



## 見て見て！どろんこ～！

### ～おぢや田植え体験ツアー～

5月21日(土)～22日(日)、NPO法人グリーンライフおぢや主催の「春の農業体験ツアー」が行われました。

21日は、地元の方の指導で、田植えとさつまいもの苗植えを行いました。毎年参加し慣れている人も、今年初めて参加したという人も、みなさん泥だらけになりながら、楽しそうに作業していました。

#### ●今月の主な内容

- 平成22年度予算執行状況……………2～3
- 東日本大震災関連……………4～5
- ごみの出し方……………6
- 地デジ化に関するお知らせ……………7
- 食育月間……………8
- 健診・お知らせ……………12～15

# 平成22年度の予算

## 下半期の執行状況

市の財政状況を、6月と12月にみなさんにお知らせしています。

今回は、平成22年度予算の下半期（10月から3月まで）の執行状況についてお知らせします。なお、4月と5月に収入と支出の整理をするため、執行額は金額より増えますので決算額とは異なります。決算状況は10月にお知らせします。

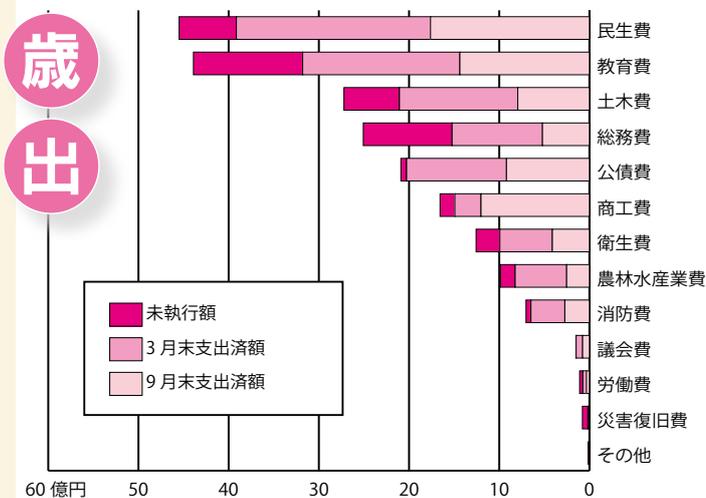
### 予算の執行状況

9月末の一般会計予算は、平成21年度からの繰越事業費18億1054万円と合わせて198億7845万円で、その後3月末までに13億3552万円を増額補正し212億1398万円となりました。歳入予算のうち、市税は3月末までに50億7318万円が納入され、予算に対する収入比率は101.7%となっています。

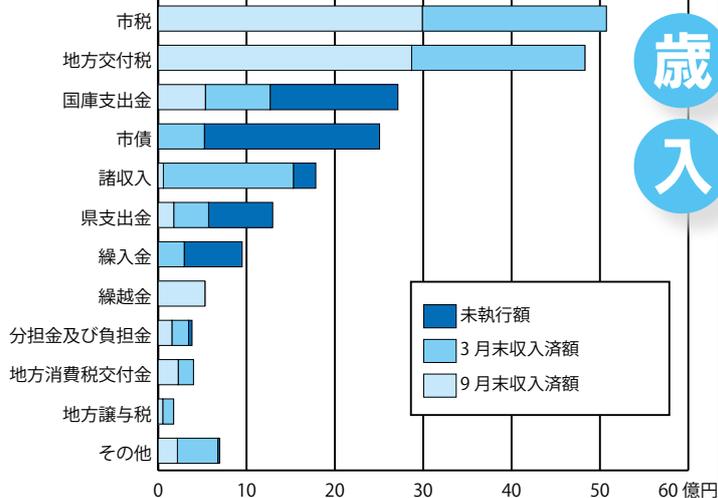
歳出予算は、全体で169億4738万円が支出され、予算に対する執行比率は79.9%となっています。

科目ごとの予算額や執行額、市債と一時借入金の高、特別会計、企業会計の執行状況についてはグラフと表をご覧ください。

一般会計歳出予算執行状況グラフ



一般会計歳入予算執行状況グラフ



一般会計歳出予算執行状況（繰越事業分を含む）

区分	予算額	9月末支出済額	3月末支出済額	支出割合
民生費	45億 4,909万円	17億 6,207万円	39億 1,443万円	86.0%
教育費	43億 9,045万円	14億 3,663万円	31億 7,922万円	72.4%
土木費	27億 2,095万円	7億 9,459万円	21億 662万円	77.4%
総務費	25億 729万円	5億 2,095万円	15億 2,293万円	60.7%
公債費	20億 9,076万円	9億 2,001万円	20億 2,736万円	97.0%
商工費	16億 5,644万円	12億 237万円	14億 9,246万円	90.1%
衛生費	12億 5,677万円	4億 1,139万円	9億 9,360万円	79.1%
農林水産業費	9億 8,782万円	2億 5,293万円	8億 2,357万円	83.4%
消防費	7億 361万円	2億 7,304万円	6億 4,913万円	92.3%
議会費	1億 4,991万円	7,592万円	1億 4,791万円	98.7%
労働費	1億 897万円	3,380万円	7,333万円	67.3%
災害復旧費	7,842万円	366万円	1,682万円	21.4%
その他	1,350万円	0円	0円	0.0%
歳出合計	212億 1,398万円	76億 8,736万円	169億 4,738万円	79.9%

一般会計歳入予算執行状況（繰越事業分を含む）

区分	予算額	9月末収入済額	3月末収入済額	収入割合
市税	49億 8,790万円	29億 8,913万円	50億 7,318万円	101.7%
地方交付税	48億 2,983万円	28億 6,864万円	48億 2,983万円	100.0%
国庫支出金	27億 1,357万円	5億 3,441万円	12億 6,732万円	46.7%
市債	25億 610万円	0円	5億 2,320万円	20.9%
諸収入	17億 8,410万円	5,905万円	15億 3,012万円	85.8%
県支出金	12億 9,680万円	1億 7,636万円	5億 7,058万円	44.0%
繰入金	9億 5,066万円	0円	2億 9,488万円	31.0%
繰越金	5億 2,905万円	5億 2,905万円	5億 2,905万円	100.0%
分担金及び負担金	3億 8,377万円	1億 5,561万円	3億 4,412万円	89.7%
地方消費税交付金	3億 7,000万円	2億 2,710万円	3億 9,983万円	108.1%
地方譲与税	1億 6,500万円	5,216万円	1億 7,475万円	105.9%
その他	6億 9,720万円	2億 1,790万円	6億 7,528万円	96.9%
歳入合計	212億 1,398万円	78億 941万円	162億 1,214万円	76.4%

市債と一時借入金の現在高  
(平成23年3月31日現在)

会計名		市債現在高
一般会計		137億1,654万円
工業団地事業特別会計		4,596万円
企業会計	ガス事業	9億4,926万円
	水道事業	26億2,720万円
	工業用水道事業	9億1,306万円
	下水道事業	164億4,930万円
合計		347億 132万円

\*一時借入金 借入実績なし

83・3507

■問い合わせ／企画政策課財政係

予算についてわからないことや質問などがありましたら、気軽にお尋ねください。



補正予算に計上した主な事業  
(10月～3月)

- ・子宮頸がんなどの感染症予防事業 2811万円
- ・市道改良整備事業 8500万円
- ・小中学校耐震補強事業 5億9160万円
- ・豪雪による除排雪関連経費 2億1506万円

特別会計予算執行状況（繰越事業なし）

特別会計名	予算額	9月末収入済額	3月末収入済額	収入割合	9月末支出済額	3月末支出済額	支出割合
国民健康保険	38億1,980万円	16億4,744万円	33億8,512万円	88.6%	15億 881万円	32億9,292万円	86.2%
老人保健	244万円	115万円	219万円	89.8%	28万円	219万円	89.8%
介護保険	35億 411万円	16億3,875万円	32億1,157万円	91.7%	13億9,367万円	30億9,081万円	88.2%
後期高齢者医療	7億1,810万円	2億9,481万円	6億3,449万円	88.4%	3億1,484万円	6億7,952万円	94.6%
工業団地事業	1億7,814万円	3,574万円	1億7,798万円	99.9%	250万円	1億7,780万円	99.8%

企業会計予算執行状況（繰越事業なし）

事業区分	収入予算額	9月末収入済額	3月末収入済額	収入割合	支出予算額	9月末支出済額	3月末支出済額	支出割合
ガス	14億 505万円	5億5,894万円	13億6,252万円	97.0%	18億8,185万円	5億5,616万円	17億9,099万円	95.2%
水道	10億3,126万円	3億8,424万円	9億8,803万円	95.8%	12億7,557万円	2億9,063万円	11億4,177万円	89.5%
工業用水道	3億4,134万円	1億4,573万円	3億5,025万円	102.6%	6億4,357万円	1億 565万円	6億 809万円	94.5%
下水道	21億1,473万円	9億1,762万円	20億8,662万円	98.7%	27億9,489万円	8億 871万円	26億7,886万円	95.8%
合計	48億9,238万円	20億 653万円	47億8,742万円	97.9%	65億9,588万円	17億6,115万円	62億1,971万円	94.3%

用語解説

〔歳入〕

地方交付税  
地方公共団体が一定水準のサービスを提供するために国から交付されるお金で、その使い道は、地方公共団体が独自に決められるもの。

■国庫支出金・県支出金

国や県から交付されるお金で、その使い道が決められているもの。

■市債

事業を行うために必要なお金を借り入れるもの。

■繰入金

事業を行うために必要なお金を、基金などから繰り入れて一般会計の財源とするもの。

■繰越金

前年度の決算で出た黒字や、前年度の決算においてあらかじめ使い道が決まっているお金。

■分担金及び負担金

特定の事業に使用する経費を受益者から徴収するもの。

■地方消費税交付金

みなさんが支払った消費税のうち、一定の基準で地方公共団体に交付されるお金。

■地方譲与税

国が徴収した税金のうち、一定の基準で地方公共団体に譲与されるもの。

〔歳出〕

■公債費

市債の元金の返済や利子の支払い。



## ■避難者受け入れ状況

避難所など	3月23日 (※避難所開設)	5月31日現在
総合体育館	175人	0人
三洋半導体製造(株)信濃寮	-	37人
越後製菓(株)鴻巣寮	-	45人
その他公営住宅など	-	59人
合計	175人	141人

## ■最大避難者数

月日	避難者数
3月19日	250人

## ■一般家庭受け入れ者数

世帯数	受け入れ者数
68世帯	256人

## ■救援物資支援状況

救援内容	支援先	数量
毛布	茨城県日立市	800枚
飲料水(2ℓ)	茨城県日立市、千葉県浦安市ほか	2,430本
非常食(アルファ米、缶詰など)	茨城県日立市、宮城県栗原市ほか	1,594個

## ■小千谷市民義援金集計報告(5月31日現在)

49,476,779円

みなさんからいただいた善意に感謝いたします。  
引き続き、被災地・被災者へのご支援をお願いします。  
●問い合わせ／社会福祉課子育て支援係 ☎83-3517



## ■市職員の被災地派遣状況

業務内容	派遣先	期間	延べ人数
消防(緊急消防援助隊)	宮城県石巻市	3月11日(金)～5月4日(水)	75人
被災地先遣	福島県南相馬市、宮城県名取市ほか	3月11日(金)～3月16日(水)	11人
給水支援	宮城県栗原市、村田町ほか	3月12日(土)～3月24日(木)	63人
避難所支援	宮城県名取市	3月14日(月)～3月16日(水)	6人
家屋被害調査	福島県須賀川市、千葉県浦安市	3月22日(火)～5月23日(月)	14人
ガス復旧支援	宮城県仙台市	3月28日(月)～4月8日(金)	13人
下水道被害調査	宮城県塩竈市	3月31日(木)～4月7日(木)	16人
帰宅者支援	福島県南相馬市	4月3日(日)・4月27日(水)	11人
下水道災害復旧支援	茨城県ひたちなか市	6月1日(水)～(1年間)	(1人)



5月15日(日)福島県南相馬市役所で、「自治体スクラム支援会議」が開催され、地元の桜井勝延南相馬市長をはじめ、田中良東京都杉並区長、加藤剛士北海道名寄市長、中澤恒喜群馬県東吾妻町長、谷井靖夫小千谷市長が出席しました。この「自治体スクラム支援会議」は、杉並区と災害時相互援助協定を結んでいる自治体が構成する会議で、これまで各自自治体が連携して取り組んできた支援について報告するとともに、引き続き連携して支援していくことを確認しました。

また、基礎自治体である区市町村間相互の支援は、災害時にスピード感を持って支援をするのに極めて有効であることから、5月26日(木)に厚生労働省に対して災害救助法の整備などについて要望書を提出しました。

## 自治体スクラム支援会議

# ご家庭での節電にご協力ください



## ■節電のお願い

東日本大震災の影響により、今年の夏は大幅な電力不足が心配されています。

予測不能な大規模停電を回避するため、ご家庭では、夏（7月～9月）の平日の午前9時～午後8時における使用電力を15%減らすことをめざして、節電に取り組んでいただきますよう、ご協力をお願いします。

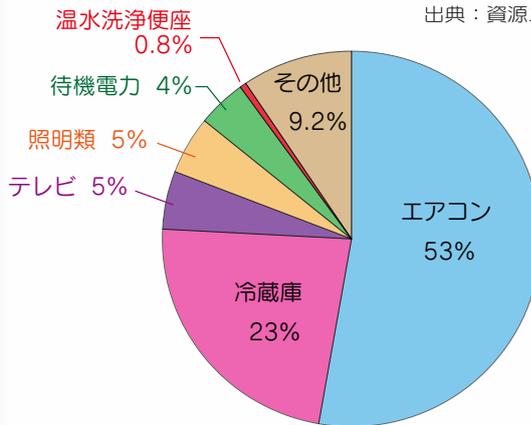
## ■節電はいつすればいいの？

特に7月～9月の平日は冷房需要が増え、1日の中では午後2時頃に家庭を含む全体の電力需要が最も大きくなり、在宅世帯においては平均で約1,200㏑の電力を消費します。

1日を通じた節電を心がけつつ、特に午前9時～午後8時の節電をお願いします。

夏の日中(午後2時頃)の平均消費電力

出典：資源エネルギー庁



家庭の中で特に電力消費量が多いのは、エアコン、冷蔵庫、テレビ、照明の4つです。これらをはじめとする電化製品を上手に使うことで、効果的に節電することができます。また、朝夕のピーク時を避けて電化製品を利用することも、電力供給の安定を保つために重要な方法です。

## ■熱中症に注意

エアコンの控えすぎによる熱中症などに気をつけて、無理のない範囲で節電しましょう。

## ■エアコンの風向きを調節

扇風機を併用すれば、夏は風が体にあたると涼しく感じ、冷えた空気を循環させることができます。



## ■節水にご協力を

～節水は節電効果あり！～

節水によって、水を送るポンプや水道施設の消費電力を減らすことができます。

食器のまとめ洗いやシャワー時間の短縮など、節水を心がけましょう。



# ご家庭でできる節電チェックシート

節電対策メニューの例		節電効果	
		削減率	節電量
エアコン	設定温度を28℃以上に。	10%	120㏑
	「すだれ」や「よしず」を有効活用。	10%	120㏑
	エアコンを消して扇風機に。	50%	600㏑
照明	不要な照明は消灯して必要最小限に。	5%	60㏑
冷蔵庫	冷蔵設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける回数・時間を減らす。	2%	25㏑
テレビ	省エネモードの設定や、画面の輝度を下げる。見ていない時には消す。	2%	25㏑
待機電力	主電源を切る。長時間使わない家電製品などはコンセントを抜く。	2%	25㏑
温水洗浄便座	便座保温、温水のオフ機能を利用する。または、コンセントを抜く。	1%	5㏑
<b>合 計</b>			
※節電率の合計15%以上を目標に取り組みましょう		%	㏑

※節電効果の削減率・節電量の数値は、在宅世帯の午後2時ごろの平均的消費電力（約1,200㏑）に対する目安です。（資源エネルギー庁推計）



## 「ピークカット15%大作戦」 第3回トライアル実施のお知らせ

6月末～7月中旬の気温が28℃以上となる平日に実施します。

具体的な実施日は事前に県からお知らせしますので、ご協力をお願いします。

# ごみと資源物の 分け方・出し方

ごみ処理が有料化されて2か月が経過しました。これまでの間に寄せられた質問の一部と、その回答を紹介しますので、日ごろのごみ出しの参考にしてください。

■問い合わせ／市民生活課衛生施設係 ☎83-3509

## ■危険物の出し方

- Q. ガラスや刃物は有害・危険物として出すのですか？
- A. 有害・危険物として収集するのは、ライター、カセットボンベ、スプレー缶、乾電池、蛍光管の5品だけです。これ以外は、これまでどおり「埋立ごみ」となります。有害・危険物は、透明または半透明の袋に入れ、「キケン」と書いて埋立ごみとして出してください。割れたガラスや刃物などは新聞紙に包んで埋立の指定袋に入れ、袋に「ワレモノ」などと書いて出してください。

- Q. 白熱球（電球）と蛍光管（電球型含む）の出し方は？
- A. 白熱球（電球）は埋立ごみとして出してください。割れていない蛍光管（電球型含む）は前述のとおり、有害・危険物として出してください。ただし、割れた蛍光管は埋立ごみとなりますので、ご注意ください。

## ■指定ごみ袋について

「埋立ごみ」の指定袋が大型スーパーを中心に品切れの状態が続いておりましたが、5月末頃から順次店頭にて販売を再開しております。この間、市民のみなさんにはご不便とご迷惑をおかけしたことに、深くおわびいたします。なお、最新の販売店の一覧を今後お知らせいたしますので、そちらも参考にしてください。

## ■不法投棄は犯罪です

不法投棄をした場合、法律により違反者には次の罰則が適用されます。

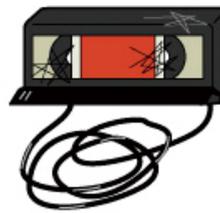
- 1 5年以下の懲役
- 2 1千万円以下の罰金
- 3 1と2の両方



※発見した場合は、町内の衛生班長にご相談いただくか、小千谷警察署または市民生活課へ通報してください。

## ■ビデオテープなどの出し方

- Q. ビデオテープ、カセットテープの出し方はどうするの？
- A. ビデオテープ、カセットテープの本体は、中のテープを出さずにそのまま燃やすごみとして出してください。



※ビデオテープ、カセットテープは処理の支障となるため、「燃やすごみ」になります。  
※ケースは、素材によって「燃やすごみ」または「埋立ごみ」として出してください。

## ■布団などの出し方

- Q. 布団や毛布はたたんで指定袋に入れて出してもいいですか？
- A. 必ず60cm四方以内の大きさに切ってから「燃やすごみ」の指定袋に入れて出してください。切れない場合や、羽毛布団を処分する場合は、時水清掃工場へ直接搬入してください。

※サンククリーン時水に直接搬入した際の処理料金

燃やすごみ	100kg以下	300円
可燃粗大ごみ	100kgを超える場合、 10kg増すごとに	30円

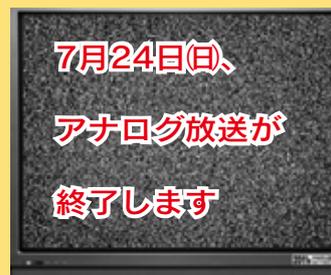


クマに  
注意しましょう！

市内でクマの目撃情報がありました。山菜採りや、農作業をする時などは十分に注意してください。

■問い合わせ／市民生活課環境対策係 ☎83-3509

# 地デジの準備を お急ぎください



## ここに注目！



テレビ画面に「アナログ」と表示されている方は今まではテレビが見られなくなります。

各ご家庭で1日も早く地デジ対応を完了してください。

## お家で「地デジ」相談します

デジサが新潟では、「地デジを受信するにはどうすれば良いのかわからない」など、地デジ受信でお困りのみなさんの相談をお受けします。

担当がお宅を訪問し、アンテナなどを確認しながら無料で地デジの受信・視聴方法をアドバイスします。

■問い合わせ／デジサが新潟(総務省新潟テレビ受信支援センター) ☎025-333-0011

■受付時間／平日：午前9時～午後9時、土日祝日：午前9時～午後6時

※アナログ放送の終了間際になりますと相談件数の増加により、速やかに訪問できない場合もありますので、早めにデジサが新潟にお問い合わせください。

## 地デジの準備はどうしたらいいの？

■地上デジタル放送対応のテレビに買い換える

リモコン操作が簡単で使いやすいタイプのももあります。

■地上デジタルチューナーまたはチューナー内蔵録画機を購入しアナログテレビに接続する

今のテレビで見られます。ただし画質は今のテレビのままです。

## 市役所に地デジ相談窓口を開設します

地デジの受信方法や受信機の購入など地デジに関する相談を直接担当がお受けする窓口を市役所に開設します。

申込は不要で相談は無料です。気軽にお越しください。

■日時／6月17日～8月26日の間の毎週金曜日 午前9時30分～午後4時30分

■場所／市役所市民ホール（第1相談室）

■問い合わせ／総務省新潟県テレビ受信者支援センター ☎025-333-0011

午後6時

■受付時間／平日午前9時～午後9時  
土日・祝日午前9時～午後6時

043・332・2525

2・3724 (ナビダイヤルが利用できる場合は ☎)

0570・0

ナビダイヤル ☎0570・0



地デジ簡易チューナーを無償給付します

公的扶助を受けている世帯や市民税非課税世帯など、経済的な理由で地デジがまだ受信できない方や東日本大震災などによる被災世帯を対象に、一定の条件に当てはまる世帯に対して「地デジ簡易チューナー」を無償給付します。条件や申請手続きなど詳しくは、左記センターまで問い合わせください。

■申込期限／7月24日(日)当日消印有効(震災関連を除く)

※申込書は市役所、各住民センターなどにあります。

■問い合わせ／総務省地デジチューナー支援実施センター

043・332・2525

2・3724 (ナビダイヤルが利用できる場合は ☎)

午後6時

# 6月は「食育月間」です

問い合わせ／  
健康センター保健係 ☎83・3640

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。市では小千谷市健康増進計画・食育推進計画に基づき、家庭や保育園、学校、地域などで食育を推進するための取り組みを行っています。

今回は、地域での食育推進の担い手として欠かせない「食生活改善推進委員（食推）」のみなさんの活動を紹介します。

## ■食推さんってどんな人？

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、食を通してボランティア活動を行っています。食事バランスガイドの普及や地産地消の推進、食文化の継承など、地域に根ざした食育活動を進めています。現在、小千谷市では40名の食推さんたちが活躍しています。

## ■食推さんになるには？

市が主催する「栄養満点講座」（全8回）を受講し、修了証を受けたうえで小千谷市食生活改善推進委員協議会の会員となり、食推さんとしての活動が始まります。

## ■どんな活動をしているの？

食育推進計画では「ボランティア団体等と連携した取り組みの推進」として、おやこの食育教室や市報おぢやへの料理メニューの掲載、食育PR活動などに取

り組んでいる食生活改善推進委員などと連携を図り、食文化や郷土料理を継承するための取り組みを推進することとしています。具体的には次のような活動を行っています。

### ▼普及活動

○健康福祉まつりへの出展

バランスのとれた食生活を推進するため、食事バランスガイド活用促進のPR活動を行っています。また、地元農産物を利用した料理などの展示や試食の提供を行っています。

○市報おぢやへの料理メニュー掲載

毎月おなじみの「作ってみてね！この料理」を調理しているのは食推さんたちです。野菜や大豆製品、牛乳・乳製品を利用した料理の普及を図っています。

○食育推進月間事業

毎年6月の「食育月間」や毎月19日の「食育の日」に、市内健康づくり支援店において、食育リーフレットの配布やアンケート調査を行っています。



△掲載用の料理をする食推のみなさん

### ▼地域活動

○おやこの食育教室

小学生の親子を対象に、食生活についての学習や調理実習などの食育教室を開催しています。

○食事みなおし講座

自分や家族の生活をふり返り、健康や食事についての知識や調理を楽しく学ぶための講座で、昨年度は「高血圧予防」にテーマを絞り、2回コースで開催しました。

▼市事業への協力

特定健診結果説明会や糖尿病予防教室



での試食調理、2歳児歯科検診での幼児のおやつ試食調理、うぶごえ教室での調理実習準備・指導など、市の事業についても積極的に協力いただいています。

▼その他にも：

町内や地域でのいきいきサロンやデイホーム、配食弁当などの調理活動に参加されている食推さんや、町内で料理教室を開催している食推さんもいます。協議会の活動だけではなく、個人でも積極的に地域のために活動しています。

## ■食推さんになりませんか？

今年度も7月～来年2月までの8回コースで、食生活改善推進委員の養成を目的とした「栄養満点講座」を開催します。自分や家族の健康のために、地域の食生活改善や健康づくりなどについて学んでみませんか。

## 栄養満点講座を開催します

食事を通じて自分や家族の健康的な生活習慣を身に付けるため、食事や栄養、食育について学んでみませんか。

- 日時／7月6日(水)、8月17日(水)、9月14日(水)、10月19日(水)、11月24日(木)、12月13日(火)、1月17日(火)、2月28日(火)午前9時30分～午後3時
- 会場／健康センター
- 内容／栄養や食育・健康づくりの知識学習、食品衛生、調理実習など
- 定員／15人
- 受講料／1,500円
- 持ち物／エプロン、三角巾、筆記用具
- 申込締切／6月24日(金)  
※定員になりしだい締切
- 申込・問い合わせ／健康センター保健係 ☎83-3640



もうかれこれ40年ほど前の話ですが、アメリカの大都市で市内観光のバスに乗った時の経験です。

バスが来るのを待っていたのは私が最初で、しばらく後に、両親と男の子2人の家族が来ました。バスが到着すると弟らしき一人が、喜び勇んで私の脇をすり抜けてバスに飛び乗りました。乗客は私とこの家族だけで、どの場所でも好きなように座れます。席について程なく、先ほどの子供が私のところにやって来ました。そして「あなたより先に乗ってしまったってすみませんでした」と謝るのです。私が思わず後ろの方にいる両親を振り返ると、満足そうな眼差しでこちらを見ていました。両親が自分の子供に、自身の非礼な行いについて、あの人に謝ってこいと諭したに違いありません。この一連の光景は、今でもはつきりと思い出すことが出来ます。ほんの一瞬のささいな出来事でしたが、アメリカという国の大きさを、また違った面から感じる事が出来ました。

先の東日本大震災では、大変な災害にあった地域の人たちが、常に整然と列を作って順番を待つ姿に世界の人々が感銘し、日本の国民性を改

めて評価するきっかけを作ったようです。私が大国アメリカに感じたのと同じことを、今度は世界の人々が日本について感じてもらえたとなれば、私たちにとっても大変名誉なことであると思います。世界の人々から見つめられて、改めて自覚した私たちの国の精神文化を、それぞれの家庭で、親子へとしっかり伝えて行くことが出来れば、日本は世界の中で永く輝き続ける国となりうるでしょう。

(谷井 靖夫)



●当市に避難された方も整然と並んで順番を待っていました。この精神を受け継いでいきたいものです。(総合体育館にて)

作ってみてね！この料理



## 米粉うどん

### <作り方>

- ① 大きめのボウルに米粉ミックスと塩を入れ、分量の水を加減しながら入れる。水に粉をかけるように手で軽く混ぜ合わせる。
- ② 混ぜ合わせ続けると、粒が徐々に大きくなる。(ボロボロ位が最適な加水) さらに、ボウルの周りについた生地も合わせて固まりにする。
- ③ ②をボウルから出して10～20分程度こねる。ぬれ布巾に包んで、30分ほど寝かす。(グルテンが形成され、伸びがよくなります。)
- ④ めん棒で伸ばす前に、手のひらで軽く全体に押し広げる。生地にめん棒をあてたら、体に引き寄せて押すように伸ばす。
- ⑤ 表面に打ち粉をして半分に折り、さらにめん棒で伸ばす。この作業を何度か繰り返すと、生地が層状になりコシが出る。
- ⑥ 包丁で生地をうどんの太さに切り、くっつかないように打ち粉をふる。

米粉を利用したメニューを今回から3回シリーズでご紹介します。お楽しみに！



### <材料> (4人分)

米粉ミックス粉	500g
塩 (寒い時期)	2g
〃 (暑い時期)	3g
水	300～340cc
	(寒い時期のほうが多め)
打ち粉 (片栗粉)	適宜
つけつゆ・かけつゆ	適宜

### <栄養価> (1人分)

▷エネルギー 643kcal ▷たんぱく質29.3g  
▷脂質3.2g

■献立・調理/小千谷市食生活改善推進委員

消防表彰

雪解け水で増水している川に転落している人を発見、救助に尽力した7人を、市消防表彰規則により特別表彰し、5月6日(金)、市長から感謝状を手渡ししました。

7人は、4月15日(金)午後5時ごろ、東吉谷地内の前田川に転落している男性を発見、すばやく119番通報することともに、はしごとロープを使って引き上げ、毛布などで体をあたためて救急車の到着を待ちました。

7人を代表して宮崎学さんは「助けることができて本当に良かった。いつ何が起こるかかわからないので自分たちも気をつけたい」と話してくれました。

ソフトテニス全国大会出場

5月5日(祝)に「第29回新潟県小学生ソフトテニス選手権大会兼全国大会予選会」が行われ、女子の部で千田小学校6年生ペアが、見事に全国大会への出場権を勝ち取りました。

2人は、8月4日(休)から京都府で開催される「第28回全日本小学生ソフトテニス選手権大会」へ出場します。



●表彰された方／古見裕美子さん(後列右)、宮崎留美子さん(前列中)、石曾根達也さん(前列右)、上村秀夫さん(前列中)、宮崎学さん(前列左)、宮崎伸彦さん、石曾根一也さん



▷右：吉田梨花さん(千田小・6年)、左：山崎優花さん(千田小・6年)

エフエムラジオ新潟 小千谷サテライトが開局

6月1日(祝)、市の観光・イベント情報や地域情報などを発信するエフエムラジオ番組「こいこいおちやプログラム」が始まり、サンプラザ内の小千谷サテライトスタジオから生放送されました。スタジオ内には当市出身で、パーソナリティを務める丸山結さんの明るく元気な声が響いていました。この番組は平成24年3月末まで毎週水曜日の正午から放送されます。



東北の力に！東北物産展

5月29日(日)、総合体育館前広場で「東北物産展」買って食べて、東北の力になろう！」が開催されました。東北地方の名産品を購入し被災地への経済的支援につなげようと、(社)小千谷青年会議所が企画・開催したものです。

東北の名産品のほかにも、東北の食材を使用した飲食コーナーなどがありました。

当日はあいにくの雨でしたが、たくさんの方が訪れて、売り切れとなる商品が続出していました。



広告募集中

市報おちや・市ホームページでは広告を募集しています。「市報おちや」の広告掲載料はこの大きさ(縦45.5mm×横82mm)で1枠1回15,000円です。詳しくはお問い合わせください。  
 ■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 83-3507

家をつくりつづけて56年  
 今後ともよろしく願い申しあげます

MK (株)丸山工務店

代表取締役 丸山 智義

小千谷本社 TEL 82-3242 FAX 82-0580  
 川口支店 TEL 89-3038 FAX 89-3379  
 E-mail: maruko-kawaguchi@herb.ocn.ne.jp  
 http://www2.ocn.ne.jp/~maruko/

有料広告掲載欄です

## 教育体験旅行

今年も自然学習や農業体験を目的とした教育体験旅行が行われ、5月12日(木)～14日(土)に埼玉県八潮市八幡中学校2年生、19日(木)～20日(金)に東京都足立区西新井中学校3年生が市内の一般家庭に宿泊しました。初めて見る里山の風景や、農村の暮らしを学んだ生徒たちは、「また小千谷に来たい」と話していました。



## 極楽パンチ

5月22日(日)、平成町でフリーマーケットイベント「極楽パンチ」が開催され、開店と同時におおぜいの方が訪れました。

会場では、売り上げの一部が東日本大震災の義援金となるオリジナルTシャツの販売や、エコブースなどが設けられました。また飲食ブースでは、無駄なごみを出さない「マイ食器」や「リユース食器」が取り入れられ、来場者もエコへの意識を高めたようです。



## 船岡公園まつり

5月8日(日)、船岡公園まつりが開催されました。中大震災以降休止されていたが、7年ぶりの開催に、会場は再開を待ち望んだおおぜいの市民でにぎわいました。

会場内のステージでは市内の団体が歌やダンスを披露し、観客から声援を浴びていました。

また、そのほかにも大ピンコ大会や「よし太くん」とのジャンケン大会、茶会などさまざまなイベントが行われました。



## 錦鯉の里 春まつり

5月8日(日)、船岡公園まつりの協賛事業として、錦鯉の里春まつりが開催されました。

錦鯉の里では入場料を半額として、「よし太くん」との撮影会や金魚すくいのイベントで来場者を迎えました。

また、サンプラザでも震災チャリティーバザーやフリーマーケット、おせんべい焼き体験などのイベントがあり、どちらもたくさんの方々が訪れていました。



## 南中学校30周年記念

5月28日(土)、小千谷市立南中学校で創立30周年記念式典が行われました。

南中学校は、昭和56年4月に旧岩沢中学校・旧真人中学校・小千谷中学校旧塩殿分校・旧吉谷中学校の池ヶ原学区が統合し発足、開校しました。式典では、生徒会長の稲餅良太さんが「学び舎を囲む大自然が多く卒業生を見守ってきてくれました。これからまた40年、50年と新たな歴史を刻んでいきます」と喜びの言葉を述べました。また、実行委員会より冷水器・製氷機の記念品が贈呈されました。当日は式典のほか、記念アトラクションとして30年のあゆみをまとめたDVD上映や全校生徒による合唱も行われました。

## 市・県民税の納税通知書を 発送します

平成22年中の所得をもとに平成23年度の市・県民税を決定しました。6月15日(水)に納税通知書(普通徴収分)を発送します。

▽非課税の方には発送されません。  
▽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。ただし、給与天引きされている場合でも65歳以上で公的年金などを受給されている方には納税通知書を発送します。

▽個人の納税義務者が災害などにあった場合や、死亡、傷病、廃業、休業、倒産、退職、休職などにより税金を納付することが著しく困難と認められる場合(一定の条件があります)は、税額の減額や免除する制度がありますので、ご相談ください。

### ●納期限

- ▽第1期 / 6月30日(木)
- ▽第2期 / 8月31日(水)
- ▽第3期 / 10月31日(月)
- ▽第4期 / 1月31日(火)

※税金を納める際は、口座振替が便利です。市内の金融機関の窓口または税務課で手続きができます。

また、今年度からコンビニエンスストアでも納められます。

■問い合わせ / 税務課市民係 ☎83・3508

## 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 / 6月21日(火)

■時間・会場 /

▽午前9時30分～11時30分・市役所

▽午後1時30分～3時30分・J A

越後おぢやグリーンパーク入口

■問い合わせ / 健康センター予防係

☎83・3640

## パーキンソン病患者と家族の つどい

体操などで体を動かしたり、病気についての情報交換などを行います。

■日時 / 6月23日(木)午後1時30分～3時30分

■会場 / 介護老人保健施設水仙の家

■対象者 / パーキンソン病と診断された方およびその家族

■申込締切 / 6月20日(月)

■申込・問い合わせ / 魚沼地域振

興局健康福祉部 ☎025・792・

8614

## 大会のお知らせ

第47回北信越高等学校バレーボール選手権大会が総合体育館で開催されます。ぜひご観戦ください。

■開催日 / 6月18日(土)

■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

## 農業委員会委員一般選挙

農業委員会委員一般選挙が行われます。

■投票日 / 7月10日(日)

■告示日 / 7月3日(日)

■立候補予定者説明会 /

●日時 / 6月27日(月)午後3時～

●会場 / 市役所4階大会議室

●立候補の要件 / ①小千谷市農業委員会の区域内

に住所を有する者②年齢が満20歳以上の者③10

アール以上の農地につき耕作の業務を営む者な

ど、法律で定める要件を満たしている方

■選挙区など / 選挙区、区域や委員数は左表のとおりです。

■問い合わせ / 選挙管理委員会 ☎83・3506



選挙区	区域	委員数
第1選挙区	上ノ山1丁目～5丁目、土川1丁目・2丁目、本町1丁目・2丁目、平成1丁目・2丁目、稻荷町、元町、日吉1丁目・2丁目、船岡1丁目～3丁目、栄町、小千谷、大字土川、大字山本、大字西中、大字谷内、大字池ヶ原、大字池中新田、大字塩殿(時之島を除く)、大字上片貝(木津町を除く)、大字東吉谷、大字西吉谷(市之沢を除く)、大字四ツ子	4人
第2選挙区	大字穉生、東栄1丁目～3丁目、旭町、大字上片貝の内木津町、大字浦柄、大字横渡、大字小栗山、大字南荷頃、大字塩谷	2人
第3選挙区	千谷川1丁目～4丁目、城内1丁目～4丁目、平沢1丁目・2丁目、大字千谷川、大字平沢新田、大字山谷、大字桜町、大字両新田、大字時水、大字藪川、若葉1丁目～3丁目、大字千谷、大字三仏生、大字小栗田、大字坪野	4人
第4選挙区	大字岩沢、大字豊久新田、真人町、大字塩殿の内時之島、大字西吉谷の内市之沢、大字川井、大字川井新田	4人
第5選挙区	片貝町、片貝山屋町、高梨町、鴻巣町	2人

## 里親を募集しています

さまざまな理由から、家庭で生活できない子どもを家族の一員として温かく迎え、愛情を持って養育して下さる方を募集しています。

■問い合わせ／新潟県里親会魚沼支部（南魚沼児童相談所内）☎025-770-2400

## うぶごえ教室

出産や育児のための教室です。お子さんや、ご夫婦一緒でも参加できます。参加は無料です。ぜひご参加ください。

- 日時／7月12日(水)午前9時～9時10分受付
- 会場／健康センター
- 対象／妊婦、1歳未満の子どもの母親など
- 持ち物／母子健康手帳、エプロン、三角布、お子さんの離乳食、おんぶひも
- 申込締切／7月7日(木)
- 申込・問い合わせ／健康センター保健係 ☎83-3640

## キラキラタイム

わんパークの子育てイベント、今月は大型絵本「ひつじパン」です。

ひつじのパン屋さんは、今日もパン作りに大忙しです。おいしいパンが出来上がり！ほらっ、お客様がやって来ましたよ。お楽しみに。

- 日時／6月24日(金)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

## 認知症の予防と介護市民講座

認知症は年々増えており、高齢者人口の約9%に相当すると言われてしています。

その数は小千谷市に当てはめると約1000人と推測され、決して特別な病気ではありません。

認知症の予防や最新の医療、ケアについて、日本の認知症治療の第一線で活躍している医師による講演を開催します。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2日(土)午後2時～4時45分
- 会場／市民会館
- 内容／
  - 地域の実践発表  
「高齢者も認知症の方も笑顔が1番」
  - 講演会  
「とことんわかる認知症～ドクター杉山の9大法則・1原則～」
- 講師／杉山孝博さん(神奈川県川崎市川崎幸クリニック院長)
- 参加無料
- 申込不要。直接会場にお越しください。
- 問い合わせ／保健福祉課高齢福祉係 ☎83-4060

### ●講師紹介

診療のかたわら、全国を講演で回り、介護者に学び家族に教える情熱あふれる先生です。また、厚生労働省の研究班などにも携わる、地域医療のスペシャリストです。



7月

## 乳幼児の健康診査日程

■問い合わせ／健康センター保健係 ☎83-3640

- ▶会場は健康センターです。発熱や発疹など、普段と違う症状のあるおさんは、翌月の健診日においでください。
- ▶乳幼児健診の実施日には、先着順に番号札をお渡しします。
- ▶番号札配布開始時間／午前で開催の場合：午前8時30分～、午後で開催の場合：正午～

健診名	対象	期日	受付時間	持ち物	その他
4か月児健康診査	平成23年2月生まれ	7月14日(木)	13:00～13:10	母子健康手帳、バスタオル、替え用のオムツ	離乳食講習会を同時実施
10か月児健康診査	平成22年8月生まれ	7月13日(水)	13:00～13:10	母子健康手帳、替え用のオムツ	離乳食後期の講習会を同時実施
1歳6か月児健康診査	平成21年12月生まれ	7月28日(木)	13:00～13:20	母子健康手帳	歯科検診を行います。歯をみがいて来てください。
2歳児歯科検診	平成21年6月生まれ	7月29日(金)	9:00～9:10	母子健康手帳、お子さんの仕上げみがき用歯ブラシ	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	平成20年6月生まれ	7月27日(水)	13:00～13:20	母子健康手帳、目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器	歯科検診を行います。歯をみがいて来てください。

## 小千谷縮 製作体験講座の参加者募集

ユネスコの無形文化遺産に登録された「小千谷縮」。この製作技術は、数多くの工程による分業体制です。

たくさんの製作工程を体験することで、小千谷縮の姿に迫り、歴史の学習と技術の保存を考える機会です。ぜひご参加ください。

全講座を終了すると、自分で作った製品を持ち帰ることができます。

■対象／小千谷縮の製作に興味・意欲のある方。全講座に参加できる方

■日程／下記日程のとおり（下記日程のほか、自宅で練習などを行うこともあります）

■講座内容／全6回

▽講話、ガイダンス「小千谷縮の歴史」  
▽原料生産地、福島県昭和村の見学、学習▽苧麻刈り取り、苧引き体験▽青苧の仕組み作業体験▽糸の手くびり作業体験と緋の仕組みを学習▽いざり機による織りの体験▽反物の雪さらし作業体験

■募集人数／20人（募集締切後に選考を行います。先着順ではありません）

■参加者負担金／5000円（材料費、視察代）

■募集締切／6月24日（金）

■申込・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

回数	講座名	日時	会場	内容
第1回	講話（小千谷縮の歴史）	7月9日（土）	サンプラザ	講話、製作技術学習、施設見学
第2回	からむし（苧麻）生産地視察	7月23日（土）	福島県大沼郡昭和村	からむし工芸博物館、苧麻畑など視察
第3回	苧麻刈取り・苧引き	7月30日（土）	朝日、サンプラザ	苧麻の刈取りおよび苧引き
第4回	青苧の手組み・糸の手くびり	9月3日（土）	未定	青苧の手組み、糸のてくびり作業、緋の仕組みを学習
第5回	いざり機による織	10月1日（土）	未定	いざり機による織
第6回	雪さらし体験	2月25日（土） または26日（日）	未定	縮の雪さらし

## 東京高円寺阿波おどり参加者募集

東京都杉並区で8月に開催される「がんばろう日本!!震災復興支援第55回東京高円寺阿波おどり」に「おぢや連」として参加いただける踊り手を募集します。

高円寺阿波おどりは、踊り手約1万人見物客100万人で徳島に次いで全国第2位の規模です。小千谷市は杉並区と災害時相互援助協定を結んでいる交流自治体として参加します。

おおぜいのみなさんの参加をお待ちしています！

■募集人数／20人

■募集要件／18歳以上の市内に在住・在勤の方

■募集締切／6月24日（金）午後5時

■参加日／8月27日（土）午後3時～6時（休憩をとりながら9か所の演舞場で踊ります）

■当日の日程／27日（土）午前7時30分市役所前出発、午後10時30分頃市役所前到着。市のバスによる日帰りです。

■参加者で用意いただくもの／当日の衣装（短パン、足袋、半纏の中に着るもの）、当日のサービスエリアでの食事費用

※祭半纏・印籠・帯・手拭いは市で

用意します。

■練習日程／7月1日（金）・8日（金）・15日（金）・22日（金）・29日（金）、8月5日（金）・11日（木）・18日（木）・25日（木）午後7時～9時

■練習場所／総合体育館軽運動場

■申込／総合体育館に用意した申込用紙または、氏名、住所、年齢、電話番号と東京高円寺阿波おどり参加申込と記入した紙面で申し込みください。

■申込・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 FAX 83・0078



■まちのうごき（5月31日現在）

人口と世帯数 ※（ ）内は前月比	気象データ		消防本部出動状況		交通事故発生状況	
	23年5月	過去10年の平均	23年5月まで	22年5月まで	23年5月まで	22年5月まで
男 19,308人(+ 9)	出生 35人	平均気温 15.8℃	火災 8件	11件	件数 45件	56件
女 19,785人(- 10)	死亡 38人	最高気温 28.3℃	救急 589件	555件	死者 1人	1人
合計 39,093人(- 1)	転入 67人	最低気温 4.5℃			傷者 55人	68人
世帯数 12,696世帯(+24)	転出 65人	降水量月計 124.0mm	◀気象データは、小千谷市消防本部速報値（観測地：元中子）			

中越メモリアル回廊

シンボルマークが決定しました

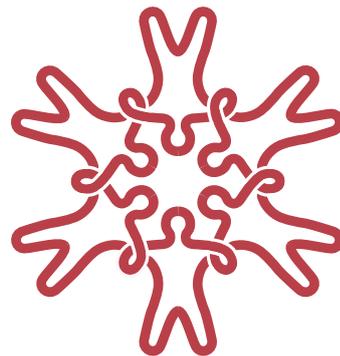
中越大震災の経験と教訓を伝えるため、4つの施設と3つのパークを整備計画中の、中越メモリアル回廊のシンボルマークを3月1日～4月15日の期間で投票を行い、総投票数1,963票の投票をいただきました。

その中で最も多い808票を得た右記のマークに決定しました。

応募いただいた方から抽選で10人に記念品を差し上げます。発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

シンボルマークは今後さらなる周知のために様々なところに登場します！みなさまに親しみを持っていただければ幸いです。

ご協力いただきありがとうございました。



腕を組み合った人々のパターンは、地域の人の絆の表現であると同時に、災害での教訓を人から人へ伝えていく大切さを表しています。

一筆書きの線の流れは回廊のイメージともつながります。

■問い合わせ／▷中越防災安全推進機構 ☎36-8141▷総務課危機管理室 ☎83-3506

就職者激励会

今春、学校を卒業し初めて小千谷・川口地域に就職した方を激励するため「小千谷市・長岡市川口地域就職者激励会」を開催します。すぐに使えるビジネスマナーがわかるセミナーや、新社会人となったみなさんの親睦を深める交流会・アトラクションを用意して参加をお待ちしています。

■日時／7月7日(木)午後1時30分～5時頃まで(午後1時受付開始)

■会場／サンプラザ3階大ホール

■内容／式典・社会人セミナー・交流会・アトラクション

■参加料／1人1000円(当日受け付けにてお支払いください)

■申込期限／6月27日(月)

■申込・問い合わせ／商工観光課 工振興係 ☎83・3512 FAX 83・0871

71 ☎kanko@city.ojya.niigata.jp



第2回

新潟県あじさいサミット

■日時／6月26日(日)午前10時30分～午後0時40分

■会場／サンプラザ3階大ホール

■主催／川井あじさい村育成会

■内容／ミニ講演会、あじさい育成団体によるパネルディスカッション、共同宣言、サミット終了後懇親会



■参加料／サミット参加無料、懇親会4000円

■申込締切／6月20日(月)

■申込・問い合わせ／野口則明 ☎090・2475・2774

労働相談会の開催

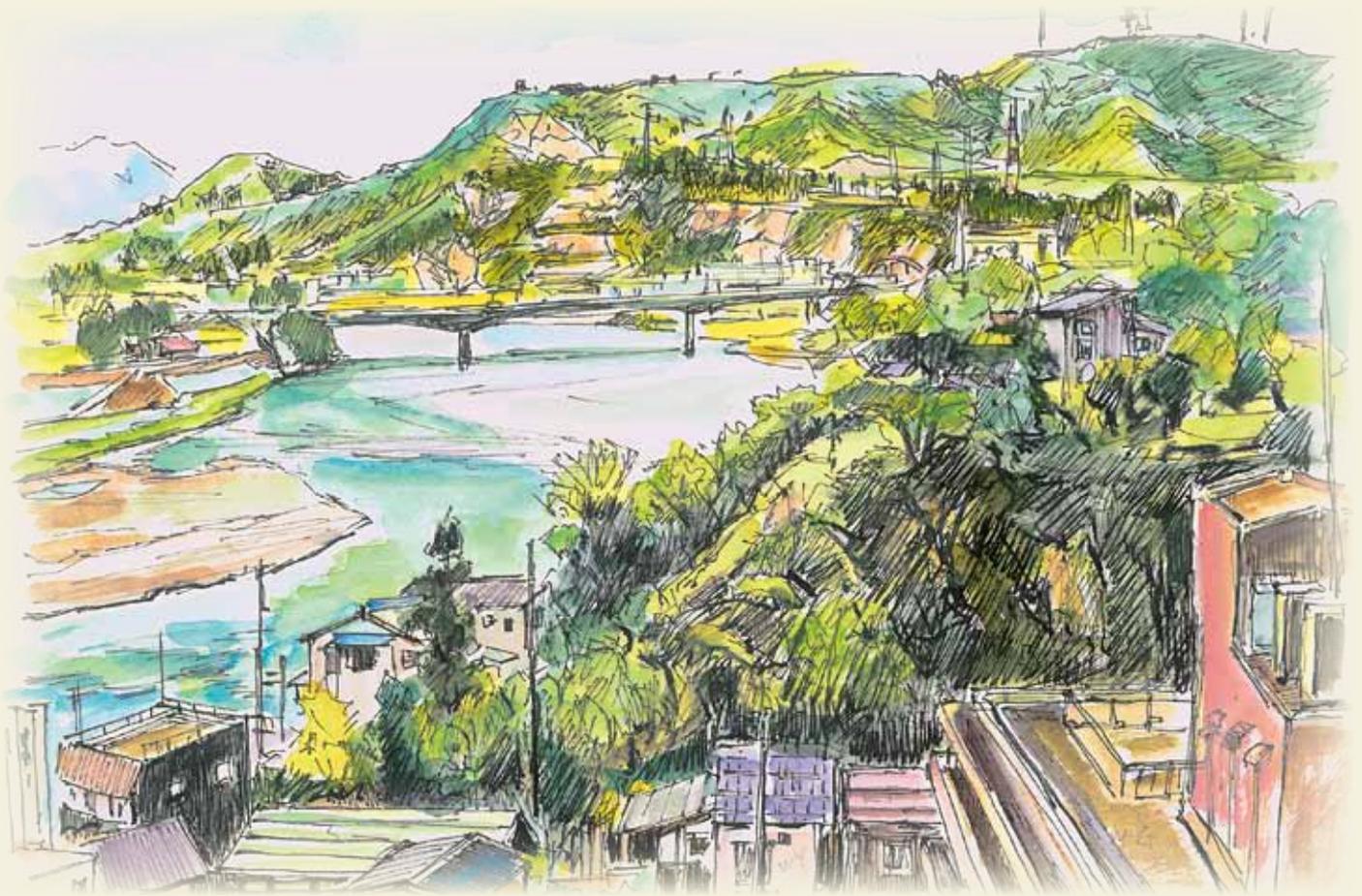
労働に関する悩みはありませんか。労働基準監督署、社会保険労務士、生活・就労相談員、労働局雇用均等室などの専門家がアドバイスします。

■日時／6月18日(土)午後1時～4時30分

■会場／長岡地域振興局（長岡市四郎丸町173番地2）

■申込不要、相談無料、秘密は厳守されます。

■問い合わせ／長岡労働相談所 ☎37・6110（労働相談専用電話）



## 小千谷を描く No. 4 1 1

### 若葉薫る小千谷 (元町より)

信濃川沿いの元町と高台の日吉から、山本山を望む初夏の景色を眺めました。雪に耐えてきた重さが一気に吹きとぶような私の好きな季節になりました。若葉の息吹が青春賛歌となって、私の若き胸を熱くときめかせます。テメエで言わんで、誰が言うや。

(絵と文は西脇正久さん)

またステージアトラク  
ションのミニライブでは  
今年テレビで繰り返し流  
れたあの曲を生で聴くこ  
とができて感激しました。  
今でも「ポポポポ」の  
メロディーが頭から離  
れません。

また感動し…。取材を忘  
れ、しばらく学生時代の  
思い出に浸ってしまいま  
した。周田を見渡すと、  
目頭を押さえる父兄の方  
もいて、とても感動的な  
1日でした。

先月、教育体験で小千  
谷市を訪れた中学生の田  
植え体験を取材に行きま  
した。子どもたちの無邪  
気な笑顔と元気な声に  
こちらまで楽しませてい  
ただき、パワーをもらっ  
た1日でした。

●東北物産展の取材が終  
わった後、個人的にたく  
さんの東北の名産品を買  
って食べてきました。少  
しは被災地のお役に立っ  
たのではないかと思っ  
ています。

●南中学校30周年記念式  
典を取材してきました。  
式典中の生徒会長の立  
派な喜びの言葉に感動し、  
記念アトラクションの南  
中30周年のあゆみDVD  
上映にまた感動し、在校  
生による記念合唱でまた

●新緑の季節になりました  
たね。雪が消えて枯れ草  
だらけだった山々もあっ  
というまに深くきれいな  
緑色に…。自然の再生力は  
すごいなと改めて感じ  
ています。

#### 編集室だより

ちぢみの里の利用券が当たる

## 広報クイズ

解答をはがきでお送りください。  
正解者の中から、抽選で3人に  
ちぢみの里の利用券を贈呈します。  
市報おちやの感想もあると担当は  
うれしいのですが…

#### 問題

地上デジタル放送を視聴するには、テレビを買い換えたり、チューナーなどを購入する必要がありますが、アナログ放送の終了はいつでしょう？

①7月24日 ②8月24日 ③9月24日  
(ヒントは7ページ)

#### 応募先

〒947-8501

小千谷市役所企画政策課秘書広報係あて（住所の記載は不要です）

#### 締切

6月24日(金) (当日消印有効)

5月号の答えは①「平成25年度」でした。抽選の結果、次の方が当選しました。

今井愛子さん 関秋広さん 田村メリ子さん