

とおかまち

Public Relations

市報

2025(令和7年)

1月号

No.405

新たな歩み
はじまる



特集

市長新春対談 (3～9ページ)

東京国立博物館海外展室長 品川欣也さん

市道本町西線の西田川橋歩道橋が完成し、渡り初め式に参加したきらきら西保育園(下川原町)の園児たちは元気いっぱいに歩道橋を渡し、新たなスタートを祝いました。(関連記事15ページ)

そのほかの主な内容

- | | | | |
|----|---------------------|----|---------------------------|
| 2 | 市長の年頭あいさつ | 16 | 連載コーナー |
| | ピックアップニュース | | とおかまち健康の処方箋 |
| 10 | 十日町市の2024年を振り返る | 17 | My trip TOKAMACHI/チャオ十日町! |
| 12 | 市民税・県民税申告相談会を開催します | 18 | お知らせ・ガイド |
| 14 | 第76回十日町雪まつりのお知らせ | 25 | ちびっこひろば/子ども情報のひろば |
| | 冬プログラム「越後妻有の冬 2025」 | 27 | 健康・福祉相談、休日救急医など |
| 15 | タウンピックアップ | 28 | 広告欄 |

次の10年もより光り輝く地方都市を目指して

十日町市長 関口 芳史

年頭にあたり、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。
市民の皆さまには、日ごろより市政にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

さて、令和6年は、衆議院選挙で与党が15年ぶりに過半数を割り込んだほか、米国のトランプ大統領の再選や世界各国で政権が劇的に交代するなど、政治・社会的な枠組みが大きく変化しました。また、元日の能登半島地震をはじめ、豪雨による激甚災害が頻発したほか、「南海トラフ地震臨時情報」が初めて発表されるなど、自然災害の脅威を再認識させられた年となりました。

このような中、当市では、今まで積み重ねてきた「地域活性化」の取り組みをしつかりと評価いただき、自信をより深めた年になりました。

4月には秋篠宮皇嗣同妃両殿下への拝謁という貴重な機会を賜り、これまで積極的に導入してきた「地域おこし協力隊」の活躍をお伝えすることができました。十日町市を選び、地域の担い手として、また、地域活性化の仕掛け人としての生き方を選んでくれた協力隊の存在をとて頼もしく、また誇らしく感じるところです。

7月から11月まで開催した第9回展となった「大地の芸術祭 越後妻有アートトリエンナーレ2024」では、国内外から大勢のお客さまにおいでいただきました。今回は特に多くの市長村長が視察にお越しになり、若者や家族連れのにぎわいを見て、「地域活性化の手段としての芸術祭」に感嘆の声と多くの賛辞をいただきました。

また、海外からは、中国や韓国などのアジア地域をはじめ、欧米からも政府関係者が来訪したほか、イギリスの新聞社「The Times」が発行する富裕層向けの冊子への掲載や、世界銀行（International Bank for Reconstruction and Development）が地域活性化の好事例としてレポートを発表したことは、「大地の芸術祭」による地域活性化の取組みが世界をうならせる力をつけてきたと感じました。

「少子高齢化の先進地」に暮らす我々が、地域コミュニティの維持などの課題に向き合い、芸術祭や移住者、市外から応援してくださる方々の力を取り入れて、ムラを元気にできたとすれば、それは大いに誇るべきことだと思います。

さらに、全国川西会議や世田谷交流、全国田んぼアート博などの開催により、当市の魅力を体験していただく機会を多く作ることができた一方で、人気映画作品の撮影やテレビ番組のロケ（カール・ベンクスさんご夫妻の里山での豊かな暮らしなど）やドラマの撮影を通して、これまでご縁の無かった方に対して、市民の皆さまのおもてなしや食文化、里山の美しい景色など十日町市の魅力を力強く発信することができたと思います。さらに、YouTubeなどのネットメディアにおいても、キヨロロなどの里山の多様な生態系や清津峡トンネルの四季を通じた息をのむような美しさなど、さまざまな角度から当市の魅力を広くアピールできたのではないかと感じています。

6月には、10年越しのプロジェクトとなった県立十日町病院が全面オープンし、中心市街地の一角に

十日町市の医療・福祉・教育連携拠点が完工したほか、本町西線の西田川橋歩道橋整備や、稲荷町線の逢坂橋架け替えなどの市民生活に直結する市道の整備・更新事業が順調に進み、安全・安心なまちづくりをより一層進めることができました。

そして本年、当市では新市誕生20周年を迎えます。これまでの成果を踏まえつつ、未来の十日町市にとって望ましい教育の姿を実現するための中学校再編の取組みや、人口激減時代における外国人の受け入れを含めた人材の育成・確保策など、これからの10年間を見据えた戦略と方向性を定める「第三次総合計画」の策定に取り組んでまいります。

また、十日町駅周辺の中心市街地では、民間セクターによる新社屋やホテルなどの建設工事が始まるとともに、さらに新たな開発プロジェクトの萌芽が生まれようとしています。また、十日町バイオマス発電所では、いよいよ発電事業が開始される予定です。このことにより、整備されていく森林から生まれるJ-クレジットの購入の引き合いも活発になっていきます。当市では、引き続き民間投資の拡大を力強く後押ししてまいります。

そして、国宝・火焰型土器の評価の高まりをさらに加速させるため、国宝出土地である「笹山遺跡」の魅力をより効果的に発信できる拠点整備を進めてまいります。

結びに、本年が皆さま一人ひとりととりまして素晴らしい一年となりますよう心からお祈り申し上げます、新春のあいさつとします。

縄文を未来へ 文化財が紡ぐ地域活性化



十日町市長

関口 芳史

東京国立博物館海外展室長

品川 欣也

取材協力・対談場所・写真提供：東京国立博物館

対談写真：山田努（サンタ・クリエイト）撮影

十日町市に魅力を感じ、応援してくれる人と関口市長が対談をする恒例企画。これまで15回にわたり、外から見た十日町市の魅力や今後の可能性を市民の皆さんに紹介してきました。

今回のお相手は、東京国立博物館海外展室長を務める品川欣也さん。品川さんは縄文時代の考古学研究において深い造詣を持ち、国内外で縄文の魅力を広く発信しています。対談では専門家ならではの視点から、十日町市の縄文文化の価値や文化財を活用した地域活性化などについて語られました。※文中敬称略

触れて、学ぶ縄文 レプリカが拓く新たな考古学体験

市長―本日はよろしくお願ひします。まずは、これまで東京国立博物館（以下トーハク）での特別展などで、当市の国宝・火焰型土器などを展示いただきありがとうございます。

品川―こちらこそ、十日町市の大切な財をいつも快くお貸しいただきありがとうございます。

市長―品川さんには、日ごろから十日町市の縄文文化の発信にご尽力いただいています。2017年にトーハクと十日町市博物館（以下トッパク）の共同で実施した、「国宝・笹山遺跡火焰型土器の3次元計測データを用いた高精細レプリカ製作」のときも、かなりお骨折りをいただきました。

品川―トッパクの菅沼学芸員（現館長）と一緒に、朝から晩まで一週間ずっと計測しましたね（笑）。あれは本当に大変な作業でしたが、とても楽しかったです。トーハクも他の博物館と連携して、あのような計測作業するのは初めてでしたので。市長―あの当時から、CTや3Dプリンタなどの技術はかなり進歩したのではないのでしょうか。

品川―計測技術の発展により、考古学の研究も大きく進歩しました。例えば、縄文土器の中から植物の種や昆虫の痕跡が見つかったり、土器の内部構造が詳しく調べられるようになったりしています。また、3Dプリンターも手軽に使えるようになったおかげで、今では当館でもレプリカを作ることができるんですよ。



国宝・火焰型土器3次元計測の様子（2016年）

市長―すごいですね。それらのレプリカは展示されているのですか。

品川―はい。手で触れられるハンズオン展示を実施しています。簡単なものから、火焰型土器の高精細レプリカのように、形状・色調・重量が実物とほぼ変わらないものまで幅広く製作し、できる限り実物に近い体験を提供しています。

例えば、これは当館で作成した足形付土製品のレプリカです。重要文化財のため実物に触られる機会はありませんが、これなら誰もが手に取ることができますし、子どもたちが壊してしまっても心配ありません。



関口 芳史 Yoshifumi Sekiguchi

十日町市長



●所在地＝下条上新田
縄文時代中期～後期の集落跡。約5,000年前に人々が生活していた遺跡で、発掘調査の結果、火焰型土器や石器などが数多く出土している。

くことで、来館者と土器の距離感を縮め、従来の展示では表現しきれなかった、縄文時代の息吹をより鮮明に届けることができました。

市長―その熱意が、あの素晴らしい展示を生み出したんですね。多くの人が縄文の魅力を再発見し、関心を深める機会になりました。そして、野首遺跡がその一端を担うことができたことは、とても光栄です。

市長―品川さんが遺跡に感じられる魅力は何でしょうか。

品川―遺跡は効率化が求められる現代社会において、時間の流れを忘れ、悠久のときを刻む歴史と対峙できる貴重な場所です。私たちはそこで、自分自身と向き合い、心のゆとりを取り戻すことができるのではないかと思います。そのことは、昨年の夏に開催した、アーティストの内藤礼さんによる展覧会で改めて感じ、そして新たな気づきを与えられました。

市長―やはりアーティストならではの感性や工夫があったのですか。



「内藤礼 生まれておいで 生きておいで」第2会場 撮影：畠山直哉（2024年）

品川―展示室には「座」と呼ばれる鑑賞スペースが設けられていて、鑑賞者はそこで自然光が作り出す陰影や、それが土版などの展示品の見え方に与える変化をじっくりと味わっていました。その姿は、考古学者が遺跡で風景を眺めるように、五感を研ぎ

品川さんの熱意が生んだ、野首遺跡出土品の展示。多くの人が縄文の魅力を再発見し、関心を深める機会となった ― 市長



澄ませ、展示空間そのものを体感しているかのようでした。調査の際、我々は遺跡で長時間を過ごし、日当たりや風の流れ、水源との距離などから古代の人々の生活を想像します。しかし、一般の皆さんにはそれが難しい。そこで、風や音、光などの五感を刺激する要素を展示空間に取り入れることで、古代の生活をより深く理解してもらえることに気づきました。

市長―なるほど。内藤さんの代表的作品である豊島美術館（香川県小豆郡土庄町）は、日本の建築史に残る

品川 欣也 さん Yoshiya Shinagawa

1975年青森県田舎館村生まれ。明治大学大学院博士前期課程を修了後、明治大学校地内遺跡調査団を経て、2009年から東京国立博物館に勤務。学芸研究部調査研究課考古室長、文化財活用センター貸与促進室長などを歴任し、現在は学芸企画部企画課海外展室長を務める。



- 施設名＝東京国立博物館（愛称：トーハク）
- 所在地＝東京都台東区上野公園13-9
- 創立年＝1872年
- 所蔵数＝約12万件（2024年12月時点）
- 休館日＝月曜日（祝日の場合は翌平日）
- 開館時間＝午前9時30分～午後5時（金・土曜日は午後8時／入館は閉館30分前まで）

日本と東洋の美術品や考古資料を幅広く所蔵し、国宝や重要文化財を多数展示する、日本を代表する総合博物館。人文科学の分野において、日本を中心にアジア諸地域にわたる文化財の収集・保存・管理・展示・調査研究・教育普及事業など、多岐にわたる活動を行っている。



遺跡は効率化された現代から離れ、悠久のときを刻む歴史と向き合える場所 ― 品川

市長―面白いですね。これは亡くなった赤ちゃんの足形でしょう。品川―形見といわれています。実際に手に取ってみると、まるで本物であるかのように感じられますよね。

市長―トッパクにも火焰型土器の組み立てパズルがありますが、このようなレプリカは初めて見ました。

品川―目で見ただけでは分からない部分も、これなら手で触れて知ることができます。例えば、火焰型土器を斜めに切断した断面は、我々考古学者はすぐに想像できますが、一般の皆さんには難しいかもしれません。そこで、このようなコンテンツを活用し、縄文文化をより身近に触れてもらうことで、多くの人に理解を深めていただいています。

土器が語る、縄文の息吹

市長―品川さんが2018年に企画された特別展「縄文―1万年の美の鼓動」。あれは大きな話題となり、まさに縄文ブームを巻き起こしました。



精巧に復元された足形付土製品のレプリカ

た。特に、当市の野首遺跡から出土した土器群をガラス越しではなく、間近で見ることができた展示は圧巻でした。

品川―あの展示には二つの思いがありました。一つは「火焰型土器は一つじゃないんですか」という、来館者からよくいただく質問への回答です。そしてもう一つは、1万以上続いた縄文時代の中で、火焰型土器がどのように生まれ、変化していったのかを一覧してもらいたかったんです。

市長―当時の皇太子殿下（現天皇陛下）も深く興味を持たれて、しばらくご覧になっていたと聞いています。

品川―見入っているお姿がとても印象的でした。我々考古学者は、発掘現場で遺構や遺物から独特の空気を直接感じるができます。しかし、その感覚を来館者に伝えることは難しく、もどかしさを感じていました。そこで、トッパクの皆さんのご協力のもと、ガラスケースを取り除



特別展「縄文」で展示された野首遺跡出土土器群（2018年）

名作で、現代アートに大きな影響を与えています。自然と一体化し、時間の流れを感じられる空間は、人々に深い癒しをもたらします。内藤さんが手がけた豊島美術館。そしてトーハクでの展示。どちらも共通して、日常から離れ、自分自身とじっくり向き合う時間を持てるような空間がつけられたわけですね。

しかし、内藤さんがトーハクで縄文時代の出土品を作品空間で展示されたことには、とても驚きましたよ。**品川**―その意外性が新たな縄文ファンの獲得にもつながる可能性があります。十日町市は現代アートと相性が良く、すでに下地ができています。今後トッパクと現代アートを絡めた取組みなども面白いのではないのでしょうか。

海外に広がる縄文の魅力 SNS活用による情報発信

市長―品川さんにはこれまでも数々の海外展に、当市の国宝・火焰型土器を連れていつていただいています。本当にありがとうございます。

品川―我々も縄文の魅力を海外で最大限発信するために、「代表的で一番良いもの」を展示しよう心がけています。今後の海外展でもお声がけすることと思いますので、その際



はぜひご協力をお願いします。**市長**―こちらこそよろしく願います。海外の皆さんは火焰型土器をご覧になって、どのような反応をされますか。

品川―海外にも土器は存在します

身近にあると、その価値に気づきにくい。 十日町市には貴重な文化財があふれている

―品川

市長―確かにそうでしょうね。海外と日本で何か違いはありますか。

品川―私自身も当たり前だと思っていたことが、海外では常識ではないと気づかされることがあります。例えば、2018年のパリ「縄文」展で子ども向けの土偶作りワークショップを開催したときに、子どもたち

だけでなく、周りの大人たちも熱心に質問してきたのです。

市長―それは日本だとなかなか見られない光景ですね。

品川―そういうときに日本では、大人たちが最後に遠慮がちに質問をする傾向があります。しかし、パリではその場にいる大人たちにも、自ら



笹山遺跡

●所在地＝中条上町
縄文時代中期～後期・中世の集落からなる複合遺跡で、日本を代表する縄文遺跡の一つ。国宝・火焰型土器をはじめとする数多くの貴重な遺物が出土し、縄文時代の人々の暮らしや文化を知る上で極めて貴重な遺跡。

遺跡を守り、後世につなぐ

品川―十日町市といえば、国宝が出土した笹山遺跡が有名ですが、私は次のスターとして野首遺跡を推しています。

市長―本当ですか！ありがとうございます。品川―笹山遺跡、野首遺跡ともに、十日町市の歴史と文化を象徴する重要な遺跡です。市としても両遺跡の保存と活用に積極的に取り組んでいるところですよ。

品川―遺跡はそれぞれ異なる魅力を持っています。我々考古学者も研究テーマに応じて、遺跡を使い分けています。例えば、縄文時代の集落は馬蹄形や円形の配置で、広場や住居、墓地などが組み合わされていたと考えられています。しかし、十日町市の遺跡では、その全体像を

正確に把握できる場所は多くありません。野首遺跡も同様で、単独では集落全体の様相を把握することは困難です。そこで、笹山遺跡など他の遺跡と合わせて考察することで、当時の集落の様子をより深く理解することができそうです。また、笹山遺跡には竪穴住居が復元されていますが、それは笹山遺跡の特徴に基づいた取組みです。それぞれの遺跡の特徴、つまり魅力を明確にすることで、今後の活用がさらに効果的になると思います。

市長―笹山遺跡ではかつての土石流出土しました。現在、川は流れていませんが、山々が切れ込み、扇状地の地形が広がり、信濃川に向かって緩やかに傾斜している様子が分かります。この場所からは美しい夕焼

笹山遺跡の魅力をより

多くの人に体感してほしい ―市長

けが眺められ、縄文時代の人々も私たちと同じようにこの光景を目にし、豊かな暮らしを営んでいたのかもしれません。笹山遺跡は、そんな人々の生活を今に伝える貴重な場所です。この遺跡を後世に継承するとともに、市民の皆さんにその魅力をより身近に感じていただけるような場所にしていかなければならないと考えています。

品川―身近にあると、その価値に気づきにくいものです。十日町市には笹山遺跡や野首遺跡をはじめ、貴重な文化財が数多く存在します。市民の皆さんに広く知っていただくために、ぜひ折に触れて取り上げて、その価値を再認識する機会を提供してください。その取組みが、郷土への愛着を深め、地域の活性化にもつながるでしょう。



パリでのワークショップの様子（2018年）

知識を得ようとする姿勢が強く見られたのです。とても新鮮でしたし、その姿は子どもたちの「探究心」の育成にもつながっていると感じました。私が知る日本の教育現場とは大きく異なる光景でしたね。

もちろん日本人の心の中にも「知りたい」という気持ちはありますので、人前で聞くのが恥ずかしかったり、嫌だったりする人は、ぜひSNSなども積極的に活用して、情報を収集してほしいです。

市長―今や70代、80代の人もスマートフォンを使う時代です。つまり、世界中の誰もが気軽に質問や意見を交換できる環境が整いつつあるのではないのでしょうか。

品川―そのような時代の変化も上手く利用して、世界中に縄文の魅力をさらに発信し、より多くの縄文ファンを獲得していきたいです。

十日町市文化財保存活用地域計画（令和6年度～令和15年度）

十日町市には、長い歴史の中で育まれてきた貴重な文化財が数多く存在します。しかし、時代とともにこれらの文化財は失われてしまう恐れがあります。そこで、市ではこれらの文化財をしっかりと保存・継承しながら、私たちの生活の中に生かしていくため、「十日町市文化財保存活用地域計画」を策定し、令和6年7月に国の認定を受けました。

歴史文化遺産の保存・活用に関する方針

目標

- ①豪雪とともに生きる人々の知恵が育んできた歴史文化の証となる歴史文化遺産を「地域の財（たから）」として、人々の暮らしのなかで保存・活用して、後世に継承していく。
- ②先人から受け継いだ歴史文化を生かして、文化観光に取り組み、地域総がかりでまちづくりを推進していく。

基本方針

- ①「地域の財」の適切な保存・管理により、後世に継承していく。
- ②「地域の財」の普及啓発に努め、市民をはじめ多くの人々に理解してもらう。
- ③「地域の財」を活用した文化観光で、まちづくりを推進していく。

歴史文化遺産とは…国、県、市の指定・登録等文化財176件に加えて、新たに把握した6,108件の未指定文化財を含む、地域の歴史や文化、自然を物語る貴重な所産

多角的な視点によって深まる
文化財の魅力

市長―十日町市の文化財の魅力を、今後より効果的に発信するためのアドバイスをいただきたいのですが。品川―まず一つは、外国人向けのPR方法について。これまで我々も外国人向けの広報物は、日本語のガイドブックをそのまま翻訳してしました。しかし、この方法では必ずしも外国人の興味に一致していないのではないかと疑問が浮かんたのです。そこで、当館のさまざまな国籍の職員に彼らが感じるトーハクの魅力を考えてもらったところ、やはり日本人とは視点が異なりました。例えば、浮世絵や染織品は環境に弱いため、頻繁に展示替えを行います。私たちは「定番のものが見れない」とマイ



品川―トーハクのショップでも、お客さんは気に入った商品であれば、値段の高低に関わらず購入されます。そして、その商品を使うことで、文化財の魅力をさりげなく発信してくださり、それがSNSなどを通じて拡散される可能性も大いにあります。グッズはまさに、文化財の魅力を効果的に発信する重要な広報ツールと言えるでしょう。

トーハク×トッパク
さらなる文化観光の促進に向けて

市長―今日トーハクを訪れて、改めて建物の強さと所蔵品の多さに圧倒されました。今後、考古資料以外の所蔵品などもお借りすることは可能ですか。

品川―取り扱いがとても難しい文化財もありますが、展示環境などをクリアすれば、トッパクへもちろん

文化財は人々の心を掴み、
新たな動きをもたらす――品川

ナスに捉えてしましますが、彼らは「いつ来ても新しいものに出会える博物館」とプラスに捉えたのです。

市長―なるほど、発想の転換ですね。異なる文化圏の人々の視点を取り入れたことで、より対象者に響く情報を発信できるようにになったわけですね。

品川―ただし、外国人が情報収集に利用するサイトは日本人とは異なるため、彼らがよく利用するサイトに情報を発信することも重要です。

市長―十日町市の縄文文化はこれまでの海外展でも注目されたように、世界に誇る魅力があると確信しています。インバウンドが増加している今、我々もしっかりと観光振興に結びつけていきたいと思っています。品川―二つ目は、観光地としての回遊性です。昨年開催した「特別展 中尊寺金色堂」では、岩手県平泉町への観光客誘致を目的の一つに掲

げ、来館者に現地へ訪れていただくことを目指しました。その後、現地でアンケートを実施すると、トーハクでの展示をきっかけに訪れたという回答が多く見られ、まさに狙い通りの結果となりました。これは地方の貴重な文化財が、東京という大都市で多くの人々の心を掴み、地方への関心を高めたことを示すものであり、とても意義があることだと捉えています。

市長―それは文化観光の促進につながる、素晴らしい成功例ですね。品川―我々もトーハクでの展示を通じて、地域活性化につなげていきたいと考えています。しかし、地方では周辺の観光施設や宿泊施設をスムーズに利用できることが求められます。実際に平泉町では、宿泊施設の不足によって観光客が周辺都市に流れてしまう状況が見られました。十日町市でも、トッパクや笹山遺跡からさらに観光施設を結ぶルートを構築し、宿泊の受け入れ体制をしっかりと整備することが重要です。特に笹山遺跡の国宝・火焰型土器は、今



本館エントランス 大階段

後も全国各地の博物館からお声がかかると思いますので、その機会をぜひ生かしてください。市長―貴重なアドバイスをありがとうございます。

少し話が変わりますが、トッパクでは地元企業や株式会社フエリシモのミュージアム部とコラボした縄文グッズを販売していて、人気を集めています。

品川―面白いグッズがたくさんありますね（笑）。独創的なアイデアばかりで感心します！我々考古学者は、どうしても既成概念にとらわれがちです。しかし、このような全く異なる視点での自由な発想は、文化財への入り口を広げて、興味を深めてくれます。

市長―このようなグッズ販売も、地域の文化や歴史、魅力を伝える上で、重要な役割を担っていますよね。

お貸しできます。市長―ありがとうございます。ぜひ市民の皆さんにも、トーハク所蔵の貴重な文化財に触れてもらいたいと感じました。先ほど拝見した江戸時代の振袖なども、市民の皆さんは関心があるかと思います。

品川―十日町市の皆さんの協力と応援をいただいたおかげで、トッパクが誕生し、国宝・火焰型土器を継続的に保存できる環境が整いました。今後も土器だけでなく、さまざまな展示で連携を深めていきたいですね。10年、20年後、十日町市の皆さんに「トッパク



国宝・火焰型土器は十日町市の誇り
――市長

があつて良かった」と思っていただけのように、我々トーハクも一緒に頑張つていきます。市長―歴史、所蔵数ともに日本の最高峰であるトーハクとのつながりは、私たちにとって大きな力になります。そして、このような機会に恵まれたのも文化財が持つ力のおかげであり、我々もお預かりしている立場であることをしっかりと自覚して、その魅力をより多くの人に発信していきます。

品川―ぜひよろしく願います。

1999年に笹山遺跡の火焰型土器が国宝に指定されて25年が経ちますが、十日町市出身の考古学者が活躍する日も近いのではないのでしょうか。実は私も地元にある遺跡で、小学生の頃に発掘や土器作りを体験したことがきっかけとなり、この道に進みました。十日町市からもそのような体験を通じ

て、考古学に興味を持った子どもたちが将来活躍してくれることを期待しています。

市長―品川さんのように、十日町市の文化財に魅せられた子どもたちが羽ばたいていく。そんな未来が楽しみですね。

十日町市に国宝があることは大きな誇りです。そして、この貴重な財を活用していくことは、私たちの責務でもあります。そのためにも、市民の皆さんに地域の文化財を身近に感じていただけるよう、さまざまな取り組みを進めていきます。品川さん、本日はありがとうございます。



■ その他

▶ 社会保険料控除証明書の送付

令和6年中に普通徴収（納付書または口座振替）により納付した国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料の控除証明書を1月下旬に発送します。年金から天引きされた保険税（料）額は、年金の源泉徴収票に記載されています。

▶ 次の内容の申告相談は十日町税務署へ

- 青色申告者で相談の際、決算書を作成していない人
- 給与所得者で特定支出控除を受ける人
- 住宅借入金等特別控除を初めて受ける人
- 特定増改築にかかる住宅特定改修特別控除を受ける人
- 土地（収用を除く）・建物・山林・株式等の譲渡に係る分離課税所得を申告する人
- 先物取引・暗号資産取引の申告をする人
- 青色申告で、損失の繰越控除を受ける人
- 火災・風水・震災等で損害を受けた人（雑損控除の申告）
- 前年分以前の確定申告をする人
- 亡くなった人の確定申告をする人（準確定申告）
- 十日町市民でない人（令和7年1月1日現在）

申告は自宅で！マイナンバーカードでe-Tax（電子申告）が便利です

国税庁LINE公式アカウントやウェブサイトから電子申告ができます。マイナポータル連携をするとより便利です。電話での相談は、国税相談専用ナビダイヤルへ（0570-00-5901）



国税庁LINE公式
アカウント



国税庁ウェブサイト
「確定申告書等作成コーナー」

十日町税務署の申告会場開設について

会場にお持ちいただいたスマートフォンで申告書の作成をします。入場には「入場整理券」が必要です。

- 会場＝十日町税務署1階（本町1丁目上1番地18）
- 期間＝令和7年2月17日(月)～3月17日(月) 土・日・祝を除く
- 受付時間＝午前8時30分～午後4時（午前9時から相談開始）
- 持ち物＝①申告関係書類、②スマホ、③マイナンバーカード※署名用電子証明書のパスワード（英大文字および数字6～16文字）と利用者証明用電子証明書のパスワード（数字4桁）が必要です。
- 申込方法＝相談2日前までに国税庁LINE公式アカウントから入場整理券を取得してください。会場で当日入場整理券の配付も行いますが、配付終了次第受付終了となります。
- その他
 - ・譲渡所得、贈与税の相談は2/17、2/18、2/25、3/3、3/4、3/7、3/10、3/11、3/14、3/17のみです。
 - ・今年からは申告書控への収受印押なつ、完成した申告書の検算は行いません。

税理士による無料相談

税理士が少額な所得の確定申告に関する電話相談を無料で行います。相談を希望の場合は、必ず事前に電話連絡のうえ予約してください。ただし、内容によっては低額の料金が必要になることもあります。

- 事前連絡の受付時間＝午前9時30分～午後4時
- 相談日程など＝右表のとおり（表中敬称略）
☎右記各事務所へ

2月	氏名	所在地	電話番号
3日(月)	和久井 工	本町6-1	☎752-2073
	水落 雅史	寿町2	☎757-2548
	高橋 昇男	美雪町3	☎757-8750
	鈴木 孝幸	本町西1	☎757-2144
	大口 諒介	津南町陣場下	☎765-2542
4日(火)	杵淵 一夫	本町西1	☎757-2144
	大口 康幸	津南町陣場下	☎765-2542
	村山 亮太	高田町3	☎755-5465
	関口 尚	千歳町2	☎755-7057
	加藤 寛司	小荒戸	☎594-7548
5日(水)	高橋 敦	西本町3	☎752-3122
	尾身 信幸	西本町2	☎757-8421
	今出川 景	千歳町3	☎757-3151
	渡邊 修	本町6-1	☎752-2073
	金澤 正文	水沢第3	☎755-5390

このコーナーでは、市の魅力発見や、皆さんの生活に直結する情報などをお知らせします

Pick Up ニュース

市民税・県民税申告相談会を開催します



申告相談会日程のお知らせ

●●●●●問合せ：税務課市民税係 ☎757-3716

2月7日(金)から今年の申告相談会を開催します。相談を希望する人は、事前に収支内訳書や医療費控除の明細書を作成の上、各地区の指定日にお越しください。

市民税・県民税・森林環境税申告書は、1月下旬に市役所・各支所・各公民館・商工会議所・各商工会に配置します。

■ 申告に必要な書類など

対 象		必要書類など
申告者全員		マイナンバー確認書類および本人確認書類、所得税の還付を受けるときは申告者名義の金融機関口座がわかるもの、税務署からのお知らせハガキ
関する所得のもの	給与・年金所得者	源泉徴収票、支払証明書
	事業(営業・農業)・不動産所得者	事前に作成した「収支内訳書」
	雑・一時所得者	収入金額と必要経費がわかる書類
関する控除のもの	社会保険料控除	国民年金保険料控除証明書、領収書、社会保険料控除証明書など
	生命保険料控除	控除証明書
	地震保険料控除	
	医療費控除	事前に作成した「医療費控除の明細書」または「セルフメディケーション税制の明細書」
	障害者控除	障害者手帳、障がい者控除対象者認定書
	寄附金控除	寄附金の領収書または証明書

■ 相談日程と会場

地域	申告会場	期日	行政区（受付時間：午前9時～11時30分、午後1時～3時30分）
中里	中里支所 大会議室	2月7日(金)	【午前】 芋沢・田沢本村・東田沢・如来寺・豊里・桂 【午後】 上山・田中・小原・干溝
		10日(月)	【午前】 荒屋・山崎・桔梗原・通り山 【午後】 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
		12日(水)	【午前】 芋川・倉俣・原町・新里・重地・清田山・中里下山・田代 【午後】 新屋敷・本屋敷・堀之内・宮中
		13日(木)	【午前】 湯山・湯本 【午後】 天水越・天水島
松之山	松之山支所 大会議室 (中会議室)	14日(金)	【午前】 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 【午後】 兎口・光間・新山・黒倉・水梨・小谷・大荒戸・下川手・上川手
		17日(月)	【午前】 松之山 【午後】 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
		18日(火)	【午前】 福島・奈良立・室野・竹所・星峠・木和田原 【午後】 田野倉・仙納・蒔平・寺田・名平・蒲生・儀明
松代	松代支所 大会議室 (多目的室)	19日(水)	【午前】 小荒戸・太平・菅刈・松代田沢・千年・青葉・池尻 【午後】 松代1班～24班
		20日(木)	【午前】 小屋丸・池之畑・松代下山・会沢・清水・桐山・蓬平・松代東山・海老・犬伏・孟地・片桐山・滝沢・中子・芋島 【午後】 松代25班～51班

川西地域は2月21日(金)～26日(水)の間に川西支所地域活動室で、十日町地域は2月27日(水)～3月14日(金)の間に十日町保健センター（市役所本庁舎隣）で実施します。詳しくは市報2月号でお知らせします。

西田川橋歩道橋が完成

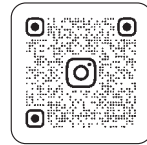
12月19日(木)：市道本町西線西田川橋

市が令和4年9月から工事を進めてきた市道本町西線の西田川橋歩道橋が完成し、この日渡り初め式を開催しました。式典には、関口市長、宮沢市議会副議長のほか、地元の地区振興会長、工事関係者、そしてこの道を散歩などでよく利用するきらきら西保育園児も参加。待ち望まれた歩道橋の完成を祝いました。

この場所は西田川橋前後の市道には歩道があるものの橋部分にはなく、特に冬期は積雪などで交通状況も悪化することから、地域からも歩行者の交通安全対策について要望が寄せられていました。市では安全・安心な道づくりのために、今後もこうした社会資本整備を進めていきます。



渡り初めの様子



市公式Instagramでもまちの話題を紹介しています。

段十ろうに響き渡る 周年を祝う華麗な歌声と音色

11月17日(日) 十日町第九合唱団2024「第九演奏会」

十日町市文化協会連合会設立30周年を記念し、ベートーヴェンの第九交響曲（合唱付き）のコンサートが開催されました。4月から練習を積み重ねてきた市内を中心に集まった109人の市民合唱団が、JR東日本交響楽団、ソリスト4人と共に奏でた圧巻の「歓喜の歌」は、満員の観客を感動と涙の渦に巻き込みました。



【提供】十日町市文化協会連合会

12月1日(日) 十日町市民吹奏楽団 第50回 定期演奏会

十日町市民吹奏楽団の創立50周年を記念した演奏会が開催され、作曲家の清水大輔さんが楽団の歴史と十日町の人々の温かさを題材にして制作したオリジナル曲「遠のく日々をこの町で」や、同楽団で伝統的に演奏されてきた曲目などが披露されました。満員の客席からは大きな拍手が送られました。



表彰おめでとうございます

県知事表彰

県政功労者
尾身 孝昭さん
(71歳・高山4)



8期30年にわたり、新潟県議会議員として県政発展に尽力されています。「皆様のご支援に感謝しています。『命と学びは平等』をモットーに、教育環境の充実や地域医療サービスの向上に努めてきました。ここに住んでよかったと思っただけのように、引き続き地域の発展に全力を尽くしていきます」と話してくれました。

一般功労者(地方自治)
鈴木 一郎さん
(73歳・白羽毛)



平成11年11月に中里村議会議員に初当選。その後市町村合併を経て、7期24年にわたり議会議員として、地方自治の興隆と市勢の進展に大きく貢献されています。「市民の皆さんに選んでいただき、今の自分があります。このような榮譽ある表彰をいただき、感謝しています」と話してくれました。

第76回

十日町雪まつり

TOKAMACHI SNOW FESTIVAL

2月15日(土)
10:00-21:00
2月16日(日)
9:00-15:00

問十日町雪まつり実行委員会事務局
(文化観光課内☎757-3100)

メイン会場のスノウリッチパーク（西小学校グラウンド）は雪国ならではの楽しみがたくさん。子どもも大人も楽しめる第76回十日町雪まつりにぜひお越しください！



「スノウリッチ パーク」(西小学校グラウンド)

【主なステージショー&イベント】

- ◆ ゴスペルコンサート
- ◆ きものファッションショー
- ◆ FC越後妻有と雪上サッカー
- ◆ 「WESTスノーパーク」雪上アクティビティ
- ◆ 大地の芸術祭作品の出張公開
- ◆ 地元グループの音楽演奏&ダンス

市内飲食店の
屋台もたくさん！



十日町雪まつり
公式サイト

冬プログラム「越後妻有の冬 2025」

問文化観光課芸術祭企画係（☎757-2637）

越後妻有の冬も魅力がたくさん。1月から3月のイベントでは、冬ならではの企画展やミニイベントを開催。海外からのお客さまに好評の「雪見御膳&越後妻有の冬ツアー」も運行します。里山の厳しくも美しい冬と大地の芸術祭のコラボレーションをぜひ堪能してください。

▼会期

1月25日(土)～3月9日(日)

※火・水曜日は定休。ただし、一部施設は定休日異なります

▼共通チケット

一般2,000円、小中学生800円



雪見御膳の様子
Photo by Nakamura Osamu



詳細は決まり次第、大地の芸術祭公式ホームページでお知らせします。



「大地の芸術祭 越後妻有アートトリエンナーレ2024」コミュニティ助成事業報告

(一財)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、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。この助成金を活用して、NPO法人越後妻有里山協働機構が『大地の芸術祭』における地域の文化・歴史アーカイブ事業」および「ウクライナ作家のアート作品を通して、地域住民が伝える平和へのメッセージ事業」を実施しました。





Vol.
46

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＝十日町市観光協会 ☎757-3345

ひと味違うユニークな雪遊びを紹介します

雪遊びはスキーやスノーボードではありません。市内にはユニークな雪遊びが体験できる施設がたくさんあります。今年の冬はいつもと違う雪遊びをしてみませんか？



スノーバイク体験
松之山温泉スキー場



メープルシロップ狩り&雪上デイキャンプ
HOME HOME Nigata



スノーシュー体験
「森の学校」キョロロ ほか



ホンヤラドウ体験
NPO法人GGG (スリージー)



雪上キャンプ
松之山温泉スキー場、雪原学舎



スノーチュービング
あてま高原リゾート ベルナティオ ほか

詳細は十日町市
観光協会ホーム
ページ「遊ぶ・過
ごす」ページへ



冬休みの終わり

Ciao Tokamachi, Buon Anno Nuovo!
十日町の皆さん、新年あけましておめでとうございます！

イタリアには「公現祭がすべての休日を奪っていく」ということわざがあるように、12月24日から始まったクリスマス休暇も、1月6日の公現祭を最後に日常へと戻らなければなりません。公現祭とは、1月6日に行われるキリスト教のお祭りのことですが、イタリアでは「ベファーナの日」としても親しまれています。ベファーナはぼろぼろの服を着て、ほうきに乗って空を飛ぶ、ちょっと変わったおばあさん。その姿は魔女に似ていますが、素敵なプレゼントを持ってきてくれるので、イタリアの子どもたちにとってはサンタクロースのような存在です。イタリアの子どもなら誰もが知っている童謡では、「ベファーナが夜にやって来て、靴が壊れていて、つぎはぎだらけの服で、ベファーナ万歳！万歳！」と歌われています。

コモでは、1月6日にベファーナが時計塔からロープを伝って下の広場にゆっくりと降り立ち、集まった子どもたちにお菓子を配るイベントが開催され、毎年多くの子どもたちでにぎわいます。皆さんもコモのベファーナに会いたくなってきたのではないでしょうか。

2025年は十日町・コモ姉妹都市交流50周年

チャオ
十日町！

Vol.16



ロベルト国際交流員

■問合せ＝企画政策課広報聴係
☎757-3112

国際交流員Instagram



@TOKAMACHIDITYOR



とおかまち 健康の処方箋

新潟大学十日町
いきいきエイジング講座
からの健康だより

このコーナーでは、市民の皆さんが毎日をより楽しく過ごし、そして生涯元気に暮らせるように、健康・介護・暮らしに関する情報やイベントのお知らせ、地域の皆さんの声などを隔月でお届けします。

〒地域ケア推進課 (☎757-3511)

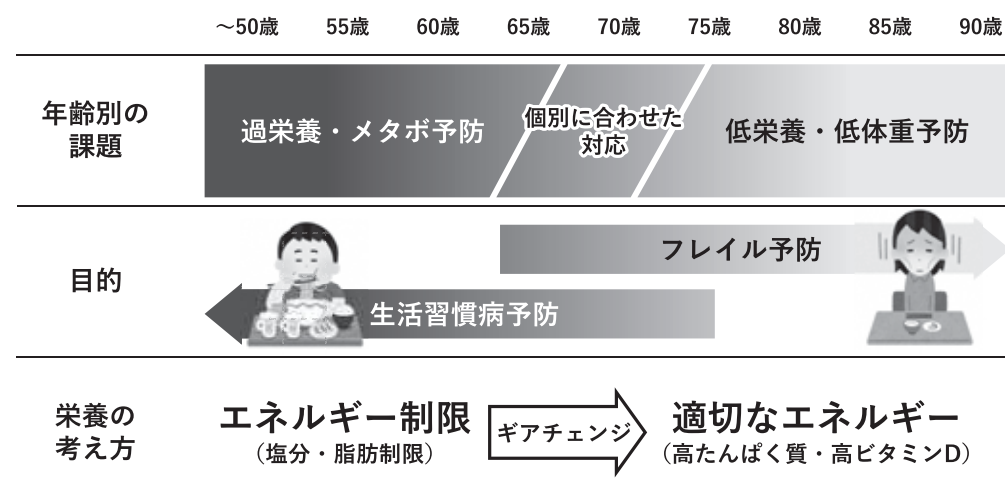
～新潟大学十日町いきいきエイジング講座とは～
十日町市の「医療と介護の持続可能な仕組みづくり」を目指す新潟大学の寄附講座です。



Vol.5 「生活習慣病予防」から「フレイル予防」にギアチェンジ！

高齢者の集いで「ごはんの量を控えている」などの声をよく耳にします。健康のためには食事量やカロリーを摂取しすぎなければ大丈夫と思っていませんか。高齢者の低体重は、転倒や移動能力、日常生活の自立度が低下するリスクが高まります。要介護状態やその前段階である「フレイル」にならないためには、低栄養や低体重、筋肉量の低下を防ぐことが大切です。

一方、より若い世代では過栄養（食べ過ぎ）やメタボリックシンドロームなどの生活習慣病の予防が課題です。つまり、年齢の変化に応じて「生活習慣病予防」から「フレイル予防」へと、健康づくりにおける予防のギアチェンジを意識する必要があります。



【出典】葛谷雅文「高齢者における栄養管理—ギアチェンジの考え方」日本医事新報. 2016;4797:41-7から引用改変
飯島勝矢監修「食べるにこだわるフレイル対策」https://nutritionmatters.jp/tools/medical.html Abbott発行2017年

POINT
01

しっかりと食べよう

1日3食きちんと食べることが基本です。肉、魚、卵、大豆、牛乳、ヨーグルトなど、たんぱく質を意識して摂取しましょう。

ビタミンDも骨を強く保つために大切です。魚介類、卵、きのこに多く含まれていて、10～15分の日光浴によって皮膚でもつくられます。

POINT
02

体を動かそう

軽い体操や筋トレのほか、ウォーキングや水泳などの有酸素運動では、筋力だけでなく心肺機能も高める効果があります。運動することでお腹も空いて食欲が増進し、しっかりと食事をする事ができるという好循環も生まれます。

「森の学校」キョロロ

2月の体験プログラム

日時／テーマ

ブナの森のようちえん☎2月1日(出)午前10時～正午
定10組¥1,000円(入館料込み)

弓矢づくり&十二講☎2月9日(出)午前10時～正午
定20人¥500円

里山スノーシューハイク☎2月11日(火・祝)・16日(出)・24日(月・祝)午前10時30分～正午定20人¥500円

満月のブナ林スノーシューハイク☎2月11日(火・祝)午後7時～8時定20人¥700円

雪虫しらべ☎2月15日(出)午前10時～正午定10人

定例探鳥会☎2月22日(出)午前8時30分～11時30分

標本づくり体験(ノコギリクワガタの解剖標本)
☎2月23日(出)午前10時30分～正午定15人¥500円
(保護者無料)

※小学校3年生以下は保護者も参加、未就学は体験料無料
¥600円(中学生以下無料)
申・問キョロロ(☎595-8311)

障がい者社会参加育成事業
新春ふれあいコンサート

1月26日(出)午後2時(開場は午後1時30分)
越後妻有文化ホール「段十ろう」
内十日町高校吹奏楽部の演奏会
問柳(☎757-8771)

プラネタリウム
ドーム中里き☆ら〇ら

2月の番組情報です。
●投影日Ⅱ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・ふたご座のはなし
中里地域まちづくり協議会
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)

情報館パソコン講習
町内役員お助けコース
日2月19日～3月14日の毎週
水・金曜日午後7時～9時
(全8回)
対文字入力、マウス操作ができる人
¥9500円

令和7年度入校生募集
十日町市高等職業訓練校

科目Ⅱ建築製図科(2級建築士養成)、コンピュータ科、ワープロ科、表計算科、経理事務科、測量科、建築CAD科、建築科(1級技能士養成)
●受付時間Ⅱ午前8時30分～午後5時※土・日曜日、祝日除く
申・問市高等職業訓練校(☎752-3803)

募集

めづらんど主催イベント
節分豆まき
日2月2日(出)午後3時
持お菓子などを入れる袋
会・問児童センター「めづらんど」(☎761-7707)

定15人
内ワードの文書や画像・図形を使った資料の作成、エクセルの基本計算、請求書の作成
会・申・問情報館(☎750-5100)

2025年度 越後妻有文化ホール・サポーターズ「段サポ」募集

段サポ

段十ろうをさらに有効利用していただくために、2025年度の段十ろう・サポーターズ「段サポ」会員を募集します。会員になるとチケットの先行販売や会員割引などのお得な特典が受けられます。来年度は「八神純子コンサート」や「桂宮治落語会」をはじめ、多彩な公演を予定しています。ぜひこの機会に「段サポ」会員になりませんか。

お得な段サポ特典

① チケット先行販売

一般販売開始より先にチケット購入可(一部除外公演あり)

② 会員割引

チケット購入に使用できる500円割引券付き(個人1口2枚・法人1口4枚/令和7年度の対象公演のみ有効)

③ 利用料減免

当館ホールの練習利用料が1時間1,000円に(練習用申込書の提出が必要)

④ イベント情報などを配信

電子メールでイベント・先行販売などのお得な情報をお知らせ

⑤ 法人会員様名を段十ろうホームページに掲載(任意)

問越後妻有文化ホール「段十ろう」(☎757-5011)

●会費

個人会員	1口 2,000円
法人会員	1口 5,000円

●申込方法＝「段十ろう」の窓口またはホームページ(二次元コード)から

●有効期限＝2026年3月31日

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

あい郷就職応援フェア
おしごとマルシェ

日1月25日(出)午前11時～午後4時※入退場自由
会南魚沼市民会館

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。

催し・講座

特設展示「昔の道具」
日1月26日(出)までの午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
休毎週月・火曜日(13日は開館)
¥600円(中学生以下無料)
内博物館に寄贈された足踏みミシンや白黒テレビなど、昭和の道具を展示します。
会・問博物館(☎757-5311)

【初笑い下条寄席】
日1月26日(出)午後1時30分開演(開場は午後1時)
会利雪親雪総合センター
¥前売り1500円・当日1800円
●チケット取り扱い・問下条地区振興会(☎755-2004)

入船亭扇辰・入舟辰乃助
新春寄席
【第30回記念上野寄席楽集】
日1月25日(出)午後2時開演(開場は午後1時30分)
会上野集会所
¥前売り1500円・当日1800円
●チケット取り扱い・問食料品と惣菜の店だいま(☎768-3630)

対魚沼地域の保護者
子どもへの進路選択のために、保護者が魚沼地域の企業について知ることが出来ます。
他参加企業などの詳細は一般社団法人南魚沼まちづくり推進機構ホームページを確認してください。
問一般社団法人南魚沼市まちづくり推進機構(☎025-778-0511)

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)

まちなかステージ
1月15日～2月14日の行事予定表

月	日	内 容
1月	8日(水)～2月5日(水)	越後妻有リレーパネル展(十日町地域振興局) ●時間＝午前9時～午後9時(8日は午後2時～、2月5日は午後2時まで) 会十じろう：ギャラリー
	17日(金)	雑談会議(NPOひとサポ) ●時間＝午後2時30分～4時 会分じろう：ルーム1 ※要申込 家族の傾聴会(だんだん会) ●時間＝午後1時30分～ 会十じろう
1月	18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) 会分じろう：ルーム1 娯楽の日(NPOひとサポ) ●時間＝午前10時～午後5時 会分じろう：情報ラウンジ まちなか食堂(NPOひとサポ) ●時間＝午前11時30分～※なくなり次第終了 会分じろう：情報ラウンジ ¥100円/人
	19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

月	日	内 容
1月	26日(日)	こどもパークASOBO(NPOひとサポ) ●時間＝午前10時～正午 会分じろう：全館
	1日(土)	雑談会議(NPOひとサポ) ●時間＝午後2時30分～4時 会分じろう：ルーム1 ※要申込
2月	5日(水)	芸術祭ざつだん会(NPOひとサポ) ●時間＝午後7時～8時30分 会分じろう：ルーム1・2
	7日(金)	お茶にしょうじゃねえ会(だんだん会) ●時間＝午後1時30分～ 会十じろう
	10日(月)	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】

月日	展示内容
2月3日(月)まで	吉田・川西地域の遺跡 たるさわかいでん ますがた －樽沢開田遺跡と枳形遺跡－
2月5日(水)～4月7日(月)	松代・松之山地域の遺跡 むこうばら はしづめ いむら －向原遺跡と橋詰居村遺跡－

19 市報とおかまち 令和7年1月号

市報とおかまち 令和7年1月号 18

子育て支援課子育て支援係
(☎757-3719)

ひとり親家庭のためのマネー
プランセミナーと手形アート

日2月23日(日)午後1時〜3時30分
会十じろう
対ひとり親家庭の親子(大人
だけの参加可)
¥300円/1世帯
✕2月14日(金)
申・関市母子福祉いつ美会(☎
757-3565)

1月の納税・納付

1月は国民健康保険税第7
期、後期高齢者医療保険料お
よび介護保険料第10期の納付
月です。期限(1月31日(金))
内に納めましょう。
関税務課(☎757-311
3・市民生活課(☎757
-3735)・福祉課(☎
757-3757)

2月の休館日

●段十ろう10日(月)・24日(月)
●千手中央コミュニティセン

マイナンバーカード
時間外開庁のお知らせ

平日の夜間や休日にも受け
取ることが出来ます(受け取
りのみ可能。電子証明書の更
新や異動などが伴う手続きな
どは不可)。
●夜間11月30日(木)・2月13
日(木)午後7時30分まで(本
庁のみ)
●休日11月26日(日)・2月15
日(土)(本庁)、1月18日(土)・

ター11毎週(火)

情報館10日(月)・24日(月)
博物館11毎週(月)・火11日・
24日は開館
●まつだい雪国農耕文化村セ
ンター「農舞台」・まつだ
い郷土資料館11毎週(火)・水
※11日は開館
●市総合体育館18日(火)
●川西総合体育館26日(水)
●なかさとアリーナ(中里体
育館)11日(火)
●松代総合体育館11毎週(月)
ひだまりプール11毎週(火)
●キヨロロ11毎週(火)・水11
日は開館、13日は休館
●分じろう11毎週(火)
●十じろう11毎週(火)

新潟県原子力防災訓練

日1月25日(土)午前8時30分
対UPZ圏内(柏崎刈羽原子
力発電所から概ね半径30キ
ロメートル)の下条地区と
川西および松代地域の一部
の住民
他訓練の詳細は、対象地域の
人に別途防災行政無線など
でお知らせします。
関防災安全課(☎757-3
197)

2月2日(日)(川西・松之山)、
1月25日(土)・2月9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
市ホームページを確認して
ください。
申・関市民生活課市民係(☎
755-5154)または
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

広告掲載

ろうきん

マイカーローン

インターネットから
申込むだけで
金利引き下げ

まずはこちらから/
ネットカンタン
仮申込

ろうきん 十町支店 TEL.025-757-8300

ろうきん

教育ローン

合格前から
お申込みOK!

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。

高齢者ハウス入居者募集

【松代高齢者生活支援ハウス
「ゆうゆう荘」】
対自立した生活に不安があ
る、概ね60歳以上の市内に
住所を有する人(ひとり暮
らし、家族の援助を受ける
ことが困難)
●住所11松代3559番地
●募集戸数11人用1室
●5万円以下/月(収入によ
る)※光熱水費別
✕1月24日(金)
申・関入居申請書・入居誓約
書・収入申告書を松代支所
地域振興課市民係(☎59
7-2221)へ
【川西高齢者コミュニティハ
ウス「千寿さくら荘」】
対市内に住む65歳以上の高齢
者のみ世帯の人など
●住所11霜条479番地2
●募集戸数116畳1DK・1室
●室、8畳1DK・1室
●5万円〜7万8千円/月
※収入による
●共通経費11万円/月
他オール電化、冷暖房完備
✕2月10日(月)
申・関川西支所地域振興課市

福祉・健康

2月の全血献血

2月はありません。
関健康づくり推進課母子保健
係(☎757-9759)

2月28日(金)まで
はたちの献血キャンペーン実施中

血液は長期保存ができない
ため、年間を通して継続的かつ
安定的なご協力が必要です。献
血は最も身近なボランティア
です。皆様のご理解とご協力
をお願いいたします※献血は16歳
からご協力いただけます。
関健康づくり推進課母子保健
係(☎757-9759)

救命入門コース(90分コース)

日2月8日(土)午前9時30分〜
11時
会消防本部
定30人
内心肺蘇生法、AEDの取扱い
申・関消防本部警防課救急室
(☎757-1558)

子育て

2月10日(月)は児童手当
定期支払日

12・1月分の児童手当を支
給します。制度改正に伴う申
請をしていない人は3月31日
までに申請してください。

2月28日(金)まで
はたちの献血キャンペーン実施中

血液は長期保存ができない
ため、年間を通して継続的かつ
安定的なご協力が必要です。献
血は最も身近なボランティア
です。皆様のご理解とご協力
をお願いいたします※献血は16歳
からご協力いただけます。
関健康づくり推進課母子保健
係(☎757-9759)

救命入門コース(90分コース)

日2月8日(土)午前9時30分〜
11時
会消防本部
定30人
内心肺蘇生法、AEDの取扱い
申・関消防本部警防課救急室
(☎757-1558)

令和7年度 市内で働く看護師などの修学生を募集します

対令和7年度に、以下の職の養成施設に進学または在学する人で、将来十日町市内でその業務に従事しようとする人(市の奨学金を受けていないこと)

看護師	作業療法士
准看護師	言語聴覚士
保健師	社会福祉士
助産師	介護福祉士
理学療法士	精神保健福祉士



- 貸与月額=25,000円
- 貸与期間=令和7年4月から最短修業年限の終わりまで(無利子)
- 提出書類=貸与申請書・健康診断書・保証書・口振込申込書(以上、市ホームページから入手可)・学業成績表
- 他養成施設卒業後、1年以内に看護師などの資格を取得し、引き続き3年間、十日町市内でその業務に従事したときは、修学資金の返還が免除されます。
- ✕2月28日(金)※必着

申・関地域ケア推進課地域医療推進係
(☎757-3511)

みんなで徹底しよう「三ない運動」

政治家の寄附は禁止（贈らない）！政治家の寄附を求めない！受け取らない！

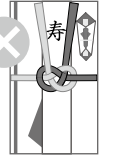
政治家の寄附禁止の対象例



落成式・開店祝などの祝花、葬儀の供花、病氣見舞いなど



お歳暮・お年賀など



結婚祝※、香典※、卒業祝、入学祝など



お祭りへの寄附・差し入れ、町内会の集会・旅行などの催物への寸志・飲食物の差し入れ

※政治家本人が結婚披露宴、葬式などに自ら出席してその場で行うときには、罰則が適用されないことがあります。

平時より禁止されているもの

- 政治家の寄附の禁止
政治家が選挙区内にある人に対して寄附をすることは、その時期や名義いかんに関わらず、罰則をもって禁止されています。政治家以外の人が政治家の名義の寄附をすることも同様です。
- 政治家に対する寄附の勧誘・要求の禁止
政治家を威迫して、あるいは政治家の当選または被選挙権を失わせる目的で勧誘や要求をすると処罰されます。政治家名義の寄附を求めることも禁止されていて、威迫して求めると処罰されます。

☎選挙管理委員会事務局（☎757-3191）

【出典】総務省ホームページ

なるほど！選挙「寄附の禁止」
https://www.soumu.go.jp/senkyo/senkyo_s/naruhodo/naruhodo08.html
広報誌「総務省」（2024年12月号）

【国民年金保険料に関するお知らせ】

4月から口座振替で前納振替（6か月分・1年分・2年分）を始めるには、2月末までに申し出が必要です。まとめて支払うことで、割り引きされた保険料が適用されます。

●通帳、届出印、年金手帳、本人確認ができるもの（マイナンバーカードなど）

【社会保険料控除証明書が発送されます】

10月1日～12月31日に、その年初めて国民年金保険料を納めた人に対し、2月上旬に日本年金機構から社会保険料控除証明書が発送されます（1月1日～9月30日に納めた人は11月上旬に発送済み）。令和6年分の確定申告に使用するもので、大切に保管してください。再発行は年金事務所にお問い合わせください。

（共通）

●申請・問六日町年金事務所国民年金課（☎025-716-0008）、市民生活課国民保年金係（☎757-3

【農業用免税軽油の申請手続き】

2月19日（水）・20日（木）
会 十日町地域振興局
内 農業のためトラクター、コンバインなどに使用する軽油について1リットルあたり32・1円の軽油引取税を免除する制度の申請

●提出書類（初めての人）
機械の所有証明（販売店が発行する販売証明など）およびカタログ、農業委員会発行の耕作面積証明書、手数料（450円）納付用電子決済サービスなど※引き

【基盤強化促進法の申請は2月10日が最終締切です】

法改正に伴い、農業経営基盤強化促進法による農地の貸借・売買契約は、2月の農業委員会総会案件分が最終です。基盤強化促進法による契約は、2月10日（月）の申請締切日までに忘れずに申請してください。

●申請・問農業委員会事務局（☎757-3286）または各支所

2025年農林業センサスにご協力ください

農林業の政策に役立てるために5年ごとに実施される重要な調査です。調査票の記入内容は厳重に保護されますので、調査へのご理解とご協力をお願いします。

●調査方法
調査員が対象の世帯や事業所を訪問し、調査客体に該当するか聞き取りを行います。該当したときは、調査票を提出またはオンラインによる回答をお願いいたします。

●主な調査内容
経営している農業の種類、経営耕地、保有山林、農産物・林産物の販売など

☎総務課行政管理係（☎757-9913）

令和6年度新潟県悪質商法被害防止共同キャンペーン

学生や社会経験が浅い若者、または高齢者などが悪質商法に狙われています。県内の消費生活センターや消費生活相談窓口の設置してある市町村では、悪質商法に対する注意喚起と被害の未然防止を図るためキャンペーンを実施します。

●実施期間
3月末まで

内 キャンペーンポスターの掲出、リーフレットの配付、電話相談受付など

☎市消費生活センター（☎7

魚沼基幹病院までの直通バスが運行しています

☎企画政策課企画政策係（☎757-3193）

十日町市街地から魚沼基幹病院までは、月～金曜日の毎日、路線バスが直通で運行しています。また、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。路線バスを利用して通院すれば、駐車場の雪かきや車の雪下ろしも不要です。プロのドライバーが運転する安全・安心な路線バスをぜひ利用してください。

【十日町車庫前＝魚沼基幹病院線（運行：南越後観光バス㈱）】

●運行時刻

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

※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）

●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

市内を運行するバスの時刻表がスマートフォンから簡単に確認できます

【ステップ1】
以下の二次元コードを読み込み、公共交通マップのアイコンをタップ

市ホームページ
市公式LINEからも確認できます。

友だち登録はこちら

【ステップ2】
乗車するバス停のアイコンをタップし、「関連資料」から時刻表を確認

バス停ごとの時刻表が確認できます

マップの詳しい操作方法はこちらから確認できます

働くことに悩む人のワン・ステップ相談

2月12日（水）・26日（水）両日も午後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）

和服 かいとりや

着物・帯・反物など
ご自宅に眠っていませんか？
無料査定致します

事前要予約：080 7836 9966 十日町市西本町3-4-9

Instagram wafukukaitoriya Facebook 和服かいとりや

※市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで

教育相談

月々金曜日午前9時～午後4時(祝日・振休除く)
会・問 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)

寄付ありがとうございます

- ※敬称・都道府県名略
- とおかまち応援寄附金(5万円以上)＝米倉研史(新潟市)、根津剛(千代田区)、二森浩行(川崎市)、藤田一弥(練馬区)、早川敏(文京区)、田中貴史(新潟市)、吉田大介(堺市)、吉田廣一(文京区)、飯塚隆太(泊江市)、杵淵一夫(小千谷市)、吉川和宏(練馬区)、鈴木弥寿彦(横浜市)、梶澤友則(新潟市)、田中彩子(杉並区)、CHEN XIAODI(豊島区)、葉利(横浜市)、鈴木園子(文京区)、橋山裕美(大分市)、平田達也(八王子市)、大嶋陵洋(粕屋町)、佐久間正(新潟市)、岡本浩希(神戸市)、荒井美由紀(北区)、濱野雄(川崎市)、杉原賢治(世田谷区)、中村圭太郎(目黒区)、浅倉智久(小田原市)、佐藤由教(川口市)、野村恭亮(太田市)、遠藤徹(岡山市)、荒井翔太(名古屋市)、岩堀智之(水戸市)、谷口雄生(吉川市)、川合悟志(尼崎市)、樋口貴亮(調布市)、知念優宜(向日市)、佐藤有里絵(江東区)、磯田剛大(八尾市)、廣瀬雅章(市川市)、大塚雅幸(札幌市)、風間荘志(世田谷区)、杉山悟(仙台市)、植木聡(日野市)、足立喜忠(市川市)、FERNANDONEELAWARNAPATABENDIGED ILSHAN INNOCENT(豊田市)、清重飛向(徳島市)、池田清隆(佐世保市)、佐々木健(金沢市)、神園涼(江戸川区)、鈴木麻亜子(品川区)、黒岩勝也(名古屋市)、齊藤陽介(神戸市)、酒井忠雄(小平市)、大上敦(神戸市)、西田真人(堺市)、安井勝彦(高槻市)、高田修(足立区)、葉梨大輔(海老名市)、古賀一史(長崎市)、菊池孝二(北上市)、齋藤直樹(木更津市)、本多哲也(鎌倉市)、佐野和敏(新潟市)、高橋英宣(草加市)、樋口正文(神明町)、佐藤正典(文京区)、丸山秀二(稲葉)、市村太一(伊達第4)、丸山浩(稲葉)、大熊勝(四日町中原)、小川新一(堀之内)、西野正光(住吉町)
 - 企業版ふるさと納税寄附金＝株式会社電算(長野市)
 - 情報館分＝鵜頭敏晴(見附市)、小岩直子(魚沼市)、久保田一郎(川治中町)、「節黒城跡開山祭り」50周年記念事業実行委員会、関口郁民(川原町)
 - 発達支援センターへ＝イオンリテール㈱イオン十日町店(療育教材および玩具ほか)
 - 交通遺児等援助基金寄付金＝十日町高等学校定時制課程生徒会

【お詫びと訂正】

市報12月号25ページ「第20回『市民スポーツ大会結果』」において、空手道大会兼クロアチアカップ 小学2年男女組手 宮澤世旺(水翔塾)となつていますが、正しくは松風会です。お詫びして訂正します。

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

☎空き家利活用ミッション型地域
おこし協力隊・村山(十日町
市移住コンシェルジュ内・☎
755-5444)

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
2月のテーマ図書

一般向け
心と身体が喜ぶ本 「雪国89歳の郵便配達おばあちゃん」、「長生き足体操」、「自分で押せるツボ」など、心も体も元気になれる本を紹介します。
2024年度文学賞受賞作 「バリ山行」、「ツミデミック」、「可燃物」、「くもをさがす」など、今年度の文学賞受賞作などを中心に紹介します。

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)

児童向け
あまくておいしい 「おかしのかみさま」、「ようかいむらのだいすきバレンタイン」など、おいしそうなおやつが出てくる本を紹介します。
ぽっかぽか 「おんせんぽかぽか」、「もふっ」など、寒い冬をあたたかくしてくれるような本を紹介します。

2月のちびっこひろば

すこやかランド

2月はお休みです。
☎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。
☎4日(火)・18日(火)・25日(火)
午前10時～11時
会 総合体育館ほか
対 未就園児とその保護者
料 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
☎段十ろう(☎757-5011)

いっしょにあそぼ

「おやこのふれあいあそび」
☎6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)午前10時～11時
※27日は「ひなまつり」を開催(要予約)
対 未就園児とその保護者
他 新規参加者、随時募集中
会・問 水沢公民館
(☎758-3101)

橘にこにこルーム

21日は「誕生日会」
☎7日(金)・21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
☎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」
☎13日(木)午前10時～11時
会 千手中央コミュニティセンター
料 1回無料、2回目から500円
対 乳幼児とその家族
☎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」
☎8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
料 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

2月はお休みです。
☎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」
☎15日(土)午前10時30分～11時
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)

おはなしびよびよ

☎1日(土)・8日(土)・15日(土)午前10時30分～11時
対 乳幼児とその保護者
※1日午前11時からおはなしの会の後に豆まきを開催(豆まきのみの参加も可)
会・問 情報館(☎750-5100)

おはなし「たまたまこ」

☎22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

☎8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

☎23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
☎NPO法人市民活動ネットワークひとサポ(☎761-7444)



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。

◆2月の健康・福祉の相談

発達支援に関する相談

☎ 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

☎ 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

☎ 毎日午後7時～翌朝午前8時

☎ 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

☎ 毎日午後7時～翌朝午前8時

☎ 急な発熱やけがなどに関する相談



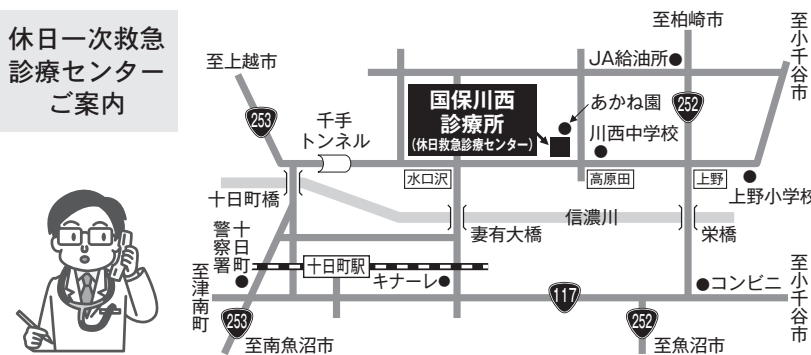
2月の休日救急医

● 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
2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	
9日(日)			
11日(火)(祝)			
16日(日)			
23日(日)(祝)			
24日(月)(祝)			

※症状などを聞きとりますので、来院前に電話をしてください。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。

◆2月のそのほかの相談

法律相談

☎ 6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)・
午後1時30分～3時30分

☎ 本庁相談室

☎ 申・ 閏市民生活課市民係
(☎757-3116) ※要予約

行政相談

☎ / ☎ 14日(金)午前10時～11時 /
本庁相談室、19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
☎ 市民生活課市民係 (☎757-3116)

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

☎ 13日(木)・27日(木)午前10時～正
午、午後1時～3時

☎ クロステン

☎ 申・ 閏日本年金機構六日町年金事務所
(☎025-716-0008) ※要予約

消費生活相談

☎ 月～金曜日午前9時～午後4時
(祝日・振休・年末年始を除く)
☎ 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・ 閏市消費生活センター
(☎757-3740・☎752-6924・メール：
t-shohi@city.tokamachi.lg.jp)

多重債務相談

☎ 26日(水)午後1時～4時
21日(金)までに要予約

☎ 本庁相談室 ☎ 借金トラブル
☎ 閏市消費生活センター(☎757-3740)

心配ごと相談

☎ 随時受付

☎ 申・ 閏社会福祉協議会
(☎757-3565)

生活困窮者相談

☎ 午前8時30分～午後5時15分
(土・日曜日、祝日を除く)

☎ 申・ 閏社会福祉協議会
(☎757-3565)

子ども情報のひろば

2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
6日(水)	千手中央コミュニティセンター 午前9時30分～11時
14日(金)	中里子育て支援センター「きらりん」 午前10時～11時
21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・ 閏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
21日(金)	松代子育て支援センター「すくすく」 午前10時～11時	育児相談

☎ 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
10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)。

☎ 子育て支援センターくるる ☎757-1008

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

☎ 2月6日(水)午前9時30分～11時

☎ 千手中央コミュニティセンター

☎ 未就学児とその保護者

☎ 歯ブラシ・母子健康手帳・バスタオル

☎ 川西支所地域振興課市民係 ☎768-4956

離乳食教室

※要予約・人数制限あり

☎ 2月4日(火)

☎ 5～6か月児

● 受付＝午前9時45分～10時

☎ 保健センター(市役所本庁隣)

☎ 母子健康手帳・筆記用具

☎ 健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

2月の乳幼児健診

☎ 保健センター(市役所本庁隣)

☎ 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)・バスタオル・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	26日(水)	午後1時 ～1時30分	6年10月 生まれの乳児
10か月児 身体測定	27日(木)	午前9時 ～9時30分	6年4月 生まれの乳児
1歳6か月児 健診	5日(水)	午後1時 ～1時30分	5年6月～7月15日 生まれの幼児
2歳6か月児 身体測定	5日(水)	午前9時 ～9時30分	4年7月～8月15日 生まれの幼児
3歳6か月児 健診	4日(火)	午後1時 ～1時30分	3年7月～8月15日 生まれの幼児

☎ 健康づくり推進課母子保健係 ☎757-9759

あいどるきゃっす



田中 結人ちゃん写真左・4歳
ゆうとちゃん写真右・1歳
雫ちゃん写真右・1歳
城之古東町

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

結人ちゃんはお調子者な一面もありますが、妹思
いの優しいお兄ちゃんです。雫ちゃんはいつも明る
くご機嫌。最近は話せる言葉も増えてきて、結人ちゃ
んの真似をよくします。11月に家族でサファリパー
クへ行き、動物が好きな結人ちゃんはとても喜んで
いました。

ケーブルテレビ・光インターネット・電話

JCV

ネットのトラブルも地元スタッフが”当日サポート”

十日町市街地開局記念
JCVテレビ・ネット・電話
無料”おためし”モニターキャンペーン

なんと**最大9ヶ月**

基本利用料無料

実施期間 ~令和7年3月31日まで

雪の状況が見れる! 十日町市内ライブカメラ続々追加



十日町総鎮守「諏訪神社」



十日町市博物館入り口



川西支所

JCVテレビ 新春1月の注目番組



「十日町 第九合唱団コンサート」



「十日町市民吹奏楽団 第50回 定期演奏会」

妻有宝話Ⅱ、第20回だんだんテラスコンサート、めぐSTEP(橋小学校、南中 駅伝大会)他 ニュースなど

JCVは**独自専用回線**だから**インターネットも速い!**

詳しいことは下記までお問合せください

十日町情報センター新社屋 建設予定
旧市営駅通り駐車場跡地 建設予定地令和5年1月取得済み

リオンドール
十日町店内PRセンター

本町サテライト
本町2丁目のとや1F

JCV

〈代理店届出番号: 第D1900133号〉
〈登録番号(電気通信事業者): 信第1号〉
十日町情報センター

フリーコール

0120-095-021

受付時間 / 10:00~18:00

冬のテレビ…
アンテナで本当に
大丈夫ですか?

着雪でテレビ映りが悪い…

風や雪でアンテナが倒れる…

受信できません。
アンテナの設置や配線を
確認してください。

ご利用世帯数 **75000** 世帯
**十日町のケーブルテレビは
NCTで決まり!**

NCT

ショップ 十日町店

ご相談受付中!

**妻有
ショッピング
センター内
【ダイソー様よこ】**
営業時間
(10月~3月) **11:00~16:00**
定休日
火・水・お盆・年末年始

フリーコール 0120-080-009

【電話受付時間】9:30~17:30 長岡市千代田1丁目7番9号
※上記時間以外・土日祝・お盆期間・年末年始は時間外受付に転送されます。



市では広告を募集しています。詳しくは広報広聴係まで問い合わせてください。