

とがまち

市報 お知らせ版

平成2年
1/25
171号

発行/十日町市役所 〒948 新潟県十日町市千歳町3丁目3番地 TEL.0257-57-3111
編集/総務課文書広報係(毎月25日発行)



第41回 十日町雪まつり開催せまる

今年の雪まつりは、2月16日(金)・17日(土)・18日(日)に行われます。記念の40回をステップに、さらに新企画を盛り込みながら、準備を進めています。詳しい内容は、2月上旬に囃託員さんを通して配布される当日パンフレットをご覧ください。

ミス雪まつりを募集中

★ミス募集 ミス十日町雪まつり…
1名 準ミス十日町雪まつり…2名
★応募資格 県内在住で満18歳以上の未婚女性。ただし、高校生は除く。
★応募方法 応募申込書に顔と全身のカラー写真(3カ月以内に撮影したもの)でサイズは問わず。裏面に氏名を記入の(こと)を同封して1月30日(火)までに雪まつり事務局へ。

★審査会

〈予選審査会〉 2月4日(日)…非公開/平服で審査を行い、15名を選びます。

〈本審査会〉 2月18日(日)…公開/主催者が用意する着物を着用。審査員と会場入場者の投票により、ミス・準ミスを選びます。

〈あなたも審査員〉 会場入場者(先着100名)からもミスを選んでいただきます。

★推薦者賞 ミス・準ミスを推薦した人に、とおかまち紬(10万円相当)を差し上げます。

雪だるま大作戦

第40回の雪だるまは4,862個。今年の日標は10,000個を日ざしています。一家に一個、世界一の雪だるまづくりにみんなが参加しましょう。

雪だるまの数を雪だるまマン(商工会議所のアンケート)に標示します。

★申し込み 2月2日(金)までに囃託員さん(氏名、複製個数を)申し出ていただきます。雪だるまをつくる人には、囃託員さんを通して旗(抽選券付き)を2月8日(水)までに配布します。8日以降は、雪まつり事務局で受け付けします。

★作製上のお願い ①2月16日(金)の夜まで作ってください。②高さ1m以上にしてください。③空き地が玄関先を利用してください。④2月18日(日)午後4時をもって、こわしてください。

★その他 豪華賞品が当たる「雪だるま写真コンテスト」や「雪だるま抽選会」があります。

いっぶく広場どうぞ

日本一おいしいコシヒカリ、地酒、そば、山菜などを味わっていただきます。ここでは、6台の大型テレビでカーニバルの生中継とVTR放映が行われます。休憩や食事に、ぜひ、ご利用ください。

★とき 2月17日(土)午前11時～午後10時 2月18日(日)午前10時～午後4時

★ところ 市民体育館(学校町1)

★食事券 1枚2,000円(2日間有効) 食事1品(おにぎり、弁当、ラーメン、カレーライス) 汁物(豚汁、ちゃんこ鍋、けんちん汁、みそ汁)

おつまみ1品(ギョーザ、たこ焼き、おこのみ焼き、おでん、焼き鳥)

飲み物2品(缶ビール、酒、コーヒー)と交換できる食事券です。

★申し込み 食事券は2月16日(金)まで、雪まつり事務局で販売しています。

盛りだくさんの前夜祭

16日(金)午後7時30分～9時
(コミュニティー広場)

雪まつりのオープニングを飾る華やかなショーとカラオケ大会をドッキングして雪まつりの幕が開きます。

★内容 雪上エアロビクス、BSNカラオケ大会、カラオケクリニックなど。このほか、「コミュニティー広場」と「ほんやらどう広場」がオープンします。

来年までこれっきり

18日(日)午前10時～午後4時、カーニバル会場で、雪合戦ゲームやサヨナラクイズに、あなたも挑戦してみませんか。豪華賞品を用意しています。

親せき・友人に
いかがですか!



雪花の譜

1冊2,500円。申し込みは商工観光課(☎57-3111内線230)へ。

雪まつり臨時列車

2月17日(土)	新潟 発 12:58 快速 十日町着 15:04 (長岡発14:33 越後川口発14:30)
	越後川口 発 15:10 → 十日町着 15:41
	十日町 発 14:32 → 越後川口着 14:58
	十日町 発 20:50 → 長岡着 21:51 (越後川口発 21:22)
	十日町 発 21:25 快速 新潟着 23:25 (越後川口発21:54 長岡発22:21)
	十日町 発 21:27 → 長野着 23:46
18日(日)	十日町 発 22:02 → 越後川口着 22:29
	十日町 発 22:35 → 森宮野原着 23:16
	新潟 発 8:13 快速 十日町着 10:28 (長岡発9:22 越後川口発10:00)
	十日町 発 16:57 快速 新潟着 19:21 (越後川口発17:30 長岡発18:04)

雪まつり事務局は ☎57-3345 (クロス10の4階) です

「大好き十日町会」を宣伝しました

— 東京ドームのふるさとフェア'90に参加 —

一月十九日(金)から二十一日(日)までの三日間、東京ドームで「ふるさとフェア'90」が開かれました。

あらゆる情報の発信基地で、首都圏約三千万人を対象に、地域の伝統的な特産品、さらに新しく開発された製品の販売や誘客など、地域の活性化を目的にしたものです。

「ふるさと創生展示ゾーン」に安塚町、入広瀬村、とともに、新潟県の代表として「大好き十日町会」をPRしてきました。

三日間で約三十五万人の入場者があり、十日町市出身者の皆さんがたくさん訪れ激励を受けました。

二十日(土)には、あのふるさと創生事業の産みの親、前竹下首相が「十日町の展示ゾーン」を訪れました。「大好き十日町会」の説明を熱心に聞かれた後、さっそく自筆で「創刊号の講読」を約束して帰りました。

二十一日(日)には、市から市長、助役を先頭に「大好き十日町会設立準備会」の

メンバーである青年会議所など約二十五人でキヤラバン隊を編成し、参加しました。

また当日、新潟県人会館において十日町市出身者の皆さんと「大好き十日町会」について座談会を行いました。

詳しいことは「大好き十日町会」の創刊号(四月上旬)に掲載します。

「大好き十日町会」は、出身者と市民が直接ふれあう交流の場をつくって、ふるさとづくり、まちづくりを進めるものです。

そのため、設立準備会では、皆さんの親せきや知人で「大好き十日町会」の創刊号を講読したい人を募っています。無料ですので、

ぜひ、ご紹介ください。皆さんには、すでにパンフレットと紹介用ハガキを配布していますが、出されていない人は早めにご投函ください。また、紛失された人は、気軽に事務局(企画財政課企画調整係 ☎57-3111 内線230)へご連絡ください。

無料です。無料ですので、



北から南まで観光情報と物産が東京ドームに大集合！

無料で創刊号を送ります

「大好き十日町会」は、出身者と市民が直接ふれあう交流の場をつくって、ふるさとづくり、まちづくりを進めるものです。そのため、設立準備会では、皆さんの親せきや知人で「大好き十日町会」の創刊号を講読したい人を募っています。無料ですので、ぜひ、ご紹介ください。皆さんには、すでにパンフレットと紹介用ハガキを配布していますが、出されていない人は早めにご投函ください。また、紛失された人は、気軽に事務局(企画財政課企画調整係 ☎57-3111 内線230)へご連絡ください。

選挙事務室を開設

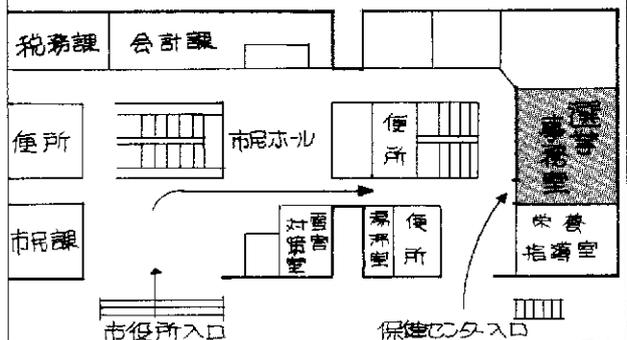
— 保健センター会議室 —

2月18日(日)に予定されています衆議院議員選挙と最高裁判所裁判官国民審査の準備のために、選挙事務室を保健センター1階に設置しました。

不在者投票は、衆議院議員選挙が2月3日(土)の公示日から、国民審査は2月10日(土)から、投票日の前日まで選挙事務室で受け付けます。

なお、山稼ぎ者などの不在者投票の請求は、公示日前でもできますので早めに手続きしてください。

■ 問い合わせ 選挙管理委員会事務局 (☎57-3111 内線501・504・505) へ。



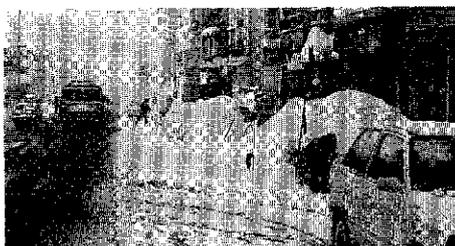
流雪溝の使用にご協力ください

— グレーチング(鋼製の蓋)による事故が発生 —

最近、流雪溝のグレーチング(鋼製の蓋)による事故が発生しています。使用の際は、次のことを守り、事故が起きないようにご協力をお願いします。

- ① 蓋は、作業が終了したら速やかに閉めてください。また、作業中は蓋が開いていることがわかるように、赤い布などで目立つように標示してください。
- ② 蓋に設置されている十字枠は、転落や水があふれるのを防止する大切な設備です。危険ですので絶対に外さないでください。
- ③ 流雪溝は、複数の町内にわたって使用されます。町内同志お互いに協力しあうことで、事故防止に努めてください。
- ④ 流雪溝の構造上、道路の中央に蓋が設置されている箇所があります。交通の支障になったり、危険ですので、なるべく使用しないでください。使用する場合は、誘導員を配置してください。

■ 問い合わせ 克雪都市計画課克雪事業係 (☎57-3111 内線272) へ。



みんなの協力で無事故を

旅客運賃割引の範囲が広がりました

—— 内部障害で身体障害者手帳をお持ちの皆さん ——

二月一日から旅客鉄道株式会社等の旅客運賃割引制度が改正され、外部障害者だけに適用されていた割引が、内部障害者（左表の障害に該当）にも適用されることになりました。

運賃の割引は、乗車券を購入する際に、身体障害者手帳を提示することにより受けられます。

現在、内部障害者で身体

障害の種類	等級	割引の内容
心臓機能障害	一～四級	JR旅客運賃……介護者と共に乗車する場合に、普通・定期・回数乗車券および普通急行券が本人、介護者とも五割引（小児定期乗車券は除く）となります。
腎臓機能障害	一～四級	本人のみで白杖を越えて乗車する場合に、普通乗車券が五割引となります。
呼吸器機能障害	一～四級	JR旅客運賃……本人のみで白杖を越えて乗車する場合に、普通乗車券が五割引となります。
膀胱直腸機能障害	一～三級	航空旅客運賃……本人（満十二歳以上）・介護者とも大人片道運賃の二五％引となります。
小腸機能障害	一～四級	JR旅客運賃……本人のみで白杖を越えて乗車する場合に、普通乗車券が五割引となります。
膀胱直腸機能障害	四級	航空旅客運賃……本人（満十二歳以上）のみ大人片道運賃の二五％引となります。

十二歳未満の内部障害者が定期乗車券を購入する場合は、介護者についても通勤定期乗車券が五割引になります。

障害者手帳をお持ちの人が、割引を受けるためには、手帳の書き換えが必要です。社会福祉事務所で書き換えをしますので、手帳をお持ちください。

■問い合わせ
運賃割引制度……新潟陸運局鉄道部監理課（☎025-244-6111）へ。
手帳の書き換え……社会福祉事務所援護係（☎57-3111内線133）へ。

農地転用は許可が必要

農地転用とは、農地を住宅敷地、工事敷地、道路、山林などの農地以外の用途に転用することです。一時的に資材置き場、飯場、砂利採取場などに転用することも含まれます。

その土地が農地であるかどうかは、現況によって判断されます。土地登記簿中の地目と一致しなくても、ふだん管理がされ、耕作できる状況であれば、転用には県知事の許可が必要です。

無断転用は法律違反

農地法では、優良農用地を守るために農地以外の用途に転換する場合、転用について厳しい制限を設けています。

県知事の許可を受けないで転用したり、転用のために売ったりする行為は法律違反となり、罰せられます。無断転用は周辺農地に悪影響を及ぼし、地域の迷惑となります。

無断転用には厳しい措置

無断転用者には、県知事が工事等を中止させ、もとの農地に復元させることがあります。これに従わない場合は、最高三年以下の懲役または百万円以下の罰金に処せられます。

かけがえのない農地を守り有効利用するために、転用するときは、必ず農業委員または農業委員会事務局（☎57-3111内線121）へ相談してください。

市・県民税、所得税

配偶者特別控除

この制度は、配偶者の所得（収入－必要経費）が一定額以下であれば、内助の功として、特別控除を認めるといふものです。（配偶者控除とは別です）

控除額の最高は、所得税では35万円（平成元年分から）、市・県民税では30万円（平成2年度分から）です。額は、配偶者の所得によって、5万円で変わります。

ただし、配偶者の所得が70万円以上あったり、また、配偶者がほかの人の扶養や事業専従者になっている場合はあてはまりません。

たとえば、配偶者が給与所得者（内職も同じ）の場合、配偶者の1年間の収入が70万円未満であれば、控除の最高額が適用になります。

2月 国民健康保険料8期の納付月です。





寄付ありがとう

(敬称略)

社会福祉事業へ＝岡村建治(北新田2・1,000円) 高橋健治(高田町41万円) 根津征司(川原町・1万円) 水落幸吉(2,128円) 長助お客(田中町本通り・13,563円) 一力お客(稲荷町2・8,424円) 匿名(976円) 春川(新座・3,000円…身障福祉へ)

歳末たすけあい募金へ＝佐藤昇(岩野・3万円) 庭野カヨ(五軒新田・1万円) 十日町砂利舎(26,701円) 十日町病院職員有志(24,776円) ボーイスカウト十日町一団(1回目・9,773円 2回目・37,547円) 一喜喜(神

明町・19,971円) 東京電力(株)有志(1,365円) 匿名(島・3,000円)

新川屋(株)(もち300パック)

身体障害者福祉センターへ＝高山芙蓉会(8,000円)

つくし園へ＝松海寿司お客(23,270円) 稲和会(稲荷町・5,000円)

なかまの家へ＝稲和会(5,000円)

特別養護老人ホーム「三好園」へ＝長津守(川治上町・5万円) 若草会(5,000円) 匿名(1万円) 遠田虎松(川治上町・菓子1箱) 滝沢ソメ(岩野・手あみこたつ掛け1枚)

渡辺直次(北新田3・せっけん36個) 田村光男(下条栄町・桐箱1箱)

日本たばこ産業(株)(たばこ1,000本)

(株)一声社(東京・図書2冊) 匿名(衣類19枚)

博物館へ＝関口昭二(川原町) 高橋金市(稲荷町西) 山本豪平(学校町1) 佐野喜市(田中町西) 高橋又蔵(上川町) 近藤哲雄(上新田1) 長谷川一郎(下山) 田村達夫(中条旭町) 大久保健(新座4) 阿部正年(川治中町) 霜垣弘文(麻畑) 樋口マツイ、樋口貞三、樋口シヨ(中在家) 飯塚キタノ(水沢市ノ沢) 観光協会

公民館へ＝池田勝利(西浦町西) 金子健二(若宮町) 庭野耕策(新座3)

楽しもうスポーツ・つくろう健康 体育課(総合体育館内 ☎52-4377)

2月 おもなスポーツ行事予定

期日	行事名	会場	主催・主管
4日	市民スキー選手権大会	市民スキー場	市教育委員会 市スキー協会
11日	雪まつり協賛アルペンスキー大会	清津スキー場	スキークラブ
	市民インドア軟式庭球大会	総合体育館	軟式庭球連立
20日	耶市中学新人スキー大会	中津スキー場 南雲原	中体連
22日	市内小学校親善スキー大会	市民スキー場 南雲原	小体連
25日	グリーンテニス杯 インターカレッジ大会	総合体育館	テニス協会
4・11・25日	ジュニアサッカー教室	総合体育館	サッカー協会

第19回 市民スキー選手権大会

- とき 2月4日(日)午前9時～
- ところ 市民スキー場(アルペン) 南雲原(ノルディック)
- その他 当日は、駐車場が相当混雑しますので、できるだけ乗り合わせておいでください。特に、ノルディック会場は路上駐車となりますのでご協力ください。

体育施設への駐車

- (市民体育館・総合体育館・武道館)
- ①利用者以外の人は駐車しないこと。
 - ②駐車の際は、屋根からの落雪に注意すること。

2月の体育施設

無料開放日は24日(土)です

- 受付期間 2月1日(木)～11日(日)
- 抽選日(許可証交付) 2月14日(木)

第22回 十日町アルペンスキー選手権大会 第14回 雪まつり協賛スキー大会

- とき 2月11日(日) 競技開始 午前10時
- ところ 上越国際清津スキー場
- 種目 大回転
- 組別 <男子> ①小学低学年 ②小学高学年 ③中学生 ④高校生 ⑤成年1部 ⑥成年2部 ⑦成年3部 ⑧オールドパワー <女子> ①小学低学年 ②小学高学年 ③中学生 ④高校生 ⑤一般 ⑥ママさん <幼児> ①小学校入学前の男女
- 参加費 ▶中学生以下 500円 ▶高校生以上 1,000円
- 表彰 各組1～6位まで賞状および賞品を授与します。また、最優秀選手賞(小学の部・中学の部)として、男女各1位にカップを授与します。
- 申し込み 十日町スキークラブ本部(明石町24 ☎57-2493)へ参加費を添えて2月1日(日)までに申し込んでください。



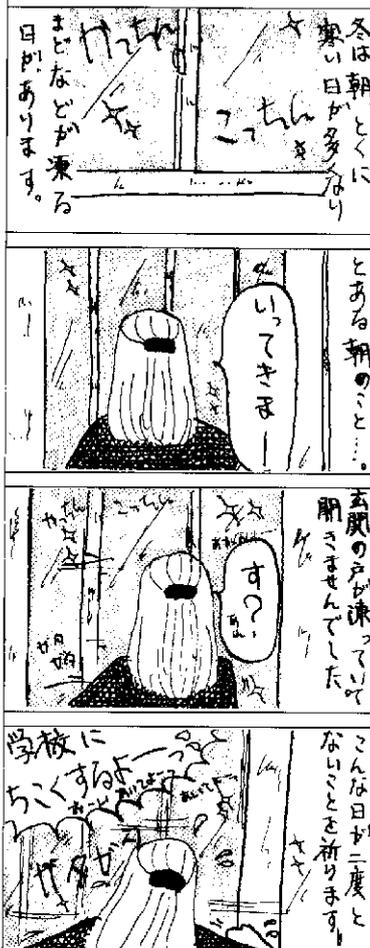
第5回 十日町4時間トライアルレース J.C.L. ジャパンクロスカントリースキーリーグ

- とき 3月10日(土)・11日(日)
- ところ 笹山クロスカントリースキーコース(中条笹山)
- 種目 <個人の部> 先着250人 ①小学生男・女 ②中学生男・女 ③一般男・女 ④壮年男・女(40歳以上) ⑤レーシング男・女
- <リレーの部> 先着50チーム ①小・中学生 ②高校・一般・レーサー ③ファミリー
- 参加費 <個人の部> 小・中学生 1,500円 高校生以上 3,000円 <リレーの部> 1チーム4人 6,000円
- 申し込み 中条地区公民館内 第5回トライアルレース事務局(☎52-2748)に参加費を添えて2月20日(日)までに申し込んでください。



冬の朝の出来事

マクト
十実MACT



相談コーナー

- ① 交通事故相談 2月5日(月)
 - ② 定例行政相談 2月9日(金)
 - ③ 巡回内職相談 2月16日(金)
- 時間：午前10時～午後3時
会場：高齢者職業相談室（1階）

テレホンサービス

- ◎十日町観光情報 ☎57-0500
第41回十日町雪まつり
- ◎妻有の民話 ☎57-0300
 - 1/9～2/4 節分の赤鬼青鬼㊦
 - 2/6～11 節分の赤鬼青鬼㊦
 - 2/12～18 茶塚の松
 - 2/19～25 踊り塚
 - 2/26～3/4 人喰い婆㊦
- ◎妻有の歴史 ☎57-1000
2月分 深雪観音堂
- ◎くらしのダイヤル ☎025-285-7000
 - 2/6～13 ホイル・ラップ・プラスチック容器
 - 2/19～19 消費生活相談事例
 - 2/19～26 クレジットカードを利用する前に
 - 2/26～3/6 増加している皮膚トラブル

お待ちしております——

芝居の好きな人

十日町にもシェークスピアやテネシー・ウィリアムスを演ずる劇団があってもいいですね。芝居の好きな人、美術に興味のある人、ロックやスポーツを楽しみたい人が集まり、演劇の芸術性を追求し、大家の作品を創作してみましょ。

多数の皆さんの参加をお待ちしています。会場は十日町市公民館を予定しています。

- 問い合わせ 岩田和信（中条旭町 ☎52-2562）へ。

ゆずります
ずってください

* 消費者協会（商工観光課内 ☎内線230）へ。

ゆずります…

品名	規格	希望価格
ワークマン(アイフ)		20,000円
スパイクタイヤ(ホムン)	軽自動車用	10,000円
食器棚	45cm×75cm×100cm	50,000円
吸人器		2,000円
ファミコン		7,000円

ゆずってください

自転車	スポーツタイプ 24インチ	5,000円
ミシン用モーター	中古	1,000円
スベリ台	室内用	3,000円
学習机		5,000円位
スキーセット	アルペン用 23cm	3,000円～5,000円位

平成元年度 自衛官募集

防衛庁では、陸・海・空の平成元年度自衛官を募集しています。

- 受付期間 年間を通じて行っています。試験日は受付時に説明します。
- 受験資格 18歳以上25歳未満の男子および女子
- 問い合わせ 市民課市民係（☎内線147）または、自衛隊長岡出張所（☎0258-33-0256）へ。

相続登記無料相談

新潟県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」として無料相談を行います。

親が亡くなり、土地や家屋などを相続しても、登記はつい忘れがちです。相続登記は、いつまでにしなければならないという定めはありません。しかし、時間が経過すると、相続人が続けて死亡したりして、相続関係者が増えたり、書類の取りそろえなど複雑になりがちです。

めんどうだ、縁起でもない、費用がかかるなどの理由で放置することなく、トラブルを起こさないためにも相続登記は早めにいたしましょう。

最寄りの司法書士事務所へ、お気軽にご相談ください。

- 問い合わせ 新潟県司法書士会（新潟市古町通13番町 ☎025-228-1589）へ。

消費者コラム

108

悪得商法に引っかけられないための6カ条

冷静に考えましょう！

- ① 見なれない人の訪問には「名前と目的」を確かめ、訪問販売などは、はっきり断りましょう。
- ② もうけ話には落とし穴があるものです。うまい話にのらないように、慎重に考えましょう。
- ③ 不要の場合には「いいません」と、勇気をもっては
- ④ 自分一人では決めずに、家族や知人に相談しましょう。
- ⑤ 契約書はよく読み、安易に名前を書いたり、印鑑を押さないようにしましょう。いったん契約すると、解約などがやっかくなります。
- ⑥ 訪問販売の場合には、一定期間であれば消費者のほうから一方的に契約を解除できる「クーリング・オフ」があります。頭を冷やして、よく考えて利用しましょう。苦情や相談ごとがある人は、消費者協会（商工観光課内 ☎内線230）へお問い合わせください。

つきり意志表示し、あいまいな態度を見せないようにしましょう。

2月乳幼児健康診査

事業名	期日	受付時間	対象児
3歳児健診 (3歳6カ月児が対象です)	14日(木)	午後1時～1時45分	61年8月生まれの幼児
1歳6カ月児健診	15日(木)	午後1時～1時45分	63年8月生まれの幼児
4カ月児健診 ななびに 育児学級	28日(木)	午後1時～1時30分	平成元年10月生まれの乳児
10カ月児 身体測定	27日(木)	午前9時30分～10時30分	平成元年4月生まれの乳児 (該当外でも希望する乳児)

会場は保健センターです

※1歳6カ月児、3歳児健診の幼児は歯科健診がありますから歯をきれいにみがいて来てください。(3歳児健診は尿検査もあります)
※4カ月児健診に来られない人は、小児がん(神経芽細胞腫)尿検査セットを保健衛生課に取りに来てください。

受給していますか 児童手当

- 児童手当を受けられる人 18歳未満の子どもさんが2人以上(うち1人以上が小学校入学前)いる人で、収入が一定額未満の場合に支給されます。子どもさん全員が、小学生以上の場合には該当しなくなります。
- 手当月額 ▶2人目……2,500円 ▶3人目……5,000円
- 手続きに必要なもの ①健康保険証 ②印鑑 ③父親(養育者)名義の口座のわかるもの。
- その他 児童手当の受給資格があると思われる人で、まだ手当の支給を受けていない人は、早めに手続きをしてください。



10～1月分を振り込みます

平成元年10月分から平成2年1月分の児童手当を2月9日(金)に振り込む予定です。
■問い合わせ 市民課年金係(☎57-3111 内線144・145)へ。

+ 2月の休日救急医

- 4日(日) 第二巻巻医院(川西町) ☎63-2018
上村病院(中里村) ☎63-2111
- 11日(日) 大島医院(川原町) ☎62-2967
津南病院(津南町) ☎65-3161
- 12日(月) □□医院(塚本町) ☎65-2033
古藤医院(津南町) ☎65-3001
- 18日(日) 池田医院(木町西1) ☎62-2567
- 25日(日) 中条病院(北原) ☎67-3018

2月1日～7日 成人病予防週間



心臓病、脳卒中、高血圧症などの循環器系の成人病は、日ごろの悪い生活習慣が原因です。「年をとってからなる病気」と考えている人が多いようですが、成人病というのは、若いころからの悪い生活習慣の積み重ねによってなるのです。この機会に自分の生活を見直しましょう。

- ▶20代……すでに老化は始まっている 一般的に体の組織や細胞の変化は、20代から始まるといわれています。20代に日常生活の良い習慣づくりをしたか、しないかが、将来、成人病を防ぐ大きなカギとなります。
- ▶30代……一生付き合える趣味と運動を ストレスは万病のもとといわれています。ストレスの受け止め方、発散のしかたなどを工夫するとともに、一生付き合える趣味や運動を見つけることが、30代の健康づくりのポイントです。
- ▶40代……定期検診で早期発見を 20代・30代が成人病の準備期間だとすると、40代はそれらが心と体のうえに現れてくる時期です。定期検診や成人病検診を必ず受け、ふだん自覚症状のない病気の早期発見につとめましょう。
- ▶50代……ふだんから健康づくりを 50代は、筋力の衰えをはじめ、いろいろな内臓の働きや消化力が低下してきます。また、運動不足になるのもこの年代です。生活の中で無理しないでできる、健康づくりに心がけましょう。

♥ 献血車 ♥

——2月の献血は中止です——
当初予定していました11日(日)と雪まつりに行っていました献血は、中止となります。
また、3月も休みとなります。4月からご協力をお願いいたします。

健康テレホンサービス (2月分)☎52-6015

- 十日町保健所——
- 時間 夕方5時～翌朝8時30分
 - 内容 月曜日：骨粗しょう症の予防 火曜日：冷え症の予防 水曜日：風邪は寝たきりさんの大敵 木曜日：コーヒーについて 金・土・日曜日 便秘の予防について



2月の健康相談

会場	期日	時間
保健センター	5・19・26日の月曜日	午前9時～午後4時
中条公民館	2日(金)	
吉田公民館	8日(木)	午前9時30分～11時30分
吉田集会所		午後1時30分～4時
羽根川荘	9日(金)	午前9時30分～午後4時
克雪センター	15日(木)	午後1時30分～4時
水沢公民館	16日(金)	
下条公民館	22日(木)	午前9時30分～午後4時
川治公民館	23日(金)	

- ◎血圧が心配、食事療法を知りたい、心に悩みがあるなどの人は、どうぞご相談ください。秘密は守られ、無料です。
- ◎健康手帳を持参ください。保健婦が相談を受けます。お気軽においでください。
- 問い合わせ 保健衛生課保健衛生係(☎57-3111内線138・139)へ。