

新春特集

「へぎそば」文化庁100年フード認定
麺で、小千谷をもっと元気に！（2～7ページ）



●今月の主な内容

市民生活課窓口が発券機を設置しました……………9

令和5年度予算 上半期の執行状況……………12～13



新春特集

文化庁では日本の多様な食文化の継承・振興への機運を醸成するため、地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化を、100年続く食文化「100年フード」と名付けています。



「へぎそば」文化庁100年フード認定



令和5年3月に小千谷の「へぎそば」が文化庁の100年フードに認定されました。このことを記念して、市内のへぎそば屋・ラーメン屋のみなさんと宮崎市長から、小千谷の魅力的な食文化「麺」について語っていただきました。

●新春座談会 参加「^{メン}麺」バー



暁天・勝龍（細貝食品）
菊池恵子さん

朝は工場でラーメンの仕込みを行い、昼からは暁天で調理や接客を担当。三人兄妹で、ふたりの兄は「暁天」「勝龍」の店主。



小千谷市
宮崎悦男市長

令和4年11月に小千谷市長に就任し1年が経過。より輝くおぢやを目指して「市民総参加」のまちづくりに奮闘中。



麺や ようか
覚張加世子さん

店舗で接客や店主である夫のアシスタントを担当している。小千谷市出身で、結婚を機に東京都からUターン。



小千谷そば 和田
和田美香さん

店舗で調理や接客を担当している。長岡市（旧小国町）出身で、店主である夫との結婚を機に小千谷市へ。



市長 小千谷の「へぎそば」が文化

庁の100年フードに認定されました。食文化は有力な地域ブランドの一つであり、まちの魅力向上や観光客を呼び込む観光資源として、地域の活性化につながっています。そこで、この機会に市内のへぎそば屋さん・ラーメン屋さん、小千谷の魅力的な食文化「麺」について語り合いたいと思います、今回は、店主であるご家族を常にサポートし、お店を支えているみなさんにお集まりいただきました。よろしくお願いします。

和田・寛張・菊池 よろしくお願ひします！

市長 私自身へぎそばもラーメンも大好きで、この機会を大変うれしく思っています。余談ですが、菊池さんのお兄さんが新しいお店（暁天）を出すことになったとき、お店の名前やメニューの相談を受けて、同級生みんなで我が家に集まってアイデアを出し合いました。

菊池 その節はお世話になりました。
市長 お店の名前「大勝龍」！すぐ却下されましたが…。

和田・寛張・菊池（笑）
菊池 初めて聞きました（笑）

市長 麺やようかさんはお店の名前が夫婦お二人の名前なんですよ。寛張 いい名前が思いつかなくて。「ようすけ」と「かよこ」で「ようか」です。



和田 すてきですね。

市長 和田そばさんの店主は穏やかな方ですよ。

和田 私が元気いっぱい、夫は真逆なんです。それでバランスが取れているんだと思います。

市長 和田そばさんは手打ちだった乾麺だったり、本当にいろいろなことを勉強されていますよね。

和田 夫は休みなしで働いているので、家に帰ってきたときはゆっくり休める環境を作りたいと思っています。休みの日はお互いにやりたいことをして自由に過ごしています。

へぎそばの魅力と歴史

市長 ご夫婦で協力して小千谷で長くへぎそば屋を営んでおり、ふだんからへぎそばのすぐ近くにいる和田さんから見て、その魅力はどんなところにあると思いますか？

和田 へぎそばの最大の特徴はつなぎに布海苔という海藻を使用していることです。つるつるとして、コシ



がある食感がおいしくなっていると思います。へぎという器にきれいに盛りれたあの独特な形も、食べに来られた方は「わぁ」と声をあげて喜ぶので、そこも魅力だと思っています。

市長 小千谷では、昔からお祝い事などのさまざまな行事でへぎそばをいただきますよね。

和田 そうですね。お盆など、帰省のときにはたくさんのお客さんが、「小千谷に帰ってきたから食べたい」「思い出の味だから食べたい」と来てくださったり、観光客の方も寄ってくださったりします。思い出の味でもあるし、広く好まれる味なんだと思います。



△小千谷そば 和田 和田亮一さん、美香さん

市長 へぎそばには200年以上の歴史があるとか。「小千谷縮」とのつながりもあるんですよ。

和田 つなぎに布海苔を使うようになったのは、小千谷縮の糊付けに布海苔が使われていたことが起源となっています。知らない方も多いんじゃないかな。100年フード認定を通して、へぎそばが小千谷の文化と深くつながっていることをみなさんに知っていただけたら嬉しいです。



——へぎそば×ラーメン

市長 小千谷ではへぎそばとラーメンのコラボレーションイベント「おぢや麵フェス」が毎年開催されており、5回目となった今回も盛況のうちに幕を閉じましたね。毎年工夫を凝らし、市民のみなさんだけではなく、市外の方も楽しめるイベントとしてまちを盛り上げてくださいました。麵やようかさんも第1回から参加されていますが、今回の麵フェスはいかがでしたか？

寛張 今回は市内の高校生とコラボレーションして、雪をイメージしたラーメンを考案しました。高校生のアイデアをなるべく壊さないように表現するのが難しく、私たちもつと技術を磨きたいなって、刺激をもらいました。

市長 高校生のイメージを見事に表現した素晴らしいラーメンだったと思います。かまくらや雪だるまをじやがいもと大根おろしで演出するのは大変だったのではないのでしょうか。

△麵や ようか麵フェス限定「雪国おぢやのかまくらラーメン」

寛張 そうですね。でも楽しかったです。ちなみに雪だるまの顔はスタッフさんにかわいくしてもらっています。



△暁天の人気メニュー「角煮坦々麵」

——「麵」でまちを元気に

市長 小千谷はラーメン激戦区といわれるほど多くのラーメン屋が立ち並び、暁天・勝龍さんも小千谷の人気ラーメン屋の一つとして、市内だけではなく、市外からのお客さんも大変多くいらっしゃいます。みなさんの「ラーメン」でまちが元気になっていることをどのように感じていますか？

菊池 まちを元気にとか、ふだんはそんなに大きなことは考えていなくて、ただひたすらおいしいラーメンを作って、一人ひとりのお客さんの顔を見て、最高の一杯をお出しすることで精一杯です。「ちよっと疲れる」と言いながら来たお客さんが、うちでラーメンを食べた後、元気になって帰る姿を見て「そんなふうに思ってくれているんだ」くらいな感じですよ（笑）。そういうことは肌で感じています。



△勝龍のみなさん、お決まりのポーズ！

市長 暁天・勝龍さんは「いらっしやいませ」とか、掛け声もすごく元気ですよ。菊池さんはラーメンの味付けや商品開発にも深く携わっているとお聞きしました。

菊池 父が作り上げてきたものをさらに良くするために、いろいろと手を加えています。父には「もっとおいしくできる」とか、たまに面倒なことも言われますが、いつも教えてくれるのは父です。新しい味もそうですけど、父のこだわりを崩さない、その基本は忠実に守りながら、あとは兄たちがどのように表現して、お客さんに提供するかですね。

市長 細貝食品さんとして軸がしっかりしているんですね。お兄さんたちからもお父さんへのリスペクトを感じます。

菊池 みなさんご存じだと思いますが、本当に変わっている兄たちなので（笑）。でもそこは譲らないでくれていると思っています。

——日々のやりがい

市長 みなさんは日頃、どのような思いでお店に立たれていますか？やりがいや感じていることを教えてください。

寛張 お客さんから「おいしい」「ありがとう」などの言葉をかけてもらえたときは本当にうれしいです。常にきれいな一杯をお出しできるように心がけています。



△麵や ようかの看板メニュー「塩そば」

和田 お客さんが喜んでくださるのが私も一番うれしいですね。お客さんに来てよかったと思ってもらえるように、一人ひとりに心を込めておいしい一杯を作っています。

菊池 お客さんにおいしく食べてもらいたい、その思いはみんな一緒だと思います。それは工場ががんばっているスタッフも一緒に、仲間たちがあつてこそ一杯を、お客さんに

間違いないお届けする責任感を持つてお店に立っています。お客さんがおいしそうに食べている姿を見ると「またがんばろう」って気持ちになれます。

市長 みなさん共通ですね。私たち市民のみなさんからの感謝の言葉が励みになっています。

——「麺」をもっと大きく

市長 最後に、みなさんの新年の抱負を教えてください。

菊池 うーん…。お店だけじゃなくて、遠くの方にも元気なラーメンを届けられるような、そんなことができたらいいなと思います。

市長・和田・覚張 おお！

菊池 ちょっと待ってください、「できたらいいな」ですよ（笑）。でも新しいことには挑戦したいですね。

覚張 私たちも、市民のみなさんだけでなく、県外の方がうちのラーメンを目的に小千谷まで足を運んでくれるような、そんなラーメン屋を目指して日々がんばりたいです。

市長 味は間違いなくおいしいからね。和田さんいかがですか？

和田 抱負ではないかもしれませんが、このままお店を続けていけたらいいなと思っています。夫は、新しいメニューとか、いろいろと考えていることがあるみたいです。できる範囲の中で、夫のやりたいことを実

現できるようサポートしていきたいです。

市長 私は「挑戦を応援するまちおぢや」を目指して市長に就任し、1年が経ちました。業種の垣根を越えて、みんなと一緒にいろいろなことに挑戦したいと思っています。

みなさん、最後に何か言い残したことはありませんか？

菊池 とにかく、兄たちには元気でまだまだ働いてもらって感じて（笑）。肉体労働なので、健康に気を付けてほしいってことです。

市長 やっぱ、女性陣が支えているってことがよくわかりました！

和田 …。そうかもしれません。今日、実感しちゃいました（笑）

市長 みなさんのお店は小千谷にとって本当に大切な役割を担っているのだいており、小千谷市民のソウルフードです。小千谷市民を元気にしてください。みなさんに感謝を申し上げるとともに、今後のますますのご活躍を期待しています。これから一緒にがんばっていきましょう！本日はありがとうございました。



△山本山高原のそば畑

おぢや麺フェス 終

12月11日に幕を閉じた「おぢや麺フェス2023」で応援団長を務めたNGT48の北村優羽さんが宮崎市長を訪問し、活動を振り返りました。

——麺フェス応援団長として

これまで市民の一人として麺フェスを楽しんで私が、応援団長として麺フェスを盛り上げることができるなんて思っていませんでした。私の宣伝をきっかけに、遠くから小千谷まで足を運んで麺フェス限定メニューを食べてくれたり、小千谷の観光スポットに寄ってくれたりする方がたくさんいて、すごくうれしかったです。

——おぢやの魅力をもっとたくさんの人に知ってほしい

応援団長としての活動を通して、あらためて小千谷っていいまちだなって思いました。人が温かくて、自然が豊かで、食べ物のおいしいお店がたくさんあって、小千谷がもっと大好きになりました！これからもSNSなどで小千谷をたくさん発信して、より多くの方に小千谷の魅力を知ってもらいたいです。



NGT48
北村 優羽さん (19歳)

小千谷市出身。2022年に行われたNGT48第3期生オーディションに合格。愛称はゆーは。



元祖小千谷そば 角屋 ☎83-2234

みなさんのおかげで100年フードに認定されました。これからも地域の食文化として小千谷市民に愛されるへぎそばであり続けたいと思っています。雪国越後が生んだ素朴な味わい、「小千谷そば」をお楽しみください。



住 桜町4992

営 ▷11:00～14:30ラストオーダー
▷16:30～19:30ラストオーダー

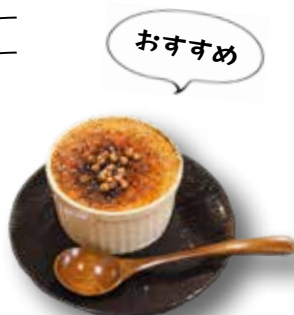
※都合により変更となる場合あり

休 不定休

※ホームページをご確認ください。

数量限定！イチカラ畑のそば茶を使用したこだわりのクリームブリュレ。
食後のデザートにどうぞ♪

▷手作りそばブリュレ



蕎麦割烹 まるいち ☎86-3037

国産そば粉の一番粉と布海苔だけでつないだコシが強く歯切れのよいへぎそばを、のどかな田舎風景とともにお楽しみください。季節の旬の食材や、わかち産の魚沼コシヒカリを楽しめるセットメニューもご用意しています。



住 真人町乙794-1

営 ▷11:00～14:00
▷17:00～20:00

※火曜日は昼営業のみ

休 水曜日

おすすめ

旬菜を使った料理と天ぷら・へぎそばのセットメニュー。
こだわりの小鉢は店主が腕を振るってご用意します！



△新潟三昧（そば・天ぷら・旬菜2品・漬物・デザート付き）

小千谷そば 和田 ☎83-3283

へぎそばのほか、布海苔の入っていない手うちの十割そばもございます。地産地消にこだわり、山本山で育った小千谷産のそば粉をはじめ、地元の食材を多く使用しています。小千谷の季節の味をお楽しみください。



住 東栄1-2-2

営 11:00～（材料がなくなり次第終了）

休 不定休

おすすめ

数量限定！こだわりの手うち十割そばと人気の天ぷらをセットでどうぞ！

▷手うち舞茸天ざるそば



へぎそばが、
食べたい。

家族や友人と小千谷のおいしいへぎそばを食べに出かけませんか。

市内のへぎそば屋さんに、へぎそばへの思いや市民のみなさんへ伝えたいこと、おすすめメニューをお聞きしました。へぎそばはもちろん、お店ごとの多様なメニューをお楽しみください。



住 住所
営 営業時間
休 定休日
※各店舗、不定休・年末年始休業あり

わたや本店

☎82-2258

へぎそばの200年にわたる歴史と伝統を大切に、小千谷市民が誇る食文化をみなさんとともに育んでいきたいと思っています。へぎそば特有のつるつるとしたのどごしと、しなやかなコシの強さをお楽しみください。

おすすめ

冬季限定！ぶるぶる^{かき}牡蠣とそばの相性は抜群！
そばとご飯のセットは本店限定



△牡蠣ご飯と牡蠣そばのセット

住 本町2-3-34

営 ▷平日／11:00～14:30ラストオーダー

▷土・日曜日、祝日／11:00～19:30ラストオーダー

休 月曜日（不定期）

わたや平沢店

☎83-0588

おすすめ

そば粉とそば茶を煮出して作った自家製のソフトクリーム。
そばソフト、そばクッキー、そば寒天など、そばづくしの「そばソフトパフェ」は平沢店限定！



△そばソフトパフェ（左）
そばソフト（右）



住 平沢1-8-5

営 ▷平日

▶11:00～

15:00ラストオーダー

▶17:00～

20:00ラストオーダー

▷土・日曜日、祝日

▶11:00～

20:00ラストオーダー

休 木曜日（不定期）

逸品館

☎83-4800

年末年始にご自宅を手軽にへぎそばを楽しみませんか。サンプラザ2階の逸品館では、小千谷でつくられた乾麺のへぎそばを多数販売しています。お土産にもおすすめです。



住 城内1-8-25（サンプラザ2階）

営 9:00～17:00

※1月2日(火)・3日(水)は10:00～16:00

休 12月29日(金)～1月1日(祝)

須坂屋

☎82-3295

たまにはゆっくりと、家族や友人と大きなへぎに盛られたそばを囲みませんか。とにかくおいしいそばを食べてほしい、おいしさに自信をもってお出します。地元のへぎそばをみなさん食べにいらしてください。

住 小栗田1721-1

営 11:00～夕方

休 火曜日、第3日曜日

おすすめ

名物へぎそば！1人前は、5個盛り・7個盛りもございます。
サクサクの天ぷらもおすすめ！



△へぎそば1人前（10個盛り）、天ぷら

選挙管理委員が選ばれました

選挙管理委員の任期満了に伴い、12月4日の市議会第4回定例会において、選挙管理委員4人と補充員4人が選ばれました。その後開催された選挙管理委員会において、委員の互選により、委員長に勝又武さん、委員長職務代理者に小野塚朋子さんが就任しました。

委員と補充員の任期はいずれも4年間で、令和9年12月9日までです。

選挙管理委員



勝又武さん
(東栄3)



田中隆治さん
(若栃)



小野塚朋子さん
(一之町一区)



風間文子さん
(桜町(中))

補充員

- ▽新保賢さん(千谷)
- ▽丸山君子さん(城内1)
- ▽金子克之さん(東栄2)
- ▽関みどりさん(塩殿)

問い合わせ／選挙管理委員会 ☎83・3506



市外でがんばる学生に小千谷産品をお届け！

第2回「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。

■対象／市内出身者で、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・高等学校など）

※今回から高校生も対象になりました。

■申込方法／下記二次元コードからお申し込みください。第1回（10月13日発送済）に申込のあった学生には、別途ご案内します。

■申込期間／12月26日(火)～1月15日(月)

■お届け品／米・食品などの小千谷産品

■発送時期／2月上旬（予定）

■問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83-3556

◆第1回を受け取った学生からのメッセージ

開けた瞬間から
小千谷を感じることが
できました！



離れていてもまた
小千谷の味を楽しむことができ
とても嬉しいです！



見たことのなかった
商品も入っていて、
小千谷の新たな魅力を知
ることにもつながりました。



第48回

おぢや風船一揆

■開催日／2月24日(土)・25日(日)

■会場

▷西中会場：日本海カップクロスカントリー選手権

▷平沢会場：各種イベント

■行事内容

▷西中会場：「日本海カップクロスカントリー選手権」

▶タスクⅠ：24日(土)午前8時開始予定

▶タスクⅡ：24日(土)午後2時開始予定

▶タスクⅢ：25日(日)午前8時開始予定

▷平沢会場：各種イベント（予定）

▶熱気球試乗体験（事前予約制）

※予約は、市ホームページと観光協会ホームページで1月4日(木)午前8時30分から開始します。

なお、定員を超えた場合は抽選を行います。

▶うまいもの広場

▶雪上イベント

▶グローバルンフェスティバル（24日(土)のみ）

■その他

▷行事内容・駐車場などの詳細は、2月10日(土)に全戸配布するプログラムをご確認ください。

▷今後の積雪状況や天候によっては、中止または行事内容や会場が変更となる場合があります。

■問い合わせ／おぢや風船一揆実行委員会（事務局：小千谷観光協会）

☎83-3512



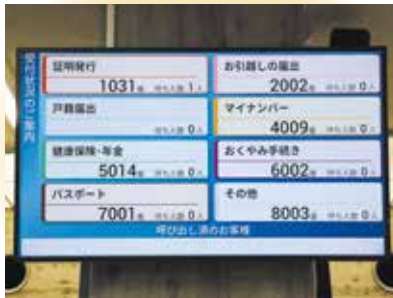
△詳細はこちら



市民生活課窓口に発券機を設置しました

■問い合わせ／市民生活課市民係 ☎83-3509

◆設置したことによって…



ホールに設置しているモニターから、現在の待ち人数や呼出し番号が確認できます。



リアルタイムで混雑状況を確認できます。窓口の混雑時に車や近くの店舗で順番を待つ際などにご活用ください。



アナウンスと同時にカウンターに番号が表示されるため、呼ばれたことが一目で分かります。

◆市民生活課にお越しの方は…

はじめに発券機から番号券をお取りください。発券機は、市役所2階の市民生活課カウンター脇に設置されています。手続きの内容によっては順番が前後する場合があります。



◆混雑状況の確認方法

番号券に記載された二次元コードまたは市ホームページから見るができます。現在の待ち人数や呼出し番号などが確認できます。



△市ホームページトップページ

「意見をお寄せください」 (パブリックコメント)

下記の計画(案)について、市民のみ
なさんから意見を募集します。

■募集対象／▽市内に住所がある方▽市
内に事務所や事業所がある個人または法
人、その他の団体▽市内にある事務所や
事業所に勤務する方▽市内にある学校に
在学する方▽このほか、計画などに具体
的な利害関係がある方

■計画(案) 閲覧・入手場所／▽市役所
市民ホール▽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▽市民会館▽図書館▽総合体
育館▽勤労青少年ホーム▽あすえる▽
楽集館

※このほか、市ホームページからも「覧
いただけます」。

■提出書類／閲覧・入手場所に備え付け
の用紙または任意様式により、住所、氏
名(法人、その他の団体は所在地、名称、
代表者氏名)、電話番号を明記し、提出し
てください。メールの場合は、件名を「パ
ブリックコメント」としてください。匿名
や電話による意見は受け付けません。

■意見の公表／個人情報
を除き、提出された意見
の概要と意見に対する市
の考え方を市ホームペー
ジで公表します。



●小千谷市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画(案)

高齢者が健やかに安心して暮らせる社会を実現するため、高齢者福祉施策と介護保険事業の方向性を示すとともに、その安定的運営を図るため策定しました。

■募集期間／1月19日(金)

■提出方法／▽持参・福祉課、計画(案) 閲覧・入手場所
▽郵送：〒947-8501 福祉課(住所は記載不要) ▽

☎83・4160 ▽fukushi@city.ojiya.niigata.jp

■問い合わせ／福祉課 ☎83・3517



●第4期小千谷市健康増進計画・第4期小千谷市食育推進計画・ 第3期小千谷市歯科保健計画(案)

健康増進法や食育基本法、新潟県歯科保健推進条例に基
づき、市民のみなさんが健康づくりを实践できる取組を推
進していくため策定しました。

■募集期間／1月19日(金)

■提出方法／▽持参・計画(案) 閲覧・入手場所▽郵送：〒947-00
28 城内4-1-38 健康・子育て応援課健康増進係 ▽☎82・8964 ▽Mail

kenko-kz@city.ojiya.niigata.jp

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83・3640



●小千谷市ひと・まち・文化共創拠点ホントカ。管理運営計画(案)

令和6年9月オープン予定の「ホントカ。」の運営方針・
事業計画・施設・設備・開館時間・規則・各種サービス・
運営体制について「管理運営計画(案)」を策定しました。

■募集期間／1月4日(木)～31日(水)

■提出方法／▽応募専用フォーム：下記二次元コード▽持参・計画(案)
閲覧・入手場所▽郵送：〒947-0031 土川1-3-7 にぎわい交流

課複合施設開設準備室 ▽☎82・8915 ▽fukushi@city.ojiya.niigata.jp

■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・2
724



／ 空き家対策はお早めに！ ／

空き家対策ガイドブックを作成しました

危険な空き家の発生を未然に防ぐため、空き家に関するお悩
みを1冊にまとめた「小千谷市空き家対策ガイドブック」を作
成しました。空き家を所有している方だけでなく、今後、所有するかもしれ
ない方にもぜひご覧いただきたい1冊です。

近年、全国的に空き家が増加傾向にあり、管理が行われずに放置される空
き家が大きな問題になっています。当市においても、市民のみなさんからの
空き家に関する相談、通報が多く寄せられています。空き家は個人の財産で
あり、空き家の適切な管理は所有者や管理者の責任です。本ガイドブックを
参考に、ご親族で自宅や実家の今後について話し合ってみませんか。

■配布場所／市役所市民ホール・防災安全課、分庁舎など

※市ホームページでも公開しています。

■問い合わせ／防災安全課 ☎83-3515



＝ ホントカ。の本当のこと ～施設紹介③～ ＝

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

「賑わい・交流・憩いの創出」を目的に整備を進めている図書館等複合施設について、全5回シリーズで紹介します。

今回は、**施設の正面入口から近い2つのアンカーと屋内広場**を紹介します。

（子アンカー・知アンカー）

「^ち知」アンカー

床から天井まで本棚で囲まれた2階建ての空間です。名誉市民西脇順三郎ゆかりの資料や絵画が展示されており、多様な情報との出会いを通じて、知を深めることができます。また、2階に設けられたカウンター席は、読書や学習などにもご利用いただけます。



1階平面図



屋内広場

子どもたちが天候を気にせず、一年中体を動かして遊ぶことができます。天井から吊るされたネット遊具、すべり台やクライミングウォールのように遊べる起伏のある床面、洞窟のような空間があり、工夫次第でいろいろな遊び方ができます。



完成が
ますます楽しみに
なってきたモオ～！



「^こ子」アンカー

乳幼児向けの絵本や紙芝居、おもちゃなどがあり、子どもが靴を脱いで楽しむことができる空間です。授乳室、オムツ交換台、子ども用トイレなどもあり、安心して親子の時間を過ごすことができます。また、イベント時には保育ルームとして利用可能です。

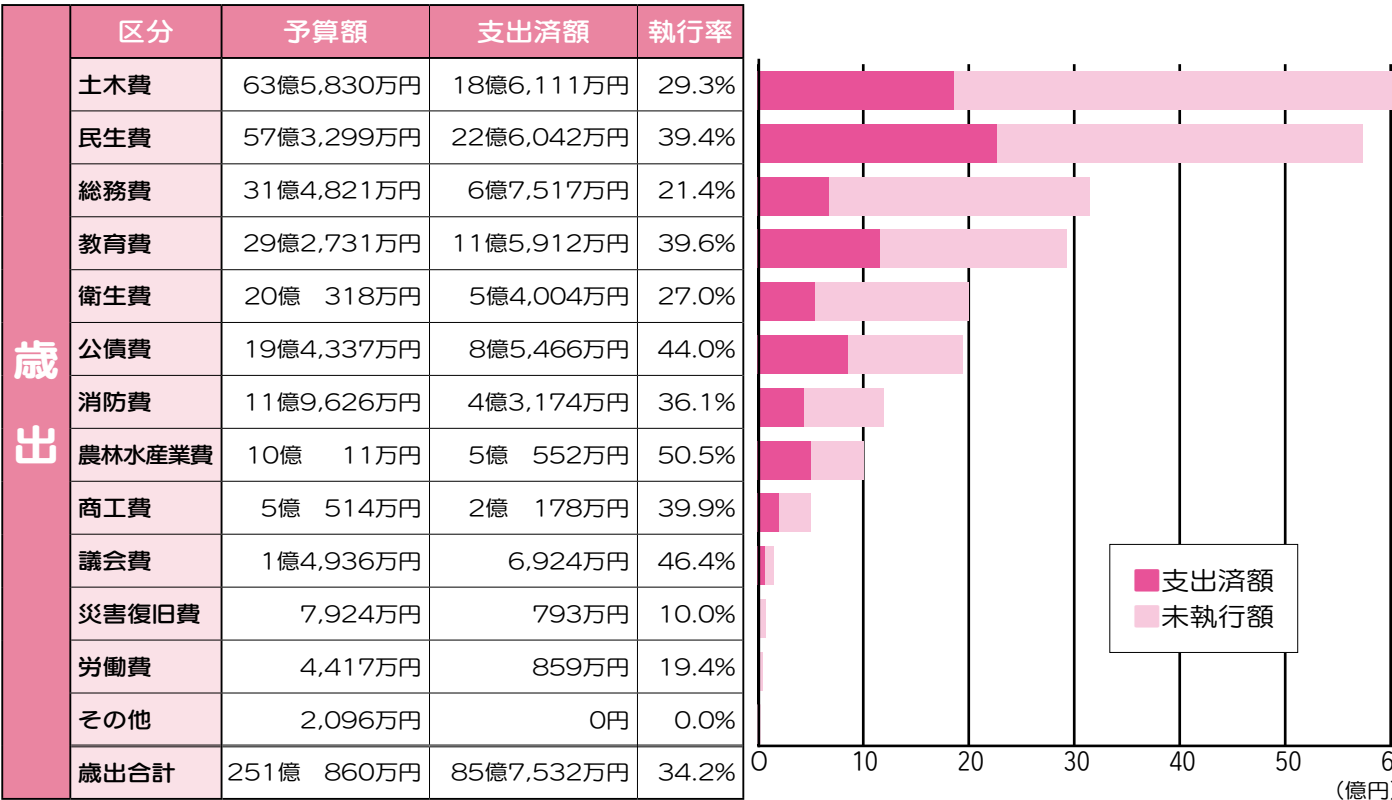
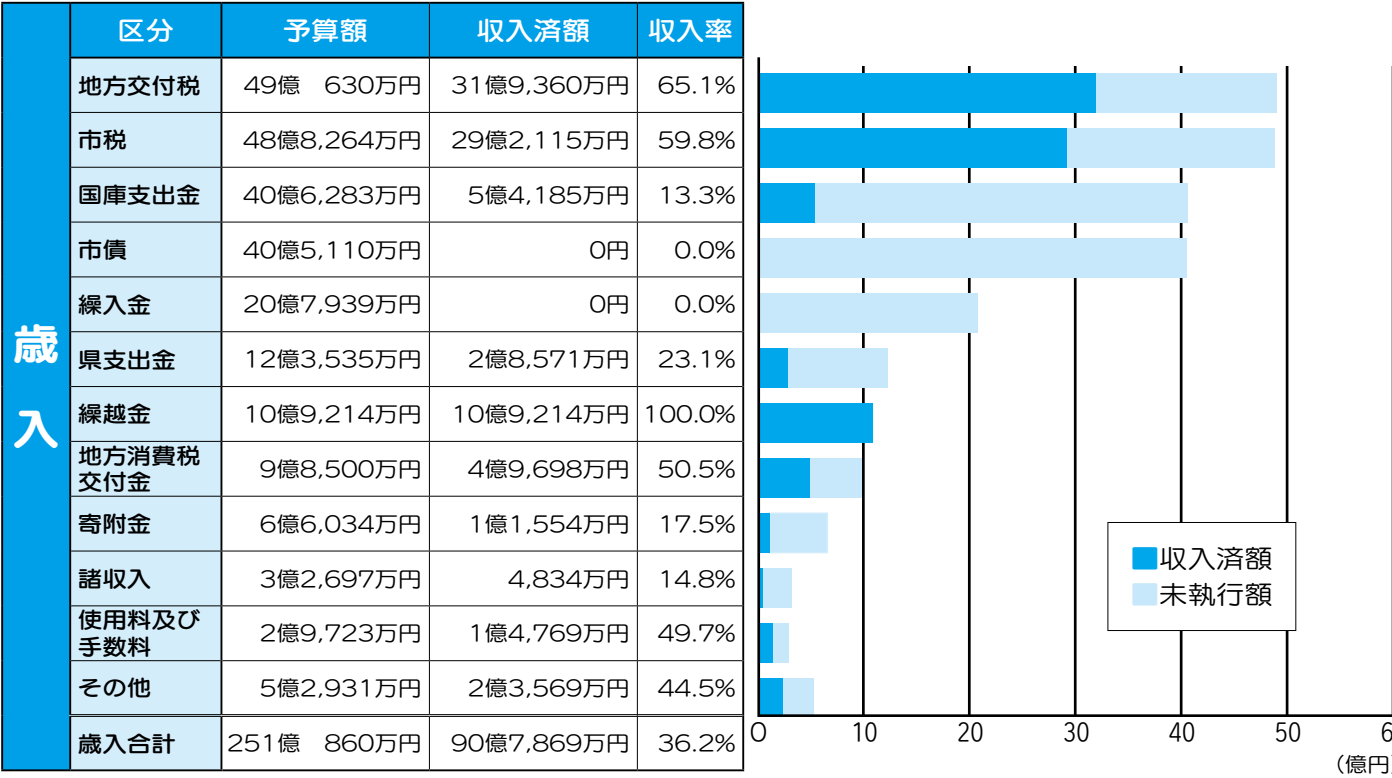


上半期の執行状況

市の令和5年度予算の上半期（4月～9月）の執行状況についてお知らせします。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、気軽にお問い合わせください。

■問い合わせ／企画政策課財政係 ☎83-3507

一般会計予算執行状況（繰越事業分を含む）



予算の執行状況

一般会計予算は、当初222億3,000万円で、その後11億3,034万円を増額補正し、令和4年度からの繰越事業費17億4,826万円と合わせて、9月末で251億860万円となっています。

○主な繰越事業

- ▷不燃ごみ処理施設設備機器修繕事業 …… 1,397万円
- ▷特別支援学校施設整備事業 …………… 1億9,000万円

○補正予算に計上した主な事業

- ▷価格高騰緊急支援給付金事業 ……… 1億2,450万円
- ▷図書館等複合施設整備事業 …………… 2億3,500万円

歳入予算は、全体で90億7,869万円が収入され、予算に対する収入率は36.2%となっています。そのうち、市税の収入は29億2,115万円で、収入率は59.8%となっています。

歳出予算は、全体で85億7,532万円が支出され、予算に対する執行率は34.2%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
の残高、特別会計、企業会計の予算執行状況
は、右表・下表をご覧ください。

企業会計予算執行状況（繰越事業分を含む）

区分	収入予算額	9月末 収入済額	収入 割合	支出予算額	9月末 支出済額	支出 割合	企業債残高
ガス事業	33億 268万円	8億8,842万円	26.9%	35億1,563万円	7億5,803万円	21.6%	0円
水道事業	12億2,770万円	3億4,090万円	27.8%	17億8,929万円	3億5,541万円	19.9%	43億9,384万円
工業用水道事業	2億2,550万円	7,539万円	33.4%	5億1,649万円	3,652万円	7.1%	3,881万円
下水道事業	18億4,959万円	5億9,362万円	32.1%	23億4,913万円	4億7,389万円	20.2%	68億9,608万円

市債と一時借入金の残高

会計名	市債残高
一般会計	141億7,306万円

※一時借入金：借入実績なし



特別会計予算執行状況（繰越事業なし）

特別会計名	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険特別会計	30億4,885万円	12億4,719万円	40.9%	12億7,016万円	41.7%
介護保険特別会計	42億2,652万円	21億5,734万円	51.0%	14億8,587万円	35.2%
後期高齢者医療特別会計	8億8,642万円	4億9,620万円	56.0%	3億8,158万円	43.0%
工業団地事業特別会計	50万円	13万円	26.0%	0円	0.0%

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。

■市債

事業を行うために必要なお金を借り入れるもの。

■国庫支出金・県支出金

国や県から交付されるお金で、使い道が決められているもの。

■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もの。

■使用料及び手数料

特定のサービスに係る経費を受益者から徴収するもの。

【歳出】

■公債費

市債の元金の返済や利子の支払い。



お知らせ

子育て支援

子育てイベント

- 会場／わんパーク
- 相談・参加無料
- 受付開始日／1月4日(木)
- 申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564 (平日、午前9時～午後5時)

歯みがき相談

お子さんの歯に関することで相談したいことはありませんか。歯科衛生士が個別に相談をお受けします。



- 日時／1月25日(木)午前10時～11時35分
- 対象／0歳児～未就学児
- 定員／先着4人

発達への気になる

お子さんの相談会

呼んでも振り向かない、極端な偏食、話を聞かずに走り回るなど、お子さんの発達で相談し

たいことはありませんか。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お受けします。



- 日時／2月1日(木)午前9時45分～11時25分
- 対象／0歳児～未就学児
- 定員／先着親子3組

豆まき(こい)

みんなでオニのお面を作って、豆まきごっこを楽しみましょう。

- 日時／2月2日(金)
- ▽1部／午前9時45分～10時30分
- ▽2部／午前10時45分～11時30分
- 定員／各部先着15組
- その他／プレイルームは通常通り遊べます。



にっこりひなまつり

写真撮影やおひなさま制作をして、みんなで一緒にひなまつりを楽しみましょう。

- 日時／2月15日(木)・16日(金)
- ▽1部「にっこりポーズひなまつり」…午前9時15分～10時30分
- ▽2部「作ってにっこりひなまつり」…午前10時45分～正午
- 定員／両日各部ともに先着15組(申込はどちらか1回)
- その他／プレイルームは両日も通常通り遊べます。



令和5年度
乳幼児健康診査日程
はこちらから



産前産後期間の
国民健康保険税を免除します

子育て世帯の負担軽減の観点から、国民健康保険の被保険者が出産する際に、産前産後期間の保険税を免除する制度が創設されました。免除には申請が必要です。



- 対象／令和5年11月1日以降に出産または出産予定の国民健康保険被保険者

- 免除期間／出産予定月または出産月の前月から4か月間

- ※多胎出産の場合は、出産月の3か月前から6か月間
- 免除額／出産される方の免除期間分に該当する国民健康保険税均等割・所得割

- 申請方法／税務課市民税係窓口で申請してください。
- 申請に必要なもの

- ▽母子健康手帳

- ▽マイナンバーカード

- 国民年金／右記の期間、国民年金保険料が免除になります。市民生活課国保年金係窓口で申請してください。免除された期間も保険料を納付したものととして将来の年金受給額に反映されます。

- 問い合わせ

- ▽国民健康保険税に関すること…税務課市民税係 ☎83・3508

- ▽国民年金に関すること…市民生活課国保年金係 ☎83・3516



消防出初式

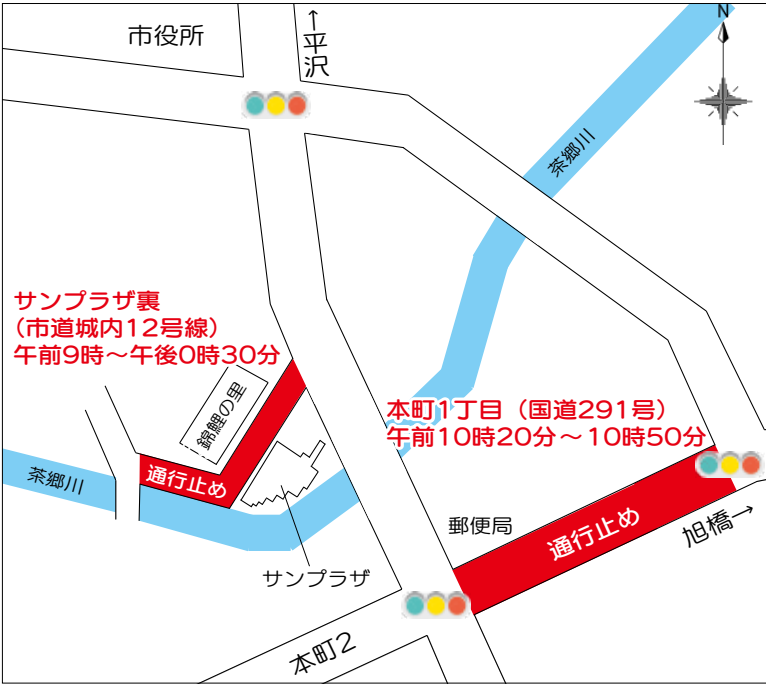
新春恒例の「消防出初式」を行います。
消防団員の勇姿をぜひご覧ください。

■開催日／1月7日(日)

■時間・内容

- ▷午前10時35分：1年の無火災を祈願して、市内全域でサイレンを鳴らします。
- ▷午前10時35分～：消防車両・消防団員分列行進（本町1）
- ▷午前11時～：一斉放水（サンプラザ裏）

■交通規制



■問い合わせ／消防本部警防課 ☎83-0237

善意に感謝

(敬称略)

■私の地元応援募金による寄附として

▽明治安田生命保険相互会社…
76万500円、サウンドアー
チ1台



催し

在宅医療介護「市民講演会」

人生の終わりまで、あなたはどのように過ごしたいですか。もしもの時のために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、「想い」の伝え方を学んでみませんか。

どなたでも参加できます。



■日時／1月17日(水)午後1時30分～3時15分（開場：午後1時）
■会場／市民会館大ホール
■内容

▽講演…もしもの時のACP「人生会議」～わたしの想いを伝えよう～



▽事例報告

▼在宅での看取り（小千谷訪問看護ステーションひまわり）
▼施設での看取り（特別養護老人ホーム小栗田の里）

講座

デザインセミナー

■日時／1月21日(日)午前11時～午後3時

■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／地元カフェのメニュー制作を題材に、デザイン制作を学びます。

■講師／大野祥哉さん

■特別ゲスト／橋本実樹さん（やまもとやまCafe本）

■定員／10人

※応募多数の場合は抽選です。
■参加無料



△申込はこちら

■講師／根本忠さん（小千谷市魚沼市医師会会長）

■定員／200人

■聴講無料

■申込方法／電話または左記二次元コードからお申し込みください。

■申込締切／1月11日(木)

■申込・問い合わせ／福祉課高齢福祉係 ☎83・3517

チキンの香草皮パリステキ教室

■日時／2月27日(火)午後6時30分～8時30分

■会場／勤労青少年ホーム

■内容／チキンステーキと自家製タルタルソース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／2月20日(火)

■申込・問い合わせ／勤労青少年ホーム ☎82・8510（午前9時～午後9時）



勤労青少年ホーム講座受講生募集

■持ち物／パソコン
■その他／お昼休憩があります。昼食は各自でご用意ください。
■申込方法／下記二次元コードからお申し込みください。
■申込締切／1月15日(月)



■問い合わせ／テレワークステーションおぢや ☎86・4731

添削で上達！
短歌・俳句通信講座

短歌と俳句の添削希望作品を募集します。講師の指導を受けて、レベルアップを目指しませんか。初心者の方も大歓迎です。

■対象／市内在住または在勤・在学の方

■部門・規定

▽短歌…1人2首以内

▽俳句…1人2句以内

※どちらの部門にも応募できます。

■講師

▽短歌…久保田智栄子さん（コスモス短歌会）

▽俳句…青麗俳句会（文芸おぢや俳句部門選者の高田正子さん主宰）

■定数／各部門とも先着50作品

■応募方法／いずれも部門ごとに応募してください。

▽郵送…はがきに部門名、作品住所（返送先）、氏名、フリガナ、年齢、電話番号、通勤・通学先（市外在住の方のみ）を記入し郵送してください。

▽宛先…〒947-0005 旭町13-8 勤労青少年ホーム



▽専用応募フォーム…下記二次元コードから応募してください。必要事項を入力し、応募

様式を添付してください。
※応募様式は市ホームページからダウンロードできます。

■注意事項

▽講師が添削した作品のコピーは3月中旬頃に返送します。

▽応募作品のはがき原稿は返却しません。

▽新作未発表作品とします。

▽仮名遣いは、新旧どちらを使用したのか明記してください。

▽作品は、縦書き・楷書で正確に書いてください。

■応募期間／1月5日（金）～2月2日（金）（当日消印有効）

■問い合わせ／勤労青少年ホーム ☎82・8510（午前9時～午後9時）



△応募はこちら

スポーツ

「からだであそぼう！」
親子運動教室

■日時／1月23日・30日、2月6日・20日・27日、3月5日（いずれも火曜日、全6回）午前10時～11時

■会場／総合体育館第2武道場

■対象／2・3歳児のお子さんとその保護者
※祖父母とお孫さんの参加もできます。

■内容／ボール遊び、バランス運動、リズム遊びなど

■講師／市スポーツ推進委員

■定員／15組

■参加料／1組1200円

■保育ルーム／利用希望の方は1月17日（水）までにお申し込みください。（先着4人、子ども1人につき300円）

■申込方法

▽窓口申込…総合体育館またはわんパークの窓口にてお申し込みください。参加料は、初回の教室参加時にお支払いください。

▽インターネット申込…左記二次元コードからお申し込みください。参加料は、クレジットカード決済でお支払いください。

▽インターネット申込…左記二次元コードからお申し込みください。参加料は、クレジットカード決済でお支払いください。

■申込開始日／1月4日（木）

■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



△申込はこちら

第70回市民スキー大会

第70回市民スキー大会（クロスカントリースキー競技）の参加者を募集します。第59回小学校親善スキー大会（小千谷大会）と同日開催します。

■日時／2月3日（土）

▽開会式…午前8時30分～

▽競技開始…午前9時15分～

■会場／白山運動公園クロスカントリースキークース

■個人競技（男女別）／一般（男子は年齢により1部～3部、高校生、中学生、小学生（4～6年生は学年別））

■リレー競技／一般、一般混成中学生、小学生（男女別）、オープン（表彰対象外）

※補員のみ重複登録できます。

■参加資格

▽市内に在住または在勤・在学の方

▽市内スポーツ団体所属の小学生以上の方

■参加無料

■その他／積雪状況などによる開催の可否は、1月29日（月）に決定します。

■申込締切／1月16日（火）正午

■申込・問い合わせ／市民スキー大会事務局（総合体育館内） ☎83・0077



くらし

マイナンバーカード
受付窓口情報

■開設日時

▽1月9日・16日・23日・30日（毎週火曜日）～午後7時

※予約不要

▽1月14日（日）午前8時30分～正午、午後1時～5時

※要予約

■対応業務

▽マイナンバーカードの申請・受取

▽電子証明書の新規発行・更新

▽マイナンバーカードと電子証明書の暗証番号の変更・再設定

■設定

▽保険証・公金受取口座の登録支援

■持ち物／市ホームページをご覧ください。

■予約方法／1月14日（日）の窓口をご利用する場合は、1月12日（金）までに電話または窓口で予約してください。

■予約・問い合わせ／市民生活課 市民係 ☎83・3509



△詳細はこちら



「新潟ふるさとCM大賞」が放映されます

県内市町村が制作した地元愛にあふれるCM動画の中から「新潟ふるさとCM大賞」が決定しました。その審査会の模様がテレビ放映されます。小千谷市は職員有志でCMを制作し、応募しました。



■放送日時／1月2日(火)午後3時30分～4時30分

■放送局／UX新潟テレビ21

■番組名／新潟ふるさとCM大賞

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507



内容や結果はお伝え出来ませんが、CM撮影時の様子を少しだけお見せします

都市ガス料金の値引きを延長します

エネルギー価格高騰に対する国の負担緩和策に基づき、都市ガス料金の値引きを延長します。

■期間／令和6年4月検針分
■対象／小千谷市の都市ガスをご使用の全てのお客様
(申請不要)



■値引き額／使用量
×15円(税込)

▽値引き額の例：モデル世帯(ガス使用量46㎡/月)の1か月の値引き額
46㎡×15円＝690円(税込)

水質検査計画(案)を公開しています

令和6年度水質検査計画(案)を市ホームページで公開しています。ご意見などがありましたら、お知らせください。

■問い合わせ／ガス水道局施設課 供給係 ☎4116



■問い合わせ／ガス水道局業務課 お客さま係 ☎82・4115

申請はお済みですか？

移住支援金申請受付中です

東京23区内に在住または在勤していた方が小千谷市に移住した場合、移住支援金を支給します。一定の条件を満たす方であれば、どなたでも支給を受けることができます。

■問い合わせ／にぎわい交流課交流推進係 ☎83-3512

■移住支援金の額

▷単身の方：60万円

▷2人以上の世帯：100万円

※18歳未満の世帯員一人につき100万円を加算します。

■対象／次の1と2の要件を満たしている方

1 移住に関する要件：次の全てに該当する方

▶移住直前に1年以上、東京23区内に在住または在勤していた方

▶移住直前の10年間のうち、通算5年以上東京23区内に在住または在勤していた方

▶申請時において移住後1年以内である方

▶申請日から5年以上、継続して当市に居住する意思がある方



2 就業などに関する要件：次のいずれかに該当する方

▶新潟県マッチングサイト「新潟企業情報ナビ」に移住支援金の対象として掲載している求人に新規就業した方

▶移住元での業務を引き続きテレワークで行っている方

▶市が関係人口と認めた方

▶新潟県の事業による起業支援金の交付決定を受けた方

※詳しい要件は、市ホームページをご覧ください。

■申請受付期間／～2月29日(木)



◀「新潟企業情報ナビ」はこちら

▷市ホームページはこちら



生活安全

文化財防火訓練

毎年1月26日は文化財防火デーです。地域の大切な文化財を火災から守るため、文化財防火訓練を実施します。ぜひご見学ください。なお、当日は訓練のため、会場周辺で消防車のサイレンが鳴ります。

■日時／1月20日(土)午前10時30分～11時30分
■会場／魚沼神社(土川2)

■内容／消防署・消防団・自主防災会による放水訓練・消火器訓練など

■問い合わせ

▽消防本部予防課

☎83・0238

▽にぎわい交流課

複合施設開設準備室(図書館内)
☎82・2724

82・2724



さいの神は届け出を！

1月に各町内で行われる「さいの神」の行事は、大量の煙が

発生することから火災と間違えられやすいため、事前に消防本部へ届け出が必要です。

届出書は消防本部にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■問い合わせ／消防本部警防課

☎83・0237



ポケふたの除雪にご協力を！

ポケモンマンホール「ポケふた」が市内4か所に設置されています。ポケふたを雪などから守るため、市職員が定期的に巡回しますが、市民のみなさんからもご協力をお願いします。

■ご協力いただきたい内容

- ▷ポケふたが雪で隠れていたら、備え付けの除雪用具でやさしく除雪をお願いします。
- ▷ポケふたに傷や変色がありましたら、企画政策課へご連絡ください。

■ポケふた設置場所

- ▷JR小千谷駅前：錦鯉地下道植栽部分
- ▷市役所：錦鯉鑑賞池前
- ▷総合体育館：正面玄関前
- ▷錦鯉の里：駐車場

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507



ポケふたぬりえ配布中

市役所と総合体育館のポケふた設置場所で配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。



環境

家庭用生ごみ処理機器購入費補助制度

市では一般



- 家庭から排出される生ごみを減量するために、電動生ごみ処理機・たい肥化容器の購入費を補助しています。これらの処理機器で処理すると、生ごみを減らすことができます。これらを活用することができ、おいしい野菜を作ったり、きれいな草花を育てたりすることができ、補助金を申請される方は、購入前にお問い合わせください。
- 対象機種／生ごみを減量し、たい肥に変える生ごみ処理機器
- ▽電動生ごみ処理機・購入費用の½(100円未満切り捨て)で、上限3万円(1世帯1台まで)
- ▽たい肥化容器・購入費用の½(100円未満切り捨て)で、上限3000円(1世帯2台まで)
- 対象者／次の全ての要件に該当する方
- ▽市内に住所を有し、かつ居住している方

商工業

外国人材受入セミナー

在留資格制度や外国人材の採用・定着について、基本となる知識をお伝えします。

■日時／1月9日(火)午後3時～4時30分

■会場／サンプラザ3階大ホール

■講師／板垣綾さん(新潟県外国人材受入サポートセンター)

■参加無料

■申込締切／1月5日(金)

■申込・問い合わせ／小千谷商工会議所 ☎81・1300



- ▽市内に店舗を有する販売店から処理機器を購入する方
- ▽処理機器を居住場所に設置し、使用する方
- 申込・問い合わせ／環境共生課環境衛生係 ☎83・3566

入札参加資格審査申請を受け付けます

令和6年4月1日(月)以降に市が発注する建設工事、測量業務などの入札に参加を希望する方は、入札参加資格審査申請が必要です。

事前に建設業の許可や経営事項の審査を受けていることが原則ですが、小規模工事の入札などに限り参加を希望する場合は、これらを受けていなくても申請を受け付けます。

今回受付分からインターネットで電子申請ができるようになります。申請に必要な書類や主観点の内容については入札参加資格申請要領をご確認ください

- 受付期間／2月1日(木)～29日(木)
- 有効期間／令和6年4月1日～令和8年3月31日
※2年間有効です。
- 提出方法／電子申請、郵送または持参(郵送の場合は2月29日(木)必着)
- その他／申請要領や提出書類の様式は市ホームページからダウンロードできます。
- 提出・問い合わせ／企画政策課財政係 ☎ 83-3507



△詳細はこちら

起業相談会

小千谷市で起業を考えている方に対して、起業相談を受け付けます。興味がある方、事業計画や融資のお悩みを持っている方も気軽にお申し込みください。

■日時／1月19日、2月16日、3月15日(いずれも金曜日) 午後1時～8時

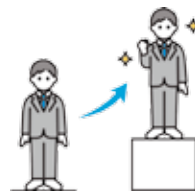
■会場／テレワークステーションおぢや

■対象／小千谷市で起業を考えている方

■相談員／金子正知さん(CTP長岡)

■参加無料

■申込・問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎ 83・3556



健康

新型コロナウイルスワクチン接種関連情報

12歳以上の方

■追加接種(3～7回目)／市内での集団接種は終了しました。今後は、医療機関や診療所での個別接種となります。

5歳～11歳の方

■共通事項

▽接種開始日…1月10日(水)
▽接種場所…にたはらこどもクリニック

▽使用ワクチン…ファイザー社小児用オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン

▽接種券…対象となる方へ順次送付しています。過去に送付された接種券をお持ちの方は、その接種券を使用できます。紛失した場合や転入した方は、接種券の発行に申請が必要です。



■追加接種(3～6回目)

▽対象…初回接種を完了した方
▽回数…1回

▽接種間隔…前回接種から3か月経過後

■初回接種(1～2回目)

▽回数…2回1セット
▽接種間隔…1回目接種から原則3週間以上

▽接種期間…3月31日(日)

※この期間に初回接種をすべて

※対応できない医療機関もあります。

■初回接種(1～2回目)／日時・会場が限られますが、引き続き予約を受け付けています。

その他

■注意事項

▽国の全額負担で接種できる期間は3月31日(日)までです。

▽ワクチン供給量や予約状況に応じて、終了時期が変更になる場合があります。

▽今後、国の方針により変更となる場合があります。

▽ご不明な点は、市ホームページをご覧ください。

■予約／小千谷市コロナワクチン予約センター ☎ 86・5266

■問い合わせ／健康・子育て応援課ワクチン接種対策班 ☎ 83・3640



△詳細はこちら

接種を希望される場合は、お早めに予約をお願いします。





11月18日 小千谷市民文芸のつどい

それぞれの思いを句にのせて

市民会館で俳句大会、短歌大会、記念講演会が行われました。記念講演会では、歌人の小島なおさんから講演をいただき、さまざまな年代の歌人の短歌を紹介しながら、わかりやすく解説していただきました。



11月22日～28日 「いのち・愛・人権」小千谷展

差別のない社会を目指して

「いのち・愛・人権」展は、あらゆる差別の実態を明らかにし、差別の撤廃と人権の確立を広く県民に訴えるために開催されており、小千谷市では初めての開催となりました。22日には、市民会館で近畿大学人権問題研究所主任教授の北口末広さんを講師にお招きした記念講演会が開催され、443人が聴講しました。また、東小千谷体育センターで開催されたパネル展には、連日市内外からおおぜいの方が訪れました。



11月23日 錦鯉の里でベトナムビンロン省訪問団による錦鯉放流式

きらびやかな錦鯉を堪能

ベトナムビンロン省から訪問団が訪れ、小千谷市から寄贈した錦鯉を放流していただきました。訪問団のみなさんは、錦鯉に餌をあげたり、庭園で優雅に泳ぐ錦鯉を観察したりしながら、錦鯉のすばらしさを堪能していました。



11月26日 東山五人杵搦き餅見学会

職人の技光る、冬の伝統行事

東山住民センターで、東山五人杵搦き餅保存会による餅つきの見学会が行われました。杵で餅を持ち上げ、餅の出来具合を確かめると同時に、餅に粘りとコシを与える「餅を咲かせる」工程では、参加者から拍手がわき起こりました。見学後の試食会では、雑煮やあんこ、きなこなどさまざまな食べ方でつくった餅をお腹いっぱいになるまで楽しんでいました。



11月25日・26日 はつらつママさんバレーボール 小千谷

一流の技術をまぢかで

宝くじの社会貢献広報事業として開催され、川合俊一さん、江上由美さん、新鍋理沙さんをはじめ、バレーボールの世界大会やオリンピックなどで活躍した一流選手がドリームチームを結成し、地元のママさんチームと対戦しました。そのほか、指導者クリニック、バレーボール教室、アトラクション、ドリーム抽選会などの各種イベントや、市内のよさこいチーム「舞ふぶき」による演舞なども行われ、会場は1000人を超える来場者でにぎわいました。



11月27日 錦鯉の里で錦鯉池上げ

錦鯉を屋内へお引っ越し

屋外の日本庭園の池から屋内の鑑賞池に錦鯉を移す作業が行われました。作業後の鑑賞池には、305尾の鮮やかな錦鯉がにぎやかに泳いでいます。



12月1日 除雪隊結成式

冬の安全を願って

本格的な降雪期を前に、市や市内の建設業者などで構成された除雪隊の結成式が車両センターで行われました。約60人が参加し、辞令交付や除雪車の点検のほか、安全祈願祭が行われました。



12月2日・3日 長岡地域定住自立圏事業「野球教室・野球指導者講習会」

楽しく学ぶ野球教室

新潟医療福祉大学硬式野球部の佐藤和也総監督、鵜瀬亮一監督、大学生がコーチとなり、未経験者・初心者の児童を含めた114人がバッティング、守備などを教わりました。また、野球指導者講習会では、佐藤総監督の指導理論に参加者は熱心に耳を傾けていました。



12月2日・3日 第11回みらい夢こども交流会・第36回野馬追の里健康マラソン大会

地域を越えた子どもたちの交流

交流自治体である福島県南相馬市から招待いただき、おぢや女子長距離プロジェクト所属の小学生5人が参加しました。みらい夢こども交流会では、南相馬市の交流自治体から参加した子どもたちが集まり、名刺交換会や相馬野馬追太鼓体験、のぼり旗作成などを通じて交流をしました。



12月7日・8日 キラキラランドクリスマス

親子で楽しむクリスマスイベント

わんパークで開催され、47組101人の親子連れなどが参加しました。リングベルの演奏やサンタクロースの飾り作りなどをを行い、参加者は少し早いクリスマスを楽しんでいました。



12月8日 おぢやしごと未来塾

魅力ある企業がざらり

総合体育館で開催され、市内の中学1・2年生と総合支援学校中学部、高校生の約850人が参加し、出展した44の市内企業などが生徒へ業務の説明やPRを行いました。また、高校生が中学2年生に高校紹介や進路実現に向けた取組についてプレゼンを行いました。



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

リハビリテーションとは

JA新潟厚生連小千谷総合病院
リハビリテーション科

理学療法士 山本雄也さん



みなさんはリハビリテーションについてどのようなイメージをお持ちでしょうか。最近では「リハビリ」という言葉で周知され、当院でも理学療法士、作業療法士、言語聴覚士を中心に、通院や入院されている方に対して実施しています。歩行練習や日常生活動作練習など、医師の指示のもと、それぞれの患者さんに合わせた内容で行っています。

リハビリを円滑に進めるために、本人の意欲や協力はなくてはならないものです。私たち専門職が提供できるのは、機能回復に向けたお手伝いに過ぎず、実際に行うのは患者さんご自身です。リハビリとは、けがや病気をした際に通院や入院をして「受けるもの」と思われる方も多いのですが、実際には自ら「行うもの」なのです。

通院や入院で実施するリハビリは、けがや病気の種類により異なるものの、実施する期間の上限が設けられているのが実情です。つまり、いつまでも通院や入院を続けながらリハビリをすることはできません。また、通院や入院で実施するリハビリが「医学的リハビリテーション」と呼ばれるのに対し、「予防的リハビリテーション」と呼ばれるものがあります。

「予防的リハビリテーション」とは、けがや病気の後に受ける「医学的リハビリテーション」に対し、骨折しないためのリハビリ、動けなくならないようにするためのリハビリのことを指します。リハビリというと敷居が高い印象を受けますが、ウォーキングや筋力トレーニング、それらが難しい方はスクワットや足踏み運動、ラジオ体操なども自宅で行える立派なリハビリの一部です。各市町村においても取組がされており、小千谷市でも通所型の介護予防事業や転倒予防教室などの予防的リハビリに取り組んでいます。



リハビリを「受けるもの」と思われていた方も「行うもの」へと考えを転換し、できることから気軽な気持ちでリハビリに励んでみてはいかがでしょうか。

あなたの家の中や家の周りは大丈夫？

高齢者の転ぶ事故を防ぎましょう



令和5年の消防本部管内での
高齢者の転倒による搬送件数 ↓ 155人 (昨年168人)
(10月31日現在)

家の中や家の周りで転びそうになったことはありませんか。年を重ねるにつれて転びやすく、けがや骨折がきっかけで寝たきりになってしまうこともあります。

転倒事故の多くは住み慣れた自宅で発生しています。まずは身近な場所に転倒リスクがあることを認識し、転ぶ原因や転ぶリスクがある場所・もの、予防策を知って転ぶ事故を未然に防ぎましょう。

■転ぶ原因

▽加齢によって身体機能が低下し、筋力、バランス能力、瞬発力、柔軟性の低下による反射的防御動作の衰え

▽自分自身の予測・期待する動作と現実の動作との違い

■転ぶリスクがある場所・ものと予防策

転ぶリスクがある場所・もの 予防策	
玄関の段差や階段	スロープや手すりをつける
カーペット	カーペットの下に滑り止めを敷く
床に置かれた物 (雑誌・新聞など)	床に物を置かない
電気コード	壁をはわせるか、部屋の奥にまとめ、歩く動線から避ける

生活環境を確認して、段差をなくす、床に置かれた物を片づけるなど、少しでもリスクを減らし転ぶ事故を防ぎましょう。また、日頃から身体を動かし、身体機能の維持に努めましょう。

■問い合わせ／消防本部警防課救急係 ☎83・0237

住民検診調査にご協力を

住民検診調査とは、翌年度の一日人間ドックや各種検診の申込と受診先を確認するため、例年1月下旬～2月上旬に市内全世帯の世帯主宛に郵送しているものです。市民全体の健康管理の基礎資料とするため、市の検診を申し込まない方も含めて世帯全員の方から記入をお願いします。

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

◆提出期限／2月15日(木)

郵送は1月26日(金)～
※順次発送します。



◆提出方法

記入した調査票を同封の返信用封筒に入れてポストに投函するか、あすえ～るまたは各住民センターへご提出ください。

◆注意事項

提出期限までに提出されないときは、一日人間ドック、各種検診が希望どおり受けられない場合があります。期限までの提出にご協力をお願いします。

◆検診の詳細

検診の種類		対象		自己負担金	実施月
一日人間ドック		30歳以上（平成7年4月1日以前に生まれた方）		※1	4月～ 翌年3月
特定 健康 診査	集団健診	16歳以上	75歳以上 無料	1,000円 ※2	5月～11月
	個別健診	40歳～74歳の小千谷市国民健康保険加入者		1,000円	5月～12月
がん 検診	肺がん	40歳以上	70歳以上 無料	200円	5月～11月
	胃がん			1,000円	4月～12月
	大腸がん			500円	
	乳がん	40歳～49歳（2年に1回）		1,400円	
		50歳以上（2年に1回）		1,000円	
	子宮頸がん	20歳以上（2年に1回）		1,000円	
骨粗鬆症検診		40・45・50・55・60・65・70歳の女性	70歳無料	700円	7月～9月 （予定）

※1 住民検診調査票に同封する「令和6年度市の一日人間ドックについて」参照

※2 40歳以上の方は加入している健康保険の種類によって受診方法や自己負担金が異なります。

●市の検診はお得に受けられます！

市で実施する検診は、検診費用の約2～3割の自己負担金で受診できるためお得です。また、検診料金免除制度もあり（一日人間ドックを除く）、以下のいずれかに該当する方は無料で受けられます。

- ▷生活保護世帯の方
- ▷市民税非課税世帯の方（事前の料金免除申請が必要）
- ▷県障受給者証または後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方

●検診は健康づくりの第一歩

検診を毎年受診することで自分の身体の小さな変化に気づくことができ、病気の予防やがんの早期発見につながります。自覚症状で判断せず、検診で自分の健康を確認しましょう。また、職場を退職される方や退職された方は、これまで受けていた検診から市の検診に切り替えて、継続して受けましょう。

●検診受診の3ステップ

- step1 住民検診調査で申込
- step2 検診の約3週間前に、市から「受診通知書」を郵送
- step3 検診当日「受診通知書」を持参して受診



「順三郎の散歩道」九

■問い合わせ／図書館 ☎ 82・2724

大晦日から正月にかけては、なんとなく改まった気分になりますが、今回は元旦を詠んだ西脇先生の詩を紹介します。その当時、東京におられた西脇先生はどんな気持ちで正月を迎えたのでしょうか。詩集『禮記』より、遠い故郷に思いをさせて詠んだ詩です。

元

あけぼのに開く土に
みみ傾けるとき
失われた郷愁の夢を
追う心はもどってくる
あまた人間のそこ知らない
流浪の足音に
さそわれてあわれにも
ふるさとの壁にうつる
古塔の影にさすらい
あたらしい露を桜の酒盃にのむ
山はきらめく
くもの阿修羅の
あかつきの祈りは

この詩は西脇先生が71歳の頃、1月3日の読売新聞に掲載された詩です。元旦を詠んだ詩は、この他に詩集『第三の神話』に「元旦」「春の日」、詩集『鹿門』に「元」「正月のことば」「元旦」などがありますが、いずれも読売、毎日、産経新聞などに掲載されました。

西脇先生は若い頃、小千谷に背を向けることが多かったと言われていますが、歳をとるにつれ故郷に思いを寄せた詩が多く散見されます。この詩などは故郷を诗情豊かな言葉でつづられ、感動を誘われます。
(西脇順三郎を偲ぶ会会長 中村忠夫記)



△故目崎徳衛氏（聖心女子大学名誉教授）より市に寄贈された西脇直筆の書

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	1.10(水) 1.24(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①→②を押してください。
もの忘れ心配相談室	1.18(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	1. 9(水) 1.23(水)	10:00～12:00	イオン小千谷店	行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	—	市民生活課市民係 ☎ 83-3509
無料法律相談	1.17(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		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	サンラックおぢや	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	1.17(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
ひきこもりの人の家族のつどい	1.21(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	1. 7(日)13:00～15:00：元中子公会堂 ☎ 82-0880 (健康倶楽部中子の森) 1.14(日)13:00～15:00：地域のお茶の間城内 ☎ 81-4010 1.21(日)14:00～15:00：片貝総合センター ☎ 83-1786 (特養おぢやさくら)					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。

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 料金など
持 持ち物
他 その他
申 申込
問 問い合わせ

令和6年カレンダー交換会

日 1月6日(土)・7日(日)午前9時
午後3時 場 サンプラザ2階ロビー
内 令和6年カレンダーを持ち寄り、交換▽絵紙などのミニ展示▽和奏団「みんふうざ」の演奏(出演:6日(土)午前9時30分〜10時)▽フールドライブの受付 参加無料 他 7日(日)午前中は消防出初式のため駐車場は使えません 申 不要 問 小千谷観光協会 ☎83・3512

小千谷スキースクール

日 1月6日(土)から小出スキースクール営業終了日までの毎週土・日曜日、祝日の午前10時〜正午 場 小出スキースクール▽ジュニアスキースクールの5歳児〜中学3年生▽保護者スキースクールのジュニア

ニアスキースクールの参加者の保護者▽一般スキースクールの参加者でもレベルに合わせたスキースクールの初心者も参加可) 詳細は、総合体育館にある参加要項をご覧ください 申 小千谷スキースクール事務局(担当:和田恒夫) ☎82・2638

小千谷法人会 新春講演会

日 1月22日(月)午後6時 場 サンプラザ 内 マーケティングは『売る科学』妥協のない商品を生み出すには?』をテーマとした講演会 講 ハロルド・ジョージ・メイさん 参加無料 申 個人(一社)小千谷法人会 ☎81・6340

スマホで確定申告講習会

日 1月26日(金)①午前10時〜11時30分②午後1時30分〜3時 場 市役所4階大会議室 定 各回40人(事前申込制) 問 スマートフォン、マイナンバーカード、マイナンバーカードの暗証番号(数字4桁、英数字6〜16桁)、源泉徴収票、作成済みの収支内訳書(不動産所得、農業所得などがある方)、その他収入を証明する書類、控除証明書類、e-Taxの利用者識別番号の通知※収入

や申告する控除の内容によって各自必要な書類を用意してください。 参加無料 申 1月24日(水)までに小千谷税務署 問 小千谷税務署 個人課税第一部門 ☎83・0274



1月10日は『110番の日』
110番は緊急電話です

110番は、事件・事故など警察官にすぐに来て欲しい場合に利用します。緊急性のない問い合わせ・相談などは、小千谷警察署または「けいさつ相談室」(☎#9110)へお願いします。110番通報の際は落ち着いて次のことを伝えてください。

- ①何がありましたか?
- ②いつのことですか?
- ③どこでありましたか?
- ④犯人はいますか?
- ⑤今どうなっていますか?
- ⑥通報してくれたあなたは誰ですか?

問 小千谷警察署 ☎83・0110



県立魚沼テクノスクール 入校生募集

申 ハローワークおぢや ☎82・2441 問 魚沼テクノスクール ☎025・794・2410

○IT養成科2期
パソコン応用コース
2月入校



日 2月9日(金)〜6月7日(金)午前9時〜午後3時40分 場 キャリア・ステップ魚沼教室(魚沼市佐梨631-2) 問 パソコンやIT分野の知識・技能を習得し、就職を希望する方 定 15人 参加無料(ただし、テキスト代など自己負担あり) 申 1月18日(木)締切

○電気施設科4月入校

日 4月9日(火)〜令和7年3月7日(金)(1年間) 午前8時35分〜午後3時50分 場 魚沼テクノスクール 問 高等学校卒業以上のおおむね30歳以下の方 定 15人 参加9900円(他、テキスト代など自己負担あり) 申 1月12日(金)締切

○建築施工科4月入校

日 4月9日(火)〜令和8年3月6日(金)(2年間) 午前8時35分〜午後3時50分 場 魚沼テクノスクール 問 中学校卒業以上のおおむね30歳以下の方 定 20人 参加無料(ただし、テキスト代など自己負担あり) 申 1月12日(金)締切

図書館情報



1月の特集は
「大河ドラマ」



新年1月からの大河ドラマ「光る君へ」にちなみ、紫式部と源氏物語、そして平安時代に関連した図書を中心に集めました。大河ドラマをより楽しむための一冊をぜひご覧ください。

問い合わせ/図書館 ☎82-2724

2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／2月1日(木)
- 申込／1月15日(月)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
市営宮之下団地住宅 B棟 (城内2)	1	12,000 ～23,500円	4階建・3DK
市営栄町団地住宅 1～3号棟 (栄町)	6	16,900 ～33,700円	4階建・3DK
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
市営千谷川のぞみ団 地住宅 (千谷川3)	2	19,600 ～38,400円	4階建・1LDK

●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

みんなで祝い

おちゃファミリー

(11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ちゃ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

- ♡ 駒井伸明さん (千谷川1)
- ♡ 進藤洋子さん (城内2)
- ♡ 内山翔さん (柏崎市)
- ♡ 大淵雪乃さん (芋坂)
- ♡ 黒島正俊さん (桜町 (下))
- ♡ 山口茜さん (一之町二区)
- ♡ 浅野翔太さん (柏崎市)
- ♡ 菊地ももこさん (城内4)
- ♡ 仲條孔輝さん (東栄2)
- ♡ 大桃はるかさん (東栄2)



☆ご誕生

- すい 慧さん (五十嵐響さん：城内2)
- つむぎ 紬さん (大谷信広さん：城内4)
- ふうと 楓人さん (塚田秀明さん：上沢)
- ゆい と 結翔さん (小海侑志さん：日吉2)
- けい と 景翔さん (大森翔さん：四之町)
- かこ 叶恋さん (小野寺克樹さん：栄町)
- ちとせ 千歳さん (大矢創土さん：屋敷)
- かよ 佳代さん (星野浩史さん：千谷)
- いと し 愛紫さん (保科李帆さん：東栄2)
- あおい 碧さん (佐藤輝明さん：土川1)
- あん 文香さん (渡辺春樹さん：城内3)
- あひ ろ 杏さん (吉岡周作さん：三仏生)
- みろ 心嘉さん (篠田渉さん：上ノ山2)



■問い合わせ／市民生活課
市民係 ☎83-3509

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

今月のキッズフォト



△ふれあいの里収穫祭にて
渡部 伊望ちゃん（3歳0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。



▷投稿者：chikara worldさん
▷撮影場所：木津
▷八海山の登り口付近の養鯉場からの眺望



小千谷市広報Instagram
をチェック！



作ってみてね！ この料理



パサつきやすい魚も、ヨーグルトと味噌の2つの発酵食品を使うことでしっとり仕上がります。

魚には良質なたんぱく質やビタミンDなど、骨や筋肉を維持するために必要な栄養素が豊富に含まれており、日々の食事に積極的に取り入れたい食材です。この味付けは脂の多い魚や、風味が強い魚とも相性がよいので、さばやぶり、さわらなどお好みの魚や旬の魚でお試ください。

<栄養価>（1人分）

▷エネルギー：190kcal ▷炭水化物：13g
▷たんぱく質：20.1g ▷食物繊維：1.5g
▷脂質：6.1g ▷食塩相当量：0.8g

2つの発酵食品を使ってコク深い味わいに

～^{さけ}鮭のヨーグルト^{みそ}味噌焼き～

<材料>（2人分）

鮭……………2切れ
れんこん……………60g
長芋……………60g
ししとう……………4個
サラダ油……………小さじ1
塩……………少々
A { プレーンヨーグルト……………大さじ1
味噌……………小さじ½
砂糖またははちみつ……………小さじ½

<作り方>

- ①鮭の両面に塩を少々ふりかけ10分ほどおき、出てきた水気をキッチンペーパーでしっかりふく。
- ②れんこんは皮付きのまま6mmくらいの半月切りにし、長芋は一口大に切る。ししとうはへたを取り、包丁で切り込みを1か所入れる。すべて合わせてサラダ油と塩を加えて混ぜる。
- ③トースターの天板にアルミホイルをしき、①を並べて、混ぜ合わせたAをのせる。空いているところに②も並べる。
- ④220℃で10～12分焼き、器に盛り付ける。
※焦げやすいので、温度や時間は調整してください。

<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
(11月末現在)



人口 () 内は前月比	
男	16,412人 (－ 33人)
女	16,818人 (－ 9人)
合計	33,230人 (－ 42人)

世帯数 () 内は前月比	
世帯数	12,953世帯 (+ 8世帯)

異動 (11月届出分)			
出生	16人	転入	60人
死亡	48人	転出	70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／☎947-8501 企画政策課秘書広報係 (住所は記載不要) Mail: plan-kh@city.ojia.niigata.jp FAX: 83-2789、専用フォーム (右の二次元コード)
- 応募締切／1月15日(月) (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。



問題

へぎそばのつなぎとして使われている海藻はどれでしょう？

- ① 昆布 ② ひじき ③ ぶのり

12月号のクイズの答えは、② O・J・Y でした。



今月のプレゼント (3人)

『さつまいもまんじゅう 10個』



(有)農園ビギン

坪野1381-1 ☎89-6662

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。

有料広告掲載欄

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しました <http://kaneoto.info>

▲ ベル少額短期保険株式会社 募集代理店

(株)カネオト
セントラルホール

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



木暮 常設展示場 さくらの家

一工業化された技術に“手しごと”を融合し、理にかなった構造と美しいプロポーションを兼ねる架構を“あらわす”ことで室内の魅力が高まります。

高性能住宅公開中 HEAT20 G2仕様
予約制でいつでもご案内致します

株式会社 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

新潟県交通災害共済

お見舞金の請求はお済みですか？
お見舞金の請求期間は交通災害を受けた日から「1年以内」です。
ぜひもう一度ご確認を！



お問い合わせは
小千谷市 防災安全課へ 0258-83-3515

一年間ありがとうございました。来年もよろしくお願いします。

2023年度 理事長 大川嘉人

一期一会
～より良い明日へ～

情熱
～自ら求め、自ら行動～

2024年度 理事長予定者 星野裕司

JCI Junior Chamber International Ojia
一般社団法人 小千谷青年会議所

2023年度
活動報告



スマホ・PC操作
出張サポートいたします

ネットショッピングのやり方が分からない...
SNSやメールを使いこなしたい...
誰に聞けばいいのかわからない...

IT・オフィスサポート
キャットハンド

〒947-0051 新潟県小千谷市三仏生3795
TEL: 0258 (89) 8610
FAX: 0258 (82) 7928
E-MAIL: mail@office-cathand.com

半導体 生産オペレーター
設備メンテナンス 他
正社員募集中

※募集内容についてはハローワーク求人票に掲載しております

SanKen 新潟サンケン株式会社
〒947-0052 小千谷市千甲3000番地
お問い合わせ 0258-82-7577

編集室
だより

つるつるとした食感のへぎそば、おいしいですね。食べ物の成り立ちや原料を知ったうえで食べると、また一段とおいしく感じます。年末年始は、ぜひ小千谷のへぎそばをお楽しみください。☺