

# 広報

# ゆざわ

立町宣言  
湯沢町

君と一緒に暮らす町

お知らせ版

INFORMATIONS

2017.8.27 NO.1698



- ・生活保護を受給されている方
- ・町民税が課税されている方
- ・親族等からこの事業と同等の援助を受けることができる方

この事業は、心身の障がいや経済的な理由により、自ら寝具をクリーニングに出すことが困難な高齢者等を対象に、寝具のクリーニングに係る費用を援助することで、衛生的かつ健康的な睡眠を維持することを目的として実施します。

- ①概ね65歳以上で、3か月以上寝たきりの方
- ②要介護度3以上の方
- ③中程度以上の認知症と認められる方
- ④7歳以上の単身高齢者(世帯が別でも、同じ様に家族が住んでいる場合も対象外)
- ⑤その他町長が特に必要と認める方

※ただし、次の条件に該当する場合は対象外となります。

**寝具の回収日** · · · **10月5日(木)**  
**寝具の返却日** · · · **10月12日(木)**

※寝具をお預かりしている間、代わりの寝具の貸与等は行いません。

※回収に伺った際に不在の場合は、キャンセル扱いとさせていただきますのでご了承ください。

おし  
らせ  
町かた

寝具クリーニング援助事業

援助内容

・税法上の扶養親族となっている方

問い合わせ・受付相談窓口

湯沢町総合福祉センター内

○湯沢町役場健康福祉部

☎ 784-4560

○湯沢町社会福祉協議会

☎ 784-4111

対象者が日常的に使用している寝具のクリーニング費用が無料になります。  
ただし、合計金額が7,000円を超えるときは、その超える金額は利用者負担となりますのでご了承ください。  
※枕、長座布団、「マットレス」こたつ布団類は対象になりません。

利用方法

①健康福祉部または社会福祉協議会に備えてある「申請書」を9月15日(木)までに受付窓口へ提出してください。

②事業の利用が認められた方に、後日認定の回収・返却に伺います。回収の際に、改めて「注文」の品の詳しい品目を確認し、ご利用金額を確定いたします。

③次の日程で、担当のクリーニング店が寝具の回収・返却に伺います。回収の際に、改めて「注文」の品の詳しい品目を確認し、ご利用金額を確定いたします。

④7歳以上の単身高齢者(世帯が別でも、同じ様に家族が住んでいる場合も対象外)

⑤その他町長が特に必要と認める方

※寝具をお預かりしている間、代わりの寝具の貸与等は行いません。

※回収に伺った際に不在の場合は、キャンセル扱いとさせていただきますのでご了承ください。

おし  
らせ  
町かた

屋外広告物について

問い合わせ・受付相談窓口

問い合わせ・受付相談窓口

湯沢町総合福祉センター内

○湯沢町役場健康福祉部

☎ 784-4560

○湯沢町社会福祉協議会

☎ 784-4111

はり紙、広告板、ネオン・サインなどの屋外広告物は街にぎわいや活気をもたらす反面、「こちやんちやん」にあふれると、街並みや自然の美しさを損ねてしまい、また、その管理がおろそかになると、広告物の落下事故など人々に危害を及ぼすこともあります。

良好な街観形成や公衆に対する危害防止を目的として、屋外広告物について新潟県屋外広告物条例により必要なルールを定めています。屋外広告物を幹線道路沿いや市街地などに設置する場合、大半は許可手續が必要です。また、設置場所や広告物の種類に応じ、位置や面積などの制限があります。

詳しくは、湯沢町役場建設課にご連絡ください。

問 建設課 駐持管理係

☎ 784-4852



おしらせ  
国から  
就業構造基本調査を  
実施します

## 働く人の、明日を創る

総務省統計局

（新潟県・  
湯沢町）では、  
10月1日現在

で就業構造基  
本調査を実施  
します。

この調査は、  
日本の就業・  
不就業の実態  
を明らかにす  
ることを目的  
として、統計法（国の統計に関する基  
本的な法律）に基づき実施する、國の  
重要な統計調査です。調査結果は、雇  
用政策、経済政策など、國や地方公共  
団体における各種行政施策の企画・立  
案のための基礎資料として活用されま  
す。

# 平成29年10月1日は 就業構造基本調査

働く人の明日をつくる。

答えることが可能となっていますの  
で、調査の趣旨を理解いただき、ご  
回答をお願いします。

詳しくは、総務省統計局ホームページ  
の「平成29年就業構造基本調査」を  
確認ください。▷ <http://www.stat.go.jp/shugyou/>

**おしらせ**  
他団体  
出張労働相談会を開催します

「退職を認めてくれない」「バーハ  
フを受けて悩んでる」などの労働に  
関する様々な悩み事に労働相談所職員  
がアドバイスします。相談は無料で予  
約不要です。また、秘密は固く守られ  
ます。お気軽にお越しください。

**問** 9月21日(木) 正午～午後3時30分  
**場** 湯沢町公民館 3階 会議室1  
**☎** 0258・37・6110  
(労働相談専用ダイヤル)

**問** 9月21日(木) 正午～午後3時30分  
**場** 新潟県長岡労働相談所  
**☎** 0258・37・6110

イベント  
猫の譲渡会

**問** 9月17日(日) 午後1時～3時  
**場** イオン八日町店

※不妊・去勢手術の実施と完全至内銅  
糸が条件で、基本健康診断費用等が  
かかります。

引き渡しは後日、ご自宅になります。

**問** 熊羽アーマルサポーツ 笛木  
**☎** 090・15333・4805

**おしらせ**  
他団体  
人権なんでも  
相談所開設

法務局南魚沼支局と南魚沼人権擁護  
委員協議会では、次のことでお困りの  
方を対象に人権相談を行います。  
相談は無料で秘密は固く守られま  
す。予約は不要です。

**内** ①家庭内（夫婦・親子・相続等）、  
親族間、近隣間のものごと、悩  
みごとなど町田の夢ひしの中で  
起きたる様々な問題

②いじめ、体罰、女性差別、外国人  
人差別などのあらゆる差別問題

9月10日(日)  
午後1時～午後4時  
**場** 湯沢町公民館

最寄りの人権擁護委員  
熊谷朱美（土穂）

駒形虎次郎（神立）  
**☎** 784・2773

豊原紀子（日高）  
**☎** 789・2507

橋口伸一郎（湯沢）  
**☎** 784・2773

**湯沢町外での開設**

**問** 9月3日(日)  
午後1時～午後4時  
**場** 守門町会館「守門会館」  
**☎** (魚沼市須原1-237-1)

**問** 9月11日(日)  
午後1時～午後4時  
**場** 動く婦人の家  
**☎** (南魚沼市浦佐571-1)

問：問い合わせ

調査をお願いする世帯には、9月下旬  
旬に調査員が同じ、調査書類をお配り  
します。皆様により便利にご回答いた  
だくため、パソコンやスマートフォン  
を使って、簡単にインターネットで回

8772・2164



お  
し  
せ  
他  
団体  
NASVAからの  
ご案内

友の会

NASVA（ナスバ）自動車事故対策機構では、自動車事故で被害に遭われた方のお子様に対して「交通遺児等育成資金の無利子貸付」、自動車事故により重度の後遺障害が残った方への「介護料の支給」を行っております。自損事故、他損事故を問いません。

交通事故児等育成資金貸付

支給制限 (扶助はお問い合わせ下さい)

自動車事故対策機構が設置した療養施設(療養センター及び医療病床)に入院したとき

介護保険法の規定による介護給付を受けたとき

他法令に基づく施設に入所又は介護料相当の給付を受けた時

施設▽特別養護老人ホーム、身体障害者療養施設、重度身体障害者更生援助施設等

給付▽労働者災害補償保険法等の介

護料

所得制限 独立行政法人自動車事故対策機構

支給対象となる方の主たる生計維持者(ご家族の中で一番多い方)の合計所得が年間1,000万円を超えたときは、その年の9月から翌年8月までの間は介護料を受け取ることができません。

月額68,440円~136,800円  
常時要介護

月額58,570円~108,000円  
時一時金

月額68,440円~136,800円  
時時要介護

月額58,570円~108,000円  
時時要介護

月額58,570円~54,000円  
時時要介護

※ただし、下記の支給及び所得のいずれかに該当する場合は、介護料を受け取ることができません。

原則20年以内の日々均等払い

イ  
ベ  
他  
団体  
あさひばら福祉まつり  
開催のお知らせ

あさひばら福祉まつりを開催いたします。4回目の開催となる今年も、模擬店の出店や施設で採れた野菜・花苗等の販売、てっぺん太鼓の披露や無料のヨーヨー釣り、大人も子供も燃えるお業子撒き等のアトラクションもあります。

ぜひ、お問い合わせの「あさひばらへお越し下さい。」

日 9月16日(日) 午前11時~午後2時

問 廉がい福音社サービス事業所  
あさひばら

(新潟市中央区大字土樽6368-1)  
☎787-2661

日 9月9日(日) 午後6時~

問 添名鬼羅祭  
ントイベ他団体  
添名鬼羅祭

添名鬼羅祭を今年も行います。

日 9月9日(日) 午後6時~

問 添名鬼羅祭  
セーナインふじや 聖母院  
夜店・カラオケ・踊り・通年満喫

内場 添名鬼羅祭

内場 添名鬼羅祭  
新潟県新潟市中央区新光町6-4  
☎025-2833-1141  
内場 家内安全



安全メッセージを  
募集します

お  
せ  
他

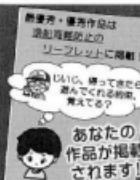


第九管区海

上保安本部で  
は、敬老の日  
を契機とし

世代から漁船  
に乗っている  
祖父母世代に  
向けた「安全  
メッセージ」

を募集してい  
ます。



◎中学生以下から漁船に乗っている祖  
父(母)世代の方に向けたメッセージで  
あること(知り合いでも可)

◎次のキーワードを必ず1語以上使用  
「安全」「無事故」「元気」「約束」  
「ライフジャケット」

応募条件  
①氏名②年齢③性別④学年⑤郵便番号  
⑥住所⑦電話番号⑧安全メッセージ  
字以降)  
（川根、標語など形式問わず、100文

△印

△印  
臨床検査・工学技士

○印

成人式実行委員会・委員インタビューオ  
ン

ら  
せ  
問  
か  
ね

訂正とお詫び

問  
第九管区海上保安本部交通部  
安全対策課  
☎ 025・285・0118

③メール  
milt.go.jp  
✉ csganzentaisaku2-8y4c@

①ハガキ又は封書  
(9月20日(木)締切、当面捺印有効)  
②ファックス  
㈹ 025・285・2626  
③FAX

## 越後湯沢秋桜ハーフマラソン大会

### 車両通行止めのご案内

9月24日(日)に開催される2017第16回越後湯沢秋桜ハーフマラソンに伴い、湯沢中央公園陸上競技場から湯沢温泉通り(歴史民俗資料館雪国館で折り返し)の通行止めを実施します。

マラソンコース沿いの皆様には大変ご迷惑、ご面倒をおかけしますがご理解とご協力をお願いいたします。

#### 秋桜マラソンレース参加決定!

箱根駅伝出場常連校

上武大学駅伝部の皆さん

第93回 箱根駅伝出場校

国士館大学駅伝部の皆さん

アテナバラリィック

男子フルマラソン金メダリスト

高橋勇市さん

#### 給水所 ボランティア募集!

時間 午前7時~午後1時頃

参加者には軽食とオリジナルキャップ  
を差し上げます!



受けないなんてもったいない！

## 特定健康診査(特定健診)を受けましょう

### 特定健診とは？

特定健診は、40～74歳の方を対象にした健診で、メタボリックシンドロームの発見と予防、改善を目的としています。メタボとは、過剰な内臓脂肪が原因で、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病にかかりやすくなっている状態のことです。放置すれば脳梗塞などの深刻な病気へと進行しますが、内臓脂肪は燃焼されやすい性質を持つので早めに生活習慣改善に取り組めば必ず変化は現れます。

### 健診結果 心配なのはどっち？

#### Aさんの中性脂肪値

前々年…140 mg/dl  
前 年…142 mg/dl  
今 年…145 mg/dl

(中性脂肪の基準値は 150mg/dl未満)

AさんもBさんも基準値の範囲内。一見、より値の高いAさんの方が問題ありのように見えます。ところがBさんの今年の値は、前年に比べて倍に増えています。Bさんの体になんらかの変化が起きている可能性があり、それに合わせた対策が必要です。

#### Bさんの中性脂肪値

前々年… 50 mg/dl  
前 年… 55 mg/dl  
今 年…110 mg/dl

自覚症状がないうちに異常を発見するため  
にも、元気な時こそ健診の受診が必要です。

### どうやつたら受けられる？

町が行う特定健診は、次の2つの受診方法があります。ご自身の都合に合わせて受診方法を選ぶことができます。

#### 巡回検診 9月5日㊐

今年度最後の巡回検診です。

会場 湯沢町総合福祉センター（湯沢病院隣り）  
時間 午前8時～午前10時

今年度まだ受けていない方は、この機会に受けてください。予約は不要です。未受診の方全員が対象となります。（対象地区を定めていません。）

#### 《検診内容》

- 特定健診
- 基本健診
- 結核検診
- 肝炎ウイルス検診
- がん検診（肺・胃・大腸・前立腺）

#### 施設検診 平成30年1月までの火曜・木曜 (年末年始と祝日を除く)

会場 健康増進施設（湯沢病院隣り）  
予約電話番号 ☎785-5005（健康増進施設）  
予約受付時間 平日午前9時から午後4時

ご自身の都合に合わせて施設検診で受診できます。  
ご希望の方は、各自予約のうえ受診してください。

現時点で、9月下旬以降の予約となります。

#### 《持参するもの》

- 保険証
- 検診料金
- 通知書
- 各種検診の個人記録票及び質問票等

問 湯沢町保健センター（健康増進課）

☎ 784-3149

# 第32回湯沢町民ゴルフ大会



開催日  
10月17日(火)

会場  
ゴールド越後湯沢カントリークラブ

参加資格  
湯沢町在住の方、マンションオーナー、

ご家族、知人

参加費  
9,000円(プレイ・昼食・賞品代・バー  
ティ代、諸税を含む)

競技方法  
18ホールストロークプレイ、新々ベリア  
方式

①個人戦  
男女共通

②団体戦  
(チーム3~4名とし、各チーム上  
位3名のネットスコアで順位を決定)

各地域、町内会、クラブチーム、マン  
ションチーム他

申し込み方法  
下記、参加申込書に必要事項をご記入の  
うえ、事務局までFAX又はご持参下さい。

申込用紙

申  
問

町民ゴルフ大会事務局

(ゴールド越後湯沢カントリークラブ内)

☎787-4111

FAX  
787-3142

締め切り日  
9月30日(土) 40組になり次第、期限前でも申  
し込みを締め切ります)

その他

※申込用紙は、次の所にもご用意しております。

▽湯沢パークホテル、湯沢町公民館、湯沢カ  
ルチャーセンター、中里ゴルフ練習場、湯

沢町観光協会、苗場観光協会、かぐら・みつ  
会、越後湯沢温泉観光協会、湯沢町商工会、  
湯沢町社会福祉協議会

※組み合わせ表は、当日受付でお渡しいたします。

(スタート時間は、事前にご連絡いたします)。  
※当口は、各自スタート時間40分前までに受付  
を済ませてください。

※表彰式でアルコール類の提供はいたしません  
のでご了承ください。

※個人申し込みの場合、どこの組に組み入  
れをさせていただきますので、予めご了承く  
ださい。

## 第32回湯沢町民ゴルフ大会参加申込書

1	代表者		男・女	ご住所				
				生年月日	S・H	年	月	日
電話番号			FAX番号					
チーム名								
2	フリガナ		男・女	生年月日	S・H	年	月	日
	お名前							
3	フリガナ		男・女	生年月日	S・H	年	月	日
	お名前							
4	フリガナ		男・女	生年月日	S・H	年	月	日
	お名前							

<お問い合わせ・申込先>

ゴールド越後湯沢カントリークラブ内 湯沢町民ゴルフ大会事務局

FAX: 025-787-3142 / 電話 025-787-4111

# — 夏休み、雪国館へ。 (8月は子ども無料 ▷ 2017年8月31日㊈まで)

## ★ 2017 夏季特別展示「外山康雄 野の花館、湯沢で咲く」 9月12日㊈まで

野に咲く花などを 同じ大きさで描く水彩画の作品。今年の夏は特別に、雪国館でも展示されます。すてきな野の花に会いにおいでください。



### ★夏休みクイズラリー

展示品を見て答えを探し全問正解すると、くじびきができます。今年、まだチャレンジしていかなかったら、ぜひ！

横浜市から来た小学5年の女の子は「展示品の勉強にもなって、とっても面白かった！」と話していました。



# 雪国館

湯沢町歴史民俗資料館

8月30日㊈は営業します

〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町湯沢 354-1

☎ 025-784-3965 FAX 025-775-7550

開館時間 午前9時～午後5時（入館は4時30分まで）

休館日 毎週水曜（祝日の場合は翌日。8月に限り無休）

入館料 大人500円(400円) 小中学生 250円(200円)

※( )内は15名以上の団体料金

# 町長喫茶室



田村町長と直接お話ししませんか？

毎月皆様からお越しいただいている町長喫茶室を  
今回は皆様の元に出張して行います。

午後も行いますので、是非お申込みください。



9月の町長喫茶室は  
**皆様の元に  
出張します！**

日 時 9月13日㊈

午前9時～午後2時30分

(1組1時間程度)

場 所 集会場または個人宅など  
(場所の提供をお願いします)

申込み 個人、団体を問いません  
締め切り：9月5日㊈

※指定の用紙にご記入のうえ、事前に役場企画政策課  
へ提出、もしくはFAXで申し込みが必要です。

※申し込みは午前2組、午後1組までとし、先着順とさ  
せていただきます。

申・問 企画政策課 ☎ 784-3454 ☎ 784-1818

# 子育て支援情報

ぐんぐん

## 湯沢町総合子育て支援センター



湯沢町総合子育て支援センター「ジャンプラネット」は、

湯沢町の子育て支援拠点です。是非お気軽にご利用ください！

### 子育て広場 好評開放中！

次の時間にいつでも自由に利用できます！

平日（木曜日を除く） ▷ 9:00～12:00

▷ 13:00～16:00

■ 湯沢町総合子育て支援センター「ジャンプラネット」

（湯沢学園 認定こども園棟1F） ☎ 788-0292

### 9月の保健衛生行事

■ 湯沢町保健センター ☎ 784-3149

日	種目	対象	時間	場所
5日(火)	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	総合福祉センター
12日(火)	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	総合福祉センター
19日(火)	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	総合福祉センター
21日(木)	4ヶ月児健診 10ヶ月児健診	平成29年4月～5月生まれ 平成28年10月～11月生まれ	13:00集合	総合福祉センター
26日(火)	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	総合福祉センター



交通安全指導所の様子

夏の交通事故防止運動中の7月24日、南魚沼警察署、南魚沼交通安全協会の皆さんのご協力を得て、湯沢町交通指導員とともに国道17号線沿いに交通指導所を開設しました。午前9時30分から約1時間にわたり、約200台の通行車両のドライバーに交通安全を呼びかけました。

県内では、交通事故が多発しています。夏は観光客が増え、町内の道に慣れていない歩行者や車が多くなります。ドライバーも歩行者もゆとりをもって交通事故にあわないよう十分に気をつけましょう。

### 夏の交通事故防止運動 ご協力ありがとうございました

まちのうごき			
7月届出分	7月31日現在	前年比	
出生 6	男 4,116	+ 77	
死亡 8	女 4,012	- 33	
転入 36	計 8,128	+ 44	
転出 24	世帯 3,726	+ 174	

湯沢町の交通事故発生状況			
	平成29年	平成28年	増減
発生件数	3件	2件	+ 1件
死亡者数	0人	0人	0人
負傷者数	3人	4人	- 1人

(1月1日～7月31日)

## 資格期間が10年以上となれば、年金を受けとれるようになりました

「資格期間」とは？

- ◎国民年金の保険料を納めた期間や免除された期間
- ◎サラリーマンの期間  
(船員保険を含む厚生年金保険や共済組合等の加入期間)
- ◎年金制度に加入していないくとも資格期間に加えることができる期間  
(「カラ期間」と呼ばれる合算対象期間)

これらの期間を合計したものが「資格期間」です。

資格期間が10年(120月)以上あると、年金を受けとることができます。

注：年金の額は、納付した機関に応じて決まります。

40年間保険料を納付された方は満額を受け取れます。

受給資格期間の短縮の施行により、対象となる方に日本年金機構より「短縮」と記載した黄色の封筒を順次お届けしています。「短縮」と記載した黄色い封筒をお手元に届きましたら、必ず「ねんきんダイヤル☎ 0570-05-1165」で予約の上、お早めに手続きをお願いします。

## 国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態で、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

経済的理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度(50歳未満)」がありますので、町役場で手続きをしてください。

平成29年度の免除等の受付は7月1日から開始され、平成29年7月分から平成30年6月分までの期間を対象として審査を行います。また申請ができる過去期間については、申請書を提出した日から2年1ヶ月前までになります。

失業等により保険料を納付することが経済的に困難になったものの、申請を忘れていたため未納期間を有している方は、町役場または年金事務所へご相談ください。

## 国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除・納付猶予・学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べ老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するするために免除等これらの期間の保険料について10年以内であれば遡って納める(追納)ことができます。

ただし、免除等の承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納は古い月のものから納付することになりますが、注意する点がいくつかあります。

追納に関するご相談は、年金事務所までお願いします。

問 日本年金機構六日町年金事務所 ☎716-0008

# 仕事や暮らしのことで 困つたら… 相談無料

---

## 困りごと解決プロセス

- 支援を必要としている人に寄り添い、個別的かつ専門的な立場から相談・自立支援を行います。
  - 地域の各団体、NPOや行政機関とのつなぎ役として、生活者の自立を目指します。



相談日 毎週月～金曜日(祝日・年末年始は休み)

受付時間 午前9時30分～午後4時30分

最寄りの町村役場等で相談をお受けします

## 新潟県パーソナル・サポート・センター

〈中越地区〉出雲崎町・刈羽村・湯沢町・津南町  
〒940-0029 長岡市東藏王2-1-10 市民生活工房内

**TEL: 0258-89-8345  
FAX: 0258-34-3722**

 ken-chuetsu-ps@samba.ocn.ne.jp



生活困窮者自立促進支援事業は新潟県から受託して実施しています

# 9月のユースポ!

## トレーニングマシン使用法講習会

～初めての方&使い方が不安な方のための講習会～

初心者向けの講習会です。

ひとりで利用できるようにマシンの使い方や効果的な筋トレのやり方を伝授します。



○日 程：9月5日㊈ 10:00～11:00

○対 象：16歳以上

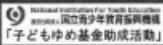
○会 場：カルチャーセンター・トレーニング室

○参加費：ユースポ！会員…300円 非会員…600円

※トレーニング室使用料は別途必要。

○持ち物：運動のできる服装、内履き、飲み物、タオル、会員証（ユースポ！会員の方のみ）

## おやこで GENKI 教室



～育児講座「親子で遊ぼう！」～

今年も幼児体育・コーディネーショントレーニングの専門家である中部学院大学の平井博史准教授が楽しくからだとこころを動かしてくれます。ぜひ家族で参加してください。

○日 程：9月8日㊈ 18:45～20:15

○会 場：湯沢カルチャーセンター

○対 象：年少さん～小学3年生とその保護者

○参 加 費：無料

○申込み・お問い合わせ：

湯沢町子育て支援センター ☎ 788-0292

## たまにはみんなでウォーキング＆ノルディックウォーキング

～ラブナウォーキング＆ヨガ～

「ブナ」で癒されませんか？湯沢の代表的なブナ林「フィトンチッド広場」まで大自然を満喫しながらのウォーキング。そしてブナに囲まれての癒しヨガ体験♪ブナを愛するという意味を込めてラブナウォーキング＆ヨガと名付けました！

○対 象：小学生以上（小学生は保護者と参加）

○参 加 費：ユースポ会員…300円

非会員…600円

（ヨガ講習料・バス代込）

○持 ち 物：昼食・飲み物・タオル・敷物・ヨガマット（レンタル有）・スプレー等の虫よけ・会員証（ユースポ！会員の方のみ）

○申 し 込 り：9月11日㊈ 締め切り

先着20名 最少催行人数5名

※雨天中止、中止の場合は当日連絡いたします。

○日程：9月16日㊉

8:45 カルチャーセンター集合

▷バスで移動▷ハ木沢～湯沢トレッキング1コース  
フィトンチッド広場までの往復▷広場にて癒しヨガ  
体験▷昼食

14:30頃 カルチャーセンター到着予定

◆「ジュニア合同トレーニング」「たまにはみんなでウォーキング＆ノルディックウォーキング」はユースポ！へお電話またはメールにてお申込みください。

毎月開催しています！

詳しくは17ページを見てね！

**笑い  
ヨガ**

こんな人におすすめ！

- ・ストレスを抱えている人
- ・認知症の予防、改善をしたい人
- ・腹筋をつけたい人

**けんこつ  
体 操**

転倒予防のための筋肉や骨を鍛える運動です！

誰でもOK！

気軽にご参加ください。

## ジュニア合同トレーニング

～SAQトレーニング「今より早く走ろう」～

SAQとは、S（前方への重心移動の速さ）・A（方  
向転換能力）・Q（刺激に反応して素早く動きだす  
能力）に重点を置いたトレーニングの事です。今回  
はS（前方への重心移動の速さ）を中心に速く走る  
為のトレーニングを行います。

○日 程：9月29日㊏ 19:00～20:30

○会 場：湯沢カルチャーセンター

○対 象：小学生

○参 加 費：無料

○申込み：9月28日㊏

○持 物：動きやすい服装・内履き・飲み物・タ  
オルをお持ちください。

## 健康ウォーク 歩いてマンボ♪

～目指せ、1か月20万歩！～

▷エントリー費

エントリーした日から1年間 600円

▷エントリー方法

ユースポ！事務局（カルチャーセンター内）、

保健センター、または湯沢町公民館へ料金を  
添えてお申込みください。

※20万歩に達成した月は共同浴場無料招待券進呈。

エントリー時にお渡しした記録票をご持参ください。  
途中での招待券進呈は行っておりません。

翌月に記録票をご持参ください。

例）8月20日20万歩に達した

→ 9月1日より無料招待券進呈

▷希望者には歩数計貸出あり（先着順）

▷特典：カルチャートレーニング会員3か月券が  
1,200円→1,000円 ※購入時、要記録票提示。

### 《6月 歩数TOP 5》

RANK	歩数	RANK	歩数
1	573,918	4	444,785
2	557,249	5	438,979
3	498,324		

## 9月スタートの 教室！



### にこにこスポーツ教室 わんこ

○対象 小学1～3年

（4年生以上要相談）

○日時 9/5～11/28 全12回

10/17はお休み

毎週火曜16:10～17:10

### にこにこスポーツ教室 ひよこ

○対象 保育園・幼稚園年長

○日時 9/5～11/28 全12回 10/17はお休み

毎週火曜17:15～18:15

### にこにこスポーツ教室 おやこ

○対象 保育園・幼稚園年少・年中と保護者

○日時 9/5～11/28 全12回 10/17はお休み

毎週火曜18:20～19:20

神経回路が最も発達するゴールデンエイジを対象に遊びながら楽しく  
身体を動かします。からだが動くとこころもはずむ！お友達もたくさん  
できるかも！

会場 カルチャーセンター  
定員 20名（おやこは20組）  
費用 会員：6,600円  
非会員：10,500円

## 申・問 NPO法人 ユースポ！

〒949-6102 湯沢町神立628-1 湯沢カルチャーセンター内

●電話・ファックス ☎ 785-2123 FAX 785-6911

●メール info@youspo.net ●受付時間 9:00～21:00

ユースポ！WEB  
お気に入り登録！

ユースポ！ 検索  
<http://www.youspo.net>



SEPTEMBER

## 9月の月

長月

## ごみ収集

問 環境農林課環境交通係 ☎788-0291

区分	出し方	湯沢東	湯沢西	神立・土樽	三国・三俣
もえるごみ	指定袋に入れる。	⑧・⑨・⑩ (18・29日は休み)	⑨・⑩・⑪ (23日は休み)		
ペットボトル	指定袋に入れる。	7日	5日	8日	6日
その他プラスチック容器包装類 (合フレイ・発泡スチロール)	指定袋に入れる。	21日	19日	20日	20日
ダンボール	紐を十字にかける。	28日	26日	22日	27日
新聞紙・雑誌		14日	12日	15日	13日
缶		5日	7日	6日	8日
びん	指定袋に入れる。 袋を二重にしないこと。	12日	14日	13日	15日
その他不燃ごみ		26日	28日	27日	22日
粗大ごみ	予約額・粗大ごみ処理券を貼る	7日 (4日)・21日 (14日) ※( )内は予約締め切り日			

※ごみの減量化・資源化にご協力ください。

※粗大ごみ収集予約の際は環境農林課までご連絡ください。

## 保健衛生行事

問 保健センター（総合福祉センター内）☎784-3149

日	種目	対象	時間	会場
6日⑥	子宮頸がん・乳がん (マンモグラフィー) 合同検診	申込者（要予約）	13:30～15:30	健康増進施設
13日⑦	子宮頸がん検診	申込者（要予約）	9:45～10:00	健康増進施設
25日⑨				

\*骨粗しょう症検診は子宮頸がん検診・乳がん検診日に実施します。

(60歳以下の女性で骨粗しょう症の治療を受けていない方、および過去5年間に骨粗しょう症検査を受けていない方が対象です。)

\*婦人検診の予約先は健康増進施設（☎785-5005）です。

\*子宮頸がん検診対象は20歳以上の女性、乳がん検診は40歳以上の女性で、いずれも前年度に検診を受診していない方です。

## 行政相談

9月10日⑦ 午後1時30分～  
湯沢町公民館 会議室1  
相談委員 上村 恵夫

問 総務管理課総務係  
☎784-3451

## 子どもの予防接種（完全予約制）

○予防接種の予約電話番号  
025-780-6313  
○予約受付時間  
月～金曜日の午後2時～4時  
問 保健センター ☎784-3149

## 緊急情報メール

湯沢町の災害、防災、気象、  
防犯に関する緊急情報を  
発信します。

問 総務管理課防災管財係  
☎784-3451



## 障がい者地域生活支援事業

問 保健センター（総合福祉センター内）☎784-3149

事業名	実施主体	電話番号	日程・内容（＊は軽作業を行います）			会場・時間
ふれあいサロン (毎週火曜日)	湯沢町社会福祉協議会	784-4111	5日＊	12日＊	19日 バースデイ 26日＊	湯沢町公民館 1階和室 10:00～15:00
コスモス (毎週木曜日)	相談支援センター みなみうおぬま	770-1331	7日＊	14日 AV研修室	21日＊	28日 調理実習

※初めて参加される方は保健センターまでご連絡ください。

※参加費50円と主食（ご飯など）が必要です。調理実習の日は予約が必要です。また、主食不要で300円程度かかります。  
担当までお問い合わせください。

# 9月1日から湯沢町保健医療センター外来担当医予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前 午後	午前
整形外科		宮崎 (3:00~4:30)		休診	高田 21日休診	角田 角田
外科			菊川			
内科①	井上 井上	浅井 12日休診	小坂 6日休診	浅井 小坂 7日休診	土屋 土屋	浅井
内科③	西谷 25日休診	竹内 25日休診	井上 12日休診	井上 13日休診	西谷	
内科⑤			土屋 19日休診			担当医師
内科⑥ 予約なし	竹内 6日休診 小坂	浅井 西谷	竹内 26日休診医療	浅井	井上 呉	小坂 8日休診医療 呉
眼科	小松 (10:00迄) TERIKI	小松 (9:00迄) TERIKI			寺内 (10:00迄) TERIKI	※寺内 (10:00迄) TERIKI
小児科	有本			有本	7日・21日中島	7日・21日中島
検査 (内視鏡)	浅井	西谷	高橋	西谷	小坂 西谷	井上
歯科※ 口腔外科	笠原	笠原	笠原	笠原 担当医師 10日・27日休診	笠原 笠原 1日・15日休診 1日・15日休診	笠原 笠原 16日・30日休診

○土曜日の午後と日曜日は休診です(救急の患者さんは担当医師が対応いたします)

\*眼科のコンタクト外来は14日(木)・28日(木)です。【完全予約制】025-780-6543】

\*歯科・口腔外科診察は完全予約制です。診察をご希望の方はお電話【025-780-6544】でお問い合わせください。

## 診療日・休診・代診のご案内

○内科・・・・・・ 4日(月)~8日(金)、小坂医師夏季休暇の為、休診となります。

12日(火)、13日(水)、井上医師不在の為、休診となります。

12日(火)、高橋医師不在の為、休診となります。

19日(火)、土屋医師不在の為、休診となります。

25日(月)~29日(金)、竹内医師夏季休暇の為、休診となります。

25日(月)、西谷医師不在の為、休診となります。

\*9月より呉(オ)医師が着任いたします。竹内医師の診察は9月で終了となります。

ご理解とご了承をお願いいたします。

○整形外科・・・・ 21日(木)、休診となります。

○眼科・・・・・・ 11日(月)、休診となります。月・木曜日の午後診察は再診予約診療のみとなります。

土曜日の眼科診察は30日になります。

○小児科・・・・・・ 中島医師の診察は、7日(木)・21日(木)です。

午後診察も予約の方を診察いたします。受付時間、診察時間にご注意ください。

○歯科・・・・・・ 1日(金)、15日(金)、休診となります。土曜日は16日・30日が休診です。

○口腔外科・・・・ 担当医師の診察は13日(水)・27日(水)となります。

**受付** 午前：8時30分~11時30分 \*眼科は全ての曜日で10時までです。

午後：1時30分~4時30分 \*月・木曜日の午後診察は3時までとなります。予約の患者様のみとなりますのでご了承願います。

\*木曜日の小児科は3時15分までです。

**診察** 午前：9時~

午後：2時~ \*火曜日の整形外科は3時から。

\*木曜日の小児科は2時30分からです。

**その他** 「予約あり」の診察では予約がある方が優先となります。

都合により担当医が一部変更・休診となる場合があります。

往診、訪問診療、健康診断も適宜行っています。

■ 湯沢町保健医療センター  
TEL 186-025-780-6543  
FAX 780-6544 (歯科)



## 笑いヨガ



会場	開催日	時間
総合福祉センター	14日(火)・28日(火)	10:00~11:00

【問い合わせ】 NPO法人ユースボル！ ☎785-2123

笑いの体操とヨガの呼吸法を組合せた

「ただ笑うだけ」の画期的な運動法です！

笑いヨガ・けんこつ体操教室（申込不要）

【持ち物】タオル、飲み物 【参加費】1回200円



## けんこつ体操教室



会場	開催日	時間
神立中央集会場(田中)	8日(火)・22日(火)	10:00~11:30
神立中央会館(栄町)	12日(火)・26日(火)	10:00~11:30
農山村総合開発センター	26日(火)	10:00~11:30
萩原集会場	12日(火)・19日(火)	10:00~11:30
下湯沢公民館	6日(火)・27日(火)	10:00~11:30
総合福祉センター	8日(火)・15日(火) 22日(火)・29日(火)	10:00~11:30

【問い合わせ】 地域包括支援センター ☎784-3000

# 救急医療

次の病院に電話で症状を伝えてください。  
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。

●湯沢町保健医療センター

☎ 780-6543

湯沢町大字湯沢2877番地1

●魚沼基幹病院

☎ 777-3200

南魚沼市浦佐4132

●南魚沼市民病院

☎ 788-1222

南魚沼市六日町2643番地1

●斎藤記念病院

☎ 773-5111

南魚沼市欠ノ上478番地2

●電話での指示に従って受診ください。

・スタッフの状況などで、症状に応じて他の医療機関を案内する場合があります。

・緊急度や重症度の高い順に対応するため、診察の順番が前後し、待ち時間が長くなる場合があります。

・休日や夜間は、人員や検査体制が十分ではありません。できる限り、通常の診療時間に受診してください。

●新潟県「小児救急医療電話相談」

☎ 025-288-2525

夜間に子どもの具合が悪くなったときに利用ください。（毎日19時～23時）

## 秋季消防演習が行われます

■ 9月10日(日)

午前9時30分～午後12時45分

場 演習：旧湯沢小学校グラウンド

(雨天時：旧湯沢小学校体育館)

放水訓練：旧湯沢小学校プール

秋季消防演習を見学に  
いらっしゃいませんか？  
消防団活動の成果をぜひ  
ご覧ください。



### サイレン吹鳴にご注意ください

演習当日は、団員の招集及び放水訓練のため、サイレンが吹鳴されます。火災とお間違えのないようにご注意ください。

### サイレン吹鳴時間

午前8時（湯沢町全域）

午後11時15分ごろ（ロープウェイ）

### 放水訓練時間

午後11時15分～正午

演習時、旧湯沢小学校周辺にお住まいの皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

■ 総務管理課 防災管財係 ☎ 784-3451

ご結婚おめでとうございます	
7月21日	原 敏晃さん (和田高恵) (伊東) 香さん (若原高恵)
7月25日	田村 知彌さん (古野一智秋さん・優衣さん)
7月24日	五十嵐 陽くん (石白、大樹さん・純子さん)
7月25日	牛木 淳太くん (中子、昭彦さん・由美さん)

ご逝去お悔やみ申し上げます	
7月27日	南雲 トヨさん (瀧ノ又、94歳)
7月31日	立柄 ユリさん (曾林、96歳)
8月3日	森下 帝作さん (駅通、95歳)

※お通じの日までの届け出分。  
広報に掲載してほしくない場合は、届け出の際に申し出ください。

広報ゆざわの音頭近くあります。  
ご希望の方は社会福祉協議会まで。  
☎ 025-784-3451