



水は貴重な資源です。滴が集まり流れをつくり、森を育み海を豊かにします。水は名立区のキーワードであり、まちづくりに向けた一人ひとりの力の結集を重ね合わせ、表題を「しずく」としました。

市のホームページではカラーでご覧いただけます。

消防団名立方面隊が操法訓練を実施しました



6月4日(日)午前7時30分から、名立地区公民館グラウンドで、名立方面隊南・北分団合同で操法訓練を実施しました。

円滑な消火活動に向け、3つのレーンに分かれて名立分遣所職員から小型ポンプ操法について指導を受けました。

新型コロナウイルス感染症が5類に移行となり、地域でさまざまなイベントが実施されるようになりましたが、今一度地域やご家庭でも火災予防に努めてください。



消防団員を募集中



上越市消防団名立方面隊は、6月1日現在で141人。

団員の職業は会社員や自営業、公務員など幅広く、普段はそれぞれの仕事に就きながら、「自らの地域は自らが守る」という精神のもと、市民の安全安心のために活動しています。

入団資格は、18歳以上で、市内に居住または勤務している健康な人であれば、性別を問わず、入団することができます。

消防団員として名立区の消防・防災活動に取り組んでみませんか？入団を希望される方、興味のある方は、お気軽にご相談ください。

■問合せ

総務・地域振興グループ ☎537-2121

健診・がん検診を受けましょう

■名立地区公民館の健診・がん検診日程

	日にち	時間
健診・がん検診	7月25日(火)	午前・午後
	7月26日(水)	午前のみ
レディース検診	7月25日(火)	午前・午後

※子宮検診は午後のみ

■当日の持ち物

受診券、健康保険証、健診料金

■予約について

・予約済みの人には、健診日の2週間前頃に受診券を郵送します。

・市民税非課税世帯の人は、申請により料金が減免(無料)となりますので、健診日の2週間前までに市民生活・福祉グループの窓口で申請してください。

■問合せ

市民生活・福祉グループ ☎537-2122

[名立分遣所からお知らせ] 熱中症を防ぎましょう

■室内では

- ・扇風機やエアコンで温度調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認



■屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・日差しの強い日は、日中の外出をできるだけ控える

■からだの蓄熱を避けるために

- ・通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす

■こまめに水分を補給する

- ・室内でも屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分、塩分、スポーツドリンクなどを補給する

■高温や多湿といった環境下でのマスク着用は熱中症のリスクが高くなる恐れがあります

- ・屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、こまめに水分補給をする



※具合が悪いときは躊躇せずに「119番通報」してください。

<特に注意したい方々>

- ・子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。
- ・熱中症患者の約半数は65歳以上の高齢者です。
※高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能や体の調整機能も低下しているため、注意が必要です。
- ・体の不自由な方には、特に気を配りましょう。



夏の交通事故防止運動 7月22日(土)～7月31日(月)

～ スローガン ～

『思いやり クールにゆずる 夏の道』

夏休みに入るこの時期は、子どもたちや若者の解放感から起こる事故や、夏のレジャーによる疲労運転等から起こる事故が懸念されます。「事故を起こさない」、「事故に遭わない」ために交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践しましょう。

- ① 横断歩道は歩行者が優先です。横断しようとしている歩行者がいるときは、必ず一時停止しましょう。
- ② 居眠り運転などの疲労運転は危険です。疲れているときは、運転を避けましょう。
- ③ 二日酔いも飲酒運転になります。飲酒運転は絶対にやめましょう。

「マイナンバーカード」に関するお問合せはこちらに！

- マイナンバー総合フリーダイヤル（無料）0120-95-0178
- 個人番号カードコールセンター（有料）0570-783-578（繋がらない場合は050-3818-1250）



※受付時間【平日】午前9時30分～午後8時
【土日祝】午前9時30分～午後5時30分
(年末年始を除く)

※紛失・盗難の場合は24時間365日受付しています。

参加者募集！



子どもの食事・栄養のお話

- 日にち 7月21日(金)
- 時間 午後2時～3時
- ところ 名立たちばな保育園
- 持ち物 筆記用具
- 参加費 無料
- 申込み 前日までに申込みください
- 申込み・問合せ 教育・文化グループ ☎537-2126

未来の元気な体を作るために、乳幼児期に必要な栄養のお話です♪



まなびい名立

参加者募集!

～ふるさとのくらし伝承活動～ 伝統の盆踊りを覚えて踊ろう



明治時代から不動地域に伝わる「八社五社」、
「ヨーホイ」の講習会を開催します。

- 日にち 7月25日(火)、8月1日(火)
8月8日(火)
- 時間 午後8時～9時
- ところ 不動地域生涯学習センター
- 持ち物 飲み物(水分補給用)
- 参加費 無料
- 申込み 必要ありません
- 講師 草間 ヨサノさん
- 問合せ 教育・文化グループ ☎537-2126

お気軽に
ご参加ください!

シーサイドパーク名立 夏休み期間の営業案内



<夏休み営業期間>

7月28日(金)～8月20日(日)のうち
金・土・日・祝日及びお盆期間に営業します。
※ お盆期間：8月14日(月)、15日(火)
※ 8月21日(月)以降は土・日・祝日のみ営業

■開園時間

午前9時30分～午後5時

※ビックボブスレー、ローラースライダーは、正午から午後1時までの時間は休止します。

※夏休み期間及び8月26日(土)は、「上越市こどもの日パスポート」の利用はできませんので、ご注意ください。

■問合せ 観光振興課

☎520-5744

総務・地域振興グループ ☎537-2121

【名立・北御牧友好協会】令和5年度個人会員募集

名立・北御牧友好協会では、令和5年度の個人会員を募集しています。協会に加入して、東御市北御牧地区との交流を楽しみましょう!

<会費>

- 一口1,000円から(年額)



<会員特典> ※割引特典は同行者も対象となります。

- 北御牧の特産品「とうもろこし」をプレゼント
- 日帰り温泉施設の入館料100円引き
対象施設：明神館、湯楽里館、ゆうふるtanaka、御牧乃湯
- 明神館の宿泊料大人1,000円、子ども500円引き
- 梅野記念絵画館の入館料200円引き
- 丸山晚霞記念館の入館料無料

<主な活動内容>

- 火のアートフェスティバルツアー
10月に東御市で開催される「火のアートフェスティバル」に合わせてバスツアーを企画します!
- 北御牧・名立フレンドシップ!
海と山の交流会
子どもたちがお互いの地を行き来し、その土地ならではの体験を通して親睦を深める交流会を行います!




■問合せ 名立・北御牧友好協会事務局(総務・地域振興グループ) ☎537-2121

生活カレンダー 7月

日	曜日	内 容	日	曜日	内 容
1	土	●うみてらす名立 屋内プールオープン 〔屋内プールの営業日 7/1・7/2・7/8・7/9・7/15～8/31〕	19	水	●ほんわかカフェ 〔名立地区公民館 午前9時30分～11時30分〕 ●ひろば育児相談 〔たちばな子育てひろば 午前〕
2	日	●上名立ふれあい講座「南部歴史めぐり」 〔上名立分館 午後1時集合〕	20	木	
3	月	●すこやかサロン (3日・6日・10日・13日・20日・24日・27日・31日) 〔名立地区公民館 午前9時30分～11時30分〕 ●無印良品移動販売 〔名立地区公民館 ほか〕	21	金	●家庭教育支援学級『子どもの食事・栄養のお話』 〔名立たちばな保育園 午後2時～3時〕 ●し尿汲み取り収集日 ※申込みは上越市環境衛生公社(☎543-4121)へ
4	火	●はつらつ健康教室(4日・11日・18日・25日) 〔名立地区公民館 午前9時30分～11時〕	22	土	●映画会 〔名立児童館 午後1時30分～〕 ●北御牧・名立フレンドシップ! 海の交流会(～23日) 〔名立地区公民館、うみてらす名立ほか〕
5	水		23	日	
6	木	●ひろばお楽しみ会 〔たちばな子育てひろば 午前〕	24	月	
7	金		25	火	●ひろば読み聞かせ 〔たちばな子育てひろば 午前〕 ●ふるさとのくらし伝承活動(1) 〔不動産生涯学習センター 午後8時～〕 ●健診・がん検診(レディース検診含む) 〔名立地区公民館 午前・午後〕 ※要予約
8	土	●七夕子ども会 〔名立児童館 午後1時30分～〕	26	木	●健診・がん検診 〔名立地区公民館 午前・午後〕 ※要予約
9	日	●うまいもん市 〔ろばた館 午前11時～午後1時〕 ●わくわくふれあい教室 〔名立地区公民館 午前8時20分集合〕	27	木	
10	月		28	金	●夏休み☆宿題おてつだいルーム 〔名立地区公民館 午前9時30分～11時30分〕
11	火		29	土	
12	水		30	日	
13	木		31	月	●固定資産税第2期・国民健康保険税第1期 後期高齢者医療保険料第1期 介護保険料第4期の各納期限
14	金				
15	土	●うみてらす名立 屋外プールオープン 〔屋外プールの営業日 7/15～8/20〕 ●講演会『オウム真理教坂本弁護士事件から何を学ぶか』 〔名立地区公民館 午後2時～4時〕			
16	日	●うみてらす名立誕生祭 ●不動山登山2023			
17	月	🇯🇵 海の日			
18	火				

ろばた館通信

今年も「冷やし中華」の季節がやってきました！
温泉で汗を流し、冷たい冷やし中華でおなかを満たしてはいかがでしょうか？皆様のお越しをお待ちしています♪



- 普通盛 740円
- 大盛 900円

※9月上旬まで販売予定。なくなり次第終了です。

名立のうまいもん市

地元の加工グループが丹精込めて作った特産品は、どれも絶品です！ぜひ、ご賞味ください♪

- 開催日 7月9日(日) 午前11時～午後1時まで
- 販売品 五目おこね、笹もち、おかきなど
- 販売員 不動ひまわり会

7月の休館日 毎週月曜日 ※祝日の場合はその翌日
(3日・10日・18日・24日・31日)

開館時間 火曜日～木曜日：午前9時～午後7時
金曜日～日曜日：午前9時～午後9時

ろばた館 ☎ 538-2635

名立区の世帯数・人口(6月1日現在) ()は先月との比較
 ■世帯数 948世帯(△8世帯) ■人口 男:1,083人(△7人)、女1,153人(△6人) 計:2,236人(△13人)