



市報

Uonuma

うおぬま

人と四季がかがやく 雪のくに



No.80

6 / 10 2011

ホームページ <http://www.city.uonuma.niigata.jp/>
Eメール reference@gov.city.uonuma.niigata.jp

- 国保の税率を改正します
- 魚沼市の学校教育
- ガス・水道料金段階的調整

「みてみて!あそこにちょうちまが飛んでるよ!」(5月18日『なかよし保育園・春の遠足(園外保育)』にて)

- 2 きらり☆魚沼人
- 3 国保の税率改正と通知書発送
- 4 平成23年度
魚沼市の学校教育
- 6 南相馬市の方からの手紙
／相談センター
- 7 介護保険のサービスと保険料
- 8 健康うおぬま
- 9 子宮頸がんクーポン事業
／6月は食育月間
- 10 フォトスケッチ
- 12 水道・下水道料金
／商工スマイル
- 13 お知らせ版
- 26 魚沼市芸芸
／ひとのうごき
- 27 市報クイズ、文化財散歩
／東日本大震災情報
／市長室だより
- 28 児童絵画
／ミニミニクッキング

表紙の一枚◆なかよし保育園で園外保育（遠足）が行われました。農道で遊んでいたら、モンシロチョウが飛んできました。暖かい日差しに誘われて顔を出したカエルやたんぽぽもいっぱい見つけたね。

〈お詫び〉
先月号のきらり魚沼人で紹介した「坂本夕綺さん」は、「ゆうき」さんではなく正しくは「ゆき」さんです。お詫びして訂正いたします。



きらり☆ 魚沼人 ～うおぬまびと～

池田 修さん（四日町）

『奥只見の魚を育てる会』副代表。魚や野鳥の観察を続け、長年にわたって奥只見の環境保全活動を推進しています。

奥只見湖に3万人以上の釣り客が入っていた1970年代、乱獲や密漁をされ続け、湖の魚はほとんどいなくなりました。この状況を重く受け止め、『奥只見の魚を育てる会』が、1975年に設立されました。池田さんは設立当時のメンバーで当時18歳。現在は同会の副代表を務め、稚魚の放流など奥只見の魚を中心とした自然環境保護活動を続けています。

アウトドアが趣味だと話す池田さんは、休日にはバードウォッチングに出かけます。池田さんが野鳥に興味をもったのは30年ほど前のこと。ある探鳥会に参加して、衝撃を受けたそうです。「生きるもの全てに感動しました。何気なく見ていたスズメやツバメ、カラスに対して見る目が変わっちゃって。地味だけど、そんな部分がすごく美しく思えます。」とのこと。一番興味のある野鳥はワシやタカなどの猛禽類で、中でもイヌワシは池田さんの心がちりちり捉えています。「孤高の品格、みたいなのがあるんだよね。羽ばたかずに飛ぶんだよ。死ぬまで1度も羽ばたかないんじゃないかと思うくらい、本当に優雅だね。」イヌワシが飛ぶ姿を思い出したのか、それまで以上に柔らかな表情になりました。



取材中、池田さんのもとへ『奥只見の魚を育てる会』の地元の先輩がやってきました。お二人とも本当に素敵な笑顔ですね。

自分たちは、魚や野鳥という“フィルター”を通して、大自然の大切さを確認させてもらっていると話す池田さん。たくさんの魚や野鳥がこの土地に存在していることは自然環境の良さのパロメーターになっている、と言います。しかし、この自然は永久に保証されたものではありません。「魚沼は“良い環境”と言われるけど、それは生き物たちにとってのものかどうか…。環境を良くしようとしながら、いつのまにか、人間にとっての“生活環境の良さ”だけが追及されてしまわないようにしていかなければね。」と、話してくれました。魚沼の自然を心から愛する池田さん。池田さんの目に映る景色が、いつまでも本物であってほしいと思いました。

←撮影が難しいといわれるウグイスの写真をたくさんお持ちです。鳴き声が聞こえてきそうなほど、いきいきとしたウグイスの姿が。

平成23年度

国保税率の改正と 納税通知書の発送

高齢化の進展と、医療技術の高度化等によって医療費が増加傾向にある中、市民所得の減少で国保税の収入も減少し、国保の財政運営は厳しい状況にあります。平成23年度の医療給付費を見込んだ場合、税率を改正しなければ健全な運営を維持することが困難となることから、今年度も税率を改正させていただきました。

平成23年度の保険税率内容

	平成22年度			平成23年度		
	医療分	後期分	介護分	医療分	後期分	介護分
所得割率	6.49%	1.93%	1.56%	6.37%	2.86%	2.13%
均等割額	27,778円	10,886円	11,815円	24,245円	13,017円	13,593円
平等割額	22,628円			18,326円		
賦課 限度額	500,000円	130,000円	100,000円	510,000円	140,000円	120,000円
	計 730,000円			計 770,000円		

納税通知書を発送します

今年度の国民健康保険税納税通知書を6月15日付けで送付します。発送日以降一週間を過ぎても納税通知書がお手元に届かない場合は、至急国保年金室にご連絡ください。

一般会計からの繰入によって改正幅の縮減を図っておりますが、市民所得減少の中での国保税増額であり、国保加入者の保険税負担は重くなってきています。しかしながら、国保は国民皆保険の日本社会で医療保険制度最後の砦とも言われております。相互扶助を目的とした住民の生活保障制度である国民健康保険の健全運営のため、ご理解をお願いいたします。



魚沼市国民健康保険に加入した皆さまへ

事業主の都合によって離職した人は、国保税が軽減されます

勤めていた会社の倒産や解雇・または雇用契約が更新されないといった事業主の都合によって離職した人を非自発的失業者といいます。これらの人が、離職後に在職中と同程度の負担で国保に加入することができるよう、国保税について負担軽減の対応策があります。

■対象となる人は？

- 倒産や解雇などの理由により
離職した人
→雇用保険の特定受給資格者
(雇用保険受給資格者証の退職理由番号が11・12・21・22・31・32)
- 雇用契約が更新されない(雇い止め)等の理由により離職した人
→雇用保険の特定理由離職者
(雇用保険受給資格者証の退職理由番号が23・33・34)

※ただし、離職時点で65歳未満の人に限りです。また、高年齢受給資格者及び特例受給資格者の人は対象となりません。

■軽減される額は？

国保税は、前年の所得によって算定されるため、前年の給与所得を「30/100」と見なして算定します。同じ世帯に属する被保険者の所得は通常どおりです。高額療養費等の所得区分の判定も、前年所得のうち給与所得を「30/100」と見なして判定します。

■軽減される期間は？

離職した日の翌日から翌年度末までの国保税が軽減されます。途中で就職しても、国保加入中であれば軽減を引き継ぎますが、社会保険などに加入して国保から脱退した場合は、その時点で軽減終了となります。その後、再び国保に加入した場合、以前申請した軽減適用期間内であれば、軽減を引き継ぎます。

手続きの方法は…

「国民健康保険特例対象被保険者に係る申請書」に必要事項を記入のうえ、雇用保険受給資格者証のコピーを添付して申請してください。
【用紙・提出先】 国保年金室（守門庁舎）または、各市民センター窓口

魚沼市の学校教育ビジョン

「ふるさと力」を生かした学校づくり

魚沼市教育委員会では、「ふるさと力」を生かした学校づくりをスローガンに、小中学校の教育における基本方針と目標を定め、その達成に向けて取り組んでまいります。
多くの市民の皆さまからも魚沼市の教育方針を理解していただきたく、ここにご紹介いたします。

魚沼市の学校教育が目指す3つの目標

魚沼の自然や人々に学ぶ子ども

— 確かな学びの保障及び
特別支援教育の充実 —

- * 魚沼の自然や人、文化を生かした学習活動を展開します。
- * 分かる授業・できる授業づくりに努め、学力向上を図ります。
- * ICT（※）の適切な活用を図り、一人一人を大切にした教育を進めます。
- * 家庭学習の習慣化を進めます。
- * 読書の習慣化を進めます。

魚沼の自然や人々に親しむ子ども

— 豊かな心を育てる活動及び
人権教育、同和教育の推進 —

- * 自然や人、文化に対する尊敬や感謝の心を育てます。
- * 善悪を判断する力や進んで善い行いをする力を高めます。
- * 「差別をしない・許さない」正しい人権感覚を育てます。
- * 「いじめをしない・許さない」学校づくりを進めます。
- * 認め合い、支え合い、高め合う望ましい人間関係を育成します。

魚沼の自然や人々の中で、たくましくチャレンジする子ども

— 健やかな心身を育てる活動
及びキャリア教育の推進 —

- * 魚沼の自然や四季を生かした体力づくりを進めます。
- * 課題を明らかにして、創意ある体力づくりを進めます。
- * 食に関する正しい理解と健康な食生活を実践する力を育てます。
- * 職業体験等を通して、勤労観・職業観を育みます。

※ ICT…情報処理や通信に関する技術。ここでは主にパソコンなどの情報教育のこととして用いています。

ご存じでしたか？

魚沼市の子どもたちの傾向

豊かな自然の中で育つ魚沼の子どもたち。伸び伸びと成長する一方、自発的に学習に取り組む意欲に弱さが見られるようです。お子様の傾向を確認・理解し、ご家庭での声かけや励ましをお願いします。

- 明るく素直な心を持ち、何事にも一生懸命取り組んでいる。
- 「早寝・早起き・朝ごはん」などの基本的生活習慣がよく身に付いている。

その一方で…

- 全国並みの学力を保持しているが、学ぶ意欲と活用力に弱さが見られる。
- 家庭学習の習慣が十分に身に付いていない。



目標を達成するための、教育委員会の施策

目標を達成するための施策を大きく5つにまとめました。

○「魚沼尾瀬学校」の実施と各種スポーツ大会の開催

- * 「魚沼尾瀬学校」や銀山平での宿泊体験活動を実施します。
- * 魚沼の自然や四季を生かして水泳大会、陸上大会、スキー大会を支援し、豊かな心と健やかな体を育みます。
- * ネイチャーガイドやスポーツ指導員の積極的活用を図ります。

○特別支援教育の充実と子育て、不登校児童生徒支援

- * 介助員や学習補助員を配置し、特別支援教育の充実を進めます。
- * 「ホッとスペースひまわり」での子育て・孫育ての個別相談を進めます。
- * 適応指導教室「フラワールーム」、別室登校支援員による児童生徒への支援を進めます。
- * サポート委員会によるいじめ根絶と不登校児童生徒への支援を進めます。

○郷土の文化を生かすコンクール等の主催・共催

- * 「ありがとう作文コンクール」を主催し、豊かな心の育成を図ります。
- * 「子ども俳句コンクール」や「全国短歌大会」、「魚沼方言カルタ大会」への積極的参加を進めます。
- * 「子ども芸能祭」に協力します。
- * 各学校における環境学習の交流を図ります。

○学習指導センター、理科センター等による学校支援

- * 国語、算数・数学、理科を中心に、学校訪問や研修講座を通じて、子どもが「分かる、できる」と実感できる授業づくりを支援します。
- * 標準学力調査を実施して、授業改善に生かします。
- * ALT等を派遣し、中学校英語教育並びに小学校外国語活動への支援を行います。
- * 嘱託指導主事を配置し、学校の様々なニーズに応えます。

○学校と地域を結ぶ事業の推進

- * 学校図書室を充実させます。
- * 地域の人的、物的資源の積極的活用により、教育内容及び教育環境の一層の充実を図ります。
- * 幼、保、小、中の連携を推進します。
- * 学校サポートボランティアの活用を進めます。
- * 小・中学生を対象に「英語村」事業を実施し、コミュニケーション能力と英語運用能力の向上を図ります。

施策を展開する中で、大切にしたい2つの“かかわり”

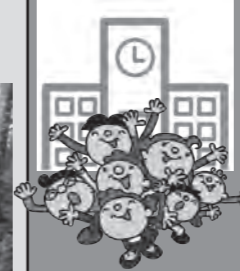
魚沼の財産ともいえる自然や文化、地域社会とかかわりながら、心身ともに健やかな教育をめざします。

自然 とかかわる

「魚沼尾瀬学校」や銀山平での宿泊体験活動を実施するとともに、エコミュージアム、都市公園等、豊かな自然や環境資源を積極的に活用し、子どもの感性を育みます。魚沼市の自然を題材として感じ、考え、行動する力を育成します。



ふるさと力 を生かした 学校づくり



目標の達成



伝統芸能や祭り、文化的遺産などにふれる活動を通して、郷土の歴史に関する理解を深め、郷土への愛着と誇りをもたせます。地域の方々とかかわり合う活動を展開し、豊かな心を育みます。

人や文化 とかかわる

魚沼市の教育ビジョンの概要をご紹介しましたが、学校や教育委員会だけでは目標の達成は為し得ません。子どもたちの豊かな感性の醸成と心身の健全な育成のため、ご家庭や地域の皆さまからもぜひご支援とご協力をお願いいたします。

お礼のお手紙を頂きました

東日本大震災により、魚沼市（地域振興センター）に一時避難していた南相馬市の方から、お礼のお手紙が届きましたのでご紹介いたします。なお、支援活動にご協力いただいた皆さまに心から御礼申し上げます。

拝啓
 お久しぶりでございます。今回の東日本大震災の際、津波・原発等により避難した際、大変親切に対応して頂いた事に對して、心より御礼申し上げます。

今回の避難では、色々な状況で個々が行き場を探して、たくさんの方に抱かれて「地域振興センター」に辿り着きました。家や家族を失った方々、放射能等から逃げる様にして来た方々。残った物は、これから先の不安だけでした。

そんな時、魚沼市の皆様方の心遣いに感謝の気持ちでいっぱいです。皆様方の優しさは、復興に向けて大きな励みとなりました。

私達を受け入れてくれた魚沼市、食事を提供してくれた大沢加工さん、子供達の面倒を見てくれたボランティアの皆さん、夜勤で寒い中避難者を守ってくれた職員の方々の、お話をしてくれてくれた美容師の方々、おいしいおそばやお餅を提供してくれてくれた地域の皆さま、体のコリをほぐしてくれた整骨院・整体師の皆さま、子供達を受け入れてくれた非回小。湯之谷中の先生方！

数えきれない程の「愛」をありがとうございました。

新潟県魚沼市の支えに感謝致します。第2の故郷『魚沼市』に貢献できる日が一日も早く訪れる様、復興に向けて頑張ります。



ありがとうございました。

介護保険のサービスと保険料

介護保険サービスには大きく分けて、自宅で生活しながら受けることができる「在宅サービス」と、介護施設などで生活しながら受けることができる「施設サービス」、認知症や一人暮らし高齢者が身近な地域で生活しながら受けることができる「地域密着型サービス」の3つがあります。

加齢による病気などで、身のまわりのことを自分ではできない方が介護保険サービスを受けたい場合、介護福祉室または市民センターに介護認定申請書を提出してください。（介護保険サービスを受けるには介護認定が必要です。）

サービスの種類と内容

在宅サービス	家庭を訪問するサービス	■訪問介護（ホームヘルプ） ホームヘルパーの訪問による身体介助、生活支援 ■居宅療養管理指導 医師や歯科医師の訪問による療養上の管理や指導	■訪問看護 看護師の訪問による病状観察 ■訪問リハビリテーション 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などの訪問による自宅でのリハビリ
	日帰りで通うサービス	■通所介護（デイサービス） デイサービスセンターなどで、食事や入浴、機能訓練などを行う	■通所リハビリテーション（デイケア） 老人保健施設や医療機関でのリハビリ
	短期入所サービス	■短期入所生活介護（ショートステイ） 特別養護老人ホームなどに短期間入所して、日常生活の支援や機能訓練を行う	■短期入所療養介護 保健施設、医療施設でのショートステイ
	福祉用具の貸与・購入や住宅改修	■福祉用具の貸与 ■住宅改修費の補修 ■福祉用具購入費の支給	
	その他	■特定施設入居者生活介護 有料老人ホーム等の入居者に対し、入浴・排泄・食事などの介護サービスを行う	
施設サービス（要介護者のみ）	■介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） 日常生活に常時介護が必要なお年寄りが入居する施設	■介護老人保健施設（老人保健施設） 在宅復帰を目的としたリハビリを中心としたケア施設	
地域密着型サービス（市内サービスのみ利用可能）	■小規模多機能型居宅介護 1つの拠点で、デイサービスを中心に訪問介護やショートステイを組み合わせ提供サービス	■認知症対応型通所介護 認知症の方のための日帰りで通うサービス	
	■認知症対応型共同生活介護（グループホーム） 何人かで共同の生活をし、介護スタッフによる日常生活上の世話や、機能訓練を受けられるサービス ※要支援1の方は利用できません	■特定施設入居者生活介護 特定施設の入居者に対し、入浴・排泄・食事などの介護サービスを行う ※要支援1・2の方は利用できません。	

介護保険料

■第1号被保険者（65歳以上の方）
魚沼市において平成21年度からの3か年間の事業計画に基づく介護保険サービス費用から介護保険料基準額を算出し、前年度の所得に応じて9段階に介護保険料は分かれています。

年金天引き（特別徴収対象）の方には8月上旬に、それ以外の方には6月15日に保険料額の通知を発送します。※保険料が未納の場合、サービスに制限がかかることがあります。

■第2号被保険者（40歳～64歳の方）
保険料は、医療保険の一部として一括徴収されます。保険料の計算や金額は、加入している保険によって異なります。

暮らし相談会を開催します

- 消費者金融やクレジットの返済が多額となり困っている
- 強引な訪問販売で、つい商品を買わされてしまった
- 土地や建物の登記のことがわからない
- 相続に関することが知りたい …など

期 日：7月3日（日） 13：30～
 会 場：小出公民館（市役所小出庁舎となり）
 申込み：7月1日までに市民相談センターへお電話ください
 相談員：地元司法書士



くらしの情報 vol.12 ▶▶▶ 必要ない勧誘は、きっぱり断っていますか？

ひとりぐらしの高齢者宅に「布団を掃除します。」と、家に入ってきた男性。断ったが「消毒します。」と言って勝手に布団にスプレーをし、金額も示さず財布にあったお金を取って帰った…という事例が市内で起こりました。

しつこい電話勧誘や強引な訪問勧誘などは、言葉巧みに話しかけてきたり、断る間を与えないほどしゃべり続けられたりします。被害を受けたことがある方も多いのではないのでしょうか。

悪質業者を撃退するための5つの鍵

- * 玄関に鍵！**
「どこの会社？」「ご用件は？」など、しっかり確かめて。
- * 返事に鍵！**
あいまいな返事をしない。断るときはきっぱりと「いりません」「帰ってください」と言う。
- * 「自分のことに」鍵！（お話し好きは赤信号）**
何気ないおしゃべりの中に、あなたの情報を聞き出されてしまいます。「貯金は？」「ひとりぐらし」など、見知らぬ人に自分の情報を伝えない。
- * 財布に鍵！**
セールスの言葉や広告の内容だけで簡単に契約しない。
- * 「SOS」の鍵！**
訪問販売でクーリング・オフ（無条件解約）できる期間は8日間。



・断った人に再度電話や訪問で勧誘することは、法律で禁止されています。（特定商取引に関する法律第3条の2、第17条）

・電話を切ると相手に悪いと思いますが、一度断ればそれで終わりです。しかし、1回でも契約すると“お得意さま”になり、その後も様々な勧誘が続く恐れがあります。

※高齢者のひとりぐらしの場合は特に注意が必要です。ご家族や周りの方々も様子を気にかけていただき、トラブルを未然に防ぎましょう。

市民相談センター

No.13

小出庁舎 1階奥月～金（祝日除く）
 8：30～17：15
 （予約不要。時間指定可）
 ☎792-8844



お子さんの健やかな成長とくらしを応援します
こんにちは赤ちゃん訪問

今年度、市が依頼をした“こんにちは赤ちゃん訪問事業”の訪問従事スタッフを紹介します。
 よろしくお願いたします。

*訪問従事スタッフ（10名） ※市が依頼して、母子保健研修を継続して受講している方です。

いぐちえつこ おおだいらみよこ なぐもみちこ きりゆう さかいれいこ
 井口悦子、大平美代子、南雲通子、桐生ヒロエ、酒井礼子、
 ほしこ こやまさこ ばんざいのりこ なかむらよしえ ほしはるこ
 星きよ子、小山朝子、坂西徳子、中村良枝、星春子



*訪問従事スタッフからのメッセージ

「子育ては不安がいっぱいです。その不安な思いをお聞きし、市の子育てに関する情報をお伝えすることで、少しでも安心して子育てができるようお役にたきたいと思ひます。また、親子が共に健やかに魚沼市で暮らしていくことができるように、という気持ちで訪問しています。訪問の際は気軽に声をかけてください。」

“こんにちは赤ちゃん訪問事業”とは…

生後4か月を迎えるまでのお子さんがある家庭を全て訪問し、家庭と地域社会をつなぐ最初の機会とすることで安心して子育てができ、母子ともに健やかに過ごすことを応援するため、平成19年度に創設された事業です。魚沼市でも、生後4か月を迎えるまでのお子さんがある全てのご家庭に訪問従事スタッフが訪問し、お子さんやお母さんの様子を聞かせていただき、子育てに関する市の情報を紹介しています。

6月は歯の衛生週間です
1歳歯みがき教室に参加しませんか

1歳のお誕生日を迎える頃には、つたい歩き、一人歩きができるようになり、からだの動きが活発になります。また、好奇心が旺盛になり、簡単な言葉の意味も理解できるようになります。歯が生え、食事のリズムが身につく等、成長とともに生活習慣が大切な時期になります。

お子さんの成長・発達に大切な、親子の関わりや生活習慣を学ぶ機会として、1歳になるお子さんを対象に『1歳歯みがき教室』を実施しています。ぜひ参加してみてください。対象月齢や日程等は、3月に対象者へ個別送付した『子ども健康カレンダー』や、市報でご確認ください。

【教室のようす】 歯の健康の話と実技



今日初めてブラッシング
 をしてみました。

歯がはえてから歯みがき
 をしていますが泣いてしま
 って…どうしたらいいの？

手遊びの紹介もしています

*歯みがきのポイント

- ・歯が生えたらブラッシングを始めましょう。力を入れずに、軽くシュッシュとみがいてください。
- ・初めは泣いて当たり前。ブラッシングの後にしっかりと抱きしめて、褒めてあげましょう。



*親子の関わりポイント

- ・すこやかな成長発達を促すために、指さしをしながら、「りんごだね」「わんわんいたね」など、声かけをしてみましょう。
- ・周りの大人が共感することが大切な時期です。お子さんの行動や興味を示したものに「すごいね」「面白いね」とおおげさに反応してみましょう。

あなたのからだ、守ります

子宮頸がん検診

子宮頸がんは20～30代の若い女性に増えているがんです。

別名：マザーキラー

若い女性の命や出産の機会を奪ってしまうことから、このように呼ばれています。しかし、検診でがんになる前にみつかることができれば、奪われることがない命です。新しい命を育むことも可能です。子宮頸がん検診を受けて、あなたのからだを守りましょう。



平成23年度 子宮頸がん検診無料クーポン事業

平成23年度 子宮頸がん検診無料対象者生年月日
平成2年4月2日～平成3年4月1日
昭和60年4月2日～昭和61年4月1日
昭和55年4月2日～昭和56年4月1日
昭和50年4月2日～昭和51年4月1日
昭和45年4月2日～昭和46年4月1日

上記の生年月日の方は、市の子宮頸がん検診が無料になります。（職場の検診や人間ドックは対象になりません。）

※子宮頸がん検診のクーポン券は、住民健診受診票等と一緒に5月中旬にお届けしています。受診を希望する方は、同封されている日程の中で都合のよい日にお越しください。

あなたのために、あなたの大切な人のために…

6月は食育月間・19日は食育の日

「元気ごはん」を食べよう



新潟県食育普及マーク
 「シヨクビー」

バランスのとれた食事を心掛けることは「食育」の基本です。毎日3食、健康の素となる「体によい食事」を摂っていますか。いつまでも健康で長生きできるよう、普段の『食』で見直せるところがないか考えてみましょう。

しょっぱいもの 摂りすぎに注意

— 高血圧予防のために —

- 塩分の1日のめやす量（成人）
 ・男性9g ・女性7.5g
- 料理中の塩分量（平均）
 ・たくあん3切れ=1g

・薄味だと素材の味が楽しめるね。
 ・めん類は塩分が多いから汁は残す
 といいんだね。



あまいもの 食べ過ぎに注意

— 肥満・糖尿病・高脂血症予防のために —

- 間食（おやつ）の1日のめやす量
 ・幼児 100～150kcal
 ・小学生 150～200kcal
 ・中学生以上 200kcal
- 甘いお菓子のエネルギー量（平均）
 ・ショートケーキ1こ…344kcal
 ・温泉まんじゅう1こ…130kcal

・おやつは時間と量を決めて食べる
 といいんだね
 ・ジュースをお茶にしたりして選んで
 食べるといいみたい



アルコール 飲み過ぎに注意

— 肝臓を休め、快眠のために —

- アルコールの1日の適量
 純アルコールで20gまで
 ・ビールは500ml
 ・日本酒は1合
- アルコール飲料のエネルギー量
 ・ビール 500ml = 200kcal
 ・日本酒 1合 = 170kcal

・休肝日は週に2日あるといいわね。
 ・一度にたくさん飲まないで適量を
 守って飲むといいのね。



魚沼市健康づくり計画「栄養・食生活の目標」

- ・三食楽しく、バランスよく、きちんと食べる
- ・自分の適正体重を知り、活動量に見合った量を食べる
- ・脂肪を減らし、米などの穀類と野菜を食べる
- ・地域の食材を生かし、食文化を大切にす

Photosketch

うおぬま

5/12 植えるの上手だって褒められたよ — 足立区中学生 農業体験・田植え



今年も農業体験受入れ事業が始まり、市内では今年初となる田植えが東京都足立区立第七中学校の生徒たちにより行われました。夏日のような暑さとなりましたが、みんな一生懸命田植えをし、ひと仕事終えた生徒たちは、気持ちよさそうに川で手足を洗っていました。秋にはおいしいお米が実るといいですね。

5/17 復興への祈りを詰めて — 被災地へ贈る“元気袋”を製作



東日本大震災で被災した方に宛て、小出地区老人クラブ女性部の皆さんで、250個ほどの“元気袋”を手作りしました。皆さんが縫った袋にはタオルや日用品・衛生用品のほか、復興への願いを込めたメッセージカードが入っています。出来上がった元気袋は、新潟県老人クラブ連合会を通じ、後日福島県へ送ります。

5/7 白球を追いかけて — 魚沼市小学生野球大会



魚沼市野球連盟主催で5月7日・8日に野球大会が開催されました。優勝は昨年度に続き小出青空Aで、6月4日開催の中越大会への出場権を得ました。全力で白球を追いかける子どもたちの、躍動感あふれるプレーがとても印象的でした。

5/12 マナーとゆとりで安全運転 — 春の全国交通安全運動



5月11～20日に春の全国交通安全運動が実施されました。12日には下島地区内の国道17号線で、市長や魚沼市交通安全協会役員、小出警察署員らによってキャンペーンが行われ、行き交うドライバーに安全運転を呼びかけました。

5/15 キノコたくさん生えてね！ — 魚沼森の学校「キノコの菌打ち」



青空の下、響きの森公園で約30名の参加者が額に汗をかきながら、ホダ木にナメコやヒラタケの種駒を木槌で打ち込めました。収穫が見込める来年の秋はまだ先ですが、参加者の目にはたくさんのキノコが生える様子が映っていたことでしょう。

第7回 魚沼市成人式

小出郷文化会館

5月4日、魚沼市成人式が挙行されました。今年成人を迎えたのは446名で、そのうち360名が式典に参加しました。二十歳の門出。会場には笑顔の花が咲きました。



5/15 どれもおいしそうで迷っちゃう — 大湯温泉山菜まつり



大湯温泉交流センターユピオで、恒例の山菜まつりが開催されました。春の恵みの山菜が所せましと並び、訪れた人たちはどれを買おうか悩んでいた様子でした。また、山菜の天ぷらや焼きそばなどの模擬店の前には行列ができていました。

5/21 この調味料も入れてみようか — 開高めしと山菜料理づくり



伊米ヶ崎公民館で、料理教室が開かれました。講師として指導にあたった茶々の会・佐藤さんは、材料に載ってなかった調味料を手にし、「書いてないけど、入れたっていいのよ。」と陽気に調理を進め、参加者の笑いを誘っていました。

5/21 素敵な作品にうっとり — いけばな諸流魚沼会花展



小出郷福祉センターで第4回いけばな諸流魚沼会花展が開催され、市内の4流派49名の作品が出展されました。初めて見る方でも楽しめるアレンジ系統のものや、力強い自然が感じられるものなど様々な作品が訪れた方を魅了していました。

公営企業

水道・下水道料金の段階的調整について

水道と下水道料金の改定については激変緩和措置が設けられ、平成22年9月以降段階的に調整しております。値上げとなる地域は、6月1日から改定されます。(魚沼市ホームページ、くらしのガイドでもご覧いただけます) ※昨年の市報8月10日号〈No.70〉にもくわしく掲載してあります。

水道

メーター口径	基本料金	従量料金	
		使用水量 10m ³ まで	使用水量 10m ³ 超
13mm	766.50 円	1 m ³ につき 57.75 円	1 m ³ につき 134.40 円
20mm	1,596.00 円		
25mm	2,436.00 円		
30mm	3,664.50 円		
40mm	6,457.50 円		
50mm	11,172.00 円		
75mm	26,103.00 円	小出・守門・入広瀬地域については右記の激変緩和措置の額による。	

料金の激変緩和措置◆小出・守門・入広瀬地域の従量料金については大幅な値上げとなるため、下表のとおり平成24年度で同じ料金となるよう、3年間で段階的に調整します。

開始時期	従量使用量と料金	
	使用水量 10m ³ まで	使用水量 10m ³ 超
H22.9.1～H23.5.31	1 m ³ につき 36.75 円	1 m ³ につき 113.4 円
H23.6.1～H24.5.31	1 m ³ につき 47.25 円	1 m ³ につき 123.9 円
H24.6.1～	1 m ³ につき 57.75 円	1 m ³ につき 134.40 円

下水道

基本使用料	従量使用料	
	下水排除量 10m ³ まで	下水排除量 10m ³ 超
840.00 円	1 m ³ につき 120.75 円	1 m ³ につき 215.25 円
ただし、H25.5.31 までは各地区が右記の激変緩和措置の額による。		

料金の激変緩和措置◆従量使用料の値上げにあたっては平成25年度で同じ使用料となるよう、4年間で段階的に調整します。

区分	従量使用料		
	下水排除量 10m ³ まで 全地区共通	入広瀬地域以外	入広瀬地域
H22.9.1～H23.5.31	1 m ³ につき 100.80 円	1 m ³ につき 186.90 円	1 m ³ につき 171.15 円
H23.6.1～H24.5.31	1 m ³ につき 107.10 円	1 m ³ につき 196.35 円	1 m ³ につき 185.85 円
H24.6.1～H25.5.31	1 m ³ につき 113.40 円	1 m ³ につき 205.80 円	1 m ³ につき 200.55 円
H25.6.1～	1 m ³ につき 120.75 円	1 m ³ につき 215.25 円	1 m ³ につき 215.25 円

お知らせ版

2011
6/10

日日時 期期間 場場所 内内容 対対象 資資格
 講演題・講師 演出演 相相談員 持持ち物
 ¥費用 定定員・定数 ☑締め切り ☑ホームページ
 他その他 ☑申し込み ☑問い合わせ

平成24年度採用 魚沼市職員採用上級(行政)試験内容

総務課/☎792-9203

- 定** 若干名
- 資** 次のいずれかに該当する方
 - ①昭和57年4月2日から平成2年4月1日までに生まれた方(学歴要件は問いません)
 - ②平成2年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方、または平成24年3月31日までに卒業する見込みの方
- 内** ・第1次試験 平成23年7月24日(日) 教養試験、専門試験(大学卒業程度の学力内容の択一式筆記試験) 一般性格診断試験
 ≪会場：新潟県自治会館≫
 ・第2次試験 9月中旬 面接試験 ≪会場：魚沼市役所小出庁舎≫

- 申** 6月10日(金)～23日(木)までの間に、申込書を総務課(小出庁舎)へ提出してください。(郵送の場合、6月23日消印有効)
 ※要綱等申込書は総務課及び市ホームページ <http://www.city.uonuma.niigata.jp> に掲載してあります。
 【郵送先】〒946-8601 魚沼市小出島130番地1 魚沼市役所 総務課総務管理室
- 他** 申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「上級行政請求」と朱書きし、80円切手(速達を希望する場合はその料金を加える)を同封して下さい。



一地域の元気は商工業の笑顔から
No.73

づくり振興協議



魚沼市ものづくり振興協議会
会長 川井 義博さん
(ホリカフーズ株式会社 代表取締役社長)

魚沼市ものづくり振興協議会 (U-big)

一第6回定期総会が開催されました

魚沼市ものづくり振興協議会の定期総会が、4月21日に開催されました。本協議会は、地域の企業が連携し、技術を育て産業を創り、地域経済の発展や市民生活の安定等に寄与することを目的に設立され、今年で6年目に入りました。

総会には、魚沼市長をはじめ、新潟県、(財)にいがた産業創造機構、(社)新潟県機械電子工業会、そのほか地域の枠を超えて連携を図っている十日町グループ夢21など、多くの方々から出席いただきました。

今年度の活動方針として、これまでに培った企業間の連携により、個々の企業の高い技術力を集約し、技術のまちづくりを進めるため、市と協働した取組みを強化すること、また、地域資源等を有効活用し、魚沼ブランドの創出などを重点的に取り組むことなどが審議されました。

川井会長は、「既存の委員会・部会組織、また、昨年新たに立ち上げた各種プロジェクトチームなどの組織をより活性化し、機能させることで成果を得たい。」と話しました。また、市の将来を担う子どもたちの育成に向け、「こどもものづくり教室」の拡充など、幅広く計画しているとのことでした。



今後、市内ものづくり企業の更なる企業間連携などを通じて、雇用創出や地域経済の発展につながっていくことが期待されます。

平成23年第2回魚沼市議会定例会日程

議会事務局/☎799-4602

開催日	時刻	会議内容
6月17日(金)	10:00	開会 本会議 ・報告案件(出資法人経営状況) ・即決案件審議、採決(補正予算等) ・付託案件説明、質疑(条例議案等)
6月20日(月)	10:00	本会議 一般質問
6月21日(火)	10:00	本会議 一般質問
6月22日(水)	10:00 13:30	総務文教委員会 福祉環境委員会
6月23日(木)	10:00	産業建設委員会
7月4日(月)	10:00	本会議 ・付託案件審査報告、採決 ・追加案件審議、採決 閉会

- 場** 魚沼市役所広神庁舎 3階 議場
- 他** 本会議傍の傍聴の際は、議場入口で住所・氏名を記入して傍聴席へお入りください。

平成23年7月終了!

地デジ臨時相談コーナーを開設します

情報システム室/☎794-6070

テレビのアナログ放送終了まであと44日です。地上デジタル放送(地デジ)への対応は、お済みですか。臨時相談コーナーを開設して、地デジ準備の疑問点にお答えします。

- 期** 6月15日(水)～8月26日(金) 9:30～16:30(土日祝日は除く) 毎週火曜日は、アドバイザーによる対応です。それ以外の曜日は、コーナーに設置の電話による対応です。
- 場** 守門庁舎1階 ロビー
- 問** デジサポ新潟 (総務省 新潟県テレビ受信者支援センター) ☎025-333-0011
- H** <http://www.digisuppo.jp/>



一アナログテレビ放送終了まで、あと44日一

【6月は環境月間です】 クールビズ 5月1日～10月31日 涼しい服装で冷房を控えめに


 くらし

0-157や0-111などによる食中毒を予防しましょう

新潟県魚沼地域振興局健康福祉部（魚沼保健所）衛生環境課／☎792-8619

本年4月下旬以降、肉の生食が原因と推定される腸管出血性大腸菌による食中毒事件が広域に発生し、全国で死者4名を含む多数の食中毒患者が確認されています。

腸管出血性大腸菌には0-157や0-111などの血清型があり、この菌に感染すると水のような下痢、激しい腹痛及び血便を引き起こし、溶血性尿毒症症候群（HUS）などの合併症を引き起こすことがあります。お肉をご家庭で調理・喫食する際や外食する際は右記のポイントを役立ててください。

【腸管出血性大腸菌食中毒予防のポイント】

- (1) 肉類を食べるときは、十分（中心部が75℃で1分以上）に火を通しましょう。
- (2) 生レバーやユッケなどの生肉を食べるのは避けましょう。
- (3) 焼き肉をするときは、「肉を焼く箸」と「食べる箸」を別にしましょう。
- (4) サラダや調理済み食品は、生肉や生肉からしみでた液と接触しないようにしましょう。
- (5) 肉類の調理に使用した包丁やまな板などの器具類は、使った都度に洗浄消毒しましょう。
- (6) 生肉に触った後は、手指の洗浄消毒を徹底しましょう。

東日本大震災により被害を受けた方へ

東日本大震災により被害を受けた方は、所得税の軽減・免除が受けられ、税務署で手続きを行うことで所得税が還付となる場合があります。そのほか、源泉所得税の徴収猶予や還付、廃車となった自動車の自動車重量税の還付などの特例があります。

詳しくは最寄りの税務署にお問い合わせいただくか、国税庁のホームページをご覧ください。

また、地方税についても、住民税、固定資産税、自動車税等の特例があります。詳細は、避難前にお住まいの都道府県又は市町村にお問い合わせください。

☎ 小千谷税務署 ☎0258-83-2090
魚沼市役所税務室 ☎792-9751

📄 国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>

あなたの「ふるさと寄附金」が被災地支援に

被災地の自治体への寄附金、自治体を通じての被災者への義援金は「ふるさと寄附金」として住民税・所得税の控除が受けられます。日本赤十字社や中央共同募金会等への義援金も「ふるさと寄附金」として控除が受けられます。詳しくは下記のホームページをご覧ください。

📄 総務省東日本大震災関連情報ホームページ
<http://www.soumu.go.jp>

**「固定資産税納税通知書」を発送します
課税明細をご確認ください**

税務室／☎792-9751

6月15日付で「固定資産税納税通知書」を発送します。同封の「課税明細書」を確認いただき、不明な点は連絡をお願いします。なお、「課税明細書」は確定申告等の際に使用することがありますので、大切に保管してください。

次に該当する場合は、各書類を提出してください。

《建物を取り壊した場合》

「家屋取壊届出書」を提出してください。現地確認後に翌年度の固定資産課税台帳から削除します。記載については、「課税明細書」を参照し、正確な記入をお願いします。

《土地・建物を相続した場合》

土地・建物の所有者が亡くなった場合、相続をする方は「相続人代表者指定届出書」を提出してください。相続登記が済むまでの間、代表者の方への送付となります。

《未登記家屋の所有者変更の場合》

未登記の建物の所有者を変更した場合は、必ず「未登記家屋課税台帳修正届」を提出してください。

各書類は、税務室または各市民センターにあるほか、市のホームページからダウンロードできます。

📄 <http://www.city.uonuma.niigata.jp>

7月1日から
お米や米加工品の原料米の産地がわかります

新潟県食品・流通課／☎025-280-5743

7月1日から米トレーサビリティ法により、小売店などで販売されるお米や米加工品の容器・包装、外食店のメニューなどで、原料米の産地を知ることができるようになります。

☑ 対象品目

- 小売店等で販売されるもの
お米（玄米・精米等）、米粉、もち、だんご、おにぎり・弁当、米菓、米こうじ、みりんなど
- 外食店等で提供されるもの
米飯類（白米、すし、チャーハン、オムライス、カレーライスなど）

📄 対象商品であっても例外となる場合があります（平成23年7月1日より前に生産者から譲渡された国内産米穀及びその加工品等）。

📄 新潟県食品・流通課

交通災害共済に加入しているみなさんへ

請求漏れはありませんか

まちづくり室／☎792-9752

交通事故に遭われた場合、次の要件で見舞金が支払われます。自己請求ですので、お忘れなく請求ください。

- ◆ 治療日数 実治療7日以上
- ◆ 請求期限 交通災害を受けた日から起算して1年以内（治療継続中でも1年を経過した場合は請求できません）

※重大な過失、天災等による場合は、見舞金が支払われないことがあります。

📄 まちづくり室 交通対策班

原付免許取得講習

魚沼市交通安全協会／☎792-5275

- 📄 6月19日（日）、7月10日（日）7：00～
- 📄 魚沼中央自動車学校
- ☑ ・16歳以上の方
・講習後、1年以内に16歳に達する方
- ¥ 4,050円（おつりのないよう準備ください）
- 📄 受講日の1週間前までに、交通安全協会（交通センター内）またはバイク販売店へ予約してください。定員になりしだい締め切ります。
- 📄 持 本人の本籍記載の住民票
- 📄 魚沼市交通安全協会

アメリカシロヒトリ（アメシロ）の防除・駆除

環境対策室／☎792-9766

市内で昨年アメリカシロヒトリ（アメシロ）の大量発生があり、害虫拡散による食害と糞害による樹木や付近環境の被害がありました。美しい緑を守るためには、早期発見と防除が大切です。

○アメシロの防除について

アメシロは卵で越冬し、5月～9月の間に二回にわたりふ化します。この卵の段階や幼虫がふ化して巣から離れる前に、巣ごと枝葉を切り落とし、焼くか踏み潰すことが有効な防除処置とされています。

※卵の段階では駆除薬は効果がありません。

アメシロの巣はクモの巣のように見えます。庭木の手入れとともにアメシロの防除に注意をお願いします。

○アメシロの薬剤駆除について

巣から拡散したアメシロの食害などによる樹木の枯損を防ぐためには、薬剤駆除が有効です。薬剤の使用の際は、周辺環境に十分に配慮し、使用量の低減を心がけてください。

○薬剤散布用機材の貸し出し

自治会単位で電話にてお申し込みください。

📄 環境対策室


なお、シルバー人材センター（☎792-3778）でもアメシロの薬剤駆除業務委託を請け負っています。

大型不用品の仲介を行います

新潟県魚沼市消費者協会

- 📄 6月19日（日）13：00～15：00
- 📄 リサイクルハウス（エコプラント隣）
- 📄 大型不用品（通常大型ごみ処理券を貼るもの）のリサイクルの仲介（受入・販売）
- 取扱品
不用となった家具類、ベビー用品など大型のもの（壊れている物の受入や、家電製品、衣類、食品、日用雑貨等は取り扱いません。）
- 不用品の搬入・搬出
13：00～15：00の間に、個人で行ってください。
- 📄 次回の日程は7月17日（日）です。
- 📄 市民相談センター ☎792-8844

【6月は環境月間です】 節電ライトダウン 6月22日～8月31日 電力ピークカット15%を目指しましょう。



平成24年経済センサスー活動調査を実施します。

- ・経済センサスー活動調査は、全ての企業・事業所を対象に、平成24年2月に実施します。
- ・経済センサスー活動調査は、我が国における産業構造を包括的に明らかにすることを目的とする政府の重要な調査で、統計法に基づいた報告義務のある基幹統計調査です。
- ・調査を正確かつ円滑に実施するため、支社等を有する企業本社あてに6月中旬から「事業所等確認票」を郵送します。印字してある内容の確認・修正と御返送をよろしくお願いします。

総務省・経済産業省

労働保険の年度更新手続きはお早めに

商工振興室／☎792-9753

申告書の提出と保険料等の納付期限は7月11日(月)です。

- ☎ 小出労働基準監督署 ☎792-0241
ハローワークこいで ☎792-8609
新潟労働局 ☎025-234-5921

小出スタンプ会「ときめき魚沼応援金」団体決定

小出商工会／☎792-2124

ときめき魚沼応援金参加店で、お客様が集めたポイントの1%が、公募から選ばれた団体に応援金として自動的に寄付されます。昨年度実績では167,722円になりました。

この応援金を受取りたい団体を公募した結果、11団体から応募があり下記の3団体に決定しました。

- 決定団体 ふたば東保育園 広神中学校吹奏楽部
わかあゆ社

魚沼市エコショップ認定制度

環境対策室／☎792-9766

☎ ごみの減量化や資源の有効利用、省エネルギー等を推進している店舗を、「エコショップ」として認定する制度です。店舗のイメージアップに活用してください。

☎ 次の取組を3つ以上実施している店舗を認定します。

- ・レジ袋の削減
- ・包装紙の簡素化や無包装化
- ・容器包装の削減
- ・割り箸の使用量削減・不使用
- ・詰め替え可能な商品の販売
- ・リターナブル容器を使用した商品の販売
- ・資源物を店頭で回収
- ・エコマーク認定品やグリーンマーク認定商品等の販売
- ・商品の容器包装に再生品を使用
- ・広報チラシ等に再生紙を積極的に使用
- ・生ごみの堆肥化等によるごみの減量やリサイクルの実施
- ・省エネルギーの推進
- ・再生可能エネルギーやバイオマス等を積極的に活用
- ・その他、環境に配慮した取組み

☎ 随時受付

☎ 環境対策室



【6月は環境月間です】ライトダウンキャンペーン 公共施設、事業所、家庭での一斉消灯を呼びかけています。可能な範囲でご協力ください。6月22日(水)夏至の日、7月7日(木)セタクールアースデー20:00~22:00

エコチャレンジうおぬま2011「えこ夏休み帳」

環境対策室／☎792-9766

☎ この夏、家族で気軽に取り組める次のエコ活動を「えこ夏休み帳」に記入して応募してください。応募者には、オリジナルエコバッグを進呈します。

- ・チャレンジ1 緑のカーテン(朝顔やゴーヤ等)
- ・チャレンジ2 省エネ帳(電力の省エネ)
- ・チャレンジ3 コンポスト(生ごみの堆肥化)
- ・チャレンジ4 その他(1~3以外のエコ活動)

☎ 10月31日(月)

☎ 環境対策室または各市民センター

「えこ夏休み帳」のお渡しは7月1日以降です。取り組み後、「えこ夏休み帳」に必要事項を記入して提出してください。

☎ 詳細は5月25日号市報折込ちらしをご覧ください。

「新潟県エコ事業所」登録事業所募集

環境対策室／☎792-9766

☎ 新潟県では、温室効果ガスの排出量削減に向けて積極的な取組を行い、優れた成果を上げた事業所を「エコ事業所」として認定します。

☎ 前年度比2%以上、3か年で6%以上の二酸化炭素排出量の削減計画を作成することが条件。

☎ 10月31日(月)

☎ 新潟県県民生活・環境部 環境企画課

☎ 025-280-5150

平成24年度から使う教科書の展示会

小出教科書センター(小出小学校内)

／☎792-0041

☎ 6月17日(金)~6月30日(木)
8:30~16:30(土・日曜日を除く)

小出小学校会場のみ、事前連絡があれば展示会終了後も閲覧可能。

☎ 小出教科書センター(小出小学校内)、魚沼市学習指導センター(市役所堀之内庁舎内)、小千谷市民学習センター、南魚沼市役所大和庁舎

☎ 平成24年度から使用する検定済みの小・中学校、高等学校教科書の展示

(南魚沼市及び小千谷会場は、中学校教科書のみ展示)

☎ どなたでも

☎ 小出教科書センター(小出小学校内)

平成23年度オープンキャンパス開催

新潟県立魚沼テクノスクール／☎794-2410

☎ ①6月18日(土) ②7月16日(土)
③8月24日(水) ④9月17日(土)
いずれも13:30~(受付開始13:15)

☎ 新潟県立魚沼テクノスクール

☎ 木造建築、電気施設、エクステリア左官の3科について、テクノスクールでの技能・知識の習得方法を紹介します。

☎ 今年度、中学高校卒業見込みの生徒及び保護者。既卒者(木造建築科、電気施設化は概ね30歳まで)。

☎ 無料

☎ 新潟県立魚沼テクノスクール ☎794-2410

職員等の募集

税務職員(国家公務員採用Ⅲ種(税務))採用試験

小千谷税務署総務課／☎0258-83-2090

☎ 平成2年4月2日~平成6年4月1日生まれの方

☎ 高等学校卒業程度の試験

☎ 第一次試験 9月4日(日)

☎ 6月21日(火)~28日(火)

☎ 小千谷税務署 総務課

または関東信越国税局 人事第二課 試験係

☎ 048-600-3111

やいろの里臨時職員募集

(福)魚沼地域福祉会

☎ 【職種・人員】

①管理栄養士又は栄養士 1人

②支援員 2人 ③世話人・支援員 1人

☎ 【勤務地】

①②やいろの里 ③やいろの里またはケアホーム

☎ 【勤務時間】

①②8:30~17:30

8時間勤務(②は月4回程度宿直夜勤あり、月単位の変則勤務)

③6:00~20:00の間で7時間勤務

☎ 【賃金等】 やいろの里臨時職員就業規則等による

☎ 【選考方法】 書類審査及び面接試験

☎ やいろの里総務課 ☎792-6123

ハローワーク小出 ☎792-8609

ジョブカフェうおぬまオープン

ジョブカフェながおか

／☎0258-38-6181

☎ 6月24日(金)10:00~16:00

☎ 小出郷福祉センター

☎ 若者のための仕事探しのお手伝いと、就職に関する出張相談会(相談時間は50分の予定)

☎ 39歳くらいまでで、就職の相談をしたい方

☎ 専任のキャリアカウンセラー

☎ 無料

☎ 5人

☎ 6月23日(木)

☎ ジョブカフェながおか

☎ http://www.niigata-jobcafe.jp/

市営プール管理員、監視員募集

生涯学習室／☎794-6073

☎ 【管理員】

☎ プールの管理運営、監視員の統括

☎ 若干名

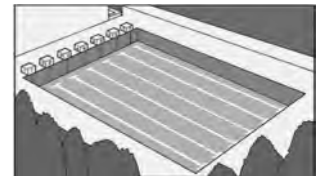
☎ 広神プール、下条プール

☎ 7月25日(月)~8月15日(月)(予定)

12:30~16:30

☎ 時給:1,150円

☎ 選考方法:面接



☎ 【監視員】

☎ プールの監視員

☎ 若干名

☎ 小出北部プール、広神プール、下条プール(予定)

☎ 7月25日(月)~8月15日(月)(予定)

※小出北部プールは8月31日(水)まで

12:45~16:15

☎ 時給:880円

☎ 選考方法:面接

☎ 【共通項目】

☎ ・市内に住所を有し、健康で泳げる方

☎ ・普通救命講習を修了された方、または普通救命講習(7月9日(土)9:00~12:00)を受講できる方

☎ 6月24日(金)

☎ 生涯学習室 社会体育班

募 集

公営住宅の入居者募集

都市整備室／☎794-6071

募集住宅	築年数	戸数	仕様	月額家賃	
特定公共賃貸住宅(中堅所得者層向け)	広神住宅B(並柳)	13年	2戸	3DK	37,500円
	第五大栃山住宅(大栃山)	15年	2戸	2DK	25,000円
市有住宅	佐梨川住宅(佐梨)	32年	2戸	3LDK	55,000円
	大湯住宅(大湯温泉)	19年	4戸	1DK	25,000円
	西村住宅(須原)	41年	1戸	3K	10,700円

※入居可能日 決定次第随時

- ☒ 6月30日(木)
- 申 都市整備室(または各市民センター)
- 他・所得制限等の条件があります。
 - ・募集定員を超えた場合は、抽選で入居者を決定します。定員に満たなかった場合は、締切日以降、先着申込み順に決定します。

ファミリー・サポートセンター 依頼会員・提供会員募集

小出子育て支援センター／☎792-6356

- ☒ 子育てのお手伝いを「してほしい方」(依頼会員)とお手伝いが「できる方」(提供会員)が、互いに会員となり行う、育児の相互援助活動
- ☒ ○依頼会員
 - ・市内在住で12歳までのお子さんがある方
- 提供会員
 - ・市内在住者で65歳未満の方
 - ・心身共に健康な方
 - ・普通自動車運転免許を取得している方
- ☒ 6月24日(金)
- 申 小出子育て支援センター
- 他 提供会員に申し込まれた方は研修会に参加していただけます。



【6月は環境月間です】今すぐ始める夏の省エネ②

・テレビを1日1時間減らす ・1日5分間のアイドリングストップ ・週1日はノーマイカー通勤を

健康・福祉

里親になりませんか？

新潟県里親会魚沼支部

里親制度をご存知でしょうか。里親は親の病気や家庭の事情など、様々な理由から家庭の暖かい温もりに恵まれない子どもを自分の家庭に迎え入れ、愛情を持って養育して下さる方のことで、子どもの幸せのために大切な役割を果たしています。

☒ 新潟県南魚沼児童相談所(南魚沼市六日町620-2)
☎025-770-2400

介護保険サービス利用者負担額の軽減制度

介護福祉室／☎797-2362

介護保険サービスを利用される方で、以下の要件に該当する方は、申請により利用者負担額が軽減されます。

《食費・居住費の負担限度額制度》

- ☒ 市民税非課税世帯の方
- ☒ 特別養護老人ホーム等に入所または短期入所した場合、利用料とは別に食費・居住費が必要ですが、申請により負担限度額までの負担になります。

《社会福祉法人等による利用者負担軽減制度》

- ☒ 市民税非課税世帯の方で以下の要件を全て満たしている方
 - ①介護保険料を滞納していないこと。
 - ②年間収入額が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること。(収入額に非課税年金を含む)
 - ③預貯金等の額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること。
 - ④日常生活で使用している資産以外に活用できる資産(土地・建物)がないこと。
 - ⑤負担能力のある親族に扶養されていないこと。
- ☒ 社会福祉法人等が提供する介護保険サービス(一部対象外あり)の利用者負担額および食費・居住費を軽減します。
- ☒ いずれの制度も適用期間は、7月1日から平成24年6月30日までです。(申請は随時受付、申請日の属する月の初日から適用になります)負担限度額および軽減内容など詳しくはお問い合わせください。
- ☒ 介護福祉室

在宅介護者リフレッシュ事業

魚沼市社会福祉協議会

- ☒ 7月7日(木) 9:50~15:30
- 場 石打ユングパルナス(南魚沼市石打)
- ☒ 日帰り温泉旅行
- ☒ 広神・守門・入広瀬地域在住の在宅で介護をされている方
- ¥ 2,500円(当日徴収します)
- ☒ 6月24日(金)
- 申 広神支所 ☎799-3990
守門支所 ☎797-4882
入広瀬支所 ☎796-2549
または地区民生委員までお申し込みください。
- 他 各自でデイサービス等の調整をしてから、お申し込みください。
この事業は赤い羽根共同募金で実施しています。

働き盛り世代のこころとからだの健康づくり事業 リフレッシュ出前講座

新潟県魚沼地域振興局健康福祉部(魚沼保健所)
地域保健課／☎792-8612

- ☒ 概ね50人未満事業所職員
- ☒ 「運動実践」、「禁煙支援」、「口腔ケア」、「ストレスケアマネジメント」、「食生活応援」の5コースのうち、希望のコースについて専門スタッフを派遣し健康講座を行います。
日時や会場は応談。教室受講料無料。
- ☒ 申 新潟県魚沼地域振興局健康福祉部(魚沼保健所) 地域保健課
FAX 792-6381

やさしい・簡単 男性の料理教室

健康増進室／☎797-4803

- ☒ 6月15日(水) 10:00~12:30
- 場 堀之内社会福祉センター
- ☒ 少年時代がよみがえる元気料理
- ☒ 男性
- 講 魚沼市食生活改善推進員協議会
- 持 エプロン、三角巾、手拭、筆記用具
- ¥ 500円
- 定 先着20人
- ☒ 6月13日(月)

【3Rを实践しよう】・リデュース(ごみを減らす)…マイバッグの利用、詰め替え品などの商品を選ぼう ・リユース(再利用)…すぐ捨てずに再利用を心がけよう ・リサイクル(再資源化)…ごみの分別を徹底し、資源として生かそう

簡単お楽しみクッキング

健康増進室／☎797-4803

- ☒ 6月24日(金) 10:00~13:00
- 場 湯之谷多目的交流施設(湯之谷保健センター隣り)
- ☒ 調理実習 身近な食材で簡単料理
健康講話(1食分の適量が簡単にわかる方法)
- ☒ どなたでも
- 講 魚沼市食生活改善推進員協議会
- 持 エプロン、三角巾、筆記用具
- ¥ 500円
- 定 先着15人
- ☒ 6月20日(月)

河内さくら先生の料理教室開催

社会福祉協議会堀之内支所

／☎794-4300

- ☒ 7月1日(金) 10:00~14:00頃
- 場 堀之内社会福祉センター(堀之内病院となり)
- ☒ 講演、調理実習、昼食会
- ☒ 堀之内地区在住の方
- 持 エプロン、三角巾
- ¥ 500円(当日徴収)
- 定 50人
- ☒ 6月23日(木)
- 申 社会福祉協議会堀之内支所

ひとり暮らし高齢者交流事業

魚沼市社会福祉協議会

- ☒ 6月30日(木) 10:00~13:30
- 場 えちご川口温泉
- ☒ 昼食会、入浴、お買い物
- ☒ 広神・守門・入広瀬地域在住の、おおむね65歳以上でひとり暮らしの方
- ¥ 300円(当日徴収します)
※入浴される方は、別途700円が必要です。
- ☒ 6月16日(木)
- 申 広神支所 ☎799-3990
守門支所 ☎797-4882
入広瀬支所 ☎796-2549
または地区民生委員までお申し込みください。
- 他 この事業は赤い羽根共同募金で実施しています。

堀之内地域 金婚・ダイヤモンド婚夫婦調査

堀之内地区老人クラブ連合会
／☎794-4300

10月7日(金)の堀之内地域老人福祉大会で次の方を表彰します。該当の方はお申込みください。

☑ 堀之内地域内で平成23年4月1日現在、二人とも健在の夫婦で次に該当する方。

◎金婚夫婦(50周年)

昭和36年4月1日～昭和37年3月31日の間に結婚した夫婦

◎ダイヤモンド婚夫婦(60周年)

昭和26年4月1日～昭和27年3月31日の間に結婚した夫婦

☒ 6月29日(水)

☑ 堀之内地区老人クラブ連合会(社会福祉協議会堀之内支所)

催し

魚沼地域で撮影が行われました

「あぜみちジャンピンッ!」6月11日(土)公開
観光振興室／☎792-9754

ロサンゼルス日本映画祭コンペティション部門優秀賞、シカゴ国際児童映画祭準グランプリ、インドネシア Kids F 映画祭審査員特別賞、ニューヨーク BAM Kids 映画祭、ソウル国際女性映画祭、シアトル国際児童映画祭など世界各地で絶賛され、魚沼の風景がふんだんに盛り込まれたハートフルストーリーが全国に先駆け、新潟市で公開になります。

☑ 6月11日(土)～

☑ ワーナー・マイカル・シネマズ新潟(新潟市西区)魚沼市から2人以上で来場した方は劇場でパンフレットを一冊プレゼントの地域特典があります。

☑ 前売り券・幼・老 1,000円

大人1,500円 学生1,200円

【前売り券販売先】

小出郷文化会館ほか

☑ 魚沼フィルムコミッション

fc@mail.uonuma.ne.jp

または担当:猪又

☎090-7238-2744

☑ 後援:魚沼市

南魚沼市

新潟市



天下の奇祭「しねり弁天たたき地蔵まつり」

しねり弁天たたき地蔵まつり実行委員会
／☎792-2124(小出商工会館内)

☑ 6月30日(木)16:00～

☑ 本町通り、陣屋通り(小出地域)

☑ 「しねり弁天!」と声をかければ男性は女性をしねる(つねる)ことができ、「たたき地蔵!」と声をかければ、女性は男性をたたきすることができるお祭りです。飛び入り参加大歓迎です。

☑ 弁天・地蔵メイクコーナー

ワンポイントメイクから本格メイクまで、しねり弁天のキャラクターのメイクを観音寺前テントで無料で行います。



オカリーナ演奏会

広神中学校／☎799-2017

☑ 6月22日(水)開場19:00開演19:30

☑ 広神中学校 体育館

☑ 五十嵐正子さん(オカリーナ)佐藤有里子さん(ピアノ)

☑ 広神中学校 担当:井口



本田杯 囲碁・将棋大会

魚沼市囲碁・将棋会

☑ 7月3日(日)受付 9:00～

対局 9:30～16:30

☑ 北部公民館

☑ 個人戦、グループ別、対戦5局(スイス方式)

☑ どなたでも

☑ 会員500円 非会員700円

☑ 6月27日(月)

☑ 魚沼市囲碁・将棋会 渡部

☎792-3258(13:00～17:00)

ふるしきマーケット(フリーマーケット)

めぐみ幼稚園／☎792-6768

☑ 6月18日(土)10:30～11:30

☑ めぐみ幼稚園 遊戯室

☑ ・幼稚園保護者によるフリーマーケットです。
・スペースはふるしき1枚分です。
・子供服・絵本・おもちゃなど掘り出し物がいっぱいです。
・9:00～10:15まで未就園児教室があり、教室終了後に行います。

☑ どなたでも

☑ 買い物用のマイバック

うおぬま森の学校

NPO法人魚沼交流ネットワーク

4時限目『チェーンソーの整備と目立ての講習会』

☑ 6月25日(土)9:00～11:30

☑ 魚沼交流ネットワーク事務所内(本町1-2)自由空間『つなごて』(旧まつばら玩具店)

☑ チェーンソーの整備方法と目立ての講義、実技

☑ 15人

☑ 普段使用しているチェーンソー、掃除に必要な布、古歯ブラシ、新聞紙2枚、手袋など。(作業の出来る服装)

☑ 6月21日(火)

5時限目『杉林整備の講習会』

☑ 7月3日(日)8:00～11:30(雨天決行)

☑ 折立温泉トレーニングセンター体育館駐車場

☑ 作業の安全管理、下刈り、間伐、薪コンロ作り

☑ 作業の出来る服装(ヘルメット、手袋など)

☑ タオル、飲み物(チェーンソー等お持ちの方は持参ください。)

☑ 6月28日(火)

【共通項目】

☑ 無料

☑ 魚沼市森林組合

☑ NPO法人魚沼交流ネットワーク

☎/FAX 792-1336

【平日・土曜日 10:00～17:30】

☑ 事前に保険に加入します。チェーンソー、ヘルメットをお持ちでない方も参加ください。

守門地域芸能祭

守門地域芸能祭実行委員会(魚沼市小出郷文化会館内)
／☎792-8811

☑ 6月26日(日)10:00～14:30(終演予定)

☑ 須原小学校体育館

☑ 地域住民や小中学生の唄や踊り、演奏(守門地域はプログラムを折込みましたので、持参ください)

☑ 無料

星空と天体観測会

商工観光課入広瀬分室／☎796-2111

☑ 6月12日(日)、6月25日(土)19:30～

☑ 星の家 天体観測室「スバル」

☑ 6月12日「月と土星とスピカを観よう」

6月25日「春の星座観測」

☑ 5歳以上の方ならどなたでも

☑ 先着20人

☑ 貝瀬由之さん(須原天文台星の家)

☑ 5歳幼児 70円 小中学生 100円

高校生以上 200円 当日会場で徴収

☑ 曇り空及び雨天でも別内容で活動します。

スポーツ

下条テニス教室

魚沼市テニス協会

☑ 6月22日(水)より10月19日(水)

毎週水曜日 20:00～21:30

☑ 広神下条テニスコート

☑ 大人 3,000円 中・高生 1,000円

☑ 約40人

☑ 魚沼市テニス協会 担当:湯本 ☎792-1618

スカイスポーツ体験会

小出郷スカイスポーツ協会／☎792-7837

☑ 6月25日(土)、26日(日)

9:00～16:00(雨天中止)

☑ 鳴倉山フライトエリア・上原ランディング

☑ 初心者(子どもからお年寄りまでOK)

☑ ①平地でハングライダーやパラグライダーを体験

②実際にパイロットと共にフライトを行う

☑ ①無料 ②1,000円

☑ ※要予約(先着6人)

☑ 小出郷スカイスポーツ協会

小出郷文化会館
☎792-8811

響きの森コンサート・シリーズ2011

- 6月11日(土) 先行発売(お得な4回セット券販売)
日 ①華麗なる王道 ベートーベン・トリオ・ボン
 9月3日(土) 開演19:00
 ②豊穡にて優美 至福の木管アンサンブル
 10月2日(日) 開演15:00
 ③歓喜と躍動 古楽アンサンブル アントネットロ
 11月8日(火) 開演19:00
 ④神秘の静寂 ケルト合唱「アヌーナ」
 12月13日(火) 開演19:00
¥ 全席指定 未就学児入場不可
 一般6,800円 学生3,800円
 6月11日から期間限定発売、良い席はお早め!

魚沼混声合唱団 & KID 'S うおめま演奏会

- 日** 6月25日(土) 開場18:00
 開演18:30
場 小出郷文化会館 大ホール
¥ 1,000円(小学生以下無料、親子席あり)
問 魚沼混声合唱団(鈴木) ☎792-7587

うおめま超劇シリーズ2011

- オペラシアターこんにゃく座**
オペラ「ねこのくにのおきやくさま」
日 7月5日(火) 19:00開演
場 小出郷文化会館 大ホール
¥ 1回券 全席指定 未就学児入場不可
 一般2,500円 学生1,500円
 当日各500円増
 子供のためのシェイクスピア、「原大樹ハートフルマジックショー」も同時発売中!

20周年ともしび会カラオケチャリティーショー

- 日** 6月26日(日) 開場12:30
 開演13:00
場 小出郷文化会館 小ホール
¥ 1,000円 全席自由
問 ともしび会(大桃) ☎792-0789

小出郷文化会館 イベント情報

ホームページで紹介しています。ぜひご覧ください。
H <http://www.city.uonuma.niigata.jp/bunka/>

生涯学習・公民館

活動を通じて楽しくを学ぶ

講演「やる気を高める親子コミュニケーション」

- 生涯学習室/☎794-6073
日 7月2日(土) 13:30~15:15
 (受付13:00~)
場 地域振興センター コンベンションホール
内 子どものやる気を引き出す親になる方法と、親が一方的に話すのではなく、親子が互いに理解し合うコミュニケーション術を学びます。
講 上越教育大学 赤坂真二 准教授
対 どなたでも
¥ 無料
申 生涯学習室
☒ 6月30日(木)
他 講演会後グループ討議を行います。(自由参加)
 (15:30~16:00)



小出郷図書館移転1周年記念イベント

講演「はなし はずんで 酒蔵通り」

- 生涯学習室/☎794-6073
日 7月7日(木) 19:30~21:00
場 小出郷図書館 2階学習席
内 「酒蔵通り」と「お酒」に関する講演
講 大平 俊治さん(緑川酒造(株)代表取締役社長)
 衿野 未矢さん(ノンフィクション作家)
対 どなたでも
他 駐車場は浦町側に図書館専用駐車場とイベント広場がありますが、駐車台数に限りがあるため、できるだけ乗り合わせてお越しください。

南米音楽コンサート

- 伊米ヶ崎公民館/☎792-0082
日 6月25日(土) 14:00(開場13:30)
場 伊米ヶ崎公民館
演 ごとうりゅうじさん(元ロス・インディオス)
¥ 1,000円
定 100人
申 コスモロジー研究会(生涯学習連絡協議会)
 塩川 ☎090-4938-7769

埋蔵文化財講座第1回

縄文土器の整理作業(洗浄作業)体験

- 生涯学習室/☎794-6073
日 ①6月24日(金) 10:00~12:00
 ②6月25日(土) 10:00~12:00
場 大沢ふれあい会館
内 布場上ノ原遺跡の概要を学び、出土した縄文時代中期(約5,000年前)の土器・石器の整理体験。
対 ①一般 ②親子・一般
定 10人
¥ 無料
☒ 6月20日(月)

ふれあいサークル参加者募集「小出ペン習字会」

- 生涯学習室/☎794-6026
日 毎月主に第3土曜日 13:00~15:00
場 小出公民館 2階会議室
対 市内在住の小学2年生以上の方
 (幼児・小学1年生は保護者同伴)
¥ ・手本代 月1,000円
 (不要の場合は月300円)
 ・用紙代 年210円
持 鉛筆、ボールペン

小出北部公民館・湯之谷公民館講座

小出北部公民館/☎792-5336

湯之谷公民館/☎792-0530

	山岡荘八講演会	おふくろさんの秘伝料理教室	初心者習字教室	親子で伝統文化体験	ふるさと再発見講座	簡単! 苔玉作り
内	演題「山岡荘八にみる山本五十六観」	山竹の子汁、山椒味噌の焼きおにぎり他	暮らしに役立つ書き付けや挨拶状を筆で習います	ゆかたを自分で着ましよう	市内の文化遺産を学びます	苔玉を二個製作します陶器の器付
対	どなたでも			小学生親子	どなたでも	
日	6月25日(土) 15:00~16:30	6月26日(日) 9:30~12:30	7月4日 8月1日 9月5日 10月3日 11月7日 毎月月曜日 10:00~11:30	7月10日 17日 24日 31日 毎日日曜日 10:00~12:00	6月22日(水)から12月まで全7回(第4水曜日) 14:00~	6月22日(水) 19:00~21:00
場	小出北部公民館			湯之谷世代間交流施設(湯之谷中学校隣)		
	大会議室	調理室	学習室	研修室		
講	河井継之助記念館館長 稲川明雄さん	山之内富子さん(小出稻荷町)	五十嵐弘子さん(須原)	柳瀬栄子さん(佐梨)	清塚正伸さん「魚沼歴史・民族の会」の皆さん	湯之谷公民館職員
¥	無料	500円	1,000円	無料	年間1,000円	800円
定	50人	15人	20人	10組	20人	15人
持	エプロン、三角巾		習字道具、半紙、新聞紙(2~3枚)	ゆかた着付け用品	筆記用具	ハサミ、ナイロン手袋、内履き、エプロン等
☒	6月22日(水)		6月24日(金)	6月30日(木)	6月16日(木)開講後も随時受付	6月20日(月)
申	不要			小出北部公民館 ☎792-5336 平日9:00~16:00		湯之谷公民館 ☎792-0530 平日13:00~19:00



新・自然観察

ごみ回収グランプリ! 環境美化選手権

- 浅草山麓エコ・ミュージアム/☎798-4141
日 6月18日(土) 10:00~11:30
 ※雨天中止(当日8:30までに実施の可否を決定しますのでお問い合わせください。)
場 市役所小出庁舎第3駐車場(旧原信駐車場) 集合
内 一定時間内に本町周辺の街頭に落ちているゴミを回収し、重量を競います。(表彰:1位「大型ゴミ処理券2,000円分」 環境観察賞「大型ゴミ処理券1,000円」ほか)
対 どなたでも(中学生未満は保護者同伴)
 ※5人未満の参加者の場合は中止します。
¥ 無料
☒ 6月17日(金)
持 軍手、運動ができる服装、リュック、雨具、水筒、ゴミバサミなど(ゴミ袋は用意します)

- ◆小出北部公民館ミニギャラリー 6月10日~7月26日 水彩画を楽しむ会水彩画展「初夏の風」
- ◆湯之谷公民館講座はいきいき県民カレッジ登録講座です。受講手帳をお持ちください。

☀️ 各種相談等

新潟県弁護士会無料電話相談

新潟県弁護士会／☎025-222-5533

①リース被害110番

☎ 6月18日(土) 10:00~15:00
☎ 0570-045533 面接相談もあり

②女性のための幸せ無料相談

☎ 6月23日(木) 10:00~17:00
☎ 0570-045533 面接相談もあり

③震災の影響による「雇用と生活」ホットライン

☎ 6月24日(金) 10:00~22:00
☎ 0120-158-794

☎ 詳しくは新潟県弁護士会まで

思春期精神保健相談

健康増進室／☎797-4803

<新潟会場>

☎ 毎月第4火曜日
☎ 新潟県精神保健福祉センター

<新発田会場>

☎ 7月14日、9月8日、11月10日
平成24年1月12日、3月8日 毎回木曜日
☎ 新発田地域振興局健康福祉環境部

<各会場共通>

☎ 13:00~16:30
☎ 思春期における心理的・行動上の問題について、精神科医師が個別相談
☎ 概ね15~30歳
☎ ☎ 025-280-0113 (相談専用回線)
☎ 要予約

精神保健福祉相談会

健康増進室／☎797-4803

☎ ①6月15日(水) 13:30~15:00
☎ ②7月5日(火) 13:30~15:00

☎ ①堀之内社会福祉センター
☎ ②広神コミュニティーセンター

☎ ①小出病院 井上先生
☎ ②ほんだ病院 中島先生

☎ ・眠れない、意欲が出ない、気分が落ち込む、引きこもり、物忘れが気になる、アルコールの問題等、精神的な不安に対しての相談。
☎ ・物忘れが気になる等の認知症に関する相談。(すでに精神科に通院している方は、主治医の了解が必要です。)

☎ 2日前までに要電話予約

献血(全血)実施

健康増進室／☎797-4803

☎ 6月27日(月)
10:00~12:00 小出公民館
13:30~16:00 老人保健施設 清流苑
☎ 献血種別 全血(400ml、200ml)
☎ 献血カード

パパママ準備教室

健康増進室／☎797-4803

☎ 7月23日(土) 9:30~11:30
☎ 小出子育て支援センターぱびぷ
☎ 対 平成23年10月~平成23年11月が出産予定日で、初めてパパ、ママになる市内在住の方
☎ 市の子育てに関する制度の紹介、体験学習(沐浴、おむつ交換、妊婦ジャケット着用体験)、仲間づくり
☎ 持 母子健康手帳
☎ 申 健康増進室
☎ ☑ 6月27日(月)

7月 子育て支援センター



名称	開催日時	内容
堀之内子育て支援センター ☎794-2158		
わくわく広場	月~金 9:00~15:00	自由遊びなど 10:45~11:00は、手遊び・ふれあい体操などを行う「わくわくタイム」です。 <行事予定> 7日(木)七夕祭り 26日(火)7月生まれをみんなで祝いしよう *誕生会実施日(午前)は看護師が計測をします。
小出子育て支援センター ぱびぷ ☎792-6356		
びよびよ広場	月~金 9:00~16:00	自由遊びなど 10:45~11:00は、手遊び・ふれあい体操などを行う「びよびよタイム」です。 <行事予定> 6日(水)七夕祭り 27日(水)7月生まれをみんなで祝いしよう
<年齢別開放日>		
13日(水)2歳以上の日 『夏の食生活について』栄養士からのミニ講話		
20日(水)2歳未満の日 『夏の食生活について』栄養士からのミニ講話 *第2、3水曜日は年齢別開放日です。 9:00~12:00まで広場を開放し、10:45~年齢に合わせた内容になります。 *12:00からは通常の開放となります。 *第1、4、水曜日は通常通り開放します。		
*7月9日(土)9:00~11:30まで広場を開放します。 10:00ごろから、『ボールで遊ぼう』を開催します。大きなボールや小さいボール風船など使って遊びます。お父さんもお子さんと一緒に遊びに来てみませんか?		
*毎週月曜日(9:00~12:00、13:00~15:00)身長・体重を測定できます。計測時には、看護師がお手伝いします。乳幼児の育児等について相談もできます。ご利用ください。		
すくすく広場(親子ふれあい広場) ☎792-6356		
守門健康センター	8日(金)10:00~11:15	簡単おもちゃ作り
入広瀬保健センター	15日(金)10:00~11:15	

*ぱびぷでは、各種事業により午後から閉館する日があります。詳細は『子育て支援センターご案内』や『月のおたより』をご覧ください。

0~3才向け だっこでおはなし

小出郷図書館／☎792-0337

☎ 6月24日(金) 10:30~
☎ 場 小出郷図書館 おはなしのへや
☎ 内 お子さんをおひざに抱っこして、絵本や手遊びを楽しみませんか。絵本「ノンタンもぐもぐもぐ」、「ごあいさつあそび」、紙芝居「おいしいおいしい!」などを読みます。

7月 乳幼児健診等



【乳幼児検診】 健康増進室／☎797-4803
個別の通知はありません。直接会場へお越しください。

事業名	期日	受付時間	会場	対象
4か月児	21日(木)	13:00~13:15	小出子育て支援センター	H23年3月生
1歳6か月児	20日(水)		湯之谷保健センター	H21年12月生
3歳児	13日(水)	13:15~13:30	湯之谷保健センター	H20年7月1日~18日生
	27日(水)			H20年7月19日~31日生
2歳児歯科	5日(火)	13:15~13:30		H21年7月生

☎ 持 母子健康手帳、問診票
☎ 他 都合で来られない時や期日を変更したい場合は、健康増進室へ連絡をしてください。体調の悪い場合(かぜ、はしか、水ぼうそうなど)は、無理せず次回にお越しください。

【離乳食講習会等】 健康増進室／☎797-4803

事業名	期日	受付時間	会場	対象
離乳食講習会(ステップ1)	6日(水)	9:30~9:45	小出子育て支援センター	H23年4月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ2)	13日(水)			H22年12月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ3)	20日(水)			H22年9月生の乳児の養育者
1歳歯みがき教室	12日(火)	9:15~9:30		H22年7月生の幼児と養育者

☎ 持 母子健康手帳
☎ 他 ・離乳食講習会は、ステップ1、2、3ともに対象年齢以外の方も参加できます。また、やむをえずお子さんを連れてくる場合は、バスタオルをお持ちください。該当月に参加できない場合は次の開催日をお願いします。
・1歳歯みがき教室では、むし歯予防の話、仕上げみがき体験、ことばを伸ばす遊びを紹介します。お子さんも一緒にご参加ください。

6月 16日~30日 行事カレンダー

16	木	プラネタリウム定期投影 (19:00/堀之内公民館)
17	金	
18	土	ブックスタート (10:00/広神図書館) ふるしきマーケット (10:30~11:30/めぐみ幼稚園) オープンキャンパス(13:30~/魚沼テクノスクール)
19	日	休日窓口【小出庁舎のみ】 (住民票・戸籍関係・印鑑証明の発行、印鑑登録) 原付免許取得講習 (7:00/魚沼中央自動車学校) 日曜なんでも相談会 (8:30/市民相談センター) 魚沼市民謡民舞連合芸能早苗まつり (12:00~/小出郷文化会館) リサイクルハウス (13:00~15:00/エコプラト隣)
20	月	
21	火	
22	水	
23	木	
24	金	だっこでおはなし (10:30/小出郷図書館) ジョブカフェうおぬま (10:00~16:00/小出郷福祉センター)
25	土	うおぬま森の学校 (9:00~/自由空間つなごて) 魚沼混声合唱団&KID'Sうおぬま演奏会 (18:30~/小出郷文化会館)
26	日	企画展・明治前期の豪農目黒家「目黒徳松の足跡」最終日 (9:00/目黒邸資料館) ともしび会カラオケチャリティーショー (13:00~/小出郷文化会館) 守門地域芸能祭 (10:00~/須原小体育館)
27	月	献血 (10:00/小出公民館 13:30/清流苑)
28	火	
29	水	
30	木	しねり弁天たき地蔵まつり (16:00~/本町通り) 第一期納期限(市・県民税、固定資産税、介護保険料、国民健康保険税)



【妊婦・乳幼児健康相談会】 健康増進室／☎797-4803

事業名	期日	会場	申込締切
成長・発達・健康に関する相談会	21日(火) 10:45~11:00	北部公民館	7月5日(火)【定員5人】

☎ 持 母子健康手帳
☎ 対 乳幼児とその保護者(月齢の指定はありません)
☎ 申 健康増進室
☎ 他 相談を希望される方は、事前に電話で申し込みください。妊婦の方の相談もできます。保健師が個別に相談に応じます。
※相談会以外でも、健康増進室・子育て支援センターで随時、子育てに関する相談を受け付けています。

今月の市報を読んで答えよう！
みんなでチャレンジ！

市報クイズ

正解者の中から抽選で、「500円分図書カード」、「魚沼映画の専門店ペアチケット」をそれぞれ5名にプレゼントします。

クイズの答えと「市報うおぬま」の感想などをお書きのうえ、住所・氏名・電話番号を明記して、ハガキ、FAX、またはEメールで、6月27日（月）までに応募してください。

Q アナログ放送から地上デジタル放送へ移行準備が進められていますが、このキャラクターの名前は何か？

- A
- ① 地デウマ
 - ② 地デイヌ
 - ③ 地デジカ



先月号の正解は、③桜づつみウォーキングコースでした。正解者は29名、当選者は次の皆さんです。（敬称略）たくさんのご応募、ありがとうございました。

【図書カード】
風間 正子、田中 キヨ、大桃はづき、森山カツ子、中山 直美
【映画ペアチケット】
大塚 澄江、星野 光、内田 美保、星 恵美子、中村 寧

市報クイズの応募はこちらまで
住所：〒946-8601 魚沼市小出島130-1
市長公室「市報クイズ係」宛
FAX：792-9500
Eメール：reference@gov.city.uonuma.niigata.jp

編集後記
なかよし保育園の取材に行ってきました。最初は「知らない人」の私に警戒していた子どもたちですが、少しずつ打ち解けてくれました。嬉しい反面、子どもたちの人懐っこさを悪用した犯罪も世の中にあることを考え、怖くなりました。身分を明確にし、いっそう丁寧に被写体と向き合わなければならぬと感じました。（B）

『開高めし』が魚沼市内でPRスタート

5月21日、伊米ヶ崎公民館主催の『開高めし』の料理教室に参加してきました。

講師は、郷土料理推進活動グループ“茶々の会”の佐藤あさのさんと大桃久子さん。魚沼の自然の恵みである山菜を生かした山菜やきめしは、作家の開高健さんがこよなく愛した魚沼の料理のひとつですが、“尾瀬・魚沼ルート活性化協議会”の活動により『開高めし』と命名され、魚沼の名物料理として昨年PRをスタートしました。佐藤あさのさんは、実際に開高健さんにこの山菜やきめしを作っていた人でもあります。

通常であれば、このような地域おこしの活動は料理を提供するところと観光関係者だけで活動することが多いのですが、市民の中からもこの料理を広めていこうという気持ちで、伊米ヶ崎公民館の活動から伝わってきました。これから『開高めし』が、地域の名物料理として家庭でも食べられるようになり、更には魚沼観光の役を担うことを願っています。

『開高めし』の普及のきっかけとなり、料理指導の中心として活動されている“茶々の会”の皆さまのご活躍をお祈りいたします。



味見は特に真剣に…

魚沼市長 大平悦子

文化財散歩 No.32

市指定文化財の戊辰小出島戦争記を紹介します。

●典籍 戊辰小出島戦争記／長松

明治元年（1868年）におきた戊辰小出島の戦いを、当時長松に住んでいた小幡梅吉氏が書き記したものです。この戦争記は、和紙3冊80余枚にまとめられ、史料として大変貴重なものになっています。

梅吉氏は多技多能の才人だったようで、このほかにも彫刻や算術の指南書、明治維新の高札を分かりやすく解説した書き物などが残されています。

歴史小説のようにひとつの事柄を追っているのではなく、梅吉氏が直接見聞きした、当時の人々の混乱の様子や会津藩、官軍、地元民がどのように関わっていたのか丹念に記述してあります。



戊辰小出島戦争記

※平成20年に、磯部定治さんが現代版に編集した「戊辰戦争140年 戊辰小出島戦争記」が文化協会から発刊されています。☎魚沼市文化協会 792-8811（小出郷文化会館内）

ひとのうごき (4月21日～5月20日届出分)

※窓口が届出いただくときに、承諾書を提出いただいた方を掲載しています。

お誕生おめでとうございます

【堀之内地域】 大平 沙和 亘・幸江 下町二 佐藤 芽衣 裕紀・久美子 小平尾 井口 陽貴 博登・千賀子 堀之内稲荷町 坂大 新 優・喜代子 新保 今野 翠那 健也・美紀 堀之内稲荷町

【小出地域】 田邊諒太郎 伸二・絵里奈 佐梨 高橋 桜河 正樹・奈留美 新下 田上 葉子 博之・誠子 大河原一 松尾虎太郎 茂樹・夏紀 大谷内 宮澤 希 豊彦・瑞穂 中原 上村 美和 栄達・美保 中原 仲村 春伸 龍弥・直美 中原

【湯之谷地域】 渡辺 海斗 健一郎・舞 大沢 富永 小陽 新吾・優美 上折立

【お詫びと訂正】
市報うおぬま 5月10日号に誤りがありました。お詫びして、次のとおり訂正いたします。
20ページ「お誕生おめでとうございます」
誤)【小出地域】井口陽貴 博登・千賀子 稲荷町正)【堀之内地域】井口陽貴 博登・千賀子 堀之内稲荷町

ごめいふくをお祈りいたします

【堀之内地域】	堀之内稲荷町	51歳	田中 正	田中	79歳
高橋奈美江	大石一	67歳	山本 ムメ	小平尾	99歳
本田チエ子	田戸	73歳	青木 儀雄	滝之又	83歳
眞島 フサ	立	89歳	佐藤 キク	山口	95歳
山田 ミツ	竜光一	65歳	高橋 三二	和田	84歳
平澤 スミ	下島一	100歳	富永フミエ	中島新田	80歳
中林 スミ	和長島	78歳	桜井 忠治	池平	94歳
角屋 榮吉	和長島	97歳	中澤 浩二	三ツ又	45歳
小山 トミ	和長島	78歳			
小山 トシ	徳田	89歳	【守門地域】		
井上キヨエ	魚野地	80歳	遠山末次郎	長島	92歳
田沢 愛	魚野地	87歳			
鈴木 政市			【入広瀬地域】		

【小出地域】	浦町七	91歳	佐藤 マス	穴沢	82歳
猪又フクエ	小出東町四	94歳	大島スミエ	大栃山	91歳
柳瀬 績	羽根川三	58歳			
小川 賢	佐梨	51歳			
馬場 祐二	大河原二	90歳			
高橋 稔					

【湯之谷地域】	上ノ原	81歳			
桑原 利男	上ノ原	96歳			
星 イシ	七日市新田	77歳			
米山ハツイ	吉田	85歳			
渡部 節	大沢	80歳			
星 倉造	宇津野	99歳			
佐藤 ヨカ					

人口と世帯数（5月1日現在）
【人口】
男 20,058人（-50）
女 20,970人（-35）
計 41,028人（-85）
【世帯数】
13,504世帯（+16）

東日本大震災 魚沼市への避難、支援情報

■二次避難所（5月30日現在）	■義援金等
・公営住宅 8世帯 21人	・義援金（4/29～5/31取りまとめ・第3回送付分）
・教員住宅 1世帯 2人	3,080,144円（累計額 14,692,465円）
・空き家 1世帯 2人	・寄付金
・二次避難所以外（親類宅等）	1団体 100,000円
6世帯 16人	（累計額 個人5人、4団体：3,780,000円）

【義援金を銀行振込みする場合】取扱金融機関：郵便局・ゆうちょ銀行
口座番号：00140-8-507 口座加入者名：日本赤十字社東北関東大震災義援金

「あっとひとことろ」は、震災情報の掲載によりしばらくお休みさせていただきます。

魚沼市文芸

短歌・俳句・川柳

■宮柵二記念館短歌教室（堀之内地域）
しみわたり朝もやの中で見つけたら
春一番のまんさくの花

ふたりしていつものようにモミ浸す
ありふれた日々そのありがたさ

おだやかに春日そそげる榊林
本々の株間の雪円く消ゆ

■四季の声（小出地域）
近づきし 村の見えくる 朝霞
もうもうと 寄せきてつつむ 杉花粉

■湯之谷俳句会（湯之谷地域）
在天の妻の霊魂月涼し
散りてなを地を彩りしつつし園

■公民館俳句教室（入広瀬地域）
水春の溢れる野辺に露の憂
芽吹きして川辺の本々の高さかな

■白虎社（湯之谷地域）
釈迦堂に塗の冗舌花まつり

振はらう日より百姓春の風

■広神俳句会（広神地域）
死の町へ本枯吹えて吹きつける

■公民館俳句教室（入広瀬地域）
中沢 北斗

背むの子に葉桜やきし影となり
山裾の葉香ささやく新樹かな

母逝くや涙き桜もほころびて
雪の野に影を落として雲走る

川柳「太陽」
今日もまた太陽浴びて散歩する

三月になりても真冬の寒さ来て
春は遠きと思ひ知らざる

今月は、広神西小学校の児童の作品です。



「桜の中でスキーしたいな」
2年 仲丸 陸大 さん



「夜と朝のあいだ」
4年 上田 覚士 さん

Good! no.79
ミニミニクッキング!
アスパラ入り炒り豆腐 (主菜)



材料 (4人分)

グリーンアスパラ	8本	卵	3個
人参	1/3本	ごま油	大さじ2
生しいたけ	4枚	砂糖	大さじ2
木綿豆腐	1丁	しょうゆ	大さじ3
鶏ひき肉	100g		

作り方

- ①アスパラガスは根元を1cm程切り落とし、下半分くらい硬い皮を薄くむき、斜め薄切りに切る。人参は厚さ2mmのいちょう切りにし、生しいたけは石づきを取り薄切りにする。
- ②豆腐は水を切り電子レンジに3分かけ、しっかりと水気を絞る。卵は溶きほぐしておく。
- ③鍋にごま油を熱し、ひき肉をほぐしながら色が変わるまで中火で炒め、豆腐とアスパラ人参、しいたけを加えて炒め砂糖としょうゆを加えて1~2分煮る。
- ④溶き卵の分量を回し入れ、ほぼ固まるまで炒める。残りの卵を加え、ふんわり固まるまで火を通す。



豆腐がメインの主菜の一品。主菜の1食分のめやすは、自分の手のひらサイズ。豆腐・肉・魚・卵のどれか1つを1食あたり手のひらサイズをめやすに食べるとよいです。

魚沼の6月の旬：アスパラガス、八色菜

エネルギー	295kcal	たんぱく質	18.2g
脂質	16.0g	炭水化物	10.8g
		塩分	2.0g

魚沼市食生活改善推進員協議会

発行：魚沼市 編集：魚沼市長公室
☎946-8601 新潟県魚沼市小島130番地1
☎025-792-1425 (直通)

♪ 歌 の力で地域に元気を ♪

※CDの販売はしていません。

入広瀬地域にお住まいの大島覚さん・浅井忠一さん・佐藤茂さん・浅井秀正さんの4人の、作詞・作曲・歌・絵というそれぞれの趣味が高じ、『只見線』『故郷の川』という2曲を収録したCDが、2010年に自費制作されました。歌詞やジャケット画からは、皆さんの故郷を思う気持ちが滲み出ています。

また入広瀬地域では、昭和26年に制作され、その後歌われる機会がなくなっていった『入広瀬村連合青年団歌』をリメイクしてCDを作り、イベントなどでみんなで歌おうという動きがあるそうです。この企画に賛同し、合唱団として名を連ねているのは6名。デモCDを聴かせていただきましたが、とても6名だけで歌っているとは思えないほど、元気いっぱいの歌声でした。

歌に姿を変えた“郷土愛”。地域に元気と活力を与えてくれる存在となることでしょう。



浅井秀正さんによる、只見線と歌詞に登場する“タツガラ岩”(タチガラ岩)の絵。写真のようにきめ細かく、美しい絵です。

「只見線」「故郷の川」の作曲と、「入広瀬コミ協讃歌」(入広瀬村連合青年団歌リメイク版)の編曲を担当

浅井忠一さんにお話を伺いました

「60の手習いで始めたエレクトーンで作曲しています。最初のメロディーが思い浮かぶまでとても苦労しますが、できあがった曲を地域の方に聴いていただいたりすると嬉しく、ありがたいと思います。」



浅井忠一さん