

●今月の主な内容

- ふるさと納税 3
- 小千谷市職員採用試験 5
- サトシン絵本よみまショー「お話でつながる心と心1」 6
- 映画「警女GOZE」上映会と警女唄演奏会・トークショー 7

○令和2年度対象成人式（5月2日）

新型コロナウイルス感染拡大防止のために3回延期していた令和2年度対象成人式が、市民会館で開催されました。事前予約制で2回に分けて開催され、対象者376人のうち171人が参加しました。



市議会第1回臨時会 新議会構成などを決定

市議会臨時会が5月12日(水)に開催され、新しい議会構成が決定しましたので、お知らせします。(敬称略)

■問い合わせ／議会事務局 ☎83・3505

○議長・副議長

■議長／本田剛(平沢1、昭和26年10月10日生)



■副議長／駒井和彦(山谷(岩沢)、昭和36年10月11日生)



○常任委員会の委員など(議席順)

■総務文教委員会

▽委員長…森本恵理子
▽副委員長…平澤智

▽委員…大矢弘光、住安康

一、内山博志、久保田陽一、長谷川有理、本田剛

■民生産業委員会

▽委員長…吉崎進

▽副委員長…阿部守男

▽委員…上村行雄、駒井和彦、佐藤栄作、佐藤隆一、田中淳、山賀一雄

■議会運営委員会

▽委員長…久保田陽一

▽副委員長…内山博志

▽委員…平澤智、佐藤栄作、森本恵理子、住安康一、吉崎進

■魚沼地域特別養護老人ホーム組合議会議員／駒井和彦

▽委員…大矢弘光、住安康

■新潟県後期高齢者医療広域連合議会議員／吉崎進

▽委員…大矢弘光、住安康

○監査委員

■小千谷市監査委員／田中淳

議長就任のご挨拶

小千谷市議会議長 本田剛

5月12日に開催されました、第1回臨時会において、議員各位のご推挙によりまして市議会議長に就任いたしました。

身に余る光栄と、その責任の重さを痛感している次第でございます。議長として全力を傾け、公正かつ円滑な議会運営の更なる活性化に努めてまいり所存でございます。

さて、本市においては、人口減少問題、少子高齢化社会などが急速に進む中、新型コロナウイルス感染症による社会や経済情勢は、人々の暮らし方や働き方に大きな影響を与えております。更なる拡大が懸念されており、万全の対策に努めていかねばなりません。

皆様方のお力添えをいただきながら、市議会が持てる力を十分発揮できるよう市政発展のために、全力を尽くしてまいります決意でございます。

どうぞ今後とも、市議会へのご支援ご協力をお願いします。

市民協働の活動を応援します

市民のみなさんによる地域活性化などの自主的な活動を支援するため、市民団体や町内会などに活動費用の一部を補助します。

■対象者

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

■対象事業／対象者が新たに取り組む公益的な活動または既存の活動を拡充するもので、次のいずれかに該当する事業

- ※町内の行事や別の補助金を受けている場合など、対象とならない場合があります。
- ①地域が抱える課題を解決するための事業
- ②地域の特色を生かし、その魅力を高めるための事業
- ③地域の安全・安心を推進するための事業
- ④地域コミュニティの活性化を図るための事業
- ⑤その他、市民協働に寄与すると認められる事業

■対象経費／旅費、事務費、委託費、謝礼などで合

計額が10万円以上のもの

■補助金の額・補助率／1,000円未満切り捨て

- ▷新規事業(新たに事業を開始するもの)：補助対象額の%以内の金額で、上限額20万円
- ▷拡充事業(既存事業の内容拡充)：補助対象額の1/2以内の金額で、上限額15万円
- ▷継続事業(新規、拡充事業として認められた事業の2、3年目の事業)：補助対象額の1/2以内の金額で、上限額10万円

■申請締切／6月25日(金)

※申請前に必ずご相談ください。

■事前相談期間／～6月18日(金)

■必要書類／補助金交付申請書、事業計画書、収支予算書、団体の会則や規約

■その他／交付申請書や交付の手引きは観光交流課にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申請・問い合わせ／観光交流課地域振興係 ☎83-3512



市民プールオープン

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用制限を設けてオープンします。詳細は、ホームページまたは総合体育館内の掲示をご覧ください。

■営業日時など

営業日	営業時間	消毒作業
6月28日(月) ～30日(水)	午前10時～午後1時、 午後2時～6時	午後1時 ～2時
7月1日(木) ～8月31日(火)	午前9時～午後1時、 午後2時～6時	
9月1日(水) ～12日(日)	正午～午後5時	—

■問い合わせ／生涯学習課管理係（総合体育館内）☎83-0077

春の叙勲／旭日双光章

地方自治に貢献

久保田久栄さん（千谷）



ふるさと納税

返礼品を募集します！

小千谷市に対してふるさと納税の寄附をされた方に、感謝の気持ちとして贈る返礼品（お礼の品）を募集します。小千谷の魅力をもPRできる地元特産品や自慢のサービスをご提案ください。販路拡大のチャンスです。

■対象／次の要件を全て満たす法人または個人事業主
▽市内に事業所があること（「返礼品の要件」に該当する商品を提供する場合、市外事業者も可）

▽法令を遵守して生産、製造、販売していること

▽納期が到来した市税に未納がないこと

▽法律に定める暴力団、暴力団員が経営に関わっていないこと

▽インターネットを利用した返礼品の受注などができること

▽市の魅力、ふるさと納税のPRに積極的に協力できること

■返礼品の要件／次の要件を全て満たすもの

▽市で定める「地場産品基準」に該当するもの

▽市の魅力を発信できる商品、サービス

▽品質、数量の面で安定供給が見込めるもの（期間、数量限定とする場合は、事前に用意できる期間、数量を明示してください）

さつ）

▽ヤマト運輸、佐川急便、日本郵便から発送できるもの

▽商品、サービスに関する法令などを遵守しているもの

■申込方法／小千谷市ふるさと納税返礼品提案書に必要事項を記入し、必要書類を添付してお申し込みください。提案書は企画政策課にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■審査結果通知／提案書の内容を市が審査し、採用の可否をお知らせします。

■申込／（一財）小千谷市産業開発センターふるさと納税係 ☎

83・4800

問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83・3507

返礼品提供事業者向け 説明会・勉強会

小千谷市のふるさと納税の返礼品を提供する新規事業者向けの説明会を開催します。また、同日に登録済み提供事業者向けの更なる寄附獲得に向けた勉強会も開催しますので、ぜひご参加ください。

■日時／6月30日(水)

▽新規事業者向け説明会…午前10時～11時30分

▽登録済み事業者向け勉強会…午後1時30分～3時

■会場／ウェブ会議システム「Zoom」または市役所4階403会議室

■申込方法／小千谷市ふるさと納税のホームページに掲載の申込フォームよりお申し込みください。

■申込締切／6月23日(水)午後5時

返礼品の提案は随時受け付けています！



お知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事などが中止・延期になる場合があります。最新の情報は市ホームページをご覧ください。マスク着用や手指消毒などの感染予防対策は、主催者の指示に従ってください。

子育て支援

児童手当を振り込みます

令和3年6月期支給分（令和3年2月～5月分）を、指定の金融機関口座に振り込みます。
■振込日／6月15日(火)
※次回は6月～9月分を10月15日(金)に振り込む予定です。
■問い合わせ／健康未来こども課子育て応援係 ☎83・3640



児童扶養手当の支給要件が変わりました

令和3年3月分から、障害基礎年金などを受給している方の手当額の算出方法と支給制限に関する所得の算定方法が変更されました。

歯磨き相談

正しい歯のみがき方や、お子さんの歯に関することで心配なことや気になることはありますか。歯科衛生士が個別に相談をお受けします。

■日時／7月16日(金)午前10時～11時35分

■会場／わんパーク

これまで障害基礎年金を受給していたため手当を受給できなかった方のうち、令和3年3月1日に支給要件を満たしている方は、**令和3年6月30日までに申請すれば**、令和3年3月分の手当から受給できます。詳細は広報おぢや2月25日号と市ホームページをご覧ください。
■申請・問い合わせ／健康未来こども課子育て応援係 ☎83・3640



相談無料

■申込受付開始時間／6月1日(火)午前9時
■申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564（土・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時）

善意に感謝

(敬称略)

○市立学校へ

▽越後おぢや農業協同組合・図書カード10万円分、児童用教材本「農業とわたしたちのくらし」(5年生)、連絡帳・自由帳(1年生)



令和3年度 乳幼児健康診査日程 はこちらから



△市ホームページ



子育て講座

■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.niigata.jp

お子さんとの接し方について勉強する講座です。
■対象／日頃、子育ての悩みを感じている方
■定員／各回15人
■受講無料
■保育ルーム／利用希望の方はお申し込みください。（各日5人、子ども1人につき300円）
■申込締切／6月11日(金)

○第1回：子どもの特性を知る～健やかな成長のために

■日時／6月19日(土)午後1時～2時30分
■会場／市民会館2階第1中会議室
■講師／稲田真砂美さん（市立総合支援学校校長）

○第2回：子どもとのコミュニケーションのとり方

■日時／7月3日(土)午後1時～2時30分
■会場／市民会館2階第1中会議室

■講師／宇賀田真理さん（市立総合支援学校特別支援教育コーディネーター）

○第3回：お医者さんからのサポート

■日時／7月17日(土)午後1時～2時30分
■会場／市民会館3階第2中会議室
■講師／仁田原康利さん（にたはらこどもクリニック医師）

○今後の予定

9月に子どもの心のコーチング、10月からペアレントトレーニング講座を開催する予定です。子育て講座、ペアレントトレーニング講座に続けてご参加いただくと、子どもの個性や子育てについてより深く理解できます。詳細は後日、広報おぢやと市ホームページでお知らせします。

地域に広げよう 支え合いの輪

少子高齢化に伴い、毎日の暮らしの中でちょっとした困りごとなどに手助けが必要な高齢者が増えています。人と地域のつながりを大切にしながらお互いに支え合い、安心できる地域づくりを目指します。

○真人町内会

真人町内会では、町内会、福祉会、デイホームなど、連帯感と助け合いの精神をもって活動しています。

市内で最も高齢化率が高い地域であるため、健康な高齢者がさまざまな分野で活躍し、5年後、10年後も助け合いが行えるよう、町内のことを良く知り、絆を強めています。

■活動内容

- ▽町内会…各班長が日頃の活動を通して高齢者などの困りごとを把握し、手助けできることがないか声かけ
- ▽福祉会…各町内の老友会（老人クラブ活動）の手伝い、高齢者世帯への声かけ・見守り訪問など
- ▽デイホームままと…茶話会、健康講座や体操などによる介護予防、日帰り旅行など
- ▽公民館分館…健康体操、花植え活動、町内のお楽しみ会など
- 参加者の声
- ▽町内の人と集まる機会があるため、顔を合わせられてうれしい



▽ひとり暮らしのため、活動に参加すると久しぶりに大笑いし、元気になれる

▽隣近所で仲良くしていると、困った時に気兼ねなく声をかけられる

■問い合わせ／真人ふれあい交流館 ☎86・3002



- ①お楽しみ会
- ②高齢者宅への訪問
- ③町内の支え合い会議

私たちと一緒に働きませんか？ 小千谷市職員採用試験

令和4年度に採用する市職員の採用一次試験を行います。受験を希望される方はお申し込みください。

■募集する職種・資格など

試験・職種	学歴・資格	年齢	採用人員
一般事務（上級）	大学卒業程度	昭和61年4月2日以後に生まれた方	4人
一般事務（中級）	短大卒業以上	平成9年4月2日以後に生まれた方	
技師	土木施工管理技士資格 または建築士資格	昭和61年4月2日以後に生まれた方	若干名
保健師	保健師資格		1人
保育士	保育士資格		3人



※学歴・資格は、令和4年3月31日までに取得見込みの方を含みます。

■一次試験日

▷一般事務（上級）、一般事務（中級）：7月10日(土)

▷技師、保健師、保育士：7月11日(日)

※一次試験合格者は、後日二次試験を実施予定です。合格通知と合わせてお知らせします。

■申込締切／6月11日(金)午後5時

■申込方法／市ホームページ「市政情報」→「採用情報」のフォームからお申し込みください。

■募集要項請求

▷市ホームページからダウンロード

▷郵送請求：希望試験・職種を書いて、返信用封筒

（角2などのA4が入る大きさの封筒にあて先を明記し、120円切手を貼ったもの）を同封し、外封筒に「募集要項請求」と朱書きして請求
▶請求先：☎947-8501総務課職員係（住所は記載不要）

■その他の試験情報／9月に消防士の試験を実施する予定です。詳細は広報おぢや8月号（7月25日発行）と市ホームページに掲載します。

■問い合わせ／総務課職員係 ☎83-3005 ㊚83-2789 ㊚soumu-si@city.ojija.niigata.jp

催し

体験型防災キャンプ

いつ起こるかわからない災害を模擬体験し、もしものときに備えましょう。

■日時

①6月19日(土)・20日(日)

②7月17日(土)・18日(日)

③8月10日(火)・11日(水)

※いずれも1日目の午後2時集合、2日目の午前11時解散です。

※全て同じ内容です。

■会場

▽集合場所…そなえ館

▽解散場所…おぢゃ〜る

※集合・解散場所へは、保護者などによる送迎をお願いします。

■対象／小学4年生
／中学3年生

■内容

▽地震の模擬体験

▽暗い部屋での避難体験

▽非常食作り

▽レクリエーションなど

■定員／各日20人(最少催行人数5人)

■参加料／2000円(保険料、食事代を含む。当日徴収)

■持ち物／宿泊に必要なもの



■申込締切／各開催日の10日前
■申込・問い合わせ／そなえ館
☎89・7480

品田広希バリトンリサイタル
ル(それらはすべてここにある)

人気ピアノ

伴奏者の河原忠之さんを迎え、小千谷出身のオペラ歌手、品田広希さんのバリトンリサイタルを開催します。



河原さん 品田さん

■日時／6月26日(土)午後2時開演(開場…午後1時)

■会場／市民会館大ホール

■プログラム

▽霧と話した

▽さびしいカシの木

▽クロリスに

▽おお、愛しうる限り愛せ

▽禁じられた音楽 ほか

■入場料／全席自由

▽一般…2000円

▽高校生以下…無料

■チケット販売場所／市民会館
総合体育館、片貝総合センター

■問い合わせ／小千谷コミュニティ
オーペラ実行委員会(品田)

☎090・4816・5208

おぢゃ〜る

七夕を楽しもう

参加無料

■申込・問い合わせ／おぢゃ〜る☎82-2478(水曜日を除く午前9時～午後6時)

★星に願いを

おぢゃ〜るに大きな竹を設置します。備え付けの短冊にねがいごとを書いたり、七夕飾りを飾り付けたりして楽しみましょう。

■日時／7月1日(木)～13日(火)午前9時～午後6時

■会場／おぢゃ〜るホール

■申込不要

★七夕の星を観察しよう

七夕に関連した星の観察会を行います。天の川や星座のことなど、親子で一緒に学びませんか。

■日時／7月3日(土)午後6時30分～8時30分(受付：午後6時～)

■会場／おぢゃ〜るホールほか

■対象／小学生と保護者※夜間開催のため、保護者の同伴が必須です。

■定員／先着15組

サトシン絵本よみまショー
「お話でつながる心と心1」

新潟県出身で、「わたしはあかねこ」「うんこ！」(文溪堂)などで人気の絵本作家、サトシンさんが小千谷にやってきます。

絵本を使ったコミュニケーションのおもしろさを楽しみましょう！



■日時／6月19日(土)午後2時～3時30分(開場：午後1時30分)

■会場／市民会館4階大会議室

■内容

▷絵本の紹介や読み聞かせ

▷絵本の販売とサイン会(サインは当日購入の絵本以外に、既にお持ちのサトシンさんの絵本にも書いてもらえます)

■定員／先着40人

■入場無料

■申込受付開始／6月1日(火)午前10時

■その他／10月にサトシン絵本よみまショー「お話でつながる心と心2」を開催する予定です。

■申込・問い合わせ／図書館☎82-2724



ya.niigata.jp

082・9111 syougai-sk@city.oji



映画「替女GOZZE」
上映会と替女唄演奏会・
トークショー

小千谷市もロケ地になっている映画「替女」の上映と、替女唄若手継承者・金川真美子さんによる演奏会、瀧澤正治監督によるトークショーを開催します。三味線を持って各地を巡る盲目の女性旅芸人、故・小林ハルさんの半生を描いた作品をご覧ください。

■日時

- ① 7月13日(火)午後5時～8時30分頃
- ② 7月14日(水)午前9時30分～午後1時頃

■会場／市民会館大ホール

■入場料／全席自由

▽一般…1200円

▽夫婦ペアチケット…2000円

▽高校生以下…無料

■チケット販売場所／市民会館、総合体育館、勤労青少年ホーム、片貝総合センター、真人ふれあい交流館、東山・岩沢・川井の各住民センター

■問い合わせ／公民館（市民会館内）

082・9111 syougai-sk@city.oji

ya.niigata.jp

生涯学習集中セミナー

まな **学ビュツフェ夏** ～もっと学ぼうおぢやのこと～



学びを通じて新しい仲間をつくり、豊かな人生を過ごしませんか。お好きなコースをいくつでも受講できます。ぜひ、この機会にご参加ください。

- 時間／いずれも午前10時～11時30分
- 会場／市民会館
- 対象／どなたでも（ただし、「知」コースのみおむね65歳以上の方）

- 定員／各回15人
- 参加無料
- 持ち物／筆記用具
- 申込締切／6月18日(金)
- 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.niigata.jp



コース	テーマ	開催日	内容	講師
歴	最も身近な学問民俗学～私達の暮らしぶり＝学問？～（全3回）	6月24日(木)	年中行事～暮らしの中の民俗学～	新潟県立博物館学芸員、柏崎市立博物館学芸員
		7月 1日(木)	石仏～ひっそり道端にかくれた民俗学～	
		7月 8日(木)	小屋～見ているようで見ていない民俗学～	
備	もしものときにそなえる（全4回）	6月25日(金)	あなたの家に潜む危険～防火の知識と注意点～	消防本部職員
		7月 2日(金)	これであなたも情報通～小千谷市からの情報をスマホで見る方法～	企画政策課職員
		7月 9日(金)	知っていますか？マイタイムラインのこと	危機管理課職員
		7月16日(金)	災害に備え備蓄を行いましょう	
財	知っておきたいお金のこと（全3回）	6月26日(土)	資産を守る、資産を殖やす①	金融広報アドバイザー
		7月 3日(土)	資産を守る、資産を殖やす②	
		7月11日(日)	悪徳商法と消費者トラブル	
知	今知っておきたい教養講座～ステップアップシニア～（全4回）	6月28日(月)	これであなたも情報通～小千谷市からの情報をスマホで見る方法～	企画政策課職員
		7月 5日(月)	介護保険制度について	福祉課職員
		7月12日(月)	ご存じですか？「オレンジガイド」	
		7月19日(月)	ご存じですか？食育	

ふれあいの里で 野菜づくりをしませんか

家庭菜園に興味のある方や野菜づくりを始めてみたい方は、大自然に囲まれたふれあいの里の日帰り型農園をぜひご利用ください。専門の指導員が丁寧に指導しますので、初めての方でも安心です。

■面積／1区画50㎡

■年間利用料／1区画9770円

■その他

▽くわ、鎌、じょうろなどの道具を無料でお貸しします。

▽作業のできる服装でお越しください。

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

▽観光交流課地域振興係 ☎83・3512

512



バラ園が見頃を迎えます

ポランティアのみなさんが育てている約160本のバラが見頃を迎えます。ふれあいの里のバラ園で、落ち着いたひと時を過ごしませんか。

■バラの見頃／6月上旬～中旬

■場所／ふれあいの里バラ園

■問い合わせ／おぢやクライン

ガルテンふれあいの里 ☎83・1722



小千谷縮製作体験講座の参加者を募集します

ユネスコの無形文化遺産に登録された小千谷縮の製作技術は、数多くの手作業の工程でできています。この製作工程を体験し、小千谷縮の伝統に触れて、歴史の学習と技術の保存を考える講座を開催します。参加された方は、自分で作った製品を持ち帰ることができます。



■開催日・内容／全8日

回数	開催日	内容
第1回	6月19日(土)・20日(日)	講話「小千谷縮の歴史と技術」、 <small>かすり</small> 紺くぶり作業体験①
第2回	6月26日(土)・27日(日)	紺くぶり作業体験②、染色
第3回	7月17日(土)・18日(日)	いざり機 <small>ぼた</small> による織り体験①
第4回	7月24日(土)・25日(日)	いざり機による織り体験②、湯もみ

■時間／午前9時～午後5時

■会場／楽集館

■対象／小千谷縮の製作に興味や意欲のある方で、全講座に参加できる方（過去に参加された方も大歓迎です）

■定員／10人（申込多数の場合は抽選）

■参加料／20,000円（受講料、材料費）

■申込締切／6月11日(金)

■実施団体／小千谷縮技術保存会

■申込・問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内） ☎82-9111

●新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止する主なイベント

開催日	イベント名	会場	問い合わせ
6月12日(土)	愛染まつり（花火、演芸ステージ、出店） ※御開帳は行います。（午前10時～午後5時）	妙高寺	妙高寺 ☎89-2529
7月1日(木)～	夜間バドミントン大会	総合体育館	生涯学習課スポーツ振興室スポーツ振興係（総合体育館内） ☎83-0077
7月16日(金) ～18日(日)	二荒神社祭礼（本町おまつり広場） ※神社祭礼は行います。（例大祭：18日(日)）	本町1	観光交流課観光係 ☎83-3512

市・県民税の納税通知書を発送します

令和2年中の所得をもとに令和3年度の市・県民税を決定しました。6月15日(火)に納税通知書(普通徴収分)を発送します。

▽非課税の方には発送しません。

▽給与天引き(特別徴収)の方には、5月中にお勤め先へ発送済みです。ただし、給与から天引きされている場合でも、65歳以上で公的年金などを受給されている方には、納税通知書を発送します。

▽個人の納税義務者が災害などにあった場合や、死亡、傷病、廃業、休業、倒産、退職、休職などにより税金を納付することが著しく困難と認められる場合は、納税の猶予、税額の減額・免除がありますので、ご相談ください。(一定の要件があります)

納期限	納期限
第1期	6月30日(水)
第2期	8月31日(火)
第3期	11月1日(月)
第4期	令和4年1月31日(月)

その他

▽納税は口座振替が便利です。市内金融機関窓口・税務課で手続きができます。

▽納付書の場合、納期限まではコンビニエンスストアやスマートフォンアプリ(PayPay、LINEPay)でも納められます。

■問い合わせ/税務課市民税係 ☎83・3508



赤十字活動にご協力を 助け合いの輪を広げましょう

全国で頻発する災害への支援などを行う日本赤十字社は、支援者の方々からいただく活動資金によって成り立っています。毎年5・6月を「赤十字運動月間」とし、活動資金のご協力をお願いしています。なお、ご協力は任意です。



■対象/活動資金を納めていただける個人・法人

■協力金/1世帯あたり500円以上

■納入方法/各世帯に配布される募集用封筒に活動資金を入れ、町内会へ提出してください。(一括納入町内以外)

■主な活動

▽日本赤十字社・災害救援や血液事業、小学校の新入学児童への交通安全帽の配付、火災や水害に遭われた方への救援物資と災害見舞金の贈呈など

▽各奉仕団・救急員養成講習や防災訓練

▽青少年赤十字加盟校・環境美化活動(清掃活動や花植えなど)や地域ボランティア活動(資源物回収など)

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

6月は土砂災害防止月間です

梅雨の時期は土砂災害が起こりやすくなります。土砂災害の危険度が高まると、県と新潟地方気象台から「土砂災害警戒情報」が発表されます。危険を感じたら、すぐに避難しましょう。

また、山や崖、川などで異常な箇所を見つけたらご連絡ください。



■問い合わせ

▽長岡地域振興局小千谷維持管理事務所 ☎83・0847
▽建設課工務係 ☎83・3514

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、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さんに、境界立会のご案内をお送りしますので、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/土川1、平成1・2の各一部

■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



募集

添削で上達！
短歌・俳句通信講座

短歌と俳句で添削希望の作品を募集します。文芸おぢやの選者でもある講師の指導を受けてみませんか。初心者の方も大歓迎です。

■対象／市内在住の方

■部門・規定

▽短歌…1人2首以内

▽俳句…1人2句以内

■講師

▽短歌…小島なおさん（歌人、

「NHK短歌」選者）

▽俳句…神野紗希さん（俳人、現代俳句協会副幹事長、聖心女子大学・立教大学講師）

■定員／各部門、先着50人

■応募方法／郵便はがきに、部門名、作品、住所（返送先）、氏名、フリガナ、年齢、電話番号を明記し、部門ごとに郵送してください。

※講師が添削した作品のコピーは7月中旬に郵送します。なお、応募作品のはがき原稿は返却しません。

■注意事項

▽新作未発表作品とします。

▽どちらの部門にも応募できます。

▽仮名遣いは、新旧どちらを使用したのか明記してください。

▽作品は、縦書き・楷書で正確に書いてください。

■応募期間／6月1日(火)～30日(水)※当日消印有効

■応募・問い合わせ／図書館①

947-0031

土川1-3-7

☎82・2724

☎82・2724



勤労青少年ホーム
講座受講生募集

受講料・材料費のほかに勤労青少年ホーム利用登録料1000円が必要です。

※申込少数の場合、開催しないことがあります。

※申込完了後にキャンセルした

場合は材料費などをいただくことがあります。無断でのキャンセルはご遠慮ください。

■会場／勤労青少年ホーム

■申込方法／所定の登録申請書で利用登録をしてください。登録申請書は、勤労青少年ホームにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申込・問い合わせ／勤労青少年ホーム ☎82・8510（午前9時～午後9時）

○フラダンス体験教室

南国の雰囲気を感じながら楽しく踊りませんか。初めての方も大歓迎です。

■日時／7月1日～29日（22日を除く毎週木曜日、計4回）午後7時～8時

■講師／玉木優子さん（アロハエコモマイ小千谷代表）

■定員／20人

■受講料／500円（4回分）

■服装／運動のできる服装 ※裸足で行います。

■持ち物／タオル、飲み物

○夏野菜を使った
イタリア料理教室

プロのアドバイザーで、本格イタリア料理を作りませんか。

■日時／7月6日(火)午後6時30分～9時

■講師／丸山勝利さん（ゴッチャ・ドロー）

■定員／8人

■受講料／2000円（材料費）

■持ち物／エプロン、三角巾、持ち帰り用蓋付き容器

○プロ直伝の
おいしい卵料理教室

裏技でおいしさアップ。簡単にできるコツを覚えましょう。

■日時／7月7日(水)午後6時30分～9時

■講師／植木信幸さん（うえきing）

■定員／8人

■受講料／1000円（材料費）

■持ち物／エプロン、三角巾、持ち帰り用蓋付き容器

○米粉パンの
デザートピザ教室

米粉を使ったもちりおいしいデザートピザを作りませんか。

■日時／7月21日(水)午後6時30分～9時

■講師／清野憂さん（ポレポレ工房）

■定員／8人

■受講料／1500円（材料費）

■持ち物／エプロン、三角巾、持ち帰り用蓋付き容器

○米粉パンの
デザートピザ教室

米粉を使ったもちりおいしいデザートピザを作りませんか。

■日時／7月21日(水)午後6時30分～9時

■講師／清野憂さん（ポレポレ工房）

■定員／8人

■受講料／1500円（材料費）

■持ち物／エプロン、三角巾、持ち帰り用蓋付き容器



勤労青少年ホームが
Twitterを始めました

施設の利用状況やイベントなどの情報を発信するTwitterアカウントを開設しました。みなさんのフォローをお待ちしています。

▷アカウント名：@ojiy_a_kinro

■問い合わせ／勤労青少年ホーム ☎82-8510



千谷運動公園野球場の
防球ネットを更新しました

スポーツ振興くじ助成金の補助を受け、千谷運動公園の野球場の防球ネットを更新しました。みなさんのご利用をお待ちしています。

■問い合わせ／生涯学習課管理係（総合体育館内） ☎83-0077



講座

〔公財〕新潟県女性財団地域セミナー
「今だからこそ学ぶハラスメント」

日常や社会にひそむハラスメントに傷ついたことはありませんか。自分の「アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）」や固定観念が、知らないうちに誰かを傷つけているかもしれません。実際に起きたハラスメントの裁判例を通じて、ハラスメントについて学ぶとともに、自分の中にある「アンコンシャス・バイアス」について考える機会にしましょう。

- 日時／7月3日(土)午後1時30分～3時
- 会場／サンラックおぢや3階大ホール
- 講師／内山晶さん（弁護士）
- 定員／30人
- 参加無料※ただし、事前に申し込みが必要です。
- 申込・問い合わせ／市民生活課 生活安全係 ☎83・3516



甲種防火管理新規講習

甲種防火管理者としての資格を取得するための講習会です。この資格は、防火対象物の防火管理者として、火災予防業務を行うために必要です。この機会に資格を取得しませんか。

- 日時／全2日間
- ▽7月15日(木)午前9時30分～午後5時
- ▽7月16日(金)午前9時30分～午後3時15分
- ※受付は午前9時～です。
- 会場／サンラックおぢや3階大ホール
- 定員／50人※定員になり次第締め切ります。

初心者のための美術教室



- 定員／各コース10人
- 申込締切／6月18日(金)
- その他／各コースとも、開講日以降の日程など、詳細は後日案内します。
- 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.niigata.jp

○日本画コース

- 日時／6月27日～10月17日（いずれも日曜日、全8回）午後1時～4時
- 会場／市民会館3階第3中会議室
- 内容／用具の使い方、日本画の描き方
- 講師／佛淵静子さん、彩の会会員
- 受講料／5,000円（材料費など）
- ※高校生以下：2,500円
- 持ち物／鉛筆（2B程度）、消しゴム、スケッチブック※描きたいモチーフがある場合はご持参ください。

○水墨画コース

- 日時／6月24日～10月14日（いずれも木曜日、全8回）①午後1時～3時②午後7時～9時（どちらかの時間を選択してください）
- 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
- 受講料／2,000円（材料費など）
- 持ち物／筆記用具、書道道具（お持ちの方）

○陶芸コース

- 日時／6月22日(火)～10月4日(月)（月・火曜日、全8回）午後6時～9時※この他に素焼き、釉薬かけ、本焼き作業があります。
- 会場／楽集館創作活動室
- 内容／マグカップ、湯のみ、皿などの製作
- 講師／小千谷陶友会会員
- 受講料／5,000円（材料費など）
- 持ち物／エプロン、タオル、ビニール袋1枚

スポーツ

こいこい健康ウォーク

スキーのポールで歩行を助け、膝や腰の負担を軽減しながら行う健康ウォーキングです。仲間と会話を楽しみながら、山本山周辺の自然を満喫しましょう。

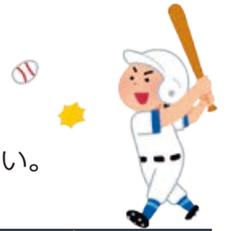
- 日時／6月5日(土)午前9時30分～正午
- 集合場所／おぢやるる駐車場
- 対象／18歳以上で市内在住・在勤の方
- 定員／30人

- 参加料／1,000円（保険料・弁当代含む）
- 服装／動きやすい服装
- 持ち物／ウォーキングポール※ポールをお持ちでない方には貸し出します。申込時にお申し出ください。

- 申込・問い合わせ／こいこいスポーツクラブおぢや（総合体育館内）☎83・0085



自主スポーツ団体会員募集



▷入会希望の方は、各団体の活動日に活動場所へお訪ねください。

▷各団体の連絡先、自主スポーツ団体登録制度については、生涯学習課へお問い合わせください。

■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

団体名	種目	主な活動日・時間	主な活動場所	年会費
小千谷オールドベビーズ	壮年野球	試合前練習会・大会（主に日曜日）	各地野球場	12,000円
婦人健康の集い	ソフトバレーボール	週1回／19:00～21:00	総合体育館	6,000円
婦人健康の集い・夜の部	健康体操	水曜日／19:30～20:30	小千谷小学校	4,000円
西地区スポーツ友の会	バドミントン	月・土曜日／19:30～21:30	総合体育館ほか	3,000円
東小千谷早朝走ろう会	ラジオ体操・軽運動・ランニングなど	日曜日／6:30～7:30	東小千谷小学校	3,000円
小千谷スキー同好会わたぼうし	アルペンスキー	不定期	各地	2,000円
ゆきわ	バレーボール	土曜日／18:00～21:30	総合体育館ほか	12,000円
片貝ニュースポーツクラブ	ソフトバレーボール	月・木曜日／20:00～22:00	片貝小学校	3,000円
小千谷市歩く会	ウォーキング	おおむね週末・休日	各地	1,000円
小千谷名球会	軟式野球	4月～11月：土・日曜日、祝日／1日または半日 12月～3月：日曜日／午前中	白山運動公園ほか	12,000円
帝王	軟式野球	日曜日／午前中	白山運動公園ほか	10,000円
ウッディーズ	硬式テニス	火曜日／9:30～11:30	総合体育館	随時
ラブ	硬式テニス	水曜日／14:00～16:00	東小千谷体育センター	7,000円
祭やおぢや	よさこい踊り	金曜日	総合体育館	18,000円
エアロビクス愛好会	エアロビクス	金曜日／10:30～11:30	総合体育館	35,000円
小千谷Danceサークル	スポーツダンス	木・土曜日／20:00～21:30	小栗田多目的センター	6,000円
TFC	卓球	月曜日／19:00～22:00	総合体育館ほか	4,000円
T・Kクラブ	テニス	土・日曜日、祝日	白山運動公園	3,000円
ピカリクラブ	ソフトテニス	土曜日または日曜日	白山運動公園ほか	1,000円
小千谷太極拳協会	太極拳・太極剣・推手	月・木曜日／19:30～21:30 火曜日／10:00～12:00	小千谷小学校ほか	24,000円
舞夢	レクリエーションダンス	火・木曜日／13:00～14:30	総合体育館	16,000円
骨盤体操サークル	骨盤体操、ストレッチ	水曜日／10:30～11:30	総合体育館	25,000円
ピンポン教室	卓球	月・金曜日／10:00～12:00	総合体育館ほか	7,000円
DECADE	野球・フットサル	野球：4月～10月／日曜日 フットサル：通年／不定期	白山運動公園ほか	2,000円
深雪クラブ	硬式テニス	木曜日／10:00～12:00または13:00～15:00	総合体育館ほか	随時
いきいき3B	3B体操	月曜日／10:00～11:30	総合体育館	30,000円
小千谷市スポーツチャンバラ協会	スポーツチャンバラ	土曜日／19:30～21:00	総合体育館	18,000円
フラサークル	フラダンス	第1・2・4水曜日／13:30～15:30	総合体育館	54,000円
mm	バレーボール	土曜日／20:00～22:00	小千谷中学校ほか	3,000円
レクダンスサークル桜華	レクリエーションダンス	月曜日／19:30～21:30	総合体育館	12,000円
ポッチャピースクラブおぢや	パラリンピック種目「ポッチャ」	第2土曜日	総合体育館	2,400円
城山を愛する会	登山	毎日	城山	無料
RTC	卓球	月2回／土曜日	グリーンヒル白山ほか	随時
ヨガサークルルヴィクラブ	ヨガ	7月・8月、1月～3月：火曜日／10:30～11:30、19:30～20:30（1日2回）	総合体育館	随時
クエッションズ	バドミントン	月・水曜日／20:00～22:00 日曜日／9:00～12:00	月・水曜日／千田中学校 日曜日／総合体育館	2,000円

社会教育関係団体・社会教育自主サークル会員募集

各団体の活動日や連絡先、入会希望については、生涯学習課へお問い合わせください。

■お問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内） ☎82-9111



●社会教育関係団体

団体名	種別	主な活動場所	年会費
小千谷市の棚田を守る会	自然	吉谷地区	3,000円
歴史サークル 歴女の会	歴史	市民会館ほか	2,000円
小千谷国際交流の会	国際交流	市民会館ほか	2,000円～4,000円
小千谷の自然を愛する会	自然	市内	1,000円
小千谷市民芸能連盟	芸能	市民会館	発表会出演料5,000円
小千谷なつメロ愛好会	歌謡	市民会館	36,000円
小千谷ドレミ愛好会	歌謡	市民会館	12,000円
小千谷盆栽同好会	盆栽	東小千谷体育センター	1,000円
小千谷短歌会	短歌	市民会館	8,000円
レック・花の輪	レクダンス	小千谷小学校	10,000円
まゆみ俳句会	俳句	市民会館	3,000円
小千谷市視覚障害者福祉協会	福祉	市民会館ほか	2,000円
詩吟神風流 派友会	詩吟	サンラックおぢや	4,000円
明るい社会づくり運動小千谷支部	奉仕活動	市内	1,000円
秀桜会	舞踊	市民会館	72,000円
小千谷陶友会	陶芸	楽集館	10,000円
コール・R	女声合唱	音楽教室ほか	36,000円
小千谷語り部の会	語り	市民会館	2,000円
寛三奈会	舞踊	市民会館ほか	12,000円
池坊たてはなの会	生け花	サンラックおぢや	24,000円
舟陵俳句会	俳句	市民会館	3,000円
深雪会	舞踊	市民会館	10,000円
絵画を楽しむ会	絵画	市民会館	10,000円
絵てがみの会	絵手紙	市民会館	4,000円
にこにこ家族の会	奉仕活動	市内	無料
華舞会	日本舞踊	市民会館ほか	72,000円
小千谷歌謡会	歌謡	市民会館ほか	36,000円
小千谷市民吹奏楽団	吹奏楽	楽集館ほか	24,000円 学生無料
ニューモラル友の会	道徳	サンラックおぢやほか	12,000円
すばるの会	大正琴	市民会館	12,000円
小千谷民謡 穂波会	民謡	市民会館	20,000円
小千谷写真愛好会	写真	市民会館ほか	5,000円
サンキュウ会	子育て支援	市内	無料
けいちつ健康クラブ	ヨガ	片貝総合センターほか	36,000円
碧空懐メロ同好会	歌謡	サンラックおぢやほか	12,000円
風港新潟俳句会	俳句	勤労青少年ホーム	3,000円
ゴリラサークル	子育て支援	サンラックおぢや	1,000円

団体名	種別	主な活動場所	年会費
International Friendship Club	英会話	市民会館	2,400円
華くらぶ	フラワーアレンジメント	サンラックおぢや	8,000円
西脇順三郎を偲ぶ会	文化	図書館	3,000円
鎌倉彫の会	鎌倉彫	市民会館	18,000円
ぐるーぶ芽	洋画	楽集館	10,000円
うさぎの会	子育て支援	サンラックおぢや	無料
全書芸小千谷グループ	書道	楽集館	10,000円
小千谷古文書の会	古文書	図書館ほか	9,000円
彩の会	日本画	市民会館	24,000円
Breath&Beat	吹奏楽	サンラックおぢやほか	12,000円
小千谷水墨画会	水墨画	市民会館	6,000円
クラブ幽泉	茶道	勤労青少年ホーム	36,000円
豊舟会	舞踊	市内	12,000円
ぶれジョブおぢや	福祉	市内企業や施設	2,400円
サークルみやび	押し花	市民会館	7,000円
白山雪割草の会	山野草	楽集館	3,000円
小千谷伝統民踊保存会ちぢみ	民踊	市民会館	6,000円
小千谷山草会	山野草	市民会館	5,000円
阿波おどり「おぢや連」	阿波踊り	市民会館	10,000円
ジャイアント・ステップス (G・ステップス)	ジャズ音楽	サンラックおぢやほか	16,000円
小千谷市PTA連合会	教育	市内小・中学校、総合支援学校	150円
すこやか3B体操	3B体操	勤労青少年ホームほか	12,000円
小千谷絵紙保存会	文化	市内ほか	2,000円
音楽交流会ピアチェーレ	クラシック音楽演奏	楽集館ほか	6,000円
ウクレレサークルラエラエ ピカケ	ウクレレ演奏	市民会館	42,000円
J・C・O・B NA GAOKA-OJIYA	ゴスペル	サンラックおぢやほか	1,200円
東小千谷東栄会書道部	書道	勤労青少年ホーム	6,000円
混声合唱団OSC	合唱	市民会館ほか	36,000円
山本山☆ラテンファンクド☆オルケスタ	ラテンジャズ音楽	市民会館ほか	6,000円

●社会教育自主サークル

団体名	種別	主な活動場所	年会費
劇団 U-DO	劇団	市民会館	3,000円
写真サークル「フォトカフェ」	写真	市内ほか	2,000円
片貝ピンポンクラブ	卓球	片貝総合センター	3,000円



4月17日 高梨保育園お別れの集い

50年の歴史に幕

3月31日で閉園となった高梨保育園で、式典とアトラクションが行われ、関係者や地域住民がおおぜい訪れました。最後に全員で「さよならぼくたちのほいくえん」を歌い、温かい雰囲気でお別れの集いが終了しました。



4月24日・25日 第8回国際錦鯉幼魚品評会

「泳ぐ宝石」を鑑賞

総合体育館前コミュニティプラザで開催され、34か国から錦鯉の幼魚156



9尾が出品・展示されました。来場者は、生産者が丹精込めて育てた錦鯉をじっくりと鑑賞していました。また、越後立て鯉展示鑑賞即売会も同時開催され、たくさんの錦鯉が販売されました。



4月29日 信濃川河岸段丘ウォーク

雨の中でも元気いっぱい

十日町市内を通過するコースは中止となりましたが、小千谷市内を歩く12kmコースは予定どおり開催されました。朝から雨の降るあいにくの天候でしたが、2年ぶりの開催を待ち望んでいた約600人の参加者がウォーキングを楽しみました。また、河岸段丘ウォークの開催に合わせて一般公開されたJR小千谷発電所では、発電所施設の見学やミニ新幹線の乗車体験などさまざまなイベントが行われました。



5月1日 春のとしよかんまつり

図書館を楽しもう

図書館でよみかたりボランティアのみなさんによるおはなし会が行われ、約30人の家族連れなどが参加しました。また、おはなし会の後は、謎解きゲームに挑戦する来場者の姿も見られ、小学生の男子は、「難しいけど、答えがわかるとうれしい」と話してくれました。



牛太郎

5月3日 牛の角突き開幕

一歩も譲らない白熱の闘い

小栗山の小千谷闘牛場で開催され、約500人が来場しました。この日は、20番の取組が行われ、来場者のみなさんは迫力ある取組を楽しんでいました。また、東山小学校の児童が飼育している「牛太郎」と、自ら坂をかけ上がって入場することので有名な「飛夢皇」の引退が重なり、取組後には大きな拍手が送られました。



6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
ご存じですか？

『人生最初の1000日』の大切さ

■問い合わせ/健康未来こども課健康増進係 ☎83・3640

『人生最初の1000日』の重要性

『人生最初の1000日』とは、受胎から満2歳の誕生日までの期間です。現在、ユニセフやWHO（世界保健機関）は、この期間の適切な栄養が将来の健康維持に重要であると提言しています。これは、胎児期の発育が十分でなかった場合、成人後に肥満や循環器疾患、2型糖尿病などの生活習慣病発症のリスクが高まる可能性があることや、脳の神経発達に悪影響を与えることがわかってきたからです。



小千谷市の子どものための『人生最初の1000日』は大丈夫？

このように、胎児期や出生早期の環境が、その子の将来の健康や人生に影響することが危惧されています。そんな中、日本の2500g未満の低出生体重児の割合は、OECD（経済協

力開発機構）加盟国の平均値6・5%よりも高い9・4%であり（平成29年）、先進国の中でも高い水準にあります。また、小千谷市の低出生体重児の割合は10・2%（令和2年）で、近年増加傾向にあります。



妊娠『前』からの食生活が大切

若年女性のやせは、早産や低出生体重などのリスクを高めることが報告されています。しかし、若い女性は朝食の欠食割合が高く、主食・主菜・副菜のそろった食事をする割合が低いなど、エネルギーや栄養素などの摂取が十分でないことが示されています。

妊娠は食生活を見直す絶好の機会ですが、食生活を急激に変えることは簡単ではありません。産まれてくる赤ちゃんのために、妊娠『前』から望ましい食生活をつづけることが大切です。



できることから始めよう

まずはふだんの食事をベースに、今よりも少しだけ『質を高める』ことを意識しましょう。ふだん、ごはんやパン（主食）だけ、野菜サラダ（副菜）だけ、というような食事をしている人は、卵や納豆、ツナ缶などのたんぱく質がとれるもの（主菜）をプラスしてみましよう。これだけで、ずっと栄養バランスがよくなります。

食事の質を高めるポイントには『主食・主菜・副菜をそろえる』ことです。ふだんの食事に足りないものを加えたり、組み合わせを考えたりしましょう。



※参考文献・厚生労働省「妊娠前から始める妊産婦のための食生活指針〜妊娠前から、健康なからだづくりを〜解説要領」



5月31日～6月6日は禁煙週間です ～受動喫煙を防ごう～



■問い合わせ/健康未来こども課健康増進係 ☎83-3640

たばこの害

たばこにはさまざまな有害物質が含まれています。たばこは肺がんだけでなく、ほとんどの部位のがんの原因になると言われています。また、脳卒中や循環器疾患、呼吸器疾患、糖尿病、歯周病などのさまざまな病気、妊娠周産期の異常の原因にもなります。たばこを吸う人はもちろん、受動喫煙による家族や周囲の人への影響が問題となっています。

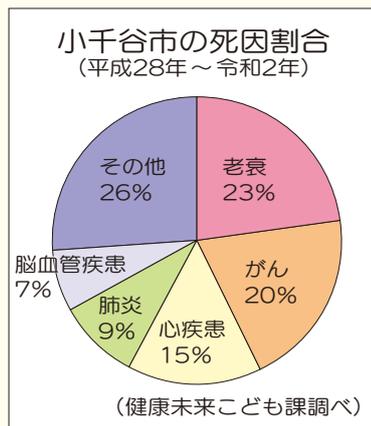
サードハンド・スモークをご存じですか？

受動喫煙には、三次喫煙「サードハンド・スモーク」もあります。たばこの煙は、家具や壁紙、カーテン、おもちゃ、自動車の内装、エアコンなどに付着した後、徐々に空气中に漂います。わずかでも「たばこ臭がする」と感じたときは、たばこ由来の有害物質にさらされていることとなります。

受けよう！がん検診

過去5年の小千谷市の死因を見てみると、がんは2位でした。がんは早期発見、早期治療で治せる可能性が非常に高く、治療も軽く済むことが多い病気です。しかし、早期がんは無症状であることがほとんどです。がん検診を受診し、早期発見・早期治療につなげましょう。

市のがん検診の日程などは、広報おぢやの「健康情報」または市ホームページをご覧ください。



健康情報

■申込・問い合わせ／健康未来
こども課健康増進係 ☎ 83-3
640

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、健康未来こども課健康増進係へご連絡ください。

▷**体調が悪い場合は受診できません。**当日、ご家庭で必ず体温を測り、マスクを着用して受診してください。詳しくは受診通知書などに同封されている「体調に関する事項」をご確認ください。

▷今後の新型コロナウイルス感染拡大状況によって、健（検）診を延期または中止する可能性があります。

●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	会場	受付時間
4月～12月 (月・火・金曜日)	厚生連小千谷総合病院健診センター	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみの場合は14:00～14:15
9.5(日)	総合体育館	▷ 9:00～11:00 ▷ 13:00～15:00
11.6(土)	小千谷小学校	9:00～11:00 ※申込人数によって午後も実施予定

2年に一度の検診です。住民検診調査票などで、既に申し込みをされた方は、必ず個人通知が届いてから受診してください。

小千谷総合病院健診センターは、お住まいの地区ごとに検診予定時期が異なります。新規に申し込みをされる方は、10月以降の検診日をご案内します。

総合体育館、小千谷小学校は休日検診です。定員になり次第、締め切ります。

○子宮頸がん検診

■対象／20歳以上で、令和2年度に市の子宮頸がん検診を受けていない女性

■料金／1,000円※70歳以上の方は無料です。

○乳がん検診（マンモグラフィ単独）

■対象／40歳以上で、令和2年度に市の乳がん検診を受けていない女性

※42歳で令和2年度に無料クーポン券を使用して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

●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
日吉・山本・西中・上片貝・吉谷地区・千谷川・桜町・三仏生・千谷・小栗田・真人北部地区	6. 8(火)	▷9:00～11:00 ▷13:00～15:00	15:00～15:10	総合体育館
	6. 9(水)			
	6.10(木)			
	6.11(金)			

○胸部レントゲン検査

■対象／40歳以上

■料金／200円※70歳以上の方は無料です。

○特定健康診査

■対象／16歳以上※40歳～74歳の方は、加入している医療保険により受けられない場合があります。

■料金／1,000円

※小千谷市国民健康保険加入の40歳、50歳の方と、75歳以上の方は無料です。

※40歳～74歳で社会保険などの扶養になっている方は、特定健診受診券に記載されている額をお持ちください。追加で心電図検査を希望する場合は、別途料金1,215円が必要です。

○その他の健診日程

■休日健診／平日は受診できない方にお勧めします。

▷日時：7月4日(日)

▷会場：総合体育館

▷申込締切：6月28日(月)※申し込み人数によっては期限前に締め切ります。

■レディース健診／女性を対象とした健診日です。

▷日時：7月1日(休)

▷会場：総合体育館

▷申込締切：6月24日(休)※申し込み人数によっては期限前に締め切ります。



●胃がん・大腸がん検診日程

申込人数により受付時間に変更になることがあります。

混雑緩和のため、受付時間より早い来場はお控えください。

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
全市	6.20(日)	8:30～11:00	総合体育館
本町、栄町、元町、坪野（下）	6.21(月)	8:00～11:00	
土川、若葉1、山谷	6.22(火)	8:30～11:00	
稗生、横渡、東山	6.23(水)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム

■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。



相談

青少年相談

友人関係やいじめ、学校生活などに悩んでいませんか。また、非行や不登校、ひきこもり、子育てなどに関する心配ごとの相談もお受けします。秘密は堅く守られます。



- 日時／祝日を除く月～金曜日、午後1時～4時
- 対象／小・中学生、高校生など、またはその保護者・家族・友人
- 相談無料
- 相談方法
- ▽電話相談 ☎82・6771
- ▽来所相談・青少年育成センター（教育センター内）
- ▽メール相談：✉s-center@city.yojiya.nigata.jp
- 問い合わせ／青少年育成センター ☎82・6750

行政相談委員の紹介

行政相談委員は、行政サービスに関する苦情、行政の仕組みや手続きに関する問い合わせなどの相談を受け付け、その解決のための助言や関係行政機関に対する通知などの仕事を行っています。

います。秘密は堅く守られます。4月1日付で総務大臣から委嘱された行政相談委員を紹介します。

- 相談委員
- ▽友田ムツ子さん（四之町） ☎84・2685
- ▽小川篤男さん（上ノ山4） ☎82・3575
- 相談無料
- 問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3516

ひきこもる人の家族のつらい

ひきこもりや不登校などの悩みについて、家族同士が集まって語り合う場です。

- ▽来所相談・青少年育成センター（教育センター内）
- ▽メール相談：✉s-center@city.yojiya.nigata.jp
- 問い合わせ／青少年育成センター ☎82・6750
- 日時／6月12日（土）午後1時30分～3時30分
- 会場／あすえくる2階会議室
- 対象／不登校やひきこもりの状態が長期に続いている若者（おおむね39歳まで）のご家族（おおむね39歳まで）
- アドバイザー／関口美智江さん（ひきこもる人の家族の会フオルトネット代表）
- 参加無料・申込不要

■問い合わせ／健康未来こども課健康増進係 ☎83・3640



特設人権・行政相談所の開設

- 人権問題や行政機関の業務についての相談を、人権擁護委員や行政相談委員がお受けします。
- 日時／6月13日（日）午前10時～午後3時
- 会場／市民会館4階大会議室
- 相談無料・申込不要※直接会場にお越しください。
- 問い合わせ／市民生活課生活安全係 ☎83・3516

図書館情報

○図書館特集展示

6月30日まで、小千谷で活躍する「その道のプロ」の方から、自分の職業や趣味などにちなんで「1冊」を紹介していただく特集展示を行っています。教育のプロや歴史のプロなどのお薦めの「1冊」を、ぜひご覧ください。

○市内に眠るお宝に関する報告書の貸し出し

小千谷市内に眠るお宝発掘調査事業実行委員会が作成した資料を図書館で貸し出しています。

■貸出資料

- ▷冊子など：活動報告書、リーフレット、岩村高俊（精一郎）自伝草稿
- ▷DVD：小千谷の伝統芸能シリーズ、新潟県指定無形民俗文化財巫女爺シリーズ、小千谷の伝統織物・ちぢみシリーズ（日本語版、英語版、中国語版）



問い合わせ／図書館 ☎82-2724

売れる商品づくり！ ブラッシュアップ相談会

- 新商品を開発したい、今ある商品をもっと売れる商品にしたいと考えている食品製造業者を対象に、専門家による相談会を開催します。商談会の活用術やセールス手法のお悩みにも対応します。
- 日時／7月9日（金）午前10時～午後3時
- 会場／サンプラザ3階多目的ホール
- 講師
- ▽商品開発・販売担当：中俣順弥さん（新潟県よろず支援拠

点コーディネーター）
▽デザイン担当：山本敦さん（株式会社ネオス代表取締役）

- 定員／4社
- 参加無料※ただし、事前に申し込みが必要です。
- 申込締切／6月18日（金）
- 申込・問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83・3556
- ✉syoko@city.yojiya.nigata.jp



三二情報

日 日時・期日 定 定員
 時 時間 ¥ 料金など
 場 会場・場所 持 持ち物
 対 対象 他 その他
 内 内容 申 申込
 講 講師 問 問い合わせ

教科用図書展示会

教職員や保護者など、どなたでもご覧いただけます。

■日時／6月11日(金)～24日(木)
 ▼火～金曜日：午前10時～午後7時

▽土・日曜日：午前10時～午後6時

■会場／小千谷市立図書館
 ■内容／令和4年度用の中学校社会科(歴史)の教科書の展示
 ■問い合わせ／小出教科書センター
 タ 1 ☎025・792・0041

県立魚沼テクノスクール

●受講生募集

■時 午前9時～午後4時 場 魚沼テクノスクール 定 各10人 ¥ 470

0 円 岡県立魚沼テクノスクール
 ☎025・794・2410

①測定基礎コース

■6月11日(金)・18日(金) 講 金谷修さん(厚生労働省ものづくりマスタ) 日 6月3日(木)

②シーケンサ(PLC)基礎コース

■6月19日(土)・26日(土) 講 浦井幸雄さん(厚生労働省ものづくりマスタ) 日 6月10日(木)

③第二種電気工事士実技試験対策

■7月2日(金)・10日(土) 日 6月24日(木)

④IT基礎講座(Webプログラミング)

■7月8日(木)・9日(金) 講 半田洋丈さん(厚生労働省ITマスタ)

1) 申 6月30日(水)

●7月入校生募集

定 各15人 ¥ 無料(ただし、テキスト代、検定受験料などの自己負担あり) 岡県立魚沼テクノスクール ☎025・794・2410

①事務基本科2期

■7月8日(木)～10月7日(木) 午前9時～午後3時40分 場 ABC魚沼研修センター(魚沼市小出島1177) 日 6月18日(金)までにハローワークおぢや ☎82・2441

②事務基本科ホームページ活用

■7月13日(火)～10月12日(火) 午前9時10分～午後3時50分 場 集集館 日 6月24日(木)までにハローワークおぢや ☎82・2441

6月1日(火)～7月7日(月)は水道週間です

小千谷市の水道水は、約9割が信濃川からの取水で作られています。また、他の市町村の多くも信濃川を水源にしています。この機会に「水」に対する認識を高め、貴重な水源である川を美しく保ちましょう。

■問い合わせ／ガス水道局施設課供給係 ☎82・4116



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	6.9(水) 6.23(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。
行政相談	6.23(水)	9:30～11:30	真人ふれあい交流館	行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	—	
無料法律相談	6.16(水)	13:30～16:30	市役所	弁護士による法律相談	○	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	市役所	商品やサービス、契約に関するトラブルや疑問	—	
AAグループミーティング	毎週水・金曜日	19:30～21:00	サンラックおぢや	アルコール問題の解決に向け、断酒を継続する場	—	健康未来こども課健康増進係 ☎83-3640
シルバー人材センター入会説明会	6.16(水)	10:00～11:45	サンラックおぢや	センターの概要と入会手続きの説明	—	シルバー人材センター ☎82-6550
オレンジカフェ	6.6(日)：元中子公会堂 ☎82-0880 (健康倶楽部中子の森) 6.27(日)：地域のお茶の間城内 ☎81-4010 ※片貝総合センターでの6月の開催は中止します。また、モス・コーラデイホームでの今年度の開催は中止します。	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/7月1日(休)
- 申込/6月15日(火)までに、申込書を建設課へ提出してください。申込書は建設課にあります。
- 入居条件/入居条件があります。詳細はお問い合わせください。
- その他/入居申し込みの前にあらかじめご相談ください。その際、源泉徴収票など世帯の所得がわかる書類をご持参ください。所得により家賃の減免があります。



- 市営住宅：住宅に困窮している低所得の世帯向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
市営栄町団地住宅 2号棟(栄町)	1	16,800~ 33,000円	鉄筋4階建・3DK
市営信濃川住宅 (千谷川1)	1	15,600~ 30,600円	鉄筋5階建・3LDK
市営木津のぞみ団 地住宅1号棟 (木津団地)	1	31,500~ 61,900円	鉄筋4階建・4DK ※入居人数基準 4人以上
市営千谷のぞみ団 地住宅(千谷)	1	28,900~ 56,700円	

- 特定公共賃貸住宅：中堅所得層のファミリーに最適なお部屋で、市外にお住まいの方も申し込みいただけます。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
市営日吉団地住宅 (日吉2)	2	46,000円	鉄筋3階建・3LDK

みんなでお祝い

おぢやファミリー

(4月届出分)

ご結婚・ご誕生おめでとうございます！幸せな新生活と健やかに育つおぢやっ子をお祝いします。
※保護者のお名前などは、届出のとおりに掲載しています。

☆ご結婚

- ♡ 山田貴史さん (山谷)
- ♡ 小溝苑佳さん (千葉県)
- ♡ 尾身和将さん (長岡市)
- ♡ 佐藤歩さん (山谷)
- ♡ 藤塚柗さん (一之町五区)
- ♡ 吉井絹子さん (一之町五区)
- ♡ 塚田秀明さん (上沢)
- ♡ 山下翔子さん (大阪府)



☆ご誕生

- 瑞月さん } (福山友紀さん：千谷)
- 咲良さん } (金子潤一さん：土川2)
- 暁士さん (小見山雅さん：坪野(上))
- 芽さん (廣井拓哉さん：山谷)
- 結子さん (阿部茂雄さん：千谷)
- 陽春さん (佐藤直樹さん：小栗田)
- 健次朗さん (櫻井楓さん：三仏生)
- 紗那さん (佐藤徹さん：四之町)
- 陽彩さん (佐藤吉将さん：千谷)
- 光さん (星拓矢さん：若葉1)
- 彩陽さん (郷智治さん：坪野(下))
- 律さん (中村直樹さん：桜町(下))
- 茉桜さん (関瑞規さん：旭町)
- 柚葉さん (渡邊真悟さん：城内1)
- せなさん

■問い合わせ/市民生活課市民係 ☎83-3509

広報クイズ

クイズの答えと広報おぢやの感想を必ず記入してご応募ください。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！

- 応募方法/郵便番号、住所、氏名と①クイズの答え
②広報誌へのご意見・ご感想を、次の方法でお送りください。

▷はがき：☎947-8501 企画政策課秘書広報係(住所は記載不要)

▷メール：Mail plan-kh@city.ojiya.niigata.jp

▷ファクス：FAX 83-2789

▷市ホームページ専用フォーム
(広報おぢや保管庫)



◁市ホームページ

問題

絵本作家、サトシンさんの代表作のタイトルはなに？「わたしは〇〇〇〇」

- ① くろねこ
- ② あおねこ
- ③ あかねこ

- 応募締切/6月18日(金)
(はがきの場合は、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。
5月号のクイズの答えは、
②鑑賞魚でした。



今月のキッズフォト



平澤 まお 茉桜ちゃん (1歳0か月)



今月の「#おぢフォト」

「#おぢフォト」を付けてInstagramに投稿された画像の中から1枚を紹介します。



▷投稿者：psbym
10yuka_さん
▷撮影場所：小千谷
闘牛場



小千谷市広報の
Instagramをチェック!



作ってみてね! この料理



トマトをまるごと使った、これからの季節におすすめのメニューです。トマトはミキサーにかけるよりも、おろし金でおろした方がほどよい食感が残っておいしくいただけます。そうめんだけで食べると栄養バランスが偏りがちですが、こんな風に野菜も一緒に食べてみてはいかがでしょうか。あとは主菜の役割をする肉や魚、卵や大豆・大豆製品のおかずをプラスできるとGoodです。

<調理> 小千谷市食生活改善推進委員

<問い合わせ>

健康未来こども課健康増進係 ☎83-3640

これからの季節にぴったり! さわやかな酸味がおいしい!

～トマトと梅干しの さっぱりそうめん～

<材料> (2人分)

そうめん……………2束	梅干し……………1個
トマト……………2個	だし……………大さじ2
青じそ……………2枚	しょうゆ……大さじ2
みょうが……………1個	白いりゴマ……少々

<作り方>

- ① トマトは皮ごとおろし金ですりおろし、だしを加えてよく混ぜ、冷蔵庫で30分ほど冷やす。端の方はヘタを除き、角切りにして分けておく。
- ② 青じそは千切りにする。みょうがは縦半分に切ってから薄切りにし、さっと水にさらす。梅干しは種を除き、包丁で刻む。
- ③ 鍋にたっぷりの湯を沸かしてそうめんをゆで、ザルに上げて流水であら熱とぬめりを取る。十分にすすいだら氷水に入れ、しばらく冷やす。
- ④ 器に水気を切った③を盛り、しょうゆをまわしかける。①のトマトとだしをあわせたものをかけ、角切りトマトと②のをせゴマをふる。

<栄養価> (1人分)

▷エネルギー：205 ^{kcal}	▷炭水化物：42.4 ^g
▷たんぱく質：6.4 ^g	▷食塩相当量：2.7 ^g
▷脂質：1.1 ^g	

まちのうごき (4月30日現在)

人口と世帯 ()内は前月比		
男	17,016人	(- 22人)
女	17,271人	(- 9人)
合計	34,287人	(- 31人)
世帯数	12,655世帯	(+20世帯)

異動 (4月届出分)

出生	17人
死亡	50人
転入	85人
転出	83人



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!



小千谷市のSNSをチェック!

小千谷市では、SNSを活用した情報発信を行っています。右記からそれぞれご覧いただけます。



広報おぢやをスマホでチェック!

「マチイロ」アプリをダウンロードすると、スマホで「広報おぢや」がチェックできます。



△ios



△Android



ご利用ください!



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

この広報誌は環境に優しい紙とインクを使用しています

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 ¥550**

レストラン 様(2F) (AM6:30~9:00) どなた様もお気軽に団体様予約 諸事情によりお断りする場合がございます。ご了承願います。

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

朝日新聞 掲載中

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 セントラルホール翼

創業明治2年

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

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

ブルーベリーの摘み取り 始めました (要予約)

TEL: 82-7387 (阿部)

県内にお住い・お勤めの方であれば、どなたでもご利用いただけます

ろうきんなら **スマホ・パソコンから** お申込みするだけで **金利引下げ!**

住宅ローン マイカーローン 教育ローン フリーローン

※カードローン(マイプラン)は除きます

まずは**カンタン仮申込!!**

本申込ではありませんので、審査結果ご連絡後のキャンセルもOK!お気軽にご利用ください。

新潟ろうきん小千谷支店 TEL0258-83-4555

宝くじ公式サイトでも宝くじを購入できます!!

特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

特典2 購入~受取までネットで完結!

他にもお得な特典や 便利なサービスいろいろ! **今すぐ会員登録!**

宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料)

本件に関する お問い合わせ先 TEL 011-330-0777 (有料)

受付時間 10:30~18:30 (土・日・祝日、年末年始を除く) ※電話番号を十分ご確認の上、おかけ間違いのないようお願いいたします。

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

牛太郎と飛夢皇が引退しました。2頭とも個性的で観察しているとおもしろく、初めて牛の角突きを観た時から印象に残っていました。引退はさみしいですが、最後の取組が観られてよかったです。☺