



## あった！土器にドキドキ！ (元中子遺跡発掘体験)

元気に育ておぢやっ子	2～3
「市民提案箱」に意見・提案を募集	4
春の叙勲・褒章受章者紹介	5
ルポ&ニュース	6～7

防災情報メモ	8
被災者救援県民募金にご協力を	9
お知らせ(健康)	10～11
お知らせ(市職員採用試験ほか)	12～15

# 「子どもはおぢやの宝物 元気な育ておぢやっ子」

## 〜よりよい生活習慣づくりが出发点〜

6月はむし歯予防月間です。日ごろみなさんは、歯の健康について意識していますか？むし歯は生活習慣病の1つといわれるように、歯の健康は日ごろの生活習慣と密接に関係しています。そのため、市では毎年、子どもたちのよりよい健康づくりのため、生活習慣アンケート調査を実施しています。今回はむし歯予防月間にちなんで、子どもたちの歯科検診結果と、平成19年度に実施した生活習慣アンケート調査から見えてきた「おぢやの子どもたち」の生活の様子をご紹介します。

### ●子どもたちの歯科検診結果

表1 むし歯をもっている子の割合（乳歯）

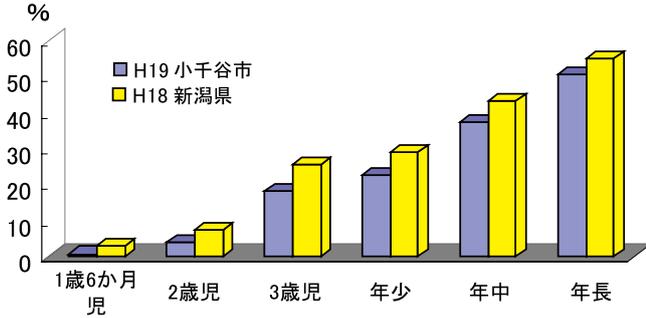
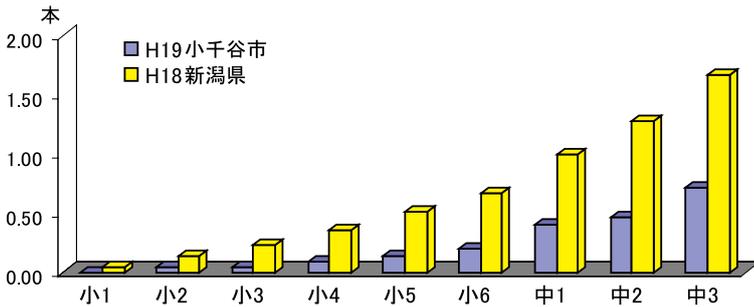


表2 1人の子がもつ平均むし歯本数（永久歯）



当市の子どものための歯科検診結果は上の表1、表2のとおり、むし歯をもっている子の割合、一人の子がもつ平均むし歯本数が県平均より少なく、なかでも年長児の結果は県内でむし歯が最も少なく第1位になりました。

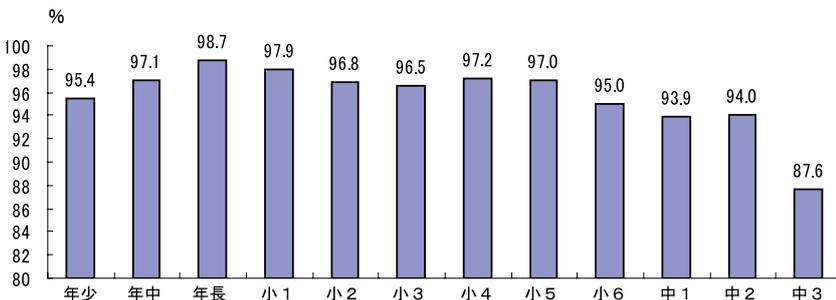
むし歯は子どもに一番多い疾患です。むし歯ができる要因には、「むし歯菌」や「歯の質」だけでなく、甘味のある飲食物や歯にくっつきやすい菓子類の習慣摂取といった「食事（間食）内容」や「食事（間食）時間」など、日ごろの食生活をはじめとする生活習慣が大きく影響しています。

生活習慣アンケート調査結

### 快食

### ●子どもたちの生活の様子

表3 毎日朝食を食べる子の割合



(平成19年度生活習慣アンケート調査より)

果から、当市の子どものための生活の様子をみてみましょう。

食べることは、からだところの発達に欠かせないものです。なかでも朝食は、1日の大切なエネルギー源です。生活習慣アンケート調査を始めた平成13年度当初と比較すると、朝食を毎日食べる子の割合は10%ほど増えています。しかし上の表3からも分かるように、年齢が大きくなるにつれ毎日食べる子の割合は減少しています。

朝食抜きの習慣は、貧血や肥満などの生活習慣病の下地をつくりやすく、排便リズムにも影響します。からだにいい栄養を取り入れるだけでなく、不要なものをきちんと排便することも健康にとっては大切なことです。忙しい朝でも、ご飯と具だくさんみそ汁などで栄養バランスを整えるよう心がけましょう。

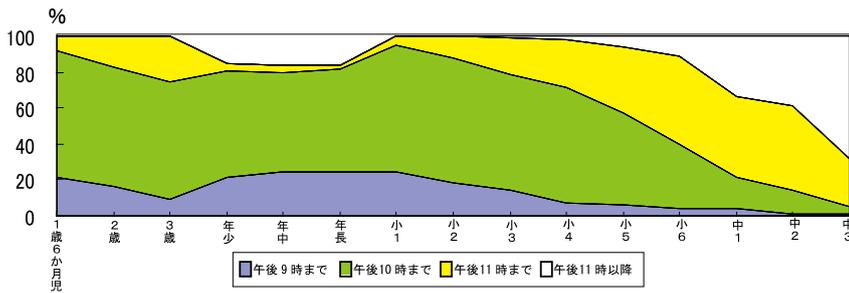
また年齢とともに、家族と食卓を囲む割合も減少しています。食事を一緒にとること、食事のおいしさが増し、会話も生まれ、食生活を充実させることができます。

## 快眠

眠ることは、脳を休めたり、成長ホルモンの分泌や免疫力を高めるために大切です。園児までは午後9時前、小学生は午後10時前、中学生は午後11時前の就寝を目標にしましょう。

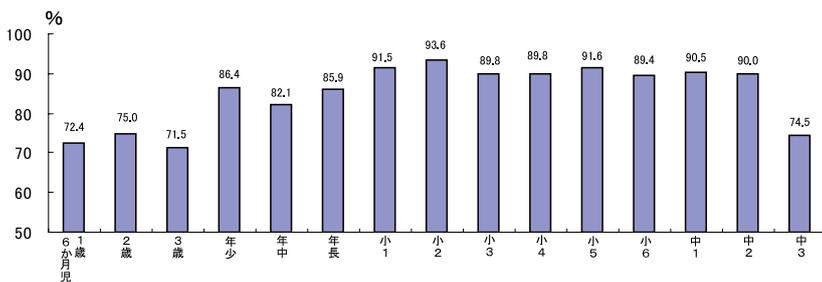
しかし、左の表4のとおり小学校の高学年から午後11時以降に就寝する割合が増えて

表4 就寝時刻の状況



(平成19年度生活習慣アンケート調査より)

表5 よく体を動かしている子の割合



(平成19年度生活習慣アンケート調査より)

## 快遊

きています。同じようにテレビやゲーム、パソコンなどの視聴時間も小学校の高学年から、長くなる傾向があります。就寝時刻が遅いと、夕食後の飲食や翌朝の欠食など生活にも影響し肥満になりやすい傾向があります。また、慢性疲労や集中力の低下など学習や活動面にも響いてきます。小さいころから、早寝早起きの習慣をつくりましょう。

左上の表5のとおり、年少以上になると集団生活の始まりとともに、よく体を動かす子どもが増えていきます。小さいころからの運動習慣は、肥満予防だけでなく筋肉や骨を丈夫にし、大人になっても楽しく体を動かすことにつながります。

家庭や地域でも親子で一緒に体を動かし、丈夫なからだづくりをめざしましょう。

●生活習慣病予防は子どものころから始まっています

子どもの生活習慣は、大人の生活習慣の影響を受けやすく、子どものころに身につけた生活習慣は、生涯にわたって大きく影響してくるものです。「食べる」「眠る」「からだを動かす」「排便する」を4つの柱に、子どもの環境を整えてあげることが、将来の生活習慣病予防につながります。

今年度から大人にはメタボリックシンドロームに着目した特定健診・特定保健指導制度が始まりました。子どもの生活習慣に大きな影響を与える大人自身も、生活習慣を振り返り、家族みんなで声をか

けあいながら、日ごろからの健康づくりを心がけましょう。

## ●元気に育ておぢやっ子

家庭や幼稚園・保育園、学校など、関係機関の連携により、子どもたちの歯の健康や生活習慣は、平成13年度の調査開始当初と比べると全体的

によい方向に向かっています。子どもたちは小千谷の未来を担う大切な宝物です。元気で健やかに育つよう、家庭や地域のみなさんで見守っていきましょう。

■問い合わせ/健康センター 保健係 ☎83・3640



「大きくなったかな？」1歳6か月児健診にて

## つつが虫病に注意

川辺や野山などへの山菜取り、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。

■つつが虫の症状/▽刺されたところは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でて、1週間以上続く。▽皮膚に暗赤色の発疹が現れる。

■問い合わせ/健康センター 予防係 ☎83-3640

# 「市民提案箱」に

## みなさんの声をお寄せください

市では、「市民提案箱」を設置しています。

「市民提案箱」は、市民のみなさんから市政に対するちよつとしたアイデア、創意工夫を凝らした提案や、ご意見・ご要望などをお聞きし、それを市政に反映させていこうというものです。

これまでに寄せられたご意見・ご提案の中からいくつか、その内容と回答の要旨をご紹介します。  
みなさんも、ぜひ「市民提案箱」にご意見・ご提案をお寄せください。

### 【ご意見・ご提案①】

スポーツ大会など、市民大会の公式記録の公表にあたっては、大会終了後、市窓口での配付となっていますが、ホームページに掲載できないものがありますか。

### 【回答①】

個人の氏名などが公表されることとなるため、個人情報の取扱いに十分注意して、市や市教育委員会主催のスポーツ大会などは、ホームページに掲載するよう検討していきます。  
(担当…社会体育課)

### 【ご意見・ご提案②】

関越自動車道には高速バスが運行しており、小千谷インターのバス利用者もかなりいるようですが、小千谷インターには市民が利用できる駐車場がありません。早急に整備していただきたく提案します。

### 【回答②】

東日本高速道路(株)管理の駐車場は、

ETCゲート設置後、歩行者横断事故などの関係で一般車は駐車できなくなり、高速バス利用者が増えたと認識しています。市が駐車場を整備するには、新たな用地の取得や造成工事に多額の費用が必要となります。市としては、昨今の状況から早期に駐車場を設置することは無理ですが、検討を進めていきたいと考えています。  
(担当…商工観光課)

このほか、回答不要ということで次

のような提案をいただきました。

### 【ご意見・ご提案】

国民体育大会の際、コミュニティプラザにオーロラビジョン(大画面テレビ)を設置し、会場に入れなかった観客の対応を検討してはどうか。

### 【ご意見・ご提案】

街路樹の植えてある通りも増えたが、他市で見かける道路清掃車を当市でも備えてはどうか。



提案は「市民提案箱」のほか、電子メール、郵便、ファックスでも受け付けています。

お寄せいただいたご意見・ご提案については、回答を希望しない場合などを除いて原則として回答しますので、住所、氏名、電話番号、回答の要・不要を忘れずに記入してください。なお、「市民提案箱」は市政に対する苦情、相談、質問などを受け付けるものではありません。これらについては、これまでどおり各担当課へお願いします。

### ■「市民提案箱」設置場所

市役所(市民ホール)・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・図書館・総合体育館・勤労青少年ホーム・子育て支援センター・健康センター

### ■問い合わせ・提出先

〒947-8501 小千谷市城内

2-7-5 企画財政課企画係

☎ 83-3507 FAX 83-2789

✉ teian@city.kochikago.jp

## 春の褒章受章者

### 黄綬褒章

#### 酒巻和男さん

(ユキワ精工株式会社代表取締役社長)



酒巻和男さん（元中子）は、工具用チャック（電動ドリルなどで刃物をつかむための製品）の研究開発に精励され、国内外の産業や社会に貢献された功績が認められ黄綬褒章を受章しました。

酒巻さんは、昭和39年に明治大学工学部を卒業後、(株)牧野フライス製作所（本社・東京都）に勤務されました。

その後、昭和45年に(株)酒巻製作所（現ユキワ精工(株)）に入社し、昭和47年専務取締役を経て、昭和63年3月に代表取締役就任されました。

時代の変化と共に、電気ドリルの多くが電池式ドリルに移行し性能が向上するに従い振動によりチャックがゆるむなど新しい問題が発生しましたが、長年にわたり研究開発を進め、ゆるみを防止する機能を備えたチャックを開発しました。開発した製品は市場に認められ、住宅建築などの現場で広く普及しています。

「ユキワ精工を代表して頂戴したものと実感しておりますが、個人としても会社としても誠に光栄に思います。

社員や先輩、取引先のみなさんと共に慶びたいです。チャックを製造して57年ほどになります。時代時代で変化するお客様の要求にこたえるように製品の研究開発をするわけですが、試作と改良の繰り返しでなかなか思うようにいきませんので、製品が完成した時が一番嬉しいです。嬉しい気持ちとホッとすると気持ち半々でしょうか。競合相手がアメリカとドイツの会社ですので、非常に厳しい開発競争があるので、非常に厳しい闘いがあったからこそ現在が在るように思います。今後一層会社が発展するように、また、地域のお役に立つ会社になるように努力してまいります」と話していただきました。

## 春の叙勲受章者

### 旭日中綬章

#### 関 広一さん

(元小千谷市長)



関広一さん（町裏）は、平成10年から18年まで2期8年にわたり小千谷市長を務められるなど地方自治に貢献された功績が認められ旭日中綬章を受章しました。

関さんは、昭和33年から12年8か月間、小千谷市職員として勤務されました。昭和46年地域住民に推され小千谷

市議会議員に初当選し、平成10年まで7期27年7か月の永きにわたり在職されました。この間、議長、副議長として、通算3年7か月にわたり議会の円滑な運営に尽力されました。

平成10年11月には、市民から推され市長選挙に出馬して当選されました。市内全域に甚大な被害を与えた平成16年10月23日発生の中越大震災に際しては、小千谷市災害対策本部長として陣頭指揮を行い、市長退任まで市民の生活再建、震災からの復旧と復興に尽力されました。

関さんは、「叙勲受章はたいへん名誉なことです。私個人がいただいたというより、今まで支援をしてくださった

みなさんや小千谷市民を代表していただいたものと思っています。これまでに、政治を行う者として常に融和、調和を心がけ、話し合いを大切にしてきましたが、必要なときは将来を見通したうえで政治的な決断をしなければなりません。初めての市長選挙への立候補と中越大震災の発生ときは特にその決断を必要としました。今は、主にNPO法人『防災サポートおぢや』の活動に取り組んでいます。中国で大きな地震が発生しましたが、各地で地震が心配されるなかで、中越大震災の経験を生かして減災につながるような活動を進めていきたいと思っています」と話されました。



### 満開の菜の花に名カメラマン集合

5月の中旬、市内のNPO法人スローライフ小千谷が整備した、山本山高原の菜の花畑が見ごろを迎えていました。週末には長い車の列ができるほど大勢の見物人が訪れ、付近を散策したり、お弁当を広げたり、菜の花をバックに写真を撮ったりしていました。その中でも、子どもの最高の笑顔を引き出せるお母さん、まさに名カメラマンでした。



### 山谷小学校最後の運動会

山谷小学校最後の学区大運動会が6月1日(日)、行われました。前日までの雨が心配でしたが、見事に晴れ渡り、旧校舎グラウンドでの開催ができました。

35人の児童や保護者、地域のみなさんは「LAST YAMAYA (ラスト ヤマヤ)」とかかれたおそろいのTシャツとタオルを身につけ、学校と地域が一体となって力いっぱい競技を行いました。



### 春山の自然を満喫

5月18日(日)、山本山周辺で山本山こみちウォークが開催されました。この日は天候にも恵まれ、25人が参加しました。今回は、講師として井上信夫さん(生物多様性ネットワーク新潟事務局)を迎え、山本山の山道を歩きながら自然体系や植生、動物の生態などの詳しい解説を聴きました。参加者は約1時間半かけて山本山頂上へ登り、春山の自然を満喫していました。



### 全市いっせいに環境美化

5月25日(日)、町内会など48団体約6,200人が参加し、ごみゼロ運動全市いっせいで清掃が実施されました。

この日は、道路、側溝、公園、河川などのごみ拾いや清掃が行われ、約13トンものごみが集められました。

朝早くからこの清掃運動に参加いただいたみなさんのご協力に感謝します。今後もみんなで協力してまちをきれいにしていきたいと思います。

### 慢性病でお悩みの方へ

その四、どこへ行っても治らないとグチる事は止めて、自分の力で治してみせると、明るい信念を持ちましょう。



ご相談は無料電話まで 0120-83-3717  
ひまわり薬局 (JA越後おぢや本店内)  
営業時間 午前9時～午後6時 日曜日はお休みです

～初夏の衣替えセール～  
夏のスーツ **10・20%OFF** 夏の礼服 **15%OFF**  
**大好評** 御仕立てスーツ **37,800円**より **ズボン1本サービス**  
お買上5,000円毎に500円の商品券サービス 割引品等一部除きます。  
**学生衣料衣替え 豊富に品揃い**  
**学校推奨 スクール水着品揃い**  
あなたの街 小千谷市の専門店 **男子 専科**  
小千谷市平沢町2丁目 TEL 82-2727 **平忠**

有料広告掲載欄です



**土の感触を体験**

5月24日(土)・25日(日)、池ヶ原でおぢや田植え体験ツアーが行われました。首都圏などからの参加者や市内の参加者などおよそ40人が13アールの田んぼに田植えをしたり、山本山でサツマイモの苗植えをしたりしました。2日目はあいにくの天気でしたが、岩沢地内で行われた「函山城狼煙隊」の出陣式と山本山山頂での狼煙あげを見学しました。



**「トッキー」「キッピー」も国体をPR**

川井地区の川井大橋で5月11日(日)、第3回小千谷復興菜の花まつりが行われました。会場では和太鼓の演奏やよさこいの演舞のほか、地域特産品の販売や、エコやリサイクルをテーマにした出店も見られました。

また、国体マスコット「トッキー」と「キッピー」も会場に現れ、2009年のトキめき新潟国体をPRしていました。



**春の味覚で大満足**

5月11日(日)、川井地区の妙高寺裏手で第4回山菜祭りが行われました。この会員制山菜園は今年で発足10年を迎え、会場では和太鼓の競演などがステージで行われ、来場者を楽しませていました。午前中は小雨が降り、少し肌寒い天候でしたが、おおぜいの来場者は揚げたての山菜てんぷらに長い列をつくり、春の味覚を楽しんでいました。



**タスキをつないで力走**

5月25日(日)、第53回市制施行記念市民駅伝競走大会が市街地を走るコースで開催され、4つの部門別に市内33チームとオープン参加で福島県から参加の1チームの計34チームが参加しました。あいにくの雨模様のなかのレースとなりましたが、出場した選手たちは時おり強く降る雨のなか沿道で応援するみなさんの声援を受けながらタスキをつなぎ力走しました。

ヘアカラーキャンペーン 5月25日~6月24日まで

**ウォーターカラー**

日頃頑張っているお父さんへ  
シャンプースパチケトをプレゼントしてみては?  
各種メニューをご用意致しております。  
詳しくはスタッフまで...

**10%OFF**

正社員・パート募集! 詳細は面接にて担当/佐藤

理容・美容室 METAMORPHOSE  
ジャスコ小千谷店内 1F  
TEL 0258-83-3384

詳しくはこちらから

この広告を切取ってお電話の近くに貼っておけば、困った時も安心!ぜひご利用ください!

お客様の暮らし、望む事、出来ない事をやり、**お任せください!**  
新潟県内は **家のお困り事を即解決!** TEL 0258-81-7788  
料金一律です。おそうじ屋の便利屋の FAX 0258-81-7798

まずは相談! 見取り無料

**0120-925-238**

住宅リフォーム・介護リフォーム・ハウスクリーニング・引っ越し・粗大ゴミ e-2525@be.wakwak.com  
エアコン・水廻り・養生養生・お困り事作業お手伝い (住宅耐震補強協会会員 URL http://www.benrya.com)

兄弟店もよろしく!

**Benrya** **ハイハイネット**

027-8181-ハイハイネット

おそうじ屋の便利屋の **0120-27-8181**  
http://www.benrya-haihai.eev.jp mail e-8181@be.wakwak.com

有料広告掲載欄です

# 防災情報メモ No.6 【土砂災害警戒情報】

■長雨や集中豪雨による土砂災害から身を守るのには「早めの避難」です

今までは、「避難すべきかどうか？避難するとしたらいつすればよいのか？」という判断が非常に困難でした。県内では、昨年からの避難の検討に役立てるため土砂災害警戒情報を発表しています。

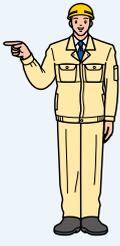
■土砂災害警戒情報とは？

土砂災害による被害の防止・軽減のため、大雨によって土砂災害発生の危険度が高まった時に、新潟県と新潟地方気象台が共同して市町村単位で発表する情報で、市町村などの防災活動や避難勧告などの判断を支援し、住民の自主避難の判断にも役立ちます。

## 土砂災害警戒情報発表の流れ(イメージ)



・防災関係機関は活動開始  
・住民は前兆現象や防災情報を含め避難を検討  
※土砂災害警戒情報は、大雨警報発表中に発表する情報です。



## 土砂災害警戒情報伝達の流れ



※市民のみなさんには、報道機関(テレビ、ラジオ)を通じてお知らせするとともに、避難情報について市広報車・市ホームページ・町内連絡網などによりお伝えします。

## ■「土砂災害警戒情報システム」を提供しています

土砂災害に関する情報(危険度判定図、県内各地の雨量情報、危険箇所情報、警戒情報発表状況など)は次のホームページで見ることが出来ます。  
<http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/sabou/>  
 問い合わせ／総務課防災係 ☎83・3506

## ■6月は土砂災害防止月間です

がけ崩れや地すべりなどの土砂災害は、一瞬のうちに尊い命や財産を奪ってしまいます。次のような前ぶれを発見したらすぐに避難するとともに、直ちに建設課などに連絡してください。

### 土石流の前ぶれ

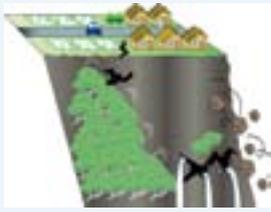
- ・山鳴りがする
- ・急に川の流れが濁り、流木が混ざる
- ・雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- ・腐った土の臭いがする

### 地すべりの前ぶれ

- ・沢や井戸の水が濁る
- ・地面にひび割れができる
- ・斜面から水がわき出す
- ・家やよう壁に亀裂が入る
- ・家やよう壁、樹木や電柱が傾く

### がけ崩れの前ぶれ

- ・がけに割れ目が見える
- ・がけから水がわき出てくる
- ・がけから小石がばらばらと落ちてくる
- ・がけから木の根が切れるなどの音がする



## ■連絡先

- ▽建設課 ☎83・3514 (休日・夜間 ☎83・3511)
- ▽長岡地域振興局小千谷維持管理事務所 ☎83・0860

## 「ミャンマー・サイクロン」「中国四川省地震」

### 被災者救援県民募金にご協力ください

ミャンマーのサイクロンと中国四川省の地震の被災者救援のための県民募金にご協力ください。

中越大地震、中越沖地震などの際には、世界各地からご支援をいただきました。被災者救援のために、みなさんの善意をお寄せください。

■募集期間／7月11日(金)まで

■募金方法／それぞれ次の口座にお振り込みください。同一銀行間での振込手数料は無料です。

### ミャンマーのサイクロン被災者救援県民募金

●口座名／ミャンマー・サイクロン救援新潟県民募金事務局

●振込先／

▽第四銀行県庁支店普通預金口座 12816655

▽北越銀行県庁支店普通預金口座 257089

▽大光銀行新潟支店普通預金口座 3020045

●募金の提供方法／日本赤十字社を通じて被災者の方々の救援に役立てていただきます。

### 中国四川省の地震被災者救援県民募金

●口座名／中国四川省地震救援新潟県民募金事務局

●振込先／

▽第四銀行県庁支店普通預金口座 12816648

▽北越銀行県庁支店普通預金口座 257091

▽大光銀行新潟支店普通預金口座 3020037

●募金の提供方法／中国大使館を通じて中国政府に贈呈し被災者の方々の救援に役立てていただきます。

■問い合わせ／ミャンマー・サイクロン救援新潟県民募金事務局・中国四川省地震救援新潟県民募金事務局（県庁防災局防災企画課内）

TEL 025・280・5716 FAX 025・280・4752

## いんにちは！市長です (15)



子どもと大人が話を交わす機会が、ずいぶん少なくなってしまったように思います。私の小さい頃には、親以外の大人に語りかけたり、語りかけられたりすることは、日常的なことであつたように記憶しています。

何か月前のこと、長岡駅前で小千谷へ帰るバスを待っていました。あいにく前のバスが出てしまった後で、乗り場には私一人だけでした。そこに、小学生らしい男の子が一人でやって来ました。その子が「おじさん、どこ行きのバスに乗るのですか」と尋ねました。バスの乗り場でも聞きたいのかと思いつつ、小千谷行きだと告げると、その子が、「割り込みをしてはいけないんだ」とつぶやきながら私の後ろの方に回ったのです。意外な言葉に、私が、それをどこで習ったのかと尋ねると、学校で、との答えでした。

私が感心したのは、この子がしっかりと社会のきまりを守ろうとしたことだけではなく、大人と臆せず話をすることができた点です。会話はその後続きませんでした。家に帰ってから、あの子ともっと話をすれば良かったと反省しました。



おおぜいの安全パトロール員のみなさんが子どもたちの登下校を温かく見守ってくださいます

私自身、子どもたちを見かけたらでさるだけ声をかけるようにしています。それでもまだ少ないのではないかと思っています。子どもが犯罪にあうことが多くなったこのごろは、あらゆる疑いを受けないのが心配で、声をかけにくくなりました。それでも小千谷の将来を担う子どもたちが、小さい時から、社会の一員となる訓練をしていくことを願いつつ、まじめに向き合っているように心がけなければと思っています。

(谷井 靖夫)

乳幼児健診、予防接種の実施日には、先着順に番号札をお渡しします。

■番号札配布開始時間 午前中に開催の場合：午前8時30分～、午後で開催の場合：正午～

## 胸部レントゲン検査・特定健康診査日程表

対象町内	月日	受付時間	会場
川井本田、新田、真皿	7. 7(月)	9:30～10:30	川井住民センター
大崩、池之平		13:00～13:30	大池ふるさとセンター
冬井、戸屋		14:30～15:00	冬井集会所
第一区、町中、山谷、市ノ口	7. 8(火)	9:30～11:00 13:00～13:30	岩沢住民センター
内ヶ巻		14:45～15:15	内ヶ巻集落開発センター
岩山、池之又、田代、小土山、外之沢	7. 9(水)	9:30～10:30	岩山・池之又集落センター
細島、坪野、芋坂、時之島		13:00～14:00	克雪管理センター
小栗田	7.10(木)	9:00～11:00 13:00～14:00	小栗田多目的センター
二俣、遡入	7.11(金)	9:15～10:15	二俣遡入集落開発センター
若柘、山新田、芹久保、市之沢、北山、孫四郎		13:00～14:30	真人北部コミュニティセンター
桜町(上)・(中)・(下)	7.14(月)	9:00～11:00 13:00～14:30	西部開発センター
谷内、打越、上村、水口、滝谷、藤田沢、高畑、茶合、四ッ子	7.15(火)	9:00～11:00 13:00～14:00	吉谷トレーニングセンター

## 胸部レントゲン検査

## (結核定期健康診断・肺がん検診)

結核、肺がんの早期発見のため、職場や病院などで検査を受ける機会のない方は受診しましょう。65歳以上は感染症法により受診が義務付けられています。年1回は受診してください。

■対象／65歳以上は結核定期健康診断・肺がん検診、40～64歳は肺がん検診

■料金／200円(70歳以上無料)

■その他／胸部レントゲン検査で男女分けての健診を希望する方は、8月5日(火)、6日(水)、7日(木)、8日(金)、11日(月)の健康センター会場に午後2時45分～3時の間にお越しください。



## 特定健康診査

生活習慣病予防のため、年に1回は健診を受けましょう。

■対象／16歳以上

■検査項目／計測・尿検査・問診・血圧測定・診察・血液検査・心電図(医師が必要と認めた方のみ)・眼底検査(医師が必要と認めた方のみ)・生活機能評価(65歳以上の方)

■料金／▽39歳以下、40歳から74歳の国民健康保険加入者の方は1,000円▽40歳から74歳の社会保険などで扶養となっている方は特定健診受診券に記載されている金額▽75歳以上無料

■持ち物／受診通知書・健康手帳(お持ちの方)・料金・40歳から74歳の方は特定健康診査受診券と保険証(どちらか一方でも忘れた場合は受診できません)・75歳以上の方は後期高齢者医療の保険証

乳幼児の健康診査  
会場は健康センターです

## 4か月児健康診査

■日時／7月3日(木)午後1時～1時10分受付

■対象／平成20年2月生まれ

■持ち物／バスタオル、母子健康手帳、替え用のオムツ

■その他／離乳食講習会を同時実施



## 10か月児健康診査

■日時／7月2日(水)午後1時～1時10分受付

■対象／平成19年8月生まれ

■持ち物／母子健康手帳、替え用のオムツ

■その他／離乳食後期の講習会を同時実施

## 1歳6か月児健康診査

■日時／7月24日(木)午後1時～1時20分受付

■対象／平成18年12月生まれ

■持ち物／母子健康手帳

■その他／歯科検診を同時に行いますので、歯をみがいて来てください。

## 2歳児歯科検診

■日時／7月22日(火)午前9時～9時10分受付

■対象／平成18年6月生まれ

■持ち物／母子健康手帳、お子さんのハブラシ

■その他／幼児食講習会と歯科衛生士によるブラッシング指導があります。歯をみがいて来てください。



## 3歳児健康診査

■日時／7月23日(水)午後1時～1時20分受付

■対象／平成17年6月生まれ

■持ち物／目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器、母子健康手帳

■その他／歯科検診も同時に行います。歯をみがいて来てください。

\*発熱など、普段と違う症状のあるお子さんは、翌月の健診日においでください。

**各種検診のご案内** 指定された日時、会場で受診できない方や、受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申込みの取消しを希望する方は、健康センターにご連絡ください。

# 健康 の情報



## 7月の予定

問い合わせ・申し込みは健康センターへ ☎ 83-3640

### 胃がん検診日程表

(申込み数により受付時間  
変更になる場合があります)

対象町内	月日	受付時間	会場
全市	7.13(日)	8:30 ~ 11:00	健康センター
本町	7.17(木)		
二俣、辻入	7.17(木)	8:30 ~ 10:00	二俣辻入集落 開発センター
吉谷地区(二俣、 辻入を除く)	7.18(金) 7.24(木)	8:15 ~ 11:00	吉谷トレーニ ングセンター
市之沢、山新田、 芹久保、孫四郎、 若栃、北山	7.25(金)	9:00 ~ 11:00	真人北部コミ ュニティセン ター

#### 胃がん検診

- 対象 / 40歳以上の方
- 料金 / 1,000円 (70歳以上の方は無料)
- 大腸がん検診を希望する方は、胃がん検診会場で申し込みください。容器を配布します。
- ※7月13日(日)は大腸がん検診を同時に実施します。希望する方は7月3日(木)までに健康センターに申し込みください。

#### 心の健康相談

心が沈みがち、元気が出ない、眠れない、アルコール依存、家庭内暴力などでお困りの方の相談を精神科医師がお受けします。

- 日時 / 7月24日(木)午後1時30分～3時
- 会場 / 健康センター
- 申込締切 / 7月23日(水)

#### AAグループミーティング

アルコール依存を正しく理解し、互いに話し合うことで断酒継続をしています。

- 対象者 / アルコール依存やお酒で体調をこわしている方、家族、友人
- 日時 / 毎週水・金曜日 午後7時30分～9時
- 会場 / 健康センター

#### 献血バスゆうあい号

全血献血で実施します。みなさんのご協力をお願いします。

- 日程 / 7月1日(火)
- 会場・時間 / 小千谷市役所：午前10時～11時30分  
▽JA越後おぢや(グリーンパーク入口)：午後1時30分～3時30分

### 子宮頸がん検診・乳がん検診日程表

(40歳以上同時実施)

月日	受付時間	会場
7. 7(月)	13:00 ~ 13:10	小千谷総合病院
7.14(月)	14:00 ~ 14:10	
7.28(月)	※子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:00～14:10受付	
7. 4(金)	12:30 ~ 12:50	魚沼病院
7.11(金)		
7.14(月)	※子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:30～	
7.18(金)	14:45受付	
7.28(月)		

1年おきの検診です。対象年齢で申し込んだ方は、必ず個人通知が届いてから受診してください。指定された日が都合の悪い場合は、申し込んだ医療機関の検診日程の中で、受診日を変更して受診してください。

#### 子宮頸がん検診

- 対象 / 20歳以上の女性で、平成21年4月1日までに偶数年齢になる方(隔年検診)
- 料金 / 1,000円、70歳以上無料

#### 乳がん検診(マンモグラフィ・視触診併用)

- 対象 / 40歳以上の女性で、平成21年4月1日までに偶数年齢になる方(隔年検診)
- 料金 / 40～48歳1,400円(X線写真を4枚撮影) 49～68歳1,000円(X線写真を2枚撮影) 70歳以上無料(X線写真を4枚撮影)
- 対象年齢で申し込みをしなかった方で、検診を希望する方は、健康センターへご連絡ください。(11～12月に実施する予定です)
- 次の方は集団検診が受けられません。引き続き病院で診療を受けてください。  
▽手術で子宮や乳房を摘出した方  
▽豊胸手術を受けた方  
▽子宮や乳房の病気で通院中の方  
▽妊娠中の方  
▽ペースメーカー装着中の方



#### うぶごえ教室

- 日時 / 7月16日(水)午前9時～午後0時30分
- 対象 / 妊婦、1歳未満のこどもの母親など
- 会場 / 健康センター
- 内容 / 母乳育児と妊娠中・産後の過ごし方など、料理実習、会食交流会
- 持ち物 / 母子健康手帳、エプロン、三角布、お子さんの離乳食
- 無料
- 申込 / 7月11日(金)まで。お子さん、ご夫婦一緒に参加できます。



## 基礎からステップ 農産物加工講座

身近にある農産物を加工して、地域の特産品にしたい、冬場の副業として加工食品を販売したいという方、農産物加工に必要な不可欠な技術、知識を基礎から学んでみませんか。農産物加工の基礎知識、加工の基本技術の講義から加工所の見学、商品の販売戦略、経営管理まで、基本的な知識と技術を講義と実習、見学を交えて学習します。

意欲のある農業者から一般の方まで幅広く受講生を募集します。

### ■日時・内容／

▽7月11日(金)午後1時～5時「農産物加工の基礎知識」

▽8月8日(金)午前10時～午後4時「農産物加工の基本技術」・農産物加工場見学

▽8月28日(木)午後1時～5時「販売戦略」

▽9月12日(金)午後1時～5時「経営管理」

### ■会場／サンラックおぢや第2研修室

### ■参加費／2,000円(資料代、材料費ほか)

### ■募集人数／20人(応募多数の場合は1団体3人を上限とし調整させていただく場合があります)

### ■申込期限／7月4日(金)

### ■申込・問い合わせ／農林課農都共生係 ☎83-3510

## 「おぢや my (マイ) 花火」募集

おぢやまつりで「あなただけ」の花火を打上げませんか？昨年は、神戸の消防士有志による復興祈願、小千谷中学校卒業生有志の還暦祝い、家族の記念に、結婚の愛の誓いなど様々な花火を上げていただきました。今年も多数の応募をお待ちしています。

### ■打上日／8月23日(土)おぢやまつり花火大会

■応募要件／▽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。打上げに合わせメッセージをアナウンスします。

### ■花火の価格／

▽10号：48,000円～

▽スターメイン：150,000円～

※組み合わせで打上げたい方は観光協会までご相談ください。

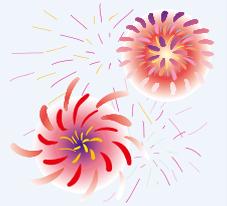
### ■募集数／先着20件

### ■募集締切／7月25日(金)

■その他／花火打上げ者には、マイ花火観覧席をご用意します。ただし、多数の場合は人数制限をさせていただきますことがあります。

### ■問い合わせ／小千谷観光協会(商工観光課内)

☎83-3512



## まだまだ現役で働きたい方へ 高齢者の雇用就業を応援する 職業講習会受講者を募集します

高齢求職者の就業を応援する職業講習会シニアワークプログラム地域事業を開催します。

### ■講習内容／緑地管理

■対象者／60歳代前半の高齢求職者で、全日程受講できる方

### ■募集人員／27人

■日程／7月8日(火)、9日(水)、10日(木)、11日(金)の4回、各日とも午前9時～午後4時

### ■会場／サンラックおぢやほか

### ■受講無料

### ■申込期限／6月27日(金)

■申込方法／シルバー人材センター、ハローワーク長岡小千谷出張所でお渡しする「専用申し込みはがき」で申し込みください。

■その他／講習終了後、修了証書をお渡しします。

### ■問い合わせ／

▽シルバー人材センター ☎82-6550

▽ハローワーク長岡小千谷出張所 ☎82-2441

## ハートフルセミナー参加者募集

心の健康について興味や関心のある方、将来精神保健福祉のボランティア活動をしてみたい方。心の健康や地域で支え合う精神保健福祉活動について学びませんか。

### ■日時・内容／※時間はいずれも午後1時30分～4時

月日	内容・講師など
6月24日(火)	「ライフサイクルと心の健康」 山下正廣さん(山下メンタルクリニック院長)
7月2日(水)	「障がいによる生活のしづらさを考えよう」 島田知子さん(精神保健福祉センター精神保健福祉相談員)
7月15日(火)	体験学習：精神障害者グループホーム「共生」 見学
7月28日(月)	体験学習：小千谷市障害者支援センターさつき工房見学

■会場／6月24日(火)、7月2日(水)はサンプラザ。その他は各施設

### ■受講無料

### ■申込締切／6月20日(金)

■その他／全講座受講できない方でも、参加いただけます。ただし体験学習のみの参加はご遠慮ください。

■問い合わせ・申込先／社会福祉協議会(サンラックおぢや内) ☎83-2340

## 市議会本会議のインターネット中継開始

市議会では、より開かれた議会を目指し、6月の第2回定例会からインターネットによる本会議中継を始めます。市ホームページの市議会のページからご覧ください。

■小千谷市ホームページ (<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>) →市議会→議会中継

■問い合わせ/議会事務局 ☎83-3505



### 消火器の高額な訪問販売にご注意！

消火器を高額で売りつける訪問販売が小千谷地域消防本部管内で多発しています。

●消火器はいざというときに、初期消火が早くでき、損害を少なくする利点がありますが、一般住宅では法律による設置義務はありません。あくまで自主的に設置をお願いしているものです。

●消防職員が事前にお知らせすることなしに、ご家庭を訪問し、点検したり販売をしたりすることはありません。また、業者に販売や点検を委託することはありません。服装や言葉に惑わされないよう注意してください。

●今後、住宅用火災警報器の高額な訪問販売も予想されます。十分注意してください。

●消火器や住宅用火災警報器の訪問販売については、契約（契約書に署名したり、代金を払うなど）をする前に、消防署に問い合わせてください。

●訪問販売では、クーリングオフ制度が認められています。契約書（社名などの記入された領収書など）を交付された日から8日以内であれば書面で契約を解除することができます。詳しくは商工観光課にご相談ください。

なお、購入する場合は領収書（業者名、金額、連絡先などの記入されたもの）を必ずもらってください。

■問い合わせ/

▽消防本部予防課 ☎83-0238

▽消防署川口出張所 ☎89-2111

▽商工観光課 ☎83-3512



### 市・県民税の納税通知書を発送

平成19年中の所得をもとに20年度の市・県民税を決定しました。6月13日(金)に納税通知書(普通徴収分)を発送します。

▽非課税の方には送付されません。

▽特別徴収(給与天引き)の方には5月中に会社を通じて発送済みです。

●今年度から納期が変更になります。ご注意ください。

▽第1期 6月 (これまでと同じ)

▽第2期 8月 (これまでと同じ)

▽第3期 10月 (これまで9月)

▽第4期 1月 (これまで10月)

●納税は口座振替が便利です。

市内金融機関窓口・税務課で手続きできます。

■問い合わせ/税務課市民税係 ☎83-3508



### 小千谷市・川口町就職者激励会

今春、学校を卒業し初めて市内に就職した方を歓迎するため激励会を開催します。なお、公共職業安定所の紹介以外で就職され、参加を希望する方は商工観光課へ申し込みください。

■日時/7月9日(水)午後1時30分～(午後1時受付開始)

■会場/サンプラザ大ホール

■内容/式典・社会人セミナー・交流会・アトラクション

■参加無料

■問い合わせ/商工観光課商工振興係 ☎83-3512

FAX 83-0871 ✉ [kanko@city.ojiya.niigata.jp](mailto:kanko@city.ojiya.niigata.jp)

### 不用贈答品即売会

使われずに家庭で眠っている贈答品を有効利用するために、即売会を開催します。掘り出し物がたくさんあります。お誘いあわせのうえ、ご来場ください。  
あわせて、不用贈答品を出品する方も募集します。



### 不用贈答品即売会

■日時/6月29日(日)午前10時～午後0時30分  
■会場/市民会館4階大会議室

### 贈答品出品者受付

- 日時/6月27日(金)午前9時30分～午後4時30分
- 会場/市民会館4階大会議室
- 取扱商品/▽贈答品▽新品に限定
- ▽衣類は除く▽食品は消費期限・賞味期限内のものに限る
- 出品物は直接、各自で会場にお持ちください。
- 参加費など/▽参加費一品につき10円▽売上金から販売手数料(売上金の15%)を差し引いた金額を出品者にお渡しします。
- 問い合わせ/消費者協会事務局(商工観光課内) ☎83・3512

**教科書展示会**

学校教育課 ☎ 83-3519

平成21年度から使用候補の小学校の教科書を展示します。教職員、保護者の方などなたでもご覧いただけます。

- 日時／6月20日(金)～7月4日(金)午前9時～午後9時30分(最終日は午後5時まで)
- 会場／市民会館1階ホワイエ
- 内容／平成21年度に使用する小学校用教科書の採択替えがあります。教科書についてのご意見・ご感想を市教育委員会にお寄せください。(会場に用意した所定の用紙で、意見箱に投函ください)

**硬式テニス教室(前期)**

勤労青少年ホーム ☎ 82-8510

日ごろの運動不足やストレスの解消にテニスでいい汗かきませんか。

- 対象／市内在住または在勤でおおむね30歳以下の方
- 日時／7月4日～8月29日(毎週金曜日、計8回※8月15日はお休み)、午後7時30分～9時
- 会場／東小千谷体育センター
- 講師／勤少テニスクラブ員
- 定員／20人(定員まで随時受付)
- 受講料／1,000円(ボール代)
- 持ち物／ラケット、内履き
- その他／受講料のほかにホーム利用登録料1,000円が必要です(今年度登録済の方は不要)
- 申込・問い合わせ／平日午前8時30分～午後9時の間に勤労青少年ホームへ(電話申し込み可)

**児童手当現況届をお忘れなく**

児童手当を引き続き受けるためには、現況届の提出が必要です。必ず期間内に手続きしてください。

提出用紙は、市民生活課・わんパーク(本町1)のほか、お住まいの地域の支所・連絡所に用意してあります。ただし、高梨・五辺の方は市民生活課またはわんパークをご利用ください。

■提出期間／6月10日(火)～30日(月)

※わんパークのみ、土・日曜日(午前9時30分～正午まで)も受付けますが、混雑が予想されますので、時間に余裕をもってお越しください。



■持参いただくもの／

- ①印鑑(ゴム印不可)
- ②年金の加入を証明する書類(6月1日現在加入の年金)
  - ▽厚生年金(共済組合)加入者：請求者(児童ではありません)の健康保険被保険者証のコピー(資格取得日の記載があるもの)、またはお勤めの事業所から証明してもらった年金加入証明書(はがき)のどちらかひとつ
  - ▽国民年金加入者：年金手帳
- ③児童手当用所得証明書(平成20年1月2日以降に転入した方のみ、前住所地の市区町村役場の発行する平成20年度分【平成19年中の所得額などを証明したもの】の児童手当用所得証明書をお持ちください)

**児童手当を振り込みます**

児童手当6月期分(平成20年2月～5月分)を、6月13日(金)に受給者指定の各金融機関口座に振り込みます。

※児童手当を特例給付で受給されている方で、厚生年金や共済組合などの被用者年金に加入している事業所を退職した方は、届出が必要です。届出が遅れると児童手当を返納していただく場合があります。

※今まで所得制限などにより児童手当を受給できなかった方も、今年度は受給できる場合もありますので、お早めに市民生活課で手続きをしてください。

■問い合わせ／市民生活課保険年金係 ☎ 83-3509

旧日本赤十字社救護看護婦・旧陸海軍従軍看護婦のみなさんへ

「内閣総理大臣名の書状を贈呈します」

先の大戦において、外地など(事変地の区域または戦地の区域)に派遣され、戦時衛生勤務に従事された旧日本赤十字社救護看護婦や旧陸海軍従軍看護婦の方(慰労給付金受給者を除く)に、そのご労苦に報いるため内閣総理大臣名の書状を贈呈しています。



書状の請求期限は、平成21年3月31日までです。請求のために必要な書類は健康福祉課(☎83・3517)でお渡しします。

■請求・問い合わせ／

〒100-8926 東京都千代田区霞が関2-1-2

総務省大臣官庁管理室業務担当

☎ 03・5253・5190

(直通) FAX 03・5253・5190

03・5253・5190

# お知らせ

## Information

小千谷市役所 ☎ 83-3511 (代)  
<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>

### ちちみの里の利用券が当たる 広報クイズ

解答をはぎでお送りください。  
 正解者の中から、抽選で3人に  
 ちちみの里の利用券を贈呈します。  
 市報おぢやの感想もあると担当は  
 うれしいのですが...

**問題** 5月25日(日)、  
 ごみゼロ運動全市いっ  
 せい清掃が実施されま  
 した。この運動にはお  
 よそ何人の市民のみな  
 さんから参加いただい  
 たでしょうか。



- ①おおよそ4,700人
  - ②おおよそ5,600人
  - ③おおよそ6,200人
- (ヒントは6ページ)

**応募先** 〒947-8501小千谷市総務課  
 広報広聴係あて(住所不要)

**締切** 6月25日(水) (当日消印有効)  
 5月号の答えは、②おおよそ1,600尾でし  
 た。抽選の結果次の方が当選しました。  
 羽鳥好晃さん、長井百合子さん  
 佐藤咲子さん

人口と世帯数 (5月31日現在)				
男	19,685人	前月比	+ 4	出生 24人
女	20,248人	前月比	- 1	死亡 39人
合計	39,933人	前月比	+ 3	転入 62人
世帯数	12,458世帯	前月比	+38	転出 44人

事故発生状況 (5月31日現在)		
	20年5月まで	19年5月まで
件数	56件	66件
死者	1人	0人
傷者	69人	85人

消防本部出動状況 (5月31日現在)		
	20年5月まで	19年5月まで
火災	14件	12件
救急	540件	574件

気象データ5月		
	20年5月	過去10年の平均
平均気温	16.9℃	16.9℃
最高気温	31.5℃	29.8℃
最低気温	4.4℃	5.6℃
降水量月計	77.5mm	95.4mm

小千谷地域消防本部速報値

## 小千谷市職員採用試験

平成21年度採用の市職員の採用試験を行います。受験を希望される方はお申し込みください。

- 試験日 / 7月20日(日)
- 会場 / 小千谷市役所
- 応募締切日 / 6月27日(金)午後5時必着 (郵送も同様)

試験・職種	学歴・資格	年齢	採用人員
一般事務上級	大学卒業	昭和55年4月2日以後に生まれた者	5人程度
総合土木事務※上級	大学卒業	昭和51年4月2日以後に生まれた者	若干名
保健師	保健師資格	昭和53年4月2日以後に生まれた者	1人

※総合土木とは、土木(土木工学)と農業土木を統合した名称です。  
 ※学歴・資格は、平成21年3月31日までに取得見込みのものを含みます。

- 問い合わせ・資料請求先 /
    - ・直接、市役所総務課に来られて請求
    - ・市ホームページ (<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>) の職員採用試験のお知らせのページからダウンロード
    - ・郵送請求の場合は、希望試験・職種を書いて、返信用封筒(角2・A4が入る大きさ、あて先を明記し120円切手を貼ったもの)を同封し、外封筒には「試験要項請求」と朱書きして、総務課あてに請求
- 〒947-8501 新潟県小千谷市城内2-7-5 小千谷市総務課職員係 ☎83-3005 FAX83-2789

### 7月のおはなし会

図書館 ☎ 82-2724

ボランティアグループによるおはなし会です。

- 毎週火曜日 / 午後3時30分～4時  
 7月1日、8日、15日、22日、29日
- 第3日曜日 / 午後2時～2時30分  
 7月20日
- 会場 / 図書館1階おはなしの部屋



### 市税等の納期限

- 6月30日(月)
- 市・県民税(1期)  
 国民健康保険税(6月分)  
 介護保険料(6月分)

### なかよしコンサート

健康福祉課 ☎ 83-3517

市立保育園主催の「なかよしコンサート」が行われます。歌、手遊びなどで親子で一緒に楽しみませんか。今回は2回公演になります。



- 日時 / 6月28日(土)▽1回目: 午前10時～10時45分▽2回目: 午前11時15分～正午
- 会場 / サンラックおぢや3階
- 出演 / ウサギーム
- 入場無料
- その他 / 駐車場は総合体育館駐車場をご利用下さい。
- 問い合わせ / 健康福祉課子育て支援係または各市立保育園まで



## 小千谷を描く No. 345 畠<sup>はたけ</sup>の風景

やぶこう（藪川）の畠<sup>くわ</sup>で鋤<sup>くわ</sup>を打っていたお父さんに「気持ちの良いお天気ですね」と声をかけたら、「気持ちの良いお天気だなんてブラブラ遊び歩いてらには分かんたろうども、雨が降らんでも困るし、降りすぎたかて困る。その上異常気象だの低温注意報でなこって、この先なんがあるやら畠も田んぼも大変だし、おめえ方も野菜や米の値が上がったら困るろうが」とかえってきました。まったくその通りで、何でもできない私ですども、食べることにせめて頑張りますのでお父さんもお元気でネ。

（絵と文は西脇正久さん）

### 表紙

山本山大橋下流、信濃川右岸（元中子地内）では、東小千谷地区河川改修事業（堤防工事）に伴い、「元中子遺跡」の発掘調査が行われています。

5月28日（水）、この発掘現場で東小千谷小学校の6年生63人が土器などの遺物発掘の体験を行いました。「あった」「これって土器だよね」と声を弾ませながら一生懸命発掘していました。

### 編集後記

先月はミャンマーでのサイクロン、中国での大地震と世界で大きな災害が続きました。自然の力の猛威を感じるとともに、テレビや新聞の報道で被災地の悲惨な状況を見るたびに胸が痛みました。

これから梅雨の時期を迎えます。長雨や蒸し暑さで体調を崩しやすい時期でもあります。健康管理には十分に気をつけたいものです。