



小千谷を描く No.392

水田の風景 (西中)

ことしは低温のために田植えが遅れていて、ここ西中では広い水田が、風にさざ波をたてていました。平らかな山本山を背景に、新緑が水面に映えるとてもさわやかな連休あけの一日です。「おら孫も小学生になつてぞね、おらにふつついていたネンドルガマスがいなくなって、ちつとさびしいともホツとさびしい」と農家のおばあちゃんが話していました。

好奇心がさかんで「あらなんだ」「それなあに」「なんして」「どうして」と、きりも無くおばあちゃんにぶついていたネンドルガマスの坊やも、今頃休みあけの教室で「ハイ」「ハイ」と元氣よく手を上げているでしょう。そこではおちゃんの教えも、きつと役に立っていると思つよ。

(絵と文・西脇正久さん)

●今月の主な内容

- ファミリー・サポート・センター会員募集 3
- 市議会第2回定例会日程 4
- 自主スポーツ団体会員募集 5
- 不用贈答品即売会開催 6
- 小千谷市職員採用試験 7
- 健康の情報 8
- 市営・県営住宅入居者募集 9
- 甲種防火管理新規講習 10

Pick Up information

「ときめきめぐりあい推進事業」で、お付き合いを始めたカップルが入籍されました。3組目となります。おめでとうございます。

これからも「めぐりあいサポートセンター」が素敵な出会いのお手伝いをします。みなさんのご入会・お問い合わせをお待ちしています。

■問い合わせ/めぐりあいサポートセンター(市民会館内) ☎83-1384

お知らせ Information

税

金

国民健康保険税の軽減

倒産、解雇、雇い止めなどで離職した方の国民健康保険税が軽減されます。

○対象者は、65歳未満（平成21年3月31日以降）で次のいずれかに該当する方

- (1)倒産・解雇などによる離職者（雇用保険受給資格者証の離職理由コードが11、12、21、22、31、32の方）
- (2)雇い止めなどによる離職者（雇用保険受給資格者証の離職理由コードが23、33、34の方）

○前年の給与所得を100分の30に軽減して算定します。
○軽減を受けるには申請が必要です。「雇用保険受給資格者証」を税務課までご持参ください。

■問い合わせ／

▽国民健康保険税について…税務課市民係 ☎83・3508
▽国民健康保険の加入・脱退などについて…保健福祉課国保年

金係 ☎83・4060

住民税の徴収方法変更

65歳未満で公的年金などを受給している方は、今年度から住民税の徴収方法が変わります。

昨年度は公的年金部分にかかると住民税は、納付書で納めていただきましたが、税法が改正され、給与分と合算する給与天引きに変わります。給与所得のない方は昨年度と同じです。65歳以上の方は変更ありません。

詳しくは税務課市民税係までお問合せください。

■問い合わせ／税務課市民税係 ☎83・3508

相談

特設人権・行政相談所開設



特設人権相談所を開設します。子ども・高齢者などをめぐる問題や近隣とのトラブルなど、これは人権問題ではないだろうかと感じること、困りごとや心配ごとがありましたら、人権擁護

委員にご相談ください。相談は無料で秘密は堅く守られます。

当日は、同会場で行行政相談所も開設します。行政機関全般に対する苦情、意見、要望など、行政相談員がお受けします。気軽ににご相談ください。

■日時／6月2日(水)午前10時～午後3時

■会場／市民会館

■申込／当日会場受付

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3509

お年寄りの心の健康相談会

もの忘れが気になる、やる気が出ない、不眠などでお困りの方やその家族の相談を、精神科医師がお受けします。

会場まで来ることが難しい場合は、訪問相談も行っています。



相談は無料です。

■日時／6月8日(火)午後1時30分～3時30分

■会場／健康センター

■申込・問い合わせ／6月7日(月)正午までに、保健福祉課高齢福祉係 ☎83・4060へ

新潟大学無料法律相談会

新潟大学法学部法律相談部では、部員が弁護士または教員同席により無料法律相談会を開催します。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

気軽に相談ください。

詳しくは、法律相談部ホームページ

http://www.e-akiba.jp/~ho-so/をご覧ください。

■日時／6月27日(日)午前10時～午後5時

■会場／新潟大学五十嵐キャンパス法文棟

■相談内容／係争中（裁判中、調停中）の事件を除く民事事件で離婚、相続、賃貸借、土地関係などに関する相談

■申込受付／

6月11日(金)午後1時～7時、

12日(土)・13日(日)午前10時～午後

7時まで電話で受付を行います。

■申込・問い合わせ／新潟大学法学部法律相談部 ☎025・2

62・9732

水道週間

「水道に寄せる信頼 飲む安心」

6月1日(水)～6月7日(月)は、「水道週間」です。水道水は私たちの生活になくてはならないものです。

みなさんに安心して飲んでいただけるよう、私たちは安全でおいしい水を、安定して供給するよう取り組んでいます。

蛇口をひねればいつでも使える水道水ですが、電気など多くのエネルギーを使ってつくられます。大切な水道水です。ムダなく上手に使いましょう。



■問い合わせ／ガス水道局施設課 ☎82-4116

子育て支援

子育て相談・イベント

●子育てなんでも相談

離乳食やお子さんの食事に関する悩みや心配ごとはありませんか。今回は栄養士が相談をお受けします。気軽にご相談ください。

■日時／6月11日(金)午前10時～11時30分

■会場／わんパーク
■相談無料

■申込／相談を希望する方は、6月9日(水)までに予約をしてください。

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564

●キラキラタイム

わんパークの子育てイベントです。今回はタペストリーシアター「七匹の子やぎ」です。お母さんからお留守番をたの

まれた子やぎたち。するとそこへトントントン…さあ、誰が来たのかな？お楽しみに！

■日時／6月25日(金)午前10時30分～11時

■会場／わんパーク
■申込不要
■問い合わせ／わんパーク ☎81・7564

ひばりパーク開園

ひばり認定こども園(運営主

体・学校法人東小千谷学園)では、子育て支援センター「ひばりパーク」を開設しました。子育て相談をはじめ、お楽しみ保育や月例イベントも予定しています。どうぞご利用ください。



■開設日／毎週火・水・木・土曜日

■開設時間／午前9時～正午

■会場／子育て支援センター「ひばりパーク」※ひばり認定こども園玄関からお入りください。

■主な内容／
①遊び場の提供

②お楽しみ保育…午前10時45分～11時

③子育て相談…火・水・木曜日(相談員が対応します)

④月例イベント開催(月1回…別途お知らせします)

■問い合わせ／ひばり認定こども園 ☎82・6110

ファミリー・サポート・センター会員募集

子育ての援助をしたい方、援助をして欲しい方を募集しています。ファミリー・サポート・センターは、子育ての援助をして欲しい方と援助をしたい方が会員となり、子育てについて助け合う会員組織です。幼稚園、保育園への送迎や、放課後の一時的な預かりなど、さまざまな援助の方法があります。ご利用いただくためには、会員登録が必要になります。たくさんの方の申込をお待ちしています。



●提供会員養成講座(子育ての援助をしたい方)

子育ての援助をしたい方を対象に、会員養成講座を開催します。(全3日間：11時間の受講が必要です)

■日時／▽6月16日(水)午後1時30分～4時30分
▽6月17日(木)午後1時30分～5時30分
▽6月18日(金)午後1時30分～5時30分

■会場／子育て支援センター「わんパーク」

■定員／20人

■資格／市内にお住まいの健康な方であれば、性別、年齢や特別な資格は問いません。

■受講無料

●依頼会員登録説明会(子育ての援助をして欲しい方)

ファミリー・サポート・センターを利用予定の方、現在子育て中の方を対象に、登録説明会を開催します。

■日時／6月16日(水)午後1時30分～2時30分

■会場／子育て支援センター「わんパーク」

■定員／10人

■資格／市内にお住まいかお勤めの方で、ファミリー・サポート・センターを利用したい方、または利用する予定がある方。

■受講無料

■その他／ファミリー・サポート・センターの利用には事前の申込、登録が必要です。この機会に申し込みください。

※当日は保育ルーム(有料、要予約)を設置しますのでお子さんと一緒に受講できます。

※依頼会員(子育ての援助をしてほしい方)の申し込みは、わんパークで平日に行っています。

■問い合わせ・申込／6月11日(金)までにファミリー・サポート・センター(わんパーク内) ☎81-7587へお申し込みください。

広告募集中

市報おぢや・市ホームページでは広告を募集しています。「市報おぢや」の広告掲載料はこの大きさ(縦45.5mm×横82mm)で1枠1回15,000円です。詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ／企画財政課広報広聴係 ☎83-3507

あなたのお店や
事業をPRしま
せんか？



スポーツ

各種スポーツ大会参加募集

各種スポーツ大会の参加チームを募集します。

●申込・問い合わせ／生涯学習スポーツ課スポーツ振興係 ☎83・0077

○壮年野球大会（ナイター）

■日時／6月21日(月)～7月30日(金)（土・日・祝日は除く）午後7時30分試合開始

■会場／白山運動公園野球場

■日時／

- 本会議（第1日）：6月8日(火)午前10時～議案上程説明
- 三常任委員会連合審査会：6月9日(水)午前9時30分～
- 総務文教委員会：6月10日(木)午前9時30分～
- 社会土木委員会：6月11日(金)午前9時30分～
- 産業経済委員会：6月14日(月)午前9時30分～
- 本会議（第2日）：6月22日(火)午前10時～一般質問
- 本会議（予備日）：6月23日(水)午前10時～一般質問（質問者が多い場合に開催）

●本会議（最終日）：6月25日(金)午前10時～委員長報告、採決

※委員会の開催日、時間は変更になる場合があります。

■場所／市役所議場（各委員会は大会議室）

■その他／傍聴できます。本会議を団体で傍聴する場合や委員会の傍聴を希望する場合は、あらかじめ議会事務局に問い合わせください。また、本会議は市ホームページ <http://www.city.ojiya.niigata.jp/> からインターネット中継でもご覧になれます。

■問い合わせ／議会事務局 ☎83-3505

■参加資格／昭和45年4月1日以前に生まれた方で市内に在住または在勤の方

■チーム編成／監督・主将を含め1チーム20人以内（監督は選手として出場可、選手の二重登録禁止）

■参加料／1チーム2500円

■申込期限／6月10日(木)まで

■代表者会議／6月15日(火)午後7時～総合体育館体育団体室

○夜間バドミントン大会

■日時／7月8日(水)～7月23日(金)（土・日・祝日は除く）午後7時30分試合開始

■会場／白山運動公園野球場

図書館新刊紹介

図書館に新しく入った本の中からいくつかを紹介いたします。

1階の「今の特集本」コーナーには、奈良をテーマにした「平城遷都1300年」関係の図書を展示してあります。どうぞご利用ください。

●小説など

- 「指定席」 赤川次郎
- 「不等辺三角形」 内田康夫
- 「奇妙な賚銭」 澤田ふじ子
- 「すれ違う背中を」 乃南アサ
- 「いいんだか悪いんだか」 林真理子

●一般書

- 「新人諸君、半年黙って仕事せよ」 山田ズーニー／仕事に必要なコミュニケーション術を伝授。
- 「瀬戸内寂聴と歩く四国遍路」 the寂聴編集部／思い立ったらお遍路日和。魂のやすらぎを求めて寂聴と。
- 「サライの奈良 続」／1日かけて歩く春日大社、春日山原始林。奈良国宝仏像、飛鳥の古墳などを案内。
- 「世界で一番会社が嫌いな日本人」／働きがいのある会社に共通する12の条件を探る。

●児童書

- 「ジム・ボタンがやってきた」 マティアス・ヴェーバー絵、ミヒャエル・エンデ原作／小さな島国フクラム国に届いた宛先不明の小包。中に入っていたのは、大きなきらきら光る目をした小さな赤ん坊！
- 「ジャレットとバラの谷の魔女」あんびるやすこ作・絵「魔法の庭ものがたり」シリーズ最新作。

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724



赤十字救急法救急員養成講習会

不慮の事故や急病に備えるため、応急手当の知識と技術を身に付けませんか。



■日時／7月4日(日)・10日(土)・11日(日)午前9時～午後5時

※全3日間の受講が必要です。

■会場／サンラックおぢや

■内容／心肺蘇生法、止血法、ケガ、急病の手当方法など

■対象／満15歳以上

■参加費／3,000円

■定員／30人

■その他／昼食は各自で持参ください。

■申込・問い合わせ／6月25日(金)までに社会福祉課福祉係 ☎83-3517へ

自主スポーツ団体会員募集

■入会を希望する方は、各団体の活動日に活動場所でお訪ねください。

■各団体の連絡先、自主スポーツ団体登録制度についてのお問い合わせは、生涯学習スポーツ課スポーツ振興係（総合体育館内）☎ 83-0077 へ

団体名	種目	主な活動日・時間	主な活動場所	年会費 (1人)
東小千谷スポーツ愛好会	バレーボール	毎週土曜日 20:00～22:00	東小千谷体育センター	4,500円
小千谷オールドベーズ	壮年野球	試合前練習会・各種大会	白山野球場ほか	15,000円
レク・クイーン	レクリエーションダンス	火曜日(月2回) 9:30～11:30	総合体育館	6,000円
片貝ニューススポーツクラブ	ユニホック・ソフトバレーほか	毎週木曜日 20:00～22:00	片貝小学校	6,000円
ゆきわ	バレーボール	毎週火・土曜日 19:30～21:30	東小千谷中学校ほか	12,000円
婦人健康の集い	ソフトバレーボール	月3～4回 2時間	総合体育館	3,000円
婦人健康の集い・夜の部	健康体操	毎週水曜日 19:30～21:30	小千谷小学校	4,000円
西地区スポーツ友の会	バドミントン	毎週月・土曜日 19:30～21:30	小千谷中学校ほか	3,000円
東小千谷早朝走ろう会	ランニング・ラジオ体操ほか	毎週日曜日 6:30～7:30	東小千谷小学校	3,000円
ウッディーズ	硬式テニス	土・日・祝日を除く 2～3時間	総合体育館ほか	6,000円
舞桜麗(マオーレ)	社交ダンスほか	月3回(水曜日) 19:30～21:30	総合体育館	6,000円
小千谷名球会	軟式野球	毎週土・日曜日(冬季:週2回) 9:00～	白山運動公園ほか	12,000円
ラブ	硬式テニス	毎週水曜日 14:00～16:00	東小千谷体育センター	7,000円
本町テニス愛好会	硬式テニス	週1回	総合体育館	3,000円
小千谷市歩く会	ウォーキング	各種ウォーキング大会参加	各地	2,000円
スポーツ倶楽部ファーストクラス	ランニング・ウォークほか	毎月第2日曜日 9:00～	総合体育館ほか	1,000円
TFC	卓球	週1回以上 19:00～21:00	東小千谷体育センター	8,000円
ピカリクラブ	ソフトテニス	土曜または日曜日 13:00～16:00	片貝スポーツセンターほか	12,000円
小千谷Danceサークル	スポーツダンス(競技ダンス)	週2日 19:30～	総合体育館ほか	6,000円
ランダム	テニス	(5～11月)20:00～22:00	白山運動公園	2,000円
T・Kクラブ	テニス	週1～2回	片貝スポーツセンターほか	2,000円
帝王BC	野球	日曜日 9:00～12:00	白山野球場ほか	6,000円
祭やおぢや	創作ダンス	毎週金曜日 19:30～21:30	総合体育館ほか	12,000円
エアロピックス愛好会	エアロピクス	金曜日 10:30～11:30	総合体育館	8,000円
小千谷太極拳協会	太極拳	月曜日 20:00～・火曜日① 13:30～② 20:00～・木曜日 20:00～	総合体育館ほか	18,000円
小千谷スキー同好会わたぼうし	アルペンスキー	不定期	各地	2,000円
船岡シューターズ	サッカー・フットサル	金曜日 20:00～	ヘアリング体育館ほか	無し
舞夢	レクリエーションダンス	月4～5回 19:30～21:30ほか	総合体育館	6,000円
ピンポン教室	卓球	毎週月曜日・金曜日 10:00～12:00	総合体育館	7,000円
Sexy Dynamites	バレーボールほか	毎週木曜日ほか	総合体育館ほか	3,000円
NATIVE	サッカー、フットサルほか	週1回(曜日不定)	東小千谷体育センターほか	1,000円
スマイルダンス	スポーツダンス	日曜日 2～3回 19:00～21:30	総合体育館	36,000円
骨盤体操サークル	ストレッチ	水曜日 10:30～11:30	総合体育館	8,000円
葉月會	創作ダンス	毎週火曜日 19:30～21:30	総合体育館ほか	12,000円
BBB	ソフトテニス	日曜日 9:00～・18:00～	白山運動公園ほか	12,000円
小千谷クラブ	バレーボール	火曜日・土曜日ほか 19:30～21:30	小国勤労者体育センターほか	2,000円
小千谷護身道会	スポーツチャンバラ	毎週土曜日 19:00～21:00ほか	総合体育館ほか	12,000円
ほんまち鳴子会	創作ダンス	日曜日 1時間 30分程度	小千谷小学校ほか	30,000円
深雪クラブ	テニス	随時 10:00～12:00	総合体育館	随時必要経費
DIABRO(ディアブロ)	フットサル	火曜日 19:00～	和泉小学校ほか	12,000円
クレージーマッケンロー	ソフトテニス	毎週水曜日 19:00～21:00	白山運動公園ほか	12,000円

認知症の予防と介護市民講座

認知症は年々増加していて、高齢者人口の約9%に相当すると言われています。

その数は小千谷市に当てはめると1,000人と推測され、決して特別な病気ではありません。

認知症であっても、住み慣れた小千谷で馴染みの人や物に囲まれて暮らすことは、誰もが願う事です。

この講座は、最愛の妻とともに、認知症に向き合い病気と闘う講師の経験から、私たちが多くのことに気づかされるお話です。これはテレビの認知症特集番組でもレポートされ、大きな反響を生みました。

■日時／6月26日(土)午後1時30分～4時

■会場／サンプラザ

■内容／▽実践報告「介護現場からの声」▽講演会「最愛の家族が認知症になった時、あなたは どうしますか」講師／大沢幸一さん(群馬県議会議員・若年認知症ぐんま家族会副会長)

■参加無料

■申込不要※直接会場にお越しください。

■問い合わせ／保健福祉課高齢福祉係 ☎83-4060

県立魚沼テクノスクール 介護ヘルパー養成科 7月入校生募集

■対象／介護分野に就職を希望する方(定員15人)

■会場／楽集館(上ノ山4丁目)

■期間／7月13日(火)～10月12日(火)

■受講料無料

※ただし、テキスト代など自己負担あり

■申込／6月17日(休)までにハローワークおぢやへ

■問い合わせ／県立魚沼テクノスクール ☎025-794-2410

募 集

講座受講生募集

勤労青少年ホームの講座受講生を募集します。随時受け付けています。受講料・材料費のほかに、ホーム利用登録料1000円が必要です。(今年度登録済みの方は不要です) ※各講座とも申込少数の場合、開催しないことがあります。詳しくはお問い合わせください。

●申込・問い合わせ／平日の午前8時30分～午後9時、勤労青少年ホーム ☎82・8510まで

〇浴衣着付け講座

今年の夏は浴衣を着て出かけませんか。

■日時／6月18日(金)～7月9日

(金) (金曜日、計4回) 午後7時～9時

■会場／勤労青少年ホーム1階和室

■講師／瀬沼セツさん(明星学院着もの着付教授)

■定員／15人

■受講料／テキスト代500円(4回分)

■持ち物／浴衣、半幅帯、腰ひも2本

〇初心者テニススクール

運動不足やストレス解消にテニスをはじめてみませんか。

■日時／6月18日(金)～7月30日(金) (金曜日、計7回) 午後7時30分～9時

■会場／東小千谷体育センター

■講師／勤労テニスクラブ

■定員／15人

催 し 物

■受講料／ボール代1000円(7回分)

■持ち物／ラケット(貸し出し有り)、内履きシューズ

不用贈答品即売会

使われずに家庭で眠っている贈答品を有効利用するために、即売会を開催します。

掘り出し物がたくさんあります。お誘いあわせのうえ、ご来場ください。

あわせて、不用贈答品を出品する方も募集します。

◎不用贈答品即売会

■日時／6月13日(日)午前10時～午後0時30分

■会場／サンプラザ3階ホール

◎贈答品出品受付

■日時／6月11日(金)午前9時30分～午後4時30分

■会場／サンプラザ3階ホール

■取扱品／贈答品(新品に限る。衣料品は除く。食品は消費期限、賞味期限内のものに限る。)

■搬入／出品物は直接、各自で会場にお持ちください。

■出品料など／

出品料は一品につき10円です。また、売上金から販売手数料(売上金の20%)を差し引いた金額を出品者にお渡しします。

■問い合わせ／小千谷市消費者協会事務局(市民生活課生活安全係内) ☎83・3509

西脇順三郎記念講演会

「西脇順三郎を偲ぶ会」では、名誉市民で詩人でもある西脇順三郎を偲んで、講演会を開催します。事前の申込は不要です。どなたでも気軽にご参加ください。

■日時／6月5日(土)午後2時～4時

■会場／サンプラザ3階ホール

■内容・講師／

▽第一部基調講演「私の西脇順三郎」岡井隆さん(現代歌人)

▽第二部座談会「言葉のAmbarvalia(アムバルヴァリア)へ」岡井隆さん・加藤孝男さん(現代歌人)・太田昌孝さん(詩人)

■問い合わせ／図書館 ☎82・724

小千谷市職員採用試験

平成23年度採用の市職員の採用一次試験を行ないます。

受験を希望する方は申し込みください。



- 試験日／7月25日(日)
- 会場／小千谷市役所
- 応募締切日／6月30日(水)午後5時必着(郵送も同様)
- 試験区分／

試験・職種	学歴・資格	年齢	採用人員
一般事務 上級	大学卒業	昭和57年4月2日以後に生まれた者	4名程度
保育士	保育士 資格	昭和59年4月2日以後に生まれた者	若干名

※学歴・資格は、平成23年3月31日までに取得見込みのものを含みます。

※一次試験合格者を対象に、後日、二次試験を実施します。

資料請求・問い合わせ／

〒947-8501 新潟県小千谷市城内2-7-5 小千谷市総務課職員係 ☎83-3005 FAX83-2789

- 直接、市役所総務課に請求
- 小千谷市ホームページ (<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>)「行政情報」→「職員採用」からダウンロード
- 郵送請求の場合は、希望試験・職種を書いて、返信用封筒(角2・A4が入る大きさ、あて先を明記し120円切手を貼ったもの)を同封し、外封筒には「試験要項請求」と朱書きして、小千谷市総務課あてに請求

◎その他の試験情報

▽一般事務初・中級、障がい者枠、消防士について9月中旬に試験を実施する予定です。詳細は市報7月25日号に掲載します。

●春山を歩こう「のろし」をあげよう!

函山城狼煙はつやまの会では、函山城に登り「のろしあげ」をします。当日は楽しい大名行列、出陣式もありません。春山トレッキングを満喫し、のろし体験をしてみましよう。

- 日時／6月13日(日)午前9時～午後1時30分
- 集合場所／岩沢不動寺境内、午前8時50分集合
- 参加費／500円(小学生以下無料)

●第13回高場ヨマンテン

- 日時／6月27日(日)午前7時30分～受付、9時スタート
- 会場／川井小学校発着
- 種目／12km、5km、3km
- 参加資格／完走でき、健康状態が良好な方
- 参加料／▽一般・1000円
- ▽高校生以下・500円
- 申込方法／所定の郵便振替用

■のろし交信／午前11時、正午
■その他／とん汁・飲み物を用意します。昼食は各自用意してください。

■問い合わせ／岩沢住民センター
1 ☎86・2002

紙に必要事項を記入のうえ、参加料を添えて最寄りの郵便局で申し込んでください。
(ファックス専用申込用紙も可。
FAX 89・2844)

※申込用紙はホームページ
<http://www6.plala.or.jp/takabaru-club/>からダウンロードできます。

●申込締切／6月10日(水)

■問い合わせ／大会事務局・諏訪部 090・4063・7584

●わんぱく相撲小千谷場所

子どもたちの活躍を、ぜひご覧ください。

■日時／6月5日(土)

▽開会式・午前8時30分

▽試合開始・午前9時

■会場／総合体育館

■問い合わせ／(社)小千谷青年会議所事務局・担当吉澤 ☎81・1300

●市民登山「志賀高原・志賀山」

第4回市民登山の参加者を募集します。

■日時／6月13日(日)

※日帰りです。

■行き先／長野県志賀高原

▽志賀山(2037m)

■参加料／3500円(交通費・入浴料・保険料込)

■その他／小学生以下は保護者同伴でお願いします。天候などにより予定を変更する場合があります。

■申込締切／6月2日(水)まで

■問い合わせ／小千谷ハイキングクラブ事務局・目崎貞良 ☎0670 FAX 82・5131

●社会福祉チャリティー「歌う絆の会」発表会

■日時／6月6日(日)午後3時開演(2時開場)

■会場／市民会館大ホール

■入場無料

■問い合わせ／歌う絆の会代表 川上進 ☎82・3919

健康 の情報

5月の予定



各種検診のご案内
 通知された日時・会場で受診できない方は、都合のよい会場で受けることができますので健康センターへご連絡ください。
 また、受診通知書が届いていない方で受診を希望する方や申し込みの取り消しをする方も健康センターまでご連絡ください。検診の対象年齢は平成23年4月1日現在の満年齢を基準としています。
■申込・問い合わせ先
 健康センター ☎83・3640

胃がん・大腸がん検診日程

(申込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
小栗山・中山・寺沢・朝日	6.29(火)	8:30～10:30	金倉会館
山谷・坪野(下)	6.30(水)	8:30～11:00	山谷交流センター

- 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 (70歳以上の方は無料)

子宮がん検診、乳がん検診日程表

- 40歳以上同時実施
- 20～38歳子宮がん検診のみ

小千谷総合病院	
月日	6.7(月)、6.14(月)、6.21(月)、6.28(月)
受付時間	13:00～13:10または14:00～14:10 ※子宮がん検診のみ受診される方は、14:00～14:10受付
魚沼病院	
月日	6.4(金)、6.11(金)、6.14(月)、6.18(金)、6.21(月)、6.25(金)、6.28(月)
受付時間	12:30～12:50 ※子宮がん検診のみ受診される方は、14:15～14:30受付
森平レディースクリニック	
月日	6.1(火)、6.3(木)～5(土)、6.7(月)、6.8(火)、6.10(木)～6.12(土)、6.14(月)、6.15(火)、6.17(木)～6.19(土)、6.21(月)、6.22(火)、6.24(木)～6.26(土)、6.28(月)、6.29(火)
受付時間	9:00～12:30 (月、火、木、金、土曜日) 15:00～19:00(月・金曜日) 15:00～17:30(火・木曜日) ※20～38歳子宮がん検診のみ実施

※必ず個人通知が届いてから受診してください。

- 子宮がん検診
 - 対象 / 20歳以上の女性で、平成23年4月1日までに偶数年齢になる方
 - 料金 / 1,000円、70歳以上無料
- 乳がん検診
 - 対象 / 40歳以上の女性で、平成23年4月1日までに偶数年齢になる方
 - 料金 / ▽40～48歳1,400円
▽50～68歳1,000円 ▽70歳以上無料
- 申込をしなかった方で、検診を希望する方は、健康センターへご連絡ください。

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
打越・上村・水口・滝谷・藤田・沢・高畑・茶合・四ツ子・谷内	6.11(金)	9:00～11:00	吉谷トレーニングセンター
池ヶ原・古田・池中新田		13:30～14:15	池ヶ原コミュニティセンター
西中	6.14(月)	9:00～9:30	西中集落センター
山本		10:15～10:45	山本振興会館
塩殿・卯ノ木		13:00～13:30	塩殿ふれあいセンター
千谷	6.15(火)	9:00～11:00	千谷センター
上片貝		13:30～14:15	上片貝公会堂
小栗田	6.16(水)	9:00～11:00	小栗田多目的センター
三仏生		13:30～15:00	三仏生多目的センター
土川・平成2丁目・稲荷町・若葉一丁目	6.17(木)	9:00～11:00 13:00～15:00	市民会館
元町・日吉・船岡・栄町	6.18(金)	9:00～11:00 13:00～15:00	健康センター ※14:50～15:00胸部レントゲン検査は男女分けての検診になります。

- 胸部レントゲン検査 (結核定期健康診断・肺がん検診)
 - 対象 / 40歳以上
 - 料金 / 200円(70歳以上無料)
- 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 (75歳以上無料)
 - ※40歳～74歳の社会保険などで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が必要です。

禁煙外来病院の内容訂正

5月10日号5ページでお知らせしました市内の禁煙外来で、魚沼病院 (城内4) ☎83-2870 は、保険適用外での禁煙治療になります。

7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／7月1日(木)
- 申込／6月15日(火)までに申込書により建設課へ。申込書は建設課にあります。
- 入居条件／各住宅によって異なります。詳細はお尋ねください。
- その他／入居申し込みの前にあらかじめ建設課に相談ください。その際、源泉徴収票など世帯の所得がわかる書類を持参ください。所得により減免規定もあります。

住宅名・所在地	募集戸数	家賃月額(円)	概要
市営住宅			
市営木津団地住宅(木津団地)	1	4,400～8,600円	ブロック平屋建・3K(6畳・4.5畳・3畳)・物置兼浴室(浴槽なし・風呂釜なし)
市営日吉団地住宅(日吉2丁目)	1	16,400～32,200円	鉄筋3階建・1LDK(6.6畳)・浴室(ユニットバス)・ベランダ・サンルーム
特別公共賃貸住宅			
市営日吉団地住宅(日吉2丁目)	2	52,000円	鉄筋3階建・3LDK(和室6畳・洋室6畳・5.3畳)・浴室(ユニットバス)・ベランダ・サンルーム
県営住宅			
県営天竺住宅(日吉2丁目)	1	7,700～15,200円	鉄筋3階建・2K(6畳・4.5畳)・浴室(浴槽なし・風呂釜なし)・ベランダ
県営元中子住宅1号棟(元中子)	1	15,600～30,600円	鉄筋5階建・3DK(6畳・6畳・5畳)・浴室(浴槽なし・風呂釜なし)・ベランダ・サンルーム

リフレッシュ出前講座

小規模事業所従業員の健康づくり支援として専門スタッフを派遣し、健康講座を行います。

- 対象／従業員数が概ね50人未満の事業所
- 内容／5つのコースからお選びいただけます。
 - 運動実践コース
 - ストレスマネジメントコース
 - 禁煙支援コース
 - 口腔ケアコース
 - 食生活応援コース

- 日時・会場／応談
- 受講料無料
- 申込・問い合わせ／魚沼地域振興局健康福祉部地域保健課 ☎025-792-8612



認知症高齢者見守り隊講座

認知症高齢者の理解や見守り、話し相手など、高齢者を支えるまちづくりを目指してボランティア講座を開催します。

■日時、内容、会場／

月日	時間	内容	講師	会場
6月26日(土)	13:30～16:00	認知症の予防と介護市民講座	大沢幸一さん(群馬県議会議員)	サンブラザ
7月14日(水)	13:30～15:30	高齢者の心身の特徴と認知症	山下正廣さん(山下メンタルクリニック院長)	サンラックおぢや
		高齢者や介護の現状	市職員	
8月9日(月)		○認知症の人の心を知る ○傾聴の意義と実演	樋掛尚文さん(三島病院臨床心理士)	サンラックおぢや
9月28日(水)(予定)	13:30～15:45	認知症グループホームの視察	グループホーム職員	市内グループホーム
		高齢者虐待の予防	市職員	サンラックおぢや
		ボランティア活動	社会福祉協議会職員	

- 対象／20歳以上の市民
- 参加無料
- 申込／6月23日(水)までに申し込みください。(6月26日の市民講座は申込不要です)
- 申込・問い合わせ／保健福祉課高齢福祉係 ☎83-4060

平成22年度長岡療育園発達講座

重症心身障がい児(者)の支援に興味がある方など多数の参加をお待ちしております。保育預かりもあります。

- 日時／6月12日(土)午後2時～5時
- 会場／長岡リリックホールシアター(長岡市寺島町315番地 県立近代美術館隣)
- 内容／
 - ▽講演1「救急の現場からみた重症心身障がい児・者医療」講師:吉川秀人さん(長岡療育園副園長)
 - ▽講演2「重症心身障がいにみられる睡眠障がい」講師:小西徹さん(長岡療育園園長)
- 定員／450人
- 参加無料
- 申込方法／電話、ハガキ、ファックス、電子メールで①代表者氏名②住所③電話番号④職業(職種)⑤参加人数⑥保育預かり希望の場合は、その旨を人数などをご記入のうえ、6月10日(木)までに申し込みください。
- 問い合わせ／☎940-2135長岡市寺島町2278-8長岡療育園発達講座担当 ☎46-6611 FAX47-1243 ✉nryou@nagaryo.or.jp

1	火	
2	水	・特設人権・行政相談所開設 (10:00～/市民会館) ・10か月児健康診査(13:00～/健康センター)
3	木	・4か月児健康診査(13:00～/健康センター) ・おはなしの会(15:30～/図書館) ・市民と市長の懇談会(19:30～/サンプラザ)
4	金	
5	土	・西脇順三郎記念講演会(14:00～/サンプラザ) ・第24回わんぱく相撲小千谷場所 (8:00～/総合体育館)
6	日	・第56回市民ソフトボール大会 (8:30～/白山運動公園、千谷運動公園) ・第23回東小千谷健康ウォーク (9:00～受付/勤労青少年ホーム前スタート) ・金倉山トリムウォーキング大会(9:30～受付 /東山レクリエーションセンター跡スタート) ・牛の角突き(13:00～/小千谷闘牛場) ・歌う絆の会チャリティーカラオケ発表会 (15:00～/市民会館)
7	月	
8	火	・市議会定例会 (10:00～/議場/議案上程説明)
9	水	・市議会三常任委員会連合審査会 (9:30～/大会議室)
10	木	・市報おぢや発行 ・市議会総務文教委員会(9:30～/大会議室) ・すこやか子育て教室「ヨチヨチコース」 (10:00～/わんパーク) ・認知症介護家族支援講座 (13:30～/健康センター) ・おはなしの会(15:30～/図書館)
11	金	・市議会社会土木委員会(9:30～/大会議室) ・不用贈答品即売会出品受付 (9:30～/サンプラザ)
12	土	
13	日	・らくらく野菜づくり教室「夏野菜コース」⑤ (8:00～/ふれあいの里) ・函山城狼煙の会「のろしあげ」 (9:00～/岩沢不動尊境内集合) ・不用贈答品即売会(10:00～/サンプラザ)

14	月	・市議会産業経済委員会(9:30～/大会議室)
15	火	・すこやか子育て教室「ハイハイコース」 (10:00～/わんパーク)
16	水	・シルバー人材センター入会説明会 (10:00～/サンラックおぢや)
17	木	・すこやか子育て教室「ヨチヨチコース」 (10:00～/わんパーク) ・おはなしの会(15:30～/図書館)
18	金	
19	土	
20	日	・おはなしの会(14:00～/図書館)
21	月	
22	火	・市議会定例会(10:00～/議場/一般質問) ・すこやか子育て教室「ハイハイコース」 (10:00～/わんパーク)
23	水	・市議会定例会 (10:00～/議場/一般質問予備日) ・1歳6か月児健康診査 (13:00～/健康センター)
24	木	・3歳児健康診査(13:00～/健康センター) ・すこやか子育て教室「ヨチヨチコース」 (10:00～/わんパーク) ・おはなしの会(15:30～/図書館)
25	金	・市報おぢやお知らせ版発行 ・市議会定例会 (10:00～/議場/委員長報告、採決) ・2歳児歯科検診(9:00～/健康センター)
26	土	・認知症の予防と介護市民講座 (13:30～/サンプラザ)
27	日	・らくらく野菜づくり教室「夏野菜コース」⑥ (8:00～/ふれあいの里) ・第13回高場山マラソン (9:00～/川井小学校発着)
28	月	
29	火	・すこやか子育て教室「ハイハイコース」 (10:00～/わんパーク)
30	水	・市税等の納期限:市・県民税(第1期)、国民健康 保険税・介護保険料(6月分)

■各種相談日程

相談名	開催日	時間	会場	問い合わせ・申込
行政相談	6.23(水)	9:00 ～12:00	真人住民 センター	市民生活課 生活安全係 ☎83-3509 ※法律相談は 予約制
法律相談	6.16(水)	13:00 ～16:00	市役所 第1相談室	
消費生活 相談	毎週 火曜日 木曜日	9:00 ～12:00		
お年寄り の心の健 康相談会	6. 8(火)	13:30 ～15:30	健康セン ター	保健福祉課 高齢福祉係 ☎83-4060 ※6.7(月)申込 締切
AA グループ ミーティ ング	毎週 水曜日 金曜日	19:30 ～21:00	健康セン ター	保健係 ☎83-3640

甲種防火管理新規講習

防火管理者としての資格を取得するための講習会を開催します。この資格は、防火対象物の防火管理者として、火災予防についての業務を行うために必要なものです。

- 日時/7月15日(木)・16日(金)※両日とも午前8時30分～午後5時(受付は午前8時開始)
- 会場/楽集館(上ノ山4丁目)
- 定員/60人
※定員になり次第締め切ります。
- 受講料/4,000円(テキスト代)。申込時に納入してください。
- 申込期間/6月10日(木)～7月10日(出)
- 申込/受講申込書(消防本部予防課または川口出張所で配布)に必要事項を記入し、受講料、写真1枚(縦4cm以下×横3cm以下)を添えて直接申し込みください。
- 問い合わせ/消防本部予防課☎83-0238