

ゆざわ

募
集
町から
令和2年度
湯沢認定こども園 入園児募集

令和2年度（令和2年4月1日から令和3年3月31日）の湯沢認定こども園の入園児を募集します。入園を希望される場合は、必ず募集期間内にお申し込みください。産休・育休明けで復職する予定がある、または就職する等の予定があり、令和2年度の途中から入園を希望される場合も募集期間内にお申し込みが必要です。

※事情により湯沢町以外の保育園等への通園を希望の場合は、出来る限り早めに子育て支援課にご相談ください。

対

募集人数は次のとおりです。
(継続入園を含む)

- 0歳児(生後6か月の翌月以降) 10人
- 1歳児 20人、2歳児 30人
- 3歳児 50人、4歳児 50人
- 5歳児 50人

申

募集期間
11月1日(金)～11月25日(月)まで
申込方法

湯沢町総合子育て支援センター(認定こども園棟・子育て支援課)に申込用紙をご用意しますので、必要な方は受け取りにきてください。入園申込書および就労証明書の用紙は「湯沢町子育

て応援サイト・スクスクゆざわ」からもダウンロードできます。

入園申込書は、直接、湯沢町総合子育て支援センターへご提出ください。

0歳児から2歳児の入園について

就労や妊娠、出産等で保護者のいずれもが子どもを保育することができないと認められる場合で、かつ同居の親族(65歳未満)などが保育することができない場合に入園が認められます。

入園は、生後6か月の翌月から可能です。

なお、0歳児および1歳児クラスに入園希望の場合は入園申込時に子育て支援課にて、入園の希望理由や食物アレルギーなどについての面談を行います。

年度途中の入園について

0歳児から2歳児の募集期間以外のお申し込みについては、緊急を要すると認められるもの以外、入園をお断りすることがあります。

保育時間

月曜日から土曜日
午前7時30分～午後4時30分
または、午後6時30分

※就労状況等により教育・保育給付認定の区分が決定され、保育時間が決まります。

*延長保育や時間外保育も実施しています。

※就労等の都合で土曜日の保育を希望する場合は、入園時に申し込みが必要です。

※詳しくは入園申込書とともにお渡しする資料をご覧ください。

入園承諾通知について

入園申込等による審査の後、令和2年2月初旬～中旬頃に入園承諾通知書をお送りする予定です。

問

子育て支援課
☎025・788・0292

色があるもの、辛いもの、煮るとうまみが出るもの。個性は良々。ぐんぐん育てよう。



募
集
町から
雪国暮らしセミナー
参加企業を募集します

湯沢町への移住を検討している方を対象に「採用直結型！ 雪国暮らしセミナー」を開催します。首都圏の若者の採用を積極的に考えていて、セミナー当日に東京まで来ていただける企業を募集します。

内 首都圏在住で湯沢町への移住を検討している方を対象に、雪国の暮らしの魅力や苦労について、移住実践者を交えてトークセッションを行います。その際、ご参加いただける企業には、企業のPRとトークセッション後、就職希望者を対象に面接やヒアリングを行います。

ご参加いただきたくイベントですので、そのまま採用につなげられる可能性もあります。

日 12月21日④ 午後1時～3時
場 ふるさと回帰支援センター
4階 セミナールームC
(東京都千代田区有楽町2・10・1
東京交通会館内)

対 募集企業数 2社 (先着順)

注意事項

次の事項について、予めご了承ください。

- ・ どれだけ参加者が集まるかは不明です。(10～20名程度の参加を見込んでいます)
- ・ 企業が求める人物像の人材が参加しないこともございます。
- ・ 旅費は各自でご負担くださいますようお願いいたします。

詳細につきましては、湯沢町企画政策課までお気軽にお問い合わせください。

問 企画政策課 (担当 笹田)

☎ 025・784・3454
✉ kikaku@town.yuzawa.lg.jp

お
し
町から
あとつぎサミット Vol.3
開催のご案内

南魚沼地域振興局では、人口減少問題対策推進事業として、地域産業の後継者問題をテーマとした「あとつぎサミット」「あとつぎベンチャーセッション」「あとつぎアイデアソン」という一連のイベントを開催してきました。それらのイベントの総括と「あとつぎ

ぎアイデアソン」で提案された地域課題の解決案のプレゼンテーションの場として、「あとつぎサミット Vol.3」を開催します。

既に実践されている方も悩んでいる方も、あとつぎ問題解決のヒントが得られるかも知れませんので、ぜひご参加ください。

*会場内に託児所を設けますので、お子様連れの方も安心してご参加ください。

日 11月16日④

午後2時30分～2時間程度
場 湯沢カルチャーセンター
1階 小ホール

対 どなたでも参加できます。

費 無料

問 企画政策課

☎ 025・784・3454

お
し
町から
ふれあい懇談会開催の
ご案内

65歳以上の方を対象に、田村町長が皆さまから直接お話を伺い、気楽に話し合える「ふれあい懇談会」を次のとおり開催します。

第10回湯沢町ふれあい福祉健康フェスティバルとの同時開催ですので、フェスティバルのついでに気軽にご参加ください。

※途中参加・途中退席も可能です。

町の出席者

- ・ 町長
- ・ 福祉介護課長
- ・ 企画政策課職員 計3名

場 湯沢カルチャーセンター
2階 研修室2

日 11月3日④

申 午前11時～1時間30分程度
参加申し込みは不要です。

問 企画政策課

☎ 025・784・3454

募 集 町 村 登 録 統 計 調 査 員 を 募 集 し て い ま す

国や新潟県が実施する各種統計調査に従事する「登録統計調査員」を随時募集しています。

統計調査員とは

国や県ではさまざまな統計調査を実施しており、これらの調査によって作成された統計資料は、国や地方自治体が行政施策を企画立案する上で、欠くことのできない重要な資料の一つとして利用されています。統計調査員とは、これらの各種統計調査の資料作成において、最も基本となる調査票の配布・回収などを行っていただく方をいいます。

・身分：国や県などが非常勤の公務員として任命します。

・報酬：不定期・季節的な仕事で、調査に応じた報酬が支払われます。

統計調査員希望者の登録

県ではあらかじめ統計調査員希望者を登録し、統計調査が実施される際、必要に応じて統計調査をお願いします。ご都合がつく範囲でご協力ください。

登録から統計調査員任命までの流れ

①統計調査員の登録を希望する方は、企

画政策課にて要件等を確認の上、書類を記入し、提出していただきます。

②市町村の選考により、登録を決定します。登録された情報は県と共有します。

③統計調査を実施する際、県や町から統計調査に従事してもらう依頼をします。ご承諾いただいた場合に統計調査員として任命されます。（調査によって必要な調査員数が異なるので、必ず依頼するとは限りません。）

登録に際しては要件がありますので、まずは総務部企画政策課までお問い合わせください。

問 企画政策課

☎025・784・3454

**来月の行政相談の開催日は
11月11日(月)です**

11月10日は公民館の使用ができないため、日程をずらして開催します。

時間 午後1時30分～

会場 湯沢町公民館
1階 研修室1

問 総務管理課 総務係

☎025-784-3451

イ べ 他 団 体 第 8 回 越 後 湯 沢 ぶ ら り は し ご 酒 2 0 1 9

越後湯沢の参加店40店舗のお店めぐりを楽しめるチケットです。

お酒に限らず、ランチにも使用できます。また、酒屋さん、お土産屋さん、お饅頭屋さんやケーキ屋さん、さらには参加店の温泉入浴もOK！

ご家族・お友達・仲間と仕事帰りにお気に入りのお店を見つけてください！

日 11月11日(月)～15日(金) 平日5日間
費 前売り券 3,000円

▽販売期間
10月20日(日)～11月9日(土)
当 日 券 3,500円

▽販売期間
11月11日(月)～11月15日(金)
(チケットは1冊3枚つづり、1店舗1枚利用できます。)

- チケット販売所**
- *40店舗の参加店内
 - *旅館・ホテル内
 - *町内街頭特設販売所3か所
 - ①越後湯沢駅東口菊新駐車場
 - ②温泉街足湯かんなくり
 - ③越後湯沢駅西口雪国観光舎

チケットの利用について

(チケットは期間内のみ利用できます。)*参加店舗の当日のメニューをご用意します。チケットメニュー以外は現金払いです。

*たたくさんのお客様がはしご出来ませう、チケットメニューは40分を目安に！

*アルコール飲んだ後の運転はゼッタイだめ！未成年者の飲酒も出来ません。

問 企画委員会事務局 高井・杉山

(越後湯沢温泉観光協会)
☎025・785・5353

お せ 町 村 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。

次のアドレスへ、またはQRコードを読み取り「空」メール(タイトル、本文を未入力)を送信してください。

▷bousai.yuzawatown
@raiden.ktaiwork.jp



問 総務管理課 防災管財係

☎025・784・3451

おし
らせ
町から
運転免許証の自主返納
を支援します

運転免許証の自主返納制度は、加齢に伴う身体機能や判断力の低下などにより、「運転に不安を感じている」、「もう運転しないので運転免許証を返納したい。」という方が、運転免許証の有効期限内に自主的に返納できる制度です。湯沢町では支援策として、自主返納した方へ公共交通利用券を交付します。

対 町内に住所がある満65歳以上の方で、すべての種類の運転免許証を自主返納した方

内 (次のいずれかを選択。1人1回限り)

- ①越後交通株式会社バス回数乗車券 10,000円分
- (1,000円券12枚綴×10組)
- ②ユータン券(タクシー利用可) 10,000円分

申 申請手順

- ①南魚沼警察署交通課で、本人が運転免許証(有効期限内のもの)を持参して返納申請を行う。
- (十日・祝日・年末年始を除く、午前9時～午後4時)

②湯沢町役場 環境農林課で申請手続きを行う。
必要書類

- ・返納時に交付された「申請による運転免許の取消通知書」
- ・町の支援事業申請書(警察署窓口、役場窓口)に用意、または町ホームページに掲載)
- 申請期限
免許返納日から6か月以内

申・問 環境農林課

☎025・788・0291

イ
ン
ト
他 団体
猫の譲渡会

日 11月17日(日) 午後1時～3時
場 イオン六日町店 2階

※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。

問 魚沼アニマルサポート 笹木

☎090・1533・4805

おし
らせ
他 団体
新潟県最低賃金は
830円になりました

パートも！学生アルバイトも！
新潟県最低賃金額の改定

新潟県最低賃金額は、従来の時間額803円から27円引き上げられ、本年10月6日から830円になりました。

新潟県最低賃金は、県内で事業を営むすべての使用者およびその事業場で働くすべての労働者(臨時、パート、アルバイト等を含む。)に適用されます。この機会に、最低賃金額を確認しましょう。

また、最低賃金引き上げに向けた業務改善助成金や働き方改革推進支援センターの無料相談制度も設けられていますので、ご相談ください。

問 ○業務改善助成金に関する相談

新潟労働局 雇用環境・均等室
☎025・2888・3528

○働き方改革推進支援センターの無料相談に関するお問い合わせ

新潟県働き方改革推進支援センター
☎0120・0099・2299

☎025・256・8701

○最低賃金に関するお問い合わせ
新潟労働局 労働基準部
賃金室
☎025・2888・3504

小出労働基準監督署
☎025・792・0241

おし
らせ
他 団体
共同浴場からの
お知らせ

修繕調査のため臨時休業します

一部の共同浴場は左記の通り、修繕調査のため臨時休業します。ご協力をお願いいたします。

日 土樽共同浴場 岩の湯

▽10月28日(月)、29日(火)、30日(水)

一居共同浴場 宿場の湯

▽11月6日(水)、7日(木)、8日(金)

三俣共同浴場 街道の湯

▽11月11日(月)、12日(火)、13日(水)

湯元共同浴場 山の湯

▽11月18日(月)、19日(火)、20日(水)

問 一般財団法人湯沢町総合管理公社

☎025・784・1511

おし **ら**
せ **町**から
湯沢学園図書室11月の
一般開放のお知らせ

おし **ら**
せ **他**団体
人権なんでも相談所
開設

おし **ら**
せ **他**団体
女性のための
人権相談所

日 11月2日、9日、16日、23日、30日
(いずれも土曜日)

午前10時～午後4時

貸出期間

14日間(湯沢町公民館図書室と同じ)

蔵書数

児童生徒用図書 約17,000冊

(一般閲覧可、一般貸出不可)

一般用図書 約1,000冊

(一般閲覧・貸出可)

※児童生徒が学校バーコードを利用して借りる場合は、児童生徒用図書・一般用図書ともに閲覧・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。

(事前に公民館へ申し込みください。)

・貸出検索システムを導入し、学園図書室、公民館図書室の蔵書検索ができます。

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

☎0255・784・2460

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堅く守られます。予約は不要です。

内 ①家庭内(夫婦・親子・相続等)、親族間、近隣間のもめごと、悩みごとなど毎日の暮らしの中で起こる様々な問題。

②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。

日 11月7日(水)午後1時～4時
場 南魚沼市役所塩沢庁舎
(南魚沼市塩沢1370-1)

※受付時間 午後1時～3時

問 新潟地方法務局 南魚沼支局

☎0255・772・2164

法務局南魚沼支局と南魚沼人権擁護委員協議会では、「女性の人権ホットライン」強化週間の一環として、女性を対象とした女性人権擁護委員による人権相談を、開催することにした。

日 11月13日(水)
午前10時～午後3時まで

場 ・南魚沼市民会館 和室

・小出ボランティアセンター
(魚沼市小出島)

内 相談内容

離婚問題、家庭や職場におけるトラブル、夫・パートナー等からの暴力、セクシャル・ハラスメントなど女性に関する人権問題

*秘密は厳守されます。

担当者 女性人権擁護委員

費 相談無料

問 新潟地方法務局南魚沼支局

☎0255・772・2164

使用済み天ぷら油の回収

「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)

ごみの減量や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。

11月の使用済み

天ぷら油の回収は

11月11日(月)～15日(金)

役場 午前8時30分～午後5時
公民館 午前9時～午後5時

※正面玄関前で行います

毎週火曜日

湯沢町資源ごみストックヤード(中子)
午前9時～午後4時

- ①水、天かす等の異物は取り除いてください。
- ②必ず油の入っていた容器に入れて出してください。(缶入り製品の場合のみペットボトル可)
- ③容器のフタはしっかり締めてください。
- ④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。

	2018年	2019年
4月	350 ㍗	380 ㍗
5月	100 ㍗	170 ㍗
6月	200 ㍗	320 ㍗
7月	120 ㍗	120 ㍗
8月	50 ㍗	100 ㍗
9月	200 ㍗	360 ㍗
10月	180 ㍗	
11月	300 ㍗	
12月	500 ㍗	
1月	30 ㍗	
2月	180 ㍗	
3月	180 ㍗	
合計	2,390 ㍗	1,450 ㍗

問 湯沢町役場 環境農林課

☎0255・788・0291

おし **ら** **せ** **他** **団体**
秋の全国火災予防運動が実施されます

11月9日④から15日⑤まで、秋の全国火災予防運動が実施されます。
 期間中、消防車両による巡回広報を行います。これからの寒い時期は暖房器具を使うようになりますので、火の取扱いには十分ご注意ください。

2019年度全国統一防火標語

『ひとつずつ
 いいね！で確認 火の用心』

問 南魚沼市湯沢消防署

☎025・784・3377

おし **ら** **せ** **町** **から**
**11月の粗大ごみ収集日と
 予約締切日のお知らせ**

粗大ごみをご自分で施設に搬入できない方は、予約していただくことで粗大ごみを収集します（有料）。

収集日

11月7日④（11月1日④締切）
 11月21日④（11月18日④締切）

申・問 環境農林課

☎025・7888・0291

い **べ** **ら** **せ** **県** **から**
**被害者支援フォーラム
 2019 in いがた**

日 11月23日④・⑤
 午後1時30分～4時まで

場 新潟ユニゾンプラザ多目的ホール
 （新潟市中央区上所2・2・2）

対 一般県民、支援団体

定員 250名（先着順）

内 **講演** 「悲しみを生きる力に」
講師 「ミシユカの森」主宰

入江 杏氏

費 入場無料

申 申込不要

主催

新潟県、新潟県警察、公益社団法人
 いがた被害者支援センター

後援

新潟県被害者支援連絡協議会

問 新潟県県民生活・環境部県民生活課

消費とくらしの安全室

☎025・280・5249

おし **ら** **せ** **他** **団体**
**赤十字救急法救急員
 養成講習会**

公認パトロール受験必須講習となっている、赤十字救急法救急員養成講習会を開催します。

日 11月23日④・⑤、24日④、12月1日④
 （3日間すべての受講が必要）

※基礎講習終了者は、受講の免除
 があります。

午前9時～午後5時
 （最終日は正午まで）

塩沢公民館

場 3,200円（テキスト代など）

持 84円切手を貼った返信用封筒、筆記
 用具、昼食、飲み物

※動きやすい服装でおいしくください。

対 **定員** 16人（先着順）

電話かファクスでお申し込みくだ
 さい。※締め切り 11月11日④

救急法修了者で、新潟県赤十字安
 全奉仕団南魚沼分団員として活動
 いただける人も募集しています。

問 南魚沼市社会福祉協議会
 地域福祉係

☎025・773・6911
 FAX 025・773・2223

おし **ら** **せ** **他** **団体**
**高齢者やその家族の
 相談窓口**

新潟県高齢者総合相談センターでは、
 高齢者やその家族の方々が抱えるいろ
 いろな心配ごと・悩みごとの相談を無
 料でお受けしています。

日 **一般相談**

毎週月曜日から金曜日

午前9時～午後5時

（祝日、年末年始を除く）

専門相談（要予約）

11月5日④、11日④、18日④、25日④

12月2日④、9日④、16日④、23日④

午後1時30分～4時

申・問

新潟県高齢者総合相談センター

（新潟市中央区上所2・2・2 新潟
 ユニゾンプラザ3階）

☎025・285・4165



湯沢町公民館の管理業務を行う事業者を募集します

公募型プロポーザル方式による湯沢町公民館管理等業務委託について

対象施設

- ①名称 湯沢町公民館
- ②所在地 湯沢町大字湯沢 2822 番地
- ③施設の概要
 - ・構造 鉄筋コンクリート造 3階建
 - ・建物面積 1,032.45 m²
 - ・敷地面積 3,282.71 m²

委託業務の内容

委託する業務の内容は次の通りです。
(詳細は、実施要領および仕様書によります。)

- ①施設管理業務
- ②備品管理業務
- ③貸館業務
- ④図書室業務
- ⑤公民館事業運営補助業務
- ⑥前各号に掲げるもののほか、教育委員会が必要と認める業務

委託期間

令和2年4月1日から令和7年3月31日までの5年間の予定です。



参加資格要件

平成30・31年度の湯沢町入札参加資格者名簿に登録されている者であること。なお、未登録の場合には、申請期限までに登録手続きを完了してください。(提出先は、総務部企画政策課財政係)

※その他応募資格の詳細は実施要領によります。

※実施要領および仕様書は湯沢町子育て教育部教育課生涯学習係(湯沢町公民館)で交付します。

参加申込の手続

①応募方法
応募に関する提出書類一式を湯沢町子育て教育部教育課生涯学習係(湯沢町公民館)へ提出してください。なお提出書類様式は、湯沢町子育て教育部教育課生涯学習係(湯沢町公民館)で交付します。

②受付期間

11月25日(月)～29日(金)まで

その他

①その他詳細については、実施要領および仕様書によります。

②この募集に関して不明な点や詳細については、湯沢町子育て教育部教育課生涯学習係(湯沢町公民館)にお問い合わせください。

問 子育て教育部教育課生涯学習係
(湯沢町公民館)

☎ 025 - 784 - 2460

FAX 025 - 784 - 3737

まちのうごき				
9月届出分		9月30日現在		前年比
出生	2	男	4,063	- 52
死亡	11	女	3,956	+ 1
転入	29	計	8,019	- 51
転出	34	世帯	3,803	+ 15

湯沢町の交通事故発生状況			
	2019年	2018年	増減
発生件数	22件	11件	+ 11件
死亡者数	1人	0人	+ 1人
負傷者数	27人	15人	+ 12人

(1月1日～9月30日)

人生100年時代。いつまでも元気で、住み慣れた地元で生活し続けることができますか？ 自分の力で用事をすませたり、外出を楽しむことができますか？ ちょっとしたケガや風邪で寝込んだ時に、少しのお願いができる仲間がいますか？ お互いさまができる交流を普段からしていますか？



介護予防事業の指導者の皆さん

「湯沢町の元気づくり教室」は、高齢者の元気を応援し、支え合いや交流、仲間づくりの応援をします。気軽に行えることから参加してみましょ。参加者、スタッフともに募集します。

けんこつ体操教室

転ばない身体づくり、日常生活に必要な
筋肉づくり、脳を刺激する体操

筋肉をつけて基礎代謝も高めます

- 血流を促し、血管の掃除
- 脳刺激で、物忘れ・脳卒中予防
- 筋刺激で筋力アップ

☆皆さんの身近な地域で開催しています。

参加費 1回200円

タオル・飲み物持参で直接会場へ。広報ゆざわ「NPO法人ユースポ！」のコーナーでも毎月お知らせ版でご案内しています。本紙19ページをご覧ください。



参加者の声

- ・みんなと笑って話が楽しい
- ・自分にとって笑いが良いと分かりました
- ・教室に参加する日は朝からテキパキと仕事が進む
- ・高齢者は話をすること、良く動くことが良いと思う
- ・膝の痛みが減った
- ・からだがほぐれる
- ・友達が増えた
- ・受診の間隔が長くなった

元気パワーアップ倶楽部

参加者の体力や体調にあわせて、
けんこつ体操・リハビリを行います

- 体調や体力にあった力加減で行える『筋刺激の体操』
- 脳の血流を促し活性化する『脳刺激の体操』『笑いヨガ』
- 物がおいしく食べられ、飲み込みが良くなる『お口の体操』などなど

○楽しくおしゃべりなどを交えながらの2時間です。

☆毎週水曜午前午後・金曜午後

参加費 500円 バス送迎があります



参加者の声

- ・楽しく、笑って、楽しみにしている
- ・身体の疲れがほぐれて気持ちが良い
- ・血圧が高かったけど今は調子よい
- ・色々な町内の人に会うのが楽しみです
- ・家では一人だが話ができ楽しい、仲間ができた

温水健康体操教室

水の特性をいかし効果的に運動をしています

- 浮力：膝や腰の関節への負担が少なく、楽に運動ができる
- 抵抗：動くだけで全身の筋力トレーニングになる
- 水圧：血管が収縮され血流が良くなる
- 水温：体温を上げようとして多くのエネルギーを使う



☆いろいろなタイプのクラスがあります。
(夜間クラスも含めて13クラス)



参加者の声

- ・雪かきが去年より頑張れた
- ・おしゃべりになりました
- ・普段動かさないところを動かせるのがよい
- ・力持ちになったような気がします
- ・足指屈伸の効果かつま先にも力が湧いてくる
- ・ストレス解消になり気分が楽になる
- ・教室が始まる前の15分間の会話が楽しい
- ・人づきあいが苦手なんだけど長くいっているせいか楽しいです
- ・医者にかからなくなった

参加費 1回600円程度(月謝、前納制)
(申し込み形態によりお得な設定もあります。)
バス送迎があるクラスもあります。

ひだまり

体操は自信がないけど、家から出かけて
仲間とお話しや音楽を楽しむ集まりです

ひだまり教室では、音楽療法士による音楽療法を行っています。

○音楽療法の効果

音楽には、人の生理的、心理的、社会的、認知的な面に働きかける力があります。健康づくりや介護予防、福祉的な専門知識をもつ音楽家でもある音楽療法士が、音楽の力と人との関わりを用いて多面的に参加者を元気にしていきます。



☆毎週水曜日午後 ☆月1回 音楽療法士による音楽サロンもあります。

参加費 200円 バス送迎があります

「おとなの元気づくり教室」の参加について 問い合わせ・申し込み先

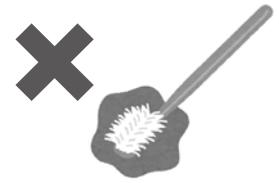
湯沢町健康増進課 湯沢町地域包括支援センター
(湯沢町保健医療センター横 湯沢町総合福祉センター内)

☎ 025 - 784 - 3000

下記を点検してみましょう！

①歯ブラシは広がっていませんか？

⇒ブラシが広がっていると、歯茎を傷つけてしまい汚れを落とすことが出来ません。
1か月に1回は交換しましょう。



②汚れの取れる歯磨きができていますか？

⇒歯間清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ）を使いましょう。
歯科医院ではご自身に合った歯間清掃用具を紹介しています。保険診療で歯科に関する相談ができます。



③定期的に歯科受診はしていますか？

⇒歯の痛みなどが無くても、健康診断と同じように1年に1回は、歯科健診を受けて、歯や歯ぐきなどの状態を確認しましょう。

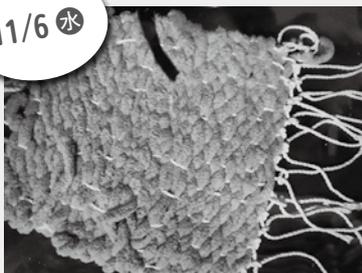


お口の健康づくりは、自分の取組と定期的な歯科受診やお口の中の清掃などが必要です。皆さんもかかりつけ歯科医と一緒に、自分の歯やお口の健康管理をしていきましょう。

もの作りひろば 参加者募集！

学校からの帰りにちょっと、地域交流センターに来てみませんか。
毎週水曜日、こんなことしています。

11/6 水



毛糸で編み物

11/13 水



クリスマスかざり

11/20 水



正月かざり

※作品はイメージです

時間 午後3時～5時の予定

会場 地域交流センター
(湯沢学園 地域交流棟 1階)

対象 小・中学生
※バス通学の小学生は、保護者の迎えとします。

参加費 1人 200円

申し込み 地域交流センターへ電話で申し込み
締め切り:それぞれの開催日の前日まで

問 地域交流センター 林
☎ 025-784-3033

さあ、始めよう！ ウォーキング！！



どのくらい歩いたらどのくらいのカロリーを消費できるの？

◆ ウォーキングの速さ、体重別の消費カロリー (kcal) は、

歩行速さ	体重	50 kg	60 kg	70 kg	80 kg
	時間				
普通歩行	10分	20 kcal	20 kcal	25 kcal	30 kcal
	60分	150 kcal	180 kcal	210 kcal	240 kcal
速歩	10分	25 kcal	30 kcal	35 kcal	40 kcal
	60分	200 kcal	240 kcal	280 kcal	320 kcal

出典：厚生労働省「健康づくりのための身体活動基準 2013」

◆ 食べ物は、どのくらいカロリーがあるの？

ビール 350 ml

食べ方にも注意して歩きましょう！

約 5000 歩 歩くと…
ごはん 100g (168kcal)

どらやき 1個 (60g)

プリン 1個 (140g)

アイスクリーム 1個 (90g)

秋葉山 トレッキング

この季節 おすすめ

ウォーキングコース

— ブナ林を観て、触れて、感じる —



登っていくと、杉木立に城平稲荷神社が。尾根にのると、豊受皇大神の大きな石碑に到着。ここからの眺望は素晴らしい。この先、低地には珍しいブナ林が出現。健脚者は秋葉山頂へ！

ブナ林まで、距離／約 2.3 km (うち約 1.3 km は登山道)
歩行時間／約 65 分 カロリー／約 100 kcal

問 健康増進課 ☎ 025 - 784 - 3149 NPO 法人ユースポ！ ☎ 025 - 785 - 2123

おいしい 食べきり運動

お家では、適量調理でいつも完食。

学校では、給食は毎日残さず食べる。

食堂・レストランでは、食べられる分だけ注文する。

もったいない！

魚沼地域定住自立圏 (魚沼市・南魚沼市・湯沢町)

日本の食品ロス（食べられるのに捨てられてしまう食品）は年間約 621 万トンで、世界食糧援助量の約 2 倍もあります。

食品ロスを減らす取組として、湯沢町、南魚沼市、魚沼市では共同で「おいしい食べきり運動」を実施しています。

ひとりひとり、できることから、食品ロス削減に取り組んで、ごみの減量化にご協力ください。食べものの「もったいない」をもう一度考えてみましょう。

問 環境農林課 ☎ 025 - 788 - 0291

ひとりひとり、できること

- お家では、適量調理でいつも完食。
- 学校では、給食は毎日残さずしっかり食べる。
- 食堂・レストランでは、食べられる分だけ注文する。
- 宴会では、開始後 15 分間、閉会前 10 分間は自分の席で料理を楽しむ。
- 小売店の方は、使い切り食材の販売（少量販売・ばら売り）を実施する。
- 飲食店の方は、小盛サイズメニューを提供する。

文化祭

湯沢町総合文化祭
開催のご案内

問 湯沢町公民館
☎ 025 - 784 - 2460

○作品展覧会 **会場** 湯沢町公民館

11月2日④～4日⑤・(振替休日)
午前9時～午後8時(4日は午後4時まで)
1階ロビー：お茶席(3日)・生花体験(3日)
人権啓発コーナー(2日・4日)
1階：陶芸・手工芸・生花
2階ホール：こども公民館教室作品・絵画・書道
写真・彫刻・切り絵・押し花など
3階会議室：図書譲渡会・湯沢学園作品展



○公民館こども教室作品

冬休みの子どもを対象にした公民館主催事業での成果作品を展示します。

○図書譲渡会

11月2日④～3日⑤・(文化の日)▽午前9時～午後8時
11月4日⑥・(振替休日)▽午前9時～午後3時

会場 3階会議室 **料金** 無料
・雑誌は、同じシリーズ2冊までと
させていただきます。

協賛事業

11月3日⑥・⑦は湯沢町にある雪国アート回廊参加施設見学へ！

『きり絵 関口コオミュージアム・湯沢』、『雪國の宿 高半「かすみの間」』の見学を希望される方には入館券をお渡ししています。ご希望の方は湯沢町公民館にてお受け取りください。また、湯沢町民の方に限り、『湯沢町歴史民俗資料館「雪国館」』の通常入館料が無料となります。ご住所の分かるものを資料館窓口でご提示ください。

加えて、湯沢町の三俣地区にある新潟県指定文化財 三国街道脇本陣跡池田家にも無料で入館できます。こちらはどなた様でも入館無料！ぜひお越しください。

ホテルスポーリア湯沢

「きり絵 関口コオミュージアム・湯沢」

入館時間 午前9時～午後6時

国際舞台で活躍されている関口コオ氏によるきり絵美術館です。

▷ホテルスポーリア湯沢 ☎ 025 - 784 - 1112

湯沢町歴史民俗資料館「雪国館」

入館時間 午前9時～午後4時30分

小説『雪國』ゆかりのものから雪国・湯沢の暮らしまで様々な展示を通して、物語の世界をお楽しみください。(雪国館パンフレットより)

▷湯沢町歴史民俗資料館「雪国館」

☎ 025 - 784 - 3965

雪國の宿 高半 「かすみの間」

入館時間 午前9時～午後5時

川端康成の小説『雪國』が執筆された「かすみの間」や展示室があります。

▷雪國の宿 高半 ☎ 025 - 784 - 3333

池田家無料開放

新潟県指定文化財 三国街道脇本陣跡池田家の入館も無料になります。江戸時代より三俣の地域にあり続けた史跡をご覧ください。



参加体験型プログラム

レジンでキーホルダー作り 11月3日(日)・(祝)

- 内容** 自身のアイデアとセンスでオンリーワンのレジンキーホルダー作りに挑戦してみましょう！
- 時間** 午前10時～正午、午後1時～3時
- 会場** 2階 練習室
- 講師** 島本 ますみさん
- 対象** どなたでもOK（材料・素材に限りがあります）
- 費用** 200円（材料費）

お茶席 11月3日(日)・(祝)

- 内容** 日本の文化と季節を感じながら、気軽にお茶と和菓子を楽しみましょう。
- 時間** 午前10時～午後3時
- 会場** 1階 ロビー
- 対象** どなたでもOK
- 費用** 300円 ※公民館窓口にて前売券も販売いたします。価格は同額です。
- 担当** 宗愛会

カリグラフィー体験 11月4日(月)・(振替休日)

- 時間** 午後1時30分～3時30分
- 会場** 2階 練習室
- 対象** どなたでもOK
- 内容** 専用のペンを使って文字を練習し、素敵なアルファベットカードを作ります。今年はグレードアップしてお花の描き方もレクチャーします！
- 費用** 無料 ※興味のある方は専用マーカーを購入することもできます。
- 担当** カリグラフィー教室

生花体験 11月3日(日)・(祝)

- 内容** 給水スポンジに生花を生ける体験ができます。花瓶に生けるのとはまた違った表情が楽しめますよ。
- 時間** 午前10時～正午、午後1時～3時
- 会場** 1階 ロビー
- 対象** どなたでもOK
（先着15セット。なくなり次第終了）
- 費用** 1作品につき500円
- 担当** 高橋 徳子さん

陶芸（絵付け）体験 11月4日(月)・(振替休日)

- 内容** 素焼きされた皿や湯飲みに自由に絵付けをします。作品は本焼きをして後日お渡しします。
- 時間** 午後1時～3時
- 会場** 3階 実習室
- 対象** どなたでもOK（先着15名）
- 費用** 1点300円（1名2点まで）
- 担当** 陶芸サークル



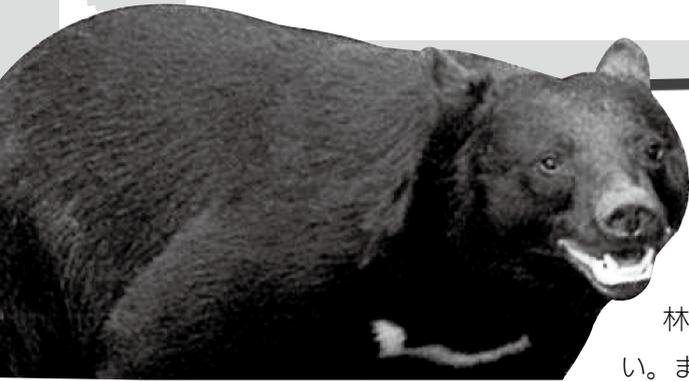
芸能発表会

- 日時** 11月10日(日)
開場 正午 開演 午後0時30分
- 会場** 湯沢町公民館 2階 ホール
- 主催** 湯沢町芸能協会・湯沢町公民館

※演目等は変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。



クマ出没注意！警戒を！！



6月上旬以降、町内でクマの目撃情報が多発しています。今秋は、ブナ等の堅果類が不作のため、畑の野菜、里山のクルミ・クリ・カキの実を狙って、クマが人里に出没する可能性が高くなります。

林に近いところでの畑作業や、散歩の際には十分に注意してください。また、キノコ狩り等で山に入る場合は、特に注意してください。

万一クマに出会ってしまったら

①とにかく落ち着く！

- ・遠くにいる場合は、そっと立ち去りましょう。
- ・近くにいる場合は、急に大声を出したり、物を投げたりすると、クマが興奮して危険です。落ち着いて騒がず、走らず、ゆっくりと後退しましょう。

②子連れのクマに注意！

子グマの近くには母グマがいると考えられ、大変危険です。

③攻撃が避けられないときは急所を守る！

クマが襲ってきた場合「死んだふり」は効果がありません。地面に伏せ、両手で頭部や首等の急所をしっかり守りましょう。

クマに出会わないために

①出没情報に注意する！

地域のクマの目撃情報を確認し、クマのいるところには近づかないようにしましょう。

②クマの痕跡に気をつける！

山中や畑で、糞や足跡等の痕跡を見つけたら、その場を早々に立ち去りましょう。

③頻繁に物音や声を出して歩く！

極力複数で行動し、鈴やラジオ等を鳴らし、自分達の存在をアピールしましょう。

④早朝や夕方は特に注意！

早朝、夕方の薄暗い時間帯はクマの活動が活発です。外出時には注意し、極力この時間帯を避けて行動しましょう。

こんな足跡にご注意！



10月3日～15日までのクマの出没状況

出没日	地域	状況	出没日	地域	状況
10月 3日	旭原	目撃	10月 10日	旭原	目撃
7日	上熊野	目撃	12日	土樽	目撃
8日	旭原	目撃	12日	旭原	目撃
10日	中里	目撃	14日	旭原	目撃
10日	岩原高原	痕跡	15日	岩原	目撃

※痕跡…足跡や果樹の枝折れ等

目撃情報は 役場または警察署へ

クマを目撃した場合や痕跡を見つけた場合は、直ちに役場または警察署に連絡してください。

問 湯沢町役場 環境農林課 ☎ 025 - 788 - 0291 南魚沼警察署 ☎ 025 - 770 - 0110

サル・クマの目撃情報などを随時更新しています

▶▶▶ 湯沢町鳥獣被害防止対策協議会ブログ <http://yuzawa-sarukuma.blogspot.jp/>

サルの出没にも注意！

湯沢地区の新幹線高架下周辺にニホンザル 1 頭が出没しています。現在、捕獲檻の設置や追い払いを実施しています。付近をお通りの際にサルを見かけた場合は、十分に気を付けてご通行してください。

なお、サルに食べ物を与えること（餌付け）で、サルが人慣れし、人間との距離が近くなります。結果として、人身被害（荷物を取られる、威嚇される）や家屋侵入につながりますので、サルを見かけても、決して食べ物を与えないでください。



クマやサルを引き寄せないために

① 人家周辺の誘引物の徹底除去！

生ゴミや不要となった農作物は放置せず、土に埋めるなど適切に処理しましょう。

また、カキやクリなどの果実は全量収穫するとともに、利用しない果樹は、可能であれば伐採しましょう。

② クマ・サルの出没しにくい環境整備！

集落や農地の周辺、川沿い等にクマ・サルの潜みやすいヤブや茂みがある場合は、刈り払いましょう。

「さる・くま情報メール」を配信します！

湯沢町鳥獣被害防止対策協議会では、町内に出没するサルの群れに、発信器を順次取り付けています。サルによる農作物被害を防止するため、発信器から受信したサルの群れの位置情報を、メール配信します。最寄りの群れの行動を把握することで、追い払いなどの対策にお役立てください。

また、クマの出没・目撃情報も併せて配信します。

配信期間	令和元年 5 月～ 11 月下旬（予定）
配信日時	平日午後（土日祝日は配信しません）
配信登録方法	タイトルに「さる・くま情報メール希望」と入力し、次のメールアドレスにメールを送信してください。

送信先アドレス▷ nourin@town.yuzawa.lg.jp

※上記アドレスからのメールを受信できるよう、メールの設定をしてください。

※登録は無料ですが、メールを受信するために必要な接続料・通信料等はご本人負担となります。

※配信登録を行ったにも関わらず、情報メールが届かないという場合は、湯沢町鳥獣被害防止対策協議会（事務局：環境農林課 ☎ 025 - 788 - 0291）へお問い合わせください。

○配信メールのイメージ【例】

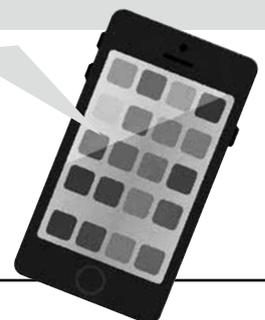
【サル情報】

発信機取付サル群の「本日の居場所」を送信します。

- ・ ch1 群（□□付近出沒群 142.940MHz）
本日：10 時 00 分、○○地内、△△付近

【クマ情報】

- ・ 本日 13 時 00 分頃、○○地内（△△付近）で、クマ（体長 1m 程度）の目撃情報がありました。



2019年11月5日(火)からスタート!

住民票とマイナンバーカードに 旧姓(旧氏)が併記できます!

旧姓(旧氏)を併記するためには、どうしたらいいの?

住民票に旧姓を併記するための請求手続きが必要になります。住民票に旧姓が併記されると、マイナンバーカードや公的個人認証サービスの署名用電子証明書にも旧姓が併記されます。

旧姓併記のための請求手続きは2段階!

STEP1

旧姓が記載された
戸籍謄本等を用意しましょう

入手方法は3種類!
①本籍地の市区町村に請求
②郵送で取り寄せる



用意ができたら
提出しよう!

STEP2

用意した戸籍謄本等と一緒に
マイナンバーカード(通知カード)を
持って、現在お住まいの
市区町村へ行こう!



※旧姓から現在の氏に繋がるまでのすべての戸籍謄本等が必要です。

問 町民課 ☎ 025 - 784 - 3453

秋の全国交通安全運動へのご協力、ありがとうございました!

秋の全国交通安全運動中の9月30日(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、湯沢町交通指導員とともに国道17号線沿いに交通指導所を開設しました。午前10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。

夏も過ぎ、日が暮れるのがとても早くなってきました。車のライトを早めに点灯することは歩行者や自転車に乗っている人を早く発見だけでなく、自分の存在を他の人に知らせる効果があります。夕暮れ時や天候が悪い時はライトを点灯し、交通事故を防止しましょう。



越後湯沢駅西口広場が完成しました

昨年から工事しておりました越後湯沢駅西口広場がこの度完成し、足湯が整備されましたので、どうぞご利用ください。なお、足湯は冬季含めて24時間利用可能です。



ハチロクゆかたまつり、湯沢夏まつり
参加させていただきありがとうございました！

ハチロクゆかたまつりでは、雪国館の前で子ども向けのブースを出させていただきました。ボールを転がして、自分の決めた枠に入れば賞品GET！というシンプルなゲームですが、一時は順番待ちの列ができるほどでした！子どもから大人まで楽しんでいただき、私たちも楽しみながら出店させていただきました。



『子ども向けのブースを出して、盛り上げてほしい。』と声を掛けていただき、どんなものが楽しめるか？自分たちに出来るか？を担当のメンバーで考え、準備していきました。今回のこの【アテテミーヤ】というゲームはありがたいことにかかなり好評で、微力ながら会場を盛り上げることが出来たのではないかと思います。そして、お手伝い、だけでなく、出店・運営、という形で参加させていただく貴重な場がまた一つ増え、自分たちのやる気にも繋がっています！
まだまだ、ALL YOUTH (オールユース)が出店していたと分らなかったり、どんな活動をしているかを知らない方も多いため、また少しずつこのような機会をいただきながら、町中を盛り上げていけたらと思っています！

湯沢夏まつりでは、とろりこ流しを担当させていただきました。どのくらい人が集まり、輪が出来るのか・・・さらに天気も怪しい中での生歌・生演奏を含めたふっつけ本番！でしたが、想像よりも踊りに参加してくれた方が多く、輪も大きく賑やかなものが出来ました。ご参加いただいた皆様、ご協力いただいた皆様、ありがとうございました！



湯沢中学校を卒業してからはとろりこ節を踊る機会が無くなり、この夏は十数年ぶりにとろりこを踊ることになりました。
現在、湯沢学園では運動会の時に保護者の方も交えて踊っているようですが、関係者でない若者達は地域のお祭り以外で踊ることはほとんどないのだろうなど実感しました。そしていざ踊ってみると、自分の踊りは小学校(土樽)の時に一生懸命覚えた振り付けを自然と踊っていて、後で「違ったよね。」と指摘されたのでした。
人前で踊ることに抵抗や恥ずかしさはありませんが、それが沢山の人の中の一人だと自然と気にしなくなり、むしろみんなも踊りましょう！という思いになることを、今回踊ってみて感じました。

湯沢にはもう一つ、残していきたい踊りがあることも知り、ぜひ来年はその踊りもこの会場で、沢山のひとと踊ることが出来たらと思っています！

1700物産!

縁が深まるフロの中

ぼろも便り

2019.10
第十五号
by
ALL YOUTH
YUZAWA

11月・12月の放送日は！**11月13日、27日*12月11日、25日**
第2・第4水曜日の19時～です！76.2MHz FMゆきぐに

11月のユースポ!



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

●☎ 785-2123 FAX 785-6911 ●受付時間 平日 9:00~18:30
●メール info@youspo.net ●ホームページ http://www.youspo.net



ユースポ! WEB
お気に入り登録!

ユースポ! 検索
http://www.youspo.net

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

岩原観光協会主催「飯士登山祭」に参加しよう!

めざせ! 山頂 1111 m! 11月11日 11時11分

360° 大パノラマの飯士山頂目指してのトレッキングと飯士めし(地元食材使用の昼食)のお振る舞い♪

ユースポ!も応援しています!お申し込みは岩原観光協会またはユースポへ!!

日 11月11日(月) 8:00~14:00

岩原スキー場中腹 第2ペアリフト乗場前集合

費 1,111円 申 10月31日(日) 締め切り

問い合わせ先 岩原観光協会

☎ 025-787-3476 FAX 025-787-3320

✉ iwappara@coral.ocn.ne.jp

URL▷ http://yuzawa.jp

※ユースポ!からもお申し込みできます!

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

初心者向けの講習会です。ひとりでも利用できるようにマシンの使い方や効果的な筋トレのやり方を伝授します。



日 11月15日(金) 10:00~11:30 対 16歳以上

場 湯沢カルチャーセンター・トレーニング室

費 ユースポ!会員 300円 非会員 600円

※トレーニング室使用料は別途必要です。

持 タオル、飲み物、内履き、会員証(ユースポ!会員の方のみ)

服 運動のできる服装

申 事前申し込みは不要です。当日ユースポ!窓口へ直接お越しください。

ヒップホップ第3期が11月1日から始まります♪

ヒップホップA

対象

保育園・幼稚園年少~小学1年生
毎週金曜 16:30~17:30

ヒップホップB

対象

小学2~3年生
毎週金曜 17:35~18:35

ヒップホップC

対象

小学4~6年生
毎週金曜 17:35~18:35

ダンスに必要な柔軟性を養うためにマット運動等も取り入れた基本レッスンです。イベントへの出演を目指します。

期間 第3期(全11回)

11月1日~令和2年1月24日
(11月8日、1月3日はお休み)

定員 20名

会場 湯沢カルチャーセンター

費用 会員:6,000円 非会員:9,600円



苦しくないスポーツ ストレッチ

春夏秋冬、年4回開催のストレッチ【秋期】が
始まります

30分ほどかけて全身のストレッチをするとすごく身体が
ラクになり気持ちもスッキリしますよ♪

日 11月5日、12日、19日、26日、12月3日（火曜日）
18:20～19:00

場 湯沢カルチャーセンター 対 中学生以上

費 1回 ユースポ! 会員 200円 非会員 300円

持 タオル・飲み物等をご持参ください。
会員証（ユースポ! 会員の方のみ）

服 運動のできる服装

申 ユースポ! 窓口にて料金を添えてお申し込みください。

ジュニア合同トレーニング

ボールを使ってコーディネーショントレーニング

ボールを使って頭も使って、楽しくトレーニング♪
体を巧みに動かそう!!

日 11月18日⑧ 19:00～20:30

場 湯沢カルチャーセンター

対 小学生 費 無料

持 内履き・タオル・水分等

服 動きやすい服装

申 11月15日⑨ 締め切り



おやこでGENKI教室

なわで遊ぼう

なわとびが上手にとべるようになるコツは
もちろん、なわを使っていろいろな運動能力
を引き出します。何をやるのかは当日のお楽
しみ♪



日 11月15日⑨ 19:00～20:30

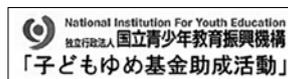
場 湯沢カルチャーセンター

対 保育園・幼稚園年少～小学3年生とその保護者

費 無料 持 室内履き・タオル・水分等

服 運動のできる服装

申 11月14日⑩ 締め切り



健康ウォーク 歩いてマンボ♪

目指せ、1か月20万歩!

- ▷ エントリー費……エントリーした日から1年間 600円
- ▷ エントリー方法…ユースポ!事務局(カルチャーセンター内)、
保健センター、または湯沢町公民館へ料
金を添えてお申し込みください。

※20万歩に達成した月は共同浴場無料招待券進呈。エントリー時にお渡しした記録票をご持参ください。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) 10月20日20万歩に達した→11月1日より無料招待券進呈

▷希望者には歩数計貸出あり（先着順）

▷特典：カルチャートレーニング会員3か月券が

1,200円→1,000円 ※ご利用時、要記録票提示。

◀8月 歩数 TOP 5▶

RANK	歩数	RANK	歩数
1	941,057	4	461,164
2	609,175	5	459,132
3	571,664		

毎月開催しています!

けんこつ
体 操

転倒予防のための筋肉や骨を
鍛える運動です!
誰でもOK!
気軽にご参加ください。

申し込み不要です。参加できる会場へどちらでも
お気軽に足をお運びください。

問 地域包括支援センター ☎ 025 - 784 - 3000
NPO 法人ユースポ! ☎ 025 - 785 - 2123

会場	開催日	時間
神立中央集会場（田中）	8日⑤ 22日⑤	10:00～11:30
神立中央会館（栄町）	12日⑥ 26日⑥	
農山村総合開発センター	5日⑦ 12日⑦	
	19日⑦ 26日⑦	
下湯沢公民館	6日⑧ 20日⑧	
総合福祉センター	1日⑨ 8日⑨	
	15日⑨ 22日⑨	
	29日⑨	

持ち物 タオル、飲み物 参加費 1回 200円

※2019年度は笑いヨガの定期教室は実施しません。

❖ ❖ ❖ 11月の暦 ❖ ❖ ❖

保健・福祉行事の日程をお知らせします

保健衛生行事

日	種 目	対 象	受 付 時 間	会 場
5日㊟	骨粗しょう症検診	年度末年齢40、45、50、55、60、65、70歳になる女性。 対象者には通知書が発送済。申込者(要予約)のみ。定員：午前5名、午後8名	8:30～9:00 14:00～16:00	健康増進施設
11日㊟	子宮頸がん検診	申込者(要予約) 20歳以上の女性、前年度受けていない人	10:00～10:15	健康増進施設
12日㊟	乳がん検診	申込者(要予約) 40歳以上の女性、前年度受けていない人	13:30～15:00	湯沢町総合福祉センター
20日㊟	子宮頸がん検診	申込者(要予約) 20歳以上の女性、前年度受けていない人	10:00～10:15	健康増進施設
28日㊟	骨粗しょう症検診	年度末年齢40、45、50、55、60、65、70歳になる女性。 対象者には通知書が発送済。申込者(要予約)のみ。定員：午前5名、午後8名	8:30～9:00 14:00～16:00	健康増進施設
毎週 ㊟・㊟	施設検診	申込者(要予約)	8:30～9:00	健康増進施設

*予約先は健康増進施設(☎025-785-5005)です。

乳幼児の保健衛生行事

日	種 目	対 象	時 間	会 場
5日㊟	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	総合福祉センター
12日㊟	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	
14日㊟	3歳児健診	平成28年8月～9月生まれ	12:50集合	
19日㊟	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	
21日㊟	4か月児健診	令和元年6月～7月生まれ	13:00集合	
	10か月児健診	平成30年12月～平成31年1月生まれ	13:00集合	
26日㊟	6か月児健診	平成31年4月～令和元年5月生まれ	9:30集合	
	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	

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
○予約受付時間 月～金曜日の午後2時～4時

障がい者地域生活支援事業

事業名	実施主体	電話番号	日程・内容(*は軽作業を行います)				会場・時間
ふれあいサロン (毎週火曜日)	湯沢町 社会福祉協議会	784-4111	5日*	12日*	19日*	26日*	湯沢町公民館 1階和室
コスモス (毎週木曜日)	相談支援センター みなみうおぬま	770-1331	7日 ヘルス チェック	14日 保健師による 感染症予防講座	21日 調理実習	28日*	10:00 ～15:00

*初めて参加される方は保健センターまでご連絡ください。

*参加費50円と主食(ご飯など)が必要です。調理実習や行事の日は予約が必要です。参加費等が異なりますので担当までお問い合わせください。

このページ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。

11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
整形外科	午前	高田	宮崎	—	高田	角田 1日休診	9日高田
	午後	高田	宮崎 (3:00~4:30)		高田	角田 1日休診	
外科	午前	—	—	休診	—	—	—
	午後	—	—		—	—	
内科① 予約あり	午前	井上	浅井	小坂	浅井	土屋	—
	午後	井上	田所 26日休診		小坂	浅井	
内科③ 予約あり	午前	田所 25日休診	小林(聡)	井上 6日休診	土屋	西谷	—
	午後	高橋	井上 5日休診		—	—	
内科⑤ 予約なし	午前	—	西谷	—	西谷	—	担当医師
	午後	—	西谷 (3:00まで)		—	—	
内科⑥ 予約なし	午前	小坂	井上 5日担当医師	西谷	井上	田所	担当医師
	午後	浅井	土屋		担当医師	小坂	
眼科	午前	岸 (10:00まで)	—	—	久米川 (10:00まで) ①コンタクト外来 14日・28日のみ	—	9日担当医師 (10:00まで)
	午後	岸 (再診予約診察のみ)	—		久米川 (再診予約診察のみ)	—	
小児科	午前	有本	—	有本	21日中島	—	—
	午後	—	—		21日中島 (2:30~3:15)	—	
検査 (内視鏡)	午前	西谷	田所	浅井	小坂	井上	—
	午後	西谷	西谷		西谷	—	
②睡眠外来 (基本 第2木曜日)	午前	—	—	—	14日竹内(暢)	—	—
	午後	—	—		14日竹内(暢)	—	
③歯科	午前	笠原 25日休診	笠原	笠原	笠原	笠原	笠原 9日・30日休診
	午後	笠原 25日休診	笠原	笠原 13日・27日担当医師	笠原	笠原	
④口腔外科	午前	—	—	担当医師 13日・27日のみ	—	—	—
	午後	—	—	担当医師 13日・27日のみ	—	—	

◎水曜日の午後(歯科以外)・土曜日の午後・日曜日は休診です。救急の患者様は担当医師が対応します。

- ①眼科 …… 眼科のコンタクト外来は完全予約制です。【☎025-780-6543】へお問い合わせください。
- ②睡眠外来 …… 診察は完全予約制です。主治医、地域家庭診療部の医師、または患者相談室までお問い合わせください。
- ③歯科・④口腔外科 …… 診察は完全予約制です。【☎025-780-6544】へお問い合わせください。

受付 午前：8時30分～11時30分 ※眼科はすべての曜日で10時までです。
 午後：1時30分～4時30分 ※月・木曜日の眼科は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。
 ※木曜日の小児科は3時15分までです。

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

その他 「予約あり」の診察では予約がある方が優先となります。
 都合により担当医が一部変更・休診となる場合があります。
 往診、訪問診療、健康診断も適宜行っています。

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

救急医療

次の病院に電話で症状を伝えてください。
重症（意識がないなど）の場合は119番で救急車を呼んでください。

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

- ・電話での指示に従って受診ください。
- ・スタッフの状況などで、症状に応じて他の医療機関を案内する場合があります。
- ・緊急度や重症度の高い順に対応するため、診察の順番が前後し、待ち時間が長くなる場合があります。
- ・休日や夜間は、人員や検査体制が十分ではありません。できる限り、通常の診療時間に受診してください。

- 新潟県「救急医療電話相談」大人(概ね 15 歳以上の方)を対象
☎ 025-284-7119 (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。(毎日 午後 7 時～翌朝午前 8 時)

- 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 (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。
(毎日 午後 7 時～翌朝午前 8 時)

町長茶室



田村町長と直接お話しませんか？



気楽な雰囲気の中で、町民の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。

11月の開店日

11月29日(金) ①午前 9時～ 9時50分
②午前10時～ 10時50分

締め切り

11月22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、もしくはファクスで申し込みが必要です。

※申し込みは2組までとし、先着順とさせていただきます。

申・問 企画政策課

☎ 025 - 784 - 3454

FAX 025 - 784 - 1818

湯沢町 ふれあい福祉健康 フェスティバル

入場 11月3日(日・祝)
無料 午前9時30分～午後2時

会場 湯沢カルチャーセンター
(会場が変わりました。)

みんなで餅つき大会
午後1時～

風船プレゼント
湯沢町共同募金委員会

ポップコーン・
綿あめなど

射的・輪投げ

他にもたくさんのイベントコーナーや体験コーナーがあります。皆さまのご来場お待ちしております。

問 湯沢町社会福祉協議会 025 - 784 - 4111

ご逝去お悔やみ申し上げます

9月14日	角谷	リヤウさん	(古野一、100歳)
9月15日	南雲	金三郎さん	(下熊野、92歳)
9月21日	南雲	清さん	(古野一、86歳)
9月23日	高井	由晴さん	(松川、91歳)
9月26日	富沢	金二さん	(二俣一、85歳)

※10月1日までの届け出分。

※広報に掲載してほしくない場合は、届け出の際に申し出てください。

広報ゆざわの音声訳CDあります。

ご希望の方は社会福祉協議会まで。TEL 784・4111