

## 上越休日・夜間診療所 お盆の期間(8/9～16)の診療

### ●上越休日・夜間診療所の診療案内

夜間や休日の急な発熱や腹痛など比較的症状の軽  
い方の応急診療を行っています。

症状に関わらず、事前に必ず電話してから受診し  
てください(電話は受付時間内のみ)。

※6カ月未満の乳児は、医師の出務状況により診察  
できない場合がありますので、事前連絡の際に確  
認してください。

所 新光町1-8-11 (オールシーズンプール向かい)

診療日	診療科目	受付時間
8月9日 ☎・㊟	内科・小児科・外科	9:00～11:30 13:00～15:30
	内科・小児科	16:00～17:30 19:00～20:30
8月10日㊟ ～8月13日㊟	内科・小児科	19:30～21:30
8月14日㊟ 8月15日㊟	内科・小児科・外科	9:00～11:30 13:00～15:30
	内科・小児科	16:00～17:30 19:00～20:30
8月16日㊟	内科・小児科	19:30～21:30

### ●救急医療電話相談・小児救急医療電話相談

県では、夜間の急な病気(発熱、嘔吐、下痢など)  
やけがに関する電話相談を行っています。看護師が  
相談に対応し、必要に応じて医師へ助言を求めます。  
相談は無料ですが、通話料金がかかります。

☎毎日午後7時～翌朝午前8時 ㊟小児(15歳未満)  
…小児救急医療電話相談(☎025-288-2525) また  
は #8000 (プッシュ回線など) 15歳以上…救急  
医療電話相談(☎025-284-7119) または #7119  
(プッシュ回線など)

➤ 問合せ…上越休日・夜間診療所(☎025-522-3777)、  
地域医療推進室(☎025-526-5111)

## 健康診査

### ●こどもの健康診査

乳幼児健康診査や離乳食相談会の日程は、市  
ホームページまたは上越市子育て応援ステー  
ションホームページで確認してください。



上越市子育て応援  
ステーション

### ●成人の健康診査、各種がん検診

年に一度は健(検)診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。

※健(検)診を受診するためには、事前予約が必要です。

☎インターネット予約＝「上越市健康診査・  
がん検診予約システム」から、申し込みで  
きます。



上越市健康診査・がん  
検診予約システム

○電話予約＝上越医師会館または妙高健診  
室で受診を希望する場合は、上越医師会  
(平日午前9時～午後4時、☎025-521-  
0507)。公民館や体育館などの会場での受診またはレ  
ディース検診の受診を希望する場合は、健診予約専用  
ダイヤル(平日午前8時30分～午後5時15分、☎025-  
521-6231、6233)または各総合事務所。

### ●健康診査の結果説明会

自分自身の体の状態を理解するため、健診結果の見方を説  
明しています。

事前予約制ですので、問合せ先へ電話で申し込んでください。

➤ 問合せ…健康づくり推進課(☎025-526-5111)

## 8月の献血バスの日程

実施日	受付時間	会場
3日㊟ 15日㊟ 22日㊟	10:00～12:00 13:30～16:00	イオン上越店 (毎月第1火曜日と第3・4日曜日に 実施しています)
11日㊟	10:00～11:30	株式会社 丸互
11日㊟	13:30～15:30	大潟コミュニティプラザ
27日㊟	10:00～11:45 13:00～15:30	日本曹達株式会社 二本木工場

➤ 問合せ…健康づくり推進課(☎025-526-5111)

## 後期高齢者医療制度の見直しが行われました

### ●保険料均等割額の軽減割合と基準額が見直されました

保険料には世帯の所得状況に応じて均等割額が軽減される制度があり、これまで本来の7割軽減にさらに上乗せする形  
で保険料が軽減されていました。

しかし、令和元年度からは世代間の医療費負担の公平を図るため、段階的に見直しを実施され、令和3年度は今までの  
7.75割軽減にあたる所得の人が本来の7割軽減になります。

令和2年度	同一世帯の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額*1 33万円以下の場合	軽減後の均等割額*2 7.75割軽減 9,090円
-------	--	------------------------------



令和3年度	同一世帯の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額*1 43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の場合	軽減後の均等割額*2 7割軽減 12,120円
-------	--	----------------------------

※1 税制改正によって給与所得控除・公的年金控除から基礎控除へ10万円が振り替えられたことで、所得額が増えても軽減判定  
に不利益が生じないように、軽減対象になるか判定する基準額も見直されました。

※2 軽減される前の均等割額は40,400円です。(令和2・3年度)

### ●保険料を年金から天引きで納めている皆さんへ

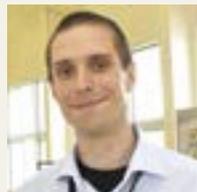
保険料を年金から天引きで納めている人の天引き額が増えるのは、10月からです。

【年金からの天引きの例】※保険料は、100円未満切捨て

令和2年度 年額9,000円						令和3年度 年額12,100円					
1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	1,500円	2,600円	2,500円	2,500円
4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月

➤ 問合せ…国保年金課(☎025-526-5111)

## ヤニックのドイツ紹介② Einundzwanzig (アイン・ウント・ツヴァンツィヒ)



### ヤニックのふるさと「ベートーヴェンのまち」ボン

皆さん、こんにちは！<sup>グーテン ターフ</sup> Guten Tag! 国際交流員のディーツ・ヤニックです。  
今回は、私のふるさとであり、ベートーヴェンの出身地でもあるボンについて紹介します。

ドイツ西部のボンは、第九などの作曲家として世界中で有名なルートヴィヒ・ヴァン・ベートーヴェン（1770年-1827年）が生まれ育ったまちとして、市のPRに取り組んでいます。毎年8～9月頃には、ボンやその周辺の地域で「ベートーヴェン祭」という音楽祭が開催され、1か月間に20会場以上でオーケストラ、ジャズ、野外での音楽演奏など約70ものコンサートが行われます。

ベートーヴェンの祖父や父も音楽家としてボン在住の



「ベートーヴェン・ハウス」記念博物館  
©Thomas Wolf, www.foto-tw.de - CC BY-SA 3.0

ケルン大司教が住む宮廷に勤めていました。ベートーヴェンは22歳の時にウィーンに音楽留学しましたが、その2年後、ボンが位置する地域はフランス軍の支配下になり、ボンに住む両親も病気で亡くなっていたためそのままウィーンに移住しました。その後、耳が聞こえなくなるとい

して活躍しましたが、56歳で亡くなるまでボンには戻らなかったそうです。

ベートーヴェンの生家は5世帯が住むマンションでしたが、ベートーヴェン



「ベートーヴェン・ハウス」記念博物館前で野外音楽(ベートーヴェン祭)  
©Hans Weingartz - CC BY 3.0

の死後1873年にマンションの1階に「ベートーヴェンの生家」という酒屋がオープンし、1893年に「ベートーヴェン・ハウス」協会が建物全体を「ベートーヴェン・ハウス」という記念博物館として開館させました。現在、「ベートーヴェン・ハウス」は生家のほか、隣の家がベートーヴェン研究センターや図書館、音楽ホールなどの施設となっています。

ベートーヴェン祭の時は、ベートーヴェン・ハウスの音楽ホールはもちろん、記念博物館の前にもステージが組まれ、街を歩きながら気軽に演奏を楽しむことができます。

アウフ ヴィーダーゼーエン  
またお会いしましょう！ Auf Wiedersehen !

### もよおし・講座

#### 上越名家一斉公開

市内の歴史的旧家4邸を公開します。

時 8月8日①・② 午前9時～午後4時  
所 白田邸（頸城区森本）・瀧本邸（頸城区百間町）・林富永邸（三和区神田保阪邸（戸野目））  
費 500円～800円（各邸で異なります）  
① 来場者多数の場合は入場制限があります。歴史的建造物保護の観点から靴下着用でのご来場をお願いします  
② 上越名家ネットワーク小林さん（☎080・4325・4224）  
詳しくは



#### 小川未明文学館特集展示2 「赤い蠟燭と人魚」の100年

大正10年の発表から今年で100年を迎えた未明童話「赤い蠟燭と人魚」。創作当時の未明を取り巻く状況や、100年の間に出版された書籍・絵本などを紹介します。

時 7月16日①、10月27日②  
火曜日から金曜日は午前10時～午後8時（10月1日①から

は午後7時まで）、土・日曜日・祝日は午前10時～午後6時、  
休館日 11月曜日（祝日を除く）、  
第3木曜日、祝日の翌日（祝日を除く）  
所 小川未明文学館（☎025・523・1083）

#### 海岸清掃・環境学習会

#### 「海のゴミをどう考えよう？」

近年、海岸にはさまざまなゴミが漂着し、問題になっています。特にプラスチックごみは、自然分解されにくく、生態系への影響が心配されています。環境学習で上越に訪れる長野市の子どもたちと一緒に海岸清掃を行い、美しい海を守るためにできることを考えてみませんか。

時 8月29日① 午前9時30分～午後0時30分  
所 八千浦海岸（海岸清掃）、レインボーセンター（学習会）、集合場所 上越市役所（会場にはマイクロバスで移動）  
定 小学4～6年生または中学生20人（抽選）  
費 100円（保険料）  
① 8月18日②までに環境保全課（☎025・526・3496）  
② 海岸清掃（悪天候の場合は中止）後に学習会を行います