

# みょうこう

9月  
  
2022

花火に願いを込めて



第49回あらいまつり～あらい復興祭～  
※詳しくは4ページ

# 災害に備えていますか？

～災害に対する家庭での備えのポイント～

令和元年10月撮影（土路一樽本間）

日本各地で想定を超えるような大規模な災害が発生しています。8月には、記録的な大雨により、新潟県、山形県、北陸地方で土砂災害などが発生し、甚大な被害が出ました。

9月に入り、これから秋の台風シーズンを迎えます。大規模な災害が発生した場合、電気や水道などライフラインが止まったり、道路が土砂などで塞がれ物資の流通に支障が生じたりします。普段から、食料や身の周りのものを備蓄するなど、災害に備えましょう。自分や家族の身を守るポイントを紹介します。

## ① 食料・飲料水などを備蓄しましょう

電気やガス、水道、流通などが止まった場合に備えて、普段から食料や飲料水などを備蓄しておきましょう。

- ✓ 食料 3日分の食料（ご飯（アルファ米など）、乾パン、ビスケットなど）
- ✓ 飲料水 3日分（1人1日3ℓが目安）



### ここがポイント

災害に備えた特別なものを用意する必要はなく、できるだけ、普段の生活の中で利用している食品などを備えるようにしましょう。



## ② 非常用持ち出しバッグを準備しましょう

自宅が被災したり、身の危険を感じたりしたときは、安全な場所（避難所など）に避難し避難生活を送ることになります。非常時に持ち出すものをあらかじめバッグなどに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

非常用持ち出しバッグに詰める物の例（人数分用意しましょう）

- ✓ 食料、飲料水（アルファ米、乾パン、ビスケットなど）
- ✓ 貴重品（預金通帳、印鑑、現金、健康保険証、マイナンバーカードなど）
- ✓ 救急用品（常備薬、ばんそうこう、包帯、消毒液など）
- ✓ ヘルメット、防災ずきん、軍手
- ✓ 懐中電灯、携帯ラジオ、電池、携帯電話の充電器
- ✓ 衣類、下着、タオル、毛布
- ✓ 洗面用具、カイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ
- ✓ 乳児のいるご家庭は、ミルク、紙おむつ、ほ乳びん



### ここがポイント

新型コロナウイルス感染症の対策用品も準備しておきましょう。

例：マスク、手指消毒用アルコール、石けん、ウェットティッシュ（除菌型）、体温計

### ③ 避難場所や避難経路を確認しましょう

災害が発生したときにあわてず避難するために、ハザードマップを確認しておきましょう。また、日頃から、ご家庭で避難所や安全に避難するための経路を確認しておきましょう。



洪水  
ハザードマップ



土砂災害  
ハザードマップ



指定緊急避難場所  
指定避難所

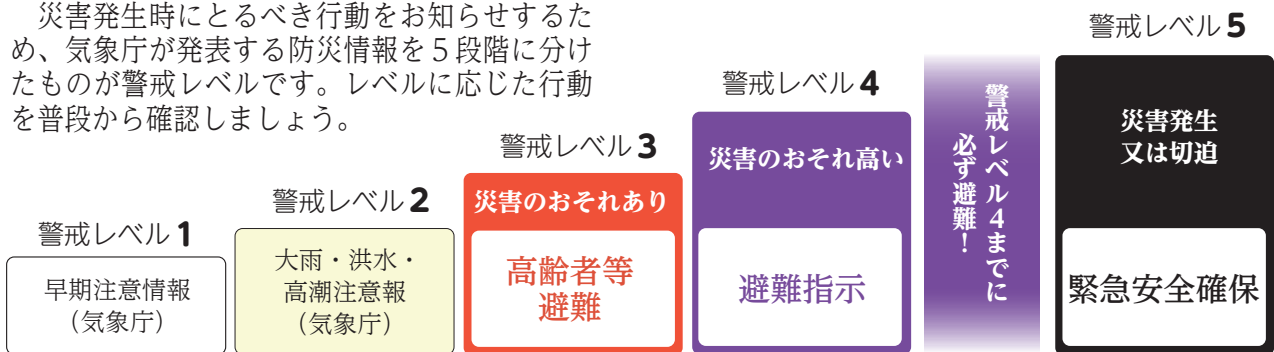


#### ここがポイント

水害や土砂災害、地震など、それぞれの災害をイメージして、どの経路で避難すれば安全に避難所まで行けるか家族で話し合しましょう。

### ④ 警戒レベルに応じた行動をとりましょう

災害発生時にとるべき行動をお知らせするため、気象庁が発表する防災情報を5段階に分けたものが警戒レベルです。レベルに応じた行動を普段から確認しましょう。



#### ここがポイント

指定避難所へ行くことだけが避難ではありません。安全な場所にある親戚・知人宅への避難のほか、安全が確認できれば自宅に留まり安全を確保することも避難の一つです。普段からどう行動するか決めておきましょう。

### ⑤ 情報の入手手段を複数確保しましょう

災害が発生した場合、正しい情報を入手することがたいせつです。テレビやラジオのほか、防災行政無線戸別受信機や市公式LINE、新潟県災害ナビ（スマートフォンアプリ）を活用し、安全に行動できるよう正確な情報を入手しましょう。

災害情報などを  
放送します



防災行政無線戸別受信機



妙高市  
LINE 登録



新潟県災害ナビ



#### ここがポイント

必要な情報を、早く正確に入手できる防災行政無線戸別受信機を設置しましょう。戸別受信機は無償で市民の皆さんに貸し出ししています。まだ、設置がお済みでないかたは、総務課防災係までご連絡ください。

問い合わせ…総務課 防災係 ☎ 74-0002

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

ついでに…おくやみ



## 地域復興の願いを込めて あらいまつり「あらい復興祭」

第49回あらいまつりが8月6日に市役所駐車場で、感染対策をとりながら、3年ぶりに行われました。今回は妙高青年会議所が主体となって企画運営を担当。伝統の大綱かつぎと大民踊流しは取り止め、規模を縮小して実施しました。オープニングでは、あらいばやし保存会と新井小学校6年生による太鼓と踊りが披露されました。その後、ときわ保育園や新井中央小学校をはじめとする各種団体がマーチングやダンスなどを披露。名物の水合戦は小学生21チーム、中学生7チームが参加。会場内には屋台も出店し、まつりを盛り上げました。夜は、矢代川河川敷で復興花火（表紙写真）が打ち上げられ、妙高の夜空を彩りました。

①



③



②

- ①あらいばやしを精いっぱい披露した新井小学校6年生の皆さん
- ②笑顔いっぱい踊ったワセダクラブチアリーディングの皆さん
- ③熱戦が繰り広げられた水合戦



## 魚のつかみ取りに子どもら大興奮 万内川砂防公園サマーフェスティバル

万内川砂防公園サマーフェスティバルが8月11日に万内川砂防公園で3年ぶりに行われました。人気企画のニジマスのつかみ取りには、約400人が参加し、元気に泳ぎまわる魚を捕まえていました。その他にも、屋台村や昔遊びゲーム、登録有形文化財巡りツアーなどのイベントが行われ、会場に訪れた皆さんは、楽しい夏の日を過ごしていました。



## 富田せなさんが1日警察署長に就任 夏の交通事故防止を呼びかける

北京オリンピックのスノーボード女子ハーフパイプで銅メダルを獲得した富田せなさんが、7月25日に1日警察署長として道の駅あらいで交通事故防止を呼びかけるイベントに参加しました。道の駅あらいに立ち寄ったドライバーや施設利用者に事故防止のチラシなどを配り、「安全運転をお願いします」と笑顔で呼びかけていました。

facebook をチェック！

市役所の facebook でも、市内の出来事などを随時紹介しています。詳細については、右のコードよりご覧ください。



## 伝統の技を3年ぶりに披露 関山神社火祭り

関山神社の火祭りが7月16日に行われました。県無形民俗文化財「仮山伏の棒遣い」の演武が3年ぶりに行われ、神社の境内におおぜいの人が集まりました。仮山伏の演武は、江戸時代初期に修験道の一大拠点であった戸隠から伝えられたと考えられているもの。6人の若者が仮山伏となり、伝統の「技」を堂々と披露しました。今回は、子どもたちの演武も実施。仮山伏伝承クラブに参加している妙高小学校6年生の3人が、昨年の春から練習を積み重ねてきた成果を堂々と披露し、会場から大きな拍手が送られました。



①



③



②

- ① 氏子や若者会、来賓の皆さんが見守る中、22種類の演武を披露
- ② 3年ぶりの大舞台で大役を演じ切りました
- ③ 仮山伏伝承クラブによる演武

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つばいえ・おくやみ



## 池の平温泉の新たなランドマーク MYOKO BASE CAMP グランドオープン

MYOKO BASE CAMP（妙高市テレワーク研修交流施設）のオープンを記念して、7月16日にグランドオープンイベントを開催しました。イベントは、テープカットなどの開館記念式典の他、施設見学、ゼロウェイストフード&マーケットや妙高発・新価値創造セミナーなどを行いました。施設では、自然を満喫できるアクティビティも準備しています。



## 自然を全身に感じゴール目指す 糸魚川・上越・妙高 SEA TO SUMMIT

上越地域を駆け巡る環境スポーツイベント糸魚川・上越・妙高 SEA TO SUMMIT を7月16・17日に開催しました。県内外から約100人が参加し、1日目に環境シンポジウム、2日目に能生海水浴場をカヤックでスタートし、自転車・登山をしながらゴールの大毛無山の山頂を目指しました。参加者は上越地域に広がる雄大な自然を全身で感じながら大会を楽しんでいました。



## ゼロ・ウェイストで持続可能なまちへ



特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶしえ・おくやみ

市は、現代の使い捨て社会から捨てない社会への移行を目指して、家庭でのプラスチック容器や食品ロスなどの削減を進めています。今回は持続可能な資源循環型社会の一步となる「ゼロ・ウェイスト」について紹介します。

### ゼロ・ウェイストとは

ゼロ・ウェイストとは「無駄、ごみ・浪費」をなくすという意味です。ごみをどう処理するかではなく、ごみ自体を出さない社会を目指していくことになります。

ゼロ・ウェイストの先進地である徳島県上勝町では、ごみ収集を行わず、生ごみなどはコンポストを利用し、各家庭で堆肥化しています。さらに瓶や缶などのさまざまな「資源」を住民各自が町内に1つしかない『ごみステーション』に持ち寄って45種類以上に分別したことにより、リサイクル率が80%（全国平均20%）を超えました。

ゼロ・ウェイストの実現のためには、生産者と消費者が日々学び合いながら、取り組むことが求められます。

### 市内での取り組み

「もったいない！食べ残しゼロ運動の推進」（協力店49店舗）やフードドライブの実施など食品ロスを出さない取り組み。マイバッグ・マイボトル運動による脱プラスチックの生活スタイルへの転換。このほか、生ごみ消滅器「キエーロ」の普及啓発など、ごみの減量やリサイクルに向けた活動を展開しています。

将来の妙高市のために「なぜそれを買うのか」「なぜそれを捨てるのか」「なぜそれを作るのか」「なぜそれを売るのか」を自分自身に問いながら、生活していく必要があります。その生活の実践こそが持続可能な地域づくりにつながっていきます。



◀食べ残しゼロ運動



◀フードドライブ



◀マイバッグ



◀キエーロ

## ショップ愛称のコンセプト

### < HAKARossa MYOKO >

- ・ごみを出さないライフスタイルを楽しくオシャレに実践してほしい
- ・方言を取り入れることで親しみを持って地域の人たちから愛されるお店になりたいという思いから“量ろう”をポップに表現し“HAKARossa(ハカロッサ)”としました



<ロゴマーク>



## ゼロウェイストベース ZERO WASTE BASE 「HAKARossa MYOKO」がオープン

「HAKARossa MYOKO」は市の持続可能なまちづくりに合わせた実証事業を道の駅あらい「四季彩館みょうこう」で行っています。

プラスチック包装や食品ロスを減らすため、買い物客に袋や容器※を持参してもらい、必要な分だけを買ってもらう量り売り販売をしています。販売されているのは、約80種類。地元産の米、米粉、そばや野菜のほか、県内産の塩などの調味料、海外で無農薬・化学肥料不使用で生産されたナッツなどの食材が盛りだくさん。

量り売りや直売所で購入した飲み物や食べ物などを召し上がることができるイートインコーナーも設置。

また、食品ロスを限りなく「ゼロ」に近づけるため、野菜などの食材を加工したお惣菜などを提供する「TABEYossa」(タベヨッサ)も行っています。

※自宅にある食品保存容器や弁当箱、空き瓶など何でも可

### 営業時間

#### 【量り売り HAKARossa MYOKO】

営業時間：平日9～17時、土日祝日は18時まで

定休日：水曜日（イートインコーナーは毎日利用できます）

#### 【イートイン TABEYossa】

営業日はInstagramでお知らせします

☎ 78-7127



## 「HAKARossa MYOKO」スタッフの声



私たちが今こうして豊かで便利な生活を送れているのは、地球からの贈りもの＝自然資源があってこそです。その資源から作られているすべての身の回りのものを長くたいせつに使い、使い捨てを減らす・無駄を減らすことを目指しています。土壌や生態系、健康にも良い無農薬や化学肥料不使用のオーガニック食材の選択ができる「HAKARossa」に、ぜひお越しください。SDGs 未来都市妙高のロゴマークにもあるように、“すべてはその手から。”ひとごとではなく自分の行動ひとつひとつが、大きな力になります！



栗原史恵さん



◀PR動画



◀Instagram

問い合わせ…企画政策課 SDGs 推進室 ☎ 74-0005

# 食べ物選びからゼロカーボン

食べ物を買うときに、何を基準に選んでいますか。食べ物とゼロカーボンは、直接関係がないように思えます。しかし、少し意識して選ぶことで二酸化炭素の削減につながることができます。

食べ物を栽培・輸送するときにも二酸化炭素が発生します。日本は食料自給率が低く、多くの食べ物を海外からの輸入に頼っているため、輸送に伴う二酸化炭素（フードマイレージ）が大量に発生しています。

値段、賞味期限、鮮度や産地など、食品を選ぶ基準はさまざまです。しかし、地元産の旬の食材を使うだけで、フードマイレージの削減につながり、二酸化炭素の排出量の削減が期待できます。

また、調理方法を工夫することでも二酸化炭素を減らすことができます。例えば、余熱調理（熱を加え続けるのではなく、火を止めてその余熱を

使う調理法）や同時調理（ラーメンを作る際に麺と野菜を同時にゆでるなど、複数の具材を同時に加工する調理法）など、ガス・電気代と時間を節約しながら二酸化炭素を減らすことができます。

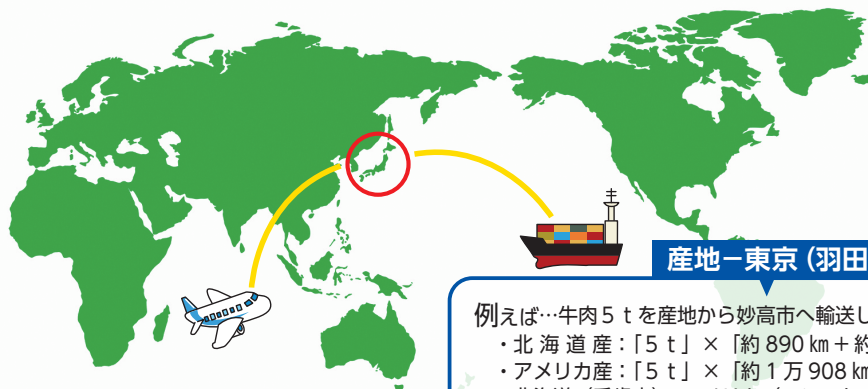
そして、作った料理を残さず食べることもとても重要です。廃棄された料理を処理する過程でも二酸化炭素が排出されるからです。

食材がどこからやってくるのか、どのように調理すると環境にやさしいか、食べることのできる量かなどを意識して、食べ物選びからゼロカーボンを推進してみませんか。

## フードマイレージとは？

食材の輸送にかかるエネルギー量を数字で表したもの

**食材の総輸送量 × 輸送距離** で求められる



産地—東京(羽田)—妙高

例えば…牛肉 5 t を産地から妙高市へ輸送した場合（空路＋陸路）

・北海道産：「5 t」×「約 890 km＋約 320 km」＝ 6050 t・km

・アメリカ産：「5 t」×「約 1万 908 km＋約 320 km」＝ 5万 6140 t・km

※北海道（千歳市）、アメリカ（ワシントン D.C.）からの距離で計算

**おおよそ10倍の差が!!**

## 農産物直売所で地元産品を買おう

「四季彩館ひだなん」や「四季彩館みようこう」、「妙高山麓直売センターとまと」では、地元農家さんが丹精込めて育てた旬の野菜などを買うことができます。また、スーパーでも地元農家さんの出品コーナーが多く見られるようになりました。日頃の食生活の中でもフードマイレージを意識し、地元産品を選んでみてはいかがでしょうか。



四季彩館ひだなん



四季彩館みようこう



妙高山麓直売センターとまと

問い合わせ…環境生活課 環境企画係 ☎ 74-0033



# ～住み慣れた地域で共に～ 移住者が感じる妙高の魅力

No.2

市は、妙高市に移住したかたがた取材し、移住のきっかけや妙高に来てから感じたことを紹介しています。今回、紹介する移住者は、平成26年に新井地域矢代地区に移住した、蔡 紋如（サイ ウェンル）さんです。

台湾出身の蔡さんが妙高市に移住したきっかけは結婚。ワーキングホリデーで日本に滞在中に出会ったパートナーが、先に移住していたことから彼女も妙高市へ。現在は2人のお子さんにも恵まれ、自然豊かな当地での暮らしを家族で楽しんでいます。



サイ ウェンル  
蔡 紋如さん

## 子育てしやすい自然環境がある

蔡さんは、自身のお子さんも通う市内の保育園・こども園で行われている活動について教えてくださいました。

「妙高市内の保育園・こども園では国立妙高青少年自然の家（以下、「自然の家」）の自然体験活動に連れて行ってってくれるんですよ。幼児クラスになると、定期的に自然の家へ出かけています。市街地に住んでいると自然に触れる機会はあまりないみたいです。そういう地域の子どもにとっては園で自然体験を取り入れていることが刺激になるのではないのでしょうか。妙高市らしい、良い取り組みだなと思います。」



## 妙高市で過ごして変化した夢

現在は京都大学で観光 MBA（※）について学んでいるそうです。妙高市で暮らし働く中で、新たな目標を持ったと言います。

「地域に貢献したいなという気持ちがずっとありました。でも、まずは自分でちゃんと事業を成り立たせないといけないと思い、現在は、経営について学んでいます。移住した当初は自分で民宿をやりたいと思っていたんですけど、今は周りで民宿をやりたいと言っているかたたちのプロモーションを手伝えたらいいなと思っています。他の地域と差別化して、海外からもお客さんを連れてきたいですね。自分だけではなく、周りの人たちを巻き込んでやっていけたらいいな。それが今の夢ですね。」



（※）観光 MBA…観光産業における経営人材を育成するための経営学修士号

市ホームページに、移住者の皆さんの声を紹介しています。

内容は随時更新していますのでご覧ください▶



問い合わせ…地域共生課 移住定住推進係 ☎ 74-0064

# お知らせ

時日時 会場 対象 内容 申込方法  
 法・締め切り 他その他 参加料などの金額  
 定員 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



### 市民体力テスト参加者

時10月12日(水) 19～21時

会市総合体育館

対20～79歳までの市民

内▼持ち物：上履き、タオル、筆記用具、老眼鏡（必要  
 なかた）、飲み物、マスク

申10月7日(金)までに電話で申し込み

他動きやすい服装で参加ください。テストのとき以外はマスクの着用をお願いします

問生涯学習課 ☎74・0036

## 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(水)	本会議 (決算関係議案以外の提案説明)	10時
6日(火)	本会議 (一般質問)	10時
7日(水)	本会議 (一般質問)	10時
12日(月)	本会議 (令和3年度決算関係議案 提案説明、決算審議)	9時30分
13日(火)	本会議 (令和3年度決算審議)	9時30分
15日(木)	総務委員会 (議案審査)	10時
16日(金)	厚生文教委員会 (議案審査)	10時
20日(火)	産業経済委員会 (議案審査)	10時
27日(火)	本会議 (議案採決)	10時

※9月7日(水)、13日(火)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があります

### 上越テクノスクール

「PCスキル基礎科」

時11月25日(金)～令和5年1月24日(火)の平日 9時35分～15時35分  
 申上越人材ハイスクール(上越市高土町)  
 問9月12日(月)～11月1日(火)  
 問ハローワーク妙高 ☎73・7611



▲詳細

### 上越人材ハイスクール

「募集中の講座」

▼庭木の冬囲いの仕方 ▼シニアパソコン  
 ▼ワード・エクセルコース ▼第1種電気工事士(実技のみ)  
 ▼機械要素 ▼製造業の新入社員フォロー研修  
 問 ☎025・5233・2690



▲詳細

### じょうえつ創業塾2022

時10月8日(土)・15日(土)・29日(土)、11月5日(土)・12日(土) 13時～17時40分  
 会 上越商工会議所  
 申 創業や第二創業を志すかた、創業後間もないかたなど  
 対 9月28日(水)必着 ※受講料は無料  
 他 妙高市の特定創業支援事業として実施します  
 問 上越商工会議所中小企業相談所 ☎025・525・1185

定25人

## 助成・補助 減免制度



住民税均等割のみ課税世帯等  
**1世帯3万円の給付**

対6月1日時点で妙高市の住民基本台帳に記録されている世帯のうち、令和4年度の住民税が「均等割課税者のみ」または「均等割課税者と非課税者」の世帯 ※令和3年度臨時特別給付金の給付を受けた世帯と、住民税が課税されているかたの扶養親族のみで構成される世帯は対象外

申12月28日(水)まで ※対象者へ書類を送付しています

他確認書または申請書を提出後、2週間程度で振り込み

問福祉介護課 ☎74・0061

### 新型コロナウイルス感染症 感染患者の食料支援

市内在住の自宅療養者に対し、5日分相当の食料品などを配達します。申し込みの際は、県からの通知番号、陽性判明日などを申告ください。

申・問福祉介護課

☎74・0017



▲詳細

組合員の皆様へ お通夜・ご葬儀・ご法要は

**虹のホールあらい**  
 JAえちご上越  
 妙高市高柳1丁目16-6 TEL.0255-70-0101

ご自宅葬もおまかせください 年中無休  
 ご用命は24時間JAセレモニーサービスへ

☎025(527)2077

フリーアクセス 0120-971-959

(広告)

## 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

(広告)

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

## 肥料・燃料費高騰対策補助

対認定農業者・認定新規就農者・集落営農または経営所得安定対策等交付金申請者

内▼対象要件：水田および畑の合計耕作面積が30㊦以上の者  
▼対象作物：水稲および畑作物（そば、大豆、園芸作物など）  
▼補助率：水稲・10㊦あたり1500円、畑作物・10㊦あたり500円

▼申請の流れ：9月に対象者へ申請書類を郵送

問 農林課 ☎ 74・0027

## 税・健康・福祉

### 年金受給者 所得税を控除

対象となる配偶者または扶養親族がいるかた、年金受給者が障がい者または寡婦（寡夫）に該当するかたは日本年金機構から送付される申告書を提出してください。

問 上越年金事務所

☎ 025・524・4115  
健康保険課 ☎ 74・0056

## 献血にご協力を

時 9月7日(水)10時～11時30分  
会 市建設業親和会（工団町）

内▼献血種類：400ミリの全血献血  
▼持ち物：献血カード ※初めて・久しぶり・カード紛失のかたは顔写真入りの身分証明書を持参

問 健康保険課 ☎ 74・0056

## 救急医療の維持にご協力を

9月9日(金)は「救急の日」、9月4日(日)～10日(土)は「救急医療週間」です。休日夜間に救急医療機関が重症や中等症の患者への診療に専念できるように、軽症の場合は上越休日・夜間診療所を利用するなど、救急医療体制の安定的な維持にご協力ください。

問 健康保険課 ☎ 74・0056

### 「夜間の急病で困ったときは」

県の救急医療電話相談をご利用ください。

① 15歳以上のかた  
☎ 025・284・7119  
② 15歳未満のかた  
☎ 025・288・2525

※毎日19時～翌朝8時まで看護師などが対応

一部のかたは窓口負担割合が変わります

## 後期高齢者医療制度

国による制度の見直しに伴い、10月1日(土)から一定以上の所得があるかた（現在、窓口負担割合3割のかたを除く）の医療費の窓口負担割合が1割から2割に変わります。これに伴い、10月から利用してもらう保険証を送付します。また、2割のかたを対象に外来医療費の窓口負担増加額を抑える配慮措置が適用されます。

### 【新しい保険証の発送】

9月中旬に新しい保険証（オレンジ色）を、2割負担に変更になるかたを含む全てのかたに特定記録郵便で送付します。医療機関の窓口における自己負担割合（1割または2割もしくは3割）が保険証に記載されていますので、ご確認ください。

<配慮措置が適用された場合の計算例>

【例】1か月の外来医療費総額が50000円の場合	
窓口負担割合1割のとき ①	5000円
窓口負担割合2割のとき ②	10000円
負担割合見直しによる増加額 ③=②-①	5000円
配慮措置による負担増加額の上限 ④	3000円
配慮措置による払戻しなど ⑤=③-④	2000円

### 【負担増加額の抑制について】

2割負担への変更により影響が大きい外来医療費について、10月1日から令和7年9月30日までの3年間、1割負担の場合と比べた1か月の負担増加額を最大でも3000円までに抑える配慮措置が設けられます。ただし、入院の医療費は対象外です。

### 【配慮措置による払戻しなどについて】

2割負担となるかたで、配慮措置が適用され外来医療費が払戻しとなるかたは、登録口座へ後日、自動的に払戻しされます。振込先口座が未登録のかたには、県後期高齢者医療広域連合から申請書が送られます。（9月下旬発送）

問 健康保険課 ☎ 74-0056、県後期高齢者医療広域連合 ☎ 025-285-3222

**身元保証支援 あしたばの会**  
病院への入院や老人ホームへの入居時に  
家族に代わって「身元保証人」を引き受けます。  
日常生活支援や死後の手続きまで支援いたします。  
高齢者の生活をフルサポートいたします

一般社団法人 あしたばの会  
新潟県上越市大和3-4-2  
お気軽にお問合せください  
☎ 0120-21-8480

新井へいあんの  
**家族葬は**  
一般価格 **39.7**万円より  
お葬儀のお問い合わせはこちら 24時間年中無休  
☎ 0255-72-7711

新井へいあん  
妙高市田町1丁目1-10

# 環境



## フードドライブ実施

家庭に余っている食品や食材を、市内のこども食堂やフードバンクを通じて必要なたへ届けます。  
時10月1日(土)9~12時(予定)

## 会新井総合コミュニティセンター

対市内在住者、市内事業所など  
▼提供できる食品・食材：①箱や袋が未開封 ②賞味期限がある ③常温保存可能など  
※詳細はごみカレンダーまたはホームページを参照

環境生活課

74・0031



▲詳細

## 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。その後、入賞作品は市役所、支所で展示します。  
時10月1日(土)9~10時(予定)

## 会新井総合コミュニティセンター

環境生活課 74・0031

## リユース情報

(8月16日現在)

▼譲りたい：【無料】ガスコンロ、キャビネット、椅子(子ども用)、小型冷凍冷蔵庫、犬小屋(手作り)、パイプベッド、マグネットバイク、生ごみ肥料コンポスト、ちゃぶ台、茶だんす

【有料】介護用組立式ベッド、電動シニアカー、ソファ、アルミブリッジ

▼譲ってほしい：タイヤラック、ラック(金属製)、収納庫、スキーウェア、スキーセツト(子ども用・大人用)、ワントッチタープテント、テント、畑用くん炭、ちゃぶ台、ロボット掃除機、掃除機、家庭用ゲーム機、ブレイブボード、豆つぶし機、キャリカー、ドールハウス(人型・動物)、サッカーボール

## 【不用品を無料配布】

環境生活課 74・0031  
持ち込まれた不用品を希望者に無料で提供しています。  
問 あるいは再資源センター  
72・6841

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つぶごとえ・おくやみ

## 妙高市長選挙(10月30日執行予定)

○立候補予定者説明会を開催

時 9月30日(金)13時30分~

会 市役所(1階コラボホール)

他 詳しくは市選挙管理委員会にお問い合わせください

○投票立会人をしてみませんか?

10月30日(日)執行予定の妙高市長選挙の投票立会人を募集します。みなさんの代表を決めたいせつな選挙の投票に立ち会ってみませんか。

時 10月30日(日)7~20時(予定)

会 各投票所

対 18歳~39歳の妙高市選挙人名簿に登録があるかた

内 投票手続全般の立ち会い(投票用紙の交付・投函・持ち帰りなどに誤りがないかの確認)、投票管理者といっしょに投票箱を開票所へ運ぶことなど  
※投票時間中、みだりに席を外すことはできません

¥ 1万900円(基準額)

定 各投票所に1人

申 9月30日(金)までに、申込用紙を市選挙管理委員会に提出  
※募集要領と申込用紙は、市ホームページまたは市選挙管理委員会にあります

問 市選挙管理委員会(総務課内) 74-0070



## イベント・講座



## 出張スマホ教室

専門技術で地域に貢献

時 9月22日(木)10~11時

会 勤労者研修センター

定 先着15人 ※参加費無料

申 9月21日(水)まで

他 ドコモ以外のスマホをお持ちのかたも参加可能。マイナンバーカード申請支援も実施

問 ドコモショップ 妙高新井店  
74-0120・194・345

## きのこ講習会

時 10月4日(火)10~14時

会 旧岡沢小学校(上越市中郷区)

内 きのこ採取、鑑別講習など

¥ 200円

定 70人 ※事前申込が必要

問 上越食品衛生協会事務局

74-025・523・1195

## 普通救命講習

時 9月25日(日)9~12時

会 上越地域消防局

内 成人の心肺蘇生法、AED、異物除去、止血など

## 家財類の片付け~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!

令和3年 ご依頼件数

83件の実績

ヤスタでお得に!!

(有)安田商会

妙高市大字下濁川 1483-1

Tel.0255-75-3835



<広告>

## 実りの秋です!!

乾燥機・もみすり機の点検はお済みですか?

ゴミの詰まりは故障・火災の原因になります。

(乾燥機・当店よりご購入者には毎年無料点検有り)

豪雨の備え、大雪への不安はありませんか?

※思い立ったら、すぐに、お電話ください※

(休日でも、当番対応にて、ご安心ください)

R5年度 ご購入予定の方は、お早めに!

(大型機は先ずは相談)

除雪機点検・整備 受付中(締切9/30 10時)

※申し込み多数時は、受付中止させていただきます※

## (有)イシノ

妙高市東四ツ屋新田 206-6

営業時間 8:30~18:00

年中無休 (82) 2214

(土・日・月 当番対応)

取扱メーカー HONDA(ベスト特約店) クボタ 共立 フジヤ ヤナセ 大島 ハスクバーナー ニッカリ その他  
取扱機種 除雪機・トラクター・コンバイン・乾燥機・管理機・除草刈機・チェーンソー・草刈機等

<広告>

## 市文化ホールからのお知らせ

### ○ワンコインコンサート「アルパデュオコンサート」

時 9月18日(日) 14時開演 会 市文化ホール  
 内 アルパ(中南米のフォルクローレで弾かれるクラシックハープに似た民族楽器) 2台によるコンサート  
 ▶出演…アルパデュオ ソンリーサ  
 (松木亜里沙/エンリケ・カレラ)  
 ¥ 500円(全席自由・消費税込)

### ○妙高演劇フェスティバル

市文化ホール所属劇団空志童の成果発表と、地域のアマチュア劇団による演劇の祭典を行います。不条理劇でよく知られている劇作家・別役実さんの戯曲に空志童が挑みます。

時 10月1日(土)・2日(日)

【1日(土)】

14時～劇団空志童「いかけしごむ」  
 19時～劇団上越ガテンボーイズ  
 『短編傑作集「晩蟬」「伴奏、煌々と」他』

【2日(日)】

14時～劇団空志童「いかけしごむ」、  
 16時～タカダ show 劇場『過疎 DE 閉校ラブソディ』

会 市文化ホール 大ホール舞台特設ステージ

¥ 無料

他 全席自由席(入場整理券を配布しています)

### ○春風亭柳枝・春風亭昇也・柳家緑太 三人会

時 10月16日(日) 14時開演 会 新井ふれあい会館  
 内 爆笑トークコーナーも好評の落語研究家・宮信明先生(京都芸術大学准教授)が精選する注目の若手による「間違いなく面白い!」落語会  
 ¥ 大人2000円、高校生以下500円  
 (全席整理番号付き自由席)

問 (公財) 妙高文化振興事業団 ☎ 72-9411

¥2000円(テキスト代など)  
 定30人 ※先着順、感染予防策を講じて実施  
 申 9月12日(月)～19日(月・祝)  
 問 新井消防署 ☎ 72・7119

## 不動産フェア

時 10月8日(土)・9日(日) 10～17時  
 会 直江津ショッピングセンター  
 1・2階 無印良品直江津  
 内 不動産に関するさまざまな事柄や困りごとの相談  
 ¥ 無料 ※事前予約可  
 問 県宅地建物取引業協会  
 ☎ 025・521・1184

## その他のお知らせ



### 屋外広告物はルールを守って

幹線道路沿いや市街地などに屋外広告物を設置する場合、大半は許可手続きが必要になります。また、設置場所などに応じて位置や面積などの制限があります。

問 上越地域振興局地域整備部  
 ☎ 025・526・9503

## 浄水場発生土を販売

水道水を作る過程でできた「発生土」を販売します。  
 時 10月17日(月)～21日(金) 8時30分～17時

会 志浄水場(管理センター)  
 対市民および市内事業所

¥ 1立方メートル30円(税抜)

▼運搬車両：購入するかたが用意ください

申 市ホームページから申請書をダウンロードし、9月30日(金)までに郵送かファクス(電話受付も可)

他 詳細は市ホームページで確認ください

問 管理センター(志2572)

☎ 72・3241

FAX 72・3251



## 陸上自衛隊関山演習場 9月の使用日程

時・内 ①一般訓練：1日(木)～30日(金) ②飛行訓練：12日(月)～16日(金)、20日(火)～22日(木)  
 ③射撃等訓練：5日(月)・6日(火)、17日(土)～19日(月・祝)、29日(木)

他 訓練を中止・変更する場合あり。演習場は原則立入禁止。年間の射撃訓練日数が75日から100日に変更

問 陸上自衛隊高田駐屯地  
 ☎ 025・523・5117

総務課 ☎ 74・0002

## お詫びと訂正

8月号8ページの掲載内容に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

【広告「浄土苑墓地管理事務所」中】

▼誤「40㎡15万円」

▼正「4㎡15万円」

問 総務課 ☎ 74・0004



## 住まいのことなら何でもご相談ください

断熱リノベーション・中古再生・水廻りリフォーム・耐震リフォーム・空き家管理

### リノバスタハセガワ株式会社

〒944-0095 新潟県妙高市十日市473(木もれ陽内)

■営業時間/10時～17時

■定休日/日・水曜日

お問合せ先 TEL.0255-72-9393



## 人間ドックのご案内

1年に1回、人間ドックで健康チェックをしませんか？あなたの健康管理をスタッフがお手伝いいたします。

【お申込み・お問い合わせ】

### けいなん総合病院 健康管理室

TEL 0255-72-3161 (内線1265)

※予約制

胃内視鏡検査は経口・経鼻で選択ができます。

人間ドック、オプション検査内容など

詳細はこちらから



## 妙高警察署からのお知らせ

### ●敬老の日に『防犯機能付き電話機』をプレゼントしませんか

息子や孫、警察官などをかたるオレオレ詐欺、預貯金詐欺、キャッシュカード詐欺盗（キャッシュカードをだましとる詐欺）の最初のだましの手口は、すべて固定電話への着信です。特殊詐欺被害の約7割を占めている高齢者のかたに防犯機能付き電話機を設置してもらうことは被害防止に有効です。敬老の日におじいちゃん、おばあちゃんに防犯機能付き電話機をプレゼントしてみたいかでしょうか。

### ●妙高警察署管内の特殊詐欺発生状況（7月31日現在）

被害件数 2件 被害額 770万円（前年比+1件、+759万円）

### ●「見つける」「見つけてもらう」ことが事故防止の近道！

日没が早くなると、車と歩行者の衝突事故が多発する傾向にあります。運転手の皆さんは、速度を控えめに、早めのライト点灯、ライトの上向き・下向きのこまめな切り替えを心掛けましょう。歩行者の皆さんは、反射材の着用、道路横断時の左右の安全確認と意思表示（手を上げる、体をドライバーに向ける）を意識しましょう。お互いにいち早く見つける、見つけてもらうことが事故防止につながります。

### ●妙高警察署管内の人身交通事故発生状況（7月31日現在）

発生件数 11件（前年比-9件） 死者数 1人（前年比+1人） 負傷者数 13人（前年比-11人）

問 妙高警察署 ☎ 72-0110

## 各種相談日程

相談窓口名	相談内容	日時	会場	申し込み	問い合わせ
司法書士 無料法律相談会	土地や家屋の登記、 相続などの問題	9月14日(水) 13時30分～ 15時30分	市役所相談室	9月9日(金)まで	市民税務課 ☎ 74-0042
消費生活・多重債務 弁護士無料相談会	借金返済や訪問販 売などの問題	9月18日(日) 13～16時	市役所相談室	9月14日(水)まで	市民税務課 ☎ 74-0042
人権・公証人相談会	離婚などの家庭内 問題、近隣トラブ ルなどの人権問題	9月10日(土) 9時30分～ 12時30分	妙高高原メッセ	不要	市民税務課 ☎ 74-0042
行政相談会	国の仕事や県・市 に委任している仕 事について	9月12日(月) 9時30分～ 12時30分	妙高保健センター	不要	市民税務課 ☎ 74-0042
就労出張相談会	15～49歳のかたの 就労に関する悩み	9月28日(水) ① 9時30分～ 11時30分 ② 13～16時	①ハローワーク妙高 ②新井ふれあい会館	9月27日(火) 17時まで	上越地域若者 サポートステーション ☎ 025-524-3185
無料弁護士相談会	財産、相続、金銭 トラブル、事故・ 賠償などの問題	9月30日(金) 13～17時	いきいきプラザ	9月14日(水)～ 20日(火)	市社会福祉協議会 ☎ 72-7660
労務・年金 無料相談会	職場の悩みや年金 に関する相談	10月6日(木) 13～19時	上越市市民プラザ	不要	県社会保険労務士会 上越支部 ☎ 72-9888

あなたの「できた!」を応援します  
60歳からの **シニア・超初心者**  
パソコン&スマホ教室  
私たちが **私でも** できました!  
同じことを**100回**聞かれても **笑顔でお答えします!**  
秋の入会 キャンペーン 実施中!  
ジョイスクール新井校  
妙高市栗原 4-7-11 ショッピングセンター  
TEL 0255-70-6355

〈広告〉

**"みんなの応援券"利用可能です!!**  
応援券利用期間:令和4年7月1日～令和4年9月30日  
当店で、電気工事はもちろん、修理などのお支払いにもご利用できます。  
エアコン工事・家電品の購入など、この機会に是非ご利用下さい。  
皆様のご利用、心よりお待ちしております!  
見積りは無料です!故障の確認や、現場調査などお電話一本ご連絡下さい。  
いつでも、迅速・丁寧をモットーにお宅まで伺います。  
**(株)西脇電気商会 ニシワキ電気朝日町店**  
TEL.0255(72)5131 東陽町1-12 TEL.0255(73)7050 朝日町1-10-3

〈広告〉

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

## 国立妙高青少年自然の家 感謝祭

地域のかたがたや各種団体へ感謝の気持ちを込めて、国立妙高青少年自然の家の活動プログラムや地域の伝統文化などに触れる体験などを行います。

[日 時] 前夜祭 **10月8日(出) 15～21時**

当 日 **10月9日(日) 9～15時**

※活動終了は14時30分

[会 場] 国立妙高青少年自然の家

[内 容] 国立妙高青少年自然の家の活動プログラムや地域の伝統文化などの体験

[料 金] 無料（一部材料費などの負担あり）  
※前泊参加者はシーツ洗濯料、食堂料金の負担があります

[その他] 前泊参加者は事前申込が必要  
詳しくは国立妙高青少年自然の家ホームページを確認ください。

URL : <https://myoko.niye.go.jp>



詳細▶

申し込み・問い合わせ…国立妙高青少年自然の家 ☎ 82-4321



写真提供：国立妙高青少年自然の家

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

## 令和4年度 妙高芸術祭を開催

【四季彩芸術展】

【通常展】

▶日時…**10月8日(出)～16日(日)**  
**9～17時** ※最終日は15時まで

▶会場…妙高高原メッセ2階多目的ホール

【秀作展】

▶日時…**10月19日(水)～30日(日)**  
**9～17時** ※最終日は15時まで

▶会場…妙高高原ビジターセンター

【共通】

四季彩芸術展・市展への出品方法などは市役所・各支所などに設置の作品募集要項をご確認ください。

問い合わせ…妙高芸術祭実行委員会事務局（生涯学習課内） ☎ 74-0035

【妙高市美術展覧会（妙高市展）】

▶日時…**10月29日(出)～11月6日(日)**  
**9～17時** ※最終日は15時まで

▶会場…新井ふれあい会館ふれあいホール

【妙高市ジュニア芸術展】

▶日時…**10月29日(出)～11月6日(日)**  
**9～17時** ※最終日は15時まで

▶会場…市文化ホールホワイエB



R 新潟ろうきん **みなさまの生活を全力応援!**



ネットカンタン仮申込なら!

パソコン・スマートフォンから簡単にローンの仮申込ができます!  
本申込ではありませんので、お気軽にご利用ください。

ろうきん新井支店 TEL.0255-73-7111



産科 愛クリニック  
婦人科

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

# みょうこう「食の歳時記」 秋分の日〜おはぎの思い出〜

問い合わせ…健康保険課 ☎74・0013

秋分の日を境に夜が長くなっていきます。秋分の日前後7日間がお彼岸です。暑さ寒さも彼岸までと言われるように、徐々に過ごしやす季節となります。お彼岸には祖先を敬い、亡くなった人へのしるいで、炊いたもち米に小豆あんやきな粉などをまぶして作るおはぎをお供えして供養する習慣があります。

私は祖母が作るおはぎが大好きでした。もっちりしたもち米にしっかり甘くてつやつやのこしあんをたっぷりまとったおはぎ。それを食べる至福のひとつ。そしてもう一つ、祖母の畑で採れた黒ゴマを炒って作ったすりごまのおはぎ。その香ばしさたるや！喜んで食べるばかりだった私は作り方を教わらないまま祖母は亡くなり、あのおはぎは幻の味となりました。子どもたちにあの味を伝えられないことが残念。ああ後悔先に立たず…

## 【材料】

- ・もち米 1カップ
- ・水 1カップ
- (こしあん)
- ・小豆 200g
- ・砂糖 200g
- ・塩 ひとつまみ
- ・水 50ml



## 【作り方】

1. こしあんを作る。小豆は洗って、たっぷりの水で2回ゆでこぼす
2. 1にたっぷりの水を加え柔らかくゆでる
3. 水を張ったボウルにザルを重ね、2の小豆を入れてゴムベラでこし皮を除く。目の細かいザルでもう一度同じようにこす
4. さらしの袋に3を入れしっかり水分をしぼる(袋の中身が生あんです)
5. 鍋に生あん、砂糖、塩、水を入れ中火にかけ、混ぜながら練り上げる
6. おはぎを作る。もち米を洗い、水を加えて炊く
7. 熱いうちにすりこぎで半つきにして20～30gくらいの大きさに丸める
8. 7をこしあんであんで包んで出来上がり

レシピ：かまどクラブ

9月と2月は新潟県高齢者見守り強化月間

## いざというとき、救急医療情報キットが役立ちます

65歳以上のひとり暮らしのかたや75歳以上のみの高齢者世帯を対象に、民生委員を通じて救急医療情報キットをお配りしています。市内でも実際に活用されていて、高齢者などの救急救命活動に役立っています。もしものときに備えて、キットを準備しておきましょう。

### <救急医療情報キットとは>

情報シート、シートを入れる筒、シートの所在を知らせるマグネットの3点を合わせたもので、救急車を呼んだときに、緊急連絡先や治療中の病気、服薬中の薬などを救急隊に知らせ、迅速な救急救命活動に役立てるものです。

救急救命時の  
救急医療情報キット活用回数

年度	活用回数
令和2年度	9件
令和3年度	7件

### <救急医療情報キットの活用方法>

			
情報シートに記入	情報シートを筒に入れる	筒を冷蔵庫に入れる	マグネットを冷蔵庫に貼る

## 情報シートは 年に1回、記載内容見直しを

緊急連絡先や治療中の病気などが変わることがあります。年に一度は「情報シート」の見直しを行いましょう。

情報シートは  
こちらからも▶



問い合わせ…福祉介護課 高齢福祉係 ☎74-0016

妙高市公式LINEアカウント

## 友だち募集中

暮らしに役立つ情報を発信

- ・子育て、イベント、防災情報など
- ・道路の破損を市に連絡も可能

登録はこちらから



総務課 ☎74-0004

<広告>

あらいしんきん

## カーライフプラン

- ◆ご融資金額：1,000万円以内
- ◆ご融資期間：10年以内



皆さまに親しまれる



新井信用金庫

<広告>



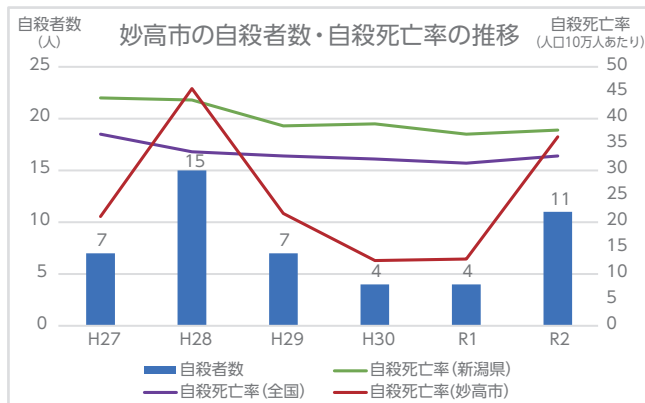
# 9月は新潟県自殺対策推進月間

# たった一人のあなたです たった一つの命です

9月は「新潟県自殺対策推進月間」です。県では自殺予防週間（9/10～16）を中心に、自殺対策事業を集中的に実施します。

## < 妙高市の現状 >

当市は、令和2年度に年間11人のかたが自殺で亡くなっています。年によって変動がありますが、令和元年と比較して、自殺者数が増加し、人口10万人あたりの自殺死亡率が全国の自殺死亡率を上回りました。



## こころの不調のサイン ～当てはまるものがないかチェック～

新型コロナウイルス感染症が感染拡大する状況では、不安やストレス、恐怖、怒り、興奮、不眠など、こころやからだにさまざまな変化が起こることがあります。まずは、自分自身のこころの状態を確認しましょう。

### こころの不調のサイン

- 気分が沈む、憂うつ
- 何をするのに元気が出ない
- イライラする、怒りっぽい
- 理由もないのに不安な気持ちになる
- 気持ちが落ち着かない
- 胸がドキドキする、息苦しい
- 何度も確かめないと気がすまない
- 周りに誰もいないのに、人の声が聞こえてくる
- 誰かが自分の悪口を言っている気がする
- 何も食べたくない、食事が美味しくない
- なかなか寝付けられない、熟睡できない

当てはまる症状がある場合は、**相談窓口**や**医療機関**に相談しましょう。

## 相談窓口一覧 ～ひとりで抱え込まず、まずは相談を～

悩みはひとりで抱え込まず、誰かに話してみませんか？  
つらい気持ちを我慢せず、話をするだけでもこころが軽くなります。秘密は固く守られます。ご利用ください。

分類	相談窓口	電話番号
一般健康相談	健康保険課	☎ 74-0013
高齢者の福祉・介護	地域包括支援センター（福祉介護課内）	☎ 74-0017
消費生活や多重債務	市民総合相談室（市民税務課内）	☎ 74-0042
女性の人権に関すること	女性の人権ホットライン（法務省）	☎ 0570-070-810
妊娠・出産・子育て	こんにちはすくすく相談窓口（健康保険課内）	☎ 74-0065
お子さんに関すること	こども教育課	☎ 74-0039
	24時間子供SOSダイヤル	☎ 0120-0-78310
悩みや不安があるかた	新潟県こころの相談ダイヤル（24時間対応）	☎ 0570-783-025
	上越地域いのちとこころの支援センター	☎ 025-524-7700
労働に関すること	生活困窮相談（福祉介護課）	☎ 74-0061
	上越労働相談所（上越地域振興局内）	☎ 025-526-6110
	働く人の電話相談室（一般社団法人日本産業カウンセラー協会）	☎ 0120-583-358
自死遺族に関すること	全国自死遺族法律相談ホットライン（毎週水曜日12時～15時）	☎ 050-5526-1044

問い合わせ…健康保険課 ☎ 74-0013

# —市内認定こども園・保育園— 令和5年度入園のご案内

令和5年度入園の申し込みが始まります。手続きなどお忘れなくお願いします。また、令和5年度から「ときわ保育園」が「ときわこども園（仮称）」に名称を変更し、認定こども園として運営を予定しています。

## <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  
（2号・3号ともに従前の「保育園児」）  
下記「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

## <乳児受け入れ>

生後6か月から ※ときわこども園は8か月から

### 【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、居住地の小中学校区に認定こども園がなく、保育園への入園を希望する場合など）

## <保育時間>

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

## <市内認定こども園・保育園>

### ◇公立認定こども園

園名	所在地	電話番号
よつばこども園	関川町 2-6-2	☎ 78-7078
さくらこども園	小出雲 3356	☎ 75-5212
和田にじいろこども園	月岡 1-11-12	☎ 72-3737
妙高高原こども園	田口 942-1	☎ 86-3631

### ◇公立保育園

園名	所在地	電話番号
新井あおぞら保育園	白山町 4-1-15	☎ 78-7544
ひまわり保育園	除戸 1887	☎ 75-2224
斐太北保育園	雪森 652-3	☎ 72-6048
妙高保育園	関山 2131	☎ 82-2041

### ◇私立認定こども園（予定）

園名	所在地	電話番号
（福）ときわこども園	下町 5-9	☎ 72-4806

- \* 「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

## 申込方法

### ●新入園児（途中入園含む）

9月30日（金）までに、申請書（児童1人につき、1枚）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  
（書類はこども教育課・各園・子育て広場にあり。市ホームページからも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、令和5年度途中での入園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>

- ①入園申込受付
- ②第一希望で入園面接
- ③入園調整
- ④入園承諾書の送付
- ⑤保護者説明会

9/1～9/30 ▶ 10月中旬～11月中旬 ▶ 面接終了後～12月 ▶ 1月中旬 ▶ 2～3月

スマートフォンから  
ホームページを確認▶



問い合わせ…こども教育課 幼児教育係 ☎ 74-0040 または各園

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

子どもたちが意図や理由を深く理解する力をはぐくむ

# 読解力向上に向けて各校で取組中

読解力は、将来を生き抜くための土台となる能力です。市は、令和2年度から「文章や図表などを正しく捉える読解力の育成」による学力の向上に取り組んでいます。

市が考える読解力は、主語・述語など文章の係り受けを意識して正しく文章を捉えたり、図表や数値などの情報を正しく読み取ったりすること、意図や理由を深く理解する力です。正しく理解するために必要となる読解力向上の視点として、

- ①主語・述語などの係り受け
- ②指示する語句の捉え
- ③2つの文の比較
- ④知識からの論理的判断
- ⑤文と図表の対応
- ⑥語彙と理数定義の獲得の6つを提示しています。

3年目を迎えた令和4年度は、前述した6つの視点の内容を、子どもたちがどれだけ

身に付けているか測るため、6月30日までに市内小学5年生と中学2年生が「リーディングスキルテスト」（略称・RST）を受検しました。RSTは、文章に書かれている意味を正確にとらえる力を測定・診断するテストです。前



RSTを受検する児童

述の6つの視点でテストが構成されていて、170字程度の短文と簡単な図を読み、選択肢から正しい答えを選びます。

RST実施後、各学校で正答率や能力値などの結果と、これまでの実践における課題から、児童・生徒の読解力向上のためにさらにどのような手立てを講じるべきかを検討しています。

そして、2学期以降も正しく理解するために必要となる読解力向上のための6つの視点を活用しながら、各教科におけるねらいの達成のために授業実践を継続していきます。

## ●テストで出題された問題例

<p>例1) 主語・述語などの係り受け 難易度：普通</p> <p>次の文を読みなさい。</p> <p>色やにおいにおいて引き付けられた動物は、おしべの花粉を体につけ、別の花のめしべへと運び、植物の受粉を助ける。</p> <p>【問題】 この文脈において、以下の文中の空欄に当てはまる最も適切なものを選択肢のうちから1つ選びなさい。</p> <p>植物の受粉を助けるのは（ ）である。</p> <p>①花粉 ②動物 ③おしべ ④めしべ</p>	<p>例2) 2つの文の比較 難易度：難</p> <p>次の文を読みなさい。</p> <p>熱硬化性プラスチックは硬く、熱や薬品に強いことから調理器具などに使用されている。</p> <p>【問題】 上記の文が表す内容と以下の内容は同じか。「同じである」「異なる」のうちから答えなさい。</p> <p>熱硬化性プラスチックは、調理器具などに使用することから、硬く、熱や薬品に強い。</p> <p>①同じである ②異なる</p>
---	--

② (2) ⑦ (1) ...

問い合わせ…こども教育課 学校教育係 ☎ 74-0037

# あなたの心身の健幸づくりをお手伝い クアオルト健康ウォーキング③



ウォーキング 申し込み不要。現地集合・現地解散で開始時間になりしだいウォーキング開始

開催日	時間	場所	集合場所	距離
10月5日(水)	9～11時	学校町・経塚山・姫川原コース	市総合体育館	4.0km
10月12日(水)	9～11時	妙高山眺望コース(関山)	関山駅	4.3km
10月19日(水)	9時30分～11時30分	妙高原スポーツ公園・ゴルフ場コース	妙高原体育館	5.8km
10月26日(水)	9～11時	はねうま大橋南コース	市総合体育館	4.0km

ウォーキング+イベント 9月16日(金)までにお申し込みください。参加費 500円

開催日	時間(予定)	開催場所	集合場所
9月25日(日)	9～12時	笹ヶ峰	笹ヶ峰グリーンハウス

※9月25日(日)のみ会場までバスを運行。運行時間は申込者に別途お知らせします

**【申込方法】** 右のQRコードからスマートフォンで申し込むか、  
下記の問い合わせ先に電話でお申し込みください

**【その他】** ・各種気象警報が出た場合は中止します

- ・マスク、動きやすい服装・靴、飲み物、タオル、雨かっぱ、帽子、熊鈴などをご用意ください
- ・日程は、市ホームページでもお知らせします

申し込みは  
こちらから▶



## スポーツの秋、到来!

### 東京パラリンピックメダリストがやってくる! 講演会&ミニ・ボッチャ大会を開催

市はパラリンピックの正式種目「ボッチャ」の普及・振興をすすめています。その一つとして、パラリンピックメダリストの廣瀬隆喜選手と東京パラリンピック解説者の新井大基氏を招いた講演会とミニ・ボッチャ大会を開催します。ボッチャは激しい動きを必要とせず、重度の障がいのあるかたや高齢者、子どもなど誰でも気軽にできるスポーツです。みなさんも取り組んでみませんか。

**【日時】**

**10/16(日)**

**【会場】**

**妙高市  
総合体育館  
(はね馬アリーナ)**

**【申し込み】**

**9/20(火)  
▶▶ 10/7(金)**

**【受付】** 12時30分～13時  
(ボッチャ体験コーナー開設)

**【開会式・講演会】** 13時15分～

**【実演】** 14時～

**【ミニ大会】** 15～17時

申し込みは  
こちらから▶



#### ボッチャ体験会を開催

参加を希望するかたは9月20日(火)までに右記QRコードから申し込みください。



**【妙高原地域】**

日時：9月26日(月) 19～20時  
会場：妙高原体育館

**【妙高地域】**

日時：9月30日(金) 19～20時  
会場：妙高ふれあいパーク

**【新井地域】**

日時：10月2日(日) 10～11時  
会場：市総合体育館

**【共通事項】**

- ・参加費無料
- ・マスク着用、上履き持参

**【講師】** 廣瀬 隆喜 選手 リオデジャネイロパラリンピック銀メダル  
東京パラリンピック銅メダル

**【解説者】** 新井 大基 氏 東京パラリンピック解説者

**【定員】** 講演会：市民または市内の事業所に勤務のかた <先着>200人  
ミニ大会：講演会参加者で参加希望者 48人※多数の場合抽選  
(全16チーム。1チーム3人で申込が必要)

**【参加費】** 講演会：無料、ミニ大会：1人200円(スポーツ保険代など)

**【持ち物】** マスク(着用)、上履き、体調チェックシート

**【その他】** 新型コロナウイルス感染症によりイベントを中止する場合があります。また、講師・解説者を変更する場合があります

問い合わせ…生涯学習課 スポーツ振興係 ☎ 74-0036

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

つづいて・おくやみ

# 「まなびの杜」<sup>市の</sup>

## 学び続ける喜びと仲間との交流



妙高はねうまカレッジ「まなびの杜」は、SDGsが目指す持続可能な社会の実現に向けて、人と人、人と地域のつながりを深めていくことを目的としています。人生100年時代。心豊かに健康でいきいきと過ごすことができるよう、市民の皆さんに多様な学びの機会を提供しています。各講座の様子を紹介します。

### 参加者からの声

「なかなか普段聞けない妙高の自然について、歴史を含めて聞くことができ、たいへん興味深く、楽しく聞けました。」(Aコース 妙高の樹木)

「地球のためにやるべきことをやること！ 今後を生きるために共通の取組としてやることが見える形として実行したいと思っています。」(Bコース 環境講座)

「今回の講座を体験し、自然の成り立ちやその重要性を改めて認識できました。」(Cコース 春の笹ヶ峰高原)

参加者からは、自らの学びを深め、実践する意気込みが伝わってきます。専門的な知識と経験を持つ講師に学ぶ喜びや、ともに学ぶ仲間との交流が、人生を豊かなものになっています。



講義と現地学習の組み合わせ (Aコース 近代化産業遺産)



快晴の中の散策・登山 (Bコース 初夏の大毛無山)

歴史の視点から学ぶ (Bコース 人権教育・同和教育)

### 無料リカレント講座の募集

テーマ：介護のお仕事

妙高の介護をテーマに、資格取得や就職、再就職などのきっかけづくりとして開催。参加を希望する方は9月22日(木)までに市生涯学習課まで、お申し込みください。

【日時】  
9月28日(水) 16:30～

【会場】  
市勤労者研修センター大研修室



◀詳しくはこちら

### 各種講座の内容

Aコース		Bコース		Cコース	
日時	テーマなど	日時	テーマなど	日時	テーマなど
実施済	近代化産業遺産 (一部現地学習)	実施済	人権教育・同和教育	実施済	春の笹ヶ峰高原 (現地学習)
	妙高の樹木		環境講座		男女共同参画講座
	男女共同参画講座		初夏の大毛無山 (現地学習)		妙高の大地
9/3 (土) 8:30～	秋の笹ヶ峰高原 (現地学習)	9/17 (土) 10:00～	土器が語る地域の文化 (一部現地学習)	9/7 (水) 13:30～	防災講座
10/12 (水) 13:30～	妙高の文化人	10/5 (水) 13:30～	古文書は語る妙高文化	10/8 (土) 10:00～	妙高の山城 (一部現地学習)

問い合わせ…生涯学習課 生涯学習推進係 ☎ 74-0034  
メール: syogaigakushu@city.myoko.niigata.jp



◀Bコース環境講座を視聴できます

# 口座振替・スマホアプリ決済で 便利・安全・確実な納税を

税金は子どもの教育や介護などの福祉、ごみの収集など市民生活に関わるさまざまな公共サービスに使われています。皆さんが収め忘れがなく、税金を便利に、安全に、確実に納める方法を紹介します。

## 口座振替・スマホアプリ決済のメリットは？

1. 便利…納期ごとに納税へ出かける必要がなくなります。スマホアプリ決済なら「24時間」「いつでも」「どこでも」納付可能！  
自分の都合のいいときに納付ができます
2. 安全…納税のために現金を持ち歩く必要がなく新型コロナウイルス感染禍の中で感染リスクのある外出を減らすことができます
3. 確実…口座振替なら納め忘れがありません  
万が一口座へ入金を忘れても再振替します

ご協力により3年連続徴収率向上  
個人県民税徴収成績優良市町村として  
県から表彰されました！



## どの税金を納めることができるの？

市県民税（普通徴収）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税（普通徴収）、介護保険料（普通徴収）を納税できます

### 口座振替

#### ○口座振替とは

税金などを皆さんが指定する預貯金口座から、納期限に自動的にお支払いいただくサービスです

#### ○申請方法

通帳と銀行印を持参して、市役所、各支所でお申込みください。電話による口座振替申込書の取り寄せも可能です。後日、申込書をご自宅へ郵送しますので、記入・押印のうえ、ポストへ投函してください

#### ○よくある質問

Q 納期限の振替日に残高が足りなく振替ができない場合は？

A 振替ができなかった場合は再振替をします。再振替のお知らせを送付しますので、口座へ入金をお願いします。振替には給与や年金が入金される口座をおすすめします。

Q 口座振替で納税していますが、スマホアプリ決済で納税したい場合は？

A 口座振替を廃止する手続きが必要です。手続きが完了すると納付書が発行され、スマホアプリ決済ができるようになります。

### 口座振替できる金融機関

- ・ 第四北越銀行
  - ・ 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
- 上記金融機関の本店、支店 など

### スマホアプリ決済

#### ○決済手順

- ① アプリにお金をチャージ  
アプリに電子マネーをチャージします  
※クレジットカードでの支払いはできません
- ② バーコードを読み込む  
アプリの請求書払いを選択し、納付書のバーコードを読み込み、決済画面へ進みます



#### ③ 支払い完了

支払う金額を確認し、決済すれば支払い完了  
※領収証は発行されません

### スマホ決済ができるアプリ

PayPay  
(請求書払い)



LINE Pay  
(請求書支払い)



問い合わせ…市民税務課 収納グループ ☎ 74-0010

特集

市内の出来事

市政

お知らせ

うぶごえ・おくやみ

## 元気なよい子に

出生



保護者 (地区)

あかちゃん

阿部 司・莉香 (白山町4) 女子・永菜 (えま)  
 更科 友章・里実 (諏訪町1) 女子・仁徠 (みらい)  
 小島 俊康・菜月 (高柳1) 男子・慶士 (けいじ)

小林 大輔・桃子 (西野谷新田) 男子・皆斗 (かいと)  
 福原 卓実・佳乃子 (宮内) 女子・唯花 (ゆいか)  
 宮澤 正樹・由夏 (五日市) 男子・奏汰 (そうた)  
 岡田 勇樹・花菜 (栗原2) 女子・紬希 (つむぎ)  
 井馬 慎二・琴美 (栗原3) 女子・琴梨 (ことり)  
 石井 宏樹・綾乃 (月岡1) 男子・瑛士 (えいじ)  
 藤巻 勇人・万里奈 (上百々2) 男子・太賀 (たいが)

## ごめい福を祈ります

死亡



氏名 年齢 地区

尾崎 煌一 (83歳) 栄町  
 小嶋 昭夫 (84歳) 白山町2  
 服部 トシ子 (96歳) 田町1  
 堀川 トヨ子 (82歳) 田町2  
 白川 チヨ子 (90歳) 学校町  
 宇崎 和雄 (91歳) 学校町  
 北村 早智子 (77歳) 学校町  
 大塚 貫太郎 (90歳) 小出雲2  
 入村 富子 (85歳) 小出雲2  
 山崎 洋一 (75歳) 広田町

明間 孝 (87歳) 広田町  
 大塚 ミサヲ (87歳) 美守3  
 小林 アイ子 (95歳) 志  
 早坂 好 (97歳) 飛田新田  
 田中正義 (99歳) 乙吉  
 笹井 泰 (91歳) 神宮寺  
 恩田 晴夫 (63歳) 小丸山新田  
 岡田 幸治 (86歳) 姫川原  
 山下 ヨシノ (99歳) 姫川原  
 大野 十三子 (84歳) 長沢  
 池亀 幸子 (83歳) 栗原2  
 金子 亨 (92歳) 柳井田町1  
 鈴木 直人 (68歳) 柳井田町5  
 横田 彰 (80歳) 月岡1

高橋 テイ (100歳) 関川  
 宮川 亮子 (101歳) 関川  
 山本 初枝 (95歳) 関川  
 宮川 暉 (83歳) 関川  
 池田 数 (99歳) 関川  
 宮下 房江 (88歳) 関川  
 齊木 庄次 (64歳) 関山  
 内田 一男 (96歳) 関山  
 山崎 キイ (93歳) 関山  
 宮下 敏 (81歳) 大谷  
 関原 照子 (78歳) 葎生  
 関原 信孝 (74歳) 葎生

※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

# 図書コーナー

### ～『夜に星を放つ』で直木賞を受賞した窪美澄の本～

- ・私は女になりたい
- ・ははのれんあい
- ・じっと手を見る
- ・晴天の迷いクジラ
- ・朔が満ちる
- ・トリニティ
- ・アカガミ
- ・雨のなまえ



### 一芥川賞受賞作一

『おいしいごはんが食べられますように』  
 高瀬 隼子 著  
 講談社 刊



### 一生懸命に生きる!

『せつない! いきもの死に方図鑑』  
 宝島社 刊

### ～新しく買った本 (一般書)～

- 『名著』の読み方 …秋満 吉彦  
 人生が好転する100の言葉…ひろゆき  
 古墳図鑑 …青木 敬  
 共働きのすごい対話術 …あつたゆか  
 空の発見かた事典 …武田 康男  
 終止符のない人生 …反田 恭平  
 知識ゼロからの歌舞伎入門 …幻冬舎  
 やっと訪れた春に …青山 文平  
 マイ・プレゼント …青山美智子  
 見つけたいのは、光。 …飛鳥井千砂  
 修羅奔る夜 …伊東 潤  
 とんこつQ&A …今村 夏子  
 紅だ! …桜庭 一樹  
 紙の鼻 …貫井 徳郎  
 星屑 …村山 由佳  
 ナイフを胸に抱きしめて…八重野統摩  
 あした何着よう …林 真理子  
 プリズム …ソン・ウォンピョン

### 《定期発行物》

◀一般向け…けやき  
 児童向け…本の森  
 新刊の内容紹介や話題の本を特集しています



最新情報はこちらからも▶



問い合わせ先: 図書館本館 ☎ 72-9415



# Instagram 「# myokopr」

妙高市の日常や暮らし、風景など妙高の魅力を全国に発信してもらうため、私だけが知る自慢の場所などを「# myokopr」をつけて、思い思いの妙高を投稿していただいています。7月31日までに733件の投稿がありましたので、思いの詰まった写真の一部を紹介します。紹介できなかった写真は、「# myokopr」で検索して見ることができます。



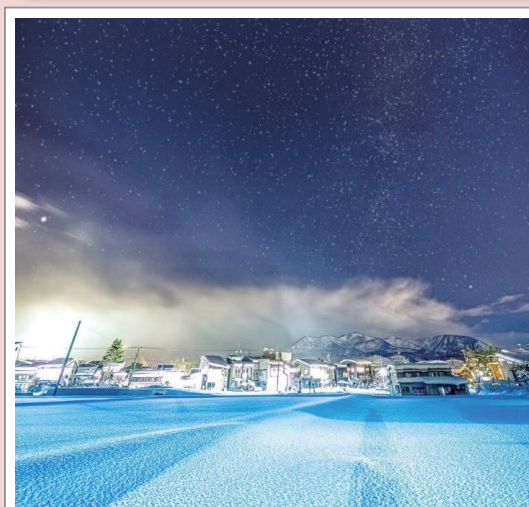
▲ yoshiaki\_0325 さん



▲ masatoshihorikawa さん



▲ m.coju さん



▲ d506005 さん

## 今後も「#myokopr」で発信を！

妙高市内で撮影されたものであれば撮影年度や撮影方法（スマホ、一眼レフなど）は問いません。応募者自身が所有・管理するInstagramのアカウントで「#myokopr」を付けて投稿（写真の活用方法は市に委ねることが条件）。投稿された写真は不定期で紹介します。

今年はや早い時期から30度を超える暑い日が多くあり、夏がとて長く感じました。市報9月号が発行される頃には、清々しい秋の日になっていくことを期待しています。さて、この夏、感染症の影響でしばらく中止となっていたいくつかのイベントが3年ぶりに開催されました。その一つ、あらいまつりの花火の撮影中、「見に来てよかった」と話している声が聞こえて、ほんわかした気持ちになりました。秋はイベントシーズン。感染対策をして元気をもらいに出かけましょう。(政)

## 編集後記



## 人口の動き

令和4年8月1日現在

総人口	3万 456人	(-11)
男性	1万 4865人	(-3)
女性	1万 5591人	(-8)
世帯数	1万 2311世帯	(+4)

※カッコ内は前月との比較

