



走れ！走れ！園児宅急便 (市内3幼稚園親睦会)

市民学習センター愛称募集	2～3
長寿医療制度のお知らせ	4～5
国民健康保険税・介護保険料のお知らせ	6～7
ルポ&ニュース	8～9

世界選手権入賞者・全国大会出場者紹介	10
こんにちは！市長です	11
お知らせ（健康）	12～13
お知らせ（ファンクラブ推奨品募集など）	14～17

8月1日
オープン

小千谷市民学習センターの 愛称を募集します

市では旧信濃川テクノアカデミー（上ノ山4）を改装し、8月1日（金）から「小千谷市民学習センター」としてオープンします。

市民学習センターは文化の振興、生涯学習の拠点として多くの方々から活用いただくための施設です。

オープンにあたり「小千谷市民学習センター」の愛称を募集します。市民のみなさんから愛され、親しまれる愛称をお待ちしています。

愛称が採用された方には、記念品をさしあげます。

■応募締切／7月27日（日）午後5時

■応募方法／応募期間内に、市民会館窓口で直接・郵送・ファックス・メールのうち、いずれかの方法で応募ください。様式は問いません。

なお、応募にあたっては、氏名、住所、電話番号と応募する愛称を記入し「小千谷市民学習センター愛称応募」と明記してください。

■応募先／〒947-0031 小千谷市土川1丁目3番3号 市民会館内 社会教育課「小千谷市民学習センター愛称」係 FAX 82・9112

■愛称の発表／決定した愛称は8月1日（金）に市民学習センターのオープンセレモニーで発表します。

■愛称の発表／決定した愛称は8月1日（金）に市民学習センターのオープンセレモニーで発表します。

市民学習センターの概要

- 所在…小千谷市上ノ山4丁目4番2号
- 建物…鉄筋コンクリート造3階建、延床面積2041.61㎡
- 敷地…総面積1万3471.44㎡
- 開館時間…午前10時～午後9時
- 休館日…▽火曜日、ただし、その日が国民の祝日に関する法律（昭和23年法律第178号）に規定する休日にあたる場合は、その日以後の直近の休日でない日
- ▽1月1日・12月31日

●市民学習センターには指定管理者制度を導入します

8月1日（金）から、市条例に基づき指定管理者により小千谷市民学習センターの管理運営を行います。指定管理者の指定期間は平成25年3月31日までです。

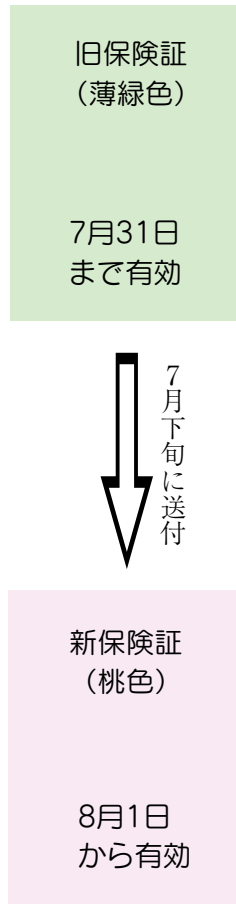
■指定管理者／小千谷市内1丁目8番25号 財団法人小千谷市産業開発センター理事長竹内和孝

オープンに向けて内部改修工事が進む市民学習センター

長寿医療制度（後期高齢者医療制度）からのお知らせ

1 保険証の更新について

○8月1日から保険証の色が桃色に変わります



長寿医療制度（後期高齢者医療制度）の保険証は、7月31日(木)で有効期限が切れます。8月1日(金)からは新しい保険証を使用することになります。
新しい保険証は、7月下旬に送付します。8月になっても保険証が届かなかったり、保険証の記載事項に誤りがあった場合は市民生活課保険年金係にご連絡ください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	平成21年7月31日
被保険者番号	1 2 3 4 5 6 7 8
住所	新潟県小千谷市城内2丁目7番5号
氏名	広域 花子 女
生年月日	昭和8年4月1日
資格取得年月日	昭和20年4月1日
発効期日	昭和20年4月1日
交付年月日	昭和20年8月1日
一部負担金の割合	1割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 1 5 2 0 8 7 新潟県後期高齢者医療広域連合

7月下旬にお手元に届く新しい後期高齢者医療の保険証（見本）

○窓口自己負担割合の判定について

毎年、前年の所得状況により8月1日からの窓口自己負担割合を判定しています。新しい保険証に記載されている窓口自己負担割合は、平成19年中の所得状況に基づいて判定しています。

平成20年8月から窓口自己負担の判定方法が変わります！

平成20年8月からの窓口自己負担割合の判定は、同一世帯に属する長寿医療制度加入者の所得状況により判定を行います。（これまでの判定では、同一世帯に属する70歳以上の所得状況により判定をしていました。）

1 割負担（一般・住民税非課税世帯）となる方

同一世帯の加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいない方。

3 割負担（現役並み所得者）となる方

同一世帯の加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいる方。

ただし、次に該当する場合は申請により1割負担となります。

【同一世帯に加入者が1人の場合】その方の収入の合計金額が383万円未満

【同一世帯に加入者が複数いる場合】加入者全員の収入の合計金額が520万円未満

※このたびの判定に伴い、3割負担（現役並み所得者）に変更となった方で、従来の判定では1割負担に該当する場合は、医療費の自己負担限度額を平成22年7月まで一般に据え置く緩和措置が設けられます。

2 後期高齢者医療保険料額の確定の通知書について

○平成20年度の年間保険料額を確定し、7月15日(火)に保険料額決定通知を発送します。
 保険料の算定方法は、次のとおりです。

平成20年度の後期高齢者医療保険料額

○『所得割額』+『均等割額』が年間保険料額となります。(賦課限度額は50万円です)

【所得割額】平成19年中の総所得金額をもとに算定します。
 所得割額 = 「平成19年中の所得 - 基礎控除33万円」× 7・15%
 【均等割額】1人あたり35300円となります。

保険料の軽減制度

○加入者と世帯主の平成19年中の合計所得が一定基準以下の方(申請は不要です)

- ・均等割額が7割、5割、2割のいずれかの割合で軽減されます。

○制度加入前日において、会社の健康保険などの被用者保険(市町村国保と国保組合を除く健康保険)の被扶養者であった方(申請は不要です)

- ・平成20年度の年間の保険料額が1700円になります。

【お願い】

被用者保険の被扶養者確認作業の遅れのため、本来は軽減される方が保険料通知では軽減されていない場合があります。お手数ですが、軽減の対象となる方は、保険料通知がお手元に届きましたら同封のご案内などで軽減額の有無をご確認ください。不明な点は税務課市民税係にお問い合わせください。



3 保険料の納付方法について

○保険料の納付方法は、年金から差し引く『特別徴収』と納付書または口座振替で納める『普通徴収』があります。

平成20年度の保険料の納付方法・納付時期

○4月以降、年金から差し引かれている方【特別徴収】

4月	6月	8月	10月	12月	2月
仮徴収			本徴収		

今回確定する1年間の保険料額から、4・6・8月に徴収(仮徴収)した金額を差し引いた残額を10・12・2月の3回の年金支給時に徴収(本徴収)します。

○7月以降、納付書または口座振替で納めていただく方

【普通徴収】

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
暫定賦課			確定賦課								

平成20年度はなし

今回確定した1年間の保険料額を、平成20年7月から平成21年3月に納めていただきます。保険料通知に納付書が同封されていますので、ご確認ください。

なお、制度加入前日において会社の健康保険などの被用者保険(市町村国保と国保組合を除く健康保険)に加入していた方で、年金額が年額18万円以上で介護保険料と合わせた保険料額が年金受給額の2分の1を超える場合は、平成20年7月～9月まで普通徴収、10月以降は特別徴収(年金からの納付)となります。

■保険証の問い合わせ／市民生活課保険年金係 ☎83・3509
 ■保険料の問い合わせ／税務課市民税係 ☎83・3508

平成20年度 国民健康保険税の納税通知書を発送します

国民健康保険加入者のみなさんが病気やけがをしたときの医療費は、みなさんが納める保険税でまかなわれています。

平成20年度の国民健康保険税額が確定しましたので7月15日(火)に納税通知書を発送します。国民健康保険税の納付にご協力をお願いします。

●世帯主あてに発送します

国民健康保険は、加入している方の所得などをもとに世帯ごとに保険税額が決まります。このため、世帯の代表者である世帯主あてに納税通知書を発送します。

●保険税の納付方法について

【4月以降、年金から差し引かれていた方へ(特別徴収)】
今回確定した保険税額から、4・6・8月に仮に徴収した金額を差し引いた残りの額を10・12・2月の3回の年金支給時に徴収(差し引き)します。

【納付書または口座振替で納めていただく方へ(普通徴収)】
今回確定した保険税額から、4月から6月までに納めていただいた金額を差し引いた残りの額を7月から来年3月までの9か月に分けて納めていただきます。

●平成20年度から税率が変わりました

平成19年度に税率改正を行ったばかりですが、医療費の予想以上の増大と後期高齢者医療保険制度の創設により新たに支援金を負担することから、税率を次の表のように改正させていただきました。

みなさんのご理解とご協力をお願いします。

国民健康保険税税率表 (①～④の合計が税額です)

区分	医療保険分 (0～74歳)	※後期高齢者支援金分 (0～74歳)	介護保険分 (40～64歳)	
①所得割	平成19年中の総所得金額などから基礎控除額(33万円)を引いた額に税率をかけて計算します	5.4%	3.5%	1.6%
②資産割	平成20年度の固定資産税のうち土地・家屋の税額に税率をかけて計算します	8.0%	6.0%	3.0%
③均等割	被保険者1人あたり	24,000円	12,500円	9,500円
④平等割	1世帯あたり	23,000円	10,000円	8,000円
①～④の合計に対する賦課限度額		47万円	12万円	9万円

※後期高齢者支援金分が加わります。
平成20年4月から、75歳以上の高齢者を対象に、老人保健制度に代わり「後期高齢者医療保険制度」が創設され、その制度を支援するため、75歳未満の方から「後期高齢者支援金分」を負担していただくことになりました。

●後期高齢者医療保険制度の創設に伴う軽減措置

国民健康保険から後期高齢者医療保険に移行する方がいる世帯には次のような軽減などの措置が行われます。

①低所得者に対する軽減

軽減を受けている世帯で、その世帯の国民健康保険被保険者が減少したことにより軽減の対象外となる場合は、5年間、これまでと同様の軽減措置を受けられるように判定します。

②平等割(世帯割)で賦課される保険税の軽減

国民健康保険被保険者が世帯に1人だけとなる場合は、5年間、平等割(世帯割)の税額が半額になります。(介護保険分は軽減されません)

③社会保険などで扶養されていた方の保険税の減免
社会保険などの被保険者が後期高齢者医療保険に移行することにより、社会保険などの被扶養者でなくなった方が国民健康保険に加入する場合は、扶養されていた方(65歳以上の方)について、2年間、減免措置が行われます。

●軽減制度について

平成19年中の所得が一定基準額以下の世帯は、保険税のうち、均等割額と平等割額が7割、5割、2割のいずれかの割合で軽減されます。(申請は不要です)

●保険税は納期内に納めましょう

保険税の納付が滞った場合、一般証より有効期限の短い「短期保険証」になります。さらに、災害その他特別な事情もなく滞納が続いた場合には、一般証・短期保険証を返していただき、これに替り「資格証明書」が交付されます。「資格証明書」で医療機関を利用したときは、医療機関の窓口で一旦医療費の全額を負担することになります。後日申請することにより、保険給付分(7割)が支給されます。

●納付相談について

保険税を分割して納付することもできます。納付方法については税務課にご相談ください。

●保険税の問い合わせ先

税務課市民税係 ☎83・3508

●加入・脱退などの問い合わせ先

市民生活課保険年金係 ☎83・3509

平成20年度 介護保険料の納入通知書を発送します

介護保険は、介護が必要な方を社会全体で支えるため、みんなで助け合う社会保険制度です。平成20年度の介護保険料額が確定しましたので、7月15日(火)に納入通知書を発送します。

介護保険料の納入にご協力をお願いします。

● 保険料の納付方法について

65歳以上の方の介護保険料の納め方は、年金から差し引く方法（特別徴収）と、納付書または口座振替で納めていただく方法（普通徴収）の2通りです。

● 保険料額の計算について

65歳以上の方の介護保険料は、前年中の本人や家族の所得などに基づいて、左の表のように6段階別に計算されます。

● 納付方法が普通徴収となる方

介護保険料は原則として特別徴収ですが、次に該当する方は普通徴収で保険料を納めていただきます。特別徴収はできませんのでご了承ください。

- ・ 老齢福祉年金のみ受給している方
- ・ 年金支給額が年間18万円（月額1万5000円）未満の方

未満の方

現況届の遅れなどの理由により、一時的に年金支給が遅れた方

- ・ 年金担保貸付の返済が開始された方
- ・ 退職共済年金を受給している大正15年4月1日以前に生まれた方で、昭和61年4月1日以降に退職した方
- ・ 平成19年12月2日以降に65歳に到達した方または転入した方は、65歳に到達した月、転入した月からおおむね半年間は普通徴収
- ・ 所得更正などにより、年度途中で保険料段階が変更となった方

● 保険料は納期内に納めましょう

介護保険料を滞納していると、滞納期間に応じて介護サービスの利用が制限される場合があります。保険料の期限内の納付にご協力をお願いします。

■ 介護保険料の問い合わせ先

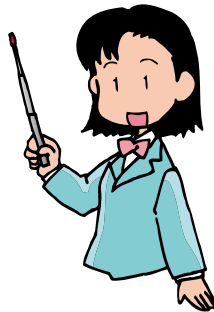
税務課市民税係 ☎ 83・3508
 介護サービス利用の問い合わせ先
 高齢福祉課介護保険係 ☎ 83・4060

平成20年度所得段階別保険料額表

段階	対象者	保険料額 計算式	平成20年度保 険料額（年額）
第1段階	老齢福祉年金受給者でその属する世帯全員が市民税非課税の方、生活保護を受けている方	基準額×0.5	24,000円
第2段階	世帯全員が市民税非課税の方で、前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	基準額×0.5	24,000円
第3段階	世帯全員が市民税非課税の方であって、第2段階に該当しない方	基準額×0.75	36,000円
第4段階	世帯に市民税が課税されている方がいるが、本人は市民税非課税の方	基準額	48,000円
第5段階	本人に市民税が課税されていて、前年中の合計所得金額が200万円未満の方	基準額×1.25	60,000円
第6段階	本人に市民税が課税されていて、前年中の合計所得金額が200万円以上の方	基準額×1.5	72,000円

※ 税制改正に係る保険料の激変緩和措置について

税制改正により65歳以上の方で市民税が非課税から課税となり、所得段階が上がった方に対しては、保険料負担の急増を避けるため、平成18年度、19年度に引き続き、平成20年度も保険料が軽減されます。詳しくは税務課市民税係にお問い合わせください。



税や介護保険料の納付は口座振替が便利です

税や介護保険料の納付は手数料が不要で、納付に行く必要や納付忘れの心配のない口座振替が便利で安心・確実です。税務課窓口、もしくは市内の金融機関やゆうちょ銀行（郵便局）で手続きができます。

■ 問い合わせ / 税務課管理収納係 ☎ 83-3508



今年で結成60周年「セブンスター楽団」

6月14日(土)、真人トレーニングセンターで真人ふるさと芸能まつりが行われました。地元の芸能団体や市外からのゲスト団体の発表ほか、今年で結成60周年を迎える「セブンスター楽団」が2部構成で演奏を披露しました。現在もバンドマスターとして代表を務め、今年76歳の滝澤登さんは、「これからも、できる限り続けていきたいですね」と笑顔で話してくれました。



交通違反はモーしません

6月12日(休)、東山小学校の3・4年生の児童8人と同校で飼育する闘牛の牛太郎が、市内三仏生地内の国道17号でシートベルト着用を呼びかける交通安全キャンペーンに協力してくれました。

児童たちは牛太郎と一緒に、通りかかったドライバーのみなさんに「シートベルトの着用をお願いします」などと声をかけ安全運転を呼びかけました。



じょんでいら (十二平) 桃源郷プロジェクト植樹祭

中越大震災で被害を受け、全世帯が集団移転をした十二平で、6月22日(日)に桃源郷プロジェクト植樹祭が行われました。このプロジェクトでは、「集落が忘れ去られないよう、また、ここにきたときに心休まる地になりたい」と、十二平にお住まいだったみなさんが中心となり桜や果樹の植樹などを進めています。植樹後、集まった関係者で記念撮影などをしました。



うたっておどって「なかよしコンサート」

市内保育園が合同で行う「なかよしコンサート」が6月28日(土)、サンラックおぢやで行われました。今年は2回講演で行われ、合わせて450人の子どもたちやその保護者が参加しました。音楽教室の講師などでつくる「ウサギーム」の3人が歌や手遊び、ピアノ演奏などを披露し、ステージに上がってのハンドベル演奏では、子どもたちが楽しそうに音色を奏でていました。

ストレートキャンペーン 6月25日~7月24日まで

ヘアメイク 10% OFF

髪のお手入れをカンタンにするお手伝い。サラサラに仕上げます。

正社員・パート募集! 詳細は面接にて担当/佐藤

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

詳しくはこちらから

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

お客様の暮らし、望む事、出せない事をやり、うれしく思ふ会社です!

新潟県内は **家のお困り事を即解決!** TEL 0258-81-7798
 料金一律です。おそうじ屋の便利屋の FAX 0258-81-7798

ベンリー
 フリーコール 0120-925-238
 キュウココマツダ・ニヤザンがヤル

まずは相談! 見積り無料

住宅リフォーム・介護リフォーム・ハウスクリーニング・引っ越し・粗大ゴミ e-2525@be.wakwak.com
 エアコン・水廻り・害虫駆除・お困り事作業お手伝い (住宅新築増強協会員 URL http://www.benry.com)

兄弟店もよろしく!

Benriya **ハイハイネット**
 027-8181-ハイハイネット

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

有料広告掲載欄です



国体会場を花いっぱい

平成21年に開催のトキめき新潟国体のリハーサル大会として、第29回北信越国体バレーボール競技会が、8月23日(土)、24日(日)に総合体育館で行われます。そこで小千谷市にやってくる選手を歓迎するため先日、幼稚園・保育園の子どもたちがプランターに5種類のきれいな花の苗を植えてくれました。花は大会まで子どもたちが大事に育て、期間中会場に飾られます。



幻想的な光に感動 ほたる鑑賞会

ふれあいの里の利用者に小千谷の自然を楽しんでもらおうと、6月21日(土)、ほたる鑑賞会が開催されました。ラウベ利用者など25人が参加し、地元塩殿の里管理組合の方が知るところとおきの場所に案内されました。午後7時30分ころを過ぎるとひとつ、ふたつとほたるが光りはじめ、暗くなるころには無数のほたるの灯りが舞い、あたりは幻想的な雰囲気に包まれました。



熱戦 新潟バレーボールフェスティバル

総合体育館で6月14日(土)・15日(日)、新潟バレーボールフェスティバルが行われ、15日(日)の招待試合では東海大学バレーボール部と、新潟県成年男子チームが対戦しました。新潟県チームは2対3で惜しくも敗れましたが、バレーボールファンなどおよそ1,000人が観戦に訪れました。また、午後からはバレーボール教室が行われ、中高生およそ300人が参加しました。





初夏の川井を力走～高場山マラソン

6月22日(日)、川井小学校周辺を会場に市内外から過去最多の474人の参加者を集めて、第11回高場山マラソンが行われました。この大会は、川井地区のみなさんが運営し、個人ごとにタイムを記録することからランナーのみなさんに人気のある大会です。参加者は地元の住民や家族のみなさんの暖かい声援を受け、3km・5km・12kmの各コースで力走しました。

健康十訓 その一
 少肉多菜 肉を少なくし、野菜を多く摂る。
 糖尿病のヘモグロビンA1cが下がらない方 ご相談下さい

当店お勧めの商品
ワナバ オイスター(牡蠣エキス)

当店は漢方薬・健康食品を中心に使う相談専門薬局です。
 ご相談は無料電話まで 0120-83-3717
ひまわり薬局 (JA越後おぢや本店内)
 営業時間 午前9時～午後6時 日曜日はお休みです

生活感あふれる 400 枚の写真で綴る決定版写真集
ふるさと小千谷・魚沼・南魚沼

7月下旬
 発刊!

■A4 判大型特製本
 ■写真 400 点以上収録
 刊行記念特価: 9,975円

お申し込みは—
遠藤書店 小千谷市平成2-2-33
 TEL 82-3520

有料広告掲載欄です

おめでとう！ 全国大会出場決定

右が国松健吾さん、左が国松紅輝さん



新潟県小学生ソフトテニス選手権大会兼全日本小学生ソフトテニス選手権大会予選会が、6月1日(日)に燕市スポーツパークテニスコートで開催されました。

この大会で小千谷ジュニアソフトテニスクラブ所属の国松健吾さん・国松紅輝さんのペア(千田小学校6年・小栗田)が3位に入賞し、全国大会への切符を手に入れました。

全国大会は、8月7日(木)から10日(日)にかけて熊本県熊本市営テニスコートで開催されます。

快挙！ 世界選手権で堂々の3位入賞



山口大地さん(小千谷小学校4年・両新田)は、中国山西省太原(サセインショウウタイ)で5月29日～6月1日に行われた、2008年UCIBMX世界選手権大会に出場し、チャレンジクラス男子10歳部門で見事3位に輝きました。

4歳からBMX(バイシクルモトクロス)を始めた山口さんは昨年この世界大会に出場しました。

6月16日(月)、入賞の報告に市役所を訪れた山口さんは、「中国のコースはとても楽しかったです。今年の大大会は3位だったけど、来年のオーストラリアの世界大会では優勝を目指したいです。オリンピックの正式種目にもなったので、将来は日本代表としてオリンピックに出場したいです」と将来の夢を語ってくれました。

(左上の写真、向って左端が山口さん)

防災情報メモ No.7 【急な増水に注意】

■中小河川の急な増水に注意しましょう

集中豪雨などの異常気象のときには、水害や土砂災害などが多く発生します。水害などから身を守るのは「早めの避難」です。

川は安らぎの場や市民の憩いの場となる一方、急な増水などの危険な一面もあります。「天気」に常に気を配る、「川の様子を良く見る」などのいくつかの注意が必要です。

1 川に行く前に

- 必ず天気や川の情報をチェックしよう。急な雨で、川が増水することもあるぞ!
- 途中のコンビニなどで、川のパンフレットなどが置いてあれば参考にしよう。
- 川に入る場合は、ライフジャケットなどの活動に合った準備をしよう。

2 川に着いたら

- 川に関する看板があれば確認しよう。
- 地元の人がいれば、川の特徴を教えてください。
- 川のリアルタイムな情報を確認

携帯電話で上流の天気が簡単に確認できるよ!

3 こんな場所は急な増水に注意!

- 川原は、増水の時川底になるぞ。特に中州にいると、増水したら取り残されるぞ!

増水時をイメージしよう!

中州は危険!
増水すると川に取り残されるぞ!

4 すぐに避難!

- 増水の前兆や、警報が鳴ったら直ちに避難しよう! すぐに水位が上がってくるぞ!
- パトロールの人たちや警察・消防、河川管理者の注意には必ず従おう。

注意報や警報がでたら、すぐに避難! 避難の遅れは事故につながるぞ!

こんなときはすぐに避難!

- 山鳴り(山全体がうなるような音)がする。
- 水かさが増え、濁ったり、流木、落ち葉が流れてくる。
- 雨が降っているのに、水かさが増えている。
- 腐った土・火薬のようなにおいがする。

■問い合わせ／総務課防災係 ☎ 83-3506

いんじちはー！市長です (16)



先日、私の大学時代の同窓生何名かが小千谷へやって来ました。卒業してから40年以上、企業の第一線で活躍した戦士たちも、今はようやく自由な時間が増えたこともあり、小千谷市長を激励しようと、関東や関西から来てくれたのです。

一人を除いて、小千谷を訪れるのは初めての者ばかり、迎える側の私は、二日にわたる案内のコースをどうしようかと、多少知恵を絞りました。小千谷をどう見てもらえるか、おおいに気になるどころでした。

小千谷縮、錦鯉、戊辰戦役史跡、山本山、清酒、へぎそば、その他諸々の特産品など、限られた時間で盛りだくさんの紹介をしました。一行が帰宅後、各人からお礼の言葉が届きました。美味しい食べ物やお酒、豊かな自然、歴史や伝統文化など、予想にたがわず喜んで良い評価をしてくれ、私もうれしい限りでした。

しかし、私が一番うれしかったのは、街で会った市民の方に対するほめ言葉です。いくつかの案内場所の説明をしてくださった方、みやげ物を買って入ったお店の方、道ばたで自分の育

てている花について話をかわしてくださった方、多くの市民のみなさんの印象がたいへん良かったようです。私に代わり、友人たちに気持ち良く接してくださいましたみなさん、本当にありがとうございました。おかげ様で、友人たち全員が小千谷ファンになりました。そしてもちろん、全員が「おぢやファンクラブ」に入会してくれました。

(谷井 靖夫)



サンプラザ売店でも「おぢやファンクラブ」の推奨品を取り扱っています。ぜひご利用ください。

作ってね！この料理 玉ねぎとさけるチーズのサラダ

■材料 (4人分)

さけるチーズ1本 (30g)、きゅうり1本、玉ねぎ中1個、大葉 (しその葉) 6枚、ミニトマト4個、砂糖小さじ2、塩小さじ1/2、酢大さじ2、しょうゆ小さじ1、ごま油小さじ2

■作り方

- ①さけるチーズは半分に切り、細かくさく。きゅうりは板ずりして塩を洗い流し、輪切りにする。玉ねぎは薄切りにして5分ほど水にさらし、水気を絞る。トマトは4等分にする。
- ②ボウルに調味料を入れてよく混ぜ、冷やしておく。
- ③別のボウルにトマト以外の①を入れてよく混ぜ、器に盛ってトマトを飾る。
- ④食べる直前に、②のドレッシングをかける。

■栄養価 (1人分)

エネルギー 81kcal たんぱく質 2.8g 脂質 4.1g 塩分 0.6g

(献立：小千谷市食生活改善推進委員)



乳幼児健診、予防接種の実施日には、先着順に番号札をお渡しします。

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

胸部レントゲン検査・特定健康診査日程表

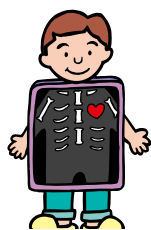
対象町内	月日	受付時間	会場
上ノ山	8. 4 (月)	9:00～11:00	上ノ山クラブ
		13:00～14:30	
平成1丁目、平沢1丁目	8. 5 (火)	9:00～11:00	健康センター
		13:00～15:00	
平沢2丁目、千谷川	8. 6 (水)	9:00～11:00	
		13:00～15:00	
千谷川、城内	8. 7 (木)	9:00～11:00	
		13:00～15:00	
城内	8. 8 (金)	9:00～11:00	
		13:00～15:00	
本町	8.11 (月)	9:00～11:00	
		13:00～15:00	

胸部レントゲン検査

(結核定期健康診断・肺がん検診)

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

- 対象／65歳以上は結核定期健康診断・肺がん検診、40～64歳は肺がん検診
- 料金／200円(70歳以上無料)
- その他／胸部レントゲン検査で男女分けての健診を希望する方は、8月5日(火)、6日(水)、7日(木)、8日(金)、11日(月)の健康センター会場に午後2時45分～3時の間にお越しください。



特定健康診査

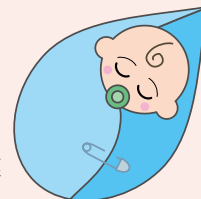
生活習慣病予防のため、年に1回は健診を受けましょう。

- 対象／16歳以上
- 検査項目／計測・尿検査・問診・血圧測定・診察・血液検査・心電図(医師が必要と認めた方のみ)・眼底検査(医師が必要と認めた方のみ)・生活機能評価(65歳以上の方)・生活機能評価(65歳以上の方)
- 料金／▽39歳以下、40歳から74歳の国民健康保険加入者の方は1,000円▽40歳から74歳の社会保険などで扶養となっている方は特定健診受診券に記載されている金額▽75歳以上無料
- 持ち物／受診通知書・健康手帳(お持ちの方)・料金・40歳から74歳の方は特定健康診査受診券と保険証(どちらか一方でも忘れた場合は受診できません)・75歳以上の方は後期高齢者医療の保険証

乳幼児の健康診査
会場は健康センターです

4か月児健康診査

- 日時／8月19日(火)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成20年3月生まれ
- 持ち物／バスタオル、母子健康手帳、替え用のオムツ
- その他／離乳食講習会を同時実施



10か月児健康診査

- 日時／8月20日(水)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成19年9月生まれ
- 持ち物／母子健康手帳、替え用のオムツ
- その他／離乳食後期の講習会を同時実施

1歳6か月児健康診査

- 日時／8月21日(木)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成19年1月生まれ
- 持ち物／母子健康手帳
- その他／歯科検診を同時に行いますので、歯をみがいて来てください。

2歳児歯科検診

- 日時／8月26日(火)午前9時～9時10分受付
- 対象／平成18年7月生まれ
- 持ち物／母子健康手帳、お子さんのハブラシ
- その他／幼児食講習会と歯科衛生士によるブラッシング指導があります。歯をみがいて来てください。



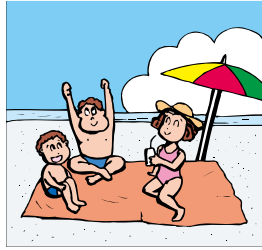
3歳児健康診査

- 日時／8月27日(水)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成17年7月生まれ
- 持ち物／目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器、母子健康手帳
- その他／歯科検診も同時に行います。歯をみがいて来てください。

*発熱など、普段と違う症状のあるお子さんは、翌月の健診日においでください。

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

健康 の情報



8月の予定

問い合わせ・申し込みは健康センターへ ☎ 83-3640

胃がん検診日程表

(申込数により受付時間が変更になる場合があります)

対象町内	月日	受付時間	会場
稗生、横渡	8.28(木)	8:30～ 11:00	稗生集落開発センター
日吉、船岡、元町	8.29(金)	7:30～ 11:00	健康センター

胃がん検診

- 対象 / 40歳以上の方
- 料金 / 1,000円 (70歳以上の方は無料)
- 大腸がん検診を希望する方は、胃がん検診会場で申し込みください。容器を配布します。

心の健康相談

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

- 日時 / 8月18日(月)午後1時30分～3時
- 会場 / 健康センター
- 申込締切 / 8月15日(金)

AAグループミーティング

アルコール依存を正しく理解し、互いに話し合うことで断酒継続をしています。

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

うぶごえ教室

- 日時 / 8月28日(木) 午前9時～午後0時30分
- 対象 / 妊婦、1歳未満のこどもの母親など
- 会場 / 健康センター
- 内容 / 母乳育児と妊娠中・産後の過ごし方など、料理実習、会食交流会
- 持ち物 / 母子健康手帳、エプロン、三角布、お子さんの離乳食
- 無料
- 申込 / 8月25日(月)まで。お子さん、ご夫婦一緒でも参加できます。



子宮頸がん検診・乳がん検診日程表

(40歳以上同時実施)

月日	受付時間	会場
8. 4(月)	13:00～13:10	小千谷総合病院
8.11(月)	14:00～14:10	
8.18(月)	※子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:00～14:10受付	
8.25(月)		
8. 1(金)	12:30～12:50	魚沼病院
8. 4(月)	※子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:30～14:45受付	
8. 8(金)		
8.11(月)		
8.18(月)		
8.25(月)		
8.29(金)		

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

子宮頸がん検診

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

乳がん検診 (マンモグラフィ・視触診併用)

- 対象 / 40歳以上の女性で、平成21年4月1日までに偶数年齢になる方 (隔年検診)
- 料金 / ▽40～48歳1,400円 (X線写真を4枚撮影) ▽50～68歳1,000円 (X線写真を2枚撮影) ▽70歳以上無料 (X線写真を2枚撮影)



- 対象年齢で申し込みをしなかった方で、検診を希望する方は、健康センターへご連絡ください。(11～12月に実施する予定です)
- 次の方は集団検診が受けられません。引き続き病院で診療を受けてください。
▽手術で子宮や乳房を摘出した方▽豊胸手術を受けた方▽子宮や乳房の病気で通院中の方▽妊娠中の方▽ペースメーカーを装着中の方

献血バスゆうあい号

全血献血で実施します。みなさんのご協力をお願いします。

- 日程 / 7月30日(水)
- 会場・時間 /
▽日本ベアリング(株)：午前10時～午後3時30分



国民健康保険保険証を 発送します

8月1日(金)からお使いいただく国民健康保険の保険証を7月25日(金)に発送します。

保険証は被保険者1人に1枚のカード様式で、色は**空色**です。保険証は国民健康保険加入者分を世帯ごとにまとめてお届けします。届きましたら台紙からはがして使用してください。

●70歳から74歳の方の保険証には平成19年中の所得の状況により判定した医療費一部負担金の割合（1割または3割）を表示します。

●国民健康保険税の納付が滞った場合、一般証より有効期限の短い「短期保険証」を交付しています。なお、災害その他特別な事情もなく滞納が続いた場合には、一般証・短期保険証の返還を求め「資格証」を交付しています。

■問い合わせ／

市民生活課保険年金係 ☎83-3509

昨年の所得が減って所得税がかからなくなった方に住民税を還付します

税源移譲により平成19年度の住民税（平成18年中の所得で計算）が増額し、平成19年の所得が減ったため所得税率の軽減による恩恵を受けられない方に住民税を還付します。

■対象者／次の①と②の条件の両方に当てはまる方です。

①平成19年度住民税の課税所得金額が、所得税と住民税の人的控除額の差の合計額を超える。

②平成20年度住民税の課税所得金額が、所得税と住民税の人的控除額の差の合計額以下である。

ただし、平成19年中に亡くなられた方や海外へ転出して平成20年1月1日現在国内に居住されていない方は対象となりません。

■申告方法／

対象者は7月31日(木)までに、平成19年1月1日現在の住所地の市町村へ申告してください。

平成19年度・20年度とも小千谷市で課税されている方で対象となる方には、申告用紙を送付してあります。期限までに必ず申告してください。

平成19年1月2日以降に小千谷市から転出された方で、対象となる方は小千谷市に申告してください。

平成19年1月2日以降に小千谷市に転入された方で、対象となる方は転入前の市町村に申告してください。

じゃがいも掘り体験

じゃがいも掘りをしてみませんか。

■日時／7月26日(土)、27日(日)、8月2日(土)、3日(日) 受付：午前8時～10時

■会場／山本山高原旧スキー場内（旧山頂レストラン裏に案内看板を設置）

■参加費／1,000円。当日受付で集めます。

■その他／掘ったじゃがいもは持ち帰ることができます。

■問い合わせ／NPOグリーンライフおぢや ☎81-7812 ※希望日の前日までに予約ください。

住民税の還付のイメージ図



■問い合わせ／税務課市民税係 ☎83-3508

警察官募集

新潟県警察では、次のとおり警察官を募集しています。

■試験の種類・受験資格／

▽警察官A（大学卒業生）…昭和53年4月2日以降に生まれた方で、4年制大学を卒業した方、または平成21年3月31日までに卒業する

見込みの方

▽警察官B（大学卒業生以外）…昭和53年4月2日

から平成3年4月1日までに生まれた方で、4年制大学を卒業または平成21年3月

31日までに卒業する見込みの方を除く

■採用予定日／平成21年4月1日

■受付期間／7月11日(金)～8月14日(木)

※ただし、電子申請は8月7日(木)まで

■第1次試験日／9月21日(日)

■試験内容／教養試験・体力検査

■試験場所／

▽警察官A…新潟市

▽警察官B…新潟市・長岡市・上越市

■問い合わせ／

▽小千谷警察署総務課

☎83・01110

▽最寄りの交番・駐在所

おぢやファンクラブ 推奨品を募集します

おぢやファンクラブでは推奨品を募集します。小千谷市内の優良産品を推奨品として認定し、インターネット、サンプラザ売店、出張販売イベントなどで販売やPRを行い、商品の販路拡大を図ります。

■対象商品／市内で製造される加工食品・米
■申請条件／市内で事業を営む個人または法人
■その他の団体

■申込方法／所定の申請書に必要事項を記入し
■申し込みください。商品の搬入については後
■日連絡します。

■申込締切／8月29日(金)午後5時

■申込先／商工観光課

■関係書類／申請書、募集要領、認定基準は、
■商工観光課、おぢやファンクラブ事務局にあ
■りますので、ご希望の方は連絡してください。
■市のホームページ (<http://www.city.ojia-nigata.jp/>)、おぢやファンクラブのホームペ
■ージ (<http://www.ojiyafan.com/>) から
■閲覧・ダウンロードできます。

■審査員／商品の品質、表示、デザインなど食
■の専門家

■その他／推奨品募集にあわせ、食の専門家、
■西原昌男さんの講演会「魅力のある食品づく
■り」を7月22日(火)午後1時30分からサンプラ
■ザ3階大ホールで開催します。推奨品の申し
■込み予定者はぜひご参加ください。

■問い合わせ／

▽商工観光課 ☎83・3512

✉ kanko@city.ojiyanigata.jp

▽おぢやファンクラブ事務局(サンプラザ内)
☎83・4800 ✉ info@ojiyafan.com

メーターはいつも見やすく大切に！ ガス水道の検針にご協力を

ガス水道局では毎月21日から月末の間に検針を行っています。検針をするにあたって、以下のことにご協力をお願いします。

- 水道メーターの上に植木鉢などの物を置かないでください。特に、車を水道メーターの上に止めないでください。
- ガスメーターの前に物を立てかけないでください。
- 犬は出入り口やメーターから離れた場所につないでください。
- 水道メーターが汚水や泥で埋まっていないか時々点検してください。
- 増改築では、メーターが床下など見えにくい位置にならないように気をつけてください。
- 冬期間の冬囲いなどでメーターがふさがれることのないようお願いします。
- 問い合わせ／ガス水道局業務課業務係 ☎82-4115



水道水は有限です 大切に使いましょう！

この時期は、雨の降らない日が続くと渇水が心配になります。日ごろから、水を大切に使うように心がけましょう。

●お風呂でのムダはないですか？

1日に使用する水の約4分の1が風呂で使われています。残り湯を再利用したり、沸かしすぎ、シャワーの使いすぎなどに気をつけましょう。

●家族構成などで洗濯水は大きく変わりますが…

まとめて洗ったり、まだ暖かいお風呂の残り湯を使うと汚れを効果的に落とすことができ、節水にもなります。

●キッチンでも賢く節水！

使った後の食器の汚れは紙などで落としてから洗うと使用する水も少なく済みます。

●歯みがき、洗顔でも節水を！

歯みがきの時に流しっぱなしにすると30秒で約6ℓの水を使いますが、コップを使うと3杯(約0.6ℓ)程度の水で済みます。



●少ない水でも車はピッカピカ！

ホースからの流し洗いで車を1台洗うと約240ℓの水を使用しますが、バケツにくんで洗うと約30ℓで済みます。

●水道をこまめに止めましょう！

蛇口から流れる水は思ったよりずっと量が多く、毎分11～13ℓになります。ときどき使用水量を確認し、節水効果を確認してみるのもよいでしょう。

■問い合わせ／ガス水道局施設課供給係 ☎82-4116

子ども元気 フェスティバル

みんなで、うちわを作ったり、竹馬、缶下駄、こま、竹とんぼなど懐かしい昔のおもちゃで遊んだりしませんか。昼食にはおいしいカレーライスが出ます。



日時／7月26日(土)午前9時

30分～午後3時

■会場／上ノ山市営住宅裏の遊園地(雨天の場合は、上ノ山クラブ)

■対象／市内の幼児、小学生とその保護者

■内容／うちわ作りなど
■昼食／カレーライス、ソフトドリンク

■参加無料

■その他／
▽うちわ作りの材料、昼食は主催者が用意します。
▽日射病対策のため、帽子をご用意ください。

▽当日のお手伝いをしていただける中学生以上のボランティアを募集しています。
■主催／NPO法人おぢや元氣プロジェクト

■後援／教育委員会ほか

■問い合わせ／おぢや元氣プロジェクト事務局
☎82・2650

毎月勤労統計調査特別調査

総務課 ☎ 83-3506

厚生労働省では、7月末現在で常用労働者を1～4人雇用する事業所を対象に、毎月勤労統計調査特別調査を行います。

- 調査目的/賃金、労働時間、労働者数の動向を都道府県別に明らかにすることを目的とし、調査データは統計を作るためのみに使用します。



- 調査期間/7月中旬から8月末日
- 調査方法/7月下旬から調査員がお訪ねしますので、調査の重要性をご理解のうえ、ご協力をお願いします。
- 調査対象地域/本町2丁目、桜町、山谷、時水、両新田、藪川、片貝町
- 問い合わせ/県統計課 ☎025-285-5511 (内線2436)

8月のおはなし会

図書館 ☎ 82-2724

ボランティアグループによるおはなし会です。

- 毎週火曜日
午後3時30分～4時
8月5日、12日、19日、26日
- 第3日曜日
午後2時～2時30分
8月17日
- 会場/図書館1階おはなしの部屋



重度心身障害者医療費助成(県障)制度をご存知ですか

重度の心身障がいのある方は医療費の助成が受けられます。

- 対象者/身体障害者手帳1・2・3級または療育手帳A判定をお持ちの方で、本人または扶養義務者の所得が規則に定める限度額を超えていない方。
- 助成の範囲/窓口でお支払いいただく医療費は、外来の場合は月の初回から4回目までの受診につき1回につき530円(その日の自己負担額が530円に満たない場合は実際にかかった額)です。入院の場合は1日につき1,200円です。
- 申請方法/次の書類などを用意して健康福祉課までおいでください。
▽身体障害者手帳または療育手帳▽加入医療保険証▽標準負担額減額認定証など(お持ちの方)▽本人・扶養義務者の所得の状況を確認できる書類、または所得の確認に対する本人・扶養義務者の同意書▽印鑑

重度心身障害者医療費助成(県障)受給者のみなさんへ

現在、お手元にある県障受給者証の更新をします。所得制限がありますので、所得の調査も同時に行います。更新に必要な書類は、後日郵送します。

- 受付期間/8月4日(月)～
- 更新窓口/健康福祉課
- 更新後の受給者証の有効期間/平成20年9月1日から平成21年8月31日まで(※所得制限限度額以上の方は、この期間中の助成は受けられません。)



■問い合わせ/健康福祉課福祉係 ☎83-3517

「おたやうごう」コンテスト」作品募集

- ふる里にいつまでも残しておきたい風景・場所・もの・地域イベントや風物詩を絵画や写真にしてご応募ください。
- 優秀作品は絵はがきとして作成し全国に発信します。
- 募集締切/8月5日(火)
- 応募先/商工会議所
- ※応募作品は、8月13日(水)～31日(日)までサンプラザ2階ロビーに展示しますので、「残したい風物詩」に投票をしてください。
- 問い合わせ/商工会議所女性会 ☎81・1300

信濃川の増水にご注意!

JR信濃川発電所では、河川における水難事故防止のため、宮中取水ダム(十日町市)から小千谷市千谷島までの信濃川沿岸にダム放流警報用サイレン・スピーカーを設置しています。

ダムから水を放流する時は警報しますので、早めに安全な場所へ避難してください。万一、サイレン・スピーカーに気がつかなくても増水してきたら急いで待避してください。

次のような時は、増水が早いので十分注意してください。

- 台風などによる集中豪雨で河川が増水し、ダムから放流するとき。
- 発電所の設備が故障し、調整池(浅河原・山本・新山本)の余水路から放流するとき。
- 次の期間はダムからの放流量が通常より増加します。昼間水遊びをしている時は特に注意してください。
- ▽7月20日(日)～8月31日(日)
- ▽10月1日(水)～11月9日(日)
- 問い合わせ/東日本旅客鉄道(株)信濃川発電所 ☎82・2702

お知らせ

Information

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

ちちみの里の利用券が当たる 広報クイズ

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

問題 両新田の小学4年生山口大地さんが、中国での世界選手権でみごと3位に入賞しました。さて、この競技の名称は何だったでしょうか。



- ①BGM ②BMW ③BMX
 (ヒントは10ページ)

応募先 〒947-8501小千谷市役所総務課広報広聴係あて(住所不要)

締切 7月25日(金) (当日消印有効)
 6月号の答えは、③およそ6,200人でした。抽選の結果次の方が当選しました。
 山口和美さん、岡村とも子さん
 五十嵐優子さん

人口と世帯数 (6月30日現在)				
男	19,679人	前月比	- 6	出生 26人
女	20,236人	前月比	-12	死亡 41人
合計	39,915人	前月比	-18	転入 57人
世帯数	12,467世帯	前月比	+ 9	転出 60人

事故発生状況 (6月30日現在)		
	20年6月まで	19年6月まで
件数	70件	75件
死者	1人	0人
傷者	86人	101人

消防本部出動状況 (6月30日現在)		
	20年6月まで	19年6月まで
火災	17件	13件
救急	651件	681件

気象データ6月		
	20年6月	過去10年の平均
平均気温	20.5℃	21.2℃
最高気温	31.1℃	32.3℃
最低気温	11.7℃	12.2℃
降水量月計	80.0mm	149.0mm

小千谷地域消防本部速報値

緑陰移動図書館

夏の木陰で、よみかたりボランティアグループ手作りの大型紙芝居や絵本のよみかかせを行います。会場で本の貸し出しもします。
 どなたもお気軽においでください。雨天の場合は施設内で行います。

■日程

期 日	時 間	会 場
7月25日(金)	9:30 ~ 10:30	吉谷保育園
7月29日(火)	9:30 ~ 10:30	すみれ保育園
7月31日(木)	9:30 ~ 10:30	高梨振興会館グラウンド (雨天時：高梨保育園)
8月 1日(金)	9:30 ~ 10:30	真人保育園
8月 5日(火)	10:30 ~ 11:30	二荒神社 (雨天時：わんパーク)
8月 6日(水)	9:30 ~ 10:30	けやき園 (雨天時：片貝保育園)
8月 7日(木)	9:30 ~ 10:30	岩沢保育園
8月21日(木)	14:00 ~ 15:00	勤労青少年ホーム

■問い合わせ／図書館 ☎ 82-2724

小千谷市障害者支援センターさつき工房

第12回ふれあいまつり

障がい者や施設への理解を深めていただき、利用者と地域のみなさんとの交流を図るため、おまつりを計画しました。おさそい合わせのうえおいでください。

■日時／7月18日(金)午後5時～8時

■会場／小千谷市障害者支援センターさつき工房
 (上ノ山1丁目バス停となり)

■内容／☆飲食コーナー：餅つき(午後5時～・午後6時30分～)、焼きそば、豚汁、麦茶、わたあめ、ポップコーン

☆体験コーナー：水ヨーヨーつり、押し花しおり作り

☆自主製品等販売コーナー

☆エレクトーン演奏会(午後7時～7時40分)

☆花火鑑賞会(午後7時45分～)

■問い合わせ／

小千谷市障害者支援センターさつき工房 ☎ 82-0403

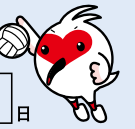


市税等の納期限

- 7月31日(木)
- 固定資産税・都市計画税(第2期)、国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料(7月分)

■期間／7月22日(火)～31日(木)
 ■スローガン／夏の道 いつもこころにゆずり「愛」
 ■運動の重点／▽飲酒・居眠り・無謀運転の追放▽すべての座席でのシートベルトの着用
 ■問い合わせ／市民生活課 83・3509

夏の交通事故防止運動



小千谷を描く No. 347 茶郷川沿いの風景

少雨のせいで、城内の枯れそうな茶郷川の川端に来ました。宮田団地近くの繁みを縫うようなまがりくねった流れが気に入りました。

私はこの日、ここからちょっと上流で、かる鴨のおかあさんが5羽の可愛い雛と泳いでいるのを見かけました。それを狙うように鴉が近くで見っていました。近ごろの嫌な事件から、悪い奴は鳥にも居るんだなと石を投げて追っばらいました。でも、鴉はオラことをどんげに思ったろうかね、知らネ。

(絵と文は西脇正久さん)

表紙

6月22日(日)、普段接する機会のない市内3幼稚園の交流を深めようと、東小千谷体育センターで親睦会が行われ、園児や保護者、役員などおよそ200人が参加しました。

「園児宅急便」と題された、園児を段ボール箱に乗せコーンを回るリレーレースでは、急旋回で回る親子がいたり勢い余って転倒する親子がいたり、とても盛り上がりました。

編集後記

6月から市役所では、月2回、第1・第3水曜日に通勤での自動車の使用を自粛するノーマイカーデーを始めました。少しでもCO₂の排出を減らして地球温暖化を防ごうという取り組みです。毎日、車で通勤の私ですが、この日は自転車通勤をしています。ちょっと疲れますが、ゆっくり景色を眺めたり、通りがかりの方とあいさつをかわしたりと楽しみもあります。みなさんもいかがですか。