助金／プレミアム商品券

事業所 リフォーム

市内の事業所が新しい生活様式の導入を図るため、必要なリフォーム工事にかかる経費を補助します。

対象者

- 次の全てに該当する事業者
- ・市内に本社または主たる事業所を有していること
 - ・リフォーム工事などの対象建物が市内にあり、社員がその建物で働いていること
 - ・期限の到来した市税を完納していること
 - ・令和3年3月31日までに対象工事が完了すること
- ※市内に本社がある法人または市内に住所を有する個人事業主から施工または購入すること（令和2年4月1日以降に実施したもの）

補助率・補助上限・ 補助対象工事費

- ・補助率：工事費の3分の2
- ・補助上限：100万円（1,000円未満切捨て）
- ・工事費：リフォーム工事費（工事・購入・消費税除く）で5万円を超えるもの

対象工事の例

- 新しい生活様式（3密回避、感染症予防）に対応するためのリフォーム工事など
- ・水回り設備の衛生化
 - ・換気のための窓の増設、換気扇の設置
 - ・男女別の更衣室の設置や休憩室の増設
 - ・自動ドアの設置、感知センサーの設置
 - ・事務室の間仕切り
 - ・空調機器、空気清浄器の購入
 - ・接触防止用のビニール幕、飛沫防止カウンターの購入・設置
- ※エアコン、給湯器、空気清浄器など、古い機器などの単なる入れ替えは補助対象外。また、購入のみのときも同様
- ※新潟県「新型コロナウイルス感染拡大防止対策推進支援金」など、ほかの補助金を充てる部分は補助対象外

申請受付期間

- 6月1日～9月30日(水)
- 申請方法＝受付窓口に設置のパンフレットまたは市ホームページで確認
- 受付窓口・市産業政策課商工振興係 ☎757-3139

住宅 リフォーム

新しい生活様式での居住環境の向上を支援するとともに建築関連産業の活性化を図るため、住宅リフォーム工事費の一部を補助します。

対象者

- 市内に所在する住宅（併用住宅も可）に居住し、市税の滞納がない人

対象住宅

- 対象者が居住し、住宅用火災警報器が設置されている住宅（過去に市が実施した住宅リフォーム補助金を受けていても対象）

対象工事

- 住宅本体のリフォーム（改修・増築）工事全般
※付属建物（車庫・倉庫）や門・塀・庭園などの外構リフォーム、家電製品取付工事などは対象外
- 工事などの条件＝次の全てに該当する工事
 - ・市内に本社を有する法人または市内に住所を有する個人事業主が施工する工事
 - ・対象工事費（消費税込み）が20万円以上であること
 - ・市が実施するほかの補助金対象となっていないこと
 - ・補助金交付決定後に着手し、令和3年3月31日(水)までに実績報告兼請求書を提出すること

補助率

工事費（消費税込み）の
20%
（限度額10万円）

申請受付期間

- 6月15日(月)～7月17日(金)
 - 申請方法＝受付窓口を設置のパンフレットまたは市ホームページで確認
 - 受付窓口＝都市計画課建築住宅係または松代支所農林建設課
- ※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、郵送による書類提出も可
- 市都市計画課建築住宅係 ☎757-9935



「大好き地元店！元気出そう応援券（プレミアム商品券）」を販売します

新型コロナウイルス感染症の影響により、厳しい経営環境にある地元の飲食・小売・サービス業などの1日も早い経済活動の回復を支援するため、プレミアム商品券を販売します。

- 販売価格（1冊）＝5,000円（7,500円分）
このうち2,500円分は飲食店や旅館などでの飲食のみに使用できる「グルメ応援券」。5,000円分は加盟店すべてで使用できる共通券です。
 - 販売開始＝令和2年6月下旬を予定
 - 購入限度＝1世帯につき2冊まで
 - 購入方法＝購入券のついたチラシを市報6月25日号に折り込みます。
- 市産業政策課商工振興係 ☎757-3139

自宅で簡単にできる体操の 紹介 ～運動不足を解消しよう～

●●●●● 問合せ：スポーツ振興課 ☎756-5013

運動をする前に体調をチェック

次のいずれかに該当するときは、運動を行なわないでください。

- ☐ 発熱がある
- ☐ 咳、のどの痛みなど風邪の症状がある
- ☐ だるさ、息苦しさがある
- ☐ においや味がいつもと違う
- ☐ 体が重く感じる、つかれやすい

熱中症の予防！

こまめな水分・塩分の補給、休憩の確保、風通しの良い服装や着帽。屋内では空調を使用しましょう。

- 3密（密閉・密集・密接）に該当する場所は極力避けましょう。
- 運動への支障があるときを除き、できるだけマスクを着用しましょう。
- 高齢者、基礎疾患などのある人は、運動を行う前にかかりつけ医に相談してください。

ストレッチとエアロビクスを
取り入れた簡単な体操はこちら➡

https://youtube.com/LJKjrXTA_PE (QRコード)
制作：日本スポーツ振興センター



テレビを見ながら姿勢の改善 「ブックサンドコアトレーニング」



①いすの座面を持って腰掛け、本など（ティッシュ箱やたたんだタオルなどでも可）をひざの間に挟み、足首を交差させる



②この状態でひざを10センチメートルほど上げ下げする。反対側も同様に

ひざを
上下に

1日の目安 上げ下げを1セットとし、10セット

呼吸方法 息を吐きながらひざを上げ、吸いながら戻す

スタミナアップとむくみの解消 「全身持久力アップエクササイズ」



①いすに浅く腰掛け、背筋を伸ばし、両ひじは軽く曲げて体の横へ

②両足を肩幅より少し広く開き、つま先を外側に向ける



③足を浮かせ、空中でひざを合わせる

④音楽などに合わせ②から③の動きを交互に繰り返す

1日の目安 5分程度（好きな曲に合わせて1曲分）

呼吸方法 曲に合わせて歌いながら行うなど、自然に呼吸する

ちょっとした空き時間に 「体幹と下半身のトレーニング（英雄のポーズ）」



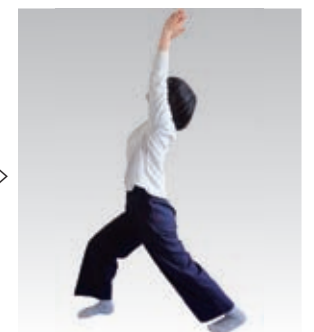
①立った状態から両ひざを曲げ、両手を右ももにおく



②左足を後ろに引く



③両手を胸で合わせ、そのまま頭上へ上げる



④ひじを伸ばし、あごを上げて視線を指先に合わせ、胸を張る。ひと呼吸分キープ。反対側も同様に

1日の目安 2回程度

呼吸方法 息を吸いながら両手を上げ、吐きながら戻す

子どもと一緒に筋力向上 「体幹トレーニング（舟のポーズ）」



①両手をつなぎ、お互いの足裏を合わせる



②足裏を合わせたまま、片足ずつ上げる



③両足を上げ、バランスを取る



④片方ずつ足を下ろしていく

1日の目安 両足の上げ下ろしを1セット

呼吸方法 息を吐きながら足を上げる



各種創業支援の紹介



起業を目指すあなたを応援します

問合せ：産業政策課商工振興係 ☎757-3139

市では起業を目指す人をサポートする支援策を設けています。ぜひ活用してください。

創業セミナーなど

早めに問い合わせてください（要予約）

項目	日時・会場	概要	募集時期
創業塾～入門編～	日 7月18日(土) 午後1時30分～4時30分 会 段十ろう	起業に欠かせない準備と「いろは」を学ぶことができます。	7月15日(水)まで
創業塾～女性向け編～	日 8月1日(土) 午後1時30分～4時30分 会 分じろう	自分で仕事を始めたい女性に向けた内容です。子どもを連れての参加も可能な「語り場」です。	7月から
創業塾～実践編①～	日 9月12日(土) 午前10時～午後5時 会 段十ろう	本気で起業を考える人への2回構成のセミナーです。事業計画の作成から、販売・資金計画まで幅広く学ぶことができます。起業に興味のある人も大歓迎です。	8月から
創業塾～実践編②～	日 9月26日(土) 午前10時～午後5時 会 分じろう		
定期創業相談	日 月1～2回 会 市役所（本庁舎）	専門家（中小企業診断士）が1対1で起業の準備からその後の経営相談までサポートします。	随時募集

参加者の声

【入門編】

- ・他の参加者の意見を聞くことでアイデアが浮かんだ
- ・事業計画書の必要性・重要性を認識できた

【女性向け編】

実際に市内で起業した女性創業者から話を聞けてよかった



【実践編】

- ・参加者の発表を聞くことで、自分にはないマーケティングの視点、物の見方を学ぶことができた
- ・マーケティングの理論に沿った具体的なプランニングを学ぶことができた
- ・ホームページやSNSを効果的に利用した広報について詳しく知ることができた

創業支援の一例

国から認定を受けた市の創業支援事業計画に基づくものであるため、活用には条件があります。早めに問い合わせてください。

項目（一例）	概要
未来を拓く創業応援事業補助金	市内での創業時に活用可能な補助金があります（予算の範囲内で交付・最大100万円）。
ふるさと起業家支援プロジェクトの活用	ふるさと納税を活用した、クラウドファンディングによる資金調達が可能になります。
登録免許税の軽減	株式会社、合同会社設立時に納付する登録免許税が半額になります。
信用保証制度の活用	無担保・第三者保証人なしの創業関連保証について、6か月前からの申し込みが可能になります（通常は1か月前から）。



十日町地域消防本部からのお願い



新型コロナウイルス感染症の救急時の対応について

問合せ：十日町地域消防本部 ☎757-0119

十日町地域消防本部では、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、次の対応をとっています。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

救急車を要請するときのお願い

救急車を要請するとき、通常の聞き取り内容に加え、次の事項を聞き取ります。
※5月29日現在の内容であり、今後変更することがあります

- 発熱
- 息苦しさ
- だるさ、味覚・嗅覚障害
- 感染症状がある人との生活など

電話で胸骨圧迫（心臓マッサージ）のやり方を指導することがあります。そのとき、傷病者が感染していると、心臓を押し込んだ際の呼吸からウイルスが放出され、周囲の人が感染する危険がありますので、次の事項をお願いすることがあります。

- 窓の開放、換気扇などの使用
- 傷病者の口元を布やタオル、もしくはマスクなどで覆う



救急隊は、発熱、息苦しさなどの感染を疑う症状がある人に出動をするときは、感染防止のために左の写真のような感染防止対策の装備をします。また、これらの装備完了後に出勤するため、通常の救急出動より多少の時間を要します。ご理解をお願いします。

救急車は、119番の通話中でも出動する場所が分かった時点で出動準備を開始し、準備が整った段階で直ちに出勤します。

【火災・救急は119番をお願いします】

みんなの
心をつなぐ手話 Vol.5

今回は、誰かに何かをお願いする手話と、がんばる人を応援したり背中を押したりする手話を紹介します。ぜひ、やってみてください。

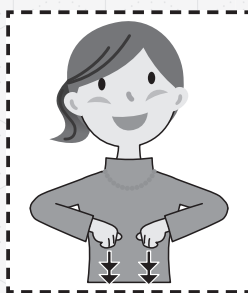
■問合せ＝福祉課障がい福祉係 ☎757-3782

お願い・頼む



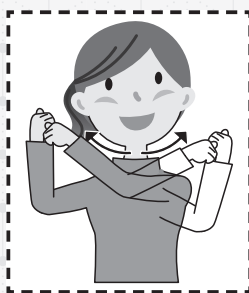
少し頭を下げ、顔の正面で斜めに構えた右手を少し前に出す

がんばる・元気

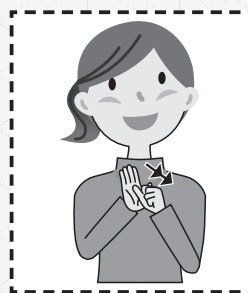


両ひじを張り、胸の前で向き合わせた両手拳を同時に力強く2回おろす

応援する



（旗を振るイメージで）両手拳を上下に置き、同時に左右に振る



左手の立てた親指の背を右手のてのひらで前に押し出すように2回たたく

ワンポイント

手話通訳者はなぜマスクをしないの？

手話は手指の動きだけでなく、表情や口の動きも使って表現をする言語です。そのため手話でコミュニケーションをとるときは口元を隠してしまうマスクをすることが難しいのです。

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



JISAPO

Facebookあります



こへび隊

地元
サポーター
こへび隊通信
44



スタッフの徳永&大口がいろいろな活動を案内します！



石井&佐藤創希&佐藤あゆが地元サポーターと一緒に活動を企画します

地元サポーター事務局を紹介
今後の楽しい活動を準備しています

地元サポーターは、大地の芸術祭を通じてさまざまな地域づくりに取り組んでいます。

新型コロナウイルス感染防止の観点から、しばらく活動自粛期間が続いていましたが、その間にも「新しい生活様式」を意識した楽しい活動を検討してきました。

「ガイド勉強会はりモートで出来るかもしれない!」、「地域の皆さんが親子で参加できる活動もあるのでは?」、「海外のサポーターと英語で交流する準備をしよう!」など、新しいアイデアも浮かんできています。

外出自粛や感染拡大の不安で気分も沈みがちですが、こんなときこそ「地元サポーター」に登録して、毎日をもっと充実したものにしてみませんか。

■問合せ＝観光交流課芸術祭企画係 ☎757-2637



「新しい生活様式」でも楽しめる活動を検討中！



皆さんの登録をお待ちしています！

叙勲おめでとうございます

旭日単光章

(選挙管理事務功労)

関谷厚権さん (84歳・室野)



昭和60年から平成17年までの19年以上もの間、旧松代町の選挙管理に従事され、そのうち委員長を2期務められるなど、地域選挙の適正な管理執行に尽力されました。

「思ってもみなかったことで驚いています。大変ありがたいことです。町会議員選挙が盛んだった時代、選挙運動がし烈で皆気が立っていた。1票の差で明暗が分かれ、ヒヤッとしたこともあった。あのときは大変だった」と懐かしそうに話してくれました。

瑞宝単光章

(統計調査功労)

関 由昇さん (79歳・上新田2)



統計調査員として昭和50年から41年間にわたり、国勢調査や農林業センサスなど多くの調査に従事し、尽力されました。「冬季の調査や回収作業などいろいろと大変なこともありましたが、地域の皆さんの協力のおかげでやり遂げることができました。受章を家族や地域の皆さんが喜んでくれてうれしかったです。これからは若い世代の皆さんが活躍できる場を作っていきたいです」と話してくれました。

瑞宝単光章

(消防功労)

相澤 敏さん (65歳・水梨)



昭和52年に松之山町消防団に入団以来、41年間にわたり消防活動に尽力されました。平成23年からは副団長を務められ、遭難者や行方不明者など、多くの捜索活動の指揮をとるなど、地域の安心・安全を守り続けました。「会社や同僚、家族の理解と協力が無ければこれだけ長く続けては来られなかったことです。皆さんに心より感謝しています。消防団員の数が少なくなり大変だと思いますが、出来るだけ長く続けてもらいたいです」と話してくれました。

表彰おめでとうございます

関東管区警察局長・
関東交通安全協会連合会会長 連名表彰

交通安全功労者

村山 和宏さん (58歳・川治下町2)

交通安全の分野で、自転車・二輪車の安全運転教育における功績や、地域への貢献が認められたものです。



「森の学校」キョロロ

6月15日～7月14日の里山体験プログラム

日時／テーマ

6月20日(土) 午後1時30分～4時／花ごよみ調査 (無料)、午後7時～8時30分／夜の昆虫探検

6月21日(日) 午前10時～正午／里山の生き物サポーターズ、午後4時～6時／部分日食観察会

6月21日(日)・28日(日)・7月5日(日)・12日(日) 午後1時～2時30分／里山の生き物探検☎20人

6月27日(土) 午前4時30分～7時30分／定例探鳥会 (無料)、午後1時～3時／キョロロ生物部、午後7時30分～8時30分／ホテル観察会

7月4日(土) 午前10時～正午／ブナの森のようちえん、午後1時～3時／まちのクモしらべ (無料)

7月11日(土) 午前8時～9時30分／子ども野鳥の会探鳥会、午後1時30分～4時／ハナアブしらべ (無料) ☎10人

※小学3年生以下は保護者同伴

●入館料＝500円、中学生以下無料

●参加費＝500円、未就学児無料

☎キョロロ ☎595-8311

不可

チケット販売 7月4日(土) 午前9時から段十ろうで段サポ先行販売、7月11日(土) 午前9時から一般販売

●チケット取り扱い 越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011) ※詳細は問合せ

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

会・園越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011) ※詳細は問合せ

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

募集

申込条件などの詳細は、問い合わせてください。

市内に住む65歳以上の高齢者のみ世帯の人など

住所 霜条749-2

募集戸数 2人部屋8帖DK・1室

5千円～5万2千円／月 ※収入による

☒6月22日(月)

「お知らせ」

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本紙に掲載しているイベント・催し・相談などでも、中止・延期となる場合があります。最新情報は、それぞれ問合せ先へ確認してください。

催し・講座

教科書展示会

令和3年度から中学校で使用する教科書見本を展示します。

6月12日(金)～25日(木) 午前9時～午後7時

休22日(月)

会情報館

他期間以降も通年で展示をしています

問教育センター (☎川西庁舎内・756-5011)



十日町石彫ブロンナードの作家たち2020

市内に作品が設置されている浜田彰三さん、佐藤賢太郎さん、渡辺一宏さんの作品を展覧します。

6月12日(金)～7月26日(日) 午前9時30分～午後5時 (入館は午後4時30分まで)

休火曜日

¥500円 (小・中学生200円)

他館蔵刀剣展 人間国宝 天田昭次を同時開催

会・園星と森の詩美術館 (☎752-7202)

第50回 近代名作読書講座

6月25日(木) 午後7時30分～8時45分

対中学生以上

定15人※定員になり次第締切

内谷知子の「百人一首」

講庭野三省さん

会・申・園情報館 (☎750-5100)

7月14日(土)～28日の毎週(火)・

参加者募集

第16回市長杯バタゴルフ大会

7月4日(土) 午前8時～

国家公務員

税務職員募集(高卒程度)

受験資格 ①令和2年4月1日において高校(中等教育学校)卒業後3年を経過していない人および令和3年3月までに高校(中等教育学校)卒業見込みの人

②人事院が①に掲げる人に準ずると認める人

申込期間 インターネット 6月22日(月) 午前9時～7月1日(水) (<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)

試験日 1次試験 9月6日(日)、2次試験 第1次試験合格通知書で指定する日時

問 インターネット申込み 人事院人材局試験課 (☎03-3581-5311)、そのほか 関東信越国税局人事第二課試験係 (☎048-600-3111)

越後妻有文化ホール「段十ろう」からのお知らせ

「三遊亭好楽・小遊三 二人会」

9月13日(日) 午後2時開演

¥3800円 (当日4000円増) ※自由席、未就学児入場不可

チケット販売 6月20日(土) 午前9時から段十ろうで段サポ先行販売、6月27日(土) 午前9時から一般販売

●チケット取り扱い 越後妻有文化ホール「段十ろう」、ぴあ

【梅沢富美男劇団 十日町特別公演】

10月3日(土) 昼の部 午後1時開演、夜の部 午後5時開演

¥5千円 (当日5000円増) ※全席指定、未就学児入場

令和2年度

古文書入門講座受講生募集

7月11日(土)～令和3年3月27日(土)の第2・4土曜日 午前9時30分～11時30分

¥2千円 (テキスト代) ※初回に支払い

定先着10人

講林悦郎さん(博物館友の会・古文書研究グループ)

☒7月4日(土)

会・申・園申込書 (情報館・公民館にも配置) を博物館 (☎757-5531) へ

第7回縄文川柳大会作品募集

題 季節※1人3句まで

部門 一般・ジュニア

他9月12日(土) 午後1時30分から笹山縄文館で表彰式

7月22日(水) 必着

申・園はがきに川柳と氏名、年齢、住所、郵便番号、電話番号を記入して、〒94

広告掲載

宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようにしました!

宝くじ公式サイトはコチラから

STEP1 「宝くじ公式サイト」を検索し、メールアドレスの登録(仮登録)

STEP2 会員情報の入力(会員登録)

STEP3 決済情報の入力

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

まちなかステージ

6月15日～7月14日の行事予定表

月	日	内 容
6月	19日(金)～22日(月)	貴金属・ブランド品・金券などの買取(株 フィールドマックス) ●時間＝午前9時15分～午後4時45分 会分じろう：ルーム3
	20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
7月	10日(金)	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
	10日(金)～12日(日)	尾身伝吉版画展 ●時間＝10日(金)午後3時～5時、11日(土)午前10時～午後5時、12日(日)午前10時～午後4時 会十じろう：ギャラリー

月	日	内 容
7月	11日(土)	お茶にしようじゃねえ会(フォルトネット) -DVD上映会- 「我が子がひきこもったとき 家族の役割と支援」 ●時間＝午後1時30分～3時30分 会分じろう：ルーム1・2 ¥300円 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

【分じろう：まちの歴史文化コーナー HAKKAKE】

日時	展示内容
～8月3日(月)	紡錘車(馬場上遺跡・上屋敷遺跡)

※展示時間は問い合わせ

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

越後妻有文化ホール「段十ろう」については、7月のホールイベント予定はありません

7—3735）・医療介護課（☎757—3757）

7月の休館日

- 段十ろう 11月13日（月）・27日（月）
- 千手中央コミュニティセンタ― 毎週（火）
- 情報館 11月27日（月）
- 博物館 11月6日（月）・13日（月）・20日（月）・27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―「農舞台」 毎週（火）・（水）
- 市総合体育館 11月21日（火）
- 川西総合体育館 11月22日（水）
- なかさとアリーナ（中里体育館） 11月14日（火）
- 松代総合体育館 毎週（月）
- ひだまりプール 毎週（火）
- キョロロ 毎週（火）・13日（月）
- 17日（金）
- 分じろう 毎週（火）
- 十じろう 毎週（火）

7月マイナンバー時間外開庁日（本庁舎）

日 7月9日（木）・22日（水）午後5時15分～7時、7月18日（土）午前9時～午後4時

内 マイナンバーカードの申請、受取り、電子証明書の

更新手続きなどの受付
他 要事前予約
申・問 市民生活課市民係（☎757—3116）

申告期間延長に伴う市民税・県民税の税額決定通知書について

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策により、申告が4月16日まで延長したため、3月17日以降に提出した所得税の確定申告書や市民税・県民税申告書は、「令和2年度市民税・県民税税額決定通知書」に反映されないことがあります。そのときは、後日「税額変更通知書」をお届けします。

☎ 税務課市民税係（☎757—3716）

経営所得安定対策の申請手続き

飼料用米や地域振興作物などを生産販売したときに支払う交付金を希望する人は、早め手続きをお願いします。

☎ 6月30日（火）
申・問 農林課農業振興係（☎761—7144）

75歳以上の皆さんへ 住民健診（健康診査）に関する重要なお知らせ

☎健康づくり推進課成人保健係（☎757-9764）

新型コロナウイルスに感染したとき、高齢者や基礎疾患のある人は重症化するリスクが高くなります。高齢者の皆さんの安全に配慮するため、75歳以上で定期的に通院している人は今年度、住民健診（健康診査）の受診を控え、かかりつけ医で健康状態を把握することをお勧めします。

【受診票について】

既に申し込んだ人にも受診票は送りません。かかりつけ医がなく、市の住民健診（健康診査）を希望する人は連絡してください。

【がん検診について】

75歳以上の人も受診できます。既に申し込んだ人には、検診日の1～2か月前に受診票を送ります。まだ申込みをしていなくて検診を希望する人は連絡してください。

延期となっていた健診日程のお知らせ

密閉空間、密集場所、密接場面の「3密」を避けて健診を実施するため、日程や会場を変更します。

健診名	日程・会場	
	従前	変更後
住民健診 （健康診査）	6月2日（火）・3日（水） 松之山体育館	7月7日（火）～9日（木） 松代総合体育館 ※松代・松之山地域合同
	6月10日（水）～12日（金） 中里庁舎	7月13日（月）・22日（水） 中里庁舎

福祉・健康



7月の全血献血

- 吉澤織物（株）昭和町工場 11月20日（月）午前9時30分～11時45分
 - （株）宇都宮製作所 11月20日（月）午前10時～11時30分
 - J A 十日町本店 11月20日（月）午後1時30分～3時30分
 - 十日町地域振興局（総合庁舎） 11月20日（月）午後1時30分～3時30分
 - 中里庁舎（中里支所） 11月30日（木）午前10時～正午
- ☎健康づくり推進課母子保健係（☎757—9759）

子育て



7月10日（金）は
児童扶養手当定期支給日

5・6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。6月に認定を受けた人は、9月に7・8月分の手当を支給します。

☎子育て支援課子育て支援係（☎757—3719）

子育て世帯へ臨時特別給付金を支給します

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、令和2年4月分（3月分を含む）の児童手当（本則給付）受給者に対象児童一人あたり1万円を支給します。対象者には案内チラシを発送します（申請は不要）。公務員は、所属庁の証明を受けた上で申請が必要です。

● 公務員の申請期限 10月30日（金）まで
☎子育て支援課子育て支援係（☎757—3719）

くらし・相談



6月の納税・納付

6月は市民税・県民税第1期、後期高齢者医療保険料および介護保険料第2期の納付月です。期限（6月30日）内に納めましょう。
☎税務課（☎757—3716）・市民生活課（☎75

女性や子育て世代が働きやすい職場環境づくりに 取り組む企業を支援します

☎企画政策課協働推進係（☎757-3693）

市では、ハッピー・パートナー企業（新潟県男女共同参画推進企業）に登録し、「子育て応援プラス企業登録認定」を受けている企業・団体を支援するための補助金制度を整備しました。これまでに、女性や子育て世代が働きやすい職場環境づくりを目指し、ぜひ制度を活用してください。

●子育て応援企業バックアップ事業補助金

種別	オフィス整備補助金	求人活動補助金
対象企業・団体	次の①～③の要件を満たす企業・団体が対象 ①十日町市内に本社または主たる事業所がある ②ハッピーパートナー企業（新潟県男女共同参画推進企業）に登録し、「子育て応援プラス企業登録認定」を受けている ③女性・子育て世代の求職者を採用する意欲がある	
補助対象	女性就業に必要な専用施設、女性の福利厚生に資する設備・備品の整備費用 【整備・改修例】 オフィス内装・外装、トイレ、更衣室、休憩スペース、託児スペース、パウダールームなど 【購入例】 女性用作業服・作業用具、オフィス家具、防犯用品、託児用品、冷蔵庫など ※男性が専有するものについては対象外	女性や子育て世帯が働きやすい職場環境づくりに取り組む企業・団体が求人募集活動に要する費用 【例】 求人情報サイトの掲載費用、就職合同説明会の出展料、採用活動に使用する企業プロモーション動画・企業ポスター・企業パンフレットの作成など
補助金額	補助率2分の1 最大50万円	補助率2分の1 最大30万円
受付期間	通年 ※予算金額に達し次第受付終了	

ゆずります・ゆずってください

市報 4 月 10 日号で募集した「ゆずります・ゆずってください」に、以下 12 点の品物が集まりました。複数の人から申込みのあった品物は、事務局において抽選を行います。結果は 7 月 1 日(水)以降に連絡します。

No.	品物名称など	希望金額
1	漬物用プラスチック容器（重石 20kg 付）	無料
2	クッション付き座いす 2 点※バラ可	無料
3	テーブル付きベビーチェア 2 脚※バラ可	無料
4	電動ルームウォーカー	無料
5	雛人形（七段十五人飾り）	無料
6	子ども用木製ベッド	無料
7	幼児用プラスチック製すべり台	無料
8	額縁 10 点（サイズ各種あり）※バラ可、品物写真なし	無料
9	幼児用オムツ（グリーンパンツ M62 枚入） 2 袋	1,000 円
10	学習机（いす・ライト・ワゴン付き）	1,500 円
11	灯油タンク（内容積 220 ℓ）	10,000 円
12	I H コンロ（パナソニック）、ファイバーライト、アームライトスタンド、加湿器、テニスラケット（2 本）、プラスチック製ワゴン（3 段）※バラ不可（一式セット）	25,000 円

本庁舎、各支所、市ホームページで品物の写真を見ることができます。

●留意事項

- ・所有者の指定場所へ取りに行ける人が対象です
- 申込期間＝6 月 24 日(水)までの平日午前 9 時～午後 4 時

申・問市消費者協会（市消費生活センター内・☎757-3740）

ゆずり受けた商品に取扱説明書がないときは、インターネットなどで取得するか、専門業者などで動作確認をするなどして、安全を確かめてから使用してください。市と市消費者協会は一切責任を負いません。

6 次産業に取り組む農林漁業者を支援します 6 次産業等支援事業補助金

市内で生産された農林水産物や、その加工品の販路開拓など、6 次産業に取り組む農林漁業者を支援します。詳細は市ホームページで確認するか、問い合わせてください。

☎農林漁業者および農林漁業団体のみ

【新商品開発支援事業】

- 対象事業＝市内で生産された農林水産物を使用した新商品を開発する取組み
- 対象経費＝機械設備購入・リース費など
- 補助金額＝上限 40 万円（補助率 3 分の 1）

【販売力強化支援事業】

- 対象事業＝ホームページ制作、チラシおよびパンフレット作成などの取組み
- 対象経費＝デザイン料、ホームページ制作委託費など
- 補助金額＝上限 15 万円（補助率 3 分の 1）

【販路拡大支援事業】

- 対象事業＝商談会や物産展などへの参加、PR イベントの開催
- 対象経費＝交通費、宿泊費、出展料など
- 補助金額＝上限 15 万円（補助率 3 分の 1）

※同一物産展など（同一会場でのイベント）に 2 年以上連続出展するとき、2 年続けては対象となりません

☎農林課農業企画係（☎757-3120）

空き家の適切な管理は所有者の責務です

☎防災安全課（☎757-3197）

全国的に空き家が増加する中、市内でも管理が不十分な空き家により、周囲に悪い影響を与えている事例があります。令和元年度秋の市の調査では、管理されているものも含め市内には約 800 棟の空き家があります。

老朽化した空き家が倒壊したり、強風で建物の一部が飛散したりして他人に被害を与えたときは、空き家の所有者に対し賠償責任を問われることがあります。空き家を所有している人は、定期的に状況を確認し、敷地内の草刈りや庭木の手入れなどをしてください。損傷している箇所があるときは、早急に補修や撤去など適切な処置を行ってください。また、近所に緊急時などの連絡先を伝えることで、トラブル防止につながります。

空き家の適切な管理に関する情報は、市ホームページ（「十日町市 空き家対策」で検索）で確認するか、問合せてください。



空き家管理 QRコード



東京 23 区からの UI ターン人材採用 新潟企業情報ナビ掲載募集

☎企画政策課移住定住推進係（☎755-5137）

東京 23 区からの UI ターン者に対して、企業情報・求人情報を掲載できる「新潟企業情報ナビ」に、掲載を希望する法人を募集しています。情報を掲載することで以下のようなメリットがありますのでぜひ登録をお願いします。

- 「企業情報ナビ」に登録された求人を通して採用された方は、市の移住支援補助金（単身 60 万円・世帯 100 万円）を受けられることが出来るため、法人は人材確保しやすくなります。
- 東京圏在住者へウェブで法人と求人情報を発信できます
- 求人掲載料やその他手数料は一切不要です



新潟企業情報ナビ QRコード

【登録手順】

- ①「新潟企業情報ナビ」のトップページ上部のバナー「移住支援金法人向けページはこちら」をクリックし、登録依頼フォームからジョブカフェカンパニー（※）に登録。（※県が取り組む「ジョブカフェ事業」として、若者の採用・育成への協力が得られる法人を登録する制度）
- ②ジョブカフェカンパニーへ発行される ID とパスワードで「新潟企業情報ナビ管理画面」にログインし、移住支援金対象法人を申請。
- ③移住支援金対象法人として登録完了後、管理画面から支援金対象求人を登録。

【注意】移住支援金対象法人として登録されているだけでは、就業者への補助金交付要件を満たさないため、支援金対象求人の登録もあわせて行う必要があります。

7月のちびっこひろば

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期となることがあります。参加を希望するときは、事前に各問い合わせ先へ確認をしてください。

すこやかランド

「ベビーマッサージ」
日 8日(水)午前10時～11時30分
対 生後4か月～1歳程度の乳児とその親
¥500円
✕ 6月30日(火)※要事前予約
会 サンクロス
間 段十ろう (☎757-5011)

なかよしランド

日/会 7日(火)・14日(火)・21日(火)
／めぐらんど、28日(火)／総合体育館
● 時間＝午前10時～11時
対 未就園児とその保護者
¥年間1,000円(保険代含む)
間 段十ろう (☎757-5011)

いっしょにあそぼ

日 2日(木)・9日(木)・16日(木)午前10時～11時
※30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

日 3日(金)・17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

「お茶会」
日 15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 2日(木)・16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」

日 18日(土)午前10時30分～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 11日(土)午前10時～11時
対 幼児～小学校3年生くらい
会・間 中里公民館(中里庁舎内) ☎763-2493

おはなしびよびよ

日 4日(土)・11日(土)・25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)

読み聞かせの会「どんぐり」

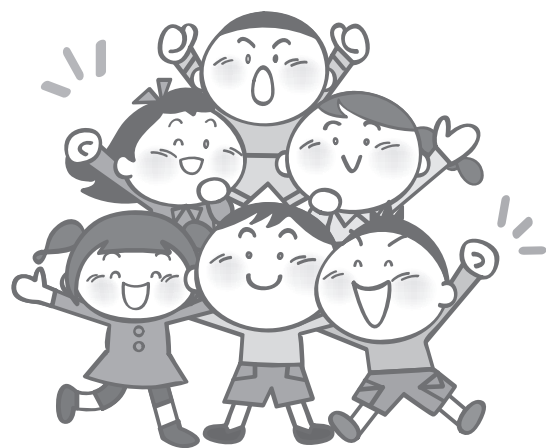
日 18日(土)午前10時30分～11時30分
対 幼児～小学校3年生くらい
会・間 情報館 (☎750-5100)

おはなし「たまたまばこ」

日 9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)

おはなしたんぽぽ

日 11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＝小堺一男(埼玉県久喜市)、久保田浩(さいたま市)、田辺政平(滋賀県彦根市)、保坂健太郎(千葉県市川市)、佐藤松夫(東京都台東区)、山崎平三(東京都足立区)、南雲義男(東京都清瀬市)、若山修治(川崎市)、高橋秀夫(神奈川県座間市)、鮎澤正信(東京都江東区)、小林孝一郎(岡山市)、横尾真一郎(埼玉県上尾市)、西田健二(茨城県土浦市)、月田実(栃木県足利市)、大山肇(東京都練馬区)、曾根祐一(埼玉県入間市)、真塚一郎(奈良県三郷町)、奥村峻(埼玉県越谷市)、阿川毅(東京都西東京市)、関口光男(東京都練馬区)、有木攻太(広島県府中市)、樋口洋介(川崎市)、福留利郎(鹿児島県大崎町)、平田一峰(群馬県みなかみ町)、宮井正判(横浜市)、灘武志(大阪府吹田市)、保坂誠栄(東京都羽村市)
●情報館分＝須藤雪子(仁田)

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な音声を委託し、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。

高齢者の皆さんの生活をサポートします 地域包括支援センター

※4月から電話番号が変わりました

センター名	担当地区	電話
十日町北地域包括支援センター	下条・中条・川西	☎761-7406
十日町東地域包括支援センター	十日町・新座・大井田	☎757-3551※
十日町中地域包括支援センター	川治・六箇・吉田	☎755-5115
十日町南地域包括支援センター	水沢・中里	☎758-2324
十日町西地域包括支援センター	松代・松之山	☎597-3805



〔情報館〕7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

しらべてみよう! 「有職装束大全」、「47都道府県・名字百科」など、調べものに役立つ辞典や事典、楽しい図鑑などを紹介します。情報館ティーンズ部「島はぼくらと」、「青くて痛くて脆い」など、中高生の心をつかんだ人気の本を紹介します。

児童向け

虫、みいつけた! 「すごい虫ずかん」、「なつのもりのかぶとむし」など、虫たちが登場する本を紹介します。海だ! 山だ! 「うみのあじ」、「夏がきた」など、海や山、夏の自然にかんする本を紹介します。

Q 1

あなたの会社の仕事、会社の強みは？

魚沼産コシヒカリやソバ、アスパラなどの栽培や販売を行うとともに、自社農家レストランでへぎそばや地元野菜を使用した料理を提供しています。安心安全な食材を提供できることが強みです。

Q 2

この仕事を始めたきっかけは？

料理を食べることや作ることが好きで、調理師を目指しました。また、お客さまの声を直接聞くことができるころにもひかれました。

Q 3

これまでの努力や苦勞は？

初めは学ばなくてはならないことが多く、苦勞しました。特に食材の名前や旬の時期、価格などを一日でも早く覚えられるよう努力しました。今は、後輩に知識や技術を教えることの難しさを実感しています。

Q 4

この仕事のやりがい？

お客さまから「おいしかった」、「楽しい時間を過ごせた」、「また来ます」といった喜びの声が聞けたときは、やりがいを感ずります。

わたしの会社 いちおし ワーカー

vol.25

語る 仕事・会社・
十日町市への思い



そばを盛り付ける広田さん



広田 裕さん（上山・36歳）

市内の高校卒業後、調理師専門学校へ進学。その後、東京都内、中国、長岡市で調理師としての経験を積み、株式会社A・ファーム雪の十日町に入社。現在、「そばの郷Abuzaka」で調理全般を担当。

Q 5

次代を担う若者へのエールを！

自分のやりたいことに挑戦してください。いろいろな場所を実際に目で見て、さまざまな経験をすることが大切だと思います。恐れず、チャレンジしてください。

協力
企業

株式会社 A・ファーム雪の十日町



- 農業生産、製造加工、農家レストラン経営
- 従業員数18人
- 十日町市南鎧坂2132（☎755-5234）
- 農家レストラン「そばの郷Abuzaka」では、自社栽培の十日町産そば粉を使用したへぎそばや新鮮な山菜・野菜など、地域素材を生かした料理を提供しています。河岸段丘に広がる田んぼ、四季折々の風景を眺めながら、お食事を楽しんでいただけます。

紹介したい
従業員を
募集します!!

問 産業政策課
商工振興係
☎757-3139