

ちんころ

No.882

十日町マデシの運営計画
ごはんを食べよう
14年度遺跡発掘調査結果
雪害対策室からのお願い
12642
753

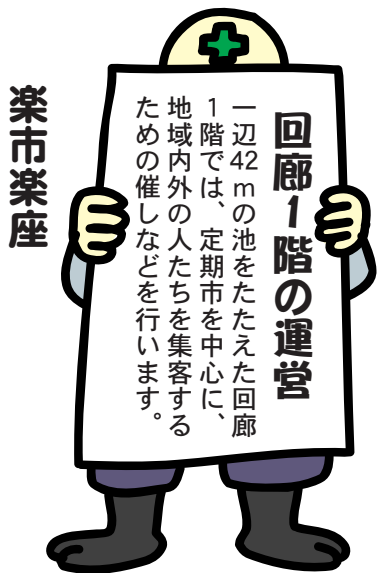
受け継がれる風物詩ちんころ

十日町の冬の風物詩「ちんころ」は、現在市内2か所で作られています。その一つが塚原町にある精神障害者入所授産施設「エンゼル妻有」です。ボランティアや施設職員、入所者の皆さんの指先から、次々と愛らしい犬や猫、干支などが姿を現わします。

十日町ステージ 越後妻有交流館 の運営計画

十日町ステージ越後妻有交流館建設工事は、昨年暮れに回廊棟屋根のコンクリート打設が終了し、7月中旬のオープンに向け順調に進められています。また管理運営の内容も、業務を委託するクロス10と昨年4月から協議を行い、概要がまとまりましたのでお知らせします。

◆問合せ 十日町ステージ準備室 (☎57-3 1 1 1内線5 9 7)



回廊1階の運営
一辺42mの池をたたえた回廊1階では、定期市を中心に、地域内外の人たちを集客するための催しなどを行います。

楽市楽座

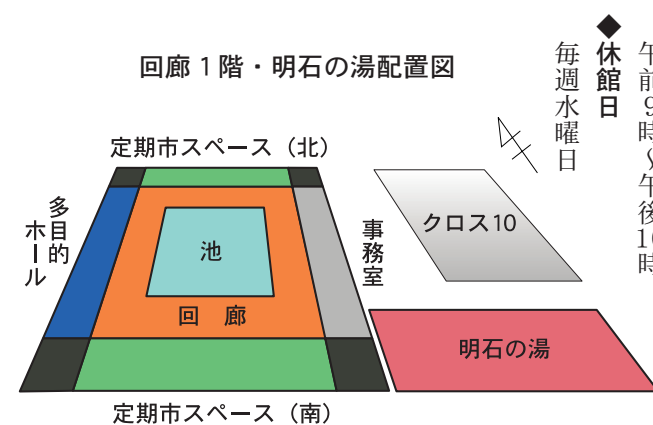
- ◆開催日 毎月第2・4日曜日(4月・11月) 午前10時～午後4時
- ◆内容 フリーマーケット
- ◆出店料 1区画(2m×3m) 1,000円/日
- ※電気、水道、下水道を使用する場合、別途各500円/日を徴収
- ◆申込み 現在仮募集集中(約30店の希望あり)。希望者は十日町ステージ準備室へ

イベントの開催

定期市のない時には、1㎡あたり20円程度で定期市スペースと回廊全体を占用使用することが出来ます。雪まつり、きものまつりなどの企画イベントはもちろん、音楽会、パーティーなどにもご使用いただけます。

多目的ホール

西側の一辺に設置される多目的ホールは約300㎡の吹き抜け空間。展示会や販売会など多目的な使用が可能です。また、平山画伯のモザイク



開館時間・休館日

- ◆開館時間 午前9時～午後10時
- ◆休館日 毎週水曜日

その他

施設を占用使用しない場合は、公園的な利用を考えています。また、広域6市町村の観光情報などを受発信するインフォメーションセンターを設置します。

ク壁画、ルマンレーシングカーなどを常設展示します。

◆使用料 午前(午前9時～正午) 2,300円、午後(午後1時～閉館まで) 2,800円

※ただし、営利目的の場合は別料金設定



和装工芸館

十日町産地の和装・和製品の製作展示を行う空間で、広域6市町村のきものメーカーや問屋さんなどがテナントとして入店します。

- ◆区画数 9区画(1区画 6m×6・5m)
- ◆入居料 100,000円/月
- ◆入店申込み 十日町ステージ準備室へ

きもの歴史館

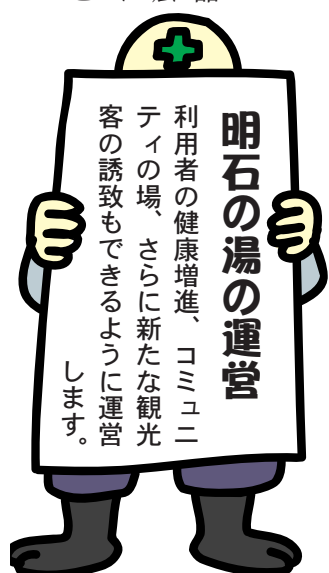
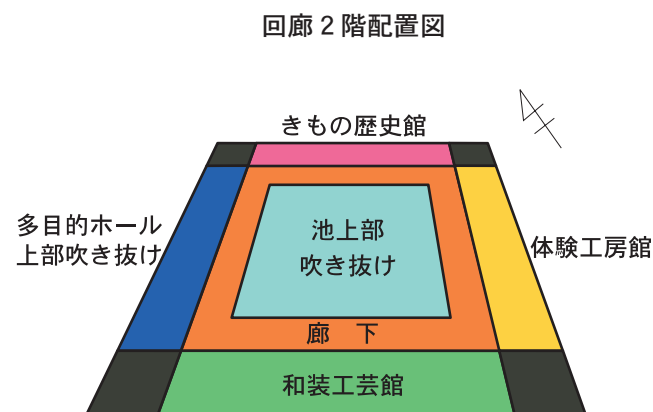
既存の博物館とは異なった切り口で「十日町きもの」の美しさ、楽しさを前面に出した展示をします。また、直接きものに袖を通したり触れたりできる空間や、著名人がいかに「粋」に「十日町きもの」を着こなしていたかなどを展示する空間も整備します。

- ◆入館料 大人・300円
中学生以下・100円

体験工房館

織り、染め、手描き、着付けの4コースで、短時間または複数日に渡って手作りを体験できるメニューを豊富に用意します。また、スタッフによる手織、染めなどの実演を見学することが出来ます。

- ◆体験料 500円～3,000円(長期コースは別途設定)



明石の湯の運営

利用者の健康増進、コミュニティの場、さらに新たな観光客の誘致もできるように運営します。

施設の概要

- ◆最大収容規模 360人
- ◆浴室 大浴槽、企画風呂、寝湯、フィンランド・スチームサウナなど
- ◆その他の施設 無料休憩室(80畳、有料個室(8畳×2)、ラウンジ(50人収容)、仮眠室、ロビー、自販機コーナーなど
- ◆入館料金
 - 大人 500円
 - 子ども 300円
 - タオル 200円
 - 館内着 200円
 - 館内着 200円
 - ※回数券 500円券11枚綴り(5,000円)、500円券35枚綴り(15,000円)などを販売
 - ※有料個室 2時間2,000円、延長30分1,000円
 - ※高齢者割引 毎月平日に数回実施予定

食事の提供

クロス10内の小嶋屋・一誠館から温泉棟の無料休憩室及び有料個室に提供します。



開館時間・休館日

- ◆開館時間 午前10時～午後10時(最終入場は午後9時)
- ◆休館日 毎週水曜日

オープンまでのスケジュール

工事は現在内装面に入っており、外構工事も含めて6月中・下旬の竣工を目指して進められています。工事竣工後、備品などの搬入や一定期間の試運転(この間に市民を対象にした温泉施設の無料開放を計画)を行い、グラントオープンします。設定料金については、今後の運営のなかで若干の変更がある場合があります。

また、7月20日(日)からは、十日町ステージをメイン会場に「第2回大地の芸術祭アトリトリエンナーレ2003」が50日間にわたって開催され、地域の熱い夏が幕を開けます。

ごはんを 食べよう！



日ごろ、あたりまえのように食べている「ごはん」。このごはんが私たちの食生活にどれだけ役立っているか、ご存じですか。

近年、脂肪の摂り過ぎを原因とする肥満や、糖尿病などの生活習慣病の増加が問題となっています。生活習慣病の予防の観点からも、もう一度ごはんを中心に栄養バランスのとれた日本型食生活の良さを認識する必要があります。心と体の健康のため、もう一度「ごはん」を見直しましょう。

とした食事することによって、おいしく楽しい食生活をしながら、健康になることができます。

お米などに含まれる糖質は優先的にエネルギーとして消費されるので、太る原因とはなりません。むしろ、ごはんは粒食であり、そしゃくが必要で、消化・吸収がおだやかになるため、肥満予防に有効な働きをします。

またごはんは、お米に水をたっぷり吸わせて炊きあげることで、量わりにはエネルギーが低く、ダイエツトに効果的な食べ物です。

ごはんは便秘や 大腸がんの予防に有効

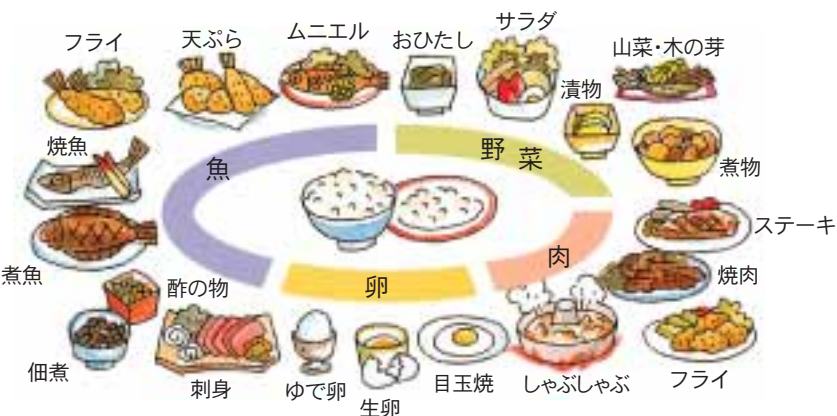
ごはんは整腸作用のある食物繊維と同様の働きをする難消化性でんぷん（レジスタントスターチ）を含んでいます。このため、便秘を防ぎ、ダイエツトや肌荒れ防止に効果があるばかりでなく、大腸がんの予防にも有効です。

またごはんには塩分・コレステロールは含まれないので、高血圧や高脂血症の原因にはなりません。

ごはんはどんな 料理にもよく合います

ごはんは、淡泊な味のため、どんな食材、どんな料理とも組み合わせやすく、和食・洋食・中華といった

いろいろな料理の主食となります。このため、魚・肉・卵・大豆製品などの主菜や野菜などの副菜をバランスよく摂ることができます。



朝からごはんを しっかり食べよう

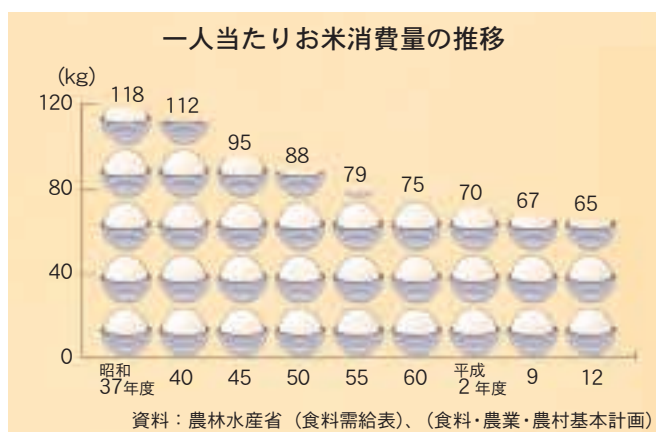
朝は食欲がなかったり、時間に余裕がなかったりしがちですが、朝ごはんは単におなかを満たすだけではなく、

◆寝ている間に下がった体温を上

お米の消費量は 年々減っています

お米は日本の食文化を作り上げてきた大事な食べ物です。ところが最近食生活が変化し、パンや肉類、加工食品などの消費量が増え、お米を食べる量が減ってきています。

お米の消費量は、平成12年度で1人1年当たり65kgとなり、ピーク時である昭和37年度の118kgに比べ、約半分にまで減少しています。



増加傾向にある 生活習慣病

近年、わが国の食生活は、肉類や脂肪の取り過ぎなど栄養バランスの

げ、体を温めることにより、一日の活動の準備をする

◆休んでいた脳の活動を活発にして、仕事や勉強の能率をあげるなどの大切な役割があります。特に、脳のエネルギー源である糖質は体内の貯蔵量がごく限られていますので、朝ごはんを食べないと頭が働きません。

朝食を食べている子 ほど学習意欲が高い

中学生を対象とした調査によると、朝食をきちんと食べている子どもほど学習意欲が高く体調もよいという結果が出ています。

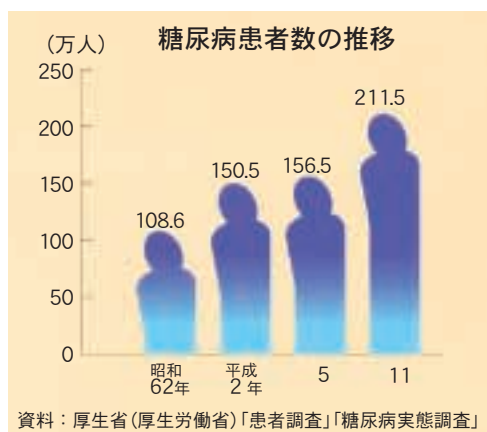
朝食をとらない子どもは多くは夜ふかして、ルーズな生活習慣が子どもの心身の健康を害します。朝ごはんが正しい生活習慣を作ります。



崩れによる、健康面への影響が深刻になっていきます。とりわけ、肥満、高血圧をはじめ糖尿病、脳や心臓の病気などの生活習慣病が増加しています。

厚生労働省が実施した「国民栄養調査」によると、40代男性では「肥満」の割合が3割を超えています。その一方、摂取脂肪エネルギー比率が適正比率（25％）を超える人のうち、脂肪の取り過ぎを自覚している人は2割にとどまっています。

日本人は、1年に約90万人が亡くなっていますが、そのうち約60万人は、がん、心筋梗塞、脳閉塞などの生活習慣病が原因となっています。



ごはん ヘルシーダイエット

ごはんを食べると太ると思つていませんか。実際には、ごはんを中心

ごはんを通じて 食料事情を学んで みませんか

もしも、みんなが毎朝ごはんを茶碗1杯多く食べると（茶碗1杯のご飯を精米60gで試算）

①水稲の転作面積が半分ですみます。平成14年度に水田面積の約4割に相当する101万haを転作してしましたが、このうちの60万haで作付が可能となります。

②食料自給率が現在の40％から47％になります。

③日本全国で稲の光合成により地球温暖化の原因の一つである二酸化炭素300万トンが吸収されます。

④日本全国で貯水（ダム）機能が12億トン（東京ドーム1,000杯分）も高まり、洪水を防止します。

ごはんでおいしく 楽しい食事を

ごはんのある食卓で、家族団らんや人とのふれあいを通じ、おいしい食事を楽しみましょう。みんなとごはんのある食卓を囲むことは、食文化や家庭の味の継承、食マナーを身につけるためにも大切です。

発掘された郷土の歴史

平成14年度の遺跡発掘調査

教育委員会では、今年度市内7地区で、遺跡の有無を調べる試掘調査を行いました。その結果、新たに5か所で新遺跡（どうじょう林遺跡、江道A・B・C遺跡、おおみちした大道下遺跡）が発見されました。調査に際し、多くの皆さんからご協力いただきありがとうございました。今年度調査した代表的な遺跡を紹介します。



馬場上遺跡

馬場上遺跡（西本町地内）は、現在の西小学校の校舎建設地を中心に周辺部に拡がっています。

小学校建設時の発掘調査で、古墳時代から奈良・平安・中世に至る住居や建物跡が59棟確認され、妻有の歴史を考える上で大変貴重な遺跡であることが分かっています。

今回遺跡の周辺でアパートの建設が計画されたため、9月末から10月初旬まで約200㎡の確認調査を行いました。その結果、従来考えられた馬場上遺跡の範囲が、その出土遺物や遺構の分布状態などから、市道本町西線方面へさらに拡張するとい

水沢館跡

水沢館跡（水沢地内）は、越後水沢駅の南方約150mに位置しています。宅地造成に伴い昨年度から5月末まで発掘調査を行いました。

出土した主な遺物は、中世〜近世にかけての陶磁器類（青磁・白磁、土師質土器・瀬戸美濃焼・越前焼・珠洲焼など）です。また、縄文土器・磨製石斧などの縄文遺物のほか、炭化米や銭貨も出土しています。

遺構は調査面積約320㎡の範囲に、600基近い柱穴類と溝跡が2基検出されました。柱穴には、礎石として一抱えもある扁平な石を置く大きなものから、20cmの小規模なものまでさまざまです。調査範囲が館跡の一部分であるため正確なことは言えませんが、中世の中でも時期を異にする複数の建物があったと考えられます。また、柱穴の配列から、ある一時期には南北8・5m×東西11・5m以上と南北7m×東西3・8m以上の大規模な建物が2棟存在したことが確認されました。遺物などから、これらの建物などは15〜16世紀（室町〜戦国時代）に築かれていたものと思われる。

館跡の東方約650mの高台には、要害城（戦時における砦）である桃山城があり、ペアをなして機能していたと考えられます。また、その

うことが分かりました。

出土した遺物は古墳時代の土師器や須恵器のほか、珠洲焼、青磁、瀬戸美濃焼、肥前焼、磨製石斧などです。発見された遺構は柱穴類が約90基と溝跡の一部です。溝（堀の可能性もある）からは主に珠洲焼が出土しているため、中世以降の遺構と考えられます。

周辺には、下梨子遺跡、上梨子A・B遺跡や情報館の建設時に発掘されたやせ舟遺跡などの遺跡が広く分布しており、新たな遺跡が眠っている可能性があります。



古墳時代のかめ

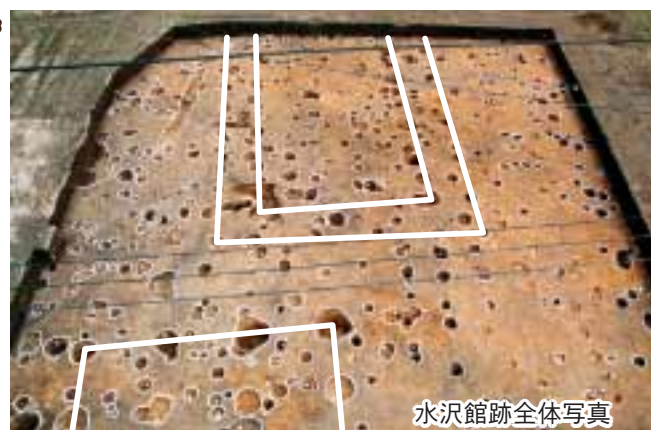
笹山遺跡の範囲確認調査

市では、国宝館火焰の都整備に向けて、国宝火焰型土器の出土地である笹山遺跡の範囲確認調査を、来年度にかけて計画的に進めています。

今年度は、笹山野球場の西側で10月〜12月にかけて行いました。遺物の有無や土石流の影響範囲、土石流

間には寺院があったと伝えられていることから、近くには集落跡もあると思われる。

水沢館跡は平成2年にも約800㎡の範囲が発掘され、空堀や柱穴が発見されています。遺構の残存状態も比較的良く、現況には土塁や空堀も残っています。今後は2回の調査成果を組合せ、詳しく検討することによって新たな事実が判明することを期待しています。



水沢館跡全体写真

どうじょう林遺跡

どうじょう林遺跡（四日町地内）は、四日町祇園社の裏手にある新潟県職員宿舍跡地に位置しています。社会福祉施設建設事業に伴い6月に

の下層に縄文時代の生活面が発見できるかどうかを確認するため、縦横2m、深さ約3m近くの試掘坑を9か所掘りました。そのうち数か所で縄文時代の地層や遺物を確かめることができました。

15年度はもう少し広範囲に試掘坑を設けて、遺跡範囲の絞り込みをしていきたいと考えています。

今後の調査

今年度、農業基盤整備事業に関連し、十日町美佐島地区で江道A・

試掘調査を行って、新しく発見されました。近くにはみたらせ川が流れ、神宮寺や真浄院などの古くからのお寺があります。

約40㎡の範囲を調査した結果、縄文土器や打製石斧、白磁、銭貨が発見されました。中国からの輸入品である白磁とともに、銭貨6枚（三途の川の渡し賃と言われている六道銭か？）が発見されたのは、市内では初めてのことです。残念ながら遺構は発見されませんでした。

白磁は直径9・6cmの小皿で、その形態から15世紀後半（室町時代）のものと思われます。銭貨は永樂通宝などの渡来銭です。当時としては高級な白磁と銭貨の存在から、このあたりに中世における地域の有力者の塚（お墓）があった可能性があり



試掘などで発見された遺物（どうじょう林遺跡ほか）

B・C遺跡（近世〜古代）、住宅団地造成事業に関連し、小泉地区で大道下遺跡（縄文時代）が新たに発見されました。これらの調査を15年度に行ないます。また、第2次笹山遺跡範囲確認調査なども予定しています。

埋蔵文化財は国民共有の財産です。発掘調査は規模の大小を問わず必要になります。今後も埋蔵文化財の保護にご理解・ご協力をよろしくお願い致します。

■問合せ 博物館（☎57-5531）

平成14年度 こども博物館Ⅳ どんぐりクッキー& どんぐりコーヒーをつくろう！

縄文人が食べていたどんぐりを使って、クッキーとコーヒーをつくりま



日時	2月8日(土) 午前9時30分～午後4時
会場	博物館
定員	小学4～6年生 20人※先着順
参加費	500円（材料費・食代）
持ち物	エプロン、三角巾、動きやすい服装で
申込み	1月31日(金)までに、参加費を添えて
問合せ	博物館（☎57-5531）へ



ほんやらほんやらホーイホーイ

1月14日(火)に下条保育所の子どもたちが特別養護老人ホーム「三好園」を訪れました。下条保育所で毎年恒例となっているお年寄りとのふれあいです。子どもたちは列をつくり、拍子木を打ち鳴らし、元気いっぱい「鳥追いの歌」を披露しました。懐かしい歌声に、お年寄りから満面の笑顔がこぼれ、全員による合唱が始まりました。歌でよみがえるあの懐かしい小正月。世代の垣根はいつの間にか消えていました。

110番は正しい利用を
十日町警察署では、1月10日(金)の「110番の日」に正しい110番の方法を知ってもらうため、ジャスコ十日町店で街頭宣伝を行いました。
この日は、一日十日町警察署長に任命されたミス十日町雪まつりの高野綾子さんと署員が、通報時の留意事項などが記載された「110番の日」のチラシなどを買ひ物客に配付し、正しい利用方法を呼びかけていました。



筆に心を込めて 市民書初大会

第8回市民書初大会が1月19日(日)にクロス10で開催され、小・中学生を中心に約180人が参加しました。

岡村喜市書道協会会長からは「筆は魔法のように心を写し出します。心を込め元気いっぱい書いてください」とあいさつがありました。その後参加者は会場いっぱいに広がり、真剣なまなざしで書き初めに取り組んでいました。全作品は雪まつり期間中、公民館本館で展示されます。



まちの話題

T O K A
M A C H I
TOPICS

このコーナーは、まちの話題や活動などを紹介しています。情報がありましたら、企画人事課広報聴係(☎57-3111内線213)へ、お気軽にお寄せください。

tokamachi topics

tokamachi topics



と き **2月1日(土)午後6時～8時**
ところ **クロス10大ホール 入場料無料**
プログラム

- 滝沢実行委員長あいさつ
- 平山知事あいさつ ほか
- 芸術祭全体企画発表
参加アーティスト、作品プラン紹介など
- 地域グループなどの取り組み紹介
- てい談

・永井多恵子氏 ・平山征夫知事 ・北川フラム氏



○永井多恵子氏
プロフィール

元NHK解説委員。現在は東京クリエイション大賞選考委員、世田谷区文化生活情報センター館長、中央教育審議会、社会保障審議会の各委員、文化経済学会理事長として幅広く活躍中。

第2回 大地の芸術祭



大地の芸術祭企画発表会を開催します

いよいよ今年、7月20日(日)から9月7日(日)までの50日間、『第2回大地の芸術祭・越後妻有アートトリエンナーレ2003』が開催されます。
そこで、大地の芸術祭・花の道実行委員会(滝沢信一実行委員長)では、より多くの人に芸術祭の魅力を紹介するために、企画発表会を開催します。
当日は、先般実行委員会が受賞した「アートシーン創造賞」

の選考委員をつとめた永井多恵子氏、名誉実行委員長の平山知事、北川総合コーディネーターによるてい談も行います。
企画発表会はだれでも参加できますので、気軽にお越しください。第2回目の芸術祭に、皆さんからより一層のご理解とご支援をいただきますようお願いいたします。■問合せ 事務局・十日町地域広域事務組合企画振興課(☎57-2637)



身障センターに入浴設備

十日町市身体障害者福祉センターに待望の入浴設備が完成しました。1月8日(水)、入浴サービス開始式が行われ、施設利用者や関係者など30人が参加しました。
これまで同センターは、障害者の機能訓練や創作活動などが中心の施設でした。機能訓練室の一部を改築し、脱衣室と浴室を整備したものです。一般浴と機械浴ができ、1日5～6人の利用が可能です。利用者から喜ばれています。

国際雪像コンテストで連続銅メダル

1月10日(金)～13日(月)の4日間、中国のハルビン市で「第8回ハルビン国際雪像コンテスト」が開催されました。このコンテストに3年連続で招待された本町1丁目の十日町雪像製作チームの作品「鶴の舞」が、昨年に続き、見事3位(銅メダル)に輝きました。4m四方の人工雪のブロックを4人以内が手作業で彫刻し、その出来栄を競うコンテストには、14か国23チームが参加しました。



ぼくらの出番

10

●飛渡第一小学校 せせらぎ児童会

伝統行事でふるさと再発見

せせらぎ児童会では、地域の伝統行事を受け継いでいこうと、毎年1月に「さいの神」を行っています。「さいの神」を包んだ炎が舞い上がると、42人の児童は、習字の上達や健康などそれぞれの目標を心に誓っていました。その後、残った炭を互いの顔に塗りあう遊びでは、真っ黒な顔から白い歯がこぼれていました。

◆小田尚和先生

飛渡第一小学校では、ふるさと環境学習を行っています。「さいの神」は地域独自にやっている所が多いようですが、伝統行事を児童会全体で取り組むことで、学年を超えた新たな体験学習につながっています。



◆橋本直樹さん（総務委員長6年）

「さいの神」は、秋に4・5年生が収穫したワラを、みんなで運んで組み立てました。ぼくは、中学校に行っても元気で過ごせるようお願いします。行事のあとの甘酒がとてもおいしかったです。

◆藤木奈央さん（総務委員5年）

炭塗りがとても楽しかったです。上級生も下級生もみんなで仲良く「さいの神」行事をすることができました。私は今年、習字が上達するように祈りました。もちろん習字の練習もがんばります。

◆梁取裕校長先生

昔から伝わる伝統を、地域や保護者の皆さんといっしょに受け継いでいけるのは良いことです。伝統行事に取り組むことで、『ふるさと飛渡』を愛する子どもが増えてくれればと願っています。児童会の活動が郷土のすばらしさに触れる絶好の機会になっています。



左から、梁取裕校長先生、藤木奈央さん、橋本直樹さん、小田尚和先生



ゴゴゴ
ほくほく線

月のイベント情報



〈第53回六日町雪まつり〉▼2月8日(土)〜9日(日)▼六日町雪まつり特設会場▼六日町駅から徒歩10分▼昔ながらの料理が味わえるふるさとふれあい店、雪の舞台での郷土芸能ステージショー、さいの神、ほんやら洞など雪国ならではのイベントが2日間にわたり開催されます▼六日町観光協会(☎025・7727171)

〈雪まつり「You・悠・遊」〉▼2月22日(土)〜23日(日)▼高柳中学校グラウンド周辺▼十日町駅からタクシー35分▼巨大もちつき大会、ステージショー、巨大迷路、雪像、じよんのびのれん街などが開催され大いににぎわいます。前夜祭では雪上打ち上げ花火が冬の夜空を彩ります▼高柳町役場地域振興課(☎0257412233)

〈越後まつだい冬の陣〉▼3月8日(土)〜9日(日)(申込締切2月28日金)▼松代駅から徒歩3分▼城下町から松代城までの約3kmの間に仕掛けられた数々の難関を乗り越える、雪中鉄人レース。優勝者には米一石、完走者の中から抽選で海外旅行が当たります▼松代町企画振興課(☎02559・7・2220)



No.213

新座保育園



酒井里菜ちゃん
(6歳)



一輪車に乗りながらフラフープを飛んでいるの。最初はむずかしかったけど、いっしょうけんめい練習してできるようになったの。とってもうれしかった。

庭野拓人ちゃん
(6歳)



保育園のお友だちとこま回しをしているところだよ。みんなでいろいろな色のこまを作ったんだ。こまの投げ方を研究して、いっぱい回せるようになったんだよ。



昔そして今



長谷川一郎さん(下山) 77歳

4人の姉がいる農家の長男として生まれましたが、体が弱く、両親は育つのか心配したそうです。母は、私が2歳のときに亡くなってしまいました。小さいころは、近所に同年代の子どもがいなかったため、木工細工などの1人あそびが主でした。昭和14年に下条尋常高等小学校を卒業し、農業に従事しながら青年学校に通いました。青年学校は、「青少年に軍事的基礎訓練をほどこすことを目的」に開設されたもので、私

も小銃や機関銃の操作や戦闘訓練を年間30日程度、6年間受けました。19年に養母も亡くなり、姉も嫁いでいたため、この年の暮れに親せきの紹介で結婚しました。20年9月に招集されることになりましたが、前月に終戦を迎えました。戦後は、稲作を中心とした農業をしてみました。30年ころからは養蚕もはじめました。年3回の出荷は現金収入で家計にはありがたいものでした。しかし、化学繊維などの台頭で価格が下がりはじめたため、養蚕は10年ほどやめました。今は、田んぼの耕作は人に任せ、健康のためと思い、自家用の野菜づくりだけしています。地域の歴史に興味があり、20年ほど前から博物館友の会の歴史グループに加入しています。また、6年前にはじまった公民館の歴史講座に参加し、下条の歴史を学んでいます。それぞれ、月1回の開催ですがそこの雑談も楽しみの一つとなっています。地区の老人クラブに60歳から加入しています。国道の空き缶拾いやパーキングエリアにある花壇の手入れ、老人福祉施設への野菜の差し入れなどの奉仕活動に汗を流し、少しでも人の役に立てることを喜んでいます。

雪国のくらしを支える思いやり

雪害対策室からのお願い



本格的な降雪時期を迎えました。毎年この時期には雪が原因のトラブルが市内各所で発生しています。私たちの生活に大きな影響を及ぼす今後の気象情報と、冬の生活を安全に過ごしていただくためにお願いしたい事項をお知らせします。互いに助け合い雪国の冬を快適に過ごしましょう。

気象情報

新潟地方気象台発表の2・3月の予報をお知らせします。
○2月は平年と同様に、雪または雨の日が多く、降雪量は平年並でしょう。
○3月は周期的に天気が変わるでしょう。降雪量は少ない見込みです。今後も天気予報に注意を払い、安全確保を心掛けてください。
雪下ろしについて
雪下ろし作業中の事故が毎年発生

道路使用について

道路への雪捨ては市条例で規制されています。やむを得ず道路に雪を出す場合には道路わきに積み上げる

流雪溝の使用について

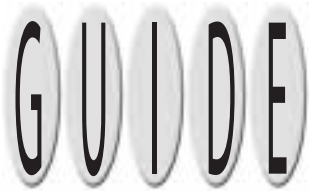
時間外や無理な投雪は他の利用者の迷惑となるばかりでなく、水上がり事故の原因にもなります。ルールを守って適切に利用しましょう。
○作業中は流雪溝のふたが開いていることを知らせるために、赤い旗を立ててください。また作業後は速やかにふたを閉めてください。
○転落防止のためふたにしてある十字枠は絶対に外さないでください。
○流雪溝に投雪するときは、できるだけ雪を細かく砕いて入れてください。

より快適に冬を過ごすために

○自動車を運転するときは、水はねなどで歩行者に迷惑をかけないよう気配りある運転をしましょう。
○家の周囲での雪壁崩落や消雪池・流雪溝への転落事故も少なくありません。特に幼児や高齢者が事故に遭わないように十分注意しましょう。
○小型除雪機の事故が毎年多発しています。雪が詰まったときは、必ずエンジンを止めてから雪を取り除きましょう。
○冬期間、消雪用水のくみ上げにより地下水がかれる恐れがあります。必要がない場合でも散水されていることが見られます。水は限られた資源です。節水に努め、適切に利用しましょう。
○降雪・積雪状況により交通規制が行われることがあります。ご理解ご協力をお願いします。
○国道の消雪パイプの故障などを発見したら、十日町土木事務所維持管理課(☎57-5203)または、市役所建設課克雪利雪対策室維持係(☎57-3111内線271)までご連絡ください。

問合せ

十日町市雪害対策室
(☎57-3111内線291)



お知らせ・ガイド
市役所 TEL 57-3111



2月のどんぐり「おはなしのへや」

読み聞かせ、パネルシアターなどを行います。■日時■22日(土)午後3時■会場■情報館■問合せ■情報館(☎50-5100)

2月のなかよしランド

親と子(3歳未満児)のふれあいの場を提供します。■日時■4日(火)・18日(火)・25日(火)の午前10時〜11時※4日は豆まき■会場■サンクロス十日町■申込み・問合せ■公民館本館(☎57-5011)

スキー教室 in 当間

■日時■2月22日(土)・3月8日

グレステンカップ桂スキー場スラローム大会

(土)の午前9時30分〜11時30分■会場■上越国際当間スキー場■受付■当日の午前9時〜9時20分、無料休憩所内で■講習料金■1回2,000円(リフト券別)■問合せ■総合体育館(☎52-4377)

■日時■2月23日(日)午前8時30分〜受付■会場■桂スキー場(中条)■参加資格■健康上競技に支障のない人■参加費■高校生以上1,000円、中学生以下500円(保険は各自で対応)■申込み・問合せ■2月17日(月)までに十日町スキークラブ本部(明石町ホンマ科学棟内☎57-2493)※当日午前8時30分〜9時30分の間、当日申込みも受付けます

第6回庭野スポーツ杯中学生フットサル大会

■日時■2月9日(日)午前9時〜午後5時■会場■総合体育館屋内運動場■参加費■一チーム2,000円(保険料含む、当日徴収)■チーム編成■GKを含め5人(登録人数の制限なし)■申込み・問合せ■申込用紙(総合体育館に配置)を2月2

第6回庭野スポーツ杯フットサル大会

日(日)までに総合体育館(☎52-4377)または協会事務局・佐藤和彦(本町6-1☎090-1114-6014)へ提出

■日時■3月2日(日)・9日(日)午前9時〜午後5時■会場■総合体育館屋内運動場■参加資格■一般社会人■参加費■一チーム3,000円(保険料含む、当日徴収)■チーム編成■GKを含め5人(登録人数の制限なし)■申込み・問合せ■申込用紙(総合体育館に配置)を2月20日(木)までに総合体育館(☎52-4377)または協会事務局・佐藤和彦(本町6-1☎090-1114-6014)へ提出



シルバー人材センター会員募集

■就業職種■公民館などの施設管理■就業内容■原則1年間、時間・日曜日前8時30分〜午後5時15分・平日午後5時15分〜10時30分、2人の交代就業■募集人数■10人程度■応募資格



参加者大募集！ 2/15(土) 第6回ゆきリンピックinあてま

第54回十日町雪まつりの1会場、「雪まつりベルナティオ広場」では、2月15日(土)に「ゆきリンピックinあてま」を開催します。子どもから大人まで楽しめる豪華賞品争奪の雪上運動会です。賞品にはベルナティオ宿泊券などを用意しています。

競技出場、会場入場ともに無料です。また、会場内には無料休憩所、模擬店もあります。今年の雪まつりはぜひベルナティオでお過ごしください。

＜自由参加以外の参加申込み＞

「第6回ゆきリンピックinあてま参加申込書」に必要事項を記入のうえ、下記に郵送またはFAXで申し込んでください。(先着順)

問合せ・申込先=榊当間高原リゾート企画部内 雪まつりベルナティオ広場実行委員会
〒949-8556 十日町市珠川 TEL58-2752、FAX58-4158

Ⅱ昭和13年4月2日～20年4月1日生まれで、健康で働く意欲のある市内在住者■申込み・問合せⅡ2月14日(金)(当日消印有効)午後5時15分までに、履歴書をシルバー人材センター(本町6―1四ツ宮荘内☎57―5708)へ提出

新潟県ゆめ・わざ・ものづくり支援補助金

中小企業などが行う次の経費の一部を補助します。■種類Ⅱ①ゆめづくり支援補助金Ⅲ新たな事業展開の準備段階に要する経費②わざづくり支援補助金Ⅲ新しい技術の研究開発などに要する経費③ものづくり支援補助金Ⅲ新たな事業展開を図る場合の商品開発に要する経費■募集締切りⅡ2月21日(金)■申込み・問合せⅡ県産業労働部産業振興課育成支援係(☎025―285―5511内線2781)



税金を納めて広がる豊かなくらし 1月の納税・納付

1月は国民健康保険料第7期と介護保険料第7期の納付の月



2月の休館日

- 公民館本館Ⅱ毎週月曜日、11日(建国記念の日)
- 総合体育館Ⅱ毎週火曜日
- 博物館Ⅱ毎週月曜日
- 情報館Ⅱ毎週月曜日、28日(金)
- 勤労青少年ホームⅡ毎週日曜日、11日(建国記念の日)

2月15日(土)は児童館を休館します

青少年ホーム内で運営している「児童館」は、雪まつり行事などのため、2月15日(土)は休館します。■問合せⅡ健康福祉課

とおかまち男女平等プラン

ひとひと「女と男」共に輝くまちづくり ⑩

リプロダクティブ・ヘルス/ライツってなに？

～自分の体を守る知識がありますか？～

健康は、誰もがいきいきと暮らしていく上での基本的な課題です。健康な生活を送ることを権利ととらえ、特に女性の健康の自己決定権を保障しようとする考え方をリプロダクティブ・ヘルス/ライツといいます。

リプロダクティブ・ヘルス/ライツの理念には、いつ何人子どもを産むか産まないかを選ぶ自由、安全な妊娠・出産などを人権として保障することなども含まれています。

例えば更年期の体調の不良を、周囲から更年期障害と簡単に片づけられることがあります。これを我慢するのではなく、婦人科などの医療機関を受診し心身ともに良好な状態で過ごすことは、女性自身が自分の健康を守る大切な権利なのです。

からだのことでお悩みの人は、各地区の健康相談会場(市報裏表紙で紹介)に気軽にお願いください。相談は無料です。

【相談窓口】健康福祉課保健予防係(内線141)

所得税・市民税の申告相談が始まります

平成14年分所得税・15年度市県民税の申告相談が始まります。■自書申告を実施します

職員は相談には応じますが、計算と申告書への記入は皆さん自身が行うことになります。当日は電卓とボールペンを持参してください。また、できる限り自宅で記入し、わからないところだけ相談会場で記入するようにしてください。会場が混雑しないために協力ください。■地区ごとに相談日が決まっています。会場は市役所

＜申告相談日程表＞

地区	期日	時間
十日町	2月17日(月)～19日(水)	午前9時～午後4時
六箇・吉田	2月20日(木)・21日(金)	
中条	2月24日(月)～26日(水)	
下条	2月27日(木)・28日(金)	
川治	3月3日(月)～5日(水)	
水沢	3月6日(木)・7日(金)・10日(月)	
予備日	3月11日(火)～14日(金)・17日(月)	

介護・国民年金・国民健康保険料は課税所得額から控除されます

混雑をさけ、待ち時間を短くするために、市では地区ごとに申告相談日を設けていますので、該当する日においでください。ご自分の該当日に都合のつかない場合は、予備日をご利用ください。■問合せⅡ税務課市民税係(内線117)

控除の対象となるのは、平成14年1月から12月までの1年間に納めた介護保険料・国民年金保険料・国民健康保険料の全額です。本人の保険料だけでなく、申告者が家族のために納めた場合も対象になります。また、昨年中に納めたものであれば、過去の保険料も対象になります。

■14年の国民年金保険料(月額)Ⅱ《定額保険料》13,300円(付加保険料)400円※市では2月中旬に介護・国民健康保険料の納入額を通知します。

■問合せⅡ《介護保険料》介護保険課介護保険係(内線161)《国民健康保険料》税務課管理収納係(内線113)《国民年金保険料》新潟社会保険事務局六日町事務所(☎025―770―2211)

で、テレホン相談にも応じています。■相談・問合せⅡ新潟県司法書士会(☎025―228―1589)

労働相談は労政事務所へ

労政事務所は労働に関する相談に常時応じている県の機関です。賃金・解雇・労働条件などに関する悩み事を気軽に相談ください。相談は無料、秘密は厳守されます。■相談時間Ⅱ平日の午前8時30分～午後5時15分■問合せⅡ長岡労政事務所(☎0258―37―6110)

ルーム献血にご協力ください

冬期間は血液が不足します。患者さんの生命を守るには、毎

むし歯のないよい歯の子			
12月の3歳児健診を受けた子34人			
よい歯の子		住所	保護者
関口美輝	(学校町1)	正輝	
古澤敦樹	(北鑑坂3)	辰美	
若山亜莉	(吉田山谷)	万寿夫	
小林亨	(学校町2)	和裕	
小金子史明	(城之古1)	充	
鈴木未矢	(山本町4)	久彰	
鈴越平	(本町4)	憲夫	
内中村	(新座4の2)	豊	
	(高田町2)	和夫	
	(谷内丑1)	徹	
	(谷内丑2)	靖広	



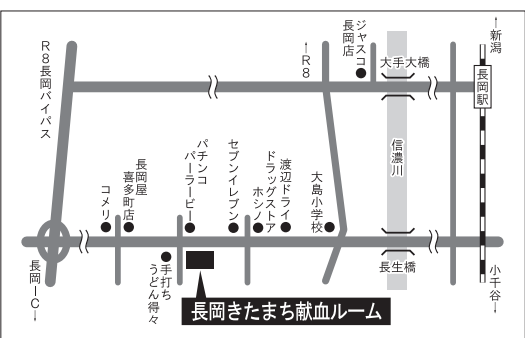
税理士による還付申告無料相談

期日	氏名	所在地	電話番号
2月5日(水)	服部團一	千歳町3	57-3151
	高橋ヨシ史	美雪町3	57-8750
	中村雅	昭和町3	57-8482
2月6日(木)	宮内孝	高田町2	52-3813
	水落信	寿昭和町3	57-2548
	中井栄一	西本町2	57-8482
2月7日(金)	和久井工	本町6	52-2073
	大井康幸	津南町2	65-2542
	大桑原公	本町	52-3122

少額な還付申告相談や申告書の作成を無料で行います。内容によっては低額な料金となることもありますので申込み時にお確かめください。■事前申込みⅡ平日の午前9時30分～午後4時、各税理士事務所へ

日の安定した血液確保が必要です。平日のルーム献血にご協力ください。

★「長岡きたまち献血ルーム」



■場所＝長岡市喜多町1113

■受付日時Ⅱ大みそかと元日を除く毎日、午前9時30分～午後5時■種類Ⅱ全血献血・成分献

2月の交通安全キャンペーン

スリップ事故の防止

これからの時期は、積雪により左右の見通しや路面状況が悪くなります。ドライバーも雪道の運転に慣れたところですが、ちょっとした油断が大きな事故につながります。スピードを控え十分な車間距離を保ち、安全運転に努めましょう。

12月の交通事故発生状況 ()内は1月からの累計

年	発生件数	負傷者数	死者数	物件事故数
13年	27 (224)	29 (262)	1 (4)	67 (580)
14年	20 (225)	24 (290)	0 (0)	66 (604)

※昨市内での交通死亡事故 0

ご覧ください NHK総合テレビ 『小さな旅』

赤倉集落の鳥追い・ほんやら洞や節季市のようななどが紹介されます。

■2月2日(日) 午前8時～8時25分

血■問合せ(フリーダイヤル)Ⅱ0120-056339

【訂正とおわび】市報12月25日号15ページ、「女と男共に輝くまちづくり」学校で取り組みが進む男女混合名簿」に誤りがありました。県内中学校実施済みは約76%ではなく約37%です。訂正しておわびします。



乳幼児健康診査 会場：保健センター

事業名	期日	受付時間	対象児
3歳児健診 〔3歳6か月児が対象です〕	13日 (木)	午後1時～1時30分	11年8月 生まれの幼児
1歳6か月児健診	19日 (水)	午後1時～1時30分	13年8月 生まれの幼児
4か月児健診	26日 (水)	午後1時～1時30分	14年10月 生まれの乳児
2歳6か月児身体測定	今月はお休みです。		
10か月児身体測定	26日 (水)	午前9時15分～10時	14年4月 生まれの乳児

- ① 1歳6か月児・3歳児健診は歯科検診があります。
② 4か月児健診を受けない場合は、保健予防係まで書類を取りに来てください。
③ 3歳児健診前に検査セットを送りますので、届かない人は保健予防係（内線141）まで連絡してください。



休日救急医

期日	医療機関名	住所	電話番号
2日(日)	大熊内科医院	山本町1	52-7066
	中条病院	北原	57-3018
9日(日)	山口医院	下条中央通り	55-2003
11日(祝)	大島医院	川原町	52-2957
16日(日)	大坪医院	四日町新田2	57-6100
	津南病院	津南町	65-3161
23日(日)	庭野医院	寿町4	52-2711



すくすく教室 ～離乳食と育児～

日時：4日(火)午前10時（受付：9時45分）～11時

会場：保健センター

対象：14年8・9月生まれの乳児の保育をしている人

問合せ：健康福祉課健康増進係（内線143）

●健康相談 保健師による相談

期日	会場	時間
3・10・17・24日(月)	保健センター	午前9時～11時30分
18日(火)	新座コミュニティセンター	午前9時～11時30分
	大井田コミュニティセンター	午後1時30分～4時
	川治地区公民館	午前9時～11時30分
	北和会館	午後1時30分～4時
20日(木)	吉田就業改善センター	午前9時～11時30分
	吉田山谷集会所	午後1時30分～4時
	飛渡地区公民館	午前9時30分～11時30分
21日(金)	羽根川荘	午前9時～11時30分
	水沢地区公民館	午前9時～11時30分
	平成園	午後1時30分～4時
28日(金)	中条地区公民館	午前9時～11時30分
	北原集落センター	午後1時30分～4時
	下条地区公民館	午前9時～11時30分
	上新田公民館	午後1時30分～4時

※健康手帳のある人はご持参ください。

●高齢者職業相談

毎週月～金曜日 午前9時～午後4時

会場：高齢者職業相談室（市役所1階）

※55歳未満の人もお気軽にご相談ください。

●定例行政相談

14日(金) 午前10時～午後3時

会場：市民相談室

●法律相談 電話で市民生活課市民係へ要予約

6日(木) 小村 隆弁護士

13日(木) 細貝 巖弁護士

20日(木) 佐藤伍一郎弁護士

27日(木) 高野 毅弁護士

午後1時30分～4時

会場：市民相談室

●ふれあい福祉センター心配ごと相談

毎週火・木曜日 ※11日(火)を除く

午後1時～4時

会場：十日町市社会福祉協議会

編集後記

◆4月から障害者への福祉サービスの多くが支援費制度に移行します。この制度は、これまで行政が行っていた措置から、利用者目らがサービスを選択できるように改正されたものです。先般、身体障害者福祉センターに入浴施設が整備され、開始式を取材しました。安心して入浴できる設備が整ったことに、利用者や家族は喜んでいました。サービスの選択肢が広がる、在宅での生活がより快適に送れるための制度の充実を願っています。（村）◆「昨年1年間、市内では交通事故死事故がなかったんです。昭和41年から統計をとって以来はじめての快挙なんですよ。市民生活課で交通担当をしている1君が少し誇らしげに語った。『本当はこのことを市報に大きく取り上げてほしいんです。だけど交通事故がなくなっただけではないし、いつまた事故が起きるかもしれない』と顔を曇らせた。交通事故の悲惨さをよく知ることがうへの無事故の喜び。そしていつまた事故が起きるかもしれないという恐れ。『昨年内で交通事故死事故0』という一行の裏に、どれだけ多くの人々の願いと地道な活動があっただろう。か。これからの悲慘な事故に遭わないよう、また起こさないよう。みんなで交通安全を心がけましょう。（小）

十日町市民の願い
雪の国のきもの町で
今日よりすばらしい
明日を夢みて
今日に限りない
感謝をささげ
今日を人々のために
働けることを
念じてやまない