

とおかまち

Public Relations

市報

2024(令和6年)

6月号

No.398



馬で紡ぐ
伝統

主な内容

ピックアップニュース	9 連載コーナー
2 令和6年度 二十歳のつどい	エコラビのごみ分別講座/みんなの心をつなぐ手話
4 家庭用指定ごみ袋が変わります	My trip TOKAMACHI/チャオ十日町!
5 大人の予防接種のお知らせ	十日町の仕事百景
6 もっと知ってほしい! 民生委員・児童委員のこと	12 タウントピックス
7 各種起業支援の紹介	14 お知らせ・ガイド
8 奨学金を返還している若者を支援します	25 ちびっこひろば/子ども情報のひろば
水道料金改定のお知らせ	27 健康・福祉相談、休日救急医など
	28 広告欄

馬力による田畠耕作「馬耕」。松代地域山間部の一部の棚田では、この伝統的な技法で米づくりが行われています。

(5月10日撮影／関連記事12ページ)



令和6年度

二十歳のつどい

5月3日(金・祝)、越後妻有文化ホール「段十ろう」で「令和6年度十日町市二十歳のつどい」を開催しました。今年度の対象者は459人で、そのうち393人が参加しました。晴れやかな会場には、友人たちとの再会を喜ぶ笑顔が溢れて、華やかな振袖や袴、凛々しいスーツに身を包んだ若者たちは、写真撮影や思い出話に花を咲かせました。多くの家族の皆さんも来場し、お子さんの成長を喜び、花束が送られたりなど、心温まる光景も見られました。

式典

典では、二十歳を代表して岡村海玖碧さんと山賀桃果さんが、力強い抱負を述べました。また、下条地区出身でプロ野球北海道日本ハムファイターズGM補佐兼スカウト部の大渕隆さんからはビデオメッセージが寄せられ、「人生の分岐点は頭で考えるよりも、ワクワクする方を選んだ方が成功する」といったアドバイスや、大渕さん自身がスカウトを担当した現在メジャーリーグで活躍する大谷翔平選手について語られると、参加者は熱心に耳を傾けていました。「思い出フォトムービー」も上映され、中学校時代の自分たちの懐かしい姿に、式会場はたくさんの笑顔に包まれました。

二十歳の節目を迎えて
社会に貢献する

大好きな十日町市を
守り続けたい



岡村 海玖碧 さん

子どもの頃から大災害やパンデミックを経験した中で、地域を守る人たちの姿を目の当たりにし、自分も大好きな十日町市を守りたいと強く思い、消防士になりました。地域の皆さんの方になれるように頑張ります。

20歳

二十歳の抱負



山賀 桃果 さん

お客さまに住まいを提供する仕事に就き、日々その責任と重みを感じながら、多くのことを学んでいます。二十歳の節目を迎えて、これからどのように人生を歩み、社会に貢献していくか、真剣に考えていきます。

「これからワタシたち」



第48回十日町きものまつり

48th TOKAMACHI KIMONO FESTIVAL



二十歳のつどいと同日、市街地では「第48回十日町きものまつり」が開催され、華やかなきものとたくさんの笑顔で街中が彩られました。今回は5年ぶりに稚児行列が復活し、子どもたちが愛らしく、そしてたくましく歩く姿が見られました。市内外から約1万人が来場し、「きものまち」ならではの伝統を存分に感じられる1日となりました。

(10ページ「チャオ十日町！」にも関連記事掲載)



家庭用指定ごみ袋が変わります

● ● ● ● 問合せ：環境衛生課廃棄物対策係☎752-3924

ごみの処理経費の上昇や減量促進のため、令和6年7月1日から一般廃棄物処理手数料の改定に伴い、家庭用指定ごみ袋（燃やすごみ用・埋立てごみ用）の料金やデザイン、形状などが変更となります。

重要な お知らせ

- 現在のごみ袋は6月30日(日)をもって販売を終了します。
- 新しいごみ袋は7月1日(月)から販売を開始します。
- 7月1日(月)～8月31日(土)までは移行期間として、現在のごみ袋を引き続き使用できます。
- 9月1日(日)から現在のごみ袋は使用できなくなります。

移行期間を過ぎて手元に残った現在のごみ袋は、新しいごみ袋との差額をお支払いいただくことで交換できます。現在のごみ袋と同じ種類・サイズ・枚数の指定ごみ袋に交換します。

新しい袋の容量・寸法・料金（燃やすごみ用・埋立てごみ共通）

サイズ	容量	寸 法	料金（10枚入・税込み）
大	40ℓ	縦75cm（結び18cm）×横65cm	660円
中	25ℓ	縦72cm（結び18cm）×横50cm	396円
小	15ℓ	縦66cm（結び16cm）×横44cm	198円
エコ小	10ℓ	縦55cm（結び15cm）×横40cm	132円

交換方法

手元に残ったごみ袋と差額料金を用意し、下記の受付窓口にお越しください。

種 類	燃やすごみ用⇒燃やすごみ用、埋立てごみ用⇒埋立てごみ用
サ イ ズ	大⇒大、中⇒中、小⇒小、極小⇒エコ小
枚 数	10枚⇒10枚、1枚⇒1枚

差額料金

サイズごとの差額（税抜き）は燃やすごみ用・埋立てごみ用共通です。

袋（10枚入）	大：100円、中：60円、小：30円、エコ小：20円
バラ（1枚）	大： 10円、中： 6円、小： 3円、エコ小： 2円

※差額（税抜き）の合計額に消費税相当額（10%）を加えた額をお支払いいただきます。

1円単位の金額を用意してください。

受付窓口

場 所	期 間	時 間
エコクリーンセンター内 環境衛生課	7月1日(月)～12月27日(金)（土・日曜日、祝日を除く） 臨時交換日：8月31日(土)、9月1日(日)	午前8時30分～ 午後5時15分
市役所本庁1階 会計課 各支所 地域振興課	7月1日(月)～9月30日(月)（土・日曜日、祝日を除く）	

※販売店での交換はできません。



大人の予防接種のお知らせ

● ● ● ● 問合せ：健康づくり推進課母子保健係☎757-9759

令和6年度 成人用肺炎球菌ワクチンの定期予防接種について

ワクチンを接種することで、肺炎の予防や重症化を防ぐ効果が期待できます。対象者には6月下旬から順次予診票などを郵送しますので、希望する人はかかりつけ医に相談の上、接種してください。なお、平成26年度から令和5年度までは経過措置として、当該年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる人を対象としてきましたが、令和6年4月1日からは下記のとおり変更になりました。

- 対象者＝市内に住所があり、次の①または②に該当する人で、かつ過去に1度も肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがない人

①満年齢65歳の人

②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能のいずれかに障がいがある、身体障害者手帳1級に相当する人

- 予診票送付時期・接種期間など＝上記の対象者①・②によって異なります（下表のとおり）

対象者	予診票送付時期	接種期間	接種回数
①	65歳になる誕生日の翌月以降に順次送付	66歳の誕生日の前日まで	1回
②	6月下旬から順次送付	令和7年3月31日まで	

¥4,700円（市助成額を差し引いた金額です。医療機関の窓口で支払ってください）

会市内の受託医療機関（各医療機関へ事前に確認してください）

※市外の医療機関でも、同じ自己負担額で受けられることがあります。県外の医療機関で接種するときは、事前に手続きが必要です。

持市から送付された予診票、保険証、接種料金

風しんの追加的対策について～抗体検査・予防接種を受けましょう～

現在、国は風しんの予防接種を受ける機会がなかった世代の男性を対象に、風しんの抗体検査と定期予防接種を実施しています。対象者には、6月下旬頃に今年度分のクーポン券を送付します。過去に送付したクーポン券が手元に残っている人は全て破棄し、新しく届いたクーポン券を使用してください。

- 対象者＝次の①～④に該当しない、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

①平成26年4月以降に風しんの抗体検査を受けて、結果が「陽性」だった人

※結果が「陰性」かつ記録が確認できる人は、予防接種のみを受けることができます

②風しんの予防接種（混合ワクチン含む）を受けたことがあり、記録が確認できる人

③風しんにかかったことがあることを書面で確認できる人

④すでに本事業を利用して、抗体検査・予防接種を受けたことがある人

- 受診・接種方法＝抗体検査用クーポン券を使用し、まずは事業所健診や協力医療機関で抗体検査を受けてください。検査の結果、抗体価が基準値より低かったときは、令和7年2月28日（金）までに予防接種を受けてください。

￥抗体検査・予防接種ともに無料

持クーポン券、健康保険証など住所・氏名・生年月日が確認できるもの



この制度は、妊娠を希望する女性やその同居者などを対象とする、風しんの予防接種助成制度とは異なります。



もっと知ってほしい！民生委員・児童委員のこと

●問合せ：それぞれに記載

民生委員・児童委員はどんな人？

聞いてみました！

民生委員・児童委員の声

皆さん安心して生活できるように、地域の暮らしを見守る身近な相談相手です。行政や専門機関への「つなぎ役」として、支援が必要な人たちをサポートします。令和6年6月1日現在、市内では厚生労働大臣から委嘱された、160人の民生委員・児童委員が活動しています。困りごとがあれば、ぜひ気軽に相談してください。

【民生委員・児童委員の主な活動】



相談・支援

高齢者や障がい者、
そのほか困りごとを抱える地域住民のために



犯罪・虐待の防止

地域住民の安心・安全を守るために



子育て支援

地域の子どもと子育て家庭を地域全体で支えるために

「ありがとう」の言葉がうれしい

委員になつて10年以上が経ちますが、一番大切なことは地域の皆さんとの信頼関係です。突然来た人に、心を開くことは誰でも難しいですね。私も月に一回、地域の見守りとして声かけを行っていますが、何度も訪問することで、徐々に信頼していただき、皆さんの本音を聞き出せるようになりました。「いつも来てくれて、ありがとうございます」となどと言つていただけると、とてもうれしいですね。

民生委員・児童委員は専門職ではなく、地域の「つなぎ役」です。皆さんと同じ住民ですで、何でも気軽に話してください。

私たちの仕事は、65歳以上の高齢者のみで生活している世帯や、子育て家庭などの生活面での困りごとを把握し、悩みを抱えた人たちが適切な支援を受けられるように、地域包括支援センターや福祉事業者につなぐことです。

高齢者の孤立化が進む現代社会において、私たちは重要な役割を担っています。もちろん大変なこともあります、日々やりがいを感じています。行政などの関係機関と協力しながら、地域のために、私たちはいきいきと活動しています。



十日町市民生委員児童委員協議会
水沢地区民生委員児童委員協議会

会長 上村 良一さん



十日町中央地区
民生委員児童委員協議会

三輪 タケさん

民生委員・児童委員に関する問合せは、お住まいの地域の民生委員児童委員協議会事務局へ

- | | | |
|--------|---------------|------------|
| ●十日町地域 | 福祉課高齢者支援係 | ☎ 757-9758 |
| ●川西地域 | 川西支所地域振興課市民係 | ☎ 768-4956 |
| ●中里地域 | 中里支所地域振興課市民係 | ☎ 763-2513 |
| ●松代地域 | 松代支所地域振興課市民係 | ☎ 597-2221 |
| ●松之山地域 | 松之山支所地域振興課市民係 | ☎ 596-2169 |



起業を目指すあなたを応援します



各種起業支援の紹介

● ● ● ● 問合せ：産業政策課産業振興係☎ 757-3139

起業セミナー受講者募集（4日コース）

市内で起業を目指す人を対象に、セミナーを開催します。中小企業診断士が起業に向けての準備などをわかりやすくアドバイスします。

①起業入門・経営基礎編

起業に必要な手続き、自分の強みを生かした起業方法などをアドバイスします。

日 7月20日(土)午前10時～午後4時30分

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

②経営基礎・人材育成・販路開拓編

ビジネスモデルや労務知識、マーケティングなど、経営の基礎や販路開拓方法などをアドバイスします。

日 8月3日(土)午前10時～午後4時30分

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

③財務・プレゼン編

資金計画や売上計画の立て方、開業プランを説明する方法などをアドバイスします。

日 8月24日(土)午前10時～午後4時30分

会 市民交流センター「分じろう」

④経営応用・ミニ発表会編

ITを経営に活用する方法などをアドバイスします。最終回では、作成した創業計画書のミニ発表会を行います。

日 9月7日(土)午前10時～午後4時30分

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」



セミナーの様子

ビジネスプラン審査会

12月に開催されるビジネスプラン審査会に出場し、優秀プランに採択された人には、開業時に活用できる補助金が交付されます（予算の範囲内で交付。最大100万円）。

十日町市を元気にするビジネスプランを審査会で発表しませんか。詳細は8月頃に市ホームページでお知らせします。



前回の様子

起業相談会

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をサポートします。

日 月1～2回
会 市役所本庁舎
※随時受付



詳しくはこちら

Pick Up

U・Iターン促進奨学金等返還支援事業補助金のお知らせ



奨学金を返還している若者を支援します

● ● ● ● ● 問合せ：教育総務課庶務係☎757-3118

市内で暮らし、学校を卒業して就業しながら奨学金の返還を始める若者に対して、奨学金返還金相当額の補助金を交付します。

● **補助金額**=奨学金返還金相当額を補助。1年度あたり20万円が上限・最大5年間（毎年度申請が必要）

● **対象奨学金**=十日町市奨学金、日本学生支援機構奨学金（一種・二種）

● **対象者**=次の全てに該当する人

①令和3年度から令和7年度の間に、初回の奨学金の返還が始まる人

②補助金の申請年度に6ヶ月以上かつ当該年度の末日に市内に住所があり、
市内外で就業している人（高卒者を含む。ただし、公務員は除く）

③初回の申請年度の4月1日に30歳以下の人（前年度に補助金の交付を受けている人は、次年度以降30歳を超えていても申請が可能）

④大学など（短大・専修学校専門課程・高等学校を含む）を卒業し、在学期間に奨学金の貸与を受けた人

⑤奨学金の返還および市税に滞納がない人

● **受付期間**=令和7年1月31日（金）まで

● **提出書類**=教育総務課または市ホームページ（右記二次元コード）から入手

● **交付について**=年度ごとに奨学金の返還と市内への居住を確認し、補助金を交付



詳しくはこちら

Pick Up

安全安心な水道水の提供を続けるために



水道料金改定のお知らせ

● ● ● ● ● 問合せ：上下水道課経営係☎757-6531

市報4月号でお知らせしたとおり、令和6年6月使用分から水道料金が改定になりました。

新料金と想定水道料金について、詳しくは市報4月号8ページを確認してください。

新料金の適用時期について（令和6年5月31日以前から継続使用の場合）

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
偶数月 検針	検針日 ★			★		★		★	★
	使用月 {} 旧料金			新料金		新料金		新料金	
	請求月 {} 3・4月使用分			5・6月使用分		7・8月使用分		9・10月使用分	
月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
奇数月 検針	検針日 ★	★	★	★	★	★	★	★	★
	使用月 {} 旧料金	旧料金	新料金	新料金	新料金	新料金			
	請求月 {} 2・3月 使用分	4・5月使用分	6・7月使用分	8・9月使用分	10・11月 使用分				

偶数月検針：十日町地域の一部・川西地域

奇数月検針：十日町地域の一部・中里地域・松代地域・松之山地域

令和6年6月1日以降に水道の使用を開始したときは、初回検針分から新料金が適用されます。

**エコラビの
ごみ分別講座**

～守ろう つくろう 自然環境～

Vol.4



迷ったときはこれ! ごみ便利帳



■問合せ=十日町市民環境会議ごみ減量部会
(環境衛生課内☎752-3924)

各世帯に配布している「家庭ごみの分け方・出し方便利帳」には、代表的なごみの分別を掲載しています。いま一度、正しいごみの出し方を確認しましょう。

ゴミステーションでよく間違える「ごみの分け方・出し方」(便利帳44~80ページ参照)

品 目	材質・大きさなど	分別区分	注意事項
菓子袋 (個別包装菓子の外袋)	プラスチック製で内側が銀色以外のもの	プラスチック類	直接お菓子が入っていた袋は、全て「燃やすごみ」に出してください。
	内側が銀色のもの	燃やす	
紙箱	金色・銀色加工があるもの	燃やす	<ul style="list-style-type: none"> 紙類A群とB群は混ぜないでください。 リサイクルできないものは、「燃やすごみ」に出してください(便利帳15~16ページ参照)。
	上記以外	紙類B群	
紙パック	内側が銀色のもの	燃やす	<ul style="list-style-type: none"> 紙類A群
	上記以外	紙類A群	
蛍光灯 (割っていないもの) ※割れているものは、指定袋に入れて「埋立てごみ」へ	120cm以下 2本まで	危険・有害物	指定袋に入れずに、下記のいずれかの方法で「埋立てごみ」に出してください。 <ul style="list-style-type: none"> 透明または半透明の袋に入れる 新聞紙などの紙で包む 購入時のケースに入れる
スプレー缶	—	金属類	使い切り、穴を開けて出してください。
びん	飲食料品、医薬品	ガラスびん	<ul style="list-style-type: none"> 色ごとに収集するため、回収に時間がかかります。 ガラス製コップは「埋立てごみ」に出してください。
	白色(セラミック製)	埋立て	

みんなの 心をつなぐ手話 Vol.21

日常生活で欠かせない乗り物。今回はそんな乗り物を表す手話を紹介します。

■問合せ=福祉課障がい福祉係☎757-3782

ワンポイント

国際手話

話し言葉と同様に、国によって手話の表現も異なります。聴覚障がいのある外国人と意志疎通するためには、その国の手話を使う必要がありますが、異なる手話同士でのコミュニケーションは困難です。そこで、国際交流の場では「国際手話」という共通語が使われています。

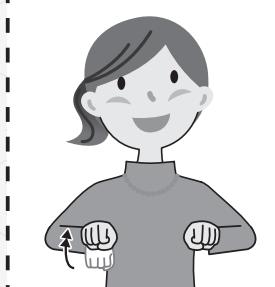
※今回紹介する手話は、国際手話ではありません

車



右手の親指と4指を平行に伸ばして前に出す。

バイク



両手の拳を平行に置き、右手の拳を手前に2回軽く回す。

飛行機



右手の親指と小指を伸ばし、甲を上に向けたまま左斜め上に動かす。

バス



両手の親指を立てて、人差し指の指先を向かい合わせたまゝ、両手を前に出す。



Vol.
39

観光協会がお届けする、とおかまちの魅力的な
コト・モノ・スポット
事 物 場 所

■問合せ=それぞれに記載

清津峡アクセスに便利な「雪国深緑ライナー」が運行しています

越後湯沢駅と十日町駅から清津峡をつなぐ2種類のシャトルバスを運行しています。上越新幹線・ほくほく線を降りたら、バス一本で清津峡へ行くことができますので、ぜひご利用ください。清津峡入坑チケット付き乗車券も販売します。

【十日町駅—清津峡】里山アートシャトル

●乗車料金=片道1,700円／往復3,400円
(子どもも同額)

問十日町市観光協会 (☎757-3345)

湯沢↔清津峡シャトル

●乗車料金=片道1,700円 (子どもも同額)
問雪国観光舎 (☎025-785-5353)

運行日

7月7日(日)までの土・日曜日



マ・ヤンソン / MAD アーキテクツ 「Tunnel of Light」
(大地の芸術祭作品)
Photo by Tsutomu Yamada

乗車には事前予約が必要です。
予約方法などの詳細はこちらから

雪国深緑ライナー



2025年は
十日町・コモ
姉妹都市交流50周年

チャオ
十日町!
Vol.9



■問合せ=企画政策課広報広聴係

☎757-3112

マッテオ国際交流員インスタグラム



センタークロスで
行われた
きものランウェイショー▶



皆さんこんにちは！元気でお過ごしでしょうか。

5月3日に開催された「第48回十日町きものまつり」は天気に恵まれましたね。当日、私はMitsuyoshi Design Studioによる「きものランウェイショー」に参加させていただき、多くの皆さんの前でモデルとして歩きました。

ショーは1日2回、最初はセンタークロスで行われました。振り返ってみると、出番の前に待っていた数分間の感情が浮かんできます。テント内の湿った空気の中、深く呼吸しながら、緊張をほぐそうと音楽に合わせて手足を動かしたこと覚えています。そして、私の出番になったとき、勢いよくテントを出て風に吹かれたら、不安があっという間に去りました。まっすぐ前だけを見ることに必死で、周りには誰がいたのか気づきませんでした。

午後はキナーレで行われましたが、2回目だったので緊張せずにランウェイを歩けました。素敵なお祭りに参加でき、私にとってすごく良い経験となりました。たくさん写真を撮ってくれた皆さんに感謝しています。



十日町の 仕事百景

キラリ輝く企業・ワーカーを紹介

問 産業政策課経営支援係 ☎ 757-3139

株式会社 ネットワーク21

十日町市寿町3-4-10

☎ 752-6201

■従業員数：12人

■事業概要：教育用情報機器および各種システムの販売、保守・サポート・運営支援など

『明日の学校のために、こども達の未来のために』



ICTの力を使って より良い教育環境を

飯田 佳織さん

市内出身。東京でシステムエンジニアやウェブサイト編集者として働き、十日町市へUターン。教育に携わる仕事をしたいと思い、同社へ入社して現在2年目。小学生の子を持つママで、家庭でも子どもがICTを使った学習に取り組む様子を見ている。

Q. どのような仕事をしていますか？

十日町市の教育センターに常駐し、市内小中学校の先生や児童生徒が使うシステム、端末、Wi-Fi環境の管理や保守をしています。

Q. この仕事のやりがいは？

システムや端末のトラブルなど、先生が困っていることを素早く解決できたときはうれしいです。ICTの力を使って、先生が円滑で快適に仕事をすることができれば、より良い教育の実現につながると思い、弊社のサービスを提供しています。

Q. デジタル化が進む環境で学ぶ、児童生徒に伝えたいことは？

デジタルとアナログはそれぞれ良いところがあるので、双方の「いいとこ取り」をしてもらいたいと思います。そして、優れた学習アプリなどに触れることで、デジタル教育の楽しさやいろいろな学び方があることを知ってもらいたいです。

Q. 今後の目標は？

システム設計や最新技術などの知識を一つずつ増やして、学校の先生に今よりもさらに頼られる存在になりたいです。

株式会社ネットワーク21では、十日町市、津南町、南魚沼市の小中学校で、校務支援システム・ICT教育のサポートや運営支援をはじめ、お客さまがより良いICT教育環境を実現できるように、最適なシステム設計の提案なども行っています。

「明日の学校のために、こども達の未来の

ために」をモットーに、学校の先生の「働き方改革」を支援することで、より良い教育活動が展開され、子どもたちの成長に寄与することを目指しています。寿町のオフィスはおしゃれな外観と優しいインテリアの造りで、明るい社員の皆さんのが、未来につながるICT教育を支えています。

もうすぐ開幕！期待高まる芸術の祭典

7月13日を開幕する、第9回展「大地の芸術祭 越後妻有アートトリエンナーレ2024」。川西地域小脇集落の仙田小学校分校跡地には、新潟大学教育学部美術科教授の丹治嘉彦さんと橋本学による作品「小脇の学校」が展示されます。この作品は、川西地域にある全学校の児童生徒たちが一緒に制作するもので、各校でワークショップが開催されました。縦横30センチメートルの木板の上に、子どもたちが地域のさまざまな場面を廃材で表現した造形物を集積することで、小脇集落の原風景と融合させた非日常の景色がつくり出される作品となっています。

丹治教授は「小脇集落は限界集落といわれる場所ですが、子どもたちや観光客が訪れると、住民の皆さんがとても喜んでくれます。この作品が、集落にもっと誇りを持ってもらえるものになれば嬉しいです」と作品への思いを話してくれました。



橋小でのワークショップ。
児童たちと一緒に制作する丹治教授（写真中央）



企画発表会を開催します

約1ヶ月後に迫った第9回展の開幕に向けて、北川フラム総合ディレクターからの見どころ紹介など、大地の芸術祭の魅力をお伝えします。ぜひご参加ください。

日 6月22日(土)午後3時～（受付開始は午後2時30分） 会 千手中央コミュニティセンター 千年の森ホール

内 主要企画発表、地元・サポーターからのメッセージ

申先着順（申込み方法は下記のいずれか）

①専用フォーム（右記二次元コード）から申し込み

②電話で申し込み（文化観光課芸術祭企画係☎757-2637）



申込みはこちら

馬とふれあう 昔ながらの農作業を体験

5月10日(金)：松代

馬に田畠を耕してもらう伝統農法「馬耕」。松代で暮らす本柳学さんは、全国で馬耕の普及に取り組む株式会社三馬力社（岩間敬社長）とともに、5年前から棚田での馬耕による米づくりに携わっています。

この日、代かき作業に招かれた地元まつだい保育園の園児たちは、馬が引く碎土機の後ろにつながれたチューブに乗り、土を平らにする作業を体験しました。馬がスピードを上げると園児たちは大興奮。田んぼには歓声が響きわたりました。

本柳さんは「昔と比べて、子どもたちが農業に触れる機会はほとんどなくなってしまいました。このような取組みを通じて、馬耕という伝統を多くの人に知っていただき、そして農業を体験するきっかけにつながればうれしいです」と話してくれました。



松代発祥「どびるチューブ」と名付けられた代かき。各地から要望があり、今後の可能性が広がります

健やかな成長を願って

5月8日(水)：松苧神社（犬伏）

松代地域の伝統行事「七ツ詣り」。数え年7歳になる子どもたちが松苧山を登り、山頂にある国指定重要文化財の松苧神社で健康と成長を願います。

当日はあいにくの雨天でしたが、参加した5人の子どもたちは雨にも負けず、険しい山道を家族と一緒に力強く登りました。地元犬伏集落から参加した松山源大くんは、「楽しかった！夢はトラクターの運転手になりたいです」と、山登りの疲れを感じさせない笑顔で、元気に話してくれました。



知っていますか？十日町に初めて電気が灯った日

5月16日(木)：市内

明治45年5月16日は、私たちの暮らしに欠かせない「電気」が十日町に初めて灯った日です。このことから、十日町電気工事協同組合が5月16日を、「十日町の電気記念日」として宣言しました。

この日、同組合は電気記念日のPRのため、12年前から春と秋に東北電力ネットワークグループ主催で実施している、十日町駅西口広場の清掃活動を共同で行いました。志賀幸夫理事長は「十日町の電気記念日を示すことで、市民の皆さんがあなたについて改めて考えるきっかけとなつてほしいです。また、我々も大切なライフルラインである電気に携わる使命感や、地域を守る意思を皆さんに伝えていきます」と熱い思いを話してくれました。

また同日、新潟県電気工事工業組合十日町支部青年部（藤ノ木実会長）は、市内の小学校と特別支援学校に絵本「電気工事士のおとうさん（日東工業・ポボラ社共同出版）」を寄贈しました。子どもたちに電気工事士の仕事を知ってほしいという願いが込められた絵本は、各校のキャリア教育の一環として活用されます。



モニュメントの清掃では、普段の高所作業での技術を発揮



絵本贈呈式にて、写真左から庭野克弥副会長、藤ノ木会長、市渡辺教育長

叙勲おめでとうございます

瑞宝双光章（更生保護功労）



三輪 满雄さん
(73歳・高田町1)

平成12年に保護司に就任し、25年にわたり犯罪や非行をした人の立ち直りを支えてこられました。「担当した案件、一つひとつに思い入れがあります」と、これまでの活動を振り返るとともに、「十日町市は穏やかな場所で、これからも住民同士やさまざまなボランティアの助け合いの精神が絡み合っていくことを望んでいます。保護司としては、常に自己研鑽を積み、地域の中で信用と信頼を得ていくことが重要だと思います」と話してくれました。現在も新潟県保護司会連合会副会長や十日町・津南地区保護司会会长などの要職を務められるなど、日々更生保護活動に取り組まれています。

表彰おめでとうございます

環境大臣表彰（「みどりの日」自然環境功労者環境大臣表彰・保全活動部門） 美人林を守る会



表彰式にて、写真左から志賀会長、次期会長の福原諭祐さん、前会長の高波悟さん

地元下川手集落の全世帯で構成される同会。昭和59年の設立以来、新潟県森林研究所や新潟大学などの研究機関と連携し、毎年危険木や枯れ枝除去などの森林整備活動に取り組み、美人林を健全なブナ林として維持されてきました。約40年にわたるこれらの活動が認められ、同表彰において十日町市では初となる環境大臣表彰を受賞しました。

会長の志賀義雄さんは「日ごろの地道な活動を評価いただき、とても嬉しいです。これからも地域のみんなで、元気に活動を続けていきたいです」と話してくれました。

11)	会	他	予約不要。 詳細は問合せ のホール	￥1500円／人
	・問	当間	高原リゾート ログランです。	

内
自分自身が主人公となつ
て、あてまの自然の舞台を
散策し、さまざまな謎解き
やミッションに挑戦するブ
ログランです。

10月31日(木)までの午前9時
～午後4時30分(夏休みを
除く火曜日は午前9時～11
時30分)

あてま森と水辺の教室ボボラ ポボラクエスト

催し・講座



お知らせ・ガイド GUIDE

【お知らせ】
本紙に掲載しているイベント・催し・相談などでも、中止・延期となることがあります。最新情報は、それぞれ問合せ先へ確認してください。

内	講演会	「ハイヒールを履い
定	80人	会 情報館視聴覚ホール

にいがた女と男フェス ティバル2024

日 6月15日(土)、7月6日(土)
校 29日(月)午前9時30分～正午
会・県立十日町看護専門学校
(☎757-3450)

他事前申込不要。詳しくは学
校ホームページを確認。

対 入学希望者

県立十日町看護専門学校説明会

日 6月30日(日)午前10時～正午
会 千手中央コミュニティセンター
(☎2500円)

定 先着10人

申込期間 6月12日(水)～21
日(金)

持工プロン、三角巾、マスク、
タオル、飲み物

他できあがつた笹だんご10個
を持ち帰り

申・問 農林課農業企画係 (☎757-3120)

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	14日(金) ～ 16日(日)	尾身多恵子作品展 ●時間=午前9時～午後8時30分 会十じろう：ギャラリー
	15日(土)	十日町おもちゃ病院 ●時間=午前10時～午後3時(受付は 午後2時まで) 会十じろう：ルーム1
	15日(土)	娯楽の日(NPOひとサポ) ●時間=午前10時～午後5時 会十じろう：情報ラウンジ
	15日(土)	まちなか食堂 ●時間=午前11時30分～ 会十じろう：ラウンジ ￥1食100円※限定50食でなくなり次第終了
	20日(木)	自然食品・エコ商品販売(えことぴあ) ●時間=午前11時～午後7時 会十じろう：マーケット広場
	21日(金)	雑談会議(NPOひとサポ) ●時間=午後2時30分～4時 会十じろう：ルーム1 ※要申込
	21日(金)	家族の傾聴会 ●時間=午後1時30分～ 会十じろう
	30日(日)	こどもパークASOBO ●時間=午前10時～正午 会十じろう：全館

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)

月	日	内 容
7月	3日(水)	芸術祭ざつだん会 ●時間=午後7時30分～8時30分 会十じろう：ルーム1
	4日(木) 11日(木)	自然食品・エコ商品販売(えことぴあ) ●時間=午前11時～午後7時 会十じろう：マーケット広場
	5日(金)	お茶にしようじやねえ会(だんだん会) ●時間=午後1時30分～ 会十じろう
	10日(水)	とおか市(NPOひとサポ) ●時間=午前9時～午後1時 会十じろう：マーケット広場
	14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

【分じろう：まちの歴史文化コーナー HAKKAKE】

月日	展示内容
7月8日(月) ～ 9月9日(月)	土の中から見つかったよ～原始の器と道具～ 赤羽根遺跡と城之古遺跡～
7月10日(水) ～ 9月9日(月)	土の中から見つかったよ～古代の器と道具～ 馬場上遺跡と柳木田遺跡～

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

月	日	内 容
7月	7日(日)	介護予防講演会 ●開演=午後2時
	14日(日)	中澤卓也 サマーコンサート ●開演=午後2時 問河内(☎080-5174-0685)
	19日(金)	管谷怜子 公開レコーディングリサイタル ●開演=午後7時
	20日(土)	とおかまち市民学校平和学習 ●開場=午後1時30分

月	日	内 容
7月	25日(木) ～ 28日(日)	十日町市書道協会創立30周年記念 市民書作展《巡回展》 ●開場=午前9時～(最終日は午後3時まで)
	28日(日)	だんだんテラスコンサート ●開演=午後2時
	31日(水)	全国田んぼアートサミット2024 ●開演=午後1時30分

たお坊さんと一緒に考える
人がそれぞれの色で輝くた
めのヒント」
対 中学生以上
定 25人

講 西村宏堂さん (アーティス
ト・僧侶)
申・問 市民生活課市民係 (内
757-3116)

× 6月17日(月)

ト・僧侶)
申・問 市民生活課市民係 (内
757-3116)

× 6月17日(月)

【情報館で行われる催し・講座】

【第89回名作読書講座】

日 6月20日(木)午後7時30分
8時45分

【パソコン講習 ワード初級】

日 7月16日(火)～25日までの毎週
火・木曜日午後2時～4時
※全4回
対 文字入力、マウス操作がで
きる人
定 15人※申込人数などにより
中止のときあり

¥ 5千円

日 各回先着90人※要事前申込
内 忍たま乱太郎の宇宙大冒険
Withコズミックフロン
トNEXT

会・申・問 情報館 (内
751-00)

日 6月22日(土)午前10時～午後
2時
会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース
● テーマ＝オールジャンル
内 沿線地域の個性豊かなお店
が集まります。

会 北越急行株営業企画課 (内
750-1251)

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

出・午後7時56分)※雨天
中止

会 三ツ山地区 (受付は田毎の
月看板前)

他 受付から会場まで山道を15
分ほど歩きます。

会 飛渡公民館 (内
759-12032・平日午前8時30分
～午後3時30分)、田毎の
月を守る会・大津 (内
094209-4684)

申・問 市鳥獣被害防止対策協
議会事務局 (農林課林業振
興係 (内
757-9917))

× 6月26日(水)

他 屋外実習 (雨天決行) を予
く汚れてもよい服装で参加
してください。

対策に関する基礎知識の研
修会

講 株式会社
持 筆記用具

申・問 市鳥獣被害防止対策協
議会事務局 (農林課林業振
興係 (内
757-9917))

× 6月26日(水)

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

× 7月7日(日)

会 情報館第4集会室

日 7月7日(日)午前9時～正午

会 市役所本庁大会議室 (座
学)、千歳公園 (実習)

申・問 市内在住者

定 30人

内 電気柵設置および有害鳥獣
対 市内在住者

× 6月21日(金)受付午後5時
(月の出：午後6時55分)、
22日(土)受付午後5時(月の
出：午後7時56分)※雨天
中止

会 ほくほく線十日町駅コンコ
ース

● 時間＝午後1時30分～3時
定 各回10人

内 音声訳実技の基本、音声訳
ボランティア活動者との情
報交換

申・問 十日町音声訳サークル・
酒井 (内
080-2085-1815)

第14回身体障がい者福祉センター
ふれあい作品展

日 6月28日(金)～7月4日(木)
前9時～午後7時(4日は
午後2時まで)

会 情報館
内 書道、絵画、手芸、写真、
折り紙など作品の展示
問 身体障がい者福祉センター
(☎757-9438)

令和6年度
甲種防火管理新規講習会

日 7月4日(木)午前8時30分～
午後5時、5日(金)午前8時
30分～正午

会 消防庁舎3階多目的ホール
対 管内在勤または在住で、防
火管理者に選任予定の人

申 定先着70人
メ 6月30日(日)

申・問 消防本部予防課 (☎7

57-11557)、南分署
またはしぶみ分署※申請書
は消防本部ホームページか
らダウンロード可

講 津直哉さん
さん

栄又エコ・ミュージアムの会30周年記念
農はいのちをつなぐ
宇根豊特別講演会

日 6月30日(日)午前10時～午後
0時30分

会 枯木又活性交流施設のつと
こい

会 まつだいふるさと会館
(共通)

会 材蔵(ズ)も開催
￥千円(高校生以下無料)

申・問 枯木又エコ・ミュージ
アムの会・山田 (☎080-
1-8882-6850)

申 住所、氏名、電話・FAX
番号、メールアドレスを明
記して、〒942-1152

7十日町市太平598-
4松代早稲田協力会(松
芋ドーミトリイ内)へ

問 松代早稲田協力会・木戸 (☎
090-5333-4112)

● 第68回＝令和7年3月2日(日)
講 松永美穂さん
会 まつだいふるさと会館
(共通)

￥1回(1日2コマ)2千円
(資料代・講義料含む)、高
校生以下無料

申 定先着80人
会 校生以下無料

申 住所、氏名、電話・FAX
番号、メールアドレスを明
記して、〒942-1152

申 7十日町市太平598-
4松代早稲田協力会(松
芋ドーミトリイ内)へ

申 申住所、氏名、電話・FAX
番号、メールアドレスを明
記して、〒942-1152

申 7十日町市太平598-
4松代早稲田協力会(松
芋ドーミトリイ内)へ

申 申住所、氏名、電話・FAX
番号、メールアドレスを明
記して、〒942-1152

申 7十日町市太平598-
4松代早稲田協力会(松
芋ドーミトリイ内)へ

申 申住所、氏名、電話・FAX
番号、メールアドレスを明
記して、〒942-1152

オレンジレンジ ライブツアーオン

沖縄出身5人組ロックバンドのライブツアーを開催します。

日 10月6日(日)午後5時開演(開場は午後4時15分)

￥全席指定: 6,500円(消費税込み・段サポ500円割引券使用可能・
当日は500円増し)

● 留意事項

- 未就学児の入場は同行保護者の座席の範囲内でお願いします。
- エリア限定で親子席あり。
- 車イス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

- 段サポ先行販売: 6月29日(土)午前9時から段十ろうで販売
- Web先行販売: 7月3日(水)午前9時から段十ろうWebサイトで販売
- 一般販売: 7月6日(土)午前10時から各プレイガイドで販売

● プレイガイド=段十ろう窓口/ Web、南魚沼市民会館、魚沼市小出郷文化会館、イープラス

会・問 越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

鈴木武右衛門・酒井良2人展
10日町石彫プロムナードの
作家たち2024

のいづれかで、氏名・電話番
号を博物館(☎757-5311・
F757-6999)へ

芸員)

city.tokamachi.lg.jp)へ

日 7月28日(日)までの午前9時
30分～午後5時(入館は午
後4時30分まで)

￥500円、小・中学生200
休火曜日

0円

他 7月6日(土)午後2時から酒井良さん、鈴木武右衛門さん家族のギャラリートークを開催（要入館料）。「刀匠 天田昭次・收貞兄弟展」も同時開催

会・問 星と森の詩美術館 (☎ 752-7202)

申左記申込み専用ウェブサイトから申込み（先着順で受付）

会・問 長岡工業高等専門学校 (☎ 0258-34-9317)

→ 12日(金)午後1時

問 県国際課拉致問題調整室 (☎ 025-280-5876)、総務課行政管理係 (☎ 757-9913)

は各中学校実行委員メンバーヘ※記念講演は申込不要



詳細・問合せはこちら

【プラネタリウムドーム中里き☆ら○ら】

7月の番組情報です。

● 投影日 || 毎月第1・第2日

曜日午前11時 (約35分)

会 ユーモール2階・プラネタリウム室

内 今月の星空散歩・いるか座のはなし

問 中里地域まちづくり協議会

(☎ 763-2526※平日午前のみ)、ユーモール事務局 (☎ 763-2414)



申込み専用ウェブサイト

【県立川西高等特別支援学校企業向け見学会】

日 7月9日(火)午後1時15分

3時15分 (受付は午後1時)

問 川西高等特別支援学校進路指導部・井口 (☎ 768-3325)

【越後妻有の四十路会】
→ 20年の時を経て、記念講演

日 8月11日(日)午後1時～3時

会 越後妻有文化ホール「段十ろう」

内 対誰でも

内 詳細はチラシ・ホームページを確認

申 受付期間 || 6月14日(金)午前9時～6月26日(水)※受信有効

問 インターネット申込みについて..人事院人材局試験課 (☎ 03-3581-5311・内線2333)、上記以外について..関東信越国税局人事第二課試験係 (☎ 048-600-31)

11・内線2097)



申込みはこちら



国税庁ホームページ

【2024年度社会福祉士町村巡回研修会参加者募集】

日 7月11日(木)午後1時30分～4時

会 小千谷市民会館大ホール

内 同和問題の正しい理解を深め、差別解消に向けた社会同和教育の実践を促すための研修会です。

対 十日町市民

定 30人程度

申 下記二次元コードから申込み

問 インターネット申込みについて..人事院人材局試験課 (☎ 03-3581-5311・内線2333)、上記以外について..関東信越国税局人事第二課試験係 (☎ 048-600-31)



募 集



申込みはこちら

● 申込受付 || 7月9日(火)正午

対 中学生および保護者

内 体験学習、校内・寮見学など

● 申込受付 || 7月10日(土)・11日(日)

内 拉致問題などに関する広報

内 バネル・写真バネル、横田めぐみさんの父・滋さんが撮影した家族写真など

長岡工業高等専門学校
オープンキャンパス2024

日 8月10日(土)・11日(日)

内 拉致問題などに関する広報

内 バネル・写真バネル、横田めぐみさんの父・滋さんが撮影した家族写真など

催し・講座

募集

福祉健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

受講者募集
生活・介護支援センター養成講座

日 6月28日(金)午前9時30分～午後5時20分	会 市医療福祉総合センター
対 市が実施する家事支援サービス（買い物・調理・清掃など）の業務に従事したい人または関心のある人	法・技術、多様なサービスを知るなど
内 職務の理解、生活支援の方	動きやすい服装、筆記用具、昼食、飲み物
申 申込書類	申込書類
期 期間：8～10月（月2回）	申込書類
計 6回	申込書類
会 市民かつどう教室「学じろう」	申込書類
定 5	申込書類
対 市民（初心者向け）※小学生以下は保護者同伴の教室	申込書類
申 先着各10人程度（半数に満たないときは中止あり）	申込書類

日 6月30日(日)午後7時	申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）
会 市社会福祉協議会地域福祉係（☎757-3566）	申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）
定 15人	申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）
対 ¥無料※ただし、テキスト代・受験料など自己負担あり	申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）
申 ハローワーク十日町	申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）

**魚沼テクノスクール
事務工キスパート科2期
7月入校生募集**

申 申・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサポート（☎761-7444）

¥ 3千円（教室によりて材料費など別途徴収あり）
内 デッサン、マジック、エコクラフトかごバック、歌舞、モルタル造形、囲碁、中国語、茶道、ミニチュア、お肌のお手入れ（詳細は問合せ）

ヘルスマイト養成セミナー受講者募集

地域において食生活を中心とした健康づくり活動を担う、「食生活改善推進員（愛称：ヘルスマイト）」を養成するための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変更することがあります）

日 時	内 容
7月2日(火) 午後1時～4時	講義：十日町市の健康状況について 講義：消化と吸収、栄養バランスについて
7月27日(土) 午前9時～午後3時	講義・実習：栄養計算、献立の立て方を学ぼう 調理実習：災害時にも安心パッククッキングの実習 実習：バランスのとれた食事を考えてみよう（献立作成）
8月23日(金) 午後1時～4時	講義：健康づくりの基本、国の現状について 講義・実習：体を動かして運動の効果を体験しよう！
9月27日(金) 午前9時～午後0時30分	見学・講義：学校給食センター見学！食品衛生を学ぼう 講義：年代別の食育推進
10月30日(水) 午前9時～午後0時30分	講義：生活習慣病を予防しよう！健診結果の見方 調理実習：十日町の郷土料理を味わおう
11月29日(金) 午前9時～午後0時30分	講義：お口の健康、正しい口腔ケアを学ぼう 調理実習：バランスのとれた食事を作ろう！（考案献立の調理）

会 市役所本庁大会議室ほか

対 市内在住の人

¥2,200円（テキスト代・調理実習材料費）

申 6月25日(火)

申・問 申込みフォームまたは電話で健康づくり推進課

母子保健係（☎757-9759）へ



県立魚沼テクノスクール
(魚沼市・~~内~~025-794-2410)

4-2410

**[第20回市長杯パターーゴルフ大会]
参加者募集**

日 7月6日(土)午前8時~

¥2千円

定先着80人
会・申・問 参加費を添えてナカゴグリーンパーク(77-68-4419)へ

日 7月6日(土)午前10時~午後1時

会越後妻有文化ホール「段十ろう」調理室

¥千円

定先着16人(小学生以下は保護者同伴)

内国際交流員と一緒に「ティラミス」を作りましょう。

持エプロン、バンダナ、マスク

ク 6月26日(水)

講マッテオ エンリコ・オルフィーノさん(国際交流員)

申・問企画政策課広報広聴係
(~~内~~757-3112)

市交通指導員(有償ボランティア)募集

せん。
応募資格||満20歳以上で、税務・警察・選舉に直接関係がない人

内保育所・小学校での交通安全教室指導や交通安全運動

期間中の立哨活動を行います。

内保育所・小学校での交通安全教室指導や交通安全運動

統計調査員募集



詳細はこちら
(市ホームページ)

7月の全血献血



内保育所・小学校での交通安全教室指導や交通安全運動

歯科検(健)診のお知らせ ~対象の人は無料で受けられます~

【歯周病検診】

対下表のとおり

年齢	生年月日
40歳	昭和59年4月2日~昭和60年4月1日
50歳	昭和49年4月2日~昭和50年4月1日
60歳	昭和39年4月2日~昭和40年4月1日
70歳	昭和29年4月2日~昭和30年4月1日

〈共通〉

●受診方法=対象者へ5月下旬に受診券を郵送しています。市内の

検(健)診協力歯科医院で個別に受診してください(要事前予約)

●期間=12月31日(火)まで(歯科医院診療日のみ)

申・問健康づくり推進課母子保健係(757-9759)

【後期高齢者歯科健診】

対下表のうち市の後期高齢者医療加入者

年齢	生年月日
76歳	昭和23年4月2日~昭和24年4月1日
80歳	昭和19年4月2日~昭和20年4月1日



市有財産を売却します

●売却する物件

	旧施設名（不動産種別）	最低制限価格
1	旧十日町市農産物加工直食施設（建物）	120万円
2	旧松之山小学校教員住宅（土地・建物）	190万円
3	旧東下組小学校（土地・建物）	300万円

●見学会＝6月24日(月)午前10時～午後4時(予定)

※6月19日(水)までに要電話申込、現地集合時間は別途お知らせします

●入札日＝7月10日(水)午前10時

※7月5日(金)までに要申込（郵送可）

●入札会場＝市役所本庁3階全員協議会室

他詳細は問合せ

問財政課管財係（☎757-9914）

川西総合体育館	市郷土資料館	い農耕文化村セ	ンターナ農舞	まつだい雪国農耕文化村セ	博物館	情報館
16日(火)	22日(月)	29日(月)	22日(月)	8日(月)	1日(月)	8日(月)
24日(火)	毎週火・水	まつだ	まつだ	29日(月)	16日(火)	22日(月)

十じろう	分じろう	ひだまり	松代総合体育館	なかさとアリーナ（中里体
10日(水)	11日(木)	10日(水)	11日(木)	育館）
毎週火	毎週火	毎週火	毎週火	9日(火)
		8日(月)	8日(月)	な
		12日(金)	12日(金)	か

路線バス「十日町車庫前＝魚沼基幹病院線」の本格運行開始

問企画政策課企画政策係（☎757-3193）

これまで実証運行を行ってきた「十日町車庫前＝魚沼基幹病院線（運行：南越後観光バス株）」について、4月から本格運行が開始されました。魚沼基幹病院まで直通で行けるほか、浦佐駅で上越新幹線に乗り換えることで、十日町市～新潟駅間の移動が最短1時間40分程度で可能となります。ぜひ利用してください。

●運行時刻

【十日町車庫前 → 魚沼基幹病院】

【魚沼基幹病院 → 十日町車庫前】

	十日町車庫前	浦佐駅東口	魚沼基幹病院		魚沼基幹病院	浦佐駅東口	十日町車庫前
1	8:05	8:53	9:00	1		6:45	7:35
2	10:35	11:23	11:30	2		8:20	9:10
3	13:05	13:53	14:00	3	11:30	11:35	12:25
4	16:05	16:55		4	14:40	14:45	15:35

※月～金曜日のみ運行（土・日曜日と祝日、8月13日～16日、12月29日～1月3日は全便運休）

※一部の便（着色部分）は、本格運行開始に合わせて新車両で運行しています。

●運賃＝810円（十日町車庫前～魚沼基幹病院を利用のとき）

●主な経由地＝十日町駅西口入口、十日町病院前、十日町市役所前、本町、四日町、中条、焼野、魚之田川入口、新水、菅沼、後山、浦佐駅東口



新車両
(トヨタ ハイエース)

マイナンバーカード 時間外開庁のお知らせ

平日のほか、夜間や休日にも受け取れます。

● 夜間 || 6月13日(木)・27日(木)
7月11日(木)午後7時30分まで（本庁のみ）

休日 || 6月23日(日)（本庁）、

7月6日(土)（川西・松之山）、
7日(日)（中里・松代）午前

9時～正午

会本庁および支所地域振興課
市民係窓口

他完全予約制。最新の日程は
市ホームページで確認して

ください。

申・問市民生活課市民係 (☎ 755-5154)

各支所地域振興課市民係

※インターネット予約も可



時間外開庁
ホームページ

コンビニ交付税務証明 書の交付停止

内課税データの入替作業およびシステム確認作業のため
停止期間 || 6月12日(水)～16日(日)

申・問新潟県労働相談所 (☎ 025-281-6110)

他詳細は県ホームページ（「新潟県労働相談所」で検索）
を参照

日(日)まで終日

● 対象証明書||所得証明書、
所得課税証明書、非課税証
明書

停止期間中は、本庁税務課
窓口または各支所地域振興
課窓口で手続きをお願いし
ます。

問税務課管理収納係 (☎ 75
7-3113)

申・問農林課作物振興係 (☎ 7
61-7144)

● 受付開始 || 7月1日(月)
30分
会長岡地域振興局（長岡市沖
田2丁目173-2）

● 相談方法 || 電話または面
談、オンライン形式

● 令和6年度 国民年金保険
料の免除申請手続き

● 受付開始 || 7月1日(月)
30分
対国民年金保険料の納付が困
難な人
持基礎年金番号がわかるもの
(年金手帳や基礎年金番号
通知書または納付書)、本
人確認ができるもの(免許
証、マイナンバーカードなど)

申・問六日町年金事務所国民
年金課 (☎ 025-716-10008)、市民生活課

国保年金係 (☎ 025-757-3748) または各
支所地域振興課市民係

※マイナンバーカードを用い
て、マイナボーナルから電
子申請も可

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
めに手続きをお願いします。

× 6月28日(金)

申・問農林課作物振興係 (☎ 7
61-7144)

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です ～だれもがどれも選べる社会に～

性別に関係なく、職場・学校・地域・家庭、あらゆる場面で個性と能力が發揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、皆さん一人ひとりの意識が重要です。男女のパートナーシップについて、身近なところから考えてみませんか。

ハッピー・パートナー企業に登録しませんか

新潟県では、男女がともに働きやすく、仕事と家庭生活などが両立できるように職場環境を整え、女性労働者の育成・登用などに積極的に取り組む企業などを「ハッピー・パートナー企業」として登録しています(4月末時点で十日町市内45件が登録済み)。登録すると、企業PRやイメージアップにつながるなどのメリットがあります。登録要件や応募方法など詳しくは県ホームページ（「ハッピー・パートナー企業」で検索）を確認するか、下記へ問い合わせてください。誰もがいきいきと働く十日町市を目指すために、ぜひ登録をお願いします。

●応募・問=公益財団法人新潟県女性財団 (☎ 025-285-6610、メール: ngt.happy-p@npwf.jp)

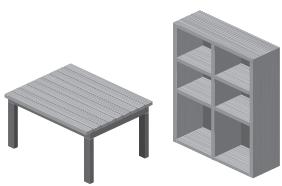
新潟県防災ナビ

県では、防災・減災対策の取組みとして、県内全域の洪水・土砂灾害・津波などのハザードマップなどが閲覧できる「新潟県防災ナビ」を運用しています。非常時に家族や自らの命を守るために活用してください。詳しくは、新潟県ホームページを確認してください。

新潟県
ホームページ

- 〔①遭遇しないために〕
 - ・クマが出没したところには近寄らない。
 - ・鈴やラジオなど音ができるものを携帯する。
- 〔②遭遇してしまったとき〕
 - ・ゆっくりとその場から離れる。
 - ・③避難が間にあわず襲われたとき
 - ・顔・頸部・腹部などの急所を守る。

- 〔新潟県防災局危機対策課〕
 - (☎) 025-282-1638
- 〔新潟県農林課林業振興係〕
 - (☎) 7-9917
- 〔新潟県NPO法人〕
 - (☎) 7-9917
- 〔十日町市産の木材を使用した木工品の購入に対する補助金〕
 - (☎) 7-5



催し・講座

募集

福祉健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

9月1日以降にパスポートを受け取る人へ

問市民生活課郵送証明センター (☎)755-5058

パスポートを発行するときに、新潟県への手数料の支払いを利用している新潟県収入証紙の販売が8月31日で終了し、令和7年3月末をもって利用できなくなります。また、パスポートを受け取るときの手数料の支払い方法が変更となりますので、注意してください。

新規・切替申請のときの手数料について

- ・10年：16,000円（収入印紙14,000円、新潟県収入証紙2,000円）
- ・5年（12歳以上）：11,000円（収入印紙9,000円、新潟県収入証紙2,000円）
- ・5年（12歳以下）：6,000円（収入印紙4,000円、新潟県収入証紙2,000円）

9月1日からの支払方法

手数料

県	国
<ul style="list-style-type: none"> ・キャッシュレス決済（市役所本庁窓口） ・納付書により銀行などの金融機関で支払い（納付書は市役所本庁窓口に用意） <p>※購入済みの収入証紙を持っている人は、令和7年3月末まで利用できます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・収入印紙で支払い（市役所本庁窓口） <p>※支払い方法は現金のみ</p>

利用可能な支払方法

- ・クレジットカード（Visa、Mastercard、JCB、銀聯（UnionPay）など）
- ・電子マネー（Suica、PASMO、iD、楽天Edy、WAON、nanaco、QUICPay+など）
- ・コード決済（PayPay、auPAY、ゆうちょPay、楽天ペイ、d払い、メルペイ、銀行ペイなど）

不明な点は問い合わせてください。

問 都市計画課特定空家対策係
(☎ 755-5216)



市ホームページ
「住まいの
終活について」

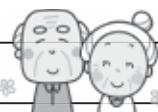


あなたが所有する空き家を
次の人に託しませんか

空き家バンク 登録物件募集中

問企画政策課移住定住推進係
(☎ 755-5137)

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	住 所	電話
十日町北地域包括支援センター	下条・中条・川西	下条3丁目485番地1（特別養護老人ホーム三好園内）	☎ 761-7406
十日町東地域包括支援センター	十日町・新座・大井田	高田町3丁目南442番地（医療福祉総合センター内）	☎ 757-3551
十日町中地域包括支援センター	川治・六箇・吉田	寿町2丁目1番地1（社会福祉法人やまびこ内）	☎ 755-5115
十日町南地域包括支援センター	水沢・中里	新宮乙195番地3（養護老人ホーム妻有荘内）	☎ 758-2324
十日町西地域包括支援センター	松代・松之山	松代3983番地1（松代ゆうあいセンター内）	☎ 597-3805

情報館 7月のテーマ図書

一般向け

夏がくる 「さっと！つるっと！夏麺」、「射手座の香る夏」、「この夏の星を見る」など、夏にぴったりな本を紹介します。
短編フェア 「それでも旅に出るカフェ」、「大作家でも口はすべる」など、暑い夏にもサクッと読める短編集やアンソロジーを紹介します。

児童向け

夏がきた！ 「なつやすみ」、「プールにいこう！」、「あついあつい」など、夏の自然や楽しさを感じられる本を紹介します。
しゅくだいはお早めに 「ふしぎ！ 理科実験スイーツ」、「小学生からのわくわく！ おうち実験室」など、夏休みの宿題に役立つ本を紹介します。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
の人も不幸にします。「1回だけ」と誘われても、断る勇気が大切です。薬物に関する相談は、保健所で受け付けています。

問 十日町地域振興局健康福祉部（十日町保健所）(☎ 757-2401)

「薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」
働くことに悩む人の
ワン・ステップ相談

日 7月10日(水)・24日(水)両日とも午後2時～4時 ※開催日以外にも随時相談可

会 保健センター（市役所本庁隣）
申・問 福祉課援護係 (☎ 757-9739)

会 保健センター（市役所本庁隣）
申・問 福祉課援護係 (☎ 757-9739)

※敬称・都道府県名略

寄付ありがとうございます

- とおかまち応援寄附金（5万円以上）＝庭野議隆（港区）、福間圭介（宝塚市）、志賀末吉（綾瀬市）、湯川賢一（川崎市）、桑原憲一（成田市）、叶内良和（横浜市）、鈴木信孝（金沢市）、柏田晴之（宇都宮市）、宮島武文（新潟市）、刀谷由美子（神戸市）、遠藤茂（足立区）、曾根俊輔（横浜市）
●情報館分＝田村孝次郎（寿町3）、井口澄夫（天池）、福原典男（新座3）、根津やえ（田中町本通り）

催し・講座 募集 福祉・健康 子育て スポーツ

くらし・相談

7

7月のちびっこひろば

参加を希望するときは、事前に各問合せ先へ確認してください。

すこやかランド

- 「乳幼児がかかりやすい感染症・事故の予防について」
 日 10日(水)午前10時～
 会 段十ろう
 対 生後4か月～1歳程度の乳児とその母親
 問 段十ろう (☎757-5011)

なかよしランド

- 入園前の集団遊び体験、親子で思いっきり体を動かして遊びましょう。
 日 2日(火)・9日(火)・16日(火)・23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
 ￥ 会費あり
 ※詳細は問い合わせ
 他 新規参加者、随時募集中
 ※体験・見学可
 問 段十ろう (☎757-5011)

いっしょにあそぼ

- 日 4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)午前10時～11時
 対 未就園児とその保護者
 会・問 水沢公民館 (☎758-3101)

橋にこにこルーム

- 日 5日(金)・19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)

十日町おやこ劇場

- エクササイズ(ヨガ)&キッズ英語
 「わくわくキッズ」
 日 4日(木)午前10時～
 会 千年の森 和室
 ￥ 1回無料、2回目から500円
 対 乳幼児とその家族
 問 丸山 (☎090-2548-0507)

ネージュスポーツクラブ

- 「わんぱくきっず教室」
 日 13日(土)・27日(土)午前9時30分～10時30分
 会 市総合体育館
 対 年少～年長児とその保護者
 ￥ 1組500円
 内 親子での運動遊び
 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)

おはなしひろば

- 「ろうそくの灯りで聞く怖いおはなし会」
 日 12日(金)午後7時～
 対 幼児～小学校3年生くらい
 会・問 中里公民館(中里庁舎内) (☎763-2493)

おはなしの会「ふきのとう」

- 「おはなし会」
 日 20日(土)午前10時30分～
 対 乳幼児～小学校3年生くらい
 会・問 千手中央コミュニティセンター (☎768-2308)

おはなしぴよぴよ

- 日 6日(土)・13日(土)午前10時30分～11時
 対 乳幼児とその保護者
 会・問 情報館 (☎750-5100)

読み聞かせの会 どんぐり

- 日 20日(土)午前10時30分～11時
 対 幼児～小学校低学年
 会・問 情報館 (☎750-5100)

おはなし「たまてばこ」

- 日 27日(土)午前10時30分～11時
 対 乳幼児とその保護者
 会・問 情報館 (☎750-5100)

おはなしたんぽぽ

- 日 13日(土)午前10時30分～11時
 対 幼児～小学校低学年
 会・問 情報館松代分室 (☎597-2615)

こどもパーク ASOBO

- 日 28日(日)午前10時～正午
 会 市民交流センター「分じろう」
 対 幼児～小学生
 内 ワークショップ、出店ほか
 会・問 NPO法人市民活動ネットワークひとサボ (☎761-7444)

子ども情報のひろば

7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・受付時間
3日(水)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時
5日(金)	中里子育て支援センター「きらりん」 午前10時～11時
19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・問各支所地域振興課市民係

〔家庭相談員による育児相談〕

期 日	会場・受付時間	内容
9日(火)	子育て支援センター「くるる」 午前10時30分～11時30分	育児 相談

問健康づくり推進課母子保健係☎757-9759

〔ごはん相談室・身体測定〕

期 日	会場・受付時間
8日(月)	子育て支援センター「くるる」 午前10時～11時30分（身体測定は終日）

※ごはん相談室については、午前11時までに来館してください。

※身体測定は日曜・休館日を除き毎日受け付けています（フェイスタオルを1枚持参）。

問子育て支援センターくるる☎757-1008

7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・健やか親子21に基づくアンケート（4か月児）・バスタオル・着替え・おむつなど

事業名	期日	受付時間	対象児
4か月児 健診	24日(水)	午後1時 ～1時30分	6年3月 生まれの乳児
10か月児 身体測定	25日(木)	午前9時 ～9時30分	5年9月 生まれの乳児

問健康づくり推進課母子保健係☎757-9759



あいどるキャラ

226



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

根津 紗奈ちゃん
すずな
(写真中央・3歳)
川治内後2

2人のお兄ちゃんが大好きで、天真爛漫な紗奈ちゃん。おしゃべりがどんどん上手になり、なにげない会話で笑い合ったり、共感できたり、ママはそんな日々に幸せを感じています。週末はお兄ちゃんたちが所属している少年野球の応援に行くこともあります。「頑張れー」「ナイスー」などとかわいい声援を送っています。

◆7月の健康・福祉の相談

臨床心理士によるこころの相談会

日 8日(月)午後1時～3時

会 保健センター(市役所本庁舎隣)

× 1日(月)

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)

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
二次元コード



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 每日午後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 每日午後7時～翌朝午前8時

内 急な発熱やけがなどに関する相談

◆7月のそのほかの相談

法律相談

日 4日(木)・11日(木)・18日(木)・25

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

行政相談

日／会 10日(水)午後1時30分～3

時30分／千手中央コミュニティセンター、18日(木)午前10時～正午／中里庁舎

問 市民生活課市民係(☎757-3116)

7月の休日救急医

●診察受付時間：午前8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
7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	
14日(日)			
15日(月)祝			
21日(日)			
28日(日)			

※症状などを聞き取りますので、来院する前に電話をお願いします。電話がつながりにくいときは、時間をおいてかけ直してください。

※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



- 登園・登校許可証や診断書など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。
- 津南病院では第1・第3土曜日に内科と小児科の診療を行っています。

教育相談・女性相談専用電話は24ページをご覧ください

定例年金相談

日 11日(木)・25日(木)午前10時～正午、午後1時～3時

会 クロステン

申・問 日本国年金機構六日町年金事務所
(☎025-716-0008) ※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 面談相談は要予約

申・問 市消費生活センター
(☎757-3740・F 752-6924・メール:
t-shohi@city.tokamachi.lg.jp)

多重債務相談

日 24日(水)午後1時～4時
※22日(月)までに要予約

会 本庁相談室 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 隨時受付

会・申・問 社会福祉協議会
(☎757-3565)

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)

JCV光 10 Gbps ギガ 国内最速級 開始!

最大通信速度「10ギガコース※」が十日町でスタート!
※ベストエフォート方式による提供となり、実使用速度はご利用環境や回線の混雑状況によって低下する場合があります。

36chが見放題!

JCVテレビ専門チャンネルお得パック

お家のテレビ・レコーダー
3台まで試験できます!JCV 基本料金
+1,760(税込)
円/月
初回登録料3,300円別途

アニメ

映画

総合エンタメ・ニュース

スポーツ

ドラマ・バラエティ

ドキュメンタリー

音楽

趣味・教養

ケーブルテレビ・ネット・電話
JCV PRセンター
リオンドール十日町店内
10:00 ~ 18:00 (木曜定休)JCVサービスのお問合せ・お申込み、放送番組の
視聴やインターネット(Wi-Fi)の体感が出来ます。
お気軽にお立ち寄り下さい。

JCV 十日町情報センター <お問い合わせ>

**0120-988-945** (受付時間)
平日9:00~17:00

ろうきん マイカーローン

働く方ならどなたでも!!

インターネットから
申込むだけ

金利引き下げ

マイカーローン商品の詳細は
こちら

QRコード

ご利用いただいたマイカーローン1件につき
100円を当金庫が公益財団法人新潟県交通
遺児基金に寄付します。

ろうきん あんしん住宅ローン

新築用途はもちろん、
住宅・土地の購入、
増改築、リフォーム、
他社住宅ローンの
借換にもご利用いた
だけます。

まずはこちらから/
ネットカンタン
仮申込

QRコード

©ROKIN

※審査結果により、ご希望に添えない場合があります。
※金利幅および金利適用条件・項目は、金利情勢等
により見直しする場合があります。

本申込ではありませんので、
審査結果ご連絡後のキャンセルもOK!
お気軽にご利用ください。

あんしん住宅ローン商品の詳細は
こちら

QRコード

ろうきん 十日町支店 TEL.025-757-8300

おかげさまで35周年! 中越・県央 ご利用世帯数71,000世帯突破!

光10Gbpsインターネット・ケーブルテレビ

NCT**十日町エリア**

お申し込み受付開始!

0120-080-009【電話受付時間】**9:30~17:30** 〒940-0032 長岡市干場1丁目7-9 [詳しくはここから]

市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで問い合わせてください。