

広報 **おぢや** Ojiya

令和5年（2023年）

9 月号

1035号

小千谷市ホームページ [小千谷市](#)
☎0258-83-3511（代表）
🌐<https://www.city.ojiya.niigata.jp/>
✉info@city.ojiya.niigata.jp

○二荒神社祭礼が行われました（7月14日～16日）

12ページに記事を掲載しています。



●今月の主な内容

- 9月8日（金）～10日（日） 片貝まつり …………… 2～3
- 新しいごみ焼却処理施設建設に向けた
「焼却処理施設基本構想」を策定しました …………… 4
- 市外でがんばる学生に小千谷産品をお届け！
「おぢやつつみ WITH WISH.」を実施します …………… 5

9月8日(金)~10日(日) 片貝まつり

●問い合わせ

▷片貝まつり実行委員会 ☎84-3900
▷にぎわい交流課・小千谷観光協会 ☎83-3512

●奉納大煙火のご案内 ※9日(土)・10日(日)とも午後7時30分~10時20分

日時	内容
9日(土)	午後8時30分 三尺玉
	午後9時 三尺玉
	午後9時30分 三尺玉
	午後10時 四尺玉

日時	内容
10日(日)	午後2時 真昼の三尺玉
	午後9時 三尺玉
	午後9時30分 三尺玉
	午後10時 四尺玉



△片貝町煙火協会 ホームページ

●行事のご案内

日時	内容	会場など
8日(金)	午後7時15分~9時20分 民踊流し	一之町~五之町
9日(土)	午前8時~午後3時 筒引き	八島~浅原神社
	午後6時50分~9時30分 お囃子コンクール	浅原神社境内相撲場
	午後7時15分~7時30分 名物奉納花火太鼓	栈敷お立台
10日(日)	午前10時~11時30分 小学生鼓笛隊パレード	一之町~五之町
	午前10時30分~午後2時30分 片貝伝統芸能保存会古式玉送り	一之町観音寺出発
	正午~午後3時 県下選抜相撲大会	浅原神社境内相撲場
	午後2時10分~2時25分 午後7時15分~7時30分 名物奉納花火太鼓	栈敷お立台
9日(土)・10日(日)随時	玉送り(町内各支部若・小若衆、厄年各同級会) 物産おみやげ販売所	片貝町内 表三之町特設会場

(9月9日・10日) 片貝まつり交通案内図 午後から夜間の規制時間 問合せ先: 片貝まつり実行委員会 ☎0258-84-3900

- 片貝バイパスの町入口A・B・Cから長岡消防署越路出張所十字路(東通和南高、縦2内線)まで一方通行となります。
- バイパスAから長岡消防署越路出張所までの間左側片側普通車以下駐車可となります。(13:00~23:00)
- バイパス停車中の事故等については、一切責任を負いません。運転手の皆さんは事故のないよう十分にご注意ください。
- 市道片貝環状線についても片貝バイパス同様片側普通車以下駐車可

片貝バイパス 午後1時00分~午後11時00分
高速道路側道 午後1時00分~午後11時00分
シャトルバス路線(西部線) 午後6時00分~午後12時00分

凡例

- 車両通行禁止
- 迂回路(大型車) (路線/△)
- 迂回路(小型車)
- 車両進入禁止
- 左片側駐車可(一列に縦列)
- 有料駐車場

片貝まつり臨時駐車場(片貝地内)

駐車可能道路 普通車	有料駐車場 普通車 1台2,000円	無料駐車場 普通車
市道高見五之町線(五之町八島地内) 約60台	煙火協会駐車場(専用車両限定 要予約) 約60台	新野製菓跡地(狭小千谷精工) 約80台
片貝バイパス左側車線 約700台	株浅田精機 17時以降可(予約不可) 約60台	
市道片貝環状線左側車線 約40台	越後製菓片貝工場(池津) 17時以降可 約100台	

●交通のご案内

シャトルバス ※ 運行は9日(土)のみです。 10日(日)は運行がありませんのでご注意ください。(乗り合わせでのご来場にご協力ください)	<ul style="list-style-type: none"> ■往路/午後4時～7時30分 ■復路/午後8時30分～10時45分 ■運行経路/総合体育館駐車場～白山運動公園駐車場～西部工業団地～(株)片貝製作所 (小学生以上片道500円)
臨時タクシー乗り場	(株)第四北越銀行片貝支店駐車場
臨時駐車場 (9日(土)・10日(日)両日駐車可)	片貝町煙火協会ホームページ参照

●9日(土)・10日(日)の交通規制

片貝町内	9日(土)午前10時～10日(日)午後11時	二之町片貝醫院から四之町金盛屋まで通行止
片貝バイパス	午後1時～11時	一之町入口から来迎寺方面に向かい、長岡消防署越路出張所協信号まで一方通行
高速道路側道ボックス42から小千谷市街地方面		一方通行 (駐車禁止)
市道片貝環状線から山谷・小千谷市街地方面	9日(土)午後6時～午前0時	シャトルバス路線のため 車両進入禁止
片貝町内一般道路	片貝町煙火協会ホームページ参照	

●ご注意ください

- ▷浅原神社とその周辺道路・花火棧敷席はたいへん混み合います。雑踏事故や盗難、迷子などに十分ご注意ください。
- ▷駐車場が少ないため、特に混雑が予想される9日(土)はシャトルバスをご利用ください。
- ▷ドローンは、片貝町内全域で使用禁止です。
- ▷交通安全と事故防止対策のため、警察官や交通安全協会片貝支部役員、交通指導員、警備会社ガードマンの指示に従ってください。
- ▷ごみは必ずお持ち帰りください。

9日(土) シャトルバス路線および臨時無料駐車場のご案内

注意
シャトルバスは9日(土)のみ運行

シャトルバスの運行は9日のみとなります。

東道山谷片貝線 無料駐車場(シャトルバス関係)	(普通車)
P1 小千谷市総合体育館	約300台
P2 白山運動公園	約400台
P3 株第一測範製作所	約200台
P4 株木村食品第二工場 北隣	約70台
P5 株越後製菓小千谷工場	約100台

小千谷市総合体育館～(株)片貝製作所前間のシャトルバスは、(行き)小千谷市総合体育館発16:00～19:30まで、(帰り)片貝製作所前発20:30～22:45まで、随時運行いたします。(片道 小学生以上500円、現金のみ)
お問い合わせは……越後交通株式会社 小千谷営業所 TEL0258-83-2442

10日(日) 臨時無料駐車場のご案内

注意
10日(日)はシャトルバスは運行しません

東道山谷片貝線(西部線) 無料駐車場	(普通車)
P1 株第一測範製作所	約200台
P2 株ヒムエレクトロ・新デンシ(株)本社工場	約45台
P3 株木村食品第二工場 北隣	約70台
P4 株越後製菓小千谷工場	約100台
P5 株新潟セイキ	約70台

東道山谷片貝線(西部線)ほか 無料駐車場	(普通車)
P6 新デンシ(株)第二工場	約60台
P7 オノツカ精工(株)	約50台
P8 株片貝製作所	約70台
P9 株山口製作所	約35台
P10 新野製菓跡地(株)小千谷精工 (9日可)	約80台

※拡大した交通案内図が必要な方は、実行委員会へお問い合わせいただくか、片貝町煙火協会ホームページをご覧ください。



現焼却処理施設 時水清掃工場

新しいごみ焼却処理施設建設に向けた「焼却処理施設基本構想」を策定しました

小千谷市では、今後の焼却ごみ処理のあり方について検討を進めてきました。この度、既存の焼却処理施設「時水清掃工場」に代わる新しい施設の建設を目指す「焼却処理施設基本構想」を令和5年5月に策定しました。

■問い合わせ／環境共生課環境衛生係 ☎83-3566

▶基本構想の詳細はこちら



●**どうして基本構想を策定したの？**

↓**今の焼却処理施設が古くなっているからです。**

- ▽現在運転している焼却処理施設「時水清掃工場」は、稼働開始から30年以上が経過しています。
- ▽老朽化に伴う設備の不具合が多くなっており、そのまま使い続けると、機械の故障などで施設を稼働できなくなってしまう可能性があります。
- ▽新しい施設の整備には10年以上の期間を要するため、早い段階での検討が必要です。

●**基本構想はどやって策定したの？**

↓**令和4年度に1年間かけて、今後の焼却ごみ処理のあり方を検討・評価・整理しました。**

- ▽基本構想策定業務を専門業者に委託し、人口やごみ排出量の将来予測を基に、必要な施設の規模を算出しました。
- ▽想定される次の4つの焼却ごみの処理運営方法について、さまざまな評価項目ごとに内容を評価・整理し、市役所内に設置した「焼却処理施設基本構想策定検討委員会」において、複数回にわたり検討しました。

③-2	③-1	②	①
ごみ広域処理 (周辺自治体との共同処理)	ごみ広域処理 (周辺自治体への処理委託)	処理施設の新設	既存処理施設の延命化

▽検討を重ねた結果、収集運搬費や維持管理費を安価に抑えることができるなど、総合的に最も優れていると評価された「②処理施設の新設」を採用した基本構想を策定することにしました。

●**新しい焼却処理施設はどこに建設するの？**

↓**令和6年度中の建設地決定を目指して、これから検討を進めていきます。**

- ▽建設候補地の選定にあたっては、対象となる地域のみなさんへの十分な説明と協議を重ねていきます。

●**新しい焼却処理施設はいつ完成するの？**

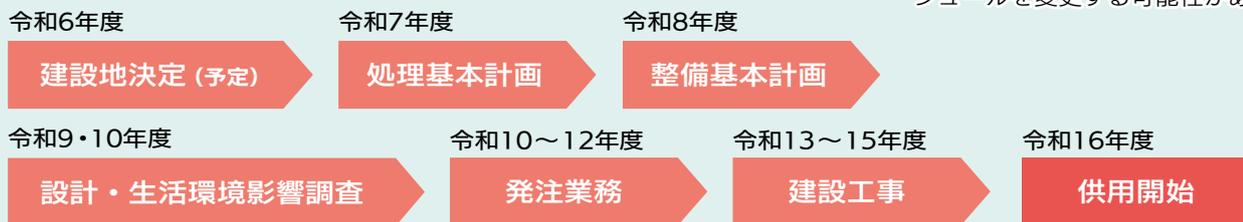
↓**現時点の最短スケジュールとしては、おおむね10年後の令和16年度の供用開始を予定しています。**

- ▽令和6年度から建設地の選定や一般廃棄物処理基本計画の見直し作業を行います。
- ▽設計や生活環境影響調査などを経て、令和13年度に建設工事に着手する予定です。

今後は、焼却処理施設を新設するために必要な準備を計画的に進めていきます。なお、新しい施設完成までにはまだ時間がかかりますが、節目ごとに市民のみなさんへの説明を丁寧に行っていきます。引き続き、小千谷市のごみ処理運営にご理解とご協力をお願いします。

●新しい焼却処理施設供用開始までの大まかなスケジュール

※現時点での予定であり、状況によってスケジュールを変更する可能性があります。



図書館等複合施設の開設に向けて

■問い合わせ／にぎわい交流課複合施設開設準備室（図書館内） ☎82-2724

●図書館2階学習スペースでの 飲食が可能です

令和6年9月にオープン予定の図書館等複合施設では、飲食を可能とするスペースを設けることから、現在の図書館2階学習スペースの中で、飲食を可能とする試行を始めました。

■期間／～10月1日(日) (月曜休館)

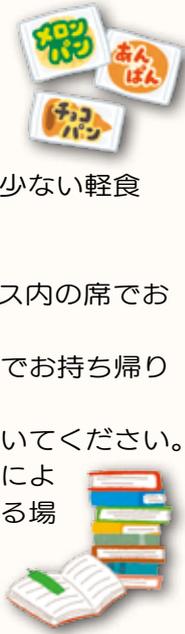
■場所／図書館2階学習
スペース

■飲食可能なもの

- ▷蓋のついている飲み物
- ▷パンやサンドイッチ、おにぎりなどの匂いの少ない軽食
- ▷個包装のお菓子類

■その他

- ▷飲食は2階学習スペース内の席でお願いします。
- ▷飲食で出たごみは各自でお持ち帰りください。
- ▷飲食後の机は各自で拭いてください。
- ▷試行期間中の利用状況によっては、内容を変更する場合があります。



●第14回リビングラボ「at!おぢや」 －活動報告－

7月30日に、図書館を会場として、「at!おぢや」を開催しました。今回は約35人の方が集まり、「『わたし』の本棚をつくります」をテーマに、「日本十進分類法」による図書館での本の並べ方などを学びました。次に、各自でテーマを決めて図書館内の本を選んで箱に入れ、自分だけの「ひと箱本棚」をつくりました。参加者のみなさんは自分のつくった本棚の紹介をしたり、他の参加者の本棚を見て回ったりするなど、交流の輪を広げていました。

今回作られた「ひと箱本棚」は、9月10日(日)まで図書館1階・2階に展示しています。ぜひご覧ください。



市外でがんばる学生に小千谷産品をお届け！

「おぢやつつみ WITH WISH」を実施します

進学で親元を離れ、市外で夢の実現に向けてがんばる小千谷の学生を応援するため、小千谷産品の詰め合わせをお届けします。



△申込はこちら

- 対象／市内出身者で高校卒業後、実家を出て生活している市外在住の学生（大学・短期大学・高等専門学校・専修学校など）
- 申込方法／右記二次元コードからお申し込みください。
- 申込期間／～9月15日(金)
- お届け品／米・食品などの小千谷産品
- 発送時期／10月中旬（予定）
- 問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83-3556



お知らせ

子育て支援

子育てイベント

- 参加・相談無料
- 申込開始日／8月28日(月)
- 申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564 (平日、午前9時～午後5時)

●発達気になるお子さんの相談会

総合支援学校の特別支援コーディネーターが個別に相談を受けします。

- 日時／9月22日(金)午前9時45分～11時25分
- 会場／わんパーク
- 対象／0歳児～未就学児
- 定員／先着親子3組

●木のこんであそぼう！

お家の方と一緒に自然いっぱいの木のこんを満喫しましょう。



- 日時／9月29日(金)午前10時～11時

■会場／木のこん(東山住民センター内)

※現地集合、解散です。

- 定員／先着親子10組

●おまつりランド

キャラクター万灯を引いたり、

お店やさんコーナーで買い物やゲームを楽しんだりしましょう。

- 日時／10月5日(木)・6日(金)午前9時45分～11時30分

■会場／わんパーク

■定員／両日ともに先着親子25組(申込はどちらか1日)

■その他／プレイルームは両日とも平常通り遊べます。

ファミリー・サポート・センター会員募集

ファミリー・サポート・センター(ファミサポ)では、子育ての支援をしたい方と支援をしてほしい方が互いに会員となり、子育て支援を行います。提供会員養成講座と依頼会員登録説明会を開催しますので、ぜひご参加ください。

- 会場／あすえくる2階会議室

■受講無料

■申込締切／9月22日(金)

■保育ルーム／利用希望の方はお申し込みください。(子ども1人につき1回300円)

■申込・問い合わせ／ファミリー・サポート・センター(わんパーク内) ☎81・7587 (平日、午前9時～午後4時30分)

●提供会員の養成講座(子育ての支援をしたい方)

■日時・内容

日時	内容
10月12日(木) 午後1時～4時	▽ファミサポの説明 ▽子どもの病気
10月13日(金) 午後0時30分～4時30分	▽子どもの発育と成長 ▽保育とあそび
10月16日(月) 午後0時30分～4時30分	▽乳幼児の食事 ▽普通救命講習 ▽AEDの取り扱い

■対象／市内在住の健康な方

※性別や年齢、特別な資格は問いません。

■定員／10人

■その他／養成講座の全日程を受けられない方はご相談ください。

●依頼会員登録の説明会(子育ての支援をしてほしい方)

- 日時／10月12日(木)午後1時～2時

認定こども園見学会・令和6年度入園説明会

参加希望の方は、事前に各園にお問い合わせください。

施設名・電話番号	開催日	時間	内容
幼保連携型認定こども園小千谷幼稚園 ☎82-7625	9月20日(水)	午前10時～11時30分	園内見学、個別相談
	10月7日(土)		入園説明会、園内見学、個別相談
	10月13日(金)		園内見学、個別相談
幼保連携型認定こども園つくし幼稚園 ☎82-7213	9月15日(金)	午前10時～11時30分	園内見学
	10月6日(金)		入園説明会、個別相談
	10月7日(土)		園内見学、個別相談
ひばり認定こども園 ☎82-6110	10月7日(土)	午前9時30分～10時30分	入園説明会、園内見学
	10月10日(火)		園内見学、個別相談(電話にてご予約ください)
	9月26日～10月24日の毎週火曜日	午前10時30分～11時30分	園内見学、個別相談(電話にてご予約ください)

■対象／市内在住または在勤の方で、ファミリー・サポート・センターを利用予定の方

■定員／5人

■その他／依頼会員の登録は随時わんパークで受付していますが、この機会にぜひお越しください。



令和5年度
乳幼児健康診査日程
はこちらから



善意に感謝

(敬称略)

■小千谷市への寄附として
▽ケーエスエス(株)・(株)第四北越
銀行・20万円

催し

中島康晴×品田広希
2days concert

■日時/▽①:9月16日(土)午後
6時30分(開場:午後6時)▽
②:9月17日(日)午後2時(開場:
午後1時30分)

■会場/市民会館大ホール
■プログラム/▽①「日本のう
た」..待ちぼうけ、里の秋、荒城
の月ほか▽②「世界のうた」..帰
れソレントへ、禁じられた音楽、
女心の歌ほか

■出演者/中島康晴(テノール)、
品田広希(バリトン)、小田直弥
(ピアノ)

■入場料/▽①:2000円▽
②:2500円▽①②両日:3
500円

※高校生以下は10
00円引きです。

※未就学児の入場は
ご遠慮ください。



■チケット取り扱い/市民会館
総合体育館、片貝総合センター
■問い合わせ/小千谷コミュニ
ティーオペラ実行委員会(品田)
☎090・5760・3145

3Dプリンターを活用して
みよう!

■日時/9月23日(祝)午後1時~
4時(途中休憩あり)

■会場/テレワークステーション
おぢや2階多目的ルーム

■対象/高校生以上

■内容/▽前半:3Dプリンタ
ーの活用事例などを説明して実
際に動かしてみます。▽後半:
希望制で簡易的に3Dソフトで
データを作成し、出力まで行い
ます。※出力に時間がかかるた
め、作品は後日受取です。

■講師/テレワークステーション
おぢやスタッフ

■定員/10人(応募多数の場合
は抽選)

■参加無料

■申込方法/左記二次元コード
からお申し込みください。

■申込締切/9月16日(土)

■問い合わせ/テレワークステ
ーションお
ぢや☎86・
4731



△申込・問い合
わせはこちら

ワシ・タカの渡り観察会

■日時/9月23日
(祝)午前9時~11時

■集合場所/山本
山高原山頂展望台

■参加無料

■持ち物/筆記用具、飲み物、
雨具、図鑑と双眼鏡(お持ちの方)

■申込

▽一般の方:長岡地域振興局健
康福祉環境部環境センター環
境課☎38・2531

▽小・中学校の児童・生徒や保
護者、学校関係者:教育セン
ター☎82・6750



■申込締切/9月8日(金)

■その他/レジャー保険には加
入しません。

■問い合わせ/教育センター☎
82・6750

第59回児童生徒科学作品展
覧会・科学研究発表会

市内の小・中

学生による科学
作品の展覧会と
研究発表会を開
催します。

■問い合わせ/教育センター☎
82・6750



科学作品展覧会

■日時/9月24日(日)・25日(月)午
前9時30分~午後3時30分

■会場/サンラックおぢや3階
大ホール

科学研究発表会

■日時/9月28
日(木)午後2時~
4時

■会場/市民会
館2階~4階、
大ホール



2023男女共同参画講演会

■日時/10月15日(日)午後1時30分~3時
(開場:午後1時)

■会場/サンプラザ3階大ホール

■演題/「心が元気になるコミュニケーション~気
持ちは伝えるコツ・聴くコツ~」

■講師/ちやい文々さん(漫画エッセイスト、多様
性人権啓発トレーナー)

■講師プロフィール/平成14年~28年まで新潟日
報社発行のフリーペーパーasshで、子育て応援漫
画エッセイ「ビーンズ・ボックス」
を連載。現在も「自尊心を育てる
「唯一無二」なメッセージ」「パー
トナーシップ・コミュニケーション」などをSNSやラジオなどで発
信している。



■定員/120人

■入場無料※ただし、聴講券が必要です。

■その他/手話通訳、要約筆記を行います。

■申込方法

▷窓口申込:市民生活課、市民会館、総合体育館、
勤労青少年ホームのいずれかの窓口で聴講券を受
け取ってください。※休館日が異なりますのでご
注意ください。

▷インターネット申込:右記二次元コー
ドから申込ください。



▶申込締切:10月5日(木)

■保育ルーム/利用希望の方は、10月5日(木)までに
お申し込みください。(子ども1人につき300円、
定員4人)

■問い合わせ/市民生活課市民係☎83-3509

令和5年度おぢや健康講演会

病気になる人 ならない人

寝不足、ストレス、偏った食事…全ての病気には何かしらの原因が存在します。誰でも簡単にできる「健康のためのちょっとしたコツ」を学び、病気になりにくい体質を目指しましょう。

■日時／10月8日(日)午後2時～3時
30分（開場：午後1時30分）

■会場／市民会館大ホール

■定員／360人

■入場無料

■その他



△申込はこちら

▷健康測定体験コーナー（午後1時～1時45分、
午後3時30分～4時）

▶血管年齢測定▶握力測定▶ベジチェック（野菜
摂取充足度測定）▶大腸がんクイズラリー▶食
生活改善推進委員による手作りスイーツの試食
（数量限定）

▷手話通訳、要約筆記を行います。

▷当日はYouTube「小千谷市公式チャンネル」で
ライブ配信を行いますので、ご自宅などからで
も聴講できます。（事前申込不要）

▷駐車場に限りがありますので、可能な限り乗り
合わせてご来場ください。

■申込方法／上記二次元コードまたは電話でお申
し込みください。

■申込・問い合わせ／おぢや健康づくりイベント
実行委員会（健康・子育て応援課内）☎83-3640

講師プロフィール

おおたわ史絵

（総合内科専門医、法務省矯正局医師）

東京女子医科大学
大学卒業。内科医師
の難関「総合内科
専門医」の資格を
持ち、多くの患者
の診療にあたる。
近年では、少年院、
刑務所受刑者たちの診療にも携わる
数少ない日本のプリズン・ドクター
である。現代社会の流行から犯罪医
学まで幅広い知識はテレビメディア
でも評価が高く「信頼できる女性コ
メンテーター第1位」にも選ばれて
いる。



講座

ペアレントトレーニング講座

特性のあるお
子さんとの関わ
り方について勉
強する講座です。



■日時／10月7日・14日、11月
18日（いずれも土曜日）午後1
時30分～3時

■会場／あすえくる2階会議室
■対象／発達障がいなど、特性
のあるお子さんを育てる保護者
で、全日程に参加可能な方

■講師／長澤正樹さん（新潟大
学教職大学院教授）

■定員／12人

■受講無料

■保育ルーム／利用希望の方は、
参加申込の際にお申し込みくだ
さい。（子ども1人につき1回3
00円、定員5人）

■申込締切／9月29日(金)

■申込・問い合わせ／文化スポ
ーツ課生涯学習係（市民会館内）
☎82・9111

勤労青少年ホーム
講座受講生募集

■会場／勤労青少年ホーム
■申込・問い合わせ／勤労青少
年ホーム☎82・85110（午前
9時～午後9時）

●ハンバーグ講座

■日時／10月17日(火)午後6時30
分～8時30分

■内容／おうちで作るハンバー
グのワンランク上のレ
シピを学びます。

■講師／植木信幸さん
（うえきing）

■定員／9人

■受講料／1500円（材料費）

■持ち物／エプロン、三角巾、
持ち帰り用蓋付き容器

■申込締切／10月11日(水)

●魅力を引き出す
ポイントメイク講座

■日時／10月24日(火)
午後7時～8時

■講師／目崎加奈子
さん（ビューティーサロンLuce）

■定員／10人

■受講料／500円

■持ち物／置き型の鏡、ヘアク
リップ、ティッシュペーパー、
メイク用品

■申込締切／10月18日(水)



募集

第42回市民音楽祭
出演者募集

日頃の活動の成果を発表し、音楽団体相互の交流の場として開催され、準備から運営まで参加団体が行う手作りの祭典です。



- 開催日／11月18日(土)・19日(日)
- 会場／市民会館大ホール
- 対象／市内で音楽活動(コーラス、フォーク、ジャズ、ロックなど)を行っているアマチュア団体・個人
- 参加無料
- ※ただし、出演に必要な経費(交通費、楽器運搬費など)は出演者の負担になります。
- 申込方法／出演申込書に必要事項を記入のうえ、市民会館へ提出してください。(フアックス可)
- 申込書は市民会館にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。
- 申込締切／9月11日(月)
- 申込・問い合わせ／文化スポーツ課生涯学習係(市民会館内)

第44回
小千谷トリム・ウォーキング大会

スポーツの秋!さわやかな秋の風を楽しみながら歩きませんか。「謎とき」にチャレンジしながらウォーキングができる12km・8kmコースと、アトラクションゲームを楽しめるわくわくコースがあります。

- 開催日／10月9日(祝)
- 発着場所／総合体育館
- コース、内容、受付・スタート時間、定員

コース	コース内容	受付・スタート時間	定員(先着順)
12kmコース	太田ダム、お満ヶ池をまわるコース	午前8時30分～9時	合計300人
8kmコース	太田ダムを往復するコース		
わくわくコース(3.5kmコース)	白山運動公園で、アトラクションやゲームに参加するコース	午前9時30分～10時	300人

※スタート受付後、随時出発です。

■参加料

- ▷大人：600円
- ▷小・中学生：400円
- ▷未就学児：無料



■申込/事前申込が必要です。

- ▷インターネット申込：上記二次元コードからお申し込みください。参加料の支払方法は、クレジットカード決済のみです。
- ▷窓口申込：要項に添付の申込書に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて総合体育館窓口へ提出してください。要項は、総合体育館や市民会館などの窓口にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申込開始日時／9月1日(金)午前9時

■申込締切

- ▷インターネット申込：9月28日(木)午後9時30分
- ▷窓口申込：10月7日(土)午後9時30分

■問い合わせ／文化スポーツ課スポーツ振興室(総合体育館) ☎83-0077

スポーツ

夜間卓球リーグ大会
参加チーム募集

- 日時／10月3日(火)～5日(木)、11日(水)～13日(金)午後7時30分
- 試合開始
- 会場／総合体育館メインアリーナ
- 参加資格／市内に在住または在勤の方が代表のチーム(学生を除く)



- チーム編成／1チーム5人(男女混成、登録は10人まで。運営委員1人を登録、選手の二重登録禁止)
- 試合方法／クラス別リーグ戦形式
- 参加無料
- ※ただし、各チームで試合球を用意する。(試合球はニッタク3スター白色)
- 申込締切／9月14日(木)
- 代表者会議／9月21日(木)午後7時～総合体育館体育団体室
- 申込・問い合わせ／文化スポーツ課スポーツ振興室(総合体育館内) ☎83・0077

スポーツ振興くじ助成金で
トレーニング機器を更新しました

スポーツ振興くじ助成金の補助を受け、総合体育館のトレーニングルームの機器(アームカール&エクステンション)を更新しました。ぜひご利用ください。

■問い合わせ／文化スポーツ課スポーツ振興室(総合体育館内) ☎83-0077



冬期間の

総合体育館メインアリーナ利用調整

冬期間は屋内施設の利用が集中するため、抽選による利用調整を行います。



- 対象期間／12月1日(金)～令和6年3月31日(日)
- 対象時間／午後7時～9時30分
- 抽選権利数／同一申込者(同一時間を一緒にご利用される場合は代表者)につき、月10件まで。必ずご本人がお申し込みください。
- 抽選申込期間／希望利用日の3か月前の月の12日～18日
- 申込方法

▽利用者登録IDをお持ちの方

- ▼抽選申込期間内に公共施設予約システムの画面上の「予約・抽選の申込」から入力してください。
- ▼当選確定期間内に当選日の確認を画面上で行い、確定処理を行ってください。(受付時間：午前8時30分～午後10時)

▽利用者登録IDをお持ちでない方

- ▼抽選申込期間内に総合体育館へ直接または電話でお申し込みください。(ファクス不可)
- ▼当選日の確認を総合体育館へ直接または電話で行い、その場で使用の確定をお申し出ください。(受付時間：午前9時～午後8時)
- 抽選日／希望利用日の3か月前の月の21日
- ※公共施設予約システムによる自動抽選です。
- 当選確定期間／希望利用日の3か月前の月の22日～28日
- ※当選した場合、この期間に確定処理を行わないと無効になります。

■問い合わせ／文化スポーツ課スポーツ振興室
(総合体育館内) ☎83・0077

申込例

- 12月1日(金)の利用の抽選申込をする場合
 - ①9月12日(火)～18日(祝)：抽選申込をする
 - ②9月21日(木)：システムによる自動抽選
 - ③9月22日(金)～28日(木)：確定処理をする

商工業

創業塾

創業間近の方・創業後間もない方を対象とした創業塾を開催します。

成功のポイントやマーケティングについて学び、創業に向けた事業計画の作成や金融機関と連携した創業資金のアドバイスを受けることができる全4回の研修です。

※本塾を卒業して創業する方は、補助金や融資に関する優遇が受けられます。

- 日時／10月10日・17日・24日(いずれも火曜日)午後7時～9時、10月28日(土)午後1時～5時
- ※全4回の出席が卒業要件です。
- ※希望される方はフォローアップ相談を実施します。
- 会場／小千谷商工会議所
- 定員／先着10人
- 申込締切／9月29日(金)
- 申込・問い合わせ／小千谷商工会議所 ☎81・1300



くらし

住宅・土地統計調査を実施します

総務省統計局では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。この調査は、住生活に関する重要な調査であり、全国で約340万世帯、小千谷市で約1600世帯の方々が対象となります。

■調査目的／この調査は、住宅数や国民の居住状況のほか、空き家の所有状況、高齢者の住まい方を把握することなどを目的としています。

- 調査方法／9月中旬頃から調査対象となったお宅へ調査員が調査票を配付し、後日、受取に伺います。
- その他

▽調査員は調査員証を携帯しています。

▽パソコンやスマートフォンを使ってインターネットから24時間回答することができるほか、郵送による提出もできます。



▽ご記入いただいた内容については統計法に基づき秘密が厳守されます。

■問い合わせ／総務課文書統計係 ☎83・3506



住宅エコリフォーム補助金 後期分の申請を受け付けます

住宅のエコリフォーム工事を行う方への補助制度です。詳細は直接ご相談・お問い合わせいただくか、広報おぢや4月号または市ホームページをご覧ください。

- 申請受付期間／9月4日(月)～15日(金)
- 工事着工予定日／10月～令和6年3月
- 募集件数／50件

※先着順ではありません。申請件数が募集件数を超えた場合は抽選を行います。

※同一年度内の申請は1回限りです。前期に申請した方(抽選に外れた方を含む)が、後期に再度申請することはできません。

■申請・問い合わせ／建設課建築住宅係 ☎83-3514



△詳細はこちら



リサイクル 回収

回収
無料

12 つくる責任
つかう責任



家庭で不用となった古着、靴・かばん、食器のリサイクル回収をします。回収した古着などは、主に東南アジアなどの海外へ輸出されます。

■日時／10月1日(日)午前8時30分～11時30分

■会場／市役所駐車場

■回収するもの／古着、靴・かばん、食器

※そのままでの状態で使用できるものに限りです。

※再利用を前提としているため、汚れているものや破損しているものは回収しません。

●古着、タオル、毛布（洗濯済みのもの）

▷ひもでしばるか、中身が見える透明または半透明の袋に入れてお持ちください。

▷ハンガーは外してください。

▷下着、浴衣は対象外です。



●靴・かばん

▷中身が見える透明または半透明の袋に入れてお持ちください。

▷長靴、スパイクシューズ、キャスター付きバッグは対象外です。



●食器（陶磁器製、ガラス製、金属製の食器類）

▷割れ、欠け、ひびのあるものや汚れているものは回収しません。また、ペットのえさ皿に使用したものや自作のものは対象外です。

▷紙などに包まず箱に入れ、すき間には紙などを詰め、割れないようにしてお持ちください。化粧箱に入ったものは、そのまま構いません。

■問い合わせ／環境共生課環境衛生係 ☎83-3566



■問い合わせ／環境共生課環境衛生係 ☎83-3566（閉庁時 ☎83-3511）

▽攻撃が避けられない時は、地面に伏せ、両手で首の後ろをガードし、頭と首を守る。

▽万一、クマに出会ったら

▽慌てず、騒がず、クマと向き合ったままゆっくり後退する。

▽クマは逃げるものを追いかけるので、走って逃げない。

▽攻撃が避けられない時は、地面に伏せ、両手で首の後ろをガードし、頭と首を守る。

環境

「ごみの野焼きはダメ！」

ごみの野焼きやドラム缶などによる焼却は禁止されています。野焼きを行うと火災の危険性があるだけでなく、洗濯物が外に干せない、窓が開けられないなど、周囲の方がたいへん迷惑します。また、人の健康や自然環境にも悪影響を及ぼします。ごみは「ごみの分け方と出し

方」に従い、適正に処分してください。ルールを守り、きれいな環境を守りましょう。

■問い合わせ／環境共生課環境衛生係 ☎83-3566



相談

出張労働相談会

「残業代を支払ってもらえない」、「パワハラを受けて悩んで

いる」などの労働に関するさまざまな悩み事に、労働相談所職員がアドバイスをします。予約者優先です。なお、秘密は固く守られます。

■日時／9月19日(火)午後0時15分～3時30分

■会場／市役所1階101会議室

■相談無料

■予約・問い合わせ／新潟県労働相談所 ☎025-281-6110



生活安全

クマに注意してください！

秋はツキノワグマが食料を求め、活発に活動する時期です。クマを目撃したり痕跡を発見したりした場合は、市役所へ連絡してください。

▽収穫の予定がない柿の実や栗などは、早めに処分する。

●クマに出会わないために

▽鈴やラジオなど音の出る物を携行し、人の存在を知らせる。

▽クマが活発に行動する早朝・夕方時間帯は特に注意する。

▽キノコ採りや農作業時は、絶えず周囲に気を配る。

●万一、クマに出会ったら

▽慌てず、騒がず、クマと向き合ったままゆっくり後退する。

▽クマは逃げるものを追いかけるので、走って逃げない。



7月14日～16日 二荒神社祭礼

4年ぶりのおまつりににぎわう境内



4年ぶりに二荒さまのおまつりが行われ、県指定民俗文化財の「巫女翁人形おどり」や市指定民俗文化財の「豊年獅子舞」が、二荒神社などで披露されました。来場者は、巫女翁の独特な動きや、獅子の衣装で一生懸命に踊る子どもたちの姿に見入っていました。

また、二荒神社境内に設置されたステージでは、バンド演奏や小千谷太鼓、三味線、ダンスなどが披露され、おまつりを盛り上げてくれました。境内には多数の露店が並び、来場者は4年ぶりの二荒さまのおまつりの雰囲気を楽しんでいました。



巫女翁奉納行列



巫女翁人形おどり



豊年獅子舞



和奏団「みんふうざ」



小千谷太鼓

7月14日・18日・20日
おもちゃ花火教室

花火で遊ぼう！



おもちゃ花火の正しい遊び方を普及・周知するために、小千谷市婦人防火クラブ連絡協議会と日本煙火協会の協力ののもと、おもちゃ花火教室が行われました。小千谷幼稚園、岩沢保育園、南保育園の園児約150人が参加し、花火の遊び方などをクイズを交えて楽しく学びました。また、婦人防火クラブ連絡協議会のみなさんのサポートを受けながら、園児一人ひとりが実際に手持ち花火を体験しました。



7月29日 新潟県女性財団地域セミナー

多様な視点で考える防災

にいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李仁鉄さんを講師にお招きし、「多様な視点から考える防災〜誰一人取り残さない地域を目指して〜」と題したセミナーを開催しました。近年多発する豪雨災害や、中越大地震、東日本大震災などの過去の災害の例をあげながら、災害時の適切な対応の説明を受け、「避難所でトラブルが発生した際の対応法」について、参加者が積極的な話し合いを行いました。



8月5日 心の健康講演会

ひきこもりを減らすために

筑波大学教授の齋藤環さんを講師にお招きし、「人はなぜひきこもるのか」と題した講演会が開催されました。約140人が参加し、ひきこもりを解決するために大切なことや、対話をするときに気を付けることなどを聴講しました。講演会の最後には、参加者からたくさん質問が齋藤さんに寄せられていました。



119番の通報例を紹介します！

【火災編】は
市ホームページに掲載中！



救急車（消防車）が出動するためにはいろいろな情報が必要です。素早い出動、適切な活動のために、ご協力をお願いします。

■問い合わせ／消防本部総務課通信指令係 ☎81-0119

【救急編】



はい。119番小千谷消防署です。
火事ですか？救急ですか？

救急車をお願いします。

※この時点で出動準備を始めます。



救急車を向かわせる場所を教えてください。

場所は、小千谷市城内3丁目1番9号
消防太郎宅です。

場所を確認しました。救急車は出動しました。
どなたが、どのような状態か教えてください。

おじいちゃんが家の中で転んで足を痛がって
います。立ち上がることができません。

このように、電話中も同時進行で救急車は現場に向かっています。電話はすぐに切らず、落ち着いて消防職員の質問にお答えください。聞いた内容は、すぐに現場に向かっている救急隊員に伝えられ、適切な処置や病院選定につながります。

●このようなこともお聞きします

- ▷ 出血しているか
- ▷ 他に痛いところはないか
- ▷ かったことのある病気、病院
- ▷ 通報している方の名前・電話番号
- ▷ その他、消防が必要とする情報など



小栗山の小千谷闘牛場で牛の角突きお盆場所が開催され、約600人が来場しました。この日は17番の取組が行われ、猛暑の強い日差しの中でしたが、暑さに負けない力強い取組を見せてくれました。目の前で繰り広げられる牛の闘いの迫力や、暴れる牛を押さえ込む勇敢な勢子の姿などに、会場からは終始歓声や拍手が送られました。



8月13日 牛の角突きお盆場所 暑さに負けない熱い闘い



8月7日 認知症予防と介護の市民講座
「認知症の人と家族の会」新潟県支部代表の金子裕美子さんを講師にお招きした講演会が行われ、107人が来場しました。金子さんは、自身の経験をもとに、認知症の人との接し方や在宅介護を続けるうえでの工夫などを話されました。また、「認知症になることは悪いことではない。認知症になって多くの能力を失っても、自分は自分であることに変わりはありません。」と来場者へ語りかけていました。



認知症の人にやさしいまちに

● 問い合わせ／福祉課高齢福祉係
☎ 83・3517

● 令和5年6月成立
「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」

● オレンジカフェ ※事前にお問い合わせください。
オレンジカフェは、認知症の人や家族、地域の方など誰もが参加できる集いの場です。市内では次の4つのオレンジカフェが開催されています。

名称	開催日	会場	電話番号
オレンジカフェ みゆき	第1日曜日	元中子公会堂	☎ 82・0800
オレンジカフェ ほのぼの	第2日曜日	地域のお茶の間 城内	☎ 81・4010
オレンジカフェ さくら	第3日曜日	片貝総合センター 1階	☎ 83・1706
モス・オレンジ カフェ	第4日曜日 (桜町)	モス・コアラ ダイホーム	☎ 86・7072

目的

認知症の人が尊厳を保持し、希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的に推進する

認知症の人を含めた国民一人ひとりがその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら、共生する活力ある社会（共生社会）を実現する

● 笑和会傾聴ボランティア

認知症高齢者見守り隊講座を受講したボランティアがご家庭に訪問し、ご本人や介護者のお話をお聞きします。たくさんのお話を聞くことで、少しでもご本人や介護者の心の安定につながるよう活動しています。もの忘れが気になり出したら、気軽にご利用ください。

- 内容／1か月におおむね1〜2回、1回あたり30分〜1時間、ボランティア2人で訪問
- 利用無料
- 申込／社会福祉協議会ボランティアセンター（サンラックおぢや内） ☎ 83・2340



▽ カフェではご本人や介護者が、困りごとや希望などについてじっくりと相談することができます。カフェのようにお茶を飲みながら、楽しく交流してみませんか。

▽ オレンジは認知症を応援する色で、オレンジカフェではオレンジ色の花を咲かせています。

▽ 9月21日の世界アルツハイマーデーに合わせて、9月15日(金)〜21日(木)に市役所庁舎をオレンジ色にライトアップします。また、図書館の特集本コーナーで認知症に関する本を紹介しています。



認知症は、自分や家族など誰でもなりうる病気です。将来、自分が認知症になったときのことを想像し、どんな接し方をしてほしいのか考えてみましょう。

今回は、「認知症の人の笑顔のために」活動している団体の取組などを紹介します。

認知症かな？

と思ったときは

地域包括支援センター
にご相談ください。

☎ 83-0807



手話をやってみよう!

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。
■問い合わせ／福祉課障がい福祉係 ☎83-3517

「夏・暑い」



うちわであおぐように、手をグーにして動かします。

「スイカ」



切ったスイカを両手で持つ形を作り、左右に動かします。



「熱中症に」



額の前で握った手を開き、太陽の光を表します。



手をグーにして、額をトントンとたたきます。

「気を付けて」



両手を胸の前で握り、上下に重ねます。



は「救急の日」

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

9月3日～9日は「救急医療週間」

近年、軽い症状でも休日や夜間に病院の救急外来を受診する方が増え、重症患者への対応が遅れてしまうことがあります。救急医療機関の適切な受診のため、次のことを心がけましょう。

①「かかりつけ医」を持ちましょう

かかりつけ医なら、ふだんの体調や家族の様子、病歴なども知ったうえで診察ができます。

②できるだけ昼間の診療時間内に受診しましょう

昼間の診療時間内は、医師や医療スタッフがそろっているため、検査や投薬などをスムーズに受けることができます。

③休日夜間急患センターなどを利用しましょう

休日や夜間の急な発病の際は、休日・平日夜間救急診療機関などを利用してください。(詳細は広報おぢや8月号参照)

なお、入院や手術が必要な場合には、二次救急医療機関(救急医療を実施している地域の中核的な病院)・三次救急医療機関(救命救急センターなど)と連携して診療します。

AI救急相談アプリをご活用ください

新潟県では、スマートフォンから24時間無料で「AI救急相談アプリ」が利用できます。
※通信料は利用者負担です。

●アプリの内容

- ▷急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診の必要性について、LINEからチャット形式で気軽に相談ができます。
 - ▷5段階で緊急度を判定し、家庭での対応ポイントを表示します。
 - ▷医療機関や各種電話相談窓口の検索もできます。
- ※相談結果は、検査や医師の診断によるものではありません。「医療機関を受診するか」「救急車を呼ぶか」の目安にしてください。

●アプリの利用方法

- ▷下記二次元コードから、LINEの「AI救急相談アプリ」を『友だち追加』します。
- ▷トークから「AI救急相談アプリ」を開いて、症状を入力します。

＼ ご利用はLINEで友だち追加するだけ! /



救急医療の
受診に係る
不安の解消に

いつでも
どこでも
相談できる

ダウンロード不要
LINEで簡単に
使用可能

AEDの使い方、知っていますか?

AED(自動体外式除細動器)は、心臓が停止した傷病者に電気ショックを与え、心臓の動きを正確なリズムに戻すことにより命を救う医療器具です。AEDの使い方など、応急手当の講習会は日本赤十字社新潟県支部や消防署が行っています。



9月是新潟県自殺対策推進月間

あなたにも守れる命があります

■申込・問い合わせ／健康・子育て応援課
健康増進係 ☎ 83・3640

自殺の多くは追い込まれた末の死であり、さまざまな悩みを抱えて孤立していたり、うつ病や心の病気を抱えていたりすることがわかっています。小千谷市の自殺者は7割以上が男性で、年代別にみると30歳～50歳代の働き盛り世代と65歳以上の高齢者に多い傾向があります。

周りの人の様子がいつもと違ったら

- ①「どうしたの?」「よかったら話してみて」などと声をかける。
- ②話を聴くときは、心配していることを伝え、相手の考えを否定せずに傾聴する。
- ③話を聴いたら「大変だったね」と相手の気持ちに共感する。
- ④専門家が対応する相談窓口があることを伝え、相談を促す。

心の健康と悩みをいつでも相談できる
24時間の無料相談窓口

●新潟県こころの相談ダイヤル
☎ 0570・783・025

●新潟いのちの電話
☎ 39・4343



ひとりで悩まずに話をしよう「コスモス会」

うつ病のほか統合失調症などの精神障がいや発達障がいにより、心の不調や生きづらさを抱えている人が多くいます。その家族もまた、病気や症状の受け止め方、本人との関わり方に悩みを抱えています。コスモス会（精神障害者家族会）は家族に限らず、知人や関心のある人など、どなたでも気軽に参加できます。

■活動内容／悩みや対応方法の語り合いや学習会、精神障がいの理解のための啓発活動など

※コスモス会について知りたい方、参加したい方は健康・子育て応援課までお問い合わせください。

ゲートキーパー講座

ゲートキーパーとは「生きる人を支援する人」です。大切な人のSOSの気づきと関わり方を学んでみませんか。

- 日時／9月27日(水)午後1時30分～3時30分
- 会場／サンラックおぢや3階大ホール
- 内容／悩みを抱えた人への声のかけ方や話の聴き方について
- 講師／水瀬希さん(NPO法人日本ゲートキーパー協会認定講師)
- 定員／50人
- 受講無料
- 申込方法／9月20日(水)までに電話または下記二次元コードからお申し込みください。



音声版の広報おぢやを配布しています

ボランティアサークル「小千谷市音声訳の会」では、視覚障害のある方や高齢で広報誌を読むことが難しい方などへ広報おぢやを音声版にして配布しています。ご希望の方は小千谷市音声訳の会（会長：中山）☎77-6747（☎兼用）または企画政策課までご連絡ください。

また、市ホームページでも広報おぢやの音声訳を配信しています。必要に応じてご利用ください。

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507



△広報おぢやの音声訳はこちら

情報を正確に、聞き取りやすい発声で伝える工夫をしています。



△「小千谷市音声訳の会」のみなさん

よし太くん と一緒に

糖尿病を予防しよう！

毎年9月は健康増進普及月間です。自分の健康について考えるきっかけにしましょう。

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

糖尿病を予防して、
いつまでも健康で
元気でいよう！



◎健康増進普及月間統一標語
1に運動 2に食事
しっかりと禁煙 最後にクスリ
健康寿命の延伸

糖尿病とは？

ブドウ糖を分解して血糖値を下げるホルモンの不足や作用の低下により、血液中のブドウ糖が慢性的に多くなる病気です。ブドウ糖は生きるために必要なエネルギーになるものですが、多すぎると血管を傷つけてしまいます。

糖尿病は進行するまで自覚症状が出づらいことが特徴です。血糖値が高い状態が長期間続くと、知らず知らずのうちに全身にさまざまな合併症が起こりやすくなります。

糖尿病の代表的な慢性合併症『し・め・じ』

し：「神経」

糖尿病性神経障害

▷神経の動きに異常が起き、足のしびれや感覚が鈍くなるなどの症状が出ます。



め：「目」

糖尿病性網膜症

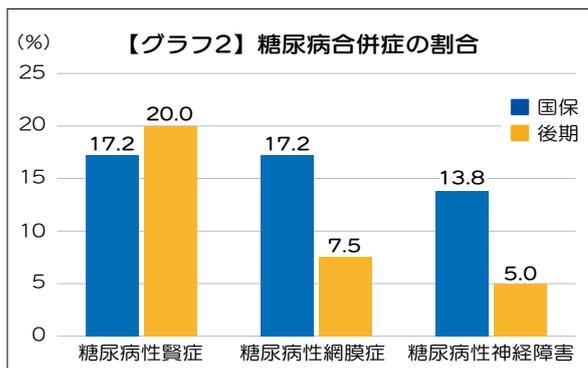
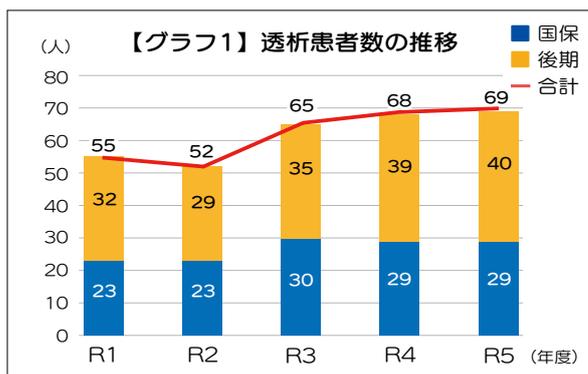
▷網膜の血管が傷つき、病状が進行すると眼底出血や網膜はく離などで失明する場合もあります。



じ：「腎臓」

糖尿病性腎症

▷血糖値が高い状態が続くことで、腎臓の血管が傷ついてしまいます。その結果、老廃物のみを正しく過できず、体に余分な水分や老廃物が溜まってしまいます。



※国保：40歳～74歳の国民健康保険加入者
後期：75歳以上の後期高齢者医療保険加入者
※グラフ出典：新潟県国保連合会 KDBシステム (令和5年4月診療分)

小千谷市は人工透析患者が増えている!?

人工透析とは、機能が低下した腎臓の代わりに体内の老廃物や毒素などをろ過する治療です。血液透析と腹膜透析の2種類があり、一般的な血液透析では、週3回、1回4時間程度の治療を受ける必要があります。

小千谷市の国民健康保険と後期高齢者医療保険加入者のうち、人工透析治療を受けている人の人数は令和3年度から増加しています。【グラフ1】年代別で見ると、65歳以上が全体の85%を占めています。小千谷市の人工透析患者のうち上記3種類の合併症がある人の割合は、糖尿病性腎症が最も多い状況でした。【グラフ2】

糖尿病や合併症を予防するために

定期的に健診や医療機関を受診しましょう。血糖値や血圧などが高い状態が続くと合併症になりやすいため、それぞれのコントロールが大切です。

また、治療を中断すると病状が悪化することがあるため、自覚症状がなくても治療は継続しましょう。



フレイル予防のための 運動器科学講座が送る健康情報

フレイルは社会全体の病です。老若男女全ての市民の健康と幸せ無くして防げません。このコーナーでは、健康に役立つ情報を幅広くお届けします。

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

MCIって何だろう？

山下メンタルクリニック
院長 山下正廣さん



MCIとは軽度認知障害のことで、老化による「もの忘れ」と「認知症」の中間の状態をいいます。人間は記憶のかたまりであり、記憶障害は大きな問題です。厚生労働省では、MCIを「もの忘れはあるが日常生活は自立している状態」と定義しています。

記憶障害を判断するためのテスト

認知症のテストの中には記憶に関する次の2つの検査が含まれています。

①即時記憶

「これから言う3つの言葉を繰り返して言ってください。あとで聞きますのでよく覚えてください」と伝え、「梅・犬・車」など関連性のない言葉を繰り返して言ってもらいます。これは即時記憶（数十秒から1分程度の短い期間のみ残る記憶）の検査で認知症がかなり進んでも正答します。日常生活

活でも表面的な挨拶くらいはでき、さらに取り繕い（上手に相手に話を合わせ、忘れていたことを覚えていたように話す態度）もあると生活をともにしている家族でないと認知症に気づかないことがあります。

②近時記憶

即時記憶の検査後、「先ほど覚えてもらった3つの言葉を言ってください」と伝えまます。これは生活するうえで、最も大切な近時記憶（数分から数日間残る記憶）の検査です。多くの場合、この検査が認知症なのか、MCIなのか、正常なのかを判別するものさしになります。3つの言葉を、認知症の場合は「思い出せない」、MCIの場合は「ヒントで思い出せる」、正常の場合は「ヒントなしで思い出せる」となります。MCIは認知症の前段階と位置づけられますが、その後1年の経過をみると10人に1人は認知症に進行し、10人に3人は正常に戻ると言われています。

MCIが疑われたら

自宅でのんびりマイペースに生活するだけでなく、時には人と交わり周りのペースに自分を合わせ、頭や筋肉を使いましょう。また、生活にメリハリやアクセントをつけるなど、工夫しながら過ごしましょう。



図書館情報



9月の特集は
「癒しを求めて」

ストレス社会に生きる私たち。癒されたい、そんなあなたを読みたい本を用意しています。

■問い合わせ／図書館
☎82-2724



広瀬克也さん絵本ライブ & 大きな妖怪をみんなで描こう！



「妖怪横丁」、「妖怪遊園地」（絵本館）などユーモラスな妖怪絵本シリーズで人気の絵本作家、広瀬克也さんが小千谷にやってきます。

- 日時／9月23日(祝)午後1時30分～3時30分（開場：午後1時）
- 会場／市民会館4階大会議室
- 対象／幼児・児童とその保護者
- 内容／絵本の読み聞かせ、妖怪大型ぬりえ（数人ごとに分かれて作製）、絵本販売・サイン会
- 定員／先着50人
- 入場無料
- 持ち物／マジック、クレヨン、色鉛筆など
- 申込開始日時／9月1日(金)午前10時
- 申込・問い合わせ／図書館 ☎82-2724





検診日程

- ▷受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申込の取り消しをする方は、ご連絡ください。詳細は市ホームページでもご確認いただけます。
- ▷健（検）診の対象年齢は令和6年4月1日時点の年齢を基準としています。
- ▷市外へ転出した時点で小千谷市の健（検）診を受けられなくなります。
- ▷**当日、体調が悪い場合は受診できません。**ご家庭で必ず体温を測り体調を確認してください。詳しくは受診通知書に同封されている「体調に関する事項」をご確認ください。
- 申込・問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

●胸部レントゲン検査・特定健康診査日程

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
東小千谷地区、東山地区	9.20(水)	▷9:00～11:00 ▷13:00～15:00	東小千谷体育センター
	9.21(木)		
	9.22(金)		

- 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
 - ※小千谷市国民健康保険加入の40歳、50歳の方と、75歳以上の方は無料です。
 - ※40歳～74歳で社会保険などの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1,215円が必要です。
- その他の健診日程
 - レディス健診／女性を対象とした健診日です。
 - ▷日にち：11月15日(水)
 - ▷会場：総合体育館
 - ▷申込締切：11月7日(火)
 - ※申込人数によっては期限前に締め切ります。



●子宮頸がん検診・乳がん検診日程

○40歳以上：同日実施
○20歳～39歳：子宮頸がん検診のみ

月日	受付時間	会場	
9月	18(祝)を除く月・火・金曜日	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみの場合は、14:00～14:15です。	小千谷総合病院健診センター
	15(金)	13:15～13:40 ※乳がん検診のみ実施します。	
休日検診	10.29(日)	▷9:00～11:00 ▷13:00～15:00	あすえ～る

- 2年に一度の検診です。住民検診調査などで既に申込をされた方は、必ず個人通知が届いてから受診してください。新規に申込を希望される方はご連絡ください。小千谷総合病院を希望の方は、10月以降のご案内となります。
- 子宮頸がん検診
 - 対象／20歳以上で、令和4年度に市の子宮頸がん検診を受けていない女性
 - 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／40歳以上で、令和4年度に市の乳がん検診を受けていない女性
 - ※令和4年度に無料クーポン券を使用して受診した方は、令和5年度も申込できます。
 - 料金／▷40歳～49歳：1,400円▷50歳～69歳：1,000円※70歳以上の方は無料です。

新型コロナウイルス接種関連情報

令和5年秋開始接種

- 対象／初回接種（1・2回目）を終了した5歳以上のすべての方
- 開始時期／令和5年9月以降
- 使用するワクチン／オミクロン株XBB.1.5：1価ワクチン
- 接種無料
- ※詳細は国の方針が決まり次第、広報おぢやと市ホームページでお知らせします。
- ※今後の国の方針により、変更となる場合があります。
- 問い合わせ／健康・子育て応援課 ワクチン接種対策班 ☎83・3640

●胃がん・大腸がん検診日程

申込人数により受付時間が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
千谷川、城内、時水、桜町、山谷、両新田、藪川	9.5(水)	8:30～11:00	総合体育館
	9.6(木)		
	9.7(金)		
	9.8(土)		

- 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。



「順三郎の散歩道」 五

■問い合わせ／図書館 ☎82・2724

暑い夏も8月末になると、夜には虫の声が聞こえ、野山にはすすきが穂を出しはじめ、秋の気配を感じさせます。「秋きぬと 目にはさやかに見えねども 風の音にぞ 驚かれぬる」という平安時代の有名な歌がありますが、日本人には、季節のわずかなうつろいを、こんな風に思い浮かべる繊細な国民性があると思います。西洋文学専門の西脇先生もこの季節になると秋の気配を感じたのでしょうか。次の詩は詩集『旅人かへらず』の104番目に出てくる詩です。

八月の末にはもう
すすきの穂が山々に
銀髪をくしけづる
岩間から黄金にまがる
女郎花我が国土の道しるべ
故郷に旅人は急ぐ



△山本山から見た初秋の風景

詩集『Ambarvalia』を出した後、国内では次第に軍部が勢いを増し、敵性語とされていた英語を研究していた西脇先生は詩も書かず沈黙を続け、昭和19年には郷里の小千谷に疎開しました。故郷の野原を散歩しながら、詩集『旅人かへらず』の構想を練ったと言われています。まさに散歩の詩人を彷彿させる短詩168編からなる詩集です。戦争で破壊された日本人の心の原点を失わせたくない思いで書いたと言われ、清少納言の『枕草子』を思い浮かべながらつづつたとも言われています。すすきの穂を「銀髪をくしけづる」と表現したことで、ひととき、この詩を際立たせていると思います。また、この詩にも西脇先生が好きな「黄金」という言葉が出てきますね。

西脇先生の当時の日記に「8月29日朝散歩した。ツククサは相変わらず露の中に光っている。すすきは穂を出し始めた。」とあり、小千谷の初秋の風景がもたらした詩だと思えます。

(西脇順三郎を偲ぶ会会長 中村忠夫記)

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	9.13(水)	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、障害年金などに関する相談	○	長岡年金事務所お客様相談室 ☎88-0006 ※自動音声案内後☞☞☞を押してください。
	9.27(水)					
もの忘れ心配相談室	9.14(木)	10:00~12:00 13:30~15:00	市役所	もの忘れに関する相談、簡単なもの忘れのテスト	○	地域包括支援センター ☎83-0807
	行政相談	9.12(水) 9.26(水)	10:00~12:00	イオン小千谷店 東山住民センター	行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	-
無料法律相談	9.20(水)	13:30~16:30	市役所	弁護士による法律相談	○	
消費生活相談	月~金曜日	9:00~16:00	市役所	商品やサービス、契約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	サンラックおざや	アルコール問題の解決に向け、断酒を継続する場	-	健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640
シルバー人材センター入会説明会	9.20(水)	10:00~11:45		センターの概要と入会手続きの説明	-	シルバー人材センター ☎82-6550
ひきこもる人の家族のつどい	9.17(日)	13:30~15:30	荻野代表宅 (東栄1-5-6)	ひきこもりの状態が続いている方の家族が集い、相談や交流ができる場 ▷参加費：1回300円	-	健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640
オレンジカフェ	9. 3(日)	13:00~15:00	元中子公会堂 ☎82-0880	健康倶楽部中子の森		認知症の方や家族などの交流と相談ができる場 ▷参加費：1回100円 ▷事前にお問い合わせください。
	9.10(日)	13:00~15:00	地域のお茶の間城内 ☎81-4010			
	9.17(日)	14:00~15:00	片貝総合センター ☎83-1786	特養おざやさくら		
	9.24(日)	13:30~14:30	モス・コーラデイホーム (桜町) ☎86-7072			

三二情報

日 日時・期日
 場 会場・場所
 対 対象
 内 内容
 講 講師
 定 定員

¥ 料金など
 持 持ち物
 他 その他
 申 申込
 問 問い合わせ

コスモスフェスタ

日 9月24日(日)午前11時〜午後2時
 場 信濃川河川公園(旭橋東詰堤防) 内 野菜・果物・新米の販売など
 問 信濃川河川公園管理組合 ☎82・5734



小千谷 うまいもの市2023

小千谷のうまいものが集結! 抽選会やステージイベントの開催も予定しています。今後の詳細は、小千谷商工会議所ホームページにて随時発信していきます。

日 10月1日(日)午前10時〜午後3時
 場 総合体育館コミュニティプラザ
 問 小千谷商工会議所 ☎81-1300



小千谷商工会議所ホームページはこちら

第8回 日本酒でブラブラ 小千谷は(っ)酒

日 10月6日(金)午後5時〜内市の飲食店でお酒とお料理をセットにした限定メニューを楽しめる「はしご酒」イベント ¥3000円(3枚綴り) 問 チケットは9月19日(火)から小千谷商工会議所、サンプラザ、樋口織工藝社、高留商店で販売。チケット1枚利用に付き、後日使用できるほろ酔い券(1000円)を贈呈
 問 日本酒ルネッサンス倶楽部 ☎83・2121

道路除雪機械のオペレータ(運転手)が不足しています

建設業協会では、冬期間に小千谷市内の建設会社で道路除雪を行う除雪機械の運転手・作業員を募集しています。詳細はお

問い合わせください。
 問 新潟県建設業協会小千谷支部 ☎83・3432



信濃川の樹木などの採取希望者を公募します

伐採木の状態/ヤナギ・オニグルミ・ハリエンジュなどの樹種が混在する場合あり)
 ■ 採取場所/小千谷市高梨付近、長岡市李崎・蓮湯付近、魚沼市四日町付近の4か所
 ■ 採取時期/12月17日(日)
 ■ 採取時間/午前8時〜午後4時
 ■ 応募資格/個人・企業・団体など、どなたでも応募可能です。
 ■ 応募受付期間/10月31日(火)
 ■ 応募方法/応募用紙に必要事項を記入して郵送、ファクス、メール、持参のいずれかで応募ください。

※詳細は、信濃川河川事務所のホームページ(☎http://www.hrr.mlit.go.jp/shinano/office/bassai/)をご覧ください。
 ■ 申込・問い合わせ/北陸地方整備局信濃川河川事務所管理課(担当: 廣川・阿部(英)) ☎940-0098 長岡市信濃1-5-30 ☎32・3259 FAX 34・9040 hrr-334901@mlit.go.jp



2023 ハートフルフェスタ スポーツ・アートでつながろう!

「アートでつながろう」

障がいのあるなしに関わらず、アートを通じて楽しむイベントを開催します。詳細は福祉課、市民会館、総合体育館、勤労青少年ホーム、楽集館に設置の開催要項をご覧ください。

■ 申込・問い合わせ/ハートフルフェスタ実行委員会(実行委員: 山田和美) ☎090-2984-2094

●アートde教室

講師の先生に教えてもらいながら、粘土でアート作りを楽しみましょう。制作した作品は、ハートフルアートフェスタに出品することもできます。

日 9月18日(祝)
 ▷ 午前の部: 午前9時30分〜11時30分
 ▷ 午後の部: 午後1時30分〜3時30分
 場 楽集館1階創作活動室
 定員 各部8人
 参加無料
 申込締切/9月14日(木)



●ハートフルアートフェスタ作品募集

こだわりの作品・宝物を、その作品にまつわるストーリーとともに募集します。

日 程
 ▷ 搬入日: 11月6日(月)午後3時30分〜6時30分
 ▷ 展示: 11月10日(金)〜12日(日)午前9時〜午後5時まで(最終日は午後4時まで) ※総合文化展と同日開催です。
 ▷ 搬出日: 11月12日(日)午後4時〜6時
 場 市民会館3階
 応募規定
 ▷ 個人作品またはグループ作品(ただし出品数は2点以内)
 ▷ 作品サイズ: 縦1m×横1m×高さ1m以内、重さ30kg以内
 出品無料



10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/10月2日(月)
- 申込/9月15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/条件の詳細はお問い合わせください。
- その他/入居申込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：小千谷市が運営する公営住宅です。



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)	3	20,000 ~39,300円	4階建・3DK
市営栄町団地住宅 2・3号棟(栄町)	3	16,900 ~33,700円	4階建・3DK
市営日吉団地住宅 (日吉2)	1	19,600 ~38,400円	3階建・2LDK
市営木津のぞみ団地 住宅1号棟(木津団地)	1	18,700 ~36,700円	4階建・1LDK
市営木津のぞみ団地 住宅2号棟(木津団地)	1	25,500 ~50,200円	2階建・2DK
市営千谷のぞみ団地 住宅(千谷)	1	19,600 ~38,400円	4階建・2DK

●特定公共賃貸住宅：ファミリーに最適なお部屋で、市外にお住まいの方もお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)	2	46,000円	3階建・3LDK

●県営住宅：新潟県が運営する公営住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
県営元中子住宅 1・2号棟(元中子)	2	15,600 ~31,100円	5階建・3DK
県営旭町住宅2号棟 (旭町)	1	17,800 ~35,000円	4階建・3DK

みんなでお祝い

おぢやファミリー

(7月届出分)

ご結婚・ご誕生おめでとうございます！
幸せな新生活と健やかに育つおぢやっ子をお祝いします。

※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

- ♡ 佐藤東さん (千谷川1)
- ♡ 大矢直美さん (千谷川1)
- ♡ 高橋亮さん (一之町一区)
- ♡ 井口あゆみさん (千谷川4)

☆ご誕生

- 彩菘さん (吉田剛さん：旭町)
- みかさん (堀沢和政さん：木津町)
- 凛さん (武藤碧生さん：東栄1)
- 彩波さん (関駿汰さん：細島)
- 結依さん (行方新さん：土川2)
- 沙羅さん (諸橋飛馬さん：東栄3)
- 蒼生さん (和田拓巳さん：三仏生)
- 沙奈さん (新保浩和さん：千谷)
- 優空さん (藤田裕和さん：三仏生)

■問い合わせ/市民生活課
市民係 ☎83-3509



宝くじ助成金で 集会場の備品を整備しました

(一財)自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、地域社会の健全な発展と住民の福祉向上を目的にさまざまなコミュニティ活動を支援しています。

平成町内会は助成を受けて、集会場の机や椅子を整備しました。

■問い合わせ/にぎわい交流課交流推進係
☎83-3512



今月のキッズフォト



△二荒神社祭礼にて
田中 洸太郎くん (3歳5か月)



今月の「#おぢフォト」

「#おぢフォト」を付けてInstagramに投稿された画像の中から1枚を紹介します。



↑小千谷市広報
Instagramを
チェック!

▷投稿者：hiro.kidさん ▷撮影場所：西吉谷
▷弁財天の鳥居とロードバイク



作ってみてね! この料理

ヘルシーでおいしい!

～おからのブラウニー～

<材料> (4人分)

A	薄力粉	40g
	純ココア	15g
	砂糖	75g
くるみ	75g	
板チョコ	1枚 (50g)	
バター	75g	
おから	100g	
卵	2個	

<作り方>

- ①Aをポリ袋に入れ、よく振って混ぜる。
- ②くるみ、板チョコは粗く刻む。
- ③バターは湯煎で溶かす。
- ④ボールにおから、卵、①、②を入れホイッパーで混ぜたら、③を入れてよく混ぜる。(やわらかめのクッキー生地状になる)
- ⑤オーブンを180℃の予熱で温めておく。天板にオーブンシートを敷き、④の生地を入れ平らに広げ、180℃のオーブンで20分焼く。
- ⑥冷めてから、好みの大きさに切り分ける。



おからと言えば煮物などの惣菜が定番ですが、味にクセがないため焼き菓子とも相性がぴったりです。食物繊維やカルシウムが豊富に含まれており、ヘルシーでありながら、満足感のあるスイーツです。おからが入ることで、冷めても硬くなくしっとりとした食感でいただけます。



<栄養価> (1人分)

▷エネルギー：139kcal	▷炭水化物：10.7g
▷たんぱく質：2.5g	▷食物繊維：1.6g
▷脂質：9.8g	

<調理> 小千谷市食生活改善推進委員

<問い合わせ>

健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

まちのうごき
(7月未現在)



人口 () 内は前月比	
男	16,492人 (-26人)
女	16,855人 (-14人)
合計	33,347人 (-40人)

世帯数 () 内は前月比	
世帯数	12,913世帯 (-5世帯)

異動 (7月届出分)			
出生	14人	転入	55人
死亡	46人	転出	63人

広報クイズ & 感想

正解者の中から抽選でプレゼントをお送りします

- 応募方法 / 郵便番号、住所、氏名と①クイズの答え、②広報誌へのご意見・ご感想を必ず記入してご応募ください。
- 応募先 / ①947-8501 企画政策課秘書広報係 (住所は記載不要) plan-kh@city.ojiya.niigata.jp ②83-2789、専用フォーム (右の二次元コード)
- 応募締切 / 9月15日(金) (はがきの場合は、当日消印有効)
- 当選発表 / 発送をもってかえさせていただきます。



今月のプレゼント (6人)
『モリオンコーヒー商品券
500円分』



店頭で使える商品券です。
焙煎したての新鮮な珈琲豆をお試しください♪

モリオンコーヒー
(Morion Coffee Roastery)
城内1-10-20 ☎070-9012-6553

プレゼントを提供いただけるお店を募集しています。
詳細は企画政策課 ☎83-3507まで。

問題 片貝まつりで「真昼の三尺玉」が打ち上がるのは、9月10日(日)の何時？

① 正午 ② 午後1時 ③ 午後2時

8月号のクイズの答えは、② 60周年でした。




小千谷市の SNS をチェック！

小千谷市では、SNSを活用して情報発信を行っています。右の二次元コードからそれぞれご覧いただけます。



広報おぢやを
スマホでチェック！

「マチイロ」アプリをダウンロードすると、スマホで「広報おぢや」がチェックできます。



△ios

△Android



有料広告掲載欄

組合員の皆様へ 虹のホールおぢや会員特典

① 祭壇 (ホール葬・自宅葬) ... 10%引	⑦ 喪中ハガキ ... 無料
② 花環 ... 10%引	⑧ 寒中見舞い ... 無料
③ 引出物 ... 10%引 (一部除く)	⑨ 法要祭壇 ... 10%引・壇花サービス
④ 生花 ... 5%引	⑩ 会葬礼状 (オリジナルは除く)
⑤ 新盆 ... 仏花サービス	⑪ 会葬礼状 (オリジナルは除く) ... 100枚までサービス
⑥ 香典返し ... 30%引 (一部除く)	⑫ 宿泊アメニティ ... 3名分サービス

虹のホール会員 = JAの組合員 (正組合員 准組合員) です！

虹のホール おぢや ☎0120-83-3907

葬儀事前相談承ります。

わからないことがありましたらご相談ください。

■ 千の風・つばさクラブ加入等、各種お問合せは
ホームページできました <http://kaneoto.info>

▲ ベル少額短期保険株式会社 募集代理店

カネオト セントラルホール翼

創業明治2年
新潟県小千谷市本町2丁目6番18号
TEL 82-2421 FAX 82-2420
フリーダイヤル 0120-49-8071

OPEN HOUSE 常設展示場 さくらの家

高性能住宅公開中
心地良い快適な空間をぜひ体感して下さい

予約制

郷 建築事務所 一級建築士事務所
小千谷市平沢2-23-19 TEL 0258-82-1134

広告募集中

広報おぢや・市ホームページでは広告を募集しています。広報おぢやの広告掲載料は、この大きさ (縦45.5mm × 横82mm) で1枠1回20,000円です。詳しくはお問い合わせください。

■ お問い合わせ / 企画政策課秘書広報係 ☎83-3507

編集室
だより

今年も夏らしいさまざまなイベントがありました。これまでマスクの下に隠れていたみなさんの笑顔がカメラに収めることができ嬉しいです。まだまだ暑い夏は続きます！そして食欲の秋へ。