



## 小千谷を描くNo.460 稲荷町のお稲荷さま裏より

六月も半ばですが、市内は空梅雨の気配です。  
お稲荷さまのご社殿も強い陽さしの中で光っていました。  
これではいつくらくお稲荷さまだたつて、のどがお渴きでしようなどとシャッキラも  
ないことを思いながら拝ませてもらいました。  
ここのお稲荷さまは、わが幼少のみぎりには、探検ごっこ遊び場でした。現在の  
子どもは、ここらで遊ぶでしょうか。

(絵と文・西脇正久さん)

### ●今月の主な内容

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 市民と市長の懇談会報告            | 2～3 |
| 『緊急情報メール配信サービス』を開始します  | 4～5 |
| 市庁舎を耐震化します             | 6～7 |
| 風しん予防ワクチン接種費用の一部を助成します | 8   |
| 市内の空間放射線量測定結果          | 9   |
| 熱中症に注意！                | 11  |
| 図書館新刊紹介                | 15  |
| 二荒さまのお祭り               | 16  |
| 消防団員募集                 | 19  |
| 健康の情報                  | 20  |

おおぜいのみなさんのご参加ありがとうございました

## 「市民と市長の懇談会～市長と語ろう 小千谷の明日～」報告



今年も市内9会場で、谷井靖夫市長が平成25年度予算や主要事業について報告し、みなさんと意見交換を行う「市民と市長の懇談会」を開催しました。

今回は「高齢者の生きがいづくり」をテーマに、みなさんからご意見、ご提案をいただきました。懇談会でみなさんからいただいたご意見などを取

りまとめ、今後どのように市政に反映すべきか関係部署と協議していきます。

今回の懇談会に参加されたみなさんからの「高齢者の生きがいづくり」についての発言と、それに対する市長の回答を抜粋して紹介します。

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-35 07

### 高齢者向け事業(いきいきサロン、デイホームなど)について

#### 発言

出席者が高齢化・固定化しています。また老人クラブなどは新規会員も入らず、休止状態となっているクラブもあります。

#### 回答

行政側も、高齢者はこうあるべきだという従来の固定観念を改めなければなりません。高齢者と現役世代は別の世界だと決めつけているかもしれません。

今後は型にはめず、いろんな方が参加して楽しいと思えるものにするには、どのようにすればよいか工夫していくのが課題だと感じています。

#### 発言

女性に比べて男性の参加者が非常に少ないです。男性の参加者を増やすよい方法はないでしょうか。

#### 回答

私は時水の城山によく登りますが、山で出会う方の7割以上が女性です。逆にシルバー人材センターの登録者は、男性の方が多いです。なぜそうなるのか、もっと深く掘り下げて考えていきたいと思います。

中には、いきいきサロンやデイホームなどに出て、年寄り扱いされるのが嫌な方もいらっしゃいます。また、女性はお茶を飲みながらおしゃべりしているだけでいいと言う人もいますが、男性はなか

なかそれができません。

ただ、しゃべるといふことは一番頭を使うようで、おしゃべりな人の方が、認知症になる危険性が $\frac{1}{3}$ くらいになるという研究結果もあるようです。

#### 発言

農作業が忙しくて、いきいきサロンやデイホームなどに参加できませんが、主催者からは出席率が悪いと言われます。

#### 回答

田畑に行かずに、高齢者向け事業に出席しなさいというのは本末転倒な話です。農作業が生きがいというのは、一番幸せな姿で理想的だと思います。野菜づくりが得意な方は、収穫した野菜をサンプラザのけやきパークなどで販売してお小遣いを稼ぎ、まとめたお金で年に1回旅行すれば、それが生きがいになります。



△デイホームでの保育園児との交流活動

高齢者の就労対策について

発言

山間地には田畑がたくさんあり、高齢者は農作業ができませんが、市街地には高齢者が働ける場所がありません。

回答

シルバー人材センターやワークプラザなどで、いろいろな仕事をしてほしいと思います。私は常々、シルバー人材センターの仕事が増えるためにはどうしたらよいか考えています。

発言

「むしろ」の編み方など、高齢者の方が持っている技や伝統的なものを次世代の若い人に伝えていけるようにしてほしいです。若い人たちは、「教えてほしいがどこに行けば教えてもらえるのかわからない」という人もいます。

回答

芸能に関してはいろいろとやっていきます。「むしろ」も買う人がいれば一生懸命作ってくれると思いますし、実際に作業をしながら、若い人や小さい子どもに教えていくとできるかもしれません。

発言

谷井市長自身が考える「高齢者の生きがいづくり」についての方策などがあれば、聞かせていただきたい。

回答

最も現実味があるのは、やはりシルバー人材センターを活用することだと思います。さまざまな仕事があり、それぞれの得意分野で働くことができます。ただ、年間の売り上げが1億5千万円ほどしかないのです。ほとんど活用していただきたいです。それ以外にも集落営農を行っている所もありますので、そちらの方で活躍されてもいいと思います。

また、1人ではなく、2人で一人前でもいいので、そういう仕事を生きがいにして身体を動かしていただきたいです。それが健康づくりにもつながりますので、生涯現役で仕事をしてほしいと思います。現在の高齢者の年齢は0・8掛けで、80歳の方でも昔の64歳くらいの方と同じ力があると言われています。



△障子の張り替え作業をするシルバー人材センター会員のみなさん

高齢者世帯への対応について

発言

高齢者のみの世帯が増えてきています。一人暮らし世帯も多いです。健康で身体を動かしているうちはいいですが、この先どうするかを真剣に考えていかなければならないと思います。

回答

そのような方々をどうやって見守るかというのは重要なことだと思います。議会でも質問がありました。新聞配達員やガス水道局の検針員に、異常があった場合、連絡してもらう方法もあります。また条件がありますが、一人暮らしの方には緊急通報装置も設置できますので、照会してください。

発言

どの町内も、町内会長がいて役員がいて各班に分かれて成り立っていると思いますが、中には高齢になって閲覧板を隣の家に回すこともできない世帯があります。町内や班の存続に関わる身近で重大な問題であると思います。

回答

平成52年には市の人口が今よりも26%減ると試算されています。当然それに合わせて、町内会組織も再編していかなければならないと思います。それぞれの地域のみなさんの気持ちもありますので、簡単にはできないかもしれませんが、考えていかなければいけない課題であると思っています。

その他の意見

- ▽65歳になったら高齢者向けの団体に入るという意識を持っていただきたい。
- ▽他の町内が高齢者向けにどのような事業を行っているのか教えていただきたい。また情報交換もしたいです。
- ▽まずは健康づくりが重要です。健康であれば生きがいは見つけられます。

平成25年度市民と市長の懇談会 参加者数

| 開催日      | 対象地区    | 会場           | 参加者(人) |
|----------|---------|--------------|--------|
| 4月22日(月) | 真人(北部)  | 若栃集落センター     | 26     |
| 4月24日(水) | 真人(里地)  | 真人住民センター     | 17     |
| 4月30日(火) | 川井・岩沢   | 岩沢住民センター     | 30     |
| 5月9日(木)  | 東山      | 東山住民センター     | 23     |
| 5月14日(火) | 千田・高梨   | 千谷センター       | 27     |
| 5月15日(水) | 東小千谷    | 勤労青少年ホーム     | 30     |
| 5月22日(水) | 山辺・吉谷   | 吉谷トレーニングセンター | 34     |
| 5月23日(木) | 西小千谷・城川 | サンプラザ        | 47     |
| 5月29日(水) | 片貝      | 片貝総合センター     | 57     |

# 『緊急情報メール配信サービス』を始めます

市では、災害時の避難情報や市民のみなさんを災害などから守るための緊急情報を電子メールで配信するサービスを6月25日(火)から開始します。

このメール配信サービスは、平成24年度に緊急情報を市民のみなさんに伝達することを目的として全世帯と事業所に配置した「緊急告知ラジオ」を補完する情報伝達手段の一つとして導入するものです。

多様なメディアを活用することは災害などから身を守るうえで非常に有効です。ぜひ登録をお願いします。

## 配信する緊急情報

①市が状況に応じて配信する情報（二例です）

▽避難情報（避難準備情報、避難勧告、避難指示）

▽災害発生情報

▽クマ出没情報

▽光化学スモッグ、PM2.5情報

## 登録作業を始める前に

パソコンなどからの迷惑メール拒否の設定をしている場合は、登録に必要なメールを受け取れない場合があります。

下記アドレスからのメールを受信できるように設定してください。

 ojiya-city@raiden.ktaiwork.jp

※迷惑メール拒否の設定をしていない方は、この作業は不要です。

※設定方法がわからない方は、携帯電話販売店にお問い合わせいただくか、各携帯電話会社のホームページなどをご確認ください。

## 登録手順①

受信を希望する携帯電話（スマートフォンなどを含む）やパソコンから下記の登録用アドレスに空メールを送信してください。

QRコードを読み取れる携帯電話をお持ちの方は、下記QRコードを読み取ると簡単に送信できます。

○登録用アドレス・QRコード

 bousai.ojiya-city@raiden.ktaiwork.jp



## 登録手順②

手順①の登録用アドレスにメールを送信すると、下記のようなメールが返信されます。本文に記載されているURL（アドレス）をクリックし、手順③（本登録）に進んでください。



## 利用上の注意点

①登録料や利用料はかかりませんが、メールの送受信にかかるパケット通信料（1通あたり1～2円）は個人負担となります。

②「小千谷市緊急情報メール配信サービス」は、NPO法人住民安全ネットワークジャパンが運営する「住民あんぜん小千谷・川口」（ 222@jmjp.jp）とは異なるメール配信サービスです。

※同じ内容の情報が配信される場合がありますが、両方のサービスに登録することをお勧めします。

※「住民あんぜん小千谷・川口」への登録方法は、危機管理課へお問い合わせいただくか、市ホームページ  <http://www.city.ojiya.niigata.jp> をご覧ください。

②全国瞬時警報システム(ジェイアラート)からの情報

- ▽緊急地震速報・中越地方での予測震度が5弱以上の場合
  - ▽震度速報・中越地方での最大震度が5弱以上の場合
  - ▽津波情報・新潟県沿岸に大津波警報、津波警報、津波注意報が発令された場合
  - ▽国民保護情報・弾道ミサイル情報、航空攻撃情報、ゲリラ・特殊部隊攻撃情報、大規模テロ情報の国民保護情報4項目が送信されるもので、当市に危険が及ぶことが予想される場合
  - ▽気象警報・気象情報・小千谷市に発表された大雨・洪水・暴風・大雪・暴風雪の各種警報、土砂災害警戒情報、記録的短時間降雨情報の気象情報
- ※右記の緊急情報のほか、不定期でテストメールを送信する場合があります。

■問い合わせ

危機管理課危機管理係 ☎83・3515  
 bousai@city.ojya.niigata.jp

登録手順④

下記のようなメールを受信したら登録完了です。



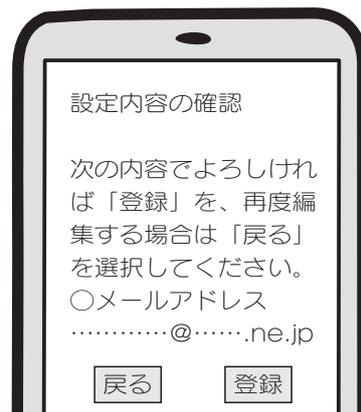
上記のような登録完了メールが届かない場合は、きちんと登録がされていない可能性があります。その場合は、手順②のメールからもう一度お試しください。手順②のメールが見当たらない方、また、メールを受信してから1週間が経過した方は、お手数ですが手順①から再度登録をお願いします。

登録手順③

下記の画面が表示されます。ご自分のメールアドレスであることを確認し、「次へ」をクリックしてください。



確認画面が表示されます。間違いがなければ「登録」をクリックしてください。



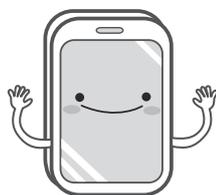
下記画面が表示されたら手順④へ



みなさんの登録をお願いします

外出先でも情報が  
入ってくる!

日中はテレビや  
ラジオが近くに  
無い方も安心!



# 市庁舎を耐震化します

建物の安全性と災害時の防災拠点機能を向上させるため、市庁舎を耐震化します。

市庁舎の耐震化工事は、「免震工法」で実施します。「免震工法」は一般の耐震補強工法とは異なり、主な工事部分が生建物の最下層に限定されます。

そのため、工事中も市役所の窓口業務を通常どおり行うことができます。

## ■なぜ市庁舎の耐震化が必要なの？

市庁舎は昭和44年10月に完成し、建築後43年を経過しています。耐震診断の結果、地震に対する対策が必要と判定されました。

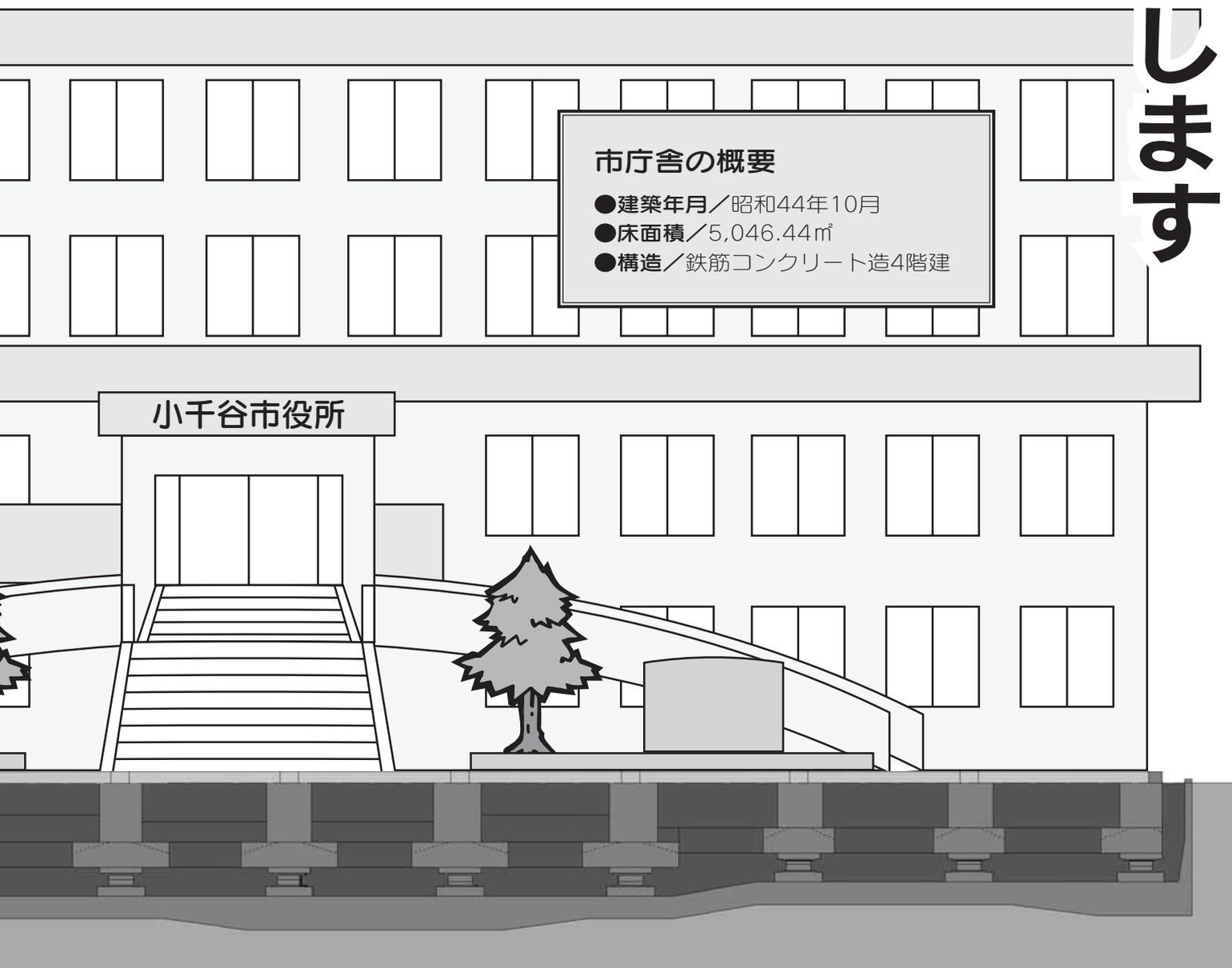
災害時には市庁舎に災害対策本部が設置され、防災拠点施設となります。そのためには市庁舎の安全性の確保は欠かせません。

今回の耐震化により、市の防災拠点としての機能を向上させ、市民のみなさんがより安全に市庁舎を利用できるようにしていきます。

## ■耐震化工事中の市庁舎の利用について

工事期間中は、市役所の窓口業務は通常どおり行う予定です。

ただし、市庁舎の一部の出入口が使用できなくなるなど、来庁されるみなさんにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。



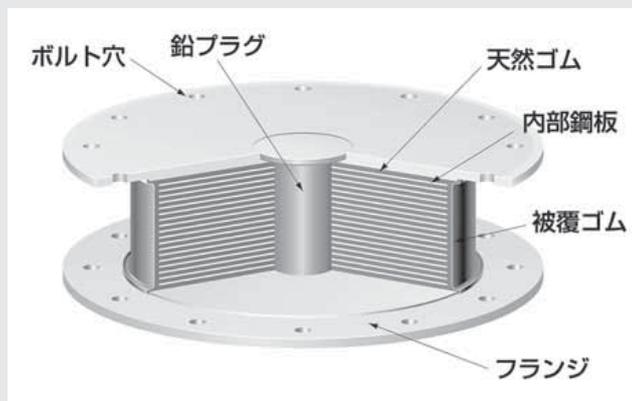
## 免震工法ってなに？

免震工法とは、建物の最下層に免震装置と呼ばれる装置を組み込み、建物を耐震性に優れたものにする工法です。

建物の最下層の柱を切り離し、切り離した部分に免震装置を設置することで、地震の揺れが直接建物に伝わらないようにします。

この工法により、地震発生時に建物がゆっくり平行に揺れ、建物の振動を弱めることができます。

## 免震装置



## 耐震化工事に伴い、市庁舎機能も充実します

### ● 防災拠点機能の強化

- ▷ 大規模災害に対応するため、自家発電設備の増設と燃料タンクの設置を行い、約3日分の電気を供給可能にします。
- ▷ 駐車場の一部に災害トイレを設置します。

### ● 省エネへの対応

照明器具をLEDに更新し、省エネ化を図ります。

### ● 老朽した設備などの更新

- ▷ 建築当時から使用している市庁舎内部の給排水管とガス管を更新します。
- ▷ 傷んだ床を貼り替えます。

### ● 駐車場増設工事

耐震化工事で職員駐車場の一部が使用できなくなるため、前庭を駐車場に改修します。

耐震化工事終了後には、既存駐車場と合わせて市民と職員の駐車場として有効利用します。

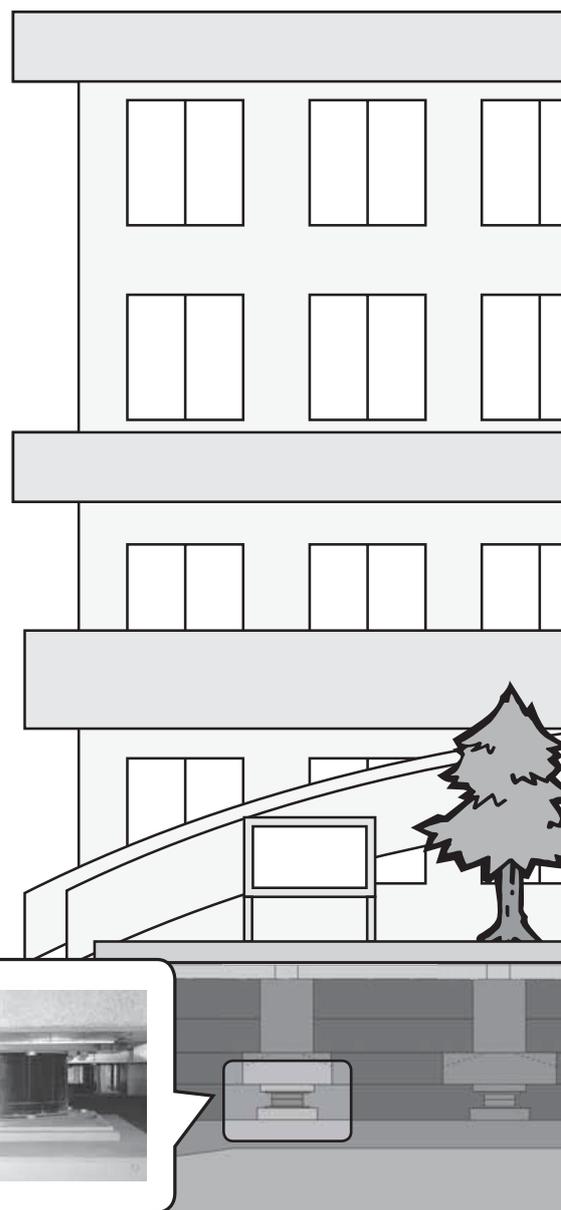
## ■ 工事期間

6月～平成26年11月



## ■ 問い合わせ

nigata.jp  
総務課庶務管財係 ■ 83  
・ 3 5 0 6 ■ soumu@city.ojiva.



# 風しん予防ワクチン接種費用の一部を助成します

首都圏を中心に全国的に風しんが大流行していることから、先天性風しん症候群の発生を防ぐことを目的として、風しん予防ワクチン接種費用の一部を助成します。

■対象／接種日において小千谷市に住所を有する方で、次のいずれかに該当する方

- ①妊娠を予定または希望する女性
- ※妊娠中は接種できません。
- ※接種後2か月間は妊娠を避ける必要があります。
- ②妊婦の夫または同居家族
- ※住民票上で同一世帯の方。ただし、次に該当する方は除きます。

- ▽風しんの予防接種を2回受けたことのある方(MR、MMRなどの混合ワクチンを含みます)
- ▽風しんにかかったことのある方
- ▽妊娠中の方

■助成実施期間／平成25年6月17日～平成26年3月31日

※ただし、平成25年4月1日～6月16日に接種した方も対象とします。

|              |                   |
|--------------|-------------------|
| ワクチンの種類      | 助成上限額             |
| 麻しん風しん混合ワクチン | 6000円<br>(約9000円) |
| 風しん単独ワクチン    | 4000円<br>(約6000円) |

■申請時にお持ちいただくもの／

- ▽印鑑
- ▽医療機関発行の領収書(原本)または領収証明書
- ▽医療機関発行の接種済証(ある場合のみ)

- ▽妊婦の夫または同居の家族の場合は、妊婦の母子健康手帳
- ▽被接種者の通帳など(振込先金融機関、口座名義人、預金種類、口座番号のわかるもの)
- ※申請書は健康センター窓口にあるほか、市ホームページ<http://www.city.yamanigata.jp>にも掲載されています。

■健康被害について／この予防接種は、予防接種法に基づく接種ではないため、予防接種法に基づく健康被害の対象にはなりません。ただし、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の医薬品副作用被害救済制度による救済対象となります。

■その他／風しん単独ワクチンは大変不足しているため接種できない場合があります。あらかじめ医療機関にご確認ください。

■申請・問い合わせ／健康センター 予防係 ☎83・3640

## ●予防接種を実施する医療機関

接種希望日の3日前までに、電話で予約してください。



| 医療機関名                          | 予防接種実施の曜日と時間                                            |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 魚沼病院(内科)<br>(城内4) ☎83・2870     | 月・火曜日<br>午後2時～2時30分                                     |
| 小千谷総合病院(内科)<br>(本町1) ☎83・3600  | 木曜日<br>(祝日を除く)<br>午後3時～4時                               |
| 池田内科医院<br>(城内2) ☎82・6568       | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| 片貝醫院<br>(二之町) ☎81・2624         | 火・木曜日<br>午後3時30分～5時30分                                  |
| 北村医院<br>(城内1) ☎82・7212         | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| さわなか医院<br>(城内3) ☎81・0058       | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| 谷口医院<br>(元中子) ☎83・0111         | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| 中村内科消化器科医院<br>(本町2) ☎81・1730   | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| にたはらこどもクリニック<br>(桜町上) ☎81・6811 | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| 藤巻医院<br>(本村) ☎86・3006          | 月～金曜日<br>午後4時30分～5時30分<br>土曜日<br>(第3を除く)<br>午前9時～11時30分 |
| 山本医院<br>(桜町上) ☎81・7717         | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |
| 森平レディースクリニック<br>(若葉3) ☎83・3104 | 月～土曜日<br>診療時間内                                          |

## 子宮頸がん予防ワクチン接種について

子宮頸がん予防ワクチン接種については、平成25年4月1日より定期予防接種として実施してきましたが、6月14日(金)に厚生労働省が行った検討部会において、子宮頸がん予防ワクチンの接種によると思われる副反応の発生が報告されました。

そのため、定期接種は中止とせず継続するものの、みなさんへ適切な情報提供ができるまでの間、ワクチンの接種を積極的に勧奨しないことになりました。

この間、接種費用の助成は継続して行いますが、予防接種を受ける際にはホームページ<http://www.city.yamanigata.jp>に掲載のリーフレット「子宮頸がん予防ワクチンの接種を受ける皆様へ」を参考に、有効性とリスクを理解したうえで受けてください。

■問い合わせ／健康センター 予防係 ☎83・3640

## 市内の空間放射線量測定結果 (定期測定・6月実施分)

(単位：マイクロシーベルト/時)

6月3日(月)に、市内の保育園・幼稚園の空間放射線量を測定しました。

いずれの測定箇所も、1時間あたりの空間放射線量は、新潟県が通常の値としている0.016～0.16マイクロシーベルト以内です。

放射線量に大きな変化がないため、今回から、**偶数月は保育園・幼稚園、奇数月は小・中学校**の測定を行います。

なお、平沢地内に設置のモニタリングポストで24時間監視を行っていますので、異常が確認された場合は、随時対応することができます。

| 測定場所      | 測定結果         |            |          |
|-----------|--------------|------------|----------|
|           | 地表<br>(10cm) | 地上<br>50cm | 地上<br>1m |
| 西保育園      | 0.07         | 0.07       | 0.06     |
| 東保育園      | 0.09         | 0.08       | 0.07     |
| 南保育園      | 0.08         | 0.07       | 0.08     |
| 吉谷保育園     | 0.08         | 0.06       | 0.06     |
| 北保育園      | 0.07         | 0.07       | 0.07     |
| 片貝保育園     | 0.11         | 0.10       | 0.09     |
| 岩沢保育園     | 0.08         | 0.08       | 0.08     |
| 岩沢保育園真人分園 | 0.08         | 0.08       | 0.07     |
| すみれ保育園    | 0.07         | 0.07       | 0.06     |
| わかば保育園    | 0.08         | 0.08       | 0.08     |
| 高梨保育園     | 0.09         | 0.09       | 0.08     |
| 小千谷認定こども園 | 0.08         | 0.08       | 0.08     |
| つくし幼稚園    | 0.08         | 0.08       | 0.07     |
| ひばり認定こども園 | 0.09         | 0.08       | 0.08     |

※サーベイメータによる測定結果です。サーベイメータは、人体の被ばく管理用のため最も放射能に敏感な皮膚下の数値に補正したうえで表示されます。このため、測定値は、モニタリングポストの測定に対し、3割程度高めになる傾向があります。

■問い合わせ／危機管理課原子力安全対策係■  
83-3515

## 地籍調査にご協力ください

西中、谷内、四ツ子、池ヶ原の一部で地籍調査を実施します。

地籍調査とは、一筆ごとの土地について、その所有者、地番、地目の調査を行い、測量により土地の正しい位置・形・境界・面積を明らかにし、その結果を地図・簿冊にするものです。

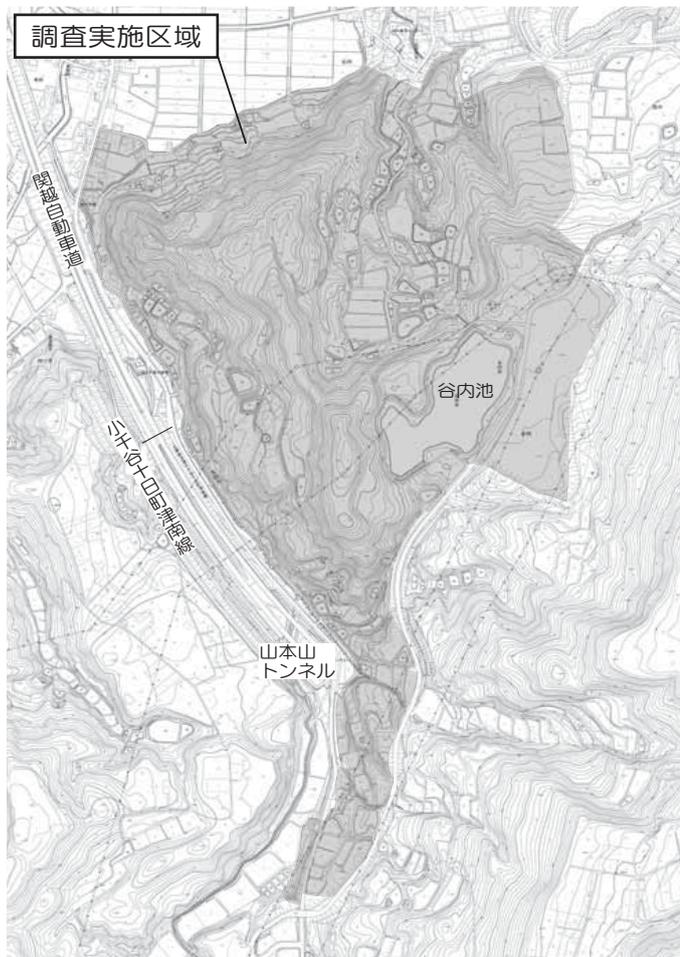
7月中旬ごろから調査対象の土地所有者のみなさんに、事前説明会や土地の境界立会のご案内をお送りします。所有している土地の境界を事前に確認するなど、ご協力をお願いします。

■調査区域／右図に示す区域

■調査期間／6月下旬～11月下旬

■問い合わせ／建設課国土調査係

☎83-3514



# お知らせ Information

## 相談

### 長岡年金事務所出張相談

毎月第2・第4水曜日に、長岡年金事務所の職員による出張相談を行っています。

年金について聞いてみたいことがある方、ふだん長岡年金事務所へ行く機会がない方は気軽にご相談ください。

■日時／7月10日(水)・24日(水) 前10時～午後3時

■会場／市民会館

■内容／各種請求書受付、加入記録確認、年金見込額、障害年金、その他年金に関する相談

■相談無料※ただし、事前に予約が必要です。

■申込・問い合わせ／長岡年金事務所お客様相談室 ☎88・0006 FAX 37・1611



## 心の健康相談

眠れない、以前は楽にできていたことがおっくうに感じられる、やる気が出ないなど体調不良を感じている方や、アルコールの量が増えて日中から飲んでも、アルコールを飲まないと眠れなくなったなどの自分や家族の心配を抱えている方の相談を、精神科医師がお受けします。秘密は固く守られます。

■日時／7月30日(火)午後2時～3時30分

■会場／健康センター

■相談無料

■申込締切／7月29日(月)正午

■その他／普段飲んでいる薬がある方は、お薬手帳や薬の内容がわかる物を持参してください。

■申込・問い合わせ／健康センター1保健係 ☎83・3640

## 児童思春期相談

家に引きこもりがちでまわりの人と関わりを持つことに不安のある方、人前に出る自信がないが将来は働きたいと考えている方、その家族の方の相談を精神科医師がお聞きします。秘密は固く守られます。

■日時／7月31日(水)午後2時～4時

■会場／長岡地域振興局健康福祉環境部（長岡市川崎町2711番地1）

■対象／おおむね15歳以上の方で、こころや発達についての悩みを抱えている本人、家族

■相談無料

■申込締切／7月30日(火)正午

■申込・問い合わせ／長岡地域振興局健康福祉環境部（長岡保健所）地域保健課保健指導担当 ☎33・4931

## 非核平和

### 平和を願う折り鶴募集

広島平和記念公園に捧げる平和を願う折り鶴を募集します。

お預かりした折り鶴は広島平和記念式典（8月6日(火)・広島市）に参加する市内中学生が捧げられます。

お手数ですが、折り鶴は50羽ずつひもでつなげて企画政策課までお持ちください。

■受付期間／7月1日(月)～22日(月)

■受付・問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83・3507



## 後期高齢者医療保険料の納め忘れに注意！

7月12日(金)に平成25年度の後期高齢者医療保険料納入通知書を発送します。

これまで年金から天引きされていた方でも、次に該当する場合は、普通徴収（自主納付）に切り替わることがあります。

- ①平成24年度の保険料全額を年度の途中までに完納された方
- ②前年の所得の変更などによって年金から天引きができなくなった方

年金天引が停止してしまう方にも通知書をお送りします。一度年金天引が停止すると次の年の10月まで年金から天引きされません。納め忘れのないように年金から天引きされている方も口座振替の申し込みをお勧めします。

■問い合わせ／税務課市民税係 ☎83-3508

## 7月は“社会を明るくする運動” 強調月間です

この運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。

本年度の重点事項は「立ち直りを支える取組についての理解促進」と「就労・住居等の生活基盤づくりにつながる取組の推進」です。

当市では、保護司のみなさんによるポスターの掲示や小・中学校訪問などのPR活動を行います。

■問い合わせ／小千谷魚沼地区保護司会 小千谷支部事務局（社会福祉課内） ☎83-3517

肝臓病リレー講演会

「よくわかる肝臓の話  
～肝臓病で困らないために～」

長岡地域の4人の肝臓病専門医による講演会です。肝臓病の方やそのご家族の不安や疑問にお答えします。

■日時／7月7日(日)午後2時～4時

■会場／アオーレ長岡3階市民交流ホール

■内容／

▷肝臓の働きと病気

▷B型・C型肝炎について

▷肝硬変と肝臓がんについて

■定員／100人※要申込

■その他／

▷申し込みの際に質問を受け付けます。

▷正午～午後3時まで、同会場にて肝炎ウイルス出張検査を実施します。無料・匿名で血液検査を受けることができ、1時間程度で検査結果がわかります。検査の予約は不要です。

■申込・問い合わせ／長岡地域振興局健康福祉環境部医薬予防課 ☎33-4932

認知症の予防と介護市民講座

「認知症は往診だ」と医療の宅配に力を注ぐ、日本の認知症医療の第一線で活躍している医師による講演です。認知症への理解を深め、暮らしの中での予防に役立てましょう。

■日時／7月20日(土)午後1時30分～3時45分

■会場／市民会館大ホール

■内容／

▷介護現場からの発表（介護者、介護支援専門員）

▷講演「認知症300万人時代の予防と社会の支え～あきらめない！認知症専門医の診療現場から～」

■講師／上野秀樹さん（千葉県旭市・海上寮療養所精神科医師）

■講師略歴／昭和38年生まれ。東京大学医学部卒業後、同大学附属病院精神神経科などに勤務の後現在に至る。内閣府・障害者政策委員会委員。

■参加無料・申込不要

■問い合わせ／保健福祉課高齢福祉係 ☎83-4060

熱中症に注意！

熱中症の発生は7～8月が最も多くなります。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう。



■熱中症って？

熱中症は、高温多湿の環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調整がうまくできなくなることによって起こります。炎天下での運動や作業中だけでなく、室内の日常生活において起こることもあります。

■熱中症を防ぐためには

①こまめに水分・塩分補給

のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう。たくさん汗をかくような時は塩分の補給も忘れずに。

②室内環境を整えましょう

▷部屋に温度計や湿度計を設置し、扇風機やエアコンを使って上手に温度調整をしましょう。

▷遮光カーテンや緑のカーテン、すだれなどを利用するのも効果的です。

③暑さを避ける

▷天気の良い日は、昼下りの外出はできるだけ控えましょう。

▷外出するときは、できるだけ日陰を歩き、日傘や帽子を着用しましょう。

④服を工夫する

通気性の良い、吸湿、速乾の衣類を選んで体温調整をしましょう。

熱中症の予防は、「水分補給」と「暑さを避ける」ことが大切です。無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用しましょう。

■症状が出たときの対処法

| 重症度・症状                             | 対処法                                                   |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1 ▷めまい<br>▷立ちくらみ<br>▷汗がとまらない       | 涼しい所に移動し、衣類を緩める。水分・塩分を補給する。                           |
| 2 ▷頭痛<br>▷吐き気、吐く<br>▷体がだるい         | 涼しい所に移動し水分・塩分を補給する。濡れタオルをあててあおぐなど体を冷やす。 <b>すぐに病院へ</b> |
| 3 ▷呼びかけても返事がおかしい<br>▷立てない<br>▷歩けない | 水や氷で太い血管のある脇の下、首、足の付け根などを冷やす。 <b>すぐに病院へ</b>           |

※水が飲めないなど、自力で水分がとれなければすぐに病院へ。

※意識がない場合はすぐに救急車を呼びましょう。

■問い合わせ

健康センター予防係 ☎83-3640

## スポーツ

## ジュニア親善陸上大会

第31回小千谷ジュニア親善陸上競技大会への参加者を募集します。

■日時／8月18日(日)午前9時～

■会場／白山運動公園

■参加資格／小学4～6年生、中学生

■出場制限／

▽小学4年生…1人1種目

▽小学5年生以上…1人2種目

まで(リレーを除く)

▽リレー…1団体男女各3チーム以内

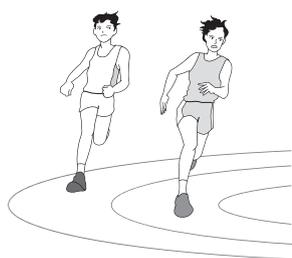
■参加料／

▽1種目500円

▽リレー(1チーム)1000円

■申込方法／7月18日(木)までに参加料を添えて、学校・団体単位でお申し込みください。

■申込・問い合わせ／生涯学習スポーツ課スポーツ振興係(総合体育館内) ☎83・0077



## 各種教室参加者募集

■対象／市内に在住・在勤の方(高校生以下は除く)

■申込方法／参加料を添えて総合体育館へ。電話での申し込みはご遠慮ください。定員になり次第締め切ります。

※いずれの教室も、今年度初めて参加される方を優先して受け付けます。

■申込・問い合わせ／こいこいスポーツクラブおぢや(総合体育館内) ☎83・0085

## ○エアロビクス教室 昼の部

■日時／8月29日～11月14日(毎週木曜日、計12回) 午前10時30分～11時30分

■会場／総合体育館軽運動場

■定員／50人

■参加料／5000円

■申込開始日／

▽初めての方…7月1日(月)

▽1期に参加された方…7月11日(木)

■保育ルーム／保育ルーム(定員6人)を設置します。利用希望の方は参加申込とともに7月25日(木)までにお申し込みください。定員になり次第締め切ります。(子ども1人につき1回3000円、当日申込は受け付けません)

■エアロビクス教室 夜の部

■日時／8月30日～11月15日(毎週金曜日、計12回) 午後7時30分～8時30分

■会場／総合体育館サブアリーナ

■定員／85人

■参加料／4000円

■申込開始日／

▽初めての方…7月1日(月)

▽1期に参加された方…7月12日(金)



## ○ボクササイズ教室

■日時／9月4日～11月20日(毎週水曜日、計12回) 午後7時30分～8時30分

■会場／総合体育館軽運動場

■定員／40人

■参加料／5000円

■申込開始日／

▽初めての方…7月1日(月)

▽1期に参加された方…7月17日(水)

## 全国大会等出場者報奨金のご案内と寄附のお願い

市では、「小千谷市国際交流、文化、スポーツ振興基金条例」を制定し、全国大会などに出場される方に報奨金を交付しています。該当する方は申請してください。

また、この基金への寄附を募っています。みなさんからの寄附をお待ちしています。

## ■対象／

- ▷市内に事務所などを有する団体
- ▷市内に在住または在学している方
- ▷市内に在職している方で、その所属するチームの一員として出場する場合
- ▷小千谷市出身(生徒・学生)で保護者が市内に在住している方

## ■対象内容／

## ●文化振興

- ▷文部科学省・文化庁などが主催する全国規模以上のコンクールなどへ出場する方または団体
- ▷国を代表して国際大会へ出場する方

## ●スポーツ振興

- ▷選抜選考により日本体育協会または日本体育協会加盟団体などが主催する全国規模以上の競技大会に県を代表して出場する方または団体
- ▷国を代表して国際大会に出場する方

## ■報奨金の額／

- ▷全国大会出場者：1人につき定額1万円、5人以上の団体で出場する場合は1団体定額5万円
- ▷国際大会出場者：1人につき定額5万円

■申請方法／内申書などを総合体育館へ提出してください。随時受け付けています。用紙は総合体育館にあるほか、市ホームページ<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>からもダウンロードいただけます。

■その他／他の補助金などの交付を受ける場合は、対象になりません。

■申請・問い合わせ／生涯学習スポーツ課生涯学習係・スポーツ振興係(総合体育館内) ☎83-0077

募 集

ホットプラザ講座受講生募集

講座受講生を募集しています。

受講料・材料費のほかにホーム  
利用登録料1000円が必要で  
す。(今年度登録済みの方は不  
要) 定員まで随時受け付けます。  
※各講座とも申込少数の場合、  
開催しないことがあります。

※申込完了後にキャンセルした  
場合は、材料費などをいただ  
くことがあります。

■申込・問い合わせ／平日の午  
前8時30分～午後9時、ホット  
プラザ(勤労青少年ホーム) ☎  
82・8510

○バランスボール  
エクササイズ

バランスボールでゆがみを直  
して体質改善!

■日時／7月12日(金)・19日(金)・  
26日(金)(計3回) 午後7時30分  
～8時30分

■会場／ホットプラザ2階軽運  
動場

■講師／鈴木奈美子さん(ト  
レーニング指導士)

■定員／15人

■受講料／1000円(3回分)

■服装・持ち物／運動のできる  
服装、内履きシューズ、タオル、

バランスボール(55cmのもの。  
お持ちの方はご持参ください)

○初心者タッチオープン教室

今話題の「タッチオープン」  
を使った、初心者向けの野外料  
理にチャレンジ!当日できた料  
理は昼食として試食します。

■日時／7月28日(日)午前10時～  
午後1時

■会場／ホットプラザほか

■講師／野澤弘明さん(ボーイ  
スカウト日本連盟小千谷地区事  
務局)

■定員／15人程度

※ご家族の方も大歓迎です。

■受講料／1人1000円(材  
料費)

■持ち物／軍手、エプロン、持  
ち帰り用タッパーなど

○パスタ講座(夏)

あなたにも作れます!プロか  
ら教わるおいしいパスタ料理。  
■日時／7月23日(火)午後6時30  
分～9時

■会場／ホットプラザ1階料理  
講習室

■講師／丸山勝利さん(ゴッ  
チャドロー)

■定員／15人

■受講料／1500円(材料費)

■持ち物／エプロン、持ち帰り  
用タッパーなど

男女共同参画社会を推進しています

●『おぢや男女共同参画交流会議』に  
参加しませんか

「男だから、女だから、〇〇すべき」とい  
う自分自身の思い込みで決めつけていること  
はありませんか?男性も女性も、自分のでき  
ることや得意なことを、家庭や地域、学校、  
職場で発揮できる社会を目指すため、身近な  
日々の生活などを話題としています。

あなたも『交流会議』に参加しませんか?

■活動日時／月1回、平日の午後7時～

■活動内容／市民講演会の開催、情報交換、  
学習会(毎回7人程度の参加者がいます)

■申込・問い合わせ／市民生活課生活安全係  
☎83-3509

●男女共同参画出前セミナー

団体・グループなどが行う男女共同参画に  
ついての学習会などに講師を派遣します。気  
軽にお申し込みください。

■対象／市内に在住・在勤または在学の10人  
以上の団体・グループ

■内容／県内講師による講義や参加者の意見  
交換のまとめ役など

■その他／講師料は無料です。ただし、資料  
代など実費を負担いただく場合があります。

■申込・問い合わせ／市民生活課生活安全係  
☎83-3509

●ハッピー・パートナー企業に登録を

「ハッピー・パートナー企業」とは、男性も女性も仕  
事と家庭、その他の活動が両立できるよう職場環境を整  
えたり、女性労働者の育成・登用など、職場における男  
女共同参画の推進に取り組む企業、法人、団体を言いま  
す。現在、市内では7企業1団体が登録しています。

県では、登録企業を募集しています。登録すると下記  
のような支援を受けることができます。

■支援の内容／

▷県ホームページや各種広報により企業をPRします。

▷関連情報を随時提供します。また、希望に応じて県か  
ら取り組みのためのアドバイザーを無料で派遣します。

▷新潟県建設工事入札参加資格審査の加点要件がありま  
す。※下記の取り組みに対して、各5点が加算されます。

○次世代育成支援対策推進法に基づく一般事業主行動  
計画策定

○女性技術者(主任技術者の有資格者)の1人以上雇用

▷商工中金「ハッピー・パートナー企業応援ローン」が  
利用できます。

▷ハローワークの求人票にハッピー・パートナー企業で  
あることをPRできます。

■登録料／無料ですが、登録要件があります。

■その他／応募用紙は新潟県のホームページ<http://www.pref.niigata.lg.jp/danjobyodo/>からダウンロ  
ードいただけます。

■申込・問い合わせ／新潟県男女平等社会推進課☎025-  
280-5142(直通)

## 子育て支援

## 出産・発育相談

お子さんの発育に関すること、お母さんや妊娠中のからだのことなどで悩みや心配事はありますか？助産師が相談をお受けします。

相談は無料ですが、予約が必要です。

■日時／7月18日(木)午前10時～11時30分

■会場／わんパーク

■申込締切／7月16日(火)

■申込・問い合わせ／わんパーク  
☎81・7564

## キラキラタイム

7月のイベントは、みんなで遊ぶ「スタンプごっこ」をしよう！です。おててをハンコにして、ペタペタ、ポンポンと楽しみます。さて、きれいにハンコできるかな？

みなさんの参加をお待ちしています！

■日時／7月23日(火)午前10時30分～11時

■会場／わんパーク

■申込不要

■問い合わせ／わんパーク  
☎81・7564

7月2日(火)放送スタート！



### 子育て支援番組「小千谷こどもの声」 「元気いっぱいオチャっ子」

市内の幼稚園・保育園に通う子どもたちの元気な声をFMながおかの番組内で紹介します。

■番組名／FMながおか「ムービングオン」内  
■放送日時／毎週火・水曜日、午前7時15分～

■出演者／市内の幼稚園・保育園の年長児

■内容など／好きなものや将来の夢など、取材収録した園児の声を毎回2人ずつ紹介します。放送は順次市内の各幼稚園、保育園の園児の声を紹介していきます。

■問い合わせ／

▷FMながおか ☎39-5500 ✉mail@fmnagaoka.com

▷社会福祉課子育て支援係 ☎83-3517 ✉fukushi@city.ojiya.niigata.jp

## 外国人住民の方も住基ネットの運用が始まります

住民基本台帳法の改正に伴い、7月8日(月)から住民票が作成されている外国人住民の方にも住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)の運用が開始され、次のような取り扱いが始まります。

■住民票に「住民票コード」が記載されます

外国人住民の方の住民票にも住民票コードが記載されます。対象の方には、7月中旬に住民票コード通知書を郵送します。

住民票コードは、公的年金の現況届などの手続きに必要となることがありますので、大切に保管しておいてください。

※通常、住民票の写しを交付する際には住民票コードは省略されます。行政機関での手続きなどで必要な場合にのみ、申し出により住民票コードを載せることができます。

### ※住基ネットとは：

各市町村の住民基本台帳を地方公共団体共同のネットワークで接続し、市町村間での住所異動の通知や行政機関による本人確認事務に利用するシステムです。

※住民票コードとは：

住基ネットにおいて本人確認を行う際に必要となる無作為の11桁の番号です。民間利用は禁止されており、行政機関でのみ使用することができます。

■お住まいの市町村以外でも住民票の写しが発行できます

外国人住民の方も、住基ネットを利用して、住所地以外の市町村役場の窓口でも住民票の写しの交付を受けることができます。

■住民基本台帳カードの交付が受けられます

日本人住民と同様、希望する方に住民基本台帳カード(住基カード)を発行することができますようになります。(手数料500円)

また、住基カードに電子証明書(手数料500円)を追加することにより、e-Tax(国税のインターネット申告)を利用することもできます。

住基カードをお持ちの場合は、市外に転出する手続きの際に発行される書類が一部簡素化されます。ただし、住基カードの有無に関わらず、外国人の方も転出の手続き自体は必要ですのでご注意ください。

■問い合わせ

市民生活課市民係 ☎83・3509

## 図書館新刊紹介

図書館に新しく入った本をいくつかご紹介します。

### ●小説など

- 「あなただけにわかること」井上荒野／著
- 「いつも彼らはどこかに」小川洋子／著
- 「ヤマネコ・ドーム」津島佑子／著
- 「ときぐすり」畠中恵／著

### ●一般書

- 「未盗掘古墳と天皇陵古墳」松木武彦／著  
誰にも触れられたことのない「未盗掘古墳」と誰も手を触れることを認められない「天皇陵古墳」著者が関わった2つの未盗掘古墳の発掘を紹介し、天皇陵古墳の問題点や古墳発掘の学問的・社会的意義を論じる。

- 「ネット選挙」西田亮介／著  
ネット選挙解禁は、政治にどのような転換を迫るのか。議論の経緯、学術研究からの示唆、2012年衆議院議員総選挙以後の展開などを取り上げ、ネット選挙というさまざまな誤解にさらされてきた主題を多方面から解説する。

- 「あしあと動物園」小宮輝之／著  
40年間の動物園勤めで多くの動物の生死に立ち会った元上野動物園園長が長きにわたり関わった動物たちの思い出を、時を追いながら実物大の“足拓”をネタにつづる。

- 「産みたいのに産めない」NHK取材班／編・著  
世界の中でも不妊治療件数が多く、成功率の低い日本。それは卵子老化が見過ごされてきたからか。現代の日本女性を取り巻く背景、不妊治療の現場、知られざる男性不妊などを紹介する。

- 「NHK間違いやすい日本語ハンドブック」  
NHKアナウンス室／編  
誤読防止のチェック・マニュアルとして役立つ、プロ仕様の実用書。誤読&誤用ワースト110、間違いやすい表現116、暮らしの中の難読語277、複数の読みのある語句233などを収載。

### ●児童書

- 「きょうのえほん」いもとようこ／作・絵  
家の人たちが寝静まった後、たっちゃんの絵本を持ち出したのは、なんとくまのぬいぐるみ。モノたちの楽しい時間を描いた絵本。

- 「七月七日はまほうの夜」  
石井睦美／作・高橋和枝／絵  
女の子のなかよし3人組が神社で出会ったおばあさんは、織姫さまだった。織姫さまが天に帰れるよう、3人が願いごとをすると…。

- 「しあわせなら名探偵」杉山亮／作・中川大輔／絵  
消えたロックシンガー捜し、墓場まで乗っては消えるタクシー客の謎、ミス・ラビットとの対決…探偵・ミルキー杉山と一っしょに謎解きを楽しみ、犯人を当てよう！

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724

手づくり絵本講座

図書館

自分だけの絵本づくりに挑戦してみませんか。今回は自分の好きな紙を選ぶところから始めます。夏休みの自由研究にも最適です。

### ■開催日・内容／

▽7月21日(日)・・・紙を決めてお話しと絵を描く

▽8月4日(日)・・・のり付けと製本

▽8月18日(日)・・・表紙作り

■時間／午後2時～4時

■会場／市民会館2階中会議室  
■対象／どなたでも参加できますが、小学生以下の方は保護者同伴でお願いします。

■講師／高澤温子さん

■材料費／1000円

■定員／20人

■申込締切／7月12日(金)

■持ち物／筆記用具、(大きめの)スティックのり、カッター

■申込・問い合わせ／図書館 ☎

82・2724



## 夏休み移動図書館

絵本のよみきかせ、大型紙芝居、大型絵本などのほか、本の貸し出しなどを行います。

申し込みは不要です。お誘いあわせのうえお越しください。

| 月日      | 会場             | 時間          |
|---------|----------------|-------------|
| 7.10(水) | 吉谷保育園          | 9:30~10:30  |
| 7.18(木) | 片貝けやき園         |             |
| 7.24(水) | 高梨保育園          |             |
| 7.31(水) | すみれ保育園         |             |
| 8. 8(木) | 岩沢保育園<br>真人分園  |             |
| 8.21(水) | 岩沢保育園          | 14:00~15:00 |
| 8.22(木) | ホットプラザ<br>軽運動場 |             |

※雨天の場合は施設内で行います。片貝けやき園は片貝保育園となります。

※今年度から「緑陰移動図書館」の名称を変更しました。

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724

展示作品 スライド・トーク

「こころに映った風景」  
〜小千谷の四季に寄せる想い

楽集館で開催中の、アマチュア写真家松原浩さんの写真展「小千谷の四季」〜こころに映った風景に関連して、「小千谷の四季に寄せる想い」と題して、作者による各作品のスライド上映と説明会を開催します。

各作品のデータ・撮影地などのほか、作者がその情景に寄せる想いや作品に込めた想いについて、未公開カットを含む全ての作品をスライドで上映しながら解説します。また、参加者からの質問に作者が直接回答します。

展示作品をまだご覧になっていない方はもちろん、すでにご覧になった方もこの機会にまたご来場いただき、小千谷の四季の移り変わりの美しさ・素晴らしさについて直接作者自身からお聴きください。

- 日時／7月14日(日)午後2時〜3時
- 会場／楽集館3階ホール
- 定員／先着60人
- 入場無料・申込不要

■その他／6月29日(土)午前9時〜正午にも作者が楽集館に在館します。ぜひ足をお運びください。

■問い合わせ／

▽生涯学習スポーツ課生涯学習係

(総合体育館内) ☎83・0077

▽楽集館 ☎82・8282

7月13日(土)〜15日(祝)

二荒さまのお祭り

小千谷に夏を告げる二荒さまのお祭りが行われます。県指定無形民俗文化財の「巫女翁」や、市指定民俗文化財の「豊年獅子舞」が上演されるほか、ご家族で楽しめる企画が盛りだくさんです。



◎二荒神社奉納行事日程

※行事日程は、10分程度前後する場合があります。

○巫女翁おどり

| 日      | 時間                      | 場所                                   |
|--------|-------------------------|--------------------------------------|
| 13日(土) | 午後8時                    | 専正寺                                  |
| 14日(日) | 午後1時30分<br>午後2時<br>午後8時 | 平成〜本町〜二荒神社(奉納行列)<br>二荒神社境内<br>二荒神社境内 |
| 15日(祝) | 午後1時30分                 | 本町〜慈眼寺(随時)                           |
|        | 午後2時45分                 | 慈眼寺                                  |
|        | 午後3時<br>午後8時            | 慈眼寺〜専正寺(随時)<br>専正寺                   |

■問い合わせ／保存会…山崎茂 ☎82・6392

○豊年獅子舞

| 日      | 時間                  | 場所                 |
|--------|---------------------|--------------------|
| 14日(日) | 午前11時40分<br>午後7時30分 | 二荒神社境内<br>本町おまつり広場 |
| 15日(祝) | 午前11時30分            | 二荒神社境内             |

■問い合わせ／保存会…仲淳 ☎82・2326

◎催し物日程

本町1丁目を歩行者天国にして開催します。

○本町おまつり広場・サービスコナー

| 日      | 時間    | 内容                 |
|--------|-------|--------------------|
| 14日(日) | 午後3時〜 | 生ビール、棒だら、枝豆、そば、餅など |
| 15日(祝) | 9時30分 |                    |

○特設ステージ

| 日      | 時間                | 内容                                        |
|--------|-------------------|-------------------------------------------|
| 14日(日) | 午後6時〜<br>9時30分    | 幼稚園児のお遊戯、子供ダンス、豊年獅子舞、小千谷伝統民謡保存会おどり、カラオケなど |
| 15日(祝) | 午後6時30分〜<br>9時30分 | 小千谷太鼓、よさこい踊り共演、レクダンス、フラダンスなど              |

●出演者募集!

カラオケやマジック、舞踊、ダンス、演奏などをステージで披露しませんか。ふるってご応募ください。

- 出演日時／7月14日(日)午後6時〜
- 募集人数／10人程度
- 申込方法／6月30日(日)までに電話で、氏名、住所、電話番号、年齢、演目をお知らせください。
- 申込・問い合わせ／本町おまつり広場実行委員会代表…西方久 ☎82・2848

◎交通規制

本町おまつり広場開催に伴い、交通規制とバス停の変更を行います。

- 日時／7月14日(日)正午〜15日(祝)午後11時
- 規制区間／国道291号本町1丁目〜本町交差点
- 臨時バス停／三星屋酒店先(千谷川2丁目)、小千谷郵便局駐車場入口付近

## おぢやまつり大花火大会で「おぢやマイ花火」を打ち上げませんか

家族のお祝い、恋人同士の愛の誓い、グループや団体などの記念イベントとして、あなただけのメッセージを乗せて花火を打ち上げませんか？申し込まれた方には、招待席をご用意します。

■打上日／8月24日(土)

■会場／旭橋下流

■申込条件／

▷対象者：個人、家族、グループ、サークルなど

▷花火の大きさ：10号1発以上またはスターメイン

▷メッセージ：氏名などを含め60文字以内

■花火の価格／▷10号：50,400円～▷スターメイン：150,000円～

■募集数／先着20組

■申込期限／7月19日(金)

■申込方法／直接観光協会でお申し込みいただくか、電話、郵送、ファックス、電子メールでお申し込みください。

■その他／申込用紙は観光協会（商工観光課内）、片貝総合センター、東山・岩沢・真人・川井各住民センター、市民会館、サンプラザ、湯どころちぢみの里のほか、観光協会ホームページ<http://www.ojiyakanko.com>からもダウンロードいただけます。

■申込・問い合わせ／小千谷観光協会（商工観光課内）☎83-3512 FAX83-0871 ✉[kanko@city.ojiya.niigata.jp](mailto:kanko@city.ojiya.niigata.jp)



## おぢやの“まつり” フォトコンテスト

### ●平成24年度の審査結果を発表します

#### ■最優秀賞

「獅子」小林敏行さん（新潟市）

#### ■優秀賞

「夜空を彩る市民総参加」大淵順次さん（平沢2）

「鼻をとったあー！」新保暢一さん（東栄1）

#### ■入賞4点

#### ■佳作10点



＜平成24年度最優秀賞  
小林敏行さんの作品「獅子」＞

### ●平成25年度の作品を募集します

#### ■テーマ／おぢやの“まつり”

#### ■応募締切／平成26年4月30日(木)

■応募規格／カラープリントで四つ切、ワイド四つ切。ただし銀塩写真に限ります。（インクジェットプリンタなどで印刷されたものは不可）

#### ■応募規定／

▷平成25年度に撮影したもので、未発表のものに限ります。

▷肖像権などを含む著作物に関しては、応募者が権利者の承諾を得たものに限ります。

▷応募票にもれなく明記のうえ、応募票を作品の裏面に貼付してください。

■その他／入選作品は小千谷市のPRポスターなどに利用させていただく予定です。

平成24年度の入賞作品・平成25年度に応募要項は、小千谷観光協会ホームページ☎<http://www.ojiyakanko.com>からご覧いただけます。

■問い合わせ／小千谷観光協会（商工観光課内）☎83-3512 ✉[kanko@city.ojiya.niigata.jp](mailto:kanko@city.ojiya.niigata.jp)

催し物

ひかり工房ラベンダーまつり

障がい者支援センターひかり工房では、ラベンダーまつりを開催します。

催し物、屋台、販売など盛りだくさんの内容でお待ちしています。気軽にお越しください。

■日時／7月6日(土)午後1時～3時

■会場／ひかり工房施設前広場(小栗田2722番地1)

※雨天時は施設内で行います。

■内容／

▽利用者による歌・ダンス発表

▽ゲーム大会(景品あり)

▽屋台(焼きそば他2品)

▽自主製品・野菜の販売など

■その他／

▽受付時に、焼きそばなどの無料引換券をお渡しします。

▽駐車場は小栗田の里隣の元スйка集荷跡地をご利用ください。

■問い合わせ／

障がい者支援センターひかり工房 ☎82・0790

つき工房ふれあいまつり

障害者支援センターつき工房では、障がい者や施設への理解をより深めてもらい、利用者

と地域のみなさんとの交流を図るため、第17回ふれあいまつりを開催します。

■日時／7月19日(金)午後4時～7時

■会場／つき工房(上ノ山1丁目バス停隣)

■内容／

▽飲食コーナー・餅つき(①午後4時②午後5時30分)、よし

太くん焼き、かき氷、焼きそば、豚汁、麦茶、カラーわた

あめ、ポップコーン、アイスコーヒー、ジュースなどの提供(一部有料です)

▽製品販売コーナー・つき工房の自主製品やコスモス会、NPO法人共に生きるによる製品販売

▽その他・水ヨーヨーつり、わなげゲーム、三味線演奏「堀沢ファミリィ」(午後6時～

6時30分)、みんなで歌おう(午後6時30分～7時)など

■問い合わせ／障害者支援センターつき工房 ☎82・0403

二情報

第5回おぢやんごっこ 100円笑店街

東大通商店街から平成商店街サンプラ通りまでが1つの商店街となり、まるごと100円ショップで大変身!中学生の商人体験も実施します。

笑顔でみなさんのお越しをお待ちしています。

■日時／

▽7月5日(金)午後6時スタート  
▽7月6日(土)午前10時スタート

■会場／東大通商店街、中央通商店街、本町商店街、平成商店街、サンプラ通り商店ほか

■問い合わせ／おぢやんごっこ100円笑店街実行委員会(商工会議所内) ☎81・1300

小千谷歌謡会発表会

小千谷歌謡会による第25回社会福祉チャリティー発表会を開催します。

■日時／7月7日(日)午後5時～

(開場:午後4時)

■会場／市民会館大ホール

■入場無料

■問い合わせ／小千谷歌謡会

長・小島 ☎82・1487



新潟県警察官採用試験

新潟県警察では、平成26年4月採用予定の警察官を募集します。

■試験区分／

▷男性・女性警察官A(大学卒業者) 昭和58年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学を卒業した方、または平成26年3月31日までに卒業見込みの方

▷男性・女性警察官B(大学卒業者以外) 昭和58年4月2日～平成8年4月1日に生まれた方

■申込期間／7月5日(金)～8月15日(木)午後5時15分まで

■申込・問い合わせ／小千谷警察署 ☎83-0110または交番・駐在所

看護師再就職支援講習会・相談会

■対象／看護師の資格がある方で再就職を希望される方

◎講習会

■日程・会場／

▽復職支援総合コース…10月7日(月)～11日(金)、立川綜合病院

▽知識・技術選択コース…10月17日(木)・18日(金)、長岡保養園

■内容／いずれも講義と実技、院内実習※部分的な受講や複数

病院の受講も可能です。

■受講無料※ただし、病院実習

参加の場合実費負担あり。

■申込・問い合わせ／新潟県ナースセンター(新潟県看護協会

内) ☎025・233・601

1(平日午前9時～午後4時)

◎相談会

※日程は、中越地域の会場です。※ほかにも県内16会場で開催しています。詳細は新潟県看護協会ホームページ <http://www.nigata-kango.com/> をご覧ください。

再就職や資格取得に向けた相談、病院などの情報提供、再就職支援講習会の案内について、新潟県ナースセンター相談員が対応します。相談は無料ですが、予約が必要です。

■日時／毎月第2木曜日の午前10時～正午(相談時間は30分程度、平成26年3月末まで)

■会場／ハローワーク長岡

■申込・問い合わせ／ハローワーク長岡 ☎32・1181

## 消防団員を募集しています

仕事を持ちながら、子どもを育てながら、家事をしながら、地域の安心と安全のためチカラを結集する消防団員や地区や会社の防災組織。特に、消防団員は、地域の特性を考慮している点から、その役割は重要です。

あなたも消防団で力を発揮しましょう。

■問い合わせ／消防本部総務課庶務係 ☎83-0236

## みんなが集まれば、もっと強くなる。～広げよう 防災の輪～

### ●消防団員

火災が発生すると、消防団員は現場に駆けつけ、早期鎮火に努めます。

また、地震や風水害などの自然災害が発生した場合は、地形や道路網、世帯状況などを熟知した消防団員が、的確かつ迅速に救助・救出活動を行います。



▷水防訓練（改良土のう積み訓練）

### ●女性消防団員

消防団員が緊急を要する病気やケガに素早く対応できるよう応急手当や救命講習を実施しています。

また、各種式典や行事に参加しています。



▷消防出初式

◁高齢者宅への防火啓発活動



### ●自主防災組織・自衛消防隊

地域や会社が組織する防災組織です。災害の初期段階で対応するチームですから、普段の防災訓練が大切です。



▷自衛消防隊による消火訓練

### ●消防職員

防災のプロとして、日夜みなさんの安心、安全を守るため出動や訓練を行っています。

また、火災予防や防災指導などを積極的に行っています。

▷はしご車による高所救出訓練



## 消防団員を紹介します

### 第6分団第3部 大淵航



私は昨年4月から消防団の一員として活動をしています。

昨年は大規模な災害には遭遇しませんでしたでしたが、災害はいつ発生するかわかりません。

消防団員としての役割を果たせるようこれからも全力で頑張ります。

### 第7分団第1部 大矢哲裕



消防団に入団して1年が経ちました。地元の方々が勧誘してくださったことが入団のきっかけです。災害や地震に関するニュースを見るたび防災意識が強くなっていった時でした。防災活動に携わり地域の人と話す機会が増え、絆ができました。これからも仲間と共に楽しくやっています。

# 健康 の情報

7月の予定



**各種検診のご案内**  
 通知された日時・会場で受診できない方は、都合のよい会場で受診することができますので健康センターへご連絡ください。  
 また、受診通知書が届いていない方で受診を希望する方や申し込みの取り直しをする方も健康センターまでご連絡ください。  
 検診の対象年齢は平成26年4月1日現在の満年齢を基準としています。  
**■申込・問い合わせ／健康センター** ☎83・3640

## ●胸部レントゲン検査・特定健康診査日程

| 対象町内                      | 月日      | 受付時間        | 胸部レントゲン<br>男女分け受付 | 会場             |
|---------------------------|---------|-------------|-------------------|----------------|
| 山谷、坪野(下)                  | 7. 8(月) | 9:00～10:20  | 10:20～10:25       | 山谷交流センター       |
| 時水、両新田、藪川、若葉2・3           |         | 13:00～14:10 | 14:10～14:15       | 城山開発センター       |
| 上沢、万年、栗山、本村、干三、源藤山、石名坂、中山 | 7. 9(火) | 9:15～11:00  | 11:00～11:10       | 真人住民センター       |
| 桂、岩沢山谷、市ノ口                |         | 13:30～14:50 | 14:50～15:00       | 岩沢住民センター       |
| 岩山、池之又、田代、小土山、外之沢         | 7.10(水) | 9:30～10:00  | 10:00～10:05       | 岩山・池之又集落センター   |
| 大崩、池之平、冬井、戸屋              |         | 13:00～13:40 | 13:40～13:45       | 大池ふるさとセンター     |
| 冬井、戸屋※                    |         | 14:15～14:30 | 14:30～14:35       | 冬井集会所          |
| 川井本田、川井新田、真皿              | 7.11(木) | 9:20～10:00  | 10:00～10:05       | 川井住民センター       |
| 内ヶ巻                       |         | 10:45～11:10 | 11:10～11:15       | 内ヶ巻集落開発センター    |
| 二俣、逸入                     | 7.12(金) | 9:15～10:15  | 10:15～10:20       | 二俣逸入集落開発センター   |
| 市之沢、山新田、芹久保、若栃、北山、孫四郎     |         | 13:00～13:45 | 13:45～13:50       | 真人北部コミュニティセンター |

※7月10日(水)冬井集会所は胸部レントゲン検査のみです。冬井・戸屋にお住まいで特定健康診査を申し込まれた方には、同日の大池ふるさとセンターをご案内します。

### ●胸部レントゲン検査

- 対象／40歳以上
- 料金／200円※70歳以上の方は無料です。



### ●特定健康診査

- 対象／16歳以上※40歳～74歳の方は、加入している医療保険により受けられない場合があります。
- 料金／1,000円
- ※40歳、50歳、75歳以上の方は無料です。
- ※今年度より、小千谷市国民健康保険に加入している40歳、50歳の方は、無料で受けることができます。
- ※40歳～74歳の社会保険などで扶養になっている方は、特定健診受診券に記載されている額をお持ちください。追加で心電図検査を希望する場合は、別途料金1,160円が必要です。

## ●胃がん・大腸がん検診日程

申込数により受付時間変更になることがあります。

| 対象地区・町内        | 月日      | 受付時間       | 会場             |
|----------------|---------|------------|----------------|
| 吉谷地区(二俣、逸入を除く) | 7.16(火) | 8:30～10:30 | 吉谷トレーニングセンター   |
| 真人北部地区         | 7.18(木) | 8:30～10:00 | 真人北部コミュニティセンター |
| 二俣、逸入          | 7.19(金) |            | 二俣逸入集落開発センター   |
| 吉谷地区(二俣、逸入を除く) | 7.25(木) | 8:30～10:30 | 吉谷トレーニングセンター   |
| 本町、栄町          | 7.31(水) | 8:30～11:00 | 健康センター         |

- 対象／40歳以上の方
- 料金／▷胃がん検診1,000円▷大腸がん検診500円
- ※いずれも70歳以上の方は無料です。
- ※がん検診推進事業(無料クーポン券)対象の方は、無料です。

## ●子宮がん検診・乳がん検診日程表

○40歳以上：同時実施○20～39歳：子宮がん検診のみ

| 月日                                        | 受付時間                                                         |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 小千谷総合病院                                   |                                                              |
| 7. 1(月)、8(月)、22(月)、29(月)                  | 13:00～14:00<br>▷子宮がん検診のみ／13:30～14:00<br>▷乳がん検診のみ／14:00～14:30 |
| 魚沼病院                                      |                                                              |
| 7. 1(月)、5(金)、8(月)、12(金)、19(金)、22(月)、26(金) | 12:40～13:00<br>▷子宮がん検診のみ／14:15～14:30                         |
| 森平レディースクリニック ※子宮がん検診のみ                    |                                                              |
| 7. 1(月)～31(水)                             | 診療時間内                                                        |

- ▷必ず個人通知が届いてから受診してください。
- ▷1年おきの検診です。ただし、がん検診推進事業(無料クーポン券)対象の方は申し込みできません。
- ▷いずれの検診も、70歳以上の方とがん検診推進事業(無料クーポン券)対象の方は、料金が無料です。

### ●子宮がん検診

- 対象／20歳以上で、平成24年度に市の子宮がん検診を受けていない女性
- 料金／1,000円

### ●乳がん検診(マンモグラフィ単独)

- 対象／40歳以上で、平成24年度に市の乳がん検診を受けていない方※ただし、平成24年度に無料クーポン券で受診した方は申し込みできません。
- 料金／▷40～49歳:1,400円▷50～69歳:1,000円

**8月期 市営・県営住宅入居者募集**

建設課建築住宅係 ☎83-3514

- 入居可能日／8月1日(木)
- 申込／7月16日(火)までに申込書により建設課へ。  
申込書は建設課にあります。
- 入居条件／詳細はお尋ねください。
- その他／入居申し込みの前にあらかじめご相談ください。その際、源泉徴収票など世帯の所得がわかる書類を持参ください。  
所得により家賃の減免もあります。



●市営住宅

| 住宅名・所在地                  | 募集戸数 | 家賃月額(円)        | 概要                                                                  |
|--------------------------|------|----------------|---------------------------------------------------------------------|
| 市営片貝町団地住宅<br>(一之町二区)     | 2    | 19,200～37,700円 | 鉄筋4階建・3DK(6畳・6畳・5畳)・浴室(浴槽なし・風呂釜なし)・ベランダ・サンルーム                       |
| 市営信濃川住宅<br>(千谷川1丁目)      | 1    | 15,600～30,600円 | 鉄筋5階建・3LDK(6畳・6畳・4.5畳)・浴室(ユニットバス)・ベランダ・屋外物置                         |
| 市営木津のぞみ団地住宅1号棟<br>(木津団地) | 1    | 32,500～63,700円 | 鉄筋4階建・4DK(6畳・6畳・6畳・6.3畳)・浴室(ユニットバス)・ベランダ・サンルーム・屋外物置<br>▶入居人数基準：4人以上 |

●特定公共賃貸住宅

中堅所得層のファミリーに最適なお部屋で、市外にお住まいの方も申し込みいただけます。U・J・Iターンなどで小千谷市に住みたい方も大歓迎です。

| 住宅名・所在地             | 募集戸数 | 家賃月額(円) | 概要                                           |
|---------------------|------|---------|----------------------------------------------|
| 市営日吉団地住宅<br>(日吉2丁目) | 1    | 46,000円 | 鉄筋3階建・3LDK(6畳・6畳・5.3畳)・浴室(ユニットバス)・ベランダ・サンルーム |

**善意に感謝**

(敬称略)

■公共福祉に対する寄付として

明るい選挙推進団体小千谷市  
白ばら会  
(現金93,549円)



**山に入るときは野生動物に注意！**

吉谷地内の山中でイノシシと思われる動物が目撃されました。イノシシは、見かけても刺激を与えなければ危険はありません。イノシシを目撃したり、被害にあった場合は市へ連絡してください。

また、市内の山には、ニホンカモシカやタヌキなど、いろいろな野生動物が生息しています。山に入るときは、次のことを心がけてください。

■山に入るとき注意点／

- ▷携帯ラジオや鈴などで人の存在を知らせながら歩く。
- ▷野生動物を見かけても、むやみに近寄らない。
- ▷イノシシに出会った場合、急に走りだすとイノシシが興奮します。また、後ろを向くと襲ってくることもあるので、ゆっくり後退し、その場を立ち去りましょう。

■問い合わせ／市民生活課環境対策係 ☎83-3509

**つつが虫病に注意！**

つつが虫病の発生が増える時期となります。川辺や野山などでの山菜採り、ハイキングや農作業など自然の中で体を動かすとき、怖いのがつつが虫病です。

つつが虫に刺されないよう十分注意してください。

■刺されないための予防対策／

- ▷農作業、山菜採りなどで山林や草地に入るときは、肌を出さないようにする
- ▷衣類を草むらに置いたり、草むらで休息や用便をしない
- ▷防虫スプレーなどを利用する
- ▷作業後は入浴をして、衣類や皮膚につくが虫がついていないか確認する

■つつが虫の症状／

次のような症状があったら、すぐに医師の診察を受けてください。

- ▷刺されたところに特有な刺し口がある
  - ▷刺し口の近くのリンパ節がはれ上がる
  - ▷山林や草むらに入ってから、1週間くらいで高熱が出て、1週間以上続く
  - ▷皮膚に暗赤色の発疹が現れる
- ※つつが虫病は、人から人への感染はありません。

■問い合わせ／健康センター予防係 ☎83-3640

|    |   |                                                                                                                                           |
|----|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 月 | 社会を明るくする運動強調月間<br>・市税などの納期限：市・県民税（1期）、国民健康保険税・介護保険料（6月分）<br>・「小千谷の四季～ここに映った風景」展（～8月4日(日)まで/9:00～/楽集館）                                     |
| 2  | 火 |                                                                                                                                           |
| 3  | 水 | ・10か月児健康診査（13:00～/健康センター）                                                                                                                 |
| 4  | 木 | ・4か月児健康診査（13:00～/健康センター）<br>・もくようびおはなし会（15:30～/図書館）                                                                                       |
| 5  | 金 | ・第5回おぢやこいこい100円笑店街（18:00～/東大通商店街ほか）<br>・がん予防講演会（19:15～/サンプラザ）                                                                             |
| 6  | 土 | ・小千谷縮製作体験講座①（楽集館）<br>・川端誠 絵本ライブ&講演会（第1部10:30～、第2部14:00～/市民会館）<br>・第5回おぢやこいこい100円笑店街（10:00～/東大通商店街ほか）<br>・ひかり工房ラベンダーまつり（13:00～/ひかり工房施設前広場） |
| 7  | 日 | ・牛の角突き（13:00～/小千谷闘牛場）<br>・小千谷歌謡会第25回社会福祉チャリティー発表会（17:00～/市民会館）                                                                            |
| 8  | 月 |                                                                                                                                           |
| 9  | 火 |                                                                                                                                           |
| 10 | 水 | 市報おぢや発行<br>・夏休み移動図書館（9:30～/吉谷保育園）                                                                                                         |
| 11 | 木 | ・もくようびおはなし会（15:30～/図書館）                                                                                                                   |
| 12 | 金 |                                                                                                                                           |
| 13 | 土 | ・二荒さまのお祭り（～15日(祝)）                                                                                                                        |
| 14 | 日 | ・作品展スライド・トーク「ここに映った風景」～小千谷の四季に寄せる想い（14:00～/楽集館）                                                                                           |
| 15 | 月 | 海の日                                                                                                                                       |

|    |   |                                                                                    |
|----|---|------------------------------------------------------------------------------------|
| 16 | 火 |                                                                                    |
| 17 | 水 | ・シルバー人材センター入会説明会（10:00～/サンラックおぢや）                                                  |
| 18 | 木 | ・甲種防火管理新規講習①（9:30～/楽集館）<br>・夏休み移動図書館（9:30～/片貝けやき園）<br>・もくようびおはなし会（15:30～/図書館）      |
| 19 | 金 | ・甲種防火管理新規講習②（9:30～/楽集館）<br>・さつき工房ふれあいまつり（16:00～/さつき工房）                             |
| 20 | 土 | ・小千谷縮製作体験講座②（福島県昭和村）<br>・認知症の予防と介護市民講座（13:30～/市民会館）                                |
| 21 | 日 | 参議院議員通常選挙投票日<br>・手作り絵本講座①（14:00～/市民会館）                                             |
| 22 | 月 |                                                                                    |
| 23 | 火 | ・キラキラタイム（10:30～/わんパーク）<br>・3歳児健康診査（13:00～/健康センター）                                  |
| 24 | 水 | ・2歳児歯科検診（9:00～/健康センター）<br>・夏休み移動図書館（9:30～/高梨保育園）                                   |
| 25 | 木 | 市報おぢやお知らせ版発行<br>・1歳6か月児健康診査（13:00～/健康センター）<br>・もくようびおはなし会（15:30～/図書館）              |
| 26 | 金 | ・うぶごえ教室（9:30～受付/健康センター）                                                            |
| 27 | 土 | ・小千谷縮製作体験講座③（朝日、楽集館）                                                               |
| 28 | 日 | ・グラン・ツール・南2013（7:00～/越後岩沢駅前集合）                                                     |
| 29 | 月 |                                                                                    |
| 30 | 火 |                                                                                    |
| 31 | 水 | ・市税などの納期限：固定資産税・都市計画税（2期）、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料（7月分）<br>・夏休み移動図書館（9:30～/すみれ保育園） |

## 食中毒に注意しましょう

夏はO-157など細菌による食中毒が発生する危険性が高い時期です。

肉や魚の取り扱いに注意しましょう。

### ■予防ポイント1～食肉～

- ▷肉の中心部までしっかり加熱する。
- ▷手をよく洗う。
- ▷焼肉は、焼く箸と食べる箸を別々にする。
- ▷レバ刺しは食べない。

### ■予防ポイント2～魚介類～

- ▷魚介類を購入後は、すぐに冷蔵庫に入れ、できるだけ4℃以下で保管する。
- ▷調理のときは、えらと内臓を取り除いた後、腹の中も水道水でよく洗う。
- ▷器具の使い分け（下処理用・調理用）、手洗いを徹底する。
- ▷調理後はすぐに食べる。（特に刺身）
- ▷加熱調理する場合は、中心部までしっかり加熱する。

■問い合わせ/健康センター予防係 ☎83-3640

## ■各種相談日程

| 相談名          | 開催日     | 時間          | 会場       | 申込・問い合わせ                   |
|--------------|---------|-------------|----------|----------------------------|
| 行政相談         | 7.10(水) | 9:00～12:00  | 市役所第1相談室 | 市民生活課<br>生活安全係<br>☎83-3509 |
|              | 7.24(水) |             | 岩沢住民センター |                            |
| 法律相談         | 7.17(水) | 13:00～16:00 | 市役所第1相談室 |                            |
| 消費生活相談       | 毎週火・木曜日 | 9:00～12:00  |          |                            |
| お年寄りの心の健康相談会 | 7.8(月)  | 13:30～15:00 |          | 地域包括支援センター<br>☎83-0807     |
| 心の健康相談       | 7.30(火) | 14:00～15:30 | 健康センター   | 健康センター保健係<br>☎83-3640      |
| AAグループミーティング | 毎週水・金曜日 | 19:30～21:00 |          |                            |
| 出産・発育相談      | 7.18(木) | 10:00～11:30 | わんパーク    | わんパーク<br>☎81-7564          |
| 出張年金相談       | 7.10(水) | 10:00～15:00 | 市民会館     | 長岡年金事務所お客様相談室<br>☎88-0006  |
|              | 7.24(水) |             |          |                            |