

広報

# おぢや Ojiya

2018年（平成30年）  
**3.10** 第969号

小千谷市ホームページ **小千谷市** 🔍

URL <http://www.city.ojiya.niigata.jp/>

Mail [info@city.ojiya.niigata.jp](mailto:info@city.ojiya.niigata.jp)

3月10日は小千谷市制施行記念日です



## ●今月の主な内容

市民会館リニューアルオープン …… 2～3  
市政に貢献された方々を表彰 …… 4

## ○山谷・坪野ほんやら洞まつり (2月10日)

夜の雪原を照らす光の共演（記事は  
9ページ）

# ーアルオープン

おまたせしました!



## ポイント その4

明るいお部屋  
で遊ぼう!



▷今まで窓のなかったちびっこわくわくルームに窓を設置しました。日光が入るようになり、より開放的になりました。



▷入り口をスライドドアに改修。小さいお子さん連れの方も使いやすくなりました。



ちびっこわくわくルームには、ままごとセットやブロック、滑り台、ボールプールなどのおもちゃがあり、小学校就学前のお子さんと保護者の方が自由に利用できます。(開館日の午前9時～午後8時)

## ポイント その5

みんなにやさしいトイレになりました

▷館内全てのトイレを改修しました。狭かった個室を広くし、使いやすくしました。



▷1階の多目的トイレ内に、新たにオストメイト対応機器を設置しました。



小千谷コミュニティオペラ2018 市民会館リニューアル公演  
オペラ「愛の妙薬」～インチキ薬売りが小千谷にやってきた!?～

- 日時/4月8日(日)午後2時～(開場:午後1時30分)
- 会場/市民会館大ホール
- 入場料/▷一般:3,500円▷中学生以下:2,000円(全席自由)  
※3歳未満のお子さんの入場はご遠慮ください。
- 入場券販売場所/総合体育館、ホットプラザ、片貝総合センター、楽集館
- その他/詳しくは、広報おちや1月10日号・2月10日号をご覧ください。
- 問い合わせ/生涯学習課社会教育係(総合体育館内) ☎82-9111

# 4/1 市民会館リニュー

市民会館の耐震化工事が完了し、4月1日よりリニューアルオープンします。閉館中  
はご不便をおかけしましたが、生まれ変わった市民会館をぜひご利用ください。

なお、リニューアルオープンに伴い、閉館中に総合体育館へ移していた公民館事務室  
は、4月1日より市民会館に戻ります。

■問い合わせ／生涯学習課管理係（総合体育館内）☎83-0077📧syougai-kr@city.ojiya.niigata.jp

## ここが変わった！注目ポイントを紹介します

### ポイント その1

耐震性を  
強化！



▷建物内の窓の内側14か所に、「耐震ブレース」と呼ばれる補強材を設置しました。



▷建物内部に鉄筋コンクリート製の壁を7か所増設して強度を向上。

▷大ホールに設置されていたつり天井を、鉄骨に直接天井を貼り付ける構造に改修。天井を建物本体と一体化することで脱落を防止し、安全性を高めました。



### ポイント その2

車椅子席が  
できました！



▷大ホールの客席に車椅子席を設置し、体の不自由な方が車椅子のまま入場して観覧できるようにしました。※車椅子席の利用を希望する場合は、予約が必要です。



▷大ホール入り口のスロープも改修。使いやすくなりました。



### ポイント その3

いろいろ使える  
会議室！



▷水墨画や絵画の練習などでも利用できるように、流し台付きの中会議室を設置しました。

※調理実習室はなくなりました。調理はホットプラザ、健康センター、サンラックおぢやなどの施設で行うことができます。詳しくはお問い合わせください。





# 小千谷市褒賞条例

## 市政に貢献された方々を表彰

小千谷市が誕生して64年目にあたる3月10日(土)、市政に貢献された15人2団体の方々を小千谷市褒賞条例に基づいて表彰しました。受賞者の方々を紹介します。(敬称略)

問い合わせ／企画政策課秘書広報係 ☎ 83・3507

▽教育委員永年勤続(10年以上)



船岡芳英  
(平成2)

▽町内会長永年勤続(10年以上)



保科正  
(小栗田)

▽民生委員児童委員永年勤続(12年以上)



井坂良子  
(浦柄)

▽民生委員児童委員永年勤続(12年以上)



平澤正子  
(土川1)

▽スポーツ推進審議会委員  
永年勤続(15年以上)



相崎定夫  
(四之町)

▽消防団員永年勤続(25年以上)



羽鳥優則  
(千三)

▽消防団員永年勤続(25年以上)



山賀一則  
(芋坂)

▽消防団員永年勤続(25年以上)



田中隆一  
(時之島)

▽消防団員永年勤続(25年以上)



山賀直樹  
(芋坂)

▽商工団体役員永年勤続(20年以上)



間野泉一  
(岩間木)

▽市議会議員永年勤続(10年以上)



山賀一雄  
(城内1)

▽地区の環境整備、交流活動に尽力



大塚長吉  
(船岡2)

▽地域医療の発展に貢献



星野徹也  
(千谷川1)

▽地域医療の発展に貢献



横森忠紘  
(平沢1)

▽地域医療の発展に貢献



家里裕  
(長岡市)

▽防災功労者防災担当大臣表彰受賞

小千谷市自主防災組織連絡協議会

▽公益のため私財を寄附・病院統合

新潟県厚生農業協同組合連合会

写真  
ルポ

# おぢや風船一揆

2月24日・25日に第42回おぢや風船一揆が開催され、2日間を通して約27,000人が会場を訪れました。

雪原イベントが行われた平沢会場では、小千谷縮の雪さらしや雪上ドッジボール、子ども向け宝探しゲームなど多彩なイベントでにぎわっていました。

2018日本海カップクロスカントリー選手権が行われた西中会場では、天候不良のため24日の熱気球競技フライトが中止となりましたが、25日は晴れ間が見られ、色とりどりの熱気球が小千谷の空へ舞い上がりました。



熱気球競技フライト



小千谷縮雪さらし



子ども向け宝探しゲーム



スノートレイン



うまいもの広場



雪上ドッジボール



つながれ！  
交流の輪

## 観光交流課 ニュース NEWS

### 交流自治体「福島県北塩原村」を紹介！

■問い合わせ／観光交流課地域振興係（市役所分庁舎内） ☎83-3512

今回は、福島県北塩原村をご紹介します。中越大震災の際にはいち早く救援物資を届けてくださり、災害復旧にあたる職員の長期派遣などを含め多大な支援をいただきました。現在も「中越大震災ネットワークおぢや」への加入やその活動を通じて、共に連携しながら防災力の向上に取り組んでいます。

■北塩原村の概要／福島県の北西部に位置する、人口約3,000人の農業と観光の村です。

日本百名山の磐梯山をはじめ、西吾妻山や雄国山、高曽根山などの山々に囲まれ、面積の約80%を山林が



あかぬま 夏の銅沼と磐梯山

占めています。明治21年の磐梯山噴火により、桧原湖、秋元湖、曾原湖、五色沼などの大小300を越すといわれる湖沼群が生まれました。

磐梯山をはじめとする周囲の山々が美しい自然景観をつくり出し、昭和25年には国立公園に指定された、福島県内でも有数の観光地です。

■防災協定締結日／平成29年3月16日

■主な交流／2月16日～18日に開催された「裏磐梯雪まつり」で小千谷のPRを行いました。



おぢやクラインガルテンふれあいの里で

# 野菜づくり

## はじめませんか？



信濃川と越後三山を望む山本山で、四季の変化を全身で感じながら農作物を育て、収穫する喜びを味わってみませんか。

■会場／おぢやクラインガルテンふれあいの里

■申込・問い合わせ

▼おぢやクラインガルテンふれあいの里 ☎83・1722 (FAX兼用)

▼観光交流課地域振興係 ☎83・3512



### 土づくり教室

畑作業を始める前に基本の土づくりを学び、おいしく安全な野菜づくりをしませんか。

■日時／4月14日(土)午前10時～

■対象／野菜づくりに興味のある方、野菜づくりを始めてみたい方

■定員／20人程度※定員になり次第締め切ります。

■参加無料

■持ち物／筆記用具

■申込締切／4月7日(土)

### 「らくらく野菜づくり教室」 「夏野菜コース」

畑の土づくりから苗植え、管理、収穫までの一連の作業を学び、おいしい夏野菜を作りましょう。育てた野菜はお持ち帰りできます。

■日時・内容／(いずれも日曜日、午前8時30分～10時30分)

▼4月15日…オリエンテーション

▼5月6日…土づくりなど

▼5月13日…苗植え、シバづくりなど

▼5月20日…除草など

▼6月17日・7月1日…収穫など

■対象／野菜づくりに興味のある方、野菜づくりを始めてみたい方

■定員／20人程度※定員になり次第締め切ります。

■作付け野菜／きゅうり、トマト、なす、とうもろこし、枝豆

■参加料／6000円(苗代ほか)

■服装・持ち物／作業のできる服装、長靴、軍手(農機具は貸し出します)

■申込締切／4月8日(日)

### 日帰り型農園を利用しませんか

■面積／1区画50㎡

■年間利用料／1区画…9600円

■その他

▼専門の指導員が親切丁寧に指導しますので、初心者でも安心です。

▼くわ、鎌、じょうろなどの道具を無料で貸し出します。作業のできる服装でお越しただければ野菜づくりを始められます。

▼野菜の苗や肥料の斡旋も行います。



おぢやクラインガルテンふれあいの里  
バラ・ハーブボランティアを  
募集します

一緒に楽しく作業をしましょう。

初心者も大歓迎。申し込みは随時受け付けます。気軽にご参加ください。

■申込・問い合わせ／おぢやクラインガルテンふれあいの里 ☎83・1722 (FAX兼用)

### バラボランティア



ふれあいの里には、約150株のバラが咲き誇るバラ園があります。

バラについて学びながら作業します。

■日時／4月15日(日)以降の毎週日曜日、午前8時～10時(都合のつく日にご参加ください)※4月15日(日)は午前8時30分に開始します。

■持ち物／作業のできる服装、軍手、雨具など(剪定はさみ、革手袋があると便利です)

### ハーブボランティア

収穫したハーブを使った小物づくりやハーブティーを楽しめます。

■日時／4月18日(水)以降の第3水曜日、午前9時～11時(年に6～7回程度、都合のつく日にご参加ください)

■持ち物／作業のできる服装、ゴム手袋、雨具など

# サンリール元中子

## 優良宅地好評分譲中！

サン  
Life : 太陽  
ライ  
Life : 生活  
スマイル  
Smile : 笑顔  
サン リール  
→Sun+Li+le

土地開発公社が造成した元中子地内の宅地を分譲しています。

申込方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

■申込条件／戸建て専用住宅の敷地として使用する個人

■区画数／7区画

■面積／249.38㎡～293.97㎡（75.4坪～88.9坪）

■価格／㎡単価24,100円～25,400円（坪単価79,700円～84,000円）に面積を乗じた額

■その他

▷用途地域：第1種住居地域（建ぺい率60%、容積率200%）

▷道路条件：幅員6m、消雪パイプ完備 ※消雪組合に必ず加入していただきます。

▷設備：ガス・水道・下水道引き込み済 ※水道加入金は個人負担です。

▷まちづくり協定：敷地利用の条件があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

■申込・問い合わせ／長岡地域土地開発公社小千谷事業所（建設課都市整備室内） ☎83-3514



### 周辺状況

| 施設など      | 所要時間  |
|-----------|-------|
| 小千谷駅      | 徒歩13分 |
| ひばり認定こども園 | 徒歩14分 |
| 東保育園      | 徒歩20分 |
| 東小千谷小学校   | 徒歩11分 |
| 東小千谷中学校   | 徒歩17分 |
| 最寄りのスーパー  | 徒歩5分  |

近くて便利



軽費老人ホーム  
ケアハウスひう

高齢者向け賃貸住宅  
グッドライフたんぼぼ

小規模多機能型居宅介護  
ひうの家



2月22日 わくわくデー 年齢別の楽しいあそび

## 世界に一つのひな人形

わんパークで、年齢別に分かれてひな人形作りが行われました。当日は93人の親子連れが参加し、おひなさまの顔を書いたり、手形や足形を押ししたりして、オリジナルのひな人形作りを楽しんでいました。



会場にはフォトコーナーも設けられ、参加者はおひなさまやお内裏さまの衣装を身につけた子どもたちのかわいい姿をカメラに収めていました。

2月22日～3月13日 小千谷に伝わる浮世絵展15  
歌川国貞（三代豊国）「国尽倭名誉」後段

## 歌舞伎の世界に思いを巡らせて

楽集館で開催され、今回は8月24日～9月12日に行われた前段に続き、歌舞伎の登場人物を描いた歌川国貞の浮世絵32点が展示されました。来場者は、貴重な作品を一枚ずつゆっくりと鑑賞していました。



2月22日 サケの稚魚放流

## またここに戻ってきてね

JR東日本と魚沼漁業協同組合の主催によるサケの稚魚放流が、川井大橋下流の信濃川河川敷で行われました。一般参加者のほか、体験学習として南小学校の2・4年生も参加し、体長約5cmの稚魚を放流しました。放流した稚魚に、「バイバイ」と手を振る参加者の姿も見られました。



2月24日～3月4日 絵紙で彩る小千谷のひいな祭り

## 部屋を彩る鮮やかな絵紙

今年は、平成商店街・本町商店街を中心とした地域に東大通商店街も加えた全38会場で絵紙が展示されました。メイン会場の照専寺和順会館には約700枚の作品が飾られ、埼玉県から訪れたグループは、「説明を聞きながら見ると、絵の内容や当時の様子などがわかっておもしろい」と話していました。



◁午後4時～5時は「<sup>あんどん</sup>行燈で見る絵紙」が開催されました。

2月23日 サモア独立国のシラ駐日大使が市を訪問

## 小千谷縮の魅力の世界に発信

東京オリンピック・パラリンピックが開催される2020年に向け、世界各国にちなんだ着物を制作する「イマジン・ワンワールド・キモノ・プロジェクト」で、小千谷市がサモア独立国の担当となったご縁で、シラ大使が小千谷を訪問されました。サザンクロス（南十字星）やラグビーボールなどサモアをイメージして制作された着物を、大使の長女のリナさんが試着しました。シラ大使は「日本の文化に触れることができてよかったです。また小千谷に来たいと思います」とおっしゃっていました。



△写真左から：シラ大使と大塚市長



△写真左から：大使の長女リナさんとシラ大使



千田小学校が第19回米・食味分析鑑定コンクール国際大会で金賞を受賞

## 無農薬の美味しいお米



千田小学校5年生が作った「チャレンジ米」が、小学校部門で最高賞の金賞を受賞しました。

私たちが心を込めて  
作りました！



2月3日 第64回市民スキー大会・第54回新潟県小学校親善スキー大会小千谷大会

## 雪上の熱い戦い

市民スキー大会、親善スキー大会あわせて個人競技には254人、リレー競技にはオープン参加も含め103チームが出場し、選手たちが熱戦を繰り広げました。リレー競技では、恒例の仮装をした選手たちが大会を盛り上げていました。



2月10日 山谷・坪野ほんやら洞まつり

## 楽しさいっぱい冬の夜

会場となった雪原には、約2,000個の小さなかまくら「ほんやら洞」が作られ、柔らかい光が幻想的な世界をつくり出していました。また、午後7時30分と8時



には花火が打ち上げられたほか、会場には町内会のみなさんによる出店や大きな雪像などがあり、おおぜいの来場者でにぎわっていました。

2月10日 第17回ザ・かまくら

## 大きなかまくらで身を寄せて



今年は真人ふれあい交流館駐車場を会場にして行われ、おおぜいの子どもたちが雪の滑り台や雪像作りなどの雪遊びを楽しんでいました。今回も真人地区と交流のある東京都墨田区

立第4吾婦小学校の児童・保護者ら24人も参加し、雪遊びを通じて交流を深めていました。

2月11日・12日 山本山雪あそびフェスタ

## おもいきり雪を楽しむ2日間

雪の遊び場を提供することで小千谷の冬を楽しんでもらおうと、おちゃ～るを会場に小千谷青年会議所の主催で行われました。訪れた子どもたちは、雪のジャンボ滑り台や雪の迷路などを楽しんでいました。初めてスノーシュートレッキングをしたという男の子は、「難しかったけど楽しかった。またやりたい」と話していました。



2月17日 おやこの食育体験教室

## おやこでクッキング♪



食べることの大切さを楽しく学んでもらおうと、市と食生活改善推進委員協議会が開催し、8組17人が参加しました。子どもたちは慣れない調理器具に戸惑いながらも、一生懸命に調理していました。参加した児童は「ハンバーグをこねるのが粘土みたいで楽しかった」と笑顔で話してくれました。



# 第31回 信濃川河岸段丘ウォーク

新緑の美しい河岸段丘を歩いてみませんか。ファミリー向けの12kmから50kmまで5つのコースから選べます。



## ■期日／4月29日(祝)

■申込方法／4月17日(火)午後5時までに要項添付の払込取扱票に必要事項を記入し、参加料を添えてお申し込みください。インターネット・郵便振替・郵送による申し込みは、4月10日(火)締め切りです。詳細は、要項または公式ホームページ <http://www.skd-walk.com> をご覧ください。

ホームページ  
公式HPへ  
アクセス!



## ■その他

▽雨天でも開催します。

▽津南50km・川西25km・津南23km・中里15km各コースの出発時間に合わせて、臨時バス(有料)を運行します。運賃はコース、乗車場所により異なります。詳しくはお問い合わせいただくか、要項をご覧ください。

▽小千谷12kmコースは、小千谷駅から総合体育館までシャトルバス(有料)を運行します。

大会当日、大人2,000円、中学生以下1,000円を乗車時にお支払いください。また、ゴール会場から小千谷駅、総合体育館行きのシャトルバスは無料でご乗車いただけます。

▽参加賞、完歩賞、豚汁・ドリンクのサービスなどのお楽しみがあります。

▽ゴール後、小千谷市では「錦鯉の里」を無料見学できます。

▽ゼッケン提示で「湯どころちぢみの里」に大人700円・小学生以下300円(通常料金より200円引き)で入館できます。また、サンプラザからちぢみの里まで送迎バスが出ます。十日町市ゴール場所では、「キナーレ明石の湯(十日町市)」に大人400円・小学生以下100円(通常料金より200円引き)で入館できます。

■申込窓口・要項設置場所／▽信濃川河岸段丘ウォーク実行委員会事務局(総合体育館内)▽ホットプラザ▽貝総合センター  
※大会当日も参加申込を受け付けますが、当日料金となります。  
※当日不参加となった場合でも、参加料はお返ししません。  
■問い合わせ／信濃川河岸段丘ウォーク実行委員会事務局(総合体育館内)  
☎83・0077

## ■コース・参加料など

| コース・距離  | 出発場所           | 受付時間       | 出発時刻    | ゴール時間     | ゴール場所    | 参加料   |
|---------|----------------|------------|---------|-----------|----------|---|
| 津南50km  | JR津南駅前町営駐車場    | 午前5時30分～6時 | 午前6時30分 | 午後5時30分まで | サンプラザ    | 大人2,000円(当日2,600円)<br>中学生以下1,500円(当日1,900円) |
| 川西25km  | 千手中央コミュニティセンター |            |         |           |          | 大人1,500円(当日2,100円)<br>中学生以下1,000円(当日1,400円) |
| 津南23km  | JR津南駅前町営駐車場    | 午前9時～9時30分 | 午前10時   |           | 十日町市キナーレ | 大人1,000円(当日1,600円)<br>中学生以下500円(当日900円)     |
| 中里15km  | 十日町市中里体育館      |            |         | 午後3時まで    |          |   |
| 小千谷12km | 小千谷市総合体育館      |            |         | 午後4時まで    | サンプラザ    |   |

# 確認しよう！ごみの分別



■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎83-3509

## ○ペットボトルは外して洗ってリサイクル

ペットボトルはキャップとラベルを外してから出してください。きちんと分別することが、リサイクルのスタートです。

- ① キャップとラベルを外します。のりなどでしっかり接着されているものは剥がさなくてかまいません。※紙製ラベルは燃やすごみに出してください。
- ② 中を軽く水洗いします。
- ③ 透明または半透明の袋に入れ、決められた場所へ出してください。



キャップとラベルは「プラスチック製容器包装」へ



♻️ ボトル本体は洗って「PET」へ

## ○資源ごみはマークで分別

こんなマークを見たことはありませんか？「識別マーク」と呼ばれる強い味方です。このマークを目印に、資源ごみを分別しましょう。



## ○キケンです！電池は外して出しましょう

おもちゃなどの電池を使う製品が、電池が入ったまま埋立ごみに出されることが多くなっています。電池が入ったまま埋立ごみに出されると、埋立ごみを処理する過程で火災が発生するおそれがあり危険です。電池は外して、有害・危険物として出してください。



## 小千谷の20代～40代が自分と地域の将来について オモシロ×マジメに学び、話す会

- これからも住み続けたい・戻ってきたくなる小千谷を実現するために、学び語り合います。
- 日時／3月31日(土)午後1時～4時
- 会場／サンプラザ3階大ホール
- 対象／小千谷市在住または在勤の20代～40代の方
- 定員／100人

- 参加無料
- 申込締切／3月26日(月)
- 企画／小千谷市20代有志メンバー
- 申込・問い合わせ／生涯学習課社会教育係 (総合体育館内) ☎82-9111 ☎82-9112 syougai@city.ojya.niigata.jp



| 内容  | 講師                                   |
|---|--------------------------------------|
| 第1部 学ぶ！<br>「みんなが集まる・みんなと楽しむ！<br>魅力的なイベントの始め方・続け方」 | 星野智久さん (株)ジョイゾー、地域団体五十歩百歩代表)         |
| 「お店・施設などなど！<br>土地を活かした場づくりの始め方・続け方」               | 高橋正史さん (居酒屋「氣心」オーナー)                 |
| 「届けたい想いを多くの人に届ける！<br>SNSを使った効果的な情報発信の方法」          | 田中彩貴さん (地域活性化ガールズ集団 Lily&Marry's 所属) |
| 第2部 話す！<br>グループセッション                              | 山ノ内凜太郎さん (合同会社 Active Learners 共同代表) |

## 旧小千谷総合病院の 平成30年度利用予約受付開始

平成30年度の施設利用予約の受付を開始します。イベント・会議・練習などにご利用ください。

■利用期間／4月1日(日)～平成31年3月31日(日)

■開館時間／午前9時～午後9時

※平成30年3月31日(土)までは午後8時に閉館します。4月1日(日)より開館時間を延長します。

■休館日／月・火曜日(祝日にあたる場合も休館します)

■利用無料

■受付開始日／3月15日(木)

■その他／エアコンのある部屋や机・イスの数が限られているため、ご利用の際は事前にご確認ください。

■申込・問い合わせ／旧小千谷総合病院  
☎83・3608

## 若返り健康教室参加者募集

■対象／市内に在住のお

おむね60歳以上の方

■内容／肩こり・腰痛・

転倒防止の体操など

■講師／市スポーツ推進委員ほか

■参加料／3000円(1会場分)

■申込／両会場とも4月2日(月)までに参加料を添えて、総合体育館またはホットプラザへお申し込みください。

■その他



▽実施期間中の途中参加も可能です  
▽両方の会場に参加することもできます  
■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

### ○西小千谷会場

■日時／4月5日～9月13日(5月3日、8月16日を除く毎週木曜日、計22回) 午前10時～11時30分

■会場／総合体育館サブアリーナ

### ○東小千谷会場

■日時／4月4日～9月12日(8月15日を除く毎週水曜日、計23回) 午前10時～11時30分

■会場／東小千谷体育センター



## 小千谷市地域自立支援協議会の委員を公募します

市では、障がいのある方がその能力や適性に応じ、自立した生活を送れるような地域づくりを進めるため、小千谷市地域自立支援協議会を設置しています。この協議会の市民委員を公募します。

■募集人員／2人(委員総数・14人)

■任期／5月1日～平成33年4月30日(3年間)

■内容／年3～4回程度、平日の日中に

開催される小千谷市地域自立支援協議会に出席いただき、市民委員として積極的なご意見をいただきます。

■報酬／協議会に出席した場合には、報酬をお支払いします。

■応募資格／次の2要件を満たしている方  
▽小千谷市に住所を有する20歳以上の方で、小千谷市の障がい福祉施策の推進

に関心のある方  
▽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し、提出してください。応募申込書は社会福祉課窓口にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■応募締切／3月26日(月)

■選考結果の通知／応募申込書により審査のうえ、4月下旬までに選考結果を応募者全員にお知らせします。

■申込・問い合わせ／社会福祉課障がい福祉係 ☎83・3517



## 義援金の受付期間を延長します

■義援金名称／平成28年熊本地震災害義援金

■受付締切／平成31年3月22日(金)

■受付方法

○現金受付…市役所(社会福祉課、市民ホール)の窓口に義援金箱を設置しています。※受領証を希望する場合は、直接社会福祉課で受付をお願いします。

○郵便振替の利用

▽口座番号…

「00130041265072」

▽口座名義…

「日赤平成28年熊本地震災害義援金」

※窓口での振替手数料は免除されます。  
※振込用紙の半券が、受領証の代わりとなります。

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

## 平成29年度 文芸おぢやジュニア版 発刊

市内の中学生から寄せられた短歌、俳句、川柳、詩の力作1,526点が掲載されています。ふるさとの風景、家族とのだんらん、人生の悲喜こもごも、社会批評など、若い感性にあふれた作品集となっています。

総合体育館で無料配布しています。ただし、部数に限りがありますのでご希望の方はお早めにお越しください。郵送を希望される方はお問い合わせください。

■問い合わせ／生涯学習課社会教育係(総合体育館内) ☎82-9111



## 自殺対策 について 考えよう

3月は自殺対策強化月間

自殺は誰にでも起こり得る身近な問題です。平成28年の自殺者数は、県内で496人、市内では10人で、市の自殺死亡率（人口10万人あたりの数）は国や県よりも高い状況が続いています。

今回は、市で今年度末に策定する自殺対策計画に関連して、山下メンタルクリニックの山下正廣院長に、自殺につながる要因や今後の取り組みについて大切なことをお聞きしました。



山下メンタルクリニック  
山下正廣 院長

## なぜ人は自殺をするのでしょうか？

自殺する合理的な理由などはないと思いますが、それでも自殺が起きてしまいます。その過程を細かく見ると、次のようになります。

### ①希死念慮（自殺について考えること）

いろいろなストレスが重なり、ふとした時に自殺が脳裏をかすめる。



### ②差し迫った希死念慮

希死念慮が続くと孤独感や絶望感が強くなり、差し迫った希死念慮に飛躍する。

### ③計画・実行

差し迫った希死念慮が続くと、自殺の計画・実行へと踏み出してしまふ。



大切なのは、希死念慮が続かないようにすることだと思います。

### 差し迫った希死念慮の例

▷自殺の計画・準備（遺書を書く、身の回りの整理、真剣な挨拶）▷「死にたい」と言う▷「死んでやる」と脅す▷注意力・能率の低下▷休みがち▷不自然な快活さ、突然の攻撃性▷全てに対して投げやり、関心低下▷援助を避ける態度▷孤独感、絶望感



### 希死念慮が続かないようにするには

▷自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力など、生きることの促進要因を日頃から育てましょう。（参考資料：厚生労働省、自殺総合対策大綱）

▷本当に自殺しないとだめなのか、踏みとどまって考えられるよう、一緒に解決の道を探してくれる信頼できる人の存在を大切にしましょう。



## 誰も自殺に追い込まれない地域づくりのために、私たちには何ができますか？

「ストレスが重なり、自殺を考える」というのは一見筋が通っているようですが、そんな社会はやはりおかしいと感じます。このことに気づき、改善していってほしいと思います。

特に、**子どもの頃から自尊心（自己肯定感）を育み、窮地に陥ったら人に援助を求めて良いのだ（あるいは逃げて良いのだ）と教え、このことを社会の共通認識にすることが大切だと**

思います。

最後に、何より子どもたちに、未来の大人たちに、この言葉を伝えたいと思います。  
**「身体髪膚、之を父母に受く。敢えて毀傷せざるは孝の始めなり」**（孝経より、現代語訳：自分の体、髪、皮膚、ありとあらゆるものは、父母からもらったものだから、それを傷つけることなく大切にするのは、親孝行の始めである）

## 「生きることへの支援」を進めます

市では、相談窓口の周知やゲートキーパーの養成に加えて、身近な人の悩みに気づき、声かけ・見守りができる地域づくりを進めます。また、学校と連携して、子どもの自殺予防教育に取り組みます。

いつでも相談してください「新潟県こころの相談ダイヤル」

ナビダイヤル なやみ なしにいがた

**0570-783-025**（毎日24時間開設）



# 転入・転出や、住民票発行などの手続きについて

## 住所異動の届出をお忘れなく

住所が変わったときは届出が必要です。忘れずに手続きをお願いします。

**届出が必要なおとき**  
**必要な届出**

|                    |  |
|--------------------|--|
| 他市区町村または海外へ転出するとき  | 転出届<br>※転出する14日前から受け付けます。  |
| 他市区町村または海外から転入したとき | 転入届<br>※転入した日から14日以内に届け出てください。<br>※他市区町村からの転入の場合は、必ず前住所地で転出手続きを済ませてから届け出てください。 |
| 市内で住所が変わったとき       | 転居届<br>※転居した日から14日以内に届け出てください。   |

■届出人／本人、世帯主または同居の親族  
 ■届出場所／市民生活課、支所、連絡所の本人確認書類（運転免許証・健康保険証など）▽住所変更が必要な書類（国民健康保険証・後期高齢者医療保険証・介護保険証・通知カードまたは個人番号カード・住民基本台帳カードなど）  
 ※転入届の場合は、前住所地区町村発行の転出証明書（住民基本台帳カード）

または個人番号カードの登録をされている方は該当のカード)、海外からの転入の場合はパスポートが必要です。

■手数料／無料  
 ■問い合わせ／市民生活課  
 市民係 ☎83・3509



## 市役所窓口業務時間延長

転入・転出などに伴い、各種届出をする機会が多くなる3月から4月にかけて、市役所窓口業務の時間を延長します。

■実施期間／3月26日(月)～4月6日(金) (土・日曜日を除く)  
 ■業務を延長する時間／午後7時まで  
 ■業務を延長する課と主な業務内容

|                   |                             |
|-------------------|-----------------------------|
| 窓口業務を延長する課        | 主な業務内容                      |
| 市民生活課<br>☎83・3509 | 戸籍、住民票、印鑑登録、旅券に関すること        |
| 保健福祉課<br>☎83・4060 | 国民健康保険、後期高齢者医療制度、国民年金に関すること |
| 税務課<br>☎83・3508   | 納税・所得の証明に関すること              |

※内容によっては、その日に対応できない場合があります。ご了承ください。  
 ※不明な点は、それぞれの課へお問い合わせください。

## 住民票などは土・日曜日、祝日も発行しています

住民票交付センター（図書館内）では、土・日曜日、祝日（月曜日は除く）も住民票などの発行を行っています。

■窓口業務時間／図書館開館日の午前10時～午後6時  
 ■発行できる証明書

▽住民票※ご本人または同一世帯の方のもの。

▽戸籍全部事項証明書（戸籍謄本）・戸籍個人事項証明書（戸籍抄本）※いずれもご本人または同一戸籍の方のもの。

▽印鑑登録証明書※印鑑登録カードが必要です。

■その他／窓口に来られた方のご本人確認をさせていただきますので、運転免許証や健康保険証などをお持ちください。

■問い合わせ／市民生活課市民係 ☎83・3509  
 図書館 ☎82・2724



## 小千谷高等学校吹奏楽部 定期演奏会

平成29年西関東吹奏楽コンクール出場、小千谷高等学校吹奏楽部による定期演奏会です。ぜひご来場ください。

■日時／3月25日(日)午後2時30分～（開場：午後2時）

■会場／サンラックおぢや

■入場無料・申込不要

■曲目

▽第1部・ラフマニノフ「ピアノ協奏曲第2番」より、シンフォニックセレクションほか

▽第2部・「君の名は。」コレクション、学園天国ほか

■問い合わせ／小千谷高等学校（担当：鈴木） ☎83・2262



## 新潟県警察官募集

■募集職種／男性・女性警察官A（武道採用を含みます）

■採用予定日／平成31年4月1日

■第一次試験日／5月13日(日)

■会場／新潟国際情報大学、新潟県警察学校（武道採用のみ）

■受験資格／昭和63年4月2日以降に生まれた方で4年制大学を卒業した方（平成31年3月31日までに卒業見込みの方を含みます）

■申込締切／4月10日(火)午後5時15分

■申込・問い合わせ／小千谷警察署 ☎83・0110

▽最寄りの交番・駐在所

引越しなどの連絡はお早めに

ガス・水道の使用を中止または開始するときは、事前にガス水道局への連絡が必要です。これからの時期はとも混み合うため、日程が決まり次第、お早めにご連絡ください。

■使用を中止するとき

▽ガス・水道の中止は、メーターが屋外に設置されている場合は、立ち会いの必要はありません。メーターが屋内に設置されている場合は、お客さまの立ち会いが必要です。

▽使用の中止には、中止まで使用したガス・水道・下水道の使用料金のほかに、水道閉栓手数料500円が必要です。

▽使用料金の精算には、ガス・水道メーターの検針が必要です。お客さまからメーター周りの除雪にご協力をお願いします。

▽精算方法については、受付時に相談させていただきます。

■使用を開始するとき

▽ガスの使用開始には、立ち会いが必要です。法令で定められた点検がありますので、必ずご本人かご家族、または家主の方の立ち会いをお願いします。立ち会いに要する時間は30分程度です。

▽水道のみの使用開始の場合、メーターが屋外に設置されている場合は立ち会いの必要はありません。水道の使用開始には、開栓手数料500円が必要です。後日請求させていただきます。

■下水道の使用中止・開始について

水道と一緒に下水道を中止または開始するときは、改めて連絡をいただく必要はありません。



■メーターの閉栓・開栓作業について

使用の中止・開始に伴うメーターの閉栓・開栓作業は、小千谷管工事協同組合に委託しています。

■問い合わせ／ガス水道局業務課お客さま係 ☎82・4115

まちのうごき (2月28日現在)

| 人口と世帯 ( ) 内は前月比 |          |         |
|-----------------|----------|---------|
| 男               | 17,899人  | (- 16人) |
| 女               | 18,213人  | (- 15人) |
| 合計              | 36,112人  | (- 31人) |
| 世帯数             | 12,720世帯 | (+2世帯)  |

| 異動 |     |
|----|-----|
| 出生 | 18人 |
| 死亡 | 44人 |
| 転入 | 47人 |
| 転出 | 52人 |



今月のキッズフォト



山田 志乃ちゃん (3歳)  
お母さんより♪  
機関車トーマスが大好きな志乃。名前の字にあるように志の高い子に育てほしいな。これからも真人のみんなと仲良くね。  
◁ザ・かまくらにて

4月

乳幼児の健康診査日程

■問い合わせ  
健康センター保健係  
☎83-3640

▷会場は健康センターです。発熱や発疹など、ふだんと違う症状のあるおさんは、翌月の健診日にお越しください。  
▷乳幼児健診の実施日には、先着順に番号札を配布します。  
▷番号札配布開始時間／午前に開催の場合：午前8時30分～、午後開催の場合：正午～

| 健診名        | 対象          | 期日       | 受付時間        | 持ち物                               | その他  |
|------------|-------------|----------|-------------|-----------------------------------|--|
| 4か月児健康診査   | 平成29年11月生まれ | 4月 5日(木) | 13:00～13:10 | 母子健康手帳、バスタオル、替え用のオムツ              | 離乳食初期の講習会を同時に行います。                           |
| 10か月児健康診査  | 平成29年5月生まれ  | 4月 4日(水) | 13:00～13:10 | 母子健康手帳、替え用のオムツ                    | 離乳食後期の講習会を同時に行います。                           |
| 1歳6か月児健康診査 | 平成28年9月生まれ  | 4月19日(木) | 13:00～13:20 | 母子健康手帳                            | 歯科検診を行います。歯を磨いてからお越しください。                    |
| 2歳児歯科検診    | 平成28年3月生まれ  | 4月18日(水) | 9:00～9:10   | 母子健康手帳、お子さんの仕上げみがき用歯ブラシ           | 幼児食講習会と歯科衛生士によるブラッシング指導を行います。歯を磨いてからお越しください。 |
| 3歳児健康診査    | 平成27年3月生まれ  | 4月17日(火) | 13:00～13:20 | 母子健康手帳、目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器 | 歯科検診を行います。歯を磨いてからお越しください。                    |



# 作ってみてね! この料理 デコレーション寿司



## Memo

混ぜたり、型を抜いたり、小さなお子さんでも楽しくお手伝いができ、見た目もかわいらしいので、お祝いやパーティーメニューにも最適です。

## <栄養価> (1人分)

- ▷エネルギー427kcal
- ▷炭水化物58.6g
- ▷たんぱく質17.6g
- ▷食塩相当量1.3g
- ▷脂質12.1g

<調理> 小千谷市食生活改善推進委員

## <材料> (4人分)

- |      |       |      |        |        |
|------|-------|------|--------|--------|
| 米    | 2合    | A {  | 酢      | 大さじ3   |
| 水    | 360ml |      | 砂糖     | 大さじ1   |
| 塩鮭   | 1切れ   |      | 塩      | 小さじ1/3 |
| みつば  | 1束    | 卵    | 2個     |        |
| ハム   | 2枚    | 砂糖   | 少々     |        |
| きゅうり | 1/2本  | サラダ油 | 小さじ1/2 |        |
| 白ごま  | 大さじ2  | 焼きのり | 1枚     |        |

## <作り方>

- ①米を洗って分量の水を加え、塩鮭を乗せて炊く。
- ②ボウルに卵、砂糖を加え混ぜ、フライパンで炒り卵を作る。
- ③みつばはゆで、2cmの長さに切る。ハムは花形に型抜きし、きゅうりは千切りにする。
- ④①が炊き上がったら塩鮭を取り出し、皮と骨を取り、身をほぐす。
- ⑤ボウルにご飯を移し、熱いうちに合わせたAを混ぜ、塩鮭、みつば、白ごまを加える。
- ⑥5cmの高さに切った牛乳パックを皿の上に置き、4等分したご飯の半量を詰め、ちぎったのりを乗せ、残りのご飯を詰める。②を乗せて軽く押さえ、牛乳パックを抜き、ハム、きゅうりを飾る。

<問い合わせ> 健康センター保健係 ☎83-3640

## わかるかな? 広報クイズ

- 応募方法 / はがきに郵便番号、住所、氏名を明記のうえ、次の宛て先までお送りください。
- 応募先 / ☎947-8501 企画政策課秘書 広報係 (住所は記載不要)
- 締切 / 3月30日(金) (当日消印有効)
- 当選発表 / 発送をもってかえさせていただきます。

## 問題

おぢやラインガルテンふれあいの里には、手ぶらで家庭菜園を始められる日帰り農園がありますが、1区画の面積は次のうちどれでしょう。(ヒントは6ページ!)

- ① 50㎡
- ② 70㎡
- ③ 100㎡

2月号の答えは③でした。



正解者の中から抽選で3人に「ちぢみの里利用券」をプレゼント! 広報おぢやの感想もぜひお聞かせください!

## 有料広告掲載欄

**中心街に位置するホテル**

朝食バイキング **¥540**

レストラン 梓(2F)  
(AM7:00~9:00)  
どなた様もお気軽に  
団体様要予約

ビジネスホテル **ニュープラザ**

小千谷市城内1-2-35 (サンプラザ前)  
ご予約は TEL (0258) 82-1185  
FAX (0258) 83-0156

**葬儀事前相談承ります。**

わからないことがありましたらご相談ください。

■千の風・つばさクラブ加入等、各種お問合せは  
ホームページでできました <http://kaneoto.info>

ベル少額短期保険株式会社 募集代理店

**株カネオト** 創業明治2年  
**セントラルホール翼**

新潟県小千谷市本町2丁目6番18号  
TEL 82-2421 FAX 82-2420  
フリーダイヤル 0120-49-8071

**犬小屋からビル建築まで!**

新築 リフォーム 仮住まい有 新居への引越しお手伝い!

◎お気軽に、ご用命ください◎

**(株)丸山工務店**

↓あなたからのご一報、心より、お待ちしております↓

【小千谷本社】電話 82-3242  
【川口支店】電話 89-3038  
【ホームページ】<http://www.marukou.info>

**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10日号の広告掲載料は、この大きさ(縦45.5mm×横82mm)で1枠1回20,000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

**編集室 だより** おやこの食育体験教室の取材に行きました。ふだん家ではなかなか一緒に料理をする時間がとれないというお家の方に大好評! 子どもたちも楽しそうに料理していて、私も参加したくなりました。☺

この広報誌は再生紙と環境に優しいインクを使用しています