

と おか まち

Public Relations

市報

3 2021
/10

令和3年 3月10日号

No.358

全集中!

主な内容

ピックアップニュース

- 2 新型コロナワクチンについて
- 4 十日町市議会議員一般選挙・十日町市長選挙に関するお知らせ
- 6 令和3年度各種サークル活動参加者・明石学級生募集

10 タウントピックス

連載コーナー①

- 11 みんなの心をつなぐ手話/サポーター通信

12 お知らせ・ガイド

- 21 ちびっこひろば/子ども情報のひろば
- 23 健康・福祉相談、休日救急医など

連載コーナー②

- 24 わたしの会社のいちおしワーカー

「総合的な学習」で「中条ちんころ伝承会」の皆さんから
チンコロ作りを学ぶ橘小学校3・4年生児童
(橘小学校にて/2月16日撮影)



新型コロナワクチンについて 皆さまに知ってほしいこと



～ワクチンに関する情報を、正確に、わかりやすくお伝えします～



新型コロナワクチンは、発症を防ぐ効果が認められています。

今回新たに承認された新型コロナワクチンは2回の接種によって、95%の有効性で、発熱やせきなどの症状が出ること(発症)を防ぐ効果が認められています。(※インフルエンザワクチンの有効性は約40～60%)



新型コロナワクチンは、あなたご自身のためだけでなく、医療機関の負担を減らすための重要な手段にもなります。

新型コロナウイルスは、まだまだ未知のことがあります。このウイルスの感染により、令和3年1月末までに6千人以上の方が亡くなり、3万人以上の方が入院されています。特效薬も開発中の段階です。

こうした中で、多くの方に接種を受けていただくことにより、重症者や死亡者を減らし、医療機関の負担を減らすことが期待されます。



どんなワクチンでも、副反応が起こる可能性があります。

一般的にワクチン接種後には、ワクチンが免疫をつけるための反応を起こすため、接種部位の痛み、発熱、頭痛などの「副反応」が生じる可能性があります。治療を要したり、障害が残るほどの副反応は、極めて稀ではあるものの、ゼロではありません。(予防接種による健康被害は救済制度の対象です。)

今回新たに承認されたワクチンの国内治験では、ワクチンを2回接種後に、接種部位の痛みは約80%に、37.5度以上の発熱が約33%、疲労・倦怠感が約60%の方に認められています。

ワクチンに含まれる成分に対する急性のアレルギー反応であるアナフィラキシーの発生頻度は、市販後米国で100万人に5人程度と報告されています。日本での接種では、ワクチン接種後15～30分経過を見て、万が一アナフィラキシーが起きても医療従事者が必要な対応を行います。

新型コロナワクチンについて



ワクチン接種に関する情報

問合せ：新型コロナワクチン接種対策室 ☎755-5320

接種対象者

十日町市に住所がある16歳以上の人

接種について

体調に不安がある人は、あらかじめかかりつけ医に相談が必要です。

接種順位

想定される接種スケジュール（今後、国の公表により変更になることがあります）

医療従事者などへの接種
(3～4月)

高齢者への接種券配布
(3月下旬以降)

高齢者※への接種
(4月下旬以降)

※高齢者とは65歳以上（昭和32年／1957年4月1日以前生まれ）の人です



医療従事者・高齢者以外の人への接種券配布（送付時期は確定しだいお知らせします）

基礎疾患を有する人（高齢者以外）への接種

高齢者施設などの従事者への接種

上記以外の人に対し、ワクチンの供給量などを踏まえ順次接種

接種が始まる時期

高齢者（65歳以上の人）への接種の開始は、早くても4月下旬以降になる見込みです。それ以外の人への案内は、順次行う予定です。

接種回数と接種の間隔

2回の接種が必要です。現時点では3週間後に2回目の接種を行う予定です。

接種を受けられる会場

市が定めた接種会場で受けることができます。接種会場が決定しだい、速やかにお知らせしていきます。

接種費用

全額公費で接種できますので、接種費用はかかりません（無料）。

高齢者が接種を受けるための手続きなど

① 3月中旬ころ

市から「調査票」が送付されますので、回答してください（返信用封筒同封）。

② 3月下旬以降

「接種券」が送付されます。接種のときに必要ですので、大切に保管してください。

③ 4月以降

①の「調査票」で“接種を希望する”と回答した人から、順次接種会場・日程などをお知らせします。

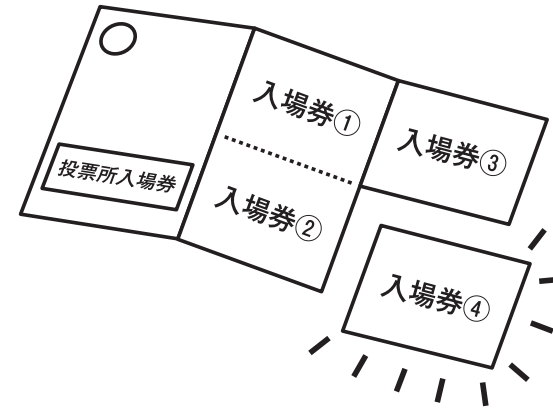
※2月24日時点の情報です。国のスケジュールにより変更する可能性があります。

十日町市議会議員一般選挙・十日町市長選挙に関するお知らせ

投票所入場券・期日前投票・不在者投票について

問合せ：選挙管理委員会事務局 ☎757-3191

投票日は4月25日(日)です



4月25日(日)執行予定の十日町市議会議員一般選挙・十日町市長選挙の投票所の入場券は、告示日の4月18日(日)までに郵送する予定です。入場券は圧着式のハガキで郵送され、1枚につき4人分の入場券が付いています(左のイメージ図参照)。圧着部分をはがし、自分の入場券をミシン目で切り取り、投票日当日また期日前投票に持参してください。

投票所入場券

投票日当日に仕事や用事などで投票に行けない人はもちろん、3密を避けたいなど新型コロナウイルスへの感染対策を考慮するときも、期日前投票を利用できます。なお、前述した入場券を持参しなくても、選挙人名簿に登録されている人は投票できますが、本人確認を行うため投票できるまで時間がかかることがあります。

期日前投票について

期間：4月19日(月)～4月24日(土)

●期日前投票所：左表のとおり開設します。期日前投票期間中は、在住地域に関わらず、どの会場でも投票できます。

期日前投票所	受付時間
保健センター (市役所本庁隣)	午前8時30分～ 午後8時
川西支所	午前8時30分～ 午後7時
中里支所	
松代支所	
松之山支所	

●期日前投票宣誓書：期日前投票を行うときは、あらかじめ入場券に付いている当該部分(下図参照)を記載して会場へ持参してください。

期日前投票宣誓書 ※選挙の当日に投票される方は記入不要です。
私は、投票日当日、下記の事由に該当する見込みであることを誓います。

十日町市選挙管理委員会委員長 あて 令和 年 月 日

住 所	十日町市			
氏 名		生年 月日	明・大 昭・平	年 月 日
事 由	※該当する番号を○で囲んでください		3	病氣・出産など歩行困難
	1 仕事・学業など		5	他市区町村に住所移転
	2 外出・旅行・滞在など		6	天災・悪天候で到達困難

到着番号

入場券に付く「期日前投票宣誓書」のイメージ
※住所・氏名・生年月日を記載し、事由について該当する番号を○で囲む(感染症対策は6に○)

投票用紙を専用封筒に封入して署名する不在者投票については、左表のとおりです。

不在者投票について

【対象となる人】

対象区分	不在者投票請求書(兼宣誓書)の請求から投票までの流れ
不在者投票施設として、指定された病院・老人ホームに入院・入所している人など	①施設の担当者(施設長)に不在者投票の申し出をしてください ②施設の担当者(施設長)が不在者投票請求書(兼宣誓書)を市選挙管理委員会に請求します ③市選挙管理委員会から施設長に不在者投票書類一式が送付されます ④指定された不在者投票施設で投票します
学業・仕事で十日町市を離れている人など	①不在者投票請求書(兼宣誓書)を市選挙管理委員会に請求します(市ホームページでもダウンロード可) ②不在者投票請求書(兼宣誓書)を市選挙管理委員会に提出します ③市選挙管理委員会から不在者投票書類一式が送付されます ④書類一式を滞在している市などの選挙管理委員会に持参し、そこで投票します

※請求は告示日より前に行うことができますが、書類一式の発送は告示日以降になります。投票日まで時間が限られていますので、書類が届いたら、滞在市などの選挙管理委員会に連絡し、早めに投票してください。

対象区分	障がい名(要介護状態区分)	障がいの程度
身体障がい者手帳の交付を受けている人	両下肢・体幹・移動機能	1級・2級
	心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸	1級・3級
	免疫・肝臓	1級～3級
戦傷病者手帳の交付を受けている人	両下肢・体幹	特別項症～第2項症まで
	心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓	特別項症～第3項症まで
介護保険の被保険者証の交付を受けている人	要介護状態区分が要介護5	

●対象者：左表のいずれかに該当する人

●郵便などの投票による不在者投票を希望する人
●請求期限：4月21日(水)※投票日の4日前
●留意事項

・事前に市選挙管理委員会から、「郵便投票等証明書」の交付を受ける必要があります。証明書の交付申請はいつでもできるので、該当すると思われる人は早めに問い合わせてください。

・郵便投票等証明書の有効期間は、交付を受けた日から7年間(要介護者は介護認定の期間)です。すでに交付を受けている人は期限切れに注意してください。

●代理記載制度：対象者のうち、上肢または視覚に重度の障がいがある人は、代理記載制度を利用することができます。詳しくは、市選挙管理委員会へ問い合わせてください。

令和 3 年度各種サークル活動参加者・明石学級生募集



趣味活・子育て・学び さまざまなジャンルが揃います

●●●●●問合せ：それぞれに記載

※参加費について、月や1回など単位のないものは年額

中央公民館で活動（31団体）

サークル名など (50音順)	活 動 内 容	募集 人員	活動日	参加費※	申込み・ 問合せ先
十日町ジュニア ウインドアンサンブル	中学校との合同コンサートをはじめ、各種イベント、福祉施設などでの演奏を行っています（小学校4年生～高校3年生）。	何人でも	土曜日午後1時30分～（月3回程度）	5,000円	中町 毅 ☎090-4003-8872
ばそこん青空	女性講師のもと、ワード・エクセル中心に学びます。	2人	第2・4金曜日 午前9時30分～	12,000円	村山政巳 ☎090-3083-2171
パソコンかがやき	ワード・エクセル主体に、教科書を基に学びます。女性講師が丁寧に教えてくれます。仲間づくりにも。	若干人	第1・3木曜日 午前9時30分～	13,000円 ※人数による増あり	島田利久 ☎090-2309-6332
ハッスル健康体操	号令に合わせ、脳トレ・筋トレ・ストレッチ体操をします。一緒に元気な身体を作りましょう。	若干人	第1・3水曜日 午前9時30分～	5,000円	庭野あけみ ☎752-3847
ふじゅう 藤友会	踊りを通して着物をきちんと着ること、帯むすびを勉強し、仲間作りをします。	5人	毎週金曜日 午後7時30分～	1回1,000円	藤間征子 ☎757-4695
フラダンス アロハ・レイ・ピカケ	各種イベントや施設慰問などで、その成果を披露しています。一緒に始めませんか（第1・3木曜日は川治公民館）。	何人でも	第1～4木曜日 午後7時30分～	入会費1,000円 月4,000円	本山正恵 ☎757-2695
フラメンコ ソイ・ヒターナ	情熱のダンスで、リフレッシュしませんか。初心者クラスですので、安心して楽しむことができます。	何人でも	第2・4土曜日 午後1時30分～	月1,500円	入澤百合子 ☎090-1123-4314
フルートシリンクス	フルートの音色と一緒に楽しみましょう。経験者はもちろん、初心者も大歓迎です。	何人でも	毎週木曜日 午後7時30分～	6,000円	庭野広子 ☎757-8251
ヨガはともだち	ルーシーダットンヨガ（タイ式ヨガ）で健康を維持しませんか。	3人	毎週木曜日 午前9時～	月3,500円～ 4,500円	金澤純子 ☎758-4071
りんごの会体操教室	高齢者の介護予防教室です。いすに座って無理なく行い、いつまでも動ける体作りを目指します。無料体験可。	若干人	毎週火曜日 午後2時～	月2,500円	相崎幸子 ☎090-1433-3119

情報館で活動（8団体）

サークル名など (50音順)	活 動 内 容	募集 人員	活動日	参加費※	申込み・ 問合せ先
デジカメしよう華 ^か	お孫さんや家族の楽しい写真、花や風景の美しい写真を撮ってみませんか。	5～6人	第1・3金曜日 午前9時30分～	12,000円	村山順三 ☎090-2723-7162
十日町傾聴研究会	月1回開催の「傾聴の部屋」で、人の話（心）を聞ける人を目指し、実習します。	何人でも	原則第1土曜日 午後1時30分～	1回300円	滝沢政信 ☎090-7639-4628
十日町要約筆記 サークルうさぎ	聞こえにくいことで困っている人に、文字でサポートする「要約筆記」のやり方を難聴の人とともに学んでいます。	何人でも	第3日曜日 午後2時～	2,400円	佐藤幸子 ☎090-2985-1588
パソコン煌 ^{きらめき} 会	町内会の文章や、チラシ・年賀状などを作成するため、ワードを学びませんか。	5人	第1・3火曜日 午後1時30分～	14,000円	萬羽伸子 ☎597-3478
パソコンクラブ絆	パソコンを持参し、図形・年賀状作成、エクセル計算なども楽しく学びます。	5人	第1・3火曜日 午前9時30分～	13,000円	山田好夫 ☎080-5977-3410
パソコンひまわり会	講師が作成したテキストで主にワードを学び、図形や表なども応用して年賀状や案内文書を作成します。	3人	第2・4火曜日 午前9時30分～	13,000円	二瓶十二 ☎757-4404
パソコンやまぼうし	図形や表など、ワードを学びます。	5人	第1・3水曜日 午前9時30分～	13,000円 ※別途要施設 使用料	樋口奈津子 ☎090-6922-7824
パソコン雪割草	ワード・エクセルで頭の体操をしています。図形や描画なども学びます。	2人	第2・4火曜日 午後1時30分～	13,000円	長谷川運雄 ☎757-1002

各種サークル活動の情報は次ページに続きます

サークル名など (50音順)	活 動 内 容	募集 人員	活動日	参加費※	申込み・ 問合せ先
明石書道会	「きれいな字を書こう」を合言葉に、一人ひとりが自分の好きなスタイルで練習しています。基礎から学べます。	4人	第2・4火曜日 午前9時30分～	8,500円	徳井雅司 ☎090-1666-1897
あしたば 明日葉の会	パソコンのワード・エクセルの基本的技術の習得を目指します。マイペースで気楽に学べる教室です。	2人	第1・3木曜日 午前9時30分～	15,000円	大島善信 ☎090-7243-2267
アレグロ	ピアノを交えた小編成のアンサンブルを楽しみ、個々の技術と表現力の向上を目指します。	何人でも	第2・4日曜日 午後2時～ 第1・3・5月曜日 午後7時～	未定	内山道子 ☎757-4779
イー ーヨガ	無理なく気持ち良くをモットーに、ゆるやかなヨガ体操で楽しく体力作りしています。	5～6人	第2・4水曜日 午後1時30分～	7,000円	高橋よね子 ☎757-9465
エアロビクスサークル	健康維持増進のための女性限定サークルです。音楽に合わせて楽しく動きます。	何人でも	毎週木曜日 午前10時～	1回1,000円	佐藤恭子 ☎090-2247-5915
越後魚沼弦楽合奏団 ～アンサンブル・ム ジカ・ルーチェ～	十日町初の弦楽アンサンブルです。パイオリン・ビオラ・チェロ・コントラバス、各パートを募集中。	各パート 何人でも	毎週土曜日 午後7時30分～	1,000円 学生は無料	池田芳幸 ☎090-9341-3563
絵手紙の会	基礎から学ぶ「下手がいい。下手でいい。」の楽しい会です。認知症予防にも最適。	若干人	第1・3水曜日 午後1時30分～	2,000円	福原千枝子 ☎752-5311
大人から始めるバレエ (十日町おやこ劇場)	バレレッスンは整体そのもの。年齢を重ねても美しく健康な身体でいるために、バレエを楽しみませんか。	若干人	第1・3月曜日 午前10時～	1回1,000円 +会場費 (会員割引有)	丸山 恵 ☎090-2548-0507
銀の笛ピロロ	一緒にフルートを吹いてみませんか。経験者、初心者どちらも大歓迎です。	何人でも	第1・3・5日曜日 第2・4土曜日 午後7時30分～	月1,000円	大淵敦子 ☎090-4053-4455
コーラスライン	発声練習から始まり、いろいろな曲に挑戦しています。発表の場も数回あります。	何人でも	毎週火曜日 午後7時30分～	月4,000円	山田さち子 ☎757-3537
さんせい 三清会	三味線・民謡を中心に活動し、イベントへの参加や施設慰問なども行っています。初心者歓迎です。	何人でも	毎週火曜日 午後7時30分～	1回1,000円 (高校生まで無料)	林 潔 ☎080-1093-0866
詩吟神風流 ^{しんふうりゅう} 神邑会 末広会支部	詩吟を通して漢詩・和歌の詩を学び、一緒に声を出して楽しみませんか。	何人でも	毎週水曜日 午後1時30分～	月2,000円	関口一夫 ☎752-3400
詩吟を楽しむ会	詩を学び、詩を吟じて楽しみます。発声練習の腹式呼吸は、健康増進効果もあり。	何人でも	第1・3金曜日 午後1時30分～	月1,000円	庭野ヨイ子 ☎757-5648
全日本写真連盟 十日町支部	写真を楽しみたい人、初心者も大歓迎です。年に1回写真展やコンテストなどを行っています。	5人	第4火曜日 午後7時～	入会費6,500円 年会費7,000円	小坂幸平 ☎090-2494-7363
そうけい 宗敬館上村支部	市舞踊協会に所属し、詩吟にあわせ剣舞・詩舞を習い、力強く舞って汗を流します。	5人	第1・3金曜日 午前10時～	1回2,000円	吉樂政子 ☎763-3590
十日町・原発を なくす会	原発の実態や自然エネルギーについて学び、講演会なども企画します。	何人でも	第3火曜日 午後7時～	入会費500円	安保サイ ☎090-2840-7514
十日町 あすなろ山の会	地元の山を中心に、ハイキング・登山を楽しみます。誰でも参加できる行事も計画します。	何人でも	第1火曜日 午後7時15分～	入会費1,000円 年会費2,000円	水落正則 ☎756-2815
十日町 おだまき山の会	地元越後の山を中心に、ハイキング・縦走・沢登り・岩登り・山スキーなどで楽しみます（保険料も別途必要）。	何人でも	定例会 第1・3火曜日 午後7時30分～	入会費1,000円 年会費10,000円	宮澤健二 ☎090-9630-4946
十日町 ゴスペル雪の華	ゴスペルを中心にポップス・童謡など、幅広い年齢の人が楽しんで歌います。	何人でも	毎週水曜日 午後8時～	月1,500円	田口好世 ☎080-1660-7171
十日町市民合唱団	発声練習から始め叙情歌、童謡など歌います。一緒に楽しみませんか。	何人でも	毎週水曜日 午後8時～	7,000円	田口秋子 ☎757-6459
十日町 市民吹奏楽団	定期公演や依頼演奏に向け練習します。幅広い年齢が参加し、楽しく活動しています（土曜日は午後6時30分～）。	トランペット クラリネット チューバ	第1・3・5月・土 曜日、第2・4金曜 日午後7時30分～	月2,000円 (学生1,000円)	近藤和也 ☎090-2218-9401

明石学級
(高齢者学習事業)

●期間＝4月～令和4年3月
対おおむね60歳以上の市民
会・申・岡中央公民館 (☎757-5011・F757-5010)
※3月15日(月)午前9時～3月26日(金)の間に、来館・電話・FAXのいずれかで申し込んでください

【オリエンテーション】
日4月19日(月)
会越後妻有文化ホール
「段十ろう」
※詳細は別途案内を確認してください

コース	学 習 内 容	講師 (敬称略)	定員	学習日 (2時間)	年間 参加費
生け花	色彩や香りなどを楽しみながら、草月流生け花の花型法をきっちりと学びます (会場は市民活動センター「十じろう」)。	滝沢信一	14人	月1～2回金曜日 午後1時30分～	10,000円 ※別途教材費あり
写真	撮影の技術を学び、自然や行催事、毎日の生活を写します。コンパクトカメラでも学習できます。	村山 博	25人	月2回水曜日 午後1時30分～	5,500円
手芸	くらしに役立つ実用品を作ります、編みの基礎などを学びます。	清水道子	10人	第2・4木曜日 午後1時30分～	10,000円 ※別途教材費あり
俳句	五七五の文字を通して情感や自然を表現し、俳句を楽しんでいます。	小川信子	17人	第2・4火曜日 午後1時30分～	5,000円
料理 ①・②	家族にも喜ばれる、おいしくて健康に良い料理を学びます (①・②どちらかを選択)。今年度は料理を会場で食べずに持ち帰ります。	蕪木康子	各12人	①第1・3金曜日 ②第2・4金曜日 午前9時30分～	8,500円 ※別途教材費あり
笑いヨガ	健康維持・増進に効果が期待される、「笑いヨガ」の知識と実践法を学びます。フェイスシールドを着用して活動しますので、参加者は各自で用意してください。	水落善久	20人	第1・3木曜日 午後1時30分～	5,000円

- 留意事項
- ・年間参加費は講師料にあてるので、定員に達しないときは参加費が高くなる場合があります
 - ・教材費などは別途負担です
 - ・年間回数は各コース19～20回 (生け花のみ17回程度) を想定していますが、回数や会場は都合で変更になることもあります

各種サークル活動の続き (会場別に記載)

※参加費について、月や1回など単位のないものは年額

市民交流センター「分じろう」で活動 (9団体) ◀

サークル名など (五十音順)	活 動 内 容	募集 人数	活動日	参加費※	申込み 問合せ先
英会話サークル	英会話で楽しく異文化に触れて、脳を活性化させましょう。	何人でも	第1・3水曜日 午後1時30分～	月1,000円程度	出口光男 ☎757-6488
絵手紙サークル 「やっここ」	絵手紙の練習を行っています。	何人でも	第1水曜日 午前9時～	適宜 (材料費程度)	須藤方子 ☎090-5538-9665
十日町9条の会	憲法9条を中心に学習を重ねます。学習に役立つ講演会や写真会も、企画・実施します。	何人でも	第1金曜日 午後7時～	なし	吉楽正巳 ☎090-4910-8970
とおかまち随筆クラブ	会員同士で作品を発表して合評会を行うほか、より良い作品を書くためのコツも学びます。	何人でも	第3金曜日 午後7時～	月500円	小川清貴 ☎090-1604-1045
南部地区振興会 いきいきサロン	ラジオ体操・合唱・踊りなどを通し、地域の人と親交を深め、認知症予防に努める会です。	若干人	第2・4金曜日 午後1時30分～ (1・2月休み)	1回100円	小川文江 ☎090-7639-7949
ひまわり会	デッサン、年数回の野外スケッチのほか、市美術展ほか絵画展への出展もします。	何人でも	第2・4水曜日 午後2時～	10,000円	徳永守司 ☎758-3412
フォルトネット お茶にしようじゃねえ会	ひきこもり・不登校などで悩んでいる人をはじめ、関心のある人もぜひ参加してください。	何人でも	第1土曜日 午後1時30分～	1回300円	関口美智江 ☎090-4955-4169
フォルトネット 家族の傾聴会	ひきこもり・不登校などで悩む家族との交流会です。経験者家族と話しませんか。	若干人	第4木曜日 午後7時～	1回300円	関口美智江 ☎090-4955-4169
ふれあいの会	できることから、福祉の活動をしています。講師による健康などの講話もあり。	5人	第2月曜日 午前9時30分～	1回500円	岡田トシエ ☎757-2613

市民活動センター「十じろう」で活動 (3団体) ◀

サークル名など (五十音順)	活 動 内 容	募集 人数	活動日	参加費※	申込み 問合せ先
絞 ^{ゆうむ} り藍遊夢	今年で創立30周年。絞りと藍染めに関心のある人はもちろん、初心者も会員が指導します。	何人でも	第1・3水曜日 午後7時～	月1,500円	松井俊明 ☎080-6687-3593
楽画会	絵を楽しむ会です。風景・静物などを描き、講師の指導を受けます。	何人でも	第2木曜日 午後7時30分～	6,000円	平野啓介 ☎768-4187
若葉絵	デッサン・水彩・油絵など、講師の指導を受けながら、楽しく学びます。	何人でも	第1・3木曜日 午後7時～ (冬季変更あり)	7,500円 (予定)	村山はるか ☎090-9326-2570

令和3年度 子育て 関係サークル活動

すこやか
ランド

ママ友づくりをしながら、楽しく子育てを学びませんか。子育ての悩みを共有したり、子ども同士の交流をしたりしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

日4月14日～12月8日の期間中第2水曜日午前10時～11時
会児童センター「めぐらんど」ほか
対生後4か月以上1歳程度の乳児とその親
¥無料※内容により別途徴収あり
定約20組※定員に達し次第締め切り
内乳幼児の歯や目の発達、読み聞かせなどに関する講話、リズム遊び・手遊び、クリスマス会など
持バスタオルなど、乳幼児を寝かせる敷物が必要な人は持参
申・岡電話、FAXで越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011、F757-5011)へ



すこやか
ランド

ママ友づくりをしながら、楽しく子育てを学びませんか。子育ての悩みを共有したり、子ども同士の交流をしたりしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

日4月14日～12月8日の期間中第2水曜日午前10時～11時
会児童センター「めぐらんど」ほか
対生後4か月以上1歳程度の乳児とその親
¥無料※内容により別途徴収あり
定約20組※定員に達し次第締め切り
内乳幼児の歯や目の発達、読み聞かせなどに関する講話、リズム遊び・手遊び、クリスマス会など
持バスタオルなど、乳幼児を寝かせる敷物が必要な人は持参
申・岡電話、FAXで越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011、F757-5011)へ



なかよし
ランド

親子で楽しめるイベントや季節の行事がいっぱい。親子でじっくりふれあいながら、楽しい時間を過ごしましょう。おばあちゃんやお父さんの参加も大歓迎です。

日4月13日～令和4年3月15日の期間中毎週火曜日午前10時～11時
会児童センター「めぐらんど」、サ
ンクロス十日町ほか
対就園前の子どもとその保護者
¥年間2千円(保険代含む) ※行事により別途徴収あり
内手遊び・リズム遊び・親子体操・季節の行事など
持水分補給の飲み物
申開講式(4月13日(火)めぐらんど)までに参加費を添えて「段十ろう」へ申し込み
※以降も随時受付
問越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)



なかよし
ランド

親子で楽しめるイベントや季節の行事がいっぱい。親子でじっくりふれあいながら、楽しい時間を過ごしましょう。おばあちゃんやお父さんの参加も大歓迎です。

日4月13日～令和4年3月15日の期間中毎週火曜日午前10時～11時
会児童センター「めぐらんど」、サ
ンクロス十日町ほか
対就園前の子どもとその保護者
¥年間2千円(保険代含む) ※行事により別途徴収あり
内手遊び・リズム遊び・親子体操・季節の行事など
持水分補給の飲み物
申開講式(4月13日(火)めぐらんど)までに参加費を添えて「段十ろう」へ申し込み
※以降も随時受付
問越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

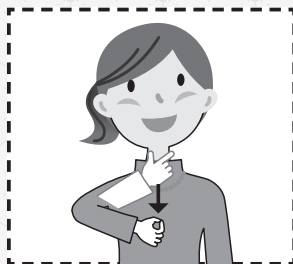


みんなの
心をつなぐ手話 Vol. 8

日常生活で使える手話表現を紹介します。指さしと組み合わせることで、さまざまな表現ができます。

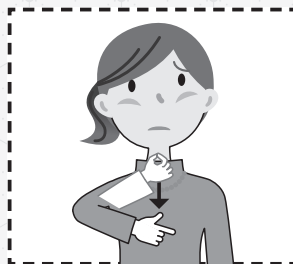
■問合せ＝福祉課障がい福祉係 ☎757-3782

好き・ほしい
・～したい



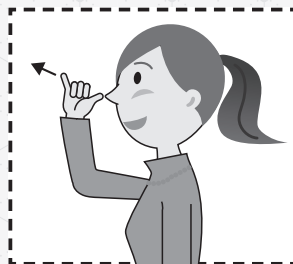
右手の2指を開いた状態でのどに向け、前ななめ下に引きながら指先を閉じる（あごの下でV字を作るイメージ）。

嫌い・したくない



右手の2指を閉じた状態でのどに向け、前ななめ下に引きながら指先を広げる（左の「好き」の反対の動作）。

得意



立てた右手2指の親指を鼻に置き、ななめ上方向に動かす（鼻が高い様子を表現）。

苦手



右手掌を顔に向け、指先で鼻を押さえる。

ワンポイント

手話と指さし

一般的に、人前で他人を指さす行為は失礼なことでされています。しかし、手話で指さしは重要な要素の一つです。見えるものだけでなく抽象的な事柄も指さしで伝えることがあります。

地元から芸術祭を盛り上げよう!!
サポーター活動日誌

Facebook



活動の様子を発信中!

Instagram

大地の
芸術祭サポーター通信
53「大地の芸術祭2021企画発表会」とあわせて
サポーターキックオフ会を開催します

「大地の芸術祭 越後妻有アートトリエンナーレ 2021」に向けて、3月16日(火)にオンライン企画発表会を開催します。2021年の企画を紹介する貴重な機会です。皆さんぜひご覧ください。

また、企画発表会に続いてサポーターのキックオフ会も開催します。“コロナ禍”ですが、サポーターは「大地の芸術祭」のあらゆる活動を支援していきます。サポーターになろうと考えている人は必見です。こちらもぜひご覧ください。

■ 3月16日(火) 企画発表会：午後4時～5時、キックオフ会：午後5時50分～7時30分
● 配信＝「大地の芸術祭」公式YouTubeチャンネル（右記QRコードを読み込み）

■ 問合せ＝観光交流課芸術祭企画係 ☎757-2637



サポーター活動の様子



会期中の朝礼

大地の芸術祭2018
企画発表会の様子「大地の芸術祭」
公式YouTubeチャンネル

福祉のこころ咲く～1年間の学びは実る～

上野小学校



各々が考案したキャラクターとともに

各々が考案し、1年間のまとめとして発表を行いました。

授業を振り返り、4年生の関口実笑さんと江口瑠亜さんは、「1年間の授業で、障がいを持つ人や高齢者の苦勞を知ることができました。毎日元気で過ごせるのはとても幸せなことだと感じたし、これからは困っている人を見かけたら自分から声をかけて、助けられるようにしたいです」と感想を話しました。

今年度、上野小学校（根津江美子校長・全校児童56人）の3・4年生は、「総合的な学習」の授業で福祉について学んできました。1学期には障がいを持つ人を講師で招いて話を聞いたほか、視覚障がい体験や体に重りなどを装着した高齢者体験などで、その苦勞を体感しました。そして今期の3学期は、「十日町市福祉キャラクター」を



撮影のため、一時マスクを外した写真もありますが、感染症対策を行ったうえで取材・撮影しています

「つないできた縁がさらに大きな力に」大塚製薬株式会社と包括連携協定締結

2月18日(木)：市役所本庁舎

市は大塚製薬株式会社（本社：東京都千代田区）と、包括連携協定を締結しました。この協定は、双方が緊密に連携し、資源を有効に活用した協働による活動を推進することで、十日町市民の健康増進や、市民サービスの向上を図ることを目的としています。

協定締結式は、新型コロナウイルス感染症対策のためオンライン形式で実施され、関口市長はあいさつで、「これまでに、当市は大塚製薬様のグループ企業である大塚オーミ陶業様から、国宝・火焰型土器などの高精細レプリカの製作をいただくなど、大変深い関係にあります。このようなご縁から今日の協定締結の運びとなり、非常に心強く、またうれしく感じています。この協定が市民の健康増進、地方創生の大きな推進力になることを期待しています」と話しました。



左（モニタ内）は大塚製薬㈱平内秀司大宮支社長

表彰おめでとうございます

農林水産大臣表彰（統計功勞） 村山 昌司さん（73歳・新宮1）

農林水産省が所管する「農林業センサス」など、国の基幹調査の実施にあたり、職責の遂行に顕著な努力をされた功績で表彰されました。「農林業センサスは、1～2月の冬季間雪の中での訪問調査で、留守の家も多く大変なこともありましたが、表彰をしていただけたようなことを成し遂げたとは思っていませんでした。協力いただいた皆さんに、感謝申し上げます」と話してくれました。



経済産業大臣表彰（統計功勞） 南雲 信二さん（79歳・関根1）

経済産業省が所管する「工業統計調査・経済センサス」など、国の基幹調査に統計調査員として通算15回以上従事された功績で表彰されました。「特に経済センサスは、調査票の記入方法について自分でもよく勉強し、調査先で細かく説明してきました。調査先の事業所の皆さんや市担当者のご協力で、ここまで続けることができたと感じています」と話してくれました。



「森の学校」キョロロ

3月15日～4月14日の里山体験プログラム

日時／テーマ
3月20日(土) 午後1時30分～4時／雪虫しらべ(無料) 定10人
3月21日(日)・28日(日)・4月4日(日)・11日(日) 午後1時～2時30分／里山の生き物探検 定20人
3月27日(土) 午前5時30分～8時30分／定例探鳥会(無料) 定20人、午後1時30分～3時30分／コレクションサポーターズ(無料) 定5人
4月10日(土) 午前8時～9時30分／こども野鳥の会探鳥会(無料) 定20人
4月10日(土) 午前10時～正午／ブナの森ようちえん(無料) 定10組

※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)

ろう「

対 高校生以上の市民

定 各8人(全3回参加可能な人優先・クラス分けあり)(共通)

講 アマンダ・マールさん(国際交流員)

申 ・岡企画政策課広報広聴係(☎757-3112)

日 4月20日(火)午前9時～午後4時

会 クロステン

¥ 千円※昼食代、資料代を含む(非会員2千円)

定 先着100人

新入社員実務基礎セミナー

緑の募金 緑化助成事業申請者募集

募 集

内 必要な基礎知識や職場でのルール・マナーなど

持 筆記用具

講 だいし経営コンサルティン グ株、十日町保健所、十日町労働基準協会

☎ 3月26日(金)

申 ・岡十日町商工会議所(☎757-5111)

内 緑化活動を行っている団体

内 植樹・育樹活動(苗木や肥料の購入費など)や、普及

啓発活動(緑化講習会など)の経費の一部を助成

☎ 4月5日(月)

申 ・岡農林課林政農災係(☎757-9917)

大卒程度 国税専門官募集

●受験資格 平成3年4月2日～平成12年4月1日生まれの人、また平成12年4月2日以降に生まれた人で、次のいずれかに該当する人

①大学卒業者および令和4年3月までに大学卒業見込みの人

②人事院が①と同等の資格があると認める人

●申込期間 2月26日(金)午前9時～4月7日(水)※受信有効(<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>)

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

☎ 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(☎04-8-600-3111)

JA十日町 食育サポーター募集

●雇用期間 令和4年2月28日まで(1年更新)午前8時30分～午後5時30分(不定期)

●就業場所 食育体験施設「ベジきつちん」および食農教育施設ほか

●時給 840円

●普通自動車運転免許を持っている、農業・食料理の大切さを教えたいと情熱を持っている69歳までの人

定5人

----- 広告掲載 -----

令和3年度 新潟県交通災害共済加入募集中!!

「交通事故(※)」によるケガ等に見舞金を支給します

※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(市役所・郵便局・農協本店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)

年会費 500円

ひとり年額500円です

※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで
市報とおかまち 令和3年3月10日号

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

雑誌リサイクル市

日 3月13日(土)～21日(日)午前9時～午後7時

¥ 1冊10円

内 保存期間の過ぎた雑誌を有料で譲渡します

会 ・岡情報館(☎750-5100)

第57回 名作読書講座

日 3月18日(木)午後7時30分～8時45分

対 中学生以上

定 30人※定員になり次第締切

英会話教室のお知らせ

【英語であそぼう】

日 3月29日(月)午前9時30分～10時30分／小学4～6年生、同日午前11時～正午／中学生

会 市民交流センター「分じろう」

定 各8人

【大人の英会話】

日 4月14日(水)・4月28日(水)・5月12日(水)①午後6時～7時、②午後7時15分～8時15分

会 越後妻有文化ホール「段十

まちなかステージ

3月15日～4月14日の行事予定表

月	日	内 容
3月	18日(木)～25日(木)	自然食品・エコ商品販売(えことびあ) ●時間＝午前10時～午後3時 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(受付は午後2時まで) 会分じろう：ルーム1
	26日(金)～28日(日)	尾身伝吉版画展 ●時間＝26日(金)・27日(土)：午前10時～午後5時、28日(日)：午前10時～午後4時 会十じろう：ギャラリー
	28日(日)	リメイク鉢づくり講座 ●時間＝午前10時～ 会分じろう：ルーム1 ¥1,000円 定10人

段十ろう 4月のホールイベント予定

日	内 容
18日(日)	きらら会 春に舞う ●開場時間＝午前10時～ ¥1,000円
24日(土)	あすか エレクトーン ライブ 826aska Electone LIVE2020 ●開場時間＝午後1時30分～ ¥3,500円

お知らせ・ガイド

GUIDE

～お知らせ・ガイド～

【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

講 庭野三省さん

会 ・申 ・岡情報館(☎750-5100)

道の駅クロステン 健活フェスタ

日 3月21日(日)午前10時～午後4時

内 ワークショップ「塩麴づくり」、トークセミナー「暮らしに役立つ免疫力アップ法」、スポーツ「わんぱくキッズ教室」ほか

会 ・岡道の駅クロステン(☎757-2323)

催し・講座

募 集

福祉・健康

子育て

スポーツ

暮らし・相談

☎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
4月	1日(木)～8日(木)	自然食品・エコ商品販売(えことびあ) ●時間＝午前10時～午後3時 会分じろう：ルーム3
	2日(金)～3日(土)～5日(月)	貴金属・ブランド品・金券等の買取 ●時間＝午前9時15分～午後4時45分 会分じろう：ルーム3
	10日(土)	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

【分じろう：まちの歴史文化コーナー HAKKAKE】

日時	展示内容
2月10日(水)～4月5日(月) 午前9時～午後5時	縄文土器と蓋(中島遺跡)

☎越後妻有文化ホール・十日町市中央公民館「段十ろう」(☎757-5011)

- 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、フェイスブックでも情報を随時お知らせしています

✕ 4月30日(金)

申・間 J A 十日町営農企画課
(☎757-1576)

【子どもまつり参加団体募集】

日 5月5日(水)祝午前10時〜午後2時(めぐらんどは正午まで)

会 市民交流センター「分じろう」・市民活動センター「十じろう」・児童センター「めぐらんど」(しばふ広場可)
対 子育てを応援する市民団体
¥ 無料※屋台出店は実費負担あり

内 未就学児〜小学生とその保護者向けに開催するイベントで、活動紹介・ワークショップ・ゲーム・屋台などを出展する団体を募集

✕ 3月19日(金)
他 応募数・内容により出店を断ることあり

申・間 N P O 法人市民活動ネットワークひとサポ(☎761-7444)※火曜定休

【魚沼テクノスクール入校生募集】

日 5月7日(金)〜7月6日(火)午前9時〜午後4時30分

【介護員養成科1期】

内 リレー沿道やセレモニー会場の観覧者整理、交通整理など(4時間程度)
✕ 4月9日(金)
申・間 県ホームページの応募フォームまたは所定の申込用紙を県実行委員会に郵送、FAX、メール(negt030190@pref-niigata.lg.jp)のいずれかで、東京2020オリンピック聖火リレー等新潟県実行委員会(☎025-280-5951)へ

【第32回市民音楽祭出演団体募集】

日 6月27日(日)午後0時30分開演予定
対 市内で音楽活動をしている団体
✕ 4月10日(土)
会・申 出演申込用紙(越後妻有文化ホール「段十ろう」に配置)を記入して、越後妻有文化ホール「段十ろう」へ有文化ホール「段十ろう」へ市民音楽協会・村山(☎090-11930-8452)

催し・講座 募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

【事務基本科1期】

日 4月23日(金)〜7月21日(水)午前9時30分〜午後4時10分(共通)

申 ハローワーク十日町

間 県立魚沼テクノスクール(魚沼市・☎025-794-2410)

【手話奉仕員養成講座受講生募集】

日 5月12日(水)〜12月8日(水)毎週水曜日午後7時30分〜(5月12日は開講式のため午後7時〜)
会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

対 手話に興味のある人

¥ 5500円(テキスト代込み)

定 15人

✕ 4月23日(金)

申・間 市社会福祉協議会(☎750-5010・F752-7020)

【東京2020オリンピック聖火リレーボランティア募集】

日 6月4日(金)
対 平成15年4月1日以前に生まれた人
定 200人程度※定員に達し次第締切

福祉・健康



4月の全血献血

● 十日町砂利棚 27日(火)午前9時30分〜10時45分
● 十日町市総合体育館 27日(火)午後1時〜3時30分
※健康力レンダーでは開始時間を正午としています。午後1時に変更となります。健康づくり推進課母子保健係(☎757-9759)

【国保診療所からのお知らせ】

川西診療所では、4月から、これまで休診としていた月曜

【統計調査員になりませんか】

内 国が県・市を通じて行う各種統計調査について、調査書類の配布・回収・点検など
● 応募資格 20歳以上で、税務・警察・選挙に直接関係がなく、秘密の保持や統計調査活動に熱意と責任をもって取り組める人
● 報酬 概ね2〜5万円
申・間 総務課行政管理係(☎757-9913)

3月は自殺対策強化月間

たった一人のあなたです たった一つの命です

☎健康づくり推進課成人保健係(☎757-9764)

自殺はその多くが防ぐことができる社会的な問題です。春は環境の変化が大きく、悩みやストレスを抱えやすい時期です。そんな人のサインに早く気づき、専門機関へつなぎ、寄り添うことができる、温かい地域づくりを進めましょう。

もし、身近な人の悩みに気づいたら ～あなたもゲートキーパー～

- ゲートキーパー＝悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、「命の門番」とも位置付けられる人のことです。専門的な知識がなくてもゲートキーパーになれます。
- ゲートキーパーの4つの役割

1 身近な人の変化に「気づく」

家族や仲間の変化に気づくことです。眠れていない、食欲がない、口数が減った、遅刻や欠勤が増えた、酒量が増えたなど、大切な人が「いつもと違うな」と思ったら要注意です。

2 気づいたら「声をかける」

いつもと違う様子が見られたら、まずは声をかけてみてください。悩みごとは、なかなか他人には打ち明けにくいものです。変化に気づいたあなたから、「どうしたの?」、「元気がないけど大丈夫?」など、相手を気遣う言葉をかけてみましょう。

3 本人の気持ちを尊重し、「耳を傾ける」

まずは心配していることを伝え、話しやすい環境を作りましょう。本人を責めたり、安易に励ましたり、相手の考えを否定することは避けましょう。

4 早めに適切な専門家に相談するよう「つなぐ」

相談先(下記参照)があることをできるだけ丁寧に伝えてください。悩んでいる人は、混乱していたり意欲や判断力が低下していたりするため、紹介した窓口を訪れないことがあります。必要に応じて相談先に付き添うことも大切です。

【こころの健康に関する相談先】

●新潟県こころの相談ダイヤル＝☎0570-783-025(ナビダイヤル・毎日24時間相談受付)

●新潟いのちの電話＝☎025-288-4343

※ほか、市の保健師や県の精神保健福祉相談員も相談に応じます。健康づくり推進課(上記問合せ先)、各支所市民課、十日町地域振興局健康福祉部(☎757-2402)へ連絡してください

これから日本脳炎ワクチンを接種する人へのお願い

日本脳炎ワクチンを製造している2社のうち、1社のワクチン製造が一時停止(現在は製造再開)した影響で、令和3年度の前半にワクチンの供給量が大幅に減少する見込みです。供給が安定するまで、第1期の2回(1回目および2回目を予定している人)の接種を優先するようにお願いします。

- これから第1期の1回目または2回目の接種を受ける人＝医療機関に相談し、予約して接種を受けてください。ただし、ワクチンの供給によっては、2回目をお待ちいただくことがあります。
- これから第1期の3回目または第2期(4回目)の接種を受ける人＝ワクチンの供給が回復すると見込まれる令和4年まで接種をお待ちください。
- 定期接種で受けられる年齢の上限が近づいている人＝医療機関に相談し、予約して接種を受けてください。

●定期接種で受けられる年齢

第1期 (1〜3回目)	生後6か月から7歳半の前日まで ※標準的には1・2回目を3歳で、3回目を2回目から概ね1年後に接種
第2期 (4回目)	9歳から13歳の誕生日前日まで ※標準的には9歳で接種
特例対象者	・平成12年4月2日から平成19年4月1日までの生まれで、4回の接種が終わっていない人：20歳の誕生日前日まで ・平成19年4月2日から平成21年10月1日までの生まれで4回の接種が終わっていない人：13歳の誕生日前日まで

☎健康づくり推進課母子保健係(☎757-9759)

スポーツ



ゲートボール初心者講習会

日 3月24日(水)・26日(金)午前9時〜午前11時30分
会 市総合体育館
特 屋内履き、運動のできる暖かい服装
講 日体連ゲートボール公認指導員
他 当日参加可
申・間 十日町ゲートボール連盟事務局・久保田(☎090-5493-5126)

でに予約がないときは開庁
しません
申・問 市民生活課市民係（☎
755-5154）、また
は各支所市民課

津南斎場の斎場使用料
を一部改定します

日 4月1日(木)から
対 中里地域・松之山地域に住
んでいる人

内 斎場使用料の「12歳以上」
区分の料金が2万5千円に
変更（現行2万円）

問 津南地域衛生施設組合（☎
025-765-3495）

3月31日(水)で
エコポイント事業終了

エコポイントカードの交換
も終了となりますので、お
手持ちのエコポイントカー
ド（青色）は、早めに交換し
てください。今後もエコパッ
クを持って買い物をする、電
気をつければなしにしないな
ど、「ちよつとしたエコな活
動」の継続をお願いします。

問 環境衛生課環境企画係（☎
752-3924）

消費生活センターから注意喚起情報
通信販売トラブルが増
えています

〈事例〉「初回実質無料（送料
負担のみ）」などと掲載さ
れたネット広告を見て、お
得だと思い注文したら、2
回目からの支払いが高額な
定期購入だった。解約を申
し込んでも「4回購入する
までは解約できない条件に
なっている」と言われ、解
約できない。

〈アドバイス〉通信販売では、
解約・返品に関する条件は
販売業者が定めて良いこと
になっています。消費者は
原則としてその条件に従い
ます。特にSNSの広告や
動画広告は「お得さ」、「安
さ」が目立ち、契約条件が
わかりづらくなっていま
す。不要なトラブルに巻き
込まれないためにも、注文
する前に、必ず販売サイト
内の「規約」などで条件を
確認しましょう。

日 市消費生活センター（☎7
57-3740）

税務課からのお知らせ

令和3年度の固定資産税に係る「土地・家屋価格等縦覧帳簿」の縦覧と「課税台帳」の閲覧

会・申・問 土地資産税係（☎757-3728）・家屋資産税係（☎755-5131）、または各支所市民課

【縦覧帳簿の縦覧】

- 縦覧できる人＝納税義務者、納税管理人、納税義務者からの委任状を持参した人（法人は代表者印が必要）
- 手数料＝期間中無料

【課税台帳の閲覧】

- 閲覧できる人＝納税義務者、納税管理人、借地人・借家人、納税義務者からの委任状を持参した人（法人は代表者印が必要）
- 手数料＝期間中無料

※期間後は有料で閲覧可。また期間中でも課税台帳（名寄帳）の発行は手数料が必要。

軽自動車税（種別割）の賦課基準日は4月1日

問 市民税係（☎757-3716）



軽自動車税（種別割）は4月1日時点での所有者または使用者に対して課税されます。すでに車体を廃棄・譲渡していても手続きをしないと課税されるので、4月1日までに手続きを済ませてください。また、車体を持って市外へ転出したときは住所変更の手続きが必要です。

家庭からの天ぷら油（廃食用油）の回収を3月20日で終了します

今後は、資源物としてエコクリーンセンターのみの回収となります。また、家庭で処理するときは、下記のように適切な処理をお願いします。

油を新聞紙やボロ布などに染み込ませ、燃やすゴミとして出す



市販の油凝固剤を利用し、油を固め、燃やすゴミとして出す



- 注意＝飲食店など事業所から排出される油は、産業廃棄物となるため、事業者が責任をもって適切に処分してください

問 エネルギー政策課エネルギー政策係（☎757-3198）

十日町体力づくり支援センター ヨガ教室体験

日 4月4日～6月27日までの
毎週日曜日
対 18～65歳の女性
料 1回1500円、12回1万
1千円
会・申 十日町体力づくり
支援センター（☎758-
3343）※詳細は問合せ

第2回 市長杯ビーチボール大会

日 4月25日(日)午前8時45分～
午後3時30分
会 市内の体育館を予定
区 区分Ⅱ男子の部、女子の部
料 1チーム3千円
申・問 十日町ビーチボール協
会・総務（☎090-23
22-1924）※詳細は
フェイスブックに掲載

第34回 信濃川河岸段丘ウォーク

日 4月29日(木)・例
対 県内在住者限定
コースⅡ①津南50km、②川
西25km、③津南23km、④中里
15km、⑤小千谷12km
料 ①2千円・中学生以下15
00円、②③1500円・
中学生以下千円、④⑤千円、
中学生以下500円
申・問 市総合体育館（☎75
2-4377）、川西公民
館（☎768-2308）、
中里公民館（☎763-2
493）

くらし・相談



3月の納税・納付

3月は国民健康保険税第9
期、後期高齢者医療保険料お
よび介護保険料第12期の納付
月です。期限（3月31日(水)
内に納めましょう。

問 市民生活課（☎757-3
735）・医療介護課（☎
757-3757）

「空き家バンク」への物件登録に 関してのアンケート実施

近年、地方暮らしを希望する人が増加傾向にあり、当市が実施している「空き家バンク」での物件購入や賃貸に関する問い合わせが増えています。一方で、市内には空き家バンクに登録されていない空き家が多数存在しています。

このことから、空き家所有者を対象に、空き家バンクへの登録希望などについてのアンケートを送付しますのでご協力をお願いします。なお、市では新年度に、空き家バンク登録にあたっての物件調査事業を計画しています。

☑ 3月26日(金)
問 企画政策課移住定住推進係（☎755-5137）

4月の休館日

- 段十ろう 12日(月)・26日(月)
- 千手中央コミュニティセン
ター 11日(水)
- 情報館 26日(月)
- 博物館 11日(水)
- まつだい郷土資料館 11日(水)
- まつだい雪国農耕文化村セ
ンター「農舞台」 11日(水)
- 市総合体育館 20日(火)
- 川西総合体育館 28日(水)
- なかさとアリーナ（中里体
育館） 13日(火)

4月マイナナンバー 時間外開庁日

日 4月8日(木)・22日(木)午後7
時まで（本庁）、4日(日)・
17日(土)午前9時～午後4時
（本庁）、11日(日)（中里・松代）
および24日(土)（川西・松之
山）午前9時～正午
会 本庁および各支所市民課窓口
内 マイナナンバーカードの手続き
他 要事前予約※支所は木曜ま

寄付ありがとう

※敬称略

- とおかまち応援寄附金＝井川正也（沖縄県那覇市）、山田剛（下条栄町）、天藤伸也（北海道恵庭市）、田口朋之（東京都練馬区）、妻嶋恭平（東京都江東区）、山田隆司（尾崎）、水谷優子（静岡市）、清宮賢司（茨城県水戸市）、富田裕一（東京都江戸川区）、増田利雄（千葉市）、高橋啓（東京都世田谷区）、立堀悦司（東京都調布市）、齋藤元（千葉市）、本堂恒洋（東京都大田区）、大内敦（東京都品川区）、井川聖（貝ノ川）
- 情報館分＝星久子（山野田）、渡貫昭（上野）
- 市内各小学校＝こくみん共済コープCOOP 新潟推進本部（なわとび、大なわとび（445本）

田口元市長逝去

平成17年から平成21年まで、初代十日町市長を務めた田口直人さんが、2月23日（天皇誕生日）午後逝去されました。享年75歳でした。

田口さんは昭和21年1月生まれで、新十日町市の初代市長を務める前も、昭和60年から川西町議会議員を4期、平成11年から川西町長を2期歴任されました。平成28年には、これらの通算24年にわたる地方自治発展への貢献で、旭日小綬章を受章されています。

葬儀・告別式は2月27日(土)に執り行われました。ご冥福をお祈りいたします。



●主な経歴

昭和60年9月～平成11年3月	川西町議会議員（4期：13年7か月／平成3年9月～平成5年8月の間は副議長）
平成11年7月～平成16年3月	川西町長（2期：5年9か月）
平成17年5月～平成21年4月	十日町市長（1期：4年）
平成26年6月～平成29年6月	十日町農業協同組合経営管理委員会会長
平成23年6月～	特定非営利活動法人ほほえみ理事長

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

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



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〕4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ときがあります
☎情報館（☎750-5100）

一般向け

本でトラベル 「この道をどこまでも行くんだ」、「世界244の国と地域」など、読むだけで旅気分が味わえる本を紹介します。
春が来た 「また次の春へ」、「日本の桜」、「大人の里山さんぽ図鑑」など、春の訪れを感じる本を紹介します。

児童向け

春ですよ 「かふんとみつ」、「野ねずみきょうだいの草花あそび」など、春に関する本を紹介します。
やってみよう! 「わたしがかわるみらいもわかる」、「きょうからほいくえん」など、新しいことを始めたくなるような本を紹介します。

令和3年度 犬の登録・狂犬病予防集合注射の日程のお知らせ

☎環境衛生課環境企画係（☎752-3924）

飼い犬は、登録と毎年1回の狂犬病予防注射を受けることが義務付けられています。

¥3,250円

※新規登録犬は登録料3,000円も必要

持案内はがき（既登録犬のみ）

●注意事項

- ・死亡、転入、変更があったときは、届出が必要です（認印、鑑札、注射済票を持参し、環境衛生課または集合注射会場へ）

- ・老齢、病気などで注射が受けられないときは、獣医師の診察を受け猶予証明書を発行してもらってください
- ・時間内に来場し、ふんは飼い主が責任を持って片付けてください

日・会＝下表のとおり（昨年度から時間に一部変更あり）

地域	期 日	会 場	時 間	地域	期 日	会 場	時 間
十日町	4月8日(休)	十日町保健所 児童センターめぐらんど	午前9時30分～11時 午後1時15分～2時	川西	4月20日(火)	旧川西町克雪管理センター 高齢者コミュニティセンター 上野地区コミュニティセンター 千手中央コミュニティセンター	午前9時15分～9時35分 午前10時～10時20分 午前10時35分～10時55分 午前11時15分～11時45分
	4月12日(月)	平成園 水沢公民館	午後2時10分～2時25分 午後2時40分～3時20分		4月26日(月)	犬伏作業所 松代支所 蒲生生活改善センター 室野克雪管理センター	午前9時30分～9時40分 午前10時～10時30分 午前10時45分～10時55分 午前11時10分～11時20分
	4月13日(火)	大井田コミュニティセンター 上新田自治会館 下条公民館 飛渡公民館 中条公民館	午前9時30分～10時 午前10時25分～10時40分 午前10時50分～11時20分 午後1時30分～1時45分 午後2時5分～2時45分		5月9日(日)	松代支所	午後3時30分～4時
	4月20日(火)	吉田山谷集会所 吉田公民館	午後1時30分～1時50分 午後2時～2時30分	松之山 市外	4月26日(月)	旧浦田小学校 旧松之山支所(跡地) 布川防雪センター スキー場駐車場	午後1時30分～1時45分 午後2時5分～2時30分 午後2時45分～3時 午後3時15分～3時30分
	5月9日(日)	市役所本庁	午前9時～11時		5月9日(日)	津南町役場	午後1時30分～2時20分

※どの会場でも受けることができます。都合の良い日時・会場へ来場ください

市役所窓口を延長します

本庁窓口業務延長（平日のみ）

●延長期間…3月29日（月）～4月2日（金）
●延長時間…午後7時まで

本庁窓口のみ延長します。また、延長時間中は各窓口とも対応する職員が少ないため、対応に時間がかかることもありますので、ご了承ください。

届出はお早めに

3月～4月は就職・転勤・進学などに伴い、窓口が混雑します。特に昼休みや休日の前後は混み合うので、手続きや証明書の発行に時間がかかることもあります。

延長窓口の業務内容

① 戸籍

出生届・死亡届などの戸籍届出の受付、戸籍・除籍・改製原戸籍証明書の発行など

② 住民基本台帳

転入届・転出届・転居届、世帯主変更届の受付、住民票の写しの発行など

● 留意事項

・旅券（パスポート）事務は対応できません

・戸籍や住民票などの請求時に本人確認を行います。運転免許証やマイナンバーカードなどの本人確認書類を持参してください

③ 印鑑登録・証明書の発行

④ 自動車臨時運行許可

⑤ 個人番号カードの受取り

申請・受取り・電子証明などに関する受付
※要事前予約。予約がないとき、当日の状況によっては受付できないことがあります。

⑥ 国民健康保険・後期高齢者医療保険

国民健康保険・後期高齢者医療保険に関する申請などの受付（健康保険の切り替えには必ず本人または家族の届出が必要）

⑦ 母子保健

妊産婦健診受診票の交付、予防接種・乳幼児健診に関する手続き（母子健康手帳を持参）

⑧ 子育て支援

児童手当・児童扶養手当・医療費助成に関する申請などの受付

●①～④ 市民生活課市民係（☎757-3116）、⑤ 市民生活課個人番号カード

マイナンバーカードがあれば
十日町市の「住民票の写し」や
「印鑑証明書」などが
全国のコンビニで取得できます



- 必要なもの＝マイナンバーカード（利用者証明用電子証明書が登載されているもの）
- 利用時間＝毎日午前6時30分～午後11時

申請書を簡単に作成できます

（本庁窓口へ設置）



窓口混雑回避のため、マイナンバーカードや運転免許証から、自分の住所・氏名を印字した住民票・戸籍証明書・税証明書の申請書が作成できます。
● 問 総務課情報システム係（☎757-3196）

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。

4月のちびっこひろば

すこやかランド

「はじめまして！出会いを楽しく」
● 日 14日（水）午前10時～11時
● 会 サンクロス
● 料 無料※内容により実費負担あり
● 対 生後4か月～1歳程度の乳児とその親
● 問 段十ろう（☎757-5011）

なかよしランド

● 日 13日（火）・20日（火）・27日（火）
午前10時～11時
● 会 めごらんど
● 対 未就園児とその保護者
● 料 年間2,000円（保険代含む）
● 問 段十ろう（☎757-5011）

いっしょにあそぼ

4月はお休みです。
● 問 水沢公民館（☎758-3101）

橋にこにこルーム

● 日 9日（金）・23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
● 問 子育て支援センターえくぼ（☎768-2352）

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
● 問 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 1日（木）午前10時～11時
● 会 千手中央コミュニティセンター
● 対 乳幼児、小・中学生～大人まで
● 料 1回無料※会員無料（鑑賞用積立あり：月700円・年中以上4人目から300円）
● 持 飲み物・着替え・マスク
● 問 丸山（☎090-2548-0507）

ネージュスポーツクラブ

「わんぱくきッズ教室」
● 日 4月14日（水）・28日（水）午後4時30分～5時30分
● 会 市総合体育館
● 対 年中～年長児
※年少児は相談
● 料 1人500円
● 持 内履き、飲み物、タオルなど
● 申・問 NPO法人ネージュスポーツクラブ（☎752-4377）

おはなしの会「ふきのとう」

4月はお休みです。5月以降のおはなし会は未定です。
● 問 千手中央コミュニティセンター（☎768-2308）

おはなしひろば

当分の間お休み（再開時期未定）です。
● 問 中里公民館（中里庁舎内）（☎763-2493）

おはなしびよびよ

● 日 3日（土）・10日（土）・24日（土）
午前10時30分～11時
● 会 情報館
● 対 乳幼児とその保護者
● 定 10人
● 問 情報館（☎750-5100）

読み聞かせの会「どんぐり」

● 日 17日（土）午前10時30分～11時
● 会 情報館
● 対 幼児～小学校低学年
● 問 情報館（☎750-5100）

おはなし「たまたまぼこ」

当分の間お休み（再開時期未定）です。
● 問 情報館（☎750-5100）

おはなしたんぽぽ

当分の間お休み（再開時期未定）です。
● 問 情報館松代分室（☎597-2615）

◆4月の健康・福祉の相談

保健師による健康相談

日 5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)

臨床心理士こころの相談会

日 5日(月)午後1時～3時
会 保健センター（市役所本庁隣）
※ 2日(金)
申・問 健康づくり推進課成人保健係
☎ 757-9764)

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）

手話奉仕員窓口配置

タブレット端末を使った通訳サービスの導入に伴い、3月17日をもって終了します。
問 福祉課（**☎**757-3782・**F**757-3800）

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



十日町市新型コロナウイルス感染症相談窓口

☎ 761-7413
日 毎日午前8時30分～午後5時15分
内 新型コロナウイルスに関する一般的な相談

新潟県こころの相談ダイヤル

☎ 0570-783-025
 ※24時間・年中無休

◆4月のそのほかの相談

法律相談

日 1日(木)・8日(木)・15日(木)・22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

定例年金相談

日 8日(木)・22日(木)午前10時～正午、午後1時～3時
会 クロステン
申・問 日本年金機構六日町年金事務所
☎ 025-716-0802) ※要予約

4月の休日救急医

● **診察受付時間**＝午前8時30分～（午後の診察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
4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
11日(日)			
18日(日)			
25日(日)			
29日(木)(祝)			

※症状などをお聞きますので、お越しになる前にお電話をお願いします
 ※変更があったときは、市ホームページやあんしんメールなどでお知らせします

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
- ・休日や夜間に医療機関の受診の判断に迷ったときは、左記の「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

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18ページをご覧ください

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 電話相談のみ
申・問 市消費生活センター
☎ 757-3740・**F** 752-6924)

多重債務相談

日 28日(水)午後1時～4時※26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（**☎**757-3565）

4月の育児相談ほか

〔健康相談〕 ※要予約・人数制限あり

期 日	会場・実施時間
7日(水)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時
9日(金)	中里 子育て支援センター「きらりん」 午前10時～11時
16日(金)	松代 子育て支援センター「すくすく」 午前9時30分～10時30分

申・問 各支所市民課

〔育児相談ほか〕

期 日	受付時間	内容
8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
27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

※要予約・人数制限あり

〔離乳のはじめてコース〕

日 4月20日(火)
対 5～6か月児
 ●受付＝午前9時45分～10時
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

※要予約・人数制限あり

日 4月14日(水)午前9時30分～10時30分
会 子育て支援センターきらりん
対 未就学児とその保護者
持 歯ブラシ・母子健康手帳・バスタオル
問 中里支所市民課市民係 **☎** 763-3121

4月の乳幼児健診

感染症予防対策として、受付時間を分けて実施します。対象者には個別に通知します。

会 保健センター（市役所本庁隣）

持 母子健康手帳・問診票・健やか親子21に基づくアンケート・バスタオル・着替え・おむつ・コロナ問診票など

事業名	期 日	実施時間	対 象 児
4か月児健診	28日(水)	午後	2年12月 生まれの乳児

令和3年度から乳幼児健診の実施日程が変わります。

- 4か月児＝毎月実施
- 10か月児、1歳6か月児、2歳6か月児、3歳6か月児＝3か月に2回実施

4月は4か月児健診のみです。年間日程は健康カレンダー、市ホームページを確認してください。

問 健康づくり推進課母子保健係 **☎** 757-9759

あいどるきゃす

187



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
城沢実日子ちゃん（1歳）
 西本町3

3月3日で1歳になった実日子ちゃん。歩くのが上手になって行動範囲が広がり、階段の上まで登ったり、天気の良い日には靴を履いてお散歩に行ったりします。また、「バイバイ」や「どうぞ」などでもできるようになりました。4月から保育園に通いますが、お友だちをたくさん作って、大きく成長する姿が楽しみです。

Q 1

あなたの会社の仕事、会社の強みは？

住まいも「けんこう」にくというスローガンのもと、住む人も健康になることを目指して『家創り』を行っています。自社の職人やスタッフが、お客さまの夢をカタチに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？

大工だった父親の影響が大きいですね。自宅の隣に父が勤めていた会社があり、子どものころは毎日職人たちが仕事をしている隣で遊んでいたもので、身近だった大工の仕事に自然と魅力を感じていました。

Q 3

これまでの努力や苦労は？

材料や道具の名前など覚えることが多く、とても苦労しました。それ以外にも『家創り』に関わる全ての業種のこと覚えるために、常にメモを取り、早く一人前の職人になれるよう努力しました。

Q 4

この仕事で培った技術は？

ログハウス作りを専門とする企業に出向したこともあり、多くの技術を身に付けることができました。これらの経験を生かし、お客さまの要望に応えられるよう努めています。

わたしの会社のいちおしワーカー

vol.34

語る 仕事・会社・
十日町市への思い



柱や梁となる木材に目印を付ける、墨付けの様子

Q 5

今後の目標は？

当社には若い職人が多く在籍しています。この次代を担う人材とともに、人との出会いや経験を積み重ねて、自分の引き出しも増やしていきたいです。そして、お客さまに喜んでもらえるサービスを提供できる職人集団を目指します。



山田 卓さん（下条栄町・35歳）

父親の影響で、子どものころから大工の仕事に興味を持つ。中越地震のときに市内で大工の仕事の手伝いを始めたことをきっかけに、19歳で本格的に大工として仕事に就いた。

協力
企業



山田建工株式会社

- 新築・増改築・リフォーム、宅地建物取引業、一級建築士事務所、インテリアデザイン、インスペクション（建物状況調査）など
- 従業員数15人
- 十日町市下条2丁目153番地5（☎756-2752）
- みんなが喜ぶ「夢」づくりを目指し、お客さまの住まいを総合的に創造できる会社作りに取り組んでいます。

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