



おしらせ 町から
ゆざわたばこマナー
守っていますか？

平成25年10月に、湯沢町観光協会・湯沢町商工会・湯沢町の三者により『ゆざわたばこマナー』を創設しました。

吸わない人への思いやり
路上等での喫煙はやめましょう
たばこのポイ捨てはやめましょう

吸い殻のポイ捨てや歩きタバコを見かけるたびに、喫煙者への偏見は強くなります。たばこを吸われる方は、最低限のマナーを守り、見られている自覚を持ちましょう。

問 湯沢町環境農林課

☎788・0291

湯沢町観光協会

☎785・5505

湯沢町商工会

☎784・2522

おしらせ 町から
フン害の苦情が
寄せられています

道路、玄関先、公園、田畑などに犬のフンがあり、苦情が数多く寄せられています。犬の散歩には、お散歩セット(ティッシュ、ビニール袋、水など)を持ち歩くのが常識です。快適で美しいまちづくりができるようご協力ください。

問 環境農林課環境係

☎788・0291

おしらせ 町から
秋季消防演習の
お知らせ

日 9月13日(日) 午後1時～午後5時

場 演習 旧湯沢小学校グラウンド
放水訓練 旧湯沢小学校

当日は、団員召集及び放水訓練のため、サイレンが吹鳴らされます。火災と間違えのないようご注意ください。

サイレン吹鳴時間

午前8時(湯沢町全域)

午後3時30分(ロープウェイ)

放水訓練時間

午後3時30分～午後4時30分

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

問 総務管理課 防災管財係

☎784・3451

**住民検診を受診
されていない方へ**

問 健康増進課

☎784・4560

▽巡回検診

日 程：9月8日(火)

会 場：湯沢町総合福祉センター
(湯沢病院隣り)

受付時間：午前8時～午前10時

今年度、最後の巡回検診です！

▽施設検診

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

実施日：平成28年1月までの(火)・(水)

場 所：健康増進施設

予約電話番号：☎785・5005

予約電話受付時間

・平日午前9時～午後4時

★検診内容

： 特定健診 基本健診

： 結核検診 肝炎ウイルス検診

： がん検診(肺・胃・大腸・前立腺)

★持参するもの

： 保険証 検診料金 通知書

： 各種検診の個人記録票及び質問票等

湯沢町敬老会

多年にわたり社会に尽くしてこられた高齢者の皆様を敬愛し、長寿をお祝いする会です。

対象者……湯沢町の住民で、

平成28年3月31日現在の年齢が満75歳以上の方

日時……9月4日(金) 午前11時～午後1時30分
会場……湯沢カルチャーセンター

お問い合わせ先

湯沢町福祉介護課
湯沢町社会福祉協議会
☎784・4560
☎784・4111



募
集 他^{団体}
「マイナンバー制度」
セミナーについて

今年10月より国民1人に1つの個人番号が付与されます。マイナンバーの本格的運用を前に、マイナンバーが会社の日常の運営にどうかかわり、そして実務面でどのような影響が出てくるのか、最新情報を取り入れながら具体的な対応策を解説していきます。

お
し 他^{団体}
猫の譲渡会

9月20日⑩ 午前10時～正午
イオン六日町店
不妊・去勢手術の実施と完全室内飼いが条件で、基本健康診断費用等がかかります。引き渡しは後日ご自宅になります。

日 9月4日⑤ 午後2時～午後4時
湯沢町商工会
費 無料

申・問 湯沢町商工会
☎784・2522

問 魚沼アニマルサポート 笹木
☎090・1533・4805

お
し 県から
9月9日は
「救急の日」

9月9日は「救急の日」

診療所・病院を上手に利用しましょう。

上手な診療所・病院の利用のポイント

何でも相談できる、かかりつけ医「

(ホームドクター)を持ちましょう。

▽まずは、かかりつけ医に相談し、適切な医療機関を受診しましょう。他の診療科や総合病院での受診が必要であれば、かかりつけ医に紹介してもらえます。

できるだけ昼間に受診しましょう

▽昼間の診療時間内には、医師だけでなく看護師、検査技師、薬剤師など多くの医療スタッフが揃っているため、検査、投薬などもスムーズに受けられます。

9月6日～12日は「救急医療週間」

応急手当の知識や技術を身につけ、突如の事故からあなたの大切な人の命を救いましょう。AED(自動体外式除細動器)は、電気ショックを与えて、心臓の動きを素早く正確なリズムに戻すことにより命を救う医療器具です。

AEDの取扱いについては、日本赤十字社新潟県支部や各消防署で講習会を実施していますので、この機会に是非ご参加ください。

問 新潟県 医務薬事課

☎025・280・5183

お
し 県から
八色園創立40周年
記念講演会

10月3日⑧

午後1時30分～午後4時

場 コミュニティホールさわらび

内容及び講師

第1部記念講演

「あなたは、どんな老い方。」

死に方をしたいですか

前ゆきぐに大和病院長・八色園顧問

齋藤 芳雄 氏

第2部記念講演

「虐待から見えてくるサービスの質

「拘束虐待ゼロ作戦」

厚生労働省身体抑制ゼロ推進会議委員

鳥海 房枝 氏

第3部 質疑応答対談)

「福祉・医療・介護のプロ2人の先達に様々な疑問や今後の少子高齢社会の乗り切り方を聞いてみよう」

齋藤 芳雄 氏 鳥海 房枝 氏

費 無料

申 不要

対 定員300名

問 特別養護老人ホーム八色園

☎777・3811

**おし
らせ** 町から
**寝具クリーニング
援助事業**

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

対象者

- ・概ね65歳以上で、3か月以上寝たきりの方
- ・要介護度3以上の方
- ・中程度以上の認知症と認められる方
- ・73歳以上の単身高齢者・世帯が別でも、同じ棟に家族が住んでいる場合は対象外)
- ・その他町長が特に必要と認める方
- ・ただし、次の条件に該当する場合は対象外となります。
 - ・生活保護を受給されている方
 - ・町民税が課税されている方
 - ・親族等からこの事業と同等の援助を受けることができる方
 - ・税法上の扶養親族となっている方

助成内容

対象者が日常的に使用している寝具のクリーニング費用が無料になります。ただし、合計金額が7,000円を超えるときは、その超える金額は利用者負担となりますのでご了承ください。

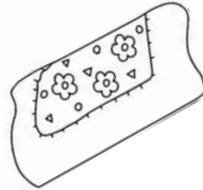
枕、長座布団、マットレス、こたつ布団類は対象になりません。

利用方法

健康福祉部または社会福祉協議会に備えてある「申請書」を9月18日(金)までに受付窓口へ提出して下さい。事業の利用が認められた方には、後日認定通知書を発送します。次の日程で担当のクリーニング店が寝具の回収・返却に伺います。回収の際に、あらかじめご注文の品の詳しい品目を確認し、「ご利用金額を確定」します。

寝具の回収日▼10月8日(土)
寝具の返却日▼10月15日(土)

寝具をお預かりしている間、代わりの寝具の貸与等を行いません。回収に伺った際に不在の場合は、キャンセル扱いとします。ご了承ください。



問い合わせ・受付窓口

- 湯沢町総合福祉センター内
- 健康福祉部福祉介護課
☎784・4560
- 湯沢町社会福祉協議会
☎784・4111
- または、地区担当民生委員へご相談ください。

**使用済み天ぷら油の回収への
ご協力ありがとうございます**

回収する油は植物系の天ぷら油のみです！(菜種油、大豆油、ごま油、コーン油、サラダ油など)
7月の使用済み天ぷら油の回収では、250リットルの油を回収することができました。これからも資源のリサイクルのため、使用済み天ぷら油は捨てずに回収場所に出しましょう。

**9月の使用済み
天ぷら油の回収は**

9月14日(月)～18日(金)

午前8時30分～午後5時

役場・公民館の正面玄関で行います。水、天かす等の異物は取り除いてください。必ず油の入っていた容器に入れて出してください。(缶入り製品のみペットボトル可) 容器のフタはしっかりと締めてください。設置されている回収ボックスの中に、容器を立てて入れてください。一般用家庭から排出される油が対象です。賞味期限の切れた油も回収します。

	平成 26	平成 27
4 月	230 ^{リットル}	250 ^{リットル}
5 月	80 ^{リットル}	250 ^{リットル}
6 月	180 ^{リットル}	300 ^{リットル}
7 月	150 ^{リットル}	250 ^{リットル}
8 月	95 ^{リットル}	
9 月	200 ^{リットル}	
10月	85 ^{リットル}	
11月	90 ^{リットル}	
12月	55 ^{リットル}	
1 月	100 ^{リットル}	
2 月	200 ^{リットル}	
3 月	200 ^{リットル}	
合 計	1,665 ^{リットル}	1,050 ^{リットル}

問 環境農林課

☎788・0291

まちのうごき



7月届出分	7月31日現在 (前年比)
出生 9	男 4,108 (-42)
死亡 11	女 4,077 (-41)
転入 29	計 8,185 (-83)
転出 25	世帯 3,543 (+7)

湯沢町の交通事故発生状況

	平成 27	平成 26	増減
発生件数	12件	26件	-14件
死亡者数	0人	1人	-1人
負傷者数	24人	46人	-22人



(1月1日～7月31日)

おしらせ 国民年金についての
お知らせ

国民年金保険料 10年の後納制度は9月30日まで

「10年の後納制度」は、過去10年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することができるとの仕組みです。本来、国民年金保険料は2年を経過すると時効により納付することができません。この制度を利用すれば、将来の年金額を増やすことができます。

「10年の後納制度」は、平成27年9月30日をもって終了します。終了後、平成27年10月1日から3年間に限り、過去5年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することができ、5年の後納制度が始まりますが、10年の後納制度よりも納付できる期間が短く、保険料の加算額が高くなります。

なお、老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。後納制度を利用するには、申し込みが必要です。

国民年金保険料専用ダイヤル

0570・011・050

六日町年金事務所

716・0800

おしらせ 高齢者・障害者の人権
あんしん相談強化週間

新潟地方法務局及び新潟県人権擁護委員連合会では、9月7日(月)から13日(日)までを「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間として、法務局職員または人権擁護委員が高齢者・障害者の人権問題に関する電話相談を受け付けます。次のとおり、土曜日・日曜日も相談に応じますので、ご利用ください。

9月7日(月)～11日(金)

午前8時30分～午後7時

9月12日(土)・13日(日)
午前10時～午後5時

高齢者や障害者をめぐる様々な人権に関する事

電話番号

0570・003・110

新潟地方法務局南魚沼支局
772・3742

おしらせ 子どもの人権相談日

新潟県人権擁護連合会では、9月12日(土)、13日(日)の2日間を、全県子どもの人権相談日として、人権擁護委員が子どもの人権に関する電話相談を次のとおり受け付けますので、ご利用ください。

9月12日(土)・13日(日)

午前10時～午後5時

いじめ・体罰・虐待など広く子どもの人権に関する事

電話番号

0120・007・110

新潟地方法務局南魚沼支局
772・3742

おしらせ 人権なんでも相談所
開設

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

内容

家庭内(夫婦・親子・離婚・相続等)、親族間、近隣間のもめごと、悩みごとなど毎日の暮らしの中で起こる様々な問題
いじめ、体罰、女性差別、外国人差別などのあらゆる差別問題

9月2日(水)
午後1時～午後4時
働く婦人の家
(南魚沼市浦佐571・1)

9月6日(日)
午後1時～午後4時
守門庁舎内 守門会館
(魚沼市須原1237・1)

9月8日(火)
午後1時～午後4時
湯沢町公民館
(湯沢町大字湯沢2822)

〈最寄りの人権擁護委員〉

神立 駒形虎次郎

三俣 関 繁

湯沢 樋口 豊子

土樽 高橋 静江

78819118
78412167
78713522

新潟地方法務局南魚沼支局
772・3742

人権イメージキャラクター



A-KENあまの君

A-KENあまのちゃん

おしらせ 県から
9月は新潟県高齢者見守り強化月間です

県では、一人暮らし高齢者や認知症高齢者が増加する中、高齢者を県民総ぐるみで見守り、支え合う地域づくりに向けた取組を行っており、特に、毎年9月及び2月を、新潟県高齢者見守り強化月間」と定め、各種広報啓発活動等を行っています。

県民の皆様へ

身近なところで、できることから協力をお願いしています。

「あいさつ」…近所で声を掛け合いましょう。

「気づき」…高齢者の方をさりげなく思いやってみよう。

「助け合い」…お互いさまの心で、地域で助け合いましょう。

地域見守り・支え合い講演会

孤立死の現場を数多く経験する講師からの講演や事例発表を行います。

日 9月17日(水) 午後1時～4時
場 新潟県自治会館講堂

問 新潟県高齢福祉保健課在宅福祉係
 ☎025・280・5192

おしらせ 町から
9月の一般開放日

湯沢学園図書室の9月の一般開放をお知らせします。

開放日

9月5日、6日、12日、13日、19日、20日、21日、22日、23日、26日、27日

開放時間

午前10時から午後4時

蔵書数

児童生徒用図書(一般閲覧可、一般貸出不可) 約19,000冊
 一般用図書(一般閲覧・貸出可) 約1,000冊

児童生徒はともに閲覧・貸出可

・図書貸出については公民館図書室と共通の図書利用者カードが必要です。(事前に公民館へ申込みください。)
 ・貸出検索システムを導入し、学園図書館、公民館図書室の蔵書検索ができます。
 ・地域交流棟地域交流センター玄関をご利用ください。

問 湯沢町公民館
 ☎784・2460

おしらせ 町から
ふれあいコンサート 開催

ふれあいコンサートは湯沢で音楽活動を行う人たちが企画する、手づくりのコンサートです。ハーモニカや三味線、コーラスなど、色々な音楽を楽しむことが出来ますので、是非お越しください。

日 10月4日(日) 開演 午後1時30分

場 湯沢町公民館 ホール

出演団体等 ゆざわコカリナクラブ、チェリー会、津軽三味線一文会、南雲充司、Hide&Yoshi、湯沢ハーモニカクラブ

費 無料

問 ふれあいコンサート実行委員会事務局 (湯沢町公民館)

☎784・2460

イベント 添名金毘羅祭

添名金毘羅祭を今年も行います。

日 9月5日(土) 午後6時～

場 雨天決行です。 雨決行です。 セーラインふじや 駐車場

内 夜店・カラオケ・踊り(豊年満作・家内安全)



おしらせ 町から
湯沢消防署 ふれあい広場

毎年この時期に開催している、湯沢消防署ふれあい広場を今年も開催いたします。当日は消防車や救急車の展示、子供レスキュー体験など楽しいイベントをたくさん用意しております。

この機会にぜひ湯沢消防署に遊びに来てください!!

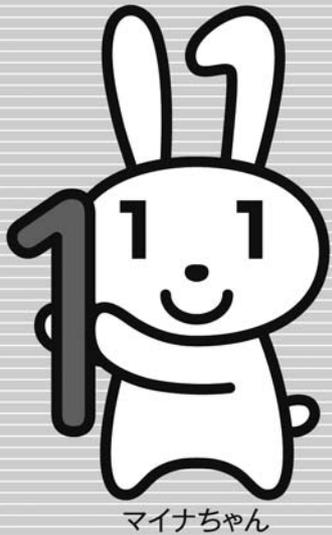
日 9月12日(土)

午前9時～午前11時30分
場 湯沢消防署 (湯沢町大字神立2586・1)

イベント内容

車両展示、写真コーナー
 子どもレスキュー 放水体験
 ミニ消防車体験 ゴム風船
 はしご車搭乗体験 水ヨーヨー
 むりえ かき氷





マイナちゃん

平成27年10月5日

マイナンバー制度スタート

今年10月以降、住民票の住所地に
あなたの「マイナンバー」をお知らせします※

※住民票の住所地にご自身のマイナンバーが
記載された「通知カード」が送付されます。

やむを得ない理由により住民票の住所地で
受け取ることが出来ない方※は居所情報登録申請書を

9月25日までに

住民票のある住所地の市区町村に持参又は郵送してください

登録は
お早めに

居所情報登録の申請方法

「通知カードの送付先に係る居所情報
登録申請書」を入手し、氏名、居所、
やむを得ない理由などの情報を記入
してください。

申請書は、市区町村、総務省ホームページ
(http://www.soumu.go.jp/kojinbango_card/)、
相談機関等(配偶者暴力相談支援センター、警
察署、法テラスなど)で入手又はダウンロード
頂けます。

STEP1

氏名、住民票の住所、連絡先などを記入

STEP2

やむを得ない理由などの情報を記入

<提出書類>

申請書

<添付書類>

- 申請者の本人確認書類
(運転免許証など)
- 居所に居住していることを証する書類
(公共料金の領収書など)
- 代理人の代理権を証明する書類
(委任状など)〔代理人申請の場合〕
- 代理人の本人確認書類
(運転免許証など)〔代理人申請の場合〕

Point

※申請が必要な方

東日本大震災による被災者で
住所地以外の居所に避難されている方



DV、ストーカー行為等、児童虐待等の被害者で
住所地以外の居所に移動されている方



一人暮らしで、長期間、医療機関・施設に
入院・入所されている方



ご申請いただいても申請の理由によっては、認められない場合もあります。

申請書は、市区町村、総務省ホームページ
(http://www.soumu.go.jp/kojinbango_card/)
などで入手又はダウンロード頂けます。

マイナンバーのお問合せは、
コールセンター[全国共通ナビダイヤル] **0570-20-0178**
もしくは、住民票の住所地の市区町村にお問合せください。

マイナンバー

9:30~17:30
土日祝日
(年末年始を除く)

留意事項

住民票の住所地と異なる場所(居所)にお住まいの方は、居所に生活の本拠がある場合にはそこに住民票を異動していただくことが基本です。番号利用法の施行日(本年10月5日)前に現在お住まいの場所(居所)の市区町村に転入をしていただければ、そこに通知カードが送付されるようになりますので、ご検討をお願いします。

なお、DV等被害者の方は、転入した市区町村に対して「DV等支援措置」を申し出てください。申出により「DV等支援対象者」となった場合には、ご自身の転入先の新しい住所について、加害者が「住民基本台帳の一部の写しの閲覧」、「住民票の写し等の交付」及び「戸籍の附票の写しの交付」の請求によって知ろうとしても、これらの請求を制限する措置が講じられます。

申・問 町民課 ☎ 784 - 3453

2015 国勢調査のお知らせ



国勢調査 2015

平成 27 年 10 月 1 日

問 企画政策課 ☎ 784 - 3454

調査の対象は？

調査対象は、平成 27 年 10 月 1 日現在、日本国内に住んでいるすべての人が対象です。生まれたばかりの赤ちゃんはもちろん、3 か月以上日本に住んでいる(住むことになっている)外国人の方も対象です。

どんなことを調査するの？

調査事項は次のとおりです。

【世帯員に関する事項】

性別、出生年月、就業状態など 15 事項

【世帯に関する事項】

世帯員の数、住居の種類など 4 事項

調査票記入は正確に！

調査票に記入漏れがあると・・・

- ・結果の精度が低くなり、過去の調査との変化を正しく読み取れなくなります。
- ・将来の予測にブレが生じ、各政策の立案に支障をきたします。
- ・国勢調査を基にする国や都道府県、市区町村の施策に公平性や効率性が失われてしまいます。

「統計法」という法律に基づき実施します

「統計法」(国の統計に関する基本的な法律)では、総務大臣が 5 年ごとに実施しなければならないと定めているほか、調査対象者に対し、調査票に記入して提出する義務(報告義務)を定めています。

調査票の記入内容は厳重に保護されます

統計法では、調査対象者が安心して調査票に記入いただけるよう、調査員を始めとする調査関係者に対して調査票の記入内容を厳重に保護することを定めています。

調査にはどうやって答えるの？

国勢調査員が 9 月上旬に皆さんのお宅へ調査票の配布に伺います。今回の国勢調査では、調査票の配布に先行して調査員が各世帯を訪問し「インターネット回答の利用案内」を配布し、一定期間、インターネット回答を受け付けます。その後、インターネット回答のなかった世帯のみ調査票を配布・回収する方法で行われます。調査票は主にマークシート式になっています。該当する調査項目について記入もれがないようにご回答ください。10 月 1 日以降に調査員が改めてお伺いしますので、その際に調査票を調査員にお渡しください。

お留守の場合は「連絡メモ」によりご都合の良い日時や連絡方法をおたずねしますので、調査員や企画政策課までご連絡ください。なお、郵送用封筒を用いて湯沢町へ直接郵送することも可能です。

調査員は写真付きの調査員証を身につけています。調査票を提出する際は、調査員であることを確認してからお渡しください。

- ・調査員には統計法により守秘義務があり、調査上で知り得た秘密を漏らしてはならず、違反すると罰則もあります。
- ・調査員は調査で知った世帯のことは決して他の人に話しません。

マイナンバー制度の冊子を
新聞に折り込みました。

本日の朝刊に右の「よくわかるマイナンバー制度」が折り込まれていますので、ご覧ください。

問 企画政策課 ☎ 784 - 3454



「湯の街ゆざわの健康調査」(湯沢コホート研究)

生活習慣に関するアンケートのお願い

ごあいさつ

新潟大学 健康増進医学講座 特任准教授 田中 純太



平成27年度から、湯沢町と新潟大学が協力して、住民の皆さまの生活習慣と健康との関係を明らかにする目的で、「湯の街ゆざわの健康調査(湯沢コホート研究)」を行います。

食事、飲酒、喫煙や運動習慣等はもちろん、身体活動としての農作業や除雪作業の意義、入浴習慣や温泉利用の効果など、湯沢町の風土や生活を念頭に置き、歯科衛生、転倒・介護予防の視点でも調査を進めます。

その一環として、9月には40歳以上の全住民を対象にした「生活習慣に関するアンケート」調査を予定しています。

アンケートは原則として、地域単位で配布・回収を行います。調査の趣旨や目的をかなえるため、調査票は厚いものになっておりますが、時間をかけてできるだけお答えください。十分にお答えいただいた場合、その回答内容を分析して、皆さまのがん・循環器疾患になる危険度とアドバイス、食生活の栄養計算結果を、個人報告書として個別にお届けすることができます。

なお、この調査への参加は任意ですが、その趣旨をご理解いただき、できるだけ多くの住民の皆さまにご協力いただければ幸いです。

よろしくご配慮のほどお願いいたします。

健康調査の方法

「コホート研究」です

健康状態と生活習慣、環境などの関係について、今後20年といった長期にわたり詳しく調査することで、病気の原因を探る研究方法で行います。これを「コホート研究」といいます。これまでの生活習慣の蓄積が研究成果に出ますので、結果が20年後にわかるのではなく、高齢者の方のデータも重要なものとなります。

アンケートの配布

9月6日(日)ころまでに配布します

これまで、町の巡回検診の際に受診の皆様に調査内容をご説明し、調査にかかる検診結果や血液、尿の提供をお願いしてきました。そしてこの9月からアンケート調査を行います。アンケート用紙は町内会を通じて配布・回収されます。9月6日(日)ころまでに各ご家庭に配布される予定です。湯沢町の将来の健康づくりと、ご自分の生活習慣の見直しに役立つアンケート調査です。ぜひご協力ください。なお、調査の対象となるのは40歳以上の方で、調査は同意に基づいて行われます。

アンケートの回収

9月16日(水)～20日(日)ごろ回収します

アンケートはお一人につき一つの封筒に入れられて配布されます。アンケートご記入後は、封をして回収にお伺いする人に渡してください。配布・回収をする人が、アンケートの内容を確認することはありません。また、回収した結果は国の倫理指針等に基づいて厳重に守られ、調査の目的に関する研究以外には使用されません。

アンケートの記入後

調査結果の個人報告書が郵送されます

アンケート調査に同意、回答いただいた方には、個人報告書が無料で郵送されます。(ただし、回答状況により無効となった場合を除きます。)個人報告書には、自らの生活習慣から10年以内のがん・循環器疾患になる危険度や改善アドバイスが記載されます。また、いまの食事から栄養バランスが判定できる栄養計算結果も記載されます。

「生活習慣に関するアンケート」調査の流れ

アンケート用紙が町内会を通じて9月6日(日)ころまでに届きます。



アンケート表紙の説明文をお読みください。



ご協力いただける場合は同意書に記入し、アンケートにお答えください。



記入したアンケートは
9月16日(水)～20日(日)ごろ
集めに伺います。封を閉じてお渡してください。



アンケートの回答を分析した結果(個人報告書)を後日、お届けいたします。

- ・今後10年間におけるがん、循環器疾患の危険度とアドバイス
- ・食生活の栄養計算結果
- ・お礼の粗品(カード型の拡大鏡)



上のアンケート調査用紙
がお手元に届きます。

**お手数をおかけしますが、
ご協力くださいますようお願い申し上げます**

問 健康増進課 ☎ 784 - 4560

がん征圧月間

受診で早期発見！
いのちを守るがん検診を
毎年受けましょう。

湯沢町健康の道しるべ
健康診断、
働き盛りの責任と行動

いつもの暮らしに、

受診で早期発見！

がん検診

を。

40・50歳代のがん
死亡を防ぎましょう

国民の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。
初期のがんは自覚症状がありません。
検診では、初期段階のがんを発見することができ、適切な治療をすることで、
体への負担を少なくすることができます。
がん検診は、少ない自己負担で受診することができます。

がん検診を定期的に受けることを習慣にしましょう！

がん検診はいつ受けるの…？

がん検診って、どんなもの…？

【肺】 40歳以上
年に1回
胸部X線
喀痰細胞診(喫煙者のみ)

【胃】 40歳以上
年に1回
胃X線(バリウム)

【大腸】 40歳以上
年に1回
便潜血検査

【乳房】 40歳以上
2年に1回
マンモグラフィ(乳房X線)

【子宮頸部】 20歳以上
2年に1回
視診・細胞診・内診

町の健康診断

巡回検診：9月8日(火)8:00～10:00
会場：湯沢町総合福祉センター
*今年度最後の巡回検診日です
施設検診：平成28年1月末までの火・木曜
会場：健康増進施設
*要予約 ☎785-5005(9:00～16:00)

婦人検診

日程については
検診カレンダーをご覧ください
*要予約：健康増進施設
☎785-5005(9:00～16:00)

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ

～コースポ！で運動しませんか？～

ふとっばら大会

腹囲 85cm 以上の男性 3 名(20 歳以上)1 チームで腹囲合計が 3 ヶ月で何cm 減ったか競います。
9 月 7 日までコースポ！(カルチャーセンター内)でエントリー受付中！



歩いてマンボウ

歩いた歩数を記録して 1 ヶ月で 15 万歩を目指しましょう！お好きな時にエントリーを！
(コースポ！、公民館、保健センターで受付中) 詳しくは 19、20 ページを！！

1. 運動

毎日プラス
10 分の運動！

湯沢町健康の道しるべ
今より週に 7000 歩！！
歩け！歩け！自然の中で

1 日 1000 歩は、大人の足で約 1 km、10 分程です。
1 時間程度の運動を週に 1 回でも同程度の運動量になります。運動は、生活習慣の予防・改善に有効な方法です。

2. 食事

毎日プラス 1 皿の野菜と
果物 1 日 1 個！

湯沢町健康の道しるべ
早寝・早起き・3 食は
中身が大事！

～ 減塩で、バランスよく、地産地消を心がけ、こころもからだもおいしい塩梅～

毎日の元気はバランスの良い食事からです。大人が 1 日に必要とされる野菜の摂取量は 350 g。野菜を多く食べることは、脳卒中や心臓病・がんにかかる確率を低下させるという結果が出ています。

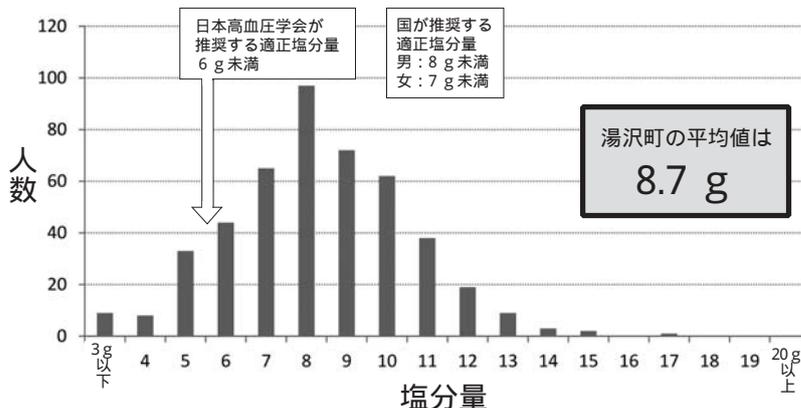
また、野菜や果物には余分なナトリウムを排泄するカリウムが多く含まれ、血圧を下げる効果が期待できます。

見直してみませんか？
あなたの食生活

住民検診結果などによると、湯沢町では高血圧や尿たんぱくの出現率が高く、将来、慢性腎臓病(CKD)を招きやすい状況となっています。これらに対しては、減塩対策が重要なカギとなります。

今年度は慢性腎臓病対策として、検診の項目に尿中塩分・カリウム量の測定を加えました。数値をもとに、自分の食生活を見直すきっかけにしてみましょう。

H 27 年度 湯沢町の塩分摂取量の状況



H 27 年度慢性腎臓病健診結果より(尿中塩分測定から 1 日の摂取塩分量を推計しました)

運動・食生活を改善したい方
保健師・栄養士がご相談に応じます！

健康増進課 ☎ 784 - 3149



「すくすくゆざわ子育て応援券」を発行します

湯沢町では、国の交付金を活用して実施する「消費喚起・生活支援型交付金事業」として、「すくすくゆざわ子育て応援券」(以下、「応援券」とします。)を発行します。

問 企画政策課 784-3454

応援券の概要

対象者...「平成27年度子育て世帯臨時特例給付金」の対象となる方です。

送付物...子ども1人につき「応援券」1,000円×6枚を送付します。

送付方法...「平成27年度子育て世帯臨時特例給付金」交付決定通知書に同封し、簡易書留にて送付します。

送付時期...10月1日から順次送付する予定です。

取扱店...応援券に同封するご案内をご覧ください。

使用期限...平成27年12月31日までとなります。

注意事項...応援券はおつりができません。また、図書券、ビール券、プリペイドカードなどやタバコ、宝くじ等の購入や商品仕入れ、買掛金、未払金の支払いには使えません。

取扱店になっていただける事業者を募集します。

応援券の取扱店となるには、湯沢町内に店舗を有しており、上記概要及び下記条件を承知し、誓約事項について同意いただくことが必要です。(応援券の利用は湯沢町内にある店舗等に限りです。)

条件

取扱店の換金申込は湯沢町商工会で随時受け付け、代金は町から口座振込にて支払います。(換金手数料不要)

換金申込締切日	10/28	11/13	11/27	12/11	12/22	1/15	1/28
支払日	11/13	11/30	12/11	12/28	1/13	1/29	2/12

誓約事項

円滑な応援の取り扱いに努めるとともに、子育て応援及び消費喚起の趣旨に反する取り扱いは行わないこと。

申込方法

「すくすくゆざわ子育て応援券」取扱店申込書を湯沢町商工会へ持参、郵送、FAXにてお申し込みください。申込用紙は湯沢町ホームページからダウンロードできるほか、メールにて希望者に送付します。(申込期限：平成27年9月18日^金)

湯沢町商工会員の方には商工会事務局から申込書を送付します。

対象者の皆様へ

「平成27年度子育て世帯臨時特例給付金」の申請が済んでいない方は、早めに申請してください。申請締切は10月1日となっています。

申・問 町民課 ☎ 784 - 3453

9月の学園行事等

- 2日^水 小中合同全体練習 **小 中**
- 3日^木 小中合同予行練習 **小 中**
- 4日^金 体育祭予行練習・前日準備 **小 中**
4限給食後放課(1~4年生) **小**
- 5日^土 学園体育祭(雨天順延) **小 中**
- 8日^火 8学年PTA親子給食・茶話会 **中**
新人戦激励会 **中**
- 9日^水 専門委員会 **小 中**
- 10日^木 発育測定(1~3年生) **小**

29日^火 教育委員会定例会 午前9時30分開会
問 教育委員会教育課 ☎ 784 - 2211

- 11日^金 発育測定(4~6年生) **小**
中越新人水泳大会 **中**
- 16日^水 親善陸上大会(5・6年生) **小**
- 17日^木 2学年校外学習(東山ファミリーランド) **小**
- 18日^金 中越教育事務所計画訪問 **小 中**
- 25日^金 3学年校外学習(寺泊水族館・寺泊アメヤ横丁) **小**
新人各種大会1日目 **中**
- 28日^月 新人各種大会2日目 **中**
- 30日^水 なかよし遠足(1~4年) **小**

ふれあい広場 (スタッフ常駐)

日時 9月16日(水) 午前10時~正午
場所 カルチャーセンター 小ホール
対象 0歳~未入园児
 30日(水)は誕生会。(身長・体重の計測できます。)

ワン・ツー・キッズ (スタッフ常駐)

日時 9月25日(金) 午前10時~正午
場所 カルチャーセンター 小ホール
対象 1歳~未入园児

土樽ふれあい広場 (スタッフ常駐)

日時 9月15日(火) 午前10時~正午
場所 湯沢町農山村開発総合センター(☎787-3002)
対象 0歳~就園前の親子・家族の方
内容 「土樽伝達料理講習会」
 ...土樽地区食生活改善推進員(食推)と、『災害時にも役立つ調理法 簡単パッキングクッキング』を一緒に作り、試食しながら食について一緒に考えてみませんか?

申込 9月8日(水)までにお申し込みください。
 ▶申込先...子育て支援センター
費用 材料費として1家族300円(当日徴収)

子どもひろば (スタッフ常駐)

日時 9月1日(火)・8日(火) 午前10時~正午
場所 公民館1階和室
対象 0歳~未入园児

赤ちゃんひろば フリー解放

日時 9月4日(金)・11日(金)・18日(金)・25日(金) 午前10時~正午
場所 公民館1階和室
対象 0歳~1歳半程度

絵本のひろば (スタッフ常駐)

日時 9月8日(火) 午前11時~11時30分(子どもひろばと同時開催)
 9月18日(金) 午前11時~11時30分(赤ちゃんひろばと同時開催)
場所 公民館1階和室
対象 0歳~未入园児

育児講座のご案内

音楽で遊ぼう

今年度も中央保育園ホールにて、『音楽で遊ぼう』と題し、ピアノ講師によるミニコンサートを開催します。皆さんの知っている曲も演奏してくれます。是非、遊びに来てくださいね!

いろいろな曲を聴き音楽に触れ、心と体で楽しんでみませんか?

妊婦さんも大歓迎です!おなかの赤ちゃんの胎教にもよいですよ

日時 9月11日(金) 午前10時15分~午前11時
 (受付...午前10時~ 保育園玄関にて)

場所 中央保育園 2階ホール
 ▶お近くの方は、できるだけ徒歩でおいでください。また、車の方は、中央保育園園庭へ駐車してください。

くれぐれも事故のないよう、ご注意ください。

対象 町内にお住まいで保育園入園前のお子さんとそのご家族

講師 くれっしえんど
 代表 岡田 亜希子(ピアノ講師) 他4名

申込 9月7日(月)まで
 ▶子育て支援センターへ電話でお申し込みください。



問 子育て支援センター ☎780-6163
 湯沢町公民館 ☎784-2460

9月の保健衛生行事

日	種 目	対 象	時 間	会 場
1日(火)	母子手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00~17:00	総合福祉センター
4日(金)	4か月児健診	平成27年4月~5月生まれ	13:00 集合	総合福祉センター
	10か月児健診	平成26年10月~11月生まれ	13:15 集合	
8日(火)	母子手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00~17:00	総合福祉センター
15日(火)	母子手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00~17:00	総合福祉センター
18日(金)	3歳児健診	平成24年6月~7月生まれ	13:00 集合	総合福祉センター
29日(火)	母子手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00~17:00	総合福祉センター

問 湯沢町保健センター ☎784-3149

毛渡沢橋補修工事に伴う 通行規制のお知らせ

この度、南魚沼郡湯沢町大字土樽地内におきまして、一般県道土樽越後中里停車場線に架かる毛渡沢橋の補修工事を実施します。つきましては、工事期間中は車両・歩行者の通行止(日中)となりますので、ご協力をお願いいたします。皆様には大変ご不便をお掛けいたしますが、何卒、御理解と御協力をよろしくをお願いいたします。

通行規制期間

8月31日(月)～11月14日(土)

平日、土曜日、祝日は規制し、日曜日は通行可能です。

通行規制時間

午前8時30分～午後4時30分まで

上記の時間以外は通行可能となります。

連絡先

請負者 森下企業 株式会社
現場担当者 寺口
☎ 025 - 784 - 3371
発注者 新潟県南魚沼地域振興局
地域整備部維持管理課
担当職員 石田
☎ 025 - 772 - 3973

通行規制内容

日中、車両・歩行者・自転車・
自動二輪の通行止

迂回路としまして、町道古野蓬線(魚野川右岸側ホテルエンゼルグランディア様から土樽駅前の蓬橋まで道)を通行して頂きます。道路幅員が狭いため普通車・歩行者・自転車・自動二輪は通行できますが、中型車・大型車は通行できませんので御協力をお願いします。

工事名

平成26年度一般県道土樽越後中里停車場線県単橋梁補修(補正)
毛渡沢橋補修工事

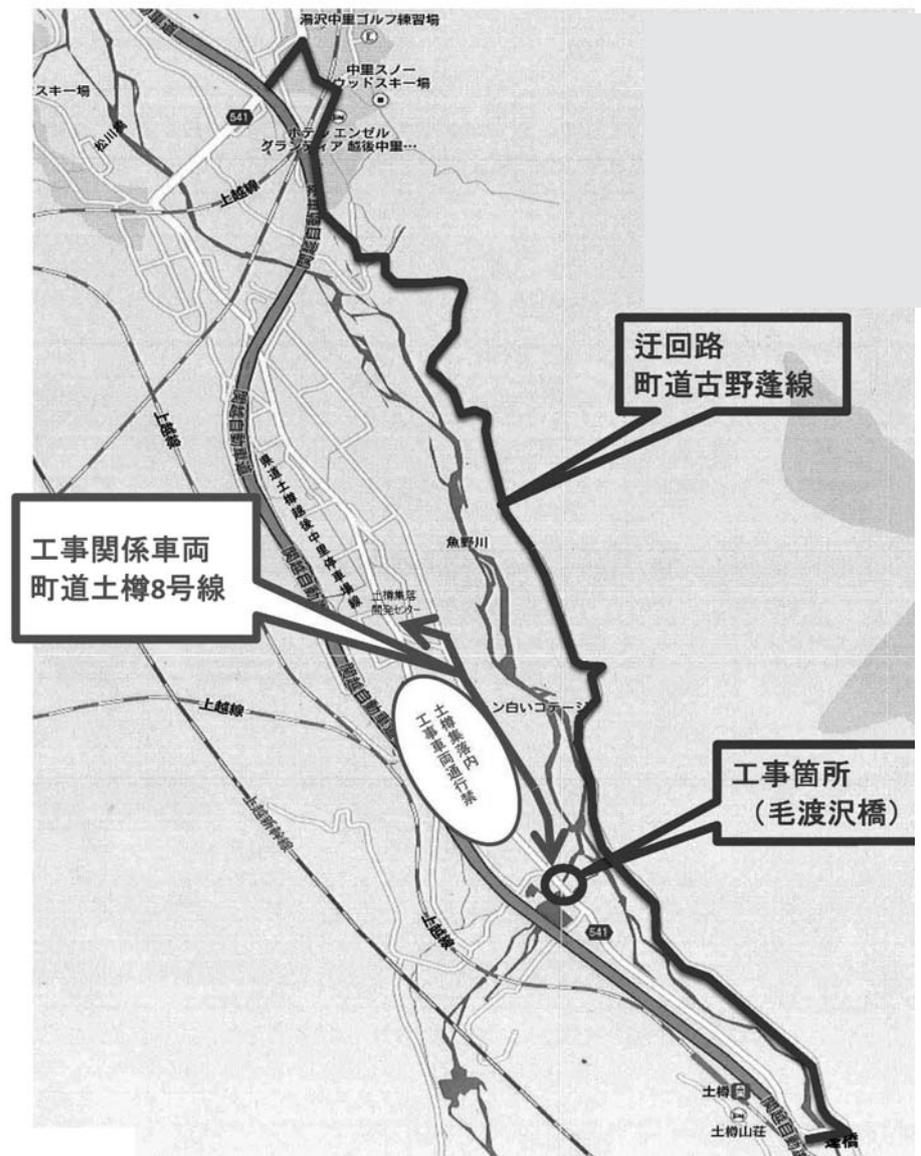
工事場所

南魚沼郡湯沢町大字土樽地内

工事内容

毛渡沢橋(L=112m)橋梁補修工、
橋梁上部工部材取替工1式

【交通規制図】



町営原新田住宅入居者募集

入居資格

- ①湯沢町に住所または勤務場所がある人
- ②収入が町条例で定める金額を超えない人
- ③現に住宅に困窮している人
- ④町税及び町使用料等の未納がないこと
- ⑤暴力団員でないこと
- ⑥各種入居資格要件に該当する人
- ⑦算定所得額が1,896千円(年額)、災害等の事由により困窮している場合は2,568千円を越えない人

家賃

収入額により決定します。

提出書類

- ①町営住宅入居申込書(建設課に備付)
- ②住民票の写し
- ③収入額を証する書類(所得証明書等)
- ④納税証明書
- ⑤入居資格要件に該当することがわかる書類
提出書類は返却いたしません。

申込受付

8月31日(月)～9月14日(月)

(ただし土日祝日は除く)

午前8時30分～午後5時まで

受付場所

建設課維持管理係にご持参ください。

選考方法

入居資格審査後に選考審査を行い、必要に応じて抽選会により入居者を決定します。

算定所得額は世帯全員の所得額から次の控除を差し引いた金額で計算します。

同居・外の扶養1人38万円、老人扶養(70歳以上)10万円、特定扶養親族25万円、障がい者控除40万円、寡婦(夫)控除27万円。

入居決定のあった日から10日以内に、次の手続きが必要です。

▽町長が適当と認める連帯保証人の連署する請書を提出すること

▽納付期限までに敷金を納付すること

問 建設課 維持管理係

☎ 784 - 4852

所在地	湯沢町大字神立 1332 番地 3
募集戸数	1戸 世帯用
規格等	平成13年築 高床式木造2階建 床面積 約85.8㎡ 1階：和室6畳、台所6畳、トイレ、浴室 2階：和室8畳、洋室6畳、物干場 地下(ピロティ)
敷金	70,000円
家賃月額	25,000円～49,100円 (収入によって変更あり)

平成27年度臨時福祉給付金について

消費税率の引き上げに伴う、影響を緩和する措置として、平成27年度も昨年度に引き続き「臨時福祉給付金」が支給されます。

対象者

基準日(平成27年1月1日)に湯沢町に住民登録があった方で、平成27年度の町民税が非課税の方。ただし、課税者に扶養されている方、生活保護を受けている方は対象外です。

支給額

対象者一人につき6,000円

申請方法

近日中に対象者の方へ申請書をお届けいたしますので、必要事項を記入し本人確認書類等を添付の上、町民課までご提出ください。

支給時期

申請いただいた内容を審査の上、平成27年11月頃から支給を開始する予定です。

その他

基準日(平成27年1月1日)に湯沢町に住民登録がなかった方は、基準日において住民登録をしていた市町村へご確認ください。

申・問 町民課 町民窓口係

☎ 784 - 3453

町長喫茶室

田村町長と直接お話しませんか？

open

気楽な雰囲気の中で、町民皆さまの声を聞かせください。お気軽にお申し込みください。



9月の開店日

9月28日(月) 午前9時～午前11時30分 (30分×5組)
▶時間は1組30分とします。

申し込み

9月18日(金)まで

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

(用紙は役場企画政策課にあります)

申し込みは5組までとし、先着順とさせていただきます。

申し込み先

企画政策課 ☎784 - 3454 FAX784 - 1818

忘れない 暮らしの下に 下水道

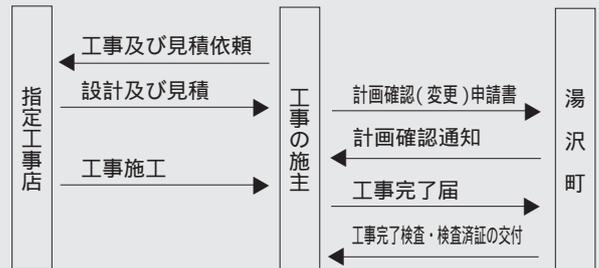
9月10日は「下水道の日」です

下水道への接続をお願いいたします。

湯沢町では、平成26年度末で約88パーセントの町民の皆さんから公共下水道に接続していただいております。公共下水道は、河川の水質保全と衛生的な生活環境の向上のために整備しています。浄化センターで処理した下水は、ろ過・消毒してきれいな水質で河川に放流しています。湯沢町のきれいな河川を大切に守っていくためにも、まだ接続されていないご家庭や事業所の皆さまは、公共下水道への速やかな接続をお願いいたします。

☎ 上下水道課 ☎784 - 4853

- 下水道への接続工事は、湯沢町の指定を受けた排水設備等指定工事店にお申し込みください。条例により町の指定工事店以外の施工は認められません。
- 下水道接続に係る工事資金の貸付制度があります。
- 下水道への接続工事は、「平成27年度湯沢町住宅リフォーム支援事業」、「平成27年度湯沢町事業用施設リフォーム支援事業」の補助対象工事です。



指定工事店が書類提出の代行事務も行います。

夏の交通事故防止運動

交通指導所にご協力

ありがとうございます！

夏の交通事故防止運動中の7月27日、南魚沼警察署、南魚沼交通安全協会の皆様のご協力を得て、湯沢町交通指導所とともに国道17号線沿いに交通指導所を開設。午前9時30分から約1時間にわたり、約200台の通行車両のドライバーに交通安全を呼びかけました。

夏は観光客が増え、交通量が多くなります。ドライバーも歩行者も交通事故にあわないよう十分に気を付けましょう。



国民健康保険 後期高齢者医療制度からのお知らせ

Vol.2 保険税等を忘れずに納めましょう

国民健康保険・後期高齢者医療制度は、加入者一人ひとりから保険税等を納めていただき、ケガや病気になった方を社会全体で支えている制度です。

みなさんから納めていただく保険税等は、みなさんがケガや病気をしたときの医療費などを支払うための大切な財源となります。健全な医療保険制度を維持していくために、保険税等は期限内に納めましょう。

【保険税等を納付書で納めている方(普通徴収)】

納付書で納めている方は、口座振替にすると保険税等の納め忘れの心配や、納期たびに金融機関に行く必要がなくなり大変便利です。

口座振替への手続きは、税務町民部または金融機関窓口にお申込みください。実際に口座振替開始になるまで1～2か月かかり、その間の保険税等が納め忘れになる場合がありますのでご注意ください。

口座振替への
手続きに必要なもの
振替口座の預金通帳
通帳のお届け印
保険証

国民健康保険の脱退、加入は14日以内に届出を

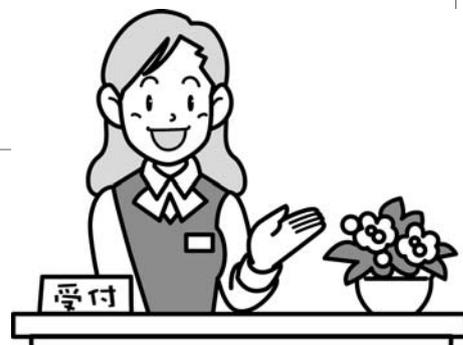
脱退の届出が遅れると

- ・ほかの健康保険料と国民健康保険税を二重に支払うことになります。
- ・ほかの健康保険に加入後、国保の保険証で医療機関を受診しますと、国保が負担した医療費を返納していただくことになります。

加入の届出が遅れると

- ・加入した月までさかのぼり、国民健康保険税が課税されます。
- ・保険証がない間、医療機関の受診は全額自己負担となります。

問 税務町民部 町民課 ☎ 784 - 3453
税務課 ☎ 784 - 3452



「小中学生ロボット体験教室」参加者募集

- 開催日** 9月19日(土)・10月24日(土)
*どちらも同じ内容です。
- 時間** 午後1時30分～3時の予定
- 内容** ロボットを組み立てて、操縦してみよう。
(ロボットキットを使います)
- 講師** 長岡工業高等専門学校 山崎教授
- 会場** 湯沢町公民館
- 参加費** 無料
- 申込み** 湯沢学園地域交流センターへお申込みください。
- 締切り** 9月10日(木)



申・問 湯沢学園 地域交流センター
☎ 784 - 3033

9月のユースポ！

からだが動くところもはずむおやこで GENKI 教室

National Institution For Youth Education
独立行政法人 国立青少年教育振興機構
「子どもゆめ基金助成活動」

～マット、とび箱運動に挑戦～
マット・上手に前転後転、逆立まで挑戦してみよう！
とび箱・うまくとべるコツ教えます！
お父さんお母さんにも補助の仕方教えます！
家族みんなで参加して下さい。

対象 保育園・幼稚園年少～小学3年生とその保護者

参加費 無料

持ち物 運動のできる服装で、
室内履き・タオル・
水分等をご持参ください。

申込 9月13日㊦ 締切

日時 9月14日㊦ 19:00～20:30

場所 湯沢カルチャーセンター



ジュニア合同トレーニング

National Institution For Youth Education
独立行政法人 国立青少年教育振興機構
「子どもゆめ基金助成活動」

～SAQトレーニング～

SAQトレーニングとは、S(前方への重心移動の速さ)・A(運動時に体をコントロールする能力)・Q(刺激に反応して素早く動きだす能力)に重点を置いたトレーニングの事です。今回はA(運動時に体をコントロールする能力)を中心にトレーニングを行います。体をうまくコントロールできると運動が楽しくなるよ。

場所 湯沢カルチャーセンター

対象 小学生

参加費 無料

持ち物 運動のできる服装で、
室内履き・タオル・
水分等をご持参ください。

申込 9月27日㊦ 締切

日時 9月28日㊦ 19:00～20:30



たまにはみんなでウォーキング&ノルディックウォーキング

～ノルディックウォーキング体験！

今月は温泉&ランチ付き～

「新潟県ウォーキングロード」にも登録されているあふれる緑と大自然に囲まれたニュー・グリーンピア津南へバスでお出かけ！四季折々の自然を楽しみながら稲治センセイの楽しい講習を受けた後は天然温泉と美味しいランチで、心と体をリフレッシュ

参加費 ユースポ！会員：1,500円 非会員：2,000円
(講習料・温泉入浴料・ランチ代・バス代込)
別途ポールレンタル料300円

持ち物 歩きやすい服装で飲み物・タオル・雨具等をご持参ください。お風呂用のタオルもご用意ください。会員証(ユースポ！会員の方のみ)

申込 9月11日㊦ 締切 ユースポ！窓口または電話、メールにてお申込みください。

料金当日徴収

先着20名

最少催行人数5名

雨天決行。雨具をお持ちください。大雨や荒天により中止の場合は当日朝連絡いたします。

日程 9月16日㊦

8時45分カルチャーセンター集合 バスで移動
ニュー・グリーンピア津南でノルディック
ウォーキング講習 温泉&食事
14時30分頃 カルチャーセンター到着予定

対象 小学生以上(小学生は保護者と参加)



申・問 NPO法人ユースポ！ 〒949-6102 湯沢町神立628-1 湯沢カルチャーセンター内

電話・ファックス

☎ 785-2123 FAX 785-6911

受付時間

9:00～21:00

ホームページ

http://www.youspo.net

✉ info@youspo.net



NEW!!

ユースポ！のパーソナルレッスン ～完全予約制～

「本気で痩せたい!」「特別なレッスンをして欲しい!」「健康診断の結果が・・・何か始めたい!」
「みんなと一緒に恥ずかしい・・・」

お悩みや目的に応じてユースポ!のインストラクターがマンツーマンでお手伝いします!

レッスン例..... ジムトレーニング指導・・・マシンの使い方から、メニュー作成まで、ご要望にお応えします。

こんな方へ

トレーニングを始めたいけど、マシンの使い方が分からない。
効果的なトレーニング方法を知りたい。

マタニティヨガ・・・妊娠期間中の不快な症状の緩和や出産に向けた身体づくりに役立つアーサナ、
お産にも役立つ呼吸法・リラクゼーション法を組み込んだレッスンをを行います。
産後の回復促進にも。

こんな方へ

妊娠中の気になる症状を予防・軽減したい。
出産へ向けての体力づくりがしたい。

パーソナルストレッチ・・・身体のメンテナンスをしたい方へオススメです。

こんな方へ

姿勢や歪みが気になる。
腰痛・肩こりがもう限界・・・

オリジナル運動メニュー作成・・・シェイプアップしたい方、健康診断の結果を改善したい方、その他減
量やメタボ対策に、オリジナルの運動メニューを作成します。

こんな方へ

シェイプアップしたい。
メタボ対策に運動を始めたい。

料 金.....1時間 マンツーマン 3,000 円、2 名 4,000 円、3 名 5,000 円

予約方法.....ユースポ!窓口またはお電話にて、ご希望レッスン(または目的・お悩み)をお知らせください。
担当するインストラクターと日時の調整、レッスン内容等の確認をさせていただき、予約完了となります。

トレーニングマシン使用法講習会

初めての方&使い方が不安な方のための講習会

カルチャーセンターのトレーニングルームを利用したいけど使い方がわからない?! たまに利用するけどホントにこのやり方で良いの? そんなあなたのための初心者向けの講習会です。ひとりで利用できるようにマシンの使い方や効果的な筋トレのやり方を伝授します。

対象 16 歳以上

参加費 ユースポ! 会員: 無料 非会員: 500 円
トレーニング室利用料が別途必要。

持ち物 運動のできる服装で、室内履き・
タオル・水分等、会員証(ユースポ! 会員のみ)をご持参ください。

日時 9月18日(金) 10:00 ~ 11:30

場所 湯沢カルチャーセンター トレーニング室

▶事前申し込みは不要です。当日
ユースポ! 窓口へお越しください。
(料金当日徴収)



参加者
大募集!

～男のメタボ対策～ ふとっばら大会 9月～11月開催

1チーム3名の腹囲合計が、3か月で何cm減ったかを競います。

主催 NPO 法人 ユースポ!
湯沢町健康福祉部

対象 20歳以上で腹囲85cm以上の男性・3名1チーム
▶エントリー費: 1チーム 3,000円

エントリー締切 9月7日(日)まで

特典 期間中ユースポ!の全てのクラスに
無料で参加できます
希望者には体組成検査付き

優勝チームには.....ユータン券 20,000円分
ユースポ! 1年間利用無料券
準優勝チームには.....ユータン券 10,000円分

○エントリー用紙はカルチャーセンター、公民館、保健センターにて配布中です。

健康ウォーク 歩いてマンボッ♪

目指せ、1 か月 15 万歩

歩数計をつけ、毎日記録用紙に記録。各月ごとに歩数の合計をカウントし、各月 15 万歩達成したら共同浴場無料招待券を進呈します。

エントリー時にお渡しした記録票をご持参ください。

月途中での招待券進呈は行っておりません。

翌月に記録票をご持参ください。

(例)7月20日に15万歩を達成した

8月1日より無料招待券進呈

エントリー費 エントリーした日から1年間500円

特典 カルチャートレーニング会員3か月券
1,200円 1,000円へ割引

申込(エントリー)方法

ユースポ! 窓口、保健センター、または湯沢町公民館へ料金を添えてお申し込みください。

希望者には歩数計を貸出します。(先着順)



6月歩数 TOP5 ユースポ! 窓口での申請分	
ランキング	歩数
1	380,320
2	343,681
3	329,709
4	315,214
5	310,732

9月スタートの教室



アクアエクササイズ シェイプアップ

対象 中学生以上

日時 9/7 ~ 11/30

内容 音楽に合わせて動き続ける体脂肪燃焼系アクア

毎週月曜 19:30 ~ 20:20

会場 エンゼルグランディア越後中里プール

9/21、10/12、11/23、はお休み

費用 会員: 5,000円 非会員: 8,000円

にこにこスポーツ教室わんこ

にこにこスポーツ教室ひよこ

にこにこスポーツ教室おやこ

対象 小学1~3年生(4年生以上相談)

対象 保育園・幼稚園年長

対象 保育園・幼稚園年少・年中と保護者

日時 9/1 ~ 11/24

日時 9/1 ~ 11/24

日時 9/1 ~ 11/24

9/22、11/3はお休み

9/22、11/3はお休み

9/22、11/3はお休み

毎週火曜 16:10 ~ 17:10

毎週火曜 17:15 ~ 18:15

毎週火曜 18:20 ~ 19:20

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

定員 わんこ・ひよこは20名、おやこは20組

会場 カルチャーセンター

費用 会員: 5,500円 非会員: 8,800円

笑いヨガ

こんな人におすすめです!
・ストレスを抱えている人
・認知症の予防、改善をしたい人
・腹筋をつけたい人

毎月開催しています!

詳しくは
23ページを見てね!

けんこつ体操

転倒予防のための筋肉や骨を鍛える運動です。
男性の方、勇気を出して来てみてください。

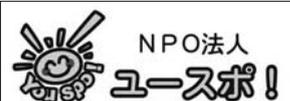
申・問 NPO法人ユースポ!

〒949-6102 湯沢町神立628-1 湯沢カルチャーセンター内

電話・ファックス ☎ 785-2123 FAX 785-6911

受付時間 9:00 ~ 21:00

ホームページ <http://www.youspo.net> ☒ info@youspo.net





第1部 若手歌手による演奏
 第2部 笛田博昭とゲストによる演奏

演奏予定曲
 歌劇『トゥーランドット』より
 「誰も寝てはならぬ」
 歌劇『椿姫』より
 「ああ、そはかの人
 ~花から花へ~」
 カンツォーネ
 「オ・ソーレ・ミオ」
 他

笛田博昭ガラコンサート

日時 9月13日(日)【開場】午後1時30分
 【開演】午後2時(予定終演時間 午後4時30分)

場所 湯沢町公民館

ゲスト オクサーナ・ステパニユック(ソプラノ)

チケット 前売り2,500円 当日3,000円 湯沢町公民館で販売

問い合わせ ロッジスエヒロ ☎784-2857

~ 湯沢を
 オペラの町に ~



東北電力株式会社魚沼営業所様より
LED防犯灯を
寄贈いただきました



ゆざわ情報

かわらばん

8月10日、東北電力株式会社魚沼営業所様よりLED防犯灯10灯が寄贈され、湯沢町役場において贈呈式が行われました。

この防犯灯は、東北電力株式会社魚沼営業所様が地域社会の明るい街づくりに向けた取り組みの一環として、毎年寄贈していただいているものであり、湯沢町の夜間の安全安心のために活用させていただきます。心より感謝申し上げます。

問 総務管理課 防災管財係
 ☎784・3451

SEPTEMBER

9月の暦

長月

ごみ収集

問い合わせ 環境農林課環境係 ☎ 788 - 0291

区分	出し方	湯沢東	湯沢西 (マンション)	神立・土樽	三国・三俣
もえるごみ	指定袋に入れる。	㊸・㊹・㊺(21日は休み)		㊻・㊼・㊽(22日、29日は休み)	
ペットボトル	指定袋に入れる。	1日	3日	2日	4日
その他のプラスチック容器包装類 (白トレイ・発泡スチロール)	指定袋に入れる。	15日	15日	16日	16日
ダンボール	紐を十字にかける。	17日	24日	18日	25日
新聞紙・雑誌		10日	8日	11日	9日
缶	指定袋に入れる。 袋を二重にしないこと。	3日	1日	4日	2日
びん		8日	10日	9日	11日
その他不燃ごみ		24日	17日	25日	18日

ごみの減量化・資源化にご協力ください。

保健衛生行事

問い合わせ 保健センター(総合福祉センター内)☎ 784 - 3149

日	種目	対象	時間	会場
8日㊸	巡回検診	未受診者	8:00 ~ 10:00	総合福祉センター
9日㊹	子宮頸がん検診	申込者(要予約)	9:45 ~ 10:00	健康増進施設
17日㊺	乳がん検診	申込者(要予約)	13:30 ~ 15:00	健康増進施設
28日㊻	子宮頸がん検診	申込者(要予約)	9:45 ~ 10:00	健康増進施設

骨粗しょう症検診は子宮頸がん検診・乳がん検診と同時に受けられます。(60歳以下の女性で骨粗しょう症の治療を受けていない方が対象です。)

行政相談

9月10日㊺ 午後1時30分～
湯沢町公民館 会議室1
相談委員 上村 憲夫

☎ 総務管理課総務係

☎ 784 - 3451

予防接種 (完全予約制)

○予防接種の予約電話番号
025 - 780 - 6313

○予約受付時間
月～金曜日の午後2時～4時

☎ 保健センター ☎ 784 - 3149

緊急情報メール

湯沢町の災害、防災、気象、
防犯に関する緊急情報を
発信します。

☎ 総務管理課防災管財係

☎ 784 - 3451



障がい者地域生活支援事業

問い合わせ 保健センター(総合福祉センター内)☎ 784 - 3149

事業名	実施主体	電話番号	日程・内容(*は軽作業を行います)					会場・時間
ふれあいサロン (毎週火曜日)	湯沢町社会福祉協議会	784 - 4111	1*	8*	15 AMスポーツ 昼食後解散	22祝日 お休み	29*	やすらぎ荘 10:00 ~ 15:00
コスモス (毎週木曜日)	地域生活支援センター みなみうおぬま	770 - 1331	3*	10*	17*	24*		

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。

福祉センター(9:55 出発)からやすらぎ荘までは送迎バスが運行されています。

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

スポーツはカルチャーセンターに移動して、卓球・ソフトバレーなどを楽しめます。

9月1日から

湯沢町保健医療センター外来担当医予定表

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
整形外科			宮崎	宮崎 (3:00 ~ 4:30)			高田 10日休診	高田 10日休診	川口	川口	
外科					菊川 16日休診						
内科 予約あり	井上	井上	浅井	高橋 15日休診	鈴木		浅井	竹内	土屋	浅井	
内科 予約あり	西谷 7日休診	鈴木	鈴木	井上 8日休診	井上 9日休診		土屋		西谷 11日休診		
内科 予約なし				土屋							担当医師
内科 予約なし	浅井	竹内	井上 もしくは 竹内	竹内	西谷 9日・30日 担当医師		井上	鈴木 3日・17日担当医師	鈴木	西谷 もしくは 土屋	担当医師
眼科	寺内 (10:00まで)	寺内 再診予約 診察のみ					桐山 (10:00まで) コンタクト外来 10日・24日 (完全予約制)	桐山 再診予約 診察のみ			12日 担当医師 (10:00まで)
小児科	有本				有本				4日 中島	4日 中島 再診予約 診察のみ	
検査 (内視鏡等)	鈴木	西谷	高橋	西谷	浅井		西谷	上平 西谷 上平医師は検査のみ	井上		
歯科 口腔外科	笠原 7日休診	笠原 7日休診	笠原	笠原	笠原 担当医師 2日・16日・30日のみ	笠原 担当医師 2日・16日・30日のみ	笠原	笠原	笠原	笠原	笠原 12日・19日休診

休診(救急の患者さんは担当医師が対応します。)

土曜日の午後と日曜日は休診です(救急の患者さんは担当医師が対応します。)

眼科のコンタクト外来は10日(木)・24日(木)です。【完全予約制 ☎ 025 - 780 - 6543】

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

診療日・休診・代診のご案内

- 内科・・・3日(木)・17日(木)鈴木医師は不在のため担当医師の診察となります。
7日(月)～11日(金)西谷医師は夏季休暇のため休診となります。
8日(火)・9日(水)井上医師の診察は休診となります。15日(火)高橋医師の診察は休診となります。
30日(水)西谷医師は出張の為、担当医師の診察となります。
- 外科・・・16日(水)菊川医師の診察は休診となります。
- 整形外科・・・10日(木)高田医師の診察は休診となります。
- 眼科・・・月・木曜日の午後診察は再診予約診療のみとなります。土曜日の眼科診察は12日になります。
- 小児科・・・中島医師の診察は4日(金)です。午後診察は再診予約診療のみとなります。
- 歯科・・・7日(月)が休診となり、土曜日は12日・19日が休診となります。
- 口腔外科・・・担当医師の診察は2日(水)・16日(水)・30日(水)となります。

受付

午前:8時30分～11時30分
午後:1時30分～4時30分

眼科は全ての曜日で10時まで。

月・木曜日の眼科は3時までとなりますが、予約の患者様のみとなりますのでご了承願います。予約のある方は、上記の受付時間と異なっても予約票に記載された時間内にお越しください。

診察

午前:9時～
午後:2時～ 火曜日の整形外科は3時から。
(整形外科の午後の診療は、手術等で休診になることがあります。)

その他

「予約あり」の診察では予約がある方が優先となります。
都合により担当医が一部変更となる場合があります。
住診、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
780-6544 (歯科)

心配ごと相談日 (月2回)

相談日	相談員
9月2日(水)	高橋 昌也 佐藤 佳子
9月16日(水)	樋口 新一 腰越 秀子

【会場】総合福祉センター 時間は午後1時～4時です。
時間中はお電話(784-4113)での相談もできます。



笑いヨガ



会場	開催日	時間
総合福祉センター	10日(水)・24日(水)	10:00 ~ 11:00

笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせた「ただ笑うだけ」の画期的な運動法です!

【問い合わせ】NPO法人ユースポ! 785 - 2123



けんこつ体操教室



会場	開催日	時間
神立中央集会場(田中)	11日(金) 25日(金)	10:00 ~ 11:30
神立中央会館(栄町)	8日(火) 29日(火)	10:00 ~ 11:30
萩原集会所	1日(火) 8日(火)	10:00 ~ 11:30
農山村開発総合センター	15日(火) 29日(火)	10:00 ~ 11:30
下湯沢公民館	2日(水) 16日(水)	10:00 ~ 11:30
総合福祉センター	11日(金) 18日(金)	10:00 ~ 11:30

【問い合わせ】地域包括支援センター 784 - 3000

笑いヨガ・けんこつ体操教室(申込不要)

【持ち物】タオル、飲み物 【参加費】1回 200円

○急病による受診を希望する場合は、電話で事前連絡してください。
○症状に応じて他の医療機関を勧められる場合があります。

9月の救急診療当番

日	受付時間	内科・小児科	電話番号
5 (土)	13:30 ~ 16:00	城内診療所	☎ 775 - 2009
6 (日)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
12 (土)	13:30 ~ 16:00	中之島診療所	☎ 782 - 0130
13 (日)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
19 (土)	13:30 ~ 16:00	湯沢町保健医療センター	☎ 780 - 6543
20 (日)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
21 (月)	13:30 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
22 (火)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
23 (水)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688
26 (土)	13:30 ~ 16:00	萌気園二日町診療所	☎ 778 - 0088
27 (日)	9:00 ~ 16:00	休日救急診療所	☎ 773 - 6688

魚沼基幹病院救命救急センター ☎ 777 3200
救急の受け入れ体制を24時間整えています。緊急度や重症度の高い順に対応するため、診療の順番が前後する可能性があります。

脳神経外科の休日救急医療
斎藤記念病院 ☎ 773 5111
脳神経外科の救急の受け入れ体制を24時間整えています。

新潟県「小児救急医療電話相談」 ☎ 025 - 288 2525
夜間に子どもの具合が悪くなったときにご利用ください。経験豊富な看護師が必要に応じて小児科医のアドバイスを受けながら相談に応じます。(毎日19時~23時)

ゆきぐに大和病院 ☎ 777 2111
診療時間外は救急外来で対応しています。

〴〵結婚おめでとうございます

8月3日 鈴木 信秀さん (滝沢)
8月3日 (滝沢) 雅美さん (滝沢)
8月8日 (徳茂) 俊太さん (長岡市)
樋口 愛さん (八木沢)

お誕生おめでとうございます

7月14日 片桐 芽生さん (上中、健さん・沙樹さん)
7月16日 池田 絢花さん (二居、康太さん・千尋さん)
7月22日 角谷 日向子さん (古野二、一徳さん・紋子さん)
7月22日 山口 夏輝さん (西山、隆行さん・彩美さん)
8月6日 鈴木 陽真さん (松川、彰さん・里緒さん)

〴〵逝去お悔やみ申し上げます

7月20日 玉田 朋子さん (西中、46歳)
7月26日 南雲 タケジさん (原、102歳)
7月26日 南雲 フサさん (古野一、93歳)
7月31日 関 綾子さん (西中、79歳)
8月7日 松本 文芳さん (駅通、64歳)

8月13日までの届出分。

広報に掲載してほしくない場合は、届出の際に申し出てください。

広報ゆざわの音声CDあります。

ご希望の方は社会福祉協議会まで。

784・4111