



市報

Uonuma

うおぬま

人と四季がかがやく 雪のくに



No.81

7 / 10 2011

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

節電サマーにむけて
家庭での節電対策メニュー

国民健康保険・後期高齢者医療制度
各種保険証の更新と保険料

「放水はじめ！」どしゃ降りの中で真剣勝負 (6月26日『北魚沼地区支会ポンプ操法競技会 (なかよし保育園駐車場)』にて)

まらり☆ 魚沼人

～うおぬまびと～

山田 明美さん (根小屋)

「心と香りの会」代表。アロマセラピスト・
ネイリスト・リフレクソジストなど、多くの
資格を取得し活躍されています。



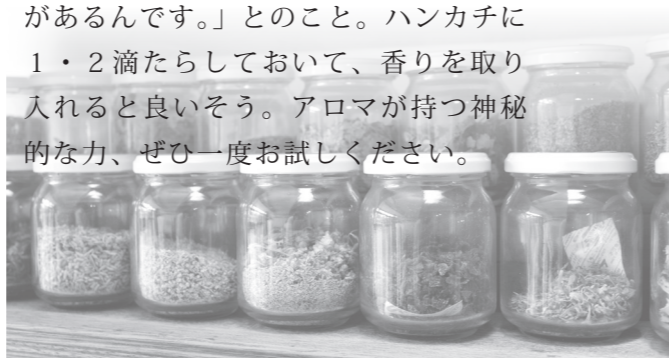
会社員として働いていた頃、昼夜が
逆転した生活を送っていたとい
う山田さん。日々のストレスを解消し、
ぐっすり眠れるようにラベンダーの
アロマオイルを購入しました。以来、安
眠できるようになったことで、アロマに
興味を持ち始めたそうです。その後、ア
ロマセラピストとしての資格や施術の
技術を取得した山田さんは、中越地震か
ら1年後には本格的にアロマセラピス
トとしての活動を開始しました。



ネイリストの資格もお持ちの山田さん。ご自
身の指先もとてもきれいにケアしていて、目
を奪われました。

心と香りの会の皆さんは、東日本
大震災で魚沼市に避難していた
方に、アロマを使ってハンドマッサー
ジなどをボランティアで行いました。
はじめは強張っていた皆さんの表情
が、アロマの香りに包まれてだんだ
んと和らぎ、山田さんたちの活動をと
ても喜んでくれたそうです。

節電対策で厳しい暑さが予想される
今年の夏に、おすすめのアロマはあり
ますかと尋ねると、「ペパーミントと柑
橘系がおすすめです。特にペパーミン
トは清涼感もあるし、その香りには体
感温度を2度くらい下げられる効果
があるんです。」とのこと。ハンカチに
1・2滴たらしておいて、香りを取り
入れると良いそう。アロマが持つ神秘
的な力、ぜひ一度お試しください。



取材にお伺いす
ると、部屋いっばい
にアロマの香り
が。心地いい香り
に、うっとりしま
した。

リラクゼーションを目的として使う
ことが多い日本に比べ、フランス
やベルギーなどではアロマセラピーは医
療として用いられます。アロマセラピー
の主役となる『精油』には、私たちが知
らないパワーがあるようで、「例えば、
手を切っちゃったときにレモンのオイル
をほんの1滴塗ると、血がピタッと止
まっちゃうんですよ。」と、驚きの効果
を教えてくださいました。ただし、人体に使用
する場合は必ず『本物』を使うことが
基本とのこと。購入の際は十分注意しま
しょう。

※精油は強い刺激があります。人体に使用
するのは、ごく微量としてください。

節電サマーに対応、今すぐできる

家庭での節電 対策メニュー

夏の平日(昼間)において使用電力の15%を減らすことをめざし、国や県では各家庭での節電を呼び掛けています。
何をどうすれば、どの程度の電力を節約できるのかを一覧表にしてみましたので、取組の参考にしてください。

●取組期間：7月1日～9月9日 ●取組時間：9：00～20：00 (特に11：00～17：00)

取り組んでいただきたい節電対策メニュー			節電効果	
			削減率	削減消費電力
エアコン	①	室温28℃をめやすに、設定温度を2℃上げる	10%	130W
	②	緑のカーテンやすだれ、よしずなどで窓からの日差しを和らげましょう(エアコンの節電に繋がります)	10%	120W
	③	無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう(除湿運転や頻繁なオンオフは電力の増加になるので注意)	50%	600W
冷蔵庫	④	設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込まないようにしましょう	2%	25W
照明	⑤	日中は照明を消して、夜間もできるだけ消灯につとめましょう	5%	60W
テレビ	⑥	省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外はこまめに消しましょう	2%	25W
温水洗浄便座 (暖房便座)	⑦	便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能があれば活用しましょう	どちらかの対策で	1% 未満
	⑧	⑦の機能がなければ、コンセントからプラグを抜いておきましょう		
ジャー炊飯器	⑨	早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫で保存しましょう	2%	25W
待機電力	⑩	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう 長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう	2%	25W

★外出のときも、④⑦⑧⑩の対策に取り組みましょう

「ピークカット15%大作戦応援隊」

参加企業等を募集しています

○応援隊って、どんなことをするの？

各事業所の皆さまから節電行動計画を策定していただき、県が配布するポスターに取組内容を記載し、掲示していただきます。また、節電に効果大きい『外出』を促す取組も併せて行っていただくことで、商業・観光等の活性化を図ります。

○応援隊になるといいことがあるの？

- ・ポスターの掲示により、事業所の節電への取組をPRできます
- ・外出を促す取組により、誘客などに繋がります
- ・参加事業所の取組は、県のホームページ等でも積極的にお知らせします

○申込方法は？

県所定の申込書と計画書に記入し、湯之谷庁舎環境対策室に提出してください。
(県ホームページ <http://www.pref.niigata.lg.jp/sangyoshinko/1303250408248.html>)

無理な節電は、健康を害するおそれがあります。熱中症等に注意して、楽しく節電する工夫をしましょう。(9ページの「熱中症を予防しよう」もご覧ください)

また、市では夏のエコ活動を応援する『えこ夏休み帳』を市民センター窓口で配布しています。参加者にはオリジナルエコバッグを差し上げます。ぜひご参加ください。



表紙の一枚◆ポンプ操法
競技会が開催されました。
開会式では小雨だったもの
の、競技が始まると雨は
一気に本降りに。選手は
ずぶ濡れになりながらも
走り切り、操法技術を競
い合いました。

保険証の更新と平成23年度の保険料について

後期高齢者医療制度

■7月20日に新しい保険証を簡易書留郵便で送付します
8月1日から新しい保険証になります。保険証が届いたら、記載内容を確認してください。

有効期限は平成24年7月31日です。

なお、減額認定証をお持ちの方へ、保険証とは別に新しい認定証を郵送します。

8月になっても保険証等がお手元に届かない場合は、国保年金室にご連絡ください。

■年間の保険料通知書を送付します

今年度の年間保険料額の通知書を7月15日付けで送付します。7月25日(月)を過ぎても、通知書がお手元に届かない場合は、国保年金室にご連絡ください。

【保険料額の計算方法】

$$\text{年間保険料額} = \text{『所得割額』} + \text{『均等割額』}$$

	平成23年度
所得割額	【平成22年中の総所得金額等－基礎控除33万円】 × 7.15%
均等割額	1人当たり年間 35,300円
賦課限度額	500,000円

納付方法と月々に納める保険料額は、通知書に記載されてありますのでご確認ください。

■平成23年度の保険料の納付方法と納付時期

4月の年金からすでに納めていただいている方【特別徴収】

4月	6月	8月	10月	12月	H24.2月
年金	年金	年金	年金	年金	年金

確定した年間保険料額から、4・6・8月の納付額を差し引いた残額を10月・12月・平成24年2月の年金から納めていただきます。

7月から納付書または口座振替で納めていただく方【普通徴収】

4～6月	7月	8月	9月	・・・	H24.3月
納付なし	納付書 または 口座振替	納付書 または 口座振替	納付書 または 口座振替	納付書 または 口座振替	納付書 または 口座振替

確定した年間保険料額を、平成23年7月～平成24年3月に分けて納めていただきます。月々納めていただく保険料額は、通知書に記載されていますので、ご確認ください。

後期高齢者医療制度の
新しい保険証は…

わか くさ いろ
若草色

8月1日から有効

オレンジ色から
「若草色」に
変わるのね!



特別徴収を口座振替に変更できます

年金からの納付を中止し、口座振替にする場合は、金融機関の窓口で直接口座振替の手続きをし、市民センターで納付方法の変更を申し出てください。手続きがすむと、口座振替で納めていただくことになります。

【手続きに必要なもの】

- 振替口座の預金通帳
- 通帳の届出印
- 保険証(8月1日から新しい保険証になります)

家族の口座からの納付に変更した場合、社会保険料控除は、実際に負担をした方に適用されます。これにより、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合がありますので、十分ご注意ください。

国民健康保険

■7月20日に新しい保険証を簡易書留郵便で送付します
8月1日から新しい保険証になります。保険証が届いたら、記載内容を確認してください。

有効期限は平成24年7月31日ですが、制度改正などにより有効期限が異なる方がいますので、ご注意ください(同封するお知らせをご覧ください)。

8月になっても保険証等がお手元に届かない場合は、国保年金室にご連絡ください。

なお、今回から保険証の裏面に『臓器提供意思表示欄』が設けられました。

■高額療養費について

同じ月内に医療機関に支払った自己負担額が限度額を超えた場合、申請によりその超えた分が、後日支給されます。

入院の場合は、窓口での負担が限度額までとなります。限度額は所得によって異なりますので、医療機関へ「限度額適用・標準負担額減額認定証」(住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」)の提示が必要になります。入院の際はあらかじめ国保年金室(守門庁舎)または各庁舎の市民センターへ交付申請してください。

〈申請に必要なもの〉
保険証・印鑑

※22年度中に「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受け、引き続き入院または入院の予定がある方は、8月中に更新の手続きを行ってください。
(申請日の月の初日から有効になります。)

■特定疾病について

人工透析が必要な、慢性腎不全などの高額な治療を長期間継続して行なう必要がある方は、申請することによって「特定疾病療養受療証」が交付されます。

1か月の自己負担額が10,000円(70歳未満の上位所得者は20,000円)までとなります。

今まで交付を受けている方には、8月以降の「特定疾病療養受療証」を保険証と一緒に送付します。
(新規の方は申請が必要です。)

国民健康保険の
新しい保険証は…

そら いろ
空色

8月1日から有効

ピンク色から
「空色」に
変わるんだよ!



■魚沼市国民健康保険への加入・脱退には届け出が必要

国民健康保険は加入・脱退するとき、必ず届出を行う必要があります。国保への加入・脱退手続きを行う方は、異動があった日から14日以内に、市民センターへ届出をしてください。

加入・脱退の共通事項

- 〈必要なもの〉
- ・届出に来る方の身分証明書
(運転免許証など)
 - ・印鑑

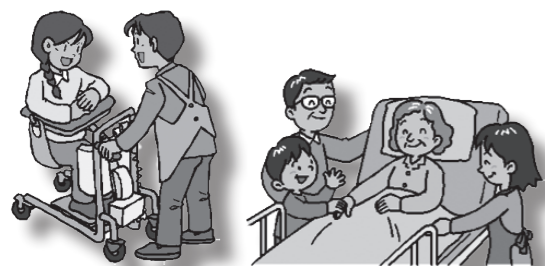
魚沼市国保へ「加入」するとき

- 〈必要なもの〉
- *転入してきたとき
 - ・他の市区町村の転出証明書
 - *離職したときや保険の扶養から外れたとき
 - ・職場の健康保険を喪失した証明書
 - 例:「健康保険/厚生年金保険 資格取得(喪失)連絡票」など

魚沼市国保を「脱退」するとき

- 〈必要なもの〉
- ・国保と職場の健康保険の両方の保険証
 - ・職場の健康保険証が未交付の場合は加入したことを証明するもの

障害者(児)手当制度 を紹介します



一定の障害がある方の福祉の増進をはかるため、手当制度が設けられています。

市が受付や認定を行っている、特別障害者手当制度・障害児福祉手当制度・特別児童扶養手当制度について紹介します。

	特別障害者手当	障害児福祉手当	特別児童扶養手当
受給できる人	20歳以上であって、精神または身体に著しい重度の障害があり、日常生活において常時介護を必要とする在宅の方	20歳未満であって、重度の障害の状態にあるため、日常生活において常時介護を必要とする在宅の方	20歳未満の障害のある児童を家庭で監護・養育している父母等
支給額	月額 26,340円	月額 14,330円	1級 月額 50,550円 2級 月額 33,670円
支給時期 各月の前月分までが支給されます。	2月・5月・8月・11月	2月・5月・8月・11月	4月・8月・11月 (11月は当月分までが支給)
支給制限	所得制限があります	所得制限があります	所得制限があります
受給資格を喪失する場合	*本人が施設に入所した場合 *本人が病院などに継続して3か月以上入院している場合	*本人が障害を事由とする公的年金給付を受けられる場合 *本人が施設に入所した場合	*対象児童が障害を事由とする公的年金給付を受けられる場合 *対象児童が施設に入所した場合 *対象児童を監護・養育しなくなった場合

※障害児福祉手当と特別児童扶養手当は併給可能です。

■ 支給認定申請について

- 各手当の申請書類は、厚生室および各庁舎の市民センターに備えてあります。申請書を提出いただいてから、審査結果を通知するまでには2、3か月程度かかります。
- 各手当とも障害の状態の判定は診断書によって行います。(手当ごとに専用の様式があります)

■ 認定後の諸届について

- *所得状況届の提出
いずれの手当も、毎年8月から9月にかけて、受給資格を確認するため「所得状況届」を提出する必要があります。既に認定を受けている方には、8月上旬に書類を送付します。
- *受給資格の喪失要件に該当したら
施設入所、3か月を超える入院等に該当された場合は、資格喪失の届け出が必要です。すみやかに市役所へ届け出をお願いします。
- *その他の届出
住所・氏名等が変わられた場合、亡くなられた場合にも届け出が必要です。



障害ネット 障害者就労支援事業所 ってどんなところ? No.2

- その他の事業…ウエス作成・販売
- 受託作業例…草取り、箱折りなど



草取り作業も頑張っています!

わかあゆ社 (小出島121番地1)

—おいしいメニューを取り揃えて、お待ちしております—

わかあゆ社の自社事業「喫茶ウインドー」をご存知でしょうか?

喫茶ウインドーでは、ラーメンやチャーハンなどからドリンク・デザートまで、いろいろなメニューを取り揃えています。なかでも、カレーライスは配達サービスを行っており、利用者の方とスタッフのほかボランティアの方からの協力により、調理



まごころ込めて調理

から配膳、配達までを行っています。現在は、病院や公共団体からの注文が多いようですが、ある程度の数の注文があれば、市内どの地域にも配達をしています。

地域に出での活動や地域の方との交流は、利用者の方にとって励みになっています。ぜひご利用ください。

喫茶ウインドー

営業時間 10:00~16:00

定休日 第1・3土曜日、日曜日、祝日、年末年始

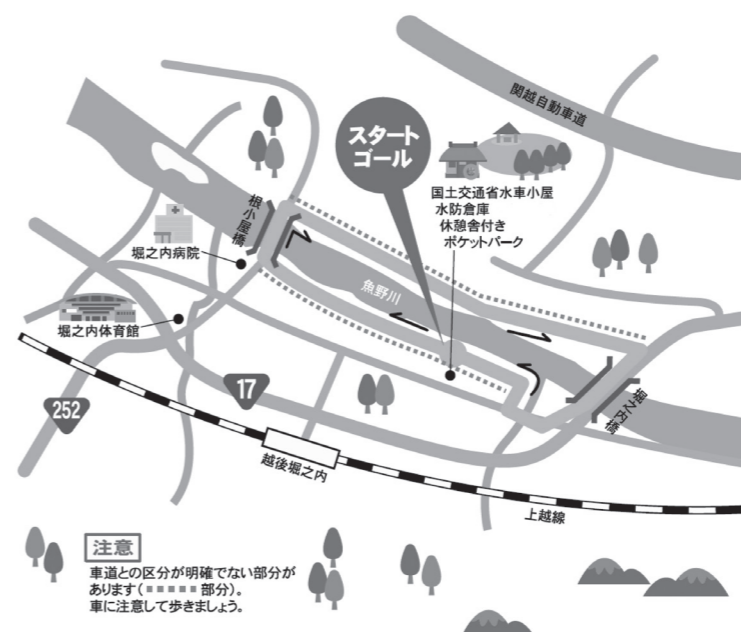
問合せ・作業依頼… わかあゆ社 ☎792-5782

爽やかな風を感じて
夏の魚沼をガンガン歩こう!

☎ 生涯学習室 ☎794-6073

市内ウォーキングコースをご紹介します

No.2 堀之内ウォーキングコース あゆロード
(1周約2.8km 所要時間:30分 歩数:4,700歩)



注意
車道との区分が明確でない部分があります(*****部分)。車に注意して歩きましょう。

水車小屋(起点)~魚野川左岸堤防道路~根小屋橋~魚野川右岸堤防道路~堀之内橋歩道~橋が終わって右方向へ~県道へ出て大石川を渡る~右折で魚野川左岸堤防道路へ~水車小屋

■ 特徴

堀之内地区の魚野川河川道路を利用したコース。眼下には鮎の漁場となる魚野川、上流には雄大な越後三山を眺めることのできる周回可能なコースです。

夏のさわやかな風を感じられるコース。汗をかいて、夏本番に向けて体力をつけましょう。

〈アクセス〉

起点:魚野川水車小屋公園(無料駐車場5台)
*JR堀之内駅から徒歩10分
*関越自動車道堀之内ICから10分

夜間にコースを利用するときは反射タスキなどを着用し、車に十分注意しましょう

永年の功績をたたえて 春の叙勲



旭日双光章

たかはし かずとみ
高橋 和福さん (堀之内)

議会議員として旧堀之内町議会正副議長・魚沼市議会議会運営委員会委員長等の要職を歴任し、豊富な経験と卓越した識見をもってその手腕を発揮し、地方自治の進展と住民生活の向上に貢献されました。

6月23日新潟県庁にて、高橋さんへ勲章の伝達式が行われました。



市民相談センター

人権なんでも相談
行政相談
弁護士無料相談

合同開催

ひとりで悩まず、
まず相談!



日時 8月7日(日) 13:00~16:00 会場 湯之谷老人福祉センター (井口新田)

家族内(親子・夫婦・結婚・離婚・相続等)や近隣間のもめごと、お金のトラブル、クレジット・借金返済など、毎日の暮らしの中で起こるさまざまな悩みごと。

「誰に相談したらよいのかわからない…」
「誰にも相談できずに困っている…」

そんなとき、この相談会で話してみませんか?
法律の専門家のアドバイスも受けられます。相談は無料、秘密は固く守られます。

- 相談員
人権なんでも相談 …桜井委員 細井委員
行政相談 …森山委員
弁護士無料相談 …新潟県弁護士会
- 問合せ・申込
弁護士相談のみ8月5日(金)までに電話で市民相談センターへ予約してください。

くらしの情報 vol.13 ▶▶▶ アダルトサイトの請求画面がパソコン画面に貼りついてとれない!

〈実際に増えている事例〉

「動画サイトからアダルトサイトに接続し、確認画面で年齢認証などいくつかの質問に“はい”のボタンを押したところ登録され、請求画面が表示されてしまった…。消そうとしても消えない、どうしたらよいか。」

〈アドバイス〉

- 安易に「はい」「YES」「OK!」「ENTER」などクリックしないこと。
- 請求画面の張り付きを削除するには、情報処理推進機構(IPA)のホームページが参考になります。
- 小・中・高校生等にパソコンを利用させる場合には、フィルタリングソフトの導入など、インターネットの利用方法について、家族でよく話し合いルールを決めましょう。



請求画面が表示されてもすぐに支払いせず、市民相談センターへご相談ください。

健康うおぬま No.28

健康増進室 ☎797-4803

特に高齢者や乳幼児は注意!
熱中症を予防しよう

記録的な猛暑だった昨年、7~9月に熱中症で救急搬送された人は全国で5万3千人以上となりました。これは、前年の4倍です(総務省消防庁集計)。このうちの約半数は、高齢者と乳幼児です。暑さに弱い高齢者と乳幼児には、周囲の声かけや見守りが大切です。

子どもの特徴



保護者の方へ

*お子さんの様子をよく観察しましょう

- | | | |
|-----|---|----------------|
| 重症度 | 低 | ○めまい・大量の汗・高体温 |
| | ↓ | ○頭痛・吐き気・体がぐったり |
| | 高 | ○意識がない・けいれん |

- *遊びの最中は、早めの水分補給や休憩を
- *外出時は帽子を忘れずに
- *日頃から栄養バランスのとれた食事や運動・遊びを通して、暑さに負けない体づくりを実践しましょう

高齢者の特徴



熱中症にならないために

- *のどが渇かなくても水分補給を
- *エアコンや扇風機などを活用しましょう
- *調子が悪いと感じたら、家族や近くの人にそばにいてもらいましょう

健康をおびやかすほどの、無理な節電はやめましょう

今年は節電への取組みを必要としていますが、節電を意識するあまり、健康を害することのないよう注意しましょう。

気温や湿度が高い日には決して無理な節電はせず、扇風機やエアコンをうまく使用しましょう。

熱中症の応急手当

- 涼しい場所に避難させる
- 衣服をゆるめ、安静に寝かせる
- エアコン、扇風機、うちわ、氷水などで体を冷やす(氷水で脇の下や太もものつけねを冷やすと効果的)
- 飲めるようなら、水分を補給する

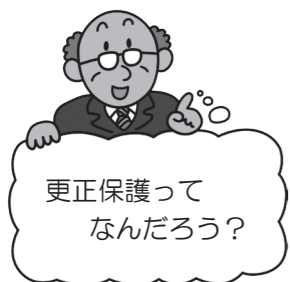


*自力で水が飲めない・動けない・意識がない(おかしい)場合は、ためらわずに救急車を呼んでください。

(消防庁ホームページより引用)

7月は 社会を明るくする運動強調月間です

— 犯罪や非行を防止し、“立ち直り”を支える地域のチカラ —



罪を犯した人も、裁判を終え処分を受ければ、いずれ社会に戻ってきます。“更生保護”は罪を償い、再発しようとする人たちの立ち直りを導き助け、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐ仕組みです。全国約5万人の保護司の尽力により、更生保護制度は成り立っており、魚沼市では、現在19名の保護司の皆さんが更生保護活動を行っています。

“社会を明るくする運動”は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。



◆魚沼地区更生保護女性会

女性あるいは母親としての立場で「明るい社会」を実現しようとするボランティア団体です。現在、会員30名が地道な更生保護活動を展開しています。
○活動内容
犯罪や非行の予防活動、健全育成研修会の開催、更生施設へのボランティア など【会員を募集しています】
小千谷魚沼地区保護司会事務局：市民課 市民生活室 ☎792-1112



昨年のしねり弁天たき地蔵まつりにて



—地域の元気は商工業の笑顔から

No. 74



テーブルマーク株式会社
魚沼水の郷工場

工場長 吉岡 清史さん

テーブルマーク株式会社 魚沼水の郷工場

—おいしいパックご飯と冷凍うどんがここで作られています

越後三山を背に61,000㎡の用地に15,870㎡の工場が建築され、水の郷工業団地立地第1号として操業したテーブルマーク(株)を訪問しました。

吉岡工場長に案内された見学通路は120mあり、左側にパックごはん製造ライン、右側に冷凍うどん製造ラインをガラス越しに見学することができました。吉岡工場長から「この工場では、冷凍うどんを毎時21,000食、パックご飯を毎時6,000食作って、全国に出荷しているんですよ。」と説明があり、流れるように作られていく製品に圧倒されました。パックご飯はレンジでチンというイメージはありましたが、さとうどんは？「レンジでも、ナベで煮てもどちらでも短時間で簡単に調理できます。茹でるというより、解凍するイメージです。」

試食でいただいたうどんは、さっきまでコチコチの冷凍だったとは信じられな

いほどのコシがあり、おいしくいただきました。この夏は節電しながら、天ざるうどんでのりきる思いにかられました。

団体の見学の受け入れも始まり、取引先関係はもちろん、食品関係の団体・サークルの見学申込も好調とお聞きしました。「恵まれた魚沼の自然環境の中で作りだされる製造現場を見ていただきたい」と話す吉岡工場長。



工場見学の申込は、事前に「工場見学申込書」の提出が必要です。ご希望の方は、テーブルマーク(株)東京本社『お客様相談センター 03-3546-1932 (平日9時～18時)』まで、お問合せください。

Photosketch

うおぬま

6/5 これがよい歯だよ、せーの「いー！」 — 母と子のよい歯のコンクール



4回目を迎えた“母と子のよい歯のコンクール”。歯科健診を受け、参加した8組の親子のなかから“最もよい歯”とされた2組が選ばれました。

審査結果 最優秀賞 佐野琉生くん・由美さん親子
優秀賞 星航大くん・亜紀さん親子

6/9 学校林は一日にして成らず — 広神西小学校・学校林下草刈り



広神西小学校の6年生が、学校林の下草刈りを行いました。下草刈りは、所有している2か所の学校林を毎年交互に行うため、今回の学校林は2年ぶりの手入れとなります。この日の最高気温は約28℃。青々と生い茂る草を刈り始めると、生徒たちの額には大粒の汗が流れていました。

6/14 30年の歳月を越えて — 広神ダム竣工式



過去に氾濫を繰り返した和田川の治水及び農業用水の確保と水力発電を目的とした広神ダムの竣工式が行われました。建設により集団移転した旧菟畑地区の皆さんは、約30年の年月を振り返りながら、完成したダムを感慨深く見つめていました。

6/16 「人権を守ろう〜！」 — 小出中学校・人権擁護啓発運動



「人権を守ろう！」朝の挨拶に混じり、人権擁護のキャラクター・人KENまもるくん（人権をまもるくん）と生徒会役員の皆さんの声が、小出中学校の玄関前に響きました。登校する生徒たちも元気に挨拶を返し、チラシを受け取っていました。

6/26 素早く、そして正確に — 北魚沼地区支会ポンプ操法競技会



大雨のなかポンプ操法競技会が行われました。小型ポンプの部では小千谷市が優勝しましたが、ポンプ車の部では魚沼市消防団第7分団（湯之谷地区の一部）がみごと優勝しました。※第7分団は、小型ポンプの部でも準優勝となりました。

お知らせ版

2011
7/10

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

平成24年度採用 魚沼市職員採用試験

総務管理室／☎792-9203

魚沼市職員（消防）

- 定 若干名
 資 ・昭和62年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた方
 ・市消防本部から概ね1.5km以内に居住できる方
 内 第1次試験 9月18日（日）
 教養試験、作文試験、事務適正検査
 ≪試験会場≫ 北越高等学校 新潟市中央区米山
 第2次試験 10月下旬 面接試験、体力試験
 ≪試験会場≫ 魚沼市消防署（予定）

- 申 7月11日（月）から8月4日（木）までに（郵送の場合は、8月4日の消印有効）申込書を総務管理室（小出庁舎）へ提出してください。
 ※要綱等申込書は総務管理室及び市ホームページに掲載してあります。
 ■ 申込書及び詳しい試験案内の請求・提出先
 魚沼市役所 総務課 総務管理室
 〒946-8601 魚沼市小出島130-1
 他 申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「初級消防請求」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）を同封してください。

魚沼市職員（保育士、幼稚園教諭）

- 定 若干名
 資 昭和42年4月2日以降に生まれた方で、保育士及び幼稚園教諭の資格を有する方（見込みを含む）
 内 試験の期日 9月中旬頃（応募者に後日連絡）
 試験の内容 面接、作文試験
 ≪試験会場≫ 魚沼市役所小出庁舎
 申 7月25日（月）から8月16日（火）までに（郵送の場合は、8月16日の消印有効）申込書を総務管理室（小出庁舎）へ提出してください。
 ※要綱等申込書は総務管理室及び市ホームページに掲載してあります。

- 申込書及び詳しい試験案内の請求・提出先
 魚沼市役所 総務課 総務管理室
 〒946-8601 魚沼市小出島130-1
 他 申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「保育士等請求」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）を同封してください。

身体障害者を対象とした魚沼市職員（初級行政）

- 定 若干名
 資 ・昭和57年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた方
 ・介護者なしに事務職として職務の遂行が可能な方
 ・申込み時に身体障害者手帳の交付を既に受けている方
 ・活字印刷文による出題及び口述による面接試験に対応できる方
 内 ・第1次試験 9月18日（日）
 教養試験、作文試験、事務適正検査
 ≪試験会場≫ 北越高等学校 新潟市中央区米山
 ・第2次試験 10月下旬 面接試験
 ≪試験会場≫ 魚沼市役所小出庁舎（予定）

- 申 7月11日（月）から8月4日（木）までに（郵送の場合は、8月4日の消印有効）申込書を総務管理室（小出庁舎）へ提出してください。
 ※要綱等申込書は総務管理室及び市ホームページに掲載してあります。
 ■ 申込書及び詳しい試験案内の請求・提出先
 魚沼市役所 総務課 総務管理室
 〒946-8601 魚沼市小出島130-1
 他 申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「初級事務」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）を同封してください。

くらし

「冷蔵倉庫用」家屋をお持ちの方はご連絡ください
 税務室／☎792-9751

固定資産評価基準の改正により、平成24年度の固定資産税から「冷蔵倉庫用」の家屋について、一般の倉庫に比べて評価額が早く減少する計算が適用されます。つきましては、「冷蔵倉庫」を所有している方は、ご連絡をお願いします。現地確認後に、平成24年度の固定資産税に反映いたします。

【「冷蔵倉庫用」家屋とは】

- ・構造が非木造であること
 - ・建物自体が冷蔵倉庫であるもの（常温の家屋にプレハブ式の業務用冷蔵庫を設置している場合は該当となりません）
 - ・倉庫の保管温度が10℃以下に保たれていること
 - ・事務所等と複合している家屋については、冷蔵倉庫部分の床面積が50%以上であること
- ※また、同様に「冷凍倉庫」をお持ちの方もご連絡をお願いします。

自然エネルギーを使った取組に対する助成について

環境対策室／☎792-9766

- ①魚沼市小水力発電導入モデル事業
 内 小水力発電設備の設置費用の一部を、補助率3/4、50万円を限度として助成します。
 ・「小水力発電」とは、水路等で発電する小規模（出力10kW未満）な発電設備のことです。
 ・地域で活用する取組を優先します。
 対 市内に居住する個人及び法人、団体、自治会
 ②魚沼市新エネルギー等利用技術開発支援事業
 内 新エネルギー等を利用した技術開発を行う者に対して開発に要する経費の一部を、補助率3/4、100万円を限度として助成します。
 ・新エネルギーとは、雪氷熱利用やバイオマス燃料など、再生可能な自然エネルギーです。
 対 市内に事業所を有する中小企業者及び団体
 共通事項
 ☒ 8月5日（金）
 問 環境対策室

【夏の交通事故防止運動】 7月22日（金）～7月31日（日） スローガン“暑い夏 ゆとりとマナーで 防ぐ事故”
 運動の重点 ●飲酒運転の根絶 ●居眠り・疲労運転の追放 ●シートベルト・チャイルドシートの着用徹底

魚沼市新消防庁舎建設基本計画の変更に伴う
 市民説明会を開催します

消防本部 消防総務室／☎792-0765

- 会場①7月19日（火）19：30～
 守門開発センター（須原）
 ②7月20日（水）19：30～
 入広瀬生活改善センター（穴沢）
 ③7月22日（金）19：30～
 消防本部（日渡新田）

- 内 ○基本計画の変更
 渋川出張所の建設用地を渋川地内から長島地内（守門自然休養村センター敷地内）に変更し、名称を「上条出張所（仮称）」とするものです。また、概算事業費を一部変更します。
 問 消防本部 消防総務室

市内中小企業の皆さんへ
 魚沼市融資制度について

商工振興室／☎792-9753

東日本大震災の影響により、経営に支障をきたしている市内の中小企業の皆さんが経営基盤強化や経営の健全化に必要な資金を円滑に調達できるよう新たに創設した支援制度です。

【魚沼市中小企業緊急経済対策信用保証料補給事業】

- 対象融資
 ①新潟県セーフティネット資金（経営支援枠）
 「震災対応要件」
 ②新潟県事業再生資金「借換支援要件」
 ○信用保証料
 ①に係る信用保証料のうち300万円まで100%補給、300万円超4,000万円まで50%補給
 ②に係る信用保証料のうち300万円まで50%補給、300万円超5,000万円まで25%補給
 ※ただし、平成24年3月までに貸付実行となった当該融資のみ補給

【魚沼市中小企業緊急経済対策利子補給金事業】

- 対象融資：新潟県セーフティネット資金（経営支援枠）「指定業種要件」
 ○利子補給率：100%
 ○補給期間：貸付実行から1年間
 ※ただし、平成24年3月までに貸付実行となった当該融資のみ補給

パスポートの申請はお早めに

市民生活室／☎792-1112

8月は旅券（パスポート）の申請窓口が大変混み合いますので、お早めの申請をおすすめします。

○窓口 小出庁舎 市民生活室

○旅券の申請・受取時間

月～金曜日 8:30～17:00まで

※土・日・祝日は休みです。

☎ 申請から交付までは、土・日・祝日を除き10日間ほどかかります。

原付免許取得講習

魚沼市交通安全協会／☎792-5275

☎ 7月10日（日）、7月31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。

☎ 本人の本籍記載の住民票

☎ 魚沼市交通安全協会 担当：内田

緑の募金のお礼

農地室／☎799-4603

4月1日から5月31日まで取り組みをしていた「緑の募金」につきまして多額の募金が集まりました。

募金総額 5,120,584円

この額は、1世帯あたり約380円、1人あたり約120円となります。

募金の使途は地域・学校の緑化活動や東日本震災地域の森林復興、緑化などの支援事業に使われます。

ご協力ありがとうございました。

平和の祈り鶴のお礼

生涯学習室／☎794-6073

5月16日から6月3日まで募集しました「平和の祈り鶴」ですが、市民の皆様から11,630羽、市内中学校生徒から1,240羽、計12,870羽が寄せられました。

多くの市民の願いが込められた折り鶴は、市職員らの手により千羽鶴に仕立てられ、代表生徒が広島市平和記念公園内にある「原爆の子の像」へ捧げます。ご協力ありがとうございました。

【7月～9月は夏の省エネキャンペーン実施中です】電力ピークカット15%大作戦にご協力ください。

大型不用品の仲介を行います

新潟県魚沼市消費者協会

☎ 7月17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）

○取扱物品

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ぬ。）

○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。

☎ 市民相談センター ☎792-8844

☎ 次回の日程は9月18日（日）です。

当協会では会員を募集しています。活動に関心のある方は魚沼市消費者協会へご連絡ください。

破間川ダム・広神ダム見学会参加者募集

魚沼地域振興局 地域整備部

☎ 7月23日（土）9:00～15:30

受付 魚沼地域振興局（大塚新田）

1Fロビー 9:00～9:10

☎ 破間川ダム、広神ダム（バスで移動）

☎ 破間川ダム及び広神ダムの施設見学

☎ 昼食、飲み物、動きやすい服装、靴、雨具等

☎ 無料

☎ 30名（先着順）

☎ 7月19日（火）

☎ 魚沼地域振興局 地域整備部

治水課河川・ダム管理担当 ☎792-5895

ジョブカフェうおぬまオープン

☎ 7月22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

☎ 7月21日（木）

☎ ジョブカフェながおか ☎0258-38-6181

☎ http://www.niigata-jobcafe.jp/

八海山ロープウェイ魚沼市民特別割引

観光振興室／☎792-9754

越後三山のひとつ「霊峰八海山」の四合目まで登れる「八海山ロープウェイ」を、魚沼市民の方は特別割引にてご利用いただけます。大河ドラマ「天地人」でも紹介された「霊峰八海山」から、魚沼市を眺めてみてはいかがでしょうか。

☎ 7月16日（土）～11月20日（日）まで

☎ 南魚沼市 八海山ロープウェイ

☎ 専用優待券に住所等の必要事項を記入し、ロープウェイチケット売場まで持参ください。

・専用優待券は各市民センターでお求めください

・1枚につき5名様までご利用可能

☎ 大人 1400円（通常1800円）

小学生 700円（通常900円）

☎ 八海山ロープウェイ（六日町八海山スキー場）

☎ 025-775-3311

安心・安全**夏山の山岳遭難事故防止**

市山岳遭難防止対策協議会／☎792-9214

夏山シーズンとなりました。『登山の事故は自己責任』であることを認識して、楽しく安全な登山を心がけましょう。

◆登山計画書の提出を

登山計画書はもしもの時の命綱です。登山計画書を登山口にある登山カード箱に提出しましょう。

◆体力・技術にあった山選びを

メンバーの経験、体力等を考慮しましょう。

◆携行品の充実を

事前点検、取扱方法の習熟に努めましょう。

◆熱中症対策は万全に

服装、水分補給などに注意しましょう。

◆夕立・雷への注意を

雷雲は午後が発生しやすいため、早めの行動計画を立てましょう。

◆状況判断を的確に

体調や天候によっては、途中での下山を判断する勇氣を持ちましょう。

◆通信機器の携行を

無線機、携帯電話を携行しましょう。

◆万一のために

山岳保険に加入しましょう。

職員等の募集**社会福祉法人魚沼福祉会正職員募集**

介護福祉室／☎797-2362

【職種】

・看護職員、介護職員それぞれ5人程度

【資格】

・社会福祉に関心を持ち、明るく健康な方

・看護職員は、看護師若しくは准看護師の資格

・介護職員は、平成21年3月～平成24年3月に大学、短期大学、専門学校等を卒業あるいは卒業見込みの方（資格不問・経験不問）

・普通自動車運転免許（取得見込を含む）

【試験】

・1次試験 8月21日（日）筆記試験

≪試験会場≫特別養護老人ホーム美雪園

・2次試験（面接）は、1次試験合格通知にて案内

【採用時期】

平成24年4月以降

【勤務場所】

・特別養護老人ホーム美雪園（和田）

・特別養護老人ホーム寿和ホーム（大栃山）

・特別養護老人ホームうかじ園（徳田）

・特別養護老人ホームあぶるま苑（須原）

・デイサービスセンターひまわり（新保）

・美雪園訪問看護ステーション（井口新田）

☎ 特別養護老人ホーム美雪園 ☎799-3000

履歴書（表面上部に「魚沼福祉会看護職員職員採用試験受験希望」または「魚沼福祉会新卒・既卒者職員採用試験受験希望」と記入）を提出

【申込受付期間】7月1日（金）～8月10日（水）

☎ 特別養護老人ホーム美雪園

**毎月22日は『禁煙の日』
スワンスワン（吸わん吸わん）で禁煙を！**

健康増進室／☎797-4803

毎月22日は「22」を白鳥（スワン）が2羽寄り添う姿と重ね合わせ、スワンスワン（吸わん吸わん）で「禁煙の日」としています。2羽寄り添う白鳥のように、一人で我慢をする禁煙ではなく、専門の医師、家族、友人などのサポートを得て禁煙に取り組んでいただきたいという願いが込められています。

今月の22日から『禁煙』をはじめませんか？

毎月
22
禁煙の日

健康・福祉

父子家庭のお父さんへ

子育て支援室／☎797-4801

昨年8月の法改正により、父子家庭も児童扶養手当の対象となります。申請していない方は、子育て支援室までご連絡ください。

(ただし、資格要件が有りますので、受給にならない場合があります。)



障害年金の児童加算を受給しており、夫婦でお子さんを養育・監護している方へ

子育て支援室／☎797-4801

平成23年4月から、障害年金の児童加算の取り扱いが変わり、児童扶養手当と比べて有利な方を選択できるようになりました。年金事務所等からお知らせがあったと思いますが、今一度ご確認ください、不明な点は、子育て支援室までご照会ください。

なお、平成23年3月以前から障害年金の児童加算を受給されていた方は、平成23年7月末までに児童扶養手当の新規認定申請が受理された場合には、4月に遡って認定される場合がありますので、至急ご連絡をお願いします。

長岡療育園 発達講座

長岡療育園／☎0258-46-6611

日 8月6日(土) 13:30~16:20

場 長岡リリックホール シアター
(長岡市寺島町315番地)

内 【講演1】「気をつけよう、薬の副作用」
講師：長岡療育園副園長 吉川秀人さん

【講演2】「これからの重症心身障害児・者支援のあり方」
講師：長岡療育園園長 小西徹さん

対 どなたでも 事前申込み要

料 無料

定 450人

日 7月30日(土)

他 保育預かり有

申 長岡療育園発達講座担当 古市・刀根

入広瀬地域老人福祉大会

介護福祉室／☎797-2362

日 8月26日(金) 9:00~12:15(予定)

場 入広瀬スポーツセンター

内 式典、アトラクション

対 平成23年3月31日現在で満70歳以上の入広瀬地域在住の方

申 福祉保健課介護福祉室(守門庁舎)

各庁舎市民センター

魚沼市社会福祉協議会(入広瀬支所)

入広瀬地区の老人クラブ役員

入広瀬地区老人クラブ事務局(入広瀬保健センター)

他 対象の方にご案内しますので、参加ご希望の方は申込みください。

湯之谷地区高齢者と園児の交流会

魚沼市社会福祉協議会

日 8月2日(火) 10:00~13:00

場 湯之谷老人福祉センター

内 つくし保育園児との交流

対 65歳以上の1人暮らしの方

料 300円

日 7月20日(水)

申 社協湯之谷支所 ☎792-5252

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 白寿表彰者調査

堀之内地区老人クラブ連合会／☎794-4300

内 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。該当する方はお申込みください。

対 白寿(99歳)

明治45年(大正元年)4月1日~大正2年3月31日の間に生まれた方

日 7月29日(金)

申 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

2011 小出まつり

民謡流し参加団体募集

日 8月27日(土) 19:00~

内 小出まつりの最後を飾る民謡流しへの参加団体を募集します。ふるってご参加ください。

場 小出本町・上町通り

申 小出まつり協賛会(小出商工会館内)

☎792-2124

日 8月5日(金)

演芸大会出場者募集

○アマチュアバンドライブ

日 8月25日(木) 18:00~18:50(第一部)
20:00~21:00(第二部)

内 軽音楽等の演奏発表

場 清水川辺神社 境内特設ステージ

定 4組(応募者多数の場合、抽選)

申 ハーモニーランド ☎792-2006

日 8月5日(金)

○芸能発表会

日 8月27日(土) 19:00~21:00(予定)

内 唄、踊り、演芸、演奏など

場 清水川辺神社 境内特設ステージ

定 6組程度(応募者多数の場合、抽選)

申 文化振興室 ☎792-8811

日 7月31日(日)

石川雲蝶パネル展

魚沼市観光協会／☎792-7300

期 7月1日(金)~22日(金)

公開時間 9:00~18:00

※初日は13:00公開、最終日15:00終了

場 奥只見郷インフォメーションセンター2階
(道の駅ゆのたに 隣)

内 西福寺開山堂、永林寺に多く残されている、越後のミケランジェロと呼ばれた「石川雲蝶」の作品をパネルでご紹介します。

中越各地に残された作品もパネルで展示していますので、この機会にぜひご覧ください。

料 無料

打ち上げ花火募集

小出まつり協賛会(小出商工会館内)

／☎792-2124

日 8月26日(金) 19:30~

場 青島大橋上流左岸堤防(小出地域)

内 今年も小出まつり花火大会の季節がやってきました。お子さん、お孫さんの誕生、結婚記念、お祝い等、皆様の大事な記念日に夏の終わりを彩る花火を上げてみませんか?

料

区分	価格(税込)	適用
5号玉	10,700円	(単発不可)
7号玉	22,500円	—
尺玉	48,000円	—
スターメイン	150,000円以上	—

申 小出商工会(児玉・大桃) ☎792-2124

日 7月29日(金)

*小出地区の市民の皆様には、後日囃子員さんを通じて「市民花火」寄付金をお願いさせていただきます。ご協力をお願いします。



やいろの里・なないろ 夏まつり

やいろの里・なないろ

日 7月23日(土) 16:00~18:00

場 やいろの里 作業棟協駐車場

(雨天時：やいろの里体育室)

内 利用者による余興、カラオケ、模擬店等

※14:30~15:45に玄関前にて4月から新たに開所した「なないろ」のクッキーと作業班の製品や大豆等の販売を行います。

〒946-0036 岡新田 300-3

魚沼地域福祉会 障害者支援施設やいろの里
多機能型事業所なないろ

☎792-6123

魚沼市写真協会会員 写真展

魚沼市写真協会

- 日 7月10日(日)～8月7日(日)
- 場 小出郷文化会館 2階 ロビー
- 問 市写真協会会長・桜井 ☎794-3815

“日本の青空”上映会

魚沼九条の会

- 日 7月24日(日) 14:00～16:10
- 場 小出郷福祉センター ホール
- 内 今の憲法が作られるとき、日本人の手による「憲法草案」が手本になりました。この史実を掘り起こして映画化したものを上映します。
- ¥ 前売り800円 当日1,000円
高校生以下 前売り400円 当日500円
- 問 事務局：大平 ☎792-2744 (18:00以降)
- 他 後援：魚沼市

うおぬま森の学校 特別授業

夏休みの工作に挑戦

NPO法人魚沼交流ネットワーク

- 日 8月6日(土) 9:00～11:30
8月12日(金) 9:00～11:30
8月20日(土) 9:00～11:30 計3回
- 場 自由空間『つなごて』(旧まつばら玩具店) 魚沼交流ネットワーク事務所内(本町1-2)
- 内 木のパーツで動物や鳥を作成し1つの作品を完成させます。お子様の夏休みの課題や、夏の思い出作りに最適です。
1日目…台座とパーツ作り
2日目…パーツを組み立て
3日目…動物たちを配置させる
- 定 10名
- ¥ 1,500円(材料費等)
- 講 うおぬま森の学校
- × 8月2日(火)
- 申 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】
- 他 ・事前に保険に加入します。
・小学3年生以下の参加者は保護者同伴でお願いします。



うおぬま夏の雪まつり

観光振興室/☎792-9754

- 日 7月30日(土) 10:00～
7月31日(日) 10:00～
- 場 銀山平キャンプ場特設会場
- 内 魚沼の自然を満喫できる一大イベント

【イベントメニュー】

全日本水鉄砲大会、雪山でのソリ遊び、折立6人餅つき、カヌー、遊覧船、魚のつかみどり、釣り堀り体験、木工体験、荒沢岳万年雪ハイキングなど盛りだくさん!

- H <http://www.yunotani.com/>
7月30日(土) 19時から尾瀬三郎供養祭も開催。
美しい湖上花火と灯ろう流しをお楽しみください。

大力山遊歩道まつり

小出公民館干溝地域分館
干溝町内会・干溝生産森林組合

- 日 7月18日(月・祝) 雨天決行
- 場 干溝 大力山(505m)等の登山
コースごとに下記のとおり集合してください。

コース名	集合場所	集合時間
大滝口(健脚コース)	干溝集落センター	5:45
大浦開山堂口	大浦開山堂口	7:30
葎沢口	城山トンネル北 200m	8:30
宝泉寺口	宝泉寺口	9:30

- ※各コースとも12時ころ宝泉寺口に下山予定
- 他 下山後、干溝町内でバーベキュー大会を実施
- ¥ 大人1,500円 子ども300円
- 申問 干溝生産森林組合 樋口 ☎792-1947

小出郷文化会館
☎792-8811

**JFBスタジオかむろ真鶴
ダンスフェスティバル**

- 日 7月24日 開場 15:30
開演 16:00
- 場 小出郷文化会館 大ホール
- ¥ 1,890円
- 問 ☎0258-33-5013

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

エコ・ミュージアム見学バスを運行します

- 浅草山麓エコ・ミュージアム/☎798-4141
- 内 「エコ・ミュージアムは知っているけど遠い。行ってみたいけど交通手段がない。子どもだけだから行けない。」という方のために、見学バスを運行します。(約1時間半程度の見学ツアーです)
- 日 7月27日(水) 11:15発(堀之内庁舎)
18:00着(堀之内庁舎)
※市役所の各庁舎を停留所として経由します
- 対 どなたでも
(ただし小学生未満の場合、保護者同伴)
- 定 8名(要予約)
- ¥ 無料
- × 7月22日(金)
- 持 山道を歩ける服装
- 申 浅草山麓エコ・ミュージアム
- 他 参加者には、追って詳細をご連絡します。路線バスではありませんので、運行時間や停留所が変更される場合があります。



公民館講座の案内

	堀之内公民館 堀之内分館	伊米ヶ崎公民館		湯之谷公民館		
	夏休み 竹とんぼづくり教室	バルーンアート教室	子ども料理教室	「夏」の絵を描こう!	カিজジュウを作るか オブジェを作るか?	夏休み陶芸教室
内	小刀を使って、竹とんぼ作りに挑戦します。	風船でお花などを作ります。	ライスピザ・卵のスープ・手作りドレッシングサラダ	「夏」をテーマにした 絵画教室です。	工作教室	粘土で箸置きと小物 入れを作り、絵を描 きます。
対	どなたでも	小学生～大人まで (親子でもどうぞ)	小、中学生	小、中学生	小、中学生と保護者	小、中学生と保護者
日	8月7日(日) 9:30～11:00	7月28日(木) 13:00～15:00	8月1日(月) 10:00～13:00	8月5日(金) 9:00～11:00	7月30日(土) 9:00～11:00	7月27日(水) 19:00～21:00
場	皇大神宮社務所 (堀之内)	伊米ヶ崎公民館 大会議室	伊米ヶ崎公民館 (人数が多い場合は伊 米ヶ崎小学校)	湯之谷世代間交流施設(湯之谷中学校隣)		
講	御嶽山遊会	魚沼マジック・ラブ	井上順子さん(佐梨)	覚張朋美さん		湯之谷 陶芸サークル会員
¥	無料	500円	400円	500円	500円	800円
定		50人	—	15人	15人	15人
持	—	—	三角巾・エプロン・ ごはん(茶碗1杯分)	水彩絵の具と筆、また はクレヨン、内履き、 筆記用具	内履き、筆記用具	内履き、タオル、 エプロン
×		7月21日(木)	7月25日(月)	8月1日(月)	7月25日(月)	7月22日(金)
申	事前申込み不要 堀之内公民館 堀之内分館 ☎794-6026	伊米ヶ崎公民館 ☎792-0082 平日9:00～16:00		湯之谷公民館 ☎792-0530 平日13:00～19:00		
他	いきいき県民カレッジ登録講座です。					

うおぬまわくわくキッズ エコクッキング①

NPO法人魚沼伝習館

- 日 7月31日(日) 9:30～14:00頃
- 場 月岡公園キャンプサイト
- 内 空の下での野外調理。水や火・材料などを節約しておいしく作るにはどうしたらいいかな? エコクッキングにチャレンジしてみよう!
- 対 保育園年長～小・中学生とその家族
- 持 汚れても良い服装(サンダル不可)・タオル・軍手・帽子(参加者には詳しくお伝えします)
- ¥ 800円 ※活動費と保険料を含みます
- 定 30人
- 他 小雨決行
- × 7月28日(木)
- 申 NPO法人野外教育学修センター魚沼伝習館
☎025-777-5042

0～3才向け だっこでおはなし

小出郷図書館/☎792-0337

- 日 7月22日(金) 10:30～
- 場 小出郷図書館 おはなしのへや
- 内 お子さんをひざに抱っこして、絵本や手遊びを楽しみましょう。絵本「ひまわり」「あかちゃんはいい」、「うみへいくピン・ポン・バス」、「お月さまってどんなあじ」などを 읽みます。

簡単・楽しい男性の料理教室

小出北部公民館/☎792-5336

- 日 7月20日(水) 10:00~13:00
- 場 小出北部公民館 調理室
- 内 夏バテ知らず!! パワフル男の元気料理
- 対 市内在住の男性
- 講 魚沼市食生活推進委員
- 料 500円
- 持 エプロン 三角巾 筆記用具
- 定 先着15人
- 期 7月15日(金)
- 申 小出北部公民館 ☎792-5336 (平日9:00~16:00)

図書館夏休み行事

夏休み工作教室 Part 1
はこからニョキニョキ

広神図書館/☎799-3227

- 日 8月6日(土) 10:00~11:00
- 場 広神コミュニティセンター3階 講堂
- 対 小学生以下
- 定 30人
- 料 100円(当日徴収します)
- 持 はさみ、カラーペン(図書館でも用意します)
- 期 7月24日(日)

夏休み工作教室 Part 2
風にはためく大きなのれんを作ろう!

小出郷図書館/☎792-0337

- 日 8月7日(日) 10:00~11:00
- 場 小出郷図書館
- 対 小学生以下
- 定 30人
- 料 100円(当日徴収します)
- 持 油性のカラーペン(図書館でも用意します)
- 期 7月24日(日)



スポーツ

魚沼市民スポーツフェスティバル
バスケットボール大会

- 日 7月31日(日)
- 場 小出郷総合体育館 ほか
- 資 申込は5人以上
男女の区別なし 混合チームも可
- 料 1チーム5,000円
- 期 7月21日(木)
- 申 魚沼市バスケットボール協会
担当:和田
☎090-4600-4840



おはなしがいっぱい スペシャル~夏祭り~

小出郷図書館/☎792-0337

- 日 7月23日(土) 11:00~11:50
- 場 湯之谷児童館 2階(つくし保育園隣)
- 内 絵本「たなばたプールびらき」、「10ぴきのかえるのたなばたまつり」、大型絵本「だるまさんが」、紙芝居「そんごうだいかつやく」、工作「ブーメラン」をやります。ブーメランを作ったあと、みんなで飛ばしましょう!

夏休みアニメ上映会 Part 1

広神図書館/☎799-3227

- 日 7月27日(水) 19:30~20:30
- 場 広神コミュニティセンター3階 講堂
- 内 「せなけいこおぼけビデオ①」、「はらぺこのおおかみとぶたのまち」、「にじいろのさかなとおおくじら」
- 対 どなたでも(小学生までは保護者同伴)
- 料 無料(申込不要)

夏休みアニメ上映会 Part 2

小出郷図書館/☎792-0337

- 日 8月3日(水) 19:30~20:30
- 場 小出郷図書館
- 内 「ジャッキーのおたんじょうび」、「ぶたくんと100ぴきのおおかみ」、「きんぎょのトトとそらのくも」
- 対 どなたでも(小学生までは保護者同伴)
- 料 無料(申込不要)

8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〉23日(火)8月生まれをみんなで祝いましょう *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〉24日(水)8月生まれをみんなで祝いましょう 〈年齢別開放日〉 10日(水)2歳以上の日 みんなであそぼ! 17日(水)2歳未満の日 みんなであそぼ! *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、5水曜日は通常通り開放します。 ※8月13日(土)9:00~11:30まで広場を開放します。 10:45ごろから「親子ふれあいタイム:みんなであそびましょう!」を行います。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	12日(金) 10:00~11:15	親子ふれあい遊び
入込瀬保健センター	19日(金) 10:00~11:15	親子ふれあい遊び

*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。

8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	18日(木)		小出子育て支援センター	H23年4月生
1歳6か月児	3日(水)	13:00~13:15	湯之谷保健センター	H22年1月1日~20日生
	24日(水)			H22年1月21日~31日生
3歳児	10日(水)			H20年8月1日~16日生
	31日(水)			H20年8月17日~31日生
2歳児歯科	23日(火)	13:15~13:30		H21年8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・1歳歯みがき教室・妊婦、乳幼児健康相談は8月は実施しません。くわしくは、こども健康カレンダーでご確認ください。

7月 16日~31日 行事カレンダー

16 土	
17 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) 日曜なんでも相談会・要予約(8:30/市民相談センター) わくわくキッズ川遊び(9:30/佐梨川上流) リサイクルハウス(13:00~15:00/エコプラント隣)
18 月	
19 火	
20 水	年金相談日(10:00~15:00/小出商工会館) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258-88-0006 勇気づけ子育てのつどい (10:00~12:00/青島みんなの家) ブックスタート(13:00/小出子育て支援センターぱびぷ)
21 木	プラネタリウム定期投影(19:00/堀之内公民館)
22 金	ジョブカフェうおぬま(10:00/小出郷福祉センター) だっこでおはなし(10:30/小出郷図書館)
23 土	ブックスタート(10:00/広神図書館) おはなしがいっぱいスペシャル(11:00/湯之谷児童館)
24 日	農業委員会臨時総会(小出庁舎) 日本語教室(お茶の作法)(10:00/堀之内公民館) JFBスタジオかむろ真鶴 ダンスフェスティバル (16:00/小出郷文化会館大ホール)
25 月	
26 火	
27 水	
28 木	第4回農業委員会総会
29 金	魚沼映画の専門店 Vol. 9 8 「シチリア!シチリア!」 (19:00/小出郷文化会館小ホール)
30 土	うおぬま夏の雪まつり(10:00~/銀山平特設会場) 魚沼映画の専門店 Vol. 9 8 「シチリア!シチリア!」 (①10:00②14:00③19:00/小出郷文化会館小ホール)
31 日	わくわくキッズエコクッキング(9:30/月岡公園) うおぬま夏の雪まつり(10:00~/銀山平特設会場) 魚沼映画の専門店 Vol. 9 8 「シチリア!シチリア!」 (①10:00②14:00/小出郷文化会館小ホール)

各種相談等

法律相談等

無料法律相談会

新潟県商工会連合会
商工業者を対象とした弁護士による個別法律相談会を開催します。秘密は厳守します。

- 日 7月22日(金) 10:00~12:00
- 場 堀之内商工会
- 内 相談時間は、1件30分程度です。
- 申 堀之内商工会(☎794-2433)へ電話で予約してください。

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、7月27日（水）までに応募してください。

Q テーブルマーク株式会社水の郷工場で製造されている主力商品は、パックごはん、次のうちどれでしょう？

- A ① 冷凍ラーメン
② 冷凍うどん
③ 冷凍ごはん

先月号の正解は、③地デジカでした。正解者は25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】
須田 羽月、椋沢 大輔、小山 サツ、山之内宣弘、佐藤 悠冨
【映画ペアチケット】
齊藤 悠馬、田中 里奈、富永 弘子、櫻井 綾香、和田よう子

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
会津からの帰路に只見線を利用しました。長旅に備えて本を用意しましたが、車窓からの変化に富んだ溪谷美について見入ってしまい、気がつけば終着駅。来月8月で全線開通40周年を迎えるこのローカル線が、人々の青春や旅の思い出を作りながら、これからの時代も変わらずに、元気に走り続けてくれることを願っています。(T)

『うおぬま英語村』がオープン

今年から、小学校5・6年生の授業で、「外国語活動」が正式にスタートしました。そこで、魚沼市では外国の人と一緒に野外活動をしながら英語に触れ、英会話をする喜びを知ってもらおうと、市内の小学6年生を対象とした「うおぬま英語村 in エコミュージアム」(希望制)を8月に開催することにいたしました。

教室を離れ、浅草山麓の緑の中で自然学習やクラフト作業など、魚沼の豊かな自然を教材にして、英語によるコミュニケーションを楽しもうというものです。市内の児童と一緒に活動することで、他校との交流が深まることも期待しています。

かつては考えられなかった、小学校での英語の授業がカリキュラムに加えられたことに、時代の変化を感じさせられます。

今年、「うおぬま英語村」実施の初年度であるため、日帰りでの開催となりますが、将来は合宿をしながら学べる教室にしていきたいと考えています。

魚沼市長 大平 悦子

文化財散歩 No.33

市指定文化財の新保の板碑を紹介します。

●考古資料 新保の板碑／新保地内

新保の板碑は、広神地区の新保にあります。

建てられた時代は不明ですが、川原石を使った越後特有の板碑で、碑面に種字(梵字)で「サ」と「孝子敬白」と刻まれています。

板碑は、正式には板石塔婆や青石塔婆と呼ばれ、お寺にある卒塔婆と同じく追善供養(生きている者が、先に亡くなった者のために功德を積み、その功德を亡き霊に振り向けることで冥福を願うこと)のために建てられるものです。

碑面の「サ」は聖観音菩薩を意味し、「孝子敬白」とあることから亡くなった親の供養に建られたものと思われます。

※よみがなは、諸説ありますのでこれに限りません。



新保の板碑

ひとのうごき (5月21日～6月20日届出分)

※窓口に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】 相馬 快史 弘樹・ひとみ 魚野地	【湯之谷地域】 北原 樹葉 聡・樹理 大下 片桐明日香 利行・弘美 上ノ原 鈴木 海翔 和・美保子 上ノ原
【小出地域】 森山 瑞基 敬三・恵美子 小出稲荷町二 小島 月菜 秀彦・由美子 大塚町 佐藤みこと 豊・朋子 小出旭町 渡辺 優雅 俊彦・真梨 青島東 田澤香里奈 家一・有子 青島中 池田 智基 充・静江 大河原一	【広神地域】 佐藤 凜夏 健・寿美子 金ケ沢 【守門地域】 佐藤 彩来 隼人・飛鳥 大谷内 吉田 鈴人 尚樹・倅 西名新田

ごめいふくをお祈りいたします

【堀之内地域】 太田キノイ 堀之内本町 99歳 宮崎 三郎 山ノ手町二 86歳 中村 千宏 大石二 33歳 山田 熊一 立 93歳	山之内行平 並柳 81歳 星野 正利 並柳 82歳 加藤 幸枝 並柳 89歳 小林 健喜 中島 61歳 櫻井 實 中家 78歳
【小出地域】 小幡 四郎 諏訪町 82歳 高松 セツ 諏訪町 105歳 神保 満雄 小出東町一 64歳 小川 昌二 南本町 77歳 長谷川順二 羽根川一 62歳 瀧澤 ウメ 向山 84歳 櫻井 實 青島上 87歳 田口 セツ 青島上 95歳 井口 コト 青島上 90歳	【守門地域】 五十嵐純一 西村 79歳 内山 フサ 大谷内 92歳 穴沢 賢司 東野名 82歳 櫻井 貞市 西名 93歳 佐藤 春美 高倉 69歳 【入広瀬地域】 花澤 征一 穴沢 83歳 大竹 敏彦 平野又 68歳

【湯之谷地域】 藤岡 幸恵 上ノ原 86歳 富永 トミ 吉田 86歳 初井 清子 大下 65歳	【人口】 男 20,038人 (-20) 女 20,939人 (-31) 計 40,997人 (-51)
【広神地域】 佐藤 秀夫 金ケ沢 75歳 松田 義男 小平尾 70歳 馬場 キヨ 並柳 87歳	【世帯数】 13,501世帯(-3)

東日本大震災 魚沼市への避難、支援情報

■二次避難所 (6月29日現在)	■義援金等 (6月29日現在)
・公営住宅 8世帯 21人	・義援金 (6/1～6/29 取りまとめ・第4回送付分)
・教員住宅 1世帯 2人	918,528円 (累計額 15,610,993円)
・空き家 2世帯 4人	・寄付金 (6月29日現在)
・二次避難所以外(親類宅等)	累計額 個人5人、4団体: 3,780,000円
6世帯 11人	

【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

「あよつとひとこと」は、震災情報の掲載によりお休みしています。

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)
春柔れば咲くものと決め名も知らず
見ていた花が二輪車と知る

好物は「かりんとう」なりきつぱりと
禁煙をして一年になる

甲高き声撒きながら一列に
並び園児ら春の道行く

■四季の声(小出地域)
卯の花や 孫も曾孫も 誕生月
村中で 祝う六月の 花嫁さん

■湯之谷俳句会(湯之谷地域)
抜く太刀に心静めん春もあり
身の丈で生きて還暦草萌える

松井 君子
本多 義夫
星 京子
佐藤 龍

■白虎社(湯之谷地域)
来し方をふり返るなり父の日に

父の日や父亡き我が画く爺の顔
須佐いさお

■広神俳句会(広神地域)
苗群が私買つてと云いたげに
酒井富三子

■公民館俳句教室(入広瀬地域)
春疾風もののみごとに庭を掃く
今井 ヨネ
本多 義堂

蕃藤園や散策ひとの女な優し
直向きに蟻の越えゆく筈

碑の文字も淡し卯の花腐しかむ
大鳥 典子

■守門文芸友の会(守門地域)
永仏やただいま孫は反抗期
大鳥 セツ

川柳「太陽」
別けへだて無く太陽暖かし
佐藤 千仙

東北の大地震の映像に
目を被ひたり涙がにじむ
湯本 豊作

今月は、須原小学校の児童の作品です。



3年 星野光希さん
「おそうじロボット」

6年 田野辺幹太さん
「針金スカイツリー」



さわらの南蛮漬け (主菜)



材料 (4人分)

さわら	4切れ	しょうゆ	大さじ2.5	
A	しょうゆ	大さじ1	酢	大さじ3
	酒	大さじ1	酒	大さじ3
	片栗粉	適量	みりん	大さじ3
サラダ油	適量	だし汁	1カップ	
玉ねぎ	1/2個	赤とうがらし (小口切り)	1本分	
セロリ	1本	砂糖	大さじ2	
		粗びき黒こしょう	少々	
		アスパラ	4本	

作り方

- ①さわらは、1切れを半分にし、Aをからめて5分おき、片栗粉を薄くまぶす。玉ねぎは薄切りにする。セロリは筋を取り斜め薄切りにする。
- ②鍋にBを入れて煮立て、ボールに入れる。
- ③フライパンに多めのサラダ油を入れ中火で熱し、さわらを入れて4分ほどかけて揚げ焼きにする。
- ④③を熱いうちに、②の調味液に入れる。玉ねぎ、セロリも加えて10分ほどおいて器に盛り、黒こしょうをふる。
- ⑤アスパラはゆでて、斜めに切り④に添える。

魚は油で揚げて熱いうちに調味液に漬けることで、味が染込みます。漬ける時間が短いほど薄味に仕上がります。この料理は1人分の塩分2.3gです。薄味で素材の味を楽しみましょう。塩分の成人の1日のめやすは、男性9g、女性7.5gです。

エネルギー 277kcal たんぱく質 18.4g
脂質 10.9g 炭水化物 20.1g 塩分 2.3g

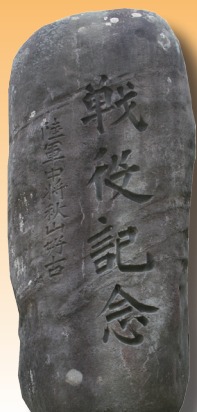
魚沼市食生活改善推進員協議会

NHKドラマ 「坂の上の雲」 登場の偉人

あきやまよしふる 秋山好古の石碑が発見されました!

一竜光・天満天神社

この石碑は、日露戦争時に竜光地区から23名が出征し、全員生還したことを祝い、当時の陸軍高田第13師団長の秋山好古の揮毫で、1914年に戦役碑として竜光の天満天神社に建立されました。好古揮毫の戦没碑は全国にあります。戦役碑は大変めずらしく、東日本唯一とされています。6月10日に好古の石碑研究家の神田勝郎さん(新潟市)と仙波満夫さん(愛媛県松山市)が調査に訪れ、その貴重さについて語ってくれました。今年12月に第3部が放映される「坂の上の雲」。ドラマをより深く楽しむために、竜光の天満天神社を訪れてみませんか?



【秋山好古 (あきやまよしふる)】

1859年愛媛県松山市生まれ。大日本帝国陸軍の軍人で「日本騎兵の父」と呼ばれる。日露戦争(1904年)では、当時世界最強とうたわれたコサック騎兵と互角に戦った。日本海海戦で、東郷平八郎と共に、バルチック艦隊を撃滅した秋山真之は実弟にあたる。1930年没。



↑竜光地区のみなさんと取材団



秋山好古の人となり語る 仙波満夫さん(右)と神田勝郎さん(左)