

## ●今月の主な内容

- 新型コロナウイルスワクチン接種 …… 2～3
- 防災公園がオープンします …… 4～5
- 個人番号カード予約交付窓口を開設しました…7
- 介護保険制度が変わります …… 11



○東小千谷健康ウォークが行われました（6月6日）

13ページに記事を掲載しています。

# 新型コロナウイルスワクチン接種



■問い合わせ／健康未来こども課ワクチン接種対策班 ☎83-3640

ウェブ予約は  
事前登録ができます

スマートフォンやパソコンなどからのウェブ予約は、接種券が届かないと接種日予約はできませんが、事前の登録準備により、接種券郵送受け取り後の予約がスムーズになります。

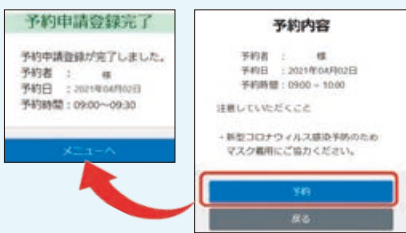
ウェブ予約をする方は、  
次の点にご注意ください！

○予約申請登録完了画面まで  
進んだことを確認ください

予約登録確認画面で予約内容を確認したあと、必ず予約ボタンを押し、「予約申請登録完了」の表示が出たことを確認してください。この表示が出るまでは、予約が完了していません。予約が完了すると、登録したメールアドレスに予約完了の通知が届きます。

○予約は1人ずつ行ってください

ご家族の方など複数名を利用者登録している場合、1人だけ予約しても、利用者登録している全員を予約したことにはなりません。予約は1人ずつ行う必要がありますのでご注意ください。



先生にお聞きしました！

○副反応について教えてください

一番気を付けているのはアナフィラキシーショックですが、その発現頻度は極めて低いです。それよりも、6割強の方が接種の翌日以降に**発熱、頭痛、倦怠感**を起こすということが、順天堂大学の臨床研究で分かっています。



小千谷市魚沼市医師会  
副会長 根本忠さん

○アナフィラキシーショックの症状はいつ現れますか？

ほとんどは**接種後3〜5分以内**に症状が現れます。冷や汗が出たり、血圧が下がったり、意識が消失したり、脈が弱くなったりします。万が一、アナフィラキシーショックが起きても、会場内ですぐに対応できる体制や、小千谷総合病院と消防本部との連携を取っていますので、安心して会場に足を運んでいただきたいです。

○先生自身がワクチンを接種した感想は？

私も医療従事者として先行接種しましたが、やはり緊張しましたし、副反応の不安が全くないということではありませんでした。でも、打ってみるとなことはなかったです。みなさんも不安だと思いますが、それ以上に重症化や感染拡大を予防する効果が高いので、ぜひワクチンを接種していただきたいと思います。

○市民のみなさんに伝えたいことは？

2回目の接種の1・2日後に副反応が強く出ること、特に若い方に症状が出るということが、順天堂大学の臨床研究で明らかになっています。2回目の接種の時は、**翌日の仕事を休みにする、大事な用事を入れない**など、計画的に接種の予定を組むことが重要です。

## 当日の持ち物

- ①接種券
  - ②予診票  
※記入してお持ちください。
  - ③本人確認書類（健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど）
- ①②は  
ピンクの封筒に  
入っています。



薬を飲んでいる方は、お薬手帳もあると便利です。マスクも忘れずに！



## 接種会場での流れ

- ①検温
- ②受付
- ③予診票確認
- ④予診
- ⑤接種
- ⑥接種済証発行
- ⑦経過観察※接種後15分以上、接種会場で待機
- ⑧最終確認



肩を出しやすい服装でお越しください。



## 接種スケジュール

区分	5月	6月	7月	8月	9月
①65歳以上の方	接種券 発送	接種			
②基礎疾患のある方など			接種券 発送	接種	
③上記①②以外の方			接種券 発送	接種	

※ワクチンの供給状況により、接種の開始時期が前後する場合があります。  
※区分③は、年齢の高い階層順に順次発送します。

**引き続き感染症  
対策にご協力  
をお願いします**

ワクチン接種後に新型コロナウイルスに感染した事例が報告されています。接種後も引き続きマスクの着用、手洗い、手指消毒などにご協力ください。

## 問い合わせ（新型コロナウイルスワクチンに関すること）

▷ **当市における新型コロナワクチン接種の日時や会場、接種方法など**  
小千谷市新型コロナワクチン相談センター ☎89-8501（平日午前9時～午後5時）

▷ 新型コロナワクチンに関する**全般的**なこと

厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター ☎0120-761770（フリーダイヤル、午前9時～午後9時）

▷ 新型コロナワクチンに関する**専門的**なこと

新潟県新型コロナワクチン医療健康相談センター ☎025-385-7762（午前8時30分～午後6時）

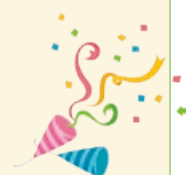
ワクチン接種の予約はできません。



# 7月15日(木) 防災公園が オープンします

## オープニングセレモニー

- 日時/7月15日(木)午前10時～
- 会場/防災公園駐車場
- 内容/テープカットなど
- 一般開放/午前10時30分頃 (予定)



## 防災公園の機能

ふだんは市民の憩いの場として、大規模な災害が発生したときは、緊急避難場所や応急仮設住宅を建設する場として活用します。

### ① 応急仮設住宅建設用地

大規模な災害が発生し、仮設住宅が必要になったときの建設用地です。ふだんは、土の広場として利用できます。

### ② 緊急避難場所・芝生広場

芝生が敷いてあり、災害が発生したときの緊急の避難場所になります。東屋が1棟あり、災害時には周囲をシートで囲んで避難活動の拠点とします。ふだんは、市民の憩いの場として利用できます。

### ③ 防災トイレ

マンホールトイレが13基あります。災害時には、マンホールの蓋を開けて、その上にテントを張り、トイレとして使用します。

### ④ 常設トイレ

ふだん使用できるトイレです。男子・女子が1つずつと多目的トイレがあります。

### ⑤ 臨時ヘリポート

芝生広場に緊急搬送のドクターヘリなどが離着陸します。周辺にお住まいのみなさんや公園をご利用される方にはご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。





楽しい遊具がいっぱい！



●所在地／大字禰生丙299-1（元中子）  
●問い合わせ／危機管理課 ☎83-3515

## 防災公園へ行こう！

### ●遊びの場

親子連れや子どもたちが気軽に楽しめる場所です。ブランコなどの遊具や小高い山にすべり台があります。

また、マタニティ優先駐車場や多目的トイレも設置していますので、子育て中のみなさんも安心して過ごせます。



### ●憩いの場

園路の周りには、小千谷市と防災協定を結んでいる自治体に咲いている有名な桜が6種類植えられています。また、市民の方から寄贈された椿を公園入り口に植樹しました。

### ●植樹されている桜

- ▷八重桜：東京都杉並区
- ▷枝垂桜：福島県南相馬市
- ▷染井吉野そのいよしの：茨城県日立市
- ▷河津桜：千葉県浦安市
- ▷山桜かみづ：岩手県久慈市
- ▷大山桜おおやま：福島県北塩原村



### ●健康づくりの場

公園内の園路は健康づくりのための散策路やランニングコースとして使用できます。1周500mで、50mごとに小千谷にちなんだイラストが描かれています。



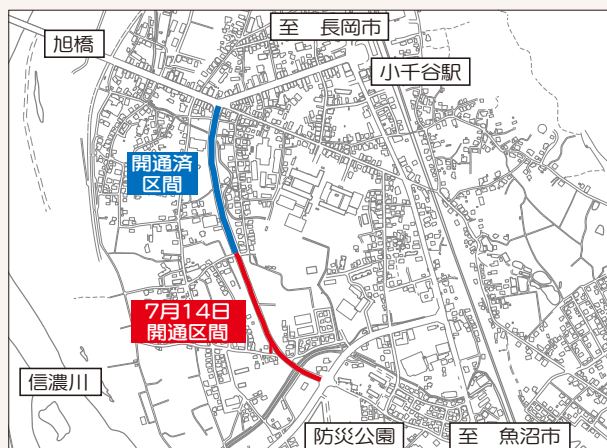
## 都市計画道路「東栄元中子線」の全線が開通します



都市計画道路「東栄元中子線」の整備が完了し、7月14日(水)から全線開通になります。

今回の開通により、防災公園を含む東小千谷地区の交通の利便性が向上します。

●問い合わせ／建設課都市整備室 ☎83-3514



避難情報が変わりました

# 避難指示で必ず避難！

災害対策基本法が改正され、5月20日から避難情報が変更されました。

問い合わせ／危機管理課 ☎ 83・3515

## ●改正後

警戒レベル	避難情報
5	緊急安全確保
警戒レベル4までに必ず避難！	
4	避難指示
3	高齢者等避難

変更

## ●改正前

警戒レベル	避難情報
5	災害発生情報 (発生を確認したときに発令)
4	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	避難準備・ 高齢者等避難開始

## ⚠️ 避難情報のポイント

- ▷警戒レベル5：命が危険な状況です。直ちに安全を確保してください。
- ▷警戒レベル4：「避難勧告」が廃止され、「避難指示」に一本化されました。「避難指示」が発令されたら全員避難してください。
- ▷警戒レベル3：高齢者や障がいのある人など避難に時間がかかると思われる方は、避難してください。



## 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。災害から身を守るために、情報収集や事前の備えなどを行いましょう。

また、大雨時に下流の流量を調整するための調整池は、日頃から適正な管理をお願いします。

問い合わせ／危機管理課 ☎ 83・3515

### ●ハザードマップで地域に潜む危険を確認！

「洪水ハザードマップ」や「土砂災害ハザードマップ」で地域の危険箇所を確認し、災害の種類によって避難先を考えておきましょう。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。



### ●避難所以外への避難も検討

災害時の避難先は、必ずしも避難所である必要はありません。避難所での「密集」を避けるため、災害の危険性のない親戚や知人宅などへ避難することも事前に検討しましょう。また、大雨の際は、安全が確保される建物の上層階、浸水しない場所への車での避難も検討しましょう。

### ●気象情報を事前に確認

テレビやラジオ、インターネットを利用して、気象情報や河川水位情報などを確認しましょう。

### ●点検しよう！緊急告知ラジオ

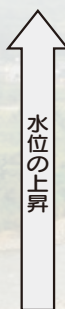
市内の全世帯・事業所に配置している緊急告知ラジオの点検をお願いします。電源が入らないなど、ラジオの故障が疑われる場合は、危機管理課までお問い合わせください。



### ●信濃川の水位基準

信濃川の小千谷観測所（元町地内）の水位基準値は次表のとおりです。大雨により信濃川の水位が上昇するおそれがあるときは、市や関係機関が発表する情報に注意してください。

警戒レベル	水位情報
5	はん濫の発生 (緊急安全確保)
4	はん濫危険水位（特別警戒水位） 危険な場所から全員避難 (避難指示) 49.20m
3	避難判断水位 高齢者などは危険な場所から避難 (高齢者等避難) 48.50m
2	はん濫注意水位（警戒水位） 46.50m
1	水防団待機水位（通報水位） 水防活動の準備 45.50m



### ●信濃川の増水に注意！ 警報が流れたらすぐ避難！

JR東日本信濃川発電所は信濃川や山本山にある調整池での水難事故防止のため、増水時などにサイレンでお知らせしています。サイレンが鳴り警報が放送されたら、直ちに川から離れ避難をしてください。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でください。

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

## 祝日の変更にご注意ください

今年は、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催に合わせ祝日が変わっています。

各施設の休業・休館日、業務時間などは、各施設へ直接ご確認ください。

祝日	例年	令和3年度祝日となる日
海の日	7月の第3月曜日	7月22日
スポーツの日	10月の第2月曜日	7月23日
山の日	8月11日	8月8日 ※8月9日は振替休日



## 〇ごみ収集日の変更

■祝日のため収集しない日／7月22日(祝)・23日(祝)、8月8日(祝)・9日(休)

※処理場もお休みとなります。

■通常どおり収集する日／7月19日(月)、8月11日(水)、10月11日(月)

※処理場へ直接搬入する場合も同じです。搬入時間は午前8時30分～午後4時です。

■問い合わせ／市民生活課環境共生推進室 環境衛生係 ☎83-3509

## 個人番号カード予約交付窓口を開設しました

個人番号カードを申請して交付通知書（ハガキ）が届いた方は予約後に受け取ることができます。現在、全国的な申請件数の増加により、申請から交付まで2～3か月程度お待ちいただいています。交付通知書を順次発送していますので、お手元に届くまでしばらくお待ちください。

■受け取り日時／6月27日(日)、7月11日(日)・25日(日)、8月8日(祝)・29日(日)、9月12日(日)・26日(日)  
午前8時30分～正午



※予期できない緊急的なシステムメンテナンスが生じた場合は、該当日の予約者に日程調整のご連絡をする場合があります。

■受け取り場所／市役所2階市民生活課市民係

■対応業務／個人番号カードの交付、電子証明書の新規発行・更新

※交付手続きは1人あたり15分程度です。

■予約方法／電話または窓口で予約してください。予約時に交付希望者全員の氏名、住所、生年月日、電話番号、交付通知書上部の番号、手続きの希望日時をお聞かせください。

▷予約受付時間：午前8時30分～午後5時（祝日を除く月～金曜日）

※状況によりお待ちいただく場合があります。

■来庁される方・持ち物

来庁される方	持ち物
交付申請者（本人）	▷交付通知書（ハガキ）▷通知カード▷住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）▷本人確認書類（健康保険証、運転免許証など）※1
法定代理人と15歳未満の者・成年被後見人 ※法定代理人だけでなく、15歳未満の者・成年被後見人（本人）もお越しください。 ※未就学児は法定代理人のみの来庁でも可。	▷交付通知書（ハガキ）▷通知カード▷住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）▷法定代理人の代理権を証明する戸籍謄本その他の資格を証明する書類（本籍地が小千谷市の場合や15歳未満の方と法定代理人が同一世帯で親子関係にある場合は不要）▷交付申請者（本人）の本人確認書類▷法定代理人の本人確認書類
法定代理人以外の任意代理人 ※事前にお問い合わせください。	▷交付通知書（ハガキ）▷通知カード▷委任状（交付通知書の委任状欄に必要事項を本人が記入したもの）▷住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）▷交付申請者（本人）の本人確認書類▷任意代理人の本人確認書類▷本人の来庁が困難であることを証明する書類（診断書、障がい者手帳、施設入所している事実を証する書類など）

※受け取りは完全予約制です。予約のない方には交付できません。

※予約された日時に受け取り場所に来庁されない場合は、予約をキャンセルさせていただくことがあります。

■その他

▷原則、本人から来庁・受け取りをしていただきます。未就学児は法定代理人のみの来庁で受け取り可能です。

▷長期入院、病気などのやむを得ない理由で来庁することが困難な方や、特別の事情がある方に限り、代理人が受け取ることができます。予約の際にご確認ください。（仕事の都合などによる代理人受け取りは不可）

■予約・問い合わせ／市民生活課市民係 ☎83-3509

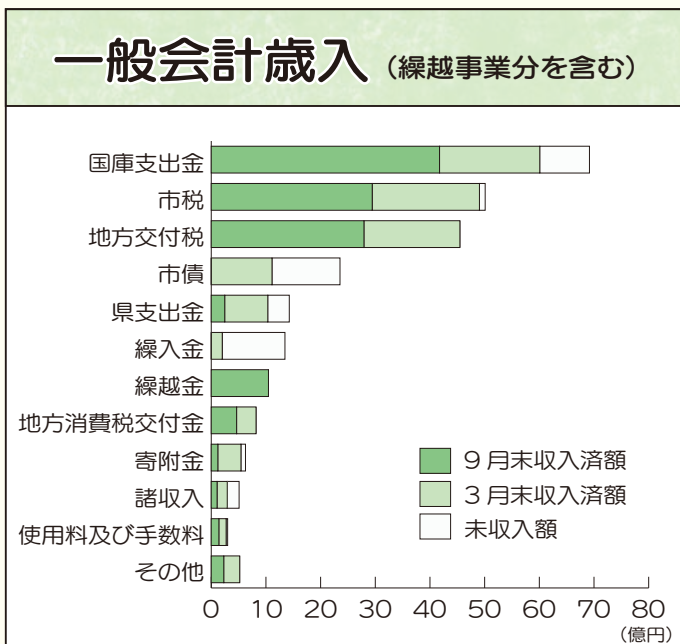


※1 本人確認書類は2点以上必要な場合がありますので、予約時にご確認ください。

# 令和2年度予算 下半期の執行状況

市の財政状況を6月と12月にお知らせしています。

今回は、令和2年度予算の下半期（10月～3月）の執行状況をお知らせします。なお、4月と5月に収入と支出の整理をするため、執行額はこの金額より増えますので決算額とは異なります。決算状況は10月にお知らせします。



区分	予算額	9月末 収入済額	3月末 収入済額	収入率
国庫支出金	69億 1,686万円	41億 7,509万円	60億 773万円	86.9%
市税	50億 966万円	29億 4,357万円	49億 488万円	97.9%
地方交付税	43億 3,377万円	27億 9,240万円	45億 4,702万円	104.9%
市債	23億 5,450万円	0円	11億 1,090万円	47.2%
県支出金	14億 2,708万円	2億 4,608万円	10億 3,353万円	72.4%
繰入金	13億 4,772万円	0円	2億 84万円	14.9%
繰越金	10億 4,625万円	10億 4,625万円	10億 4,625万円	100.0%
地方消費税 交付金	7億 7,870万円	4億 6,347万円	8億 1,886万円	105.2%
寄附金	6億 2,600万円	1億 2,020万円	5億 4,311万円	86.8%
諸収入	5億 933万円	1億 635万円	2億 9,241万円	57.4%
使用料及び 手数料	2億 9,960万円	1億 3,905万円	2億 7,176万円	90.7%
その他	5億 734万円	2億 2,838万円	5億 1,995万円	102.5%
歳入合計	251億 5,681万円	122億 6,084万円	212億 9,724万円	84.7%

## 予算の執行状況

9月末の一般会計予算は、令和元年度からの繰越事業費15億2,223万円と合わせて241億7,538万円、その後3月末までに9億8,143万円を増額補正し、251億5,681万円となりました。歳入予算のうち、市税は3月末までに49億4,888万円収入され、予算に対する収入率は97.9%となっています。歳出予算は、全体で188億9,290万円が支出され、予算に対する執行率は75.1%となっています。

科目ごとの予算額や執行額、市債の現在高、特別会計と企業会計の執行状況についてはグラフと表をご覧ください。

## 補正予算に計上した主な事業 (10月～3月)

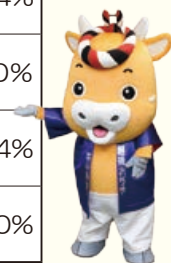
- ▽新型コロナウイルスワクチン接種事業 …… 2億4,718万円
- ▽除排雪関連経費 …… 2億1,900万円
- ▽新型コロナウイルス感染症対策事業 …… 1億6,960万円

予算についてご質問がありましたら、気軽にお問い合わせください。

■問い合わせ／企画政策課財政係 ☎ 83・3507

## 特別会計予算執行状況（繰越事業なし）

会計名	予算額	9月末 収入済額	3月末 収入済額	収入率	9月末 支出済額	3月末 支出済額	執行率
国民健康保険特別会計	31億 6,923万円	12億 4,633万円	28億 6,075万円	90.3%	11億 4,137万円	29億 6,129万円	93.4%
介護保険特別会計	39億 9,197万円	19億 3,119万円	37億 3,743万円	93.6%	15億 5,636万円	33億 9,275万円	85.0%
後期高齢者医療特別会計	8億 2,777万円	4億 6,076万円	8億 1,269万円	98.2%	3億 4,870万円	8億 1,454万円	98.4%
工業団地事業特別会計	50万円	13万円	13万円	26.0%	0円	0円	0.0%





## 市債と一時借入金の現在高

(令和3年3月31日現在)

会計名		市債現在高
一般会計		158億2,068万円
企業会計	ガス事業	9,800万円
	水道事業	45億5,696万円
	工業用水道事業	1億3,058万円
	下水道事業	84億1,446万円
合計		290億2,068万円

※一時借入金 借入実績なし



## 用語解説

### 【歳入】

#### ◎地方交付税

地方公共団体が一定水準のサービスを提供するために国から交付されるお金で、使い道を地方公共団体が独自に決められるもの

#### ◎市債

事業を行うために必要なお金を借り入れるもの

#### ◎国庫支出金・県支出金

国や県から交付されるお金で、使い道が決まっているもの

#### ◎繰入金

事業を行うために必要なお金を、基金などから繰り入れて事業の財源とするもの

#### ◎繰越金

前年度の決算で出た黒字や、前年度の決算においてあらかじめ使い道が決まっているお金

#### ◎地方消費税交付金

みなさんが支払った消費税のうち、一定の基準で地方公共団体に交付されるお金

#### ◎分担金及び負担金

特定の事業の経費を受益者から徴収するもの

#### ◎使用料及び手数料

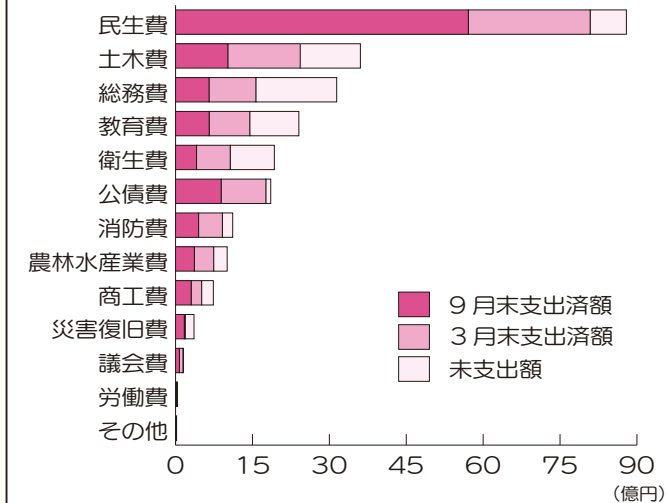
特定のサービスに係る経費を利用者から徴収するもの

### 【歳出】

#### ◎公債費

市債の元金の返済や利子の支払いをするもの

## 一般会計歳出 (繰越事業分を含む)



区分	予算額	9月末支出済額	3月末支出済額	執行率
民生費	87億 9,430万円	57億 1,147万円	80億 8,719万円	92.0%
土木費	36億 546万円	10億 1,954万円	24億 3,180万円	67.4%
総務費	31億 4,302万円	6億 5,256万円	15億 6,576万円	49.8%
教育費	24億 484万円	6億 5,561万円	14億 4,714万円	60.2%
衛生費	19億 2,690万円	4億 908万円	10億 6,624万円	55.3%
公債費	18億 5,645万円	8億 8,899万円	17億 6,090万円	94.9%
消防費	11億 1,458万円	4億 4,871万円	9億 1,285万円	81.9%
農林水産業費	10億 697万円	3億 6,657万円	7億 4,289万円	73.8%
商工費	7億 3,683万円	3億 400万円	5億 794万円	68.9%
災害復旧費	3億 5,964万円	1億 7,035万円	1億 9,086万円	53.1%
議会費	1億 5,144万円	7.457万円	4.442万円	95.4%
労働費	3,642万円	1,348万円	2,745万円	75.4%
その他	1,996万円	0円	746万円	37.4%
歳出合計	251億 5,681万円	107億 1,493万円	188億 9,290万円	75.1%

## 企業会計予算執行状況 (繰越事業分を含む)

区分	収入予算額	9月末収入済額	3月末収入済額	収入率	支出予算額	9月末支出済額	3月末支出済額	執行率
ガス事業	18億 6,766万円	5億 4,310万円	15億 3,207万円	82.0%	21億 9,785万円	4億 4,292万円	16億 3,970万円	74.6%
水道事業	13億 2,185万円	2億 8,665万円	10億 5,580万円	79.9%	20億 7,084万円	2億 3,315万円	14億 3,316万円	69.2%
工業用水道事業	2億 1,653万円	7,454万円	2億 176万円	93.2%	3億 2,141万円	4,452万円	2億 6,119万円	81.3%
下水道事業	20億 2,603万円	6億 6,596万円	18億 2,587万円	90.1%	24億 9,529万円	6億 6,423万円	23億 2,540万円	93.2%

# 令和3年度納税（入）通知書をお送りします

令和3年度の国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料が確定しましたので、7月15日(木)に納税（入）通知書を発送します。

■相談・問い合わせ／税務課市民税係 ☎ 83・3508

## 保険税（料）の支払方法

### ○年金から天引きされる方（特別徴収）

通知書に記載されている額を、年金から天引きします。

※65歳以上の方の介護保険料は、原則年金から天引きします。



### ○納付書や口座振替で支払う方（普通徴収）

納付書を送付します。金融機関または税務課でお支払いください。納期限までは、コンビニエンスストアまたはスマートフォンアプリ（PayPay請求書払い、LINE Pay請求書支払い）での支払いもできます。口座振替の手続きがお済みの方は、毎月末頃に口座から引き落とします。

※詳しくは、納税（入）通知書に同封の文書をご覧ください。



## 保険税（料）の軽減制度

### ○国民健康保険税・後期高齢者医療保険料

世帯の所得に応じた軽減制度があります。申請は不要です。

※国民健康保険税は、会社の都合などによる離職者（65歳未満）への軽減制度があります。詳しくはお問い合わせください。

### ○介護保険料

所得に応じて9段階の保険料を設定しています。詳しくは通知書に同封のパンフレットをご覧ください。

## 納付相談

災害や失業、廃業など特別な事情により保険税（料）の支払いが困難となった場合、申請により保険税（料）の支払いの猶予や減免を受けられる場合がありますので、ご相談ください。



## 新型コロナウイルス感染症の影響による減免

新型コロナウイルス感染症の影響により、一定程度収入が減少した方は、保険税（料）が減免になる場合があります。保険ごとの詳細は電話でお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

■対象となる保険税（料）／令和3年4月分～令和4年3月分（令和3年4月1日～令和4年3月31日に納期限が設定されているもの）

■申請期限／令和4年3月31日(木)

### ■申請手続

▽申請書は郵送でお届けします。まずは電話でご相談ください。

▽申請書のほか、収入が減少した状況が分かる資料などが必要です。

### ■対象となる主な要件と減免額

対象となる主な要件	減免額
新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った場合	全額免除
新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の次のいずれかの収入について、前年比30%以上の減少が見込まれる場合	前年からの所得の減少率により算出した「対象保険税（料）」×前年の合計所得に応じた「減免割合」

※ほかにも一定の要件があります。

## 介護保険料（令和3年度～令和5年度）が変更になりました

■基準額／変更前…6万5100円→**変更後…6万6000円**

※詳しくは、納入通知書に同封の文書をご覧ください。



# 令和3年8月～ 介護保険制度が変わります

■問い合わせ／福祉課介護保険係 ☎83-35  
17 fukushi@city.ojiya.niigata.jp

負担の公平性と制度の持続可能性を高めるため、一定以上の収入のある方に対して、負担能力に応じた負担を求める見直しを行います。



## ①介護保険施設入所者やショートステイ利用者の 食費・居住費の助成制度が変わります

### 補足給付の預貯金要件の見直し

年金収入などの額	預貯金の額	
	～令和3年7月	令和3年8月～
80万円以下（第2段階）	単身 1,000万円 夫婦 2,000万円	単身650万円／夫婦1,650万円
80万円超120万円以下（第3段階①）		単身550万円／夫婦1,550万円
120万円超（第3段階②）		単身500万円／夫婦1,500万円

※「年金収入など」とは、公的年金などの収入金額（非課税年金を含みます）とその他の合計所得金額です。

### 食費の負担限度額の見直し

年金収入などの額	施設入所者		ショートステイ利用者	
	～令和3年7月	令和3年8月～	～令和3年7月	令和3年8月～
80万円以下（第2段階）	390円	390円	390円	600円
80万円超120万円以下（第3段階①）	650円	650円	650円	1,000円
120万円超（第3段階②）	650円	1,360円	650円	1,300円
補足給付の対象ではない方	ご負担いただく額は、施設と利用者の契約により決められています。			

※食事の提供に要する平均的な費用の額（基準費用額）は、1,392円→1,445円（日額）に変わります。

※居住費の負担限度額は、変更ありません。また、生活保護受給者や老齢福祉年金受給者など（第1段階）の負担限度額は、食費・居住費ともに変更ありません。

## ②毎月の負担上限額（高額介護サービス費）が変わります

介護サービスの利用者と同一世帯に、年収約770万円以上の65歳以上の方がいる場合、毎月の負担上限額が次のとおり変わります。



新設	課税所得690万円（年収約1,160万円）以上	140,100円（世帯）
	課税所得380万円（年収約770万円） ～課税所得690万円（年収約1,160万円）未満	93,000円（世帯）

国民健康保険証・後期高齢者医療保険証  
**8月1日(日)からお使いいただく保険証を  
7月16日(金)より順次発送します**

**○国民健康保険証**

▽保険証は被保険者1人に1枚で、色はベージュ色です。  
▽保険証は世帯ごとにとまとめてお送りします。届いたら台紙からはがして使用してください。  
▽70～74歳の方の保険証には、令和2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（2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、一般証より有効期間の短い「短期保険証」を交付します。なお、災害やその他特別な事情もなく滞納が続いた場合、一般証・短期保険証の返還を求め、「資格証」を交付しますのでご注意ください。

**○後期高齢者医療保険証**

▽75歳以上の方へ発送します。  
▽保険証は被保険者1人に1枚で、色はピンク色です。保険証は1人ずつお送りします。  
▽保険証には、令和2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。  
※有効期限が切れた旧保険証は、市民生活課窓口へ返却いただくか、細かく裁断したうえで燃やすごみとして破棄してください。

新保険証  
(ピンク色)  
8月1日から有効  
※はがきより  
やや小さい  
のサイズ

旧保険証  
(ベージュ色)

新保険証  
(ベージュ色)  
8月1日から有効  
※名刺サイズ

旧保険証  
(空色)



第39回新潟県小学生ソフトテニス選手権大会兼第38回  
全日本小学生ソフトテニス選手権大会新潟県予選会

## 全国大会での活躍に期待

5月5日に行われたソフトテニスの県大会で、小千谷ジュニアソフトテニスクラブ所属の2ペア4人が優勝し、8月5日〜8日に千葉県白子町で開催される全国大会への出場を決めました。

▽右から・藤巻維吹さん(小千谷小6年)、山澤隆人さん(同)、渡辺璃凜さん(同)、黒島望花さん(川口小6年)



5月14日〜6月28日 企画展「発掘されたおぢやの遺跡2021〜おらしよも遺跡だねっか!?〜」

## 貴重な展示品にドキドキ

市内約20か所の遺跡で発掘された土器や石器の展示を楽集館で行っています。会場には、県内でも珍しい旧石器時代の石器や、いろいろな模様の縄文土器などが展示されているほか、各地の遺跡がパネルで紹介されています。訪れた方は、ふだん見ることができない貴重な展示品や近所に遺跡があることに驚きながら、興味深そうに見ていました。



5月19日・24日・25日 住家の被害認定調査実地研修会

## つなげ、震災の経験

中越大震災で得た災害対応のノウハウを全国の自治体に広めようと、中越大震災ネットワークおぢやの主催で行われました。1日目の講義はオンライン配信で33団体101人が受講しました。また、2日目の実地研修は2日間に分散して行われ、9団体26人が参加しました。受講者は、図面の書き方やタブレット端末の操作に戸惑いながらも、講師に質問したり資料を確認したりして被害箇所調査や被害程度の評価の方法を学びました。



5月30日 こみちウォーク

## お花、見つけた!

15人が参加し、こみちの会とクラインガルテンのラウベ利用者のみなさんが整備した山本山周辺の道を歩きました。当日は散策にちょうどよいさわやかな天候で、参加者のみなさんは野花を観察したり、山菜を採ったりしながら、自由に散策を楽しんでいました。



6月3日 茶郷川樋門洪水発生時の初期対応訓練

## 災害に備えて

出水期の前に、茶郷川樋門などで洪水発生時の初期対応訓練を行いました。始めに、小千谷市建設課と国土交通省信濃川河川事務所越路出張所、新潟県長岡地域振興局小千谷維持管理事務所、信濃川左岸土地改良区の4者により連絡体制を確認する訓練が行われました。その後、小千谷大橋西詰付近の茶郷川樋門で、樋門操作と排水ポンプ車による排水訓練を行いました。参加者は、洪水発生時にスムーズに作業ができるように、協力して訓練に取り組んでいました。



# 「おぢやまつり」の中止のお知らせ

8月20日(金)～22日(日)に開催を予定していた「おぢやまつり」は中止となりました。  
**■問い合わせ／観光交流課観光係 ☎83-3512**

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が続く、感染予防対策を講じて安全に実施すること、そして、楽しむまつりとして開催することの両立が困難なため、市民の命と健康を守ることを最優先に考え、「おぢやまつり」の中止を決定しました。  
 昨年にも続く中止であり、開催できるところを楽しみにされていたみなさまには、非常に心苦しい限りですが、何とぞご理解いただきますようお願い申し上げます。  
 来年度は、安心して楽しむことができます「おぢやまつり」を盛大に開催できるよう、今後もご支援とご協力をお願い申し上げます。

おぢやまつり実行委員長 小見山紘喜

## ●新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止・延期する主なイベント

区分	開催日	イベント名	会場	問い合わせ
中止	7月29日(木)～31日(土) 8月28日(土)・29日(日)	杉並区ホームステイ・ホームビジット事業	東京都	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
中止	7月30日(金)・31日(土)	オリンピック・コミュニティライブサイト(パブリックビューイング)	市民会館	
中止	8月20日(金)～22日(日)	おぢやまつり	市内	観光交流課観光係 ☎83-3512
中止	8月21日(土)	おぢや☆うき☆うき☆しゃっこいまつり		建設課管理克雪係 ☎83-3514
延期	9月9日(木)・10日(金)	片貝まつり ※11月5日(金)・6日(土)に延期します。	浅原神社 ほか	観光交流課観光係 ☎83-3512
中止	10月	おぢや健康福祉まつり(健康福祉展、福祉ふれあいフェスティバル)	総合体育館 ほか	健康未来こども課健康増進係 ☎83-3640

6月6日 東小千谷健康ウォーク

## 小千谷の新スポットめぐり

東小千谷体育センターを出発し、小千谷駅前、市役所、総合体育館、錦鯉の里などを歩いて周る約10kmのコースに、122人が参加しました。今年は、昨年11月に市内4か所に設置されたアニメ「ポケッタモンスター」のマンホール「ポケふた」をチェックしながら歩くコースで、参加者はポケふた前で記念撮影をしながらウォーキングを楽しみました。



# 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。事前にお問い合わせください。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

### 子育てイベント

- 会場／わんパーク
- 申込受付開始／7月1日(木)
- 保育ルーム／利用希望の方はお申し込みください。(料金：子ども1人につき1回300円)
- 申込・問い合わせ／わんパーク ☎81・7564 (平日、午前9時～午後5時)
- 骨盤体操・ヨガでリフレッシュ!
- 日頃の運動不足を解消し、リフレッシュしませんか。
- 日時／7月30日(金)午前10時～11時15分
- 対象／子育て中の方
- 講師／桜井靖江さん(市スポーツ推進委員)
- 定員／15人
- 参加無料

### 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



### ○マタニティ シュガークラフト

- 服装／動きやすい服装
- 持ち物／膝掛けかバスタオル、水分補給用のお茶、タオル
- シユガーペーストを使ってかわいらしい飾りを作りますか。
- 日時／8月6日(金)午前10時～11時
- 対象／妊娠中の方
- 講師／広川律子さん(シユガークロフ)
- 定員／8人
- 参加料／500円

## 低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯以外分)

新型コロナウイルス感染症による影響の長期化に伴い、ひとり親世帯以外の低所得の子育て世帯に生活支援のための給付金を支給します。

■対象児童／平成15年4月2日から令和4年2月28日生まれの児童(特別児童扶養手当の支給対象である障がい児の場合は、平成13年4月2日生まれから)

■支給対象者／①②の両方に当てはまる方(ひとり親世帯分の給付金を受け取った方を除く)

①対象児童を養育する父母など

②令和3年度住民税均等割が非課税の方または、令和3年1月1日以降の収入が新型コロナウイルス感染症の影響で急変し住民税非課税相当の収入となった方

※住民税の申告が済んでいない方、収入がなかったために申告をしていない方は早めに申告をお願いします。住民税の申告がない場合、未申告の扱いとなり、この給付金を速やかに給付できない可能性があります。

■支給額／児童1人当たり5万円

■申請方法

①令和3年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者で住民税非課税の方(公務員は除く)・・・申請は不要です。児童手当または特別児童扶養手当の届出口座

に振り込みます。対象となる方には、6月下旬に支給の案内通知書を発送します。

※給付金の受け取りを拒否される方は、7月12日(月)までに「受給拒否の届出書」の提出が必要です。届出書は健康未来こども課の窓口へ設置してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

②①以外の方(高校生のみ養育している方、令和3年1月以降収入が急変した方など)・・・申請が必要です。申請書に必要事項を記入のうえ、提出書類を添付し、健康未来こども課窓口へ持参または郵送してください。申請書は健康未来こども課の窓口へ設置してあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■申請締切／令和4年2月28日(月)  
※ひとり親世帯分の給付金も同日まで申請受付を行っています。支給要件などは、広報おぢや5月号と市ホームページをご確認ください。

■提出・問い合わせ／健康未来こども課  
子育て応援係 ☎83・3640 ☎947100  
28 城内4-1-38





# 子育てにやさしいまちに

■ 問い合わせ／健康未来こども課子育て応援係 ☎ 83・3640

## ベビー・ファースト運動

妊産婦や乳幼児のお子さんを持つ保護者に対して、思いやりの気持ちを持って地域全体で子育てを応援する取組です。みなさんには次のようなご協力をお願いしています。

### ○妊婦さんには…

▽母子健康手帳と同時交付のマタニティキーホルダーの活用



### ○市民のみなさんには…

▽妊産婦さんへの声かけや見守り

▽受動喫煙の防止

▽席の譲り合い など

### ○事業所のみなさんには…

▽マタニティ優先駐車場の設置

※設置のための工事費用には補助金制度があります。設置1か所につき上限6万円です。詳細はお問い合わせください。



## 気軽に相談ください 子育て世代包括支援センター

妊娠・出産・子育ての切れ目のない支援を行うための総合相談窓口です。電話相談のほか、来所での面談や家庭訪問も行っています。相談内容に応じて各機関におつなぎします。

### ○妊娠子育て電話相談

妊娠期から子育て期のお子さんの成長・発達や関わり方、栄養や離乳食のことについて保健師や管理栄養士が相談をお聞きします。(☎ 86・5076)

### ○マタニティ面談

妊娠届出の際に、保健師が全ての妊婦さんと面談し、妊娠・出産・子育ての心配事をお聞きします。また、市の子育て支援サービスなどの情報提供も行います。

## 産前産後の主な事業 と利用者の声

### ○いびき教室

妊婦さんとご家族を対象に、沐浴見学や食事のポイント、子育て支援サービスの紹介などを行います。



**妊婦さん**「沐浴の見学ができて産後のイメージがわかりました」「妊娠中の栄養の大切さを学びました」「小千谷市には子育てのサポートがたくさんあることがわかりました」



### ○産後ケア

産後のお母さんとお子さんが委託医療機関（JA新潟厚生連小千谷総合病院）で体を休ませながら、授乳や育児の指導を受けることができます。

**産婦さん**「日帰り型を利用しました。育児に疲れていたので赤ちゃんを預けて休むことができ、授乳相談もできて安心して自宅に戻れました」



### ○親子の絆づくりプログラム

生後2〜5か月の第1子とお母さんを対象に、親子の絆づくり、仲間づくりを目的に、育児の基礎知識を学ぶプログラムです。

**参加者**「同じ月齢のお子さんを持つお母さん同士で話せて楽しかったです。育児に悩んでいるのが自分だけではないと思えて支えになりました」



詳細は、健康未来こども課にお問い合わせください。

## 学生の就職活動における 宿泊費を支援します

県外の大学生などが就職活動のために市内宿泊施設で宿泊した費用の一部を補助します。

■対象／市の就労支援アプリに登録している県外在住の学生（大学・短期大学・高等専門学校・専修学校など）

▽市内で開催される企業説明会や合同企業説明会

▽市内企業が市内で実施する採用試験、面接、インターシップなど

■対象経費／就職活動のために市内の宿泊施設に支払った宿泊費

■補助額／1泊当たり上限額5000円で、1申請当たり3泊までの宿泊費（年度内に2回まで申請が可能）

■問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎ 83・3556



催し

国指定重要文化財「魚沼神社阿弥陀堂」保存修理記念企画展「魚沼神社、人々と刻んだ500年の歴史」

魚沼神社阿弥陀堂の茅葺屋根全面葺替にあわせて、魚沼神社に関する指定文化財や初公開資料の展示を行います。

■日時／7月24日(土)～8月31日(火)午前9時～午後5時※水曜日は休館です。

■会場／集集館1階展示室

▽内容  
▽県・市指定文化財・大般若経、天正日記などの古文書

▽初公開資料・徳川歴代將軍の朱印状、上杉謙信から魚沼神社に宛てた書状、樋口兼豊(直江兼続の父)に関する古文書

■入場無料  
■その他／阿弥陀堂で葺替工事の現場説明会を行います。(7月24日(土)、8月28日(土)、工事完了時)詳細はお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

■問い合わせ／生涯学習課社会教育係(市民会館内)  
☎82・9111



農作業体験をしませんか

■会場／おぢやクラインガルテンふれあいの里  
■服装／作業のできる服装  
■持ち物／長靴、ゴム手袋  
■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 (☎兼用)

○マイそば倶楽部

種まきから収穫、そば打ちまで体験できます。収穫したそば粉500gをお持ち帰りできます。

■日時・内容／いずれも日曜日、午前9時～11時

▽8月1日…種まき

▽9月中旬…そばの花見

▽11月上旬…収穫

▽12月上旬…そば打ち

■対象／そばが好きな方、自分で育てたそばの実でそばを打ってみたい方

■定員／先着10人程度

■参加料／4000円(種代など)

■申込締切／7月25日(日)

○じやがいも収穫体験

ご家族やお友だちと一緒にじやがいもの収穫体験をしませんか。収穫したじやがいもは全てお持ち帰りできます。

■期間／7月中旬～8月上旬

■受付時間／午前8時30分～午後5時30分

■体験料／1株100円

■品種／メークイン、キタアカリ

■その他／じやがいもが無くなり次第終了となります。



防災講座とキャンドルづくり

平成16年に発生した中越大震災を忘れず、震災を経験していない方たちにも対応方法や知恵を伝えていくために開催します。

■申込・問い合わせ／そなえ館 ☎89-7480  
■日時・会場

10・23「中越大震災の日」追悼のつどいは、10月23日(土)に開催予定です。

日時	受付時間	会場
7月25日(日)	午前10時～正午	午前9時45分～ そなえ館
8月17日(火)	午前9時30分～11時45分	午前9時15分～ 午後1時15分～ そなえ館、勤労青少年ホーム ※両会場をリモートでつないで実施します。
	午後1時30分～3時45分	

■対象／市内在住の小・中学生と保護者

■内容

▷防災講座：防災について、クイズで楽しく学びます。

▷キャンドルづくり：10月23日(土)の追悼のつどいで灯すキャンドルと、ご自宅で使えるキャンドルの2つを製作します。

■定員／各回・会場とも先着20人

■参加無料

■持ち物／エプロン(汚れが心配な方)

■申込受付開始／7月1日(木)午前9時



○材料の白いろうそくを集めています

ご寄附いただける方は、そなえ館または危機管理課へお持ちください。

○子どもボランティア募集

キャンドルづくりで使用する、パーツ製作のお手伝いをしてくれる小・中学生を募集します。

■募集期間／7月1日(木)～31日(土)

○メッセージ募集

震災で学んだことや復興への感謝の気持ち、災害に備える決意などメッセージをお寄せください。メッセージは追悼のつどいで灯籠に使用します。専用用紙はそなえ館にあります。

■受付期間／～9月30日(木)





# 小学生

## 夏のわくわく! ドキドキ?体験



教育センターの理科の先生や自然を愛する会の方などを講師に迎え、夏休みの自由研究の参考になる体験教室を開催します。

### ■申込締切

▽1～6…7月13日(火)

▽7…7月31日(土)

### ■申込・問い合わせ

▽1～4…生涯学習課社会教育係(市

民会館内) ☎82・9111

▽5…おぢやる ☎82・2478

▽6…教育センター ☎82・6750

▽7…そなえ館 ☎89・7480

### ①低温の世界

■日時／8月1日(日)・4日(水)午前10時～正午※希望する日を選んでください。

■会場／市民会館

■対象／小学3～6年生(保護者同伴可)

■内容／マイナス78・5度のドライアイスを使った実験、液体のジュースや個体のボールの変化を体験

■定員／各日20組

■服装／汚れてもよい服装

■持ち物／タオル、果物のジュースの500mlペットボトル1本(炭酸不可)

### ②川原の石からわかること

■日時／7月28日(水)午前9時～11時(集合時間…午前8時45分)

■集合場所／市民会館正面玄関

■会場／信濃川河川敷※市民会館からバスで移動します。

■対象／小学3～6年生

■定員／20人

■服装／汚れてもよい服装

■持ち物／タオル、水筒、石を持ち帰るための袋など

■日時



### ③縄文時代の暮らし体験

■日時

①7月31日(土)午前10時～午後5時

②8月7日(土)午前10時～正午

③8月28日(土)午前10時～午後5時

※複数日申し込みできます。

■会場／楽集館

■対象／小学3～6年生と保護者

■内容／①土器作り②石器作り③火を起こす、土器を焼く

■定員／各日10組

■服装／汚れてもよい服装

■持ち物／①③昼食

### ④親子自然教室 (①自然観察②標本の作り方③星空観察)

■日時

①7月17日(土)午前9時～11時30分

②8月1日(日)・4日(水)午後1時～3時

③8月7日(土)・9月18日(土)午後6時30分～8時30分

※複数日申し込みできます。

### ■会場

①五辺の水辺(集合場所…看板前)※少

雨決行

②市民会館

③おぢやる芝生広場※曇天・雨天時は

おぢやる体育館

■対象／小学生と保護者

### ■内容

①五辺の水辺に生息する昆虫採集と観察

②初心者向けのチョウの標本作り

③月、惑星、夏の星座の観察

■定員／①②各日10組③各日20組

■服装／①汚れてもよい服装②③指定なし

■持ち物／①タオル、水筒②なし③筆記用具、メモ用紙、懐中電灯

### ⑤音であそぼう!

飛ばしてあそぼう!



■日時／7月22日(祝)

▽Aコース…午前10時～11時30分

▽Bコース…午後1時30分～3時

※希望するコースを選んでください。

■会場／おぢやる

■対象／小学生と保護者(小学4～6年生は児童のみでの参加可)

### ■内容

▽Aコース…「音であそぼう!」音の伝わるしくみを体験

▽Bコース…「飛ばしてあそぼう!」ミニ

ロケットを飛ばす体験



■定員／各コース10組

■服装／汚れてもよい服装

■その他／当日、出張リサイクル市を開催します。おぢやる1階ロビーで午前9時30分～午後3時30分、図書館で不要になった本を差し上げます。(1人5冊まで) 図書館の利用カードは不要です。

### ⑥かがく研究レスキュー!! 夏休みはおまかせ!

■日時／8月1日(日)・4日(水)・19日(木)午後1時～3時

■会場／図書館

■対象／小学生、保護者

■内容／科学研究に関する相談

■申込不要※直接会場へお越しください。その他／開催日以外は、教育センターで相談を受け付けています。(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後4時)

### ⑦防災キャンプ8月版

■日時／8月10日(火)午後2時～11日(水)午前11時

■会場／そなえ館、おぢやる

■対象／小学4年生～中学3年生

■内容／災害模擬体験、非常食作り、レクリエーションなど

■定員／20人(最小催行人数…5人)

■参加料／1人2000円(保険料、食事代を含む。当日徴収)

■持ち物／宿泊に必要な道具



## 善意に感謝

(敬称略)

○新型コロナウイルス感染症対策のために

▽小千谷ライオンズクラブ・現金10万円

## 募集

### 放課後子ども教室 ボランティア

小学校の空き教室などを利用して、子どもたちが元気に遊べる場所を提供しています。小千谷市では、東小千谷・吉谷・千田・南・片貝の各小学校で教室を開設しています。

■開設日時／毎週月曜日の放課後（おおむね午後3時～5時）  
※祝日、長期休み、学校代休日などはお休みです。

■会場／各学校の図書室、学習室、体育館など

■内容／トランプや昔遊び、ボール遊びなどをする子どもの見守り

■その他

▽資格は必要ありません。

▽出席回数に応じて、交通費程

度の実費が支払われます。

■問い合わせ／生涯学習課社会教育係（市民会館内）☎82・9111



### ときめきめぐりあい会員

結婚したいと思っても、なかなか出会いの機会がない方、「ときめきめぐりあい会員」になつて、すてきなパートナーを探しましょう。地域や企業の「お世話志隊」隊員、「めぐりあいサポーターセンター」職員が婚活を応援します。

■会員要件／結婚する意思のある独身者で、次の要件のいずれかに該当する方

▽市内在住  
または在勤の方

▽将来小千谷市に住む意思のある方

■入会金・登録料無料



## 小千谷市職員採用試験

令和3年10月採用の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／衛生施設工務員
- 学歴・資格／高校卒業以上で、昭和61年4月2日以後に生まれた方（令和3年9月30日までに取得見込みの方を含みます）
- 採用人員／1人
- 一次試験日／7月18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／7月5日(月)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。
- 資料請求
  - ▷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月中旬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.ojya.niigata.jp



カラフルでおしゃれなチョークアートを体験しませんか。親子で参加できます。

### 勤労青少年ホーム チョークアート体験教室

■申込・問い合わせ／めぐりあいサポーターセンター（集集館内）☎83・1384（受付時間：午前9時～午後6時、水曜休館）  
FAX 82・8787 osewashi@tokimeki.ojyasunplaza.jp  
tokimeki.ojyasunplaza.jp  
p://tokimeki.ojyasunplaza.jp/

■日時／7月31日(土)午前9時30分～正午

■会場／勤労青少年ホーム

■講師／星野直美さん（STUDIO ON）

■定員／10人

■受講料／1000円（材料費）

※このほか、勤労青少年ホーム利用登録料1000円が必要です。

■持ち物／エプロン

■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。

■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）



# 文芸おぢや作品募集

郵便または図書館のホームページ（受付フォーム）から応募ができます。みなさんの作品をお待ちしています。

## ■応募要領

部門	規定	応募方法
短歌	1人2首以内	▽郵便はがき…部門ごとに1通ずつ
俳句	1人3句以内 当季雑詠（夏・秋）	▽ホームページ…1作品ごと
川柳	1人3句以内	▽ホームページ
詩	1人1編（400字 詰原稿用紙3枚以内）	▽封書またはホームページ



- ▽新作未発表作品とします。
- ▽複数部門に応募できます。
- ▽二重投稿はご遠慮ください。
- ▽作品には部門名・郵便番号・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を明記してください。ペンネームを使う場合は、本名をかつこ書きにしてください。文字の確認などで連絡することがありますので、電話番号の記入漏れがないようご注意ください。
- ▽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。
- ▽郵送する作品は、縦書き・楷書で正確に書いてください。
- ▽応募作品は返却しません。
- ▽入選・入賞作品の著作権は、主催者に帰属するものとします。

## ■応募先

▽郵送…〒947-0031小千谷市土川1-3-7 図書館「文芸おぢや」各部門係



▽図書館ホームページ：<https://www.city.ojiya.nigata.jp/site/library/>

■応募締切／8月20日（金）（当日消印有効）

## ■入選・入賞

部門	入選		入賞
	特選	佳作	
短歌	3首	10首	各部門1点ずつ
俳句	3句	15句	▽市長賞
川柳	3句	10句	▽教育長賞
詩	1編	若干	▽図書館長賞

## ■選者（敬称略・順不同）

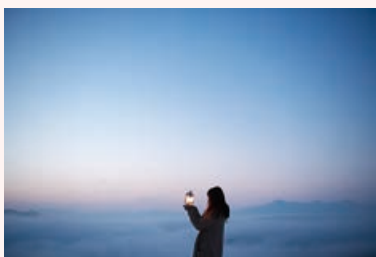
部門	選者
短歌	田宮朋子（長岡市）、小島なお（東京都）、金子欣一郎（市内）
俳句	黒田杏子（東京都）、神野紗希（東京都）、川崎陽子（新潟市）、山本浩（市内）、吉原幸男（市内）
川柳	小栗正和（市内）、山崎草太（長岡市）
詩	八木幹夫（神奈川県）

- 発表／入選・入賞者には、11月に文書でお知らせします。入選・入賞作品は「文芸おぢや第41号」で発表し、入賞作品（者）は、広報おぢやと市ホームページに掲載します。
- その他／「文芸おぢや第41号」には、入選・入賞作品のみ掲載します。作品は原文どおりとし、以後発表済みとして扱います。冊子は11月20日（土）から図書館で配布します。
- 問い合わせ／図書館 ☎ 82・2724 FAX 82・8915 [tosyo-t@city.ojiya.nigata.jp](mailto:tosyo-t@city.ojiya.nigata.jp)

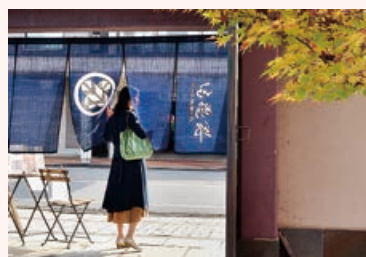
# 令和2年度 おぢやの観光フォトコンテスト 結果発表

## ■審査結果

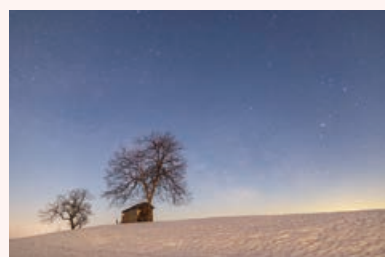
- ▽最優秀賞…「月浴びる柿の木と小屋」小野扶未さん（神奈川県）
- ▽観光協会長賞…「休日の散歩」星野宗一さん（東栄1）、「希望の灯り」安達和歩さん（八島）
- ▽入賞…「新成人への贈り物」竹見直和さん（長岡市）、「桜咲く入学式（道を間違えないで!）」黒崎敏夫さん（茶畑）、「朝靄」渡邊幸雄さん（柏崎市）
- ▽審査員特別賞…「さあもう少し頑張って!（稲刈り）」黒崎敏夫さん（茶畑）
- ▽佳作…5点
- ※詳しくは小千谷観光協会ホームページ <http://www.ojiyakankou.com/> をご覧ください。
- 作品の展示／作品は6月30日（水）までサンプラザ2階ロビーに展示します。
- その他／入選作品は小千谷市のPRポスターなどに利用させていただきます。
- 問い合わせ／小千谷観光協会 ☎ 83・3512 [kankou@city.ojiya.nigata.jp](mailto:kankou@city.ojiya.nigata.jp)



△観光協会長賞「希望の灯り」



△観光協会長賞「休日の散歩」



△最優秀賞「月浴びる柿の木と小屋」

## 商工業

### 特定計量器定期検査

売買などの取り引きや業務上の証明行為に使用している特定計量器の使用者は、県知事が行う定期検査を受けることが法律で義務付けられています。令和3年度の新潟県特定計量器定期検査を次のとおり実施します。

#### ■検査日時・会場

日時	会場
7月14日(水)	片貝総合センター
7月15日(木)	総合体育館
7月16日(金)	
7月19日(月)	総合体育館
7月21日(水)	

■受付時間／午前10時～11時30分、午後1時～3時

## 第3弾！ おぢやプレミアム 商品券を販売します！

商品券を購入する際に必要となる購入引換券付きチラシを、広報おぢや7月号と一緒に配布しました。購入方法や使用できるお店の詳細はチラシをご覧ください。

また、参加店の申し込みも随時受け付けています。

■問い合わせ／小千谷商工会  
議所 ☎81-1300



■検査対象／手動天びん、棒はかり、台手動はかり、電気式はかり、分銅、おもりなど

■手数料／当日現金でお支払いください。

※料金は計量器の種類によって異なります。

■問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83・3556



## 環境衛生

### 浄化槽で守ろう！水環境

浄化槽は、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

▽(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／右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環境課

☎38・2532



### 合併浄化槽設置補助金

きれいな水環境を守るため、合併浄化槽の設置や単独浄化槽から合併浄化槽への転換を支援しています。

■対象となる浄化槽／浄化槽整備区域（公共下水道区域・農業集落排水区域以外）の一般住宅に設置する、処理対象人員10人以下の合併浄化槽

#### ■補助の対象となる経費

▽合併浄化槽本体の設置費（便器、排水管、電気などの工事費は対象外）

▽単独浄化槽の撤去費（単独浄

化槽から合併浄化槽に転換する場合のみ）

#### ■合併浄化槽設置に係る補助限度額

▽5人槽：47万5000円

▽7人槽：67万円

▽10人槽：96万3000円

■単独浄化槽撤去に係る補助限度額／9万円

■問い合わせ／市民生活課環境共生推進室環境衛生係 ☎83・3509

### アメリカシロヒトリの被害を防ぎましょう

樹木の葉を食い荒らす害虫アメリカシロヒトリによる被害を防ぐためには、防除や駆除が大切です。

#### ■アメリカシロヒトリの防除・駆除

▽防除や駆除は樹木の所有者が行うことが基本です。個人で行うか、直接専門業者に依頼をしてください。

▽市では町内会での防除活動に対して機械の貸し出しと薬剤（スミチオン）の支給をしています。各町内の衛生班長にご相談ください。

▽薬剤を散布するときは、人や動物、作物、洗濯物などにかからないように注意してください。

さい。

■問い合わせ／市民生活課環境共生推進室環境衛生係 ☎83・3509

### ネコによる迷惑行為を防ぎましょう

のらネコや近所の飼いネコがフン尿をしたり、住居や畑に侵入して困っているという苦情が寄せられています。次のことに注意しましょう。

■かわいそうだからとのらネコに無責任にエサを与えると…

▽1匹のネコが1年で10匹以上のネコを出産することがあります。

▽周辺にネコが住みつき、フン害などで多くの人が迷惑します。

▽なわばり争いや伝染病でネコ自身も危険にさらされます。

■ネコを飼っている方は…

▽屋外でフン尿をさせないようにしてください。

▽飼いネコとわかるように首輪と迷子札をつけてください。

▽繁殖を望まない場合は、不妊・去勢手術を受けさせてください。

■問い合わせ／市民生活課環境共生推進室環境衛生係 ☎83・3509



スポーツ

こころい健康ウォーク

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。

夏バテ防止と運動不足解消のため、仲間と会話を楽しみながら信濃川リバーサイドコースを歩きませんか。特製弁当をご用意します。

■日時／7月17日(土)午前9時30分～正午

■集合場所／信濃川河川公園駐車場

■対象／18歳以上で市内在住・在勤の方

■定員／30人

■参加料／1000円(保険料・弁当代含む)

■申込締切／7月9日(金)

■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／こころいスポーツクラブおぢや(総合体育館内) ☎83・0085



ナイター野球大会

■日時／8月3日(火)～9月30日(木・土・日曜日、祝日を除く)  
午後7時30分試合開始

■会場／白山運動公園野球場

■参加資格／市内在住・在勤の方(学生は除く)

■チーム編成／1チーム20人以上(監督・コーチを含む、選手のみ)  
※二重登録は禁止

■参加料／1チーム2500円  
※代表者会議の際にお支払いください。

■申込締切／7月16日(金)午後5時

■代表者会議／7月27日(火)午後7時、総合体育館体育団体系

■問い合わせ／生涯学習課スポーツ振興室(総合体育館) ☎83・0077



白山運動公園野球場

東京2020オリンピック

聖火リレーが行われました

6月4日・5日に新潟県内14市町村で行われました。小千谷市は聖火リレーのルートではありませんでしたが、十日町市と長岡市を走るルートで市民のみなさんが聖火ランナーに選ばれました。

聖火ランナーのみなさんにお話を伺いました。

- ①応募動機
- ②走った感想
- ③目標・伝えたいこと



6/4  
十日町市

小千谷中学校3年  
西脇真帆さん



- ①母の勧めで応募しました。
- ②思っていたよりも緊張せずに走ることができました。
- ③ゴルフの練習と勉強の両立をがんばりたいです。

6/5  
長岡市

小千谷闘牛振興協議会のみなさん  
(山古志闘牛会のみなさんとのグループランナー)



△左から：篠田隼人さん、星野祐太さん、廣井将人さん、星野瑛さん

- ①中越大震災からの復興と恩返しのお気持ちを伝えたいと思い応募しました。
- ②想像以上に沿道に観覧者がいて、注目されているイベントだと感じました。
- ③聖火リレーを機に、「牛の角突き」を知ってもらい、闘牛場に足を運んでいただけたらうれしいです。

# ガス衣類乾燥機長期モニターレポート【第1回】

ガスの便利さや快適性を実感していただくため、昨秋、ガス衣類乾燥機のモニターを募集しました。応募総数10軒の中から当選された2軒のお客さまの声をお届けします。

■問い合わせ／ガス水道局お客さま係 ☎82・4115

## 小川さん宅（吉谷地区）



【家族構成】  
ご夫婦・お子さん3人  
(11歳・2歳・0歳)

### お悩みポイント

子どもが増えるにつれて増える洗濯物。前の洗濯物が乾く前にたまる洗濯物に、夕方にも暮れていました。

### こうなりました

毎日好きな時間に洗濯ができるようになりました！ボタンはシンプルですぐに使えます。複雑な機能は一切なく、コースも4つと分かりやすいです。標準コースならボタン1つですぐに乾燥が始まります。洗濯時間を合わせても2時間あれば終わるので予定を立てやすく、乾燥中に次の洗濯もできるのかなり助かっています！

## 木曾さん宅（片貝地区）



【家族構成】  
ご夫婦・お子さん3人  
(8歳・4歳・1歳)

### お悩みポイント

共働きなので、朝の貴重な時間に洗濯物を干していました。常に部屋干しで、なかなか乾かない洗濯物がストレスでした。

### こうなりました

洗濯物を干す時間がなくなり、本当に楽になりました！リビングに続くパントリーに設置しましたが、熱がこもらず戸を閉めれば音は全く気になりません。仕上がりがゴワゴワしないか心配でしたが、乾燥機で乾かしたタオルはふわふわで本当に感動しました。子どもたちも大喜びで、もう自然乾燥でタオルは乾かせません！



のていし  
タし  
ニ紹介  
モもご  
後声を  
今声き  
まします。

今秋も、とてもお得なガス機器販売会を予定していますので、どうぞご期待ください。

# 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きます。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。

■問い合わせ／福祉課高齢福祉係 ☎83・3517

## おたがいさまネット高梨

令和元年6月に、福祉会の一部門として気心知れた関係での支え合いをスタートしました。



サポーター30人が利用登録者8人をサポーターしています。まだまだ元気な高齢者も多く、サポーター活動が健康維持につながることもうれしいことです。5～10年後には、さらに多くの利用者からの依頼があると考えていますので、継続してがんばります。

- 対象／65歳以上の方
- 活動内容／雪かき、ゴミ出し、精米、買い物代行、庭先や畑の片付けなど
- 基本料金／30分200円
- 問い合わせ／高梨町事務所 ☎84・2979

## ○利用者の声

- ▽畑や庭の除草剤散布をしてもらい、きれいになってうれしい。
- ▽手早く庭木の伐採をしてもらい感謝。自分も元気なうちに誰かの役に立ちたい。
- ▽畑の畝を作ってもらい、野菜作りが楽しみで毎日張り合いになる。
- ▽市役所の申請書を取り寄せてもらい助かった。
- ▽雪かきをしてもらって助かった。

## ○サポーターの声

- ▽自分のペースでやることができ、「いつもありがとう」と言ってもらえる。
- ▽自分もいつまで支え手でいられるかわからないが、他の人と協力しながらやっていきたい。

## ○サポーター募集中

足腰が弱ったりすることで日常の簡単なことができずに困っている方がすぐ近くにいます。支えることであなたもきつと生きがい・やりがいを感じるはずですよ。ぜひ、お手伝いください。



# 認知症による徘徊の心配がある人の 事前登録・見守りステッカー交付を始めます

認知症は、病気の特性から徘徊行動が生じることがあり、道に迷っても人に尋ねることや助けを求めることができない場合も多くあります。

徘徊による行方不明など万が一の時に迅速に対応できるよう、事前登録事業を始めます。また、事前登録者で希望する方には、登録ナンバー入りの見守りステッカーを交付します。

■対象／市内に住所があり、在宅生活している方で認知症による徘徊の心配がある方

■内容

①事前登録事業：徘徊の心配がある人の写真や特徴、緊急連絡先などの情報を事前に市に登録し、小千谷警察署や地域包括支援センターと共有することで、保護した際の身元確認と家族への連絡がとれる体制をつくります。

②見守りステッカー交付事業：事前登録者のうち希望する方に、登録ナンバー入りの反射ステッカー（20枚）



を交付します。靴や杖などの持ち物に貼ってもらうことで、行方不明者を発見した際、登録ナンバーをもとに家族への連絡や自分の名前などが言えない場合の照会が可能です。

■利用方法／登録を希望する方の写真（上半身と全身写真が望ましい）を添えて、事前登録申請書を提出してください。希望者には、申請の際に見守りステッカーを交付します。

■利用無料

■申請・問い合わせ／福祉課高齢福祉係 ☎83-3517

## 地域のみなさんのご協力をお願いします！

見守りステッカーを身につけている方が、一人で困っている、道端に座り込んでいるなど不自然だと感じた時は、穏やかな口調で声をかけ、小千谷警察署 ☎83-0110 に連絡をお願いします。



## 認知症高齢者見守り隊講座

認知症高齢者の傾聴（話し相手）などのボランティア養成講座を開催します。認知症の方は年々増えており、誰でもなり得る病気のひとつです。地域の理解と少しの協力で、認知症の本人だけではなく家族も救われることがあります。

■日時・内容・講師

日時	内容	講師
7月21日(水) 午後1時30分～3時30分	【認知症を理解する】 ▷認知症とその対応 ▷高齢者の安心と安全～虐待の予防～	▷認知症キャラバンメイト ▷地域包括支援センター職員
8月18日(水) 午後1時30分～3時30分	【認知症の人を支える】 『傾聴』～相手の気持ちを受けとめるように聞き合い、お互いの理解を深める方法～	鈴木崇弘さん（臨床心理士・公認心理師（新潟県カウンセリング協会会員））
9月2日(木) 午後1時30分～3時	【認知症の人の気持ちを理解する】 ▷介護者からのメッセージ ▷認知症高齢者見守り隊（笑和会）の活動紹介 ▷ボランティアの基本	▷渡邊春治さん（介護者） ▷認知症高齢者見守り隊（笑和会）会員 ▷社会福祉協議会職員

■会場／サンラックおぢや

■参加無料

■その他／8月18日(水)は小千谷市ボランティアセンター主催の「傾聴講座」と合同で開催します。

■申込締切／7月16日(金)

■申込・問い合わせ／福祉課高齢福祉係 ☎83-3517

# 骨粗鬆症検診を受けて、 足腰を丈夫にフレイル予防をしましょう

## ●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。骨折してしまうと、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。

対象の方はこの機会に検診を受けて、ご自身の骨の状態を確認しましょう。

## ●骨粗鬆症検診日程

■検診日／7月20日(火)、8月23日(月)

■時間／午前9時～11時、午後1時～3時

■会場／総合体育館

■対象／令和3年度に左記の年齢になる女性

年齢	生年月日
40歳	昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生まれ
45歳	昭和51年4月2日～昭和52年4月1日生まれ
50歳	昭和46年4月2日～昭和47年4月1日生まれ
55歳	昭和41年4月2日～昭和42年4月1日生まれ
60歳	昭和36年4月2日～昭和37年4月1日生まれ
65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ



※骨粗鬆症で治療中の方、今年度医療機関などで検査を受けた方は対象となりません。

■料金／700円（70歳の方は無料）

■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、ご連絡ください。

■申込・問い合わせ／健康未来こども課健康増進係 ☎83・3640



## フレイル予防のための運動器科学講座 新しい生活様式と社会的フレイル

J A 新潟厚生連小千谷総合病院 整形外科医師 古賀 寛さん

### フレイルの3つの顔

フレイルは、「若い時よりできなくなってしまう」という加齢に伴うさまざまな衰えですが、その内容は3つの顔で分類されます。内臓や足腰の弱さや痛みといった**身体的フレイル**、認知症、不眠、うつ病のような**精神的フレイル**という2つの顔はイメージがしやすいと思います。しかし、今回はなかなか注目されることのない3つ目の顔、「**社会的フレイル**」についてお話したいと思います。

### 社会的フレイルは 環境と体の反応が絡む病態

社会的フレイルは生活環境がもたらすフレイルです。例えば仕事を引退するといった加齢がきっかけとなる環境の変化は、生活の充実感を減らしてしまい、結果として体力がなくなり、気分が落ち込んでしまう原因になります。身体的フレイルや精神的フレイルの原因は社会的フレイルであることも多いのです。



社会的フレイルは日本の世相

そのものです。税金や年金など金銭の問題、過疎化、核家族化や独居の問題、新聞やテレビで騒がれる社会問題は全て社会的フレイルだといって過言ではないですし、医療による治療では解決が困難なこともご理解いただけるでしょう。

### コロナ禍、新しい生活様式とフレイル

今、最も注目される社会問題は新型コロナウイルス感染症でしょう。コロナは私たちの生活を大きく変えてしまいました。このような変化は、当然高齢者の生活に多大な影響を与えています。外出や遠出の機会が減るだけでなく、離れている家族との交流が減る、さまざまなイベントがなくなる、経済的な不利益、インターネットなどになじみがない方の情報格差といった影響も現れました。今はまさに社会的フレイルが猛威を振るって、身体的・精神的フレイルを悪化させている状態だと言えます。

### 社会的フレイル予防は 社会全体の健康と幸せから

社会的フレイルに特效薬はありません。高齢者だけでなく、社会全体が健康で活力あるようにならないければ解決できません。これまでこのコーナーでは、子どもの病気や病院の役割の紹介、健康診断の大切さなど幅広い医療広報を行ってきました。これは「高齢者だけでなく社会全体が元気にならなければフレイルはなくなるらない」と考えてのことです。今後も市民のみなさんに役立つ情報提供で、社会的フレイル予防の場にしていきます。

■問い合わせ先／健康未来こども課健康増進係 ☎83・3640





# 検診日程

- ▷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。
- ▷また当日、体調が悪い場合は受診できません。ご家庭で必ず体温を測ってから受診してください。詳しくは受診通知書に同封されている体調に関する事項をご確認ください。
- ▷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。
- 問い合わせ／健康未来こども課健康増進係 ☎83-3640

## ●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
上ノ山		9:00～11:00	11:00～11:10	総合体育館
レディス健診1回目(女性限定)	7.1(木)	13:00～15:00		
全市(休日健診)	7.4(日)	8:30～11:00	11:00～11:10	
栄町、城内、時水、山谷、両新田、藪川、平沢、若葉2・3、坪野(下)	7.5(月) 7.6(火)	▷9:00～11:00 ▷13:00～15:00	15:00～15:10	

### ○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)※申込人数によっては期限前に締め切ります。
- レディス健診／女性を対象とした健診日です。※7月1日(木)の申込は締め切りました。
- ▷日時：11月16日(火)
- ▷会場：総合体育館
- ▷申込締切：11月9日(火)※申込人数によっては期限前に締め切ります。



## ●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
～12月(月・火・金曜日)	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



## ●胃がん・大腸がん検診日程

申込人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
千谷	7.27(火)	8:00～11:00	総合体育館

- 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。



## 非核平和

## 平和を願う折り鶴を募集

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。なお、折り鶴は50羽ずつひもで

## 「社会を明るくする運動」は第71回を迎えました

この運動は、全ての国民が、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、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。地域に根ざし、広く地域住民の理解を得られるような活動が全国各地で展開されます。みなさんのご支援とご協力をお願いします。

■問い合わせ／小千谷魚沼地区保護司会事務局（福祉課内）☎83-3517

## 自衛隊説明会

自衛官などの職業説明会を行います。

■日時／7月17日(土)午後2時～4時

■会場／市民会館4階大会議室

■対象／高校1年生～33歳未満の方と  
そのご家族

■申込締切／7月15日(休)

■申込方法／電話またはメールで、住所、氏名、年齢、連絡先、参加希望時間、参加人数をお知らせください。

■問い合わせ／自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所（長岡地方合同庁舎1階）☎33-0256  
✉nagaoka001@rct.gsdf.mod.go.jp



## 相談

## 臨床心理士による心の相談会

「夜眠れない」「やる気が出ない」など心の疲れを感じている

つなげてお持ちください。  
■受付期間／7月30日(金)  
■受付窓口・問い合わせ／企画政策課企画経営係☎83・3507



方、ひきこもりで悩んでいる方などの相談をお受けします。秘密は堅く守られます。  
■日時／7月13日(火)午後1時30分～3時30分  
■会場／あすえくる  
■対象／本人または家族  
■相談無料  
■申込締切／7月9日(金)  
■申込・問い合わせ／健康未来こども課健康増進係☎83・3640



## 図書館情報

図書館では、月替わりでお薦めの本を紹介する「特集本コーナー」を設置しています。

## ○特集本コーナー

7月の特集は「文芸おぢや」の作品募集開始に合わせて、「**詩歌を楽しむ**」です。限られた文字数に込められた感性や世界観。俳句や短歌、詩は、難しい言葉を使わなくても自分の思いを作品にすることができます。言葉が織りなす旋律を味わってみませんか。

## ○図書のご案内

新しく建設予定の図書館等複合施設の設計を担当する(株)平田晃久建築設計事務所の平田晃久さんの書籍を、図書館で所蔵しています。平田さんの建築に対するコンセプトやこれまでの作品に触れてみませんか。

▷平田晃久ー建築とは〈からまりしろ〉をつくることである（現代建築家コンセプト・シリーズ）（8）

▷Akihisa HIRATA Discovering New 平田晃久建築作品集

## ○夜のおはなし会

閉館後の図書館でこわ〜いおはなし会を開催します。

■日時／7月30日(金)午後7時10分～8時

※10分間休憩が入ります。

■会場／図書館1階こどもとしゃかん

■定員／先着25人

■申込受付開始日／7月6日(火)午前10時

■対象／どなたでも参加いただけます。

※夜間開催のため、小学生以下のお子さんは保護者の同伴が必要です。

■参加無料



■申込・問い合わせ／図書館☎82-2724

# 三二情報

日 日時・期日 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

## 長岡工業高等専門学校オ ンキャンパス2021

日 7月22日(祝)・23日(祝) 時 正午～午後4時  
 場 長岡工業高等専門学校(長岡市西片貝町888)  
 対 中学生と保護者 内 体験学習、校内・寮の見学など  
 内 寮の見学など 問 長岡工業高等専門学校総務課専門職員  
 ・ 9317 koho@nagaoka.ac.jp



△長岡工業高等専門学校ホームページ

## 県立魚沼テクノスクール

¥ 無料(ただし、テキスト代など自己負担あり)  
 問 県立魚沼テクノスクール ☎ 025・794・2410

## 犬のしつけ方トレーニング5回コース



### ■日時

講習名	開催日	午前の部	午後の部
講義講習	8月8日(日)	午前10時～正午	午後2時～4時
実技講習	8月22日(祝)、29日(日)、9月5日(日)、12日(日)	午前10時～11時	午後2時～3時

※最終日は実技講習終了後、修了試験を実施します。

■会場/新潟県動物愛護センター(長岡市関原町1-2663-6)

■対象/参加犬が6～24か月齢で、登録と今年度の狂犬病予防注射・5種以上の混合ワクチンを接種済であること

### ■内容

▷講義講習(飼い犬同伴不要):犬の習性と飼い犬の健康管理、飼い犬のしつけ方と問題行動の対処法

▷実技講習(飼い犬同伴必須):基本的なしつけを飼い犬との絆を深めながら段階的に学習

■定員/午前の部、午後の部いずれも先着10組

■受講料/2,000円

■申込・問い合わせ/新潟県動物愛護センター ☎ 21-5501



△新潟県動物愛護センターホームページ

①介護員養成科2期  
令和3年7月入校生

日 7月30日(金)～9月29日(水) 時 午前9時～午後3時50分(科目により変更あり)  
 場 魚沼サテライトスクール(南魚沼市西泉田48-1)  
 対 12人 申 7月8日(木)までにハローワークおぢや ☎ 82・2441

②事務応用科1期  
令和3年8月入校生

日 8月18日(水)～12月17日(金) 時 午前9時30分～午後4時  
 場 十日町市川端 丑784-1  
 対 15人 申 7月28日(水)までにハローワークおぢや ☎ 82・2441

## 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	7.14(水) 7.28(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、障害年金などに関する相談	○	長岡年金事務所お客様相談室 ☎88-0006 ※自動音声案内後①→②を押ししてください。
もの忘れ心配相談室	7.15(木)	10:00～12:00 13:30～15:00	市役所	もの忘れに関する相談、簡単なもの忘れのテスト	○	地域包括支援センター ☎83-0807
行政相談	7.14(水) 7.28(水)	9:30～11:30	岩沢住民センター	行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	-	市民生活課生活安全係 ☎83-3516
無料法律相談	7.21(水)	13:30～16:30	市役所	弁護士による法律相談	○	
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	7.21(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	7.25(日):地域のお茶の間城内 ☎81-4010 ※モス・コアラデイホームでの今年度の開催は中止します。 ※元中子公会堂、片貝総合センターでの7月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

## 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(日)
- 申込/7月15日(木)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
市営片貝町団地住宅 (一之町二区)	1	22,600～ 44,500円	鉄筋4階建・ 3LDK
	1	19,400～ 38,100円	
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
市営栄町団地住宅 3号棟(栄町)	1	17,000～ 33,500円	
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
市営千谷のぞみ団地住宅 (千谷)	1	28,900～ 56,700円	※入居人数基 準4人以上

- 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

- 県営住宅：新潟県が運営する公営住宅です。住宅に困窮されている方向けの集合住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
県営旭町住宅 1号棟(旭町)	1	19,800～ 38,900円	鉄筋4階建・ 3DK

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！  
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

- ♡ 林勇也さん (上ノ山1)
- ♡ 吉岡菜月さん (長岡市)
- ♡ 風間尚樹さん (上ノ山1)
- ♡ 黒崎友紀子さん (一之町二区)
- ♡ 増川泰河さん (平成1)
- ♡ 大島裕美さん (長岡市)
- ♡ 牛久保拓也さん (本町1)
- ♡ 風間裕子さん (茶合)
- ♡ 佐藤慎也さん (千谷)
- ♡ 増田夏海さん (千谷)

### ☆ご誕生

- 莉希さん (和田康平さん：三仏生)
- 涼乃さん (木村健彦さん：桜町(上))
- 李音さん (佐藤優紀さん：千谷)
- ひかりさん (須田一貴さん：土川2)
- 晴さん (田村珠吏さん：城内3)
- 春景さん (涌井洋明さん：平沢1)
- 晴志さん (山崎高志さん：桜町(下))
- 咲南さん (渡辺裕貴さん：城内1)
- 郁玖さん (木村雄介さん：平成1)
- 花羽梨さん (星野拓也さん：千谷)
- 琥太郎さん (新野吉平さん：若葉3)

■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：Mailplan-kh@city.ojiya.niigata.jp

▷ファクス：FAX83-2789

▷市ホームページ専用フォーム(広報おぢや保管庫)



### 問題

新型コロナウイルスワクチン接種後、経過観察として何分以上、接種場所で待機しなければならないのでしょうか。

- ① 5分
- ② 10分
- ③ 15分

- 応募締切/7月15日(木)  
(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。6月号のクイズの答えは、③あかねこでした。



## 今月のキッズフォト



平澤 <sup>やまと</sup> 大和くん (5歳4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。



小千谷市広報  
Instagramを  
チェック!

▷投稿者：imastagram1973さん  
▷撮影場所：時水城跡（城山）



## 作ってみてね! この料理



鶏ささみと枝豆を使うことで、動物性と植物性のたんぱく質が一度にとれます。また、きくらげやエリンギも入るのでいろいろな食感が楽しめ、食べ応えもあるメニューです。

きくらげは骨の健康などに大切なビタミンDを多く含む食材です。ビタミンDは日光を浴びると皮膚でも生成されるため、食事からの摂取に加え、日常生活で適度に日に当たることも大切です。

<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

栄養豊富でボリュームも満点☆

## ～鶏ささみときくらげの 炒め合わせ～

### <材料> (2人分)

鶏ささみ……………100g	しょうが……1かけ
枝豆(さや付き)…100g	ごま油……大さじ1
エリンギ……………1本	酒……………小さじ2
人参……………1/2本	しょうゆ…小さじ2
きくらげ(乾燥)…5g	こしょう……少々
にんにく……………1片	

### <作り方>

- ①枝豆はさやごと色よくゆで、さやから豆を取り出す。エリンギは縦半分に切り、1cm幅の斜め切りに、人参は千切りにする。きくらげは水で戻して一口大に切り、にんにくとしょうがは薄切りにする。ささみは食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンにごま油とにんにくとしょうがを入れて中火で炒め、香りが立ってきたら、ささみ、エリンギ、人参を加えて炒める。
- ③油がなじんだら酒としょうゆをまわしかけ、枝豆ときくらげ、こしょうを加えてさっと混ぜる。

### <栄養価> (1人分)

▷エネルギー：211kcal	▷炭水化物：12.0g
▷たんぱく質：18.9g	▷食塩相当量：1.0g
▷脂質：9.7g	

まちのうごき (5月31日現在)

人口と世帯 ( )内は前月比		
男	17,020人	(+ 4人)
女	17,247人	(-24人)
合計	34,267人	(-20人)
世帯数	12,671世帯	(+16世帯)

異動 (5月届出分)	
出生	13人
死亡	41人
転入	53人
転出	45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を活用して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 **AD ニュープラザ** 小千谷市城内1-2-35 (サンクラザ前) ご予約は TEL (0258) 82-1185 FAX (0258) 83-0156

**葬儀事前相談承ります。** わからないことがありましたらご相談ください。

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

④ ヘル少額短期保険株式会社 募集代理店 **創業明治2年**

**株カネオト セントラルホール翼** 新潟県小千谷市本町2丁目6番18号 TEL 82-2421 FAX 82-2420 フリーダイヤル 0120-49-8071

企業・団体・ご家族のみならずへ **高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) など、お気軽にご相談ください。

会員募集中

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**

ブルーベリーの摘み取り 始めました (要予約)

TEL : 82-7387 (阿部)

県内にお住まい・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** スマホ・パソコンから **金利引下げ!** お申込みするだけで

住宅ローン マイカーローン 教育ローン フリーローン

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

**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** みなさんは聖火リレーを見に行きましたか? 2組の市民がランナーとして走る姿を間近で見ることができ、うれしかったです! いよいよオリンピックが近づいてきたなと気持ちも高まりました。因