

ゆざわ

本日はアルペンスキーW杯最終日。
選手や運営の皆さまに激励と感謝の意を込めて。

君と一緒に暮らす町



おしらせ
町から
人口の状況を考えるワーク
シヨップを開催します

令和2年度より湯沢町総合戦略（2020～2024）がスタートします。その前提となった「湯沢町人口ビジョン」および湯沢町の人口の状況について理解を深めるワークシヨップを開催します。

日 3月15日⑩

午後1時15分～3時40分（予定）

場 きら星ベース（旧中央保育園）

内 ミニ講演会、ワークシヨップ

※ワークシヨップ終了後（3時40分）に懇親会（お菓子とお茶）を開催します。
※詳細は湯沢町ホームページをご覧ください。

対 40歳以下の町民20名（先着順）

託児はありませんがお子さま連れもOKです。

費 無料

持 筆記用具

企画政策課まで電話、メールでお申し込みください。

締め切り 3月9日⑩ 午後5時

問 企画政策課

☎025・784・3454

✉kikaku@town.yuzawa.lg.jp

おしらせ
他団体
雪国観光圏シンポジウム
開催のご案内

日・内 開催日 2月28日⑤

スケジュール

▽午後1時～2時30分

基調講演

「観光における文化財活用について」

講師：新潟大学 教授 澤村 明

▽午後2時45分～4時45分

シンポジウム

「雪国文化に触れる旅

― 歩く・学ぶ・食べる―

【パネリスト】

新潟大学 教授 澤村 明

一般社団法人雪国観光圏

代表理事 井口 智裕

津南町教育委員会 佐藤 信之

魚沼市教育委員会 藤本 玲子

【コーディネーター】

雪国観光圏ブランドマネージャー

フジノケン

湯沢町公民館 ホール

場 参加費 無料

費 定員 100名

対 申込締切 2月25日⑩

申 申込先

一般社団法人雪国観光圏事務局

主催 雪国観光圏推進協議会

主管 一般社団法人雪国観光圏

企画 雪国文化研究ワーキンググループ

後援 湯沢町

問 一般社団法人雪国観光圏事務局

☎025・785・5353

FAX 025・785・6767

✉info@snow-country.jp

おしらせ
町から
湯沢町プレミアム付商品券
お急ぎください！

販売期限・使用期限が迫っています

商品券を使用する方へ

・商品券の販売期限は、**令和2年2月28日⑤**です。お早めに購入ください。

・商品券の使用期限は、**令和2年3月1日⑩**です。

※商品券の払い戻しはできません。期限までに使用してください。

商品券の取扱店となっている事業者の方へ

・商品券の換金申込期限は、**令和2年3月17日⑩**です。この日を過ぎると換金ができませんので、忘れずに手続きをしてください。

問 観光商工課 ☎025・784・4850

おし
らせ
町から
湯沢町ホームページを
リニューアルします

湯沢町ホームページのデザインを利用される皆さまがより利用しやすくなるよう、リニューアルすることになりました。

リニューアルに伴い、URLが変更となるページがあります。今までお気に入り登録していたページが閲覧できない場合は、新たに検索・登録の直しをお願いします。

日 切り替え日 2月28日(金)

新ホームページについて

新しいホームページは、雪国湯沢に積もった雪に明るく差し込む光と温泉の白く温かい湯気をコンセプトにしたビジュアルで、利用する方が温かみを感じられるようなデザインとなっています。

また、スマートフォンやタブレット端末での利用に対応するため、使用している画面の大きさに合わせてデザインが切り替わったり、全体的に余白を広くとったりして、より利用しやすい画面構成となっています。

イ
ン
町から
川上四郎記念第24回越後
湯沢全国画展 作品展

全国各地から集まった応募総数261点より選ばれた入賞入選作品51点のほか、貴重な川上四郎原画作品を展示します。



日 3月7日(土)～3月16日(日)

午前9時～午後6時

※最終日3月16日は午前9時～午後4時

※初日3月7日は表彰式終了後、作品解説会を午前11時30分頃より実施します。

表彰式に出席される作者の方から、作品への思いなどをお聞きしながら鑑賞することができ、機会とする予定です。一般の方もご参加いただけます。

場 湯沢町公民館 2階 ホール
費 入場無料

問 湯沢町公民館

☎025・784・2460

おし
らせ
町から
3月9日(日)より受付開始
障がい者タクシー利用券

障がいのある方の経済的負担を軽減し、積極的に社会参加をしていただくよう、町ではタクシー利用料金の一部を利用券により助成しています。利用券は1枚につき500円となります。

対 利用できる方

町内に住所がある身体障害者手帳(1～3級)、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳いずれかの交付を受けている方

申請・利用方法

①印鑑と身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持参のうえ、福祉介護課(湯沢町総合福祉センター内)で交付申請をしてください。3月9日(日)より受け付けします。申請書は町のホームページからもダウンロードできます。

②タクシー利用券は、年間分として最大24枚交付されます。ただし、申請の時期により交付枚数が次のとおり変更になりますのでご注意ください。

6月までに申請の場合………24枚
7～9月までに申請の場合………18枚

申・問 福祉介護課 福祉係

☎025・784・4560

10～12月までに申請の場合………12枚
1～3月までに申請の場合………6枚
③タクシー料金を支払う際に身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を提示し、利用券をお渡しください。一回の乗車で最大6枚(3,000円)まで利用できます。ただし、運賃を超えての利用はできません。助成額を超える分については自己負担となります。

※有効期限が2020年3月31日までの利用券(ミドリ色の券)は、4月以降は使用できません。余った利用券は福祉介護課にお返しになるか、各自で破棄願います。



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。

詳しくは広報ゆざわ1月26日号や町ウェブサイトをご覧いただくか、環境農林課までお問い合わせください。

問 環境農林課

☎025・788・0291



募 **集** **他団体**
花まつり・ゆざわ
飲食コーナー出店者募集

第28回「花まつり・ゆざわ」が4月29日(昭和の日)に湯沢中央公園において開催されます。イベント開催にあたり、飲食コーナーの出店者を募集します。

対 **出店資格**

・湯沢町商工会または、湯沢町観光協会の会員であること

・花まつり・ゆざわ実行委員会が認めるもの

費 **出店料・区画**

1区画：5,000円(テント代)

大きさ1K×2K

申 **締め切り** 3月10日☉

申 **込方法**

湯沢カルチャーセンター窓口へ備え付けの申込書に記入の上、提出してください。(申し込み多数の場合は、内容を審査後、出店者に連絡します。)

注意 **事項**

①テーブル(180cm×45cm)、椅子は、実行委員会で用意します。

②食品(調理)を扱う出店については、保健所の許可が必要になります。

ます。(※臨時飲食店営業を申請してください。)

問 花まつり・ゆざわ実行委員会事務局

(湯沢カルチャーセンター内)

☎025・784・1511

おし **らせ** **町から**
閲覧のご案内

平成31年3月に実施した人・農地プラン営農意向調査アンケート結果の「農地の受け手・出し手」に関する圃場(ほしや)を色分けした地図を作成しました。次の日程により閲覧ができます。

日 **閲覧開始日**

2月25日☉から

(土曜・日曜・祝日および年末年始を除く午前8時30分～午後5時15分)

場 **閲覧場所**

湯沢町役場産業観光部環境農林課

問 環境農林課

☎025・788・0291

おし **らせ** **町から**
下水道事業計画変更案
縦覧のご案内

公共下水道事業計画および特定環境保全公共下水道事業計画の計画変更案の縦覧を行います。今回の主な変更点は、湯沢処理区に土樽・松川処理区を接続し、下水道事業の効率化を図るものです。

案についてご意見のある方は、意見書提出することができます。

日 **縦覧期間**

3月10日☉～3月24日☉

(土曜・日曜を除く午前8時30分～午後5時15分)

場 **縦覧場所**

湯沢町役場地域整備部上下水道課
 〒949・6192 湯沢町大字
 神立300番地)

申 **意見書の提出**

住所、氏名および電話番号を記載した意見書(様式自由)を3月24日☉までに縦覧場所に提出してください。

問 上下水道課

☎025・784・4853

おし
らせ
町から
令和2年度ごみ収集
カレンダーの配布について

令和2年度のごみカレンダーは、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月中旬に町ウェブサイトに掲載します。)

また「ごみの分け方・出し方」ガイドブックにつきましては役場環境農林課・公民館・資源ごみストックヤードにてお渡しできますのでご利用ください。

問
環境農林課

☎0255・7888・0291



おし
らせ
他団体
家族相談会開催の
ご案内

ギャンブル依存症問題を抱える
ご家族に向けた家族相談会



ギャンブル依存症問題を考える会・新潟支部では、ご家族内にギャンブルの問題でお困りのご家族の方向けに、相談会を行います。家族のギャンブルの問題で苦しんでいた当会のスタッフと共に、家族の依存症の問題からの解決策をさがして行きませんか？少人数制で私達の体験談を交えながら、ご質問や、ご不安な点にお答えいたします。ご家族の依存症の問題で誰にも相談できないとお悩みの方、どうぞ勇気ある一歩を踏み出してみてください。

日 3月9日(月) 午後2時～4時
場 社会福祉法人南魚沼市社会福祉協議会(新潟県南魚沼市小栗山303番地1)
費 参加費 無料

※会場はお借りしているだけです。お問い合わせは左記までご連絡ください。
※完全予約制・見学はお断りいたしております。

申・問

ギャンブル依存症問題を考える会
新潟支部
☎080・9555・6332
✉kangaerukai.niigata@gmail.com

おし
らせ
町から
商工業者対象の
無料法律相談会

湯沢町商工会において、弁護士による個別の法律相談会を開催します。
(※秘密厳守)
相談は予約制となっておりますので、ご希望の方は、湯沢町商工会までお気軽にお問い合わせください。

日 3月24日(水)
午前10時～正午(1件30分程度)
場 湯沢町商工会
申・問 湯沢町商工会
☎0255・784・2522

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。

3月の使用済み

天ぷら油の回収は

3月16日(月)～19日(木)

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。

	平成30年度	令和元年 (平成31年)度
4月	350	380
5月	100	170
6月	200	320
7月	120	120
8月	50	100
9月	200	360
10月	180	170
11月	300	120
12月	500	260
1月	30	20
2月	180	
3月	180	
合計	2,390	2,020

問
湯沢町役場 環境農林課

☎0255・7888・0291

おし
らせ
町から

3月の行政相談

行政相談は、行政相談委員が国の行政に関する相談を聞き、制度や運営の改善に活かすための仕組みです。
佐藤清美相談員による行政相談の日程は次のとおりです。

日 3月10日(火) 午後1時30分～
場 湯沢町公民館 会議室1

問 総務管理課 総務係

☎025・784・3451

おし
らせ
町から

3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)。

日 収集日

3月12日(水) 3月9日(月) 締め切り
3月26日(水) 3月23日(月) 締め切り

申・問 環境農林課

☎025・788・0291

おし
らせ
町から

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.yuzawa-town@
raiden.ktaiwork.jp



問 総務管理課 防災管財係

☎025・784・3451

イ
ン
ト
他団体

猫の譲渡会

日 3月15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
町から

訂正とお詫び

2月9日に発行した「広報ゆざわ」において表記に誤りがありました。次のとおり訂正します。

皆さまにご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げます。

〇24ページ「あなたの『湯沢暮らし』フォトコンテスト」募集期間

《修正前》

令和元2月7日(金)～3月16日(月)

《修正後》

令和2年2月7日(金)～3月16日(月)

第15回 南魚沼吹奏楽フェスティバル

～響け！復興のハーモニー～

南魚沼市郡内の吹奏楽部と魚沼吹奏楽団、筑波大学吹奏楽団が一堂に会しての演奏会！総勢170名による迫力ある演奏をお楽しみください！！

日 3月15日(日)

開演：午後1時(開場：午後0時30分)

場 南魚沼市民会館 大ホール

費 入場無料 お気軽にお越しください。

出演団体

湯沢中学校 塩沢中学校
八海中学校 六日町中学校
大和中学校 六日町高校
魚沼吹奏楽団 筑波大学吹奏楽団

■主催 南魚沼吹奏楽フェスティバル実行委員会
公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社

■後援 南魚沼市教育委員会、湯沢町教育委員会



問 南魚沼市民会館 ☎025-773-5500

作りませんか？ マイナンバーカード

役場での申請サポート体制も強化しています

町では、国の「マイナンバーカードの普及とマイナンバーカードの利活用の促進に関する方針」の決定を受け、町民のみなさまのマイナンバーカード取得をサポートしています。マイナンバーカードの申請方法をご紹介します。

暮らしを便利に！ マイナンバーカードのメリット

①身分証明書になる！

マイナンバーの確認と本人確認がこれ1枚でできます。

顔写真つきの公的証明書を持っていない方もこれなら安心！

②各種行政手続きのオンライン申請などに！

確定申告をはじめとする各種行政手続きのオンライン申請に利用できます。



③マイナポイントでお得にお買い物（令和2年9月～） 予定

最大2万円のキャッシュレス決済に対し、5,000円分のポイントが付与されます。（予定）

あらかじめパソコンまたはスマートフォンからマイナンバーカードを使用して「マイキーID」を設定する必要があります。役場窓口ではマイキーID設定サポートサービスを実施しています。

④健康保険証としても利用できる（令和3年3月～） 予定

令和3年3月（予定）からマイナンバーカードが健康保険証として使えるようになります。

マイナンバーカードは持ち歩いても大丈夫です

マイナンバーカードの安全対策 万一のときもご安心ください

○紛失・盗難した場合は、24時間365日体制で一時利用停止の手続きが可能です。

○アプリごとに暗証番号を設定し、一定回数間違えると機能がロックされます。

○不正に情報を読みだそうとすると、ICチップが壊れる仕組みになっています。

※ICチップ部分には、税や年金、病歴などの個人情報は記録されません。



サル出没注意



湯沢地区の新幹線高架下周辺にニホンザルが出没しています。

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。

問 環境農林課 農林係 ☎ 025 - 788 - 0291

マイナンバーカードの申請方法

1. 郵 送

申請書に必要事項を記入し、顔写真を貼り付けた上で郵送する。

※郵送用封筒が無い場合、申請書を役場にお持ちいただければ郵送します。

2. スマートフォン・パソコン

- ①顔写真を撮影して保存する。
- ②申請用WEBサイトでメールアドレスを登録。
(スマートフォンの場合は、申請書のQRコードを読み取る)
- ③送られてきたURLにアクセス。顔写真を登録し、必要事項を入力する。

3. 申請サポート（役場町民課）

- ①申請書と本人確認書類（2点）を役場に持参する。
- ②顔写真を撮影してもらい、オンライン申請をする。
- ③暗証番号設定依頼書に記入する。

通知カードの下部がマイナンバーカードの申請書となっています。

申請書部分がない場合、また通知カードそのものを紛失等によりなくされた場合は、役場町民課にご連絡ください。



※一部の証明用写真機からも申請可能です。(有料)

マイナンバーカードができるまで約1か月かかります

●上記の申請方法1・2で申請した場合

役場から「交付通知書」が届きます。申請者本人が本人確認書類（2点）を持参して、役場まで受け取りにいきましょう！

●上記の申請方法3で申請した場合

申請時に本人確認と暗証番号の設定依頼が完了しているため、カードが「本人限定受取郵便」で郵送され、ご自宅で受け取ることができます！

普及推進に向けた取組（来年度より）

- ◆地域や企業への出張申請サービスを実施します。(無料写真撮影とオンライン申請をサポートします。)
希望する町内、団体、企業より申し込みを受け付けます。

問 マイナンバーカードに関すること 町民課 ☎ 025 - 784 - 3453
マイキー ID に関すること 企画政策課 ☎ 025 - 784 - 3454

まちのうごき

	1月届出分	1月31日現在	前年比
出生	5人	男 4,194人	+ 33
死亡	9人	女 4,132人	+ 81
転入	79人	計 8,326人	+ 114
転出	18人	世帯 4,117人	+ 174

湯沢町の交通事故発生状況

	2020年	2019年	増減
発生件数	1件	4件	- 3
死亡者数	0人	1人	- 1
負傷者数	3人	4人	- 1

(2020年1月1日~1月31日)

町の奨学金貸与制度と就学援助制度のご案内

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
- ⑦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
- ⑧日本国外の学校で、教育委員会が⑦に定めるものと同等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）
- ⑨独立して生計を営む者
- ⑩町税等を完納している者
- ⑪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（第四銀行、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2日(月)～3月31日(火)

- 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、教育課学校教育係にあります。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▷子育て・教育▷学校教育の助成・補助金▷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（教育課学校教育係にあります。）
- ②添付書類
- 源泉徴収票、町民税の課税証明書、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、国民年金掛金、国民健康保険料（税）の減免および免除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2年度分受付 4月1日(水)～30日(木)

問 湯沢町教育委員会教育課学校教育係
☎ 025 - 784 - 2211

越後湯沢温泉冬イルミネーション6週間

湯沢温泉通り 光で彩る6週間

会期 3月1日(日)～4月10日(金) 午後4時～9時

2020冬、湯沢温泉通りが装いを一新、イルミネーションの光で6週間彩られます。
好評の「雪まつり」も音楽と花火のコラボレーションで色を重ねます。

湯沢の音楽冬花火 3月6日(金)は音楽ステージ&花火のコラボレーション

第68回 越後湯沢温泉 雪まつり

お楽しみイベントスケジュール

日時 3月6日(金) 午後7時～9時

会場 湯沢高原 山麓ステーション横

19:30	オープニング～町長あいさつ	20:20	竜馬 ステージ
19:40	新ミス駒子披露	20:50	花火&竜馬コラボレーション
19:50	RYUTist ステージ	21:00	フィナーレ

少雪のため、松明滑降・雪中神輿は中止になりました。
また、会場変更に伴い、露天商の出店は行いませんので交通規制はございません。

問 一般社団法人越後湯沢温泉観光協会（雪国観光舎内） ☎ 025 - 785 - 5353

降雪シーズンにあたり 次のことに気をつけましょう

町民の皆さまや町を訪れるすべての方がおたがい安全に過ごせますよう、ご協力をお願いします。

側溝のふた・グレーチングふたを閉めましょう

除雪作業にともない、道路側溝のふた・グレーチングふたを開けたままにしておくのは、自動車や通行者に対して大変危険です。他県では側溝や用排水路への転落死亡事故も起きています。

作業中も十分注意するとともに、作業が終了したら、必ず閉めましょう。



雪道の運転では「シッパネ条例」を守りましょう

平成27年より「湯沢町シッパネ被害根絶に関する条例」が施行されています。

ドライバーの皆さんは、歩行者にやさしい運転を心がけましょう。

そして、冬は多くのお客さまが来町されます。シッパネに気を付けるよう、またシッパネを飛ばさないよう町民自らがお伝えし、「人にやさしい観光の町・湯沢」を目指しましょう。



問 環境農林課 環境交通係 ☎ 025 - 788 - 0291

「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。
令和2年度の受付を3月から開始します。始めての方は体験参加もできますのでまずは気軽にご相談ください。

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：32度ほどの温水 エネルギー代謝を促進

☆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。

元気パワーアップ倶楽部

椅子に座った姿勢で体力や体調にあわせて、
けんこつ体操・笑いヨガを行います

- 体調や体力にあった力加減で行える『筋刺激の体操』
『良い姿勢づくり』
- 脳の血流を促しところを活性化する『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て楽しい、仲間ができた
- ・心地よいだるさ ・体が若返ったみたい

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で活動量を維持、
脳を刺激する体操で気持ちも若く



- 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
- リラクゼーション・ストレッチで疲労回復、バランス力向上

☆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 17 ページをご覧ください。お問い合わせはユースポ！（☎025-785-2123）もしくは地域包括支援センターまで。

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、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

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 ☆第2水曜日は音楽療法士による音楽サロンとなります。

参加費 200円 バス送迎があります

令和2年度6月10日・10月14日のひだまり教室、音楽療法の会は、どなたでも体験参加できます。

※この会は、送迎はありません。会場に自力で来場できる方のみ事前に担当課まで申し込みしてください。

「湯沢町の元気づくり教室」 参加申し込み先

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

湯沢町ファミリー健康プラン 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、^{あんばい}こころもからだもよい塩梅～

上記スローガンを掲げ、湯沢町健康づくり計画「湯沢町ファミリー健康プラン」に基づき食育推進に力を入れています。食育は、町民が自ら心身の健康を守り、豊かな人生を育むことを目的としています。そのためにも、町民それぞれが「食」について関心を持ち、「食」に関する知識と選択する力を養う必要があります。

推定食塩摂取量から見える湯沢町の実態

減塩対策の取組の一つとして塩分摂取の実態を把握するために、新潟県が作成した食塩チェックツールを利用し町全体の推定食塩摂取量と塩分の摂り方について調査しました。

巡回健診・施設健診・ドック受診の方へは個別のコメントを記入し結果をお返ししています。

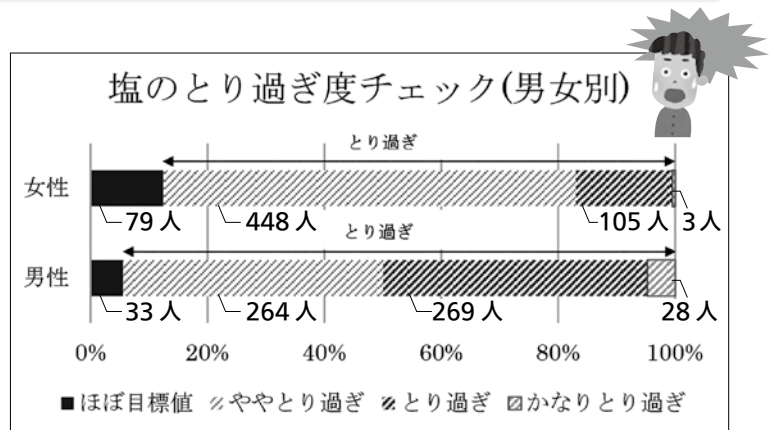
推定食塩摂取量の現状

平成31年度・令和元年度 慢性腎臓病（CKD）検診問診票結果より（12月末現在）回答者数 1229人

推定塩分摂取量が1日の目標値を上回る割合が男性94%女性88%で男女ともに塩をとり過ぎている傾向がみられました。

食塩に含まれるナトリウムの摂取によって血圧が上昇し、動脈硬化が進むことで脳血管疾患・心疾患・腎不全などの発症するリスクが高まります。

減塩には血圧上昇を予防する効果があるので、血圧が上がってから減塩を始めるのではなく、早めの予防が大切です。



※活用した食塩チェックツールは新潟県の食生活調査と尿中ナトリウム量から算出し解析したもので、塩のとり過ぎに気をつけた生活をしている人でも“20～60代”と“男性”の人に推定食塩量が高くなる傾向があります。



今から取り組める！減塩のポイント紹介！



知っていますか？

1日の塩分の目標量

男性／8g 未満

女性／7g 未満

高血圧の方／6g 未満

日本食品標準成分表 2015年版
(七訂より)

①「食塩相当量」の栄養成分表示を見て食品を選びましょう。

加工食品などには見えない塩がたくさん入っています。食品の裏面に書いてある栄養成分表示を活用し目標量を目指しましょう！

②味付けに気をつけて野菜を食べましょう。

野菜をたくさん食べていても味付けが濃いと塩分をとり過ぎてしまいます…。気をつけましょう！

③果物は1日1個食べましょう。(1個：バナナ1本、みかん3個、りんご1/2個)

野菜や果物にはカリウムが豊富。特に男性は果物不足の方が多いです。積極的にとりましょう！



【カリウムの効果】体内の余分な食塩（ナトリウム）の排出を促し、減塩効果を高める

湯沢町の朝食欠食が増えています！

朝食欠食の現状 (ファミリー健康プラン調査結果より)

	2012年	→	2017年	
学童期	98.3%	→	92.9%	低下↓
思春期	93.2%	→	90.4%	低下↓
青壮年期	88.8%	→	77.5%	低下↓
高齢期	93.1%	→	92.9%	低下↓

目標は全世代 100%

平成30年度特定健診結果から湯沢町は他市町村と比較し、朝食欠食が群を抜いて高く特に**男性の朝食欠食が目立っています。**

朝食はなぜ大事？



- ①脳が活動するため
- ②代謝をあげるため↑
- ③体温をあげるため↑
- ④免疫力をあげるため↑

朝食を食べないと脳が働かず、身体の活動も低下します…。

今から取り組める！ 朝食のポイント紹介！

早寝早起き朝ごはん！！

- ・規則正しく生活しましょう
- ・寝る前2時間は食べないようにしましょう
- ・少し早めに起きて食べる時間を作りましょう

朝食を手軽にとろう！

- ・すぐ食べられるものを買っておきましょう
- ・作り置きしておきましょう
- ・夕食の時に朝食分もあわせて作っておきましょう



体験を通じた食育の推進 (抜粋)

今年度も食育の一環として様々な場面でクッキングを行ってきました。子どもにとって調理体験は五感（視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚）と第六感（想像力）が育ち、小さなことでもそれを成し遂げたという達成感を味わい自立へとつながっていきます。



食教育講座
(未入園児と保護者)



親子食育教室
(年長児親子)



夏休みクッキング
(児童クラブ)



クリスマスケーキ作り
(小学1～6年生)

家庭でもお皿の片づけや野菜の皮むきなどできることを年齢にあわせて任せてみてください。

そしてお手伝いをした時はたくさんほめてあげましょう！

「健康づくり支援店」を募集しています

食育を広げるための環境づくり対策として、県が健康に配慮した

栄養成分表示情報

バランスや塩分
控えめ等のメニュー

小盛りや野菜多め
等のサービス

終日禁煙、
完全禁煙等の空間



などの提供ができるお店を指定したのが「健康づくり支援店」です。



健康づくりを支援してくれる店舗を引き続き募集しています！

問 健康増進課
☎ 025 - 784 - 3149

国民健康保険 後期高齢者医療制度 からのお知らせ

上手なお医者さんのかかり方

病気を早く治すために、また、必要以上に医療費をかけないために、上手にお医者さんにかかりましょう。

医療機関の受診や、薬局での薬の調剤の際には、次のことに留意しましょう。

「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは、病歴や健康状態などを把握して健康管理全般のアドバイスしてくれるお医者さんのことです。

日常的な診療や健康管理は、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

普段から健康状態を診てもらい、高度な治療や精密検査が必要であるとのお医者さんが判断した場合には、紹介状を書いてもらい、専門の大きな病院を受診するようにしましょう。

「初診料」について

大きな病院では、初診の場合、紹介状がないと特別料金が発生する場合があります。

同じ病気で複数の医療機関にかかるのは控えましょう

同じ病気で複数の医療機関にかかる、医療費の自己負担額が増えてしまいます。

重複する検査や飲み合わせの悪い薬を服用することにより、体に大きな負担となることがあります。

夜間や休日の受診は急病や体調が悪化した場合のみにしましょう

「普段の病院は混雑しているから」という理由で夜間や休日に受診するのはやめましょう。

決められた時間以外や休日・深夜に受診すると割増料金が追加されるほか、急病の方の治療に支障をきたすおそれがあります。

体調が急変したなどのやむを得ない場合を除いては、診療時間内に受診しましょう。

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保険証が使える場合と、使えない場合があります。

保険証が使える場合

- 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（応急手当て後の施術には医師の同意が必要です。）

保険証が使えない場合

- ※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

- 仕事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。）

『医療費のお知らせ』を活用しましょう

病気やケガで医療機関にかかった情報を「医療費のお知らせ」として定期的にみなさんに送付しています。ご自身の健康管理と今後の受診の参考にしましょう。

分からないことはお医者さんや薬剤師さんに確認しましょう

受診の疑問や不安があるときは、相談・質問し、不安を解消した上で治療にのぞみましょう。また、同様にお医者さんや薬剤師さんの質問にも隠さず答えることも大切です。



問

町民課 国保給付係

☎0255・784・3453

湯沢中央公園有料施設 利用料金改定のお知らせ

令和元年10月1日から消費税率が10%に引き上げられました。これに伴い、湯沢中央公園の施設利用料金が、令和2年4月1日から一部改定されます。皆さまのご理解をお願いします。

◎湯沢カルチャーセンター使用料金表（1時間あたり）

施設名	使用料	冷暖房費	備考
アリーナ	全面 4,400円（1灯分照明料込み） ※照明料は、1灯増すごとに800円加算	4,000円	専用使用
	半面 2,200円（1灯分照明料込み） ※照明料は、1灯増すごとに400円加算		
ステージ ステージ照明	1,100円 800円（加算）		専用使用
小ホール	1,100円	500円	専用使用
卓球・柔剣道場	1,000円	500円	専用使用
研修室（1） 研修室（2） 会議室（1） 会議室（2）	各550円	各500円	70名 30名 20名 10名
楽屋（1）（2） 選手控室（1）（2）	各550円	各500円	

注1：興行および展示会等商行為を目的とする場合は、使用料の3倍とする。

2：注1に該当しない南魚沼郡市内者が利用する場合は、上記使用料の2分の1とする。

◎個人使用（トレーニング室とランニング走路が利用できます）

区分	1回券 （当日有効）	個人利用券		
		3か月券	6か月券	12か月券
一般	250円	1,500円	2,800円	5,000円
高校生	200円	1,200円	2,200円	4,000円
中学生以下	150円	900円	1,600円	3,000円

注1：小学生は、ランニング走路のみ使用できます。

◎湯沢中央公園屋外施設使用料金表

施設名	金額		備考
	使用料（1時間）	照明料（1時間）	
野球場	3,300円	4,600円	センター120m
テニスコート	900円	600円	24面（ナイター6面）
フットサルコート	1,100円	照明施設 なし	2面（A・Bコート）
陸上競技場	全面	3,300円	照明施設 なし 400mトラック 1日料金
	トラック	2,200円	
	フィールド	2,200円	
	個人利用	300円	
少年野球場	900円	照明施設 なし	センター78m
運動広場	900円	照明施設 なし	芝生（65m×65m）
ゲートボール場	550円	照明施設 なし	予約、受付は湯沢カルチャーセンター
グラウンドゴルフ場	大人	800円	1回（16ホール） 照明施設 なし
	子ども（4歳～中学生）	500円	

◎湯沢町レジャープール「オーロラ」料金表

定期券	シーズン料金	保護者同伴セット （4歳～小学2年生）	子ども （小学3年生～中学生）	一般（大人） （高校生以上）	シニア （60歳以上）
		6,000円	3,500円	6,000円	3,500円

※4歳～小学2年生までのお子さまは、保護者同伴とし、保護者1名につき家族内の子ども2名までご利用できます。

注1：1回券の料金については、屋内・屋外プールともに変更ありません。

※改定された料金は太字で表記しています。
※すべて消費税込みの金額で表記しています。

問 湯沢カルチャーセンター ☎ 025 - 784 - 1511

冬のユースポ!



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

● ☎ 025-785-2123 ● FAX 025-785-6911 ● 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

新年度の ユースポ! 会員受付が3月2日からスタート!!

会員登録の季節がやってまいりました! この広報ゆざわ 2月23日号と一緒に新しいユースポ! パンフレットが折り込みで皆さまのおうちへ届いています。ぜひご覧になってください。どしどしご登録お待ちしております。

2020年度もユースポ! と一緒に健康と美を手に入れましょう。

3月中の入会でプレゼント!

- 無料体験チケット3枚 ※通常2枚
- 中学生以下の入会者には、湯沢高原・アルプの里ゴーカートまたはボブスレー利用券2枚 ※通常1枚
- 大人の定期的な教室は3月中の申し込みで雪ん子スタンプ2倍です!



湯沢のブナ誘いプロジェクト

ラブナ スキーツアー

深い雪の中に凜と立つブナもまた美しいものです。そんなブナを探してスキーで雪原を探検します。



SAJ 公認指導員によるスキーワンポイントレッスン付き!

日 3月13日(金)

- 8:30 カルチャーセンター集合
- ▷ 田代ロープウェイ乗場へバスで移動
- ▷ 田代スキー場エリア〜三俣スキー場エリアでブナ鑑賞&スキーワンポイントレッスン
- ▷ 三俣ロープウェイ乗場へバスで移動

15:30頃 カルチャーセンター到着予定

- 対 スキー初〜中級以上の方 (ハノ字でスイスイ曲がれる方)
- 費 ユースポ会員 300円 非会員 600円
- ※リフト券・昼食は各自実費

申 3月6日(金) 締め切り 先着 20名 最少催行人数 5名

苦しくないスポーツ ストレッチング

気軽にできるスポーツをぜひ体験してみてください!



運動はちょっと〜という方は、ストレッチからがおすすめ。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♪ 気軽にできるスポーツをぜひ体験してみてください!

日 3月2日(月)、9日(月) 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! 窓口に料金を添えてお申し込みください。

おやこで GENKI教室 冬 「ちびっこスキー体験」

冬の大自然を親子で楽しみましょう♪

せっかくの雪国湯沢…お
さまにスキーを体験させてあ
げませんか？

でもどうしたら良いかわか
らない…。

そんなお父さんやお母さん
のためにユースポ！が全面サポート！！

親子で雪に慣れることから始めます。冬の大自然を親子
で楽しみましょう♪



日 3月8日⑧、15日⑧ (いずれも 15:00～16:30)

場 岩原スキー場

対 保育園・幼稚園年中～年長さんとその保護者

費 1回 500円

※非会員は別途保険料(1回200円)がかかります。

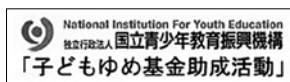
持 お子さまはスキー・スキー靴 ※保護者の方は長靴でもOK
(レンタルあり スキー&ブーツセット 800円)

服 スキーウェア等の防寒着・防寒靴・手袋・帽子・ゴーグル

対 各回とも定員20組 先着順

申 ユースポ！へお電話またはメールにてお申し込みください。

※料金は当日集めます。



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 3月18日⑨ 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
しくください。

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)、
または保健センターへ料金を添えてお申
し込みください。

▷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 ※購入時、要記録票提示。

◀ 12月 歩数 TOP 5 ▶

RANK	歩数	RANK	歩数
1	1,088,033	4	448,217
2	584,030	5	378,573
3	472,808		

※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) 2月20日20万歩に達した3月1日より無料招待券進呈

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

(3月)

会場	開催日	時間
神立中央集会場(田中)	13日⑤	10:00～11:30
神立中央会館(栄町)	10日④ 24日④	
農山村総合開発センター	3日④ 10日④	
	17日④ 24日④	
下湯沢公民館	4日⑥ 18日⑥	
総合福祉センター	6日⑤ 13日⑤	

持ち物 タオル、飲み物 参加費 1回 200円



3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
行事なし				

乳幼児の保健衛生行事

日	種 目	対 象	時 間	会 場
3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
10日㊤	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	
12日㊤	3歳児健診	平成28年12月～平成29年1月生まれ	12:50 集合	
17日㊤	母子健康手帳交付	妊娠証明を受けた方	16:00～17:00	
19日㊤	4か月児健診	令和元年10月～11月生まれ	13:00 集合	
	10か月児健診	平成31年4月～令和元年5月生まれ	13:00 集合	
24日㊤	6か月児健診	令和元年8月～9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	
31日㊤	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

*予防接種を受ける際のお願い

- ・ロタウィ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。
- ・問診票は自宅で記入しましょう。
- ・受付時間には余裕を持ってお越しください。

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	3日*	10日*	17日*	24日*	31日 お休み	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 ☎025-770-1331	5日 ヘルス チェック	12日 保健師による 口腔ケア指導	19日 調理実習	26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。

3月2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	14日・21日高田
	午後	高田	宮崎 (3:00~4:30)		高田	角田	
外科	終日	—	—	休診	—	—	—
地域家庭診療部 内科系 予約	午前	井上 9日休診	浅井	小坂 18日休診	浅井	土屋	—
	午後	井上 9日休診	田所 24日休診・31日担当医師		小坂 19日休診	浅井	
地域家庭診療部 内科系 予約	午前	田所 23日休診・30日担当医師	小林(聡)	井上 11日休診	土屋	西谷 6日休診	—
	午後	担当医師	井上 10日休診		—	—	
地域家庭診療部 内科系 予約なし	午前	浅井	西谷	田所	西谷	浅井	担当医師
	午後	—	西谷 (3:00まで)		—	—	
地域家庭診療部 内科系 予約なし	午前	小坂 16日休診	井上	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	半沢 (10:00まで) 9日休診	—	—	久米川 (10:00まで) ①コンタクト・ めがね外来 12日・26日のみ	—	14日担当医師 (10:00まで)
	午後	半沢 (再診予約診察のみ) 9日休診	—		久米川 (再診予約診察のみ)	—	
小児科	午前	有本	—	有本	19日中島	—	—
	午後	—	—		19日中島 (2:30~3:15)	—	
② 歯科	午前	笠原	笠原	笠原 口腔外科担当医師 11日・18日のみ	笠原 26日休診	笠原	笠原 14日・28日休診
	午後	笠原	笠原	笠原 口腔外科担当医師 11日・18日のみ	笠原 26日休診	笠原	

◎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。
救急患者様は担当医師が対応しますのでお電話ください。

地域家庭診療部：田所医師の診察は3月で終了となります。

①眼科…眼科のコンタクト・めがね外来は完全予約制です。

②歯科…診察は完全予約制です。口腔外科の診察が月に2回あります。

受付 午前：8時30分～11時30分 ※眼科は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、予約の患者様のみです。
※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」の診察では予約の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、禁煙外来、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。

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



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。

3月の開店日

- 3月26日(木) 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

締め切り

3月19日(木) 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3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

結婚おめでとうございます

- 1月18日 田村 強さん (幅下)
(白井) 祥子さん (中子)
2月2日 林 直樹さん (西中)
(田村) 桃子さん (萩原)

お誕生おめでとうございます

- 1月14日 南雲 穰くん (中里、宣人さん・佐和子さん)
1月16日 田村 奏起くん (桑町、淳さん・あゆ美さん)

ご逝去お悔やみ申し上げます

- 1月24日 芳川 秀紀さん (滝沢、78歳)
1月25日 田中 圭司さん (布場、72歳)
1月28日 今村 清司さん (旭原、83歳)
1月28日 高井 やす子さん (二之町、86歳)

※2月2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CDがあります。ご希望の方は湯沢町社会福祉協議会(☎025-784-3451)までお問い合わせください。