

## 新型コロナウイルス感染症 緊急事態宣言発令中です

4月16日(木)に政府より、新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく「緊急事態宣言」が新潟県を含む全国に発令されました。目的は人と人との接触を一定期間断つことにより、感染拡大を収束させることです。

大型連休を控え、感染拡大を防止するため、「徹底的な外出の自粛」と右の点についてご協力をお願いします。

■期間／4月16日(木)～5月6日(休)

- ▷ 不要不急の外出をやめ、人との接触を今まで以上に減らしてください。
- ▷ 手洗いや咳エチケットの徹底とあわせ「換気が悪く」「多くの人が密集し」「近距離での会話や発生が行われる」という3つの条件が同時に重なる場所を避けてください。

### ■相談窓口

▷ 帰国者・接触者相談（新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる方）

受付時間	相談窓口	電話番号
【平日】午前8時30分～午後5時15分 【土・日曜日、祝日】午前9時～午後5時	長岡保健所 新潟県福祉保健部健康対策課	☎33-4932 ☎025-280-5200
【夜間】上記時間以外の緊急連絡先	長岡保健所 新潟県福祉保健部健康対策課	☎38-2501 ☎025-285-5511

▷ 一般相談

受付時間	相談窓口	電話番号
【平日】午前8時30分～午後5時15分 【土・日曜日、祝日】午前9時～午後5時	長岡保健所 新潟県福祉保健部健康対策課	☎33-4932 ☎025-280-5200
午前9時～午後5時	小千谷市健康未来こども課	☎83-3640

▷ コールセンター（症状がない方、どこに相談したらよいか迷った方）

受付時間	相談窓口	電話番号
【平日】午前8時30分～午後5時	新潟県防災局危機対策課	☎025-282-1754

### ■問い合わせ

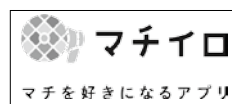
▷ 小千谷市新型コロナウイルス感染症対策本部（危機管理課内）☎83-3515

▷ 健康に関すること：健康未来こども課健康増進係（あすえ～る内）☎83-3640

### ●今月の主な内容

- 小千谷市総合戦略（改訂版）を策定しました…………… 3
- 軽自動車税（種別割）納税通知書を発送します…………… 5
- ご利用ください！まちづくり活動支援補助金…………… 9
- あなたのご意見・ご提案を「市民提案箱」へ…………… 10

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事などが中止・延期になる場合があります。最新の情報は市ホームページをご覧ください。事前にお問い合わせください。



「マチイロ」アプリをダウンロードして、いつでもどこでもスマホで「広報おぢや」をチェック！



小千谷市の情報は、毎週月～金曜日の午前7時35分頃から「FMながおか」でチェック！

# おぢやまつりは中止します

8月21日(金)から23日(日)に開催を予定していた「おぢやまつり」は中止します。

■問い合わせ／観光交流課観光係（市役所分庁舎内） ☎83・3512

## おぢやまつり実行委員長コメント

現在、国内と県内において、新型コロナウイルス感染症の感染者数が増加している状況です。このような状況において、おぢやまつり実行委員会では、おぢやまつりに向けた万灯製作の準備を開始しなければならぬ時期であり、市民のみならずまへの感染拡大へのリスクを可能な限り少なくすることが重要と考えました。

苦渋の決断ではありますが、本年8月21日から23日に予定しておりました「おぢやまつり」の中止を決定いたしました。

おまつりを楽しみにしていたみなさまには、このような判断になったことは非常に心苦しい限りですが、みなさまの命と健康を守ることを最優先に考え、決定したところであります。何卒ご理解をいただき、来年以降のおぢやまつりにご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

おぢやまつり実行委員長 小見山紘喜

## 市議会第2回定例会日程

### ■日時

▽本会議（第1日…議案上程説明）

6月8日(月)午前10時～

▽常任委員会連合審査会

6月9日(火)午前9時30分～

▽総務文教委員会

6月10日(水)午前9時30分～

▽民生産業委員会

6月11日(木)午前9時30分～

▽本会議（第2日…一般質問）

6月23日(火)午前10時～

▽本会議（予備日…一般質問）

※質問者が多い場合に開催します。

6月24日(水)午前10時～

▽本会議（最終日…委員長報告、採決）

6月26日(金)午前10時～

### ■会場

▽本会議…市役所4階議場

▽各委員会…市役所4階大会議室

### ■その他

▽傍聴できます。本会議を団体で傍聴する場合は、事前にお問い合わせください。

▽本会議は、市ホームページからインターネット中継と録画中継をご覧いただけます。中継はパソコンのほか、スマートフォン、タブレットからもご覧いただけます。

■問い合わせ／議会事務局 ☎83・3505



## 旧小千谷総合病院跡地整備事業 優先交渉権者の決定を取り消しました

令和元年7月10日に「民間資金等の活用による公共施設等の整備等の促進に関する法律(PFI法)」に基づき公募した「旧小千谷総合病院跡地整備事業」について、令和2年1月6日付けで優先交渉権者として決定したフージャースグループと事業契約の締結に向けて交渉を重ねてきました。

しかし、当該グループから提案内容どおりに事業を実施できる見通しが立たないとして、辞退届が提出され、市はこれを受理し、令和2年3月30日付けで優先交渉権者の決定を取り消しました。今後は、事業手法の再検討などを早期に実施し、事業の進捗に取り組みます。

### 【辞退理由】

当初に提出した提案内容での履行が、予定していた期間・日程において、グループ内でのリスク分担などの協議が整うのに相当の時間を要することから、実施できる見通しが立たなくなったため。

※広報おぢや令和2年2月10日号でお知らせしたイメージパスなども取り消しとなります。

■問い合わせ／建設課都市整備室 ☎83-3514

# 小千谷市総合戦略（改訂版）を策定しました

人口減少の抑制と地方創生を実現するため、令和2年度からの5年間で計画期間とする「小千谷市総合戦略（改訂版）」を策定しました。

少子化・高齢化に対応し、人口減少に歯止めをかけるとともに、活力ある社会を維持し続けるまちを目指します。

なお、平成27年10月に策定した「小千谷市人口ビジョン」は改訂していません。

■問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83-3507

## 小千谷市総合戦略（改訂版）

■計画期間／令和2年度～6年度（5年間）

■基本的な考え方

「技（しごと）が輝き、まちが活力に満ち、ひとに笑顔が溢れる、安心して暮らし続けられる産業のまち、元気なまち おぢや」であるために、4つの基本目標により、まち・ひと・しごと創生に関する施策を総合的、計画的に実施します。

## 4つの基本目標と主な取組

### 1. しごとをつくり、安心して働けるようにする（しごとづくり）

【令和6年度の目標】新規創業件数45件（平成27年度以降の累計）、新規雇用・就業者数675人（平成27年度以降の累計）

- 人材育成、技術能力向上支援（キャリア教育の推進、ものづくり技術者育成支援事業）
- 農業と錦鯉産業の成長産業化（6次産業化、スマート農業普及推進）
- 地場産業拡充、企業立地、創業支援の推進（国内・海外販路拡大）
- 高齢者・障がい者の活躍できる機会の拡充（高齢者の技術力活用） など



### 2. 新しいひとの流れをつくる（ひとの流れ）

【令和6年度の目標】転入者数750人／年、観光入込者数120万人／年

- 若年層の交流・転入促進（U・Iターンの推進、若い世代の定住促進）
- 移住・定住支援（小千谷の暮らし情報発信、クラインガルテンふれあいの里利用推進事業）
- 地域資源の活用及び連携（小千谷ブランドの形成、市の魚「錦鯉」アピール発信事業） など



### 3. 結婚・出産・子育ての希望をかなえる（結婚・出産・子育て）

【令和6年度の目標】出生数280人／年、婚活支援による成婚数76組（平成21年度以降の累計）

- 未婚化・晩婚化対策（ときめきめぐりあい推進事業、地域少子化対策強化事業）
- 安心できる出産・子育て環境の充実（妊娠・出産期の健康支援、子どもの遊び場の整備）
- 教育環境の充実（学びの環境づくり） など



### 4. 時代に合った地域をつくり、安心な暮らしを守るとともに、地域と地域が連携する（まちづくり）

【令和6年度の目標】都市計画マスタープラン見直し、第5次公共交通確保計画策定

- にぎわいのまちの顔づくりと地域間交流（中心市街地の整備推進）
- ひとにやさしい交通網の整備（地域公共交通体系の整備）
- 安心の雪国生活支援（優良宅地供給の推進、消雪パイプリフレッシュ事業） など



小千谷市総合戦略の全文は、市ホームページに掲載しているほか、次の場所で閲覧できます。  
 ▷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

## 令和2年度の市・県民税に関する証明書の交付を開始

令和2年度市・県民税に関する証明書の交付開始日は6月15日(月)です。

ただし、延長期間中に確定申告をされた方や期限後に市・県民税申告をされた方は、申告内容の反映が遅れる場合があります。

### ■対象

▽所得課税証明書(所得・税額・控除)

▽所得証明書(所得のみ)

▽課税証明書(税額のみ)

※令和2年度市・県民税の全額が給与から差し引かれる方(年金受給者を除く特別徴収対象者)は、本人分のみ5月15日(金)から窓口で交付できます。

### ■コンビニでも取得できます

▽マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニでも証明書を取得できます。

▽コンビニ交付で取得できる証明書は最新年度の「所得課税証明書」のみで、令和2年度の交付開始日は6月15日(月)です。交付開始日までは平成31年度の証明が発行されますので、ご注意ください。

※システム作業のため、6月10日(水)から14日(日)の間はコンビニ交付を休止します。



### ■支所・各連絡所でも申請・取得できます

片貝支所・各連絡所でも証明書の申請と取得ができます。ただし、片貝支所以外の各連絡所では申請書の取次となるため、交付までに数日かかりますのでご了承ください。

### ■郵送でも証明書が申請できます

窓口での申請が困難な方は、郵送でも証明書の申請ができます。次のものを市役所税務課へ郵送してください。

▽申請書(市ホームページからダウンロードできます。便せんなどでも結構です。)

▼必要事項・申請者住所、氏名(押印)、生年月日、連絡先電話番号、使用目的と必要な証明書の通数(例:「就学支

援金申請のため、令和2年度所得課税証明書が1通必要)

▽本人確認ができる書類(運転免許証などの写し)

▽手数料・1年度あたり300円(郵便局発行の定額小為替または現金書留郵便)

▽返信用封筒(切手を貼ったもの)

※郵送先:〒947-8501 小千谷市

役所税務課管理収納係(住所は記載不要)

※郵送の場合、原則としてご本人からの申請をお願いします。代理人による申請の場合は、委任状と代理人の本人確認ができる書類の写しが必要です。

■問い合わせ/税務課管理収納係 ☎83・3508

## 市税の納付が困難な方への猶予制度

新型コロナウイルス感染症の影響により、市税などを一時に納付することによって事業の継続または生活の維持が困難になるおそれがある場合は、申請により一定の期間、納税が猶予される場合があります。

### 「ケース1」災害により財産に相当な損失が生じた場合

(例) 新型コロナウイルス感染症の患者が発生した施設で消毒作業が行われたことにより、備品や棚卸資産を廃棄した場合

### 「ケース2」ご本人またはご家族が病気にかかった場合

(例) 納税者ご本人または生計を同じにするご家族が病気にかかった場合

### 「ケース3」事業を廃止または休止した場合

(例) 納税者が営む事業について、やむを得ず休業をした場合

### 「ケース4」事業に著しい損失を受けた場合

(例) 納税者が営む事業について、利益の減少などにより、著しい損失を受けた場合

### ■猶予が認められると

▽猶予を受けた市税は、1年の範囲内で納税計画に基づき納付していただきます。

▽猶予期間中の延滞金の一部または全部が免除されます。

■申請方法/収支などの状況が分かる書類が必要となります。申請書類を郵送しますので、まずはお電話でご相談ください。

■問い合わせ/税務課管理収納係 ☎83・3508

## 中小企業者等向け 小千谷市制度融資の元金返済 猶予を実施します

新型コロナウイルス感染症の緊急経済対策として、小千谷市制度融資の借入をしている方は、返済開始後の元金返済が猶予できます。

■該当融資/全ての中小企業者等向け市制度融資

■要件/令和2年2月以降、最近1か月または3か月間の売上高などが前年同期に比して、同じか減少している方

■猶予期間/取扱金融機関・新潟県信用保証協会の審査により決定します。

■申込締切/令和3年3月31日(水)

■相談・手続き/現在融資を受けている金融機関

■問い合わせ/商工振興課地域産業係 ☎83・3556

# 軽自動車税（種別割）納税通知書を発送します

■申請・問い合わせ／税務課管理収納係 ☎83-3508

納付は  
**6/1** (月)  
まで

令和2年度軽自動車税（種別割）納税通知書を5月15日(金)に発送します。内容をご確認のうえ、6月1日(月)までに納めてください。口座振替をご利用の方は、6月1日(月)に振り替えさせていただきます。



## 障がいのある方への減免があります

身体や精神に障がいのある方が所有し、一定の要件に該当する車両は、申請により軽自動車税（種別割）の減免を受けられる場合があります。

障がいの程度や車検証の名義人、利用状況などの要件がありますので、事前にお問い合わせください。

### ■対象

- ▷身体障がい者（対象となる障害等級の要件があります）
- ▷戦傷病者（対象となる範囲があります）
- ▷知的障がい者（療育手帳Aの方）
- ▷精神障がい者（精神障害者保健福祉手帳の障害等級1級の方）

■申請期間／5月1日(金)～6月1日(月)

### ■申請時に必要なもの

- ①軽自動車税（種別割）減免申請書（マイナンバーの記載が必要です）
  - ②印鑑
  - ③運転免許証
  - ④自動車検査証（車検証）
  - ⑤身体障がい者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれか
  - ⑥通院・通学などの利用状況を証する書類
  - ⑦個人番号（マイナンバー）確認書類
- ※障がい者本人が運転する場合は⑥は不要です。  
※提出書類は税務課の窓口で原本の提示をお願いします。（郵送の場合は写しの提出をお願いします。）

■その他／減免できる台数は、普通自動車、軽自動車、バイクなど全ての車種を含め、障がいのある方1人につき1台のみです。

## ○口座振替をご利用の方は **5月22日(金)**までに申請を！

口座振替で軽自動車税（種別割）を納付している方が減免申請する場合、5月22日(金)までに申請していただくと、口座振替を停止することができます。申請が22日以降になった場合、口座振替を停止することができませんので、早めの手続きをお願いします。

## ○マイナンバーの記載が必要です

減免申請書に個人番号（マイナンバー）の記載が必要です。個人番号が記載された申請書を提出する際は、以下のものをお持ちください。

### ■申請時に必要なもの

- ▷個人番号の確認ができる書類（通知カードなど）
- ▷本人確認ができる書類（運転免許証など）

### ■代理人による申請の場合

- 委任状のほか、代理人の本人確認ができる書類（運転免許証など）が必要です。
- ※マイナンバーカードは、カードのみで個人番号の確認と本人確認のどちらもできます。
  - ※個人番号が分からない場合でも、軽自動車税（種別割）の減免の申請をすることはできません。
  - ※構造変更車両の減免など、法人が減免申請する際は、申請書に法人番号の記載が必要です。



## お知らせ

### 環境

#### 合併浄化槽設置補助金

単独浄化槽から合併浄化槽へ転換する場合には、補助の対象になる場合があります。詳細はお問い合わせください。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎83・3509

#### 犬のフンは持ち帰ろう！

犬のフンが路上などに放置され、迷惑をしているという苦情が多く寄せられています。フンの後始末は、飼い主の責任です。大切に飼っているペットを嫌われものにならないためにも、散歩中のフンは必ず持ち帰りましょう。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎83・3509



おぢや就労支援

おぢや・夢・ミライ  
応援団

若者の就労を応援します！

若者の就労に関する夢と希望ある未来を応援するため、さまざまな就職支援情報の提供を行っています。

■申込・問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83-3556  
syoko@city.ojya.niigata.jp

## ○おぢや就労支援アプリ

■対象／地元就職を希望する若者、子どもの地元就職を希望する保護者の方

■情報内容／就労支援情報、就労イベント情報、地元イベント情報、移住情報など

■利用方法／アプリをダウンロードし、ユーザー登録をしてご利用ください。

※アプリのダウンロードやご利用は無料ですが、通信費は利用者のご負担となります。

OUTAUNNAIVE<sup>ニュース</sup>

地元就職応援のため、就活に関するさまざまな情報提供を行っています。

■対象／今年から就職活動始める学生の方、Uターン就職を希望する若者

■情報内容／就活支援情報、就活支援セミナーの開催情報、インターシップ情報など

■申込方法／電話またはメールにてご連絡ください。

▷ Androidの方



▷ iosの方

おぢや男女共同参画プラン  
推進懇談会委員を公募します

おぢや男女共同参画プランの推進について、市民のみなさんの意見を反映するため、懇談会の市民公募委員を募集します。



■内容／年間1～2回程度、平日に開催されるおぢや男女共同参画プラン推進懇談会に出席していただき、男女共同参画推進のための意見を伺います。なお、令和3年度は次期プランの策定があり、さらに数回の懇談会を予定しています。

■募集人数／5人程度（委員総数：15人）

■任期／令和2年6月1日～令和4年3月31日

■謝礼／懇談会に出席いただいた場合は、謝礼をお支払いします。

## ■応募資格

▷ 小千谷市に住所を有する20歳以上の方で、男女共同参画推進について関心のある方

▷ 市税などを滞納していない方

■応募方法／応募申込書に必要事項を記入のうえ、市民生活課へ提出してください。応募申込書は、市民生活課、市民会館、総合体育館、あすえ～る、片貝総合センター、東山・岩沢・川井の各住民センター、真人ふれあい交流館にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■応募締切／5月15日(金)

■選考結果の通知／応募申込書により審査のうえ、5月中旬に選考結果をお知らせします。

■応募・問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83-3516

令和2年度採用  
小千谷市職員採用試験

受験を希望される方はお申し込みください。

■日程／6月21日(日)

■会場／小千谷市役所

■採用予定日／8月1日(土)

■募集する職種／ガス水道局工務員

■対象／昭和54年4月2日以後に生まれた方

■学歴・資格／▷ 高校卒業以上▷ 普通自動車運転免許※令和2年7月31日までに取得見込みの方を含まず。

■採用人数／1人

■申込締切／5月21日(休)午後5時必着  
(郵送も同様)

## ■資料請求

▷ 総務課窓口で直接請求

▷ 市ホームページ「市政情報」→「採用情報」からダウンロード

▷ 郵送請求：希望試験・職種を書いて、返信用封筒（角2などのA4が入る大きさの封筒に宛て先を明記し、120円切手を貼ったもの）を同封し、外封筒に「試験要項請求」と朱書きして請求

▶ 請求先：☎947-8501 総務課職員係（住所は記載不要）

■申込・問い合わせ／総務課職員係 ☎83-3005  
☎83-2789 📧soumu-si@city.ojya.niigata.jp

子育て支援



うぶごえ教室

安心して赤ちゃんを迎えられるように、助産師や保健師による教室を開催します。一緒に妊娠中や産後の生活をイメージしましょう。

■日時／5月23日(出)午前9時40分～10時40分(受付：午前9時30分～)  
■会場／健康・こどもプラザあすえくる

■対象／妊婦とその夫  
■定員／3組

■内容／▽妊娠期と産後の身体とこころの変化▽助産師による沐浴指導▽個別相談

■持ち物／母子健康手帳、筆記用具

■申込締切／5月20日(水)

■申込・問い合わせ／健康未来こども課子育て応援係(あすえくる内) ☎83・3640

※感染症予防に配慮し、妊娠届出時に配布したチラシの内容と時間を変更して行います。

子育て相談

■会場／わんパーク

■相談無料※ただし、事前に申し込みが必要です。

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564 ※申し込みは平日のわんパーク開館時間中にお願いします。

○乳幼児の食事相談

離乳食やお子さんの食事など、のようなたたかぎがよいのかなど、市の栄養士が食事に関する相談

をお受けします。

■日時／5月18日(月)午前10時～11時35分

■申込締切／5月14日(木)

○発達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、話が聞けずに走り回るなど、お子さんに育てにくさを感じる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／6月15日(月)午前9時45分～11時25分

■定員／親子3組

■対象／0歳児～未就学児

■申込締切／6月10日(水)

新型コロナウイルス感染症の影響によるわんパークの最新の状況は、ホームページやLINEでご案内しています。

図書館新刊紹介

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724

●小説など

- 「よその島」井上荒野／著
- 「夜がどれほど暗くても」中山七里／著
- 「小鳥、来る」山下澄人／著

●一般書

- 「よさこいは、なぜ全国に広がったのか」



川竹大輔／著

札幌、名古屋、沼津…。今や全国230地域で開催される高知発祥の「よさこい祭り」。何が人々を魅了しているのか。札幌のYOSAKOIソーラン祭りの創立メンバーである著者が、その秘密を紐解く。

- 「切る枝・残す枝がわかる！庭木の剪定」

宮内泰之／監修

コツをつかめば、剪定は難しくない！樹木の基礎知識、目的に応じた剪定の種類から、樹種別の剪定時期や方法を具体的に分かりやすく解説。色分けしたイラストで、いつどの枝を剪定すればいいかわかる。

●児童書

- 「きょうりゅうたちのおーっとあぶない」

ジェイン・ヨーレン／文、マーク・ティグ／絵  
なかがわちひろ／訳

おーっと、あぶない！ああ、こわかった…。元気いっぱいの子ょうりゅうたちには、ひやっとする瞬間もいっぱい。どうやったら安全に楽しく遊べるかな？元気いっぱいの子どもたちにおくる、おまもりの絵本。

- 「バレエのおけいこ」

石津ちひろ／文、庄野ナホコ／絵

黒猫のミイさんは、まいちゃんと一緒にバレエのおけいこへ。しかし、いくら練習してもピルエットがうまくまわれません。ある夜、お月さまに「じょうずにまわれようように」と手紙を書くと、ぬいぐるみのクマが動き出して…。

図書館の開館時間を延長します

■期間／5月1日(金)～10月30日(金)

■開館時間

▷火～金曜日：午前10時～午後7時

▷土・日曜日、祝日：午前10時～午後6時

※ただし、3階西脇順三郎記念室は午後5時閉館です。

■休館日／月曜日

※祝日と重なった場合も休館となります。

■その他／新型コロナウイルス感染症対策として、開館中も常時玄関前に返却ポストを設置しています。返却のみの方は、ご利用ください。また、電話での貸出延長もできますので、ご連絡ください。

■問い合わせ／図書館 ☎82-2724



## 第11回特別弔慰金の請求を受け付けています

戦後75周年を迎えるに当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔意を表すため、第11回特別弔慰金が支給されます。

## ■支給対象者

戦没者などの死亡当時の遺族で、令和2年4月1日(基準日)において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受け取る方(戦没者などの妻や父母など)がいない場合に、次の順番による先順位の遺族一人に支給されます。

## ■支給内容

額面25万円、5年償還の記名国債が支給されます。

## ■請求期限

令和5年3月31日

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、状況が落ち着いてからの手続きをご検討ください。

## ■請求方法

福祉課窓口で請求書類などを配布します。

請求する際は、請求者の戸籍抄本などが必要となりますが、請求者の状況により提出する内容が異なるため、窓口にて説明させていただきます。

## ■問い合わせ

福祉課障がい福祉係 ☎ 83-3517

順位	対象
1	令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
2	戦没者などの子
3	戦没者などの①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹 ※戦没者などの死亡当時、生計関係を有していることなどの要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
4	上記1から3以外の戦没者などの三親等内の親族(甥、姪など) ※戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

## テレビの受信障害が発生したらご連絡を！

携帯電話事業者が行う、新たな携帯電話用周波数の電波を発射する試験のため、テレビ受信障害が発生する可能性があります。受信障害を確認したときは、コールセンターへ連絡してください。後日、テレビ受信障害対策員が対応します。対策員は必ず「対策員証」と「腕章」を携帯しています。

■期間／5月14日(木)から4週間程度(予定)

■対象地区／上ノ山3・4・5、船岡2・3、栄町、東小千谷地区、山本、西中、塩殿、川井地区、岩沢地区、真人地区

※その他の地区でも影響が出る可能性があります。

■対応費用無料

■問い合わせ／総務課情報統計係 ☎ 83-3506

## テレビ映像が乱れたり、映らないとき

☎ 0120-700-012 : 700MHz<sup>メガヘルツ</sup>テレビ受信障害対策コールセンター

※IP電話の方は ☎ 050-3786-0700 (有料)

▷受付：土・日曜日と祝日を含む午前9時～午後10時

▷詳しくは、一般社団法人700MHz利用推進協会ホームページ <https://www.700afp.jp/> をご覧ください。

## 不審な電話や訪問を受けたとき

☎ 83-3516 : 消費生活相談窓口(市民生活課生活安全係)

▷受付：土・日曜日と祝日を除く午前9時～午後4時



## 6月の「古着等リサイクル回収」は中止します

6月に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染予防の観点から中止することとしました。

このリサイクル回収のために準備されていた方々には大変申し訳ありませんが、ご理解をお願いします。

令和元年度古着等の回収量は、以下のとおりでした。ご協力ありがとうございました。

開催日	古着等	食器類	合計
6月9日(日)	5,675kg	1,735kg	7,410kg
10月6日(日)	4,360kg	1,710kg	6,070kg
合計	10,035kg	3,445kg	13,480kg

今回は、10月4日(日)に市役所駐車場で開催する予定です。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎ 83-3509





## 人権擁護委員を紹介します

4月1日付で、木村民子さんと樋口敏晴さんが法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。人権擁護委員は、人権擁護の啓発を行ったり、人権に関する相談を受けたりします。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

### ■小千谷市の人権擁護委員

- ▷木村民子さん（元中子）
- ▷田村恵美子さん（土川2）
- ▷関昌子さん（城内2）
- ▷樋口敏晴さん（込入）

■電話による相談／新潟地方法務局長岡支局 ☎33-6901

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83-3516



## ガス・水道メーターの取り替え

に伺います

令和2年度中に使用期間が満期となるガスメーターと水道メーターの取り替えを行います。取り替えには、ガス水道局の業務委託を受けたガス・水道公認工事店の作業員が伺います。

■期間／11月下旬まで

■作業時間／15～30分程度

■取替費用無料

■その他

▷作業員は身分証を携帯しています。

▷取り替えの際にはお客さまの立ち会いが必要です。

▷作業員の訪問時にご不在の場合は連絡票を投函させていただきます。その場合は、ご都合のよい日時を公認工事店にご連絡ください。

■問い合わせ／ガス水道局業務課宅内設備係 ☎82-4115



ご利用ください！

## まちづくり活動支援補助金

■申請・問い合わせ／観光交流課地域振興係（市役所分庁舎内） ☎83-3512

市民のみなさんによるまちづくり活動を支援するため、市民団体や町内会などの活動費用を一部補助します。

補助を希望する方は、申請前に必ずご相談ください。

### ■対象

- ①民間の非営利組織で次の要件を満たす団体
  - ▷市内に活動の拠点を置いていること
  - ▷会則などがあり、構成員が5人以上であること
- ②町内会などの地域自治組織

■対象事業／対象者が新たに取組む公益的な事業または既存の活動を拡充する事業で、次のいずれかに該当する事業（別の補助金を受けている場合や、効果が特定の個人または団体のみに限られるなど、対象とならない場合があります。）

- ▷地域が抱える課題を解決するための事業
- ▷地域の特色を生かし、魅力を高めるための事業
- ▷地域の安全・安心を推進するための事業
- ▷自然、文化、歴史などを「地域の宝」として再評価し、その魅力を高めるための事業（ただし、町内会などの推薦があるものに限りません。）
- ▷その他、まちづくり活動に寄与すると認められる事業



### ■補助金の額・補助率

コース	内容	補助金の額・補助率
チャレンジコース	新たに組織された団体が行う新規事業	補助対象額の $\frac{2}{3}$ の金額で、上限20万円
アドバンスコース	既存団体が行う新規事業または既存事業の拡充	補助対象額の $\frac{1}{2}$ の金額で、上限20万円
地域の宝コース	地域の宝を再発見・維持保存するための事業	補助対象額の $\frac{1}{2}$ の金額で、上限10万円

※1,000円未満切り捨て

■対象経費／旅費、事務費、委託費、謝礼などで合計額が10万円以上のもの

■申請締切／5月22日(金)

■事前相談期間／4月27日(月)～5月15日(金)

■必要書類／▷補助金交付申請書▷事業計画書▷収支予算書▷団体の会則や規約

■その他

▷交付申請書は観光交流課にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■相談窓口／地域づくり支援団体こしやる ☎070-2209-2483

### ○令和元年度に補助対象となった事業

- ▷イベントグッズアートイベント、お神輿制作ワークショップの開催（YOU-YELL）
- ▷新たに実行委員会を発足し、「小栗田クマンまつり」の開催（小栗田クマン実行委員会）
- ▷雪割草の植栽・育成講座の開催、住民と一緒に植栽を実施（白山雪割草の会）
- ▷茶郷川板柵花壇整備、ぼっぼの里公園の花壇整備（城内町内会）

# あなたのご意見・ご提案を「市民提案箱」へ

市民のみなさんの市政に対するご意見・ご提案をお待ちしています

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎ 83・3507

令和元年度にお寄せいただいたご意見・ご提案の一部を紹介します

※令和元年度の受付件数…24件

ご意見・ご提案

回答

その後の対応

■提案箱設置場所／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、わんパーク、あすえくる、楽集館

■提案様式／「市民提案箱」の脇に用紙を設置してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。任意の様式でも結構です。

■提案箱以外の提案方法

▽郵送…☎947-8501（住所は記載不要）企画政策課秘書広報係

▽ファクス…☎83・2789

▽市ホームページの入力フォーム

■回答と公開／ご提案いただいた内容に対しては原則として回答します。ただし、次のような場合には回答しませんので、ご了承ください。

▽特定の個人や団体を誹謗・中傷するもの

▽特定の個人や団体の営利を目的とするもの

▽選挙運動や宗教活動に関するもの

▽住所・氏名などの記載が無く回答できないもの

▽回答を希望しないもの

▽その他「市民提案箱」を設置した目的に合わないと思われるもの

循環バスの便数を増やしてほしい。

循環バスは、小千谷市公共交通協議会において、毎年運行状況を事業評価した上で見直しを行っています。  
平成29年4月に内外回り各6便（計12便）で運行を開始しましたが、年間約1900万円の赤字となり、国や市の補助金で補填しました。そのため、運行事業者である越後交通株式会社と協議し、赤字額を減らすように効率的な運行で路線を維持していけるように、平成30年4月に内外回り各4便（計8便）に減便するとともに、通勤・通学・通院などに合わせてダイヤ改正を実施しました。  
市内の路線バスは全路線が赤字であり、利用者の減少や運転手不足が深刻で非常に厳しい状況です。将来にわたって市民のみなさんの移動手段を維持していくとともに、便利にご利用いただけるよう、路線の維持と利便性向上に努めてまいりますので、引き続きご理解と路線バスのご利用をよろしくお願ひします。

（担当：観光交流課地域振興係）

新しいわんパークのプレイスペースが狭く、中央の太い柱が危ない。  
旧わんパーク2階の軽運動場のような走り回れるスペースがほしい。

プレイスペースの2本の柱については、建物を支える重要な柱であるため、建物の構造上、撤去することができません。プレイスペースのご利用にあたっては、お子様が衝突しないようお声がけをするなど、利用者に寄り添った対応を心掛けてまいります。  
また、軽運動場のような広場がない点については、プレイスペースの隣のキッズルームでは従来どおりボール遊びをしたり、かけっこなどをすることができまますし、外遊びスペースもありますので、ぜひご利用いただきたいと思ひます。  
※参考  
健康・こどもプラザわんパーク（外遊びスペース含む）…287・2㎡  
旧子育て支援センターわんパーク…241・8㎡

（担当：健康未来こども課こども保育係（あすえくる内））

柱の周りに本棚などを設置しプレイルームのレイアウトを変えることで、柱に衝突する危険性を軽減しました。



# 補助金と報奨金制度

「小千谷市国際交流、文化、スポーツ振興基金」による補助金・報奨金制度があります。希望する方はお問い合わせください。

この基金への寄附を募っています。みなさんからのご寄附をお待ちしています。

がんばれ!



## ◇国際交流振興事業補助金

- 対象／市内在住の方または市内に事業所を有する団体など
- 対象事業／国際交流を目的として市民を対象に行われる親善交流事業
- 補助率と補助限度額／事業費の1/2以内（限度額：団体10万円、個人5万円）
- その他／事業実施の1か月前までにご相談ください。
- 申請・問い合わせ／観光交流課地域振興係（市役所分庁舎内）☎83-3512

## ◇海外研修事業補助金

- 対象／市内に在住・在学の方
- 対象事業／国際的視野を広め、能力開発を目的として公的機関などが主催する海外研修（ただし、募集範囲がひとつの団体内に限定されるものを除く）
- 補助率と補助限度額／事業費の1/2以内（限度額：3万円）※補助金の交付は1人につき2回までです。
- 申請・問い合わせ／観光交流課地域振興係（市役所分庁舎内）☎83-3512

## ◇文化振興事業補助金

- 対象／市内に事業所を有する団体など
- 対象事業／優れた芸術文化の普及事業または実践事業
- 補助金の額／普及状況、実践状況を勘案して定めた額
- 申請締切／5月22日(金)
- 申請・問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内）☎82-9111



## ◇報奨金

- 対象／▷市内に事務所などを有する団体▷市内に在住または在学・在勤の方で、所属するチームの一員として出場する場合▷小千谷市出身の生徒・学生で保護者が市内在住の方
- 対象内容
  - 文化振興：▷文部科学省・文化庁などが主催する全国規模以上のコンクールなどに出場する方または団体▷国を代表して国際大会に出場する方
  - スポーツ振興：▷選抜選考により日本スポーツ協会または日本スポーツ協会加盟団体などが主催する全国規模以上の競技大会に県を代表して出場する方または団体▷国を代表して国際大会に出場する方
- 報奨金の額
  - ▷全国大会出場者：1人につき1万円  
※5人以上の団体で出場する場合は1団体5万円
  - ▷国際大会出場者：1人につき5万円
- 申請方法／大会出場が決まった段階で、申請書類などを各窓口へ提出してください。随時受け付けていますが、年度内の申請をお願いします。必要書類は各窓口にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。
- その他／▷他の補助金などの交付を受ける場合は対象になりません。▷年度をまたいでの申請はできません。
- 申請・問い合わせ／▷文化振興：生涯学習課社会教育係（市民会館内）☎82-9111▷スポーツ振興：生涯学習課スポーツ振興室（総合体育館内）☎83-0077

## ◇トップアスリートサポート事業

オリンピック・パラリンピックに出場し活躍するためにがんばるトップアスリート、ジュニアアスリートの活動に対して補助金を交付します。

- 対象／▷市内に在住または在学・在勤の方▷小千谷市出身の生徒・学生（いずれもアマチュア選手）
- 対象者の基準・補助限度額など

- 対象経費／報償費、旅費、負担金、消耗品費
- 申請締切／5月22日(金)
- その他／他の補助金などの交付を受けた経費、選手の財産になる物品の取得や選手のスポーツ傷害保険料などは対象になりません。
- 申請・問い合わせ／生涯学習課スポーツ振興室（総合体育館内）☎83-0077

区分	対象者	選考基準	補助金の額 (限度額)
トップアスリート	高校生以上	申請前年度において、全日本クラスの大会で上位（8位以内）の実績があり、中央競技団体の強化指定選手または、中央競技団体から強化指定選手同等の推薦がある選手	30万円
ジュニアアスリート	高校生	申請前年度において、全国大会出場の実績があり、県競技団体の強化指定選手または、県を単位とする競技団体などから強化指定選手同等の推薦がある選手	5万円



## 特定健康診査受診券を送付します

特定健康診査（特定健診）は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した生活習慣病予防のためのもので、医療保険者が40歳～74歳の加入者に対して実施する健診です。

市では、令和5年度までに特定健診実施率を60%にすることを目標としています。今年度も自身の健康管理のために特定健診を受けましょう。

### ○小千谷市国民健康保険に加入されている40歳～74歳の方へ

小千谷市の特定健診と総合健診を受診するときに必要な「特定健康診査受診券」を、5月中旬に送付します。健診当日に保険証と一緒に持ちください。（市の一日人間ドックをお申し込みの方には送付されません。）

### ■問い合わせ／健康未来こども課健康増進係（あすえくる内） ☎83・3640

○全国健康保険協会の保険証（水色）をお持ちの被扶養者（ご家族）で40歳～74歳の方へ

全国健康保険協会（協会けんぽ）では、40歳～74歳のご家族を対象に特定健診を実施しています。対象の方は、市が実施する集団健診会場などで受診することができます。

受診するときに必要な「特定健康診査受診券」を、扶養親族などのご自宅へお送りしています。健診当日に保険証と一緒に持ちください。また、がん検診は市で実施しています。特定健診と併せて受診しましょう。 ※令和2年1月以降に協会けんぽに加入した方には、6月以降に送付される予定です。

※退職などにより保険証が使用できなくなった場合は、この受診券も使用することができません。

■問い合わせ／協会けんぽ新潟支部保健グループ ☎025・242・264

## 成人歯科検診、妊婦歯科検診のお知らせ

丈夫な歯を保って健康長寿をめざしましょう

よく噛むことのできる歯を保つことは、健康長寿につながります。歯を失う2大原因であるむし歯と歯周病は、日頃からの規則正しい生活習慣と、歯みがきやデンタルフロスを活用した口腔ケアで予防することが出来ます。年1回は歯科検診を受け、歯周病を早期発見することが大切です。

■受診方法／希望する歯科医院に事前に予約し、受診票を持って受診してください。

■検診無料※ただし、治療が必要となった場合は費用がかかります。

■問い合わせ／健康未来こども課健康増進係（あすえくる内） ☎83・3640

### ○成人歯科検診

■対象／令和2年度中に40歳、50歳、60歳、70歳になる方（令和3年4月1日時点で該当の年齢に達している方）

■受診票の交付／4月中に個別に郵送します。

### ○妊婦歯科検診

■対象／小千谷市に妊娠届を提出した方（転出された場合は使用できません）



■受診票の交付／妊娠届出時にお渡しします。

## つづが虫に注意！



つづが虫が発生する時期です。つづが虫病は重症化すると、肺炎や脳炎症状を起すことがあります。川辺や野山に出かける際は、つづが虫に刺されないよう十分注意してください。

### ■刺されないために

▽山林や草地に入るときは、できるだけ肌を出さない服装をする。

▽地面に直接寝転んだり、腰を下ろしたりしない。

▽防虫スプレーなどを利用する。

▽作業後は入浴をして着替え、衣類や皮膚につづが虫が付いていないか確認する。

■こんな症状に注意／つづが虫に刺されても、すぐには症状が出ません。次の症状があったらできるだけ早く医療機関を受診しましょう。

▽刺されたところに刺し口がある。

▽刺し口の近くのリンパ節が腫れ上がる。

▽山林や草むらに入ってから1週間くらいで高熱が出て、1週間以上続く。

▽皮膚に暗赤色の発疹が現れる。

特に、「刺し口」「発熱」「発疹」は主要

3徴候と言われ、90%以上の患者にみられます。また、患者の多くに体のだるさや頭痛が現れます。

※つづが虫病は、人から人への感染はありません。

■問い合わせ／健康未来こども課健康増進係（あすえくる内） ☎83・3640

# がん検診を受けましょう がん検診無料クーポン券のご案内

5月下旬に、がん検診の自己負担金が無料となるクーポン券を送付します。

通常、自己負担金は子宮がん検診が1000円、40歳代の方の乳がん検診が1400円ですが、対象年齢の方は無料で受けることができます。

対象となる方は、令和2年4月20日現在で市内に住所を有する次の方です。

## ○子宮頸がん検診・21歳の女性 (平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ)

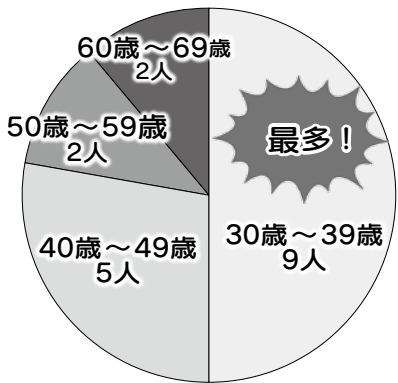
市の検診で子宮頸がんが発見された方は、過去10年間に18人で、そのうちの半数は30歳代でした。(グラフ1参照)  
子宮頸がんは早期の段階では自覚症状がないため、定期的に検診を受けることが大切です。20歳を過ぎたら、2年に1回、子宮頸がん検診を受けましょう。

## ○乳がん検診・41歳の女性 (昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれ)

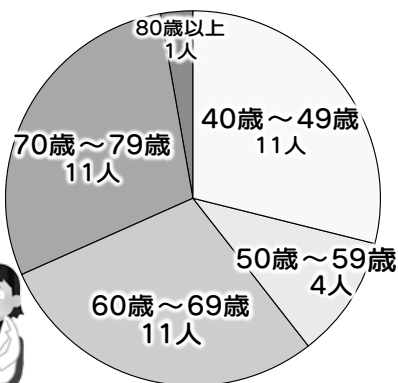
日本人女性の11人に1人が乳がんにかかる時代です。市の検診で乳がんが発見された方は、過去10年間に38人で、そのうちの約4割は40～50歳代でした。(グラフ2参照)  
40歳を過ぎたら、2年に1回、乳がん検診を受けましょう。また、乳がんは定期的な自己触診により発見することもできます。乳房にしこりや異常がないか、「見る」「触る」「つまむ」の3ステップで月に1回確認をしましょう。

■問い合わせ/健康未来こども課健康増進係(あすえくる内) ☎83・3640

【グラフ1】市の子宮頸がん検診でがんが発見された方



【グラフ2】市の乳がん検診でがんが発見された方



## 骨髄等移植ドナー助成金 特別の理由による任意予防接種費用助成金

令和2年4月1日から新たな助成金を交付する制度を開始しました。

■問い合わせ/健康未来こども課健康増進係(あすえくる内) ☎83・3640

### ○骨髄等移植ドナー助成金

■助成対象者/市内に住所を有し、公益財団法人日本骨髄バンクが行う事業において骨髄などの提供を行った方  
■助成額/骨髄などの採取のための通院または入院に要した日数に2万円を乗じた額  
※骨髄などの提供1回につき14万円を上限とします。

■助成金の申請/骨髄などの採取が完了した日が属する年度の末日までに、申請書に必要書類を添えて申請してください。申請書は、健康未来こども課にあります。

### ○特別の理由による任意予防接種費用助成金

■助成対象者/市内に住所を有し、骨髄移植手術その他の理由により、接種済みの定期予防接種の予防効果が期待できないと医師に判断された方  
■助成額/助成対象予防接種について国内に所在する医療機関に支払った額  
※上限額があります。

■助成金の申請/市から助成対象となる認定を受け、助成対象予防接種を受けた日から6か月以内に、申請書に必要書類を添えて申請してください。申請書は、健康未来こども課にあります。



防ごう！

# 大人の風しん

## ●風しんってなに？

風しんは、発熱や発しんを主な症状とし、飛沫感染により人から人へ感染する感染力の強い疾病です。

## ●妊娠中の女性は要注意！

妊娠中の女性が風しんに感染すると、子どもの眼や耳などの障がいを含む「先天性風しん症候群」が生じる可能性があります。

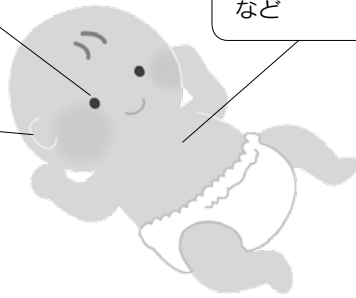
### 先天性風しん症候群の赤ちゃんに見られる主な症状

目の病気  
▷白内障  
▷網膜症  
▷緑内障 など

心臓の病気  
▷動脈管開存症 など

耳の病気  
▷難聴

▷低出生体重  
▷血小板減少性  
紫斑病 など



## 風しん予防ワクチン接種費用を一部助成

風しん予防接種費用の助成を希望する方は、医療機関で接種費用を全額支払ったあと、健康未来こども課窓口で申請してください。

■申請受付期間／令和3年3月31日(水)まで

■対象者／接種日において小千谷市に住所を有し、風しん抗体検査を受けて抗体価が低いまたは陰性（H I法16倍以下、E I A法E I A価8・0未満）となった方で、次のいずれかに該当する方

- ①妊娠を希望する女性（妊娠中は接種できません）
- ②妊娠を希望する女性の配偶者または同居家族（住民票上の同一世帯）
- ③風しん抗体価が低い、または陰性である妊婦の配偶者と同居家族（住民票上の同一世帯）

※ただし、昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日の間に生まれた男性は除きます。

### ■助成額（上限）

- ①麻しん風しん混合ワクチン…6000円
- ②風しん単独ワクチン…4000円



■申請時にお持ちいただくもの／▽風しん抗体検査結果証明書▽医療機関発行の領収書（原本）または、領収証明書▽医療機関発行の接種済証（お持ちの方）▽妊婦の配偶者または同居の家族の場合は、妊婦の母子健康手帳と妊婦の風しん抗体価検査証明書▽印鑑▽被接種者の通帳など（振込先、口座名義人、預金種類、口座番号のわかるもの）

※申請書は健康未来こども課窓口にあるほか、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／健康未来こども課健康増進係（あすえくる内）  
☎83・3640

## 風しん抗体検査は無料

県では、妊娠を希望する女性などが風しん抗体検査を無料で受けられるよう、費用を助成します。



■実施期間／令和3年3月31日(水)まで

■対象者／新潟県にお住まいの方で、次のいずれかに該当する方

- ①妊娠を希望する女性
- ②妊娠を希望する女性の配偶者などの同居者
- ③風しん抗体価が低い、または陰性である妊婦の配偶者などの同居者

※ただし、次に該当する方は除きます。

▼過去に風しん抗体検査を受けたことがある方  
▼風しん含有ワクチンの接種歴が2回以上ある方

▼検査で確定診断を受けて風しんの既往歴がある方

▼昭和37年4月2日から昭和54年4月1日の間に生まれた男性

### ■費用無料

■検査が可能な医療機関／長岡保健所にご確認ください。

■検査時に持参するもの／▽健康保険証▽母子健康手帳（お持ちの方）

※対象者の③に該当する方は、妊婦の母子健康手帳または妊婦の抗体価が記載されているものをご持参ください。

■問い合わせ／長岡保健所 ☎33・4932

## ●男性患者が急増中！

平成30年7月以降、特に関東地方において風しんの患者が増加しており、

患者の中心は30歳代から50歳代の男性です。このうち、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性はこれまでの制度上、風しんに係る公的な予防接種を受ける機会が無かった世代です。

今後の風しんの発生とまん延を予防するため、対策をとることとなりました。



### 風しん抗体検査・予防接種は無料

対象の方へ「事業のお知らせ」と「無料クーポン券」を発送しました。

詳細は、「事業のお知らせ」をご覧ください。

■実施期間／令和4年3月31日(木)まで

■対象／昭和37年4月2日～昭和54年4月1日の間に生まれた男性

※今年度の無料クーポン券の配布対象です。

※抗体検査の対象となるかは、お手元に届いた「事業のお知らせ」の風しんの抗体検査実施フローをご確認ください。

■費用無料

■問い合わせ／健康未来こども課健康増進係（あすえのり内）☎83・3640

抗体検査や予防接種を受け、風しんを予防しよう！



## 生活不活発病に負けるな！「一日ちよっとずつ体操」

外出などの制限によって、動くことが少なくなると心身が疲労し、筋力低下などの「生活不活発病」になる可能性があります。そのためにも「一日ちよっとずつ体操」を自宅で実践してみましょう。

### ■トレーニングをするうえでのポイント

- ① 1つのトレーニングを「8」数えながら「8回」行いましょう。
- ② 呼吸を止めず、数えながら行いましょう。
- ③ 転倒しないように、安定した場所で行いましょう。
- ④ 痛み・疲労に注意しながら、無理のない範囲で行いましょう。

### 膝の曲げ伸ばし運動

■開始姿勢／椅子に座って、背もたれから背中を離し、背筋を伸ばしましょう。手は椅子の横に置きましょう。

■手順／「8」数えながら行いましょう。

- ① } 3つ数えながら、ゆっくり片膝を伸ばします。
- ② } ③
- ④ } 膝を伸ばし、つま先をしっかりと起こします。
- ⑤ } 4つ数えながら、ゆっくりと片膝を曲げて元の位置に戻します。
- ⑥ } ⑦
- ⑧ } ⑦

※①～⑧を8回繰り返す。

■注意すること／無理して伸ばさず、動く範囲で行いましょう。



### 背伸びの運動

■開始姿勢／椅子の後ろに立って、背もたれに手を添えましょう。胸を張って背筋を伸ばします。

■手順／「8」数えながら行いましょう。

- ① } 4つ数えながら、ゆっくりかかとを上げて、できるだけつま先で立ちます。
- ② } ③
- ④ } 4つ数えながら、ゆっくりと元の位置に戻します。
- ⑤ } ⑥
- ⑥ } ⑦
- ⑦ } ⑧

※①～⑧を8回繰り返す。

■注意すること／つま先で立つときは、バランスを崩しやすくなるため、椅子を下に押さえるようにしましょう。





菊苗交換会・講習会

最初の挿し芽から、小鉢、大鉢と肥料の施し方の講習を行います。小千谷菊花愛好会は今年で活動を終了するため、今回で最後となります。ぜひお出かけください。

■日時／5月23日(土)午後1時30分

■会場／市民会館1階ホワイエ  
■問い合わせ／小千谷菊花愛好会(会長・渡辺勇一) ☎82・7238



FMラジオで小千谷市の情報をお知らせしています!

小千谷市からのお知らせ



■放送日時／毎週月～金曜日、午前7時35分～5分間 (MOVING ON 朝の情報ステーション807内)  
■放送局／FMながおか (80.7MHz)

おぢやBravo!

■放送日時／毎週金曜日 正午～午後0時55分  
■放送局／FM-NIIGATA (新潟：77.5MHz、大和：86.5MHz)  
■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507

河川愛護モニター募集

国土交通省信濃川河川事務所では、河川愛護モニターを募集します。

■応募資格／満20歳以上の方で、大河津分水路、信濃川(燕市大河津洗堰から十日町市・宮中ダムまでの間)または魚野川(信濃川合流点から南魚沼市・八海橋までの間)に接する機会があり、河川愛護に関心をお持ちの方  
■業務内容／信濃川(大河津分水路を含む)または魚野川に係る、モニター自身の河川愛護などの活動や、日常の生活の範囲内で知り得た地域の情報などについて、報告(月1回の定期報告と随時報告)していただきます

す。報告いただいた内容は公開する場合がありますので、ご承知おきください。

■任期／7月1日(水)～令和3年6月30日(水)

■募集人員／若干名

■手当／月額4580円

■応募方法／はがきに住所、氏名、平日の日中に連絡可能な電話番号(連絡可能な時間帯などあれば)を明記の上、「河川愛護モニター応募用紙希望」と記入し、左記へ送付してください。電話やファクスでも受け付けます。申し込みされた方には、直接、応募用紙などを送付します。

■応募先

▽郵送 ☎940-0098 長岡市信濃1-5-30 信濃川河川事務所 占有調整課「河川愛護モニター募集」係

▽ ☎34-9040

■応募締切／6月1日(月)必着  
■問い合わせ／信濃川河川事務所 占有調整課 ☎32-3268



緊急告知ラジオなどで 情報伝達試験を行います

地震や武力攻撃などの発生に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた情報伝達試験を行います。

Jアラートとは、地震や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

■日時／5月20日(水)午前11時頃

■内容

▽緊急告知ラジオが自動で起動し、試験の情報をお伝えします。

▽緊急情報メールを登録している方には、試験をお知らせするメールが届きます。

▽船岡山と片貝総合センターに設置している放送設備から、試験放送が流れます。

■その他

▽緊急情報メールは事前に登録が必要です。登録用メールアドレス [bousai.ojya-city@raidan.kraiwork.jp](mailto:bousai.ojya-city@raidan.kraiwork.jp) に件名・本文ともに空欄のメールを送信し、返信されたメールの内容に従って登録してください。

※下のQRコードを読み取ると簡単にメールを送信できます。



▽緊急告知ラジオが自動で起動しなかったり、緊急情報メールが受信できなかったりした場合は、ご連絡ください。気象や地震などの状況によっては、試験を中止する場合があります。

■問い合わせ／危機管理課 ☎83-3515





## 小千谷市広報 Twitter始めました

小千谷市のイベントや災害などの情報を発信するTwitterのアカウントを開設しました。みなさんのフォローをお待ちしています。

▷アカウント名：@ojiyacity\_koho

■問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎83-3507

Twitterとは：無料で140字以内の文章や画像、動画などを投稿できるサービスです。スマートフォンやタブレット、パソコンから閲覧できます。



## 第23回全国闘牛サミットinおぢや大会を中止します

6月6日(土)・7日(日)に開催を予定していましたが第23回全国闘牛サミットinおぢや大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。

また、通常開催の5月場所も中止とし、6月場所以降は今後の状況によって判断します。

■問い合わせ／観光交流課観光係（市役所分庁舎内） ☎83-3512

## 県立魚沼テクノスクール 入校生募集

○事務応用科1期  
令和2年5月入校生募集

■日時／5月26日(火)～9月25日(金)午前9時20分～午後3時50分  
(土・日曜日、祝日を除く)

■会場／スリーエスITトレーニングセンター（十日町市伊達410）

■申込／ハローワークおぢや

■問い合わせ／県立魚沼テクノスクール ☎025・794・2410

甲96001）

■対象／パソコンの知識・技能や簿記を習得し、就職を希望する方

■定員／20人

■受講無料※ただし、テキスト代、検定料など自己負担があります。

■申込締切／5月1日(金)

○事務養成科1期  
令和2年6月入校生募集

■日時／6月4日(木)～8月31日(月)午前9時～午後3時50分(土

・日曜日、祝日を除く)

■会場／魚沼サンテックスクール（南魚沼市西泉田48-1）

■対象／パソコンの事務スキルとマナー・コミュニケーション力を習得し、就職を希望する方

■定員／15人

■受講無料※ただし、テキスト代、検定受験料など自己負担があります。

■申込締切／5月15日(金)



## ■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	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため5月の開催は中止します。						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	5.18(月)	10:00～12:00 13:30～15:00	市役所	ご自身やご家族のもの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	5.13(水) 5.27(水)	9:30～11:30		行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	○	市民生活課生活安全係 ☎83-3516	
無料法律相談	5.20(水)	13:30～16:30		弁護士による法律に関する相談	○		
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、飲まないことを続ける場	—	健康未来こども課健康増進係（あすえ～る内） ☎83-3640	
オレンジカフェ	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため5月の開催は中止します。						福祉課高齢福祉係 ☎83-3517

# 5月の健康情報

■申込・問い合わせ／健康未来子ども課健康増進係（あすえ～る内） ☎83-3640

各種検診のご案内：受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申し込みの取り直しをする方は、健康未来子ども課健康増進係へご連絡ください。  
 ▷検診の対象年齢は令和3年4月1日時点の年齢を基準としています。市外へ転出した時点で小千谷市の健（検）診を受けられなくなります。  
 ▷生活保護被保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は、申請すると検診受診料金が免除されます。詳しくはお問い合わせください。なお、詳細は市ホームページでもご確認いただけます。  
 ▷体調が悪い場合は受診できません。当日、ご家庭で必ず体温を測ってから受診してください。体温が37.5度以上の場合は受診できません。


## ●胸部レントゲン検査・特定健康診査を延期します

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、5月に予定していた胸部レントゲン検査・特定健康診査を延期します。会場・日程の調整を行い、改めて実施する際は市ホームページに掲載するほか、対象の方には個別にお知らせします。5月に予定していた地区は次のとおりです。

対象地区・町内	月日	受付時間	胸部レントゲン男女別受付	会場
一之町、二之町、茶畑、町裏、表三之町、稲場、屋敷、四之町、高見、新屋敷、五之町、八島、沼田、池津、山屋、鴻巣	5.18(月) 5.19(火)	新型コロナウイルス感染症拡大防止のため延期します。		
高梨、五辺	5.20(水)			
池津（胸部レントゲン検査のみ）				
土川、本町、平成、稻荷町、元町、若葉1	5.21(木)			

○胸部レントゲン検査  
 ■対象／40歳以上  
 ■料金／200円※70歳以上の方は無料です。  
 ○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  
 ※小千谷市国民健康保険加入の40歳、50歳の方と、75歳以上の方は無料です。  
 ※40歳～74歳で社会保険などの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をお持ちください。追加で心電図検査を希望する場合は、別途料金1,215円が必要です。

○その他の健診日程  
 ■日曜健診／平日に受けられない方にお勧めします。  
 ▷日時：7月5日(日)午前  
 ▷会場：健康・子どもプラザあすえ～る  
 ▷申込締切：6月29日(月)  
 ■レディス健診／女性対象の健診日です。ご希望の方はお申し込みください。  
 ▷日時：8月3日(月)午後  
 ▷会場：健康・子どもプラザあすえ～る  
 ▷申込締切：7月27日(月)



## ●子宮頸がん検診・乳がん検診日程

○40歳以上：同時実施  
 ○20～39歳：子宮頸がん検診のみ

月日	受付時間
厚生連小千谷総合病院：健診センター（2階）	
5.8(金)、11(月)、12(火)、15(金)、18(月)、22(金)、25(月)、26(火)、29(金)	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみの場合は14:00～14:15

1年おきの検診で、お住まいの地区ごとに検診予定時期が異なります。すでに申し込みをされた方は個人通知が届いてから受診してください。今後新たに検診申し込みを希望する方は健康未来子ども課健康増進係へご連絡ください。10月以降の検診日でご案内します。


○子宮頸がん検診  
 ■対象／20歳以上で、令和元年度に市の子宮頸がん検診を受けていない女性  
 ■料金／1,000円※70歳以上の方は無料です。  
 ○乳がん検診（マンモグラフィ単独）  
 ■対象／40歳以上で、令和元年度に市の乳がん検診を受けていない女性  
 ※ただし、42歳で令和元年度に無料クーポン券で受診した方は申し込みできます。  
 ■料金／▷40～49歳：1,400円  
 ▷50～69歳：1,000円  
 ▷70歳以上：無料

## ●胃がん・大腸がん検診を延期します

新型コロナウイルス感染拡大防止に伴い、5月に予定していた胃がん・大腸がん検診を延期します。会場・日程の調整を行い、改めて実施する際は市ホームページに掲載するほか、対象の方には個別にお知らせします。5月に予定していた地区は次のとおりです。

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
高梨、五辺	5.11(月)		新型コロナウイルス感染症拡大防止のため延期します。

■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  
 ※いずれも70歳以上の方は無料です。



**6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/6月1日(月)
  - 申込/5月15日(金)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/入居条件があります。詳細はお問い合わせください。
  - その他/入居申し込み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：住宅に困窮している低所得の世帯向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
市営栄町団地住宅1号棟(栄町)	1	16,500~32,500円	鉄筋4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
市営栄町団地住宅3号棟(栄町)	1	17,000~33,500円	鉄筋4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
市営木津のぞみ団地住宅1号棟(木津団地) ※入居人数基準4人以上	1	31,600~62,100円	鉄筋4階建▷4DK(6畳・6畳・6畳・6.3畳)▷浴室(ユニットバス)▷ベランダ・サンルーム・屋外物置

●県営住宅：新潟県が運営する公営住宅です。住宅に困窮している低所得の世帯向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
県営元中子住宅1号棟(元中子)	1	15,600~30,700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



みんなでお祝い

おぢやファミリー

(3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ぢや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

- ♡ 田中凌希さん (若葉2)
- ♡ 下岡文香さん (若葉2)
- ♡ 水内義朗さん (高梨)
- ♡ 佐藤浩子さん (千谷)

☆ご誕生

- 倫太郎さん (阿部真一郎さん：山本)
- 叶羽さん } (村山勇志さん：東栄3)
- 咲空さん }
- 鈴奈さん (阿部生昌さん：時之島)
- 陽香理さん (木曾匡さん：一之町四区)
- 啓太さん (西野直樹さん：東栄1)
- 依音さん (中村智紀さん：船岡3)
- 碧月さん (滋野貴洋さん：船岡3)
- 羽琉理さん (和田拓己さん：若葉2)
- 穂乃花さん (岡翔悟さん：東栄1)
- 拓真さん (齋藤直哉さん：栄町)
- 菜桜さん (漆原明さん：平沢1)
- 旭さん (佐藤勇太さん：千谷)
- 琉花さん (田中貴大さん：平沢2)
- 涼雅さん (高橋久也さん：桜町(上))
- 綾乃さん (小宮山武志さん：東栄1)
- 公平さん (萑澤裕貴さん：三仏生)
- れいさん (椿大和さん：若葉1)
- 洸太郎さん (田中栄太郎さん：本町2)
- 一凜さん (山崎亮太郎さん：東栄3)
- 心暖さん (篠田渉さん：上ノ山2)

■問い合わせ/市民生活課市民係 ☎83-3509

**義援金・寄附金のお礼**

令和元年度中の義援金・寄附金について、みなさんの善意に感謝します。

寄せられた義援金は、日本赤十字社新潟県支部へ送金しました。

■問い合わせ/日本赤十字社小千谷市地区(事務局：福祉課障がい福祉係) ☎83-3517

名称	受付・送金額
東日本大震災義援金	21,000円
令和元年8月豪雨災害義援金	12,091円
令和元年台風第15号千葉県災害義援金	74,100円
令和元年台風第19号災害義援金	797,067円
平成30年北海道胆振東部地震災害義援金	317円

# 5月の行事カレンダー



1 金	図書館開館時間延長（～10月30日金）
2 土	
3 日	憲法記念日
4 月	みどりの日
5 火	こどもの日
6 水	振替休日
7 木	・4か月児健康診査（13:00～／あすえ～る）
8 金	
9 土	・春の野鳥観察会（5:50～／おぢや～る集合）
10 日	広報おぢや発行
11 月	
12 火	
13 水	
14 木	・10か月児健康診査（13:00～／あすえ～る）
15 金	
16 土	

17 日	
18 月	
19 火	
20 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） ・Jアラート情報伝達試験（11:00頃／市内全域）
21 木	
22 金	
23 土	・うぶごえ教室（9:40～／あすえ～る）
24 日	
25 月	広報おぢやお知らせ版発行
26 火	
27 水	・乳児先天性股関節脱臼検診 （14:00～／厚生連小千谷総合病院）
28 木	
29 金	
30 土	
31 日	

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止する主なイベント・行事

開催日	イベント・行事名	会場	問い合わせ
5月10日(日)	第65回市制施行記念駅伝競走大会	白山運動公園	生涯学習課スポーツ振興室（総合体育館内）☎83-0077
5月11日(月)～26日(火)	春季夜間バレーボール大会	東小千谷体育センター	
6月	リサイクル回収	市役所駐車場	市民生活課環境衛生係☎83-3509
6月6日(土)・7日(日)	第23回全国闘牛サミットinおぢや大会	小千谷闘牛場	観光交流課観光係（市役所分庁舎内）☎83-3512
6月20日(土)	なかよしコンサート	市民会館	健康未来こども課こども保育係（あすえ～る内）☎83-3640
6月28日(日)	高場山マラソン	川井地区	小千谷高場山マラソン事務局（担当：諏訪部）☎89-4088

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事などが中止・延期になる場合があります。最新の情報は市ホームページをご覧ください。事前にお問い合わせください。

### 有料広告掲載欄

企業・団体・ご家族のみならず  
高齢者の豊かな知識と経験をご活用ください。

筆耕 家事援助 冬囲い  
清掃 障子・ふすま張り替え  
大工仕事 除草 事務作業  
一般労働者派遣事業(シルバー派遣)

会員募集中

など、お気軽にご相談ください。

公益社団法人 小千谷市シルバー人材センター  
TEL 0258-82-6550 〒947-0035 小千谷市大字桜町5140番地 サンラックおぢや内  
FAX 0258-82-6615 E-mail sc-ojiya@sjc.ne.jp

## 広告募集中

広報おぢや・市ホームページでは広告を募集しています。広報おぢや25日号の広告掲載料は、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／企画政策課秘書広報係☎83-3507

※本誌掲載の広告については小千谷市が保証・推奨などするものではありません

家族などが「認知症かな？」と思ったら…地域包括支援センター☎83-0807に相談を！