



金メダリストと歩いたよ！ ～ノルディックウォーキング講習会～

6月21日(日)、総合体育館で夢の架け橋基金事業「ノルディックウォーキング講習会」が行われました。講師に元オリンピックノルディック複合団体金メダリストの荻原健司さんを迎え、80人が参加しました。トップアスリートと間近に一緒にウォーキングができて、子どもたちは目を輝かせながら歩いていました。

●今月の主な内容

- お世話志隊（おせわしたい）隊員募集…………… 2～3
- 長寿医療制度～保険証の更新など…………… 4～5
- 夢の架け橋基金事業が始まります…………… 8
- 土砂災害ハザードマップをお配りします…………… 9
- 楽集館企画展・自然体験教室…………… 17
- おぢやファンクラブ推奨品募集…………… 19

アナタの出会いをサポートします「ときめきめぐりあい推進事業」

求ム。

「世話焼きさん」

■ときめきめぐりあい推進事業とは？

少子化の大きな要因である未婚化・晩婚化の流れを変えるため、市民会館に「めぐりあいサポートセンター」を設置します。センターは独身者が入会できる会員システムを管理します。

このセンターを事務局として「お世話志隊」を結成し、隊員が所属する地域や企業で、結婚相談やパートナーの紹介など、全市的な結婚支援を進めることで、活気あるまちづくりを図ることを目的としています。

●地域の世話焼きさん、お世話志隊(お世話したい)隊員になりませんか？

お世話志隊(お世話したい)とは？

「ときめきめぐりあい推進事業」で活躍していただく、結婚活動の支援隊です。いわゆる「地域の世話焼きさん」に隊員になつていただき、それぞれの地域や団体、企業での結婚支援活動を行う活動部隊です。

お世話志隊の隊員に適任の方の推薦を市内の各町内会長さんなどにお願いました。町内会長さんから隊員就任の要請がありましたら、快くお引き受けください。

■隊員の任務／

▽地域や職場などの独身者やその家族と直接面談して、事業の趣旨を説明し、会員登録を勧めます。本人同意のもと、「めぐりあいサポートセンター」に名簿登録します。

▽サポートセンターと連携して、当事者同士の出会いの場の提供とその後のサポートを行います。

■隊員の資格／

▽市内在住または市内の企業・団体などに勤務する既婚者であること。

▽ボランティアの精神で、会員それぞれの事情を理解し、より良いパートナーとの出会いをコーディネートする意欲があること。

▽個人情報報を適切に管理し、守秘義務を守れること。

※隊員は審査のうえ、市長が任命します。

■隊員の報酬／原則はボランティアですが、交通費など実費程度を支給します。

■募集期間／7月10日(金)から随時
■問い合わせ／社会教育課社会教育係 ☎82・9111

『ときめきめぐりあい推進事業』の概要

『ときめきめぐりあい推進会議』
若者・地域・企業・団体・行政などで構成

方針や戦略の助言

運営本部

『めぐりあいサポートセンター』
市民会館内に設置

連携

相談・サポート
会員登録を勧める
情報提供
出会いの場の提供

市長認証活動部隊
『お世話志隊』

会員登録

結婚したい未婚者

団体

会社

地域

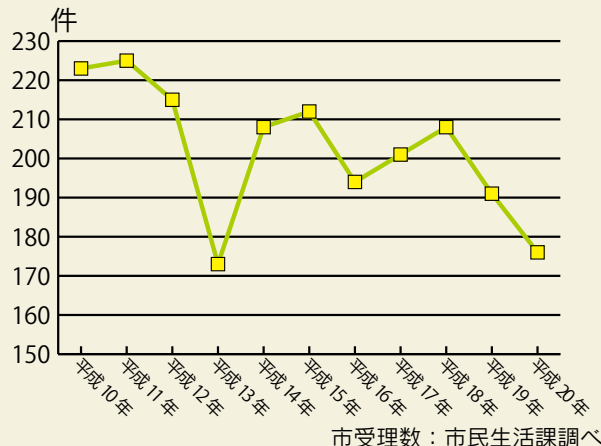
■会員の要件や会員の登録方法、サポートセンターの電話番号などは、市報おぢや8月10日号でみなさんにお知らせします。

数字でみる おぢやの未婚者数など

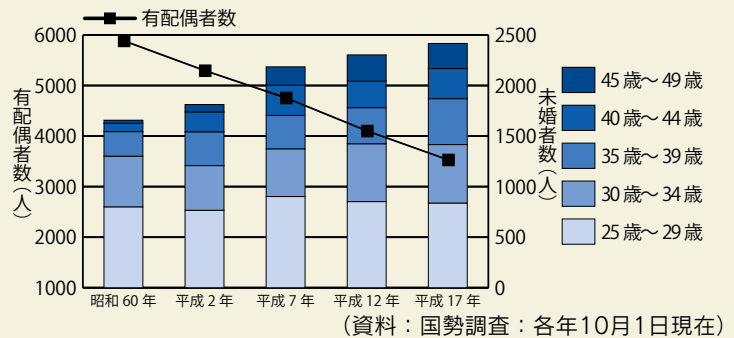
右のグラフは、25歳から49歳までの小千谷市民の未婚者数（結婚していない人の数）と有配偶者数（結婚している人の数）の推移です。未婚者数は増加傾向にあり、有配偶者数は右肩下がりで減少しています。

また、下のグラフは市民生活課で受理した婚姻届の推移です。こちらは増減がありますが、10年前に比べると、やはり減少傾向にあることが伺えます。

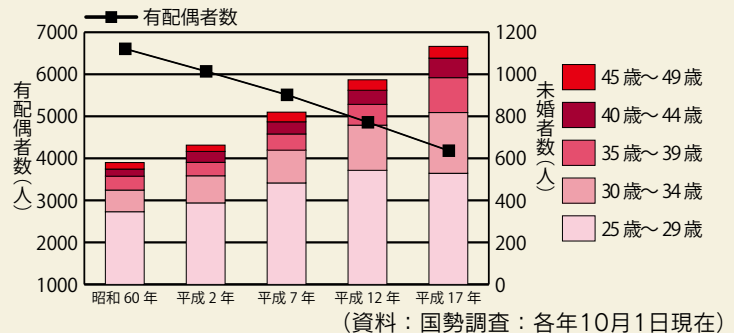
婚姻届の受理数の推移



おぢや男性の未婚者数と有配偶者数の推移



おぢや女性の未婚者数と有配偶者数の推移



長寿医療制度（後期高齢者医療制度）

保険証の一斉更新と保険料のお知らせ

旧保険証
(桃色)

7月31日まで有効

保険証を更新します
8月1日から保険証の色が**空色**に変わります。

新しい保険証
(空色)

8月1日から有効

長寿医療制度の保険証は、7月31日有効期限が切れます。8月1日からは新しい保険証を使用することになります。申請は不要です。

新しい保険証は、7月下旬に送付します。8月になっても保険証が届かなかつたり、保険証の記載事項に誤りがあった場合は、保健福祉課国保年金係までご連絡ください。

医療費の自己負担割合は

毎年、同一世帯の長寿医療制度加入者の前年中の所得に応じて、医療費の自己負担割合を判定しています。
今月お送りする空色の保険証に記載されている負担割合（1割または3割）は、8月1日から1年間適用となる医療費の自己負担割合です。

●1割負担となる方

同一世帯の長寿医療制度加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいない方。

●3割負担（現役並み所得者）となる方

同一世帯の長寿医療制度加入者の中に、住民税課税所得が145万円以上の所得者がいる方。
ただし、次の一定の要件を満たす方は、申請により1割負担となります

●同一世帯に加入者が1人の場合

▽その方の収入の合計金額が383万円未満
▽または、その方の収入と同一世帯の70〜74歳の方全員の収入の合計金額が520万円未満

●同一世帯に加入者が複数いる場合

▽加入者全員の収入の合計金額が520万円未満

平成21年度の保険料は

7月15日(水)に、年間保険料額の通知書をお送りします。

保険料額の計算方法

『均等割額』＋『所得割額』が年間保険料額となります。
 （年間保険料額の上限は50万円）

●均等割額／1人あたり年間3万5300円となります。

●所得割額／平成20年中の総所得金額などを基に算定します。

所得割額Ⅱ（平成20年中の総所得金額などから基礎控除33万円を引いたもの）×7・15%

保険料の軽減制度（申請不要）

●所得の低い方への軽減

平成20年中の所得状況に応じて保険料が軽減されます。

●均等割額／世帯の所得状況に応じて、9割、8・5割、5割、2割の軽減が受けられます。

●所得割額／個人の所得状況に応じて、5割の軽減が受けられます。

●制度加入前日において会社の健康保険などの被用者保険の被扶養者であった方への軽減

制度加入から2年間は保険料が軽減されます。（市町村国保、国保組合などは対象になりません）

平成21年度の年間の保険料額は、3500円となります。

保険料の納付方法は

平成21年度の保険料の納付方法・納付時期は次のとおりです。

●4月以降の年金から既に納めていた方（特別徴収）

4月～翌年2月までの偶数月に年金から納めていただきます。10、12、2月の納付額は確定した年間保険料額から、4、6、8月の納付額を差し引いた残額を10、12、2月の年金から納めていただきます。

●7月から納付書または口座振替で納めていただく方（普通徴収）

7月から、確定した年間保険料額を平成21年7月～平成22年3月に分けて毎月納めていただきます。月々納めていただく保険料額は、通知書に記載されていますので、ご確認ください。

※平成20年度の保険料追加軽減策（均等割額8・5割軽減）に該当し、昨年8月の年金からの納付を最後に保険料徴収が中断されていた方は、7～9月は納付書または口座振替（普通徴収）となり、10月から年金からの納付（特別徴収）が再開されますのでご注意ください。

■年金からの納付を口座振替に変更するようになります

7月末までに税務課窓口で手続きをしていただくと10月以降の年金からの納付が中止され、口座振替で納めることができます。

【手続きに必要なもの】振替口座の預金通帳、通帳のお届け印、保険証

※ご家族の口座からの納付に変更した場合、社会保険料控除は、実際にご負担した方に適用されます。これにより、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合がありますので、ご注意ください。

■保険証の問い合わせ／保健福祉課国保年金係 ☎83・4060
 ■保険料の問い合わせ／税務課市民税係 ☎83・3508

平成21年度 国民健康保険税の納税通知書を発送します

国民健康保険加入者のみなさんが病気やけがをしたときの医療費は、みなさんが納める保険税でまかなわれています。

平成21年度の国民健康保険税額が確定しましたので7月15日(水)に納税通知書を発送します。

保険税の期限内の納付にご協力をお願いします。

●世帯主あてに発送します

国民健康保険は、加入している方の所得などをもとに世帯ごとに保険税額が決まります。このため、世帯の代表者である世帯主あてに納税通知書を発送しています。

●保険税の納付方法は

▽4月以降、年金から納めている方(特別徴収)

今回確定した保険税額から、4、6、8月の納付額を差し引いた残りの額を10、12、2月の3回の年金から納めていただきます。

▽納付書または口座振替の方(普通徴収)

今回確定した保険税額から、4月から6月までに納めていただいた金額を差し引いた残りの額を、7月から来年3月までの9か月に分けて納めていただきます。

●年金からの納付を変更できます

申し出により年金からの納付を口座振替に変更することができます。7月末までに税務課窓口で手続きをしていただくと、10月以降の年金からの納付が中止され、口座振替で納めることができます。

【手続きに必要なもの】振替口座の預金通帳、通帳のお届け印、保険証

※社会保険料控除は、実際に負担した方に適用されます。これにより、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響がある場合があります。ご注意ください。

●平成21年度の税率

平成21年度の税率は、昨年と同じです。なお、介護保険分の上限が9万円から10万円に変更となりました。税率は下の表をご覧ください。

●長寿医療制度(後期高齢者医療制度) 移行に伴う軽減措置

国民健康保険から長寿医療制度(後期高齢者医療制度)に移行する方がいる世帯には次の軽減が行われます。

①低所得者に対する軽減

軽減を受けている世帯で、その世帯の国民健康保険被保険者が減少したことにより軽減の対象外となる場合は、5年間、これまでと同様の軽減措置を受けられます。

国民健康保険税税率表(①～④の合計が保険税額です)

区分	医療保険分	後期高齢者支援金分	介護保険分
	(0～74歳)	(0～74歳)	(40～64歳)
①所得割	5.4%	3.5%	1.6%
②資産割	8.0%	6.0%	3.0%
③均等割	24,000円	12,500円	9,500円
④平等割	23,000円	10,000円	8,000円
①～④の合計に対する賦課限度額	47万円	12万円	10万円

②平等割の軽減

国民健康保険被保険者が世帯に1人だけとなる場合は、5年間、平等割が半額になります。介護保険分は軽減されません。

③社会保険などで扶養されていた方の保険税の減免

社会保険などの被保険者が長寿(後期高齢者)医療制度に移行することにより、社会保険などの被扶養者でなくなった方が国民健康保険に加入する場合は、65歳以上の扶養されていた方について、2年間、減免されます。

●軽減制度は

平成20年中の所得が一定基準額以下の世帯は、保険税のうち、均等割額と平等割額が7割、5割、2割のいずれかの割合で軽減されます。申請は不要です。

●保険税は納期内に納めましょう

保険税の納付が滞った場合、一般証より有効期限の短い「短期保険証」になります。さらに、災害その他特別な事情もなく滞納が続いた場合には、一般証・短期保険証を返していたら、これに替り「資格証明書」が交付されます。「資格証明書」で医療機関を利用したときは、医療機関の窓口で一旦医療費の全額を負担することになります。後日申請することにより、保険給付分(7割)が支給されます。

●納付相談は

火災などの災害に遭ったときや、失業や廃業などによる所得の著しい減少など、特別な事情により保険税の納付が困難な場合、申請により保険税の納付の猶予や減免を受けられる場合があります。税務課にご相談ください。

■保険税の問い合わせ/税務課市民税係 ☎83・3508
 ■加入・脱退などの問い合わせ/保健福祉課国保年金係 ☎83・4060

平成21年度所得段階別保険料額表

所得段階	対象者	平成21年度 保険料額 (年額)
第1段階	生活保護受給者、市民税世帯非課税で 老齢福祉年金受給者	25,680円
第2段階	市民税世帯非課税の方（合計所得金額 +課税年金収入額80万円以下）	25,680円
第3段階	市民税世帯非課税の方（第2段階に該 当しない方）	38,520円
第4段階	世帯に市民税が課税されている方がい るが、本人が市民税非課税の方（本人 の合計所得金額+課税年金収入額が 80万円以下）	46,680円
第5段階	世帯に市民税が課税されている方がい るが、本人が市民税非課税の方（第4 段階に該当しない方）	51,360円
第6段階	本人が市民税課税の方（合計所得金額 200万円未満）	64,200円
第7段階	本人が市民税課税の方（合計所得金額 200万円以上300万円未満）	77,040円
第8段階	本人が市民税課税の方（合計所得金額 300万円以上）	87,240円

平成21年度 介護保険料の納入通知書を発送します

介護保険は、介護が必要な方を
社会全体で支えるため、みんなが
助け合う社会保険制度です。

平成21年度の介護保険料額が確
定しましたので7月15日(水)に納入
通知書を発送します。

介護保険料の納入にご協力をお
願います。

● 保険料の納付方法は

65歳以上の方の介護保険料の納め方
は、年金から納付する方法(特別徴収)
と、納付書または口座振替で納める方
法(普通徴収)の2通りです。

● 保険料額の計算は

65歳以上の方の介護保険料は、前年

中の本人や家族の所得などにもとづき
左上の表のように8段階別に計算され
ます。

● 納付方法が普通徴収となる方

介護保険料は原則として特別徴収で
すが、次に該当する方は普通徴収で保
険料を納めていただきます。特別徴収
はできませんのでご了承ください。

▽老齢福祉年金のみを受給している方
▽年金支給額が年間18万円(月額1
万5000円)未満の方

▽現況届の遅れなどの理由により、
一時的に年金支給が遅れた方

▽年金担保貸付の返済が開始された方

▽退職共済年金を受給している大正
15年4月1日以前に生まれた方で、
昭和61年4月1日以降に退職し
た方

▽平成20年12月2日以降に65歳に到
達した方または転入した方(65歳
に到達した月、転入した月からお
おむね半年間は普通徴収)

▽所得更正などにより、年度途中で
保険料段階が変更となった方

● 保険料は納期内に納めましょう

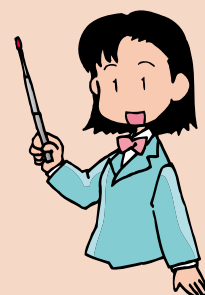
介護保険料の納付が滞った場合、そ
の期間に応じて介護サービスの利用が
制限される場合があります。

保険料の期限内の納付にご協力をお
願います。

税や介護保険料の納付は 口座振替が便利です

税や介護保険料の納付は手数料が不要で、納付に
行く必要や納付忘れの心配のない口座振替が便利で
安心・確実です。税務課窓口、もしくは市内の金融
機関やゆうちょ銀行(郵便局)で手続きができます。

■問い合わせ/税務課管理収納係 ☎83-3508



■ 介護保険料の問い合わせ/税務
課市民税係 ☎83・3508
■ 介護サービス利用の問い合わせ/
保健福祉課介護保険係 ☎83・40
60

夢

の架け橋基金

事業が始まります

ふるさと納税

ふるさと納税 制度って？

●この制度では、出身地に限らず、応援したいと思う市町村や道府県をすべて「ふるさと」と呼んでいます。

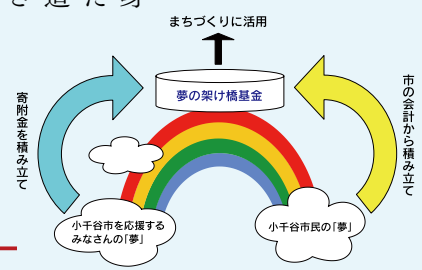
応援する「ふるさと」に寄附した場合、寄附した金額に応じて、住民税や所得税が軽減される制度です。

小千谷市を応援するための寄附金は、寄附をされた方が選んだ事業の財源として有効に使わせていただきます。市では、寄附をされる方が小千谷市に託した「夢」と小千谷市民の「夢」をつなぐ「架け橋」として、この制度を活用します。

●平成20年度、小千谷市がいただいた寄附金は260万円（9件）です。

これに同額の市費を付け足して基金として380万円の事業を行う予定です。

■問い合わせ／企画財政課企画経営係
☎83・3507



今年度「夢の架け橋基金」事業で行う事業

1. 人を育み文化の香るまちづくりに

(教育・文化・スポーツ)

●学力向上小千谷プロジェクト

教員の指導力向上と授業改善のための研修を実施します。

●西脇順三郎自筆草稿購入

名誉市民である西脇順三郎先生の自筆の草稿短冊、デッサンを購入します。

2. 安全で快適な美しい環境のまちづくりに

(環境・防災・交通安全)

●環境フェア開催

地球温暖化、ゴミ処理やリサイクル推進など、環境問題の意識を持ってもらうためのイベントを開催します。

3. 健康で安心して暮らせるまちづくりに

(福祉・健康・医療)

●ノルディックウォーキング普及事業

講師を招いて、ストックを用いてウォーキングするノルディックウォーキングの講習会を開催し健康づくりを進めます。

●幼児プレイルーム改修工事

総合体育館の幼児プレイルームを改修し、利用者の安全性の確保と親子を対象とした運動教室を開催します。

4. 人と人がふれあうまちづくりに

(交流・市民参加)

●まちづくり人材育成事業

市民、団体、企業などにおける明日の小千谷を担う人材を対象としたセミナーを開催し、人材を育成します。

●ジュニア用サッカーゴール整備

白山運動公園にジュニア用サッカーゴールを整備し、市内外のチームによる大会を開催し、健全育成と交流を図ります。

「夢の架け橋基金事業」で行いました ノルディックウォーキング講習会

6月21日(日)、ノルディックウォーキング講習会が行われました。白山運動公園で実施予定でしたが、雨が心配されたため、総合体育館で行われ、80人が参加しました。元オリンピック金メダリストの荻原健司さんを講師にお迎えし、ノルディックウォーキングの基礎練習を屋内で行った後、外に出て総合体育館の周りを実際にポールを使って歩きました。荻原さんはポールの正しい使い方や、健康効果などをていねいに説明しながら講習を進めてくれました。

閉講式では、荻原さんから子どもたちに向けて「オリンピックを目指すみんなは、選手になるための準備をしよう。それは練習。そして、小千谷からのオリンピック選手になるんだという気持ちが大切なんだ。体力も技術も重要だが、最後はハート。絶対負けないぞというハートのある選手は負けない。明日のオリンピック選手は君たちだ。頑張れ！」とオリンピック出場のための力強いアドバイスをいただきました。



体育館内で基礎講習



ポールを使って体育館の周辺を歩きました

白山運動公園内ウォーキングコース利用の方にウォーキングポールを無料で貸し出しています。ご利用の方はグリーンヒル白山(☎82・0662)まで。

「小千谷市土砂災害ハザードマップ」を各家庭に配りました

長雨、大雨、地震などが引き金となって発生する土砂災害の被害に遭わないように、市民のみなさんから迅速な避難行動をとっていただくため、「土砂災害ハザードマップ」を各家庭に配りました。

この地図は新潟県の指定した土砂災害危険箇所をもとに作成したもので、地すべり、がけ崩れ、山崩れなどの土砂災害の危険箇所や避難場所などを記載したものです。近年の異常気象においては、いつこのような事態が発生するとも限りません。ぜひ、ご家庭で危険箇所など確認して、大雨や長雨などによる土砂災害発生危険性の高まった時の備えとして活用してください。

■ 問い合わせ／総務課防災係
☎ 83・3506



防災情報 No. 11

「川で遊ぶときは急な増水に注意！」

川で遊ぶ時には、急な増水に備えるため、河川水位や降雨状況、土砂災害警戒情報などの情報を携帯電話で確認しましょう。また、危険な場所にいる場合や、雨が降り始めたときなどは早めの避難を心がけましょう。

■ 問い合わせ／総務課防災係 ☎ 83-3506

川をよく知ろう！～急な増水に備えて～

川で遊ぶときは、必ず下記のチェックは忘れずに！

チェック1 出かける前は、携帯電話で情報をチェック！

河川情報



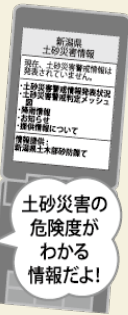
- 気象注警報
- 雨量・水位情報
- ダム情報



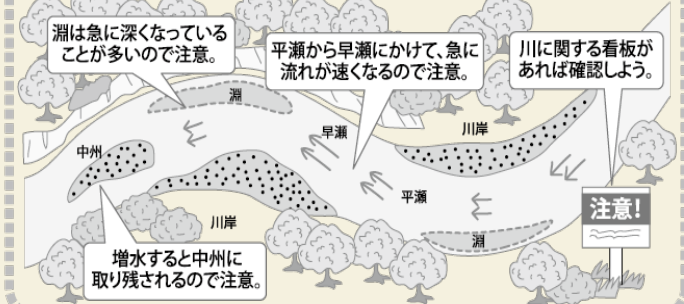
砂防情報



- 土砂災害警戒情報発表情報
- 土砂災害警戒判定メッシュ図
- 降雨情報



チェック2 川ではこんな場所に注意！



チェック3 こんなときはすぐに避難！



(携帯電話アドレス)

河川情報 / http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/kasen_m/
 砂防情報 / http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/sabou_m/

新潟県 土木部 河川管理課 砂防課
 〒950-8570 新潟市中央区新光町4-1
 河川管理課 電話 025-280-5414 (直通)
 砂防課 電話 025-280-5424 (直通)

毎月勤労統計調査特別調査

厚生労働省では、7月末現在で常用労働者を1〜4人雇用する事業所を対象に、毎月勤労統計調査特別調査を行います。

■調査目的／賃金、労働時間、労働者数の動向を都道府県別に明らかにすることを目的とし、調査データは統計を作るためのみに使用します。

■調査期間／7月下旬から8月末日

■調査方法／7月下旬から調査員がお訪ねしますので、調査の重要性をご理解のうえ、ご協力をお願いします。

■調査対象地域／上ノ山2〜5丁目、栄町、船岡2・3丁目

■問い合わせ／県統計課 ☎025・285・5511
(内線2436)

「経済センサス-基礎調査」へのご協力ありがとうございました

～あなたのお店の調査票は、未来のまちづくりの基礎～

平成21年7月1日現在で、事業所・企業統計調査にかわる「経済センサス-基礎調査」が行われました。



この調査は、地域のまちづくりをはじめ、交通対策、環境対策、防災対策など、様々な対策の重要な基礎資料として活用されます。平成22年6月末までに、主要な集計結果の速報が公表される予定です。(総務省統計局ホームページ：<http://www.stat.go.jp/index.htm>) ご協力ありがとうございました。

■問い合わせ／総務課情報統計係 ☎83-3506

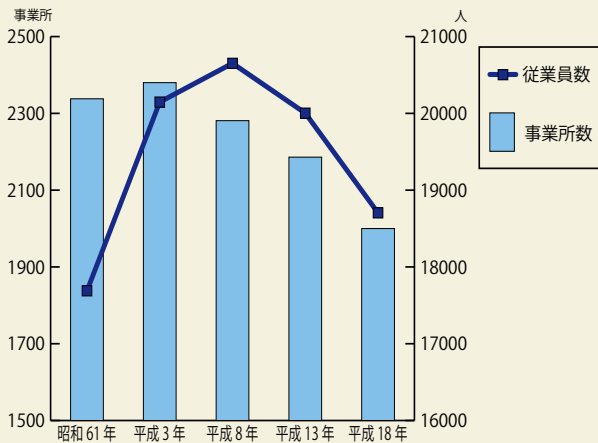
数字で見る小千谷市の姿 ⑤ 事業所

今回は、小千谷市の事業所についてご紹介します。

■事業所数と従業者数の推移

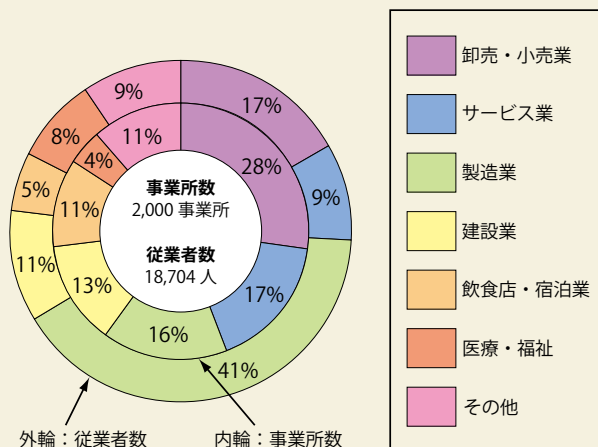
総務省が10月1日現在で5年ごとに実施している「事業所・企業統計調査」の集計結果をまとめたものです。平成3年までは、事業所数、従業者数ともに増加しています。平成8年以降は減少に転じ、平成18年は2000事業所で、従業者数は18704人でした。しかし、1事業所あたりの従業者数は、昭和61年が7・6人、平成3年が8・5人、平成8年が9・1人、平成13年が9・2人、平成18年が9・4人と年々増加しています。これは、従業者の少ない事業所が減少したためです。

事業所数と従業者数の推移



産業中分類別事業所数と従業者数

(平成18年10月1日現在)



■産業別構成比

平成18年における産業別構成比を見ると、事業所数は、卸・小売業(547事業所)が最も多く、次いでサービス業(340事業所)、製造業(313事業所)となっています。従業者数は、製造業(7547人)が最も多く、次いで卸・小売業(3170人)、建設業(1998人)となっています。

製造業は、全体に占める事業所数の割合では16%にとどまっているものの、従業者数は全体の41%を占めており、これは、大規模な企業があるためです。

■問い合わせ／総務課情報統計係 ☎83・3506



今回のお話は、一部私事となりませんがお許しください。

先日、ある新聞に載っていた17歳の男子高校生の投書に目を引かれました。兄との大げんかを見た母が泣いてしまったが、そばにいた父に胸ぐらをつかまれ、女性を守らなければならぬ男が、なぜ母親を泣かすのかと怒鳴られた。普段は絶対にその様なことをしない父なので、大変驚きながら反発もしたが、本当は父の言葉に衝撃を受けるとともに、親に尊敬の念をいだくようになり、それからは両親と良い関係が築かれるようになった、と言うのが要旨です。

私がこの投書に目を引かれたわけは、実は、私の息子が高校生の際にも、これと似た経験をしたからです。そのとき何が気に食わなかったのか、息子が母親を馬鹿呼ばわりしました。隣室でそれを聞いた私は、投書にあったのと同様、息子の胸ぐらをつかみながら、親に向かってその言い方は二度と許さないと怒鳴ってしまいました。家族を含め、他人にその様な振る舞いしたのは、私の人生で後にも先にもこの時だけ


でした。おかげさまで、今は、この不肖の息子も親思いの良き社会人になっていきます。

こんなうち明け話はあまり他人様にするものではありませんので、口には出されませんが、世間には「実は我が家でも同じような事が」と思われるお父さんたちが、案外多いのではないかと想像しています。難しい理屈ではなく、とても簡単な方法で幸せな家族関係を築くことができた投書一家の様子が、目に浮かぶようです。

(谷井 靖夫)



幸せな家族関係を築くヒントは、実は日常の生活の中にかくさんあるのかも知れませんね

作ってみてね！この料理 

「ブロッコリーとセロリのきんぴら」

<材料> 4人分

- ブロッコリー（茎つき）…… 200g
- セロリ（葉つき）…………… 100g
- 赤ピーマン…………… 60g
- しめじ…………… 120g
- ごま油…………… 大さじ 1
- しょうゆ…………… 大さじ 2
- みりん…………… 大さじ 2
- 赤とうがらし…………… 適量
- 白炒りごま…………… 少々

📌今月のワンポイント

新鮮な野菜を使い、炒め過ぎないで歯ごたえを楽しみましょう。



■献立・調理 / 小千谷市食生活改善推進委員

<作り方>

- ①ブロッコリーは小房に分け、茎は3cmの長さの短冊切りにする。赤ピーマンは種を除いて薄く輪切りにする。セロリは3cmの長さに薄切りにし、葉は食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、ブロッコリー、セロリ、赤ピーマンの順に炒める。しめじを加え全体がしんなりしたら、しょうゆ、みりん、赤とうがらしを加え、味がからむように炒め上げる。
- ③器に盛り、ごまを散らす。

■栄養価 (1人分)

エネルギー 85kcal たんぱく質 4.1g 脂質 3.5g 塩分 1.4g



タイムを競い力走～第12回高場山マラソン

6月28日(日)、川井小学校周辺を会場に519人の参加者を集めて、高場山マラソンが行われました。この大会は、川井地区のみなさんが地域ぐるみで運営し、個人ごとにタイムを記録することから、市内外のランニング愛好家に人気のある大会です。参加者は、家族や沿道の住民の声援を受けながら、3km・5km・12kmの各コースでタイムを競い力走していました。

新潟バレーボールフェスティバル

トキめき新潟国体6人制成年男女のバレーボール会場となる総合体育館で、6月14日(日)、国体100日前イベント新潟バレーボールフェスティバルが行われ、県代表の男女チームが大学トップレベルの実力を誇る東海大学バレーボール部の男女チームと対戦しました。会場には市内外から約2,500人の観客が訪れ、ハイレベルな熱戦を楽しみました。



ひかり工房ラベンダーまつり

今年で9回目となる「ひかり工房ラベンダーまつり」が7月3日(金)、ひかり工房で開催され、地域のみなさんなどおおぜいの来場者で賑わいました。途中、雨に降られたものの、会場ではカレーや焼きそばなどが振る舞われたほか、ピンゴゲームやダンスチームの軽やかなダンスの披露もあり、訪れた人たちは初夏の一夜を楽しく過ごしていました。

大盛況フリーマーケット

50周年を迎えた小千谷青年会議所が6月20日(土)、極楽寺(平成2)で「大感謝祭」を開催しました。会場では、懐かしい「射的」や「金魚すくい」などの縁日広場や飲食販売があったほか、特設ステージではマジックショーやコンサートなどが行なわれました。

この日は気温がグングン上がる暑い一日でしたが、たくさんの人が訪れ、会場内は大賑わいでした。



小千谷市片貝町で **KUMON**
「くもんの先生」を始めませんか。

週2回、午後から5時間程度の教室運営。「子どもが好き」「教育に関心がある」とお考えの女性、あなたの力が発揮できます。

お問い合わせ、詳しい資料をご希望の方は、
 やってあおよいしほ
0120-834-414
受付/10:00~17:00(土・日・祝日を除きます)

くわしくはホームページへ

日本公文教育研究会

SUNSHINE 英会話
 ☎ 83-1004

小千谷校
 2-7-29 和光造園ビル2
 TEL (0258) 83-1004

JUSCO ● ●ガスト
 小千谷インター ●至英園
 萬屋書店 ●
 ハラシ ●
 小千谷市 ●
 小千谷校 ● ●エスパーガー

有料広告掲載欄です



使われていない贈答品を有効利用

6月21日(日)、サンプラザで不用贈答品即売会が開催されました。この即売会は、使われずに家庭で眠っている贈答品を有効利用しようと小千谷市消費者協会が毎年開催しています。この日は、寝具や食器など昨年を上回る599点もの出品がありました。会場にはおおぜいのみなさんが訪れ、お買い得な値段が付けられた品物を手にとっては、次々と買い求めていました。

ちまぎづくりとほたる鑑賞で交流を深めました

真人町で6月27日(土)、「ほたる鑑賞会2009」が行われ、真人の冬のイベント「ザ・かまくら」などで交流のある東京都墨田区の親子連れや市内外からおおよそ140人が参加しました。真人住民センターでちまぎづくりをした後、参加者はホタルのいる場所まで30分ほど歩いて向かい、暗闇に飛び交うホタルの幻想的な光を楽しみました。



創作七宝焼展・七宝焼体験教室

市民学習センター「楽集館」で、7月20日(祝)まで市展無鑑査の大川栄子さん、本田章子さんの作品を展示した創作七宝焼展が開催されています。展示にあわせて、7月6日(月)まで6回に渡り、お二人を講師に七宝焼体験教室が開催されました。教室参加者のみなさんはペンダントやブローチなど世界に1つだけの自分の作品作りを楽しんでいました。



「街中（まちなか）きれい作戦」が行われました

7月4日(土)、本町と平成町で行われたこの事業は、震災からの復興と地域・小学校の連携を高めるため、復興基金を活用し行われ、今年で4回目です。この日は、小千谷小学校の5・6年生とその保護者や先生方、平成商店街のみなさんなど約400人が参加しました。

5年生は平成町で、おおよそ170株の花をプランターに植え、通りに飾りました。6年生は本町通りで、すす払いや、掃き掃除をしたり、看板やアーケードの柱をきれいに拭いたりして清掃活動をしました。



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～

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)

月日	受付時間	会場
8.10(月)	13:00～13:10	小千谷総合病院
8.17(月)	14:00～14:10	
8.24(月)	※子宮がん検診のみ受診する方は、 14:00～14:10受付	
8.31(月)		
8. 3(月)	12:30～12:50	魚沼病院
8. 7(金)	※子宮がん検診のみ受診する方は、 14:15～14:30受付	
8.10(月)		
8.17(月)		
8.24(月)		
8.28(金)		
8.31(月)		

1年おきの検診です。対象年齢で申し込んだ方は、必ず個人通知が届いてから受診してください。指定された日が都合の悪い場合は、申し込んだ医療機関の検診日の中で、受診日を変更してください。

子宮がん検診

- 対象／20歳以上の女性で、平成22年4月1日までに偶数年齢になる方(隔年検診)
- 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22年4月1日までに偶数年齢になる方(隔年検診)
- 料金／▽40～48歳1,400円(X線写真を4枚撮影)▽50～68歳1,000円(X線写真を2枚撮影)▽70歳以上無料(X線写真を2枚撮影)
- 対象年齢で申し込みをしなかった方で、検診を希望する方は、健康センターへご連絡ください。11～12月に実施する予定です。
- 次の方は集団検診が受けられません。引き続き病院で診療を受けてください。
▽手術で子宮や乳房を摘出した方▽豊胸手術を受けた方▽子宮や乳房の病気で通院中の方▽妊娠中の方▽ペースメーカー装着中の方

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。

- 日時／毎週水・金曜日午後7時30分～9時
- 会場／健康センター
- 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
- 問い合わせ／健康センター保健係

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／8月19日(水)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成21年3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／8月18日(火)午後1時～1時10分受付
- 対象／平成20年9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／8月26日(水)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成20年1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／8月27日(木)午前9時～9時10分受付
- 対象／平成19年7月生まれ
- 持ち物／母子健康手帳、お子さんの仕上げみがき用ハブラシ
- 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／8月20日(水)午後1時～1時20分受付
- 対象／平成18年7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、採尿した容器、母子健康手帳
- その他／歯科検診も同時に行います。歯をみがいて来てください。

*発熱など、普段と違う症状のあるお子さんは、翌月の健診日においでください。

健康 の情報



8月の予定

問い合わせ・申し込みは健康センターへ ☎ 83-3640

各種検診のご案内

指定された日時、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までご連絡ください。

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22年4月1日現在の満年齢を基準としています。

胃がん・大腸がん検診日程表

(申込み数により受付時間が変更になる場合があります)

対象町内	月日	受付時間	会場
稗生、横渡	8.27(木)	8:15～11:00	稗生集落開発センター
日吉、船岡、元町	8.31(月)	8:00～11:00	健康センター

胃がん・大腸がん検診

- 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



うぶごえ教室

- 日時/8月24日(月)午前9時～9時10分受付
- 対象/妊婦、1歳未満のこどもの母親など
- 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の講話、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/8月19日(水)まで。お子さん、ご夫婦一緒でも参加できます。
- 申込先・問い合わせ/健康センター保健係

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
小栗山、中山、朝日、寺沢	8.3(月)	9:15～10:30	東山小学校
		13:00～13:45	東山住民センター
平成1丁目、本町、平沢、千谷川、城内	8.4(火)	9:00～11:00	健康センター
	8.5(水)	13:00～15:00	
	8.6(木)	※6日	
	8.7(金)	14:50～15:00 (は男性専用時間です) ※7日 14:50～15:00 (は女性専用時間です)	

胸部レントゲン検査

(結核定期健康診断・肺がん検診)

結核、肺がんの早期発見のため、職場や病院などで検査を受ける機会のない方は受診しましょう。65歳以上は感染症法により受診が義務付けられています。年1回は受診してください。

- 対象/65歳以上は結核定期健康診断・肺がん検診、40～64歳は肺がん検診
- 料金/200円(70歳以上無料)

特定健康診査

生活習慣病予防のため、年1回は受けましょう。

- 対象/16歳以上
- 検査項目/計測・尿検査・問診・血圧測定・診察・血液検査・心電図(医師が必要と判断した方のみ)・眼底検査(医師が必要と判断した方のみ)・生活機能評価(65歳以上の方)
- 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。
- 持ち物/▽受診通知書・健康手帳(お持ちの方)・料金▽40歳～74歳:特定健康診査受診券と保険証▽75歳以上:後期高齢者医療の保険証

肝炎ウイルス検査

- 対象/特定健診を受診する方のうち希望する方(これまでに検査したことのない方)
- 料金/500円(70歳以上無料)
- 社会保険などで扶養になっている40歳～74歳の方へ/特定健診受診券に「市町村で受診可能」または「集合B契約」と記載されている場合は、市の特定健診を受診できます。受診を希望する方は必ず特定健診受診券と保険証をお持ちください。どちらか一方でも忘れた場合は受診できません。

おぢやスローフードツアー

『～親子で楽しもう！農産物探検隊☆～』

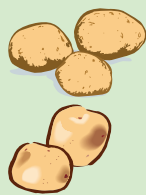
小学生とその保護者を対象に、野菜の収穫体験や地元の食材を使った新しい味に挑戦している施設めぐりをします。バスで回りながら、「小千谷の味」を楽しんでみませんか？

- 日程／8月4日(火)午前9時15分市役所出発、午後3時30分解散
- 見学場所など／
- 「緑のお店」直売所見学
- 「おぢやクラインガルテンふれあいの里」見学、野菜収穫体験、お土産付き
- 「山本山山頂」じゃがいも収穫体験、お土産付き
- 池ヶ原「雪蔵」見学
- 池ヶ原「雪蔵の里」昼食
- 「山崎醸造」工場見学
- 「エスト！エスト！」施設見学、お土産付き
- 募集定員／30人
- 参加費／1,700円（大人、子ども同額）
※昼食代込みです
- 持ち物／軍手（畑に入るため、汚れてもよい服装、靴で参加してください）
- 応募期間／7月17日(金)～24日(金)（土・日曜日、祝日を除く）電話で申し込んでください。（定員になり次第締切）
- 申込・問い合わせ／農林課農村支援係
☎83-3510

じゃがいも掘り体験

じゃがいも掘りをしてみませんか。

- 日時／7月25日(土)・26日(日)、8月1日(土)・2日(日)※雨天中止
- 受付／午前8時～10時(芋堀りは正午まで)
- 会場／山本山高原（山頂休憩所裏に案内看板を設置します）
- 参加費／1区画8mで1,000円。当日受付でいただきます。およそ20kg前後のじゃがいもが採れる予想です。
- 申込／希望日前日までに予約してください。
- その他／掘ったじゃがいもは持ち帰ることができます。団体で体験を希望する場合は平日でも可能です。ご相談ください。
- 問い合わせ／NPO法人グリーンライフおぢや☎81-7812



さつき工房ふれあいまつり

障がい者や施設への理解をより深めてもらい、利用者と地域のみなさんとの交流を図るため、障害者支援センターさつき工房では「第13回ふれあいまつり」を行います。

- 日時／7月24日(金)午後5時～8時
- 会場／小千谷市障害者支援センターさつき工房（上ノ山1丁目バス停隣）
- 内容／▽飲食コーナー：餅つき（午後5時と6時30分）、焼きそば、豚汁、麦茶、わたあめ、ポップコーン▽体験コーナー：水ヨーヨーつり、押し花しおり作り▽自主製品など販売コーナー▽エレクトーン演奏会（午後7時～7時40分）▽花火鑑賞会（午後7時45分～）
- 問い合わせ／小千谷市障害者支援センターさつき工房
☎82-0403

なかよしコンサート

市立保育園主催の「なかよしコンサート」が行われます。中越地区を中心に活動する4人のグループ「すいかのたね」による、歌・手遊びなど楽しいコンサートです。

- 日時／7月18日(土)▽1回目：午前10時～10時45分▽2回目：午前11時15分～正午
- 会場／サンラックおぢや3階
- 入場無料
- その他／駐車場は総合体育館駐車場をご利用ください。
- 問い合わせ／社会福祉課子育て支援係☎83-3517、または各市立保育園まで

小千谷市震災復興スポーツ交流事業

スポーツ少年団ミニバスケットボール交流大会

新潟県中越大地震時には、全国から復興に向けご支援・ご協力をいただきました。

復興に向けてがんばっている小千谷の元気な姿を見ていただくため、お世話になった地域のミニバスケットボールチームを招待し、交流試合を行います。ぜひ応援においでください。

- 期日／▽8月1日(土)午前9時試合開始▽8月2日(日)午前9時試合開始
- 会場／総合体育館
- 参加チーム数／県内外▽男子12チーム（栃木、茨城、群馬、埼玉、福井、福島各1チーム）▽女子6チーム（埼玉、群馬各1チーム）※招待チームの地域からは、いずれも震災当初から多大な支援・協力をいただいています。その縁で、その後も市内チームとお互いの交流を深めています。
- 問い合わせ／震災復興スポーツ交流事業事務局（総合体育館内）☎83-0077 FAX83-0078

楽集館企画展

夏休み企画～小千谷の自然、その宝物をさぐる

市民学習センター「楽集館」では、7月25日(土)から、企画展「小千谷の自然、その宝物をさぐる」を開催します。

中越大震災で崩落した妙見の災害復旧工事現場で見つかった200万年前の絶滅哺乳類海牛(カイギュウ)の化石をはじめ、トンボやチョウなどの昆虫の標本など、小千谷の誕生を学習できる資料を展示します。

- 期日／7月25日(土)～8月31日(月)
- 時間／午前10時～午後6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

自然体験教室

夏休みのひととき、親子で楽しく学習しませんか。

申し込んだ方には集合場所や持ち物など詳しい資料を送ります。小学校3年生以上が対象で、小学校3年生・4年生は保護者の参加が必要です。

「信濃川虫とり探検隊」

五辺の水辺で昆虫採集、いろんな昆虫との出会いがあります。

- 期日／8月1日(土)※午前中に解散となります
- 講師／今井隆夫さん、新保暢一さん
- 会場／五辺の水辺
- 集合／現地集合、現地解散となります。
- 定員／40人
- 参加無料
- 申し込み／社会教育課☎82-9111、楽集館☎82-8282



「信濃川石ころ探検隊」

石にはいろんな魅力があります。自分だけの宝物の石を見つけるチャンスです。

- 期日／7月29日(水)※午前中に解散となります
- 講師／大矢忠雄さん、新保暢一さん
- 会場／上片貝ほか信濃川周辺
- 集合／楽集館に集合していただき、バスで移動します。
- 定員／40人
- 参加無料
- 申し込み／社会教育課☎82-9111、楽集館☎82-8282

美術工芸教室合同作品展

社会教育課 ☎82-9111

美術工芸教室(洋画・日本画・水墨画・陶芸)受講生による作品展です。受講生の力作をご覧ください。

- 日時／▽7月25日(土)午後1時～6時▽7月26日(日)午前10時～午後1時
- 会場／楽集館3階
- 入場無料
- 問い合わせ／市民会館☎82-9111

夏の交通事故防止運動

市民生活課 ☎83-3509

夏の交通事故防止運動が実施されます。

- 期間／7月22日(水)～31日(金)
- スローガン／「あせる気と アクセル抑え エコの夏」
- 運動の重点／▽飲酒・居眠り・無謀運転の追放▽シートベルトとチャイルドシートの着用の徹底▽交差点における安全確認の徹底
- 問い合わせ／市民生活課生活安全係

キャッチコピー(標語)募集

健康センター ☎83-3640

小千谷・魚沼地域は県内でも自殺率の高いところです。自殺予防は県を挙げての重点施策ですが、地域に住む一人一人の気づきから、まずは悩んでいる人を相談につなげていくことが大切です。

「お互いに命をまもる」「命を大切に」地域にするため、自殺を予防し命をまもる魚沼独自のキャッチコピー(標語)を募集します。

- 対象／年齢、プロ・アマチュア、個人・グループを問いません。
- 選定・発表／応募の中から1作品を選定し、表彰します。
- 締切／8月31日(月)
- 応募・問い合わせ／魚沼地域振興局健康福祉部☎025-792-8614

お年寄りの心の健康相談会

保健福祉課 ☎ 83-4060

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／7月23日(木)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／7月21日(火)までに、保健福祉課高齢福祉係へ

青少年相談

青少年育成センター ☎ 82-6750

いじめ、部活動、友だち関係などに関する本人からの相談を行っています。

また保護者からの非行、不登校、ひきこもり、子育てなどに関する心配ごとの相談も行っています。

相談は無料で、秘密は堅く守られます。

- 日時／月～金曜日(祝祭日は除く) 午前9時～午後4時
- 対象者／小学生、中学生、高校生などの青少年で悩んでいる方、またはその保護者・家族・友人
- 相談方法／電話・面談・メール相談 ☎82-6771 ✉s-center@city.ojya.niigata.jp
- 相談場所・問い合わせ／青少年育成センター (市民会館前教育センター内)



おぢやまつり花火大会

「有料観覧席」・「マイ花火」申込受付中

- 日時／8月22日(土)午後7時30分～
- 会場／旭橋下流
- 申込窓口・問い合わせ／小千谷観光協会(市役所商工観光課内) ☎83-3512

小千谷市総合計画審議会の委員を募集します

市では、「第4次小千谷市総合計画の後期基本計画」を策定します。

この計画は、平成23年度からの5年間の市が推進する施策や新たな課題への対策などを策定するものです。

この計画について審議していただく委員のうち、市民代表委員を公募します。

■対象／満20歳以上の市民で、市のまちづくりに意欲があり積極的な意見をいただける方

■募集人員／若干名

■任期／2年間

■申込締切／7月28日(火)

■応募方法／所定の用紙に、応募した動機など必要事項を記入のうえ応募してください。

応募用紙は、企画財政課と市内各公共施設窓口にあります。また、市ホームページ(☎http://www.city.ojya.niigata.jp)からもダウンロードできます。

■応募先・問い合わせ／企画財政課企画経営係 ☎83・3507 ✉plan@city.ojya.niigata.jp

ご利用ください！白山運動公園のシャワー設備

グリーンヒル白山の改修工事が終了し、シャワー設備も利用できるようになりました。白山運動公園のご利用とあわせ、シャワー設備もご利用ください。

- 場所／白山運動公園 (グリーンヒル白山：男女各1箇所・クラブハウス：男女各2箇所)
- 料金／マグリーンヒル白山：1回100円マクラブハウス(テニスコート) 5分100円
- 問い合わせ／社会体育課 ☎83-0077、グリーンヒル白山 ☎82-0662

県農業総合研究所中山間地農業技術センターふれあい参観デー

日時／8月1日(土)午前10時～午後3時

■会場／県農業総合研究所中山間地農業技術センター(川口町牛ヶ島135番地1)

■内容／

▽研究成果パネル展示・センタ―で実施した試験研究、成果についてパネルで紹介

▽ほ場説明・現在実施中の試験研究について、品目別にほ場にて説明(各30分程度)【野菜】①午前10時～②午後1時

【山菜】①午前10時30分～②午後1時30分 【花き】①午前11時～②午後2時 【法面植物】①午前11時30分～②午後2時30分

▽ブルーベリーつみ取り体験：収穫期のブルーベリーを実際につみ取りできます(無料、1人1カップ) ①午前10時～正午 ②午後1時～3時

▽地元農家による地場産直売 アンケートに答えていただいた方に花苗またはハーブ苗を差し上げます(1人2鉢、先着100人)

■問い合わせ／県農業総合研究所中山間地農業技術センター ☎89・2330

お知らせ

Information

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

広報クイズ

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。
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ると担当は
うれしいのですが...

問題 「ふるさと納税」制度をご存知ですか？平成20年度中、この制度で9件260万円の寄附をいただきました。これを活用し、「夢の架け橋」基金事業を行います。さて、この基金を使って今年度行われる事業はいくつあるのでしょうかでしょうか。

①3事業 ②7事業 ③10事業
(ヒントは8ページ)

応募先 〒947-8501小千谷市役所
企画財政課広報広聴係あて(住所不要)
締切 7月24日(金) (当日消印有効)
6月号の答えは、②約16,000本でした。抽選の結果次の方が当選しました。
内山昌子さん、長井幸久さん
俵山よしのさん

人口と世帯数 (6月30日現在)				
男	19,512人	前月比	- 22	出生 29人
女	20,075人	前月比	- 7	死亡 44人
合計	39,587人	前月比	- 29	転入 53人
世帯数	12,548世帯	前月比	- 1	転出 67人

事故発生状況 (6月30日現在)		
	21年6月まで	20年6月まで
件数	66件	70件
死者	3人	1人
傷者	80人	86人

消防本部出動状況 (6月30日現在)		
	21年6月まで	20年6月まで
火災	1件	17件
救急	674件	651件

気象データ6月		
	21年6月	過去10年の平均
平均気温	20.8℃	21.1℃
最高気温	32.4℃	32.2℃
最低気温	10.4℃	12.1℃
降水量月計	67.5mm	135.5mm

小千谷地域消防本部速報値 (観測地: 元中子)

おぢやファンクラブ推奨品募集

おぢやファンクラブでは平成21年度の推奨品を募集します。小千谷市内の優良産品を推奨品として認定し、インターネット、サンプルラザ売店、出張販売イベントなどで販売とPRを行い、商品の販路拡大を図ります。なお、平成19年度に認定を受けた推奨品は2年間の認定期間が終了しますので、引き続き認定を希望する商品については、あらかじめ認定を受けてください。

- 対象商品 / 市内で生産、製造、加工された食品
- 申請条件 / 市内で事業を営む個人または法人、その他の団体
- 申込方法 / 所定の申請書に必要事項を記入し、申し込みください。商品の搬入については後日連絡します。
- 申込締切 / 8月10日(月)午後5時
- 関係書類 / 申請書、募集要領、認定基準は、商工観光課、おぢやファンクラブ事務局にあります。希望する方は連絡ください。また、市のホームページ([URL](http://www.city.ojiya.niigata.jp) http://www.city.ojiya.niigata.jp)からも閲覧できます。
- 問い合わせ・申込先 /
▽商工観光課 ☎83-3512 ✉kanko@city.ojiya.niigata.jp
▽おぢやファンクラブ事務局 (サンプルラザ内) ☎83-4800 ✉info@ojiyafan.com

国民健康保険保険証を発送します

8月1日からお使いいただく国民健康保険の保険証を7月24日(金)に発送します。

保険証は被保険者1人に1枚のカード様式で、色は**ベージュ色**です。保険証は国民健康保険加入者分を世帯ごとにまとめてお届けします。届きましたら台紙からはがして使用してください。
○70歳から74歳の方の保険証には平成20年中の所得の状況により判定した医療費一部負担金の割合(1割または3割)を表示します。
○国民健康保険税の納付が滞った場合、一般証より有効期限の短い「短期保険証」を交付しています。なお、災害その他特別な事情もなく滞納が続いた場合には、一般証・短期保険証の返還を求め「資格証」を交付しています。

- 問い合わせ / 保健福祉課国保年金係 ☎83-4060

雇用と生活

全国一斉無料相談会

新潟県弁護士会では、雇用、借金、生活保護などの困りごとの相談を、電話でお受けします。

- 日時 / 7月27日(月)~31日(金)午前10時~午後4時
- 相談電話番号 /
☎025-223-8252
☎025-223-8255
- 問い合わせ /
新潟県弁護士会 ☎025-222-3765

市税等の納期限

- 7月31日(金)
- 固定資産税・都市計画税(第2期)、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料(7月分)

新潟県内水面水産試験場
ふれあい開放デー
淡水魚のタッチプールや顕微鏡による生きもの観察など、見て・触れて淡水魚を知ろう。
■日時 / 7月25日(土)午前10時~午後3時
■会場 / 県内水面水産試験場 (長岡市大川原町2650番地)
■入場無料
■問い合わせ / 県内水面水産試験場総務課 ☎22・2101



小千谷を描く No. 371 空梅雨の千谷川下町の小路

6月末となっても、小千谷では各地の大雨のニュースを他所に、少雨で過ぎていきます。7月に入ってどっとくるのかも知れませんね。そんな一日を千谷川の下町通りの豆菓子で有名な竹島屋さんの脇からスケッチしました。

信濃川近くのこの通りは、私にとっては子どもの頃よく雑魚釣りに通ったところです。坊主が釣りに来て、坊主（何も釣れぬこと）で帰った、たそがれに空腹のしみたとてなつかしいところです。

（絵と文は西脇正久さん）

編集後記

● 学校ももうすぐ夏休み。図も、はるか昔の夏休みが楽しみだった頃を思い出します。

● 今日でもお知らせしていますが、市内でも子どもたちを対象とした催しがいくつか計画されています。おおせいの子どもたちから参加してもらって良い思い出を作って欲しいものです。

● 私たちも、子どもの元気な姿をいっぱい取材したいと楽しみにしています。図● 新人なので最近色々な研修に行かせてもらっています。その中で全国、あるいは県の広報コンクールがあることを知りました。さすがに表彰される広報紙は特に躍動感溢れる「生きた写真」が多いようです。それに記事が充実していれば「鬼に金棒：」「多くの人が手に取る広報紙」、こんなコンクールで賞を目指すものいいのかもです。☑

● 毎日暑いですね。夏ですものね。暑さが大の苦手な私は、この季節はめっきりへばります。あまり冷たいものを取り過ぎないようにしないとけませんね。

さて「夏」と言えば「お祭り」。お祭りといえば「取材」。今年はきれいに花火が撮れるかしらと、シーズンを前に妙なプレッシャーを感じています。☑