

## 小千谷市長選挙 大塚昇一さんが当選



11月11日(日)に告示された小千谷市長選挙は、立候補者が1人のため無投票となりました。11月19日(月)の選挙会で大塚昇一さんの当選を決定し、当選証書を付与しました。

任期は11月29日(木)から開始となります。

■問い合わせ／選挙管理委員会（総務課内） ☎83-3506

## 冬期間の水道のご利用について

■問い合わせ／ガス水道局お客さま係 ☎82・4115

**冬期間の水道使用料金は  
推定使用量で計算します**

12月以降、積雪により検針できない場合は、水道使用料金を推定使用量で計算します。

推定使用量は昨年の冬期間の使用量を参考に決定し、実際の使用量との過不足は、検針ができた月に精算します。

冬期間に継続して推定使用量で計算する地域のお客さまには、決定した推定使用量を12月20日(木)以降に郵送でお知らせします。実際の使用量との過不足は、4月の検針で精算します。



**冬期間の閉栓はお早めに**

冬期間、長期不在などにより水道を使用しないお宅で、水道管が凍結して破損し、漏水する事例が毎年発生しています。冬期間の閉栓を希望する場合は、お早めにガス水道局へご連絡ください。

凍結対策は、広報おぢや11月10日号5ページの、「水道管の凍結対策」をご覧ください。

**漏水に注意！月1回程度の確認を**

漏水は、ご家庭でも次の方法で簡単に発見することができます！



①全ての蛇口を閉める

②水道メーターのボックスを開ける



③水道メーターの銀色のボタンが回っていたら、漏水しています。早急に、市水道公認工事店へ修理を依頼してください。



全ての蛇口を閉めても銀色のボタンが回っていたら、漏水しています。早急に、市水道公認工事店へ修理を依頼してください。

漏水の状況によっては、申請により水道使用料金を減額できる場合がありますので、お問い合わせください。

積雪により検針ができず漏水の発見が遅れると、水道使用料金が多額になることもあります。積雪前に、メーターを必ず確認してください。



### ●今月の主な内容

文芸おぢや第38号 入賞者紹介	4
市民作品展開催	5
12月3日～9日は「障害者週間」です 障がいの種類を理解して適切な配慮を	7
平成31年度学童クラブ入会案内	8



戊辰150年PROLOG



「マチイロ」アプリをダウンロードして、いつでもどこでもスマホで「広報おぢや」をチェック！



小千谷市の情報は、毎週月～金曜日の午前7時35分頃から「FMながさ」でチェック！

# お知らせ

## 募集



### ホットプラザ講座受講生募集

受講料・材料費のほかにホーム利用登録料が必要です。定員まで随時受け付けます。

※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、材料費などをいただくことがあります。無断でのキャンセルはご遠慮ください。

■会場／ホットプラザ（勤労青少年ホーム）

■申込方法／登録申請書はホットプラザにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申込・問い合わせ／午前9時～午後9時、ホットプラザ ☎ 82・8510

### ○ヒップホップエクササイズ講座2

楽しく踊って、かっこいい体作りをしませんか。



■日時／平成31年1月10日～2月7日（毎週木曜日、計5回）午後7時30分～8時30分

■講師／NPO法人ハロースポーツ

■定員／20人

■受講料／2000円（5回分）

■服装／運動のできる服装

■持ち物／内履き、タオル

### ○茶道体験講座

日本古来の伝統文化を気軽に体験し、美しい所作を身につけませんか。



■日時／平成31年1月15日・22日・29日（いずれも火曜日、計3回）午後7時～8時30分

■講師／目崎宗洋さん（宗徧流）

■定員／10人

■受講料／1200円（3回分）

○硬式テニススクール2

楽しみながら体を動かし、冬の運動不足を解消しませんか。

■日時／平成31年1月25日～3月15日（毎週金曜日、計8回）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

■定員／15人

■受講料／1500円（8回分）

■持ち物／内履き、ラケット、タオル

※ラケットをお持ちでない方は貸し出します。

申込時にお申し出ください。

■期間／12月11日（火）～20日（木）

■スローガン

「冬の道 ゆとりとマナーで減らす事故」

■運動の重点

▽飲酒運転の根絶

▽横断歩行者の保護

▽冬道の安全走行

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎ 83・3516

## 生活安全



### 冬の交通事故防止運動

年末が近づくにつれ、積雪や路面の凍結、飲酒機会の増加などにより、交通事故の多発が心配されます。交通ルールをしっかり守り、交通事故を防ぎましょう。

■期間／12月11日（火）～20日（木）

■スローガン

「冬の道 ゆとりとマナーで減らす事故」

■運動の重点

▽飲酒運転の根絶

▽横断歩行者の保護

▽冬道の安全走行

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎ 83・3516



### 灯油流出事故に注意！

寒くなり暖房器具を使用する季節になると、不注意による灯油の流出事故が多く発生します。流出した灯油は河川の水質を悪化させ、水道の供給に影響が出ることがあります。

また、河川に流出した灯油の処理にかかる費用は、原則として原因者の負担となります。

灯油の流出事故は、ちょっとした注意で防ぐことができます。

みんなで気をつけましょう。

### ■灯油流出防止のポイント

▽給油中は絶対にその場を離れない。目を離さない。

▽給油後、ホームタンクのバルブを確実に閉める。

▽ホームタンクや配管に破損がないか、こまめに点検する。

※灯油を流出させてしまったときや油の流出を発見した場合は、すぐに連絡してください。

### ■連絡・問い合わせ

▽市民生活課環境衛生係 ☎ 83・3509

▽消防本部予防課 ☎ 83・0238

▽市民生活課環境衛生係 ☎ 83・3509



## 冬の省エネ対策にご協力をお願いします

私たちは日常生活の中で、多量の温室効果ガス（二酸化炭素など）を排出しています。電化製品の使用など、便利な生活と引き換えに地球への負担は大きくなっています。豊かな自然環境を未来へ残すために、この冬もみんなで省エネに取り組みましょう。

### ■家庭でできる取組例

- ▽不要な照明は消す。
- ▽お風呂は時間を空けずに続けて入る。
- ▽暖房時の室温は20℃を目安にする。
- ▽こたつや電気カーペットなどの部分暖房を活用する。
- ▽冷蔵庫は温度設定を「弱」にし、無駄な開閉はしない。
- ▽炊飯器や電気ポットで、長時間の保温はしない。
- ▽テレビを見ているときは消し、主電源もオフにする。
- ▽使用していない電化製品は、プラグをコンセントから抜く。
- ▽トイレの便座・洗浄水の温度を下げる。
- ▽使用しない時は蓋を閉める。
- ▽電化製品を買い換えるときは、省エネ性能の高いものを選ぶ。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎ 83・3509



## 小千谷のごっつお食べきり運動

### ～「忘・新年会」たのしくおいしく残さず食べきろう！～

12月は忘年会、1月は新年会のシーズンですが、宴会が終わってみると料理がそのまま残っていて、もったいない…というようなことはありませんか？ それらの食べ残しは「ごみ」として処分されてしまいます。

国内で1年間に廃棄される食品の量は約2,800万tです。これは、国内の食料消費量全体の3割です。このうち、売れ残りや期限切れの食品、食べ残しなど、本来食べられたはずの、いわゆる「食品ロス」は約646万t（農林水産省・環境省「平成27年度推計」）で、日本人1人あたりに換算すると、茶碗約1杯分（約139g）の食べ物が毎日捨てられている計算になります。これは、世界中で飢餓に苦しむ人々への世界の年間食料援助量約320万t（国連世界食糧計画、平成26年）を大きく上回る量です。

食べ物の大切さを再確認し、おいしい「小千谷のごっつお」をたのしく食べきりましょう。

#### 家庭でできる取り組み

#### 「食材の無駄を減らそう！」



- ▷家にある食材を確認し、必要なものを購入しましょう。
- ▷残っている食材から使いましょう。
- ▷料理の作り過ぎをなくしましょう。
- ▷食材を無駄にしないレシピを活用しましょう。

料理レシピサイト「クックパッド」の「消費者庁のキッチン」で、「食材を無駄にしないレシピ」をチェック！⇒



### 宴会五箇条

- その1：まずは、適量を注文。
- その2：幹事さんは「おいしく食べきろう！」の声かけを。
- その3：乾杯後20分とお開き前10分は、席を立たずにしっかり食べる「食べきりタイム」。
- その4：目指すは完食ですが、食べ過ぎには注意。
- その5：食べきれない料理は仲間で分け合いましょう。

## 不要なレジ袋は受け取らない

### ～マイバッグを持って買い物に行こう！～

買い物をしたときにもらう「レジ袋」。環境省によると、1人が1年間に使用するレジ袋は、なんと約300枚です。これは、小千谷市の人口35,846人（平成30年10月31日現在）で換算すると、1年間でドラム缶985本分の原油に相当します。

レジ袋は、その製造・処分の過程で、地球温暖化の原因となる二酸化炭素を排出します。

また、レジ袋などのプラスチックごみが海や山などで捨てられると、環境に悪影響を与えるだけでなく、野生動物がプラスチックごみを誤飲して死んでしまうこともあります。

マイバッグの持参は、誰もが簡単にできる自然環境保護の取組です。買い物に行くときはマイバッグを持参し、レジ袋はもらわないようにしましょう。



10月に行われた「小千谷うまいもの祭」の会場で、小千谷市消費者協会がアンケートを実施しました。「買い物に行くとき、マイバッグを持参しますか」の問いに、約6割の方が「いつも持参する」と回答しました。「ときどき持参する」と回答した方を合わせると、約9割の方が買い物にマイバッグを持参しています。



環境のために、できることから始めよう！

# 文芸おぢや第38号

# 入賞者紹介



「文芸おぢや第38号」の作品募集に、短歌172首、俳句398句、川柳202句、詩21編の応募がありました。審査の結果、次の方が入賞されましたのでご紹介します。(敬称略、ペンネームの場合あり)

## 短歌の部

●市長賞・井芹純子(東京都)

「まっすぐに加速する鯉背びれ立て  
人々人と水面に描く」

●教育長賞・大塚晃生(山寺)

「とどまれる流灯を瀬にみちびける  
棹さす舟の人影ゆらぐ」

●公民館長賞・野上卓(東京都)

「今月も赴任先より帰りえず  
单身寮に七夕の雨」

## 俳句の部

●市長賞・穂苺真泉(長野県)

「明日は刈る田に西郷どんの家山子立つ」  
「昆虫展の翅の輝き晩夏光」

●教育長賞・樋口昇(東京都)

「山あひに廃屋一戸柿たわわ」  
「なすび漬け石の重さを味とせり」

「手は縄を少しゆるめて萩くくる」

●公民館長賞・小池ヤス(千谷)

「公園の椅子に座りて薄暑かな」  
「野仏の目鼻やさしき葛の花」

## 川柳の部

●市長賞・桃太郎(岡山県)

「卓袱台があつて昭和は丸かった」  
●教育長賞・古賀由美子(佐賀県)

「あいさつのきれいな人の歯がきれい」

●公民館長賞・上村春夫(旭町)

「年金の歩幅で今日も歩いてる」

## 詩の部

●市長賞・佐々木裕雄(神奈川県)

「下駄は脈々と奏でる」

独居の台所の棚の奥に妻が大切に保存していた  
古新聞紙に包まれた桐下駄

桐の縞模様が鮮やかそのまま  
足の指を鼻緒に差し込むと

足裏から忘れたはずの泣き笑いの  
音が聞こえてくる

カランコロン カランコロン

母が小学校入学祝いに初めて

買ってくれた下駄  
うれしくて うれしくて

下駄で家の中を歩いた  
カタ カタ カタ

しっかりと抱いて寝た

明日遠足だ  
天気になーれ

下駄をぼーんと空に投げて天気占ひ  
表だ 表だ

うわー 晴れだ 晴れだ  
下駄は天気予報士だった

故郷の新潟は雪との戦いだった  
中学生は怖いもの知らず

雪が下駄の歯の間に挟まり  
下駄は雪山の上

体が浮いた 歩けない  
学校に遅れる

パンカラの学生時代

下駄の音に人はやさしかった  
食堂 映画館 図書館も許された

腰に手ぬぐいの研究室も下駄の音  
コット コット コット

若さの証しの音

みんな みんな 昭和までの時代だった

下駄屋さんはどこにある  
下駄箱の名前で残っている

下駄の音にぬくもりがある  
足裏に下駄の歴史が残っている

下駄の歴史は続く  
下駄は脈々と奏でる

カタ カタ カタ

コット コット コット  
カランコロン カランコロン

冊子「文芸おぢや第38号」は市民会館で無料配布して  
います。部数に限りがありますので、  
お早めにお越しください。  
■問い合わせ／生涯学習課社会教育係  
(市民会館内) ☎82・9111



入場  
無料

# 市民作品展開催

楽集館展示室を一般開放して、市民の芸術・文化活動を応援します。みなさんのご来場をお待ちしています。

作品展名	開催日	開催時間	展示内容
小千谷陶友会 「第24回小千谷陶友会グループ展」	12月 1日(土)	午前10時～午後5時	陶芸 ※今回は、陶芸体験は 行いません。
	12月 2日(日)	午前10時～午後3時	
和田三正 「陶芸作品の展示」	12月 7日(金)・8日(土)	午前 9時～午後5時	陶芸
	12月 9日(日)	午前 9時～午後4時	
遊画会 「絵画作品の展示・発表」	12月22日(土)	午前 9時～午後5時	絵画
	12月23日(祝)	午前 9時～午後3時	



■会場／楽集館展示室

■問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内） ☎82-9111

## 市内の空間放射線量測定結果（定期測定）

■問い合わせ／危機管理課 ☎83-3515

市内の保育園・認定こども園、小・中学校、総合支援学校のグラウンド内の空間放射線量を測定しました。いずれも、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の範囲内でした。

なお、この数年は放射線量に大きな変化がみられなかったため、平成30年度は春と秋の年2回の測定としました。（ただし、屋外体育施設は春のみ）

■測定結果／いずれも10月18日測定

（単位：マイクロシーベルト／時）

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

測定場所	測定結果		
	地表 (10cm)	地上 50cm	地上 1m
小千谷小学校	0.10	0.09	0.09
東小千谷小学校	0.08	0.08	0.08
吉谷小学校	0.09	0.09	0.08
千田小学校	0.10	0.09	0.09
和泉小学校	0.08	0.08	0.08
東山小学校	0.08	0.08	0.07
南小学校	0.09	0.08	0.08
片貝小学校	0.08	0.08	0.08
総合支援学校	0.06	0.07	0.06
旧川井小学校	0.09	0.08	0.08
旧真人小学校	0.08	0.08	0.08
小千谷中学校	0.10	0.09	0.09
東小千谷中学校	0.10	0.10	0.09
千田中学校	0.08	0.08	0.08
南中学校	0.09	0.08	0.08
片貝中学校	0.07	0.07	0.07

（参考）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、最も放射線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、サーベイメータの測定値は、空間放射線測定機器（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。

※県内全市町村にモニタリングポストを設置して24時間監視を行っています。市内には平沢町内に設置されており、異常が確認された場合は速やかに県・市が対処します。なお、測定値は新潟県環境放射線観測データ公開ホームページ <http://housyasen.pref.niigata.lg.jp/> からご確認いただけます。

## 住生活総合調査にご協力ください



国土交通省は、全国で「平成30年住生活総合調査」を実施します。

この調査は、居住者の住まいに対する満足度や今後の住まい方の意向などを把握するため、5年ごとに行われています。

■対象／10月に実施された「平成30年住宅・土地統計調査」の対象世帯から抽出された世帯

■調査方法／対象世帯には11月下旬から調査票を配布し、郵送またはオンラインで回答していただきます。

■問い合わせ／建設課建築住宅係 ☎83-3514

## 家屋を取り壊した方へ



住宅、車庫、物置などの家屋の一部または全部を取り壊した方は、家屋の所有者や面積、取壊日などを記入した「家屋取壊し届」を提出してください。

なお、滅失登記を行った家屋は、届出を行う必要はありません。

■提出締切／12月21日(金)

■届出書／税務課、片貝総合センター、真人ふれあい交流館、東山・岩沢・川井の各住民センターにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■提出・問い合わせ／税務課資産税係 ☎83-3508

### 特集

## 手話をやってみよう！②秋

手話を使ったコミュニケーションに挑戦してみませんか。すぐにできる簡単な手話を紹介します。「こんにちは」などの挨拶の手話は広報おぢや5月10日号の折り込みに、夏に関する手話は8月25日号に掲載しているほか、市ホームページからもご覧いただけます。

■問い合わせ／社会福祉課障がい福祉係 ☎83-3517

みんなで作ってみよう



### 「さつまいも」

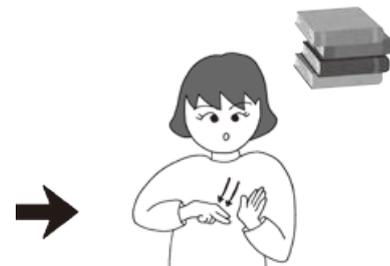


さつまいもを片手で持つような手の形を作り、口の前でさつまいもをかじるように前に動かす。

### 「読書」



本を開くように、両手の手のひらを揃えて上に向けて開く。



手のひらに指を2本向けて、本を読むように上下に動かす。

### 「栗」



手をグーにしてあごにあてて、下におろします。「茶色」の手話も同じです

### 「紅葉」



左手を開いて下に向け、右手の指で左手の指をつまむように動かします。



右手の人差し指と親指で、左手の指を1本ずつつまむようにします。

12月3日～9日は「障害者週間」です

## 障がいの種類を理解して適切な配慮を

障がいにはさまざまな種類があり、個人によっても症状や程度に違いがあります。主な障がいの特性と、障がいに応じた配慮の一例を紹介します。

### 視覚障がい

全く見えない、見える範囲が狭いなど、人によって見え方はさまざまです。

こんな配慮を…

- ▷点字ブロックの上や周辺に障害物を置いたり、立ち止まったりしない。

### 聴覚障がい

全く聞こえない、雑音が混ざるなど、人によって聞こえ方はさまざまです。外見からはわかりにくい障がいです。

こんな配慮を…

- ▷筆談・手話・口話など、会話をする時の方法を確認する。
- ▷長文や複雑な表現は控え、短文で簡潔に情報を伝える。

### 内部障がい

臓器や免疫機能に障がいがあり、活動による負担が大きかったり、外部環境の影響を受けやすかったりします。外見からはわかりにくい障がいです。

こんな配慮を…

- ▷携帯電話の電波やたばこの煙などの影響を受けやすいため、公共の場でのルールを守る。

### 肢体不自由

手や腕、足、体幹に障がいがあり、体を思うように動かせないことです。

こんな配慮を…

- ▷車椅子を使用している方が困っていたら声をかけ、移動や手動式のドアの開閉などを手伝う。
- ▷入り口の階段や段差解消のためスロープを設置する。

### 知的障がい

発達期に知的機能に障がいが見られ、ルールを守るなど、社会生活への適応が困難なことがあります。

こんな配慮を…

- ▷ゆっくり丁寧に話し、絵や写真などを使って分かりやすく説明する。

### 精神障がい

統合失調症やうつ病などのさまざまな精神疾患により、コミュニケーション能力や感情コントロール能力が低下し、日常生活や社会生活のしづらさを抱えていることがあります。

こんな配慮を…

- ▷不安を感じさせないように、笑顔で穏やかに対応する。

## ご相談ください

障がいのある方やその家族のための相談窓口を紹介します。気軽にご利用ください。

障がいのある方の相談（全般）	
社会福祉協議会相談支援事業所	☎81-1010 FAX83-2777
相談支援事業所ひかり工房	☎86-8011 FAX82-0791
相談支援センター小千谷さくら（小千谷駅出張所）	☎82-1710 FAX86-7974
障がい者基幹相談支援センター（市役所2階）	☎81-0017 FAX83-4160
社会福祉課障がい福祉係	☎83-3517 FAX83-4160
健康センター保健係	☎83-3640 FAX82-8964
市職員による、障がいのある方への差別的言動に関すること	
総務課職員係	☎83-3506 FAX83-2789

障がいのある方への差別に関する相談	
社会福祉課障がい福祉係	☎83-3517 FAX83-4160
障がいのある方への虐待に関する通報・相談 ※虐待を受けたと思われる障がいのある方を発見した場合は、通報の義務があります。	
障がい者虐待防止センター（社会福祉課障がい福祉係内）	☎83-3517 FAX83-4160
健康センター保健係	☎83-3640 FAX82-8964
雇用先での虐待に関する相談	
新潟県福祉保健部障害福祉課	☎025-280-5250 FAX025-283-2062
障がい者虐待防止センター（社会福祉課障がい福祉係内）	☎83-3517 FAX83-4160
健康センター保健係	☎83-3640 FAX82-8964

# 平成31年度 学童クラブ入会案内

学童クラブは、保護者が仕事などにより昼間不在となる家庭の児童をお預かりし、指導員が遊びを中心とした健全育成活動を行うところです。

現在、市内には10か所の学童クラブが開設されています。平成31年4月から翌年3月までの期間に、新規に入会を希望する児童の申し込みを受け付けます。ご希望の方は期日までにお申し込みください。

なお、現在学童クラブに通っていて引き続き入会を希望する児童には、各学童クラブを通じてご案内します。

■申込期間／12月1日(出)～10日(月)

■入会資格／保護者が仕事などで昼間不在となる家庭の小学1年生～6年生の児童

■申込用紙の設置場所／各学童クラブ、社会福祉協議会(サクラックおぢや内)、健康倶楽部中子の森

■入会申込／申込書に必要書類を添えて、入会を希望する各学童クラブか運営団体へお申し込みください。用紙は11月26日(月)より配布します。

※申込受け付け後、利用規定により選考を行います。



## ○小千谷市社会福祉協議会運営の学童クラブ

■問い合わせ／社会福祉協議会 ☎83-2340

クラブ名称	校区	実施場所	定員	開設時間	利用料
西小千谷学童クラブ そよかぜ①通年	小千谷 小学校	小千谷小学校 ふるさと教室	30人	●平日／放課後～午後6時 30分  ●休校日・長期休業日／ 午前8時～午後6時30分  ※平日、休校日・長期休 業日ともに、西小千谷 学童クラブさくらのみ 午後7時まで  ●休み／日曜日、祝日、お 盆、年末年始	●通年利用 ▷利用料：5,000円／月 ※8月は11,000円  ●長期休業時のみ利用 ▷登録料：3,000円 ▷利用料：20,000円／年  ●その他 ▷土曜利用：400円／日 ▷一時利用：400円／日 ▷延長利用(午後6時～7 時)：100円／30分  ※上記の利用料には、お やつ代を含みます。
西小千谷学童クラブ そよかぜ②長期		小千谷小学校 集会室	45人		
西小千谷学童クラブ さくら		小千谷小学校 さくらルーム	50人		
西小千谷学童クラブ おひさま		小千谷小学校 第1音楽室	30人		
西小千谷学童クラブ あおぞら		市民会館	45人		
東小千谷学童クラブに こここカービィ	東小千谷 小学校	ホットプラザ	40人		
片貝学童クラブ なかよしキッズ	片貝小学校	片貝小学校	40人		
千田学童クラブ わんぱくキッズ	千田小学校	千谷センター	35人		
南部学童クラブ よつばキッズ	南小学校	克雪管理 センター	25人		
和泉小学校学童クラブ いずみキッズ	和泉小学校	高梨集落開発 センター	30人		



## ○健康倶楽部中子の森運営の学童クラブ

■問い合わせ／健康倶楽部中子の森 ☎82-0880

クラブ名称	校区	実施場所	定員	開設時間	利用料
中子の森 元気っ子クラブ	東小千谷 小学校	健康倶楽部中 子の森	25人	●平日／放課後～午後6 時30分 ●土曜日・長期休業日／ 午前7時30分～午後6 時30分 ●休み／日曜日、年末年始	▷利用料：6,000円／月 ▷おやつ代：実費 ▷昼食代：350円／食 (希望児のみ)

## 国民健康保険医療費通知を送付します

小千谷市国民健康保険（国保）では、医療費負担の仕組みや健康に関する認識を深めていただくため、国保加入者全員の医療費情報を記載した医療費通知を、世帯主宛てに送付します。

■対象／7月～9月に国保の保険証で医療機関を受診した方がいる世帯

■通知の内容／受診者氏名、医療機関などの名称、入院・通院区分、日数、医療費（総額・保険者負担額・自己負担額）など※審査中などのため記載されない医療費情報があります。

■通知発送予定日／平成31年1月21日（月）

■その他

▽医療費通知は、医療費の請求書や領収書ではありません。せん。

▽所得税の医療費控除の申告手続きに活用できますので、大切に保管してください。

■問い合わせ／保健福祉課国保年金係 ☎83・4060



**世帯主宛てに送付することに同意できない方はご連絡を！**

世帯主宛てに世帯全員の医療費情報を記載した医療費通知を送付することに同意できない方は、12月19日（水）までに保健福祉課国保年金係にご連絡ください。なお、過去にご連絡いただいた方は連絡不要です。

事前に国保加入者全員の意向を確認することが困難なため、国保加入者本人から連絡がない場合は、同意をいただいたものとして世帯主宛てに送付します。



## ジェネリック医薬品

に関するお知らせ

現在使用している薬（先発医薬品）をジェネリック医薬品（後発医薬品）へ切り替えた場合の薬代金を試算したお知らせをお送りします。切り替えの参考にご利用ください。通知書は個人宛てに発送します。

■対象／国民健康保険に加入している方で、次の全てに該当する方

▽12歳以上の方

▽平成30年8月に処方された薬の投与期間が14日以上の方

▽ジェネリック医薬品に切り替えた際の自己負担額の差額が1000円以上の方

■通知書発送予定日／12月3日（月）



ジェネリック医薬品に切り替えるにはどうしたらいいの？



主治医や薬剤師へ相談してください。病気や治療などの状況によっては切り替えができない場合があります。

※ジェネリック医薬品に切り替え済みの方でも、医療機関が変わった場合に、先発医薬品が処方されることがあります。

83 ■問い合わせ／保健福祉課国保年金係 ☎83・4060

## 図書館新刊紹介



図書館に新しく入った本の中からいくつかを紹介します。

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724

### ●小説など

- 「崖の上で踊る」石持浅海／著
- 「穴あきエフの初恋祭り」多和田葉子／著
- 「30センチの冒険」三崎亜記／著

### ●一般書

- 「もっと知りたいムンク 生涯と作品」千足伸行／監修・著、富田章／著  
世紀末という暗い時代に魂を「解剖」した画家、ムンクを紹介。作品に込められた、極めて個人的な魂の軌跡を読み解き、人々が感じていた捉えどころのない不安を見事に可視化した圧倒的な造形力に迫る。
- 「春・夏・秋・冬 どうぶつえん」森由民／著  
お花見に興じるナマケモノ、餌入りの氷で暑さをしのぐホッキョクグマ、秋の長雨でどんよ

りするカンガルー、雪で大はしゃぎのパンダ…。動物園の動物たちが四季折々に見せる「季節限定の姿」を、イラストとともに紹介する。

### ●児童書

- 「せん」スージー・リー／作  
白い紙の上を走るえんぴつ。その先から一本のせんが生まれ、スケートぐつをはいた少女が氷の上へ軽やかにすべりだす…。文字のない絵本。
- 「ダヤンと魔法の本」池田あきこ／著  
古びた図書館で見つけた魔法の本の中に迷い込んでしまったダヤン。本に書かれた物語の中をさまよいながらも、ダヤンは友だちのジタンの助けを借りて、本の中から抜け出そうとしますが…。本が舞台のダヤンの不思議な物語。

# 今年度の施設利用を終了します

11月30日(金)で、次の施設の今年度の利用を終了します。ご利用ありがとうございました。

## ○屋外体育施設

■対象施設／▽白山運動公園▽信濃川河川公園▽千谷運動公園▽片貝スポーツ広場野球場▽南部スポーツ広場野球場  
※白山運動公園のクロスカントリースキークーースとシャンツェは、降雪後、利用開放します。開放日時は市ホームページでお知らせします。

■問い合わせ／生涯学習課管理係(総合体育館内) ☎83・0077

## ○観光施設トイレ

■対象施設  
▽山本山山頂  
▽船岡公園  
▽小千谷闘牛場  
■問い合わせ／観光交流課観光係(市役所分庁舎内) ☎83・3512



船岡公園



白山運動公園野球場

## ○おぢゃ〜る(屋外施設)

降雪状況により終了が早くなる場合がありますので、ご了承ください。

■対象施設／▽芝生広場▽屋外トイレ▽屋外炊事棟▽ドッグラン

※芝生広場は、降雪後、雪遊び広場としての利用を予定しています。

■問い合わせ／おぢゃ〜る ☎82・2478

今年の冬も  
おぢゃ〜るで  
雪あそび!



暖炉もあるよ♪

## 来年度の体育施設利用調整を行います

来年度の施設利用の重複を避けるため、事前に利用の調整を行います。各施設で大会やイベントを計画している方は、次の方法でお申し込みください。市の事業も予定されていますので、詳しくはお問い合わせください。

■対象期間／平成31年4月1日(月)～翌年3月31日(火)

※9月2日(月)～27日(金)の総合体育館メインアリーナは、LED化工事のため使えません。

■対象施設／▷総合体育館▷白山運動公園▷グリーンヒル白山▷信濃川河川公園▷千谷運動公園▷片貝スポーツ広場野球場▷東小千谷体育センター

■申込方法／申請書に必要事項を記入し、総合体育館へ提出してください。(ファクス可)申請書は総合体育館、市民会館、ホットプラザ(勤労青少年ホーム)、片貝総合センターにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申込期間／12月1日(土)～平成31年1月11日(金)

■申込・問い合わせ／生涯学習課管理係(総合体育館内) ☎83-0077 ☒83-0078



## パスポート申請は お早めに

年内にパスポートの受け取りを希望する方は、余裕を持って申請してください。

■受付日時／月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時

■受け取りまでの期間／8日間※申請日を含め、平日のみを数えます。

■年内に受け取るための最終申請日／12月18日(火)(12月28日(金)受け取り)

■年内の申請最終日／12月28日(金)(平成31年1月15日(火)以降受け取り)

■その他／小千谷市に住居登録している方のパスポート申請窓口は市民生活課です。県パスポートセンターなどでは受け付けていませんので、ご注意ください。

■問い合わせ／市民生活課 市民係 ☎83-3509



## 小千谷インターチェンジ駐車場 12月1日(土)利用開始

関越自動車道小千谷インターチェンジに、高速バス利用者用の駐車場が完成しました。高速バスでお出かけの際は、ご利用ください。

なお、冬期間は、機械除雪による堆雪のため駐車可能台数が少なくなります。急な積雪や大雪時の夜間などは、駐車場の利用に支障が生じる場合があります。ご理解とご協力をお願いします。

■利用開始日／12月1日(土)

■場所／右の地図を参照

■駐車可能台数／39台

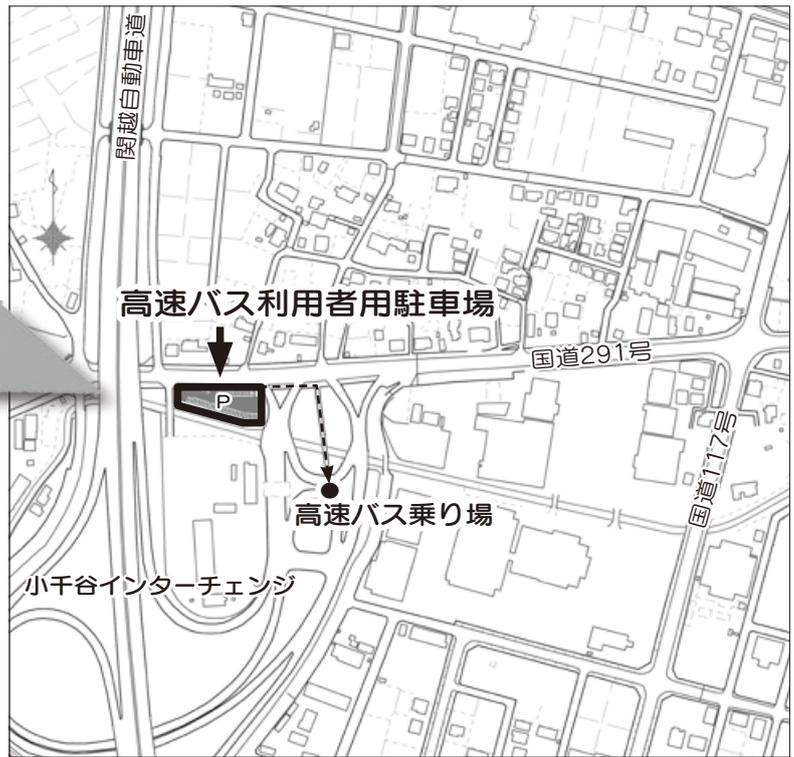
■利用無料

■その他

▷高速バス利用者のための駐車場です。

▷長期間の駐車や、大型車両の駐車はご遠慮ください。

■問い合わせ／観光交流課地域振興係（市役所分庁舎内）☎83-3512



## 騒音測定結果のお知らせ

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係☎83-3509

### ○高速道路沿線

8町内10地点で測定を行いました。昼夜とも環境基準を超える地点はありませんでした。

防音壁の設置要望がある地域は、測定結果が基準値内であっても引き続き事業者へ要望をしていきます。

■測定期間／8月21日～10月4日の連続する24時間

▷昼間：午前6時～午後10時

▷夜間：午後10時～翌日の午前6時

■測定結果 (単位：デシベル)

測定地点	車線	測定結果		環境基準	
		昼間	夜間	昼間	夜間
池津	上り線	56	53	65以下	60以下
桜町(上)		63	58		
桜町(中)		60	58		
若葉2		56	52		
谷内		56	56		
塩殿		58	58		
沼田	下り線	53	53		
桜町(上)		61	59		
桜町(中)		58	58		
両新田		57	56		

### ○市街地

6地点で測定を行いました。昼間は環境基準を超える地点はありませんでしたが、夜間は基準を超えた地点が1か所ありました。

車を運転するときはスピードの出し過ぎに注意するなど、周囲の環境に配慮をお願いします。

■測定期間／10月15日～26日の連続する24時間

▷昼間：午前6時～午後10時

▷夜間：午後10時～翌日の午前6時

■測定結果 (単位：デシベル)

測定地点	地域類型※	測定結果		環境基準	
		昼間	夜間	昼間	夜間
信濃町	A	55	42	55以下	45以下
城内4		55	42		
元中子	B	52	42	60以下	50以下
城内2		53	38		
本町1	C	59	52	60以下	50以下
桜町(下)		49	43		

※地域類型

▷A：専ら住居の用に供される地域

▷B：主として住居の用に供される地域

▷C：相当数の住居と併せて商業、工業などの用に供される地域



ミニ情報



第9回おぢやまちゼミ

市内のお店の店主や従業員が講師となり、日々の生活に役立つ知識や技術を無料で教えます。今回はクリスマス関連講座を多数ご用意しました。みなさんの参加をお待ちしています。

開催期間／12月22日(土)

会場／各参加店

参加無料

申込方法／事前に申し込みが必要ですが、参加店に直接お申し込みください。

その他／参加店や内容などの詳細は、11月17日(土)朝刊の折り込みチラシをご覧ください。チラシは小千谷商工会議所にもあります。

※下のQRコードからチラシをダウンロードできます。



問い合わせ／小千谷商工会議所 ☎81・1300 (午前8時30分～午後5時15分)



企業向け

「人材採用支援セミナー」

「採用水河期」と言われる今、どの事業所でも人材採用には苦勞しています。特に、就活ルールの動向など、採用担当者は目が離せない状況です。そこで、採用担当者向けのセミナーを開催します。さまざまな情報が得られる機会ですので、ぜひご参加ください。

日時／12月3日(月)午後1時30分～3時

会場／サンプラザ3階多目的ホール

対象／市内事業所の人事・採用担当者など



内容

▽講演  
▼新卒学生の就職・採用活動の動向

▼新人の定着と成長のために  
▼合同企業説明会などでの対応のポイント  
▽個別相談会

講師／いがた就職応援団(株) 広報しえん)

申込・問い合わせ／(株)広報しえん ☎025・242・355  
5 FAX 025・242・3660

shien@4en.co.jp

いも煮会

木のこの畑でとれた野菜や地元の野菜を使って、「いも煮会」をします。熱々のおいしい鍋を、みんなで作って食べましょう!



日時／12月8日(土)  
午前10時～午後1時

集合時間／午前9時50分(初めての方…午前9時40分)

集合場所／東山里山子育てひろば「木のこの」

参加料／1家族500円

申込締切／12月5日(水)

服装／動きやすい服装、長袖長ズボン

持ち物／飲み物、敷物、着替え、長靴、防寒具、雨具、必要に応じて弁当

その他／12月4日(火)・18日(火) 午前10時～正午に「木のこのカフェ」を開催します。お茶を飲みながらのおしゃべりと、整体有資格者によるもみほぐしでリラックスしませんか。

申込・問い合わせ／木のこの ☎89・8071

陸上自衛隊高等工学校 生徒募集

陸上自衛隊では、高等工学校の生徒を募集しています。試験日や試験会場、試験科目などはお問い合わせください。

受験資格／15歳以上17歳未満の男性

申込締切／平成31年1月7日(月)

その他／18歳以上33歳未満の方を対象とした、自衛官候補生の募集も随時行っています。

申込・問い合わせ／自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所(長岡市千歳1-3-88) ☎33・0256



県立魚沼テクノスクール 入校生・受講生募集

問い合わせ／県立魚沼テクノスクール ☎025・794・2410

○事務基本科2期 平成31年1月入校生

日時／平成31年1月8日(火)～4月5日(金)午前9時10分～午後3時50分

会場／楽集館

対象／パソコンの知識・技能を習得し、就職を希望する方

定員／15人

受講無料※ただし、テキスト代、受験料などの自己負担があります。

申込締切／12月10日(月)

申込／ハローワークおぢや ☎82・2441

○建築CAD製図2(断面図・立面図の作成) 受講生

日時／平成31年1月19日(土)・20日(日)(2日間) 午前9時～午後4時

会場／県立魚沼テクノスクール(魚沼市堀之内3335-1)

対象／就業されている方

内容／JW-CAD<sup>キャド</sup>を使って、木造住宅の伏図や断面図、立面図の作成方法について学びます。

定員／8人

受講料／2400円

持ち物／Jw-cad<sup>キャド</sup>や建築製図の基本(株)エクスナレッジ

申込締切／平成31年1月11日(金)

申込／県立魚沼テクノスクール ☎025・794・2410



放送大学4月生募集

平成31年4月入学の学生を募集します。

放送大学はBSテレビやパソコン

## 所得税 決算説明会

平成30年分の所得税の青色申告・白色申告をする方を対象に、小千谷税務署が決算説明会を開催します。

### ■日時

▷青色申告：12月3日(月)

▷白色申告：12月4日(火)

※時間は両日とも同じです。

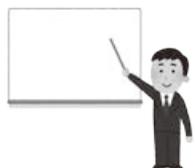
区分	時間
事業所得	午前10時20分～正午
農業所得	午後1時20分～3時

■会場／市役所4階大会議室

■対象／個人事業主

■その他／他の日時・会場での参加を希望される場合は、お問い合わせください。

■問い合わせ／小千谷税務署個人課税第1部門 ☎83-0274



コン、スマートフォンインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理・教育・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、幅広い分野を1科目から学べます。資料を無料で送付しますので、気軽にお問い合わせください。

■出願締切  
▽第1回…平成31年2月28日(木)  
▽第2回…平成31年3月17日(日)

■大学説明会  
▽日時…12月16日(日)、平成31年1月13日(日)、2月9日(土)いずれも午前1時30分～

▽会場…新潟学習センター(新潟市中央区旭町通1番町754)

■申込・問い合わせ／放送大学新潟学習センター ☎025・288・2651

## 小千谷市ラジオ情報



### ○小千谷市からのお知らせ

小千谷市からの行政情報やイベント情報をお知らせいたします。各家庭に配置されている緊急告知ラジオでも、お聴きいただけます。

■放送局／FMながおか (80.7MHz)

■放送日時／毎週月～金曜日、午前7時35分頃～5分間

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507

### ○おぢやファンファンCHANNEL

市内の観光・イベント情報や文化、名物などの情報を、サンプラザ内小千谷サテライトから公開生放送しています。放送中は自由に見学いただけますので、ぜひお越しください。

■放送局／FM新潟 (新潟：77.5MHz、大和：86.5MHz)

■放送日時／毎週金曜日、正午～午後0時55分

■問い合わせ／観光交流課地域振興係 (市役所分庁舎内) ☎83-3512

## ■各種相談日程

相談名	開催日	時間	会場	内容	事前申込	申込・問い合わせ
出張年金相談	12.14(金)	10:00～15:00	市民会館	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	○	長岡年金事務所お客様相談室 ☎88-0006 ※自動音声案内後[1]→[2]を押してください。
	12.28(金)					
行政相談	12.12(水)	9:30～11:30	市役所第1相談室	行政サービスに関する苦情、問い合わせなどの相談	-	
	12.26(水)					
無料法律相談	12.19(水)	13:30～16:30		弁護士による法律に関する相談	○	市民生活課生活安全係 ☎83-3516
消費生活相談	月～金曜日	9:00～16:00	市民生活課	身に覚えのない架空請求、強引な訪問販売、商品やサービスに関するトラブルや疑問	-	
AAグループミーティング	毎週水・金曜日	19:30～21:00	健康センター	アルコール問題の解決に向け、飲まないことを続ける場	-	健康センター保健係 ☎83-3640
お年寄りの心の相談会	12. 3(月)	13:30～15:00	市役所	もの忘れが気になる、やる気が出ない、不眠などの相談	○	地域包括支援センター ☎83-0807
育児相談	12.10(月)	10:00～11:30	わんパーク	子育てで不安なこと、悩んでいることなどの相談	12. 6(木)	わんパーク ☎81-7564
オレンジカフェ	12. 2(日)：地域のお茶の間城内 ☎81-4010 12. 9(日)：モス・コーラデイホーム ☎86-7072 12.16(日)：健康倶楽部中子の森 ☎82-0880 12.23(祝)：片貝総合センター ☎83-1786 (特養おぢやさくら)					13:00～15:00、1回100円 認知症の方や家族、地域の方や専門職などが集い、認知症に関する相談や交流が気軽にできる場



# 12月の健康情報

■申込・問い合わせ／健康センター ☎83-3640

各種検診のご案内：通知された日程を変更したい方、受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申し込みの取り消しをする方は、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31年4月1日時点の満年齢を基準としています。市外へ転出された方は対象外です。

▷生活保護被保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は、申請をすると検診受診料金が免除されます。詳しくはお問い合わせください。なお、詳細は市ホームページでもご確認いただけます。

## ●子宮頸がん検診・乳がん検診日程

○40歳以上：同時実施

○20歳～39歳：子宮頸がん検診のみ

月日	受付時間
厚生連小千谷総合病院：健診センター	
12.3(月)、4(火)、14(金)	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみの場合は14:00～14:15
▷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。 ▷12月14日(金)で平成30年度の乳がん検診・子宮頸がん検診を終了します。まだ受診されていない方や申し込んでいない方は、11月30日(金)までにお申し込みください。	
○子宮頸がん検診	
■対象／平成29年度に市の子宮頸がん検診を受けていない20歳以上の女性と、無料クーポン券対象の21歳の方	
■料金／1,000円※70歳以上の方は無料です。	
○乳がん検診（マンモグラフィ単独）	
■対象／平成29年度に市の乳がん検診を受けていない40歳以上の女性と、無料クーポン券対象の41歳の方※ただし、42歳で平成29年度に無料クーポン券で受診した方は申し込みできます。	
■料金／▷40歳～49歳：1,400円 ▷50歳～69歳：1,000円 ▷70歳以上：無料	

## ●胃がん・大腸がん検診日程

申込数により受付時間に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
片貝地区 (未受診者再実施日)	12. 3(月)	8:30～ 10:00	片貝総合センター
東小千谷・東山地区 (未受診者再実施日)	12. 4(火)		白寿荘
全市 (未受診者再実施日)	12. 5(水) 12. 6(木) 12. 7(金)		健康センター
全市 (大腸がん検診のみ実施日)	12.21(金)	9:00～ 10:00	
今年度最後の検診日程です。申し込みをされた方で、対象月に受診されなかった方へは、再度通知書を発送します。忘れずに受診してください。			
■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。			



## インフルエンザを 予防しよう！

毎年秋から冬にかけて、インフルエンザが流行します。インフルエンザは感染力が強く、感染した人のせきやくしゃみなどによってウイルスが飛び散り、それを吸い込むことで感染します。普通の風邪とは違い、38℃以上の高熱や、悪寒、頭痛、全身の関節痛などの症状が出る病気で、人によっては重症化するおそれがあります。

### 「かからない」

- ▽外出後はうがいや手洗いをしましょう。手洗いは、せっけんなどを使い、手のひらから手の甲、指や爪の間、手首までしっかりと洗いましょう。
- ▽栄養や休息をきちんと取りましょう。
- ▽室内は適度な湿度（50％～60％）を保ちましょう。
- ▽流行時はできるだけ人混みを避け、マスクを着用しましょう。

### 「うつさない」

- ▽感染した場合は、不要な外出を控えましょう。
- ▽せき、くしゃみなどの症状があるときはマスクを着用しましょう。とっさに出そうときは、口と鼻をおおきましょう。

インフルエンザが疑われる場合は、早めに医療機関を受診しましょう！



■問い合わせ／健康センター 予防係 ☎83・3640

**1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/1月4日(金)
- 申込/12月14日(金)までに、申込書を建設課へ提出してください。申込書は建設課にあります。
- 入居条件/入居条件があります。詳細はお問い合わせください。※1月は、単身入居可能な部屋はありません。
- 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ご持参ください。所得により家賃の減免があります。

●市営住宅：住宅に困窮している低所得の世帯向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
市営片貝町団地住宅 (一之町二区)	1	19,300~ 38,000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
市営栄町団地住宅1号棟 (栄町)	1	16,500~ 32,400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
市営栄町団地住宅2号棟 (栄町)	1	16,700~ 32,900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
市営木津のぞみ団地住宅1号棟 (木津団地) ※入居人数基準 4人以上	1	31,900~ 62,600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

●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。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
市営日吉団地住宅(日吉2)	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

●県営住宅：新潟県が運営する公営住宅です。住宅に困窮している低所得の世帯向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
県営元中子住宅1号棟 (元中子)	1	15,600~ 30,700円	鉄筋5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
県営旭町住宅2号棟(旭町)	1	17,800~ 35,000円	鉄筋4階建▷3DK (6畳・6畳・4.5畳)▷浴室(浴槽あり・風呂釜あり)▷ベランダ・サンルーム



みんなでお祝い

おぢやファミリー

(10月届出分)

保護者のお名前などは、届出のとおりに掲載しています。

☆ご結婚

山川修一さん (城内3)  
恩田彩花さん (新潟市)



☆ご誕生

蓮太郎さん (阿部晃大さん：芋坂)  
結愛さん (田上翔太さん：千谷川2)  
結音さん (五十嵐祐太さん：一之町四区)  
里歩さん (安達浩也さん：茶畑)  
知樹さん (駒井康志さん：千谷川1)  
正悟さん (大淵広範さん：芋坂)  
弘斗さん (星野裕司さん：城内4)  
莉音さん (高野勇太さん：山谷)  
彩葉さん (廣川英瑞さん：上ノ山1)  
椀夜さん (山口透さん：鴻巣)



ご結婚、ご出産された方を対象に、ファミリー祝福キャンペーンを実施中です。届出の際に申込書をお渡しします。ぜひお申し込みください。

■申込・問い合わせ/生涯学習課社会教育係  
(市民会館内) ☎82-9111 ㊚syougai-sk@city.ojiya.niigata.jp

ノロウイルスに注意!

ノロウイルスは手指や食品などを介して口から感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもやお年寄りなどは重症化するおそれがあるので、家族や職場で予防対策を徹底しましょう。

○予防のポイント



- ①手洗い：トイレの後や調理の前、食事の前などは、石けんをよく泡立て、手指、手の甲、手のひら、指の間、手首までしっかり洗いましょう。二度洗いが効果的です。
- ②十分な加熱：食材を加熱してノロウイルスを死滅させましょう。目安は中心部85℃~90℃で90秒以上です。おう吐や下痢などの症状があるときは、感染しているおそれがあるので、調理に従事しないようにしましょう。
- ③消毒：ノロウイルスに対しては塩素系消毒液が有効です。エタノール(エチルアルコール)や逆性石けんによる消毒は効果がありません。

■問い合わせ/健康センター予防係 ☎83-3640

# 12月の行事カレンダー



毎週木曜日の午後3時30分から、図書館で子ども向けのおはなし会を開催しています。

1 土	<ul style="list-style-type: none"> <li>おせち料理教室 (9:30~/サンラックおぢや)</li> <li>わらであそぼう (9:30~/市民会館)</li> <li>うぶごえ教室 (9:40~/健康センター)</li> <li>市民作品展：小千谷陶友会「第24回小千谷陶友会グループ展」 (~2日(日)/10:00~/楽集館)</li> <li>こどもとしょかんクリスマスのつどい (10:30~/市民会館)</li> <li>冬のにいがた菓膳 (11:00~/クラインガルテンふれあいの里)</li> <li>消費生活講座「知って得する！目からウロコのお洗濯のコツ」 (13:00~/市民会館)</li> </ul>
2 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>東山五人杵つき餅見学会 (11:00~/東山住民センター)</li> <li>「小千谷の若者が主体となってまちづくりに取り組む、オモシロ×マジメに創る会」 (13:30~/サンプラザ)</li> </ul>
3 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>青色決算説明会 (①10:20~②13:20~/市役所)</li> <li>企業向け人材採用支援セミナー (13:30~/サンプラザ)</li> </ul>
4 火	<ul style="list-style-type: none"> <li>白色決算説明会 (①10:20~②13:20~/市役所)</li> </ul>
5 水	<ul style="list-style-type: none"> <li>市議会定例会 (10:00~/市役所/議案上程説明)</li> <li>10か月児健康診査 (13:00~/健康センター)</li> </ul>
6 木	<ul style="list-style-type: none"> <li>市議会常任委員会連合審査会 (9:30~/市役所)</li> <li>4か月児健康診査 (13:00~/健康センター)</li> </ul>
7 金	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民作品展：和田三正「陶芸作品の展示」 (~9日(日)/9:00~/楽集館)</li> <li>市議会総務文教委員会 (9:30~/市役所)</li> <li>キラキラクリスマス会 (10:30~/わんパーク)</li> </ul>
8 土	<ul style="list-style-type: none"> <li>いも煮会 (10:00~/木のこん)</li> </ul>
9 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>東山五人杵つき餅見学会 (11:00~/東山住民センター)</li> </ul>

10 月	<ul style="list-style-type: none"> <li>広報おぢや発行</li> <li>市議会民生産業委員会 (9:30~/市役所)</li> </ul>
11 火	<ul style="list-style-type: none"> <li>おぢやしごと未来塾 (9:20~/総合体育館)</li> <li>3歳児健康診査 (13:00~/健康センター)</li> </ul>
12 水	<ul style="list-style-type: none"> <li>2歳児歯科検診 (9:00~/健康センター)</li> </ul>
13 木	<ul style="list-style-type: none"> <li>1歳6か月児健康診査 (13:00~/健康センター)</li> </ul>
14 金	
15 土	
16 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>東山五人杵つき餅見学会 (11:00~/東山住民センター)</li> </ul>
17 月	
18 火	
19 水	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> </ul>
20 木	<ul style="list-style-type: none"> <li>市議会定例会 (10:00~/市役所/一般質問)</li> <li>若者サポートステーション (13:30~/サンラックおぢや)</li> </ul>
21 金	<ul style="list-style-type: none"> <li>市議会定例会 (10:00~/市役所/一般質問予備日)</li> </ul>
22 土	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民作品展：遊画会「絵画作品の展示・発表」 (~23日(祝)/9:00~/楽集館)</li> </ul>
23 日	天皇誕生日
24 月	振替休日
25 火	広報おぢやお知らせ版発行
26 水	<ul style="list-style-type: none"> <li>市議会定例会 (10:00~/市役所/委員長報告、採決)</li> </ul>
27 木	
28 金	
29 土	年内ごみ収集最終日
30 日	
31 月	大晦日

**有料広告掲載欄**

企業・団体・ご家族のみなさまへ  
**高齢者の豊かな知識と経験をご活用ください。**

筆耕 家事援助 冬囲い  
 清掃 障子・ふすま張り替え  
 大工仕事 除草 事務作業  
 一般労働者派遣事業(シルバー派遣)

など、お気軽にご相談ください。

**会員募集中**

公益社団法人 小千谷市シルバー人材センター  
 〒947-0035 小千谷市大字桜町5140番地 サンラックおぢや内  
 TEL 0258-82-6550 FAX 0258-82-6615 E-mail sc-ojiya@sjc.ne.jp

※本誌掲載の広告については小千谷市が保証・推奨などするものではありません

## 北朝鮮人権侵害問題啓発週間

12月10日(月)~16日(日)は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です。拉致問題をはじめとする北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めましょう。

### ■問い合わせ

▷長岡人権擁護委員協議会(新潟地方法務局長岡支局内) ☎33-6901

▷市民生活課生活安全係 ☎83-3516

家族などが「認知症かな?」と思ったら…地域包括支援センター☎83-0807に相談を!