

# 沼おぬまのお知らせ版

日時	期間	場所	内容	対象
資格	講師	演題	出演	相談員
持ち物	費用	定員	締め切り	
ホームページ	その他	申し込み		
メール	お問い合わせ			

## 安全・安心

### 地震を想定した総合防災訓練を行います

中越大震災から今年で15年を迎えることから、地震発生の際に、自分の身は自分で守る「自助」、地域で協力し合う「共助」をテーマに実施します。市民の皆さんも広くご参加ください。

**日** 10月20日(日)8時から

・想定：8時に堀之内地域を震源とした震度6強の地震が発生したと想定し訓練を行います。

・訓練場所：市内全域

・主会場：堀之内体育館、堀之内庁舎前

他訓練の内容等、くわしくは、各自治会、自主防災組織、関係機関に別途ご案内するとともに、市報うおぬま10月10日号でお知らせします。

**日** 10月1日(火)～31日(木)

◎スローガン  
ひろげよう 長寿社会へ  
無事故の輪

### 高齢者交通事故防止運動

県内の高齢者の交通事故死者数は、15年連続で全交通事故死者数の半数を超えています。また、高齢運転者による交通事故死者数の全事故に占める割合は依然として高い状態です。高齢ドライバーは、夜間の運転は控えるなど、補償運転※に努めましょう。また、自身の運転に不安を感じたときは、運転免許の自主返納を検討しましょう。

※補償運転とは：加齢に伴う運転技能の低下などによって生じる危険を避けるため、より安全性の高い方法（夜間や雨の日の運転を控える「ス

ードを出さない」など）を選んで運転することです。ペダル踏み間違い時加速抑制装置などの先進技術を搭載したサポカーは交通事故の防止や被害軽減に役立ちます。外出する時は、明るい服装を心掛け、夜光反射材などを積極的に活用し、ドライバーに存在を知らせましょう

◎運動の重点

- ・高齢運転者の交通事故防止
- ・道路横断時の安全確認と夜光反射材の積極的な活用
- ・早めのライト点灯とこまめな切替え

◎生活環境課  
☎792・9766

魚沼市交通安全協会  
☎792・5275

## くらし

### 市民対話の日

市長が市民の皆さんと市政に対しての意見交換をする対話集会を開催します。

◎湯之谷地域  
日 10月8日(火)19時から

場湯之谷公民館  
◎小出地域  
日 10月16日(水)19時から

場小出ボランティアセンター  
◎堀之内地域  
日 10月30日(水)19時から

場堀之内公民館  
◎企画政策課  
☎792・1425

◎魚沼市議会定例会  
一般質問ラジオ放送

魚沼市議会では、FMうおぬま(81.4MHz)で定例会一般質問の放送をしています。令和元年第3回定例会を現在放送中ですので、ぜひお聞きください。

◎ラジオ放送日  
期 9月23日(初月)～10月4日(金) (土日除く)

・放送時間：14時からおおむね1時間※同日19時から再放送

◎編集編  
・前の週に放送した分を編集編として日曜日に放送します。

日 9月29日(日)、10月6日(日)

・放送時間：10時からおおむね4時間

◎質問者の人数等により放送



宝くじ助成事業で整備した備品による活動の様子

## 制度・手続き

### 宝くじ助成事業で備品を整備しました

(一財)自治総合センターが社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施している、コミュニティ助成事業を活用し、備品を整備しました。

◎中家区  
伝統芸能衣装、締太鼓、三味線、マイク、アンプのコミュニティ活動備品の整備を行いました。

◎地域創生課  
☎792・9752

時間が変更になる場合があります。

◎協議会事務局  
☎799・4602

### 10月支払いガス料金(9月検針分)

岡ガス水道局 ☎792・1118

区分	1か月の使用量	基本料金	単価 (調整単位料金)	前月比較
料金表A	0～25㎡	540円	126.51円	2.58円減
料金表B	25㎡超～250㎡	594円	124.35円	
料金表C	250㎡超～	1,134円	122.19円	

(※税込)  
 ・使用量に応じて、A～Cの料金表で計算  
 ・ガス料金＝基本料金＋使用量×単価  
 ・調整単位料金：4月～6月のLNG平均価格を基に計算した単価  
 (例) 20㎡：3,070円 30㎡：4,324円 40㎡：5,568円 50㎡：6,811円

#### 銃砲刀剣類登録審査会

日10月17日(木)10時～14時30分  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局

#### 募集

#### プレミアム付き商品券の申請はお済みですか?

日10月1日(火)から利用開始のプレミアム付商品券の購入引換券の申請を受け付けています。対象者となる可能性のある人には、8月上旬に申請書を郵送しています。購入希望の人は9月30日(月)までに申請ください。  
 日10月1日(火)から利用開始のプレミアム付商品券の購入引換券の申請を受け付けています。対象者となる可能性のある人には、8月上旬に申請書を郵送しています。購入希望の人は9月30日(月)までに申請ください。  
 日10月1日(火)から利用開始のプレミアム付商品券の購入引換券の申請を受け付けています。対象者となる可能性のある人には、8月上旬に申請書を郵送しています。購入希望の人は9月30日(月)までに申請ください。

#### 農業者、食品製造業者向け「展示会見学ツアー」

日11月7日(木)  
 場 朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター  
 日11月7日(木)  
 場 朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター  
 日11月7日(木)  
 場 朱鷺メッセ 新潟コンベンションセンター

#### 岡岡都市整備課

日10月17日(木)10時～14時30分  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局

#### 屋根雪除雪安全対策支援事業

日10月17日(木)10時～14時30分  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局  
 日10月17日(木)10時～14時30分  
 岡長岡地域振興局

#### 催し

日10月5日(土)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)

#### 星空と天体観察

日10月5日(土)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)  
 日10月21日(月)

#### 生涯学習

日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から

#### ガス水道フェア

日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から  
 日10月12日(土)10時30分から

#### 公民館

日10月1日(火)～25日(金)  
 日10月1日(火)～25日(金)  
 日10月1日(火)～25日(金)  
 日10月1日(火)～25日(金)

#### 10月のプラネタリウム定期投影

日10月3日(木)・17日(木)19時から約30分投影します。  
 日10月3日(木)・17日(木)19時から約30分投影します。  
 日10月3日(木)・17日(木)19時から約30分投影します。  
 日10月3日(木)・17日(木)19時から約30分投影します。

#### 佐藤昭久 新作展

日10月7日(月)～25日(金)10時～16時(平日のみ)  
 日10月7日(月)～25日(金)10時～16時(平日のみ)  
 日10月7日(月)～25日(金)10時～16時(平日のみ)  
 日10月7日(月)～25日(金)10時～16時(平日のみ)

#### 健康・福祉

日10月1日(火)10時～11時30分  
 日10月1日(火)10時～11時30分  
 日10月1日(火)10時～11時30分  
 日10月1日(火)10時～11時30分

#### 認知症の人と家族のための魚沼市のつどい



◆早津 剛 絵画展

期10月8日(火)～28日(月)
・月曜～土曜9時～22時
・日曜祝日9時～17時
場守門公民館 無料
内油絵10点を展示します。
場守門公民館
☎797・2261

◆申間広神公民館

☎799・3227
①君も名人！将棋を楽しもう
日10月14日(祝)月、11月9日(土)
12月8日(日)、1月12日(日)、2月9日(日)、3月8日(日)10時～12時
場広神コミュニティセンター
内将棋愛好家たちと楽しみませんか。
対どなたでも 無料
申不要(直接会場においでください)

②只見線の歴史を知る教室

◎只見線に乗って歴史を振り返る
日10月27日(日)
※広神コミュニティセンター

◆子ども

◆児童手当10月定時支払

日10月15日(火)
内10月の定時支払は、6月～9月の4か月分を指定口座へ振り込みます。今年度の現況届の提出があり、支給資格が継続認定となった人が支払い対象です。個別の通知は行いません。なお、前年所得が制限限度額を超える受給者については、支給月額が児童1人につき5,000円となります。
◎支給月額
・0歳～3歳未満…15,000円
・3歳～小学生…10,000円
※第3子以降は、15,000円
・中学生…10,000円
場子ども課
☎794・6027

◆三二情報

◆小出病院作業停電

日10月6日(日)8時～17時
内入院棟電気設備の入替による作業停電を実施します。

7時50分集合
行き…7時58分小出駅発
帰り…15時40分只見駅発
場福島県只見町
内要害山登山(標高705m)。只見駅の裏山で低山ながら展望がよい山です。
※悪天候の場合、登山は中止
講横山 正樹さん(だんだんどうも只見線沿線元気会議)
対小学生以上※小学生以下は保護者同伴
定先着20人
¥200円※他に運賃実費負担
持動きやすい服装、昼食、飲み物等
☎10月21日(月)

◆各種相談等

◆なんでも話そう！「ほっ」と相談

将来の希望や心配事などについて、専門的知識と温かな対話で人を癒す精神対話士が相談をお受けします。
日10月5日(土)・16日(火)13時30分～18時
場ギャラリー1月うさぎ(真砂)

当日は入院患者の面会は制限させていただきます。
なお、休日救急診療室は通常どおり行います。
場小出病院
☎792・2111

◆魚沼基幹病院作業停電に伴う休日救急対応

電気設備の法定点検のため、作業停電を実施します。点検作業中は、救急患者の受け入れができませんので、魚沼市休日救急診療室(小出病院内)などへ受診をお願いします。
なお、重症(意識がないなど)の場合は、119番で救急車を呼んでください。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
日10月20日(日)8時～14時
場魚沼基幹病院総務課
☎025・777・3200

◆和田健一(おんけんいち)油彩(あぶら)個展

期10月の土日祝日10時～17時
場ギャラリー1月うさぎ(真砂屋米店倉庫2階)
内「魚沼。日々の風景展」(四季の賛歌)

屋米店倉庫2階)
対どなたでも
¥無料
場白井
☎090・8331・4584
※ショートメール可
学校教育課
☎794・6072

◆10月7日から13日は行政相談週間です

行政相談は、総務大臣から委嘱された行政相談委員が、行政に関する苦情や要望などの相談を受け、関係機関に助言や通知を行い改善に取り組みます。相談は無料で、秘密は固く守られます。
◎魚沼市の行政相談委員
・穴沢邦男さん ☎797・3791
・森山 強さん ☎792・7281
・橘 恵子さん ☎792・4675
・森山裕子さん ☎794・2160
※市の行政相談委員は、人権なんでも相談と合同で地域を巡回して、年8回相談所を開設しています。開催日は、随時市報うおぬまお知らせ版に掲載します
場市民課
☎792・8844

¥入場無料
場ギャラリー1月うさぎ・関根
☎080・6804・3180

◆申請地域医療魚沼学校

☎792・1167

①楽語り講座

日10月2日(火)18時～19時
場小出病院
内小出病院NST(栄養サポートチーム)委員会の紹介
講小出病院NST委員会
対どなたでも
¥無料
☎10月1日(火)
他元気ポイント対象事業

②楽語り講座

日10月16日(火)18時～19時30分
場小出病院
内職場でも家庭でも使えるコミュニケーション教室
講菊野麻子さん(フリーアナウンサー)
対どなたでも
¥無料
☎10月15日(火)
他元気ポイント対象事業



◆未就園児園開放のお知らせ 10月 場子ども課 ☎794・6027

魚沼市内の各保育園・幼稚園では未就園児を対象にした園開放を行っています。園児との交流や自由遊びの他に保育士が相談などもお受けします。いずれも申し込みは不要、料金も無料です。ぜひご利用ください。

Table with 5 columns: 事業名(園名), 開催日, 時間, 持ち物, 問合せ. Rows include activities like 'みんなあつまれげんきっこ' and 'にこにこひろば'.

◆エンジョイスポーツクラブ 中学生フットサル教室

日10月2日(火)から3月までの毎週水曜19時～20時30分
場小出中学校
内中学生対象の教室で、フットサルを通じて体力づくりをします。初心者から経験者まで、どなたでも参加できます。
講武川学さん(日本サッカー協会公認コーチ、スペインでも指導経験あり)
対基本的には市内中学生
定先着30人
¥Eスポ年会費2,100円(3月まで)、月会費1,000円、保険料500円
持室内用シューズなど運動ができる服装
申エンジョイスポーツクラブ 魚沼
☎793・7166

◆めぐみ幼稚園運動会にあつまれ！

日10月5日(土)9時～12時終了予定
場湯之谷小学校第2体育館(井口新田192)

内簡単なゲームに参加でき、景品もあります。
対どなたでも
持内履き、飲み物など
申不要
他当日体育館入り口にプログラムを用意します。
場めぐみ幼稚園
☎792・6768

◆うおぬまわくわくキッズ☆秋(あき)かぼちゃの収穫祭(とりのり)かぼちゃ畑の整備と試食

日10月6日(日)9時～12時
※荒天の場合、室内で活動
場小出公園内
内畑の整備と試食、自然あそび
対小学生とその保護者
定先着30人 ¥100円
持汚れてもよい服装、飲み物、軍手、タオル、帽子
☎10月2日(火)
申スノーパーク小出
☎792・5320
info@sp-koide.org (左記QRコードからも申し込みができます)
場湯之谷小学校第2体育館(井口新田192)



QRコード



◆植樹祭「木を植えようよ。いっしょに大きくなろう！」

日 10月5日(出)10時～11時
場 響きの森公園 子育ての駅
「かたつくり」周辺
※集合場所：当日9時50分までに響きの森公園文化会館側正面階段をのぼって左側にある「全国植樹祭」ののぼり旗の所に集合
内 子どもたちが木とふれ合い、木とともにのびのび成長していけるように子どもたちを中心にした植樹活動です。
対 どなたでも
他 く食まちうおぬま秋の陣 2019～四季の潤い里山まつりと同時開催です。
ポランティアを募集しています。協力できる人はご連絡ください。
問 うおぬま緑と森の連絡協議会・高野
☎090・4394・2726

◆秋季市民ソフトテニス大会(日程変更)

市報うおぬま9月10日号に

◆魚沼市スポーツフェスティバルバウンドテニス&ラジボール卓球大会

日 10月14日(例)9時～16時
場 小出郷総合体育館
内 バウンドテニスはダブルス、ラジボール卓球はシングルスとダブルス
対 どなたでも
¥ 参加料200円(当日持参)
持 スポーツのできる服装
※ ラケットはお貸しします
他 バウンドテニスは事前練習ができます。お気軽にお問い合わせください。
問 磯部
☎090・2533・4852

◆シルバー人材センターに入会しませんか

◎入会説明会
日 10月15日(火)、11月15日(金)、12月16日(月)、1月15日(水)、2月17日(月)、3月16日(月)10時～11時
場 小出公民館
資 市内在住でおおむね60歳以上の健康で働く意欲のある人
問 シルバー人材センター
☎792・3778

掲載しましたが、日程が変更になったためお知らせします。お間違いないようご注意ください。

◎変更後

・一般(中学3年生以上)の部
(男、女)、小学生の部：
10月6日(日)8時30分から受付
・中学生(1、2年生)の部(男、女)
10月13日(日)8時30分から受付
※雨天時は14日(例)に延期
☎9月30日(月)
問 魚沼市ソフトテニス協会・高橋
☎799・2335
✉nhitokamin@yahoo.co.jp



◆出張労働相談会

日 10月8日(火)12時～16時
場 小出ポランティアセンター
内 「残業代を払ってもらえない

◆第15回魚沼市市民ソフトボール大会協会長杯争奪戦

日 10月14日(例)8時～12時予定(参加チーム数で変動)
場 広神東小グラウンドほか
内 一般の部(男女混合可)
対 市民で編成したチーム
¥ 協会加盟チーム2,000円
未加盟チーム5,000円
☎10月6日(日)
◎抽選会・説明会
日 10月10日(木)19時から
場 広神コミュニティセンター
申 岡大会事務局・山本(出場の連絡をしてください。要綱を送付します。)
☎090・1533・1494
※ショートメール可

◆簡単・楽しい男の料理サロン

日 10月16日(水)10時～14時
場 小出ポランティアセンター
¥ 700円
持 エプロン、三角巾、筆記用具
☎10月11日(金)
申 まめな会・坂大(社協内)
☎792・8181

い」突然解雇と言われた「パワハラを受けている」などの労働に関する様々な悩み事について、長岡労働相談所職員が相談をお受けします。秘密は固く守られます。

申 労働相談を希望する人は、当日、直接会場にお越しください。予約は不要です。
使用者からのご相談もお受けします。
¥ 無料
問 新潟県長岡労働相談所
☎0258・376110
(労働相談専用ダイヤル)

◆つきもひアサパー学習会

日 10月9日(水)13時30分～15時30分
場 小出ポランティアセンター
内 当事者主動サービスのテキストを通して、ピアサポートの基本的な考え方を学びます。
¥ 無料
申 不要
他 くわしくは、社協ホームページをご覧ください。
問 魚沼市社会福祉協議会
☎792・8181

◆魚沼特使・星野裕矢さん母校凱旋コンサート

宇宙戦艦ヤマト2202愛の戦士たち第四章「天命篇」のエンディング主題歌を歌う星野裕矢さん(山田出身、魚沼特使)による母校凱旋コンサートを開催します。児童のほか、一般の人も観覧できます。
日 10月21日(月)13時30分から
場 広神東小学校
¥ 入場無料
問 広神東小学校
☎792・5611

◆作って食べて楽しい食事会(自分だけのデザートも作れるよ)

日 10月26日(出)10時～14時30分
場 小出ポランティアセンター
定 30人 ¥500円
持 エプロン、三角巾、タオル
☎10月20日(日)
申 れんれん友の会 れんれん処
☎793・7850

◆第20回囲炉裏端で昔ばなしを聞く会

日 10月26日(出)13時30分から

◆絵本の読み聞かせ&ママの座談会

日 10月10日(水)10時30分～11時30分
場 子育ての駅かたつくり
内 FMうおぬまパーソナリティによる絵本の読み聞かせ、ママの座談会
講 金内美代子さん(FMうおぬまパーソナリティ)
対 乳幼児の親子
定 親子20組※事前申込必要
応募多数の場合抽選
¥ 無料 ☎10月3日(水)
申 にいがた、びよりウェブサイトにより
問 新潟日報社びより事務局(平日9時30分～17時)
☎025・385・7168



QRコード

◆茶の間「ゆいあつ」

世代や地域に関係なく、誰でも参加できる交流の場です。
日 10月10日(水)9時30分～12時
場 小出ポランティアセンター

内 茶話会、交流会 ¥無料
問 友愛ポランティアの会・櫻井(由)(社協内)
☎792・8181

◆車椅子フォークダンスインストラクター養成講座ポランティア会員募集

日 10月14日(例)9時～16時
場 小出ポランティアセンター
対 どなたでも定20人
¥ 3,000円(入会金、年会費、テキスト・DVD教材を含む。家族で申し込みをする人は一家族につき3,000円)※障害者手帳をお持ちの人は無料
持 体育館シューズ等
申 「矢車草の会」魚沼支部・久保田
☎090・2419・4041
「矢車草の会」柴木
☎090・2632・3105



を習得し、就職を希望する人

定 15人

¥ 無料(但し、テキスト代、検定料等自己負担あり)
☎10月16日(水)
申 申込書はハローワークこいでに提出してください。

◆司法書士無料相談週間

県司法書士会では、10月1日の「法の日」に合わせ、会員各事務所無料で相談を実施します。
期 10月1日(火)～7日(月)各事務所
の執務時間内
※土日の相談をご希望の場合は、事前に各事務所へお問い合わせください
場 県内各司法書士事務所
内 登記、訴訟、相続、成年後見、多重債務、悪徳商法など、市民生活一般に関する法律相談
¥ 無料
他 県内の各司法書士事務所に直接ご連絡ください。ご相談の際には、事前に電話で問合せ、予約することをおすすめします。
問 新潟県司法書士会事務局
☎025・244・5121

①「介護職員のための腰痛を防止する介護技術コース」受講生募集

日 10月30日(水)・31日(木)9時30分～16時30分
場 堀之内社会福祉センター
対 介護の職務に従事している人で自身の介護スキルレベルアップを図りたい人
定 24人
¥ 3,900円
☎10月18日(金)

②事務応用科2期11月入校生募集

期 11月8日(金)～3月5日(木)
9時20分～15時50分
場 スリーエスITトレーニングセンター(十日町市)
対 パソコンの知識・技能や簿記



# ◆住民けん診 10月

健康増進課 ☎792・9763

事前に申し込みされた「けん診受診票」は、年間日程表とともに5月中旬にお届けしてあります。日程が残り少なくなってきました。まだ受けていない方、日程を変更した方は忘れずに受けましょう。ご案内した日程でご都合のつかない場合は、ほかの会場でも受診できます。予約制の検診を除き、日程変更の連絡は不要です。

日	受付時間	会場	特定 基本	胸	胃 大腸	乳 子宮
2日(水)	13:00~15:00	小出検診センター	●	●		
3日(木)	9:00~10:30	小出ボランティアセンター				●
	13:00~14:30					●
7日(月)	8:00~10:30	広神体育センター	●	●	●	
	13:30~14:30		●	●	●	
8日(火)	8:00~10:30	小出ボランティアセンター	●	●	●	
9日(水)	8:00~10:30		●	●	●	
10日(木)	8:00~10:30	小出検診センター	●	●		
15日(火)	13:00~15:00		●	●		
17日(水)	9:00~10:30	小出ボランティアセンター				●
	13:00~14:30					●
24日(水)	8:00~10:30	堀之内公民館	●	●	●	
	13:30~14:30		●	●	●	
25日(金)	8:00~10:30	小出ボランティアセンター	●	●	●	
	13:30~14:30		●	●	●	
29日(火)	8:00~10:30	小出ボランティアセンター	●	●	●	
30日(水)	8:00~10:30		●	●	●	

※特定健診等で日程表だけが必要な人は、健康増進課（湯之谷庁舎）または各市民センター、北部事務所に申し出てください。また、市のホームページでも確認できます。

☎ <https://www.city.uonuma.niigata.jp/>

### ◆障がい者就職面接会

魚沼市、南魚沼市、湯沢町の企業が参加する障がい者向けの就職面接会を開催します。

日 10月16日(水)13時30分～16時  
(受付は13時から)

場 浦佐ホテルオカベ

内 障がい者と企業との個別説明・面接会


他 参加を希望する人は事前の申込みが必要です。

問 ハローワーク南魚沼 職業紹介部門 高橋・山本

☎ 025・772・3157

### 宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになりました!

宝くじ公式サイトはコチラから



お得な特典、便利なサービスいろいろ! 宝くじ公式サイト会員登録ステップ

**STEP1** 「宝くじ公式サイト」を検索し、メールアドレスの登録(会員登録)

「宝くじ公式サイト」を検索して、宝くじ公式サイトの新着会員登録ページでメールアドレスを登録(会員登録)します。

**STEP2** 会員登録の入力(会員登録)

① 入力いただいたメールアドレス宛に、メールが届きます。  
② メールに記載されている会員登録URLをクリックします。  
③ 画面に従って、氏名や生年月日の情報を入力した上で会員登録が完了します。

**STEP3** 決済情報の入力

ネット購入をご利用される方は、宝くじを購入するための「クレジットカード情報」および「当せん金の振込先情報」をあらかじめ登録しておいてください。  
以上で、宝くじ公式サイトで宝くじを購入できるようになります!

宝くじ公式サイト ☎0570-01-1192 (フビダイヤル 無料) ☎011-330-0777 (有料)

## ◆行政書士制度広報月間

日本行政書士連合会及新潟県行政書士会では、毎年10月1日から31日を「行政書士制度広報月間」と定め、行政書士制度の普及浸透を目的として、全国一斉に広報、観察活動を行います。「あなたの街の法律家」行政書士にぜひご相談ください。

問 新潟県行政書士会  
☎025・255・5225

## ◆新潟県麻薬・覚せい剤乱用防止運動

期 10月1日(火)～11月30日(出)  
内 麻薬・覚せい剤・危険ドラッグ等の使用・所持は絶対にやっ  
てはいけません。薬物の危険性・  
有害性を正しく認識しましょう。

## ◆薬と健康の週間

期 10月17日(水)～23日(水)  
内 薬は、誤った使い方をすると、副作用により健康を損なうおそれがあります。用法、用量などの使用上の注意をよく理解

して、正しく使いましょう。かかりつけ薬剤師・薬局を持つと、複数の医療機関を受診しているも、薬剤師にそれぞれの薬の重複や相互作用を確認してもらえます。また、薬に関する相談がしやすくなります。

## ◆スギヒラタケは食べないで

「カタハ」とも呼ばれるスギヒラタケの摂取で急性脳症を発症する事例が報告されています。スギヒラタケは夏から秋にかけてスギやアカマツ等に多数重なり合って生える白いキノコです。スギヒラタケが安全に摂取できるかは現時点で分かっていないため、食べないようにしましょう。

問 魚沼地域振興局健康福祉部 衛生環境課  
☎792・8619

## ◆部活解放第36回新潟県研究集会

日 10月5日(出)10時～16時  
場 村上市民ふれあいセンター  
内 差別の現実深く学び、部落差別をはじめさまざまな差

## ◆ひきこもり家族交流会 学習会

日 10月31日(水)13時30分～15時30分  
場 新潟県精神保健福祉センター  
内 学習会及び交流会(語り合

別をなくそう! 午前:全体会(記念講演) 午後:分科会

¥1,500円(学生無料)

申 村上市民課生活人権室  
☎0254・53・2111  
☎0254・53・2541

## ◆弁護士によるB型肝炎特措法無料相談会の知らせ(出張相談)

日 10月12日(出)13時30分～16時(受付15時まで)  
場 南魚沼市ふれ愛支援センター  
内 弁護士による相談会  
対 集団予防接種でB型肝炎になった人とその家族  
他 弁護士によるB型肝炎特措法無料電話相談会も開催します。

## ◆受信環境クリーン月間

10月は、「受信環境クリーン月間」です。テレビがきれいに映らない、ラジオに雑音が入るといった電波に関することは、総務省信越総合通信局までお気軽にご相談ください。

## ◆無線設備への混信・妨害及び違法な無線設備の情報に関すること

問 監視対策課  
☎026・234・9976  
☎026・234・9991  
◎その他情報通信の行政相談

い、情報交換) 講話「ひきこもりの理解と対応について」

講 川嶋 善章先生(南浜病院副院長)

対 ひきこもり問題に悩むご家族等  
¥ 無料  
他 3月頃に交流会を予定

## ◆受信環境クリーン月間

10月は、「受信環境クリーン月間」です。テレビがきれいに映らない、ラジオに雑音が入るといった電波に関することは、総務省信越総合通信局までお気軽にご相談ください。

## ◆無線設備への混信・妨害及び違法な無線設備の情報に関すること

問 監視対策課  
☎026・234・9976  
☎026・234・9991  
◎その他情報通信の行政相談

に関すること) 総合通信相談所  
☎026・234・9961  
☎ <http://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/>

## ◆ハロートレーニング(求職者支援訓練)基礎コース

◎はじめてのパソコン基礎科の11月入校生を募集しています  
期 11月6日(水)～2月5日(水) 9時～15時40分(平日のみ)  
※年末年始12月28日(出)～1月5日(日)は休校します

## ◆ハローワーク小出

場 キャリア・ステップ魚沼教室  
対 どなたでも  
定 12人※受講申込者が定員の半数に満たない場合は、中止となる場合があります  
¥ 無料※テキスト代9,859円と職場見学の際の交通費は自己負担

## ◆10月11日(金)

問 キャリア・ステップ魚沼教室  
☎793・7985



# 10月 1日～15日 行事カレンダー

1	火	
2	水	≪法の日≫暮らし・こころの無料相談会 (14:00～16:00/小出ボランティアセンター) 無料弁護士相談・要予約 (14:00～16:30/小出ボランティアセンター) 楽語り講座 (18:00/小出病院)
3	木	市議会本会議最終日 (10:00/広神庁舎議場) プラネタリウム定期投影 (19:00/堀之内公民館)
4	金	
5	土	～食まち うおぬま 秋の陣 2019～四季の潤い 里山まつり (9:30/響きの森公園) ワイワイフリーマーケット (9:30～15:00/響きの森公園)
6	日	日曜窓口 (8:30～17:15/小出庁舎) 日曜なんでも相談会・要予約 (8:30/市民相談センター) 第15回魚沼市コスモスジャンプ大会 (9:00/小出スキー場) うおぬまわくわくキッズ (9:00/小出スキー場) うおぬま大芸能まつり (10:00/小出郷文化会館)
7	月	
8	火	出張労働相談会 (12:00～16:00/小出ボランティアセンター) 無料法律相談 (要予約) (13:30～15:30/小出ボランティアセンター) 市民対話の日 (19:00/湯之谷公民館)
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	市民学習講座～親育てを広めよう～第3回 (9:00/堀之内公民館) とんとんお話の部屋 (13:30/広神コミュニティセンター) ガス水道フェア (11:00～17:00/小出ボランティアセンター)
13	日	ガス水道フェア (9:30～15:00/小出ボランティアセンター) 声優朗読劇フォアレーゼン (15:00/小出郷文化会館)
14	月	
15	火	

## 放射線測定結果 (8月)

閩防災安全課 ☎792・9214

8月に学校等の施設で空間放射線量を測定した結果、全ての測定箇所が通常の範囲内の測定値でした。

測定高さ	単位：マイクロシーベルト毎時
地上 1.5m	0.060～0.100
地上 1m	0.070～0.100
地上 10cm	0.050～0.100

通常の範囲：地上1.5mの高さで0.016～0.160マイクロシーベルト毎時

空間放射線量測定に関する詳しい測定結果は市ホームページで閲覧できます。

☎魚沼市ホームページ <https://www.city.uonuma.niigata.jp/>

お探しの情報はありますか?

## なんでも相談 (くらしのあらゆる相談)

	平日相談	日曜相談 (要予約)	夜間相談 (要予約)
☎	月～金 (祝日除く) 8:30～17:15	10/6 (日) 8:30～12:00	月～金 (祝日除く) 17:30～20:00
☑	予約不要	10/4 (金)	当日 17:00
📍	市民相談センター (小出庁舎1階)		
👤	市民相談センター職員		
☎	市民相談センター ☎792・8844		

## 人権なんでも相談 (家庭内・親族間・近隣もめごと、悩み、差別等)

### 行政相談 (国の業務についての意見・苦情等)

☎10月1日(火) 14:00～16:00

📍小出ボランティアセンター

👤人権擁護委員 (高橋委員、細井委員)、行政相談委員 (橋委員)、市民相談センター職員

☎市民相談センター ☎792・8844

## 生活困りごと相談 (借金や収入の心配など)

☎	📍	☑
月～金 (祝日除く) 8:30～17:15	小出ボランティアセンター	予約不要
☎魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181		

## 心配ごと相談

☎	📍	☑	👤
月～金 (祝日除く) 8:30～17:15	社協各支所	無料・予約不要	社協職員
☎魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181			

## 無料法律相談 (要予約)

☎10月8日(火)・29日(火) 13:30～15:30

📍小出ボランティアセンター

☎1人あたりの相談時間は約30分

☑定員になり次第締め切り

👤新潟県弁護士会所属弁護士

☎魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181

## 虐待かもと思ったら189番お近くの児童相談所につながります

こんなときにはすぐお電話ください。

お近くの児童相談所  
専門家が対応いたします。

☎子育て支援センター ☎792・6356