

# 市報 おぢや 2007.2月号

第836号



## 今年の福をひろう～片貝福餅まき～

市内各地のさいの神・・・2～3  
税の申告はお早めに・・・4～5  
財政状況の公表・・・6～7  
メタボリックシンドローム・・・8

スキー競技全国大会出場者紹介・・・12  
お知らせ（健康）・・・14～15  
お知らせ・・・16～17



舞い上がるおんべを追いかける子どもたち（三仏生）

# 小千谷のさいの神行事

## 各町内それぞれに特色

小正月行事のさいの神は、各町内とも今年はほとんどが1月14日(日)に集中して行われました。市内のさいの神は消防署に届け出があるものだけで83件もありました。時間も午前と午後、夜に行われるものもあり、形や飾り付けにも地域ごとに特色があります。さいの神行事は、地域づくりにも役立っているようです。そこでいくつかの町内を訪ね、それぞれのさいの神の様子取材してみました。



お酒を酌み交わして祝う桜町中通



餅やスルメを差し出す人たち（上片貝）



大きなダルマがあった桜町中村



たくさんのおんべが宙を舞う城内



旧信工グラウンドで行われた東栄のさい神



夜のさいの神では県内有数の規模といわれる片貝



雪灯籠が優しくあたりを照らす(鴻巣)



特徴ある形のさい神(若葉)

# 税の申告は正しくお早めに

市・県民税、所得税の申告受付は2月16日(金)～3月15日(木)

申告をしなければならぬ人

## 市・県民税の申告

平成19年1月1日現在小千谷市に住所がある方は、原則として市・県民税の申告の必要があります。

市では、申告が必要と思われる方に市・県民税申告書を

郵送しますが、送付された方でも、以下の方は申告の必要はありません。

所得税の確定申告をした方  
平成18年中の収入が1カ所からの給与のみで、勤務先で年末調整を受けられており、勤務先から市へ「給

与支払報告書」が提出されている方

平成18年中の収入が公的年金のみで、社会保険料・生命保険料などの控除を受ける必要のない方

## 所得税の確定申告

事業収入や不動産収入のある方、土地や建物を買った方などで、平成18年中の所得金額の合計額が、基礎控除・扶養控除などの所得控除の合計額を超える方  
サラリーマンで、給与の年収が2000万円を超える方  
給与を1カ所から受けており、年末調整が済んでいるが、給与所得・退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方  
給与を2カ所以上から受けており、年末調整されなかった給与収入金額と給与所得・退職所得以外の各種所得金額の合計額が20万円を超える方

## 小千谷税務署による確定申告の受付

場所	期日	時間
サンプラザ 第2・3ホール	2月16日(金)～3月15日(木)	午前9時～正午 午後1時～4時

期間中は、小千谷税務署での確定申告の相談は行っておりませんのでご注意ください。

## 市・県民税申告相談日程

場所	期日	時間
市役所大会議室(4階)	2月16日(金)～23日(金)	午前8時30分～午後5時
市役所税務課(2階)	2月26日(月)～3月15日(木)	
片貝総合センター	3月1日(木)	午前9時～午後4時

土、日曜日は除きます。

市・県民税申告書は支所・連絡所にも提出できます。なお、連絡所での申告出張相談は行いません。

お願いー3月1日(木)は、税務課職員が片貝総合センターで受付を行うため、市役所で申告される方は申告日を変えていただくなど、ご理解とご協力をお願いします。

市・県民税のお問い合わせは市税務課へ ☎ 83・3508  
所得税のお問い合わせは小千谷税務署へ ☎ 83・2093



## 保険料（税）も所得控除に

平成18年中に支払った以下の保険料（税）は社会保険料控除の対象になります。控除を受けるには、いずれも申告が必要です。

### 国民年金保険料

「社会保険料（国民年金保

険料）控除証明書」の添付または提示が必要となります。

証明書は社会保険庁から保険料支払者に送付されていますので、ご確認ください。再発行は長岡社会保険事務所で行っています。

■36・5141  
住所／長岡市台町2-9-17

### 国民健康保険税・介護保険料

平成18年中に国民健康保険税・介護保険料（普通徴収分）



を納付いただいた方（世帯）には、1月下旬に「平成18年分国民健康保険税・介護保険料の納付額のお知らせ」をお送りしました。

申告時の参考資料としてご利用ください。

年金から天引きされている介護保険料（特別徴収分）については、被保険者本人以外は控除の対象にはなりません。

自書申告をお願いします

確定申告の、相談には職員が応じますが、みなさんが自分で計算し、記入していただくよう「集合指導」を中心に「説明します。また、待ち時間を少なくするためにも、できる限り自宅で記入してきてください。市・県民税申告書も、記入要領を参考に自書申告をお願いします。

## 要介護者も「認定書」「確認書」で 障害者控除・医療費控除の対象に

次のような方も、障害者（特別障害者）控除対象者に認定されます。

65歳以上で介護保険の要介護1・2の方（障害者控除対象）

65歳以上で介護保険の要介護3・4・5の方（特別障害者控除対象）

身体障害者手帳等の交付を受けている方（障害の程度により判断されます）

前記・と同程度と社会福祉事務所長（高齢福祉課）が認定した方

を除き障害者控除の申告をされる場合は、「障害者控除対象者認定書」が必要となりますので、高齢福祉課にご相談ください。■83-4060

寝たきりの方でおむつを使用されている場合には、医療費控除の対象となる場合があります。この申告をされる場合は、「おむつ代に係る医療費控除の証明事項確認書」が必要となりますので、高齢福祉課にご相談ください。



## 申告にお持ちいただくもの

印鑑、筆記用具、電卓

源泉徴収票

申告者本人の口座番号のわかるもの

各種控除に必要な証明書・領収書

（年末調整で控除していない社会保険料などの支払がわかる書類、生命保険、損害保険支払証明書、集計済の医療費領収書など）

その他必要書類



## 国税庁ホームページをご利用ください

国税庁ホームページ「所得税の確定申告書作成コーナー」で作成した申告書は税務署へ提出できます。

ホームページアドレス <http://www.nta.go.jp>

# 11月までに執行しました平成18年度の予算

みなさんに、小千谷市の財政状況を知っていただくために、毎年2月と8月に「財政状況」をお知らせしています。今回は、平成18年度予算の12月末現在の執行状況について紹介します。

## 予算の執行状況

平成18年度一般会計予算は、当初172億7000万円でした。その後、14億7520万9000円を増額補正し、平成17年度からの繰越事業費116億4841万1000円と合せ、12月末で303億9362万円になっています。繰越事業費116億4841万

1000円のうち86億2298万9000円は、農地、道路などの災害復旧が主な事業です。これは平成16年度から平成17年度に繰越し、平成17年度中に事業を完了する見込みでしたが、豪雪の影響により完了できず、さらに平成18年度に繰越したものです。

また、残りの30億2542万2000円は、平成17年度中に事業を完了できなかった災害公営住宅建設事業11億6372万1000円などです。

歳入予算のうち市税は50億4442万2000円（構成比16・6%）です。12月末の収入済額は46億9625万3000円で、予算に対する収入比率は93・1%になっています。そのほか、地方交付税などの財源は順調に収入さ

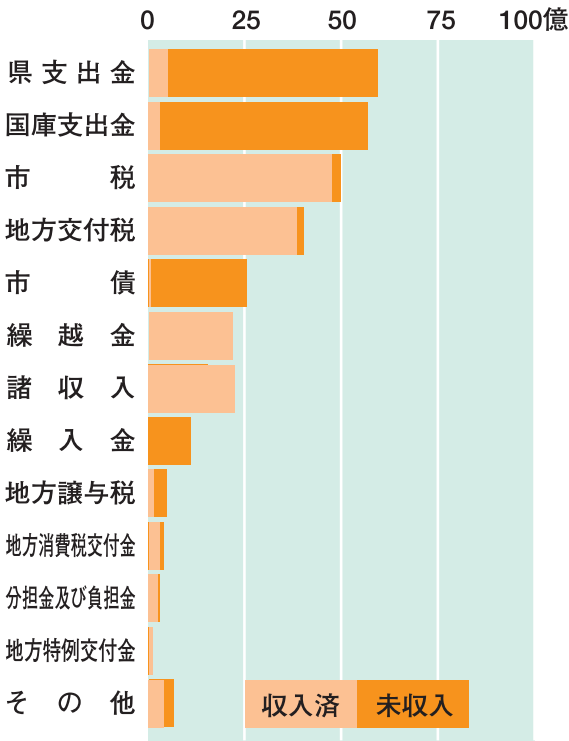
れています。国や県からの負担金・補助金は対象となる事業の実績による精算交付が原則となっていますので、12月末現在の収入比率は国庫支出金で5・1%、県支出金で8・0%となっています。これらは対象事業が完了することにより順次収入となる見込みです。

## 補正予算で対応した事業

予算は、その年の施策を定めたものですが、社会情勢の変化や災害などに対応するため、市では補正予算を組んで事業を実施しています。

12月までに増額補正した予算額は合計14億7520万9000円です。

主なものは小千谷小学校の改築に備える市立小学校建設基金積立金6億5661万8000円、ペット対応型公営住宅建設事業費として補正した1億8536万円です。



一般会計歳入予算執行状況 (繰越事業分を含む)

(単位：千円)

区分	予算額	収入済額	収入割合 (%)
県支出金	6,039,440	482,991	8.0
国庫支出金	5,782,169	296,583	5.1
市税	5,044,422	4,696,253	93.1
地方交付税	4,098,526	3,798,148	92.7
市債	2,591,800	49,500	1.9
繰越金	2,211,428	2,211,428	100.0
諸収入	1,560,586	134,326	8.6
繰入金	1,119,295	0	0.0
地方譲与税	490,400	281,415	57.4
地方消費税交付金	410,000	315,329	76.9
分担金及び負担金	298,664	177,225	59.3
地方特例交付金	90,340	90,340	100.0
その他	656,550	615,659	93.8
歳入合計	30,393,620	13,149,197	43.3

## 特別会計予算執行状況（繰越事業分を含む）

（単位：金額=千円、割合=%）

特別会計名	予算額	収入済額（割合）	支出済額（割合）
国民健康保険	3,213,735	2,086,457 (64.9)	2,252,980 (70.1)
老人保健	4,513,783	2,762,731 (61.2)	2,801,535 (62.1)
下水道	2,892,963	1,487,551 (51.4)	1,526,686 (52.8)
農業集落排水事業	987,088	178,367 (18.1)	458,249 (46.4)
地域間交流センター	315,048	181,420 (57.6)	182,780 (58.0)
介護保険	3,021,895	2,137,523 (70.7)	1,823,001 (60.3)
宅地造成事業	843,903	344,536 (40.8)	771,151 (91.4)

## 小千谷地域広域事務組合予算執行状況

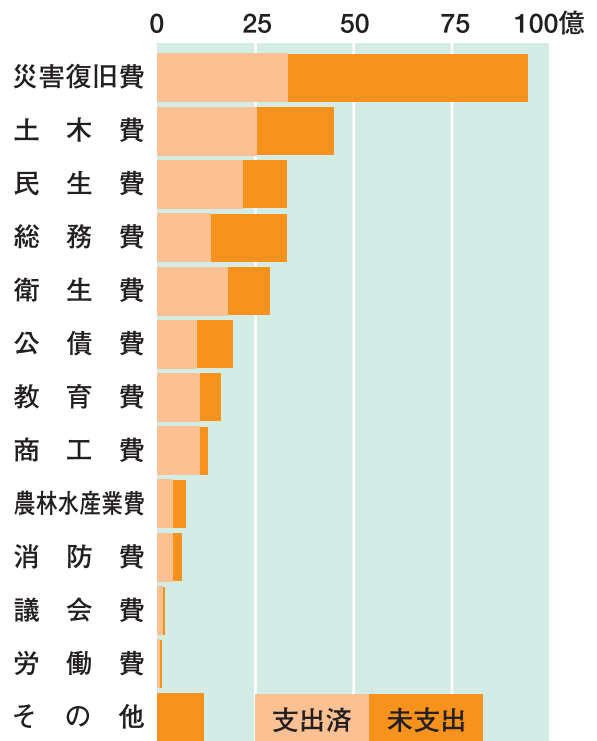
（単位：金額=千円、割合=%）

区分	予算額	収入済額（割合）	支出済額（割合）
衛生分	991,725	752,415 (75.9)	535,863 (54.0)
消防分	668,569	443,252 (66.3)	424,667 (63.5)

## 企業会計予算執行状況（繰越事業分を含む）

（単位：金額=千円、割合=%）

会計名	収入予算額	収入済額（割合）	支出予算額	支出済額（割合）
ガス事業	1,492,440	938,301 (62.9)	2,174,270	897,703 (41.3)
水道事業	1,068,225	647,760 (60.6)	1,638,910	616,348 (37.6)
工業用水道事業	390,802	311,853 (79.8)	618,835	241,630 (39.1)
合計	2,951,467	1,897,914 (64.3)	4,432,015	1,755,681 (39.6)



## 一般会計歳出予算執行状況（繰越事業分を含む）

（単位：千円）

区分	予算額	支出済額	支出割合 (%)
災害復旧費	9,437,809	3,324,437	35.2
土木費	4,586,951	2,595,593	56.6
民生費	3,524,853	2,209,320	62.7
総務費	3,497,910	1,320,816	37.8
衛生費	2,773,113	1,616,218	58.3
公債費	1,825,187	947,855	51.9
教育費	1,581,547	1,050,725	66.4
商工費	1,289,643	1,057,275	82.0
農林水産業費	871,821	438,962	50.4
消防費	643,471	448,196	69.7
議会費	164,425	132,804	80.8
労働費	74,824	41,026	54.8
その他	122,066	0	0.0
歳出合計	30,393,620	15,183,227	50.0

### 計画的な財政運用

地方交付税の減少など、市の財政を取り巻く環境は大変厳しいものがあります。今後、も限られた予算を計画的、効果的に執行してまいります。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、気軽にお尋ねください。お問い合わせ/企画財政課 83・3507

### 【歳入】

#### 用語解説

国庫・県支出金  
国や県から交付されるお金で、その使い道が決められているものです。  
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、

### 【歳出】

公債費  
市債を発行したときに決められた条件によって、元金の返済や利子の支払いに使用されるものです。

国から交付されるお金です。その使い道は、地方公共団体が独自に決められます。市債  
事業を行うのに必要なお金を借り入れるものです。  
繰越金  
前年度の決算で出た赤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お金です。  
繰入金  
事業を行うために必要なお金を基金などを取り崩して一般会計の財源とするものです。  
地方譲与税  
国が徴収した税金の内、一定の基準で地方自治体に譲与されるものです。  
地方消費税交付金  
みなさんが支払った消費税の内、一定の基準で小千谷市に交付されるお金です。  
分担金及び負担金  
特定の事業に使用する経費を受益者から徴収するものです。  
地方特例交付金  
恒久的な減税に伴う財源不足を補うために、国から交付されるものです。

肥満大敵！

# メタボリックシンドローム

## 内蔵脂肪症候群



図1

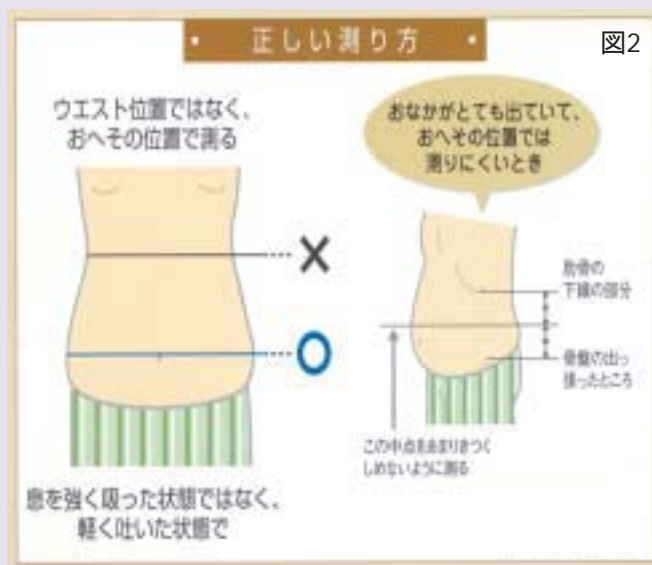


図2

「内蔵脂肪型肥満」の人が「高血圧」「高脂血症」「高血糖」のうち2つ以上を持っていて、脳卒中や心筋梗塞などを引き起こす可能性が非常に高くなります。(図1)

**ウエストのサイズダウンで健康アップ！**

肥満には2つのタイプがあります。腰やお尻、太ももといった下半身にたまりやすい皮下脂肪型肥満と内蔵のまわりに脂肪がたまり、お腹がぼっこり出た内蔵脂肪型肥満に分けられます。

メタボリックシンドロームで問題なのは内蔵脂肪型肥満です。それほど肥満体

型ではない人でも、お腹に内蔵脂肪が蓄積してくると血糖、血圧、中性脂肪、HDL(善玉)コレステロールといった数値が悪化してきます。これらのうち2つ以上の異常を持つ人は特に注意して、自分のおなかまわりを測ってみましょう。(図2)

腹囲を測るときはおへその位置息を軽く吐いた状態

できるだけ空腹時に測りましょう。メタボリックシンドローム予防には「1に運動、2に食事、しっかりと禁煙、最後にくすり」です。

運動 内蔵脂肪や中性脂肪は、筋肉の収縮活動により燃焼されます。皮下脂肪に比べ運動により落ちる効果が高いため、ウォーキングや水泳、自転車といった有酸素

運動がおすすです。食事 不規則な食事や欠食はエネルギーを確保するため、脂肪を貯えやすくなります。1日3食、時間を決めて、よく噛んで食べましょう。

禁煙 たばこは動脈硬化をすすめ、糖尿病の合併症のリスクにもなります。



## どぶろく特区第1号

### どぶろく「徳五郎」 お披露目



1月24日(水)、小栗山の金倉会館で、どぶろく「徳五郎」のお披露目会が開かれました。

このどぶろくを生産したのは、篠田徳五郎さん(中山)で、構造改革特区の一つ「どぶろく特区」の認定を受けた当市の、第1号の生産者となりました。

自ら生産したお米と、地元のわき水を使って仕込んだこのどぶろくは「徳五郎」と名付けられ、今回お披露目となりました。



篠田さんは、「ちょっと甘味が薄れアルコールが強くなったが、まだまだ味に納得はしていない。これからも研究を重ね、もっとうまいどぶろくを造りたい」と話していました。

お披露目会には関係者や地元の人など80人近くが参加し、「徳五郎」の生産を祝うとともに、地震の被害の大きかった東山地区の明るい話題に喜んでいました。



## 国民保護計画を策定する

### 小千谷市国民保護協議会を開催

国民保護に関する計画などについて審議するため、小千谷市国民保護協議会(会長 川谷井市長、委員19人)が1月25日(木)に市役所で開催されました。

この会議では、今年度に策定を予定している国民保護計画について同協議会に対し諮問が行われ、計画の策定組織体制・スケジュール・計画の構成などの大綱についての審議がされました。

国民保護計画は、我が国に対する外部からの武力攻撃や大規模テロなどが行われた際のもので、国民の生命、身体や財産を保護するため、または武力攻撃などから国民生活や国民経済に及ぼす影響が最小となるようにするための措置について規定した国民保護法に

基づき、国と地方自治体が策定する計画です。

審議の過程でパブリックコメントを予定していますので、市民のみなさんからのご意見をお待ちしています。

#### 国民保護法3本の柱

国民保護法では国・地方公共団体の実施すべき役割の3本の柱を定めています。

#### 住民の避難

に関すること

武力攻撃事態などに際しての、国からの警報発令、避難指示の伝達方法、要避難地域の住民を安全な地域に避難させるための誘導手順などを定めます。

#### 避難住民の救援

に関すること

避難した住民に対する食料、飲料などの生活必需品や仮設住宅などの供給、医療や通信手段の提供、避難住民の安否情報の収集提供などを行います。

#### 武力攻撃災害への対処

に関すること

ダム、鉄道などの生活関連等施設の安全確保、警戒区域の設定と立入制限、消火・救急・救助活動などを行います。

国民保護計画についての問い合わせ/総務課防災係

☎ 83・3506



### 200人が参加して親子で豆まき

節分より一足早く2月1日(休)「親子で豆まき」がサンラックおぢやで行われ、約200人が参加し豆まきを楽しみました。この行事は毎年入園前の幼児と保護者を対象として開かれているもので集まった子どもたちは豆まきのお話を聞いたり、鬼の人形を倒すゲームをしました。最後に赤鬼と青鬼が登場、ユーモラスな姿に泣き出す子どもはほとんどいませんでした。



### 無火災を祈って消防出初式

新春恒例の消防出初式が1月7日(日)本町通りなどで行われました。

朝からあいにくの天気でしたが、出初式に合わせたかのように回復し、消防職員・消防団員278人が参加、消防関係車両42台が本町通りをパレードしました。

また、サンブラザ駐車場では消防署員と消防団員が連携し、茶郷川に向け一斉放水が行われました。



### 昔のあそびで市民ふれあい交流

1月21日(日)サンラックおぢやで、子どもたちとお年寄りによる「市民ふれあい交流」が行われました。

会場となった大ホールには、まゆ玉づくりや昔あそびのコーナーが設けられ、竹馬のり、お手玉、あやとりなどが行われました。

各コーナーでは経験豊かなお年寄りの方が、竹馬を押さえながら指導をしたり、あやとりを実際にしてみせたりする光景が見られました。



### 慈眼寺で文化財防火訓練

晴天に恵まれた文化財防火デーの1月26日(金)、慈眼寺(平成2)で文化財防火訓練が行われました。

消防署、消防団、町内の自主防災会も参加し、本堂から出火との想定で実施された防火訓練では昨年配備されたミストドラゴン2台も駆けつけ、参加者は真剣に訓練に取り組んでいました。

放水訓練のあとは、園児たちが見守るなか、消火器訓練も行われました。

## BJリーグ公式戦に大勢の観客 子どもたちによるミニゲームも人気



日本初のプロバスケットボール「bjリーグ」の公式戦「新潟アルビレックスVS大分ヒートデビルズ戦」が、1月6日(土)・7日(日)総合体育館で行われました。

プロ選手の生の試合が見られるとあって、両日とも会場は大勢の観客で埋まっていました。

両チームの選手は、激しいぶつかり合いや素晴らしいシュートなど、迫力ある試合を見せ、ハーフタイムなどにはアルビレックスチアリーダーズの華麗な演技やバスケットボールスクールの子どもたちによるミニゲームなども行われました。



## つくし幼稚園で餅つき

1月12日(金)つくし幼稚園で日本伝統の餅つきを体験しました。

園長先生と園児の保護者のみなさんが最初に杵で力強くついた後、園児たちが交代で杵を持って餅をつきました。

石の臼を囲んで見守る園児たちは「餅つきぺったんこ...」と元気な声を歌い、餅をつく人たちに応援をしていました。つき上がった餅は、きなこや海苔がつけられ、子どもたちの昼食に出されました。



## 大崩雪まつり開催

大崩地区で恒例となった雪まつりが1月14日(土)、大池ふるさとセンターの広場で行われました。昨年は大雪で開催を断念せざるを得ませんでした。この雪まつりは長い伝統を誇り、今年で28回目を迎えました。

十二講にはじまり、雪上運動会、もちつき、さいの神と参加者は地域の伝統行事を楽しんでいました。地元の人は「こうした行事をとおし、いつもの元気を取り戻し、頑張ってる明るい地域にしたい」と話していました。

# スキー競技 全国大会出場選手の紹介

## 第44回全国中学校スキー大会

(2月6日～9日 長野県野沢温泉村)

田中北人(小千谷中学校・桜町中)男子5Km クラシカル

瀧澤可奈子(小千谷中学校・城内3)女子3km クラシカル、女子3Kmフリー、女子リレー

村田愛美(小千谷中学校・土川)女子3Kmフリー

穂苅雄一(小千谷中学校・谷内)スペシャルジャンプ、コンバインド

宮崎敏也(小千谷中学校・若葉3)スペシャルジャンプ、コンバインド

須貝龍(東小千谷中学校・木津町)男子回転、男子大回転

杵淵千佳(東小千谷中学校・東栄3)女子回転

新保紘太郎(新大附属長岡中学校・城内2)

男子回転

## 第85回全日本スキー選手権大会・クロスカントリー

(2月15日～19日 十日町市)

谷口健輔(小出高校・高畑)男子リレー

瀧澤三咲子(十日町高校・城内3)女子リレー

## 第85回全日本スキー選手権大会・コンバインド

(2月14日～16日 長野県白馬村)

関慎介(東洋大学・城内4)コンバインド

## 第56回全国高等学校スキー大会

(2月2日～6日 富山県富山市、南砺市)

谷口健輔(小出高校・高畑)男子15kmフリー、男子リレー

瀧澤三咲子(十日町高校・城内3)女子リレー

新保優(八海高校・千谷)女子回転、女子大回転

鈴木円佳(八海高校・平沢1)女子回転、女子大回転

須貝麗(八海高校・木津町)女子大回転

## 第62回国民体育大会冬季大会スキー競技会

(2月9日～13日 秋田県仙北市、鹿角市)

萩野純大(小千谷スキークラブ・市ノ口)成年男子Bスペシャルジャンプ 成年男子Bコンバインド

関勇人(小千谷スキークラブ・船岡2)成年男子Aスペシャルジャンプ 成年男子Aコンバインド

関慎介(東洋大学・城内4)成年男子Aコンバインド

新保優(八海高校・千谷)少年女子大回転

金子あゆみ(全日本ウインタースポーツ専門学校・上ノ山4)成年女子A大回転

井佐浩美(八海高校教員・桜町上)成年女子B5Kmクラシカル

表彰台の中央に上がる井佐選手



中国吉林省北大湖スキー場で開催された第6回冬季アジア大会のバイアスロン競技で小千谷市出身の井佐

井佐英徳選手  
冬季アジア大会で金メダル  
男子バイアスロン10キロスプリント

英徳選手(自衛隊)は1月29日(月)に行われた男子10キロスプリントで、金メダルを獲得しました。

レースの後、井佐選手から「今はとにかく『良かった』の一言です。また、次のレースへの励みにもなっています。そして、小千谷のみなさんに良い報告ができることをうれしく思っています。アジア大会は自分の中では1999年の第4回韓国大会から始まっており、2003年の青森大会は経験・調整不足で不本意な大会でした。ですから、その分も含めて結果を出す思いで、今まで頑張ってきた。レーシングをしてきました。みなさんの温かい応援もあり、金メダルという形で結果を出せたことは本当に良かったと思います。これからも頑張っていきます」とコメントをいただきました。

なお、井佐選手は2月1日(木)に行われた男子20キロでも銅メダルを獲得しました。

# おぢや 文化財散歩18

## 県指定文化財「小千谷縮見本帳」

小千谷縮見本帳は、冊子に多様な図柄の縮の切れ端を貼り付けたり、模様を墨や絵の具で描いたものです。小千谷市所蔵の5冊のほかに、市内の方が4冊所蔵しているものが昭和27年12月に県文化財に指定されています。

これらの見本帳には、江戸時代後期に製造された縮の見本数千点が表示されており、格子柄を中心にかすりによる幾何学形のような簡単な形を組み合わせた図柄が多く見られます。これらは行商や取引などで見本（カタログ）として使用され、将軍家や大奥に納入された図柄も入っているそうです。

小千谷縮は、江戸時代には将軍家から一般庶民にいたるまで流行し、その最盛期の生産は年十萬反にも及んだといわれています。

サンプラザ1階の小千谷織物工房「ありのま織之座」では、小千谷縮・越後上布の歴史や詳しい紹介、さらに体験工房もあり小千谷の伝統技術に触れることができます。今回紹介した小千谷縮見本帳も事前に連絡すれば閲覧することができます。

小千谷縮・越後上布の伝統的な製造技法は、昭和30年に全国初の国重要無形文化財に指定されています。

小千谷市社会教育課



小千谷縮見本帳



小千谷縮の雪さらし

## 全国都道府県対抗女子駅伝

### 小泉直子選手区間2位の快走



小泉直子さん（第一区・南中学校2年）は京都市で開催された第25回全国都道府県対抗女子駅伝競走大会に新潟県チーム代表として出場しました。中学生区間



新たな目標に向かいトレイルに励む小泉さん

の第8区を走った小泉さんは区間2位という快走を見せ、チームを17位から15位に引き上げる大活躍でした。「区間1位を狙っていたので、ちよつとくやしかったです。タスキを受け取った時、前を走る選手2人が視界に入ったので、あの2人は絶対に追い抜いてやると思いました。走り出したら足が軽く感じて、「いいける」と思いました」と、レースのことを振り返ってくれた小泉さん。

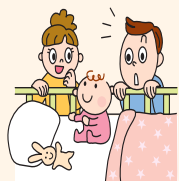
新潟県チームはその後順位を2つ下げましたが、これまでの県記録を更新する19位の成績でした。

小泉さんは「去年は故障で全中にいくことができなかったのですが、今年は1500mで全中をめざしたいと思っています。また、ジュニアオリンピックには3000mもあるので、こちらで決勝進出をめざして頑張りたいです」と当面の目標を話してくれました。

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～

### うぶごえ教室

日時 / 3月8日(木) 午前9時～正午  
対象 / 妊婦、1歳未満の子ども母親など  
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について・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 / 3月5日(月)まで。お子さん、ご夫婦一緒でも参加できます。



### 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科医師がお受けします。

日時 / 3月9日(金) 午後1時30分～3時  
会場 / 健康センター  
申込締切 / 3月8日(木)

### 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～午後9時  
会場 / 健康センター

### お年寄りの心の相談会

物忘れがひどい、やる気が出ないなどでお困りの方やその家族の相談を精神科医師が無料でお受けします。

日時 / 3月19日(月)午後1時30分～3時30分  
会場 / 健康センター  
申込締切 / 3月16日(金)  
申込・問い合わせ / 高齢福祉課 ☎83-0807

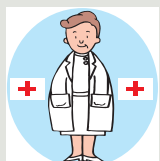


### 献血バスゆうあい号

みなさんのご協力をお願いします。

全血献血

日時 / 3月29日(木)午前9時30分～午後3時30分  
会場 / 日本ベアリング(株)



## 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 / 3月1日(木)午後1時～1時15分受付  
対象 / 平成18年10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

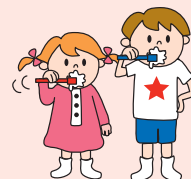
日時 / 3月7日(水)午後1時～1時15分受付  
対象 / 平成18年4月生まれ  
持ち物 / 母子健康手帳、替え用のオムツ  
その他 / 離乳食後期の講習会を同時実施

#### 1歳6か月児健康診査

日時 / 3月8日(木)午後1時～1時20分受付  
対象 / 平成17年8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 / 3月15日(木)午前9時～9時10分受付  
対象 / 平成17年2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 / 3月14日(水)午後1時～1時20分受付  
対象 / 平成16年2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、母子健康手帳  
その他 / 尿検査、歯科検診も同時に行います。歯をみがいて来てください。また会場で採尿しにくいおさんは、清潔な容器に尿を入れてお持ちください。

\* 発熱など、普段と違う症状のあるおさんは、翌月の健診日においでください。

# 健康 の情報

3月の予定



問い合わせ・申し込みは  
健康センター ☎83-3640  
または高齢福祉課 ☎83-0807へ

## 生活習慣病を防ぐ

### 食事みなおし講座

いっしょにヘルシー料理を作ってみませんか。  
小千谷市食生活改善推進委員協議会では、自分の食生活を振り返り、生活習慣病の勉強と調理実習などの講座を行います。

日時 / 3月11日(日) 午前9時～午後3時

会場 / 健康センター

内容 / 健康日本21の学習、身体の測定、調理実習など

定員 / 20人

受講料 / 200円

申込先 / 健康センター

申込締切 / 3月2日(金)まで定

員になりしだい締切

問い合わせ / 健康センター ☎83-3640



## 転倒骨折予防教室

### 指導者養成講座受講生募集

高齢者の転倒などによる骨折予防のために、運動指導をする人を養成する講座を開設します。参加資格は問いません。

日時 / 3月2日(金)、7日(水)、15日(木)

午後1時30分～3時

会場 / いずれもサンラックおぢや

内容 /

講話：「高齢者の転倒予防について」

講話：「教室運営の実際について」

実技指導：「運動指導の実際」

その他 / 参加申込者には後日、養成講座の案内をお送りします。

申込・問い合わせ / 2月26日(月)までに高齢福祉課へ ☎83-0807



## 作ってね！ この料理 やまといものわさび酢和え

材料(4人分)

やまといも140g、キュウリ80g、なめこ40g、おろしわさび小さじ1と1/2、酢大さじ1と1/3、だし汁小さじ1弱、塩小さじ1/2、薄口しょうゆ大さじ1/2

作り方

やまといもは皮をむき、薄い酢水に漬けて水気をきり、マッチ棒大に切る。

キュウリは、やまといもと同じくらいの大きさに切る。

(種は除く)

なめこは沸騰したお湯に入れて再沸騰したらすぐにザルにあげぬめりを軽く取る。

調味料を入れて、わさび酢を作り、  
・ ・ ・ を入れて和える。

栄養価(1人分)

エネルギー49kcal、たんぱく質2.0g 脂質0.3g、塩分1.2g

(調理：小千谷市食生活改善推進委員)

## 園芸福祉講座受講生募集

農林課 ☎83-3510

健康回復や生きがいづくりをめざす園芸福祉の講座を開催します。講演やフラワーアレンジメント体験を行います。



日時 / 3月3日(土)午前10時～午後4時

会場 / サンラックおぢや

参加料 / 1,000円(材料代・資料代)

申込・問い合わせ / 3月1日(木)までに農林課農都共生推進室へ

## 児童手当を振り込みます

市民生活課 ☎83-3509

児童手当2月期分(平成18年10月～19年1月分)を、2月15日(木)に受給者指定の各金融機関口座に振り込みます。

児童手当の申請はお済みでしょうか。昨年、児童手当法の一部改正法が施行され、支給対象年齢が小学校修了前(12歳年度末)まで拡大されるとともに、所得制限限度額が引き上げられましたので、現在受給されていない方はお早めに申請してください。

また、児童手当を特例給付で受給されている方で、厚生年金や共済組合などの被用者年金に加入している事業所を退職した方は、届出が必要です。届出が遅れると返納していただく場合があります。

## 市議会第1回定例会日程

日時 / (委員会は予定)

本会議(第1日)	2月26日(月)午前10時～	議案上程説明
三常任委員会連合審査会	2月27日(火)午前9時30分	
三常任委員会連合審査会	2月28日(水)午前9時30分	
三常任委員会連合審査会	3月1日(木)午前9時30分	
総務文教委員会	3月2日(金)午前9時30分	
社会土木委員会	3月5日(月)午前9時30分	
産業経済委員会	3月7日(水)午前9時30分	
本会議(第2日)	3月13日(火)午前10時～	一般質問
本会議(予備日)	3月14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) 3月16日(金)午前10時～委員長報告、採決

場所 / 市役所議場(各委員会は大会議室)

傍聴できます。本会議を団体で傍聴される場合や委員会の傍聴につきましては、あらかじめ議会事務局にお問い合わせください。

問い合わせ / 議会事務局 ☎83-3505

## ガス機器の取り扱いに注意

積雪や落雪により、ガス機器の排気筒の破損や排気筒の先端が雪の中に埋まると火が着かなくなったり大変危険ですので、今一度点検をお願いします。また、ガス器具とガス栓が正しく接続されていないと、ガス漏れや火災の原因となり危険ですので、定期的に接続具などの状況を確認してください。

ガス器具とガス栓の接続方法は取扱説明書をよく読んで確認し、その形状に適合した接続具を使用してください。

使用に際して、ゴムホースなどの接続具がガス機器とガス栓にしっかりと接続されていることを確認してください。

ガス器具とガス栓の接続方法が分からない場合は、ガス器具を購入した販売店へご相談ください。

ガス器具の排気筒が積雪・落雪などで破損した場合は、小千谷市ガス公認工事店へご相談ください。

問い合わせ / ガス水道局 ☎82-4115



## おひなさまづくり

ゴリラサークルによるおひなさまづくりが行われます。親子や家族でおひなさまを作ってみませんか。

日時 / 2月24日(土)午前10時～正午

会場 / 市民会館2階和室

対象 / 幼児から大人までどなたでも参加できます。

先着30人

材料費 / 1人300円

(当日徴収)

持ち物 / はさみ、のり

申込・問い合わせ / 市民

会館 ☎82・9111

## 事業主のみなさんへ

平成20年3月新規に大学などの卒業予定者を対象とした「小千谷・北魚沼地区就職ガイダンス(企業説明会)」を開催します。

今後の企業と地域経済の発展のため、一人でも多くの若者が管内企業に就職できますよう、就職ガイダンスへの参加をお願いします。

日時 / 3月20日(火)午後1時30分～4時

会場 / サンプラザ

問い合わせ / ハローワー

ク小千谷 ☎82・2441



# お知らせ

## Information

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

**ちぢみの里の利用券が当たる** 解答をはがきでお送りください。  
**広報クイズ** 正解者の中から、抽選で3人にちぢみの里の利用券を贈呈します。市報おぢやの感想もあと担当はうれしいのですが...

**問題** 全国都道府県対抗女子駅伝で南中学校の小泉直子さんが県代表として活躍しました。さて、この大会はどこで開催されたのでしょうか。



京都市 奈良市 福岡市  
(ヒントは13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** 2月24日(当日消印有効)

1月号の答えは、小千谷縮・小千谷 縮でした。抽選の結果次の方が当選しました。

米山タマさん、草野勇輝さん  
平沢博子さん

### 人口と世帯数(1月31日現在)

男	19,865人	△39 出生 30人
女	20,360人	△8 死亡 50人
合計	40,225人	△47 転入 27人
世帯数	12,347世帯	△15 転出 54人

### 事故発生状況(1月31日現在)

	19年1月まで	18年1月まで
件数	16件	11件
死者	0人	0人
傷者	19人	17人

### 消防本部出動状況(1月31日現在)

	19年1月まで	18年1月まで
火災	2件	0件
救急	125件	111件

### 気象データ1月

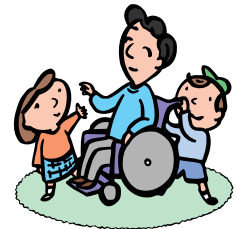
	18年12月	過去10年の平均
平均気温	2.0℃	1.1℃
最高気温	11.5℃	9.8℃
最低気温	-3.0℃	-6.4℃
降水量月計	229.5mm	372.3mm

小千谷地域消防本部速報値

## 小千谷市障害者計画・障害福祉計画(素案) ご意見をお寄せください

小千谷市障害者計画・障害福祉計画策定委員会(北村雄哉会長)では、計画の策定について小千谷市長から諮問を受け、このたび素案を取りまとめました。

今後の審議の参考にさせていただくために、広くみなさんからのご意見を募集します。



### 小千谷市障害者計画

平成11年3月に策定され推進してきました「小千谷市障害者プラン」の次期計画です。平成18年4月から施行された障害者自立支援法を基に、障害者を含めた地域に暮らすすべての人が、いきいきと生活できる社会の実現を目指して策定する計画です。

### 小千谷市障害福祉計画

障害者施策の着実な実施を図るため、上記「小千谷市障害者計画」に掲げられた障害者福祉サービスに関する実施計画的な位置付けとして策定する計画です。

募集期間 / 2月13日(火)~26日(月)(14日間)

閲覧場所 市役所市民ホール、片貝総合センター、東山・岩沢・真人・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

提出方法 / 住所、氏名(法人その他の団体は名称、代表者氏名)、電話番号を明記のうえ、次のいずれかの方法で提出されてください。なお、電話によるご意見の受付や回答は行いません。

持参 郵送 : 〒947-8501(住所記載不要)小千谷市健康福祉課福祉係あて

ファクシミリ : 0258-83-4160

電子メール : fukushi@city.ojiya.niigata.jp

意見の公表 /

個人情報を除き、提出されたご意見の概要・ご意見に対する考え方をホームページで公表します。

問い合わせ / 健康福祉課福祉係 ☎ 83-3517

### 市税等の納期限

2月28日(水)

国民健康保険税(2月分)

介護保険料(2月分)

ボランティアグループ3月の  
おはなし会  
毎週火曜日 午後3時30分  
〜4時  
3月6日、13日、20日、27日  
第3日曜日 午後2時〜2時30分  
3月18日  
会場 / 図書館1階 おはなしの部屋  
問い合わせ / 図書館  
☎ 82・2724



## 小千谷を描く No313 日吉の通り

1月の20日を過ぎて、小雪の小千谷で足が喜び、日吉の高台に来てみました。昔の人が、ここらを天竺と呼び、目の下の湯殿川を挟む街並を下町と言ったのも地形が良く見える地名と実感しました。

向かいの小千谷総合病院が見える通りを描きながら、いつもこんげの冬だったら灯油代もだいぶ助からんだどもと家計問題に思考が転換しはじめた、その途端「なんし、その分これからドサッと降るこてや」の声がどこからか聞こえてきました。カクン

(絵と文は西脇正久さん)

### 表紙

1月14日(日)の午後片貝町の浅原神社境内で片貝町商工振興会による福餅まきが行われました。

さいの神が出来上がった境内は子どもからお年寄りまで、大勢の人たちであふれました。まかれた餅の中には景品が当たる番号札の入っているものもあり、参加者は元氣いっぱい、餅やお菓子を拾い合っていました。

なお、この日の夜には今年42歳の厄払いをする「実生会」のみなさんによる福餅まきも行われました。

### 編集後記

2年続きの豪雪の後に、思わぬ暖冬となり、また驚かされました。「雪が少なくていいね」という声が聞こえてくる一方で、市内の冬の行事は中止や変更を余儀なくされています。

平成18年度新潟県広報コンクールの組写真部門で市報おぢ10月号の片貝まつりの花火大会の特集記事が最優秀作品の知事賞に選ばれました。これも取材や撮影に協力して下さる市民のみなさんのおかげと感謝しています。

2007 2月

平成19年2月10日発行 836編集：小千谷市総務課  
〒947-8501 小千谷市城内2-7-5

☎0258(83)3506  
☎0258(83)2789

この広報紙は再生紙(古紙100%)を使用しています。

大豆インクを使用しています