



市報  
たいない



—自然が生きる、人が輝く、  
交流のまち“胎内”—



新潟県 胎内市



太鼓芸能集団「鼓童」  
きのと小で圧巻の太鼓パフォーマンス  
(4 ページ)



フレイル予防で健康長寿 ②

学校紹介 (黒川中学校) ⑥





# フレイル予防で健康長寿

問合せ 福祉介護課地域包括支援センター係 (内線1131)

私たちの心と身体は、日々変化しています。  
特に、年を重ねることで現れるちょっとした変化には気づきにくく、「年だから心身の不調は仕方ない」とあきらめていることはありませんか？  
たった一度の人生を謳歌するために、自分自身を大切にしませんか。

いくつになっても  
足腰丈夫に  
元気に過ごしたい！



## 作戦 2 自分の状態に向き合い フレイル予防に取り組む

フレイル予防の1つ「通いの場」を紹介します。

すこやか元気アップ体操を取り入れた  
住民主体の  
介護予防活動拠点 **「通いの場」**

週1回、身近な公会堂などに集まり、地域の皆さんの力を活かして、介護予防活動に取り組んでいます。  
(市内に34か所 令和5年9月現在)

人とつながり一緒に活動することは、何より刺激になります。ともに笑い、感動したり、人のために心配したり、行動することは、健康長寿の秘訣です。通いの場で、ココロもカラダもリフレッシュして、活動的な毎日を送りませんか。

### 村松浜サロン「よらっしえ～通いの場」



どなたでも  
参加できます

### 「通いの場」体験会 4回連続コースのご案内

- 日時 11月14日、21日、28日、12月5日  
(いずれも火)  
午後1時30分～3時
- 場所 にこ楽・胎内
- 内容 すこやか元気アップ体操
- 講師 リハビリ専門職、地域包括支援センタースタッフ

## 作戦 1 心身の変化や衰え フレイルの状態に早く気づく

フレイルとは、加齢などにより筋力や運動機能、認知機能、社会とのつながりなどがじわじわと低下し、「健康な状態」から「介護が必要な状態」へと変化する中間の段階のことです。




その状態に早く気づき、自分にあった方法で、適切にフレイル予防に取り組むことで、健康に過ごせていた状態に戻ることが十分に可能です。

「まだ若いから大丈夫！」と、思っていないですか？



**フレイルは  
気づかいうちに  
忍び寄ります**

### こんなことはありませんか？

- ペットボトルのふたが開けにくくなった 
- パンツやズボンが、立って「すっ」と履けなくなった 
- 畳のへりにつま先が引っかかる 

思い当たる方は、  
フレイルのサインかもしれません。

### そこで **フレイル診断** してみませんか？

市ホームページに、「介護予防大作戦!!Webページ」を開設しました。  
スマートフォンやパソコンからフレイル診断ができます。

胎内市介護予防大作戦 🔍 検索





# すこやか元気アップ体操

足の手入れからスタートし、体幹ほぐし、姿勢改善、体幹トレーニングの順に行っていきます。いつまでも足腰丈夫に元気に過ごせるように、気軽に「足の手入れ」から始めてみませんか。

※「通いの場」で行っている体操です。

## 体操を行う時の注意点

体操は安全な場所で、ご自身の体調に合わせて行ってください。腰痛などの慢性疾患を有する場合や医師により運動等の制限を受けている場合などは、医師に相談してから体操を行ってください。

## 研究報告

『体操の会などの社会参加割合が高いほど、転倒者割合が低く、要介護状態やうつになりにくい。さらに幸福度が高い』

参考文献：井出一茂、宮國康弘 自然に健康になれるまちづくり 健康づくり2023.6

## 足の手入れ 【使用する道具】ミニボール

1 足の指を1本ずつ “くるくるポン！”



2 隣同士の指をつまみ、開いて前後に動かす。(親指から小指まで)



3 足の指の間に手の指を入れて、「ぎゅー」と握る。手で握る→足の指で握るを何回か繰り返す。



6 足全体の力を抜き足を振る。



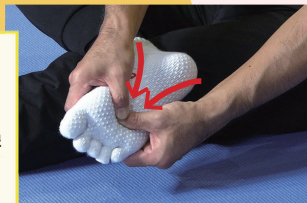
ブラブラ20回

常に足に力が入っていると疲れやすかったり、痛みが出やすかったりします

5 両手で足全体を握り、足首から先を内側へ、外側へねじる。足の甲、足裏も伸ばす。



4 ツボ押し。(指先からかかとまで)



湧泉…気が泉のように湧く、疲労回復のツボ。

7 足先の方から膝、ももの付け根に向かって一方向にさする。



むくみ改善！

8 ミニボールを膝の下に入れ、膝を手のひら全体でポンポンと繰り返し軽く押す。



30回程度

膝痛改善！

※ミニボールがない場合は、バスタオルを丸めたものを膝の下に入れます。

9 両手の親指と人差し指で膝のお皿をつかみ、上下左右斜めに動かす。お皿の周りをほぐす。(無理に動かす必要はありません)



右足が終わったら左足へ… 1～9まで繰り返し



すこやか元気アップ体操を掲載した介護予防大作戦!!冊子は、介護予防のための栄養学やお口のケア、脳トレなど、元気に過ごすための秘訣がたくさん詰まっています。冊子と一緒に活用できるオリジナルDVD『自宅で身体を動かして運動不足解消』も合わせて配布しています。希望される方は、福祉介護課地域包括支援センター係までご連絡ください。





産業文化会館

## 第21回中世歴史絵巻・板額の宴

▶ 当時への想いを馳せる  
熱のこもった演劇



▶ 元気あふれるよさこい  
中条和組の演舞



▶ 山梨県中央市文化協会の  
舞踊部「板額会」による  
演舞



▶ 板額太鼓保存会による  
太鼓演奏



鎌倉時代の歴史人物「板額御前」をテーマにしたイベント「第21回中世歴史絵巻・板額の宴」が、板額会と市教育委員会、ボランティアの協働で開催されました。

来場者は、弓矢体験、かわらけ作りなど7種のワークショップ、演劇、板額太鼓の演奏やよさこい演舞などを楽しみました。12代目板額御前の就任式も行われ、金子あゆみさん、安藤香織さん、別所満里奈さんの3人は今後2年間、胎内市観光大使として活躍します。



◀ 12代目板額御前就任式

金子あゆみさん 安藤香織さん 別所満里奈さん



▲ 子どもから大人まで多くの方が弓矢を体験しました

▼ 大盛況だった板額グッズづくり



きのと小学校

## 「鼓童」 匠巻の太鼓パフォーマンス

佐渡を拠点に国内外で活躍する太鼓芸能集団『鼓童』のメンバーがきのと小学校でミニコンサートを開催しました。

リーダーの平田裕貴さんは「体育館に入ってくる子どもたちをお出迎えたときは、おとなしい子たちなのかなと思ったけれど公演が進むにつれて表情がほぐれてきて声も出してくれるようになり、とても元気があたたかい子たちだと感じた。学校や施設をたくさん回っていますが、子どもたちがあたたかい雰囲気地域は、まちのあたたかさにもつながっている気がする。」と話しました。







新潟食料農業大学～奥胎内ダム 往復  
ツールド胎内 2023



ツールド胎内 2023 が開催され、普段は関係者以外立ち入ることができない、奥胎内ダムへの道も含む約80kmのコースを参加者80人が自転車で駆け抜けました。休憩地点ではたいない焼き、米粉パンや米粉のお菓子などが提供され、胎内の自然を五感で感じるサイクルイベントとなりました。



ふれすぽ胎内  
令和5年度胎内市敬老会



77歳以上の高齢者を対象に敬老会が開催され、534人の方が出席しました。式典では長寿顕彰該当の代表者に市長から顕彰状などが手渡されました。本年度の77歳以上の高齢者は4706人、100歳の方は13人、最高齢は104歳です。



長池憩いの森公園協  
農業士さんとさつまいもの収穫体験



市内こども園・保育園の園児が、5月に胎内市農業士会の皆さんと一緒に植えたさつまいもの収穫を行いました。大きないもがたくさん掘り起こされ、園児の嬉しそうなお声が飛び交いとてもにぎやかな収穫となりました。収穫されたさつまいもは市内全こども園・保育園へ贈られました。



市内各所  
謎解きイベントが開催されました



中条青年会議所主催の謎解きイベントが行われました。「謎のたまごの正体を解き明かせ」という難題に、市外の大学生や親子連れなど、およそ20人が市内各所を回って挑戦！主催者は「1人でも市に魅力を感じて移住や定住を考えてもらえれば」と話し、参加者もイベントを満喫していました。



スマートフォン教室を開催しました



総務省のデジタル活用支援推進事業としてスマートフォン教室を中央公民館など市内各施設で開催しました。基本的な操作からSNSやマイナポータルの活用方法まで、スマートフォンを便利に使うためのさまざまな講習が開かれました。



村松浜地内  
新潟県信用組合の清掃活動



新潟県信用組合中条支店が地域貢献活動の一環で村松浜海水浴場の清掃活動を行いました。同活動は4月にも行われ、今年は2回目でしたが約150kgのごみが集まりました。けんしんグループでは今後も定期的に清掃活動を行うとのことです。



# 学校紹介 vol.2

市内の各小・中学校で行われているさまざまな活動をご紹介します

問合せ：学校教育課学校教育係（内線2309）

## 黒川中学校

- 場所 太田野原 62 番地の 62
- 生徒数 78 人 ■職員数 20 人
- 学級数 5 学級（1 年 1 学級 / 2 年 1 学級 / 3 年 1 学級 / 特別支援 2 学級）

目指す子どもの姿  
ふるさとを愛し、  
正しい心もち、  
主体的に行動する生徒

歴史と伝統ある黒川で、社会の在り方が劇的に変化する時代を迎えようともそれに適応できる力を生徒一人一人に身に付けてほしいと願い、地域との連携を大切にした教育活動を行っています。



校長 佐藤 光

### 地域おこし活動 (3年生)



大長谷ってどんなところだろう？

今日から「黒川中地域おこし協力隊」に任命します！地域おこし協力隊になったつもりでがんばってください。ミッションは、11月4日に胎内スキー場で行われる「山あいのちいさなお祭り」を大長谷地区と一緒に盛り上げることです！

### 職場体験学習 (2年生)

地域で働く人の姿を3日間見させてもらい、仕事もさせてもらいました。貴重な体験でした。



お、重い…  
展示するって難しいな

### 黒川 PR 作戦 (1年生)

黒川の魅力を発信するため、「黒川の魅力発見」の調査活動に行ってきました。



クレーンストーン博士の館にある一つ一つの石がきれいなことを伝えたい

### 全校奉仕活動

黒川中学校では、「ふるさと黒川」「お世話になっている地域の方々」への感謝の気持ちを表すため、年2回、全校奉仕活動に取り組んでいます。

雨が降っているけれど、地域のためにがんばろう！



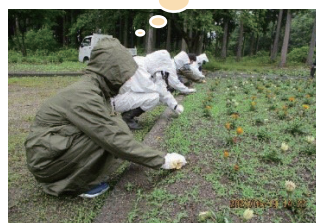
道の駅胎内



大長谷地区「百塚」



胎内観音



フラワーパーク



参加費  
無料!

# スポーツ体験フェスタ 2023

11月23日(木)祝  
午前10時～正午  
in ぷれすぽ胎内



さまざまなスポーツ・フィットネスが楽しめる“スポーツ体験フェスタ 2023”を開催します。ヨガ・筋力トレーニング・ストレッチ等のプログラムのほか、武道場にて親子を対象とした運動遊び教室も実施予定。運動を始めてみたい方、なにかから始めればいいのかお悩みの方にピッタリのイベントです!

今年は目玉講師として、ビキニフィットネス選手の中村瑞穂さんがダイエットのノウハウを指導してくれます。ぜひお誘いあわせのうえご参加ください。

## 実施予定種目

- ① ビキニフィットネス選手と学ぶダイエット
- ② くびれ作りダイエットヨガ
- ③ お腹引締めエアロビクス
- ④ 浮輪卒業アメフト流ダイエット
- ⑤ ヒップホップダンス教室 (初心者クラス)
- ⑥ 親子運動遊び教室

**定員** 150人 (先着順)

**持ち物** 内ばき、タオル、飲み物

## 申込方法

チラシ裏面の申込書に必要事項を記入の上、黒川庁舎内生涯学習課またはぷれすぽ胎内まで申し込みください。チラシは体育施設、公民館等に設置しています。

**申込締切** 11月20日(月)まで

**問合せ** 生涯学習課スポーツ振興係 (黒川庁舎1階) ☎47・3408 📠47・2751



▲中村瑞穂さん  
(左: 体重85kg時代)

## Q ひとつのプログラムの時間はどのくらいですか?

A 各プログラム20分、休憩10分を1サイクルとして行います。ひとつのプログラムの時間は短く、簡単な内容となっていますので、たくさんのプログラムを体験してみてください。

## Q タイムスケジュールはどのようになっていますか?

A 午前10時からプログラムをスタートし、1サイクルを30分としていますので、午前10時、10時30分、11時、11時30分から各プログラムを実施します。

## Q 子どもと一緒に参加できるプログラムはありますか?

A はい。親子運動遊び教室、ヒップホップダンス教室のプログラムがおすすめです。

## Q 当日はどのような服装で参加すればいいですか?

A 動きやすい服装がオススメです。普段着でも参加可能です。また、ヨガ等の種目にご参加希望の方は、お持ちでしたらヨガマットをご持参ください。

## Q 運動初心者ですが、大丈夫ですか?

A 大丈夫です。簡単なプログラムを実施します。体力に自信のない方は1プログラムだけでも参加できますので、ご自身のペースで身体を動かせます。



## 新型コロナワクチン接種関連情報



最新情報は  
こちらから



### 令和5年秋開始接種について

**コロナワクチンの接種は、12月以降に体制を縮小します。  
接種を希望する方は、早めにご予約ください。**

現在、最新のXBB対応ワクチンは初回接種を終えた全ての年代の方が1人1回接種できます。  
過去3か月以内にコロナワクチンを接種していない方は、接種券の発行申請が必要です。詳しくは市ホームページか、市報9月1日号をご確認ください。

なお、過去3か月以内に接種している方へは、前回接種から3か月を目途に接種券を発送しています。

また、未使用の接種券をお持ちの場合はそのまま使用できます。



発行申請はこちら

### ■ 予約はこちら

インターネット予約または市コールセンターへの電話予約（☎ 0570・04・1189）

※最新情報については、市ホームページをご覧ください。かコールセンターへお問い合わせください。



接種予約はこちら

## 「新型コロナウイルス感染症」・「季節性インフルエンザ」など 日頃から感染症の流行に備えましょう

季節性インフルエンザは、例年になく早い時期から流行期に入り、また、感染性胃腸炎の報告数も増加するなど、さまざまな感染症がこの冬に流行する可能性があります。冬に流行する感染症は「飛沫感染」、「接触感染」、「経口感染」によって感染します。

日頃から、“感染症にかからない”、“もしかかって感染を広げない”ように基本的な感染対策を心がけましょう

### ◆ 抵抗力をつけておく

- 十分な睡眠とバランスのよい食事をするなど、生活習慣を整える

### ◆ 基本的な感染対策（自主的に判断して実施）

- こまめな手洗いと咳エチケット
- 定期的な換気の実施と適度な加湿（50～60%）
- リスクを避ける行動（マスクをつける、密な場所に行かないなど）



### ◆ あらかじめの備え

- 検査キット、常備薬（解熱鎮痛剤、咳止めなど）、食料品、日用品などを事前に購入
  - ワクチン接種の検討
- ※ワクチンには、重症化や発症（発熱・咳などの症状が出ること）を防ぐ効果があります。新型コロナワクチンや季節性インフルエンザの予防接種についてもご検討ください。

### ◆ 発熱やせきなどの症状が出た場合は

- 検査キットで自ら検査をし、症状が軽ければ、自宅等で療養を開始しましょう。
- 重症化リスクの高い方や症状が重い方、小児の場合はかかりつけ医に相談しましょう。
- 医療機関へ受診する場合は、事前に医療機関へ電話で相談しましょう。





▶ アプリホーム画面



妊娠・出産・子育ての記録ができたり、胎内市の情報をお届けするスマホアプリ「母子モ」の配信を開始します。

「母子モ」ってどんなアプリ？  
 たいない子育て応援アプリ

胎内市の子育てアプリができましたーぜひご利用ください。

# たいなら子育て応援アプリ (母子モ)

## 子育て情報配信

妊娠・出産や子育てに関するお知らせやイベント情報を受け取ることができます。



▶ 地域の子育て情報の配信

## 予防接種の予定管理

接種できるワクチンと最適な接種期間を自動で算出し、予定日が近づくこと事前にお知らせします。



## 子どもの成長記録

初めての「寝返り」などを写真で残したり、子どもの体重を自動でグラフ化するなど、子どもの日々の成長を残すことができます。



▶ できたよ記念日

## 家族共有

妊娠時の情報や子どもの成長記録を、父親や遠く離れて住む家族などと共有することができます。



## アプリ「母子モ」ご利用方法

QRコードを読み込むか、アプリストアからダウンロードして利用します。

無料



母子モ (ボシモ) で検索!

母子モ 検索

アプリストアからダウンロード  
 または<https://www.mchh.jp/>から



QRコードはこちら

問 健康づくり課子育て応援係  
 (はつとHOT・中条内)  
 ☎ 44・8888000



## こころの健康相談会

- とき 12月7日(休) 午後2時～4時
- ところ ほっとHOT・中条
- 受付時間 ①13時45分～ ②14時25分～ ③15時5分～
- 対象 市民および市内に勤務されている方  
(原則として、精神科での治療を受けていない方)
- 内容 精神科医師による個別相談  
※医師との相談時間はお一人30分程度です。
- 定員 3組(事前予約必要)
- 申込期間 11月1日(休)～17日(金)まで
- 申込 健康づくり課まで電話でのお申込み ☎44・8680  
またはQRコードを読み取りお申込みください。



申込はこちら

## 11月は糖尿病予防月間です

今や身近な国民病となった糖尿病。自覚症状がないうちに発症し、重症化すると腎不全(→人工透析)や網膜症(→失明)、神経障害(→壊疽)、脳血管疾患や心筋梗塞など、命にかかわる可能性もあります。



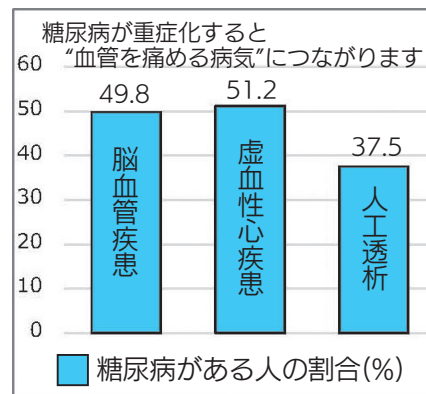
高血糖

糖尿病の発症

重症化・合併症の発症

- ◆脳卒中
- ◆心臓病
- ◆慢性腎臓病 など

動脈硬化の進行



出典：「KDBシステム」より

特定健診は30歳から受けられます。若いうちから健診を受けて、健康管理していきましょう。

胎内市国保加入者のうち、特定健診で血糖値が高めだと言われる人は7～8割もいます。糖尿病は適切な食事と運動によって発症や重症化を予防することができます。

いつまでも元気で過ごすために、「今」できることを考えてみませんか。

**その1** 自分の健康状態を知る！⇒特定健診を受ける！⇒11月8日(休)(午後)、9日(休)(午前・午後)予定

**その2** 糖尿病予防市民講座(無料)に参加する！⇒11月13日(月)(午後)予定

**その3** 自分に合った健康法を相談したい方は、「問合せ先」までご相談ください！

■問合せ 健康づくり課元気応援係 ☎44・8680

まだ間に合います！

特定健診、糖尿病予防市民講座をご希望の方は、市報10月15日号をご覧ください。



## 子宮頸がん検診・骨粗しょう症検診・胸部レントゲン検診（地区まわり） 追加日程のお知らせ

今年度、検診車による子宮頸がん検診および骨粗しょう症検診、胸部レントゲン検診を、まだ受診していない方のために、追加日程を設けました。今年度最後となりますので、対象となる方はぜひ受診してください。

### ●対象者（令和6年3月31日現在の年齢）

**胸部レントゲン検診** …40歳以上の方

**子宮頸がん検診** …年齢が20歳以上の偶数年齢の女性、無料クーポン対象の方  
※前年度未受診であれば、奇数年齢でも受診可能です。

**骨粗しょう症検診** …年齢が30、35、40、45、50、55、60、65、70歳となる女性

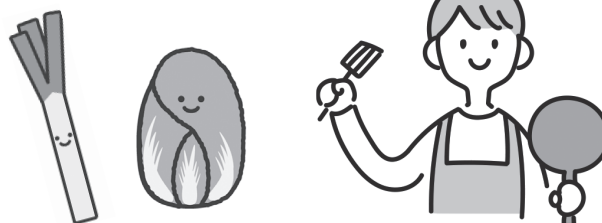
### ●日程

日程	受付時間	子宮	骨	胸部	会場
11月20日(月)	9:00～9:40	×	×	○	築地農村環境改善センター
	10:30～11:10	×	×	○	きのと交流館
	13:00～13:30	×	×	○	にこ楽・胎内
	14:00～14:30	×	×	○	黒川地区公民館
11月21日(火)	8:30～11:15	×	×	○	ほっとHOT・中条
11月30日(木)	受診する検診の組み合わせによって、受付時間を区切って案内しています。詳細は送付される案内をご確認ください。ご不明な点はお問い合わせください。	○	○	×	ほっとHOT・中条

## 11月の元気づくりプログラム（ほっとHOT料理）

- とき 11月15日(水) 午前10時～正午
- ところ ほっとHOT・中条
- 参加費 300円
- 定員 10人 ※定員を超えた場合は初めての方優先
- 申込受付期間 11月1日(水)～10日(金)
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用バッグ
- 申込 ほっとHOT・中条 ☎ 44・8680

- 献立 冬野菜料理  
～おいしく食べて冬を乗り切ろう！～  
・ゆず風味のロール白菜  
・長ねぎと油揚げの南蛮漬け風







# 街の連絡帳

今号の注目は、ツールド胎内 2023 に参加した2人のナビゲーターが目印!



山口 莉菜さん

野村 綾乃さん

## 相談

12月4日～10日は  
人権週間

人権週間に合わせて特設人権相談所の開設と、アート展・パネル展を行います。

### ◆特設人権相談所

時 12月1日(金)午前10時～正午

所 中央公民館



◆相談内容：相続、離婚、親子間等の家庭の問題、近隣問題、いじめやいやがらせなどの心配ごと等

問 新潟地方法務局新発田支局  
24・7102

### ◆アート展、パネル展

時 11月28日(火)～12月8日(金)

所 市役所1階ロビー

◆内容：障がいのある方などが制作したアート作品、市内小中学校の人権に関する取組み等

問 総務課人権啓発係 (内線1315)

## 全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間

新潟地方法務局および新潟県人権擁護委員連合会では、女性の権利に関する電話相談を実施します。相談は無料で、事前予約は不要です。

時 11月15日(火)～21日(水)

午前8時30分～午後7時

※18日(土)、19日(日)は午前10時～午後5時

### ▼相談専用ダイヤル

☎ 0570・070・810

◆相談内容：差別・DV・セクハラ・夫婦間の問題など広く女性の権利に関すること

問 新潟地方法務局新発田支局

24・7102

## 借金返済・契約トラブルに関する無料相談会

多重債務などで不安や悩みを抱えている方に対して、専門家が解決に向けたアドバイスをを行います。

時 11月25日(土)午後1時～4時

所 市役所1階市民相談室

◆無料

定 3人

◆持参：契約書や領収書などの関係書類を持参してください。

◆事前申し込みが必要(先着順)

◆申込：商工観光課商工振興係

(内線1256)

## くらしの安心を支える社協の相談窓口

地域で安心してくらしたいけるように、困りごとを一緒に考えお手伝いします!

ひとりで悩まず相談を!



ボランティア活動に関すること / 障がい者に関すること (相談支援) / ヘルパー・ケアマネジャーに関すること / 車いす貸出事業に関すること / 生活福祉資金貸付事業に関すること / 日常生活自立支援事業に関すること / サロン活動に関すること / 地域の支え合い活動に関すること など  
胎内市社会福祉協議会 ☎44-8682

○高齢者の健康・福祉・介護に関すること  
地域包括支援センター胎内市社協 ☎44-8687

○お金や仕事に関すること  
(支払に困っている、借金があり悩んでいる、仕事が続かない、家族のひきこもりが心配 など)  
せいかつ応援センター胎内市社協 ☎44-1511

## 社会福祉法人 胎内市社会福祉協議会

〒959-2656 胎内市西本町 11-11 ほっとHOT・中条内

月～金曜日 8:30～17:30  
(土日祝、12/29～1/3はお休み)

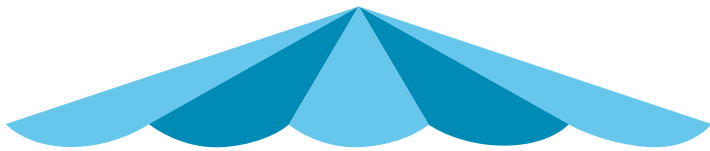


<有料広告>

お知らせ アイコン 日時 持ち物 場所・会場 その他 対象 郵送先 内容 申込方法・期間など 講師 料金 定員 問合せ

広告内容に関する質問などについては、広告スポンサーに直接お問い合わせください。広告内容と胎内市とは直接関係ありません。





## 中条中学校「社」協力！ 拡大三八市 開催

中条中学校3年生の総合的な学習の授業では、さまざまな地域課題解決に実践的に挑戦する「まちづくり会社中条中学校社」に取り組んでいます。

この取り組みの一環として、「三八市に賑わいを！」をテーマに、通常の中条市出店業者の皆さまのほか、市内飲食店等をお招きした拡大三八市を開催します。

当日はこのほかにも、中条中学校の生徒が今年取り組んできた「マコモダケを有効活用しよう～マコモレトルトカレーのふるまい～」 「外国の方にもやさしいまちづくり～避難所ピクトグラム～」 「建設業のイメージ刷新～建設現場写真展～」などの成果発表も行われます。

胎内市の「食」が集い、中学生が実践する地域課題解決策のお披露目に大勢の皆さまのお越しをお待ちしています。

**時** 11月3日(金)祝 午前10時～午後3時  
**所** 熊野若宮神社およびその周辺

**対** どなたでも

**申** 申し込み不要、直接会場までお越しください。

**問** 中条中学校(3学年教諭：板垣) ☎ 43・2761

### ◆特別なチャイムでイベント開催をお知らせ◆

当日の朝7時に、中条中学校の生徒の皆さんが制作した「三八チャイム」を防災行政無線で放送します。こちらもお聴きください。

## 催し



### 五感で楽しもう秋の外遊び

秋の樽ヶ橋遊園で「見て」「聴いて」「触って」「嗅いで」「食べて」色々なことを体験しよう。当日は市内の施設、事業者がさまざまな体験ブースや飲食店の出店を行います。条件を達成すると樽ヶ橋遊園のアトラクションで使える共通引換券やたるが橋観光交流センターで使えるお買物券のプレゼントもありますので、ぜひご来園ください。



詳しくはこちら

### 子どもの遊びのひろばin胎内

県内の遊びの達人たちが集まるイベントです！色々な遊びのブースと一緒に遊びましょう。参加無料で

**時** 11月5日(日)午前10時～午後3時  
**所** 樽ヶ橋遊園  
**内** 木工体験、エコバックづくり、火おこし体験、天然石プレスレットづくり、昆虫標本づくり、めだかすくい、キーホルダーづくり、太陽観察、芋ほり疑似体験など  
**入** 園料(一部の体験は有料)  
**問** (一社) 中条青年会議所(宮下) ☎ 080・1223・8126

すので、お友達やご家族と一緒にぜひ遊びに来てください。  
詳しくは、QRコードからご確認ください。  
**時** 11月19日(日)  
午前11時～午後3時  
**所** 産業文化会館  
**対** 幼児・小学生とその保護者・家族の方  
**料** 無料  
**申** 申し込み不要  
**問** 生涯学習課社会教育係(内線2213)



詳しくはこちら

曳家・解体・リフォーム  
**曳栄建設株式会社**

胎内市黒川 1668 番地 1  
TEL:0254-47-2548  
FAX:0254-47-3176

<有料広告>

家族葬「事前相談」  
お葬式なら会津屋

365日24時間対応

～人の心をより豊かにする～  
ベルホール会津屋 胎内  
胎内市大川町 3194 ☎ 0120-04-4449

会津屋 代表 船山 博貴

<有料広告>



### 都市計画用途地域変更案作成に伴う公聴会の開催

市役所周辺地区の都市計画用途地域の変更案を作成するにあたり、都市計画の変更案の内容を広く皆さまにお知らせし、意見を伺うため次の日程より、公聴会を開催します。

時 12月11日(月)午後7時

所 市役所2階大会議室

問 地域整備課都市計画建築係

(内線1213)

## 募集



### 冬の星座・神話解説教室 参加者募集!

冬の代表的な星座であるおうし座やふたご座など、またそれにつながる神話のおはなしをします。

時 11月3日(金)祝

午後3時~4時

所 胎内自然天文館研修室

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

講 天文館職員

¥ 入館料(大人300円、子ども150円)

定 30人程度

甲・胎内自然天文館

48・0150

### さつまいもを使った パン作り

胎内市の食材を使ったパンと軽食を作って、みんなで食べましょう!

時 11月18日(出)

午前9時30分~午後1時30分

所 にこ楽・胎内

¥ 中学生以上1600円、小学生以下800円

定 10人

甲 11月10日(金)までに電話または地域おこし協力隊SNSでお申し込みください。

甲・胎内市地域おこし協力隊(森)

7246

070・4200・

フェイスブック

Instagram

地域おこし協力隊 SNSはこちら



フェイスブック



Instagram

### 塩引き鮭作り体験会

おいしい塩引き鮭(年取り魚)を作り、新しい年を迎えませんか。親切、丁寧に指導します。

時 11月12日(日)

1回目・午前8時~

2回目・午前10時~

※作業時間は、おおむね2時間。

所 荒川マリーナ(桃崎浜地内)

¥ 材料費(生鮭)がかかります。

定 20人(定員になり次第締切)

持 軍手、タオル、長靴、雨具(ぬれても良い服装と防寒対策)

他 鮭汁、おにぎりの無料振る舞いもあります。

甲 11月10日(金)までに氏名、連絡先を記入し、FAXで申し込みください。

47・2977

問 NPO法人荒川マリンクラブ(事務局・潟)

090・2551・5032



新潟ろうきん  
各種ローンで  
みなさまの生活をまもります!

パソコン・スマートフォンから簡単にローンの仮申込ができます!

本申込ではありませんので、お気軽にご利用ください。

<有料広告>

◆小ホール「しらとり」◆大ホール「楕形」  
充実した設備で、ご葬儀からご会食まで  
真心込めてお手伝いをいたします。

JA 葬祭

虹のホール たいない

〒959-2600 胎内市久保田30番地

TEL 43-0171 FAX 43-0175

<有料広告>



市議会と女性との意見交換会

議会で行う個人や各種団体の女性委員等との意見交換会へ参加いただける女性を募集します。

時 11月19日(日)

午前10時～11時30分

所 市役所4階議場等

対 市内に住所を有する女性

内 テーマ：

①子育て・教育・学び・防災

②健康・福祉・環境

③産業・雇用・生活基盤

¥ 無料

定 各テーマ2人程度

申 11月9日(休)まで

※申し込みの際、希望するテーマをお知らせください。

申・岡 議会事務局議会係

(内線1412)

議場見学会の開催

市議会では、開かれた議会の推進の一環として、議場見学会を開催します。ご自由にお越しください。

時 11月19日(日)

午前10時30分～11時20分

所 市役所4階議場

¥ 無料

申 申し込み不要

岡 議会事務局議会係 (内線1412)

胎内市職員【追加】募集 (令和6年4月採用)

職種	採用予定人数	受験資格
土木技師 (大学卒業程度)	若干名	昭和58年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた方で4年制大学の土木専門課程を専攻し卒業した方 (令和6年3月31日までに卒業見込みの方を含む)
土木技師 (高校卒業程度)		昭和58年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方かつ、次のいずれかを満たす方 ①高校以上の卒業生で土木の科目を専攻し卒業した方 (令和6年3月31日までに卒業見込みの方を含む) ②1級または2級土木施工管理技士の資格を有する方 ③令和5年9月1日現在で土木事業に関する設計・積算・施工管理の職務経験を3年以上有する方
理学療法士または作業療法士	1人程度	昭和58年4月2日以降に生まれた方で、理学療法士免許または作業療法士免許を有する方 (令和5年度に実施される理学療法士国家試験または作業療法士国家試験により免許取得見込みの方を含む)

申 申込締切 11月21日(火)まで  
 申込方法 総務課人事係へ郵送または持参  
 第1次試験日 12月3日(日) (予定)  
 試験会場 胎内市役所 (予定)

他 資料請求 試験案内、受験申込書は、市ホームページからダウンロードできるほか、総務課人事係で配布しています。  
 岡 総務課人事係 (内線1323)



見積無料 40年の実績 (一社) 日本塗装工業会会員 (一社) 新潟県鋼構造物塗装協会会員

お住まい、塗替えてみませんか?

**(有)みうら塗装工業**

TEL: 20-7713 FAX: 20-7633  
 URL: <https://mitoko.co.jp/>

<有料広告>

お見舞金の請求はお済みでしょうか?

**新潟県交通災害共済**

お見舞金の請求期間は交通事故から1年以内です。交通災害によりけがをされた場合、実治療日数7日以上から見舞金が支給されます。(見舞金3万円～)

「お問い合わせ・請求先」  
 胎内市役所 総務課 庶務係  
 ☎0254-43-6111 (内線1322)

<有料広告>



# 婚活支援



## 冬恋♡ クリスマスパティー 美味しいフレンチ&嬉しいプレゼント付

時 12月17日(日) 11:30 ~ 15:00

所 フレンチレストラン 萌芽 (新発田市島潟 1454)

因 美味しいフレンチと楽しい時間!  
ドリンク&デザート付ランチ

- ・自己紹介タイム ・みんなで協力!クイズ大会
- ・ランチ&フリータイム ・楽しいプレゼント交換 など

対 おおむね 25 ~ 39 歳までの独身男女  
(胎内市・新発田市・聖籠町在住の新規の方優先)

定 各 20 人

¥ 2,500 円

申 11月29日(水) まで

申・問 ㈱トアイリンクス ムループ事務局 (定住自立圏事業受託者)

電話または同社ホームページから事前申込 ☎ 025・290・7606



◀詳細・申込はこちら  
(<https://www.mulove.jp>)

10月8日に国際交流公園園テニスコートで、令和5年度秋季市民ソフトテニス大会が開催されました。

▼Aクラス(60歳未満の男女混合) 1位 布施暁登・蓮沼 匡ペア (クラレ新潟・中条クラブ)

### 令和5年度秋季市民ソフトテニス大会結果



黒川地区の持倉沢上流では、大正から昭和初期に金を採掘していた開発記録が残っており、図書館にある持倉金山の資料を検証します。

また、資源調査用に採掘されたカナダ・ユーコン川の砂粒から自然砂金を探します。見つけた砂金はお持ち帰りください。詳細は、胎内市図書館に掲示します。

時 11月26日(日)午後2時~3時30分

所 胎内市図書館3階

対 市内の小中学生(小学生は保護者同伴)

定 8人

¥ 200円

持 ルーペ、ピンセット

申 11月19日(日)まで

申・問 地学探査会(渡辺)

☎ 080・1097・1618

### グローバルな鉱物資源&「Jr.砂金ハンター募集」



アークバブルグループ

## 中条メモリアルホール

胎内市本郷527番地1

1級葬祭ディレクターを中心に  
お手伝いさせていただきます。

ご葬儀のご用命は365日24時間対応



# 0120-945921

(新発田メモリー)

事前相談も随時承っております。  
お気軽にお問い合わせください。

<有料広告>

お知らせ アイコン 時 日時 所 場所・会場 対 対象 因 内容 講 講師 ¥ 料金 定 定員 持 持ち物 他 その他 送 郵送先 申 申込方法・期間など 問 問合せ



2位 木村奏介・渡辺瑛大ペア  
(中条中学校)  
3位 蓮沼優希・小池涼花ペア  
(中条中学校)

▼Bクラス(60歳以上およびスポ少保護者等の男女混合)

1位 中川真澄・井上 保ペア  
(中条クラブ・シルバークラブ)  
2位 大久保満美子・高橋政實ペア  
(中条クラブ)  
3位 畔野智行・小林綱一ペア  
(乙中顧問・中条クラブ)  
3位 渡辺美恵・八幡 治ペア  
(中条クラブ)

▼中学男子クラス

1位 河内 葵・高橋優心ペア  
(黒川中学校)  
2位 板垣榛真・中野大誠ペア  
(中条中学校・中条スポ少)  
3位 松葉祥太・河俣尚希ペア  
(中条中学校)

▼中学女子クラス

1位 長谷川愛心・伊藤夏菜ペア  
(乙中学校・中条スポ少)  
2位 井畑 優・中野希美ペア  
(黒川中学校)  
3位 小泉舞桜・大武愛莉ペア  
(乙中学校)  
3位 海野 杏・坂上こころペア  
(黒川中学校)

▼Cクラス(小学生等の初心者男女混合)

1位 川上玲奈・川上美保子ペア  
(中条スポ少・スポ少保護者)

第37回胎内市民ゴルフ大会  
結果

9月24日に櫛形ゴルフ倶楽部で胎内市民ゴルフ大会が行われました。  
▽総合の部

優勝 佐藤隆義  
準優勝 近 勝俊  
第3位 坂本俊治



総合の部優勝  
佐藤隆義さん

▽レディースの部

優勝 桐生知恵美  
準優勝 荻宿理子  
第3位 渡部裕子



レディースの部優勝  
桐生知恵美さん

お知らせ



環境イラスト展の応募作品の展示

「第4回胎内市小学生の環境イラスト展」の応募作品を市役所1階ロビーで展示しています。  
環境イラスト展は、未来を担う子どもたちに、環境への関心を持ってもらいたいという思いから開催をしました。今回は18点の応募がありました。

展示期間：11月17日(金)まで  
問 市民生活課生活環境係  
(内線1151)

「クアハウスたいたい」全館休館のお知らせ

老朽化した、機械設備の大規模な改修工事を行うため、次の期間、全館休館します。  
長期間の休館となり、大変ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

時休館期間：12月1日(金)～令和6年3月中旬(予定)  
問 商工観光課観光振興係  
(内線1253)

けんこうの やかた けんのびかん  
健康が伸びる館【健伸館】11月の予定

内容	日程	時間
足湯でフットケア	毎週(月)～(金)	10:00～15:00
弁当配達ボランティア活動		13:30～15:30
通いの場(体操)	毎週(火)	10:00～11:30
脳活(脳トレ)	2日(休)	
脳活(音楽と健康)	9日(休)	
脳活(習字)	16日(休)	
竹島塾	30日(休)	
介護予防型ミニデイ ※申込必要	毎週(金)	10:00～14:30

※予定を変更する場合がありますので、利用についてはお問い合わせください。

申・問  
福祉介護課地域包括支援センター係(内線1132)  
健伸館(旧竹島小学校裏) ☎28・7983  
開館時間：午前9時～午後4時  
休館日：(土)(日)(祝)



## 12月3日～9日は 障害者週間

障がいのある人があらゆる分野の活動に積極的に参加することができるよう、障がいの福祉についての関心と理解を深めることが重要です。また、障害者差別解消法が改正され、事業者による障がいのある人への「合理的配慮の提供」が令和6年4月1日から義務化されます。障がいのある人もない人も差別や虐待がなく、互いにその人らしさを認め合いながら共に生きる社会の実現を目指しましょう。

## 防災行政無線を用いた 情報伝達試験の実施(2回目)

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、防災行政無線を使用した全国一斉情報伝達試験が行われます。

放送内容は、「これはJアラートのテストです。」を3回繰り返します。通常の放送より大きな音で流れますので、混乱されないよう、ご理解とご協力をお願いします。

時11月15日(水)午前11時  
他緊急事案等の発生に伴い、中止または延期となる場合があります。  
問総務課防災対策係(内線1311)

## 消雪パイプの点検作業

降雪期を前に、市道の消雪パイプの点検作業を行います。一時的に通行に支障をきたすなどご迷惑おかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

交通安全には十分注意し作業を行います。点検作業員の近くを車で走行するときは徐行をお願いします。  
時11月1日(水)～30日(木)  
所市内全域(消雪パイプ敷設市道全線)

問地域整備課管理係(内線1219)

## 耐震診断をしてみませんか?

昭和56年以前に建築された住宅の地震に対する安全性確認調査を無料で行っていきます。

お住まいの住宅が大地震で倒壊しない耐震性能があるか、この機会に調査してみませんか?  
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。



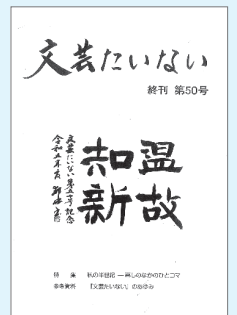
ホームページはこちら

## 文芸たいない第50号発行

本号が終刊号となります。半世紀のあゆみから50年間の表紙・特集随筆・座談会を一覧表にして巻末に掲載しました。

特集随筆は「私の半世紀ー暮らしのなかのひとコマ」です。その他、各ジャンルの作品を多数収録。表紙は石川 久仁夫 氏の書です。

バックナンバーも不揃いですが若干ありますので、ぜひご購入ください。



文芸たいない 第50号

所販売場所…中央公民館、胎内市図書館、黒川地区公民館、きのと交流館、築地農村環境改善センター、中条駅観光交流室、たるが橋観光交流センター、胎内市美術館

¥販売価格…1冊 1,000円  
問中央公民館 ☎ 43・2001

【甲】募集期間：11月13日(月)～20日(月)  
※今年度の募集は最後となります。  
【定】募集予定戸数：1戸程度  
【¥】無料  
問地域整備課都市計画建築係(内線1213)

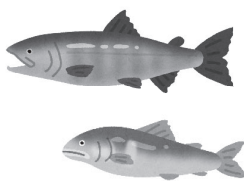
## 胎内川漁協からのお知らせ 〜胎内川で獲れた魚介類を販売します〜

【時】【鮭】：11月5日(日)から12月10日(日)までの日曜日のみ…午後1時～

【地】【アユ・モクスガニ】：11月5日(日)午後1時～

※いずれも収穫量が少ない場合、販売を中止することがあります。  
所下赤谷養殖場(黒川中学校前)

【¥】【鮭】：  
オス1尾…500～1000円  
メス(採卵済)1尾…1000円  
【地】【アユ】1パック500g…  
大…2000円/中…2000円/  
小…1000円  
【モクスガニ】1kg…1500円  
※いずれも税込です。  
問胎内川漁業協同組合 ☎ 47・3122  
(平日…午前8時30分～正午)  
※都合により不在の時があります。





## 沖縄戦で亡くなられた方の御遺族へ

沖縄県糸満市の平和祈念公園内に、沖縄戦で亡くなられた全ての方々の氏名を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。

次に該当する場合で、まだ刻銘されていない方は、追加刻銘ができます。

昭和19年3月22日から昭和21年9月7日までの間、沖縄県区域および南西諸島周辺において、沖縄戦が原因で亡くなられた方

新潟県福祉保健総務課援護恩給室

☎025・280・5180

福祉介護課援護係（内線1155）

## 国民健康保険・後期高齢者医療からのお知らせ

### 交通事故にあったときは 必ず市役所と警察へ届け出をしましょう

交通事故などによってケガや病気をしたときに、保険証を使って

診療を受ける場合は、**必ず市役所へ届け出をしてください。**



また、示談で済ませると保険証が使えなくなる場合があります。ケガの程度が軽くても安易な判断をせず、必ず相手の氏名・住所・連絡先・保険会社などを確認し、**すみやかに警察に届け出をしましょう。**

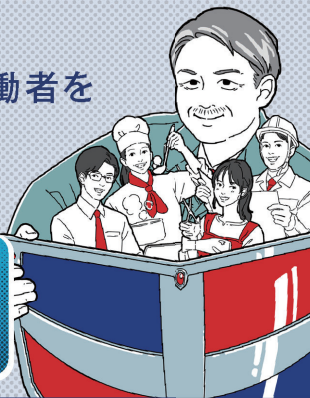
市民生活課ほけん年金係（内線1147・1148）

### ☑ 雇ったら入る。労働者を守る。

正社員、パート、アルバイトなど労働者を一人でも雇ったら、必ず手続きを

## 労働保険

労災保険 + 雇用保険



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署・公共職業安定所（一社）全国労働保険事務組合連合会・全国社会保険労務士会連合会

## 標準営業約款制度（Sマーク）を「ご存じですか！」

標準営業約款制度は、消費者（利用者）を守るために法律で定められた制度です。

厚生労働大臣認可の約款に従って営業することを登録した、「理容店」、「美容店」、「クリーニング店」、「めん類飲食店」、「一般飲食店」では、店頭にSマークを掲げています。登録店は、安心・安全・衛生を約束する信頼できるお店です。



厚生労働大臣認可

☎（公財）新潟県生活衛生営業指導センター ☎025・378・2540

## 秋の火災予防運動

11月9日(木)から15日(水)までの7日間、「火を消して不安を消してつなぐ未来」を標語に、全国で一斉に秋の火災予防運動を実施します。

火災が発生しやすい時季を迎えますので、火の取扱いに十分注意しましょう。また、住宅の防火のため次のことを心がけましょう。

### ◎住宅防火いのちを守る

#### 10のポイント

- 【4つの習慣】
- ・寝たばこは絶対にしない、させない。
- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ・こんろを使うときは火のそばを離れない。

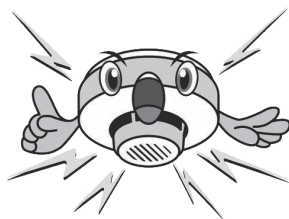
#### 【6つの対策】

- ・コンセントはほこりを清掃し、必要なプラグは抜く。
- ・火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ・火災の早期発見のために、**住宅用火災警報器**を定期的な点検し、10年を目安に交換する。
- ・火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、**防炎品**を使用する。
- ・火を小さいうちに消すために、**消火器**を設置し、使い方を確認しておく。
- ・お年寄りや身体の不自由な人は、**避難経路**と**避難方法**を常に確保し、備えておく。

- ・防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、**地域ぐるみの防火対策**を行う。

▼**住宅用火災警報器**は古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感じなくなることがあるため、とても危険です。10年を目安に交換しましょう！

☎新発田地域広域事務組合消防本部 予防課 ☎22・8096



地域おこし協力隊

# 地域おこし協力隊だより



しげた さやか 重田 爽歌 隊員

鼓岡集落に移住して約半年が経ちました。ご近所さんから野菜のお裾分けをいただくこと、青かった田んぼが黄色くなる様子を見て秋の訪れを感じたことなど、移住して初めて経験することも多く、新鮮な気持ちで生活しています。これから季節は冬へと向かいますが、雪のある暮らしの中で何か楽しみを見つけたいと考えています。

地域おこし協力隊の活動では、移住促進の担当として、これから移住者向けのポータルサイトを作成する予定です。その前段階として、胎内市にお住まいの方にインタビューを行い、胎内市の魅力などを教えていただきました。私は、住んでいる鼓岡集落の皆さんにとっても良くしたいだけのことから、胎内市の魅力の一つが「人」だと考えていますが、

インタビューで教えていただいたさまざまな魅力をポータルサイト等で情報発信できるように取り組んでいきたいと思っています。

## 大学生との農作業体験の様子



稲刈りの様子



コンバインの説明を受けている様子



鼓岡の皆さんとの交流

その鼓岡集落で、9月に、新潟食料農業大学の学生3人に来ていただき、集落の方々との交流をメインに、2泊3日で稲刈りなどの農作業体験を行いました。集落の方々が気さくで親しみやすいこと、田んぼの風景や星空が綺麗なことに魅力を感じてもらえたようで、参加した学生が「楽しかった」と言ってくれたことがとても嬉しかったです。参加した学生には今後も鼓岡集落に遊びに来てほしいと思っています。

また、市報を読んでいただいた方々が、鼓岡集落をはじめとした山あいの地域を通りがかった際は、ぜひ美しい自然環境などに目を向けていただけたらと思います。

●問合せ 総合政策課行革協働係 (内線1364)

## 胎内市ホームページに広告を掲載しませんか？

市ホームページにバナー広告枠を設置しています。あなたのお店や会社などをPRしませんか？

### ●広告掲載料

- ・市内に住所を有する場合：月額3000円/1枠
- ・市外（新潟県内）に住所を有する場合：月額5000円/1枠
- ※新潟県外に住所を有する場合は、広告の掲載を申し込むことができません。

### ●広告の規格

- 大きさ：縦56ピクセル×横224ピクセル
- データ容量：20KB以下
- 形式：GIF（透過GIF不可）、JPEG、PNG

### ●広告枠数

- 最大10枠（10月26日現在、残り3枠）
- 甲市ホームページから申込書をダウンロードし必要事項を記入のうえ、広告案を添付して提出してください。

●問合せ 総合政策課広報情報推進係 (内線1366)



ホームページはこちら

## 市報に載せたい広告を掲載しませんか？

毎月発行する「市報に載せたい広告」号/合併号」に有料広告を掲載してPRしませんか？

- 1枠5000円（市内業者）で、1号につき8枠相当の広告を掲載します。広告の色は黒の1色刷りです。
- 市報（1日号/合併号）発行日の1か月前まで
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

●問合せ 総合政策課広報情報推進係 (内線1366)



ホームページはこちら

宝くじ公式サイト

宝くじがネットで購入できる!

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 宝くじコールセンター TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

公益財団法人 新潟県市町村振興協会



国税の納付はダイレクト納付をぜひご利用ください！

●こんな方におススメ！

e-Tax で申告されている方、源泉所得税の毎月納付など頻りに納付手続きをされている方



◀詳しい情報はこちら



ダイレクト納付のメリット

- ▶電子証明書・ICカードリーダライタが不要！
- ▶即時又は納付日を指定して納付することが可能！
- ▶インターネットバンキングの契約が不要！
- ▶税理士が納税者に代わって納付手続きを行うことが可能！
- ▶課税期間中にあらかじめ登録した納付日・納付金額の振替納付（予納）が可能！
- ▶地方税もeLTAXを利用して、ダイレクト納付が可能！（詳しくは地方税共同機構ホームページを参照）

※ダイレクト納付の利用については、ダイレクト納付利用届出書の届出から約1か月程度かかります。

11月11日～17日は「税を考える週間」

今年のテーマは、「これからの社会に向かって」です。税を考える週間の行事の一環として、新発田税務署管内の中学、高校生の皆さんから応募された税に関する作文等の優秀作品の展示を行います。

- 日 時 11月11日(出)～19日(日)
- 場 所 イオンモール新発田2階フロア

所得税および復興特別所得税の  
予定納税（第2期分）の納税をお忘れなく

所得税および復興特別所得税の予定納税（第2期分）

- 納期 11月30日(休)

※振替納税をご利用の方は、11月30日(休)に指定の金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とされます。11月29日(休)までに預貯金残高をご確認ください。

NPO法人

スポーツクラブたいない通信 No.10



ホームページはこちら

◎第8回 NPO 法人スポーツクラブたいない理事長杯  
グラウンド・ゴルフ大会結果

9月26日に総合グラウンド野球場にて開催されました。総勢79人の参加者が楽しくプレーしました。

■男性の部

- 第1位 山田幸男（村松浜健康クラブ）55打
- 第2位 矢部俊次（フライデークラブ）60打
- 第3位 高橋俊雄（ついじグラウンド・ゴルフ）60打

■女性の部

- 第1位 佐藤和子（クラブだんだん）58打
- 第2位 中村トヨ子（フライデークラブ）61打
- 第3位 高橋幸子（ついじグラウンド・ゴルフ）61打



◎わくわくスポーツランド番外編

今回は“番外編”なので、内容も少し変えてスポーツランドを行います！会場もぶれすぽ胎内の広い体育館で行いますので、“スポーツの秋”みんなで思いっきり体を動かしましょう！

- と き 11月19日(日) 午前10時～11時30分
- と ころ ぶれすぽ胎内アリーナ
- 参加費 100円
- 対 象 未就学児～小学4年生
- 持ち物 内履き

《指導内容》

- ◎準備運動ノリノリでダンス☆
- ◎みんなでダッシュ☆
- ◎スポレックにチャレンジ☆
- ※午前11時～11時30分の30分間は、フリータイム！自由に遊びましょう♪
- ※スポレックチャレンジは保護者の参加も大歓迎！参加費は無料です。



田・問 NPO 法人スポーツクラブたいない事務局（ぶれすぽ胎内）☎ 43・0003 受付：午前9時～午後5時



胎内市夏井にある「クレーストーン博士の館」には、大きな霰石（英名・アラゴナイト）が展示されています。霰石は炭酸カルシウムからなる鉱物で、本来は無色透明もしくは白色の結晶です。混入する不純物によってはピンク色や茶色などの石が生まれますが、館内に展示されている霰石は全国的にも珍しい青色の石です。県内では他に見るこゝとができる場所が限られているため、その希少さがうかがえます。「クレーストーン博士の館」にある霰石は色もさることながら、その縦、横共に数十センチの大きさにも圧倒されます。まさに色、大きさ共に世界一の霰石と言えるかもしれません。

「クレーストーン博士の館」にはこの霰石だけでなく、水晶や金鉱石などさまざま

まな美しい石に加えて多様な化石など約500点が展示されています。この施設は冬期間（12月～3月）は休館のため、開館期間中に、青い霰石をはじめ、魅力が満載の石の世界を体験してみませんか。



①館内に展示されている霰石（幅91センチ、奥行き42センチ、高さ27.5センチ）②館内の展示の様子③館内ではアクセサリーづくりなどが体験できます



### クレーストーン博士の館

●開館日：4月～11月の土・日・祝（令和5年度最後の開館日は11月26日）  
●開館時間：午前9時～午後5時  
※令和6年度開館は4月上旬を予定していますが積雪状況等により異なる場合があります。

文・写真 生涯学習課

## 胎内市の歴史探訪

### 《212》 城の山古墳 調査速報

#### 【城の山古墳の概要】

史跡整備事業に伴い、胎内市大塚に所在する城の山古墳の発掘調査を10月3日から市教育委員会で進めています。城の山古墳は、平成17年の調査開始以来、平成27年まで9回にわたり調査を実施し、平成24年には棺から勾玉や鏡などの副葬品が数多く発見されました。当時全国的なニューズとなり、現地説明会には2日間で2千人の方々を訪れました。

ここ胎内市は当時勢力を伸ばしていた大和政権と、大和政権に属さない北の勢力の境界に位置していたため、城の山古墳の埋葬されたリーダーは大和政権にとって、とても重要な人物でした。大和政権中心地で造られた古墳と同等の卓越した副葬品がそのことを物語っています。平成31年には国の史跡に指定されました。

#### 【今回の調査の目的】

城の山古墳を適切に保存し、活用するために、令和3年に整備基本計画を策定しました。将来史跡公園として整備するため、市で公有化した墳丘の北側部分と西側部分について調査土坑（トレンチ）を入れ、埋蔵文化財の有無を確認します。調査の目的は大きく3つあり、1つめはこれまでの調査ではつきりと確認できなかった墳丘の外周部の状況や※周濠の有無を確認すること、2つめは平成25年に墳丘北側部分の地下レーダー探査により確認された深い溝状の落ち込みの性格や時期の確認、3つめは古墳時代以降の中世や近世の生活の跡を確認し、古墳と人との関わりを調べることです。

#### 【これまでの成果について】

北側部分については、古代の須恵器や、中世の青磁・瀬戸美濃焼・珠洲焼などが発見され、古墳時代以降にも人々が生活していたことがわかっています。また、地下レーダー探査で確認された深い溝から古墳時代の土器片などが発見されています。

西側部分については、古墳の周囲にある幅8・3mの近世の川跡から漆器の椀などが

発見されました。川跡のさらには下の土層からは古墳時代の壺の破片などもみつきり、古墳の堀の可能性もわかれます。調査は11月中旬まで予定しています。



北側部分 出土した中世の珠洲焼



西側部分 近世川跡などの調査



西側部分 近世の川跡から出土した漆器の椀



西側部分 古墳時代の壺

文・写真 生涯学習課

※古墳の墳丘の周囲をめぐる濠ないし溝のことを周濠と呼びます。



おぼえがき 11月	
1	(水) 【夜間窓口】
2	(木)
3	(金・祝) 冬の星座・神話解説教室
4	(土) 山あいのちいさなお祭り
5	(日) 胎内 DEERS 秋季リーグ戦パブリックビューイング(第5節)
6	(月)
7	(火) 4か月児健診
8	(水) 【夜間窓口】
9	(木) 秋の火災予防運動(～15日)
10	(金)
11	(土)
12	(日)
13	(月)
14	(火) 7か月児健診
15	(水) 1歳児親子歯科健診・【夜間窓口】
16	(木)
17	(金)
18	(土) さつまいもを使ったパン作り
19	(日) 議場見学会・市議会と女性との意見交換会
20	(月)
21	(火)
22	(水) 【夜間窓口】
23	(木・祝)
24	(金)
25	(土)
26	(日)
27	(月)
28	(火) 3歳児健診
29	(水) パパママ学級(後期)・【夜間窓口】
30	(木)

## 市報アンケート クイズに挑戦!

★問題…3択問題です。

黒川中学校では地域との連携を大切にした教育活動を行っています。1年生が取り組んだ活動は次のうちどれでしょうか。

- ア：黒川PR作戦
- イ：職場体験学習
- ウ：地域おこし活動



応募フォームはこちら

★応募方法…はがき または 応募フォーム

※市ホームページの応募フォームから応募ができます。

お1人につき1通とし、市内在住の方に限らせていただきます。問題の正解者のうち、市政や市報に対するご意見や今月号の感想をいただいた方の中から、抽選で図書カード500円分を4名様に差し上げます。

※応募でいただいたご質問は、内容により担当課から回答します。

ご質問は、お電話で各課にお問い合わせいただくか、市ホームページの「各課へのお問い合わせ」をご利用ください。

今月号の感想も忘れずに!

★締切…11月15日(水)(当日消印有効)

★前月号の答え…イ：いっせい地震行動訓練

★前月号の応募者数と正解者数…応募者数：18人

正解者数：18人

※当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

▶クイズの答え

▶郵便番号・住所

▶氏名・年齢

▶電話番号

市報や市報に対する  
ご意見や今月号の  
感想

959-2693

胎内市役所 総合政策課  
胎内市新和町2番10号  
広報情報推進係 行

※応募を通じて取得した個人情報、賞品の発送といただいたご意見や感想の活用にはのみ使用します。ご意見や感想は、個人情報を除き市報や市ホームページに掲載することがあります。

## 市長動静

《9月21日～10月20日》

- 9月 21日(木) 秋の交通安全運動出発式
- 22日(金) 議会定例会(一般質問)
- 23日(土) 議会定例会(一般質問)
- 24日(日) 胎内市武道祭
- 25日(月) 秋季胎内市民ゴルフ大会
- 27日(水) 胎内リゾート取締役会
- 28日(木) 決算審査特別委員会(一般会計)
- 29日(金) 決算審査特別委員会(特別会計)
- 30日(土) 黒川小学校創立10周年記念祝賀会
- 10月 3日(火) 議会定例会(最終日)
- 4日(水) 胎内市洋上風力関連事業推進協議会懇談会
- 5日(木)～6日(金) 北信越市長会総会
- 7日(土) 日立稲荷神社例祭
- 8日(日) 胎内カップバスケットボールフェスティバル
- 9日(月) 胎内市老人クラブ連合会芸能発表会
- 12日(木)～13日(金) 全国都市問題会議
- 14日(土) 新潟県スポーツレクリエーション大会開会式
- 15日(日) 胎内市消防団秋季総合演習
- 18日(水) 新潟県社会教育研究大会
- 19日(木) 胎内大会開会式
- 20日(金) 黒川商工会との勉強会
- 胎内リゾート取締役会

# ぼくのわたしの 歯げんき

3歳児健診でムシ歯のなかった子をご紹介します。



あおき しほ ちゃん  
青木 志歩 ちゃん  
(柴橋)



いからし はな ちゃん  
五十嵐 花 ちゃん  
(西条町)



いたがき みなみ ちゃん  
板垣 実波 ちゃん  
(西条町)



いまい りんこ ちゃん  
今井 凜子 ちゃん  
(前山台)



うすだ えみ ちゃん  
薄田 笑咲 ちゃん  
(羽黒)



こんどう あんな ちゃん  
近藤 杏奈 ちゃん  
(築地)



すぎもと ゆずは ちゃん  
杉本 柚葉 ちゃん  
(二葉町)



みずさわ らん ちゃん  
水澤 蘭 ちゃん  
(山王)



よこべ ゆうや ちゃん  
横部 結哉 ちゃん  
(高畑)



## 今月の表紙



きのと小学校で太鼓芸能集団『鼓童』が迫力満点の演奏を披露。表紙は、「大太鼓」での演奏の写真です。太鼓を叩く大きな背中に目が釘付けになる児童たち。身体に振動が伝わるほど迫力のある音色は、不思議と心地よく体育館全体が鼓童の世界に引き込まれていました。



胎内市  
ホームページ



胎内市  
公式LINE

アプリでも【市報たいない】  
を配信しています



伝えよう！  
たいないのごっつお  
No.46

Youtube【タイナイ動画】  
レシピ動画配信中



## さつまいもベビーカステラ



レシピ考案：村山陽莉さん(黒川小)  
(胎内食育PR隊と黒川小学校ポテトクラブのコラボ企画)

### 材料(50個分)

- ・紅はるか …………… 200g
  - ・ホットケーキミックス … 200g
  - ・卵 …………… 2個
  - ・牛乳 …………… 70cc
  - ・はちみつ …………… 大さじ3
  - ・砂糖 …………… 大さじ1
- A {
- ・キャラメル………… 4個(20g)
  - ・牛乳 …………… 60cc
  - ・溶かしバター …………… 適量

### 作り方

- ① 紅はるかは1cmの角切りにし、やわらかくなるまでゆでる。
- ② 鍋に【A】を入れて加熱し、キャラメルソースを作る。
- ③ ボウルに卵を割り入れて混ぜ、牛乳、はちみつ、砂糖、②を入れて混ぜる。
- ④ ③にホットケーキミックスを3回にわけて加えて混ぜ、生地を作る。
- ⑤ たこ焼き器に溶かしバターを薄く塗り、生地を8割程度まで流し入れ、①の紅はるかを1個ずつ入れて熱する。
- ⑥ 生地の表面にぷつぷつが出てきたら、竹くしで上下を返し丸くする。