



小千谷を描く No. 473 雪の忍字亭 (片貝)

明けましておめでとうございます。

片貝は、歴史的にも寺社を中心とした知的文化の伝統のある土地柄ですが、ここ忍字亭も、雪の中で落ちつきのある風情を見せていました。私はその静けさにひかれて、今年最初のスケッチとさせていただきました。

だるも手がシャッコかったいや。



●今月の主な内容

- 市長・議長年頭のごあいさつ 2
- おぢや風船一揆イベント参加者募集 3
- 第2期健康増進計画・食育推進計画の策定 4
- お知らせ・健診日程 8～11

年頭のごあいさつ

小千谷市長

谷井
靖夫



小千谷市議会議員

風間
順一



謹んで新春のお慶びを申し上げます。市民の皆様におかれましては、輝かしい新年をお迎えのことと存じます。日本経済はアベノミクス効果もあり景気は緩やかに回復してきているとの報告がありますが、一日も早く当市でもその効果が実感できる年になることを期待するものであります。

さて、本年は小千谷市が誕生して60周年にあたることも、中越大震災から10年の節目の年でもあります。現在、市民意向調査などを実施する中で復興の進捗状況を検証しており、その結果を今後のまちづくりを生かしたいと考えております。震災によって失ったものはありますが、震災をきっかけとした新たな交流により、市内各地でさまざまな活動が展開されています。その芽を伸ばしていきたいよう、今後も行政が支援していきたいと考え

ております。

今春には旧塩殿小学校を改修した総合支援学校を開校いたします。専門職員による適切な教育と支援により、特別支援教育を充実してまいります。また、2020東京五輪・パラリンピックの開会式公式ユニフォームなどへの「小千谷縮」素材の採用活動についても、関係機関とともに進めてまいります。

これからも活力ある産業の一層の発展を促し、市民と行政が英知を出し合いながら協働して、魅力あるまちづくりを推進してまいりますので、変わらぬご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとりまして、健やかで幸多き年となりますよう、心からお祈り申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

あけましておめでとうございます。

市民の皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかにお迎えのことと心からお喜び申し上げますとともに、日頃より、市議会のために多大なるご理解とご協力を賜り、厚く感謝申し上げます。私も、新しい年を迎え、小千谷市の更なる発展のために、引き続き努力してまいりますと決意を新たにしております。

本市におきまして、本年は総合支援学校の開校をはじめ、病院統合による新病院建設の支援、中山間地域や中心市街地の活性化など多くの課題を抱えております。市議会といたしましても、これらの課題に積極的に取り組んでまいりたいと考えております。

本年は市制施行60周年、中越大震災から10年の節目の年であります。人口は年々減少していますが、市民は地

域コミュニティを大切にしながら地域の特性を生かしたまちづくりに向け頑張っております。

市議会では、市民の皆様にとつて「身近な議会」の実現を目指しております。また、さまざまな課題の解決に向け、市民の皆様の声を十分にお聴きし、議論を重ね、福祉の向上と市政の発展のため努力してまいりたいと考えております。

新春に臨み、市民の皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げますとともに、本年が皆様にとりまして幸せで実り多く、大いなる飛躍の年となりますことをお祈り申し上げます。



3月1日(土)・2日(日)に開催する「第38回おぢや風船一揆」で行われる「雪像コンテスト」の参加者を募集します。地域・団体で、ぜひご参加ください。

■日時／3月1日(土)

▽受付・抽選…午前8時30分～9時

▽代表者会議…午前9時～9時10分

▽雪像制作…午前9時10分～正午

▽審査…午前9時10分～午後0時10分

▽結果発表・表彰式…午後0時30分

■会場／おぢや風船一揆平沢会場
(イオン小千谷店北側)

■申込資格／1チーム5人以上

※小学生以下の参加は、保護者などの責任者が必要です。

■募集組数／先着20組

■参加無料

■申込締切／2月13日(木)

■申込方法／申込用紙に必要事項を記入の上、事務局に持参またはファックスで申し込みください。申込用紙は商工観光課にあるほか、観光協会ホームページ <http://www.ojyaka.com>

ko.com/からもダウンロードできます。なお、メール、電話でも受け付けます。その際は①チーム名②代表者氏名③住所④連絡先⑤参加予定人数をお知らせください。

■制作条件など／

▽雪像のサイズ、形状、テーマは自由。今年には市制施行60周年なので、「60」にちなんだもの大歓迎！

▽制作エリアは1チームにつき間口3m、奥行き3m。隣との間隔は2m離します。

▽各チームの制作位置は当日抽選により決定します。

▽除雪車や小型ロータリーは使用禁止。

▽着色は、水性の塗料のみ使用可能。

■審査方法／制作状況から雪像の表情・仕上がり・工夫度などを総合的に審査し、賞を決定します。

■表彰／

▽第1位…賞金3万円と副賞

▽第2位…賞金2万円と副賞

▽第3位…賞金1万円と副賞

※この他に特別賞、参加賞を用意しています。

■その他／雪の状況などにより内容を変更したり中止することがあります。雪像コンテストの肖像権は全て主催者が所有することとします。雪像の装飾品は各自で持ち帰ってください。

市制施行60周年・中越大震災から10年 第38回おぢや風船一揆 イベント参加者募集

■申込・問い合わせ／おぢや風船一揆実行委員会事務局（商工観光内）☎83-3512 ☎83-0871 ✉kanako@city.ojya.niigata.jp



「ぼこ」とは紙熱気球のことで、薄い紙でできた筒状の気球に暖かい空気を入れると上空に舞い上がります。昔は「蚕かいこ」のことを「ぼこさま」と呼び、形が似ていることなどが語源とされています。

原理は熱気球と同じで、アイデア次第でいろいろな形のができますし、メッセージを書いて飛ばすこともできます。

ぜひご参加ください。

■日時／3月1日(土)午後4時～4時30分

※気象条件などにより2日(日)午前9時～9時30分に延期の場合もあります。

■会場／おぢや風船一揆平沢会場
(イオン小千谷店北側)

■申込資格／個人、団体、グループなど

■募集組数／先着10組

■参加無料

■申込締切／2月7日(金)

■申込方法／申込用紙に必要事項を

記入の上、事務局に持参またはファックスで申し込みください。申込用紙は商工観光課にあるほか、観光協会ホームページ <http://www.ojyaka.com>からもダウンロードできます。なお、メール、電話でも受け付けます。その際は①氏名または団体名②代表者氏名(団体のみ)③住所④連絡先をお知らせください。

■制作条件など／
▽「ぼこ」の規定サイズは、250cm以内。

▽制作は、実行委員会が用意した紙とします。竹ひごなどは使用できません。

▽ペイントやメッセージは水性塗料のみ使用可能。

▽上げた「ぼこ」は、回収不能な場合や回収に危険が伴う場合を除き、チームで責任を持って回収し、持ち帰ってください。

▽「ぼこ」を上げるための熱源は実行委員会が用意します。

ぼこ作り教室を開催します

「ぼこ」上げに参加したいけど作り方がわからない、という方のために、2月7日(金)に「ぼこ作り教室」を開催します。

詳しい日程は後日、参加を申し込んだ方にご案内します。

市では、健康の保持増進を図る取り組みと、食を営む力を養うための取り組みの目標や方向性を明確にし、「健康で安心して暮らせるまち」を目指すため、「第2期小千谷市健康増進計画・食育推進計画」を策定します。策定にあたり、学識経験者や医療関係団体代表者の方などで組織する小千谷市健康づくり推進協議会で審議していただき、計画案がまとまりました。

この案に関して広くみなさんからご意見を募集します。

●ご意見を募集します(パブリックコメント)

■募集期間／1月14日(火)～27日(月)

■募集対象者／

- ①市内に住所がある方
- ②市内に事務所か事業所がある個人または法人・その他の団体

③市内にある事務所か事業所に勤務する方

④市内にある学校に在学する方

⑤上記①～④に掲げるもののほか、計画などに具体的な利害関係がある方

■閲覧・配布場所／市役所市民ホール、健康センター、片貝総合センター、東山・岩沢・真人・川井各住民センター、市民会館図書館、楽集館、総合体育館、ホットプラザ(勤労青少年ホーム)、子育て支援センターわんパーク

※この他、市ホームページ<http://www.city.ojya.niigata.jp/>

●ご意見の提出先・問い合わせ/健康センター保健係(☎947-0028 小千谷市城内2丁目6番5号) ☎83-3640 FAX82-8064 ☐kenko@city.ojya.niigata.jp

ojya.niigata.jp/からもご覧いただけます。

■提出様式/閲覧・配布場所に備え付けの用紙または任意様式により、住所、氏名(法人その他の団体にあつては所在地、名称、代表者氏名)、電話番号を明記のうえ提出してください。

■提出方法/次のいずれかの方法で提出してください。なお、匿名や電話による意見の受け付けや回答はいたしません。

①持参(右記提出先のほか、閲覧・配布場所に提出することもできます) ②郵送③ファックス④電子メール

■意見の公表/個人情報を除き、提出された意見の概要と意見に対する市の考え方を市ホームページで公表します。

●健康増進計画

市民の健康の保持増進を図るため、①栄養・食生活②身体活動・運動③たばこと健康④こころの健康⑤メタボリックシンドローム⑥がん⑦歯の健康の7項目において重点目標と評価指標を設定し、各種の取り組みを推進します。

●食育推進計画

市民が健全な食習慣を確立するため、①家庭・行政②保育園・幼稚園③学校④地域⑤地産地消の推進⑥いざという時の備えの各分野において各種の施策を実施します。

心の健康相談

眠れない、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、アルコールの量が増えて日中から飲んでしまう、アルコールを飲まないと眠れなくなったなどの自分や家族の心配を抱えている方、身近なところで精神科医師が相談をお聞きします。

秘密は固く守られます。

- 日時/1月28日(火)午後2時～3時30分
- 会場/健康センター
- 相談無料
- その他/現在、精神科を受診していない方が対象です。
- 申込締切/1月27日(月)正午
- 申込・問い合わせ/健康センター保健係 ☎83-3640

お年寄りの心の健康相談会

もの忘れが気になる、やる気が出ない、不眠などでお困りの方やその家族の相談を、精神科医師がお受けします。

また、訪問相談も行っていますので、ご希望の方はお問い合わせください。

- 日時/1月27日(月)午後1時30分～3時
- 会場/健康センター
- 相談無料
- 申込締切/1月23日(木)
- 申込・問い合わせ/地域包括支援センター ☎83-0807



児童思春期相談

家に引きこもりがちで、まわりの人と関わりを持つことに不安のある方、人前に入る自信がないが将来は働きたいと考えている方、その家族の方の相談を精神科医師がお聞きします。

秘密は固く守られます。

- 日時/1月22日(水)午後2時～4時
- 会場/長岡地域振興局健康福祉環境部
- 対象者/概ね15歳以上の方で、心や発達についての悩みを抱えている本人、家族の方
- 相談無料
- 申込締切/1月20日(月)
- 申込・問い合わせ/長岡地域振興局健康福祉環境部(長岡保健所) 地域保健課 保健指導担当 ☎33-4931

こんにちは！市長です

(81)



市民の皆様は、新しい年を迎えて、これからの一年間にどんな思いを巡らせられたことでしょうか。私にとっても、この新たな年は特に大切なもののように思われます。

今年是小千谷市制施行60周年の記念すべき年となります。60年と言えば人間では還暦です。私も還暦を迎えた時の気持ちは良く覚えていますが、もうこれで社会から一歩退いた存在になってしまおうという否定的な気持ちではなく、これからは過去にとらわれることなく、白紙状態から何か新しいことができそうな晴ればれとした気分を感じたものでした。そして何年か経ち今の自分を見ると、その時には絶対に想像できなかった第二の人生の展開に改めて驚いています。

ます。

今年はまだ中越大震災から10年の年でもあります。震災直後の惨状からは、今の小千谷市の姿を想像することは出来なかつたと思います。市ではこの10年の復興の進捗状況を検証し、これからの新しい小千谷の姿を考える機会とします。

新たな将来に向けて歩みを始める小千谷市にとって、想像もできない

ような展開があるかも知れません。

個人の力は、「能力」×「やる気」で決まると言われています。わが市の力についても同じことが言えるのではないのでしょうか。その持てる「能力」を十二分に発揮し将来への繁栄に繋げるためにも、小千谷市全体が「やる気」を持って、新たな歴史に向けて元気に歩みを始める意義ある年にしたいたいものです。

(谷井 靖夫)



▷市制施行60周年、中越大震災から10年を迎えます。より良い市となるよう、共にがんばりましょう。(薬師峠から市街地を望む)

作ってみてね！この料理



さつまいのチーズようかん

<作り方>

- 1 さつまいは皮を厚めにむき、2cm幅のいちよう切りにし、水にさらす。軟らかくなるまでゆでて水切りし、ボウルに移して粗くつぶす。
- 2 スキムミルクを50ccの水で溶く。
- 3 鍋に材料Aを入れて火にかけ、粉寒天が溶けたら1分くらい沸騰させ、砂糖を加えて煮溶かし、②を加える。
- 4 ③にスライスチーズを一口大にちぎって加え、チーズを溶かす。
- 5 ①のさつまいに④を少しずつ加え、よく混ぜながら粗熱をとり、型に流し冷蔵庫で冷やし固める。

📌今月のワンポイント

今回は、デザートからカルシウムが取れる献立を紹介します。甘さ控えめでさつまいとチーズの相性を感じるデザートです。チーズが苦手な方も食べやすくなります。

寒天は常温で固まりますので、冬場は暖房しない部屋でも固まります。



<材料> (4人分)

さつまい	200g ^㉔
スライスチーズ	2枚
スキムミルク	大さじ2
水	50cc
砂糖	20g ^㉔
A	{
粉寒天	2g ^㉔
水	150cc

<栄養価> (1人分)

▷エネルギー120kcal▷たんぱく質3.6g^㉔▷脂質2.5g^㉔▷カルシウム108mg^㉔▷塩分0.3g^㉔

■献立・調理/小千谷市食生活改善推進委員(健康センター内) ☎83-3640

2020年東京五輪ユニフォームへの「小千谷縮」 素材採用要請活動を知事に要望

市では商工会議所、織物同業協同組合と連携し、2020年東京五輪・パラリンピックにおける日本選手団のユニフォームに「小千谷縮」を素材として採用していただくよう活動しています。

12月18日(水)には泉田裕彦新潟県知事に、県からも他の特産品と連携した「チーム新潟」として、採用活動を支援していただけるように要望書を提出しました。

「小千谷縮」は通気性に優れ、暑い夏には最適な素材であり、また採用されれば、日本の伝統文化である小千谷縮を世界に発信するチャンスとなります。

ぜひユニフォームの素材として採用していただけるよう、今後も活動を進めていきます。



▽泉田知事に採用活動の要望書を手渡しました(12月18日新潟県庁にて)



▽小千谷縮のジャケットなどを紹介する谷井市長と小千谷織物同業協同組合の松井理事長(11月27日定例記者会見にて)

12/1 筆ペン1本で生み出される昆虫たち



市民会館で「松岡達英さん・おはなし会 自然はともだち」が開催され、小学生から大人まで約60人が訪れました。松岡さんは長岡市出身で、これまでに自然をテーマとした作品などを数多く発表しています。この日は教材提示装置を使用し、松岡さんがその場で描いた文字や絵をスクリーンに映し出しながらの講演となりました。

「小千谷市にも、手付かずの自然が残っているすばらしい場所がある」と話しながら、筆ペン1本で池の中にいる昆虫などを次々と描くと、訪れた子どもたちも大人も感嘆の声を上げ、うなずきながら聴き入っていました。

12/1

安全安心の手作り味噌

真人町の農家レストラン「田舎っぺ」で手作り味噌体験が行われ、市内外から8人が参加しました。

参加者は、小千谷産の大豆を蒸してつぶしたものに麹や塩を加えて手で丁寧にこね、味噌を仕込みました。毎年参加されている方は「この味噌はとてもおいしいし、自分の手で作ったものだから安心できる」と、この日を心待ちにしていたそうです。

終了後の昼食では、「きらり真人」のみなさんが作った田舎の「じつつお」が出され、みなさんおいしそうに食べていました。



中心街に位置するホテル

朝食バイキング **¥525**

レストラン 梓(2F)
(AM7:00~9:00)
どなた様もお気軽に
団体様要予約

ビジネスホテル **ニュープラザ**

茶郷川より夜景

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

サンプラザ
営業時間 本町1丁目
各客室に付 至十日町

家をつくりつづけて58年
今後ともよろしくお申しあげます

(株)丸山工務店

代表取締役 丸山 智義

小千谷本社 TEL 82-3242 FAX 82-0580
川口支店 TEL 89-3038 FAX 89-3379
E-mail:maruko-kawaguchi@herb.ocn.ne.jp
http://www2.ocn.ne.jp/~maruko/

有料広告掲載欄です

12/6

一足早いクリスマスプレゼント

わんパークでキラキラタイム「クリスマス会」が行われ、親子連れなど89組195人のみなさんが参加しました。



わんパークのスタッフによる「3びきのやぎのらがらごん」の劇や、クリスマスシアター「フルーツケーキ」などが披露され、子どもたちは目を輝かせながら見入っていました。

また最後には、サンタさんからのプレゼントが子どもたちに贈られ、歓声をあげて喜んでいました。

12/7

カラフルな「影絵」観劇会

市民会館で「影絵劇団かしの樹」の観劇会が開催されました。この観劇会は、ひばり認定こども園ひばり幼稚園が創立40周年を迎えた記念に開催されたもので、親子連れなどおおよそ100人の観客が会場を訪れました。

「はらぺこパンダ」のお話では、光と影だけで主人公の目が回っている場面や走っている場面が巧みに作り出され、子どもだけでなく大人も引き込まれていたようです。

また、さまざまな動物が登場し、その動きや声も子どもたちを楽しませていました。



12/15

見て楽しみ 食べて楽しむ 東山五人杵つき餅

東山住民センターで、東山五人杵つき餅保存会による今年最後の見学会が行われました。見学会では、臼の周りを5〜6人の保存会のみなさんが取り囲み、テンポよく次々に餅をついていきました。ついた餅はお雑煮やきな粉、大根おろしなどさまざまな調理方法で、見学者のみなさんに振る舞われました。



今回は地元の小中学生3人も参加し、餅つきや掃除などの手伝いをしながら、一生懸命に地域の伝統文化を継承している姿も見られました。

今回は地元の小学生3人も参加し、餅つきや掃除などの手伝いをしながら、一生懸命に地域の伝統文化を継承している姿も見られました。

12/22

明るい音色で すてきなクリスマス

サンラックおぢやでゴリラサークルのみなさんによる「クリスマスコンサート」が行われ、絵本「サンタのリスト」の読み聞かせや、小千谷西高等学校吹奏楽部のみなさんによる演奏が行われました。

演奏は、今年流行した「あまちゃん」のテーマ曲やクリスマスソング、ディズニーメドレーなど、子どもも大人も楽しむことのできる曲ばかりでした。

終了後にはサークルのみなさんが一生懸命に作ったわらのリースや小物入れなどがプレゼントされ、みなさん嬉しそうに会場を後にしていました。



12/22

響き渡る洗練された オペラの歌声

市民会館大ホールで「つなぐオペラコンサート」が開催されました。これは、吉谷地区出身のバリトン歌手・品田広希さん（写真中央）の呼びかけで企画されたものです。

冒頭に真っ赤な服の闘牛士に扮した品田さんが、「オペラ・カルメン」を歌いながら観客席後方から登場すると、その演出に驚いた観客から大きな拍手が送られました。その後、ソプラノの尾形志織さん（写真右）、テノールの吉田連さん（写真左）とともに、オペラの名曲やクリスマスソング、「花は咲く」などの日本の歌を披露しました。

最後のアンコールでは、品田さんが通っていた当時の吉谷小学校長である玉井龍さんを前に、品田さんが「ふるさと吉谷」を熱唱すると、観客から万雷の拍手が送られました。



下水道の都市計画変更案の縦覧

■日時／1月17日(金)～31日(金)午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)

■会場／ガス水道局

■内容／

- ①統合新病院建設予定地の追加(5・6 ha)
- ②工業団地、工業用途地域の一部の削除(△80・4 ha)
- ③区域外流入地区の追加(2・5 ha)
- ④平成19年下水道法認可済み地区の追加(8・7 ha)

■その他／この案について意見のある方は、縦覧期間の最終日までに意見を提出することができます。意見書は縦覧場所に設置してあります。

■問い合わせ／ガス水道局庶務係
82・4115 gasu@city.ojiya.niiga.jp



市民アンケートにご協力ください

市では、人と人のつながりと地域の魅力についての市民アンケートを行っています。

アンケート用紙がお手元に届いた方は、ご協力をお願いします。

- 対象／満20歳以上の市民1,000人(男女各500人)
- 内容／日常的なつきあいの状況、地域における活動の状況、お住まいの地域の状況など
- 投函締切／1月24日(金)
- 問い合わせ／企画政策課まちづくり推進室 ☎ 83-3507



みなさんのご協力をお願いします！

▷おぢやイメージキャラクター「よし太くん」

おじゃまします

サークル訪問

毎月10日号で、市内で活動しているさまざまな団体・サークルなどをご紹介します。

小千谷市スポーツチャンバラ協会のみなさんにお話を伺いました。

——スポーツチャンバラとはどのような競技ですか

簡単に言うと「チャンバラごっこ」をスポーツ化したものです。面を装着し、柔らかいエアソフト剣で相手を攻撃します。未就学児から高齢者まで安全に楽しめる生涯スポーツです。

——主な活動を教えてください

毎週土曜日の午後7時から総合体育館で練習をしています。小学生から50代の方まで幅広い



△競技は短刀や長剣のほか、二刀などでも行われます。

年代の方が参加しています。今年度は小学生が全国チャンピオンに、昨年は中学生が世界チャンピオンになりました。

——スポーツチャンバラを始めようと思ったことは何ですか

子どもは体幹が鍛えられ、基礎体力作りに役立ちます。大人は体を動かすことにより、体力の衰えを遅らせることができます。また、親子一緒に楽しみながら運動ができます。

○訪問後のひと言

「チャンバラ」と聞くと子どもの遊びのイメージですが、選手のみなさんは真剣な表情で、練習も張り詰めた空気が漂い、緊張感がありました。元々護身を目的としているため、実生活でも役立つそうです。市内に世界チャンピオンがいるとは知りませんでした。



小千谷市スポーツチャンバラ協会

会員数：10人 会費：年18,000円
問い合わせ：南雲 ☎ 090-2326-4538

e-Taxで 確定申告。 準備はお早めに!



利用期間

1月14日(火)午
前8時30分～
3月17日(月)午
後12時

問い合わせ

小千谷税務署
☎83-2090

国税の電子申告・納税システム「e-Tax（イータックス）」を利用して、所得税の確定申告ができます。なお、e-Taxをご利用いただくためには、電子証明書の取得・ICカードリーダーなどの事前準備

が必要です。

詳しくは、e-TaxホームページURL<http://www.e-tax.nta.go.jp/>をご覧ください。税務署へお問い合わせください。

e-Taxのメリット

国税庁ホームページから 電子申告

自宅のパソコンから国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用して、e-Taxに送信できます。

添付書類の提出を省略

医療費の領収書や源泉徴収票などは、その記載内容を入力することにより、書類の提出または提示を省略することができます。（5年間書類の保存が必要です）

24時間いつでも利用可能

所得税の確定申告期間中は、24時間いつでも利用が可能です。

還付がスピーディー

e-Taxでの還付申告は早期処理しています。（3週間程度に短縮）

農業所得収支内訳書作成 個別相談会

農業所得のある方を対象に、確定申告用「収支内訳書」の作成のための個別相談会を開催します。

■日時／1月23日(木)～29日(水)午前9時～正午、午後1時～4時

※1人当たり50分程度。土・日曜日を除く。

■会場／市役所税務課

■申込締切／1月21日(火)

※電話での事前予約が必要です。なお、人数の関係で、ご希望の日時で受け付けできない場合がありますので、ご了承ください。

■申込・問い合わせ／税務課市民税係☎83-3508

平成25年中の納付額のお知らせを発送します

平成25年中に納付いただいた国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納付額のお知らせを1月下旬に発送します。

確定申告などの社会保険料控除の申告にご利用ください。

なお、年金から天引きされた保険料など（特別徴収）の納付額は公的年金などの源泉徴収票でお確かめください。

■問い合わせ／税務課市民税係☎83-3508



図書館特別休館・特別貸出のお知らせ

図書館は蔵書の点検と整理などのため休館します。ご不便をおかけしますがご了承ください。なお、休館に伴い特別貸出を行いますので、ご利用ください。

■休館期間／2月3日(月)～10日(月)

■特別貸出実施期間／1月21日(火)～2月2日(日)※月曜日は休館日です。

■貸出期間／3週間

■貸出冊数／

▽一般図書…冊数制限なし

▽新着図書・雑誌…各5冊以内

▽ビデオ・DVD・紙芝居…2巻以内

■その他／

▽市内6施設に配本してある図書については、通常どおりご利用いただけます。

▽休館期間中はホームページからの予約申し込みはできませんが、受け付けは休館明けとなります。また、電話・メールなどによる調査相談などは休止させていただきます。

▽新聞は市民会館1階ホワイエで閲覧できます。

▽返却は、図書館正面玄関前にある返却ポストをご利用ください。

■問い合わせ／図書館☎82・2724

住民票交付センター休業のお知らせ

図書館の蔵書点検作業による休館に伴い、同館2階の住民票交付センターの窓口も休業となります。

■休館期間／2月3日(月)～10日(月)

■問い合わせ／市民生活課市民係☎83・35

09



住民検診調査にご協力ください



○問い合わせ／健康センター保健係☎83-3640

市では、市民のみなさんが健康で過ごせるように各種検診を行っています。

住民検診調査は平成26年度に各種検診の受診意向を把握し、申し込みをしていただくための調査です。また、市の住民検診の基礎資料になりますので、市の検診を申し込まない方も記入例を参照して該当欄に○印をつけてください。

■調査期間／1月下旬～2月末

■調査方法／保健推進員を通じて、各世帯へ調査票を配布し、回収します。

※各町内の保健推進員には、調査票の未提出世帯への連絡や確認などを行うようお願いしております。

<保健推進員ってなに？>

市の委嘱を受けて各町内に1人以上配置されています。市内の保健推進員で協議会を組織し、住民検診調査や町内・地域における自主的健康づくり事業などを通じ、市民の健康増進に努めています。守秘義務を厳守しており、調査実施上知り得た個人情報とは、固く守られます。

胸部レントゲン検査・特定健康診査の日曜健診を新設します

「平日は仕事が休めず健診に行けない」「普段は孫守りがあるから日曜の健診があればいいな」そんな方のために日曜の健診日を新設します。この機会にぜひお申し込みください。

■日時／7月13日(日)午前9時～11時

■検査内容／▷胸部レントゲン検査（肺がん検診・結核定期健康診断）▷特定健康診査（身体計測・尿検査・血圧測定・診察・血液検査など）

■対象／▷胸部レントゲン検査：40歳以上▷特定健康診査：16歳以上

○市の検診は何歳から？

がん検診は、20歳から子宮頸がん検診、40歳から肺・胃・大腸・乳房のがん検診が受けられます。特定健康診査は、学校や職場などで受ける機会のない16歳以上の方から受診できます。

ただし、40歳以上の方は加入している医療保険の種別によって受診方法が異なります。

○継続した検診習慣を！

退職される方、または退職された方は今まで職場で受けていた検診から、市の検診に切り替えて、継続した検診習慣を持ちましょう。

市の国保医療費は一人当たり年間約27万円（平成24年度）かかっています。生活習慣病（がん、心臓病、脳卒中など）の予防ができれば医療費を減らすことができます。食事、運動、休養、喫煙などの生活習慣の改善で重症化を予防できるように、自覚症状で判断せず、まずは検診で自分の健康を確認しましょう。

■まちのうごき（12月31日現在）

人口と世帯数 ()内は前月比		気象データ ※					消防本部出動状況			交通事故発生状況		
		25年12月	過去10年 の平均	25年 1月～12月	24年 1月～12月	25年 1月～12月	24年 1月～12月	25年 1月～12月	24年 1月～12月			
男	18,803人(-23)	出生	19人	平均気温	2.9℃	3.2℃	火災	22件	25件	件数	114件	149件
女	19,260人(-27)	死亡	46人	最高気温	13.1℃	14.7℃				死者	1人	2人
合計	38,063人(-50)	転入	46人	最低気温	-2.4℃	-3.4℃	救急	1,458件	1,554件	傷者	147人	184人
世帯数	12,711世帯(-7)	転出	69人	降水量月計	129.0mm	378.1mm						

※気象データは、小千谷市消防本部速報値です。(観測地：元中子)

ハッピーパパママ
うぶごえ教室

妊婦やその夫、1歳未満のお子さんを持つお母さんなどを対象にした教室です。

出産や子育てについて学んだり、参加者同士の話し合いで気軽に不安解消できる機会です。手作りスイーツもあります。おいしく楽しく交流してみませんか。

■日時／2月21日(金)午前9時40分～11時45分(受付:9時30分～)

■会場／健康センター

■内容／助産師の講話と座談会、リラックス体操、スイーツタイムなど

※男性参加者は妊婦体験や簡単な育児体験ができます。

■持ち物／母子健康手帳

■申込締切／2月18日(火)

■申込・問い合わせ／健康センター保健係 ☎83-3640

文化財防災訓練の
お知らせ



毎年1月26日は文化財防火デーです。地域の大切な文化財を火災などの被害から守るため、文化財防災訓練を実施しますので、ぜひご見学ください。

当日は消防車のサイレンが鳴りますが訓練ですのでご注意ください。

■日時／1月26日(日)午前10時30分～

■会場／魚沼神社(土川2)

■訓練内容／消防署・消防団・土川自主防災会による放水訓練、消火器訓練など

■問い合わせ／

▷消防本部予防課 ☎83-0238

▷生涯学習スポーツ課生涯学習係(総合体育館内) ☎83-0077

2月

乳幼児の健康診査日程

■問い合わせ/
健康センター保健係
☎83-3640

▶会場は健康センターです。発熱や発疹など、普段と違う症状のあるお子さんは、翌月の健診日にお越しください。

▶乳幼児健診の実施日には、先着順に番号札をお渡しします。

▶番号札配布開始時間／午前に開催の場合：午前8時30分～、午後開催の場合：正午～

健診名	対象	期日	受付時間	持ち物	その他
4か月児健康診査	平成25年9月生まれ	2月6日(木)	13:00～13:10	母子健康手帳、バスタオル、替え用のオムツ	離乳食講習会を同時に行います。
10か月児健康診査	平成25年3月生まれ	2月5日(水)	13:00～13:10	母子健康手帳、替え用のオムツ	離乳食後期の講習会を同時に行います。
1歳6か月児健康診査	平成24年7月生まれ	2月20日(木)	13:00～13:20	母子健康手帳	歯科検診を行います。歯をみがいてからお越しください。
2歳児歯科検診	平成24年1月生まれ	2月19日(水)	9:00～9:10	母子健康手帳、お子さんの仕上げみがき用歯ブラシ	幼児食講習会と歯科衛生士によるブラッシング指導を行います。歯をみがいてからお越しください。
3歳児健康診査	平成23年1月生まれ	2月18日(火)	13:00～13:20	母子健康手帳、目と耳のアンケート、生活習慣アンケート、採尿した容器	歯科検診を行います。歯をみがいてからお越しください。



桜町出身

井佐英徳選手

2014ソチオリンピック バイアスロン競技出場決定

井佐英徳選手（自衛隊、桜町出身）がソチ冬季五輪日本代表に選ばれました。

井佐選手は、ソルトレイクシティ（2002年）、トリノ（2006年）、バンクーバー（2010年）に続き、4大会連続の出場となります。ご活躍を期待しています。

● 明けましておめでとう
ございます。昨年は広報
クイズのがきで、みな
さんから温かいコメント
を多数いただき、本当に
ありがとうございました。
それらを読むたびに「もっ
ともっと良いものを作り
なければ」と、気合い
を入れ直しています。本
年も市報おちやをよろし
くお願いします。☺

● 明けましておめでとう
ございます。冬は雪も降
り行事も少なくなるため
取材に伺う機会が減って
しまいます。冬ならではの
行事や地域での取り組
みなど、私たちの知らな
いものがたくさんあるは
ず…。ぜひ地域のみな
さんから情報をいただき
たいと思います！本年もよ
ろしくお願いします。☺



● みなさんはどんな年末
年始を過ごされたでしょ
うか。因は3年連続で、
浅原神社の除夜の花火を
撮影しながら年を越しま
した。今年は天候もよく
いい写真が撮れました。困

ちぢみの里の利用券が当たる 解答をはかきでお送りください。
正解者の中から、抽選で3人に
ちぢみの里の利用券を贈呈します。
市報おちやの感想もあと担当は
うれしいのですが…

広報クイズ

問題

今年是小千谷市制施行何周年目で
しょうか。

①40 ②50 ③60

(今回はノーヒントです！)

■ 応募先 / 郵便番号、住所、氏名を
明記のうえ、次の宛先までお送り
ください。

〒947-8501 小千谷市役所企画
政策課秘書広報係（住所は記載不
要です）

■ 締切 / 1月24日(金) (当日消印有効)

12月号の答えは②「ホームページ」
でした。抽選の結果、次の方々当
選しました。

小川文子さん 藤井紀子さん
矢口トシ子さん

緊急情報メールの 登録をお願いします

災害時の避難情報、災
害発生情報、気象警報な
どを速やかに配信します。

登録方法などの詳細は
市報おちや6月25日号、
または市ホームページ
<http://www.city.ojiya.niigata.jp/>に掲載してい
ます。

■ 登録用アドレス

[bousai.ojiya-city@
raiden.ktaiwork.jp](mailto:bousai.ojiya-city@raiden.ktaiwork.jp)

■ QRコード

