

第34回 国民文化祭・にいがた2019 第19回 全国障害者芸術・文化祭にいがた大会



○開会式入場者募集

国民文化祭の開会式へ入場を希望される方は、インターネットまたははがきでご応募ください。

■日時／9月16日(祝)午後2時30分～5時（受付：午後0時30分～2時）

■会場／朱鷺メッセ展示ホール（ウェブマーケット）

■入場無料※ただし、事前に申し込みが必要です。申込多数の場合は抽選となります。

■応募方法

▷インターネットの場合：国民文化祭のホームページ <https://niigata-futtotsu.jp/>で、専用応募フォームに必要事項を入力して応募ください。

▷はがきの場合：氏名・ふりがな・生年月日・郵便番号・住所・電話番号を明記し、次の応募先まで郵送してください。

▶応募先：〒950-8535新潟市中央区万代3-

1-1（株）新潟日報社地域連携推進室内）第34回国民文化祭・にいがた2019、第19回全国障害者芸術・文化祭にいがた大会「開会式」事務局あて

■応募締切／7月16日(火)必着※詳細は国民文化祭のホームページをご覧ください。

■当選通知／当選者へは、開会式のご案内を発送します。ご案内の発送は8月下旬頃の予定です。

■その他／当選された場合、当日入場の際に本人確認をさせていただきます。代理の方は入場できません。

■主催／文化庁、厚生労働省、新潟県、新潟県実行委員会、県内市町村、文化団体など

■問い合わせ／開会式事務局 ☎025-385-7568（土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時）

片貝の^{きや}木遣りを披露します！

開会式のオープニングフェスティバルで、片貝伝統芸能保存会が「片貝の木遣り」を披露します。「片貝の木遣り」は、市の文化財に指定されていて、毎年浅原神社に奉納されています。

※開会式の入場には、応募が必要です。



●今月の主な内容

7月13日(土)～15日(祝)二荒さまのお祭り	2
おぢやまつり大花火大会 8月24日(土)開催！	3
大雨に備えましょう	6～7
「Yahoo!防災速報」アプリを通じて市の防災情報をお知らせします	9



「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ながさか」でチェック！

7月13日(土)～15日(祝)

二荒さまのお祭り

◎二荒神社奉納行事 ※行事日程は前後する場合があります。

○県指定民俗文化財

巫女翁おどり

江戸時代に始まったと言われる人形踊り。笛や太鼓などの囃子に合わせてユーモラスに踊る姿は必見です。
■問い合わせ／保存会・山崎茂 ☎82・6392



○市指定民俗文化財

豊年獅子舞

豊作を願って踊られる舞。地元小学生が参加します。
■問い合わせ／保存会・仲邦男 ☎82・2021



時間	場所	時間	場所
午後8時	つくし幼稚園駐車場	13日(土)	二荒神社境内
午後1時15分 (奉納行列)	平成く本町く二荒神社	14日(日)	本町おまつり広場
午後2時	二荒神社境内	午後7時30分	二荒神社境内
午後8時	二荒神社境内	午前11時30分	二荒神社境内
午後1時10分	本町く慈眼寺(随時)	午前11時30分	二荒神社境内
午後3時10分	慈眼寺くつくし幼稚園駐車場(随時)	15日(祝)	二荒神社境内
午後8時	つくし幼稚園駐車場		

◎本町おまつり広場

本町1丁目の通り(国道291号)を歩行者天国とし、楽しい催しでお待ちいたします。

■問い合わせ／本町おまつり広場実行委員会代表・久須美徹也 ☎83・2145

○サービスコーナー

■日時／7月14日(日)・15日(祝)両日とも午後5時30分～9時30分

■内容／生ビール、棒だら、そば、餅などの販売

○特設ステージ

■日時／7月14日(日)・15日(祝)両日とも午後6時～9時30分

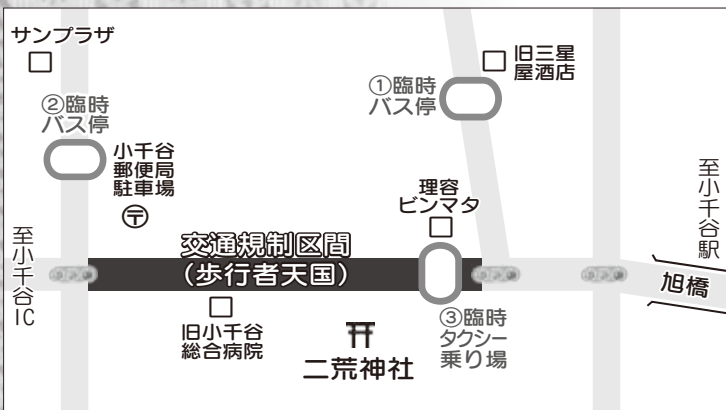
■内容

▽14日・幼稚園児のお遊戯、キッズダンス、豊年獅子舞、小千谷太鼓など
▽15日・小千谷太鼓、よさこい踊り、レクダンス、フラダンス、ヒップホップダンスなど



交通規制のご案内

本町おまつり広場開設に伴い、交通規制を行います。これにより、バス停とタクシー乗り場を変更します。
■規制日時／7月14日(日)正午～15日(祝)午後11時
■規制区間／左図のとおり
■臨時バス停



- ①旧三星屋酒店付近(千谷川2)
- ②小千谷郵便局駐車場入口付近(本町1)
- 臨時タクシー乗り場
- ③理容ピンマタ付近
- 問い合わせ／観光交流課観光係(市役所分庁舎内) ☎83・3512

おぢやまつり大花火大会

メッセージ花火

おぢやまつり大花火大会で家族のお祝い、恋人同士の愛の誓い、グループや団体などの記念イベントとして、あなただけのメッセージを乗せた花火を打ち上げます。お申し込みいただいた方には、招待席をご用意します。

■申込条件

- ▷対象：個人、家族、グループ、サークル・団体など
- ▷花火の大きさ：10号1発以上またはスターメイン
- ▷メッセージ：氏名などを含め60文字以内

■花火の価格／▷10号：53,500円～▷スターメイン：150,000円～

■募集数／先着20組

■申込締切／7月19日(金)

■申込方法／おぢやまつり実行委員会事務局（市役所分庁舎観光交流課内）窓口で直接お申し込みいただくか、電話、ファクス、郵送、メールでお申し込みください。申込用紙は窓口にあるほか、小千谷観光協会ホームページ<http://www.ojiyakanko.com/>からもダウンロードできます。

■申込・問い合わせ／おぢやまつり実行委員会事務局 ☎83-3512 FAX83-0871 ☎947-0028 城内1-13-20 📧kanko@city.ojia.niigata.jp

締切
7/19

8月24日(土)開催！

有料観覧席

おぢやまつり大花火大会を有料観覧席で観覧しませんか。

■時間（予定）／▷開場：午後5時▷花火打上：午後7時15分～9時

■場所／信濃川旭橋下流左岸堤防

■種類

種類	定員	価格
テーブル席	4人	12,000円
ベンチシート	3人	4,500円
有料階段エリア	1人	1,000円

■申込締切／8月16日(金)※満席になり次第締め切ります。

締切
8/16



おぢやの観光フォトコンテスト

平成30年度 審査結果

【まつりの部】

◎最優秀賞「夏を送る」：中藪正嗣さん（東京都）

○観光協会長賞：広川信俊さん（長岡市）

○入賞：深町英毅さん（兵庫県）

○佳作8点

【景観の部】

◎最優秀賞「しだれ柿」：和田フサ子さん（城内2）

○観光協会長賞：和田均さん（元中子）

○入賞：中林義雄さん（長岡市）

○佳作7点

■作品の展示

▷日時：7月1日(月)まで、午前9時～午後6時

▷会場：サンプラザ 2階ロビー



△まつりの部最優秀賞
「夏を送る」



△景観の部最優秀賞
「しだれ柿」

令和元年度 作品募集

■テーマ／おぢやの「まつり」と「景観」

■応募締切／令和2年4月30日(木)

■応募規格／カラープリントで四つ切またはワイド四つ切。写真店・カメラショップで印刷されたものに限り。自宅でのプリント写真、合成・加工作品は不可とします。

■応募規定

▷令和元年度中に上記のテーマを撮影したもので、未発表のものに限り。

▷肖像権などを含む著作物に関しては、応募者が権利者の承諾を得たものに限り。

▷応募票をもれなく記入のうえ、作品の裏面に貼付してください。

※入選作品は小千谷市のPRポスターなどに使用することがあります。詳細は応募要項をご覧ください。

■審査員／内山アキラ（新潟県写真家協会会員、日本写真家協会会員）

■その他／平成30年度の審査結果と令和元年度の応募要項は、小千谷観光協会ホームページ<http://www.ojiyakanko.com/>からご覧いただけます。

■問い合わせ／小千谷観光協会（市役所分庁舎観光交流課内） ☎83-3512 📧kanko@city.ojia.niigata.jp

お知らせ



子育て支援



子育て講座「ベビーヨガ」

ベビーヨガは、ママと赤ちゃんが一緒に楽しむヨガです。ママと赤ちゃんの絆がさらに深まります。

■日時／7月12日(金)午前10時～11時

■会場／わんパーク

■対象／首がすわってから1歳未満までの赤ちゃんと保護者

■講師／大西洋子さん(ストレスフリー子育て心理学)

■定員／15組※定員になり次第締め切ります。

■参加無料※ただし、事前に申し込みが必要です。

■持ち物／水分補給用の飲み物、バスタオル

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564

なかよし「コンサート」

「からだをうごかすっての楽しい！」がモットーのあそびダンス作家、福田りゅうぞうさんがやってきます。一緒に楽しくからだを動かして踊りましょう！

う！
■日時／7月20日(土)午前10時30分～11時30分

■会場／市民会館大ホール

■入場無料・申込不要

■問い合わせ／▽各市立保育園▽社会福祉課子育て支援係 ☎83・3517

子育て講座

「イクメンパパ一緒に遊ぼう」

親子で体を動かしたり、育児のおしゃべりを楽しんだりしましょう。男性保育士が講師です。お父さんのご参加もお待ちしております。



■日時／7月27日(土)10時～11時

■会場／わんパーク

■対象／2・3歳児のお子さんと保護者(就園している場合は未就園クラス対象)

■講師／市立保育園保育士

■参加無料※ただし、事前に申し込みが必要です。

■定員／15組※定員になり次第締め切ります。

■服装／動きやすい服装

■持ち物／水分補給用の飲み物、タオル※履きは不要です。

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564

歯磨き相談

正しい歯の磨き方やお子さんの歯に関することで心配なこと、気になることがありましたら、気軽にご相談ください。歯科衛生士が相談をお受けします。

■日時／7月30日(火)午前10時～11時30分

■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。

■申込締切／7月24日(水)

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564

乳幼児の食事相談

離乳食やお子さんの食事に関する献立がいいのかなど、食事に関する悩みはありませんか。市の栄養士が相談をお受けします。

■日時／8月6日(火)午前10時～11時30分

■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。

■申込締切／8月1日(木)

■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564



非核平和



平和を願う折り鶴を募集します

小千谷市民の平和への願いを被爆地に届けるため、折り鶴を募集します。

みなさんから寄せられた折り鶴は広島市へお届けし、広島平和記念公園内にある「原爆の子の像」に捧げていただきます。

鶴を折る紙は広告の紙や包装紙など、どんな紙でも結構です。

被爆体験伝承講話会を開催します

被爆者の高齢化に伴い、被爆体験が風化されつつあります。戦争の悲惨さや平和の大切さを次世代へ伝えるため、被爆者の体験や平和への思いを受け継ぎ、伝承活動を行う「被爆体験伝承者」を広島市からお招きして、講話会を開催します。

一般の方もお聴きいただけますので、ぜひお越しください。

日時・会場	
日時	会場
7月10日(水)	南中学校
午前10時40分～11時40分	
午後2時～3時	千田中学校
7月11日(木)	小千谷中学校
午前8時45分～9時45分	

■入場無料・申込不要
■問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83・3507



なお、折り鶴は50羽ずつひもでつなげてお持ちください。

■受付期間／7月31日(水)
■受付窓口・問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83・3507

総合支援学校 オープンスクール



総合支援学校では、一人ひとりの将来の地域生活、社会生活につながる力を育むために、小・中学部、高等部の12年間のつながりを大切に教育活動を進めています。

「学校や子どもたちの様子をもっとよく知っていただく」「地域に根ざした学校にしていこう」という願いを込めて、今年度もオープンスクールを開催します。

学校の様子や、社会参加・自立を目指して明るく元気に学習する子どもたちの様子をぜひご覧ください。

■日時／7月6日(土)

■内容

時間	内容
午前9時30分～	受付
午前9時45分～11時20分	小・中学部、高等部の学習参観、施設自由見学
午前11時～正午	個別相談（希望者のみ）

■会場／総合支援学校

■申込不要※ただし、個別相談を希望される方は、7月3日(水)までにお申し込みください。

■問い合わせ／総合支援学校 ☎82-1878

※7月24日(水)は休館日です。

期間	時間
7月22日(月) ～7月27日(土)	午前9時～午後5時
7月28日(日)	午前9時～午後3時

■開催日程

小千谷で日本画を学んでいる「彩の会」のグループ展を開催します。気軽に日本画を鑑賞しませんか。みなさんのご来場をお待ちしています。

彩の会グループ展

■問い合わせ／社会福祉課障がい福祉係 ☎83・3517

催し物



星に願いを

おぢゃるるに大きな竹を設置し、短冊や飾りを用意します。短冊にねがいごとを書いたり飾り付けをしたりして七夕を楽しみませんか。

■日時／6月29日(土)～7月7日(日) 午前9時～午後6時

■会場／おぢゃるるホール

■参加無料

■問い合わせ／おぢゃるる ☎82・2478



ひかり工房ラベンダーまつり

「障がい者支援センターひかり工房」で、ラベンダーまつりを開催します。気軽にお越しください。

■日時／7月6日(土) 午後1時～3時（雨天決行）

■会場／ひかり工房

■内容

▽利用者によるダンス発表

▽ゲストによる歌・ダンスなど

▽屋台（焼きそば、クレープ、フランクフルト）※数量限定

受付時に無料引換券をお渡し

します。

▽自主製品・野菜・お惣菜の販売など

■駐車場／小栗田の里駐車場をご利用ください。

■問い合わせ／障がい者支援センターひかり工房 ☎82・0790

講演会「福祉計画を通じたまちづくりに向けて」

「障がい」がある人もない人も、住み慣れた地域で誰もが安心して暮らすことができるように、小千谷市では「小千谷市障がい者計画」を策定しています。バリアフリーなまちづくりなど市民のみなさんから地域福祉を身近に感じていただくことができるよう、一人ひとりがどう福祉に向き合っていくべきかを考

える講演会です。

■日時／7月13日(土) 午後3時～4時30分頃（開場：午後2時30分）

■会場／サンプラザ3階大ホール ※駐車場の混雑が予想されますので、混み合う場合は市役所駐車場をご利用ください。

■演題／福祉計画を通じたまちづくりに向けて

■講師／青柳親房さん（新潟医療福祉大学社会福祉学部教授）

■入場無料・申込不要

■保育ルーム／▽場所：サンプラザ▽料金：子ども1人につき300円▽定員：3人▽申込：7月5日(金)までに社会福祉課へお申し込みください。

■問い合わせ／社会福祉課障がい福祉係 ☎83・3517

■会場／楽集館1階展示室

■入場無料

■問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内） ☎82・9111

さつき工房ふれあいまつり

「小千谷市障害者支援センターさつき工房」では、利用者と地域の人々との交流を図るため、第23回ふれあいまつりを開催します。

■日時／7月26日（金）午後4時～7時

■会場／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（①午後4時30分～②午後5時30分～）、焼きそば、豚汁、かき氷、ポップコーン、飲み物など（一部有料）

▽あそびコーナー：水ヨーヨー、スカットボール

▽自主製品・野菜の販売など

▽おまつり歌声喫茶（午後6時～6時30分）、小千谷西高校吹奏楽部演奏（午後6時30分～7時）

■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

大雨に備えましょう！

梅雨の時期になり、大雨や集中豪雨による浸水被害や土砂災害の発生が心配されます。災害から自分の身を守るため、情報収集や事前の備えをしっかりと行いましょう。

■問い合わせ／危機管理課 ☎ 83・3515

点検しよう！緊急告知ラジオ

市内の全世帯・事業所に配置している緊急告知ラジオの点検をお願いします。

○つまみを回すと電源が入ります。受信状況を確認しましょう。



○停電時などは、電池が切れていると電源が入りません。電池の点検をしましょう。

電源が入らないなど、ラジオの故障が疑われる場合は、危機管理課までお問い合わせください。

信濃川の水位基準

信濃川の小千谷観測所（元町地内）の水位基準値は左図のとおりです。大雨により信濃川の水位が上昇する際は、市や関係機関が発表する情報に注意してください。

レベル5	はん濫の発生 避難完了
レベル4	はん濫危険水位（特別警戒水位） 通常の避難行動ができる方は避難開始
レベル3	避難判断水位 避難行動に時間を要する方は避難開始
レベル2	はん濫注意水位（警戒水位） 水防団出動
レベル1	水防団待機水位（通報水位） 水防活動の準備

水位の上昇 ↑

堤防

メールの登録はお済みですか？

緊急情報メールの登録

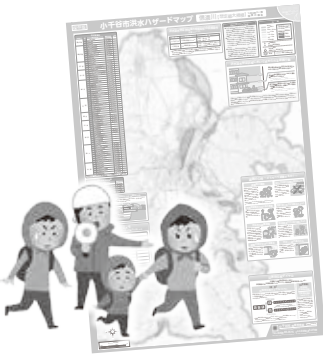
気象情報や市からの重要な情報をメールでお知らせします。

メールの登録方法は以下をご覧ください。ただ、危機管理課の窓口配布チラシまたは市ホームページで確認ください。

みんなで確認！危険箇所

大雨による被害を予測し、被害の想定範囲を地図にしたものをハザードマップと言います。

該当する地域にお住まいの世帯には「洪水ハザードマップ」「土砂災害ハザードマップ」を配布していますので、確認をお願いします。なお、各ハザードマップは市ホームページからもご覧いただけます。



緊急情報メールの登録方法

迷惑メール対策をしている方は、登録前に ojiya-city@raiden.kaiwork.jp からのメールを受信できるように設定してください。

- 1 登録用アドレスホームページを送信する。
pousai.ojya-city@raiden.kaiwork.jp
- 2 自動でメールの返信が届く。メールを開き、本文に記載されているアドレスをクリック。
- 3 自分のメールアドレスが登録されたことを確認し、「次へ」をクリック。



ユーザー情報登録

○メールアドレス
.....@.....ne.jp

次へ

- 4 確認画面で間違いがなければ「登録」をクリック。
- 5 登録完了をお知らせするメールが届いたら完了。

川辺では 急な増水に注意

川の近くにいるときは、次のことに気をつけましょう。



情報集！

急な増水に備え、川の水位や降雨状況、土砂災害警戒情報などを確認するようにしましょう。

早めの避難！

危険な場所を確認し、雨が降り始めたり水位が上昇したりした場合は、すぐに避難してください。

県では、河川情報と砂防情報を携帯電話から確認できるサイト（下図チェック1）を開設しています。

なお、河川水位情報は、NHKの地上デジタル放送からも確認いただけます。

▽スマートフォン版 http://doboku-bousai.pref.niigata.jp/kasen_sl/

▽携帯電話版（河川情報） http://doboku-bou-sai.pref.niigata.jp/kasen_m/

▽携帯電話版（砂防情報） http://doboku-bou-sai.pref.niigata.jp/sabou_m/

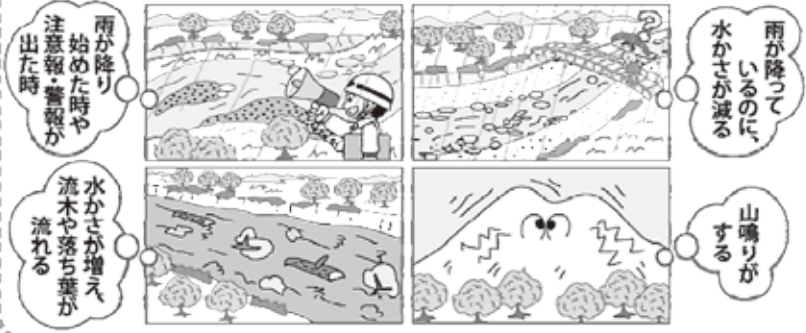
※お使いの機種によっては正しく表示されない場合があります。

■問い合わせ／▽新潟県土木部河川管理課 ☎025・280・5414 ▽砂防課 ☎025・280・5424

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！



チェック1 出かける前は、携帯電話で情報をチェック！

◎スマートフォン版サイトをご利用ください

河川水位・雨量のほか、気象注意報・警報や、土砂災害警戒情報も確認できる！



携帯電話版サイトはこちら！



信濃川の増水に注意 調整池は立ち入り禁止！

J R 東日本信濃川発電所では、河川での水難事故防止のため、警報装置や柵、立ち入り禁止の看板を設置しています。



警報が放送された場合は、すぐに川から離れて安全な場所へ避難してください。

また、山本山にある調整池には、水難事故防止のため立ち入らないようお願いいたします。

■問い合わせ／J R 東日本信濃川発電所 ☎82・2702（休日・夜間は ☎82・0196）

設定内容の確認

次の内容でよろしければ「登録」を、再度編集する場合は「戻る」を選択してください。
○メールアドレス
.....@.....ne.jp

戻る

登録

※メールが届かない場合、迷惑メール機能の設定に問題がある場合があります。設定を変更するか、お使いの携帯電話会社へご相談ください。

生活安全



夏の省エネ対策

私たちは日常生活の中で、多量の温室効果ガスを排出しています。電化製品の使用など、便利な生活と引き換えに地球への負担は大きくなっています。豊かな自然を未来へ残すために、この夏もみんなで省エネに取り組みましょう。

■家庭でできる取組例

- ▽冷房時の室温は28℃を目安にする。
- ▽すだれやブラインドなどで窓からの日差しを和らげる。
- ▽無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する。
- ▽冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける回数を減らす。
- ▽不要な照明は消す。
- ▽テレビを見ていないときは消す。主電源もオフにする。
- ▽使用していない電化製品はプラグをコンセントから抜く。
- ▽電化製品を買い換えるときは、省エネ性能の高いものを選ぶ。

■問い合わせ／市民生活課環境衛生係 ☎83・3509



旧小千谷総合病院の解体撤去工事を行います

工事期間中、ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

■工事概要／建物解体工事

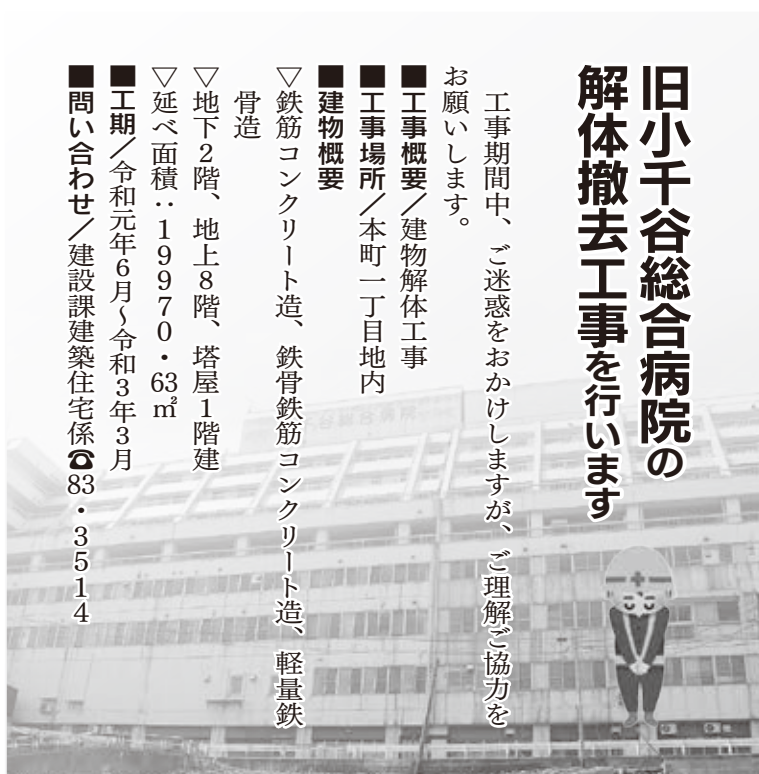
■工事場所／本町一丁目地内

■建物概要

- ▽鉄筋コンクリート造、鉄骨鉄筋コンクリート造、軽量鉄骨造
- ▽地下2階、地上8階、塔屋1階建
- ▽延べ面積…19970・63㎡

■工期／令和元年6月～令和3年3月

■問い合わせ／建設課建築住宅係 ☎83・3514



夏の交通事故防止運動

■期間／7月22日(月)～31日(水)

■スローガン／「令しい マナーで和ぐ 夏の道」

■運動の重点

- ▽横断歩道での歩行者優先
- ▽疲労運転の防止
- ▽飲酒運転の根絶

■問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3516



善意に感謝



■吉谷小学校へ（敬称略）

▽長岡信用金庫…木製書架1台

■小千谷中学校へ（敬称略）

▽長岡信用金庫…木製回転式書架1台



地籍調査にご協力ください

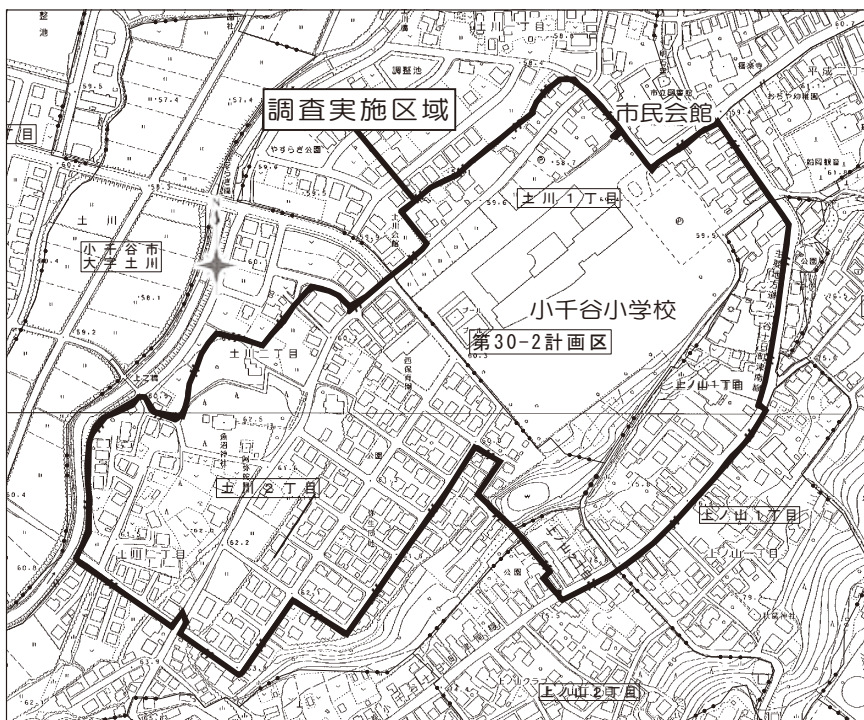
地籍調査とは、一筆ごとの土地について、その所有者、地番、地目の調査を行い、測量により土地の正しい位置、形、境界、面積を明らかにし、その結果を地図・簿冊にするものです。

調査対象区域の土地所有者のみならずには、境界立会のご案内を順次お送りしますので、所有している土地の境界を事前に確認するなど、ご協力をお願いします。

■調査区域／上ノ山1・2、土川1・2の一部

■調査期間／6月下旬～11月下旬

■問い合わせ／建設課国土調査係 ☎83-3514



7月1日から



「Yahoo!防災速報」アプリを通じて 市の防災情報をお知らせします

アプリを活用して、
災害時に備えよう！

災害情報を迅速に発信するために、6月25日にヤフー(株)と協定を締結しました。これにより、お持ちのスマートフォンなどで緊急情報の受信や緊急告知ラジオの災害情報を聴くことができます。

災害に備えて複数の情報伝達手段を確保することは、非常に効果的な防災対策です。「Yahoo!防災速報」アプリの活用をお願いします。



○協定の概要

- ▷災害時に市ホームページにつながりにくい状況を減らします。
- ▷「Yahoo!防災速報」アプリから市の防災情報をお知らせします。

緊急告知ラジオ、緊急情報メールでも、今までどおり災害時の情報を受け取ることができます。



■その他/アプリのダウンロードなど不明な点は危機管理課にお問い合わせください。

■問い合わせ/危機管理課 ☎83-3515

○「Yahoo!防災速報」アプリの概要

- ▷災害時に小千谷市の緊急情報をプッシュ型メールでお知らせします。
- ▷避難所などの防災情報や災害時の被害情報、ライフラインに関する情報をお知らせします。
- ▷「Yahoo!防災速報」アプリを通じて、FMながおかのインターネット放送から緊急告知ラジオと同じ放送を聴くことが可能です。



※プッシュ型メールとは、電子メールシステムのうち、メールサーバーから利用者へ即時にメールが届けられる形式のものです。

※「Yahoo!防災速報」アプリへの情報伝達訓練(プッシュ型メールの送信)を7月、10月、1月、4月のそれぞれ1日午後0時35分頃に行います。

相談

ひきこもりの家族のつらさ

ひきこもりのお子さんをもつ家族同士が集まって語り合う場です。アドバイザーの体験談などから、関わりのヒントが得られるかもしれません。

また、自主的に語らいの場を開き活動されている方もいます。関心のある方はお問い合わせください。

■日時/7月27日(土)午後1時30分〜3時30分

■会場/健康センター
■対象/不登校やひきこもりの状態が長期に続いている方のご家族

■アドバイザー/関口美智江さん(ひきこもりの親の会フォルトネット代表)

■参加無料・申込不要

■問い合わせ/健康センター 係 ☎83・3640



精神科医師による心の相談室

以前は楽にできていたことがおっくうに感じられる、やる気が出ないなど体調不良を感じている方や、アルコールを飲まない

いと眠れないなどの自分や家族の心配を抱えている方の相談を精神科医師がお聞きします。秘密は堅く守られます。

■相談無料※ただし、事前に申し込みが必要です。

■その他/現在精神科を受診している方は、主治医の許可を得てご相談ください。

○小千谷会場

■日時/7月31日(水)午後2時〜3時30分

■会場/健康センター

■申込締切/7月29日(月)

■申込・問い合わせ/健康センター 係 ☎83・3640

○長岡会場

■日時/7月23日(火)午後1時30分〜2時30分

■会場/長岡地域振興局健康福祉環境部(長岡保健所、長岡市

沖田3-2711-1)

■申込締切/7月19日(金)

■申込/長岡地域振興局健康福祉環境部地域保健課 ☎33・49

31

■問い合わせ/健康センター 係 ☎83・3640

31



募 集



夏の科学工作教室「液体窒素の実験とのびるスライムづくり」

マイナス195・8℃で起こるさまざまな現象を楽しむ実験と、超スライムをつくります。自由研究の参考になる本の貸し出しも行います。

■日時／7月15日(祝)午前10時30分～正午

■会場／市民会館2階第1中会議室

■対象／小学生※1年生～3年生の方は保護者同伴

■講師／永井克行さん(上越科学館館長)

■定員／先着20人

■参加無料

■申込締切／7月9日(火)

■持ち物／図書館利用カード※お持ちでない方はその場で作ることができます。

■申込・問い合わせ／図書館 ☎82・2724

初心者のための美術教室 講生募集

新しく何かを始めたいと考えている方、一緒にチャレンジしませんか。初めての方にも

丁寧な教えです。

■申込締切／7月10日(水)

※申込少数の場合は、開催を中止する場合があります。

■その他／各コースともに、開講日以降の日程など、詳細は後日ご案内します。

■申込・問い合わせ／生涯学習課 社会教育係(市民会館内) ☎82・9111 syougai-sk@city.ojiya.nigata.jp

○陶芸コース

■日時／7月16日(火)～10月15日(火) (いずれも月・火曜日、全7回) 午後6時～9時

※この他に素焼き、釉薬かけ、本焼き作業を行う日があります。

■会場／楽集館創作活動室

■内容／マグカップ、湯飲み、皿などの製作

■講師／小千谷陶友会会員

■定員／15人

■受講料／5000円(材料費など)

■持ち物／エプロン、タオル、ビニール袋1枚

○水墨画コース

■日時／7月25日(木)～10月24日(木) (いずれも木曜日、全7回)

■会場／市民会館3階第3中会議室

■内容／用具の使い方、水墨画の描き方

■講師／小千谷水墨画会会員

■定員／15人

■受講料／2000円(材料費など)

■持ち物／筆記用具、書道道具



勤小万灯のお囃子参加者募集

勤労青少年ホーム利用者協議会では、おぢやまつりのお囃子参加者を募集しています。

お祭りに参加して、新しい仲間と交流しませんか。

■対象

▽市内在住または在勤の方

▽お囃子に興味のある方※経験の有無は問いません。初めての方にも丁寧な教えです。

■参加料／1000円(ホーム利用登録料) ※今年度すでに登録済の方は不要です。

■申込・問い合わせ／ホットプラザ ☎82・8510 (午前9時～午後9時)



ステップアップシニア～全5回シリーズ～

昨年まで、シニアカフェで小千谷の自然・文化・歴史・人物など、小千谷の魅力を学びました。今年は、ステップアップし、みんなで「もっと知りたい、行ってみたい小千谷」について話し合い、小千谷の魅力を再発見します。

○みんなで、考えを出し合い、小千谷のよさを発見しよう!

第1回:「郡殿の池を訪ね、感動を共有するワークショップ」

■日時／7月3日(水)午前9時30分～午後2時

■集合場所／市民会館3階第3中会議室

■会場／市民会館、郡殿の池(小雨の場合:両会場実施、雨天の場合:市民会館のみ実施)

■内容／バスで市の文化財に指定されている郡殿の池に行き、講師から池の伝説や生息する動植物の説明を聞きます。市民会館に戻り、昼食後に郡殿の池の感想を話し合い、感動を共有します。

■講師／柳田宏光さん(小千谷の自然を愛する会顧問)

■定員／20人(全5回) ※定員になり次第締め切ります。

■参加料／1,000円(昼食代、当日徴収)

■服装／帽子、長袖、長ズボン、濡れてもよい履物

■持ち物／水筒、雨具、デジカメなど(持参できる方)

■今後の予定／全5回とおしての参加になります。定員に満たない場合のみ随時広報おぢやで募集します。

▷第2回:8月「出張おしゃべりカフェ」

▷第3回:9月「小千谷の史跡探訪」

▷第4回:10月「私が選ぶ史跡探訪」

▷第5回:11月「振り返り・発表」

※第1回～第4回は市のマイクロバスを利用します。(市民会館発着)

■申込・問い合わせ／小千谷市公民館(市民会館内) ☎82-9111 syougai-sk@city.ojiya.nigata.jp

親子自然観察会

夏休みの思い出に、親子で楽しく小千谷の自然について学びませんか。

■対象／小学生の親子

■参加無料

■申込締切／7月17日(水)※定員になり次第締め切ります。

■主催／小千谷の自然を愛する会

■申込・問い合わせ／生涯学習課社会教育係(市民会館内) ☎

82・9111 ☎82・9112

syougai-sk@city.oiya.nigata.jp

○昆虫観察



■日時／7月21日(日)午前9時～

11時30分

■会場／五辺の水辺※雨天中止

■集合場所／五辺の水辺看板前

■内容／五辺の水辺に生息する昆虫の採集と観察

■定員／20組

■服装／長袖、長ズボン、帽子、長靴

■持ち物／水筒、塩、汗ふきタオル、虫捕り網、虫カゴ、筆記用具、メモ帳

○星空観察



■日時／8月10日(土)

午後6時30分～8時30分

■会場／おぢやふる広場(曇天、雨天の場合・体育館)

■内容／月、惑星、夏の星座の観察

■定員／20組

■持ち物／筆記用具、メモ帳、懐中電灯

職員採用試験のご案内

魚沼地域特別養護老人ホーム組合(特養八色園)職員を募集します。

■職種／介護職員2人

■受験資格

▽高校卒業または見込み以上の学歴があり、福祉と介護に高い関心を持つ方

▽昭和49年4月2日以降に生まれた方

▽地方公務員としての欠格条項に該当しない方

■試験日／9月19日(木)(1次試験)

■受験申込期間／7月16日(火)～8月16日(金)

■その他／試験方法、受験手続きなど詳細は直接組合にお問い合わせください。

■問い合わせ／魚沼地域特別養護老人ホーム組合 ☎025・777・3811



楽集館展示室 無料開放のお知らせ

楽集館展示室を使って、絵画展、工芸展、写真展、コレクション展など個人やグループで自由に開催してみませんか。期間中に申し込んだ企画は、無料で展示室を利用できます。

■期間／12月1日(日)～令和2年1月31日(金)

■会場／楽集館1階展示室(145㎡、約8m×18m)

■対象／市内在住または在勤の個人、市内で活動をする団体

■申込締切／8月30日(金)

※申込時に、企画内容と希望期間をお知らせください。希望日が重なった場合は、抽選とさせていただきます。

■その他

▽利用期間は1団体につき、1回限り、3日程度とさせていただきます。

▽市は広報について協力しますが、展示、会場管理などは利用者の責任で行ってください。

▽会場での作品販売、宗教・政治的活動などには利用できません。

■申込・問い合わせ／生涯学習課社会教育係(市民会館内) ☎82・9111

浄化槽で守ろう！水環境

浄化槽は、トイレからのし尿や台所の排水など、家庭から排出される汚水を微生物の働きを利用してきれいな水にする設備です。

浄化槽から出る水をきれいに保つため、次の3点が浄化槽法で義務づけられています。

- ①定期的な保守点検
- ②汚泥の引き抜きと清掃
- ③年1回の法定検査

■保守点検と清掃の申込



業者名	連絡先
(有)糸井環境保全サービス	☎82-2492
(有)小千谷清掃社	☎82-6181
(有)中越清掃社	☎82-2955

■法定検査の申込／上記の保守点検業者または一般社団法人新潟県環境衛生中央研究所 ☎46-7151

■問い合わせ／長岡地域振興局健康福祉環境部(長岡保健所)環境課浄化槽担当 ☎38-2532

夏期のパスポート申請はお早めに！



7月～8月はパスポートの申請窓口がたいへん混み合います。出発までに余裕をもって申請してください。

■受付日時／月～金曜日(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時

■受け取りまでの期間／8日間

※申請日を含め、平日のみ数えます。

■申請・問い合わせ／市民生活課市民係 ☎83-3509

小千谷市に住民登録をしている方のパスポート申請窓口は、市役所市民生活課です。県パスポートセンターなどでは受け付けていませんので、ご注意ください。

7月は「愛の血液助け合い運動」1月間 献血にご協力を

みなさんが病気になったり、事故に遭ったりしたときに治療で使われる輸血用血液は、全て善意の献血で得られた血液で賄われています。血液は長期保存ができません、一年を通じて安定供給するためには、みなさんの継続的なご協力が必要です。



県内では、献血バスが各市町村を巡回しているほか、献血ルームで毎日受付を行っています。

○「献血ルーム千秋」のご案内

- 受付日／毎日（12月31日、1月1日を除く）
- 受付時間／午前9時30分～午後5時
- 会場／リバーサイド千秋センタープラザ2階（長岡市千秋2）
- その他／休憩スペース、キッズスペース、ロッカールーム、ドリンクコーナー、マッサージチェアもあります。

○「献血バス」のご案内

- 日時／9月24日（火）午後1時30分～4時
- 会場／市役所
- 申込不要
- 問い合わせ／健康センター
予防係 ☎ 83・3640



塩分取りすぎて いませんか

塩分は体に必要なものですが、取り過ぎてしまうと血管を傷つけたり、腎臓に負担をかけたたりしてしまいます。

まずはご家庭のみそ汁の塩分濃度を知るところから、減塩を始めてみませんか。



みそ汁の塩分濃度は
0・8%以下が理想です。



○減塩で高血圧予防を！

小千谷市では、高血圧が原因の脳血管疾患や慢性腎臓病の発症が大きな課題となっています。

減塩することで血圧のコントロールにつながります。子どもの頃からの減塩で、将来、高血圧にならないように予防することもできます。

○みそ汁の塩分を測ってみよう！

- 日時・会場／下表の日程で都合の良い日にお越しください。
- 料金無料



- 持ち物／みそ汁またはスープ50cc（空きびんなどに入れてお持ちください）

- その他／10月以降の日程は、広報おぢや9月25日号に掲載します。

- 問い合わせ／健康センター予防係 ☎ 83・3640

○塩分調査の開催日時・会場（特定健診結果説明会と同時開催）

日程	受付時間	会場
7月16日（火）	14:45～15:00	高梨振興会館
7月18日（木）	10:15～10:30	片貝総合センター
	14:45～15:00	
7月19日（金）	10:15～10:30	片貝総合センター
	14:45～15:00	
7月22日（月）	10:15～10:30	市民会館
	14:45～15:00	
8月7日（水）	10:15～10:30	健康センター
8月8日（木）	10:15～10:30	西部開発センター
8月20日（火）	10:15～10:30	吉谷トレーニングセンター
	14:45～15:00	克雪管理センター
8月21日（水）	10:15～10:30	三仏生多目的センター
	14:45～15:00	小栗田多目的センター

日程	受付時間	会場
8月22日（木）	10:15～10:30	千谷センター
	14:15～14:30	上片貝公会堂
8月23日（金）	9:45～10:00	山本振興会館
8月30日（金）	14:45～15:00	城山開発センター
9月2日（月）	14:15～14:30	内ヶ巻集落開発センター
9月3日（火）	14:45～15:00	真人ふれあい交流館
9月4日（水）	14:45～15:00	川井住民センター
9月5日（木）	14:45～15:00	真人北部コミュニティセンター
9月6日（金）	10:15～10:30	岩沢住民センター
	14:45～15:00	二俣込入集落開発センター
9月9日（月）	10:15～10:30	山谷交流センター
	14:45～15:00	健康センター

こつぞしようしよ 骨粗鬆症検診を受けてフレイル予防！

自分の骨の状態を知っていますか。
骨粗鬆症になると、骨がスカスカになり骨折しやすい状態になります。骨折すると、歩行などの日常生活に支障が出て、将来、フレイルや介護が必要な状態になる危険が高まります。

フレイルとは、加齢により筋力や認知機能が低下し、要介護に近づいた状態のことです。



○骨粗鬆症検診を受けよう！

■日時／7月17日(水)、8月19日(月)いずれも午前9時～11時、午後1時～3時

■会場／健康センター

■対象／令和元年度内に次の年齢になる女性

※ただし、骨粗鬆症で治療中の方と、今年度医療機関などで検査を受けた方は対象外です。

対象	生年月日
40歳	昭和54年4月2日～55年4月1日生
45歳	昭和49年4月2日～50年4月1日生
50歳	昭和44年4月2日～45年4月1日生
55歳	昭和39年4月2日～40年4月1日生
60歳	昭和34年4月2日～35年4月1日生
65歳	昭和29年4月2日～30年4月1日生
70歳	昭和24年4月2日～25年4月1日生

■料金／700円※70歳の方は無料です。

■検査方法／手首のレントゲン検査

■その他／既に申し込みをされた方には、通知を発送しました。新たに申し込みをする方は、健康センターにご連絡ください。

■申込・問い合わせ／健康センター保健係 ☎83・3640



手話をやってみよう！

手話を使ったコミュニケーションに挑戦してみませんか。すぐにできる簡単な手話を紹介します。市ホームページからもご覧いただけます。

■問い合わせ／社会福祉課障がい福祉係 ☎83-3517

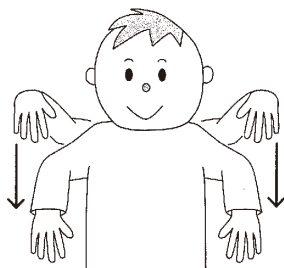
みんなでやってみよう



「雨」



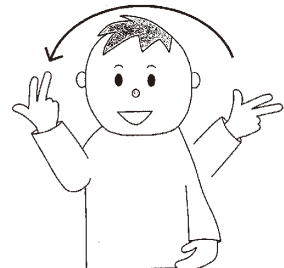
両手を広げて下に向け、同時に2回下ろします。



「虹」



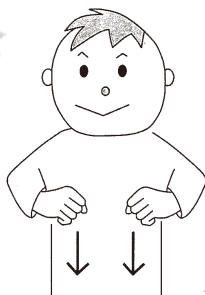
親指、人差し指、中指を伸ばし（数字の7の意味）、上で大きな弧を描きます。



「元気・がんばる」



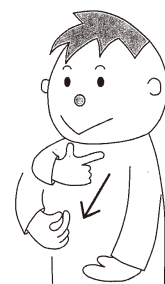
両手を握り、同時に下げる動きを2回繰り返します。



「好き」



のどに向けて伸ばした親指と人差し指を、前斜め下へ動かしながら閉じます。



スポーツ



ソフトテニス競技指導者講習会

長岡地域定住自立圏内（小千谷市、長岡市、見附市、出雲崎町）のソフトテニス指導者の指導力向上を図るため、効果的な指導方法や練習方法を学びます。指導者、選手のみならずのご参加をお待ちしています。

■日時／7月30日(火)午前9時30分～正午（受付：午前9時）

■会場／白山運動公園庭球場（雨天の場合：総合体育館メインアリーナ）

■対象／長岡地域定住自立圏内のジュニアソフトテニス競技指導者、ソフトテニス選手

■内容／ジュニア競技者の育成方法についての実技指導

■講師／猪俣宏さん（新潟県高等学校体育連盟ソフトテニス専門部副委員長、小千谷高等学校ソフトテニス部顧問）

■参加無料

■申込締切／7月22日(月)

■申込・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



メンタル「ムキムキ」セミナー（小千谷市スポーツ協会医科学）

スポーツを通じた心の鍛え方を、子どもの目線・指導者の目線から学ぶ講座です。長岡地域定住自立圏内の方であれば参加可能です。

■開催日／8月7日(水)

■会場／グリーンヒル白山

■講師／藤代圭一さん（一般社団法人スポーツリレーションシップ協会代表理事、しつもんメンタルトレーニング代表）

■定員／各40人

■参加無料

水泳大会を開催します



市内小学校親善水泳大会兼市民・ジュニア水泳大会を開催します。小学生から一般まで、市内のスイマーが集まる大会です。ぜひご観戦ください。

■日時／7月27日(土)午前9時20分～

■会場／市民プール

■競技種目

- ▷小学4年生以下：自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ（50m）
- ▷小学5・6年生、中学生、高校生：自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ（50m・100m）、個人メドレー（200m）
- ▷一般：自由形、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ（50m）、個人メドレー（200m）

■申込・問い合わせ／小千谷市水泳協会事務局（スイミングアカデミー小千谷内）☎82-6688

市民プールが使えません

水泳大会のため、次の期間は市民プールが使用できません。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■休止期間／7月26日(金)午後1時～27日(土)終日

■問い合わせ／生涯学習課管理係（総合体育館内）☎83-0077

小千谷陸上競技大会



小千谷陸上競技大会の参加者を募集します。詳しくは、大会要項をご覧ください。スペシャルオリンピックス日本・新潟陸上プログラム登録者もご参加いただけます。大会要項は総合体育館窓口にあるほか、市ホームページからもご覧いただけます。

■日時／8月18日(日)午前9時競技開始

■会場／白山運動公園陸上競技場

■参加資格／小学生、中学生、高校生、一般の方

■出場制限／▷小学4年生以下：1人1種目▷小学5年生以上：1人2種目まで

■参加料／1種目500円

■申込方法／アスリートランキングシステムを利用いただくか、参加申込書に参加料を添えて学校・団体単位でお申し込みください。個人での申し込みも受け付けます。

■申込締切／7月26日(金)

■申込・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

■申込・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

○ジュニアリーダー養成講座

■時間／午後1時30分～4時（受付：午後1時～）

■対象／小学5・6年生のスポーツ選手

■内容／「夢から始まる行動、なりたい自分」など、自分自身のこれからの考えるもの、集団の中のコミュニケーションスキ

ル向上

○スポーツ指導者講習会

■時間／午後7時～9時（受付：午後6時30分～）

■対象／スポーツ指導者※一般の方も参加できます。

■内容／▽選手のやる気を引き出す方法や指導者が備えたいコミュニケーションスキルの向上▽ハラスメントや暴力に頼らない指導方法

前期連続講座 「おぢやの隠れた歴史を発見!？」

小千谷市内に眠るお宝発掘調査事業実行委員会では、新潟県中越大地震復興基金を活用して、地域に隠れているお宝を調査しています。

古文書や寺社の資料から再発見したお宝について、みなさんにお知らせするための連続講座を開催します。

■日時・講師・題目

開講日	時間	講師	題目
7月 6日(土)	午後2時 ～3時30分	安藤哲也さん(河井継之助研究家)	河井継之助の姿
7月27日(土)	午前10時 ～11時30分	福原国郎さん(長岡高校同窓会事務局長)	岩村精一郎の古文書解読から
8月 3日(土)	午後2時 ～3時30分	山本肇さん(小千谷市立図書館館長)	信濃川・越後平野と小千谷
8月31日(土)			小千谷の寺院神社明細帳の調査から
9月 7日(土)	午後2時 ～3時30分	小林昌二さん(新潟大学名誉教授、前新潟市歴史博物館みなとびあ館長)	古代の小千谷

■会場/市民会館2階中会議室(7月27日のみ3階中会議室)

■入場無料・申込不要

■その他/10月以降も後期連続講座5回を予定しています。詳細は広報おぢや9月25日号でお知らせします。

■問い合わせ/小千谷市内に眠るお宝発掘調査事業実行委員会(図書館内) ☎82-2724

図書館新刊紹介

■問い合わせ/図書館 ☎82-2724

●小説など

- 「百花」川村元気/著
- 「夢見る帝国図書館」中島京子/著
- 「椿宿の辺りに」梨木香歩/著



●一般書

- 「鳥はなぜ鳴く? ホーホケキョの科学」
松田道生/著、中村文/絵
ウグイスの鳴き声「ホーホケキョ」を、自然科学や生物学、音響学、歴史や民俗にかかわる人文科学など、いろいろな分野から解き明かす。鳥たちの暮らしがわかるマンガも収録。

- 「草取りにワザあり! 庭・畑・空き地、場所に依じて楽しく雑草管理」西尾剛/著

楽しく草取りをするために、雑草と呼ばれる植物のことや、それぞれの場所に依じた草取りの方法などを紹介する。

●児童書

- 「アレックスとまほうのふね」キャサリン・ホラバード/文、ヘレン・クレイグ/絵、こだまともこ/訳
「ぼくのまほうのふねにのらない?」空想好きな男の子アレックスは、おかあさんといっしょに魔法の船で、わくわくする冒険に出発した。胸がはずむ、とびっきりの時間を描いた絵本。

- 「きょうもうれしい」えがしら みちこ/作・絵
昨日の「うれしい」はなんだった? 今日の「うれしい」はなんだろう? 明日もきっと「うれしい」ねー。「おはよう」から「おやすみ」まで、毎日の「うれしい」を子どもの目線で描く、心温まる絵本。

夏休み移動図書館

絵本や大型紙芝居、大型絵本などのよみかぜのほか、本の貸し出しも行います。

■日時・会場

開催日	時間	会場
7月 3日(水)	午前9時30分 ～10時30分	岩沢保育園
7月10日(水)		すみれ保育園
7月18日(水)		高梨保育園
7月24日(水)	午前9時30分 ～10時	片貝保育園
7月25日(木)	午前9時30分 ～10時30分	真人保育園
8月 8日(木)		吉谷保育園
8月21日(水)	午後2時 ～2時30分	勤労青少年ホーム軽運動場

■問い合わせ/図書館 ☎82-2724



ミニ情報



小千谷歌謡会発表会

第31回社会福祉チャリティー歌謡発表会を開催します。

■日時／7月7日(日)午後3時～

(開場：午後2時)

■会場／市民会館大ホール

■入場無料

■問い合わせ／小千谷歌謡会(会長：小島) ☎82・1487

中山間地農業技術センター
ふれあい参観デー

■日時／7月13日(土)

午前9時～正午



■会場／中山間地農業技術センター(長岡市川口牛ケ島135-1)

■内容／▽試験研究概要の紹介と公開▽ブルーベリーや夏野菜の収穫体験

■服装／作業ができる服装

■持ち物／飲み物、帽子、雨具

■参加無料・申込不要

■問い合わせ／中山間地農業技術センター(担当：波田野) ☎89・2330 ☎89・4315

木のこんイベント

■集合場所／里山子育てひろば

「木のこん」

■申込締切／7月17日(水)

■その他／毎週火曜日、午前10時～正午に「木のこんカフェ」

を行っていただきます。おしゃべりともみほぐしでリラククスしませんか。(参加料：1家族1000円)

■申込・問い合わせ／木のこん

(東山住民センター内) ☎89・8071

○流しそめん

ながい竹を使って、流れてくるそうめんをゲット！心と体で清涼感を味わいましょう！

■日時／7月20日(土)午前10時～

午後1時(集合時間：午前9時50分)

■参加料／家族500円

■服装／動きやすく汚れてもいい服装

■持ち物／飲み物、お椀、箸、敷物、着替え、長靴、雨具、必要に応じて弁当

○キャンプ体験

山の日は、木のこんでキャンプ体験をしませんか。昼の部は、

リゾットづくりに挑戦！夜の部は、みんなで協力してご飯を作

って、キャンプならではの時間を

を楽しみましょう。

■日時／8月11日(日)

▽昼の部：午前10時～午後1時

(集合時間：午前9時50分)

▽夜の部：午後4時～9時(集合時間：午後3時50分)

■参加料

▽昼の部：1家族500円

▽夜の部：1人500円

■定員(夜の部のみ)／10組

■服装／動きやすく汚れてもいい服装(虫対策もお願ひします)

■持ち物

▽昼の部：米(100g×人数

分)、使わなくなったフライパン(お持ちの方)、木べら、飲

み物、お皿、箸、敷物、水遊

び用具、着替え、長靴、雨具、

必要に応じて弁当

▽夜の部：米(100g×人数

分)、飲み物、お皿、箸、着替

え、長靴、雨具、防寒具

にいがた薬膳ライブキッチン講座「長夏編」むくみ対策巡りのよい身体作り

講師が実際に会場で調理します。目で見て味わって薬膳料理を覚えましょう。

■日時／7月20日(土)午前11時～

午後1時30分

■会場／おぢやクラインガルテ

ンふれあいの里管理棟

■内容／講師による薬膳講座と

ライブクッキング。ご飯、おか

ず、スイーツなど、4品～5品

国際交流の会
アウトドアパーティー



市民と市内外に在住の外国人との親睦を深めることを目的に、バーベキューパーティーを行います。どなたでもご参加いただけます。気軽にお越しください。

■日時／7月15日(祝)午後1時～3時

■会場／おぢや～る芝生広場(現地集合・解散)

■参加料

▷高校生以上：700円

▷小・中学生：500円

※未就学児は無料です。

■その他／当日参加も可能ですが、準備の都合上、できるだけ事前にお申し込みください。

■申込・問い合わせ／小千谷国際交流の会(担当：山岸拓詩) ☎82-0038



の試食があります。

■講師／高津もろみさん(国際薬膳教育師)

■参加料／3300円

■定員／15人

■申込締切／7月13日(土)

■申込・問い合わせ／なないろ

キャンパス(代表：長橋) ☎0

90・3479・5155

にぎも元気フェスティバル

ボランティアの人と一緒に、

思いっきり元気に遊びましょう。

■日時／7月27日(土)午前9時30

分～午後3時

■会場／楽集館グラウンドほか

(雨天の場合：楽集館内)

■対象／幼児・小学生と保護者

■内容／世界に一冊だけの絵本づくり、よりみちゴルフ、マジックショー、発電体験(VR体験)、キーホルダーづくり、防災学習迷路、折り紙、懐かしい遊びや工作など

■参加無料

■その他

▽カレーライス(無料、限定300食)をご用意します。皿、

コップ、スプーンをお持ちく

ださい。

▽当日お手伝いいただける中学

生以上のボランティアを募集

しています。

■問い合わせ／NPO法人おぢ

や元気プロジェクト事務局 ☎82

・2650 (☎兼用) ☎info@oj

iya-gankij.jp

iya-gankij.jp

**新潟県内水面水産試験場
一般公開**

「見て、ふれて淡水魚を知ろう」をテーマに、試験場を一般公開します。

■日時／7月27日(土)午前10時～午後3時

■会場／新潟県内水面水産試験場(長岡市大川原町2650)

内容

- ▽試験場の研究内容や成果の紹介
- ▽魚や川を知るコーナー…お魚クイズ、水の中の生き物観察
- 淡水魚、水生昆虫展示など
- ▽魚や水辺の遊びの体験コーナー…お魚のタッチプール、金魚すくい、魚釣りなど
- 入場無料・申込不要
- 問い合わせ／新潟県内水面水産試験場 ☎22・2103



長岡高专オープンキャンパス2019

- 日時／8月10日(土)・11日(日)午前9時30分～午後4時(両日)
- 会場／長岡工業高等専門学校
- 対象／中学生と保護者など
- 内容／学校説明、施設見学、

体験学習など

■申込期間／7月上旬～7月31日(水)

■申込・問い合わせ／長岡工業高等専門学校学生課教務入試係
☎34・9434 ☎34・9339
✉nyushi-j@nagoka-ct.ac.jp



**県立魚沼テクノスクール
入校生募集**

- 定員／各15人
- 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

○介護員養成科2期8月入校生募集(介護職員初任者研修課程取得2か月コース)

- 日時／8月20日(火)～10月17日(木)(土・日曜日、祝日を除く)
- 会場／ケアハウス小千谷さくら
- 対象／介護の知識・技能を習得し、就職を希望する人
- 受講無料※ただし、テキスト代など自己負担があります。

■申込締切／7月29日(月)

**○事務エキスパート科2期
8月入校生募集**

■日時／8月21日(水)～令和2年1月20日(月)(土・日曜日、祝日を除く) 午前9時30分～午後4時10分

- 会場／(株)エム・エスオフィス
- 対象／実践的なパソコンスキル、簿記会計、ビジネスマナーやコミュニケーション力を習得し、就職を希望する方
- 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／7月30日(火)

おすすめの撮影スポットがあったら教えてね!

小千谷市広報のInstagramをチェック!



■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	7.10(水)	10:00～15:00	市民会館	各種請求書受付、加入記録確認、年金見込額、障害年金、その他年金に関する相談	○	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。
	7.24(水)					
お年寄りの心の相談会	7.22(月)	13:30～15:00	市役所	もの忘れが気になる、やる気が出ない、不眠などの相談	○	地域包括支援センター ☎83-0807
行政相談	7.10(水)	9:30～11:30	市役所 第1相談室	行政サービスに関する苦情、問い合わせなどの相談	-	
	7.24(水)		岩沢住民センター			
無料法律相談	7.17(水)	13:30～16:30	市役所 第1相談室	弁護士による法律に関する相談	○	市民生活課生活安全係 ☎83-3516
消費生活相談	月～金曜日	9:00～16:00	市民生活課	架空請求、訪問販売、商品やサービスに関するトラブルや疑問の相談	-	
AAグループミーティング	毎週水・金曜日	19:30～21:00	健康センター	アルコール問題の解決に向け、飲まないことを続ける場	-	健康センター保健係 ☎83-3640
オレンジカフェ	7.7(日): 健康倶楽部中子の森 ☎82-0880 7.14(日): モス・コーラデイホーム ☎86-7072 7.21(日): 地域のお茶の間城内 ☎81-4010 7.28(日): 片貝総合センター ☎83-1786 (特養おぢやさくら)					13:00～15:00、1回100円 認知症の方や家族、地域の方や専門職などが集い、認知症に関する相談や交流が気軽にできる場

7月の健康情報

■申込・問い合わせ／健康センター ☎83-3640

各種検診のご案内：通知された日程を変更したい方、受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申し込みの取り消しをする方は、健康センターまでご連絡ください。
 ▷検診の対象年齢は令和2年4月1日時点の満年齢を基準としています。市外へ転出された方は対象外です。
 ▷生活保護被保護世帯の方、市民税非課税世帯の方は、申請を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からご確認いただけます。



●胃がん・大腸がん検診日程

申込数により受付時間が変更になることがあります。

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
市之沢、山新田、芹久保、若栃、北山、孫四郎	7.29(月)	8:30～9:30	真人北部コミュニティセンター
<p>■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。 ■日曜検診／平日は受診できないという方にお勧めします。日曜検診へ変更したい方や新たに受診を希望する方はお申し込みください。 ▷日時：11月10日(日)午前 ▷会場：健康センター ▷申込締切：10月29日(火)</p>			



●子宮頸がん検診・乳がん検診日程

○40歳以上：同時実施
 ○20歳～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	
7.1(月)、2(火)、5(金)、8(月)、9(火)、12(金)、16(火)、19(金)、22(月)、23(火)、29(月)、30(火)	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみの場合は14:00～14:15(火)
<p>▷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。 ▷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。10月以降の検診日でご案内します。</p> <p>○子宮頸がん検診 ■対象／20歳以上で、平成30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。</p> <p>○乳がん検診（マンモグラフィ単独） ■対象／40歳以上で、平成30年度に市の乳がん検診を受けていない女性 ※ただし、42歳で平成30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歳～49歳：1,400円 ▷50歳～69歳：1,000円 ▷70歳以上：無料</p>	

●胸部レントゲン検査・特定健康診査日程

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
岩沢地区	7.2(火)	9:15～10:45	10:45～10:50	岩沢住民センター
内ヶ巻		13:00～13:30	13:30～13:35	内ヶ巻集落開発センター
上沢、万年、栗山、本村、干三、源藤山、石名坂、中山	7.3(水)	9:15～11:00	11:00～11:05	真人ふれあい交流館
川井地区（内ヶ巻除く）		13:00～13:45	13:45～13:50	川井住民センター
二俣、遡入	7.4(木)	9:15～10:15	10:15～10:20	二俣遡入集落開発センター
市之沢、山新田、芹久保、若栃、北山、孫四郎		13:00～13:30	13:30～13:35	真人北部コミュニティセンター
山谷、坪野（下）	7.5(金)	9:00～10:20	10:20～10:25	山谷交流センター
時水、両新田、数川、若葉2・3		13:00～14:00	14:00～14:05	城山開発センター
全市	7.7(日)	8:30～11:00	11:00～11:10	健康センター

○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、特定健康診査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1,193円が必要です。

○その他の健診日程

■日曜健診／平日は受診できないという方にお勧めします。
 ▷日時：7月7日(日)午前
 ▷会場：健康センター
 ▷申込締切：7月1日(月)

■レディス健診／女性のみを対象とした健診日です。
 ▷日時：11月19日(火)午前
 ▷会場：健康センター
 ▷申込締切：11月12日(火)



8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/8月1日(休)
- 申込/7月12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
市営上ノ山団地住宅(上ノ山3)	1	11,100～21,900円	鉄筋4階建▷3DK(6畳・6畳・3畳)▷浴室(浴槽なし・風呂釜なし)▷ベランダ
市営栄町団地住宅2号棟(栄町)	1	16,800～33,000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
市営上ノ山木造住宅(上ノ山2)	1	18,400～36,100円	木造平屋建▷3LDK(6畳・6畳・4.5畳)▷浴室(浴槽なし・風呂釜なし)▷ベランダ
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	31,800～62,400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
県営元中子住宅2号棟(元中子)	1	15,900～31,200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

7月は「社会を明るくする運動」強調月間

この運動は、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。

市では、この運動が地域のみなさんの理解と共感を得られるよう、保護司による街頭啓発と小・中学校訪問などのPR活動を行います。

■問い合わせ/小千谷魚沼地区保護司会事務局(社会福祉課内) ☎83-3517

みんなでお祝い

おぢやファミリー

(5月届出分)

ご結婚・ご誕生おめでとうございます!
※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

- ♥ 篠田圭介さん (上村)
- ♥ 林歩さん (長岡市)
- ♥ 城間誉さん (沖縄県)
- ♥ 川上友貴さん (浦柄)
- ♥ 阿部康則さん (千谷川4)
- ♥ 中澤志穂さん (千谷川4)
- ♥ 目崎誠さん (三仏生)
- ♥ 中村栄美さん (長岡市)
- ♥ 神田悠葵さん (阿賀野市)
- ♥ 関千華子さん (塩殿)
- ♥ 小川健一さん (東栄3)
- ♥ 大嶋奈美さん (五泉市)
- ♥ 田中和行さん (上ノ山4)
- ♥ 星野美貴さん (長岡市)
- ♥ 伊藤幸二郎さん (千谷)
- ♥ 坂野詠里さん (山形県)
- ♥ 木村学さん (桜町(下))
- ♥ 田辺早苗さん (稻荷町)
- ♥ 佐藤文隆さん (表三之町)
- ♥ 武藤有希さん (柏崎市)
- ♥ 山本翔平さん (五辺)
- ♥ 草間実生さん (新潟市)
- ♥ 渡邊光佑さん (千谷川4)
- ♥ 村井花妃さん (上越市)



☆ご誕生

- 啓太さん (木原裕規さん：東栄3)
- 颯音さん (佐藤優紀さん：千谷)
- 寧音さん (吉井智さん：四之町)
- 希凜斗さん (瀬戸晃さん：城内1)
- 琉斗さん (内藤栄さん：五辺)
- 晴太さん (目崎勇一さん：時水)
- 利柘さん (西脇翔太さん：桜町(上))
- 敬富さん (安達亮佑さん：五之町)
- 陽和さん (大平祥さん：塩殿)
- 碧空さん (星凌太さん：千谷)
- 優衣人さん (吉澤優也さん：千谷)
- 朱莉さん (和田淳一さん：小栗田)



■問い合わせ/生涯学習課社会教育係(市民会館内) ☎82-9111 ☒syougai-sk@city.ojiya.niigata.jp

7月の行事カレンダー



毎週木曜日の午後3時30分から、図書館で子ども向けのおはなし会を開催しています。

1	月	・星に願いを（～7日(日)／9:00～／おぢや～る）
2	火	
3	水	・ステップアップシニア第1回 （9:30～／市民会館ほか） ・夏休み移動図書館（9:30～／岩沢保育園）
4	木	・子育て講座「子・孫育てのお話し会」 （10:00～／わんパーク）
5	金	
6	土	・総合支援学校オープンスクール （9:30～受付／総合支援学校） ・ひかり工房ラベンダーまつり （13:00～／ひかり工房） ・「おぢやの隠れた歴史を発見!？」前期連続講座①（14:00～／市民会館）
7	日	・牛の角突き（12:00～／小千谷闘牛場）
8	月	
9	火	
10	水	広報おぢや発行 ・夏休み移動図書館（9:30～／すみれ保育園） ・被爆体験伝承講話会（①10:40～／南中学校、②14:00～／千田中学校） ・10か月児健康診査（13:00～／健康センター） ・認知症高齢者見守り講座② （13:30～／サンラックおぢや）
11	木	・被爆体験伝承講話会（8:45～／小千谷中学校） ・4か月児健康診査（13:00～／健康センター）
12	金	・子育て講座「ベビーヨガ」 （10:00～／わんパーク）
13	土	・二荒さまのお祭り（～15日(祝)） ・体力ヘルスチェック （10:00～／イオン小千谷店） ・新潟県女性財団地域セミナー「LGBTを知っていますか？」（12:30～／サンラックおぢや） ・講演会「福祉計画を通じたまちづくりに向けて」（15:00～／サンプラザ）
14	日	
15	月	海の日 ・夏休み科学工作教室（10:30～／市民会館） ・国際交流の会アウトドアパーティー （13:00～／おぢや～る）
16	火	

17	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）
18	木	・甲種防火管理者新規講習 （～19日(金)／9:00～受付／楽集館） ・夏休み移動図書館（9:30～／高梨保育園） ・長岡地域若者サポートステーション出張相談会（13:30～／サンラックおぢや）
19	金	
20	土	・ユニバーサルスポーツ交流事業ポッチャ大会in小千谷（10:00～／総合体育館） ・流しそうめん（10:00～／木のこん） ・なかよしコンサート（10:30～／市民会館）
21	日	参議院議員通常選挙投票日 ・親子自然観察会「昆虫観察」 （9:00～／五辺の水辺）
22	月	
23	火	・3歳児健康診査（13:00～／健康センター）
24	水	・2歳児歯科検診（9:00～／健康センター） ・夏休み移動図書館（9:30～／片貝保育園）
25	木	広報おぢやお知らせ版発行 ・夏休み移動図書館（9:30～／真人保育園） ・1歳6か月児健康診査 （13:00～／健康センター）
26	金	・さつき工房ふれあいまつり （16:00～／さつき工房）
27	土	・市内小学校親善水泳大会兼市民・ジュニア水泳大会（9:20～／市民プール） ・こども元気フェスティバル（9:30～／楽集館） ・子育て講座「イクメンパパと一緒に遊ぼう」 （10:00～／わんパーク） ・「おぢやの隠れた歴史を発見!？」前期連続講座②（10:00～／市民会館） ・ひきこもりの家族のつどい （13:30～／健康センター） ・TOKI弦楽四重奏団2019 （14:00～／市民会館）
28	日	
29	月	
30	火	・ソフトテニス競技指導者講習会 （9:30～／白山運動公園庭球場）
31	水	

有料広告掲載欄

企業・団体・ご家族のみなさまへ
高年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

おぢや山本山高原
ブルーベリー園

日本ブルーベリー協会

株式会社 ASF山本
TEL: 090-2175-7914

※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！