



○よさこい&お囃子コラボフェス（7月12日）

市内外のよさこいチーム11組と市内おはやしチーム3組の約240人によるコラボフェスが行われ、約500人が来場しました。今年はホントカ。屋上での屋外開催となり、出演したみなさんは広々とした空間で思い切り演舞や演奏を披露していました。

演舞と演奏のコラボレーションのほかにも、新潟県出身のシンガーソングライター Mondeo^{モンデオ}さんによる「小千谷こい唄」の歌唱に合わせたよさこいなど、大迫力のパフォーマンスで会場が盛り上がりました。

●今月の主な内容

8月21日(金)・22日(土)・23日(日) おぢやまつり開催!! 2~4
 2025年度ビジネスコンテスト in OJIYA 採択者インタビューvol.1..... 6
 令和8年8月から高額療養費制度が見直されます 14





21日金

おぢやまつり東広場

午後8時～ **大民踊流し（おぢやれ節）**

午後8時30分～ **仮装盆踊り（小千谷甚句）**



22日土

午前10時30分～ **おぢや☆うき☆うき☆しゃっこいまつり**

午後7時30分～ **大花火大会（荒天時は23日（日）に順延）**

22日土・23日日

午後6時～ **万灯統一パレード**

※詳しい行事日程や交通規制は、8月上旬に全戸配布するプログラムをご覧ください。

楽しく習って、みんなで踊ろう！

民踊流し講習会

- 日時／①7月29日（水）午後7時30分～8時30分
②8月5日（水）午後7時30分～8時30分
- 会場／サンプラザ3階大ホール
- 内容／おぢやれ節と小千谷甚句の踊りの練習
- 講師／小坂今子さん（深雪会）
- 問い合わせ／（一社）小千谷観光協会 ☎86-0288



自分で作ったミニ万灯を持っておぢやまつりを楽しもう！

ミニ万灯作り

- 会場／ホントカ。和アンカー
- 参加料／各コース700円（当日現金で支払い）
- 申込方法／右記二次元コード（先着順）
- 問い合わせ／ホントカ。 ☎82-2724

色ぬりと組み立てコース（3時間）

紙に色をぬり、針金を組み立て、紙を貼る3つの工程でオリジナルミニ万灯を作ります。

- 対象／小学生と保護者
- 定員／各日10組

①錦鯉ミニ万灯

- 日時／①8月8日（土）午前9時30分～
②8月15日（土）午後1時30分～

②気球ミニ万灯

- 日時／①8月8日（土）午後1時30分～
②8月15日（土）午前9時30分～

申込はこちら



色ぬりのみコース（45分間）

白いミニ万灯に色をぬってオリジナルミニ万灯を作ります。

- 対象／未就学児～小学生と保護者
- 定員／各回7組

①錦鯉ミニ万灯

- 日時／8月22日（土）①午前10時～②午前11時～

②気球ミニ万灯

- 日時／8月22日（土）①午後1時～②午後2時～



第39回利雪・遊雪・克雪フェア

おぢや☆うき☆うき☆しゃっこいまつり



- 日時／8月22日(土)午前10時30分～午後2時30分
 - 会場／ホントカ。第1駐車場
 - 内容
 - ▷幼児・児童向け雪遊びスペース
 - ▷除雪車両実演ショー（正午頃開催）
 - ▷除雪車両展示
 - ▷企業・団体の出展コーナー
 - ▷キッチンカーコーナー
 - ▷クイズラリー（景品あり）
- ※内容は変更になる場合があります。

- その他／駐車場は、市役所及び市民会館をご利用ください。
- 問い合わせ／利雪・遊雪・克雪フェア実行委員会（事務局：建設課管理克雪係内）☎83-3514

真夏にしゃっこい雪で遊びませんか。毎回大好評の雪広場で、夏の暑さを忘れて楽しみましょう！



参加無料のミニ縁日を同時開催！

ソコラテ夏の記念撮影会

おぢやまつり大花火大会観覧の前にソコラテで記念写真を撮影しませんか。プロのカメラマンが大切な方との写真を撮影します。
※撮影には整理券が必要です。



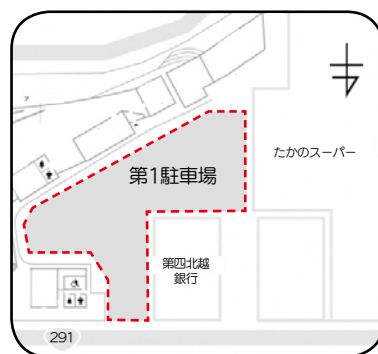
- 日時／8月22日(土)午後3時～6時
- 受付・会場／ソコラテ2階ミーティングルーム
- 整理券配布時間／午前10時～（終了次第、Instagramにてお知らせ）
- 定員／40組（1組につき整理券1枚）
- 撮影無料
- その他／撮影データは後日、ダウンロード形式でお送りします。
- 問い合わせ／ソコラテ☎94-5460



おぢやまつり開催期間のホントカ。第1駐車場利用規制のお知らせ

下記日時は、ホントカ。、第四北越銀行小千谷支店、たかのスーパーの共有駐車場の利用が制限されます。

- 利用制限日時
 - ▷21日(金)午前8時30分～22日(土)午前9時：一部利用規制
 - ▷22日(土)午前9時～午後11時：全面利用規制
 - ▷22日(土)午後11時～23日(日)午後1時：一部利用規制
 - ▷23日(日)午後1時～11時：全面利用規制
- ※詳細はホントカ。ホームページをご確認ください。
- 問い合わせ
 - ▷おぢやまつりの規制に関すること：にぎわい交流課観光係☎83-3512
 - ▷ホントカ。駐車場に関すること：ホントカ。☎82-2724



本番に向けて
準備中!!

万灯&おはやし 町内インタビュー

万灯

○本町町内会

おぢやまつりの万灯は車に乗せて運転する「車万灯」とおおぜいの人力で動かす「引き万灯」の2種類があります。2日目・3日目の万灯統一パレードは必見です。今回は引き万灯を制作中の本町町内会にお話を聞いてきました。

今年の本町の引き万灯は、7月上旬から8月上旬まで、平日の午後7時から2時間ほど、制作班が8人ほど集まり手作業で作っています。「仲よく・楽しく・けがなく」を心がけ、予期せぬ問題があっても、協力して明るく乗り越えながら制作しています。

見どころを教えてください!

本町の引き万灯は「本町祝扇」という、扇が開閉して大きさが変化するからくりが特徴です。これはもともと鉄砲町が制作していたからくり万灯でしたが、平成元年の合併をきっかけに本町が引き継いだという歴史があります。また、毎年扇の絵柄をその年話題になったトピックに変えているのも見どころです。今年は何が描かれるのか、まつり当日をぜひお楽しみに!



△着色には染料を使用し、何度も試して最適な色合いを探します。
(7月6日撮影)



△扇の部分に残った昨年の絵柄を剥がす作業。万灯の中身はこうなっています。
(7月13日撮影)



△本町会館には過去の万灯写真がズラリ!



△制作班のみなさん

おはやし

○船岡町 若船音会

船岡町のおはやしは、まつり好き、おはやし好きな希望者が集まって、小学3年生から70代まで37人のメンバーで仲よく活動しています。ふだんは月1回のペースで練習していますが、おぢやまつり直前の8月は週に2〜3回、本番に向けて集中練習を行います。

見どころを教えてください!

まつり本番では6曲のおはやしを演奏する予定ですが、そのうち「船岡囃子」と「猿田囃子」の2曲は、50年以上地域で引き継がれてきた船岡町独自の「おはやし」です。船岡囃子はリズムカルな太鼓で盛り上がる楽曲で、猿田囃子は笛の高音と低音の吹き分けが前面に出る楽曲になります。2日目・3日目は市内を演奏して回るので、見かけた際はこの2曲に注目して聞いてください。



練習の様子 (7月4日撮影)

おぢやまつりを盛り上げ、聞く人の心をワクワクさせてくれるおはやし。今回は船岡町の「若船音会」にお話を聞いてきました。

小千谷市公民館創設80周年記念事業 岡拓哉さん講演会



小千谷市出身で報道現場で活躍する岡拓哉さんの講演会と、中学生とのパネルディスカッションを行います。

■日時／9月5日(土)午後2時～4時（受付：午後1時30分～）

■会場／市民会館大ホール

■プログラム

①講演会

▷演題：「夢の延長戦～野球への情熱が白球からマイクへ～」

②パネルディスカッション

▷テーマ：「小千谷の未来を築く君たちと語る」

▷パネラー：岡拓哉さん、市内各中学校の3年生5人

▷モデレーター：西方正英さん（フリーMC）

■定員／300人

■入場無料

■申込方法／右記二次元コード、電話またはファクス



■申込締切／9月3日(木)

■その他／講演会は手話通訳と要約筆記を行います。（パネルディスカッションは手話通訳のみ）

■申込・問い合わせ／市民会館 ☎82-9111 ㉠82-9112



岡拓哉さん

新潟テレビ21
アナウンサー

小千谷市出身。小学3年生から野球を始め、高校時代にはエースと4番を務めた。

平成26年に新潟テレビ21に入社し、現在は「スーパーJにいがた」（毎週月～金曜日、午後6時15分～）を担当。



錦鯉の里 に遊びにきませんか



無料入館券をご利用ください

■利用期間／8月8日(土)～23日(日)

■利用方法／左下の無料入館券を切り取り、入館時に受付に提示してください。

■問い合わせ／錦鯉の里 ☎83-2233

「錦鯉の里」
無料入館券

【利用期間】

令和8年8月8日(土)～23日(日)

※1枚につき1名様限り

※コピー不可



■入館料

区分	一般	団体 (20人以上)
大人（高校生以上）	550円	440円
小・中学生	330円	270円

※小学生未満は無料です。

■年間入館券／1,100円

▷小千谷市民が対象です。

▷ご利用は購入者本人に限ります。

▷購入から1年間利用できます。



展示資料は、日本語のほかに英語と中国語で表記されています。また、錦鯉に関するDVD・館内音声案内・パンフレットも英語版と中国語版を用意しています。



市では、市内で起業・新規事業に取り組みたい方に対してチャレンジ支援事業補助金（最大100万円）を交付し、みなさんの挑戦を応援しています。昨年度実施したビジネスコンテストで補助金の採択者に選ばれた5者を、広報おぢやとBALLOONホームページで順次紹介します。

●問い合わせ／商工振興課地域産業係 ☎83-3556



BALLOON
ホームページ

令和9年度
チャレンジ支援事業
補助金の採択者を
決定する
2026年度ビジネス
コンテスト in OJIYA の
詳細情報は、
秋頃公開予定！

「小千谷を盛り上げたい」を根底に。 居酒屋、サウナの次は 体験型ツアー事業を展開

interview

観光事業へのチャレンジを決意

もともと、居酒屋の経営は市内の方に喜んでほしい、小千谷にないものを提供したいという思いからスタートしました。そこから「小千谷の魅力を外に発信したい」「市外から小千谷に来てほしい」と考えるようになり、サウナ事業を始めました。これらの事業を展開する中で、小千谷を盛り上げるには市内の方だけではなく市外の方の力も必要だと気づき、「観光」に着目した新しい事業へのチャレンジを決意しました。

五感で感じる「感動体験」を

小千谷にはさまざまな観光スポットがありますが、そこに「体験」をセットにしたツアー事業を展開します。例えば、お酒を飲むだけではなく「造る」、へぎそばを食べるだけではなく「打つ」など、五感で小千谷を体験していただくことでさらなる価値を感じてもらえると考えています。都会暮らしで疲れた方や日本文化に興味のある方など、多くの市外・県外の方にこのツアーで小千谷を訪れて体験し、知っていただき、どんどん魅力を発信してほしいです。

ビジネスコンテストに応募したきっかけ

これから始める事業をみなさんに知ってほしい、そしてスタートアップのプロである審査員の方々にこの事業が正解なのかを見ていただきたいという思いがありました。実際に採択されてから現在に至るまで、手厚い伴走支援のおかげで想定より1.5倍くらいの速度で事業が進んでいる気がします。自分1人では得られなかった意見や知見も頂いており、補助金以上の価値を感じています。

市民のみなさんにひとこと

小千谷の人々も小千谷という場所も、魅力にあふれています。みなさんも小千谷を積極的にアピールして、市外からたくさんの方が訪れるようなまちづくりを一緒にできたらうれしいです。

インタビューの全文はBALLOONホームページに掲載しています。右記二次元コードからご覧ください。



モブスタイル

MOB STYLE(株)代表取締役

くろさき

りょう

黒崎 諒 さん（40歳）

片貝町出身。市内で居酒屋「オチヤバルMOB」（城内）、「おぢや酒場 もぶ煮」（本町）とサウナ施設「OJIYA SAUNA DEN」（時水）を経営。新規事業として都市部やインバウンド向けの小千谷体験型ツアー事業に取り組んでいる。

ぜひ居酒屋とサウナにもお越しください！



ひとり親家庭等助成制度

ひとり親家庭などを対象とした助成制度をお知らせします。この制度は前年の所得状況によって認定するものです。以前、所得制限により認定とならなかった方も該当になる場合がありますので、該当すると思われる方はご相談ください。

■申請・問い合わせ／健康・子育て応援課子育て応援係 ☎83-3640



児童扶養手当

■対象／18歳以下の児童（一定の障がいがある場合は20歳未満）を養育し、次のいずれかに該当する方

- ▷ひとり親家庭の父または母
- ▷父または母が養育できないときに、父または母に代わって児童を養育している方
- ▷配偶者に一定の障がいがある父または母
- ▷配偶者からの暴力（DV）で裁判所から保護命令を受けた父または母

■支給額（月額）／扶養している児童数、扶養義務者の所得額によって、支給額が異なります。金額などは、市ホームページをご確認ください。

■現況届／現在認定を受けている方は、毎年8月に現況届の提出が必要です。対象の方には通知文書を送付しますので、内容をご確認のうえ、必ず期限内に手続きをしてください。

ひとり親家庭等医療費助成

■対象／18歳以下の児童（一定の障がいがある場合は20歳未満）を養育し、次のいずれかに該当する方

- ▷ひとり親家庭の父または母と児童
- ▷父または母が養育できないときに、父または母に代わって児童を養育している方と児童
- ▷配偶者に一定の障がいがある父または母と児童
- ▷配偶者からの暴力（DV）で裁判所から保護命令を受けた父または母と児童

■内容／医療費の自己負担額のうち、一部負担金を除いて市が助成します。（所得制限あり）



このほかに、ひとり親の方の就職に向けた資格取得・スキルアップの支援制度として、高等職業訓練促進費、自立支援教育訓練給付金があります。詳細は、広報おぢや令和8年2月号12ページまたは右記二次元コードから市ホームページをご覧ください。



市議会第3回定例会日程

●会場／●本会議：市役所4階議場 ●各委員会：市役所4階大会議室

日時	内容
8月28日(金)午前10時	本会議（第1日：議案上程説明）
8月31日(月)午前9時30分 9月1日(火)午前9時30分	常任委員会連合審査会
9月2日(水)午前9時30分	総務文教委員会
9月3日(木)午前9時30分	民生産業委員会
9月16日(火)午前10時	本会議（第2日：一般質問）
9月17日(水)午前10時	本会議（予備日：一般質問） ※質問者が多い場合に開催します。
9月24日(水)午前10時	本会議（最終日：委員長報告、採決）

●どなたでも傍聴できます。本会議を団体で傍聴する場合や委員会の傍聴を希望する場合は、事前にお問い合わせください。

●本会議は、市ホームページからインターネット中継と録画中継をご覧いただけます。

●問い合わせ／議会事務局
☎83-3505



第46回 小千谷市展 作品募集

■市展開催日時／10月31日(土)～11月3日(祝)午前9時～午後6時
(最終日は午後4時まで)

■会場／楽集館※今年から会場が変わります。

みなさんの力作をお待ちしています。

■問い合わせ／市民会館 ☎82-9111



■応募資格／高校生以上

■応募規定

▶詳細はこちら

部門	規定
日本画・水墨画 ※今年から日本画部門と水墨画部門を統合しました。	【日本画作品】 ▷10号以上50号以内 ▷額装に限る（ガラス、アクリルともに使用不可） 【水墨画作品】 ▷50号以内 ▷額装に限る（高校生作品は半紙サイズの場合、黒紙台紙に貼り付けて出品可）
洋画・版画	▷50号以内 ▷額装に限る
書道	▷縦額：「横64cm以内、縦245cm以内」または「横76cm以内、縦182cm以内」 ▷横額：横152cm以内、縦76cm以内 ▷額装・パネル・軸装とする。（釈文票を添付すること。誤字失格）
写真	▷単写真：A4サイズ～全紙。木製パネル・額縁は長辺79cm以内 ▷組写真：73cm×103cm以内。写真の大きさは自由 ▷表装は木製パネルか額縁（ヒートン・つり紐を取り付けること。） ※パネルサイズ、寸法は外枠 ※単写真の高校生作品は、A4の場合、A3黒紙台紙に貼り付けて出品可
工芸・彫塑	染、織、陶器、七宝、つる、漆、革、木、竹、紙などによる工芸・人形など

※公募展に出品展示された作品は出品できません。

※出品は1部門2点以内とします。

※出品申込後の取り消しはできません。

※額装（ガラス不可、日本画作品を除いてアクリル可）とつり紐を必ず取り付け、しっかりと固定してください。

■出品料／1部門につき1,000円（無鑑査・高校生は無料）

■受付日時／10月14日(水)午後3時～7時（時間厳守）

■出品方法／出品申込書に出品料を添えて、作品を楽集館へ搬入してください。

※出品部門ごとに申込が必要です。

■その他

▷開催要項と出品申込書・釈文票は市民会館、総合体育館、ホントカ、ソコラテ、楽集館、片貝総合センター、真人ふれあい交流館、東山・岩沢・川井の各住民センターにあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

▷開催要項の送付希望者は、110円切手を貼った返信用封筒を同封のうえ郵送してください。

▶郵送先：〒947-0031 土川1-3-3（市民会館内）
文化スポーツ課

■審査員

▷日本画・水墨画：坪谷幸作

▷洋画・版画：遠藤良太郎

▷書道：堀田一逕

▷写真：中里和人

▷工芸・彫塑：西片正

■表彰

▷市長賞（賞状と賞金2万円）

▷池田記念美術館賞（賞状と賞金1万円）

▷奨励賞（賞状と賞金5千円）

▷佳作（賞状）

▷努力賞（賞状）※高校生対象

※市長賞と池田記念美術館賞の受賞作品は、11月21日(土)～12月6日(日)まで、池田記念美術館に展示します。



6月27・28日 ソコラテオープニングイベント 平時も、災害時も、つながる新たな広場

令和6年度から元中子の防災公園内に整備を進めてきた、スポーツコミュニティプレイス「ソコラテ」の完成を祝して、オープニングイベントを開催しました。27日は、竣工式とテープカットの後、施設の愛称を考案した猪俣八重子さんに目録が贈呈されました。ほかにも、東小千谷小学校の5・6年生による合唱やよさこいなどのステージ発表、ラジオの公開生中継、防災クイズスタンプラリーなどが行われました。28日は芝コートとアリーナの一般開放があり、2日間で約3000人が来場し、待望のオープンに立ち会いました。平時も災害時も、市民が「つながる 伝える 絆を紡ぐ 学びの広場」を目指して、みんなで一緒に育てていきましょう。

※利用予約方法などはソコラテホームページをご確認ください。



6月21日 北魚沼地区支会訓練会 日々の研鑽で安全を守り抜く

白山運動公園で新潟県消防協会北魚沼地区支会を構成する小千谷市と魚沼市の消防団による訓練会が開催され、「中級幹部訓練」「ラップ隊訓練」「ポンプ操法訓練」がそれぞれ実施されました。

中級幹部訓練には各消防団の幹部が参加して、通常点検や分列行進の訓練が行われました。ラップ隊訓練は両市が合同で訓練し、互いの吹奏技術の向上に取り組みました。ポンプ操法訓練は大会本番さながらの行程で行われ、審査にあたった消防署職員から技術指導を受けました。



7月9日 被爆体験伝承講話会 次は私たちが平和を守る

平成4年に非核平和都市宣言を行った小千谷市は、毎年、中学3年生を対象に被爆体験伝承講話会を開催しています。今年度は伝承者の萩原愛さんを講師に招き、被爆体験者の記憶を基に、核兵器による戦争の痛ましさについてお話いただきました。

萩原さんは「戦後80年間日本は戦争をしていない。次は私たちが平和を守る番です」と参加者に語りかけました。参加した生徒は「授業で核保有の賛否を話し合ったけれど、講話を聞いて反対の気持ちが強くなった」と話していました。



お知らせ



8月のわんパーク 子育て関連イベント

- ♥わくわくコーナー「プラレール」
- ♥ベビーランド
- ♥歯みがき相談
- ♥キッズランド～わたってあそぼう～
- ♥子育て講座「入園について聞いてみよう」
- ♥すくすく発育相談

♥申込・問い合わせ
わんパーク ☎81-7564



▶詳細はわんパークHP

令和8年度 乳幼児健康診査日程

はこちら



善意に感謝

■スポーツ振興への寄附として
▽中澤忍ホールインワン記念ゴルフ大会実行委員会…12万4700円



催し

小千谷市郷土資料館企画展
「おぢやの地図～みんなで描いたおぢやの未来～」

小千谷の昔の地図に関する企画展を開催します。

■日時／8月1日(土)～10月12日
午前9時～午後10時(ホントカ。休館日を除く)

■会場／ホントカ。博アムカー

■展示内容
▽明治～昭和時代の小千谷のまちの変遷がわかる地図

▽江戸時代末期における小千谷村の屋号などが記載された詳細な絵図

▽吉谷・山辺・東山など地域の絵図

▽昭和期の戦争に関係した地図と、体験者との対話記録

▽地図作りに貢献した小千谷の先人「大平展」に関する資料

▽その他、地図に関連した考古資料・古文書・写真など

■その他／9月26日(土)午後1時30分から、ワークショップ「幕末の絵図を持って歩こう!」を開催します。



■入場無料

■問い合わせ／ホントカ。 ☎82・2724



△明治時代の小千谷の地図

遊求亭巨だち独演会

■日時／8月11日(祝)午後1時～4時(開場…午後0時30分)

■会場／市民会館大ホール

■内容
▽小千谷市出身の遊求亭巨だちによる落語

▽新潟で活動する和泉久雪など、ゲストによる太刀パフォーマ

ンス

■入場無料

※ただし、入場には整理券が必要です。整理券は市民会館で配付します。

■主催／新潟大学落語研究部

■問い合わせ／市民会館 ☎82・9111



△遊求亭巨だち

楽集館展示室を
無料で利用できます

楽集館展示室を使い、絵画展・工芸展・写真展・コレクション展など、個人やグループで自由に開催してみませんか。期間中に申し込んだ企画に限り、無料で展示室を利用できます。

■無料開放期間／12月1日(火)～令和9年1月31日(日)

■会場／楽集館2階展示室

■対象／市内在住・在勤の個人または市内で活動する団体

■その他

▽利用期間は個人または1団体につき1回限り、3日程度とします。

▽申込時に企画内容と希望期間をお知らせください。希望日が重なった場合は、抽選で決定します。

▽市は広報に協力しますが、展示、会場管理などは利用者の責任で行ってください。

▽会場での作品販売、宗教・政治的活動などには利用できません。

■申込締切／8月28日(金)

■申込・問い合わせ／市民会館 ☎82・9111



日本フィルハーモニー交響楽団の公演に **無料ご招待!**

東京都杉並区との交流事業として当市で5月に行われた日本フィルハーモニー交響楽団による公演は、多くの来場者でにぎわいました。

今回は東京都杉並区で開催される「日本フィルハーモニー交響楽団第83回杉並定期演奏会」へご招待します。世界的に活躍するオーケストラの演奏をぜひこの機会にご堪能ください。

- 日時／9月20日(日)午後3時～5時（開場：午後2時15分）
- 会場／杉並公会堂（東京都杉並区上荻1-23-15）
- 対象／小千谷市民2組4名（抽選にて決定）※未就学児不可
- 出演／指揮：オッコ・カム、ピアノ：河村尚子
- 曲目／ラフマニノフ：ピアノ協奏曲第2番、ストラヴィンスキー：バレエ音楽《春の祭典》
- 申込方法／右記二次元コード
- 申込締切／8月9日(日)
- その他
 - ▷会場までの交通費などは自己負担となります。
 - ▷抽選結果は8月中旬頃までにメールでお知らせします。
 - ▷当選者は本人確認書類（住所がわかるもの）を参加者分ご持参ください。
- 問い合わせ／東京都杉並区役所区民生活部文化・交流課文化振興担当 ☎03-5307-0734



申込は
こちら



©飯田耕治



◁当市で5月に行われた公演の様子

小千谷市公式LINE



友だち
募集中!

- 主催・問い合わせ／新生ビルテクノ株式会社 ☎83・3011
- 入場無料
- 申込不要
- ※満席の場合は入場を制限する場合があります。
- 座席／メインアリーナ1階席及び2階席
- ※満席の場合は入場を制限する場合があります。
- 会場／総合体育館メインアリーナ
- ※午前9時45分～正午まで、地元小・中学生のチームによる交流試合を行います。
- 日時／8月5日(水)午後1時試合開始
- ※午後9時45分～正午まで、地元小・中学生のチームによる交流試合を行います。

バスケットボール
エキシビジョンマッチ

スポーツ



- 日時／9月8日(火)～24日(木)（土・日曜日、祝日を除く）午後7時30分試合開始
- 会場／総合体育館メインアリーナ
- 参加資格／18歳以上の方（高校生は除く）
- チーム編成／1チーム9人▽男女混成。最低3人は女性とする。登録は15人以内。
- ▽女性が常時3人以上コートにいること。
- ※ただし、55歳以上の男性がコートにいる場合は、女性は2人でも可とします。
- 参加料／1チーム2000円
- ※代表者会議にてお支払いください。
- 代表者会議
- ▽日時／8月19日(水)午後7時▽会場／総合体育館大会議室
- 申込締切／8月7日(金)正午
- 申込・問い合わせ／総合体育館 ☎83・0077

秋季夜間バレーボール大会
参加チーム募集

講座

赤十字救急法基礎・
救急員養成連続講習会

- 日時／8月29日(土)、9月5日(土)・6日(日)午前9時30分～午後5時30分(全3回)
- 会場／サンラックおぢや2階大集会室
- 対象／満15歳以上の方
- 内容／手当の基本やAED使用法、日常生活における事故防止や急病への対応など
- 習得資格
- ▽全日程受講者…受講証
- ▽検定合格者…赤十字ベーシックライフサポーター認定証、赤十字救急法救急員認定証
- ※資格の有効期間は5年です。
- 定員／先着20人
- 受講料／3600円(教材費、保険料を含む)
- 持ち物／返信用封筒(氏名・住所を明記し、110円切手を貼ったもの)、筆記用具、昼食
- 申込締切／8月14日(金)
- 申込・問い合わせ／日本赤十字社小千谷地区(事務局・福祉課障がい福祉係) ☎83・3517



募集

自衛官募集

防衛省・自衛隊では自衛官候補生などを募集します。

- ※試験日、試験科目などについてはお問い合わせください。
- 問い合わせ／自衛隊新潟地方協力本部長岡出張所 ☎33・0256

●航空学生(海上・航空自衛隊)

■受験資格／18歳以上24歳未満の方

■受付締切／8月28日(金)

●一般曹候補生

■受験資格／18歳以上33歳未満の方

■受付締切／9月1日(火)



第45回市民音楽祭出演者募集

音楽団体相互の交流の場として日頃の活動の成果を発表する音楽祭です。どなたでも出演できます。ぜひご応募ください。

- 開催日／11月21日(土)・22日(日)
- 会場／市民会館大ホール
- 対象／市内で音楽活動(コーラス、フォーク、ジャズ、ロックなど)を行っているアマチュア団体・個人
- 参加無料
- ※ただし、交通費、楽器運搬費などは出演者負担です。
- ※準備から運営まで参加団体が行います。
- 申込方法／出演申込書を市民会館へ提出(ファクス、メールでも提出可)
- ※申込書は市民会館にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。
- 申込締切／8月12日(水)
- 申込・問い合わせ／市民会館 ☎82・9111 FAX 82・9112
- Mail: bunksports-sg@city.ojiyana.gata.jp



相談

臨床心理士による
心の健康相談会

「夜眠れない」「やる気が出ない」など心の疲れを感じている方、ひきこもりで悩んでいる方などの相談をお受けします。秘密は堅く守られます。家族からの相談でも構いません。

- 日時／8月20日(木)午後1時30分～3時30分
- 会場／あすえる第1相談室
- 相談無料
- 申込締切／8月14日(金)
- 申込・問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83・3640

FM-NIIGATA <FM77.5>
小千谷をもっと好きになる
金曜はおぢやトーク!

♪毎週金曜日放送
♪午後12時30分～



非核平和

黙とうに協力ください

8月6日は広島市に、8月9日は長崎市に原爆が投下された日です。市民のみならず、犠牲になられた方々のご冥福を祈り、世界恒久平和への願いをこめて、1分間の黙とうにご協力をお願いします。

- 日時
- ▽広島市…8月6日(木) 午前8時15分
- ▽長崎市…8月9日(日) 午前11時2分
- 問い合わせ／企画政策課企画経営係 ☎83・3507



音声版の広報おぢやを
配信しています!



広報 おぢや Ojiya

おぢや Color! ⑥



おぢや
Color!
バックナンバーはこちら



みんなで支えよう！路線バス&イコテ

私たちの暮らしを支える路線バスやイコテは、みなさんの利用によって支えられています。通勤・通学や通院、買い物など、日常の移動にぜひご利用ください。



路線バスとAIオンデマンド交通

「イコテ」を上手に使い分けよう！

路線バスや乗合タクシーとイコテを乗り継いで利用することで、お出かけの選択肢が広がります。

▷路線バス：市内と市外を結び、広域的な移動に便利です。

▷イコテ：自宅近くの乗降ポイントから利用でき、通院や買い物などの中心市街地の移動に便利です。

■問い合わせ／にぎわい交流課交流推進係 ☎83-3512



路線バス夏休み応援キャンペーン 実施中！

越後交通(株)が運行する路線バス全線で、小学生以下を対象に1乗車50円で利用できるキャンペーンを実施しています。この機会に、お子さんと一緒に路線バスを利用してみませんか。中学生以上の方は、「休日乗り放題パス」(1,200円)を事前購入すると、終日利用することができます。

※高速バス、南越後交通バス(株)など一部対象外の路線があります。

■期間／～8月23日(日) (8月2日(日)・3日(月)を除く)

■問い合わせ／越後交通(株) ☎29-1110

くらし

川で遊ぶときは急な増水に
注意しましょう

川で遊ぶときは急な増水に備え、遊ぶ場所の周辺とその上流部の河川水位や降雨状況、土砂災害危険度をあらかじめ確認しましょう。また、現地では事前に危険な場所を確認し、雨が降り始めたり、水かさが増えたりした場合、すぐに避難しましょう。河川水位などの各種情報は、新潟県公式防災アプリ「新潟県防災ナビ」で確認できます。

■問い合わせ／新潟県河川管理課 ☎025・280・5414 または砂防課 ☎025・280・5424

最高裁判決を踏まえた生活
保護費の追加給付

■対象世帯

▽平成25年8月から平成30年9月までの間に生活保護を受けたことがあるすべての世帯

▽平成30年10月から令和8年3月までに生活保護を受けたことがある世帯のうち、一定期間入院・入所していた方、障がい者の加算が算定されていた方、毎年12月に支給される期末一時扶助費が算定された世帯など(現在、保護を受けていない世帯も対象)

※現在、小千谷市で生活保護費受給中の世帯は申請不要です。
※平成25年8月以降に小千谷市外で生活保護を受けたことがある世帯は、当時、生活保護を受けていた自治体へ申請が必要で。

※同期間に小千谷市で生活保護を受けたことがあり、現在生活保護を受けていない世帯は申請が必要です。

■支給額／生活扶助基準の「新たな水準」と従来の水準との差額

■申請期間／8月1日(土)～令和9年7月31日(土)

■申請・問い合わせ／福祉課生活福祉係 ☎83・3517

令和8年8月から高額療養費制度が見直されます

高齢化の進展や医療の高度化に伴う医療費の増加を踏まえて、将来にわたり安心して医療を受けられる制度を維持するために、高額療養費制度が令和8年度と令和9年度の2段階で見直されます。

■問い合わせ／市民生活課国保年金係 ☎83-3516



高額療養費制度とは

- ▷ 1 か月にかかった医療費の自己負担額が限度額を超えた場合に、その超えた分を払い戻す制度です。
- ▷ 自己負担限度額は、個人や世帯の所得に応じて定められています。

●令和8年8月から令和9年7月までの上限額

年収目安	適用区分		入院＋外来（世帯ごと）		外来（個人ごと） 70歳以上のみ
	70歳未満	70歳以上	月額上限	年間上限※2	
約1,160万円～	区分ア	現役並みⅢ	27万300円＋（医療費－90万1,000円）×1% 【14万100円】※1	168万円	—
約770万円 ～1,160万円	区分イ	現役並みⅡ	17万9,100円＋（医療費－59万7,000円）×1% 【9万3,000円】※1	111万円	—
約370万円 ～770万円	区分ウ	現役並みⅠ	8万5,800円＋（医療費－28万6,000円）×1% 【4万4,400円】※1	53万円	—
～約370万円	区分エ	一般Ⅰ・Ⅱ	6万1,500円【4万4,400円】※1	53万円	月額上限 2万2,000円 年間上限 21万6,000円
住民税非課税 (70歳未満)	区分オ	—	3万6,900円【2万4,600円】※1	29万円	—
住民税非課税 (70歳以上)	—	住民税 非課税世帯 Ⅱ	2万5,700円【2万4,600円】※1	29万円	月額上限 1万1,000円 年間上限 9万6,000円
一定所得以下 (70歳以上)	—	住民税 非課税世帯 Ⅰ	1万5,700円	18万円	月額上限 8,000円

※1：【】内の金額は、過去12か月間の高額療養費の支給が4回目以降の自己負担限度額です。

※2：年間上限は、8月～翌年7月の1年間で計算します。

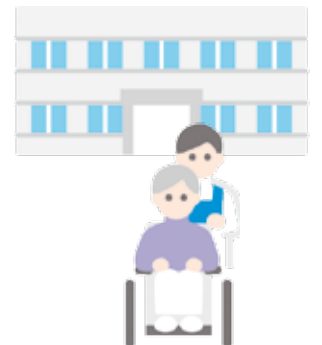
●見直しのポイント

▷年間上限額の新設

月ごとの上限額に達しない場合でも、長期療養などにより年間の自己負担額が年間上限に達すると、その年はそれ以上の負担がなくなります。

▷外来特例の新設

70歳以上の住民税非課税世帯について、年間の最大自己負担額が増加しないよう、新たに外来年間上限（9万6,000円）の特例が設けられます。



●高額療養費制度を利用するには

▷マイナ保険証を利用する方：医療機関での本人同意により窓口での支払いが限度額までになります。

▷マイナ保険証を利用しない方

- ▶ 限度額認定証などを医療機関の窓口で提示することにより窓口での支払いが限度額になります。
- ▶ 限度額認定証などを提示しなかった場合は、医療機関で支払った後に支給申請を行います。支給申請書は該当する受診月の2～3か月後に送付します。

高齢の方と障がいのある方の医療費を助成します

老人医療費助成（県老）

65歳～69歳のひとり暮らしや寝たきりの方が医療機関を受診したときの医療費の一部を助成する制度です。助成を受けるには、事前に受給者証の交付申請が必要です。

■対象／65歳～69歳の方で、次のいずれかに該当する方

※前年の合計所得金額が135万円を超える方は対象外です。

▷常時ひとり暮らしで、扶養されていない方

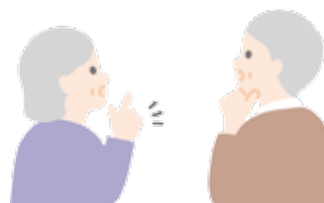
※ひとり暮らしの認定は住民票と生活状況から判断します。近隣に扶養義務者となる方が居住し、経済的・精神的な援助を受けている場合、対象外となることがあります。

▷3か月以上にわたって寝たきり状態の方

■自己負担額／外来、入院とともにかかった費用の2割

■申請に必要なもの／加入医療保険資格情報がわかる書類、マイナンバーを確認できるもの

■申請・問い合わせ／福祉課高齢福祉係 ☎83-3517



重度心身障害者医療費助成（県障）

■対象／次のいずれかに該当する方

▷身体障害者手帳1～3級

▷療育手帳A判定

▷精神障害者保健福祉手帳1級

※本人または扶養義務者の前年の所得金額により、対象外となる場合があります。

■助成内容（自己負担額）

▷外来：1回530円（1か月1医療機関につき4回まで、5回目以降は自己負担なし）

▷入院：1日につき1,200円

▷調剤：自己負担なし

■申請に必要なもの

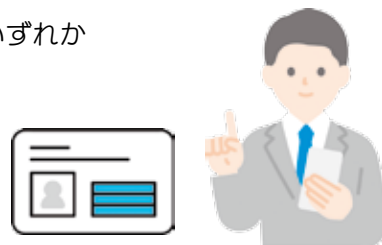
▷身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれか

▷加入医療保険資格情報の分かるもの

▷標準負担額減額認定証（お持ちの方）

▷マイナンバーが確認できるもの

▷印鑑



受給者証を更新します

▷既に重度心身障害者医療費助成（県障）受給者証をお持ちの方には、**8月下旬**に新しい受給者証を送付します。（手続き不要）

※加入医療保険資格情報や所得が確認できない方には、更新に必要な書類を送付します。

■更新後の有効期間／9月1日（火）～令和9年8月31日（火）

■申請・問い合わせ／福祉課障がい福祉係 ☎83-3517

フレイル予防のための 運動器科学講座が送る健康情報

フレイルは社会全体の病です。全ての市民の健康と幸せ無くして防げません。このコーナーでは、健康に役立つ情報を幅広くお届けします。

●問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

背骨の骨折

J A新潟厚生連小千谷総合病院
整形外科医師 田仕英希さん



●身近な方でもなったことがあるのでは？ 「背骨の骨折」

背骨（せき椎）は、約25個の椎骨（ついき）で構成され、椎間板を介して縦に連結し形成されています。体の幹として我々を支えています。骨粗鬆症になって骨の強度が弱くなると、重力の方向にかかる力に耐えきれずに骨がつぶれるような骨折（圧迫骨折）を起こすことがあります。通常、骨折は転倒・転落など大きな力がかかったときに起こるものですが、背骨の骨折ははっきりとした原因がないにもかかわらず起こる場合も少なくありません。実際、以前に有名な女優さんが「いつの間にか骨折」という標語で、テレビで宣伝していました。

診断はX線（レントゲン）検査で行いますが、整形外科医が診断しても約6割しか診断できないと言われています。特に明確なケガがない場合には診断が遅れる可能性もあり、診断がはっきりしない場合にはCTやMRI

を用いた検査を行います。

骨折の診断となった場合、治療はまずコルセットでの体幹保護（2か月程度）によって骨が癒合（ゆごう）するのを待ちます。多くの方は手術を要することなく骨折部が治癒しますが、背骨の中には神経が通っていますので、治りが悪いと神経の症状が出て足の動きが妨げられることもあり、手術治療を要します。

背骨の骨折は、そのほかの骨折（高齢者には多い大腿骨近位部骨折など）のきっかけになるとも言われており、適切な骨粗鬆症の治療をしないと今後ほかの骨折を繰り返す要因にもなります。また、ただの骨折ではなく別の病気が隠れていることもありますので、背中や腰の痛みが急に出来た方、なかなか痛みが治らないという方は整形外科などの医療機関を受診することをおすすめします。



骨粗鬆症予防講座

食事や運動、早期の治療で骨密度の高い状態を維持することができます。専門家による骨粗鬆症を予防するための暮らしのヒントを聞きにお越しください。

- 日時／9月18日（金）午後1時30分～3時（受付：午後1時15分～）
- 会場／サンラックおぢや3階大ホール
- 内容／整形外科医の講話、栄養士の講話、運動指導
- 申込方法／右記二次元コードまたは電話
- 申込締切／9月11日（金）
- その他

▷動きやすい服装でお越しください。

▷駐車場が満車の場合は、総合体育館の駐車場をご利用ください。

■問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640





- 住民検診調査票で申込をした方は、受診通知書を順次送付します。必ず受診通知書が届いてから受診してください。
- 受診通知書が届いていない方で受診を希望する方、申込の取り消しをする方はご連絡ください。詳細は右記二次元コードからご確認ください。
- 市外に転出した時点で小千谷市の健(検)診を受けられなくなります。
- 申込・問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640



●胸部レントゲン検査・特定健康診査日程

対象地区・町内	月日	受付時間	会場
池ヶ原・古田・池中 新田・坪野(上)・細 島・塩殿・卯ノ木・ 川井地区・岩沢地区 ・真人地区(真人北部 を除く)	8.18(火)	9:00～11:00	南中学校
	8.19(水)		

●子宮頸がん検診・乳がん検診日程

月日		受付時間	会場
4 ～ 12 月	月・火・金 曜日(祝日 を除く)	13:15～13:40 ※子宮頸がん検診のみ 14:00～14:15	小千谷総合病院 健診センター
休 日 検 診	11.7(土)	9:00～11:00	あすえ～る



休日・夜間の急患診療、救急医療電話相談のご案内



小千谷市を含む長岡地域では、休日・夜間の急患診療所が開設されています。比較的症状が軽いときにご利用ください。なお、**受診前に必ず各診療所へ電話で連絡してください。**

- 持ち物／マイナンバーカード(資格確認書)、お薬手帳、医療受給者証(お持ちの人)、当日支払う医療費、マスクなど
- その他／処方する薬は、急患医療のため原則1日分です。症状によっては二次病院をご案内する場合があります。インフルエンザなどのワクチン接種は行っていません。
- 問い合わせ／健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

○長岡地域の急患診療所(所在地：長岡市幸町2-1-1 さいわいプラザ1階)

診療所名	電話番号	受付時間	診療科	診療日						
				日・祝	月	火	水	木	金	土
中越こども急患センター	☎86-5099	18:45～21:30	小児科(中学生まで)	－	○	○	○	○	○	○
休日・夜間急患診療所	☎37-1199		内科	－	○	○	○	○	○	－
		9:00～11:30 13:00～16:30	内科・小児科・外科	○	－	－	－	－	－	－
休日急患歯科診療所	☎33-9644	9:00～11:30 13:00～15:30 ※事前に電話相談が必要 (受付:8:45～)	歯科	○	－	－	－	－	－	－

※産婦人科は在宅当番医制(日曜日、祝休日のみ)のため、休日・夜間急患診療所 ☎37-1199へ連絡してください。
※年末年始は診療時間が変わる場合がありますので、各診療所にご確認ください。

○急な病気や中毒などの電話相談窓口(通話料のみ負担)

相談窓口	相談内容	相談日時	電話番号
新潟県小児救急医療電話相談	15歳未満のこどもの急な病気やけが(発熱、嘔吐、下痢など)	▷月～土曜日18:00～翌日8:00 ▷日曜日・祝休日24時間対応	☎025-288-2525 プッシュ回線#8000
新潟県救急医療電話相談	おおむね15歳以上の方の急な病気やけが	※ゴールデンウィーク及び年末年始24時間対応	☎025-284-7119 プッシュ回線#7119
つくば中毒110番	化学物質(たばこ、家庭用品など)、医薬品、動植物毒による急性中毒	毎日24時間対応	☎029-852-9999
大阪中毒110番			☎072-727-2499
たばこ誤飲事故専用電話			☎072-726-9922

10月3日(出)
ホントカ。で
開催

ハートフルフェスタ in おぢや2026 を彩るアート作品を募集します



ハートフルアートフェスタ

- 出品者資格／市内在住または在勤・在学の方
※障がいの有無、年齢は問いません。
- 募集作品／こだわりの逸品や宝物とその作品に
まつわるストーリー（個人・グループどちらも
可。公募展に出品したことがある作品も可）
▷平面作品：四つ切画用紙サイズ（393mm×545
mm）以内のもの
▷立体作品：四つ切画用紙に乗る大きさで倒れな
い高さのもの（グループで大きな作品を出品す
る場合は、120cm×180cm以内のもの）
- 出品点数／1人または1グループにつき2点まで
- 出品無料
- 申込方法／出品申込書をホントカ。メインカウ
ンター近くに設置されているケースに提出
- 出品申込書（出品要項）／市役所福祉課、市民
会館、ホントカ。、サンラックおぢやにあるほか、
右記二次元コードからもダウンロ
ードできます。
- 申込締切／9月18日(金)
- 作品搬入日／10月2日(金)



アート教室

ハートフルアートフェスタに出品する作品を制
作しながら、講師や受講生と交流しましょう。

- 対象／障がいの有無を問わず画材に触れたい方
- 日時／9月13日(日)午後1時30分～3時30分
- 会場／市民会館3階第3中会議室
- 内容／講師や受講生との交流
- 定員／先着20人
- 参加無料
- 申込方法／電話
- 申込締切／9月10日(木)



- 申込・問い合わせ／ハートフルフェスタin
おぢや実行委員会（アート部門担当：山田）
☎090-2984-2094

訂正とおわび

広報おぢや7月号の記載に誤りがありました。
次のとおり訂正し、おわびします。

15ページ「おぢや挑戦人トーク①片貝編」記
事内、登壇者名

正 松井佑介さん

誤 松井祐介さん

●問い合わせ／企画政策課秘書広報室☎83-3507

宝くじ助成金で町内会の まつり用品を整備しました

（一財）自治総合センターは、宝くじの社会貢
献広報事業として、地域社会の健全な発展と住
民の福祉向上を目的にさまざまなコミュニティ
活動を支援しています。6月には木津町内会が助
成を受け、宮太鼓・締太鼓と投光器を整備しま
した。

■問い合わせ／にぎわい交流課交流推進係☎83-
3512



三二情報

日 日 時 期 日
場 会 場 場 所
対 対 象
内 内 容
講 講 師
定 定 員

料 金 等
持 持 物
他 他 の 他
申 申 込
問 問 い 合 せ

社労士による総合労働相談会

労働に関するお悩み（残業代、ハラスメント、休職・復職、解雇、働き方など）に、経験豊富な社会保険労務士が無料でお答えします。

日 9月5日(土)午前10時～午後4時
場 サンラックおぢや2階第2研修室
対 労働者・経営者
内 無料
他 平日（年末年始、お盆を除く）は予約制で新潟県社会保険労務士会で無料労働相談を行っています。
申 田・岡新潟県社会保険労務士会 ☎025・250・7759（平日午前9時～午後5時）
※当日受付が可能です。予約優先となります。

詳細はこちら



地下資源調査

中型飛行機を使用した石油・天然ガス地下資源調査が行われます。

日 8月初旬～9月初旬の午前7時30分～午後4時（悪天候時は実施しません）
場 新潟県上・中・下越～長野県北信地域
他 区域によっては低空飛行を行い、機体が真上を通過する際には、5～6秒間、最大100dB（ハンドドライヤー程度）の騒音が発生することがあります。
申 Metarex Group Ltd 現地事務所 ☎070・4327・2576

魚沼テクノスクール入校生募集

○デジタル事務基本科1期
令和8年9月入校生募集

日 9月17日(木)～12月16日(木)平日午前9時15分～午後3時50分
場 キャリア・ステップ魚沼教室（魚沼市佐梨631番地2）
対 パソコンや情報セキュリティの知識・技能を習得し、就職を希望する方
申 15人
内 無料※ただし、テキスト代・受験料は自己負担です。
日 8月25日(火)までにハローワークおぢや ☎82・2441
内 県立魚沼テクノスクール ☎025・794・2410

各種相談日程（7月25日～8月24日分）

相談名	開催日	時間	会場	内容	申込	問い合わせ
出張年金相談	8.12(水)	10:00～15:00	市民会館	各種請求書受付、加入記録確認などに関する相談	○	長岡年金事務所 ☎88-0006 ※自動音声案内後①→②を押してください。
シニア世代からのもの忘れ心配相談室	8.20(木)	10:00～11:30 13:30～15:00	市役所	もの忘れに関する相談、簡単なもの忘れのテスト	○	高齢者相談センター ☎83-0807
行政相談	8.10(月) 8.25(火)	10:00～12:00	岩沢住民センター	行政サービスへの苦情、問い合わせなどの相談	—	
無料法律相談	8.19(水)	13:30～16:30	市役所	弁護士による法律相談	○	市民生活課市民係 ☎83-3509
消費生活相談	月～金曜日 8.11(祝)を除く	9:00～16:00	市役所	商品やサービス、契約に関するトラブルや疑問	—	
AAグループミーティング	水・金曜日	19:30～21:00	サンラックおぢや	アルコール問題の解決に向け、断酒を継続する場	—	健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640
シルバー人材センター入会説明会	8.19(水)	10:00～11:45	サンラックおぢや	センターの概要と入会手続きの説明	—	シルバー人材センター ☎82-6550
女性の困りごと相談会	8.14(金)	13:30～14:30 14:30～15:30	あすえ～る	女性が抱える悩みごとなどに関する相談	○	こども若者家庭センター ☎86-5140
ひきこもる人の家族のつどい	8.16(日)	13:30～15:30	IPPO(東栄2-5-10) P: NPO法人想	ひきこもりの方の家族の相談や交流の場（1回300円）	—	健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640
コスモス会	8.24(月)	9:30～11:00	芽咲庵 (上ノ山1-2-15)	精神障がいの方の家族の相談・交流・学習の場	—	
起業相談会	8.19(水)	13:00～20:00	テレワークステーションおぢや	事業計画や融資など起業に関する相談	○	新潟県スタートアップ拠点 CLIP長岡 ☎94-5040
オレンジカフェ	8. 2(日)13:00～15:00 : 元中子公会堂 ☎82-0880 (健康倶楽部中子の森) 8.12(水)13:00～15:00 : 地域のお茶の間城内 ☎81-4010 (ほのぼの小千谷福祉会) 8.20(木)13:30～15:00 : 片貝総合センター ☎83-1786 (特養おぢやさくら) 8.21(金)13:30～15:00 : サンラックおぢや ☎86-7072 (モス・コーラデイホーム)					認知症の方や家族などの交流と相談ができる場 ▷飲み物代：1回100円 ▷事前にお問い合わせください。

9月期 公営住宅入居者募集

建設課建築住宅係☎83-3514

■入居可能日／9月1日(火)

■申込／8月14日(金)までに申込書を建設課へ提出

※申込書は建設課にあります。

■その他／入居申込の前にご相談ください。その際、源泉徴収票など世帯の所得がわかる書類をご持参ください。所得により家賃の減免があります。

●市営住宅：小千谷市が運営する公営住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
片貝町団地住宅 (一之町二区)	2	20,000 ～45,900円	4階建・3LDK ／3DK
上ノ山団地住宅 (上ノ山3)	1	11,500 ～22,700円	4階建・3DK
栄町団地住宅2号棟 (栄町)	1	16,900 ～33,200円	4階建・3DK
栄町団地住宅3号棟 (栄町)	1	17,200 ～33,700円	4階建・3DK
南原団地住宅 (日吉2)	1	14,600 ～28,700円	3階建・2DK
千谷のぞみ団地住宅 (千谷)	2	19,300 ～37,900円	4階建・2DK
木津のぞみ団地住宅 1号棟(木津団地)	3	18,400 ～48,200円	4階建・3DK ／2LDK／2DK

●特定公共賃貸住宅：ファミリーに最適な部屋で、市外にお住まいの方もお申し込みいただけます。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
日吉団地住宅 (日吉2)	1	46,000円	3階建・3LDK

●県営住宅：新潟県が運営する公営住宅です。

住宅名・所在地	戸数	家賃月額	概要
旭町住宅2号棟 (旭町)	1	17,800 ～35,000円	4階建・3DK

みんなでお祝い

おぢやファミリー

(6月届出分)

ご結婚・ご誕生おめでとうございます！
幸せな新生活と健やかに育つおぢやっ子を
お祝いします。

※保護者のお名前などは届出のとおりに掲載
しています。

☆ご結婚

♡ 八子溪一さん (桜町(上))
長谷川千夏さん (平沢2)
♡ 和田智也さん (小栗田)
須田葉奈さん (城内4)
♡ 横山陽人さん (千谷川2)
高橋奈未さん (長岡市)

☆ご誕生

かのん
花音さん (竹部心平さん：桜町(上))
うた
詩さん (安部和真さん：千谷)
そうま
颯馬さん (新野吉平さん：船岡3)
ひろと
大翔さん (安達直人さん：五之町)
げん
源さん (谷口瑛さん：高畑)
まゆか
麻由佳さん (高木健太さん：塩殿)
ゆづる
優弦さん (関光矢さん：三仏生)
よき
世喜さん (和田貴太さん：東栄1)

■問い合わせ／市民生活課
市民係☎83-3509



今月の #おぢフォト by 市民カメラマン



私たち3年生にとっては最後の体育祭で、4色揃った
パネルは私たちの世代でラストとなりました。(6月11
日、小千谷西高等学校にて、瀧澤美優撮影)

今月の キッズフォト



△わんパークにて

山本彩希さん (1歳8か月)

広報クイズ & 感想

正解者の中から抽選でプレゼント引換券をお送りします

今月のプレゼント(20人)

好きなラーメン1杯

●応募方法/郵便番号・住所・氏名と①クイズの答え②広報誌へ
のご意見・ご感想を必ず記入してご応募ください。

●応募先

▷専用フォーム: 右記二次元コード

▷郵送: ④947-8501企画政策課秘書広報室(住所
記載不要)

●応募締切/8月14日(金)(郵送の場合は、当日消印有効)

●当選発表/引換券の発送をもってかえさせていただきます。



問題

おぢやまつりの仮装盆踊りでみんなで踊るのは次のうちどれでしょう?

① おぢやこい唄 ② おぢやれ節 ③ 小千谷甚句

7月号のクイズの答えは、② 巫女爺人形操り でした。

ヒントは
2ページ!



Xでお得な情報を配信中!

ラーメン貳豚 小千谷店
平沢1-7-21



プレゼントを提供いただけるお店を募集しています。
詳細は企画政策課 ☎83-3507まで。



作ってみてね! この料理

レンジで
簡単



ズッキーニとわかめの レンジ肉巻き

<材料> (2人分)

豚肉(もも薄切り肉).....8枚(160g)
ズッキーニ.....1本
わかめ(乾燥).....大さじ1と1/2
梅干し.....2個
水菜.....1/4袋(50g)
塩・こしょう.....少々

<作り方>

- ① ズッキーニは横半分に切ったあと、縦4等分のスティック状に切る。わかめは水で戻し、水気を絞る。梅干しは種を除き刻んでおく。水菜は4cmの長さに切り、5分ほど水にさらして水気を切る。
- ② 豚肉を広げ、1枚ずつ片面に軽く塩・こしょうをふる。その上に梅干し1/8量を塗り広げ、ズッキーニ、わかめを乗せてくるくると巻く。
- ③ ②の巻き終わりを下にして、肉巻き同士がつかないように耐熱皿へ並べる。ラップをふんわりとかけ、電子レンジ(600W)で4分~4分20秒加熱する。食べやすく切って器に盛り、水菜を添える。

<栄養価> (1人分)

▷エネルギー: 168kcal
▷たんぱく質: 18.4g
▷脂質: 8.4g
▷炭水化物: 5.2g
▷食塩相当量: 1.8g

<調理> 小千谷市食生活改善推進委員

<問い合わせ>

健康・子育て応援課健康増進係 ☎83-3640

まちのうごき
(6月末現在)



人口 () 内は前月比	
男	15,612人 (-27人)
女	16,036人 (-21人)
合計	31,648人 (-48人)

世帯数 () 内は前月比	
世帯数	13,015世帯 (-8世帯)

異動 (6月届出分)			
出生	9人	転入	37人
死亡	42人	転出	52人

有料広告掲載欄

※本紙掲載の広告については小千谷市が保証・推奨などするものではありません。

企業・団体・ご家族のみなさまへ
高齢者の豊かな知識と経験をご活用ください。

筆耕 家事援助 冬囲い
清掃 障子・ふすま張り替え
大工仕事 除草 事務作業
一般労働者派遣事業(シルバー派遣)
など、お気軽にご相談ください。

会員募集中

公益社団法人 小千谷市シルバー人材センター
TEL 0258-82-6550 〒947-0035 小千谷市大字福町5140番地 サンラックおぢや内
FAX 0258-82-6615 E-mail sc-ojya@sjc.ne.jp

大工仕事だけじゃない 解体工事自社施工できます！
お見積り依頼お待ちしております

おうちのことが
何でもご相談ください

新潟県知事許可(般-3)第44057号

KOMIYAMA
小見山建築

小千谷市大字塩殿甲335-1
080-8145-0712
komiyamakenchiku@gmail.com

natural life style

【BELS認定(ZEH水準)】

深呼吸したくなる自然素材・木の家いつでもご案内いたします。

深呼吸したくなる自然素材・木の家いつでもご案内いたします。

株式会社 郷建築事務所 一級建築士事務所
小千谷市平沢2-23-19 TEL 0258-82-1134

9/10(木)開催 10:00~13:00
初めての方大歓迎♪ 楽しいクッキー作り！
北陸ガス料理教室

講師 林 理奈子(調理師・栄養士)
参加費 2,000円
会場 サンラックおぢや
定員 6名様 募集が切 ▶ 8/20木

主催 北陸ガス長岡支社 家庭用営業グループ
☎0258-39-9003 (平日8:30~17:10)

お申し込みはこちら

※イラストはイメージです

映画「わたしのかあさん-天使の詩-」
8/8 小千谷市総合産業会館(土) サンプラザ
開演：①10:30 ②14:00 (字幕付き上映)
寺島しのぶ・常盤貴子・船越英一郎
ほか豪華キャスト
知的障がいを持つ母と健康者の娘の
家族愛を描いた笑って泣ける感動作。
観ると優しい気持ちになれます。
前売券 1,300円 / 当日券 1,800円
障がい者手帳割引あり

前売・問合せ 現代ぶろだくしん 03-5332-3991

山本山高原
ブルーベリー園

2026.6.27sat - お盆ころ
10:00 open

ご予約はお電話
またはインスタから
TEL: 090-4923-6021

YAMAMOTO BLUEBERRY

広告募集中

広報おぢや・市ホームページでは広告を募集しています。広報おぢやの広告掲載料は、この大きさ(縦45.5mm×横82mm)で1枠1回20,000円です。詳しくはお問い合わせください。
■問い合わせ/企画政策課秘書広報室 ☎83-3507

市公式LINEで市政情報や暮らしに役立つ情報をお届けしています！
友だち追加はこちら→

市公式Instagramで小千谷の魅力を写真や動画でお届けしています！
フォローはこちら→

編集室 だより 夏本番に向けて、すっかり暑い日が多くなりました。日影に入る、エアコンを適切につける、こまめに水分補給をするなど、熱中症にならないよう気を付けて、今年の夏も思い切り楽しみましょう！