



## 育て未来のジャンパー

～ジャンプ体験会にて～

小千谷小学校改築事業	2～3
みんなで取り組む介護予防	4～7
古紙の分別収集が始まります	8～9
おぢや風船一揆	10～11

ルポ&ニュース	12～13
後期高齢者医療保険制度 ほか	14～15
お知らせ（健康）	16～17
お知らせ（乳幼児予防接種 ほか）	18～21



小千谷小学校ちようかん鳥瞰完成予想図

**施設概要**

- ・敷地面積：約 45,500㎡
- ・校舎：約 10,500㎡
- ・屋内運動場（2棟）：約 2,100㎡
- ・給食施設：約 650㎡
- ・屋外プール（25 mプール（8 コース）、低学年用プール各 1）：約 550㎡（水面積）

平成 22 年完成予定

# 小千谷小学校改築工事がスタートします

小千谷小学校は、明治元年に開学し、平成19年に創立140年の歴史を刻んだ日本一古い公立学校で、現在、1000人を超える児童が学んでいます。使用している最も古い校舎は昭和35年に、新潟県中越大地震発時に避難所となった講堂は昭和12年に建築されたもので、施設の老朽化が著しいため、平成20～22年度の期間で全面改築工事を行います。

● **設計の基本的な考え方**

改築の基本的な考え方となる基本構想は、学校・保護者の意見を取り入れながら次の6本の柱にまとめ、この基本構想を基にして設計業者を決定し、現在、具体的な設計を行っています。

《基本コンセプト》

- ◆ 建学の精神を受け継ぐ、多彩でゆとりある学習空間の創出
- ◆ 安全・安心な学習環境の整備
- ◆ 防災拠点となる学校づくり
- ◆ 高度情報化に対応した学習環境の整備
- ◆ 環境にやさしい学校づくり
- ◆ 地域のランドマークとして、地域に開かれた学校づくり

● **新しい学校の特徴**

■ **ゆとりある学習空間**

各教室には、多目的スペースを設置し、少人数学習やグループ学習など、多様な学習活動に対応できるよう計画しています。教室に多目的スペースの面積を加えると、1教室あたり現在の約2倍の広さになります。

■ **振徳館の再現**

小千谷小学校は、明治元年に「振徳館」として開学しました。児童がその建学の精神を受け継ぐとともに、日本最古の公立学校として、その歴史を学習できるように校舎内に振徳館のイメージを再現した特別教室を整備します。



振徳館をイメージした特別教室

■ **安全・安心な学校**

障がいのある児童と祖父母参観などの際に高齢の方が利用できるような校舎内にエレ

ベーター、各階に身障者用トイレを設置します。

また、教職員の目が行き届きやすい施設計画とするほか、防犯監視システムや通報システムを採用し、人と装置で児童の安全を守ります。

■防災拠点となる学校

「小千谷市地域防災計画」に基づき、耐震安全性を一般基準の1・25倍で設計するとともに、災害時に基幹避難所となる第一屋内運動場には、免震構造を採用します。

また、非常時への対応として備蓄庫・非常用発電設備などを備えます。

■校内LANの構築

全教室に校内LAN（情報通信網）を構築し、調べ学習や情報教育をサポートします。

■環境学習の素材となる学校

太陽光を利用した外灯の設置、地中熱を利用した換気、自然体験学習施設や芝生広場など、学校施設が環境学習の素材やエコスクールになるよう計画しています。

■地域に開かれた学校

校内を開放ゾーン・非開放ゾーンにエリア分けし、学校開放や生涯学習への対応を行うほか、放課後には学童保育クラブが利用できるようになります。

●改築スケジュール

工事期間中における在校児童への影響を最小限とするため、仮設校舎は建設せず、既存の学校施設を可能な限り使用しながら、改築を進めます。

小千谷小学校改築スケジュール	
年度	内容
平成 19 年度	基本・実施設計
平成 20 年度	校舎・屋内運動場改築工事、市民体育館解体撤去
平成 21 年度	校舎・屋内運動場改築工事、プール改築工事、外構（舗装工事ほか）工事
平成 22 年度	グラウンドなど屋外環境整備工事、既存校舎など解体撤去

●改築にご理解・ご協力を

■市民体育館を取り壊します

昭和40年の開館以降、多くの方々からご利用いただき、また、様々な大会や行事を開催してきましたが、平成20年3月31日をもって閉館となります。

43年間のご利用ありがとうございました。



取り壊される市民体育館

■工事へのご協力を

工事期間中は、安全対策などに万全を期すとともに、市民会館利用者の方々に仮設駐車場を用意しますが、現市民体育館前駐車場の利用制限・工事車両の通行・騒音などで、みなさんにご迷惑をおかけすることになります。

工事終了までご理解とご協力をお願いします。



小千谷小学校外観完成予想図

■問い合わせ／学校教育課庶務係  
 ☎ 83・3519 FAX 83・5779  
 メール：school@city.ojya.niigata.jp



お達者教室（千谷町内）

# みんなで取り組む介護予防

好きなことや思うことが出来る85歳をめざして・・・100歳への挑戦

平成18年4月に介護保険法が改正され、要介護状態になることをできる限り防ぐ介護予防が重視されるようになりました。今回は、増加している認知症の予防とみんなで取り組む介護予防についてお知らせします。

## 1 増えている認知症

認知症の発生率は、65歳以上人口の約6・7%であり、そのうち介護を必要とする方は約半数と言われています。

したがって、小千谷市における65歳以上の方で認知症の方は約700人、そのうち介護を必要とする方は380人と予測されます。

そして、この発生率は高齢化の進展とともに上昇していくといわれています。

## 2 認知症という病気

### ○認知症の種類

認知症は、タイプ別に分類すると5種類ですが、アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症で約8割を占めています。

アルツハイマー型認知症は、神経細胞の炎症などで脳細胞が減少し、脳が萎縮して起こります。また、脳血管性認知症は脳の血管が詰まったり、切れたりする脳卒中がもとで起こります。

### ○認知症の症状

認知力が低下するため記憶障害や、判断力の低下、年月日や場所がわからないなどの症状が現れてきます。その後、病状の進行とともに、徘徊や妄想、不潔行為など様々な症状を併発しやすくなります。

しかし、医学の進歩とともに、薬の投与や生活環境の改善により病状の進行を抑え、症状を軽減することができるようになりました。

なお、物忘れも単なる物忘れと認知症の物忘れは違います。



単なる物忘れ	認知症の物忘れ
体験の一部を忘れる	体験すべてを忘れる
例・食事をしたことは覚えていても献立は忘れる	例・献立も食事をした事実も忘れる
物忘れの自覚がある	物忘れの自覚が乏しい
場所、人、月日の認識はある	場所、人、月日の認識ができない

### 3 認知症の予防

認知症の予防は、体の管理、脳の刺激、対人交流の3つが基本です。

#### (1) 体の管理

動脈硬化を進めないためには、血圧の管理と血液をできるだけさらさらに保つことが大切です。

活動により上がった血圧は、加齢とともに戻りが悪くなります。あれもこれもと続けてやらず、活動と活動の間に休みを入れて血圧を下がりやすくしましょう。

血液をさらさらに保つためには食事が大切です。

#### ★食生活の配慮

▽大豆や魚介類は血液をさらさらにし、脳細胞を保護します。  
▽野菜の繊維は余分なコレステロー



ルを便と共に排泄します。

▽水分不足は脳の働きを低下させます。人間は1日2ℓくらいの水分が必要です。食事のほかにもお茶など水分をこまめに取りましょう。

▽アルコールの飲みすぎは、脳細胞を死滅させ動脈硬化を進めます。自分のアルコール指数を計算してみましよう。

※アルコール指数＝1日に飲む量×飲んだ年数  
例・日本酒2合(ビール2本)を40年飲んだ場合、アルコール指数は2×40＝80です。

▽アルコール指数の安全域は、100未満と言われています。

▽少しずつでもたんぱく質(魚介、肉、卵、大豆)を毎日食べましょう。



食で免疫力アップ教室(健康センターにて)

たんぱく質不足は、低栄養の状態となり免疫力や筋力の低下につながります。

もう1つ大切なことは、足、腰を弱らせないことです。

つまづきや転倒、痛みやしびれが強くなると、閉じこもり傾向となり脳の刺激が減ってしまいます。

#### (2) 脳の刺激

脳を刺激するには、生活の中で足、口を使うことです。

家事、畑、日記など手を使う場面を多くしましょう。

歩行など軽運動は、脳の血流を最も多くします。ゴミだしや回覧板まわしなど、外出の機会を持ちましょう。

また、食事の時はよく噛みましょう。噛んだ回数に比例して脳の血流が良くなります。

#### (3) 対人交流

家族と同居している人は、日常のあいさつで会話を持ちましょう。老人会やお茶飲みなど、人の出るところには積極的に参加しましょう。人との会話は脳を刺激し、働きを良くします。

また、人の集まる場に出かけることのできない方には、仲間や近所の方が時々訪ねることがお互いの介護予防ともなります。

#### ★脳が持つ3つの能力

- ① エピソード記憶
- ② 注意分割力
- ③ 計画力(思考力)

こんな方法で3つの能力を鍛えましょう。

#### ● 1日前の日記を書く

日記を書くために、昨日あったことを思い出そうとしたり、自分の行動を忘れないように意識します。「いつ、どこで、何をした」という《①エピソード記憶》を鍛えることができます。



#### ● 人と話す

人と話すときには、「聞く」「理解する」「判断する」「計画する」「話す」など、いくつもの注意を払っています。5〜6人のグループで話し合うことによつて《②注意分割力》を鍛えることができます。



● 2つの料理を同時につくる  
2つの料理を同時に作るためには、手順を考えたり、一度に2つの作業を並行して進めなければいけません。《③計画力（思考力）》をはじめ《②注意分割力》を鍛えることができます。



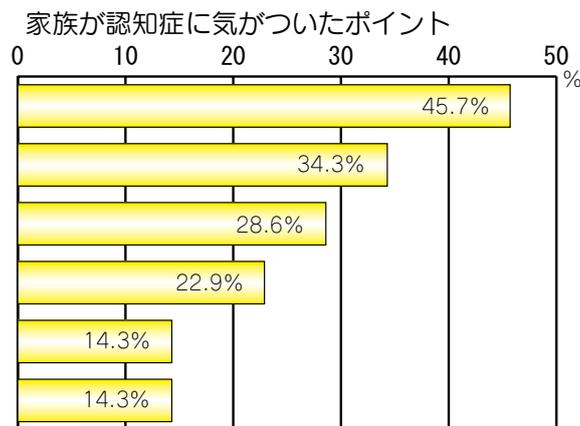
● 旅行のプランを立てる  
旅行の企画を立て実行に移すためには、《③計画力（思考力）》などを使います。また、グループで話し合いながら計画を立てると《②注意分割力》を鍛えることができます。



「絵を見てできる介護予防」  
編著 大淵修一（法研）より抜粋

#### 4 認知症の早期発見は家族や仲間の力が大切

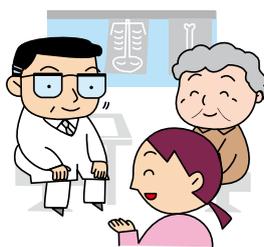
認知症は、物忘れの自覚がないため周囲の人が気づくことが多い病気です。  
“おかしい”と気づいた時が相談のタイミングです。  
では、どのような変化で気づくことが多いのでしょうか。



東京都福祉局：高齢者の生活実態及び健康に関する調査報告書

#### 5 お年寄りの心の相談会

市では、物忘れや、やる気がでないなどでお困りの方を対象に、精神科医師による相談会を実施しています。月1回、予約制で無料です。

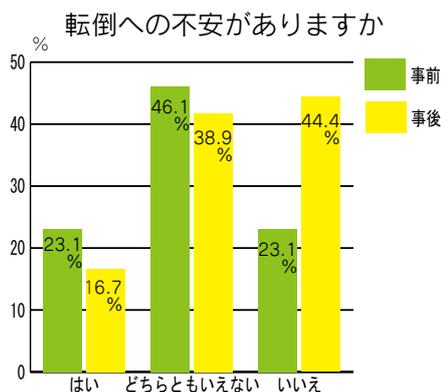


相談会は、認知症専門医師が問診、認知機能テストを行います。その結果により認知症の有無と程度、受診の要否、対応方法や介護サービスの利用などを助言します。また、相談会場へ来るのが困難な場合は、訪問による対応も実施しています。  
日程は市報おぢやでお知らせしますが、次回の相談日は、4月21日（月）午後1時30分からです。会場は健康センターです。

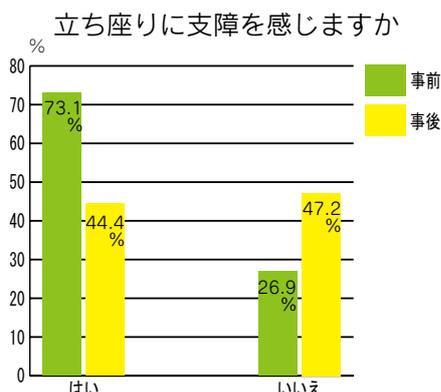
#### 6 みんなで介護予防

市は、今年度、千谷町内をモデル地区に指定し、運動を主とした介護予防教室「お達者教室」を実施しています。運動は1人より仲間とやるほうが継続でき、楽しく動き、笑っておしゃべりすることは認知症予防そのものです。

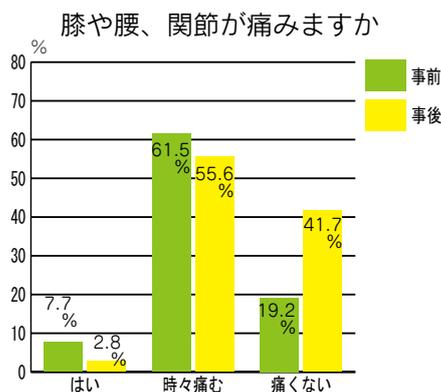
週1回3か月間の体操でさまざまな効果がありました。次のグラフは介護予防教室開始前と3か月後の比較です。



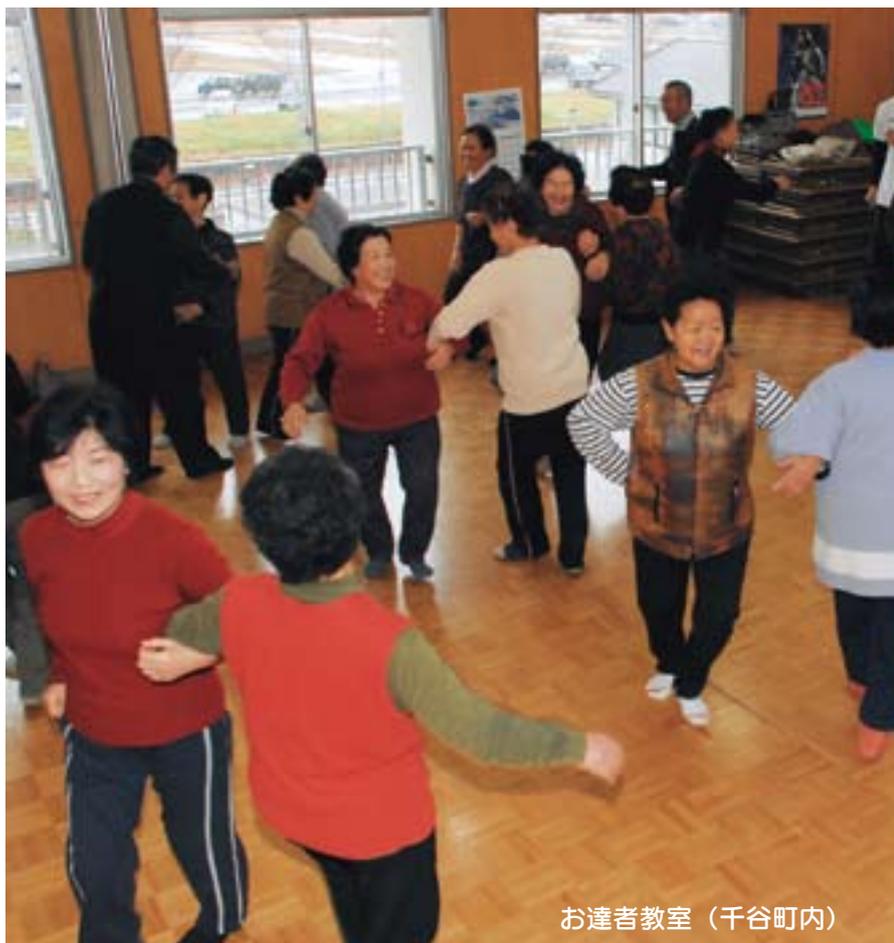
運動により足、腰の力がついてきたこととバランス力が養われ、転倒の不安が軽減しています。



たち座りの動作への支障は軽減しています。立ち座りは、和式の住居では、必須の動作です。

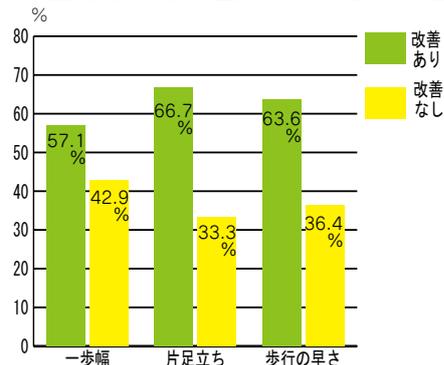


運動により筋肉が刺激され、関節の柔軟性につながり、痛みの感じ方が軽減しています。



お達者教室 (千谷町内)

教室開始前との運動能力測定の変化



各項目とも5割以上の改善率でした。バランス感覚や歩行能力の向上が成果として現れました。



千谷センターで行われた介護予防教室の参加者の方の声を聞きしました。

**千谷町内会長 吉澤清さん**

出るようになりました。

「開始当時は、不安な様子もようやく、すぐに笑いと声が増え、参加者の減少が

を心配していましたが、逆に増えていき毎月35〜40人が参加しています。3か月間の教室終了後も参加費を出し合って継続しています」

■**最年長参加者 新保ヨシイさん(89歳・写真左)・新保富栄さん(88歳・写真右)**



「今まで体のあちこちが痛く、足も痛かったです。体操にきていたら痛くななくなりました。階段の昇り降りはずり

を使うけど早くなりました。体操はついていけないところもあるけど、楽しくて参加しないではいられないです」とお二人は笑顔で語ってくださいました。

また、お聞きすると元気なお二人の共通点が3つありました。

- ▽美味しくご飯を食べるために間食はしない
- ▽日課があり体を動かしている(草とり、洗濯など)
- ▽口の働きが良い(義歯でも飲み込みやすしやくが良い)

人間の体は使わないと衰えます。体を動かすなど適度に刺激することで、足や腰の筋力の向上、口腔機能の向上、認知症を予防することができます。

みなさんも、近くの公民館などで体操や交流をしてみませんか。

市では、オリジナルの介護予防体操「まめのび体操」「小千谷体操」を作成しました。講師がいなくてもビデオを見ながらみんなでできる体操です。

ビデオは、市内在宅介護支援センターでコピー用に無料貸し出しをしています。

希望する方は、在宅介護支援センターにご連絡ください。

▽在宅介護支援センターおぢや

☎81・1020

▽在宅介護支援センター魚沼病院

☎83・2888

▽在宅介護支援センターサンラック

おぢや ☎83・0783

▽在宅介護支援センター春風堂

☎83・1312

▽在宅介護支援センター小千谷さくら

☎82・1071

## 7 地域ぐるみで支えましょう

市では、認知症を予防するための講演会や介護教室なども実施しています。

また、関係機関や地域の方とともに認知症の予防や認知症になっても安心して暮らせるための対策づくりに取り組んでいます。

■介護予防事業などの問い合わせ

高齢福祉課高齢福祉係

☎83・4060

# 4月から古紙の分別収集が始まります

## みんなまで減らそう紙のびみ

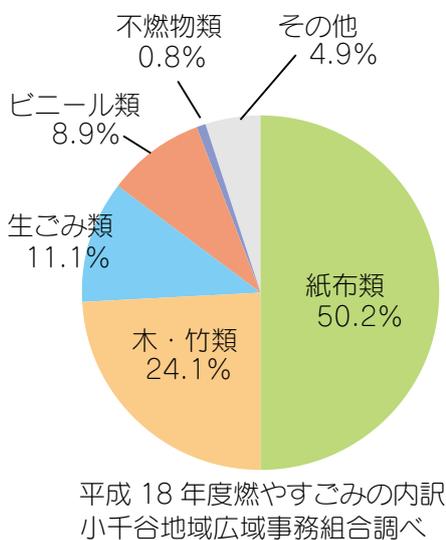
市では、ごみの減量とリサイクルの推進を図るため、びんやカン、ペットボトル、容器包装プラスチック類の資源ごみの分別収集に取り組んでいます。

しかし、家庭から出されるごみのなかには、まだまだ資源としてリサイクルできるものがあります。そこで、4月から燃やすごみとして出されていた新聞紙や雑誌・ダンボールなどを「古紙類」として、新しく分別収集しリサイクルします。

### ■古紙類を分別収集すると

平成18年度に市が処理した「燃やすごみ」の内訳（左のグラフ）を見ると、紙布類が全体の50・2%を占めています。

古紙類を分別収集することによって、「燃やすごみ」の量を減量することができます。



### ■収集する古紙類

- ▽新聞紙
- ▽雑誌、チラシ
- ▽ダンボール



### ■古紙類の出し方

▽決められた日の朝8時までに、新聞紙、雑誌・チラシ、

ダンボールの種類別にひもで縛って各町内の決められたごみ収集場所に出してください。（雨の日でも収集を行います）

▽新聞販売店などで配る紙袋、ビニール袋に入れた場合も、ひもで縛って出してください。

▽包装紙、カタログ、単行本、学習ノートなどは、雑誌・チラシ類と一緒に出してください。

▽ダンボールは、ガムテープなどでまとめても結構です。

古紙類は、4月から燃やすごみの日には、出せなくなりますのでご注意ください。

※各地区の収集日は次ページの「古紙類地区別収集曜日一覧表」のとおりです。

### ■PTA、町内会、子ども会などが行う資源物の集団回収について

市では、リサイクルを推進し、ごみを減量するため、資源物の集団回収を行うPTAや町内会などの団体に助成をしています。

助成対象は、4月から11月までの間に、集団回収した資源ごみ（空き缶、古紙類、紙パックなど）で、回収した重量に応じて助成金が支払われます。

資源物の集団回収は、地域の自主的なりサイクル活動として行われています。

資源物の集団回収を始める団体は、事前に市への登録が必要です。

■問い合わせ／市民生活課生活環境係 ☎83・3509

## 古紙類地区別収集曜日一覧表

地区名	該当町内名	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
片貝 (高梨、五辺含む)	一之町一區～五 区、二之町、表 畑、町裏、表 敷、四之町、高 見、新屋敷、五 之町、八島、沼 田、池津、山屋、 鴻巣、高梨、五 辺	10日 (木)	8日 (木)	12日 (木)	10日 (木)	14日 (木)	11日 (木)	9日 (木)	13日 (木)	11日 (木)	8日 (木)	12日 (木)	12日 (木)
東小千谷A	木津町、木津団 地、津山町												
川井	内ヶ巻、本田、 新田、真皿、冬 井、戸屋												
岩沢	第一区、町中、山 谷、市ノ口、岩 山、池之又、田代、 小土山、外之沢、 大崩、池之平	24日 (木)	22日 (木)	26日 (木)	24日 (木)	28日 (木)	25日 (木)	23日 (木)	27日 (木)	25日 (木)	22日 (木)	26日 (木)	26日 (木)
真人	上沢、万年、栗山、 本村、干三、源 藤山、石名坂、時 中山、芋坂、時 之島、市之沢、 山新田、芹久保、 若栃、北山												
東小千谷B	稗生、東栄、元 中子、信濃町、 山寺、旭町												
横浦	浦柄、横渡	17日 (木)	15日 (木)	19日 (木)	17日 (木)	21日 (木)	18日 (木)	16日 (木)	20日 (木)	18日 (木)	15日 (木)	19日 (木)	19日 (木)
東山	塩谷、荷頃、蘭 木、岩間木、首 沢、朝日、寺沢 、中山、小栗山												
西小千谷	土川、上ノ山、 本町、平成、稲 荷町、元町、日 吉、船岡、栄町												
山辺 (谷内を除く)	山本、西中、池ヶ 原、古田、池中 新田、(上)坪野、 細島、塩殿、卯 ノ木、上片貝	9日 (水)	14日 (水)	11日 (水)	9日 (水)	13日 (水)	10日 (水)	8日 (水)	12日 (水)	10日 (水)	14日 (水)	4日 (水)	11日 (水)
城川	千谷川、城内、 時水、桜町(上・ 中・下)、山谷、 両新田、藪川、 平沢、若葉	16日 (水)	21日 (水)	18日 (水)	16日 (水)	20日 (水)	17日 (水)	15日 (水)	19日 (水)	17日 (水)	21日 (水)	18日 (水)	18日 (水)
(千田)	(下)坪野のみ												
(山辺)	谷内のみ												
吉谷	打越、上村、水 口、滝谷、藤田沢、 高畑、茶合、一 俣、辻入、四ツ 子	23日 (水)	28日 (水)	25日 (水)	23日 (水)	27日 (水)	24日 (水)	22日 (水)	26日 (水)	24日 (水)	28日 (水)	25日 (水)	25日 (水)
千田 (下)坪野を除く)	三仏生、千谷、 小栗田												

# 第32回白と光の祭典

# おぢや風船一揆



2月23日(土)は、午前8時、予定どおり午前中のタスク(競技フライト)が行われました。エントリーした36機の色とりどりの気球は次々と空へ舞い上がっていきました。会場では、おなじみ「バルエもん」をはじめ3機の気球による熱気球試乗体験が行われ、長い列ができていました。そのほかにも、21チームが参加した雪だるまコンテストが行われ、遊べる雪山、スノーモービルによるスノートレインも大人気でした。さまざまなお店も並び、大勢の人が訪れましたが、午後からは急に大荒れの天気となり、予定していた行事などは中止となりました。明けて24日(日)も天候が回復せず、残念ながらこの日予定されていた行事も中止となってしまいました。



大人気の熱気球試乗体験

### ゆきだるまコンテスト



たくさんの方がゆきだるまづくりに参加しました



悪天候にもかかわらず大勢の人がコンテスト会場を訪れました

#### ゆきだるまコンテスト結果

- 第1位：東山小学校
- 第2位：つくしゲンキーズ
- 第3位：おぢや幼稚園&幼年消防みんなのアイドルズ



子どもたちが大好きな雪山



雪の上をすごいスピードで滑るスノートレイン



餅つきをするお店もありました



■平成町では協賛イベント「イルミネーションフェスタ平成」が行われました。



■会場の近隣の町内では雪像をつくるなど、まつりを盛り上げました。



### 山谷・坪野で「ほんやら洞まつり」

県道山谷片貝線沿いの雪原で2月9日(土)、小千谷の冬の風物詩となった山谷・坪野ほんやら洞まつりが開催されました。

夕方、地域のみなさんが作った約5,000個のほんやら洞にろうそくの灯りがともされると、あたりは柔らかな光りに照らされました。

会場に花火が打ち上げられると雪原は、さらに幻想的な風景となり、集まった大勢の見物人の目を楽しませてくれました。



### 杉並区からのお礼の手紙などを展示中です

市では昨年10月、中越大震災の際の多大な支援に感謝し、東京都杉並区の小・中学校など78校に新米コシヒカリを贈呈しました。同区の各学校では給食などに利用して「とてもおいしかった」と好評でした。

これまでに、同区内の15校の小・中学生や保護者ら約2,000人から、新米贈呈へのお礼や震災復興に対するの激励などの心温まる手紙などが市に寄せられました。これらの手紙などを、市役所2階の市民ホールで3月24日(月)まで展示しています。市役所においては、ぜひご覧ください。



### 市長と語ろうおちやの明日～片貝地区で開催

2月26日(火)、片貝総合センターで片貝地区を対象とした「市民と市長の懇談会～市長と語ろうおちやの明日～」を開催しました。

この懇談会は、市民のみなさんから市政について理解をいただくと共に、市長と気楽に懇談する中で意見や提言をいただくことを目的としています。

この日は40人が集まり、市や地域の人口減対策・活性化などについて活発な意見交換が行われました。

懇談会は、今後、各地域ごとに開催されます。開催ごとにお知らせしますので、ぜひ、ご参加ください。



### 真人で「ザ・かまぐら」が開催されました

2月9日(土)、真人町で冬のイベント「第7回ザ・かまぐら」が開催されました。今年で7回目を迎えるこのイベントには、交流のある東京都墨田区立第四<sup>あずま</sup>吾嬬小学校の児童、保護者42人も参加しました。

イベントは、真人小学校児童による歓迎セレモニーで始まり、雪像づくり、餅つき大会、かまぐら内での餅焼き、そり遊び、雪合戦などの冬遊び体験、さいの神、と盛りだくさんで、地元のみなさんも含め約300人が冬の一日を楽しみました。また、夕方からの雪灯籠は、真人町の冬の夜を幻想的な雰囲気<sup>とうろう</sup>に包み込みました。



### 冬の小千谷の新風景

#### こぶし通りイルミネーション点灯式

こぶし通りに面した駐車場で、2月15日(金)イルミネーションの点灯式が行われました。

この催しはおぢや風船一揆のイベントとして、復興基金を利用し今年のはじめて行われました。こぶし通りに飾られたおよそ4万個の青いイルミネーションに灯りがともると、点灯式に集まった参加者から歓声があがりました。

会場では甘酒もふるまわれ、大勢の人たちが小千谷の新しいイベントを楽しんでいました。



### 力走～市民スキー大会

2月17日(日)、第34回市民スキー大会(クロスカントリースキー競技会)が、白山運動公園クロスカントリーコースで行われました。

この大会は、去年は暖冬少雪のため中止となりましたが、今年は小学生から一般まで約240人の選手が出場しました。会場には小・中学校や各チームのテントが立ち並びました。コース脇では、保護者ら大勢の応援のみなさんが大きな声援を送り、選手たちは個人競技やリレー競技で力走を見せ、気持ちよい汗を流していました。



### 東京で「新潟・小千谷のひな祭り」展開催中

東京都江東区豊洲の「ららぽーと豊洲」で小千谷の絵紙を展示した「新潟・小千谷のひな祭り」展が3月23日(日)まで開催されています。3月2日(日)にはこの催しの見学ツアーが組まれ、市内からも90人が参加しました。

また、「小千谷のひいなまつり展」が3月16日(日)～23日(日)まで、吉水屋酒店(平成2)2階をメイン会場に開催されます。ここでも、小千谷のひな祭りを彩った絵紙を楽しむことができます。



### 雪上で遊んで、スポーツをしよう

#### ～東小千谷地区冬季スポーツフェスティバル

3月2日(日)、勤労青少年ホーム前の広場などで震災復興東小千谷地区冬季スポーツフェスティバルが開催されました。

会場には、地元の各町内のみなさんが作った雪像が並び、雪山を滑り降りるタイヤチューブ滑降や雪上ソフトバレーボール、フットサルなど多彩なイベントや競技が行われました。

天候に恵まれたこの日は大勢の人が会場を訪れ、青空の下で冬の日を楽しんでいました。

平成20年4月からはじまる

## 「後期高齢者医療保険制度」って? (第8回)

75歳以上の方の医療保険制度が、4月1日から「後期高齢者医療制度」として新たにスタートします。

シリーズ最後となる今回は、制度のポイントをQ&Aでわかりやすく解説します。

**Q** 後期高齢者医療制度は、誰が対象になりますか？

**A** 対象となる方は次の方です。

○75歳以上の方（全員）…新制度への移行手続きは不要です。

※国民健康保険以外の社会保険などから移行される方は、脱退手続きが必要な場合があります。

○後期高齢者医療制度への加入時期

▽平成20年3月末現在で75歳以上の方

制度が開始される平成20年4月1日から加入します。

▽平成20年4月以降に75歳になる方

75歳の誕生日から加入します。

○一定の障がいのある65歳以上75歳未満の方（加入を希望する方）

【加入を希望される場合】

・現在、老人保健制度に加入している方…申請は不要です。  
・制度開始後（4月以降）に対象となった方…市役所で申請が必要です。

【加入を希望しない場合】

・現在、老人保健制度に加入している方…市役所で申請が必要です。

**Q** 保険証は新しくなりますか？

**A** 後期高齢者医療制度の対象となる方には、4月までに新しい保険証が1人に一枚郵送で交付されます。（交付申請手続きは不要です）

また、4月以降に75歳になられる方には、誕生日前日までに送付されます。4月1日から医療機関にかかるときは、新しい保険証を窓口に提示してください。

○保険証の有効期間について

毎年7月31日までで、1年ごとの更新となります。

（制度開始時の保険証は、保険証の有効期間が4月1日から7月31日までとなります）

**Q** 医療機関での自己負担や給付内容は変わりますか？

**A** 医療機関での自己負担額について

医療機関での自己負担額は、現在の老人保健制度と変わらず、1割（現役並み所得者は3割）です。

○「現役並み所得者」に該当する場合（平成20年8月1日からの判定基準）同じ世帯の後期高齢者医療制度の加入者に、住民税の課税所得が145万円以上の方がいる場合

ただし、次に該当する方は申請により「一般」（1割）の区分になります。

▽加入者が1人の世帯…収入が383万円未満の場合

▽加入者が複数の世帯…加入者の収入合計が520万円未満の場合

※平成20年7月31日までは、現在の老人保健制度と同様の判定基準となります。

○給付内容について

高額療養費の支給や給付内容は、現在の老人保健制度と同様です。各種申請手続きは、市役所窓口で行います。

**Q** 保険料の計算方法と納付方法はどのようになりますか？

**A** 保険料額は、加入者の前年中の所得などに応じて個人単位で計算されます。

1人当たりの保険料額は、加入者の所得に応じて決められる「所得割額」と、加入者が均等に負担する「均等割額」との合計額です。

（1人当たりの保険料賦課限度額は50万円です）

※現在加入している国民健康保険や社会保険の保険料負担はなくなりません。

○保険料の納付方法について

保険料の納付は、原則年金からの天引きによる特別徴収となります。また、保険料の徴収事務については市が行います。

▽特別徴収（年金天引き）となる方

受給している年金額が年額18万円以上の方

※ただし、介護保険料と合わせた保険料額が年金額の2分の1を超えるときは、普通徴収となります。

▽普通徴収（納付書・口座振替）となる方

年金天引き（特別徴収）とならない方は、納付書や口座振替により納付します。

■問い合わせ／市民生活課保険年金係 ☎83・35009

## いとうちはー！市長です (12)



仕事で東京へ行くことがあります。雑踏の中を歩いたり、電車に乗ったりしながら人々の表情を見ると、人としての暖かさを感じることが少ないように思います。この人たちが、家族や、知人の前ではどんな態度や表情に変わるのだろうか、と想像してしまいます。私にとって、東京は仕事で行くところであっても、住みたいところではありません。

ところが、先日、東京のすべてがそうではない例に出会いました。昼食時、とある食事処に立ち寄ったのですが、あいにく満席でした。給仕担当が、しばらく待たなければならぬことを恐縮しながら伝えてくれました。入りの椅子で待っていると、仕事の合間を見つけてお茶を持って来てくれました。食事中の丁寧な応対のあと、帰りがけには扉の外まで出て、待たせてしまったことを心から詫言ながら見送ってくれました。この一時間にも満たない経験で、東京に対する私の印象が大きく変わってしまいました。

小千谷市は、都市との交流をまちおこしの重要な施策と考えています。豊かな自然、美味しい郷土料理、暖かな

人情などなど、大都市の人たちがあがれるものがここにはあります。心安まる時を過ごすために、多くの人たちが小千谷を訪れてくだされば、それが同時にわがまちの活力にもつながることでしょう。

仮に自分が小千谷を訪れた都会の間であつたら、と考えてみたいものです。迎える立場の小千谷市民一人ひとりが、どうであつて欲しいかが理解できるのではないのでしょうか。

(谷井 靖夫)



2月9日(土)、真人町での冬のイベント「第7回ザ・かまくら」を、交流のある東京都墨田区の小学生らが訪れ地域のみなさんがもてなしました。

## 作ってね！この料理 ブロッコリーのおかか煮

### ■材料 (4人分)

ブロッコリー 400g<sup>※</sup> サラダ油大さじ1 酒大さじ1 水 $\frac{1}{2}$ カップ みりん大さじ2 削りかつお2パック しょうゆ大さじ2

### ■作り方

- ①ブロッコリーは小房に切り分け大ぶりの房は縦半分に切る。太い茎は厚めに皮をむき、1cm厚さの斜め切りにする。
- ②鍋にサラダ油を熱し、①を入れて炒め、酒、水、みりん、削りかつお1パックを加えて混ぜ、ふたをして2分ほど中火で煮る。しょうゆを加えてひと混ぜし、さらに2分ほど煮る。
- ③火を止め、最後に削りかつお1パックを加えて混ぜる。

### ■栄養価 (1人分)

エネルギー 96kcal<sup>※</sup> たんぱく質5.6g<sup>※</sup> 脂質3.5g<sup>※</sup> 塩分1.3g<sup>※</sup>

(調理：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～

## 春季ポリオ（小児マヒ）ワクチン投与日程表

対象地区	月日	受付時間	会場
西小千谷地区	4. 3(木)	13:30～ 14:00	健康センター
真人・東山・川井・吉谷・千田地区	4. 4(金)		
城川地区	4. 8(火)		
片貝・山辺・岩沢地区	4.11(金)		
東小千谷・横浦地区	4.15(火)		
城川地区	4.17(木)		

※指定された日で都合が悪い場合は、別の日でも受けることができます。

## 春季ポリオワクチン投与

「予防接種と子どもの健康」と「乳幼児健康診査、予防接種予診票のつづり」をよく読み、予診票に記入して母子健康手帳と一緒に会場にお持ちください。

- 対象者／平成19年1月1日～12月31日生まれの乳幼児
- 生後90か月未満でまだ2回の投与を受けていない幼児も、受けることができます。

## うぶごえ教室

- 日時／4月24日(木) 午前9時～正午
- 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／4月21日(月)まで。お子さん、ご夫婦一緒でも参加できます。

## 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

## 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／4月14日(月)午後1時30分～3時
- 会場／健康センター
- 申込締切／4月11日(金)

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／4月10日(木)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成19年11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／4月9日(水)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成19年5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／4月24日(木)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成18年9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／4月22日(水)午前9時～9時10分受付
- 対象／平成18年3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／4月23日(木)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成17年3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、受診を希望する方は、健康センターにご連絡ください。

# 健康 の情報



## 4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

(申込み数により受付時間が変更になる場合があります)

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
片貝地区（五辺、高梨除く）	4. 3(木)	8:00～11:00	片貝総合センター
	4. 4(金)		
	4. 7(月)		
	4. 8(火)		
三仏生	4.11(金)	8:15～11:00	三仏生多目的センター
五辺、高梨	4.14(月)	8:15～11:00	高梨振興会館
岩沢地区（大崩、池之平除く）	4.15(火)	8:15～11:00	岩沢住民センター
山本	4.16(水)	8:00～9:00	山本振興会館
池ヶ原、池中新田、古田	4.16(水)	9:30～11:00	池ヶ原コミュニティセンター
塩殿、卯ノ木	4.17(木)	8:15～9:15	塩殿ふれあいセンター
内ヶ巻	4.17(木)	10:00～11:00	内ヶ巻集落開発センター
大崩、池之平	4.25(金)	8:15～9:45	大池ふるさとセンター
戸屋、冬井	4.25(金)	10:15～11:00	冬井集会所
本村、中山、石名坂、栗山、上沢、千三、万年	4.25(金)	8:30～11:00	真人住民センター

### 胃集団検診

- 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、胃がん検診会場でお申し込みください。容器を配布します。

### 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
4.14(月)	13:00～13:10	小千谷総合病院
4.21(月)	14:00～14:10	
4.28(月)		
※ 4.14 は乳がん検診のみ実施 ※ 子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:00～14:10 受付		
4.18(金)	12:30～12:50	魚沼病院
4.21(月)		
4.25(金)		
4.28(月)		
※ 子宮頸がん検診のみ受診する方は、14:30～14:45 受付		

1年おきの検診となります。対象年齢の年度に、忘れずに受診してください。

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）

●手術で子宮や乳房を摘出した、豊胸手術を受けた、子宮や乳房の病気で通院中、妊娠中の方は、集団検診は受けられません。また、ペースメーカー装着中の方は乳がん検診は受けられません。引き続き病院で診療を受けてください。

### 各種検診の料金免除

次のいずれかに該当する方は、各種がん検診、骨粗鬆症検診の料金が免除されます。

◆重度心身障害者医療費助成制度に基づく受給者証（県障害受給者証）、または平成21年4月1日までに65歳から69歳になる方で小千谷市後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方

※検診当日、受付で右記受給者証と被保険者証を提示してください。

◆申請により料金が免除される方

■対象 /

▽生活保護法による被保護世帯の方

▽平成18年分の所得の申告に基づく平成19年度市民税非課税世帯の方

■申請方法 / 健康センターにある申請書で平成20年3月31日(月)までに健康センターへ申請してください。

■申請に必要なもの / ▽印鑑 ▽平成19年中に転入した方は、転入前の課税市町村の発行する「平成19年度市町村民税非課税証明書」

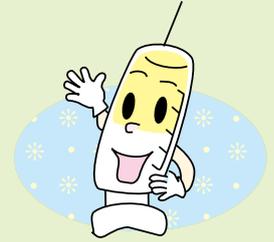
■問い合わせ / 健康センター ☎ 83-3640

# 平成 20 年度 乳幼児予防接種年間予定

## ■ 予防接種を受けるには

乳幼児の予防接種対象者の保護者は、予防接種の説明書「予防接種と子供の健康」と「乳幼児健康診査・予防接種予診票のつづり」をよく読み、保護者が責任をもって予診票に記入して、母子健康手帳と一緒に会場へお持ちください。

乳幼児の予防接種は、標準的な接種年齢になったときに個人通知します。また、接種年齢内で接種していないお子さんは、個人通知がなくても受けることができます。



## BCG予防接種

- 期間／平成 20 年 4 月 1 日(火)～平成 21 年 3 月 31 日(火)
- 対象者／生後直後から生後 6 か月未満の乳児
- 接種の方法／受けた日目の 3 日前までに小千谷総合病院、魚沼病院、にたはらこどもクリニックのいずれかに電話で申し込んでください。

## 三種混合予防接種

- 期間／平成 20 年 4 月 1 日(火)～平成 21 年 3 月 31 日(火)
- 対象／生後 3 か月から 90 か月未満
- 区分／1 期初回 (3 回接種)、1 期追加 (1 回接種、1 期初回完了後 1 年以上経過した方)
- 接種の方法／受けた日目の 3 日前までに実施医療機関に電話で申し込んでください。

## 麻しん・風しん予防接種

- 期間／平成 20 年 4 月 1 日(火)～平成 21 年 3 月 31 日(火)
- 対象／第 1 期 1 歳以上 2 歳未満、第 2 期 5 歳以上 7 歳未満で小学校に就学する前の 1 年間の間で接種します。
- 接種の方法／受けた日目の 3 日前までに実施医療機関に電話で申し込んでください。

## 平成 20 年度 乳幼児予防接種年間予定 (集団接種)

種類	期間
ポリオ	4 月 3 日～4 月 17 日 9 月 12 日～9 月 26 日

※集団接種の会場は健康センターです。

## 平成 20 年度 乳幼児個別接種年間予定

種類	期間
BCG	4 月 1 日～3 月 31 日
三種混合 (ジフテリア・百日せき・破傷風)	
麻しん・風しん	
日本脳炎	現在見合わせています。

※乳幼児の個別・集団接種ともに無料です。

## 平成 20 年度 乳幼児個別接種を実施する医療機関

病院名	実施曜日	実施時間	実施する予防接種		
			BCG	三種混合	風しん 麻しん
小千谷総合病院 (本町 1) ☎ 83-3600	金曜日	14:00～15:00	○	○	○
魚沼病院 (城内 4) ☎ 83-2870	月・木曜日	14:00～15:00	○	○	○
藤巻医院 (本村) ☎ 86-3006	第 2・第 4 土曜日	9:00～12:00		○	○
にたはらこどもクリニック (桜町上) ☎ 81-6811	月・水・金曜日	14:00～15:00	○	○	○
池田内科医院 (城内 2) ☎ 82-6568	月・金曜日	14:30～15:00		○	○
谷口医院 (元中子) ☎ 83-0111	月・木曜日	14:00～15:00		○	○
片貝医院 (二之町) ☎ 81-2624	月・金曜日	15:30～16:00		○	○
	土曜日	9:00～12:00			
さわなか医院 (城内 3) ☎ 81-0058	火・木曜日	14:30～15:00		○	○

■ 問い合わせ／健康センター ☎ 83-3640

# 防災情報メモ No.4 「雪崩（なだれ）に注意」

■「雪崩（なだれ）」は雪の季節の非常に危険な災害です。山の斜面などに積もった雪が、急にくずれ落ちる現象で、雪の多い新潟県では、毎年、発生しています。大きな雪崩が起これば、大きな被害につながる恐れがあります。

雪崩にあわないために

▽心得その1

急な斜面に近づかない！

斜面に雪が積もれば、いつでも起きる危険があります。

▽心得その2

急な積雪に注意！

新しく積もった雪の層がすべり落ちる、表層雪崩が起る危険があります。

▽心得その3

急な気温上昇に注意！

積もった雪がすべてすべり落ちる全層雪崩が起る危険があります。

▽なだれが起きる前兆

斜面に次の写真のような現象があらわれた時には、雪崩の危険があります。

雪庇（せっぴ）



巻だれ



**雪崩注意！！**



斜面の積雪が平らに



クラック



スノーボール



雪しわ



■ 詳細な「なだれ危険箇所マップ」が、「新潟県の雪情報のホームページ」<http://www.pref.niigata.jp/yuki/>でご覧いただけます。

■ 緊急連絡先

▽雪崩の前兆を見つけたら

・ 市役所建設課 ☎83・3514 夜間・休日 ☎83・3511

・ 長岡地域振興局小千谷維持管理事務所 ☎83・0855(夜間・休日兼)

▽もし、雪崩に遭ったら

・ 警察110番 消防119番

■ 問い合わせ／総務課防災係 ☎83・3506

### 子育てサークルの登録

公民館 ☎ 82-9111

公民館では、子育て支援事業として、子育てサークル登録制度を行っています。登録認定された団体は、市民会館などの公共施設使用料を免除します。希望する団体は、申請してください。

- 対象／親子で活動している市内の子育てサークル
- 申請方法／所定の申請用紙に必要事項を記入し、3月31日(月)までに公民館(市民会館内)へ。

### ありがとう！市民体育館

社会体育課 ☎ 83-0077

昭和40年4月1日に使用が始まってから、43年間にわたり市民のみなさんにご利用いただいた市民体育館が、小千谷小学校改築のため、3月31日をもって閉館します。



市民体育館に感謝を込めて、閉館イベントを開催します。

- 日時／3月31日(月)午後2時～7時15分
- 会場／市民体育館競技場
- 内容／
  - ▽午後2時～5時：施設無料開放
  - ▽午後2時～7時：思い出写真展、お別れメッセージ寄せ書き
  - ▽午後6時～7時：各スポーツ競技団体の実技披露
  - ▽午後7時～7時15分：感謝とお別れの集い

### 春休み特別企画

#### 山本山山麓 早春の雪山散歩

1泊2日で、春を感じながら雪山を散歩し、雪遊びを思いっきり楽しみませんか。

大人から子どもまで楽しめる内容です。みなさんの参加をお待ちしています！

- 期日／3月29日(土)～30日(日)の1泊2日

1日のみの参加も可能です。

- 会場／市民の家ほか(現地集合：両日とも市民の家午前9時、現地解散)



#### ■内容／

- 29日(土)▽午前：イグルー(雪の家)作り  
▽午後：ソリ滑り、雪合戦、イグルー遊び、夕食作り
- 30日(日)▽午前：山本山周辺の動植物(講義)、朝・昼食作り  
▽午後：雪上トレッキング

- 定員／30人

- 対象／小学3年生以上(子どものみの参加可)

- 宿泊先／市民の家(相部屋になります)

- 参加費／▽大人3,000円▽小人2,500円(1日のみの参加は一律500円)※参加費は当日集めます。

- 持ち物／スキーができる服装、ゴーグルまたはサングラス、着替え、長靴、長靴カバー、かんじき(ある方のみ)、1日目の昼食(2日目のみの方は2日目の昼食)、宿泊用品、洗面用具、タオル、入浴用品

- 問い合わせ／雪国自然学校 井上信夫 ☎ 025-270-2010

- 申込／3月21日(金)までに、社会教育課(☎ 82-9111)へ。

### 職業安定所が出張所へ移行します

4月1日から小千谷公共職業安定所は、長岡公共職業安定所小千谷出張所となりますが、施設などの管理業務が長岡公共職業安定所へ移るのみで、相談窓口業務「ハローワークおぢや」の名称は今までどおりです。

名 称		管轄地域	移行後の業務内容
3月31日まで	4月1日から		
小千谷公共職業安定所	長岡公共職業安定所小千谷出張所	小千谷市川口町	求人・求職・相談・紹介、雇用保険適用、失業給付、継続給付など

- 問い合わせ先／ハローワークおぢや ☎ 82-2441 FAX 83-2836

**引越し時のごみは正しい処理を**

引越しの時には、次の点を守り、正しくごみ処理をしてください。

- 引越しごみは出した人の責任  
ごみの不法投棄など不適正な処理はやめましょう。市のごみの出し方・分け方により処理してください。
- 引越しごみの適正処理  
(1)まだ使用できる物や資源として有効利用できるものは、リサイクルするなどごみの減量に努めてください。  
(2)粗大不燃ごみ(10kg以内)は、事前に市の受付をしてから、ごみ収集場所に出してください。

- (3)ごみが大量にある場合は、各処理施設に直接搬入できます。  
▽燃やすごみ・時水清掃工場 ☎ 82・6100 ▽埋立ごみ、資源ごみ・クリーンスポット 大原 ☎ 83・0731

- ※受け入れ時間…平日は、午前8時30分から午後4時。土曜日は午前8時30分から11時(日曜、祝日は休みです)
- (4)テレビ、エアコン、冷蔵庫、洗濯機は、家電販売店などに引取りを依頼してください。

- (有料)
- 問い合わせ／市民生活課 生活環境係 ☎ 83・3509

# 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** 小千谷の冬の風物詩「おぢや風船一揆」が開催されました。さて、参加した熱気球は何機だったでしょうか。



①36機 ②47機 ③57機

(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** 3月25日(火) (当日消印有効)  
 2月号の答えは、③約36倍でした。  
 抽選の結果次の方が当選しました。

田中春江さん、南雲忍さん  
 細貝久美さん

#### 人口と世帯数 (2月29日現在)

男	19,735人	前月比	-15	出生23人
女	20,275人	前月比	-6	死亡41人
合計	40,010人	前月比	-21	転入32人
世帯数	12,376世帯	前月比	-3	転出35人

#### 事故発生状況 (2月29日現在)

	20年2月まで	19年2月まで
件数	23件	36件
死者	0人	0人
傷者	29人	50人

#### 消防本部出動状況 (2月29日現在)

	20年2月まで	19年2月まで
火災	1件	4件
救急	209件	220件

#### 気象データ2月

	20年2月	過去10年の平均
平均気温	0.3℃	1.3℃
最高気温	10.4℃	11.8℃
最低気温	-5.6℃	-6.1℃
降水量月計	141.0mm	166.7mm

小千谷地域消防本部速報値

### 引越しの連絡はお早めに

ガス水道局 ☎ 82-4115

ガス・水道の使用開始・中止の手続きは、この時期、大変混み合います。

直前の連絡では、お客様のご希望に添えない場合がありますのでお早めにご連絡ください。

#### ■使用を中止するとき

当日、料金と水道中止手数料(500円)の精算を現地をお願いします。

ご本人か家主の方の立会いをお願いします。

#### ■使用を開始するとき

当日、ガス器具の点検や料金の説明をします。ご本人か家主の方の立会いをお願いします。水道開始手数料(500円)が必要です。

#### ■下水道課への連絡

下水道を使用している方は、水道使用料と一緒に精算しますので、連絡は不要です。井戸水を使用している方は、下水道課へご連絡ください。

▽下水道課 ☎ 83-3516

### 3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4月のおはなし会です。

■毎週火曜日午後3時30分～4時  
 4月1日、8日、15日、22日

※29日(火)は、祝日のためお休みです。

■第3日曜日午後2時～2時30分  
 4月20日

■会場/図書館1階おはなしの部屋

### 小千谷奨学会奨学生募集

学校教育課 ☎ 83-3519

(財)小千谷奨学会では、平成20年度の奨学生を募集しています。



#### ■募集人員/

大学生、短大生、高等専門学校専攻科生、高校生、高等専門学校生 合計10人程度

#### ■貸与額/

①大学生・短大生・高等専門学校専攻科生

自宅通学者 月額2万円

自宅外通学者 月額2万5千円

②高校生・高等専門学校生

月額 1万3千円

#### ■申込資格/

市内に引続き3年以上住んでいる方で、大学、短大、高等専門学校専攻科、高校、高等専門学校に入学予定か在学し、成績優秀で学費の支払いが困難な方

#### ■申込方法/

学校教育課にある願書と申し込みに必要な書類を3月24日(月)までに提出してください。奨学生は、書類審査で決定します。

#### ■返還方法/

卒業後10年以内に年賦か月賦返還(無利子)

#### ■問い合わせ/

(財)小千谷奨学会事務局(学校教育課学事係)

### 市税等の納期限

■3月31日(月)

■国民健康保険税(3月分)  
 介護保険料(3月分)

### 平成20年度

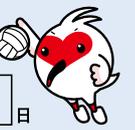
### 固定資産税縦覧帳簿の縦覧

■期間/ 4月1日(火)～30日(水)

■詳しくは市報おぢや3月25日号でお知らせします。

■問い合わせ/ 税務課資産税係

☎ 83-3508



## 小千谷を描く No. 339 雪の小千谷小学校前にて

3月近くなつての大雪が止んだ日に、小千谷小学校が改築されると雪景色の学校を描けるのも今のうちとばかりにやって来ました。

私も、この学校の卒業生のはしくれ、その昔、ほんのちょこっと勉強し、さんざっぱら遊んだ日々のがなつかしく思い出されます。オラみたいな出来の悪い子でも友だちや先生や学校が大好きでした。今、都会の小学校では、お受験戦争にまきこまれて大変だとか、オラやだね。

(絵と文は西脇正久さん)

### 表紙

3月2日(日)、白山ジャンプで第17回小千谷ジャンプ大会が行われました。大会の後は、ジャンプ体験会が行われ、この日は天候にも恵まれ晴天の下、初めてジャンプのスキーをはいた子どもたちなどがジャンプ体験をしました。

このような体験会などを通じ、未来の国際的ジャンパーがまたこの小千谷から育ってくれるといいですね。

### 編集後記

つい先日、新年を迎えたと思つたら、もう3月となつてしまいました。いつも思うのですが、この時期は時間の流れの速さをもっとも感じる季節です。

3月は、旅立ちの季節でもあります。卒業や新しい出発を迎える方も多いのではないのでしょうか。木々が芽吹く小千谷の春も、すぐそこまで来ていますね。