

広報 ゆざわ

2025
YUZAWA
NO.1855
2025.2.23 発行

今月の特集

家庭ごみの分別ルールを守りましょう！

注目の情報 『湯沢町起業型地域おこし協力隊 卒業発表会』

目次

- 町の奨学金貸与制度と就学援助制度のご案内 … P 6
- 湯沢町Uターン促進奨学金返還支援事業補助金のご案内 … P 7
- 湯沢学園生徒海外派遣事業（マグナ ホームステイ）のお知らせ … P 8



アプリでも
配信中

アプリ「マチイロ」で手軽に「広報ゆざわ」が閲覧できます。



マチイロ

ダウンロード用
二次元コード

LINEで検索

湯沢町公式 LINE 【@yuzawa.town】

で暮らしが充実する情報を随時配信中！



家庭ごみの分別ルールを守りましょう

家庭ごみはお住まいの町内やマンションごとに決まった収集場所へ出すことになっていますが、以前から、ごみの分別ルールを守らずに出す人が多くいます。ルールを守らずに出されたごみはその場で収集ができないため残さなければならず、収集業者が回収をスムーズに行えない、また、誰かが代わりに分別を負担する事態にもつながります。

「捨てたらおしまい」「誰かが分別してくれる」と思わず、誰もが気持ちよく安全に過ごせるように分別のルールを守りましょう。

どう分別するか 迷ってしまいやすいごみ

もえるごみ

- ・プラスチック製のおもちゃ
- ・スキー靴
- ・医薬品（家庭用常備薬）



容器包装ごみ

- ・発泡スチロール
 - ・ペットボトルのラベル・ふた
 - ・野菜・果物のネット
- 注：汚れ臭いのついたものは、もえるごみ



古紙

- ・ラップやアルミの芯・外箱
- ・紙箱 注：アルミ加工されているものはもえるごみ
- ・米袋 注：米ぬか等を入れたものは、もえるごみ

缶

- ・油の缶（中身は使い切る）
注：機械の油缶はその他不燃ごみ
- ・缶づめのふた（ゆすいで水を切る）
- ・スプレー缶（使い切って穴をあける）



びん

- ・調味料のびん
 - ・薬の容器のびん
 - ・カップ酒
- 注：ごま油やオリーブオイルなどのびん、化粧品のびんはその他不燃

その他不燃ごみ

- ・傘（45%袋を使用し、袋からはみ出しても可）
- ・ストーブ（灯油は抜いてください）
- ・火災報知器

有害ごみ

- ・LED 電球 ・蛍光灯 ・モバイルバッテリー
- 注：割れたものも新聞に包めば捨てられます。
長いものは、3号袋を使用し、袋口をひもで固定。
白熱電球はその他不燃ごみ。

火災の恐れがあるごみ 以下の方法を守って捨てましょう

- | | |
|--------------------|--|
| ライター・チャッカマン | 中身をすべて使い切り、プラスチック製の場合は「もえるごみ」として排出
金属製の場合は「その他不燃ごみ」として排出 |
| マッチ | 未使用、使用済みに関わらず水に浸して、「もえるごみ」として排出 |
| リチウムイオン電池 | 使用されている小型家電などから取り外し、「有害ごみ」として排出
リチウムイオン電池の取り外しができない小型家電などは、「その他不燃ごみ」として排出 |

家庭ごみガイドブック

詳しくは、湯沢町ホームページから「家庭ごみの分け方・出し方ガイドブック」をご確認ください。（右記二次元コードを読み取る、もしくは「湯沢町 家庭ごみの出し方」で検索し、アクセスしてください。）

湯沢町役場環境農林課窓口でも冊子を配布しています。



湯沢町ホームページ
「家庭ごみの出し方」

町内で見られる違反ごみの例



有限会社クリーン産業平山
山田 孝さん

ごみの回収・運搬業務を行っている事業者の一つである「有限会社クリーン産業平山」様から違反ごみの例をお聞きました。

多く見られる違反例として、まず「指定ごみ袋の誤り」です。もえるごみは「家庭用もえるごみ袋（青色文字）」に入れることになっていますが、不燃ごみ袋（緑色文字）や容器包装ごみ袋（黄色文字）にもえるごみを入れて出すといった誤りが多いです。また、指定ごみ袋ではなくレジ袋にごみを入れて収集場所に出されていることもあります。

次に「長さが60cmを超えるごみは指定ごみ袋で捨てられません」。60cmを超えれば粗大ごみとなるので、可燃ごみ施設へ直接搬入するか、粗大ごみ収集の予約をすることになります。例えば、布団のシー

ツが家庭用もえるごみ袋にそのまま入れて捨てられていることがあります。家庭用もえるごみ袋で捨てる場合は、60cm以内に細かく切ってから捨てることになります。

最後に「重さ」です。例として、キッチンの生ごみを入れる水切りネットは、水気を絞らないと重さが増えるので、絞ってから捨ててください。重さだけでなく、収集車に乗せる際に袋がやぶれて水が飛ぶことも…。

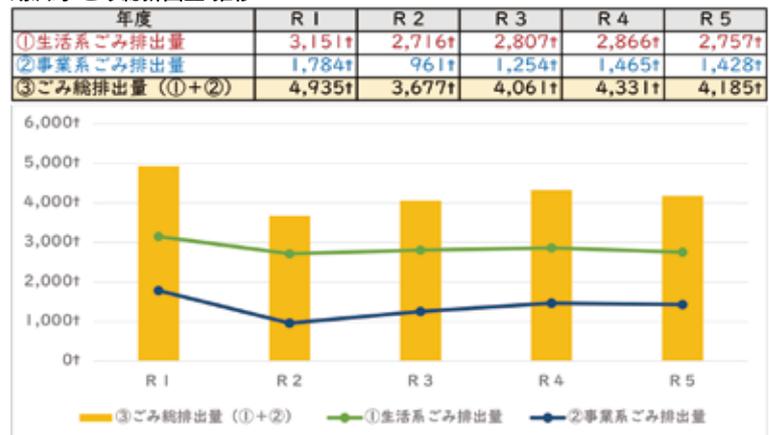
違反ごみを確認することは、回収をスムーズに行えないことにもつながりますので、分別のルールを守ってもらえたらと思います。

湯沢町のごみの排出量 現状と今後の課題

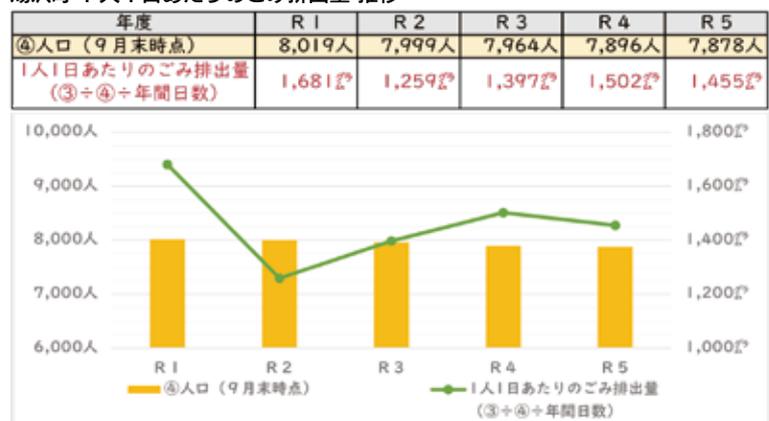
湯沢町は、観光地という地域特性もあり、1人1日当たりのごみの排出量は県内でトップクラスの多さです。感染症の影響で令和2年に大幅な減少をした後、増加に転じています。町の人口は減少傾向にあるものの、ごみの排出量は観光ごみの影響を受けて推移しています。

皆さまには、ごみの発生抑制や分別収集による資源化にご協力いただいておりますが、更なるごみの減量と資源化を図るためには、町、事業者、住民等がそれぞれの役割を認識し、ごみの発生抑制（Reduce）、再使用（Reuse）、再生利用（Recycle）の3R活動の普及をより一層促進し、持続的発展が可能な循環型社会を構築していくことがますます重要となっています。

湯沢町 ごみ総排出量 推移



湯沢町 1人1日あたりのごみ排出量 推移



令和7年度ごみ収集カレンダーの配布について

令和7年度のごみ収集カレンダーは、3月中に町内会を通じて各家庭に配布されます。見やすい所に貼っていただき、収集日の確認にご利用ください。配布されなかった場合は、役場環境農林課にてお渡しします。（3月中に町ホームページにも掲載します。）

問 環境農林課 環境施設係 ☎ 025 - 788 - 0291





安全安心の道路確保に敬意と感謝

2月5日からの寒波で、湯沢町の2月13日までの降雪は三俣地区で274センチになり、積雪は343センチを記録しました。役場、土樽、三俣、二居の観測の平均値は降雪で240センチ、積雪は257センチでした。各地域で雪により人的な被害等が出ている中、湯沢町は大きな被害や事故等の報告を受けていません。また、観光のお客様のキャンセルもあまり聞きませんでした。本当に良かったと思っています。大雪の中、関越道、国道、県道、町道の安全安心の道路の確保に昼夜を問わずご苦労をいただき、暮らして産業を支える関係者の皆さまに心より敬意を表し、御礼申し上げます。この先も記録的な寒波が来ると予報があります。健康にご留意いただき、引き続きのご尽力をお願いいたします。町民の皆さんも、雪下ろし等くれぐれもご注意ください。

12月 町長活動状況

27日	終礼
24日	選挙管理委員会任命式／魚沼地区障害福祉組合会議
23日	地域公共交通活性化協議会
19日	上沼道「十日町・六日町間」整備促進連絡協議会総会
9日	湯沢高原スキー場安全祈願祭／湯沢町観光まちづくり機構情報意見交換会
6日	急行株式会社第156回取締役会／石打信栄会第43回定期総会
5日	部長会議／飲酒運転防止訪問活動
4日	神立スノーリゾート安全祈願祭
3日	部長会議
2日	朝礼／青少年問題協議会／市町村職員共済組合組合会

1月 町長活動状況

1日	年賀状元旦出発式
6日	朝礼／部長会議
8日	消防出初式・防火パレード
14日	雪国青年会議所事業説明会
23日	都道府県町村会正副会長交流会
27日	湯沢平和の輪対談／新春新潟県観光の集い
28日	新潟県農地部施策提案要望
29日	県土木三団体県庁要望
30日	新潟県公民協働プロジェクト検討プラットフォーム

湯沢町起業型地域おこし協力隊卒業発表会

起業型地域おこし協力隊として活動する5名の隊員が、約2年間の活動の軌跡と成果、今後についてご報告させていただきます。

※起業型地域おこし協力隊とは

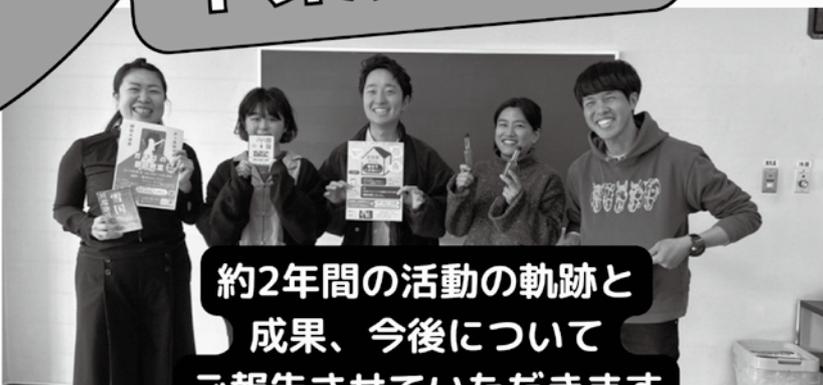
都市部から地方へ移住した若者が掘り起こした湯沢町の地域課題について、課題の解決や地域力向上につながる地域協力活動を行いながら、課題の解消に向けて起業を目指していくものです。

日時 3月25日(火)
午後1時～3時

会場 湯沢町役場 大会議室

問 企画観光課 企画係

☎ 025 - 784 - 4850



約2年間の活動の軌跡と成果、今後についてご報告させていただきます



Neo神立つ子と神立地区館主催による地域交流イベント！

「小正月を楽しもう in 神立」

神立地区住民の有志グループ「Neo神立つ子」は、地域農業の継続や集落機能維持のために地域住民同士のつながりを強くする目的から立ち上げられ、神立地区で地域活性化イベントを開催しています。

1月19日(日)に「小正月を楽しもう in 神立」がNeo神立つ子と神立地区館の主催により開催されました。このイベントは、地域行事の減少により住民間で交流の機会が少なくなったことから、小正月行事の「鳥追い」を約30年ぶりに神立地区の町内会全体で開催されたものです。会場の湯沢学園第2グラウンドに

は、子どもから大人まで約200人の地域住民が集まり、魚沼神社の宮司のお祓いのもと、しめ縄などをお焚き上げ(費の神)し、その周りを子どもたちが「鳥追い唄」を歌いながら回るなど、伝統行事に親しみました。

また、来場者にはお神酒や甘酒、けんちん汁やおにぎりの振る舞い、雪中に埋まっている数字の書かれたみかんを探して景品と交換する「みかん宝探し」や釣り竿でお菓子を釣り上げる「お菓子釣り」といったコーナーが用意され、お友だち同士やご家族そろってイベントを笑顔いっぱいに楽しみました。



湯沢町がよくなるための改善策を考え、意見交換が行われました

湯沢学園9年生総合学習発表会 「湯沢町への提言」

2月6日(木)、湯沢学園9年生の総合学習のまとめとして発表会が開催されました。

9年生の皆さんは今年度の総合学習の中で、湯沢町を良くするための施策を「福祉」「観光振興」「環境保全」「地域文化」「公共インフラ」のグループに分かれて調査・研究してきました。

発表会の前半は、各グループごとにまとめられた提案を町役場・町社会福祉協議会・町観光まちづくり機構などの関係者へ直接提言し、フィードバックや意見交換をする時間となりました。



後半には、全体会がシンポジウム形式で行われ、パネリストとして各グループの生徒代表と町議会議員や民間事業者などの4名の地区代表者が参加しました。

生徒の皆さんから感想を伺うと「自分たちだけで考えていたので、これからは広い視点で考えていきたい。」「地域の方からのフィードバックを通じて地域の現状を教えるももらった。もっと町のことを深く考えられるようになりたい。」と振り返り、総合学習を通じて学びを深める機会となりました。



特集

かわらばん

トピックス

情報

生活

学園

生涯学習・スポーツ

健康・医療

観光

町の奨学金貸与制度と就学援助制度のご案内

問 教育課 教育係 ☎ 025 - 784 - 2211

経済的理由により修学・就学が困難な児童生徒を援助します

奨学金貸与制度

修学への意欲があるにもかかわらず、経済的理由により修学が困難な方に対し、町の予算の範囲内で奨学金を貸与する制度です。他の奨学金制度と併用できます。

奨学生の資格

- 湯沢町に住所があり、かつ居住する者の子またはこれに準ずる者であること
- 次のいずれかに該当する者であること
 - ㊦高等学校、高等専門学校、大学、大学院、短期大学、専修学校または各種学校等に在学または在学予定の者
 - ㊧日本国外の学校で、教育委員会が㊦に定めるものと同程度であると認める学校に在学または在学予定の者
- 心身ともに健全で、修学に対する意欲があること
- 世帯の前年の所得税の合計が50万円以下であること
- 次に該当する連帯保証人を2名設定できること
 - (1名は保護者)
 - ㊨独立して生計を営む者
 - ㊩町税等を完納している者
 - ㊪返済能力のある者

貸与期間

貸与決定の月から在学する学校の最短修業年限の終期まで

貸与額

- 高等学校または専修学校の高等課程等
 - 月額**2万円**以内
 - (他の奨学金の給付または貸与を受ける場合は合計で月額**4万円**以内)
- 大学、大学院、短期大学、専修学校の専門課程等
 - 月額**5万円**以内 (他の奨学金の給付または貸与を受ける場合は合計で月額**10万円**以内)
- 日本国外の各種学校
 - 月額**5万円**以内 (他の奨学金の給付または貸与を受ける場合は合計で月額**10万円**以内)

貸与利息

無利子

返還期間

貸与が終了した翌年度から、貸与を受けた年度数の2.5倍以内の年数で返還

返還方法

毎月の口座振替 (第四北越銀行、新潟県信用組合、みなみ魚沼農業協同組合、ゆうちょ銀行)、または年2回の納付書払い

申請受付期間

3月3日(月) ~ 3月31日(月)

- 町の予算の範囲内での貸与となりますので、申請していただいても貸与できない場合があります。なお、申請者が少数で、予算に余裕がある場合においては、年度途中でも受け付けます。
- 申請書・誓約書等は、教育課教育係にあります。また、町のホームページからもダウンロードできます。(トップページ→くらしの情報→子育て支援(スクスクゆざわ)→目的で探す→手当・助成→奨学金貸与制度)



就学援助制度

経済的理由により就学費用を負担することが困難な児童生徒が、義務教育を円滑に受けることができるよう、学用品費や給食費等の費用の一部を援助する制度です。保護者の申請に基づき教育委員会がその内容を審査し、認定した場合に町の予算の範囲内で支給されます。認定は単年度ごととなりますので、現在認定されている方も申請が必要です。

申請に必要なもの

- ①申請書 (教育課教育係にあります。)
- ②添付書類
 - 源泉徴収票、確定申告書の写しなど生計を一にする世帯全員の収入および所得を確認できるもの
 - 町民税、事業税、固定資産税、国民健康保険税の減免を受けた場合はその決定通知書の写し

申請受付期間

令和7年度分受付

4月1日(火) ~ 4月30日(水)

湯沢町Uターン促進奨学金返還支援事業補助金のご案内

問 教育課 教育係 ☎ 025 - 784 - 2211

湯沢町では町内へのUターンを促すため、湯沢町奨学金を受けて進学し、卒業後に湯沢町内に居住（Uターン）して就労している方の奨学金返還支援事業を実施しています。

対象となる奨学金

湯沢町奨学金

補助対象者

次の1または2に該当し、かつ3～6のすべてに該当する者

1. 令和5年4月1日以降初めて湯沢町奨学金の返還を開始した者
2. 令和5年3月31日時点で既に湯沢町奨学金の返還を開始しており、令和5年4月1日以降に湯沢町外から湯沢町内に住所を移した者（ただし、湯沢町奨学金の貸与期間中に湯沢町外に居住していた者で、その間、湯沢町内に住所があった者を含む）
3. 補助金の申請時点で町内に住所を有し、現に居住している者で湯沢町内外で就業している者
4. 転勤等による一時的な住民登録ではなく、継続して湯沢町内に居住する意思がある者
5. 在学期間中に湯沢町奨学金の貸与を受け、返還計画に則り返還を開始した者
6. 湯沢町奨学金の返還および町税等の滞納がない者

補助金額

前年度に返還した奨学金の額の2分の1

申請方法

申請書一式を湯沢町教育委員会教育課へ提出いただきます。詳細は教育課までお問い合わせいただくか、湯沢町公式ホームページからご確認いただけます。

湯沢町公式ホームページ（トップページ→くらしの情報→子育て支援（スクスクゆざわ）→目的で探す→手当・助成→入学・就学に関する助成）



令和7年度湯沢町二十歳のつどい実行委員募集

令和7年度二十歳のつどいは令和7年8月14日（木）に開催予定です。

湯沢町では二十歳のつどいの第2部（記念事業）を実行委員が企画・運営し、一生に一度しかない節目の式を盛り上げています。町外在住者も参加が可能ですので、お問い合わせのうえぜひご応募ください。

対象 令和元年度に湯沢中学校を卒業された方、平成16年4月2日～平成17年4月1日で湯沢町に住居票がある方

実行委員の主な役割

- ・二十歳のつどい式典（第1部）の受付補助
- ・二十歳のつどい記念事業（第2部）の企画、運営
- ・二十歳のつどい記念品の選定

申・問 湯沢町教育委員会 教育課（湯沢町大字神立 1580）

☎ 025 - 784 - 2211 ✉ kyouiku@town.yuzawa.lg.jp



湯沢町公式ホームページ

湯沢学園生徒海外派遣事業(マグナ ホームステイ)のお知らせ

問 教育課 教育係 ☎ 025 - 784 - 2211

湯沢町では、平成16年度から姉妹都市である米国ユタ州マグナと、学生同士の交流を通じた事業の継続により、互いに友好関係を深めてきました。新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度から4年間休止していたこの交流事業ですが、今年度5年ぶりに再開し、令和7年度も引き続き実施する予定です。また、コロナ禍で派遣できなかった生徒の救済措置も継続して実施いたしますので、お知らせします。

派遣期間 令和7年7月25日(金)～8月4日(月)

派遣人数 10名(高校生5名・中学生5名)

対象年齢

○令和7年度 中学1年生および中学2年生
(平成23年4月2日～平成25年4月1日生まれの方)

○令和7年度 高校1年生から高校3年生
(平成19年4月2日～平成22年4月1日生まれの方)

※休止期間に募集が行われなかった湯沢中学校卒業生に対する救済措置

参加費用

参加費用(航空運賃や国内交通費など)の50%をご負担いただきます。ただし、参加者の負担額は20万円を上限とします。

上記以外にパスポート取得費や損害保険料、荷物の宅配料などの費用が別途必要になります。

○この派遣事業は、英語力の向上および異文化理解等を目的とする海外研修です。参加者は原則全員、事前研修を受講していただきます。

○この他、詳細については、次回の広報ゆざわ等でお知らせいたします。

募集期間

○令和7年4月上旬～【予定】

応募資格

○湯沢町に居住し、湯沢中学校に在籍しているまたは卒業している方

○心身ともに健康で、この派遣事業に自発的な参加意思がある方

○この派遣事業への参加に同意し、支援、協力ができる保護者がいる方

○派遣事業の年に、マグナ学生等を受け入れできる家庭の方(派遣人数によって、派遣事業の翌年(令和8年度)に受け入れをお願いする場合があります。)

応募方法等

次の書類を募集期間内に湯沢町教育委員会(認定こども園棟2階)へ提出してください。

○申込書

湯沢町ホームページからダウンロードしてください。ホームページの公開時期は次回の広報ゆざわでお知らせいたします。

○作文(400字詰め原稿用紙(A4・横書)3枚程度)
「姉妹都市との交流」について各自でテーマを設定してください。ただし、作文の内容をもとに報告書(報告発表会を開催予定)を作成していただきますのでご留意ください。

※提出書類(申込書・作文)を受付後、面接等を実施し派遣生徒を決定いたします。

ホームステイボランティアを募集します!

ホームステイによる受け入れについては、これまで派遣事業に参加した生徒の家庭を受け入れ先とすることを基本としていますが、受け入れ予定人数が派遣生徒数を上回る場合には、派遣生徒以外の家庭での受け入れのご協力が必要になります。

つきましては、国際交流事業の継続・発展にあたり、ホストファミリーとして姉妹都市マグナ学生等の受け入れボランティアにご協力いただけるご家庭を募集します。交流事業に関心のある方は、ぜひ登録をご検討ください。

受入対象者 姉妹都市マグナの学生(高校生くらい)もしくは引率者

受入期間 令和7年7月6日(日)～16日(水)

報償費 一日あたり6,000円/人

お願い事項 平日の湯沢学園への送迎や休日の食事の提供も含め、家族の一員としてともに過ごしていただけるご家庭の登録をお願いいたします。

令和7年度心身障がい者タクシー利用券の申請について

問 福祉介護課 福祉係 ☎ 025 - 784 - 4560

町では、町内に住所を有しており、かつ一定の障害のある方を対象に、利用券を交付しタクシー利用料金の一部を助成しています。

申請場所 湯沢町 福祉介護課
(湯沢町総合福祉センター地下1階・湯沢病院となり)

費用 無料

対象者

町内に住所がある方で、次の障害者手帳の交付を受けている方

- ・身体障害者手帳 1級～3級
- ・療育手帳 A・B
- ・精神障害者保健福祉手帳 1級～3級

申請に必要なもの

- ①タクシー利用券交付申請書
 - ②印鑑
 - ③障害者手帳（身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳）
- ※申請書は福祉介護課窓口の他、湯沢町ホームページからダウンロードすることもできます。（検索：「湯沢町障がい者タクシー券」）



申請受付期間 令和7年3月24日（月）から

申請・利用方法

①申請受付後、その場でタクシー券を交付します。なお、申請した時期により、交付枚数が次のとおり異なりますので、ご注意ください。

- ・6月までに申請 ……………24枚（年度最大枚数）
- ・7月～9月に申請 ……………18枚
- ・10月～12月に申請 ……12枚
- ・翌年1月～3月に申請 ……6枚

②タクシー券は**令和7年4月1日**からご利用いただけます。料金支払い時、運転手に障害者手帳を提示し、利用券をお渡しください。利用券は1枚につき500円分です。1回の乗車で利用できる枚数は、最大6枚（3,000円分）です。

令和6年度のタクシー券について

有効期限が令和7年3月31日までのタクシー券（緑色の券）は、4月以降は利用できません。余った利用券は福祉介護課に返却するか、各自で破棄をお願いします。

油断大敵

●油が漏れてしまったら、元栓を閉めて流出した油が広がらないように、古布・新聞紙などできれいに拭きとりましょう。その後、湯沢消防署または湯沢町役場 環境農林課まで至急ご連絡ください。

ホームタンクからの小分け中はその場を離れないでください！

灯油流出の原因者には、回収費用や損害賠償の請求が行われる場合があります。

油漏れ事故防止のために

その場を離れない！目を離さない！

給油後は、必ずバルブを閉めたか確認しましょう。**ホームタンク用の自動停止機能付バルブ**が販売されています。灯油販売店などにお問い合わせください。

雪対策を実施しましょう！

大雪による落雪や積雪で露出配管が損傷し、灯油が流出したという事故が近年多発しています。

定期点検を行いましょ！

ホームタンクや暖房器具、配管に亀裂や老朽化がないか、定期点検に努めましょう。

防油堤を設置しましょう！

200ℓ以上のホームタンクには、防油堤の設置が義務付けられています。

タンクからの給油前に防油堤のバルブが閉じているか確認しましょう。



令和6年度、湯沢町では
15件の油漏れ事故が発生しています。

問 湯沢消防署 ☎ 025 - 784 - 3377 湯沢町役場 環境農林課 ☎ 025 - 788 - 0291

健康ほつと情報

PART 1

湯沢町食塩摂取の実態

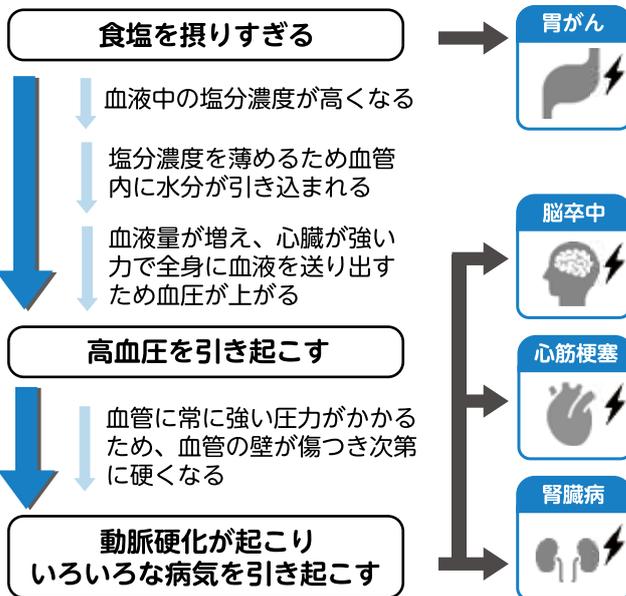
湯沢町食塩摂取の実態

湯沢町民は塩をとりすぎている!?



料理には欠かせない「食塩」だけど・・・

素材のうま味を引き出す食塩は、日本の食卓には欠かすことができない存在です。しかし、継続的な食塩の摂りすぎは高血圧を引き起こします。高血圧はサイレントキラーと呼ばれていて通常は自覚症状がほとんどありません。そのため、知らない間に血管に負担がかかり、いろいろな病気にかかるリスクが高まります。早い時期から食塩の摂りすぎに注意することで、加齢による血圧の上昇を抑え、高血圧を予防することができます。

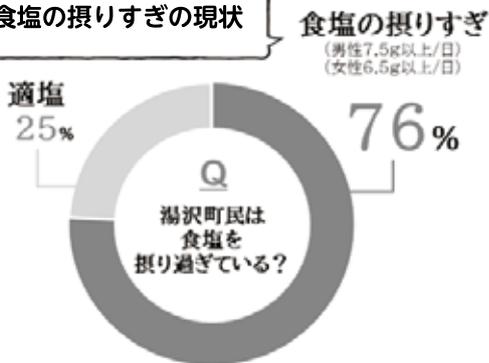


湯沢町食塩摂取の実態

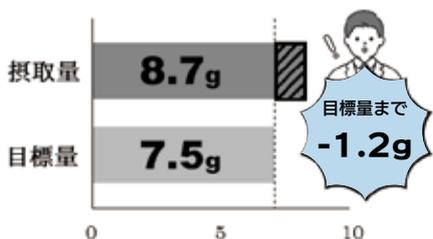
令和6年度住民健診結果から (集計期間 4/5 ~ 12/19)

対象: 19歳~74歳 男性326名 女性339名 計665名

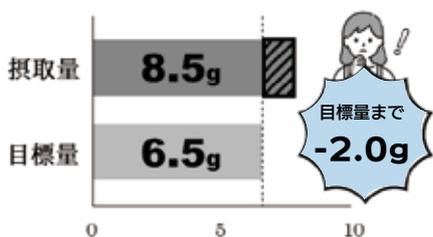
町民の約8割が食塩の摂りすぎの現状



男性の食塩摂取量



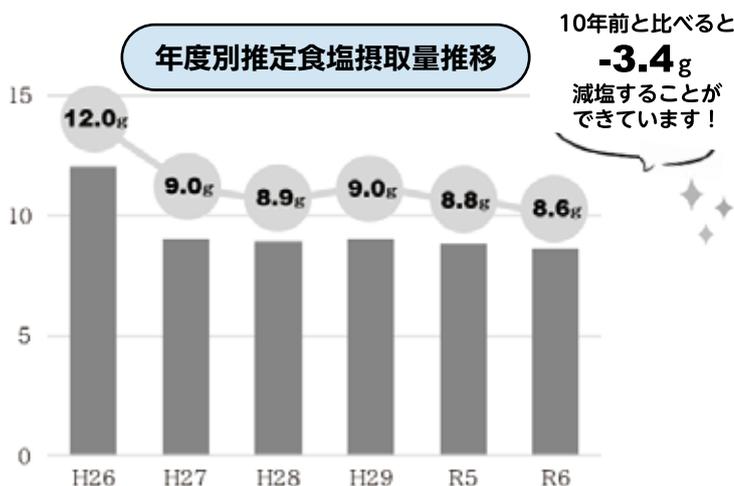
女性の食塩摂取量



湯沢町では減塩対策の取り組みの1つとして食塩摂取量の実態を把握するために、19歳から74歳を対象に「推定食塩摂取量」の測定を行っています。これは尿検査から、1日にどれくらいの食塩を体に取り入れているのかを推定します。

食事摂取基準で定められている食塩摂取量の目標値は1日あたり男性7.5g未満、女性6.5g未満になります。町の測定結果は、男性平均8.7g、女性平均8.5gでした。年度別推定食塩摂取量推移をみると、減少傾向にあるものの、男性、女性ともに約8割の町民が塩分を摂りすぎているということがわかりました。

年度別推定食塩摂取量推移



令和6年度住民健診結果から（集計期間 4/5～12/19）
対象：19歳～74歳 男性326名 女性339名 計665名

湯沢町食生活アンケート調査結果

check!

塩のとりすぎ新潟県民の
10の食習慣

- 食事は満腹まで食べる
- 主食の「合わせ食べ」をする
- 丼もの・カレーライス・めん類を週5以上食べる
- 煮物を1日に4皿以上食べる
- 漬物を1日に2種類以上食べる
- 魚卵を1日に1回以上食べる
- めん類の汁を1/3以上飲む
- 濃い味を好んで食べる
- 週2回以上外食をする
- お酒を毎日飲む

こんな習慣
ありませんか？



今年度の住民健診では、推定食塩摂取量の測定と一緒に「食生活アンケート」を実施しました。これは新潟県民の食習慣や食に対する意識と、実際の食塩摂取量を調査してわかった新潟県民特有の食塩を摂りすぎてしまう行動“塩をとり過ぎ新潟県民の10の食習慣”をアンケート項目にしています。その結果をまとめると、湯沢町民の食習慣には次のような傾向があることがわかりました。

1つでも当てはまると、
食塩摂りすぎの可能性が…！

これらの食習慣をすこし見直すだけで、食塩摂取量を減らすことができます。健康なからだは毎日の食事からできることから取り組みましょう。

326名が回答
男性

“塩のとりすぎ新潟県民の10の食習慣”
湯沢町男女別 TOP3

339名が回答
女性

1位 めん類の汁を1/3以上飲む 56%

1位 めん類の汁を1/3以上飲む 39%

2位 毎日飲酒をする 44%

2位 食事は満腹まで食べる 24%

3位 濃い味付けを好んで食べる 32%

3位 濃い味付けを好んで食べる 20%

心当たりはありますか？

男性、女性ともに
1番多い行動でした！

めん類の汁を1/3以上飲む人は…

めん類は汁に多くの食塩が含まれています。飲み干すのは我慢…！スープはできるだけ残しましょう。



毎日飲酒をする人は…

とくに男性に多い行動！

おつまみは食塩を多く含むものが多いです。飲み会の次の日は薄味を心がけて！



食事は満腹まで食べる人は…

とくに女性に多い行動！

せっかくの薄味も、たくさん食べれば食塩過剰摂取に…！腹八分目を心がけましょう。

濃い味付けを好んで食べる人は…

おかずが濃い目の味付けのときは、他の料理は薄味に。献立にメリハリをつけましょう。



➔ 次回、食塩摂取量を減らす適塩のポイントについてお伝えします！

PART 2

3月は「自殺対策強化月間」です

第2次湯沢町のち支える自殺対策行動計画基本理念

声かける 気づく つなげる 支えあう

誰も自殺に追い込まれることのない湯沢町をめざして



こころの健康づくりのためにできること～ストレスとの付き合い方～

「孤独だと思わない」人や「あいさつをしている」人は「ストレスを上手く対処できる」人が多い
(R4年度第2次湯沢町ファミリー健康プラン最終評価実態調査結果)

ストレスは悪いものかという、決してそうではなく、適度なストレスはモチベーションを高めたり、生活に張りを与えるなどプラスに働く要素もあります。普段から家族や周囲の人とあいさつをする、友人や近所の人と交流する、積極的に外へ出ることが、ストレスと上手く付き合うために大切なことです。

ストレスをためない生活のポイント

生活リズムの
乱れを治す

バランスの良い
食事を摂る

安眠できる環境を整え、
質の良い睡眠をとる

手軽にできる
リラクゼーションを
日課にする

趣味やスポーツ
を楽しむ

【相談窓口のご案内】

ストレスに一人で立ち向かうことは限界があります。言葉にして周囲に話してみることで、ほっとしたり、自分では見えなかったことを客観的に見てもらったりすることができ、こころが軽くなります。

一人で抱え込まず、信頼できる人や専門機関に相談することも大切です。

～たった一人のあなたです たった一つの命です～ (新潟県自殺対策キャッチフレーズ)

相談窓口	電話番号	開設時間
湯沢町健康増進課 (保健師)	☎ 025 - 784 - 3149	午前8時30分～ 午後5時15分
南魚沼地域振興局健康福祉環境部	☎ 025 - 772 - 8137	
中越地域のちとこころの支援センター	☎ 0258 - 88 - 0070	【月曜～金曜 (祝日を除く)】
こころの相談 にいがた	☎ 0570 - ^{なやみ} 783 - ^{なしにいがた} 025	毎日24時間
こころの健康相談統一ダイヤル	☎ 0570 - ^{まろろよ} 064 - ^{こころ} 556	

国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ

柔道整復師 (整骨院・接骨院) の施術を受けるときの注意点

柔道整復師による施術は、負傷の原因によって医療保険が使える場合と、使えない場合があります。

医療保険が使える場合

- ・外傷性のねんざ・打撲 (スポーツでのねんざなど)
- ・医師の同意がある場合の骨折、脱臼の施術
- ・応急処置で行う骨折、脱臼の施術
(応急手当後の施術には医師の同意が必要です。)

医療保険が使えない場合

※全額自己負担となります。

- ・日常生活における単純な疲労や肩こり、体調不良など
- ・病気 (神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアなど) による、こりや痛み
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・症状の改善がみられない長期の施術 (応急処置を除く)
- ・スポーツなどによる肉体疲労改善のための施術
- ・工作中や通勤途上に起きた負傷
(労災保険からの給付になります。)

問 町民課 国保給付係
☎ 025 - 784 - 3453



オレンジ ガイド



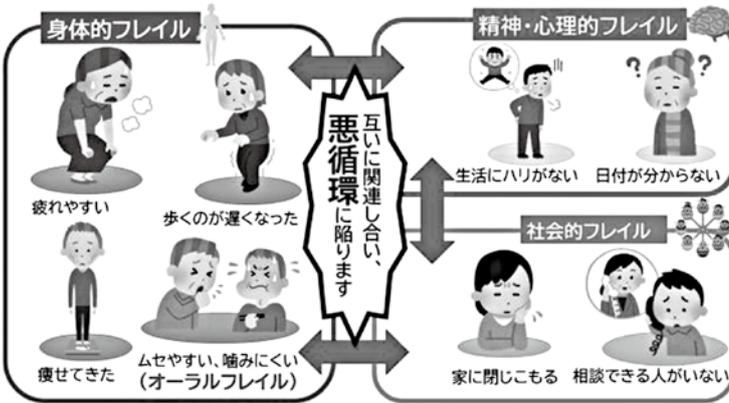
～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～

フレイルリスクを減らして認知症リスクも軽減しましょう

フレイルとは、高齢者の健康状態と要介護状態の間にある「虚弱状態」を指します。まだ介護は必要ないけど、なんとなく体調がすぐれない、足腰や口周りに不安がある、人付き合いがおっくうなど、年齢とともに生じる心身の衰え、それがフレイルです。

日本人高齢者の8.7%がフレイルに該当、プレフレイル（フレイルの前駆状態）は40.8%と言われています。

フレイルになると認知機能が低下しやすく、認知症発症のリスクが高くなることが報告されています。反対に、認知機能が低下すると身体活動量が減少するため、フレイルが進行しやすくなるとも考えられています。フレイルと認知症を併発すると、外出が減り、運動やコミュニケーションの機会も少なくなってしまいます。身体機能も低下して死亡リスクが上昇するため、フレイルが進む前に予防に努めることが重要です。



フレイル症状のセルフチェック

下の5つの症状のうち、3つ以上にチェックがつくと「フレイル」、2つにチェックがつくと「プレフレイル」です。

こんな兆候が

フレイルになると、下のように体重が減少する他、筋力や歩く力も低下して、疲れやすくなります。その先に要介護があるので、小さな兆候を見逃さないことが大切です。



体が縮んでくる (体重減少)



疲れやすくなる



活動が少なくなる



握力が弱くなる



歩行が遅くなる

相談窓口

湯沢町地域包括支援センター（健康増進課）

☎ 025 - 784 - 3000

認知症疾患医療センター（旧ゆきぐに大和病院）

☎ 025 - 788 - 1277

「ためして脳トレ！」 ことわざ 漢字穴埋め

□のなかに右の枠内の漢字を入れて、ことわざを完成させましょう！

- ① かわいい子には □ をさせよ
- ② 九死に □ を得る
- ③ 清水の □ から飛び降りる
- ④ □ も木から落ちる
- ⑤ 親しき仲にも □ あり
- ⑥ □ 忘るべからず
- ⑦ 好きこそものの □ なれ

舞台	上手
旅	初心
猿	一生
子	礼儀

「募集」「イベント」「お知らせ」などをお届けします。

パスポートが変わります

令和7年3月24日申請分から、パスポートの発給事務が変わります。

電子申請可能な申請が「切替申請」に加え、「新規申請」に拡大されます。電子申請では、戸籍情報のシステム上の連携により、戸籍謄本の添付が不要となります。

偽造・変造対策強化のため、顔写真ページがプラスチック基材にレーザーで印字・印画する方式となり、作成場所が県から国立印刷局に変わります。申請から受取までの期間が、**現在の約10日間から約2週間に延びますので、早めの申請をお願いします。**

申請手数料が電子申請と窓口申請に区分されます。

費 10年用旅券手数料(現行16,000円)

→オンライン申請：15,900円

窓口申請：16,300円

5年用旅券手数料(現行11,000円)

→オンライン申請：10,900円

窓口申請：11,300円

問 町民課 ☎ 025 - 784 - 3453

共同浴場からのお知らせ

共同浴場振替休業のお知らせ

日 下湯沢共同浴場 駒子の湯

二居共同浴場 宿場の湯

3月20日(木・祝)は、営業いたしません。

【振替休業日】

下湯沢共同浴場 駒子の湯

3月21日(金)

二居共同浴場 宿場の湯

3月28日(金)

※3月27日・28日連休になります。

会員の方へお願い

●ご入場の際には必ず会員証を受付にご提示ください。

●年間券をお持ちの方は、「会員券」と「年間券」の両方をご提示ください。

問 湯沢町総合管理公社

(湯沢カルチャーセンター)

☎ 025 - 784 - 1511

児童手当 制度改正(拡充)による手続きについて

内 令和6年10月から児童手当制度が変わり、支給対象が高校生年代まで拡充されました。

新制度の対象に該当すると思われる下記の方へ、勸奨の通知文書を2月に再発送しております。**改正に係る手続きの最終期限は、令和7年3月31日です。**

- (1) 現在児童手当を受給しておらず、高校生年代の子を養育している方
- (2) 所得上限限度額超過で児童手当(特例給付)の支給対象外である方
- (3) 現在児童手当を受給しており、新たに多子加算の算定対象となる18歳年度末以降～22歳年度末までに子の合計人数が3人以上の方

※高校生年代の子を養育している方は、改めて申請が必要です。その子が15歳年度末に到達するまで湯沢町から受給していた方も含まれます。

令和7年3月31日までの申請

令和6年10月分に遡って順次支給

令和7年4月以降の申請

申請月の翌月分からの支給

※手当を受給できない期間が発生しますのでご注意ください。詳しくは町ホームページをご確認ください。

問 町民課 町民窓口係

☎ 025 - 784 - 3453

事業承継 相談会のご案内

新潟県事業承継・引継ぎ支援センターのエリアコーディネーターが、事業承継・事業引継ぎに関して、秘密厳守で相談を承ります。

日 3月21日(金)

①午後1時～ ②午後2時～

場 湯沢町役場 **費** 無料

対 湯沢町内で事業をしている方

申 相談は完全予約制です。原則開催日の1週間前までにお電話でお申込みください。

問 企画観光課 ☎ 025 - 784 - 4850

主催 湯沢町(担当 企画観光課)

日 日時・期間

場 会場

対 対象・定員

内 内容

費 参加費・入場料 **持** 持ち物

申 申込

問 問い合わせ

1月のまちのうごき

1月届出分	1月31日現在	前年比
出生 2人	男 4,285人	+78
死亡 11人	女 4,081人	+106
転入 146人	計 8,366人	+184
転出 39人	世帯 4,647戸	+284

湯沢町の交通事故発生状況(2025年1月1日～1月31日)

	2025年	2024年	増減
発生件数	0件	6件	-6
死亡者数	0人	0人	0
負傷者数	0人	8人	-8

3月の町税等の納期限および口座振替日のお知らせ

3月31日(月)納期限の税目および料金

- ・町県民税・森林環境税 随時納付
- ・国民健康保険税 9期
- ・後期高齢者医療保険料 9期
- ・介護保険料 随時 1期
- ・上下水道使用料 3月分

口座振替日

金融機関	口座振替日
・第四北越銀行 ・新潟県信用組合 ・みなみ魚沼農協 ・ゆうちょ銀行(郵便局)	3月31日(月)
上記以外の金融機関	3月27日(木)

※口座振替日前に口座の残高の確認をお願いします。当日に入金されても間に合いません。

公民館映画の日

内 『疎開した40万冊の図書』(ドキュメンタリー映画)(2013年/日本)
ナレーション 長塚京三

日 3月16日(日)
開場 午後1時 **開映** 午後1時30分
終了 午後3時10分頃予定
(本編102分)

場 湯沢町公民館 2階 ホール **費** 無料

対 150名(申込不要・先着)
※映画媒体の状況により、上映作品が変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

問 湯沢町公民館
☎ 025-784-2460



大人のための春を迎えるお話し会のご案内

内 あちらこちらにあたたかな春がやってきています。ほっと一息ついて一緒にお話しの世界を楽しみませんか。絵本・紙芝居・朗読・語りなどをお楽しみください。お気軽にお越しください。

日 3月25日(火)
午前10時30分～11時30分

場 湯沢町公民館 会議室 **費** 無料
申 不要(直接お越しください。)

問 湯沢町公民館
☎ 025-784-2460

主催 絵本の読み聞かせボランティア
虹の会



きものを着て食事を楽しみましょう

今年も「きものを楽しむ会」を開催します。

多くの方が楽しめたらと性別を問わず、大人からお子様まで広く募集いたします。お友だちもお誘い合わせて、ご参加をお待ちしております。

きものは季節を問いません。着たいもの何でもだいじょうぶです。

日 4月18日(金)
受付 午後5時～
開演 午後6時30分～2時間程度

場 ホテル双葉
町内バス送迎の予定(集合場所は個別に連絡します。)

費 **参加費** 1名9,000円(飲み物含む)
3日前まではキャンセル料は発生しません。

希望の方は着付をお受けします

費 **着付代** 1名2,000円

場 湯沢町公民館 和室
(詳しくは、個別に連絡します。)

申 湯沢町公民館へ電話または直接窓口へお申し込みください。

締め切り 3月31日(月)

問 湯沢町公民館
☎ 025-784-2460

主催 着付けサークルあじさい
着付教室かたくりっこ

湯沢町公民館 図書室

新刊のご案内



先月は、47冊の新刊図書の入荷がありました。
その中から注目の図書を紹介します。

利用時間 午前9時～午後8時

問 湯沢町公民館 ☎ 025-784-2460

料理

『あたらしいみそおかず』

ワタナベマキ/著 文化学園文化出版局

発酵食品としても人気のみそは、しょうゆや塩のように気軽に使える万能調味料。みそ漬け、みそ味のおかず、アジアンみそおかず、季節のみそ汁などを紹介。保存袋で少量のみそを手作りする方法も掲載。

小説

『ヒポクラテスの困惑』

中山七里/著 祥伝社

コロナに感染したある富豪が急逝。しかし彼は秘密裡に未承認ワクチンを接種していた。浦和医大法医学教室の光崎教授が見出したのは、偽ワクチンによる毒殺の可能性だった…。

絵本

『そつえんするってことは』

あおきひろえ/絵、中川ひろたか/作 アリス館

赤ちゃんだったきみはどんどん大きくなって、いろいろなことができるようになった。そして5歳になったきみは、もうすぐ卒園。通っていた園から、小学校へ行くようになる…。卒園する子どもを祝う絵本。

進学・進級時における 少年の非行・犯罪被害防止と 有害環境の浄化 ～少年を非行や被害から守る 「大人の目」～

進学や進級の時期は、子どもの生活環境が大きく変わります。

子どもが喫煙や飲酒、更には大麻等の薬物乱用の非行に走ったり、SNSを利用して、児童買春等の犯罪被害に遭ったりすることが多くなります。

家庭や地域の大人が声を掛け、子どもを非行や犯罪被害から守りましょう。

お詫びと訂正

広報ゆざわ1月26日号20ページにおいて、改選された湯沢町選挙管理委員会の委員についてお知らせいたしましたが、誤りがありましたので、次のとおり訂正しお詫びさせていただきます。

委員長 樋口 新一（下熊野）
委員 角谷 豊明（戸 沢）
南雲 政市（中 子）
下山えり子（浅 貝）

【任期】

令和6年12月11日から
令和10年12月10日まで

認知症 市民公開講座 開催のお知らせ

認知症になる一歩手前の状態を「MCI（軽度認知症）」と言います。早期に発見し、適切な対応をとればMCIを改善したり、認知症の発症を予防できる可能性があるMCIについて学べます。

内 第1部「MCIってなに？～自分らしくいきいきとした暮らしを守るために～」

講師 ゆきぐに大和診療所 精神科
宮永 和夫先生

第2部「地域全体でひとつの病院」を実現するために～認知症と共生するためのうおぬま・米ねっこの役割～

講師 魚沼基幹病院 脳神経内科部長
寺島 健史先生

日 3月22日（土）
午後3時30分～4時45分

場 会場で受講
南魚沼市民会館 多目的ホール

オンラインで受講
指定なし※Zoomを使用します。

費 無料※オンライン参加の場合は通信費用は個人負担となります。

申 申込方法
二次元コードを読み込み、お申し込みください。



申請期限
3月18日（火）まで

問 湯沢町地域包括支援センター
☎025-784-3000

母子父子等福祉（入学・卒業祝金交付）事業

入学・卒業 お祝い金を贈呈します

父または母が単身もしくは祖父母と、18歳未満の子どもで構成されている世帯で、子どもが小学校入学または中学校卒業を迎えるにあたり、健やかに心豊かな子どもに育ててもらうことを期待してお祝い金を贈呈します。

次の①～④すべてに該当する方は、地区の民生委員または湯沢町社会福祉協議会に申請書を提出してください。

- ① 湯沢町に住所を有し、住んでいること
- ② 湯沢町の小学校に入学または中学校を卒業する子どもがいること
- ③ 町民税の所得割課税世帯で無いこと
- ④ 特定の人から生活費および養育費を受けていないこと

※同居家族（例えば母と子と祖父母の家族）がいても①・③・④の条件を満たしていれば支給する。

内 支給金額 5,000円

申 申請期限
卒業申請 令和7年3月14日（金）
入学申請 令和7年4月11日（金）

問 湯沢町社会福祉協議会
☎025-784-4111



終活研修会

「現代のお葬式事情 ～その時のために自分らしい備えを考える～」

湯沢町社会福祉協議会では以前から、「終活」や「おひとりさま」についての研修会を開催してきました。今回は「葬儀」について、自分や家族がもしもの時にどう備えておく必要があるか学びましょう。

日時 3月6日（木） 午前10時～11時30分

会場 湯沢町総合福祉センター 2階 集団検診室

講師 セレモニ－飛鳥 一級葬祭ディレクター 角谷 英明 様

内容 現代のお葬式事情について

・葬儀までの一般的な流れ、形式、費用、備え等

申込 2月28日（金）までに湯沢町社会福祉協議会へお申し込みください。



問 湯沢町社会福祉協議会
☎025-784-4111

魚沼サンティックスクール

受講生を次のとおり募集します。

受講料等詳細についてはお問い合わせください。

パソコン体験コース

コース名	実施期間	曜日	時間
ワード体験講座	4月5日	土	午前9時～11時50分

訓練コース（社員教育コース）【南魚沼市中小企業研修受講料補助金の対象コース】

コース名	実施期間	曜日	時間
新入社員教育	4月2日～4日（全3回）	水・木・金	午前9時～午後4時50分
第二種電気工事士（学科）	4月1日～5月23日（全28回）	月・火・木・金	午後6時30分～9時20分
測量実践	4月10日～8月18日（全30回）	月・木	午後6時30分～9時20分
		第二・第四土曜	午前9時～午後3時50分
ワード中高年コース（第一回）	4月15日～5月20日（全9回）	火・金	午後6時30分～9時20分
配管二級技能士	4月15日～9月19日（全41回）	火・金	午後6時30分～9時20分

技能講習・特別教育・安全衛生教育

コース名	実施期間	曜日	問い合わせ先
丸のこ等取扱作業従事者安全衛生教育	4月14日	月	株式会社東新重工亀田講習センター ☎025-381-7726
フルハーネス墜落制止用器具特別教育	4月11日	金	キャタピラー教習所株式会社 新潟教習センター ☎025-232-7611
玉掛け技能講習	4月16日～18日（3日）	水～金	

※事前申込をお願いいたします。申込者が少数の時は、開講できない場合があります。

※受講料や申込手続き等の詳細についてはお問い合わせまたは二次元コードからもご確認いただけます。



問 魚沼サンティックスクール
☎025-772-4554
FAX 025-778-1158

県立魚沼テクノスクール

問 県立魚沼テクノスクール ☎025-794-2410

新潟県立魚沼テクノスクール 電気施設科 令和7年4月入校生追加募集（追加選考）

対象	高等学校を卒業（卒業見込みの方含む）し、おおむね30歳以下の方	定員	15人
期間	令和7年4月8日（火）～令和8年3月11日（水）（1年間）	受講料	月9,900円 別途入校料、テキスト代、受験料等自己負担あり
会場	魚沼テクノスクール（魚沼市堀之内）	申込	ハローワーク 締め切り 3月21日（金）

新潟県立魚沼テクノスクール 建築施工科 令和7年4月入校生追加募集（追加選考）

対象	高等学校、または中学校を卒業（卒業見込みの方含む）し、おおむね30歳以下の方	定員	20人
期間	令和7年4月8日（火）～令和9年3月（2年間）	受講料	無料（ただし、テキスト代、資格受験料等自己負担あり）
会場	魚沼テクノスクール（魚沼市堀之内）	申込	ハローワーク 締め切り 3月21日（金）



相談

	場所	日時	申込	問い合わせ
町長喫茶室	湯沢町役場	3月25日(火) ①午前 9時～ 9時50分 ②午前10時～10時50分 ③午前11時～11時50分	18日(火)まで	企画観光課 企画係 ☎ 025-784-4850
行政相談	湯沢町役場 1階 町民相談室	3月12日(水) 午後1時30分～3時	不要	企画観光課 企画係 ☎ 025-784-4850
人権相談	堀之内「堀之内公民館」 (魚沼市堀之内 130)	3月2日(日)午後1時～4時 (受付:午後1時～3時)	不要	新潟地方法務局 南魚沼支局 ☎ 025-772-2164

無料法律相談会のお知らせ

商工会では弁護士による個別の法律相談会を開催します。(※秘密厳守) 相談は予約制です。湯沢町商工会までお気軽にお問い合わせください。

日時 3月26日(水)
午前10時～正午まで(1件30分程度)

場所 湯沢町商工会

問 湯沢町商工会 ☎ 025-784-2522

ごみ

	場所	日時	申込	問い合わせ
天ぷら油の回収	湯沢町役場(正面玄関)	3月10日(月) 午前8時30分～午後5時	不要	環境農林課 環境施設係 ☎ 025-788-0291 ごみ収集 カレンダーは こちらから➡ 
	湯沢町公民館(正面玄関)	14日(金) 午前9時～午後5時		
	湯沢町資源ごみストックヤード(中子)	毎週 火曜日 午前9時～午後4時		
粗大ごみ 収集日・予約締切日	収集日に直接お宅へ 収集に伺います。	3月6日(木)	3日(月)まで	
		3月21日(金)	18日(火)まで	

南魚沼市可燃ごみ処理施設の臨時休業のお知らせ

施設の定期点検作業により直接搬入ができませんのでご注意ください。

休業日 令和7年3月9日(日) **休業施設** 可燃ごみ処理施設

建設リサイクルについて ～形を変えてあなたのもとへ広げよう建設リサイクル～

建設事業では、発注者及び受注者が一体となって建設資材のリサイクルに積極的に取り組んでおります。公共工事に限らず、一般家屋の解体工事の際は、解体業者に適正な分別解体・リサイクルを確認するなど、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

問 北陸地方建設副産物対策連絡協議会 事務局(北陸地方整備局 企画部 技術管理課 基準第三係)
☎ 025-280-8880

北陸地方建設副産物対策連絡協議会ホームページ ➡ 

その他

	場所	日時	申込	問い合わせ
猫の譲渡会	イオン六日町店 1階 西口階段脇(南魚沼市)	3月16日(日) 午後1時30分～3時	不要	魚沼アニマルサポート笛木 ☎ 090-1533-4805

冬道の安全走行

以下の点に気をつけて、車の安全な走行を心がけましょう。

1 歩行者を守りましょう

・歩行者は、傘などで車が見えていないことや、車の接近する音が聞こえないことがあります。また、雪で横断歩道が見えにくいことや、雪壁で歩行者が見えないこともあります。横断歩道の近くや歩行者を発見したら、安全な間隔を保って走行しましょう。

2 車の雪を落としてから出発しましょう

・車に雪を乗せたまま走行すると、走行中にフロントガラスに雪が落ちることで、視界が遮られて危険です。また、道路に雪を落とすと、路面状況が悪くなり、事故や渋滞の原因になってしまいます。

3 視界を確保しましょう

・車外との温度差により、窓ガラスが曇りやすくなります。曇り止めスプレーの活用やエアコンを使い、視界を確保しましょう。

4 アクセルはソフトに踏みましょう

・オートマチック車は「クリープ現象」を利用してゆっくりと発進しましょう。
・急発進、急ハンドルは危険です。慎重な運転を心がけましょう。

5 急ブレーキは避けましょう

・ブレーキを一気に踏み込むとタイヤがロックされ、冬道ではスリップの原因になります。慎重なブレーキ操作を心がけましょう。

6 交差点の手前では、先々の状況を確認しましょう

・冬道では、車がスリップして止まれないことも考えられます。車間距離を保つとともに、早めの減速や合図を行い、周囲の車や歩行者の状況に気を配りましょう。

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（湯沢町大字湯沢 2877-1） …… ☎ 025-780-6543
- 魚沼基幹病院（南魚沼市浦佐 4132） …… ☎ 025-777-3200
- 南魚沼市民病院（南魚沼市六日町 2643-1） …… ☎ 025-788-1222
- 斎藤記念病院（南魚沼市欠ノ上 478-2） …… ☎ 025-773-5111

- ・電話での指示に従って受診してください。
- ・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「救急医療電話相談」 大人（おおむね15歳以上の方）を対象

☎ 025-284-7119（毎日午後6時～翌朝午前8時）

（ダイヤル回線・IP電話・PHSからの場合）または #7119（県内のプッシュ回線または携帯電話）
夜間での発熱・頭痛・腹痛・吐き気など急な病気やけが等に関する相談。

- 新潟県「小児救急医療電話相談」 15歳未満のお子さんを対象

☎ 025-288-2525（毎日午後6時～翌朝午前8時）

（ダイヤル回線・IP電話・PHSからの場合）または #8000（県内のプッシュ回線または携帯電話）
夜間に子どもの具合が悪くなったときに利用ください。

AI 救急相談アプリを活用ください

急な病気やけがの際に、家庭での対処方法や医療機関への受診が必要かどうか、チャット形式で相談できます。

詳しくは、新潟県ホームページをご覧ください。（LINEアプリへの友だち登録が必要です。）



Duzawa Gakuen News

湯沢学園 ニュース



小学校

1月10日 書初め大会

校内書初め大会が開催されました。3～6年生が、BGMとして「春の海」が流れる体育館で課題に真剣に向き合いました。子どもたちは、約1時間、おしゃべりもせず、字を書き続けました。

「書は人なり」ということわざがあります。習字は、その人の人格や性格が表れるという意味です。同じ字でも書き手によって、全然違います。個性あふれる素晴らしい作品がたくさん誕生しました。



1月16日～ アルペンスキー授業開始

湯沢小学校のアルペンスキー授業が始まりました。会場は、湯沢中里スノーリゾートです。16日は、中学年が滑りました。インストラクターさんや保護者ボランティアの皆さんから優しく丁寧に教えていただき、とても上手になりました。



全学年がアルペンスキーに取り組み、大会まである学校は県内ではめずらしいです。さすが湯沢！子どもたちは、大会に向けて、練習を積み重ねました。がんばれ！湯沢っ子！

湯沢っ子絆活動

1月中旬に実施された「絆活動」を紹介します。地区を越えて異なる地区の子どもたちも参加したようです。一年間、児童生徒会本部担当が、各地区の絆活動の実施内容を学園全体に伝え、参加を促してくれました。地区から実施状況の報告をいただきましたので掲載します。



駅通の「絆活動」どんど焼きの様子

石白地区（1月12日 / 鳥追い / どんど焼き）

石白地区町内会長さん からのご報告

- ・天候にも恵まれ、子どもたちも大変楽しそうでした。
参加児童 16名 / 生徒 16名

6年生女子の感想

- ・鳥追いをやってみて、チームに分かれて正月飾りを集めに回りました。集め終わった正月飾りをどんど焼きで燃やしました。すごい迫力でした。

駅通地区（1月14日 / 鳥追い / どんど焼き）

駅通地区町内会長さん からのご報告

- ・祠（ほこら）を作ったり、お札を燃やしてイカを焼いたりして楽しく過ごしていました。昔からの行事を子どもたちに引き継いでいければと感じました。
参加児童 2名 / 生徒 4名

6年生男子の感想

- ・毎年、駅通では「鳥追い」をしています。たくさんの地域の方が手伝ってくれるし、昔の話や、神様の話を聞くことができました。この伝統ある行事をもっともっと続けていきたいと思いました。

中学校 来年度 新児童生徒会役員 意気込み紹介

来年度の役員が11月の選挙により決定しました。1月号での新児童生徒会長の言葉に続いて、今号では新児童生徒会副会長の2名の意気込みと公約を紹介します。



「湯沢を繋ぐ ～学園から地域へ～」
児童生徒会 副会長 渡邊 虎哲さん

私は、この学園が湯沢町の誇りになれるように活動していきます。例えば小学生なら、保育園に行って園児の子どもたちに小学校のことを教えてあげたり、中学生なら、地域の人たちを学園に招待して、合唱コンクールで歌った曲を披露したりできたらと考えています。湯沢町に一つの学校だからこそ「湯沢の誇り」を目指して頑張ります。



「毎日が楽しく明るい学園 ～共に学ぶ小中一貫校～」
児童生徒会 副会長 南雲 堇礼さん

私は、小学生と中学生の壁をなくし、全校児童生徒が毎日を楽しむことができる明るい湯沢学園を目指します。そのために学園の良さを生かした交流を行いたいと思います。例えば、中学生が小学生に勉強を教える「勉強会」や、共に楽しめる「合同レク」などを行います。このような交流を行うことで、小中の関わりが増え、仲を深めることができ、学校生活がより楽しくなります。

令和7年 3月学園行事予定

小…小学校の行事
中…中学校の行事

3日(月) 地区子ども会 集団下校 小
第65回卒業証書授与式 中

21日(金) 3学期終業式
公立高校2次募集発表日 中

5日(水) 専門委員会
公立高校一般入試日 中
7・8年生学習の確認テスト 中

24日(月) 第78回卒業証書授与式 小
25日(火) 離任式 ※26日から変更 小
離任式 中

6日(木) あおぞら秋桜会リーダー研修会⑤ 中

7日(金) 卒業を祝う会※10日から変更 小

13日(木) 5限放課 小 7年生立志式 中
公立高校合格発表日 中

14日(金) 5限放課 小

18日(火) 5限放課 小

19日(水) 期末大清掃
公立高校2次募集入試日 中



方言と昔の暮らしを語る会

湯沢町歴史民俗資料館「雪国館」では平成29年(2017年)から「方言を語る会」を主催し、湯沢町および近隣地域の方言について語り合いました。方言は地域の文化や歴史を反映した貴重な言語資産です。この会は、湯沢の方言を保存し、次世代に伝える役割を担うものです。

今後は「方言」に限定せず、「昔の暮らし」についても語る会とし、名称も変更することといたしました。

毎月1回、雪国館で開催しており、どなたでもご参加いただけます。日時につきましては、雪国館までお問合せください。

問 湯沢町歴史民俗資料館「雪国館」 ☎ 025 - 784 - 3965 (午前9時~午後5時、水曜休館)

稲刈り時期、10月の会での会話

司 会 「今もハザカケ自体は全く見られないわけではありませんが、ハザキを使っているのはほとんど見られませんよね。」

ミヤコ 「昔は、ハッデ(=ハザのこと。両山方言)を作るために、家の周りに杉を植えたよね。」

サクロウ 「下(しも)の方(=下越地方)へ行くと、畦にハンノキを植えてた。あれは太らねえし、なるべく枝を出さねえように切って。」

モリオ 「おら方(=旧堀之内町)も、ハンノキを使った。まっすぐ伸びるし、早く伸びるすけ。」

ミヤコ 「家の方(=谷後)はハンノキじゃなくて、杉だったね。」

サクロウ 「山は杉だった。田んぼの中には杉の木が育たねえすけ、ハンノキだった。」

司 会 「ハンノキって、今でも見られますかね?」

モリオ 「今はハザを作らいらんすけ、ほとんど切ってる。」

ミヤコ 「昔は(刈り取った稲を)家に運んできて、それからハッデカケだった。」

タカコ 「(稲を架けるのは)投げ上げる力が要るから、力の無い子どもが上で受け取ったね。私も小さい頃、やった。」

司 会 「ハザで乾かしてから稲二オを作ったんですね。」

モリオ 「足踏み脱穀機の時代には、稲二オなんて使わなくなった。おらが子どもの頃(=約80年前)あったもに。二オにはネズミが入るんだが、生スギ(緑色の杉葉)を下に入れといた。」



昭和30年代の湯沢町で撮影

司 会 「ネズミは、生スギの匂いを嫌がるんですか?」

モリオ 「いや、チクチクして痛いんだが。」

ミワコ 「家の方(=南魚沼市)では稲二オはしなかった。乾いたらすぐ家の中で脱穀した。」

モリオ 「昔は雪が降るまで外ごったく(=外仕事)をしていたすけ、それまで稲ごったく(=脱穀)ができなかった。だすけ、正月が忙しくて、本当は一月が正月だけど、稲ごったくを片付けてから二月に正月をしたがだ。」

サクロウ 「それを二月正月と言った。今は聞かなくなったね。」

【大正月】(おおしょうがつ)

戦後暫くまでの旧正月時代は、今の二月一日から二月三日までの三日間。この後に七草正月(なのくさしょうがつ)、十一日正月、小正月、二十日正月、晦日正月が続く。一月は「新暦正月」と称して一日の朝だけ餅を食べた。(『両山の方言』より)

【ハザ】 稲束などを架けて天日乾燥させるため屋外に設置する構造物。

【二オ】 屋外で稲や柴木等の束を高く積んだもの。

四季を詠む

両山短歌会 二月詠草

大雪の予報はずれし快晴にサンングラス掛け店まで歩く
久しぶりの同年集うランチでは童心に戻り話はずきぬ

笛田加代子

降雪で籠る日多し雪止みてゲレンデ散歩す心地良きかな
送り来し母校のテープ聴きながら学びし日々や友をしのびぬ

剣持政子

どどどとと落つる雪音で予想する明日の除雪は二時間なるや
他人がみな幸せそうにみゆる日は啄木ならし薔薇一輪を

鈴木スミ子

真冬日の雪降り続きつかの間の晴れ間に浮かぶ白き大源太
月一度の高齢者集い楽しかりトランプ遊びに幼日重ね

高橋和枝

さやかなる朝日受けつつ願うなり果てなき空に澄みたる光
年明けて親しき仲間と宴なり笑いに満つる未来思いつ

坂井亮子

賑わいで銀座のような湯沢駅バス待つ人の傍に雪山
右腕の痛みで今も思い出す一月五日の冬の日のこと

高波大吾

ケアハウスゆざわ 短歌

「ほちゃへ行く」吹雪のなかを今朝もまた友の言葉にわれも温もる関
今ごろは漬け物自慢してゐるかな炬燵はさんでカリポリカリと

くみ

句会 紅山桜

初夢 当季雑詠

暮掃除やつと終りぬ換気扇

初夢やみたかみないかみたよつな 津

七草の粥をすすりて香りかく

初夢や浅きねむりにねほけ顔

音希

初観音鐘樓堂に列をなす

初夢は思わずワアツ宝くじ

葉子

初景色駒子の宿に音はなし

初夢や二十五歳に若返り

美玲

福寿草峽にも日向ありにけり

初夢やつつつのごとき夫の笑み

美奈子

ケアハウスゆざわ 俳句

降る雪や始発電車はゆつたりと
流れゆく夜汽車のあかり雪を染む 関 ムツ
初場所や力士の四股名みな読める くみ
元旦にはりきって言つ今年こそ
いつになくお屠蘇に酔ってほんのりと みちよ

もの作りひろば 参加者募集!

「パーパークラフトでランドセル」を作ろう

- 日時** 3月12日(水) 午後3時~4時30分
- 会場** 旧湯沢町教育課 事務室
- 対象** 小学生
- 参加費** 参加費 200円
- 申込** 前日までに地域交流センターへお電話ください。

問 地域交流センター ☎ 025-784-3033



特集

かわらばん

トピックス

情報

生活

学園

生涯学習・スポーツ

健康・医療

観光

スキー大会結果報告

第79回国民スポーツ大会冬季大会スキー競技会

新潟県スキー選手権大会の結果、^{はせがわ えみ}長谷川 絵美さん（松川・チームクラブ）が出場しました。

会場 秋田県鹿角市花輪スキー場

日程 2月14日

競技 大回転 成年女子 B

順位 5位入賞

2月7日には湯沢町役場にて激励式が行われ、田村町長から激励の言葉と激励金が贈られました。



表彰式にて長谷川選手

2025FIS アルペンスキー世界選手権大会

世界選手権大会は2年に一度開催される世界大会で、2月14日にオーストリアのザールバハで男子大回転競技が行われました。初出場の若月 ^{わかつき はやた}隼太選手（浅貝）は、トップから7秒24差の2本合計2分46秒95で35位と健闘しました。

来年のミラノ・コルティナ（イタリア）冬季オリンピックへの出場・活躍が期待されます。

昨年2月、役場を訪れた若月選手



役場庁舎に懸垂幕を設置し応援

24-25 アルペンスキーワールドカップに若月 隼太選手が出演しています

今季のアルペンスキーワールドカップは、昨年10月27日からセルデン（オーストリア）で始まり、3月27日のサンバレー（アメリカ）まで、世界各地で試合が行われています。

若月 隼太選手は、SNOW JAPAN 日本男子チーム4人の内の一人として大回転競技に出場しています。

若月選手の活躍を期待して、応援しましょう。



冬のユースポ！



特集

かわらばん

トピックス

情報

生活

学園

生涯学習
スポーツ

健康・医療

観光

ヨガ夜クラス体験教室

ヨガで1日をリセット、心地よい眠りへ

1回500円で参加できる体験教室です！

日 2月20日、27日、3月6日、13日、27日（各木曜日）
午後7時30分～8時30分

場 湯沢カルチャーセンター **費** 1回500円 **対** 中学生以上

服・持 運動のできる服装、タオル、飲み物、ヨガマット

申 氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください。

おためし健康水泳教室

初心者～ベテランまで、泳ぎを楽しみませんか？

趣味、学び直し、健康目的なんでもOK♪

日 2月25日、3月11日（各火曜日）
午後2時35分～3時35分

場 湯沢町健康増進施設温水プール
（長さ14m、幅4.5m、深さ1.1m）

費 1回500円

服・持 水着、ゴーグル、スイミングキャップ、タオル、飲み物

対 16歳以上

申 氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください。

※料金は当日集めます。

鬼トレ

HIIT などを取り入れた、簡単なトレーニング教室です♪

お子様を連れての参加もOK！

日 3月7日、21日、28日（各金曜日）
午後7時30分～8時30分

場 湯沢カルチャーセンター **費** 1回500円 **対** 中学生以上

服・持 運動のできる服装、内履き、タオル、飲み物

申 氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください。

貯筋運動

筋肉を使って貯筋！貯筋！

お金は使えば減りますが、筋肉は使うと増えます！貯筋通帳に記帳することでやる気アップ！

日 2月27日、3月6日、13日、27日、4月3日（各木曜日）
午前10時15分～11時

場 湯沢カルチャーセンター

費 1,500円（全5回）、1回ずつ参加 500円
※初めてのの方は別途貯筋通帳 250円

服・持 動きやすい服装、内履き、飲み物、タオル、筆記用具、貯筋通帳（既にお持ちの方）

申 氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください。

申込締切 各回開催日の前日まで

※料金は初回参加時にお支払いください。

ラブナスキーツアー

雪山の絶景、雪原のゴナ

SAJ 公認指導員によるワンポイントレッスン付き！

日 3月14日（金）

午前8時30分 湯沢カルチャーセンター集合

場 かぐらスキー場 **服・持** スキーのできる装備、服装

費 会員 300円、非会員 600円 ※料金は当日集めます。
※リフト券、昼食代は実費

対 スキー初～中級以上の方（ハの字でスイスイ曲がれる方）

定員 15名

申 氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください。

最少催行人数 5名 **申込締切** 3月7日（金）

2025年度ユースポ！会員募集のお知らせ

新年度の会員登録は3月3日からスタート！

2025年度のパンフレットが本日2月23日（日）
に新聞折り込みされています！

申込

各種教室に参加をご希望の方は、ユースポ！へお電話、メール、公式LINE、またはInstagramDMにてお申込みください。



〒949-6102
湯沢町神立 628-1
（湯沢カルチャーセンター内）

- ☎ 025 - 785 - 2123
- FAX 025 - 785 - 6911
- メール info@youspo.net
（受付時間 平日正午～午後6時30分）

ホームページ



LINE



Instagram



YUZAWA_YOUSPO

南魚沼市少年少女合唱団 令和7年度新団員募集

～ 歌うことの楽しさやハーモニーの素晴らしさを体感してみませんか ～

内容 歌の大好きな仲間と歌って踊って、楽しいコンサートにたくさん出演します。歌の基礎基本（発声・発音・呼吸法など）を丁寧に学びます。

指導者 古川 圭子先生、鈴木 規子先生、種村 啓子先生、井口 明美先生、大津 敦子先生、松田 千絵里先生

日時 **練習日** 原則土曜 月3回程度
午前9時30分～11時30分
練習開始日 4月12日(土) 午前10時～

会場 南魚沼市民会館 リハーサル室、または、中央公民館 実習室（市民会館内）

対象 南魚沼市・魚沼市・湯沢町の小学3年生～中学3年生 ※令和7年度の学年
小学校低学年、高校生の入団については相談に応じます。

費用 **団費年額** 10,000円（4月12日に集金）
申込 下記二次元コードからお申し込みください。
締め切り 3月24日（月）

※申込締切日は練習開始日までの一時的な締め切りです。年度途中からでも入団可能です。練習の見学においでください。



春をよぶミニコンサート（見学会）

日時 3月22日（土）
時間 午前10時30分～11時30分

対象 現団員のご家族、入団希望のお子さんご家族のほか、どなたでも入場可能です。

会場 南魚沼市民会館 多目的ホール
費用 入場無料

問 南南魚沼市教育委員会 社会教育課 生涯学習係
☎ 025 - 773 - 6610

自家製味噌作り参加者募集

体験工房「大源太」では、魚沼地域ならではの食文化の保存と伝承を目的に、4月の中旬に「自家製味噌」仕込みを行います。

原料は、県内産の「里のほほえみ」と体験工房「大源太」で仕込んだ自家製米麴を使用し、防腐剤や化学調味料等は一切使用しない、美味くて安心な昔ながらの味噌作りを行います。

気の合ったグループやお子様と一緒に、味噌作りを通して魚沼地域の食文化を体験してください。
申し込み方法は、以下のとおりです。

申込締切 3月21日（金）
実施場所 旭原 体験工房「大源太」味噌作り工場
実施日 4月中旬（日程の調整を行いご連絡します。）
料金 13,970円（出来味噌約20kg・米麴買い取りの場合）税込
8,800円（出来味噌約20kg・麴用の米持込の場合）税込

※出来味噌20kgは、大豆5kg・天日塩2.5kg・米5kgの材料を蒸し麴にすることによりおおむね20kgの重さになります。

※1回で最大60kgの大豆（出来味噌約240kg）を仕込むことが出来ますので、1つのグループで240kgまで仕込むことも出来ます。

※麴用の米（くず米等は不可）込みの方は、申し込み時に必ず持ち込み量を確認して体験工房までご持参ください。

※詳細は、電話でお問い合わせください。



問 体験工房大源太
☎ 025 - 787 - 1121
FAX 025 - 787 - 1122

機構発 湯沢DMO情報室

特集

ゆざわナイトマルシェ キッチンカーや飲食テントなどを楽しめます。

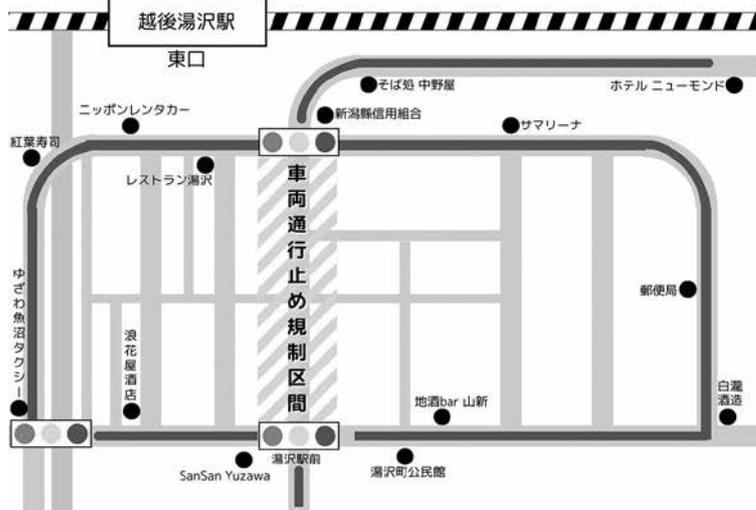
かわらばん

- 開催日** 2月28日(金)、3月1日(土)
※3月1日は湯沢高原スキー場で「たいまつ滑降」、「湯沢冬花火」も開催されます。
- 時間** 午後4時～8時(いずれの日も共通)
- 会場** 越後湯沢駅 東口アーケード街

トピックス

ナイトマルシェ開催に伴う 車両通行止

- 区間** 菊新前～旧ナカシン文具横交差点
 - 日時** 開催日共通 午後2時～10時
- ※冬季はスキー場や宿泊施設のシャトルバスが運行されており、周辺道路が混雑いたします。会場周辺の路上駐車は、これら運行の妨げとなります。駐車の際は、越後湯沢駅駐車場もしくは、町営滝沢駐車場をご利用ください。



情報

生活

湯沢冬花火2025

町内各ゲレンデで、それぞれテーマを設けた演出による創作花火が打ち上げられます。
冬の澄んだ夜空を彩る冬花火をお楽しみください。
積雪状況や天候等で変更となる場合がございます。打上げ時間等の詳細は各スキー場へお問い合わせください。

3月1日(土)	湯沢高原スキー場
3月8日(土)	かぐらスキー場(田代ステーション)
3月22日(土)	一本杉スノーパーク
	苗場スキー場

学園

生涯学習・スポーツ

苗場よるバス(越後湯沢駅→三俣・二居・苗場方面) 夜間増便運行

- 開催日** 2月28日(金)・3月1日(土)・8日(土)
 - 運行時間** 越後湯沢駅発 午後8時30分
 - 運行区間** 越後湯沢駅 — (三俣・二居・苗場・浅貝経由) — 西武クリスタル
- ※悪天候の場合は運行を休止する場合があります。また、運行ダイヤが大幅に乱れる場合があります。
※今シーズンの最終運行日は3月8日となります。3月9日以降の運行はございませんので、ご注意ください。

健康・医療

問 南越後観光バス株式会社 湯沢営業所 ☎ 025 - 784 - 3321

観光

問い合わせ先

湯沢 DMO (湯沢町観光まちづくり機構)

☎ 025 - 785 - 5505 FAX 025 - 785 - 5333 ✉ info@e-yuzawa.gr.jp





3月の保健・福祉行事



保健衛生行事

種 目	対 象	日	受付時間	会 場
行事なし				

乳幼児の保健衛生行事

種 目	対 象	日	時 間	会 場
母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	毎週火曜日	16:00～17:00	総合福祉センター
4か月児健診	令和6年10月～11月生まれ	13日(木)	13:00 集合	総合福祉センター
10か月児健診	令和6年4月～5月生まれ			
プレママ教室	妊婦さん	25日(火)	9:30 集合	総合子育て支援センター
ベビーマッサージ 2か月児発育測定	令和7年1月生まれ		10:30 集合	

〇予約受付時間 月曜～金曜（祝日を除く）… 14:00～16:00

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

* 予防接種を受ける際のお願い

- ・問診票は自宅でご記入しましょう。
- ・受付時間には余裕を持ってお越しください。
- ・ロタウイルスワクチンは飲み薬ですので、授乳後すぐの接種は避けましょう。接種当日の授乳時間の調節をお願いします。

障がい者地域生活支援事業

事業名	実施主体	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 ☎ 025 - 784 - 4111	4日 ひな祭り お茶会	11日*	18日*	25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 ☎ 025 - 770 - 1331	6日 ヘルス チェック	13日 調理実習	20日 春分の日	27日*	

*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。

*いずれも参加費50円と主食（ご飯など）が必要です。調理実習や行事の日は予約が必要です。担当までお問い合わせください。

上記に関するお問い合わせは 保健センター（総合福祉センター内）☎ 025 - 784 - 3149 まで。

3月1日から 湯沢町保健医療センター外来担当医予定表

特集

かわらばん

トピックス

情報

生活

学園

生涯学習
スポーツ

健康・医療

観光

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
整形外科	午前	高田	宮崎	—	高田	阿部	8日・29日 高田
	午後	高田	宮崎 (3:00~4:30)		高田	阿部	
総合診療科 内科系 予約	午前	井上(陽) 24日休診	浅井	嶋村	浅井	須藤 21日休診	—
	午後	井上(陽) 24日休診	井上(知)		須藤	浅井 21日休診	
総合診療科 内科系 予約	午前	西谷	佐々木	井上(陽) 12日休診	森本 27日休診	西谷	—
	午後	—	井上(陽) 11日休診		—	—	
総合診療科 内科系 予約なし	午前	井上(知) 31日担当医師	森本 25日担当医師	森本 5日・26日担当医師	井上(知)	嶋村 14日担当医師	担当医師
	午後	—	—		—	—	
総合診療科 内科系 予約なし	午前	須藤	井上(陽)	浅井	井上(陽)	森本 7日・28日担当医師	担当医師
	午後	浅井	嶋村		嶋村	井上(知)	
眼科	午前	菅原 (10:15まで)	—	—	馬場 (10:15まで)	—	22日担当医師 (10:15まで)
	午後	菅原 (再診予約診察のみ)	—		馬場 (再診予約診察のみ)	—	
小児科	午前	担当医師	—	担当医師	13日 中島	—	—
	午後	—	—		13日 中島 (2:30~4:30)	—	
歯科 完全予約制	午前	笠原	笠原	笠原 5日・19日担当医師 口腔外科担当医師 5日・19日のみ	笠原	笠原 21日休診	笠原 15日・22日休診
	午後	笠原 31日休診	笠原	笠原 5日・19日担当医師 26日休診 口腔外科担当医師 5日・19日のみ	笠原 6日・13日・27日 休診	笠原 21日・28日休診	

水曜日の午後(歯科以外)、土曜日の午後、日曜日・祝日は休診です。救急の患者様には担当医師が対応いたします。受診を希望される場合はまずお電話でご相談ください。

湯沢町保健医療センターからのお願い

かぜ症状での受診の方も通常の受付となりますので、受付時間内に窓口へお越しください。受付にて受診方法をご案内いたします。また、入館されるすべての方の体温測定とマスクの着用は引き続きお願いいたします。一般病棟、介護医療院の面会は、感染症流行により当面の間、制限させていただいております。

総合診療科：森本梨加医師、井上知紀医師の診察は3月で終了となります。

眼科：コンタクト・めがねの処方せんには対応しておりませんのでご了承ください。

歯科：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)で問い合わせ、ご予約してください。

受付 午前 8:30~11:30 ※眼科は10:15までです。
午後 1:30~4:30 ※月・木曜日の眼科は予約の患者様のみです。

診察 午前 9:00~
午後 2:00~ ※火曜日の整形外科は3:00からです。
※木曜日の小児科は2:30からです。

その他 「予約」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。
睡眠外来、白内障手術を行っておりますのでお問い合わせください。往診、訪問診療、健康診断も適宜行っています。

問 湯沢町保健医療センター
☎ 186-025-780-6543
☎ 025-780-6544 (歯科)



☆ 心やさしきお嬢様 ☆

※1月31日までの届け出分
 ※掲載は、湯沢町に住民登録のある方が対象です。広報に掲載してほしくない場合は、届け出の際に申し出てくださる。

- 1月 1日 劔持 喜久子さん (堰場 93歳)
- 1月 7日 朴 エミ子さん (堰場 83歳)
- 1月 10日 藤木 恵代さん (堰場 93歳)
- 1月 12日 笛田 君代さん (戸沢 96歳)
- 1月 13日 南雲 之祐さん (田中 69歳)
- 1月 16日 富澤 博文さん (二居 70歳)
- 1月 24日 南雲 重次さん (石白 94歳)
- 1月 27日 樋口 サダ子さん (堰場 98歳)
- 1月 27日 須藤 昭子さん (堰場 83歳)

ご逝去お悔やみ申し上げます

- 1月 12日 牛木 楓真さん (中子、昭彦さん・由美さん)
- 1月 19日 劔持 桜都さん (中子、光毅さん・瑠海さん)

お誕生おめでとございます

2月のお誕生日

2月に4歳を迎えるおともだち♡
 たくさん遊んで、たくさんたべておおきくなってね ^^♪

高野 湊楽さん

南雲 道心さん

南雲 悠史さん

南雲 陽さん

「ゆざわ たばこマナー」を守りましょう

路上等での喫煙およびポイ捨てに対するマナーを徹底し、健康で安全・快適な環境を守り、「人にやさしい観光の町・湯沢」を目指しましょう。
 たばこを吸う人、吸わない人がお互いに理解し合い、一人ひとりがルールを守り、人や環境にやさしい心配りをしましょう。

No Smoking or Littering in the Street
禁煙区画・道路等喫煙禁止区画・ポイ捨て禁止区画