

# 魚市報

# うおぬま沼

人と四季がかがやく 雪のくに

# 7.10

2012年7月10日号

No. 93

今日の給食に使うキャベツをむいたよ！

## もくじ

- 2 特集・『豪雨災害に備え、防災意識を高めよう』
- 7 後期高齢者医療制度・国民健康保険 保険証が変わります
- 8 医療の活用／健康うおぬま
- 9 大地の芸術祭／自衛官募集相談員委嘱／母と子のよい歯のコンクール  
／文化財散歩
- 10 まちづくり委員会／ウォーキングコースの紹介
- 11 市民相談センター／商エスマイル
- 12 フォトスケッチうおぬま
- 13 お知らせページ
- 22 市長への手紙紹介／市長室だより
- 23 窓口はこちらです／ひとのうごき／市報クイズ
- 24 児童絵画／ミニミニクッキング

表紙の写真

「食育指導／なかよし保育園」

(説明は裏表紙に)

# 1 雨の降り方を知ろう。

天気予報で使われている予報用語が、どのような状況を予測して使用されているかを知っていると、雨量やそれによって起こりやすい災害などを想定し警戒することができます。

▲ 昨年の豪雨災害時、大湯地域で70mmでした。

| 1時間雨量 (mm)     | 10以上～20未満           | 20以上～30未満                 | 30以上～50未満  | 50以上～80未満  | 80以上                          |
|----------------|---------------------|---------------------------|--|--|-------------------------------|
| 予報用語           | やや強い雨               | 強い雨                       | 激しい雨   | 非常に激しい雨  | 猛烈な雨                          |
| 人の受けるイメージ      | ザーザーと降る             | どしゃ降り                     | バケツをひっくり返したように降る                                 | 滝のように降る (ゴーゴーと降り続く)  | 息苦しくなるような圧迫感がある。恐怖を感じる。       |
| 人への影響          | 地面からの跳ね返りで足元がぬれる    | 傘をさしていてもぬれる               |  | 傘は全く役に立たなくなる   |                               |
| 屋内では (木造住宅を想定) | 雨の音で話し声がよく聞こえない     | 寝ている人の半数くらいが雨に気がつく        |  |  |                               |
| 屋外の様子          | 地面一面に水たまりができる       |                           | 道路が川のようになる                                       | 水しぶきであたり一面が白っぽくなり視界が悪くなる   |                               |
| 車に乗っていて        | ワイパーを早くしても見づらい      |                           | 高速走行時、車輪と路面の間に水膜が生じブレーキが効かなくなる                   | 車の運転は危険  |                               |
| 災害発生状況         | この程度の雨でも長く続く時は注意が必要 | 側溝や下水、小さな川があふれ小規模の崖崩れが始まる | 山崩れ・崖崩れが起きやすく、危険地帯では避難の準備が必要<br>都市では下水管から雨水があふれる | 都市部では地下室や地下街に雨水が流れ込む場合がある<br>マンホールから水が噴出する<br>土石流が起こりやすい<br>多くの災害が発生 | 雨による大規模な災害の発生する恐れが強く、厳重な警戒が必要 |

※気象庁ホームページ引用：[http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/yougo\\_hp/amehyo.html](http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/yougo_hp/amehyo.html)

# 豪雨災害に備え、防災意識を高めよう

図 総務管理室危機管理係 792・9214

近年、短時間で集中的に雨が降る「ゲリラ豪雨」の頻発により、全国各地で雨による被害が多く発生しています。また、6月では異例とも言える台風が上陸し、西日本に被害を与えました。集中豪雨や台風の季節はまだこれからが本番です。昨年の「平成23年7月新潟・福島豪雨」から学んだことを思い出し、これからまた発生するかもしれない豪雨に対し、日頃から防災意識を高めておくことが大切です。

■昨夏の豪雨災害を振り返り  
魚沼市消防本部の柁沢一彦消防署長と柁沢一史警防課長に話を伺いました。

あれだけの雨が降って川が増水し、土手が決壊したとしても、「まだ、あちこたねえ!」「オラ、危ねえトコまでは行かねえや!」というように、『自分だけは大丈夫』と考えた人が少なくなかったようです。このとき、川や田んぼの様子を見に行った人がいたそうです。あれだけの雨の中、危険を感じないはずはありませんが、なぜこのような行動をとるのでしょ。

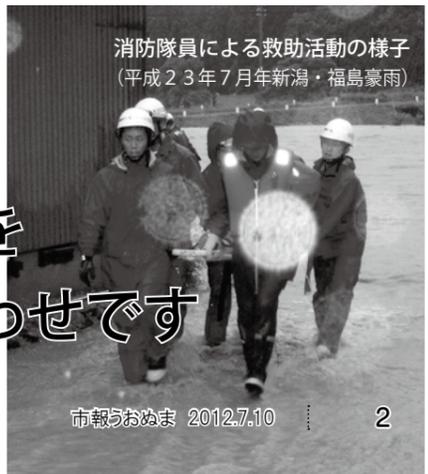
「理由のほとんどは、田んぼや畑、車庫や作業所など自分の大切な生活の基盤を確認するためでしょうが、それ以外にも、日頃と大きく異なる事態に高まる心理、『怖いもの見たさ』も働くのではないのでしょうか。」とお二人は分析します。豪雨になれば河川の増水だけでなく、水路や側溝が溢れ、住宅・田畑の冠水や、土砂崩れなども警戒する必要があります。お二人は、「本心に差し迫った危険や、この先どのような危険が生ずるかに気づかないまま外出したり、または無理をして危ない行動に走るなどは絶対にやめてください。やむなく外で活動する場合には、一瞬でも気の緩みがないよう、家族・近所・同僚、みんなで声を掛け合って注意を促してほしいと思います。」と話します。

また、「過去の経験を踏まえ一人ひとりの防災意識を高め、家族間で災害時の非常持ち出し、非常時連絡先、避難経路などを話し合う機会を設けてほしいです。」「お隣同士・町内全体でも、『お互いの気持ちを持って、避難所の場所や役割分担などを日頃から確認しておいていただきたい』と思います。」と呼び掛けました。

大雨が降ったときには誰もが常に危険と隣り合わせだということを強く意識して、慎重に行動しましょう。

←沈んだ障害物や、蓋のとれたマンホールなどの危険な箇所もあり、写真のようなくるぶし程度の浸水でも危険とされています。

## 過去の経験を踏まえて慎重に行動を 災害時は「命の危険」が常に隣合わせです



消防隊員による救助活動の様子 (平成23年7月年新潟・福島豪雨)



災害時の緊急事態では、「自分の身は自分で守る」ことが重要です。

「避難に関する情報がわからないから安全」というわけではありません。災害時は自主的にテレビ・ラジオ等でも情報を入手しましょう。

### 注意とお願い

避難に関する情報は、災害状況の深刻度に応じて発令され、防災無線や4ページで紹介したような手段でお知らせします。それぞれの情報の意味を正しく理解していただき、適切な避難行動がとれるように、日頃から意識しておきましょう。

人的被害の発生する可能性が非常に高いと判断された状況です。避難中の方は直ちに避難を完了し、まだ避難していない方は直ちに避難してください。避難する余裕がない。避難できる状態ではない場合は無理に外へ出ず、自宅や隣接建物の2階などへ緊急的に避難してください（垂直方向へ避難）。

### 避難指示

人的被害の発生する可能性が明らかに高まった状況です。発令された地域のすべての住民は、決められた避難場所へ避難してください。

### 避難勧告

人的被害の発生する可能性が高まった状況です。避難に時間がかかる年配の方や障害を持つ方は、決められた避難所へ避難を始めてください。

### 避難準備情報

人的被害の発生する可能性が高まった状況です。

## 3 避難情報について知っておこう。

過去に豪雨の被害を受けた市町村では、無理に避難を開始したことによって住民が犠牲となった例もあります。災害時には冷静さを欠いてしまいがちですが、日頃からいざという場合の想定をし、家族で話をしてみましょう。

### 飲料水や食料・衣類

飲料水は、1人あたり1日3リットル程度が必要だと言われます。飲料水以外の水もポリタンクなどに入れておきましょう。

食料は調理しなくても食べられるものを選びましょう。賞味期限

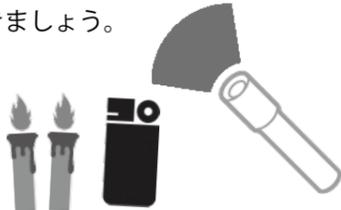
の近いものを揃えておくと、買い替え時がわかりやすいです。



### 燃料や照明器具

卓上カセットコンロやガスボンベ、固形燃料など。

また懐中電灯もいくつかあると便利です。予備の電池も用意しておきましょう。



### 貴重品や家庭ごとに必要なもの

現金や保険証などの貴重品はいつでも持ち出せるようにしておきましょう。また、紙おむつなどの衛生用品、粉ミルク、常用している薬や湿布なども災害時には揃えておきたいもの。杖や車いすなどはできるだけ、使う人の身近に置いておきましょう。



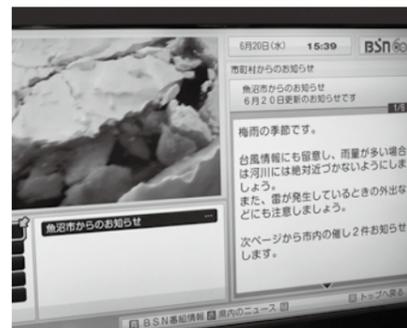
## 4 最低3日間、しのぐ準備をしておこう。

災害時では、電気・水道・ガスなどのライフラインが途絶えてしまうことがあります。

3日間程度はしのげる水や食料・衣類、そのほか貴重品や各家庭の事情に合ったものを備えておきましょう。

## 2 もっと情報を集めよう。

魚沼市では、気象警報が発令されたときや災害が発生したときなどには、防災無線のほかにも市民の皆さんに情報伝達を行うことにしています。積極的に活用し、いざというときの備えを万全にしましょう。



**地上デジタル放送(BSN) データ放送**  
地上デジタル放送に対応したテレビから、市町村の情報が確認できます。災害情報だけでなく、通常はイベント情報なども公開しています。  
【データ放送の見方】  
①地上デジタル放送対応テレビのチャンネルを「BSN」にする。②リモコンの「d(データ)ボタン」を押す。③ページ内の「市町村情報」を押す。④「中越地方」から「魚沼市」を選択する。  
（事前にテレビの『マイエリア』を設定後しておく、手順③のあと、すぐに魚沼市が表示されます。）



**災害・防災情報メール 配信サービス(めるメル)**  
子育て情報メール配信サービスを活用し、災害・防災情報を配信するものです。会員登録すること、市からのメールが携帯電話で受け取れます（登録無料）。災害時は避難所情報なども登録した携帯電話に配信されます。  
【会員登録のしかた】  
①左のQRコードを携帯電話で読み取る。②サイトに接続する。③画面の手順に従い登録する。



**魚沼市役所ホームページ**  
インターネットができるパソコンからアクセスすると閲覧できる魚沼市のホームページです。  
災害関連情報は、トップページ上の赤い枠で囲んでいます。  
災害発生時には情報を随時更新していますが、被害に見舞われ、避難所などに出向いた場合などの状況下では確認することが難しいため、携帯端末での災害・防災メール配信サービスの登録をおすすめします。



**エリアメール等の携帯電話向け緊急速報メール**  
住民の生命に直接関わるような災害の発生時など、緊急時に各携帯電話事業者のネットワークを介して、魚沼市内の基地局エリアに存在している対応携帯電話に、市から一斉に情報を配信するもの（緊急地震速報が一例）です。  
メール配信サービスのような登録作業は必要ありませんが、エリアメール（緊急速報メール）を受信できる状態に端末を設定しておかなければなりません。ただし、送信時に通話中または電源が入っていない場合、対応していない機種をお持ちの場合や電波の届かない場所では受信ができませんのでご注意ください。  
※受信イメージです

## 5 家族で「いざというとき」について話し合おう。

災害は家族が一緒にいる時間帯に起こるとは限りません。  
「いざというとき」に備え、災害時の行動などを家族で確認しておきましょう。

### 「避難所はどこかわかる？」

決められた避難所が使えないときのため、いくつか考えておきましょう。

### 「安否確認の方法は？」

災害時には電話回線が制限されます。災害用の伝言板や伝言ダイヤルなどを活用しましょう。

### 「避難所までどう行く？」

避難所までの道をいくつか考えましょう。災害で通れなくなる道もあります。実際に歩いてみて疲労具合や距離感を確かめましょう。



### 「防災訓練に参加しよう！」

防災訓練などに積極的に家族で参加しましょう。避難などのシミュレーションができて、いざという場合に役立ちます。

### ■インタビュー

昨年の豪雨災害を振り返りながら、市長から見た市民の「防災意識」について話を聞きました。

あの災害のなかで、犠牲者がひとりも出なかったことに安堵しました

昨年の豪雨災害では、あれだけの被害がありながら、魚沼市では尊い人命が失われることがなかったということに心から安堵いたしましたし、また、当時救助活動に協力していただいた皆様に対し、本当に感謝の思いでいっぱいです。

豪雨のあと、浸水の被害に遭い泥だらけになった家屋や家財を片づけるため、皆さんは、ご家族や地域の方々と共に

力して復旧作業に取り組まれておりました。たくさんの方々のご協力のおかげで、あの日の災害から復旧できていることに、改めて感謝申し上げます。

年々、皆さんの防災意識が高くなってきていることを感じています

私たちは、この何年かの間で地震・豪雨・豪雪など数々の災害を経験してきました。これらの経験から、自助・共助の考え方が少しずつ浸透し、地域の繋がりを大切に

数々の災害の経験を通し、「防災意識」は少しずつ高まってきていると感じています。



8月1日～

後期高齢者医療制度・国民健康保険

## 保険証が新しくなります

国民健康増進室 ☎ 792・9763

### 後期高齢者医療制度



8月1日から新しい保険証（桃色）になります。新しい保険証を7月20日以降に簡易書留郵便で送付しますので、8月に入っても保険証が届かないときは、健康増進室へご連絡ください。

現在の保険証（若草色）は、7月31日で有効期限が終了しますので、8月1日以降に細かく切って処分してください。（新しい保険証の有効期限は、平成25年7月31日です。）

また、減額認定証をお持ちの方へは、保険証とは別に、新しい認定証を郵送します。

### ■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を7月13日付けで送付します。7月25日を過ぎても、通知書がお手元に届かない場合は、健康増進室へご連絡ください。

### 【平成24年度 保険料の計算方法】

年間保険料 = 所得割額 + 均等割額

|       |                                     |
|-------|-------------------------------------|
| 所得割額  | 【平成23年中の総所得金額等－基礎控除33万円】<br>× 7.15% |
| 均等割額  | 一人あたり 年間 35,300円                    |
| 賦課限度額 | 550,000円（昨年度までは500,000円）            |

（※所得割率、均等割額とも昨年度と変わりません）

### 国民健康保険



8月1日から新しい保険証（ベージュ色／薄茶色）になります。新しい保険証を7月20日以降に簡易書留郵便で送付しますので、8月に入っても保険証が届かないときは、健康増進室へご連絡ください。

現在の保険証（空色）は、7月31日で有効期限が終了しますので、8月1日以降に細かく切って処分してください。

新しい保険証の有効期限は、原則平成25年7月31日ですが、年齢等により有効期限が短くなる方がいます。くわしくは新しい保険証に同封するお知らせをご覧ください。

### ■限度額適用認定証、高額療養費について

医療費が高額になるときは、病院等へ「限度額適用認定証」（住民税非課税世帯の場合は「限度額適用・標準負担額減額認定証」）の提示をすると、窓口での負担が限度額までとなります。

限度額は所得額によって異なりますので、高額となる医療費が見込まれるときは、あらかじめ健康増進室（湯ヶ谷庁舎）または市民センター・北部振興事務所へ申請してください。

また、同じ月内において複数の病院等への支払いが限度額を超えた場合、高額療養費の申請により、その超えた分が、後日支給されます。

### 【認定証更新手続き】

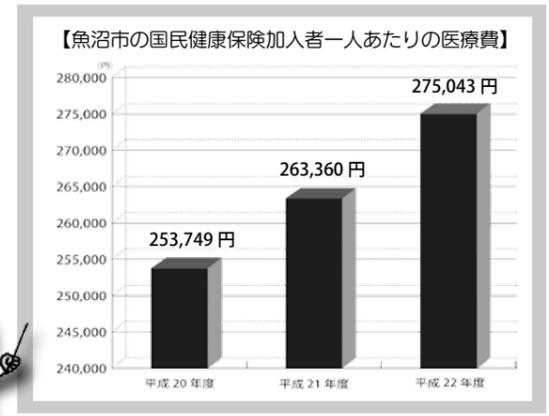
7月31日で有効期限が終了します。認定証をお持ちで交付を継続される方は、8月中に手続きをお願いします。

### ■特定疾病療養受領証について

人工透析が必要な慢性腎不全など、厚生労働大臣の定める疾病で、病院等での疾病に関する診療を受けた場合には、病院等へ支払う金額は一つの病院ごとに、ひと月に1万円が限度額となります。ただし、人工腎臓（人工透析）を実施している慢性腎不全で70歳未満の上位所得者については、限度額が2万円となります。既に交付を受けている方へは、新しい保険証と一緒に送付されます。

# 考えてみよう 医療を上手に活用しよう

医療機関で診療を受けた場合の費用全額を「医療費」といいます。皆さんは、保険証を提示することでその一部を窓口で支払い、残りを国民健康保険（以下、「国保」）が負担しています。国保の財源は皆さんの税金で賄われていますので、医療費の増加は国保税の引き上げに繋がる可能性があります。皆さんの負担を増やさないためにも、医療機関へのかかり方が重要です。



■魚沼市の医療費の現状  
右のグラフで示したとおり、魚沼市の国保加入者一人あたりにかかる年間医療費は年々増加しており、平成22年度には約27万円もかかっていることがわかります。



■できることからスタート！  
医療費の3割は生活習慣病によるものです。遺伝的な要因など避けられないもの

でも、生活習慣改善のための行動を！  
メタボの危険性が高いと判定された方は、特定保健指導により毎日の生活を見直ししましょう。体重を今より4%減らすだけで、多くの方が次年度にメタボの改善がなされています。

でも、医療をつまく活用しよう！  
かかりつけ医を持ち、体調や健診結果に心配があるときは早めに受診しましょう。放置すると、治療の負担や医療費の増加を招きます。

でも、健診を受けよう！  
市の国民健康保険に加入している40～74歳の方へ、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための特定健診受診票（ドック申込者にはドックの案内）を送付しています。

でも、生活習慣改善のための行動を！  
メタボの危険性が高いと判定された方は、特定保健指導により毎日の生活を見直ししましょう。体重を今より4%減らすだけで、多くの方が次年度にメタボの改善がなされています。

でも、医療をつまく活用しよう！  
かかりつけ医を持ち、体調や健診結果に心配があるときは早めに受診しましょう。放置すると、治療の負担や医療費の増加を招きます。

でも、健診を受けよう！  
市の国民健康保険に加入している40～74歳の方へ、メタボリックシンドロームに着目した生活習慣病予防のための特定健診受診票（ドック申込者にはドックの案内）を送付しています。

## 大地の芸術祭開催

7月29日から9月17日まで、十日町市で「大地の芸術祭・越後妻有アートトリエンナーレ2012」が開催されます。3年に1度、十日町市を含む越後妻有地域を会場として開催されており、会期中は地域に約360点もの作品が展示されるそうです。

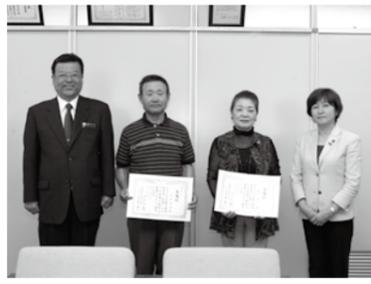
大地の芸術祭公式サイト：http://www.echigo-tsumari.jp/  
アーティストと地域の方々の、地域・世代・ジャンルを超えた協働と活動は、新しい地域づくりのモデルとして高い評価を得ています。広大な大地を舞台に開かれる壮大な芸術祭。ぜひ足を延ばしてみてください。



魚沼市の皆さん、ぜひお越しください！  
十日町市 関口芳史市長  
お二人は、「少しでも情報を伝えて力になれたらと思います。」（星さん）、「自衛隊時代の経験を活かして活動に貢献したいです。」（大竹さん）と、意気込みを語りました。お二人の委嘱期間は6月26日から平成26年6月25日までの2年間で、今回委嘱されたお二人を含め、魚沼市内では現在5名が委嘱されています。

## 自衛官募集相談員に新たに2名を委嘱

6月26日、小出庁舎・市長室にて自衛官募集相談員の委嘱式が行われました。今回新たに委嘱されたのは、星秀子さん（井口新田）と大竹秀吉さん（渋川）。



委嘱を受けた星さんと大竹さん

お二人は、「少しでも情報を伝えて力になれたらと思います。」（星さん）、「自衛隊時代の経験を活かして活動に貢献したいです。」（大竹さん）と、意気込みを語りました。

## 文化財散歩 No.44

### 市指定文化財の考古資料 四日町の応安板碑 (個人所蔵)

平成20年に新しく市指定の文化財に登録されました。川原石を使った越後特有の板碑で、碑面に胎蔵界 大日如来を表す梵字と「右志者為真法禅尼 二十三日奉造立故也 應安八年四月廿四日 孝子敬白」の銘文が刻まれています。



(提供：魚沼歴史・民俗の会)

應安八年は西暦1375年、室町時代、朝廷が2つに分かれた南北朝の頃です。禅尼と彫られているので出家した女性が建立したものかもしれません。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。

## 6月は歯の衛生月間 魚沼市 母と子のよい歯のコンクール

これは、前年度の3歳児健診で虫歯のなかった子と、そのお母さんを対象に実施されるものです。慣れない歯科健診に、不安そうな表情の子どもたちです。



歯医者さんにすみすみまで診てもらったよ！

6月7日、湯之谷保健センターで「第5回魚沼市母と子のよい歯のコンクール」が開催されました。



最優秀賞：小林綾さん・美織ちゃん親子（右）  
優秀賞：仲村直美さん・充晴くん親子（左）

健診の結果、最優秀賞と優秀賞が1組ずつ決定しました。おめでとうございます。

## 健康 うおぬま 39

熱中症に注意！ 熱中症の発症は7～8月がピークになります。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。また、健康を脅かすほどの無理な節電はやめましょう。



■子どもの特徴  
→体温調節機能が未熟なため熱中症にかかりやすい。  
○地面の照り返しにより、高い温度にさらされる。  
○汗腺などが未発達



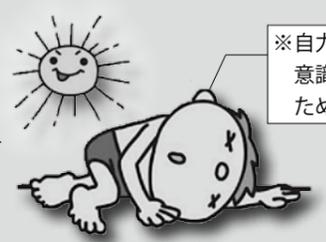
■高齢者の特徴  
→体温を下げるための体の反応が弱く、自覚がないのに熱中症になる危険がある。  
○汗をかきにくい ○暑さを感じにくい

—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

\*のどが渇いていなくても水分補給しましょう。  
\*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。

## 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）場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう。

もっと知りたい!

# まちづくり委員会

②



## 「草花いっぱい運動」をスタートさせました

草花いっぱい運動とは、まちづくり委員会・生活自然環境部会の企画のひとつで、今回が第1弾となります。

観光(主に尾瀬ルートへ)の玄関口となる交差点に花を植え、お客さまを迎えるにふさわしい景観を作ろうと計画を進め、6月9日の早朝、生活自然環境部会12名が集まり、井口新田交差点の花壇に花を植える作業を行いました。



あいにくの雨模様でしたが、参加者全員で力を合わせて花を植えました。



太陽の日差しを浴びて気持ちよく風に揺れるサルビア。きれいに咲いてね!

草を取って土を耕した後、有機セーターで作られた牛糞肥料を入れ、マルチを敷いてサルビアとマリーゴールドを200株植え込みました。

国道を走る車や、横断歩道を渡る歩行者の目に止まり、皆さんが穏やかな気持ちで通行できるよう願っています。

今後も活動の場を広げて行きたいと思っておりますので、多くのお客さまの参加をお待ちしています。

○まちづくり委員会について 圃まちづくり室 ☎792・9752

## 市民相談センター

No.25

☎792・8844

小出庁舎1階・月々金(祝日除く) 8時30分~17時15分 予約不要・随時指寄

### 悪質な架空請求はがき

市内のお宅に、「日本紛争処理保全センター」と名乗るところから「内容確認通知書」というハガキが届きました。「以前契約した訪問販売会社への未納料金について当該会社が裁判所に訴えた。」というもので、「万一身に覚えが無い場合でも早急にご連絡ください。」と書かれていました。

身に覚えのないハガキは、絶対に自分から連絡しないでください。

○裁判に関わるような重要な書類は書留や特別送達などで送付されますので、ハガキで送られることはありません。

○公的機関を思わせる名称や、今回の事例と似たような会社名が書かれていることが多いです。

○請求金額や債務の内容がはっきりせず曖昧な書き方をしています。

判断ができないときや、迷ったときは市民相談センターにお電話ください。

### 「火災保険が使える」と誘う住宅修理契約のトラブル

電話や訪問で「火災保険で家の修理ができる。無料で申請等を手伝う。」と、電話や訪問等で勧誘される住宅修理工事契約について相談が寄せられています。

自然災害で住宅が損害を受けたら、まずは自分で損害保険会社か代理店に連絡し、保険金支払対象となるかどうか、どうやって申請するか等を確認しましょう。



【国民生活センター「見守り新鮮情報第137号」より引用】

■5月の相談件数

|          |
|----------|
| …183件    |
| ・電話 121件 |
| ・来庁 44件  |
| ・その他 18件 |

### 暮らし相談会 (司法書士相談会)

借金や相続・登記など、日常生活での悩み事などはありませんか?

- 日 7月22日(日) 13:30~16:00
- 場 小出ボランティアセンター
- 相 地元司法書士
- 申 7月20日(金)までに電話で予約してください。
- 料 無料

## 商工スマイル

— 買い物は地域内で 賑わいあるまちづくり

### 「安心・安全でおいしいとうふを地域の皆様に届けたい」

代表 田中 博 さん



#### ■お客様からの信頼が第一

羽根川に店舗を構える『立場とうふ』は、大正12年に創業し、現在の代表者である田中さんは4代目になります。

おいしいとうふを地域の皆様に届けたいと、地道に営業活動を続けて信頼関係を築き、今では300軒ほどのお客様に配達をしています。また、安心・安全なとうふを食べてもらいたいとの思いから、約10年前に材料の大豆を国産に切り替え、現在は魚沼市産・新潟県産の大豆を使用しています。田中さんは、「地域の方からの信頼が何よりの財産です。」と話します。



#### ■魚沼ブランドとして発信

今年の5月には、地元産大豆の使用と商品の安

全性・品質等が認められ、田中さんのとうふが『おいしい魚沼ブランド推奨品』の記念すべき第1号となりました。また、田中さんが組合の代表を務める『ちいさなお店マーケット(※)』で販売されている商品などについても、これからどんどんPRしていきたいそうです。新たな魚沼ブランド創出に向けて、田中さんの意気込みが感じられました。



※主に魚沼を拠点に活動するお店が集まるマーケットです。パンやピザ、はちみつなどの食品から、雑貨や民芸品などの加工品まで、ジャンルも様々なおよそ20~30店舗が集まります。今回は7月22日(日)・道の駅ゆのたにで開催されます。



魚沼ブランドとして推奨されると商品に貼付されます。

ウォーキングの季節! 夏の魚沼をガンガン歩こう!

## 市内ウォーキングコースをご紹介します

図 生涯学習課 ☎794-6073

### No.4 佐梨川ウォーキングコース

(片道約2.0km 所要時間:25分 歩数:3,300歩)

#### ■特徴

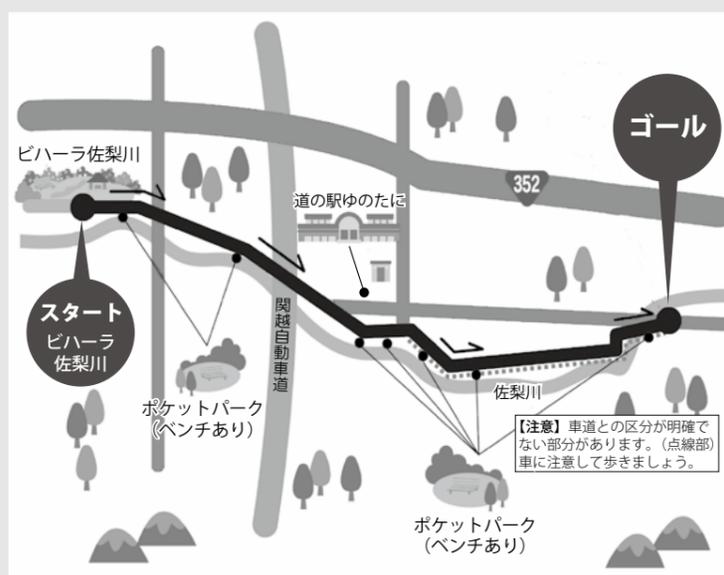
魚野川の支流、佐梨川沿い上流へと伸びる湯之谷地域のコース。公園から土手に上がると、車両の乗り入れが禁止され、カラー舗装で安全が確保された歩行者・自転車専用道路となっています。(一部車両が通行する箇所あり・図中点線部) 桜づつみウォーキングコースと連結が可能です。



佐梨川のせせらぎを聞きながら歩けるコース。気持ちのいい風を受けて、軽く汗をかきません。

〈アクセス〉

起点:ビハール佐梨川(小出島)  
\*JR小出駅から徒歩15分



ビハール佐梨川右岸(起点) ~ 道の駅「ゆのたに」 ~ 県道大沢橋 ~ 橋を渡り佐梨川左岸へ ~ 野口橋(終点)

夜間のコース利用等で外出するときは、反射タスキなどを着用し車に十分注意しましょう。



# 7月は 社会を明るくする運動 強調月間です

罪を犯した人も裁判を受け、処分・償いを終えれば、いずれ社会に戻ってきます。

“更生保護制度”は、罪を償い、再出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人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会員を募集します

女性あるいは母親としての立場で、「明るい社会」を目指し、現在会員30人程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

## ◆「犯罪・非行のない地域社会づくりや犯罪・非行をした人の立ち直りに関して考えたこと、感じたこと」などをテーマに作文を募集します。

☑市内小中学生  
☑各学校を通じて募集します。

再出発を見まもり、支える社会に。



第62回 社会を明るくする運動 “社会を明るくする運動”

## くらし

### ◆パスポート申請はお早めに

8月は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：市民生活室(小出庁舎)
- 申請・受取時間：月～金曜日 8時30分～17時(土日祝日休み)
- ☑申請から受取までは、土日祝日を除き10日間ほどかかります。
- ☑市民生活室 792・1112

### ◆原付免許取得講習

- ☑8月5日(日)・19日(日)7時から 魚沼中央自動車学校
- ☑①16歳以上の人②講習後、1年以内に16歳に達する人
- ¥4,200円(おつりのないよう準備してください)
- ☑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
- 他講習終了後、希望者には30分程度の学科試験ワンポイントレッスンをを行います。

### ◆市有財産を売却します

市で使用していた事務機・ソファなどの什器を入札により売却します。

- ☑7月13日(金)～15日(日)9時～16時
- ☑場須原第二体育館(守門庁舎隣)
- ☑競争入札(最低売却価格以上で一番高い金額をつけた人が落札者となります)

| 種別   | 最低売却価格 |
|------|--------|
| 事務機  | 500円   |
| 事務椅子 | 100円   |
| ソファ  | 500円   |

この他にも多数あります。

### ◆リサイクルハウスで大型不用品の仲介を行います

- ☑7月15日(日)13時～15時 場リサイクルハウス(エコプラント隣)
- ☑直接会場にお越しください。
- ☑落札者へは7月17日(火)以降に電話にて連絡します。落札物件は、7月20日～22日に、代金受領後、現場引渡しとなります。
- ☑財政室 ☎792・9205

### ◆日本画夏期講座受講生募集 「風景を描く」

- ☑8月4日(出)～8月6日(月) 場小出郷文化会館
- ☑写生から本画製作まで日本画の基礎知識を楽しく学ぶ
- ☑講日本画家・田中博之さん(千葉大学日本画講師)
- ☑定員 ¥19,500円 (13,500円(受講料) + 6,000円(材料費))
- ☑定員になりしだい終了
- ☑申込文化振興室 ☎792・8811

### ◆介護ヘルパー養成科 9月入校生募集

- ☑9月4日～11月28日 9時30分～16時10分(平日のみ)
- ☑場ABC魚沼研修センター(旧アルプス電気小出工場内)
- ☑介護の基礎的な知識・技能を習得し、就職を希望する人
- ☑定員 20人
- 無料(但し、テキスト代等自己負担あり)
- ☑8月17日(金)
- ☑申ハローワークこいで
- ☑問県立魚沼テクノスクール
- ☎794・2410

## 安心・安全

### ◆夏の交通事故防止運動

- スローガン「暑い夏 あせらず早めのひとやすみ」
- ☑7月22日(日)～7月31日(火)
- 運動の重点
  - ・飲酒・疲労運転の根絶
  - ・自転車の安全利用の推進
  - ・シートベルトとチャイルドシートの着用の徹底
- ☑まちづくり室 ☎792・9752 または魚沼市交通安全協会 ☎792・5275



### ◆魚沼きのこを使った オリジナルレシピ募集

- テーマ 魚沼きのこで暑さを吹き飛ばせ!
- 応募条件
  - ・必ずきのこを使うこと
  - ・オリジナルであり、他への応募や公表がされていないこと
  - ・誰でも作れる「簡単」なレシピであること
- 応募方法
  - 専用応募用紙に必要事項を記載のうえ、郵送してください。
  - メールでも応募可能です。
  - ☑応募用紙は当協議会のホームページ、南魚沼地域振興局林業振興課にあります。
  - 優秀作品に選ばれた人には、魚沼きのこセット等をプレゼントします。
  - ☑7月20日(金)(当日消印有効)
  - ☑問 ☎7949・6680
  - ☑南魚沼市六日町960番地 魚沼きのこ・山菜振興協議会(南魚沼地域振興局林業振興課内)
  - ☎025・772・8266
  - Eメール info@uonunakino.jp
  - ☎ http://www.uonunakino.jp/

### ◆夏山の山岳遭難事故防止

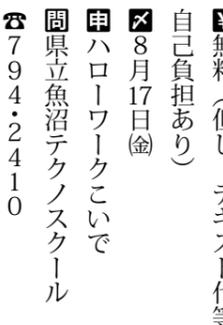
山開きを迎え、本格的な夏山シーズンとなりました。『登山の事故は自己責任』であることを認識し、万全な計画を立て楽しい登山をしましょう。

- ①登山計画書はもしもの時の命綱です。登山計画書を提出しましょう。
- ②メンバーの経験、体力等を考慮した山を選びましょう。
- ③携行品を充実し、事前点検・取扱い方法の習熟に努めましょう。
- ④服装、水分補給などに注意し、熱中症対策を万全にしましょう。
- ⑤雷雲は午後には発生しやすいため、早めの行動計画を立てましょう。
- ⑥体調や天候によっては、途中で下山を判断する勇気を持ちましょう。
- ⑦無線機、携帯電話を携行しましょう。
- ⑧山岳保険に加入しましょう。
- ☑問 魚沼市山岳遭難防止対策協議会 ☎792・9214

### ◆土砂災害防止法にもとづく現地調査を行います

土砂災害防止法にもとづく新潟県では、土砂災害危険箇所に対する基礎調査を実施します。調査の際は、皆様の土地に立ち入ることがありますが、本法の趣旨を理解いただき、調査への協力をお願いします。

- ☑7月17日～12月25日
- ☑因がけ崩れ、土石流および地すべりが発生するおそれのある区域において、斜面の高さや勾配、溪流の幅等の計測を行います。
- 土砂災害防止法とは…土砂災害から国民の生命および身体を保護するため、土砂災害のおそれのある区域を明らかにし、住民の皆様へ土砂災害の危険箇所をお知らせするとともに、警戒避難体制の整備、開発行為の制限、建築物の構造規制等のソフト対策を推進しようとするものです(対策工事を行うためのものではありません)。
- ☑問 新潟県魚沼地域振興局地域整備部治水課担当・吉岡 ☎792・5895



平成25年4月1日採用予定 魚沼市職員採用試験  
 消防・看護師・薬剤師・放射線技師・身体障害者を対象とした初級行政  
 総務管理室 ☎ 792・9203

1. 初級試験（職種・採用予定人員・受験資格・試験内容）

| 区分               | 職種   | 採用予定人員 | 受験資格                        |  |
|------------------|------|--------|-----------------------------|--|
|                  |      |        | 年齢要件                        | 年齢以外の要件  |
| 初級試験<br>(高校卒業程度) | 消防職員 | 若干人    | 昭和63年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人 | 魚沼市消防本部から概ね1.5Km以内に居住できる人  |
|                  | 一般事務 | 1人     | 昭和58年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人 | ・申込時に身体障害者手帳の交付を既に受けている人<br>・介護者なしに事務職として職務遂行が可能な人<br>・活字印刷文による出題および口述による面接試験に対応できる人 |

| 職種   | 試験内容                                   |  |
|------|--|--|
|      | 第1次試験                                  | 第2次試験                                  |
| 消防職員 | 日 9月16日(日)<br>場 北越高等学校(新潟市中央区米山5-12-1) | 日 10月下旬<br>場 魚沼市消防署(予定)<br>内 面接試験、体力試験 |
| 一般事務 | 内 教養試験、作文試験、事務適性検査                     | 日 10月下旬<br>場 魚沼市役所小出庁舎<br>内 面接試験       |

2. 医療職関係試験（職種・採用予定人員・受験資格・試験内容）

| 職種    | 採用予定人員 | 受験資格      |                       | 試験内容                                 |
|-------|--------|-----------|-----------------------|--------------------------------------|
|       |        | 年齢要件      | 年齢以外の要件               |                                      |
| 看護師   | 若干人    | 概ね45歳までの人 | 看護師免許を有する人(見込みを含む)    | 日 9月中旬<br>場 魚沼市役所小出庁舎<br>内 作文試験、面接試験 |
| 薬剤師   | 1人     |           | 薬剤師免許を有する人(見込みを含む)    |                                      |
| 放射線技師 | 1人     |           | 放射線技師の資格を有する人(見込みを含む) |                                      |

3. 申込み（初級・医療職共通）

7月10日(火)から7月31日(火)までの間に、申込書を総務管理室(小出庁舎)に提出してください(郵送の場合、7月31日消印有効)。要綱等申込書は総務管理室および市ホームページからダウンロードして入手できます。[日 魚沼市ホームページ http://www.city.uonuma.niigata.jp/](http://www.city.uonuma.niigata.jp/)

【郵送による送付先】〒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

健康・福祉

◆長岡療育園発達講座

日 8月4日(土)13時30分～15時40分  
 場 長岡リリックホールシアター(長岡市寺島町315番地)  
 ●講演1「重症心身障害児者の外科的対応について」  
 關富山大学医学教育准教授・廣川慎一郎医師  
 ●講演2「障害者自立支援法つなぎ法への対応と今後の制度改革」  
 講長岡療育園園長・小西徹医師  
 対どなたでも(要事前申込)  
 定 450人  
 無料  
 他 保育預かり有り  
 ☎ 7月31日(火)  
 申 長岡療育園発達講座担当・古市・刃根  
 ☎ 0258・466611



健康増進室

申 ☎ 792・9763

① やさしい・簡単男性の料理教室

日 7月18日(水)10時～12時30分  
 場 小出ボランティアセンター  
 内 夏が旬の素材で作る料理  
 講 魚沼市食生活改善推進員協議会  
 対 男性  
 定 先着20人  
 料 ¥500円  
 持 エプロン、三角巾、手拭筆記用具  
 ☎ 7月17日(火)

② 全国一斉「愛の血液助け合い運動」

期 7月1日(日)～31日(火)  
 皆さんが病気になったり、事故にあつたりしたときの治療に使われる輸血用血液は、すべて善意による献血で得られた血液でまかなわれています。長期保存ができない血液を年間を通じて安定供給するために、皆さんのご理解と継続的な協力が必要です。  
 献血バスが次の日程で来ますので、ぜひ「献血」にご協

力をお願いします。



③ 献血(全血)

日 7月20日(金)  
 場 ①堀之内公民館：10時～12時  
 ②魚沼テクノスクール：13時30分～15時30分  
 内 献血種別：全血(400ml、200ml)  
 持 献血カード

◆高齢者交流事業(小出・湯之谷・広神地区合同)

日 8月7日(火)  
 場 小出ボランティアセンター  
 内 のど自慢大会と昼食会等  
 対 小出・湯之谷・広神地区在住の概ね65歳以上でひとり暮らしの人  
 料 ¥300円(当日徴収)

☎ 7月31日(火)  
 申 社会福祉協議会小出・湯之谷支所 ☎ 792・8181  
 広神支所 ☎ 799・3990

生涯学習・公民館

生涯学習課  
 申 ☎ 794・6073

① 目黒邸資料館企画展「石器のライフヒストリー」

日 7月21日(土)～9月2日(日)  
 場 目黒邸資料館企画展示室  
 内 原居平遺跡および正安寺遺跡(堀之内地区・約5、000年前)から出土した縄文石器・石器等を展示します。また、修復完了した市指定文化財の火焰型土器もあわせて展示します。  
 料 ¥大人200円、小中学生無料(夏休み子どもキャンペーン期間のため)

② 夏休み縄文体験教室① 縄文土器・土偶づくり

日 8月3日(金)・4日(土)(2回) いずれも9時30分～12時  
 場 大沢ふれあい会館  
 内 縄文土器・土偶などを作り、縄文人の技術・知恵を学びます。  
 講 生涯学習課文化財係職員  
 対 小学生・一般(小学生低学年は保護者同伴)  
 定 各20人(先着順)  
 料 一回500円(材料費)  
 ☎ 7月30日(月)



◆宮柵二講座

宮柵二のエピソードを交えた、わかりやすい短歌講座です。  
 日 7月22日(日)13時  
 場 宮柵二記念館  
 演 歌集『多く夜の歌』を主な教材とした講座  
 講 岡崎康行さん 対 どなたでも  
 問 宮柵二記念館 ☎ 794・3800

小出郷図書館  
 申 ☎ 792・0337

① 7月ブックスタート

内 読み聞かせの方法などを話します(絵本2冊プレゼント)。1組10分程度です。  
 日 18日(水) 小出子育て支援センター  
 13時～14時30分 ばびふ  
 21日(土) 広神図書館 和室  
 10時～12時  
 期 平成23年7月1日～7月31日  
 日 生まれの赤ちゃんを保護者持参引換書  
 他 赤ちゃんの機嫌のよいときに参加してください。

② 0歳3才向け だっこでおはなし

日 7月27日(金)10時30分から  
 場 小出郷図書館おはなしのへや  
 内 子どもをひざにだっこしながら絵本や手遊びを楽しみましょう。絵本「はいー」「くだものあーん」「ふたごのまんまるちゃん」、「ポケットぽん」などを読みます。  
 対 どなたでも

伊米ヶ崎公民館  
申 792・0082  
(9時〜16時・祝日休館)

① 高橋正則作品展の説明会

日 7月30日(月)10時から  
場 伊米ヶ崎公民館  
内 作品展の絵画の説明会を行います。高橋正則さん(虫野)どなたでも無料

② 子ども料理教室

日 8月6日(月)10時〜14時  
場 伊米ヶ崎小学校家庭科室  
内 簡単おいしいチャーハン・中華風サラダ・コロコロきゅうり  
講 井上順子さん(佐梨)  
対 小学生定20人 ¥500円  
持 エプロン・三角巾  
※ 8月1日(水)

③ バルーンアート教室

日 8月9日(木)13時〜15時  
場 伊米ヶ崎公民館  
内 細長い風船をお花の形にしてみよう。  
講 魚沼マジック・クラブ  
対 どなたでも(親子歓迎)  
定 30人 ¥500円 ※8月1日(水)

湯之谷公民館  
申 792・0530  
(平日13時〜19時)

① 桜井公夫写真展「がいま見たトルコの大地」

日 7月10日(火)〜8月7日(火)  
10時〜22時(水曜定休)  
場 ゆくパーク薬師ギャラリー  
内 写真展のみの入場は無料ですが、ゆくパーク薬師の入浴等は有料です。

② 放射線ってなあに?

日 7月21日(土)9時〜11時  
場 湯之谷世代間交流施設  
内 放射線がどんなものか調べてみよう。  
講 山際貢さん  
対 小学生と保護者定10人  
¥無料 内履き ※7月19日(木)

③ アサノさんと「あんぼ」を作ろう

日 7月22日(日)9時〜11時30分  
場 湯之谷多目的交流施設  
内 郷土に伝わる「あんぼ」を作ってみよう。  
講 佐藤アサノさん(宇津野)  
対 小学生と保護者

定10人 ¥一人500円  
持 エプロン、三角巾、手拭き  
※ 7月19日(木)

◆夏休み親子陶芸教室

日 7月28日(土)・8月18日(土)(計2回) いずれも9時〜12時  
場 堀之内公民館実習室・大ホール  
内 陶器についてのお話とタタラ作り、手ひねりでお茶碗などを作ります。8月18日に下絵付け、施釉を行います。  
講 陶房(みづの)・金垣素陶さん  
対 小学生・中学生・高校生(小・中学生は保護者同伴)  
定 8組(多数の場合は抽選)  
¥一人500円(計2回分初回徴収)  
持 エプロン ※7月24日(火)  
申 堀之内公民館 ☎794・6026



◆夏休み木の実工作教室

日 ①8月6日(月)②8月8日(水)③8月10日(金)(計3回) いずれも9時30分〜11時30分  
場 小出北部公民館学習室  
内 ①カニを作ろう!②タコを作ろう!③小鳥の巣こもりを作ろう!(なるべく全回参加してください。)



講 大矢忠雄さん(小千谷市)  
対 小学校4・5・6年生と希望する保護者  
定 保護者以外で20人(定員以上の場合は抽選)  
¥無料  
持 木工用ボンド・細いサインペン・あれば、剪定バサミとニッパー  
※ 7月31日(火)  
申 小出北部公民館  
☎792・5336(平日9時〜16時)

◆星の会「北のうお座」市民天体観望会

日 7月27日(金)・28日(土)・29日(日)の3日間のうち、観測可能な初日1日のみ、19時30分〜21時  
※雨天中止。判断が難しい時は当日19時までには会場での望遠鏡設置の有無で開催を告知します。  
場 芝桜公園(奥レク都市公園根小屋地区) 駐車場  
内 携帯電話のカメラやデジタルカメラ(一眼レフ不可)を使って月の写真撮影に挑戦します。  
星の会「北のうお座」・大平(生涯学習連絡協議会)  
☎090・7736・4601

◆スポーツ

◆スポーツフェスティバルバスケットボール大会

日 7月29日(日)  
場 小出郷総合体育館ほか  
¥1チーム5,000円  
※ 7月20日(金)  
他1チーム5人以上(男女混合可)  
申 魚沼市バスケットボール協会・和田  
☎090・4600・4840

催し

◆魚沼市写真協会会員写真展

日 7月10日(火)〜8月4日(土)  
場 小出郷文化会館2階ロビー  
対 どなたでも ¥無料  
場 魚沼市写真協会会長・桜井  
☎794・3815

◆星空と天体観測

日 ①7月21日(土)②7月28日(土)19時30分  
場 星の家天体観測室「スバル」  
内 ①天の川を観察しましょう。②みずがめ座流星群を観察しましょう。  
講 星の家オペレーター  
対 5歳以上 定先着20人  
¥5歳幼児70円、小中学生100円、高校生以上200円(毎回)  
他 雨天時も室内で活動します。  
申 直接来場か北部振興事務所  
☎797・23360

◆エネルギー講演会「放射線とその正体と作用」

日 7月25日(水)16時30分〜18時  
場 会議室「魚新」(小出島71番地1)

内 地域のエネルギーや環境を考える講演会です。  
講 工藤博司さん(東北放射線科学センター理事、東北大学名誉教授)  
対 市民および近隣市町在住者定60人(定員になり次第締切)  
¥無料 ※7月18日(水)  
他 演題は変更になる場合あり  
申 魚沼エネルギー懇談会事務局  
☎025・770・0597  
(平日9時〜17時)

◆長岡技術科学大学2012オープンキャンパス

日 8月5日(日)10時〜15時30分  
場 長岡技術科学大学  
当日無料送迎バスを運行(長岡駅前〜大学※要申込み)  
対 高校生・高専生・短大生・中学生および先生、保護者等  
内 公開研究室(約50研究室見学)、学生による海外インターシップ体験談の発表・工学分野の説明、テクノミュージアム等の見学、入試相談、学生生活相談等  
※ 7月25日(水)  
申 〒940・2188長岡市上富岡町1603番地1長岡

◆第9回またたびの家ふれあいまつり

日 9月8日(土)10時〜15時  
餅まき:11時30分と14時  
場 またたびの家(須原1370番地5)  
●バザー品提供のお願い  
内 日用雑貨、食品、文具、おもちゃ類、贈答品、寝具類、衣類(新品のみ)、その他家庭や会社・商店内での不要な在庫品など  
直接持ち込みか、電話連絡で引き取りに伺います。  
※ 9月7日(金)申またたびの家  
☎797・3880  
(月曜〜金曜8時30分〜17時30分)

◆うおめま森の学校夏休み工作「森の仲間たちを作ろう」

日 8月4日(土)・11日(土)(計2回) いずれも9時〜11時  
場 自由空間『つなごて』(本町1丁目2・旧まつばら玩具屋)  
内 木の枝などで、可愛い動物たちを作って飾り付けます。

北里大学保健衛生専門学院バイオ実験講習会「疲れないポンプ 心臓ってすごい」

日 7月28日(土)10時〜12時30分  
受付9時〜9時30分  
場 北里大学保健衛生専門学院臨床工学専攻科基礎医学実習室  
●1時間目『心臓の役割』  
・ブタの心臓を触って形や硬さを観察しましょう。  
・動いているヒトの心臓を超音波(心エコー)で観察しましょう。  
●2時間目『心臓と電気』  
・電気で筋肉を動かしてみよう。  
・心臓の電気信号を見てみましょう。  
¥無料  
対 小学校高学年(保護者同伴)  
申 学院ホームページの申し込みフォームに記入し送信してください。  
「トップ」社会と連携のこの公開講座へ公開講座のページからお申し込みください。  
※ 7月20日(金)(定員になりしだい締め切り)  
H http://www.kitasato-u.ac.jp/itkao/



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！

毎月22日は、禁煙の日。シンボルマークの2羽の白鳥が寄り添う姿からスワンスワン（吸わん吸わん）で禁煙を！をスローガンとしています。

あなたも今月の22日から『禁煙』をはじめませんか？

健康増進室 ☎ 792・9763



7月16日～31日 行事カレンダー

|     |   |
|-----|---|
| 16月 | 魚沼発！人形劇団「風」人形劇(11:00/小出郷図書館)  |
| 17火 | 7/2納期限分の口座再振替日(市・県民税、固定資産税、介護保険料、国民健康保険税)<br>めぐみ幼稚園未就園児教室(9:30/めぐみ幼稚園)  |
| 18水 | みんなあつまればんきこ(9:00/小出保育園)<br>ブックスタート(13:00/小出子育て支援センターぱびぷ)  |
| 19木 | プラネタリウム定期投影(19:00/堀之内公民館)   |
| 20金 | 献血(10:00/堀之内公民館、13:30/魚沼テクノスクール)  |
| 21土 | 石器のライフヒストリー初日(9:00/目黒邸資料館9/2まで)<br>ブックスタート(10:00/広神図書館和室)<br>本とあそぼう全国おはなし隊(15:30/広神コミュニティセンター)<br>アートのつばみシリーズ第1回「水彩イラスト」(13:00から/小出郷文化会館)   |
| 22日 | 夏の交通安全事故防止運動(31日まで)<br>原付免許取得講習(7:00/魚沼中央自動車学校)<br>日本語教室(10:00/堀之内公民館)<br>宮柵二記念館短歌教室(10:00/宮柵二記念館)<br>宮柵二講座(13:00/宮柵二記念館)<br>ホットスペース「ひまわり」(13:00/広神コミュニティセンター)<br>暮らし相談会〔司法書士相談会〕・要予約(13:30から/小出ボランティアセンター) |
| 23月 |   |
| 24火 |   |
| 25水 | 年金相談日(10:00～15:00/小出商工会館)<br>要予約：長岡年金事務所 ☎ 0258・88・0006<br>第4回農業委員会総会(13:30/広神庁舎)   |
| 26木 | リコーダーセミナー(19:15～/小出郷文化会館)   |
| 27金 | ジョブカフェうおぬま(10:00～16:00/小出郷福祉センター)<br>だっこでおはなし(10:30/小出郷図書館)<br>魚沼映画の専門店 vol.104 「ミス・ギャングスター」(19:00/小出郷文化会館)   |
| 28土 | うおぬま夏の雪まつり(10:00から/銀山平特設会場)<br>魚沼映画の専門店 vol.104 「ミス・ギャングスター」(①10:00 ②14:00 ③19:00/小出郷文化会館)  |
| 29日 | 夏休み工作教室(10:00/堀之内公民館)<br>ホットスペース「ひまわり」(13:00/広神コミュニティセンター)<br>魚沼映画の専門店 vol.104 「ミス・ギャングスター」(①10:00 ②14:00/小出郷文化会館)  |
| 30月 |   |
| 31火 | 第1期納期限(後期高齢者医療保険料)<br>第2期納期限(市・県民税、固定資産税、介護保険料、国民健康保険料)   |

給食用食材の放射性物質検査結果

岡学校教育課 ☎ 794・6072 子ども課 ☎ 794・6027

市内小中学校・共同調理場・幼稚園・保育園(私立含む)の給食用食材を対象に、県が設置する検査機器で放射性物質の測定を実施しています。

3月から毎週5～6施設分を検査し、これまですべて不検出でした。くわしくは市のホームページをご覧ください。

放射線測定結果(6月)

岡総務管理室危機管理係 ☎ 792・9214

6月1日～15日にかけて小・中学校、幼稚園・保育園、公園および市庁舎の64施設で空間放射線量を測定しました。グラウンド・園庭等広場での測定結果は、全て通常の測定の範囲内でした。

| 測定高さ   | 測定値         |
|--------|-------------|
| 地上1m   | 0.064～0.146 |
| 地上10cm | 0.074～0.154 |

※通常の測定の範囲：地上1.5mの高さで0.016～0.160マイクロシーベルト毎時

また、側溝や集水桝など汚泥等集積しやすい箇所を測定したところ、3施設3箇所が高めの放射線量が確認されたことから、汚泥等を除去しました。

| 測定施設名          | 測定箇所 | 測定日  | 測定高さ |      | 単位：マイクロシーベルト毎時 |     |
|----------------|------|------|------|------|----------------|-----|
|                |      |      | 除去前  | 除去後  | 除去前            | 除去後 |
| 堀之内<br>なかよし保育園 | 集水桝  | 6/1  | 1m   | 0.14 | 未測定            |     |
|                |      |      | 50cm | 0.25 | 未測定            |     |
|                |      |      | 10cm | 0.35 | 0.21           |     |
| 小出小学校          | 中庭   | 6/13 | 1m   | 0.14 | 0.13           |     |
|                |      |      | 50cm | 0.18 | 0.15           |     |
|                |      |      | 10cm | 0.33 | 0.22           |     |
| 小出中学校          | 草堆積場 | 6/13 | 1m   | 0.18 | 0.10           |     |
|                |      |      | 50cm | 0.22 | 0.23           |     |
|                |      |      | 10cm | 0.31 | 0.26           |     |

※国の除染目安は、地表50cmから1mの高さで周囲より1マイクロシーベルト毎時以上高い箇所

※市の除染目安は、堆積物から10cmの高さで0.3マイクロシーベルト毎時以上の箇所

給食用食材の放射性物質検査および空間放射線量測定に関するくわしい測定結果は市ホームページで閲覧できます。

魚沼市ホームページ <http://www.city.uonuma.niigata.jp/>  
いざというとき>重要なお知らせ>放射線関連情報

◆暮らし相談会(司法書士相談会)  
サラ金や契約上のトラブル等暮らしの相談に応じます。  
7月22日(日)  
13時30分～16時  
場小出ボランティアセンター  
相地元司法書士  
内一人当たり相談時間約30分  
7月20日(金)(要電話予約)

法律相談等  
各種相談等

◆商工業者のみなさまへ  
無料法律相談会  
新潟県商工会連合会主催の無料法律相談会を開催します。  
8月10日(金)  
10時～12時  
場小出商工会  
内相談内容は1件30分程度  
相弁護士  
申小出商工会  
☎792・2124  
(要電話予約)

市民相談センター  
☎792・8844

小出郷文化会館 ☎792・8811

ホームページでイベントを紹介しています。  
<http://www.city.uonuma.niigata.jp/bunka/>

魚沼映画の専門店 Vol. 104

「ミス・ギャングスター」

平均年齢65歳、史上最狂、最高齢のおばちゃん強盗団登場。

7月27日(金)19時  
28日(土)①10時②14時③19時  
29日(日)①10時②14時  
場小出郷文化会館小ホール  
¥一般1,000円  
学生、シニア(60歳以上)、友の会、障害者手帳をお持ちの人800円



8月 子育て支援センター

堀之内子育て支援センター ☎794・2158

| 名称      | 日時             | 内容              |
|---------|----------------|-----------------|
| 広場開放    | 月～金9:00～15:00  | 自由遊びなど          |
| わくわくタイム | 月～金10:45～11:00 | 手遊び・ふれあい体操      |
| 誕生会     | 21日(火)         | 8月生まれ           |
| 身長・体重計測 | 21日(火)午前       | 乳幼児の育児等の相談もできます |

小出子育て支援センターぱびぷ ☎792・6356

| 名称      | 日時                             | 内容              |
|---------|--------------------------------|-----------------|
| 広場開放    | 月～金9:00～16:00                  | 自由遊びなど          |
| ぴよぴよタイム | 月～金10:45～11:00                 | 手遊び・ふれあい体操      |
| 誕生会     | 22日(水)                         | 8月生まれ           |
| 土曜開放日   | 4日、11日<br>9:00～11:30           | 広場を開放します        |
| 身長・体重計測 | 毎週月曜 9:00～12:00<br>13:00～15:00 | 乳幼児の育児等の相談もできます |

・午後から閉館する場合があります。詳細は「月のおたより」をご覧ください。  
・育児相談は、随時受け付けています。

すくすく広場(親子ふれあい広場) ☎792・6356

| 会場        | 日時                    | 内容          |
|-----------|-----------------------|-------------|
| 守門健康センター  | 10日(金)<br>10:00～11:15 | 親子でふれあって遊ぼう |
| 入広瀬保健センター | 17日(金)<br>10:00～11:15 |             |

8月 乳幼児健診等 健康増進室 ☎792・9763

乳幼児健診

| 事業名          | 対象生年月日                        | 期日              | 受付              | 会場          |
|--------------|-------------------------------|-----------------|-----------------|-------------|
| 乳児健診<br>4か月児 | H24.4.1～4.25                  | 23日(木)          | 13:00～<br>13:15 | 小出子育て支援センター |
| 1歳<br>6か月児   | H23.1.1～1.18<br>H23.1.19～1.31 | 1日(水)<br>22日(水) |                 | 湯之谷保健センター   |
| 3歳児          | H21.8.1～8.12<br>H21.8.13～8.31 | 8日(水)<br>29日(水) |                 |             |
| 2歳児歯科        | H22年8月                        | 28日(火)          |                 |             |

母子健康手帳、問診票  
都合で来られない場合は事前にご連絡ください。  
・感染症(おたふく、みずぼうそう、風邪等)に罹患、またはその疑いがある場合(発熱、発疹がある)は、健康増進室に連絡のうえ、治療してからお越しください。  
※乳児健診(4か月児)の対象者が、平成24年度子ども健康カレンダーでの対象者とは変更になっていますのでご注意ください。

離乳食講習会等

離乳食講習会・1歳歯みがき教室は、8月は実施しません。次回は9月になりますので、くわしくは子ども健康カレンダーでご確認ください。



# 市長への手紙

今月は、『市長への手紙』でいただいたご意見と、市からの回答を皆さまにご紹介します。(抜粋)

## ■いただいたご意見

東北大震災のがれき処理は、自分は受け入れをしない方が良くと思うが、市として受け入れをするのかどうかを教えてください。



## ■市長からの回答

現在、魚沼市には市の最終処分場がないため、ごみ処理後に発生する灰などの残渣の最終処分(埋め立て)は、山形県米沢市と群馬県草津町の民間最終処分場に委託しておりますので、がれきの中間処理(焼却など)はできても、

焼却残渣の最終処分を当市で行うことは現在ではできない状況です。

そのため、震災がれきの残渣の最終処分についても、現在委託している両市の最終処分場にお願ひしなければなりません。両市ともに、市民の安全・風評被害を懸念して、安全基準値以内であってもがれきの受け入れは難しいとのことです。

このようなことから、現時点で魚沼市は震災がれきの受け入れはできない状況です。

## 〈市長への手紙〉

各市民センター・北部振興事務所の窓口の様式があります。住所・氏名等を明記し、ポストに投函ください。

総務課秘書広報室  
☎792-1494



**財政課**  
小出庁舎2階  
☎792-9205  
Eメール: zaisei@city.uonuma.niigata.jp

## 窓口はこちらです。



市役所の各部署の場所や業務内容をご紹介します。

財政係・用地管財係・契約検査班から構成されています。

■主な担当業務

- 財政係：… 財政の計画・調査、予算の編成・執行監督、予算の配当、地方債、交付税、基金 など
- 用地管財係：… 普通財産の取得・管理・処分、行政区域、財産台帳、物品の出納・保管、市有財産の総括・連絡調整 など
- 契約検査班：… 入札・契約、入札参加資格審査、指名審査、工事の検査、工事の成績評定 など

## ひとのうごき

(5月21日～6月20日届出分) ※届出いただくときに、同意のあった方を掲載しています。

お誕生おめでとうございます

鈴木 大愛 信行・奈美 堀之内宮原町  
宮本 紗希 毅・明美 山ノ手町一  
安部 翔太 郁雄・さやか 田川  
岡村 時乃 健・春菜 和長島  
小林 雷汰 一明・幸子 田戸  
櫻井 大我 希・美幸 下倉新田  
武藤 あい 准矢・真理 中原  
長谷川 颯汰 卓巳・美穂 中原  
佐藤 羽子 勝・麻耶 大河原二  
皆川 煌希 恭輔・美紀 原虫野  
和田 璃乃 祥太・あゆみ 上ノ原  
中山 拓優 強・直美 上ノ原  
森山 蓮斗 圭・友美 井口  
星 時仁 和馬・容子 大沢  
山田 寿斗 亮・あさい 葎沢  
井川 裕人 真一・恵理 横瀬  
山之内 湊 篤・まき子 並柳  
星 結菜 卓馬・麻矢 市宮広神住宅  
諸橋 朝 一宏・聖美 中島  
田村 結人 昭信・千秋 新保住宅  
土田ヒカル 昭則・知美 西村  
木皿光乃助 宣雄・由美子 大栃山

ごめいふくをお祈りいたします

|        |        |      |       |     |      |
|--------|--------|------|-------|-----|------|
| 宮本キノエ  | 堀之内駅前通 | 101歳 | 榎本 久平 | 細野  | 87歳  |
| 瀧澤 一枝  | 山ノ手町一  | 66歳  | 浅井 勝年 | 西名  | 43歳  |
| 小林松右エ門 | 下島二    | 81歳  | 横山 セン | 東野名 | 99歳  |
| 岡村 喜一  | 田川     | 82歳  | 浅井 キン | 大栃山 | 96歳  |
| 高橋 たけ  | 田川     | 88歳  | 佐藤 金助 | 穴沢  | 81歳  |
| 渡邊 シヅ  | 中村     | 80歳  | 佐藤 文雄 | 穴沢  | 78歳  |
| 井上ハツノ  | 舟山     | 85歳  | 布沢 ヨキ | 横根  | 104歳 |
| 渡辺 キミ  | 田代     | 92歳  |       |     |      |
| 本田 テル  | 中ノ島    | 89歳  |       |     |      |
| 山田 輝幸  | 大河原一   | 77歳  |       |     |      |
| 山内 喜作  | 沢田二    | 83歳  |       |     |      |
| 大平マツノ  | 干溝     | 88歳  |       |     |      |
| 森山 竹一  | 虫野     | 86歳  |       |     |      |
| 桑原 行雄  | 原虫野    | 83歳  |       |     |      |
| 井口 トメ  | 上ノ原    | 100歳 |       |     |      |
| 渡邊啓太郎  | 大湯温泉   | 85歳  |       |     |      |
| 馬場 正雄  | 田中     | 73歳  |       |     |      |
| 泉 昌之   | 今泉     | 69歳  |       |     |      |
| 田澤藤栄門  | 中家     | 87歳  |       |     |      |
| 佐藤 庄二  | 中島新田   | 82歳  |       |     |      |
| 山本 美代  | 山田下    | 99歳  |       |     |      |
| 櫻井アイ子  | 池平     | 75歳  |       |     |      |
| 富永 福松  | 渋川     | 92歳  |       |     |      |
| 星 章雄   | 守門宮原   | 70歳  |       |     |      |

人口と世帯数 (H 24.6.1 現在)  
【人口】 男 19,737人 (-16)  
女 20,632人 (-15)  
計 40,369人 (-31)  
【世帯数】  
13,493世帯 (+8)

## 市長室だよ

### 只見線の早期復旧と活性化を願って

平成23年7月新潟・福島豪雨により只見線は甚大な被害を受け、新潟県側の大白川駅から福島県側の会津川口駅までの4.4キロメートルが不通となってしまいました。

そうした中、大白川～只見駅間の運行再開のための工事を着手することが、先般報道されました。

6月15日には、皆川県議会議員・佐藤市議会議長・三友観光協会会長と共に、「只見線の早期復旧に関する要望」のため、J R 東日本(株)本社に行っていました。

昨年は只見線全線開通40周年の記念すべき年であり、新しくなった小出駅舎がお披露目され、記念式典も開催されました。今年是小出～大白川駅間が開通して70年を迎える記念の年です。

只見線は、魚沼市からは只見高校への通学、福島県只見町からは魚沼市内の医療機関への通院など、重要な交通機関となっていることから、早期の復旧を要望してきただけです。また、車窓からの景観の美しさに定評があり、魚沼市観光協会ではイベント列車を増発するなど只見線の魅力を高め、より多くの方たちから乗車いただけるよう取り組んでいます。

しかし、日常の乗車人数は減少傾向にあり、只見線の活性化のためには、とにかくお客さまに乘っていただく必要があります。

ぜひ、地域の方々からも積極的にご利用いただき只見線の活性化にご協力いただければと思います。

魚沼市長 大平 悦子

## 市報クイズ

今月の市報を讀んで答えよう!

正解者の中から抽選で「5000円分図書カード」、「魚沼映画の専門店へアチケット」を各5名にプレゼントします。答えと市報の感想等をお書きのうえ住所・氏名・電話番号を明記し、ハガキ、FAX、Eメールで7月27日(金)までに応募してください。

Q 6月7日に湯之谷保健センターで開催された「●と子のよい歯のコンクール」。次のうちどれ?  
①「父と子」  
②「母と子」  
③「祖母と子」

前回の正解は、③アルパカでした。当選は次の皆さんです。たくさんのご応募ありがとうございました。  
【図書カード】櫻井優子さん、上村祐樹さん、佐藤和子さん、山田一馬さん、古山美千子さん【映画ペアチケット】青木ケサノさん、中里幸太さん、山田フミさん、星絵里奈さん、星美波さん

## 市報クイズの応募はこちらまで

☎946-8601  
住所: 小出島130-1  
総務課「市報クイズ係」宛  
FAX: 792-9500  
Eメール:  
reference@city.uonuma.niigata.jp

# 児童絵画

No.90

今月は宇賀地小学校の児童の作品です



「勝ってやるつなひき」  
5年 森山 翔貴 さん



「ふわふわくもに行ってこよう！」  
3年 小山 あんね さん



## きゅうりの中華サラダ (副菜)

### 作り方

- ①きゅうり、しょうがはせん切りにする。
- ②ささ身は筋を取って耐熱皿にのせ、Aを振ってラップをかけ、電子レンジ（500W）で2分加熱する。荒熱が取れたら細かく裂く。
- ③ボールにBを入れ、①、②を加えて和える。

## Good! ミニミニクッキング! no.90

### 材料 (4人分)

|   |      |     |      |      |      |
|---|------|-----|------|------|------|
| A | きゅうり | 2本  | B    | しょうゆ | 大さじ1 |
|   | 鶏ささみ | 2本  |      | 酢    | 大さじ1 |
| B | しょうが | 1かけ | 砂糖   | 小さじ2 |      |
|   | 酒    | 少々  | ごま油  | 小さじ1 |      |
|   | 塩    | 少々  | 塩    | 少々   |      |
|   | こしょう | 少々  | こしょう | 少々   |      |

・減塩のポイント：しょうがの辛味、酢の酸味、ごま油の香りを使うと薄味でも美味しいです。高血圧の予防には、適塩の食事ももちろんですが、野菜を今より1日1皿増やすこともおすすめです。

|       |        |       |       |
|-------|--------|-------|-------|
| エネルギー | 46kcal | たんぱく質 | 4.9 g |
| 脂質    | 1.2 g  | 炭水化物  | 3.8 g |
|       |        | 塩分    | 0.8 g |

魚沼市食生活改善推進員協議会

### 表紙の写真

6月の食育月間に併せ、なかよし保育園で食育指導が行われました。子どもたちは、食事のときのマナーや食材について、栄養士のお話を興味深そうに聞き入っていました。また、この日の給食に使うキャベツをちぎる作業があり、みんな真剣な表情で1枚1枚、1枚にちねいにちぎっていました。



### 編集後記

6月は、子どもたちと関わる取材がとても多い月でした。カメラを向けられると恥ずかしさからかその場を去る子もいますが、ほとんどが取材に協力してくれます。中にはとても人懐こい子もいて、急に背中に飛び乗られたりもします。元気な魚沼っ子たちのおかげで、今月も楽しく取材ができました。(S)

発行：魚沼市 編集：魚沼市総務課 秘書広報室

〒946-8601 新潟県魚沼市小出島130番地1 ☎025-792-1494

Eメール：reference@city.uonuma.niigata.jp 魚沼市役所ホームページ：http://www.city.uonuma.niigata.jp/

