



「生命地域創造」

市報

みようこう

令和2年9月号 No.186

## 消防団の訓練「災害への備えを」

今月の表紙は、消防団員が訓練（消防団女性部が止血方法を実践）している様子です。消防団は昼夜問わず、地道な訓練や地域での啓発活動などを繰り返すことで、万が一に備えています。

### 目次

- 2 巻頭特集「正しい避難で身を守ろう」
- 4 特集記事「マイナンバーカードを取得しよう」
- 6 市内の出来事
- 7 お知らせ
- 19 うぶごえ・おくやみ、食の歳時記
- 20 輝け！妙高人、図書

# 「新型コロナウイルス感染症患者発生に伴う市長メッセージ」

市民の皆様へ

当市において、初めて新型コロナウイルス感染症患者が確認されました。

市では、新潟県や関係機関と連携した感染拡大防止に努めるとともに、市民の皆様におかれましては、まずは落ち着いて行動いただき、日常的な予防であるマスクの着用や手洗い、うがいの徹底など「新たな生活様式」での感染予防の徹底をお願いいたします。お出かけの際は、訪問先の感染状況に注意し、慎重な行動をお願いします。

また、インターネットやSNSなどで、感染されたかたや、その関係者などへの誹謗中傷や心ない書き込みを懸念しております。市民の皆様には、人権に配慮した冷静な行動をお願いいたします。

妙高市長 入相 正

## 巻頭特集

# 正しい避難で身を守ろう ～台風19号からもうすぐ1年～

今年も間もなく秋の台風シーズンを迎えます。当市は、令和元年台風19号のほか、平成29年台風21号など、秋の台風で大きな被害を受けています。いざという時は、ご自身やご家族の命を守るため、迅速な避難が必要です。

また、新型コロナウイルス感染症の拡大が懸念されるいま、避難所以外への避難方法を確保しておくことも重要です。

今回は、正しい避難方法やそのため準備内容などをお伝えします。

台風19号の時の「土路川」と県道「飯山斑尾新井線」  
※県道が完全に水没（写真提供：上越地域振興局）



約260人のかたが避難した  
新井北小学校の様子  
(昨年10月12日撮影)

他人事ではない自然の脅威  
～身近に迫っている危険～

昨年、新潟県で初となる「大雨特別警報」が発令された、大型の台風19号から間もなく1年を迎えます。

この台風では、当市で人的な被害はなかったものの、住家の床下浸水などのほか、道路や河川、農業用施設の破損など多くの被害をもたらしました。

最近では、九州を襲った「令和2年7月豪雨」にみられるように、これまで数十年に一度といわれている災害が各地で発生しており、災害の大規模化や多発化が懸念されています。

# 感染症が収束しない中での

## 避難のポイントを紹介

### 準備内容①

「避難所を確認しておきましょう」 ※災害が発生してから考えていたのではいざという時に間に合いません！

自分が避難する指定避難所を確認しておきましょう。また、日頃から家族で避難先や集合する場所などを話し合っておきましょう。あわせて、安全に避難できるルートも確認しておくことが大切です。

### 準備内容②

「避難所以外への避難の方法を検討しておきましょう」

新型コロナウイルスへの感染が心配される状況において、避難所で密を避けるため、色々な避難の方法を事前に検討しておきましょう。

### 密を避けるための分散避難方法の紹介

#### ① 親戚や友人宅への避難

##### 【縁故避難】

安全が確保される親戚、友人や知人宅への避難も検討しましょう。移動の途中で事故を起こさないよう、安全を心がけましょう。この場合、3日分程度の食料や衣類そしてマスクや消毒液、体温計などを携行することが必要です。

#### ② 自宅の2階など高層階への避難

##### 【在宅避難】

ハザードマップなどにより自宅付近の浸水想定を確認しましょう。



※避難所一覧



※洪水ハザードマップ

浸水する深さよりも自宅の高い部屋に避難できる場合や夜間などで移動することが危険なとき、他の場所に避難する時間がないときなどは自宅の2階など、より安全な場所への避難も可能です。

### 避難所における

### 感染症対策の紹介

#### ① 避難所の追加

避難所における密な状態を回避するため、指定している避難所のほか、近くの公共施設などを補助的な避難所として必要により開放します。

#### ② 感染防止対策備品の整備

発熱者などが避難された場合に備え、専用の部屋や仕切り用ワンタッチパーテーション、消毒液、防護服などの整備を進めます。

## ～市は地域とともに緊急時に備えた準備を進めています～



雪森地区での意見交換の様子

### ■ 地域との意見交換と自主防災組織のマニュアルづくり

自主防災組織と市職員による防災に関する意見交換会を実施しています。意見交換を通じて、各自主防災組織の実情に即したマニュアルづくりを進めています。

意見交換会の実施をご希望される場合は下記の問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

## <自分の命は自分で守る意識を！～身の危険を感じたら、ただちに避難～>

災害が発生した場合、自分や大切な家族の命を守るのはあなた自身です。

身の危険を感じたときは、ただちに安全な場所に避難しましょう。特に避難に時間がかかるかたは早めの行動が必要です。

また、緊急時の避難をスムーズに行うためにも、地域や市が主催する防災訓練に参加しましょう。

▶ 問い合わせ…総務課危機管理室（防災係） ☎ 74-0002

安全安心メールの登録はこちらから▶

（随時、災害情報などをお知らせしています）



※空メールを送信

# デジタル新時代のパスポート



## マイナンバーカードの申請はお済みですか？

市は、スマート社会の実現を推進するため、安全安心で便利なマイナンバーカードの取得を促進しています。

マイナンバーカードは、プラスチック製のICカードで、日本国内に住所があるかたは、どなたでも無料で取得できます。カードには、本人の顔写真や氏名、住所、生年月日、性別、12桁のマイナンバーが記載され、本人確認の身分証明書や各種手続きに利用できます。

また、9月からはマイナンバーカードを活用した消費活性化策として、民間のキャッシュレス決済の利用で最大5000円のマイナポイントがもらえるサービスがスタートします。

この機会に今後、重要度が増すデジタル新時代のパスポート「マイナンバーカード」の取得をしましょう。

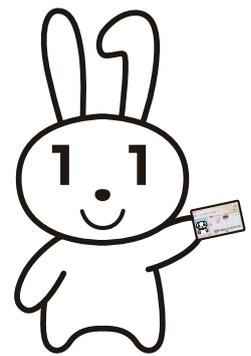
市役所の市民税務課、各支所の窓口では、顔写真の無料撮影などカードの申請手続きをサポートしていただきますので、お気軽にご相談ください。

特集

市内の出来事

お知らせ

うぶごえ・おくやみ



## どんなメリットがあるの？

マイナンバーカードは、こんなときに役立ちます。

### ① コンビニ交付サービス

コンビニエンスストアにあるマルチコピー機で、住民票や印鑑証明書などを取得できます。手続きは簡単で、料金も市役所より50円安く、交付時間も早朝・深夜（6時30分～23時）や土日、祝日でも利用でき、便利です。

行政サービスのボタンから印刷できます



### ② 公的な身分証明書

顔写真付きの公的な身分証明書として利用できます。

市役所や金融機関でも使えるので、運転免許証などを持たないかたは便利です。

### ③ 健康保険証

令和3年3月から順次、健康保険証として利用できるようになります。また、運転免許証と一体化の検討も進められます。

### ④ オンライン契約や手続き

確定申告をはじめ、インターネットバンキングや民間企業のオンライン契約に利用できます。オンラインでは、来店や書類記入、押印が省略できます。



## 持続可能なまちづくりを目指して 第4回 「マイナンバーカードをすべての人に」

※ SDGs は貧困や不平等・格差、気候変動、感染症などの問題を解決し、持続可能な世界の実現を目指すため、国連で採択された 2030 年度までの全世界共通の目標です。

マイナンバー制度は、人口減少と高齢化社会が急速に進む中、社会保障や税制度の効率性・透明性を高め、公平・公正な社会を実現するための社会基盤です。皆様の利便性の向上はもちろんですが、大災害時などにおいても手を差し伸べるべき人に対し積極的に支援することが可能になるなど、様々な行政サービスの向上が期待されています。

そのためには、全てのかたがカードを取得することが重要となります。誰一人取り残さない社会の実現を目指し、カードの取得にご協力をお願いします。



### ○申請手続きのお手伝いをしています

市は、マイナンバーカードの取得促進に向け、顔写真の無料撮影やオンライン申請手続きのお手伝いをしています。また、各種イベントで出張申請受付も実施しています。この機会に、マイナンバーカードの取得をお願いします。

- ・マイナンバーカードの取得者数  
5,665 枚（令和 2 年 7 月末日現在）  
取得率は約 17.4% で新潟県内 20 市中第 4 位です。
- ・マイナンバーカードの申請手続きをサポートしたかた  
1,627 人（令和 2 年 7 月末日現在）



【イベントで申請手続きをサポート】

### ○マイナポイントを使ってお得にお買い物しませんか

マイナンバーカードを活用した消費活性化策として、最大 5,000 円分のマイナポイントがもらえます。

#### ・マイナポイントってなに？

マイナンバーカードを取得して、マイナポイントを予約した人に与えられるポイントです。

マイナポイントを受け取るには、マイナンバーカードを取得して、所定の手続きをする必要があります。

#### <マイナポイント取得の流れ>



#### ・どんな良いことがあるの？

令和 2 年 9 月から令和 3 年 3 月 31 日までに、お好きなキャッシュレス決済で、2 万円分のチャージ又は買物をすると最大 5,000 円分のマイナポイントがもらえます。

#### ・マイナポイントはどこで使えるの？

選択したキャッシュレス決済サービス、(ICカード、クレジットカード、QRコード決済) に対応しているお店で使えます。

※詳しくは総務省ホームページ (<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>)



※詳細はこちらから

#### <問い合わせ>

- マイナンバーカードに関すること  
市民税務課市民窓口係 ☎ 74-0009
- SDGs 全般に関すること  
企画政策課政策調整グループ ☎ 74-0005



**SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**  
妙高市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。  
Myoko City supports sustainable development goals.

# 市内の出来事



※画像提供（新井小学校）

## グラウンドの緑を復活 ～新井小学校6年生が芝生張替作業を実施～

新井小学校や妙高市総合体育館（はね馬アリーナ）に隣接する「新井運動公園芝生広場」には新しい統合園が令和4年に開園予定となっています。

その広場にある芝生を再利用し、新井小学校グラウンドの芝生を復活させるための作業を7月17日に新井小学校6年生の約70人が行いました。

学校としては「働くこと」をテーマとしたキャリア学習とする場や様々な行事が中止となるなか6年生の思い出づくりとすること、また市としては芝生を再利用するという、SDGs推進（全17項目の内、「11.住み続けられるまちづくりを」、「15.陸の豊かさを守ろう」）にもつながるといったように、大変有意義な内容となりました。

作業は市こども教育課と業者がグラウンドの表土剥ぎ取りや芝のカットを前日までに準備した上で行われ、児童は芝生を地道に自分たちの手や一輪車で運搬するという大変な作業が約半日に渡りましたが、最後までやり遂げることが出来ました。ほとんどの児童が泥まみれになりましたが、笑顔いっぱい充実感に満ちた様子がとても印象的でした。



※作業前のグラウンドの様子



※作業後のグラウンドの様子



特集

市内の出来事

お知らせ

## 新・道の駅あらいがグランドオープン

～地方創生の拠点としての地域活性化や防災機能の強化に期待～

7月23日に農業振興施設、防災拠点にも活用可能な芝生広場、駐車場、洪水調整池、チェーン脱着所などの機能を兼ね備えた、道の駅あらいの拡充部分がグランドオープンしました。

当日は概要説明やテープカットなどの式典を行い、「四季彩館みょうこう」には、検温や消毒の徹底といった対策を講じた上でオープン直後から多くのかたが訪れていました。

隣接するレストランや芝生広場に開設されたビアガーデンが順次オープンしていくと、広い駐車場も徐々に埋まっていき、来場者へのうちわ配布サービスや福引き抽選も催され、周辺は賑わいをみせていました。

翌24日にも同様のイベントが実施されたほか、8月7日～9日の3夜連続で市民実行委員会が主催し、市内企業などと連携した形で「ドライブインシアター」が四季彩館みょうこう前の駐車場において開催され、3日間で約150組（台）のかたが車に乗ったまま映画を楽しみました。



うぶごえ・おくやみ

# お知らせ

- 時**日時 **会**会場 **対**対象 **内**内容 **申**申込方法・締め切り **他**その他 **¥**参加料などの金額
- 定**定員 **問**申し込み先・問い合わせ **FAX**ファクス
- HP**ホームページアドレス **☑**メールアドレス

## 募集



### Instagram インスタグラムで 写真を募集します

市の魅力の再発見や市民参加型の情報発信を目的にSNSで写真を募集します。

**▼募集期間**：9月1日(火)～11月15日(日) **▼募集内容**：

「妙高の秋を感じる写真」  
※市内で撮影されたものなら撮影時期や方法（スマホ、一眼レフなど）は不問 **▼応募方法**：応募者自身のアカウントで「#myokopr秋」の

ハッシュタグを付けて投稿

**▼応募資格**：居住地や年齢に関わらずどなたでも可能

※投稿時点で写真の活用方法は、市に委ねることで同意したものとみなします。

**他**写真は、募集期間後に5点程度を選定し市報などで紹介  
**問**総務課 ☎74・0004

### 指定管理者を募集 (朝日町住宅)

次の全てに当てはまる法人または団体

- ①家賃全額保証付管理を行う
- ②妙高市または上越市に本社または支社を有し、資本金の額が300万円以上
- ③3年以上の賃貸住宅の管理経験があり、管理業務の専門体制を有する
- ④最近5年間、国土利用計画法、宅地建物取引業法などの法令違反がない

**▼主な業務内容**：①入居者の募集 ②入居管理業務（家賃などの収納業務含む）

③施設の維持管理

**▼指定管理期間**：令和3年4月1日～7年3月31日

**申**9月1日(火)～9月30日(水)の平日8時30分～17時15分

**他**詳細は建設課または市ホームページでご確認ください。  
**問**建設課 ☎74・0026

### 災害義援金の受付 (令和2年7月豪雨)

**申**12月28日(月)まで

【日本赤十字社妙高市地区】

会市役所、各支所

※領収書発行可

**問**福祉介護課 ☎74・0061

【妙高市共同募金委員会】

会いきいきプラザ、妙高保健センター、妙高高原メッセ

※領収書発行可

**問**妙高市社会福祉協議会

☎72・7660

【義援金の郵便振替】

**内**口座番号：00110・

8・588189

▼口座名：日赤令和2年7月

豪雨災害義援金

**他**ゆうちょ銀行と郵便局の手

続きは振込手数料が無料。通

信欄に受領書希望と記入する

と後日受領書を発行

### 防衛大学校推薦・総合選抜

【推薦採用】

**対**18歳以上21歳未満の高卒または高専3年次修了（見込含む）で、成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、

学校長が推薦できる者  
**申**9月5日(土)～11日(金)

**内**試験日時：9月26日(土)・27日(日) **▼会場**：防衛大学校

【総合選抜】

**対**18歳以上21歳未満（自衛官は23歳未満）で高卒または高専3年次修了者（見込含む）

**申**9月5日(土)～9月11日(金)

**内**一次試験日時：9月26日(土)

**▼会場**：朝霞駐屯地

※二次試験は一次合格者に別途通知

**問**自衛隊新潟地方協力本部

高田地域事務所

☎025・523・5519

### 妙高市民の心 (取組事例を募集)

思いやりや助け合いの心、地域を大切にする心など心温まる取り組みを募集します。

**申**指定様式をご記入のうえ、活動内容がわかる写真を添付し、9月30日(水)までに生涯学習課へ提出

**他**優良事例は、賞状及び賞品を贈呈し市報などで紹介

**問**生涯学習課 ☎74・0034

### 新規教室無料体験会

秋期から始まる新規教室の体験会です。

**内**骨盤エクササイズ：骨盤まわりの筋肉をほぐし、ゆるめ整えます。骨盤を安定させることできれいな姿勢をつくり

**対**一般男女（定員20人）

**時**10月2日(金)10時～11時

**会**水夢ランドあらい

**申**10月1日(木)まで

**問**スポーツクラブあらい

☎72・3665

### 秋期教室受講者

**内**秋期教室期間：10月～12月（各教室全10回）

**¥**6000～8000円（別途年会費10000円が必要）

**申**申込用紙をご記入のうえ、受講料を添えて9月14日(月)～10月9日(金)に事務局へ申込み

※定員になり次第締め切り

**他**申込み用紙はホームページよりダウンロードできます。

**問**スポーツクラブあらい

☎72・3665

### 機能改善！ 温泉ウォーキング

天然温泉を使用したトレーニングプールでの水中運動や軽運動などを行う教室です。3ヶ月後に30〜60分歩ける体づくりを目指します。

時 10月2日〜12月11日の毎週金曜日、9時〜11時

¥ 6100円※プール利用料別

申 9月18日(金)9時〜

他 運転困難者は送迎バスあり

問 ほつとアリーナ妙高高原  
☎ 86・4466

### 妙高型健康保養地 プログラム

気候（気圧・気温・湿度・風・光線など）や温泉などの自然資源を活用し、クアオルト健康ウォーキングや水中運動を行う教室です。

時 ①火曜日コース：9月1日〜11月24日 ②水曜日コース

：9月2日〜11月11日 ※時間はいずれも9時〜11時30分

¥ 6100円※プール利用料別

他 運転困難者は送迎バスあり

問 ほつとアリーナ妙高高原  
☎ 86・4466

子育ての悩みを一緒に考えませんか  
**不登校を考える親の集まり**  
市内小中学校、総合支援学校の保護者

会 新井総合コミュニティセンター  
適応指導教室  
時 19時〜20時30分

内 ▼9月17日(木)：子どもの気持ちと関わり方 ▼10月15日(木)：不登校を考える ▼11月

19日(木)：相談機関や施設の紹介 ▼1月21日(木)：最近の子

育て事情 ▼2月18日(木)：適応指導教室での子ども達の学び

問 こども教育課 ☎ 74・0039

### 助成・補助 減免制度



### ひとり親世帯臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響による子育て負担の増加や収入の減少に対して、臨時特別給付金を支給します。

児童扶養手当受給資格者だけでなく、ひとり親世帯のかたであれば対象となる場合があります。

内 ▼給付金額：基本給付は1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円、追加給付は1

世帯5万円、第2子以降1人につき3万円、追加給付は1

### 9月議会放送日程

問 議会事務局 ☎ 74-0043

日程	放送内容	開始時間
1日(火)	提案説明	10時
3日(木)	一般質問	10時
4日(金)	一般質問	10時
10日(木)	R元年度決算関係議案 提案説明・決算審議	9時30分
11日(金)	R元年度決算審議	9時30分
16日(水)	産業経済委員会	10時
17日(木)	総務文教委員会	10時
18日(金)	建設厚生委員会	10時
25日(金)	議案採決	10時

※4日(金)、11日(金)は質問者数などの影響で休会となる場合あり  
 ※黒文字…上越ケーブルビジョン、インターネット中継あり。緑文字…インターネット中継のみ  
 ※放送は、審議の状況により一時中断する場合あり

世帯5万円 ※支給には要件がありますので、こども教育課または市ホームページで、ご確認ください。

問 こども教育課 ☎ 74・0039

### 人間ドック費用助成申請

(後期高齢者医療制度)

対 次の全てにあてはまるかた  
①令和2年4月以降に人間ドックを受診 ②受診日時点で

市内に住民登録がある後期高齢者医療制度加入者 ③受診結果を市・県広域連合に提供可

内 ▼助成額：1万円(上限額)

▼申請に必要なもの：人間ドックの領収証、通帳など振込

先がわかるもの、印鑑、人間ドック受診結果の写し

問 健康保険課 ☎ 74・0056

### 電気柵貸出要望受付

令和3年度の電気柵貸出要望の受付を行います。

対 ①3戸以上で設置し、共同管理をするもの ②地理的条件により、2戸以下で設置し

共同管理をするもの

内 ①電気柵の資材費相当額の全額を助成 ②電気柵の資材

費相当額の3分の2を助成

申 9月30日(水)までに農林課、各支所へ指定の要望書を提出  
問 農林課 ☎ 74・0027

### 上越人材ハイスクール

問 ☎ 025 - 523 - 2690

【募集中の講座】

- ▶庭木の冬囲いの仕方
- ▶シニアエクセル ▶エクセル基礎
- ▶JW-CAD ▶秘書検定(2級)
- ▶サービス接客検定(2級)
- ▶機械要素 ▶第1種・第2種電気工事士(実技のみ)



<講座の詳細はこちら>

### 上越テクノスクール

問 ☎ 025 - 545 - 2190

【募集中の講座】

- ▶事務基本科 (情報活用コース)
- ▶機械検査作業1・2級(実技)
- ▶木造建築セミナー (デザイナーズ工務店によるプランニング&納まり)



<講座の詳細はこちら>

# 税・健康・福祉



## 固定資産税などを軽減

新型コロナウイルス感染症の影響で、厳しい経営環境にある中小事業者等の令和3年度課税分の固定資産税及び都市計画税を軽減します。

対令和2年2月～10月までの任意の3か月間の事業収入が

昨年同期と比較して30%以上減少している事業者  
**内**軽減税目：償却資産及び事業用家屋の固定資産税、事業用家屋の都市計画税 ▼軽減率：①30%以上50%未満の減少は2分の1軽減 ②50%以上の減少は全額免除 ▼中小事業者等とは：資本金額または出資金額が1億円以下の法人及び資本または出資を有しない法人のうち従業員数が

1000人以下の法人。常時使用する従業員数が1000人以下の個人  
 ▼申告手続：認定経営革新等支援機構などで収入減や対象資産の確認を受け市へ申告  
 ▼申告期限：令和3年2月1日(月) ※詳細は市ホームページをご確認ください。  
**問**市民税務課 74・0012

## <新井南小学校 児童を募集>

新井南小学校は小規模特認校です。

豊かな自然の中で、1クラス10人前後の人数であることを最大の利点として、児童一人ひとりが確かな学力を身に付け、心身の成長を果たせるよう支援します。それぞれの存在を大切に、リーダーシップ、フォローシップ、コミュニケーション能力を高めます。

また、外国語(英語)学習にも力をいれていて、1年生から各学年に応じたカリキュラムに沿った外国語活動を実施しています。

**対**小学校1～6年生

**申**12月25日(金)までに子ども教育課へ校区外就学許可申請書などを提出  
 説明会は随時開催、オープンスクールや体験入学も実施予定

※詳細は市ホームページにあり

**問**子ども教育課 74-0037



特集

市内の出来事

お知らせ

ごみ減量・おくやみ

## 献血にご協力を

**時・会**：9月9日(水)10時～11時30分・妙高市建設業親和会(工団町)

**内**献血種類：400mlの全血献血 ▼持ち物：献血カード ※初めて・久しぶり・カード紛失のかたは運転免許証などの顔写真入りの身分証明書をお持ちください。

**問**健康保険課 74・0056

## 医療機関受診時のお願い

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、発熱や咳など風邪の症状があるかたが市内の医療機関を受診する際は、必ず事前の電話連絡をされるようお願いいたします。

**問**健康保険課 74・0056

## 年金受給者に扶養親族等申告書が送付されます

対象者には、日本年金機構から送付されます。申告書を提出することで、年金の源泉徴収で所得税の控除が受けられます。控除対象配偶者や扶養親族がいるかた、年金受給者が障害者または寡婦(寡夫)に該当するかたは提出してください。

**問**上越年金事務所お客様相談室 74・0056  
 市健康保険課 74・0056

## 救急の日と救急医療週間

9月9日(水)は救急の日、9月6日(日)～12日(土)は救急医療週間です。救急医療機関が重症患者に対応できるよう適正な受診をお願いします。

**他**夜間の急な病気には救急医療電話相談(毎日20時～翌朝8時)をご利用ください。

①15歳以上 74・025・284  
 ・7119 ②15歳未満 74・025・288・2525

**問**県福祉保健部医務薬事課 74・025・280・5183  
 市健康保険課 74・0056

## 環境



## 使用済みインクカートリッジを回収します

ごみ減量とリサイクルの推進のため、回収ボックスを設置しました。

ご家庭でお使いのカートリッジやトナーであれば、メーカーを問いません。

**会**市役所、各支所、新井ふれあい会館、妙高クリーンセンター、あるいは再資源センター  
**問**環境生活課 74・0031

**妙高市限定**

### 家の片付け～処分を格安にて行います!!

私たちが対応いたします  
お気軽にご相談下さい!

**昨年度 52件の実績**  
 ヤスダでお得に!!

**(有)安田商会**  
 妙高市大字下濁川 1483-1  
**Tel.0255-75-3835**

<広告>

### フードドライブを実施

食品ロス削減を目的に、ご家庭で余っている食品や食材を提供いただき、市内のごども食堂やフードバンクを通じて必要なかたへ届けるフードドライブを行い、燃えるごみの減量を進めます。

**時・会** 10月3日(出)9時〜12時・新井ふれあい会館

**対** 市内在住者、市内事業所

**内** 提供いただきたい食品  
①箱や袋が未開封 ②賞味期限内 ③常温保存が可能

④成分や製造元の表記がある  
⑤米（玄米可）

**問** 環境生活課 ☎74・0031

### コンテスト表彰式

環境ポスター、エコ標語、エコ川柳、マイバッグコンテストの表彰式を開催します。

当日は全応募作品を展示するほか、後日、市役所・妙高支所・妙高高原支所で入賞作品を巡回展示します。

**時・会** 10月3日(出)9時〜10時・新井ふれあい会館

**他** 作品展示は3日(出)、4日(日) 環境生活課 ☎74・0031

### リユース情報

(8月20日現在)

#### 【不用品登録バンク】

**内** 譲りたい：【無料】電話機（子機含む）、足用マッサー、ジ器、双子用ベビーカー、2人掛けソファ、冷蔵庫、家庭用電気治療器、幼児用チャイルドシート、シニアカー、シルバーカー、耐火金庫、シングルベッドマット、子ども用整理ダンス

**【有料】**ピアノ、床用タイル、電動チェンソー、電子レンジ、小型給湯器、シャワーユニット

**▼譲ってほしい：**子ども用の服・帽子・靴・おもちゃ、着物、家庭菜園用支柱・ネット、ミシン、エレクトーン、ピアノ、キックボード、幼児用不着、除湿機

**問** 環境生活課 ☎74・0031

#### 【あらい再資源センター】

施設に持ち込まれた不用品のうち、まだ使えるものを無料で提供しています。

**問** あらい再資源センター ☎72・6841

### イベント

#### サポカー試乗体験会

**時** 10月4日(日)10時〜12時、13時〜15時

**会** 新井自動車学校

**内** サポカー試乗体験、ドライブシミュレーター体験など

**定** 100人（要事前申込）

**問** 環境生活課 ☎74・0032

#### マイバッグ手作り講座

**時** 9月30日(水)14時〜16時30分

**会** 妙高市勤労者研修センター

**定** 5人程度（要事前申込）

**料** 300円

**問** 環境生活課 ☎74・0032

#### 普通救命講習

**時** 9月27日(日)9時〜12時

**会** 上越地域消防局講堂

**内** 心肺蘇生法、AEDなど

**定** 30人（要事前申込）

**料** 210円

**問** 新井消防署 ☎72・7119

#### 創業塾2020

**時** 9月12日〜11月14日の毎週土曜日、13時〜16時20分

**対** 創業をお考えのかたなど  
**定** 25人（要事前申込）  
**会** 問上越商工会議所  
☎025・525・1185

#### 交通安全講演会

**時・会** ①10月4日(日)13時30分・燕市老人集会センター  
②10月18日(日)13時30分・南魚沼市ふれ愛支援センター

**内** 基調講演、交通安全漫談

**定** 各会場50人（要事前申込）

**問** 新潟県県民生活・環境部県民生活課交通安全対策室

☎025・280・5136

#### 岡田清和・秋の新作展

**時** 9月8日(火)〜14日(月)9時〜21時

**会** 道の駅あらいくびき野情報館

**問** はり絵作家岡田清和さんを支援する会 ☎74・0035

#### きのご講習会

**時** 10月12日(月)10時〜14時30分

**会** NIKUTANA

**内** パーベキューガーデン

**定** 50人（要事前申込）

**料** 200円

**問** 上越食品衛生協会事務局

☎025・523・1195

年中活躍！秋からのインフルエンザ対策に

人気メーカーの高機能空気清浄機  
ウイルスや細菌を強力抑制  
加湿機能や除湿機能付きもあります。

シャープ 「プラズマクラスター」搭載  
見積無料！

パナソニック 「ジアイノ」搭載

ダイキン 「ストリーマ」搭載

**ニシキ電気朝日町店**  
お気軽にご相談下さい  
TEL.0255(73)7050 朝日町1-10-3

除雪機、他店購入商品でも  
点検・修理 予約受付中

※御安心下さい※  
当社よりご購入のお客様は、無料シーズン前点検のハガキを差し上げます。

中古除雪機・先行商談会開催中

取扱メーカー  
HONDA クボタ 共立 ヤナセ ワド  
フジイ ヤンマー ハスク 他

**(有)イシノ**  
営業時間 8:30〜18:00  
年中無休 (82) 2214  
妙高市東四ツ屋新田 206-6

## 市税の納付は口座振替がおすすめです！ 問市民税務課 ☎ 74 - 0010

市税は、市民の暮らしを支える重要な財源として、子育てや福祉、ごみ収集、まちづくりなど、生活を支える様々な市民サービスに活かされています。

一度申し込めを行えば、後の手続きが不要な口座振替が便利です。この機会に手続きしませんか？



金融機関やコンビニに行くのが大変…

コンビニは便利だけど、納め忘れそう…



### ～口座振替のメリット～

- ◎便利…納期ごとに出かける手間がありません
- ◎安全…現金を持ち歩く必要がありません
- ◎確実…うっかり納め忘れる心配がありません

### ＜口座振替ができる税目＞

- ▶市県民税 ▶固定資産税・都市計画税 ▶軽自動車税
- ▶国民健康保険税 ▶介護保険料

### ＜口座振替ができる金融機関＞

- ▶第四銀行 ▶北越銀行 ▶八十二銀行 ▶新井信用金庫
  - ▶新潟県労働金庫 ▶えちご上越農業協同組合
  - ▶ゆうちょ銀行、郵便局
- 上記金融機関の本店、支店など

### 口座振替の申し込み方法

- ▶上記金融機関窓口、または市民税務課・各支所にある口座振替依頼書で申し込みください
- ※申し込みには口座番号と銀行印が必要です。



## 妙高警察署からのお知らせ

### ●電子マネーを悪用した架空料金請求詐欺に注意

身に覚えのない未納料金の請求をする詐欺メールに記載された電話番号に電話すると、犯人から電子マネーでの支払いを求められます。「電子マネーギフト券で支払え」は詐欺を疑ってください。

詐欺メールに記載されている電話番号には、絶対に電話をしないでください。  
また、身に覚えのない料金請求は、警察や家族などに相談しましょう。

### ●身体をいたわった「補償運転」を

敬老の日を迎える9月、おじいちゃん、おばあちゃんドライバーにお願いします。誰もが年を重ねると無理が利かなくなるものです。これまでの運転をやさしく変化させる「補償運転」で、無理が利かなくなってきた身体機能をカバーしましょう。

- ・夜間の運転を控える
- ・体調や天候が優れない日の運転を控える
- ・長距離の運転を控える
- ・ラジオや音楽を聴かずに運転に集中する
- ・以前よりスピードを落とす

「今日はちょっと控えよう」の積み重ねが事故に遭う、事故を起こすリスクを軽減します。



### <妙高警察署管内の人身交通事故発生状況（令和2年7月末現在）>

- ▶発生件数…33件（前年比+24件） ▶死者数…0人（前年同） ▶負傷者数…41人（前年比+26人）

問妙高警察署 ☎ 72 - 0110

組合員の皆様へ

## ご法要のご用命は JAセレモニーサービスへ

専門スタッフが丁寧に  
お手伝いいたします。

お見積り  
無料



まごころを込めて、皆様のおくる心を大切に…  
JAえちご上越 JAセレモニーサービス  
新潟県上越市稲田4丁目5-15 ☎(代)025-527-2077

◎虹の会会員募集中◎

フリーアクセス 0120-97-1959

使いみち自由!安心フリーローン!

## あらいしんきん ときめきローン

- ◆ご融資金額:500万円以内
- ◆ご融資期間:10年以内



皆さまに親しまれる



新井信用金庫

その他の  
お知らせ



国勢調査を実施

総務省統計局では、令和2年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯を対象に国勢調査を実施します。

9月中旬から調査員が皆様のお宅に訪問し、調査書類を配布します。回答はできる限りインターネットでお願いします。(郵送も可能です)

なお、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、できる限り皆様と調査員が対面しない方法で実施します。

問 総務課 ☎ 74・0001

陸上自衛隊岡山演習場

9月の使用日程

内・時 ▼一般訓練…1日(火)〜30日(水) ▼飛行訓練…1日(火)〜30日(水)の平日 ※21日(月・祝)、22日(火・祝)は実施 ▼射撃等訓練…3日(木)〜5日(土)、16日(水)、24日(木)〜30日(水)

他 悪天候などで訓練を中止・日程変更する場合あり。演習

場は原則立入禁止

問 陸上自衛隊高田駐屯地

☎ 025・523・5117

市総務課 ☎ 74・0002

秋のALL妙高あいさつ運動

時 9月23日(水)〜29日(火)の平日、7時40分〜8時10分

内 地域の交差点や自宅、事業所付近などで子ども達にあいさつをお願いします。

問 生涯学習課 ☎ 74・0034

屋外広告物について

県では良好な景観形成や公衆に対する危害防止を目的として、屋外広告物のルールを定めています。道路沿いや市街地などに設置する場合、大半は許可手続きが必要です。

問 上越地域振興局地域整備部

☎ 025・526・9503

マイマイガに注意!

ドクガ科のマイマイガが発生しています。卵(卵塊)は、ペットボトルやプラスチックの硬いヘラを使って削ぎおとし、土に埋めるか、燃えるごみとして処理してください。

問 環境生活課 ☎ 74・0033

新井総合公園多目的広場

(ご利用ください)

新井総合公園の東側で整備を進めていた多目的広場が完成し、8月18日(火)から供用開始となりました。

問 建設課 ☎ 74・0025

ほっとランド定休日

ほっとランドの定休日を、毎週月曜日から水曜日に変更しました。お間違えのないようお願いいたします。

問 ほっとランド ☎ 72・8480

水夢ランドあらい休館日

定期メンテナンスのため、次のお休みを休止します。

時 9月7日(月)〜9月10日(木)

※再開は9月11日(金)13時〜

問 水夢ランドあらい

☎ 72・3600

ガス上下水道まつりの中止

10月に開催予定だった第38回妙高市ガス上下水道まつりは、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。

問 ガス上下水道局

☎ 72・3566

野菜づくり読本  
入門編を販売します

野菜づくりをしたことのない学校や園の教職員向けに、初心者でも園児・児童・生徒と共に楽しみながら野菜づくりができる内容の読本を作成しました。一般のかたも購入できます。

¥一冊500円(税込)

問 こども教育課 ☎ 74・0037

文化ホールからのお知らせ

【ストリートピアノ】

ホワイエのグラランドピアノを開放しストリートピアノを始めました。どなたでも自由に演奏いただけます。

時 月曜日と催し物がある日以外の毎日、9時〜16時

他 ご使用にあたり注意事項があります。詳細はお問い合わせください。

【ワンコインコンサート

「けやきの森の音楽館」気軽にクラシック音楽を楽しめるコンサートシリーズ第1弾。ピアノとサクソフォンによるコンサートです。

内 ピアノ…大貫夏奈、サクソ

フオン…鹿倉雄介

時 9月20日(日)14時

会 文化ホールホワイエB

¥500円(全席自由・税込)

【ダンス・ワークショップ

「返信するからだ?」世界的ダンサーの木田真理子さんを講師に迎え、身体の不思議を一緒に探求するワークショップ

時 ①9月26日(土)14時、②9月27日(日)10時30分

会 新井総合コミュニティセンター大会議室

対 小学生以上(ダンス経験不問、2日間の参加者を優先)

定 15人(先着順)

¥ 大人2000円、高校生以下1000円(保険料込み)

【共通事項】

問 妙高文化振興事業団

☎ 72・9411

善意ありがとうございます

新型コロナウイルス感染症対策に役立ててほしいと、次のかたから温かい善意をお寄せいただきました。(敬称略)

内 ㈱エコスタッフ…不織布マスク2500枚

問 総務課 ☎ 74・0002

## ○人権について考える『シリーズ第5回～高齢者の人権を守ろう～』

高齢者の人権については、1995年（平成7年）に高齢社会対策基本法、2006年（平成18年）に高齢者虐待防止法が制定され、高齢社会の現代において、高齢者の尊厳を守り、虐待を防止することが極めて重要であるとされました。

しかし、近年、社会の中における高齢者に対する尊敬の念や感謝の心が稀薄になってきたことや、核家族化が進む中で、独居や夫婦二人だけの世帯が増えているなどの生活環境の変化が大きな要因となり、高齢者に対するいじめ・虐待、介護放棄、悪徳商法や振り込め詐欺などの事件が後を絶ちません。

### Q 高齢者の人権問題を解決するにはどうしたらいいですか？

- A 高齢者がこれまで果たしてきた社会的役割の重要さとともに、加齢に伴う肉体的、精神的な衰えあるいは不安などを正しく理解し、認識することが大切です。  
また、地域社会全体で高齢者一人ひとりの視点で物事を考え、高齢者と接する意識を持ち、学校教育や社会教育により幅広い人権啓発活動を行う必要があります。



### Q その他高齢者の人権を守るために必要なことはありますか？

- A 「生きがいがづくり活動の支援」、「利用しやすい移動手段をふやす」、「介護保険制度などのサービス基盤の整備」、「通院や買い物の支援」、「介護の質的充実」、「病院や福祉施設における十分な対応と虐待防止の徹底」など、高齢者の人権に配慮した医療福祉施設の充実が求められています。

### ●【相談機関及び連絡先】

- 上越地域の常設人権相談窓口（新潟地方方法務局上越支局） ☎ 025-525-4163（平日 8時30分～17時15分）
- 妙高市役所市民総合相談室 ☎ 0255-74-0042（平日 8時30分～17時15分）

## 9月の各種相談日程

相談窓口名	日時	会場	申し込み	問い合わせ
妙高地域出張障がい者相談室	9月7日(月) 10時～14時	妙高支所 (妙高保健センター)	不要	福祉介護課 ☎74-0015
司法書士無料法律相談会	9月9日(水) 13時30分～15時30分	市役所相談室	9月4日(金)まで	市民税務課 ☎74-0042
行政相談会	9月10日(木) 10時～15時	妙高高原支所	不要	市民税務課 ☎74-0042
人権・公証人相談会	9月10日(木) 9時30分～12時30分	妙高高原支所	不要	市民税務課 ☎74-0042
働く人の電話相談室	9月10日(木)～12(土) 10時～22時	電話相談	不要	働く人の電話相談室 ☎0120-583-358
消費生活・多重債務無料弁護士相談会	9月20日(日) 13時～16時	市役所相談室	9月16日(水)まで	市民税務課 ☎74-0042
無料弁護士相談会	9月25日(金) 13時～17時	いきいきプラザ	9月15日(火)まで	妙高市社会福祉協議会 ☎72-7660
就労出張相談会 15歳～49歳までの就労に悩む本人または家族が対象	9月30日(水) ①9時30分～11時30分 ②13時～16時	①ハローワーク妙高 ②新井ふれあい会館	事前予約 (随時受付)	上越地域若者サポートステーション ☎025-524-3185

## 前島整骨院

受付時間	月	火	水	木	金	土・祝	日
午前 8:00～12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後 2:30～6:30	○	○	○	○	○	×	×

◆出張施術いたします

妙高市田町 1-3-6 前島順子  
☎72-3036



## 産科 愛クリニック

院長 長房 麻美  
日本産科婦人科学会認定 産婦人科専門医・母体保護法指定医  
妊婦健診・女性のがん検診、健康相談  
各種予防接種・更年期相談

TEL: 0255-72-4103(代) 妙高市美守1丁目12-9

# 市内認定こども園・保育園

## 令和3年度入園案内



- \* 「認定こども園」は幼稚園と保育園の機能をあわせもち、教育と保育を一体的に行う施設です。
- \* 「保育園」は就労などのために、家庭での保育ができない保護者に代わって保育を行う施設です。

### <入園対象>

- ▶ 1号認定子ども（従前の「幼稚園児」）  
満3歳以上で認定こども園での幼児教育を受ける子ども
- ▶ 2号認定（満3歳以上）子ども
- ▶ 3号認定（満3歳未満）子ども  
（従前の「保育園児」）  
「保育を必要とする事由」にあてはまり、認定こども園・保育園で保育を受ける子ども

### 【保育を必要とする事由】

- ①就労 ②妊娠・出産 ③保護者の疾病・障がい ④親族の介護・看護
- ⑤災害復旧 ⑥求職活動 ⑦就学 ⑧その他（入園年度の4月1日現在で3歳以上であり、居住地近くに認定こども園がないため、保育園への入園を希望する場合など）

### ◇市内公立認定こども園

園名	所在地	電話番号
妙高高原こども園	田口942-1	86-3631
さくらこども園	小出雲3356	77-4528
よつばこども園	関川町2-6-2	77-4399
和田にじいろこども園	月岡1-11-12	72-3737

【乳児受入】生後6ヶ月から（ただし、ときわ保育園は8ヶ月、第三保育園・矢代保育園は1歳6ヶ月から）

### 【保育時間】

- 1号認定 平日8時～14時
- 2・3号認定 平日8時～16時 土曜8時～12時
- 早朝・延長保育 平日7時30分～8時 16時～19時  
土曜7時30分～8時 12時～12時30分
- 土曜午後保育 12時30分～17時30分（一部園のみ）

### ◇市内公立保育園

園名	所在地	電話番号
第三保育園	白山町2-8-6	72-6147
ひまわり保育園	除戸1887	75-2224
斐太南保育園	長森1854	72-1930
矢代保育園	志967-2	72-2558
斐太北保育園	雪森652-3	72-6048
妙高保育園	関山2131	82-2041

### ◇市内私立保育園

園名	所在地	電話番号
(福)ときわ保育園	下町5-9	72-4806

## 申込方法

### ●新入園児（途中入園含む）

9月1日（火）～9月30日（水）までに、指定の申請書をこども教育課、または各園に提出 ※2・3号認定子どもは就労証明書などの保育を必要とする事由を証明できる書類を添付（申請書・各種添付書類はこども教育課・各園・子育て広場にあります。また、市ホームページからダウンロードできます。）

▶面接…上記の書類提出後、各園で面接があります（日程の案内・必要書類は後日送付）。

※育児休業明けに伴う職場復帰などにより、令和3年度途中での入園を希望される場合もこの期間内にお手続きください。

※2・3号認定申請は審査の結果、保育の必要性が認められない場合があります（後日連絡）

### ●転園を希望する在園児

在籍園に申し出てください。必要書類などを一式お渡しします。

### ●今後のスケジュールについて（予定）

順序	内容	時期（予定）
1	入園申込受付	9/1～9/30まで
2	第1希望で入園面接	10月中旬～11月中旬
3	入園調整	面接終了後～12月
4	入園承諾書の送付	来年1月上旬
5	保護者説明会	来年2～3月

【問い合わせ先】こども教育課幼児教育係（☎74-0040）または各園

# 市営バス時刻改正（10月1日から）

## 【主な改正内容】

### ○冬期時刻に係る改正

- ・矢代線「道の駅まわり」及び「志まわり」、「広島線」の最終便の運行時刻が変更となります。
- ・長沢スクールバスの新井バスターミナル発の運行時刻が早まります。

## 矢代線 《市営バス》（月曜から土曜のダイヤ表）

道の駅まわり																		
新井バス ターミナル発	けいなん 総合病院	白山町 3丁目	新井中	錦町	道の駅	窪	両善寺	友楽里館	西野谷	上菅沼	旧矢代小	矢代局前	新井新田 入口	錦町	新井中	白山町 3丁目	けいなん 総合病院	新井バス ターミナル着
▲6:35	—	6:39	—	6:40	6:43	6:51	6:54	6:57	7:00	7:06	7:09	7:10	—	7:14	—	7:15	—	7:20
文7:23	—	7:27	—	7:28	7:31	7:39	7:42	7:45	7:48	7:54	7:57	7:58	8:01	8:03	8:04	—	8:07	8:14
12:45	12:51	12:57	—	12:58	13:01	13:09	13:12	13:15	13:18	13:24	13:27	13:28	13:33	13:37	—	13:38	13:43	13:50
▲18:33	—	18:37	—	18:38	18:41	18:49	18:52	18:55	18:58	19:04	19:07	19:08	—	19:12	—	19:13	—	19:18
志まわり																		
新井バス ターミナル発	けいなん 総合病院	白山町 3丁目	新井中	錦町	新井新田 入口	矢代局前	旧矢代小	上菅沼	両善寺	西野谷	友楽里館	窪	道の駅	錦町	新井中	白山町 3丁目	けいなん 総合病院	新井バス ターミナル着
9:24	9:30	9:36	—	9:37	9:40	9:45	9:46	9:49	9:52	9:56	10:00	10:06	10:12	10:15	—	10:16	10:22	10:29
文15:16	15:22	—	15:25	15:26	15:28	15:31	15:32	15:35	15:38	15:42	15:45	15:51	15:59	16:02	—	16:03	16:08	16:14
■16:31	16:37	16:43	—	16:44	—	16:48	16:49	16:52	16:55	16:59	17:02	17:08	17:16	17:19	—	17:20	17:25	17:31
文17:37	17:43	—	17:46	17:47	17:49	17:52	17:53	17:56	17:59	18:03	18:06	18:12	18:20	18:23	—	18:24	—	18:29

※元日は全便運休。12月31日～1月3日の間は、日曜、祝日ダイヤで運行

※白山町3丁目～西野谷～新井中学校の間は、自由乗降区間

▲印は、土・日曜、祝日は運休

■印は、日曜、祝日は運休

文印は、スクールバスで土・日曜、祝日は運休。一般のかたも乗車可能

## 矢代線 《市営バス》（日曜・祝日、12月31日～1月3日のダイヤ表）

道の駅まわり																		
新井バス ターミナル発	けいなん 総合病院	白山町 3丁目	新井中	錦町	道の駅	窪	両善寺	友楽里館	西野谷	上菅沼	旧矢代小	矢代局前	新井新田 入口	錦町	新井中	白山町 3丁目	けいなん 総合病院	新井バス ターミナル着
12:45	12:51	12:57	—	12:58	13:01	13:09	13:12	13:15	13:18	13:24	13:27	13:28	13:33	13:37	—	13:38	13:43	13:50
志まわり																		
新井バス ターミナル発	けいなん 総合病院	白山町 3丁目	新井中	錦町	新井新田 入口	矢代局前	旧矢代小	上菅沼	両善寺	西野谷	友楽里館	窪	道の駅	錦町	新井中	白山町 3丁目	けいなん 総合病院	新井バス ターミナル着
9:24	9:30	9:36	—	9:37	9:40	9:45	9:46	9:49	9:52	9:56	10:00	10:06	10:12	10:15	—	10:16	10:22	10:29

※元日は全便運休

## 広島線 《市営バス》

新井 → 石塚町 → 広島 → 高柳 → 新井																
新井バス ターミナル発	新井中	けいなん 総合病院	石塚町	大崎町 公民館	柳井田 公民館	栗原 団地	広島	上百々 入口	月岡	国賀	ほっと ランド	高柳 団地下	諏訪町	新井中	けいなん 総合病院	新井バス ターミナル着
文7:25	—	—	7:28	7:30	7:33	7:37	7:40	7:43	7:44	7:47	—	7:49	7:52	7:58	8:02	8:09
8:40	—	—	8:43	8:45	8:48	8:56	8:59	9:02	9:03	9:06	—	—	9:09	—	9:17	9:21
▲文17:45	17:52	17:56	18:02	18:04	18:07	18:16	18:19	18:22	18:24	18:27	—	18:31	18:34	—	18:40	18:44
新井 → 高柳 → 広島 → 石塚町 → 新井																
新井バス ターミナル発	新井中	けいなん 総合病院	明日町ショッ ピングプラザ前	諏訪町	高柳 団地下	ほっと ランド	月岡	上百々	広島	栗原 団地	大曲	柳井田 公民館	石塚町	新井バス ターミナル着		
市営バス	11:12	—	11:18	11:22	11:23	11:26	11:27	11:32	11:35	11:37	11:40	11:45	11:48	11:55	12:05	
月のみ運行	文15:25	15:32	15:35	15:39	15:40	15:43	15:44	15:49	15:52	15:54	15:57	16:02	16:05	16:12	16:22	
火・水・木・金運行	文16:28	16:35	16:38	16:42	16:43	16:46	16:47	16:52	16:55	16:57	17:00	17:05	17:08	17:15	17:25	

※土・日曜、祝日、12月31日～1月3日の間は、全便運休

※石塚町～諏訪町の区間は、自由乗降区間。ただし、7:25発のスクールバスは自由乗降不可

文印は、スクールバス。一般のかたも乗車可能

▲文印は、中学校の春・夏・冬休み期間中は運休

## 長沢スクールバス

新井 → 長沢							長沢 → 新井								
新井バス ターミナル発	新井中	けいなん 総合病院	川上	上堀之内	新井南小	猿橋	長沢着	長沢発	猿橋	新井南小	上堀之内	川上	けいなん 総合病院	新井中	新井バス ターミナル着
▲17:43	17:51	17:54	18:01	18:07	18:10	18:17	18:28	■7:23	7:34	7:41	7:43	7:50	7:57	8:00	8:08

▲印は、土・日曜、祝日、中学校の春・夏・冬休み期間中は運休。一般のかたも乗車可能

■印は、日曜、祝日、12月31日～1月3日の間は運休。一般のかたも乗車可能

【問い合わせ先】 環境生活課生活安全係（☎74-0032） 頸南バス株（☎72-3139）

※バス時刻表は、新井バスターミナル、妙高市役所に備え付けてあります。

# 妙高はねうまカレッジ まなびの杜<sup>もり</sup>

妙高はねうまカレッジ『まなびの杜』は、市民の皆さまに、人生100年時代を学びを通じて心豊かに、健康でいきいきと過ごしていただくために開催している多種多様な生涯学習講座です。学び続ける喜びと仲間との交流の楽しさを感じながら、豊かな人生を送りましょう。市民の皆さまの参加をお待ちしております。



## ひと・まちコース

※受講料300円/回

テーマ	日時	会場	講師	内容
健康講座 ～こころを病むってどういうこと?～	9月16日(水) 18時30分～20時	勤労者研修センター	新潟県立看護大学教授 安達 寛人 氏	講義
防災講座 ～こうしたら生きられる! 生死をかけたサバイバル～	9月30日(水) 13時30分～15時	勤労者研修センター	日赤新潟県支部	講義
妙高の魅力発見講座 ～頑張る妙高の地元企業～	10月21日(水) 13時～15時	千代の光酒造(株)		現地学習
妙高みらい講座 ～未来が変わるソサエティ5.0とSDGs～	11月4日(水) 18時30分～20時	勤労者研修センター	地域情報化アドバイザー	講義
妙高の魅力発見講座 ～あっぱれ妙高の逸品～	11月12日(木) 13時～15時	マル二新井本店 (株)ミヤトウ野草研究所		現地学習



## オープンカレッジ

※受講料無料

テーマ	日時	会場	内容
身近な神さまコラム旅 ～妙高編～  「古事記とわたしたちの頸城郡」をテーマに、古事記、日本書紀、先代旧事本紀、遺跡群と結び合わせて妙高市と神さまのつながりを紐解きます。	11月14日(土) 13時30分 ～ 15時30分	勤労者研修センター	★日本画家 川崎 日香湊氏による「古事記とわたしたちの頸城郡」をテーマにした講演会 ★全3回にわたり開催しますが単発でもご参加いただけます。
	12月19日(土) 13時30分 ～ 15時		
	令和3年 2月20日(土) 13時30分 ～ 15時		

【申し込み・問い合わせ先】

生涯学習課生涯学習推進係

☎74-0034 ファクス72-3902

e-mail : manabinomori@city.myoko.niigata.jp

※「まなびの杜」に関するSDGsの目標



特集

市内の出来事

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

# 生活・お仕事困りごと

## 相談窓口のご案内 (生活困窮者自立相談窓口)

### こんなことで悩んでいませんか



- なかなか仕事が見つからない、続かない
- お金の管理が苦手でやりくり困っている
- 家族がひきこもっていて心配
- 生活の立て直しを図りたい
- 相談できる人がいない

### ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

#### <相談から支援までの流れ>

#### ①相談

相談窓口に来所、又は電話で困りごとをお聞かせください。  
支援員が対応します。

#### ②プラン(計画)作成

抱えている問題を解決するためにどんな支援が必要か一緒に考えて、プランを作ります。

#### ③支援

問題解決に向け、一緒に目標に向けて取り組みましょう。  
ハローワークや法律相談など、専門機関とも連携しながら取り組みます。



### 支援の内容

#### 自立相談支援事業

困りごとや不安について、支援員があなたと一緒に考え、具体的な支援プランを作成し、自立に向けた支援を行います。

#### 就労準備支援事業

就労に向けた生活習慣の改善、コミュニケーション能力の向上、事業所での就労体験の場の提供を行います。

#### 家計改善支援事業

相談者が家計を管理できるように本人の状況に合わせて家計管理の方法や見直しのアドバイスをします。関係機関への取り次ぎや貸し付けの斡旋なども行います。

#### 【相談窓口】

社会福祉事務所(福祉介護課援護係内 ☎74-0061)  
〒944-8686 妙高市栄町5-1  
(月)~(金)8時30分~17時15分(祝日を除く)

# 住み慣れた地域で共に

## 地域の課題を解決するためのプロセス「全住民アンケート」

### 全住民アンケートとは…

子どもから高齢者までの様々な年代の地域活動に対する想いや考えを把握し、今後の地域づくり活動に役立てるためのアンケート調査です。

### 地域の未来を見据えて、勉強会を実施

新型コロナウイルスの感染予防のため、地域行事などを自粛している中で、「今だからできること」として、6月23日と26日に『全住民アンケートセミナー』を開催しました。会場は、勤労者研修センターと妙高保健センターで、各地域の役員など、25名が参加し、地域の人口減少や高齢化の現状を確認しながら、将来の地域課題などについて一緒に考えました。



### 参加者からはこんな感想が！

毎年同じ活動を繰り返し、役員として責任を感じていた。こんな時だから変化することが大切と感じた。



### 課題解決に向けて、市内2地区で動き出す！

それぞれの地域の課題を解決するためには、現状を把握することが大切です。

全住民アンケートを通して、普段、漠然と感じていることを数値として共有し、地域の課題解決に役立てるため、関山地区と姫川原地区が動き始めました！

▲個別でも勉強会を実施。将来の人口減少を目の当たりにし、アンケートの重要性を再認識。

### 移住者交流会を開催！

妙高市へ移住されてきたかたを対象に交流会を行います。

開催日：10月2日(金)14:00～16:00  
場所：山の家カフェ(妙高市関川1528-2)  
参加費：1,000円(ドリンク・ケーキ付)  
定員：20名 ※申し込み多数の場合は先着順  
申込方法：9月18日(金)までに地域共生課移住定住推進係(電話：74-0064)へご連絡ください。



### 妙高暮らし応援動画を作成！

妙高市への移住をお考えのかたに、妙高市の魅力や「妙高で暮らすこと」のイメージを分かりやすくお伝えするPR動画を作成しました。

動画は、妙高市の紹介、移住に関する支援制度の説明、先輩移住者へのインタビューの3部構成で、移住に役立つ情報が満載です。

PR動画は、妙高市のホームページ「妙高暮らし」から見ることが出来ます。

お気に入りの時間を妙高で見つけてみてください♪



妙高時間は、あなたが作る楽しい時間。  
妙高でお気に入りの時間を見つけませんか

※こちらから  
アクセス  
できます



▲妙高暮らし：  
<https://www.city.myoko.niigata.jp/myoko-life/>

【問い合わせ先】地域共生課地域協働推進係・移住定住推進係  
☎74-0063・0064 (メールアドレス：chiikikyosei@city.myoko.niigata.jp)

## 元気なよ子に

出生



保護者(地区) あかちゃん  
 後藤 成也・未樹(白山町1) 男子・直央(なお)  
 田中 和成・雅絵(末広町) 女子・佑茉(ゆま)  
 宮下 隼・芹華(小出雲1) 男子・蓮司(れんじ)  
 房 成鉉・小塚 祐利子(美守3) 女子・柚奈(ゆずな)

丸山 祐介・さやか(菅沼) 女子・夢叶(ゆめか)  
 岡田 拓也・真奈美(志) 男子・琉生(るい)  
 額賀 俊介・愛(長森) 女子・つぐみ  
 柴田 貴宏・幸子(三ツ俣) 男子・琉愛(るあ)  
 飯吉 智宏・沙友里(柳井田町2) 男子・愛斗(あいと)  
 小林 銀璽・愛里(広島1) 女子・瑠愛(るな)

## ごめい福を祈ります

死亡



氏名	年齢	地区
早津 ユキ	(86歳)	東雲町
山田 トシ	(87歳)	白山町1
大森 マツノ	(82歳)	白山町1
大口 実	(71歳)	白山町3
相羽 久子	(94歳)	錦町1
青木 豊	(100歳)	田町1
建部 勝一郎	(84歳)	小出雲2
古川 義夫	(100歳)	石塚町1

宮嶋 フジ	(94歳)	諏訪町2
東條 節子	(88歳)	高柳2
小池 春子	(84歳)	三本木新田
石橋 義男	(69歳)	西野谷新田
岩崎 正男	(55歳)	十日市
高橋 ミツエ	(91歳)	姫川原
恩田 和義	(85歳)	姫川原
小島 きみゑ	(84歳)	除戸
佐藤 圭子	(86歳)	上新保
長崎 マツエ	(90歳)	上新保
亀井 フミエ	(93歳)	下濁川
古川 一男	(91歳)	下濁川

塚田 幸子	(92歳)	栗原1
内山 ヤエ	(96歳)	栗原3
饒村 君江	(95歳)	国賀2
堀川 百合子	(84歳)	大原新田
太田 登美子	(89歳)	関川
英 昭子	(78歳)	関川
加藤 良晴	(82歳)	関山
岡田 浩	(64歳)	坂口新田
飯吉 政治	(91歳)	葎生
内田 八重子	(91歳)	西田屋新田

※7月16日から8月15日までの間に届け出があったものです(敬称略) ※保護者やご遺族の承諾を得て掲載しています

## 第3回

## みょうこう「食の歳時記」～季節の食<新米>～ 「新米」の待ち遠しさ

稲穂が、たっぷりと重みを増して風にゆれる金色の風景、間もなく新米の季節ですね。今でこそ、ごはんと言えば白米ですが、時代をさかのぼると、白米だけの白いごはんは、正月や節句、祭りなど特別な日のご馳走で、普段は、大根や芋、粟やくず米などをどっさり入れた「かて飯」。白いごはんはそれだけで大変な楽しみだったと聞きます。

妙高市の米の作付け量はコシヒカリが最も多く、次いでこしいぶき、みずほの輝き、つきあかり。丹精込めて作られる作り手の皆さんに感謝し、瑞々しい新米のおいしさを、心待ちにしたいと思います。



## おいしい新米のお供に、秋ナスの料理はいかがですか？

～市の郷土料理の中から、各家庭で簡単に作れるレシピを紹介します～



### ■やたら

(作り方)

- (材料)※2人分の目安
- ・秋ナス 2本
  - ・きゅうり 1本
  - ・秋みょうが 2個
  - ・昆布巻きのみそ漬け 大さじ3
- ① ナスはみじん切りにして水にさらす。
  - ② きゅうり、みょうが、みそ漬けもみじん切りにする。
  - ③ ①・②の水けを絞って、よく混ぜ合わせて出来上がり。

(ひと工夫)

トウガラシやオクラ、大根、人参などを加えてもおいしいです。

### ■ナスのくるみ和え

(作り方)

- (材料)※2人分の目安
- ・秋ナス 2本
  - ・みょうが 2個
  - ・むきくるみ 20g
  - ・みそ 大さじ1
  - ・砂糖 大さじ1
  - ・みりん 大さじ1
- ① ナスはへたを取って皮をむき、やわらかく蒸す。みょうがは千切りにする。
  - ② 鍋にみそ、砂糖、みりんを入れ、火にかけて練り、粗く刻んだくるみを加える。
  - ③ 蒸したナスを一口大に切り、くるみ味噌で和える。器に盛ってみょうがを添える。

(ひと工夫)

ナスは焼きナスにしてもよいし、長く割いて和えてもおいしいです。また、くるみはよくすって混ぜるとコクのあるなめらかな和え衣になり、新米のおにぎりにつけて食べても絶品です。

# 「輝け！妙高人」



**大峯 桐子 さん**  
(おおみね とうこ)  
27歳 関川在住  
ライムリゾート妙高勤務

妙高に来て驚いたことは？

すぐに雪の季節となり、雪など滅多にふらないところから来た私にとっては衝撃的な積雪をいきなり経験したことです(笑)

なぜ妙高市へ移住を？

ホテル専門学校を卒業後、地元である香川県小豆島のリゾートホテルからホテルパーソンをスタートさせました。小豆島と一緒に仕事をして、今でも尊敬しているかた(元上司)が妙高市に赴任してきたのを機に、妙高高原に引っ越してきました。

職場はどのようなところ？

ウエルネスツーリズムのためのホテルであり、妙高の大自然の中で、観光やアクティビティなどをホテルを拠点として楽しんで頂きます。天然温泉や地元食材を使ったお料理を楽しんで頂き、滞在の中でフレンドリーなスタッフとの心通う会話とゆっくり流れる時間の経過を存分に楽しめると自負しています。四季折々の自然とともにホテルライフを満喫してください！



妙高で挑戦したいことは？

今は仕事が忙しくて、なかなか難しいのですが、近くには日本百名山である「妙高山」と「火打山」がありますので、紅葉の綺麗な時期にぜひ登山してみたいと思っています。

## ～新しく買った本(一般書)～

- 警女力入門 …国見 修二
- 公文書危機 …毎日新聞取材班
- 感染症の世界史 …石 弘之
- 家族の朝ごはん …杵島 直美
- 柔の道 …山下 泰裕
- へやトレ体操 …森 俊憲
- 鶴屋南北の殺人 …芦辺 拓
- 雪と心臓 …生馬 直樹
- 赤い砂を蹴る …石原 燃
- 囚われの山 …伊東 潤
- 遺品博物館 …太田 忠司
- 会いに行つて …笙野 頼子
- 江戸の夢びらき …松井今朝子
- 黄色い夜 …宮内 悠介
- 一人称単数 …村上 春樹
- せきれいの詩 …村木 嵐
- ありふれた祈り …村山 由佳
- 欲が出ました …ヨシタケシンスケ

## 図書コーナー

—芥川賞受賞作—  
『破局』  
遠野 遥 著  
河出書房新社 刊



—芥川賞受賞作—  
『首里の馬』  
高山 羽根子 著  
新潮社 刊



※最新情報はこちらからも

## ～『少年と犬』で直木賞を受賞した馳星周の作品～

- 不夜城
- 雪月夜
- 楽園の眠り
- 約束の地で
- 煉獄の使徒 上・下
- ゴールデン街コーリング

## ～新しく買った本(児童書)～

- 全国の電車大図鑑 …昭文社
- 妖怪たちと秘密基地…富安 陽子
- カリカリのぼうけん…武鹿 悦子
- 山のうらがわの冒険…みおちづる
- イーブン …村上しいこ
- じごくバス …有田 奈央
- さんしょっ子 …安房 直子
- うどんできた！ …加藤 休ミ
- きんぴらきょうだい…苅田 澄子
- まなちゃんはおおかみ…種村有希子
- 妖怪のど自慢 …広瀬 克也
- ぼくはにんげん…スーザン・ヴェルデ

問い合わせ先：図書館本館 ☎ 72-9415

●長かった梅雨がようやく明けたと思ったら今日から9月です。まもなく秋の台風シーズンを迎えますが(杉)の家も河川が近く家族に高齢者がいるため、普段からみんなで話し合い、持出袋の準備、縁故避難や垂直避難を含めた避難方法の確認、家族内での避難ルールなどを決めていきます。昨年の台風19号の教訓を踏まえ、災害時に慌てることのないよう気持ちを引き締めて過ごしたいです。(杉)

## 編集後記



## 人口の動き

令和2年8月1日現在

総人口	3万 1542人	(- 48)
男性	1万 5322人	(- 23)
女性	1万 6220人	(- 25)
世帯数	1万 2414世帯	(- 16)

※カッコ内は前月との比較