



小千谷を描く No. 378 JR小千谷発電所調整池にて

山本のJR小千谷発電所調整池は、いつの間にか水がすっかり落ちて、わずかな水路に秋風がさざ波を立てていました。かつての水をたたえ雲を映し、鴨の群れていた風景を一変させ、まさに広大な草の秋となっていました。東京の山手線に乗って、「この電車は、オラんとこの小千谷の電気でズッテランドヤ（走っているんだぞ）」と、心の中で自慢した日も懐かしい想いです。

(絵と文・西脇正久さん)

主な内容

平成22年度保育園・幼稚園入園案内・・・2～3
ファミリー・サポート・センター会員募集・・・4
第29回市展・第43回総合文化展・・・5
市民健康講座・・・7

話しませんか、あなたの悩み、こころの声を・・・8
雪おろし作業会員募集・・・9
秋の火災予防運動・・・10
市営・県営住宅入居者募集・・・11

元気に育てて！おぢやのねむもたち



平成22年度 保育園入園案内

平成22年4月から新規に入園を希望する児童、保育園の変更を希望する児童の申し込みを受け付けます。ご希望の方は期日までに申し込みください。4月以降に生後4か月以上になる乳児、産休や育休後に入園を希望する児童は今回申し込みください。引き続き入園を希望する児童は保育園を通してご案内します。

○市立認可保育園

- 受付期間／11月9日(月)～14日(土)
- 入園資格／保護者が働いていたり、病気などのため家庭で児童を保育できない場合
- 入園できる年齢／0歳～5歳
- 保育時間／通常午前8時30分～午後4時(土曜日は正午まで)
- ※仕事などの都合で時間外も保育を希望する方には、平日の保育時間を朝は午前7時30分から、夕方は午後7時まで延長できます。利用を希望する方はご相談ください。
- 入園申込／各保育園と社会福祉課にある入園申込書に必要な書類を添えて提出してください。なお、社会福祉課での申込受付は11月13日(金)までです。

○高梨保育園(へき地保育園)

- 受付期間／11月9日(月)～13日(金)
- 入園できる年齢／3歳～5歳
- 保育時間／午前8時30分～午後4時(土曜日は正午まで)
- 入園申込／高梨保育園と社会福祉課にある入園申込書に必要な事項を記入して高梨保育園へ提出してください。

○ひばり認定子ども園(保育園機能)

- 受付期間／11月9日(月)～13日(金)
- 入園資格／保護者が働いていたり、病気などのため家庭で児童を保育できない場合
- 入園できる年齢／0歳～5歳

■保育園では、その他に一時保育(保護者の病気などで一時的に保育が必要な場合)や育児相談なども実施しています。ご利用ください。

■留意事項

▽0歳児は、4月入園時で生後4か月以上の乳児が対象です。

▽4月以降に4か月以上になる乳児、産休や育休後に入園を希望する児童で、今回申し込みをしない場合は、定員などの関係で途中入園を希望してもお断りすることがあります。

▽さくら保育園は、4月以降、東保育園さくら分園となる予定ですが、新規園児募集は行いません。

市立保育園一覧

保育園名	定員	電話番号
認可保育園		
西保育園(土川2丁目)	80人	☎82-2726
東保育園(東栄2丁目)	60人	☎82-2789
南保育園(船岡2丁目)	65人	☎82-2690
吉谷保育園(滝谷)	60人	☎82-3169
北保育園(城内2丁目)	80人	☎82-1742
片貝保育園(町裏)	150人	☎84-2027
岩沢保育園(第一区)	65人	☎86-2090
岩沢保育園真人分園(千三)	25人	☎86-3081
すみれ保育園(千谷)	110人	☎82-1136
わかば保育園(桜町上)	80人	☎82-3392
へき地保育園		
高梨保育園(五辺)	40人	☎84-3260

私立認可保育園

認定子ども園名	定員	電話番号
ひばり認定子ども園・保育園機能(元中子)	60人	☎82-6110

■保育時間／通常午前8時30分～午後4時(土曜日も同様)

※仕事などの都合で時間外も保育を希望する方には、平日の保育時間を朝は午前7時30分から、夕方は午後7時(土曜日は午後6時)まで延長できます。利用を希望する方はご相談ください。

■入園申込／入園申込書に必要な書類を添えて、ひばり幼稚園に提出してください。

■問い合わせ／ひばり幼稚園 ☎82・6110

◆問い合わせ／各保育園または社会福祉課子育て支援係 ☎83・3517

平成22年度 私立幼稚園入園案内

市内の幼稚園では、来年度の入園児を募集します。幼稚園は、小・中学校と同じく学校教育法に基づいて設置されたもので、幼児期に大切な人間形成の基礎基本の教育を行うところです。

■募集期間／11月4日(水)～6日(金)

■入園できる幼児／平成16年4月2日～平成19年4月1日生まれの幼児と平成19年4月2日以降生まれで満3歳になる幼児

■申込／印鑑をご用意のうえ、各幼稚園で午前9時～午後4時の間に申し込みください。入園申込書は各園に用意してあります。

■その他／

- ・送迎用のバスが各幼稚園にあります。
- ・希望者には、降園後預かり保育があります。
- ・入園料（1万円）は、入園決定と同時に納入していただきます。

■問い合わせ／各園にお尋ねください。各幼稚園のホームページは市ホームページのリンクのページで検索できます。

■市の補助制度／

通園距離に応じて通園費を補助する通園費補助や、所得の状況により保育料の一部を補助する就園奨励費補助があります。（別表2・平成21年度補助例）

詳しくは学校教育課へ問い合わせください。
■問い合わせ／学校教育課学事係 ☎83・3519

私立認可幼稚園一覧

別表1

幼稚園名	定員	電話番号
小千谷幼稚園（平成2丁目）	160人	☎ 82-7625
ひばり認定子ども園 ・幼稚園機能（元中子）	105人	☎ 82-6110
つくし幼稚園（平成1丁目）	180人	☎ 82-7213

市の補助制度による控除額（年額）

別表2

市民税区分（年額）	在園1人目	同時在園2人目
市民税非課税世帯	153,500円	224,000円
	168,000円	294,000円
所得割非課税世帯	116,300円	206,000円
	135,000円	294,000円
所得割 34,500円	88,400円	192,000円
以下の世帯	110,000円	294,000円
所得割 183,000円	62,200円	179,000円
以下の世帯	87,000円	294,000円

※各区分の下段は、小学1、2、3年生の兄・姉がいる場合です。上記のほか、所得の状況に関係なく、園児1人につき24,000円が補助されます。なお、補助の合計が幼稚園に支払う保育料を上回る場合は、その保育料を上限として補助されます。

●認定子ども園って？

「仕事をやめても同じ施設で預かって欲しい」「質の高い幼児教育・保育をして欲しい」など、子育てをめぐる社会環境が大きく変わり、幼児教育・保育のニーズは多様化してきました。

このような中、就学前の教育・保育を一体として捉え、一貫して提供する新たな「認定子ども園」制度が誕生しました。

平成22年4月から小千谷市でも、ひばり幼稚園が「ひばり認定子ども園」として開設されます。

■ひばり認定子ども園は、同じ施設内で幼児教育と保育を行う「幼保連携型認定子ども園」で、認可幼稚園と認可保育園が連携して一体的な運営を行います。

認定子ども園は、次の2つの機能を備えており、都道府県から認定されるものです。

- ①小学校就学前の子どもに幼児教育・保育を提供
- ②地域における子育て支援の実施（子育て相談など）

■入園を希望する場合／

○3歳以上児…「幼稚園」または「保育園」機能のいずれかを選択することになります。幼稚園児・保育園児の合同でのクラス編成で一体的な教育・保育を受けることとなります。なお、保育園は家庭において保育できない場合に限り入園できる施設ですので、審査が必要となります。

○3歳未満児…保育園児として入園することになり、入園要件は3歳以上児と同様です。

■保育料／幼稚園・保育園それぞれ保育料が異なります。幼稚園は定額から就園奨励費補助金が差し引かれることになり、保育料は小千谷市と同様の算定基準で同額となります。

※ひばり認定子ども園では、土曜日の午後からも保育を実施します。



ファミリー・サポート・センター・サポーター 会員募集

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。利用するためには、会員登録が必要です。たくさんの方の申し込み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を対象に、会員養成講座を開催します。

■日時・内容／▽11月19日(木)午前9時30分～午後3時30分：ファミリー・サポート・センター概要説明、子どものあそびなど▽11月20日(金)午前9時30分～午後4時30分：乳幼児の食事、救命講習など

■会場／子育て支援センター「わんパーク」

■定員／20人

■受講無料

■資格／市内在住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。

●依頼会員登録説明会

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。

ファミリー・サポート・センターを利用するには事前の申し込み、登録が必要です。この機会に申し込みください。

■日時／11月19日(木)午前9時30分～10時30分

■会場／子育て支援センター「わんパーク」

■定員／10人

■対象／市内在住か在勤の方で、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

■申込／受講を希望する方は11月13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。

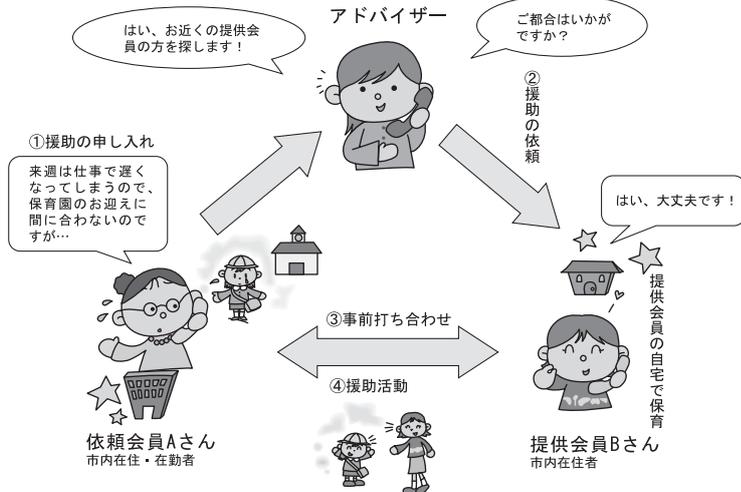
※当日は保育ルーム(有料、要予約)を設置しますのでお子さんと一緒でも受講できます。

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

■問い合わせ／ファミリー・サポート・センター(わんパーク内) 81・7587

ファミリー・サポート・センターのしくみ

ファミリー・サポート・センター



☆子育てイベント・相談

●子育て講座

「絵本の読み聞かせ(こころ)」

絵本の魅力、選び方、読み聞かせのポイントを学びましょう。

■日時／11月12日(木) 前10時30分～11時30分

■講師／山崎涼子さん(保育士)

■申込／定員20組(申込順・無料)

●子育てなんでも相談(個別相談)

お子さんの発育に関すること、お母さんや妊娠中の方のからだのことなどで、心配や気になることはありませんか? 助産師が無料で相談をお受けします。

■日時／11月17日(火)午前10時～11時30分

■申込／相談を希望する方は11月13日(金)までに予約をしてください。

●キラキラタイム

わんパークの子育てイベントです。今月はパネルシアター「ひよこのさるぼ」です。お楽しみに。

■日時／11月27日(金)午前10時30分～11時

■申込不要

■会場・申込・問い合わせ／わんパーク 81・7564

文化の秋

第28回市民音楽祭

アマチュア音楽バンド・グループが、日ごろの練習の成果を発表します。

■日時/▽第1日目：11月14日(土)午後6

時～▽第2日目：15日(日)午後1時30分～

■会場/市民会館大ホール

■入場無料

■出演団体/●第1日：▽保坂良（フルート）▽小国コーラス（コーラス）▽None date and Day（生ピアノ）▽Lalalaシンガーズ（コーラス）▽コール・R（コーラス）▽大吟醸（フォーク）▽混声合唱団OSC（コーラス）▽山本山☆ラテンファンクド☆オルケスタ（ラテンジャズ）▽GIANT・STEPS（ジャズ）●第2日：▽20000VOLT（ロック）▽STACK（ロック）▽Team猫だよ（フォーク）▽R・S・T・B（ポップス）▽芸達者（フュージョン）▽ビーだま（フォーク）▽NILE（ロック）▽CHIIHIRO（フォーク）▽TWIN雨宮（フォーク）▽ふうりん（フォーク）

■問い合わせ/社会教育課 ☎82-9111



ユネスコ無形文化遺産登録記念企画 小千谷縮…その魅力を再発見する

昔ながらの技術を大切に受け継いだことが高く評価された「小千谷縮・越後上布」がユネスコの世界の代表的な無形文化遺産リストに登録されました。この誇るべき文化遺産登録を記念し、江戸時代から昭和初期の間に作られた小千谷縮（西脇新次郎家寄贈）や県指定文化財である「小千谷縮見本帳」など市が保存する貴重な文化財を展示します。

■日時/11月7日(土)～23日(祝)

午前10時～午後5時

※毎週火曜日は休館日です。

■会場/楽集館

■入場無料

■問い合わせ/▽社会教育課 ☎82-9111 ▽楽集館 ☎82-8282



第12回郷土に伝わる美術展

北大路魯山人の作品と昭和の巨匠の画を展示します。

■日時/11月3日(祝)・4日(水)午前9時～午後5時

■会場/サンプラザ3階

■入場無料

■主催/小千谷美術協会

■問い合わせ/美術協会事務局：進藤 ☎82-2824



第29回市展・第43回総合文化展

■日時/▽市展：11月3日(祝)～5日(木)午前9時～午後8時（5日(木)は午後5時まで）▽総合文化展：市展と同じ（ただし、5日(木)の文化協会展、拓本展は午後3時まで）

■会場/▽市展：東小千谷体育センター（勤労青少年ホーム隣り）▽総合文化展：老人憩いの家「白寿荘」（勤労青少年ホーム隣り）

■展示内容/▽市展：日本画、水墨画、洋画・版画、書道、写真、工芸・彫塑▽総合文化展：文化協会展、菊花展、拓本展、盆栽展

■入場無料

■問い合わせ/社会教育課 ☎82-9111

第29回片貝総合文化展

■日時/11月2日(月)・3日(祝)午前9時30分～午後8時（3日(祝)は午後3時まで）

■会場/片貝総合センター

■展示内容/美術展、陶芸展、生け花展、押し花展、写真展、クラブ作品展、菊花展、片貝伝統の文化・産業展、小・中学生作品、個人出展作品

■入場無料

■問い合わせ/片貝公民館（片貝総合センター内）

☎84-2026

松岡直也ラテン・セッション

ジャズコンサートを開催します。

ジャズ界の大御所松岡直也に、今回は抜群の歌唱力で自由自在に声を操る「ビタミン・ボイス」渡辺真知子さんをゲストに迎え、夢のコラボレーションが実現。

■日時/12月6日(日)午後5時30分開場、6時開演

■会場/市民会館大ホール（飲食禁止）

■出演/▽松岡直也：ピアノ▽高橋グタ夫：ベース▽赤木りえ：フルート▽田中倫明：パーカッション▽岩瀬立飛：ドラム▽ゲスト/渡辺真知子：ボーカル

■入場料/前売4,500円、当日5,000円

■駐車場/小千谷小学校改築工事のため、改築工事現場北側の仮設駐車場を利用ください。駐車台数に限りがありますので、公共交通機関の利用や相乗りでの来場にご協力ください。

■主催/ジャズコンサートインおぢや

■共催/教育委員会

■チケット窓口・問い合わせ/▽事務局：横民 ☎82-3860 ▽サンプラザ ☎83-4800 ▽市民会館 ☎82-9111 ▽小千谷新聞社 ☎82-2378

お知らせ

Information

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

相談

特設人権・行政相談所

市民生活課 ☎ 83・3509

女性、子ども、高齢者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たり、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、意見要望などを行政相談委員が受け付けます。

■日時／11月11日(水)午前10時～午後3時

■会場／市民会館

■申込／当日会場で受付

■問い合わせ／市民生活課生活安全係

女性の人権ホットライン

市民生活課 ☎ 83・3509

新潟県新潟地方方法務局、新潟県人権擁護委員連合会は、11月15日～21日まで「女性の人権ホットライン」強化週間とし、法務局職員や人権擁護委員が電話相談を受け付けます。相談は無料、予約は不要で、秘密は厳守されます。



■相談内容／差別、DV、セクハラ、夫婦間の問題など広く女性の人権に関すること。
 ■電話番号／☎ 0570・070・810 (全国共通)
 ■相談時間／▽11月15日(日)・21日(土)午前10時～午後5時▽11月16日(月)～20日(金)午前8時30分～午後7時

■問い合わせ／新潟地方方法務局長岡支局 ☎ 33・6901

多重債務相談会

市民生活課 ☎ 83・3509

お金のトラブルで悩んでいませんか？多数の消費者金融から借りたが返済できない、月々の返済額が多すぎて生活ができないなど、多額の借金を抱えお悩みの方を対象に相談会を開催します。弁護士、司法書士が相談をお受けします。解決に向けての第一歩をおいでください。相談時間は1人1時間程度です。相談者の秘密は堅く守られます。

■日時／11月29日(日)午前10時～午後4時
 ■会場／市役所2階第1相談室
 ■申込／予約制(定員10人)です。11月20日(金)までに申し込みください。
 ■相談無料
 ■申込・問い合わせ／市民生活課生活安全係

「くらしの豆知識」進呈

市民生活課 ☎ 83・3509

昨今、消費者が被害者となるトラブルが、若者から高齢者・障がい者にまで拡大しています。消費者の暮らしに役立つ幅広い分野の消費生活情報をコンパクトにまとめた2010年版「くらしの豆知識」が発行されました。希望する方に差しあげます。

身近な情報源としてお役立てください。
 ■主な内容／契約や商品の安

全に関する知識、食・住、金融と保険、年金・介護ほか
 ■編集・発行／国民生活センター
 ■サイズ／B6版263ページ
 ■配布場所／市民生活課でお受け取りください。郵送などはできません。



■問い合わせ／市民生活課生活安全係

人権擁護委員の委嘱

市民生活課 ☎ 83・3509

10月1日付けで五十嵐啓子さんが、法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。また、任期満了で9月30日に退任しました大矢光子さんへは永年の功績に対して法務大臣から感謝状が贈呈されました。現在、市内には4人の人権擁護委員の方がいます。いじめ、体罰、家庭内・近隣のトラブルなど人権問題で困っている方の相談を人権擁護委員がお受けします。

相談は無料で、秘密は堅く守られます。お気軽に相談ください。

介護

認知症介護家族支援講座

保健福祉課 ☎ 83・4060

認知症の方をお世話している家族を対象に座談会を実施します。ひとりでは悩まず、専門家や同じ立場の方の体験、意見を聞いて役立てましょう。参加は無料です。

■日時／11月10日(火)午後1時30分～3時

■会場／健康センター

■内容／▽ミニ講話・不眠、徘徊への対応について▽座談会・介護や介護者のストレス解消のための情報交換

■申込不要

■問い合わせ／保健福祉課高齢福祉係

福祉

福祉タクシー利用券

社会福祉課 ☎83・3517

福祉タクシー利用券を希望する方で、まだ交付を受けていない方は手続きをお願いします。

- 対象者/▽身体障害者手帳1〜3級の方(今年度から3級の方すべてが対象になりました)▽療育手帳A判定の方
- 利用内容/タクシーの利用目的は問いません。料金の一部にあてることが出来ます。
- 手続きに必要なもの/▽新規の方:身体障害者手帳(療育手帳)と印鑑▽継続の方:

良い眠りとうつ病についての講演会

精神科医による良い眠りのための講演と、うつ病を経験しながらも、現在は三味線奏者で活躍中の方のお話です。

- 日時/11月19日(休)午後1時〜4時
- 会場/コミュニティホールさわらび(南魚沼市浦佐5175番地1)
- 内容/▽第1部:中学生からのメッセージほか▽第2部:①講演「専門医による良い眠りのための知恵とコツ」講師:宮永和夫さん(南魚沼市立ゆきぐに大和病院院長)②講演「うつと生きる〜支え、支えられて〜」講師:小林史佳さん・高橋竹育さん(三味線奏者)
- 入場無料
- 申込・問い合わせ/電話、ファックス、メールで、氏名、住所、電話番号、参加人数をお知らせください。
南魚沼地域振興局健康福祉環境部地域保健課
☎025-772-8137 FAX025-772-2190
✉ngt111630@pref.niigata.lg.jp

健康

パーキンソン病の講演会

健康センター ☎83・3640

- 平成20年度の利用券綴(全部使用した方は表紙)、身体障害者手帳(療育手帳)と印鑑
- 問い合わせ/社会福祉課福祉係
- パーキンソン病は神経難病の中でも多い病気です。病気の理解を深めてもらうため、医療講演会を開催します。
- 日時/11月10日(火)午後1時30分〜3時30分
- 会場/サンラックおぢや3階大ホール

市民健康講座

健康センター ☎83・3640

- 内容/「パーキンソン病ってどんな病気?」治療と療養のポイント」講師:登木口進さん(助小千谷総合病院神経内科医師)
- 申込不要・入場無料
- 問い合わせ/魚沼地域振興局健康福祉部地域保健課 ☎025・792・8614
- すぐに実践できる身近な健康ネタを、ユーモアたっぷりにお話しします。
- 日時/11月14日(土)午後7時



脊髄小脳変成症・多系統萎縮症患者・家族のつどい

医師の講話を聞き、同じ病気の仲間と情報交換をしながら、一緒に楽しいひとときを過ごしましょう。

- 対象者/脊髄小脳変性症および多系統萎縮症と診断された方とその家族
- 日時/11月5日(木)午後1時30分〜3時30分
- 会場/ケアハウス小千谷さくら地域交流室
- 参加費/150円
- 申込/11月4日(水)までに魚沼地域振興局健康福祉部地域保健課 ☎025-792-8614

知って安心 多重債務講演会

ピンチをチャンスに変える!多重債務問題を解決するための秘訣満載の講演会が開催されます。

- 日時/11月6日(金)午後7時〜8時30分
- 会場/魚沼市小出ボランティアセンター1階多目的室(魚沼市小出島1240番地2)
- 講師/吉田猫次郎さん(株NEKO-KEN代表取締役)
- 入場無料・申込不要
- 問い合わせ/魚沼地域振興局健康福祉部地域保健課 ☎025-792-8614

女性のための健康相談会

健康センター ☎83・3640

- 〜9時(午後6時30分開場)
- 会場/サンプラザ3階大ホール
- 講師/佐藤万成さん(さとう内科・青山クリニック院長)
- 演題/「笑いと健康」〜遅老遅死のススメ ゆっくり生きよう のんびりいこう〜
- 入場無料
- 問い合わせ/健康センター保健係
- 産婦人科医による専門相談会です。
- 対象/思春期から更年期の女性とその家族で、次のような健康に関する相談のある方
- ▽妊娠、避妊、家族計画などに関すること。
- ▽不妊に関すること。
- ▽婦人科疾患、更年期障害などに関すること。
- ▽性感障害などに関すること。
- ▽その他、女性の心身の健康に関する全般的なこと。
- 日時/11月11日(水)午後2時〜4時
- 会場/小出ボランティアセンター(魚沼市小出島1240番地2)
- 相談担当医師/鈴木孝明さん(県立小出病院副院長)
- 申込/11月4日(水)までに魚沼地域振興局健康福祉部(魚沼保健所)地域保健課 ☎025・792・8612

話しませんか あなたの悩み はじろの声を

●知っていますか？

魚沼保健所管内の自殺死亡率は、全国平均や県内平均よりも高い水準にあります。平成19年の新潟県の自殺者数は767人、魚沼保健所管内では39人で、県内の自殺死亡率ワースト1位でした。市内でも、年間10人から15人の方が自ら命を断っています。

●命を守ろう

今回、自殺について1人ひとりが身近な問題として考え、家庭や地域、職場で悩みを抱える人を相談につなげることができるよう、魚沼地域で「命をまもる」キャッチコピーを公募し、「話しませんか あなたの悩み ころの声を」に決定しました。

自殺はさまざまな要因が複雑に絡み合っているといわれますが、中にはうつ病やうつ状態が関係している場合があります。こころの不調や心配なことがあるときは、ひとりで悩まずに早めに相談してください。

また、周りの家族や職場の中で、身近な人のこころの変調に気づくこと、また、声をかけたり、受診を勧めることで、あなたの大切な人の命を守ることが出来ます。

●はじろが疲れていませんか

ここ2週間の間で、次の状態が続いていませんか？こころの元気をチェックしてみましょう。

- 毎日の生活に充実感がない。
- これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった。
- 以前は楽にできていたことが、今ではおつくうに感じられる。
- 自分が役に立つ人間だと思えない。
- わけもなく疲れたような感じがする。

※2つ以上あてはまり、そのためにつらい気持ちになる、毎日の生活に支障がある人は、うつ状態の可能性があります。休んだり、誰かに相談しても症状が改善しないときは、専門的な治療が必要な場合があります。精神科の受診をお勧めします。

また、健康センターでのこころの健康相談会では、精神科医師による相談を実施していますのでご相談ください。

●はじろの悩みを話しませんか

こころの健康や病気のことについて、次の相談窓口で、電話でも相談を受け付けています。

▽健康センター ☎83・3640（祝日を

除く月）（金午前8時30分～午後5時15分）

▽小千谷地域こころのケアセンター ☎82・0290（祝日を除く月）（金午前8時30分～午後5時15分）

▽魚沼地域振興局健康福祉部 ☎025・792・8614（祝日を除く月）（金午前8時30分～午後5時15分）

▽新潟県精神保健福祉センター ☎025・280・0113（祝日を除く月）（金午前8時30分～午後5時）

▽新潟いのちの電話相談センター（長岡）☎39・4343（24時間受付）毎月10日はフリーダイヤル ☎0120・738・556（24時間受付・無料）

●経済・生活の問題で悩んでいませんか

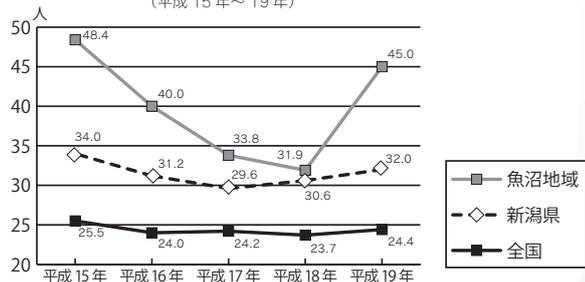
こころの不調は家庭や経済的な問題、悩み事などとも関連して症状が現れます。市でも法律相談や多重債務相談を実施しています。問題解決の糸口にまずご相談ください。申込・問い合わせは、市民生活課生活安全係 ☎83・3509まで。

▽法律相談（毎週第2火曜日午後1時～4時、要予約）

▽多重債務相談（毎週火・木曜日午前9時～正午、要予約）

■問い合わせ／健康センター保健係 ☎83・3640

自殺死亡率（人口10万人対自殺者数）の推移（平成15年～19年）



※自殺死亡率とは人口10万人に対し、自治体の人口を10万人として計算した場合の割合です。人口10万人に対し、何人が自殺で亡くなっているかを表します。

募 集

講座受講生募集

勤労青少年ホーム ☎82・8510

定員まで随時受け付けています。受講料のほかにホーム利用登録料10000円が必ず必要です。今年度登録済みの方は不要です。

■受付・問い合わせ／平日の午前8時30分～午後9時

●初心者いけばな教室

はじめての方でも大丈夫！

日本の伝統文化にふれてみませんか？



■日時／11月24日～3月9日

(隔週火曜日、年末1回のみ金曜日、計8回) 午後6時～7時30分

■会場／勤労青少年ホーム2階講習室

■内容／生け花の基礎

■講師／小田嶋房子さん(池坊)

■対象／市内在住または在勤の方

■定員／15人

■花材料費／9000円(8回分)

■持ち物／花ばさみ

海外派遣事業参加者募集

企画財政課 ☎83・3507

文部科学省所管の(財)国際青少年研修協会では、小学生から高校生までを対象に冬休み海外派遣事業の参加者を募集しています。体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養ってみませんか。この事業は市の補助金制度

の対象です。補助を希望される方は企画財政課企画経営係まで連絡ください。

■内容／ホームステイ・ボランティア・文化交流・学校体験・地域見学・野外活動など

■派遣先／オーストラリア、カンボジア、サイパン、フィジー

■対象／小学校3年生～高校3年生※事業により対象年齢が異なります。

■申込締切／11月6日(金)

※申し込み先着順

■参加費／23～36万円(共通経費は別途)

■派遣期間／12月26日(土)～1月4日(月)(7～9日間) ※事業により異なります。

■その他／各コースにより対象者や期間、参加費などが異なりますので事前にお問い合わせください。

■問い合わせ・資料請求／(財)国際青少年研修協会 〒108-0073 東京都港区三田5-10-7 番8号 シャンポール三

田 921号室 ☎03・459・4661

☎03・6459・4633

✉ info@kskk.or.jp

http://www.kskk.or.jp

雪おろし作業会員を募集

「雪おろし支援活動(SOS雪おろし)」に参加し、雪おろし作業を行っていただける方を募集します。

■こんな方を募集します／

▽市民から依頼のあった雪おろし作業を、誠実かつ奉仕の精神を持って行っていただける方

▽この制度の運営・推進を目的に組織される「SOS雪おろし支援協議会」の構成員となり、この目的のため、相互協力いただける方

■応募資格／

▽満20歳～69歳で、雪おろし作業経験がある方

※学生は応募できません。

▽健康で誠実な方

▽建設業を営む法人

■会員の仕事／

▽通年希望者を紹介された会員：

担当する通年希望者を協議会(事務局：市建設課)が調整し決定します。通年希望者とあらかじめ打ち合わせを行い、雪おろし作業を行います。

▽随時希望者から雪おろしの依頼を受けた会員：希望者と打ち合わせのうえ、雪おろし作業を行います。

▽協議会との作業可能日などの連絡調整を行っていただきます。

■応募方法／登録を希望する方は、できるだけグループでお願いします。これは、雪おろし作業は複数で行うことが多いからです。単独で登録される方は、応募の際にご相談ください。申し込みは随時受け付けます。建設課にある「雪おろし作業会員登録申請書」に必要事項を記入し、建設課へ応募してください。審査の結果、会員登録された方へは、会員証を送付します。審査結果により登録されない場合もあります。

■作業代金／

▽作業代金は、全額依頼者の負担となりますが、金額や支払方法は、希望者と話し合いのうえ決めてください。

▽豪雪時など特殊な場合でも、一定の範囲内(1人1日16,000円、1時間当たり2,000円)で、できるだけ安価にお願いします。代金には、消費税、一般的作業用具(スコップ、スノーダンプなど)に係る経費、交通費などを含みます。

■その他／作業時の賠償・損害保険に協議会(事務局：市建設課)で加入します。なお、作業時のみの保険です。現場への行き帰りは保障されません。

■問い合わせ／建設課管理科雪係 ☎83-3514



秋の火災予防運動

(11月9日(月)～15日(日))

「消えるまで ゆっくり火の元 ならめつ子」

平成21年度全国統一防火標語

秋の火災予防運動が11月9日～15日までの期間で実施されます。

これから暖房器具などを使用する機会が多くなり、火災の発生しやすい季節となります。火の取り扱いについては次の「住宅防火のちを守る7つのポイント」により、常にご家庭の「火の用心」をご確認ください。

●「住宅防火のちを守る 7つのポイント」

- 3つの習慣
 - 寝たばこは、絶対やめる。
 - ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
 - ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

○4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すため、住宅用消火器を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。



◎関連事業

○消防フェスティバル

- 日時／11月9日(月)午前10時～11時40分
- 会場／ジャスコ小千谷店駐車場
- 内容／防火パレード(市役所発)こぶし通り経由)ジャスコ小千谷店駐車場着)、幼児消防クラブ遊戯、消防車両展示、ポケットテイスシユの配布
- ※防火パレードは幼年消防クラブ、婦人防火クラブ、防火管理協会、危険物安全協会などの消防関係者と消防車両が行進します。雨天時は防火パレード、消防車両展示は中止します。

○防火イラスト展

- 期間／11月9日(月)～15日(日)
- 会場／総合体育館1階ホール

○防火訪問

- 消防職員による一般住宅防火訪問を行います。
- 対象／一般住宅(西小千谷地区の一部町内)

○防火対象物立入検査

防火対象物への消防査察実施

- 問い合わせ／▽消防本部予防課 ☎83・0238 (直通) ☎81・0119 (代表)



都市計画変更に伴う 住民説明会

- 日時／11月6日(金)午後7時30分
- 会場／市役所4階大会議室
- 内容／▽都市計画道路船岡町小栗田線(県道長岡片貝小千谷線)約340m廃止▽小千谷小学校部分の用途地域を約5・7畝変更

- 問い合わせ／建設課都市計画係 ☎83・3514



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
お仕事を
PR
しませんか?



1組からでもOK! (来客用・団体用)

ふとんレンタル

布団平洗・収納・洗濯...不要 便利です

高級羽毛布団7点セット 1セット 2500円 (税別)

- 掛け布団・敷布団・毛布・シーツ・掛けカバー・枕・枕カバー
- 2泊3日まで 延長1日200円
- ※泊数・枚数により割引き有ります。

浴衣(帯付)・タオル等もレンタル有り

小千谷市千谷川3丁目9番3号

グリーン&リフレッシュ フリータイム

株式会社 白友舎 ☎0120-17-4670

有料広告掲載欄です

図書館

11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11月のおはなし会です。
 ■日時/▽11月5日・12日・19日・26日(毎週木曜日)午後3時30分〜4時

12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/12月1日(火)
- 申込/11月13日(金)までに申込書により建設課建築住宅係へ。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/入居申込の前にあらかじめ建設課へご相談ください。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			
市営片貝町団地住宅(一之町2区)	1	22,000~48,900円	鉄筋4階建・3LDK(8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)
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(6畳・洋室6畳・5.3畳)・浴室(風呂付)・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	7,700~17,000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

善意に感謝

▽11月15日(第3日曜日)午後2時〜2時30分
 ■会場/図書館1階おはなしの部屋
 ■問い合わせ/図書館
 8月29日・30日に東京都杉並区で第53回東京高円寺阿波おどりが開催され、NPO法人東京高円寺阿波おどり振興協会(武田周吾理事長)が行



った「頑張れ小千谷!チャリティー阿波おどり」の募金36万5219円が10月5日に同協会から小千谷市に届きました。
 ありがたくいただき、市の防災対策に使わせていただき
 ■問い合わせ/総務課防災係 83・3506

11月は 児童虐待防止月間

「児童虐待」が社会的に大きな問題となり、子どもと体に大きな影響を与えています。
 全国公募により選定された標語は『守ろうよ未来を見つめる小さなひとみ』です。
 地域の子供たちを守るために、児童虐待で悩みを抱えていたり、誰かに相談したい時、あるいは自分の周りに虐待を受けたと思われる子どもがいる時は、ご連絡ください。

児童虐待には、「身体的虐待」「性的虐待」のほか、食事を与えない・世話をしないなどの「ネグレクト」、言葉による脅しや無視・兄弟間の差別的扱いなどの「心理的虐待」もあります。

■問い合わせ/社会福祉課 子育て支援係 83・3517

国の教育ローンのお知らせ

日本政策金融公庫では、高校生、大学生などの入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資を行っています。



- 融資額/学生・生徒1人あたり300万円以内
- 使いみち/入学金、授業料、教科書代、アパート・マンションの敷金・家賃など
- 利率/年2.5%(平成21年9月9日現在)
- 返済期間/15年以内(交通遺児家庭または母子家庭の方は18年以内)
- 返済方法/毎月元利均等返済(ボーナス時の増額返済も可能です)
- 保証/勤教育資金融資保証基金(連帯保証人による保証も可能です)
- 問い合わせ/日本政策金融公庫長岡支店 36・4360

11月の予定 NOVEMBER

1	日	<p>全国青少年健全育成強調月間・政府刊行物普及月間・伝統的工芸品月間・職業能力開発促進月間・ゆとり創造月間・年金月間・建設雇用改善推進月間・乳幼児突然死症候群（SIDS）対策強化月間・素材月間・JAS普及推進月間・下請取引適正化推進月間・快適通勤推進月間</p> <p>教育文化週間・文化財保護強調週間・自衛隊記念日・計量記念日・灯台記念日</p> <ul style="list-style-type: none"> 第49回新潟県錦鯉品評会（8：00～/総合体育館コミュニティ広場） 世界無形文化遺産登録記念「小千谷織物展」（～3日/9：00～/サンブラザ2F小千谷織物工房「匠之座」） 第7回まつと秋の陣（10：00～/真人ふれあい交流館周辺） 第3回人材育成セミナー（10：00～/案集館） 牛の角突き（13：00～/小千谷闘牛場）
2	月	<ul style="list-style-type: none"> おぢやスローフードツアー（9：00～/市役所駐車場脇集合） 第28回片貝総合文化展（～3日/9：30～/片貝総合センター）
3	火	<p>文化の日</p> <ul style="list-style-type: none"> 第12回郷土に伝わる美術展（～4日/9：00～/サンブラザ） 第29市展・第43回総合文化展（～5日/9：00～/東小千谷体育センターほか） 第5回わかとち収穫祭（10：00～/若柳神社前広場ほか）
4	水	
5	木	<ul style="list-style-type: none"> 脊髄小脳変成症・多系統萎縮症患者と家族のつどい（13：30～/ケアハウス小千谷さくら地域交流室） おはなしの会（15：30～/図書館）
6	金	<p>年金週間</p> <ul style="list-style-type: none"> 知って安心多重債務講演会（19：00～/魚沼市小出ボランティアセンター） 都市計画変更住民説明会（19：30～/市役所）
7	土	<ul style="list-style-type: none"> 食事みなおし講座（9：00～/健康センター） ユネスコ無形文化遺産登録記念企画展「小千谷縮…その魅力を再発見する」（～23日/10：00～/案集館） ホットブラザ祭前夜祭（18：00～/勤労青少年ホーム）
8	日	<ul style="list-style-type: none"> 第49回小千谷・川口駅伝競走大会（8：10～/総合体育館） ホットブラザ祭（10：00～/勤労青少年ホームほか）
9	月	<p>秋の全国火災予防運動（～15日）・119番の日</p> <ul style="list-style-type: none"> 消防フェスティバル（10：00～/ジャスコ小千谷店駐車場） 防火イラスト展（～15日/8：30～/総合体育館）
10	火	<p>技能の日</p> <ul style="list-style-type: none"> パーキンソン病医療講演会（13：30～/サンラックおぢや） 認知症介護家族支援講座（13：30～/健康センター） 「からだで遊ぼう」親子運動教室（10：30～/総合体育館）
11	水	<p>税を考える週間・介護の日</p> <ul style="list-style-type: none"> 特設人権相談所（10：00～/市民会館） パーキンソン病患者と家族の集い（13：30～/健康センター） 女性の健康相談会（14：00～/魚沼市小出ボランティアセンター） 第4回人材育成セミナー（19：00～/案集館）
12	木	<p>女性に対する暴力をなくす運動</p> <ul style="list-style-type: none"> つぶこえ教室（9：00～/健康センター） 子育て講座「絵本の読み聞かせについて」（10：30～/わんパーク） おはなしの会（15：30～/図書館）
13	金	
14	土	<ul style="list-style-type: none"> 第28回市民音楽祭第1日（18：00～/市民会館） 市民健康講座（19：00～/サンブラザ）
15	日	<ul style="list-style-type: none"> 第28回市民音楽祭第2日（13：30～/市民会館） おはなしの会（14：00～/図書館）
16	月	<ul style="list-style-type: none"> 第5回人材育成セミナー（19：00～/案集館）
17	火	<ul style="list-style-type: none"> 「からだで遊ぼう」親子運動教室（10：30～/総合体育館） 子育てなんでも相談（10：00～/わんパーク）
18	水	<ul style="list-style-type: none"> 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）
19	木	<ul style="list-style-type: none"> ファミリー・サポート・センター依頼会員登録説明会（9：30～/わんパーク） ファミリー・サポート・センター提供会員養成講座（～20日/9：30～/わんパーク） 良い眠りとうつ病についての講演会（13：00～/南魚沼市コミュニティホールさわらび） おはなしの会（15：30～/図書館）
20	金	世界のこどもの日
21	土	
22	日	医療安全推進週間・いい夫婦の日
23	月	勤労感謝の日
24	火	
25	水	ハイビジョンの日・女性に対する暴力根絶のための国際デー
26	木	<ul style="list-style-type: none"> おはなしの会（15：30～/図書館） 第5回人材育成セミナー（19：00～/案集館）
27	金	キラキラタイム（10：30～/わんパーク）
28	土	税関記念日
29	日	多重債務無料相談会（10：00～/市役所）
30	月	心の健康相談（13：30～/健康センター）

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	11.11(水)	10：00～15：00	市民会館(特設相談所)	市民生活課 ☎83-3509
	11.25(水)	9：00～12：00	市役所第1相談室	
法律相談	11.10(火)	13：00～16：00	市役所第1相談室	定員7人 予約制(電話可) 市民生活課 ☎83-3509
消費生活相談	毎週火曜日 木曜日	9：00～12：00	市役所第1相談室	市民生活課 ☎83-3509

乳幼児健康診査日程表

検診名	月日	受付時間
4か月児健康診査	11.11(水)	13：00～13：10
10か月児健康診査	11.10(火)	13：00～13：10
1歳6か月児健康診査	11.25(水)	13：00～13：20
2歳児歯科検診	11.26(木)	9：00～9：10
3歳児健康診査	11.12(水)	13：00～13：20

胸部レントゲン検査・特定健康診査日程表

対象	月日	受付時間	会場
未受診者(五辺・高梨を除く片貝地区)	11.16(月)	9：00～11：00	片貝総合センター
		13：30～15：00	健康センター
未受診者(片貝地区を除く全町内・五辺・高梨)	11.17(火)	9：00～11：00	健康センター
		13：00～15：00 ※14：45～15：00は胸部レントゲン男性専用時間	
	11.18(水)	9：00～11：00	健康センター
		13：00～15：00 ※14：45～15：00は胸部レントゲン女性専用時間	

子宮頸がん検診・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)

月日	受付時間	会場
11.2(月)	13：00～13：10	小千谷総合病院
11.9(月)	14：00～14：10	
11.16(月)	※子宮がん検診のみ受診する方は、14：00～14：10受付	
11.30(月)		
11.6(金)	12：30～12：50	魚沼病院
11.9(月)	※子宮がん検診のみ受診する方は、14：15～14：30受付	
11.16(月)		
11.27(金)		

胃がん・大腸がん検診日程表

(申込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
平成1丁目、千谷川	11.4(水)	8：00～11：00	健康センター
木津町	11.5(木)	8：00～11：00	木津公会堂 市民会館
上ノ山1丁目、稲荷町、平成2丁目	11.6(金)	8：30～11：00	市民学習センター
上ノ山2～5丁目			
吉谷地区、市之沢、山新田、芹久保、若柳、北山、孫四郎		8：30～9：30	吉谷トレーニングセンター
全市(総合検診未受診者)	11.8(日)	8：00～11：00	健康センター
旭町、信濃町、木津団地、津山町、元中子	11.20(金)	7：45～11：00	白寿荘
信濃町、山寺、東栄	11.24(火)		
上沢、万年、栗山、本村、千三、源礪山、石名坂、中山、芋坂、時之島、山辺地区、岩沢地区	11.30(月)	8：30～11：00	健康センター
片貝地区(五辺、高梨除く)			片貝総合センター