

魚市報

うおぬま沼

人と四季がかがやく 雪のくに

9.10

2012年9月10日号

No. 95

大そうめん、はやく来ーりん!

もくじ

- 2 いのちのひとつです - 9月10日から16日は自殺予防週間 -
- 3 魚沼コシヒカリ紅葉マラソン参加者・応援者募集
- 4 受動喫煙防止のための基本指針実施
／図書館のサービスを活用しよう
- 5 ぞみの出し方ワンポイント／健康うおぬま
- 6 市民相談センター／商エスマイル
- 7 まちづくり委員会／文化財散歩
- 8 フォトスケッチうおぬま
- 10 お知らせページ
- 22 きらり魚沼人番外編（全国大会結果）／市長室だより
- 23 窓口はこちらです／ひとのうでき／市報クイズ
- 24 児童絵画／ミニミニクッキング

表紙の写真

「大そうめん流し／響きの森公園」

(説明は裏表紙に)

只見線小出大川駅間開通70周年記念

第1回 魚沼コシヒカリ紅葉マラソン

魚沼産コシヒカリの産地 新鮮魚沼産コシヒカリをプレゼント
「ほーあ、どべとべ」産大橋高層175m
フィニッシュは寿和温泉の 露天風呂・大浴場・温泉水プール

2012.11.11(日) 午前9:00 スタート
http://www.city.uonuma.niigata.jp

ランナー1,000人大募集!!

2012年7月10日(火)～9月30日(日)

申込方法
インターネット・SPORTS ENTRY http://www.sportsentry.ne.jp/
携帯電話(モバイルサイト) http://www.sportsentry.ne.jp/mobile
スポーツエントリーの受付センター TEL:025-794-6073
受付時間:平日10:00～17:30
専用受付用紙: フォックス専用申込書

第1回 魚沼コシヒカリ 紅葉マラソン

— 開催案内・参加者募集 —

園生涯学習課 ☎794-6073



モバイル用QRコード
※バーコードリーダーで読み込める端末からアクセスしてください。

8月10日号の市報(3ページ)にも掲載しましたが、只見線小出駅～大川駅間開通70周年を迎えるにあたり、市内を縦断する「魚沼コシヒカリ紅葉マラソン」を開催します。紅葉が美しい魚沼の景色の

大会概要

中を駆け抜けながら、魚沼の魅力を発信するマラソン大会です。

ランナーとしての参加はもちろん、沿道で選手たちに温かい声援を送ってくれる皆さん

の参加もお待ちしています。

- 開催日程
 - 平成24年11月11日(日)
 - 9時スタート(12時まで)
- コース
 - * ハーフコース 22.6 km
 - * 4 km コース
 - * スタート
 - * ハーフコース:響きの森公園
 - * 4 km コース:上条体育館
 - * フィニッシュ
 - * 寿和温泉(2コース共通)
- 制限時間・関門
 - * ハーフコース制限時間: 3時間
 - 第1関門(約7 km地点): 今泉スノーシェッド出口付近/10時間閉鎖
 - 第2関門(約13 km地点): 須川地内交差点付近/11時間閉鎖
 - * 4 km コース制限時間: 1時間
- 定員
 - * ハーフコース: 800人
 - * 4 km コース: 200人
- 参加費
 - * ハーフコース: 4,000円
 - * 4 km コース: 1,500円
- 参加特典
 - * 参加者限定(予定)
 - ・魚沼産新米コシヒカリのおにぎりふるまひ
 - ・魚沼田舎汁ふるまひ
 - ・寿和温泉無料入浴(露天風呂有り)
- 申込方法
 - 【インターネット】
http://www.sportsentry.ne.jp/
 - 【携帯電話・モバイルサイト】
http://www.sportsentry.ne.jp/mobile
 - 【スポーツエントリーカスターマイン サポートセンター】
☎0570-550-846
- 受付時間
 - 平日10時～17時30分

自殺は、『追い込まれたの死』であると考えられています。

追い込まれる前に周囲の人に相談できたり、周囲の人がサインに気づくことができれば、自殺は防ぐことができると思います。

■自殺に至るまでの「背景」が多様化

平成24年3月末の新潟県の自殺者数は150人で、昨年の同期と比べて4人増加しています。(厚生労働省「人口動態統計月報(概数)」より)

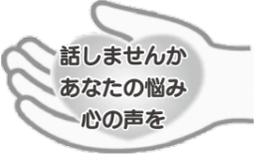
あらゆる環境の変化に対応することが求められる現代、苦しく辛いことだけがストレ

スになるとは限らず、結婚や出産、昇進・引越など大きなストレスとなる場合があります。

また、自殺は個人の問題だけでなく、その背景には様々な社会的要因があることが浮き彫りになってきています。

他人には幸せそうに見えることでも、本人にとっては大きな悩みになる場合があります。

いつもと様子が違うことに、いかに早く気付いてあげられるかが、たったひとつしかない大切な命を守るために必要な第一歩です。

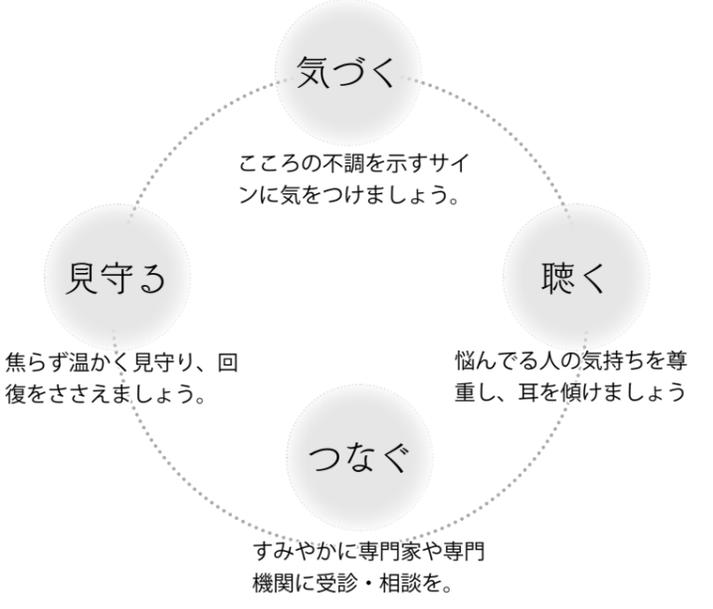


魚沼地域「命をまもる」自殺予防キャッチコピー

命はひとつです。

— 9月10日～16日は自殺予防週間です —

園健康増進室 ☎792-9763



【話を聴くときの配慮】

- ・話せる環境をつくる
- ・悩みに対して批評はしない
- ・「大変でしたね」など、ねぎらいの気持ちを言葉にする

■身近な人の「変化」に気づくことが自殺予防の第一歩

「最近元気がないみたい」「疲れているのかな」など、身近な人の小さな変化に気づいたときは、声をかけてみる

- ### 気づくサイン (自殺予防の10箇条)
- ① うつの症状が発症する(気が沈む、不眠が続く、やる気が起きない など)
 - ② 原因不明の身体の不調が続く
 - ③ 酒量が増す
 - ④ 安全や健康が保てない
 - ⑤ 仕事の負担が急に増える・大きな失敗をする・職を失う
 - ⑥ 職場や家庭でサポートが得られない
 - ⑦ 本人にとって価値あるもの(職・地位・家族・財産)を失う
 - ⑧ 重症の身体の病気になる
 - ⑨ 自殺を口にする
 - ⑩ 自殺未遂に及ぶ
- ※内閣府自殺対策推進室「自殺総合対策大綱(パンフレット)」より
- このほかにも、大きな借金を負うなど、経済的な理由も引き金になることがあります。



受動喫煙防止のための基本指針が実施されます

健康増進室 ☎792-9763

10月1日から、『魚沼市受動喫煙のための基本指針』が実施され、市内の公共施設は原則「敷地内禁煙」となります。

受動喫煙とは、喫煙による健康への悪影響が、喫煙者本人だけでなく周囲の人々へ意思とは関係なく及ぼされることをいいます。また、屋内では換気設備を稼働させていても受動喫煙は防げないため、たばこを吸わない人であっても健康被害を受けるとされています。

来月からの実施に伴い、市役所の各庁舎・公共施設には



←掲示されるポスター(右)とのぼり(左)。実際はカラーで作られています。

ポスターやのぼりが掲示される予定です。公共施設を利用する際には、皆さまのご協力をお願いします。

ごみの出し方ワンポイント

図 廃棄物対策室 ☎792・3055

ごみの中でも「面倒くさい」「ややこしい」「勘違いしていた」といわれる分別について紹介します。

■紙類 (7ページ※)

- *紙類は「ダンボール」「新聞紙」「その他の紙」の3種類に分別してください。
- *チラシ・郵便物・小さなメモ紙は燃やせるごみではなく、雑誌に挟んで資源ごみに出しましょう。
- *汚れた紙や銀紙・レシートは資源として再利用できませんので、燃やせるごみに出してください。

燃やせるごみの54%を占めている紙類。紙を「燃やせるごみ」から「資源ごみ」に正しく分別することで、大きな減量化が期待できます。



図書館のサービスを活用しましょう

もっと気軽に図書館を使っていたくため、図書館・図書室のサービスをご紹介します。

図 生涯学習課 ☎794・6073

利用者カードを 作りましょう

カードをお持ちの場合、市内の図書館(室)で同時に5冊まで借りられます。(カードは全館共通です。)貸出し期間は、図書2週間、雑誌や視聴覚資料(DVD・CDなど)は1週間です。借りる場所と返す場所が違って構いません。

対0歳から登録できます
登録料などは無料です
持現住所の確認ができるもの

貸出期間の延長 (図書のみ)

期限までに読み終わらない時は、予約がなければ2週間延長できます(ただし延長は1回まで)。電話でも申込みが可能です。

検索・予約サービス

自宅のパソコンや携帯電話などから蔵書の検索や予約ができます。(5冊まで)貸出が可能になったらメールなどでお知らせもできます。※事前にパスワードの申請が必要で、お近くの図書館で手続きください。

コピーサービス

図書館の資料に限り、著作権の範囲内でコピーをすることができます。
白黒 1枚 10円、カラー 1枚 40円

問い合わせ先

- *小出郷図書館 ☎792・0337
- *広神図書館 ☎799・3227
- *堀之内公民館図書室 ☎794・6026
- *守門公民館図書室 ☎797・2261
- *入広瀬公民館図書室 ☎796・3037
- 魚沼市立図書館のホームページアドレスが変わりました
<http://www.city.uonuma.niigata.jp/tsyokan/>

健康 **うおぬま** ④1

健康増進室 ☎792-9763

野菜、本当に足りていますか? - 9月は食生活改善普及運動月間です

■実は足りていない!? 摂ってるつもりでも「野菜不足」
今年度の食生活改善普及運動は、「野菜不足の解消」が重点目標です。
野菜の摂取量を増やすことは、生活習慣病の予防に効果があるとされていますが、平成22年の国民健康・栄養調査の結果によれば、野菜の摂取量は、成人で平均282g、20歳代では平均233gと目標値(健康日本21)の350gには届いていません。

■食のことなら魚沼市食生活改善推進員にお任せ!
食を通じた健康づくりのお手伝いをするボランティア「魚沼市食生活改善推進員」が、市内に100名います。



「バランス食の料理講習会や、野菜をしっかり食べる秘策をお教えします。気軽にお問合せください。“簡単お楽しみクッキング”にもぜひ参加してください!」
魚沼市食生活改善推進員協議会会長 富永さん

■野菜が足りているかチェックしてみましょう
*毎日350g以上の野菜を食べている
350gは小皿5つ分の野菜料理に相当します。
*1日3食(朝食・昼食・夕食)、野菜を食べている。
1食でも野菜を抜くと、目標量の350gを達成することはとても困難となります。野菜不足気味な人は野菜たっぷりの汁物をプラスしてみましょう。
*漬物はちよっぴりだけ
漬物は塩分も多く、例えばなす漬け1個で約2gの塩を摂ってしまいます。漬物は1日にちよっぴり。
*野菜ジュースを野菜の代わりにしない
ジュースでは「噛む」ことをしません。また、水に溶けにくい食物繊維が極端に少なくなり、糖分が多くなります。野菜本来の働きはあまり期待できません。

■7月の相談件数
…151件
・電話 95件
・来庁 43件
・その他13件

「くらしの無料相談会」開催します

「法の日」週間（10月1日～7日）の行事として、法務行政、登記、法律などに関する無料相談会を開催します。



くらしの中の様々な問題や困りごと、これまで相談できなかったことはありませんか。それぞれ専門の相談員が無料で相談をお受けします。

- 10月4日（木）13時30分～16時
場小出ボランティアセンター
相弁護士、司法書士、土地家屋調査士、行政相談員、人権擁護委員、法務局職員
他秘密は固く守られます。
申弁護士相談のみ相談センター宛てに予約が必要です。（一人30分程度）
それ以外の予約は不要ですので、当日会場にお越しください。
- 相談内容
①土地・建物の売買、相続、抵当権設定、土地の分筆、合筆、地積更正、地目変更、建物の新築、増築、滅失などの不動産登記の問題

- ②土地の境界の問題
- ③会社の設立、役員変更などの会社・法人登記の問題
- ④結婚、離婚、養子縁組や国籍取得などの戸籍・国籍の問題
- ⑤地代、家賃などの供託の問題
- ⑥家庭内、親族間、近隣間のもめごと・悩みごと、いじめ、不登校、体罰、不当な差別、虐待などの人権の問題
- ⑦【消費生活相談】金銭の貸借、保証、借金（サラ金）、訪問販売等の契約に関するトラブル
- ⑧行政に関する相談・苦情

ひとりで悩んでいませんか

全国一斉「子ども人権相談日」

- 9月23日（日）10時～15時
場南魚沼市民会館（南魚沼市六日町）
内いじめ、体罰、不登校、虐待など子どもに関する悩みごとや心配ごと
相人権擁護委員
場新潟地方法務局南魚沼支局
☎025・772・3742

もっと知りたい！

まちづくり委員会



☎792・9752
場まちづくり室

小グループ活動を始めました

まちづくり委員会は、今年から各部署で小グループごとの活動をスタートしました。これは、委員が自分でやりたいことを、リーダーとして企画提案し進めていくものです。また、関心のあるテーマを掲げたグループに、流動的に参加できるようにしています。

例えば、福祉健康部会のAグループは、青島地区で「魚沼心の駅」を稼働することにしました。

「心の駅」とは、年齢や世代・性別を問わず、誰でも立ち寄って交流ができる休憩所のことです。

気軽に、気楽に過ごせる『縁側』のような効果が期待される「心の駅」で人と人との繋がりを深めながら、地域の連帯感を醸成します。また、人との交流を通じ、オープンマインド（＝他



「魚沼心の駅」のようす

人の考えを理解すること、偏見を持たないことの意味として使用）な考え方を育むことを目的としています。

まちづくり委員会では、今後も魚沼の地域と人を元気にできるような、画期的な活動が誕生することが期待されています。

文化財散歩

No.46

●市指定文化財の考古資料／根小屋の永和板碑を紹介します。（個人所蔵）

川原石を使った越後特有の板碑で、碑面に地藏菩薩を表す梵字（写真参照：「イ」と読む）と「永和2年（1376）」、「没故念阿禅尼位」「九月廿六日孝子敬白」と刻まれており、故人となった母親「念阿禅尼」の冥福を祈り、永和2年9月26日に孝子（子）が施主となって建立したことがわかります。

永和2年は、朝廷が2つに分かれた南北朝時代の北朝方の年号。宇賀地郷を支配したのは榎板平城を本拠地にして北朝方のタ功氏であったので、このことから北朝方の支配力が強かったことがうかがえます。

板碑とは、追善供養（※）のために建てられるものです。

※…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捧げることで冥福を願うこと。



【写真提供：魚沼歴史・民俗の会】

商工スマイル

— 買い物は地域内で 賑わいあるまちづくり

異業種との交流・商談会により 受発注機会の拡大を！

“2012 魚沼地域ビジネス交流会”を開催します。



県内外の企業を招いて行われる、『ビジネス交流会』（企業間交流会・商談会）を今年も開催します。これは魚沼市・南魚沼市・湯沢町を広域魚沼ビジネスエリアとしてとらえ、産業の発展や中小製造業の活性化を目指すものです。交流会では取引の推進、技術力の向上、企業間の情報交換のほか、地域外の企業との交流による受注機会の拡大、業種を問わない交流を通じてのネットワークづくりや協力体制の確立なども目指します。

■先進技術の展示が満載！

先進技術の展示により、新産業への進出の可能性を創出します。

ロボットスーツHAL[®]福祉用（サイバーダイナ社）・キャビネット式植物工場（サンアロー社）・改造電気自動車（十日町グループ夢21）などを展示します。

■食品企業向けバイヤーを招聘

大手食品小売店2社からバイヤーを招聘し、個別商談のほか、商品づくりへのアドバイスをいただきます。

魚沼地域ビジネス交流会

- 期日：10月17日（水）
- 会場：堀之内体育館、堀之内公民館
- 内容：12:00 受付
12:30 グループ別交流
13:30 個別交流・商談会
16:00 基調講演
17:30 情報交換パーティー
- 募集締切：9月14日（金）

現在、製造企業を中心に各地の商工会等を通じて参加募集の案内を配布しています。くわしくは、商工観光課（☎792・9753）、または最寄りの商工会へお問合せください。

小出まつり

8月25日、26日、27日

連日気温が35℃を超える猛暑のなか、祭りを盛り上げようとたくさんの方が集まり、熱気に包まれた3日間となりました。



いい顔みじり



8月23日 夏休み子どもものづくり教室
ひこやうたぐいしきもさくらん

日本のものづくりの担い手となる子どもたちを対象にした「夏休み子どもものづくり教室」がこのほど、県立魚沼テクノスクールで開催され、62人の小学生が参加しました。「せっこう手形づくり」コーナーでは、エクステリア左官科の学生が講師となり、手形をあしらったスタンドの作り方を子どもたちに指導していました。

呼吸を合わせてパドルを漕いで

— 8.25 堀之内小学校4年生Eボート体験



堀之内小の4年生が、Eボートで川下り体験を行いました。爽やかな川風を受けながら、根小屋橋から宇賀地橋までおよそ30分をかけて下り、「楽しかった〜！」と満喫した様子でゴールしました。

やった！電気がついたよ！

— 8.4 ペットボトルでエコ発電



ペットボトルで風力発電機を作る教室が、湯之谷世代間交流施設で開催されました。羽根が高速で回転すると明かりが灯る仕組みですが、モーター部分の接続が難しく、点灯するまで頑張ってやり直しの姿が見られました。

日時 期 場所 内容 対象
資格 演題・講師 出演 相談員
持ち物 費用 定員 締め切り
ホームページ その他 申し込み
お問い合わせ

小出庁舎休日窓口の開設日を変更します

新潟県知事選挙が行われることにより、次のおり10月の小出庁舎休日窓口の開設日を変更します。

- 変更前：10月21日(日) 8時30分～12時
- 変更後：10月14日(日) 8時30分～12時

市民生活室
☎792・1112



図書館に『黒姫洞窟遺跡と考古学・郷土史』コーナーを設置します

黒姫洞窟は、入広瀬地域大由川に所在し、県内最古級の縄文土器や県内最古のサケ科の骨が出土した縄文時代草創期(約13,000年前)の遺跡です。

市では土器や石器の公開や活用を進めるため市内の図書館・図書室に考古学・郷土史コーナーを設置します。

図書館へお越しの際には、縄文の世界を体験ください。

- 講演会「縄文文化の始まりと黒姫洞窟遺跡(仮)」
- 日11月3日(祝) (予定)
- 場 広神コミュニティセンター 3階講堂

講師 小林達雄さん(考古学東縄文学の第一人者・國學院大学名誉教授)



秋の全国交通安全運動

●スローガン 「広めよう 早めのライトと反射材」

期 9月21日(金)～9月30日(日)
秋は夕暮れが早まることと行楽期が重なることで、交通事故が多発する危険があります。交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践により、交通事故防止の徹底を図りましょう。

シートベルト・チャイルドシートは「命綱」です。全座

県営ほ場整備事業暗渠排水工事のためのもみ殻の提供をお願いします

今年度から、今泉・長松・江口地区でほ場整備事業に伴う暗渠排水工事を行う予定です。今年度の工事(9月下旬から11月頃)で暗渠管被覆材としてもみ殻が多量に必要です。

以前、もみ殻提供のお願いをさせていただきましたが、必要量が確保できず、このままでは工事が実施できない状況で大変苦慮しています。

つきましては、もみ殻提供について囑託員を通じてご連絡いただきますよう再度お願いします。少量ずつでも結構ですので、ご協力をお願いします。

農林室 ☎799・4603
魚沼地域振興局農村整備課 ☎792・1306

身体に重度の障害等がある選挙人のための郵便等による不在者投票制度

投票日に投票所へ行けない人のための不在者投票制度の中に、身体に重度の障害等がある選挙人が、自宅などで郵便等によって投票できる「郵便等による不在者投票」の制度があります。

この制度を利用できる人は下記の表のとおりです。

この制度を利用するには、あらかじめ『郵便等投票証明書』の交付を受ける必要があるため、市選挙管理委員会へ交付申請をしてください。

・下記に該当する人であつても、自書できない人はこの制度を利用できません。ただし、上肢または視覚の障害が1級(個別等級)の人、戦傷病者手帳で上肢または視覚の障害が特別項症から第2項症の人は代理記載制度を利用することができません。

市選挙管理委員会
☎792・9203

障害等の区分	障害等の程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能の障害の程度が1級または2級と記載されている人 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害の程度が1級または3級と記載されている人
戦傷病者手帳	両下肢、体幹の障害の程度が特別項症から第2項症と記載されている人 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害の程度が特別項症から第3項症と記載されている人
介護保険の被保険者証	要介護状態区分が要介護5と記載されている人

文化祭作品募集

魚沼市文化協会事務局(小出郷文化会館内) ☎792・8811

11月2日から4日にかけて市内6地域で行われる文化祭の作品を募集します。
●各地域共通事項
●出品料：高校生以下と文化協会会員は無料、それ以外の人は一人200円
●他くわしい内容は開催要項をご覧ください。開催要項・申込書等は文化協会事務局(小出郷文化会館内)にあります。



1 堀之内地域文化祭

日 11月2日(金)～11月4日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)
●茶席：11月4日(日)10時～15時
場 堀之内体育館アリーナ
申 出品受付は堀之内公民館大ホールにて10月27日(土)・28日(日)いずれも9時～17時の間に申込書を作品とともに提出してください。
他 開催要項・申込書等は堀之内公民館にもあります。

2 小出地域文化祭

日 11月2日(金)～11月4日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)
●茶席：11月3日(祝)9時30分～15時
場 小出郷総合体育館
申 10月12日(日)
申 所定の申込書を事務局へ提出してください。
●作品搬入：11月1日(木)13時～17時

3 湯之谷地域文化祭

日 11月2日(金)～11月4日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)
●茶席：11月2日(金)～4日(日)10時～15時
場 地域振興センター(道の駅隣)
申 10月5日(日)
申 所定の申込書を事務局へ提出してください。
●作品搬入：10月31日(祝)13時30分～18時

4 広神地域文化祭

日 11月3日(祝)・4日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)
●茶席：11月3日(祝)10時～15時、11月4日(日)10時～14時
場 広神体育センターおよび広神コミュニティセンター
申 短歌・俳句は10月15日(月)それ以外は10月21日(日)
申 所定の申込書を広神コミュニティセンターへ提出してください。
●作品搬入：短歌・俳句以外の作品は11月2日(金)16時から
他 開催要項・申込書等は広神コミュニティセンターにもあります。

5 守門地域文化祭

日 11月3日(祝)・4日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)
●茶席：11月3日(祝)10時～15時
場 須原第一体育館
申 10月13日(土)
申 所定の申込書を事務局へ提出してください。
●作品搬入：11月2日(金)9時から(会場設営、物品搬入、展示の作業にご協力していただきます。)

6 入広瀬地域文化祭

日 11月3日(祝)・4日(日) 9時～17時(最終日は12時まで)
●ドライフラワー体験コーナー：11月3日(祝)9時～12時(無料)
場 入広瀬スポーツセンター
申 11月2日(金)
申 11月2日(金)展示会場に申込書を提出してください。
●作品搬入：11月2日(金)9時～12時
他 開催要項・申込書等は北部振興事務所入広瀬分室にもあります。

就業構造基本調査にご協力ください

この調査は国民のふだんの就業・不就業の実態を把握することにより、雇用政策や経済政策などに必要な基礎資料を得ることを目的として行います。

10月1日現在の就業構造基本調査を実施します。

お住まいの地域が調査対象となった場合は、9月上旬から調査員証を携帯した調査員が世帯の確認に伺います。

他調査票に記入した内容については、統計法に基づき厳重に保護されます。

企画政策室 ☎792・1425

くらし

有機センター使用も殻収集

例年、有機センターで使用するもみ殻については、農家の皆様からの提供をいただいていたが、平成24年は次のとおりとさせていただきます。

- ・新規のもみ殻収集については受け付けません。
- ・有機センター(舟山)に直接搬入の場合は受付します。(2反歩分のもみ殻につき堆肥小袋一袋を差し上げます)

岡魚沼市有機センター
☎794・6688
または農政室 ☎799・3485

リサイクルハウスで大型不用品の仲介を行います

9月16日(日)13時～15時
場リサイクルハウス(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)

- 取扱い品: 家具類、ベビー用品、自転車など大型不用品(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。)
- 個人での不用品の搬入・搬出: 13時～15時

岡市民相談センター
☎792・8844

信濃川水系河川整備計画策定の住民懇談会を開催します

国土交通省北陸地方整備局では、今後20～30年の河川の整備の目標、河川工事や河川の維持内容を定める作業を進めています。

信濃川水系の整備に皆様のご意見をお聞かせください。

10月4日(日)18時30分～20時30分
場 小出郷福祉センター第一研修室
申 不要

「信濃川水系河川整備計画」で検索ください。

岡信濃川河川事務所調査課
☎0258・323243

原付免許取得講習

10月14日(日)7時から
場 魚沼中央自動車学校

16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)ように準備してください。

申 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

職員等の募集

社会福祉法人魚沼市社会福祉協議会職員等

①看護職員(正職員)

- 募集定員: 2人
- 応募資格: 看護師または准看護師で、普通自動車運転免許取得者

②介護職員(臨時職員)

- 募集定員: 1人
- 応募資格: 介護福祉士または2級ヘルパー(採用後に取得意欲のある人を含む)で、普通自動車運転免許取得者

●勤務地: 伊米ヶ崎デイサービスセンター(虫野)



募集

新潟県知事選挙投票日および期日前投票の立会人の公募

魚沼市の選挙人名簿に登録されている人

定 各投票所に2人ずつ(投票日、期日前の投票所) ※ただし、当日の投票所についてはご自身の投票する投票所に限ります。

●日時・報酬額等

①期日前投票所: 10月5日(金)～10月20日(土)の任意の日

- ・小出庁舎
- ・小出庁舎以外の庁舎

¥9,500円/日

立会時間: 8時30分～20時

立会時間: 8時30分～17時

安心・安全

まちづくり室
☎792・9752

①シートベルト・チャイルドシート着用強調月間

「カチッとベルトパーフェクト運動」

9月1日(土)～9月30日(日)

シートベルトやチャイルドシートは、予期せぬ交通事故に遭った場合、被害の防止や軽減のために欠かせません。運転席、助手席はもちろん、後部座席でも着用を徹底しましょう。

6歳未満の子どもには、必ずチャイルドシートを使用しましょう。

●新潟チャイルドシート着用状況(平成24年4月警察JAF合同調査)

・6歳未満全体の使用率は、46.5%で全国41位

・5歳の使用率は、22.4%

●まちづくり室または魚沼市交通安全協会 ☎792・5275



交通災害共済加入者へ請求漏れはありませんか

交通事故に遭った場合、次の要件で見舞金が支払われます。本人からの請求が必要になりますので、忘れずに請求してください。

- 対象要件: 実治療日数が7日以上の場合
- 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ことがありません。

募集

魚沼市地域福祉計画策定委員を募集します

7,100円/日

②当日投票所: 10月21日(日)

- ・堀之内、小出、湯之谷、広神地域の投票所

立会時間: 7時～20時

¥10,700円/日

- ・守門、入広瀬地域の投票所

立会時間: 7時～18時

¥9,100円/日

※日にちの指定は可能ですが、1日の中での時間指定はできません。

※食事や湯茶の用意はありませんので、持参してください。

9月18日(火)までに、各庁舎窓口へ備え付けの申込書に必要事項を記入し、申し込みください。

個人数に制限があるため、応募されても選任されない場合があります。

岡市選挙管理委員会
☎792・9203

高齢者と女性のドライブングスクール

9月24日(月)8時45分～11時45分(受付: 8時30分から)

場 魚沼中央自動車学校

実車による技能講習、日常点検等

普通免許所有者で65歳以上の人および女性

ツキノワグマに注意しましょう

秋になり、キノコ採りや紅葉狩り等で山に入る機会が多くなる時期を迎えました。

例年、全国各地でクマに襲われ、負傷する事故が発生しています。

また、新潟県の調査によれば、今年はクマの餌となるブナなどの木の実の凶作が予想されるため、餌をなくしたクマが例年より多く人里に下りてくるのが懸念されています。

クマによる被害防止のために次のことに注意してください。

- 家の周りにクマの餌になるものを置かないようにし



ましよう。

- 山に入るときは、クマ除けに鈴やラジオ等の音の出るもの携帯しましょう。
- またクマに限らず、イノシシ、サル等危険な動物を目撃した場合には、環境対策室、保健所、警察署またはお近くの駐在所まで連絡してください。

環境対策室
☎792・9766

高齢者が地域で安心して生活できるように

高齢者福祉サービスをご利用ください

申請方法等の詳細についてのお問い合わせ先 介護福祉室 ☎792・9755

サービス名	内容	対象者	助成額または利用料等
寝たきり老人等介護手当支給事業	介護を必要とする状態が3か月以上継続している人を在宅で介護している人に、介護手当を支給する。	次のいずれかの人を常時介護している人（特別障害者手当受給者を除く） ・要介護3以上の人 ・身体障害者手帳1～3級所持者 ・療育手帳A所持者	手当額（月額） ・市民税課税世帯…5,000円 ・市民税非課税世帯…7,000円
家族介護用品支給事業	紙おむつ・尿取りパッド等の購入費用を助成する。	・要介護3以上の人 ・身体障害者手帳1・2級所持者 ・65歳以上かつ要支援1以上で生活保護世帯または高齢者世帯に属する人	助成額 ・給付券を月6枚交付 ・市民税非課税世帯で65歳以上かつ要介護4以上の方は給付券を月12枚交付（給付券：1枚500円分）
外出支援サービス事業	自家用車の運転や公共交通機関の利用が困難な人に、医療機関等への送迎費用を助成する。	おおむね65歳以上で次の要件をすべて満たす人 ・要支援2以上または身体的理由により公共交通機関を利用することが困難な人 ・市民税非課税世帯または市県民税均等割りのみ課税世帯（年額4,000円）に属する人	助成額 ・タクシー券（1枚500円分）を年24枚交付（年度途中の申請は月割り）
緊急通報体制等整備事業	急病等の緊急時に迅速な対応を図るため、緊急通報装置を貸与する。	・おおむね65歳以上の単身者、高齢者・身体障害者のみの世帯に属する人 ・日中、1人になる高齢者・身体障害者	利用料（月額） ・市民税課税世帯…500円 ・市民税非課税世帯…無料
軽度生活支援事業（生活援助）	ホームヘルパーを派遣する。 ・食材、日用品等の買物 ・家屋内の整理整頓、掃除 ・その他	おおむね65歳以上の高齢者のみの世帯で日常生活に援助を必要とする世帯（要介護認定の人を除く）	利用料 ・30分当たり…100円（原則週1回）
軽度生活支援事業（除雪援助）	屋根雪等の除雪および住宅の門払いを援助する。 【一冬の利用限度】 ・屋根雪等の除雪 入広瀬地域48時間、守門地域40時間、それ以外の地域32時間 ・住宅の門払い 守門・入広瀬地域40回、それ以外の地域30回	市民税非課税世帯で、おおむね65歳以上の単身者、高齢者のみの世帯・障害者のみの世帯・母子世帯で日常生活に援助を必要とする世帯（親族等から労力および経済的援助が受けられる場合は除く）	利用料 ・屋根雪等 1時間当たり…500円 ・門払い 1回当たり…150円
生きがい活動支援通所事業	生きがい活動と社会参加を促進するため、日常動作訓練、趣味活動、交流、憩い、昼食、入浴等のサービスを提供する。	おおむね65歳以上で、単身の世帯、日中一人になる人、閉じこもりがちの人（要介護認定の人およびこれに準ずる人を除く）	利用料（1回当たり） ・市民税課税世帯…700円 ・市民税非課税世帯…400円
食の自立支援事業（配食サービス）	栄養バランスのとれた昼食弁当を提供し（週2回以内）、配達時に利用者の安否確認を行う。	65歳以上の単身者、高齢者のみの世帯およびこれらに属する高齢者・身体障害者で、自立支援の観点から配食サービスが必要な人	利用料（1食当たり） ・市民税課税世帯…300円 ・市民税非課税世帯…200円
普及啓発型筋力向上トレーニング事業（若返りトレーニング教室）	転倒骨折や運動機能の低下防止のため、高齢者向けのトレーニング機器を使用し、運動機能の向上を図る。	65歳以上の人	利用料（月額） ・週1回コース…1,000円 ・週2回コース…2,000円 ・スポーツ保険料、教材費等は実費負担

新潟県立魚沼テクノスクール 平成25年度入校生募集

	募集科及び受験資格			選考日程		
	木造建築科 (訓練期間2年)	電気施設科 (訓練期間1年)	エクステリア左官科 (訓練期間1年)	受付期間	選考日	合格発表
推薦選考	平成25年3月 高校卒業見込者	平成25年3月 高校卒業見込者	実施しません	9/10(月) ～28(金)	10/5(金)	10/12(金)
一般選考	義務教育卒業以上 概ね30歳以下	高校卒業以上 概ね30歳以下	義務教育卒業以上 若年離職者	10/9(火) ～31(水)	11/9(金)	11/19(月)

④年齢が31歳以上の人は、事前にご相談ください。
⑤詳しくは募集要項を請求してください。
⑥新潟県立魚沼テクノスクール ☎794・2410

健康・福祉

老人医療費助成事業 (県老)

65歳～69歳までのひとり暮らしまたは寝たきりの人が、健康を保ち健やかに過ごせるように、病院などにかかった医療費の自己負担額の一部を県と市が助成します。

⑦次のいずれかに該当する人
・65歳～69歳で常時ひとり暮らしの状態にある人（戸籍上、住民票上でひとり暮らしであるという形態だけでなく、生活実態を考慮します。）
・65歳～69歳で3か月以上に渡って常時寝たきりで、日常生活における基本的な動作（食事、排便、入浴、起居等）が困難かつ他の介助を必要とする状態にあり、その状態が継続すると認められる人
※ただし、所得が125万円を超える人は除かれます。

●助成額
・一部負担金：かかった医療費の1割
・1か月の自己負担限度額：

外来のみの場合12,000円、入院と外来があった場合44,400円（市民税非課税世帯の人は軽減制度があります。）
⑧保険証、印鑑
⑨介護福祉室
☎792・9755

福祉バザーにご協力ください

贈答品などの不用品を提供いただき、それらを販売した収益金を福祉に役立てます。
⑩10月7日(日)
場皇大神宮参道（堀之内上仲町よつげ亭）

町内	氏名
下町二	森山正江
堀之内稲荷町	山之内竹子
堀之内稲荷町	大平邦子
学校町	山本栄子
田戸	覚張テイ
竜光一	下村和枝

堀之内ボランティアの会
☎794・3199

報 告 厚生労働省からのお知らせ
特定血液製剤によりC型肝炎ウイルスに感染された人へ、給付金のお知らせです

請求手続は 平成25年1月15日まで
●出産や手術における大量出血等の際に、特定の血液製剤を投与されたことにより、C型肝炎ウイルスに感染された人に、給付金を支給する仕組みがあります。
⑪くわしくは厚生労働省ホームページまたは相談窓口フリーダイヤル ☎0120・509・002（平日9時30分～18時）

赤い羽根共同募金にご協力ください

今年も全国一斉に赤い羽根共同募金運動が実施されます。お寄せいただいた募金は魚沼市の福祉の推進のため様々な事業に使われます。
⑫10月1日～12月31日
●取りまとめ方法：各地域の嘱託員にとりまとめをお願いしています。募金はあくまでも任意ですので、ご協力いただける範囲でお願いします。
⑬新潟県共同募金会魚沼市支会（魚沼市社会福祉協議会内）
☎792・8191

9月は「高齢者見守り月間」

地域みんなで高齢者を見守りましょう。普段からのお付き合い、人間関係が大切です。
⑭まずはあいさつから、ご近所で声を掛け合いますよう。
⑮地域の高齢者をさりげなく見守りましょう。
⑯ご近所で普段と違うことがないか、目配りをしましょう。「いつもと違う」「心配なことが起きているようだ」と気づいたり、何か心配事がある場合は、次へお問い合わせください。
⑰地区の担当民生委員、地域包括支援センター ☎792・9760または、最寄りの在宅介護支援センター

禁煙の日 ⑱9月22日(祝) 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

① 風しんの患者数が増えています

関東を中心に例年と比べ大幅に増加しています。また、県内でも5件の報告があります(8月12日現在)。特に妊娠初期に感染すると、白内障、先天性心疾患や難聴などを主症状とする先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる可能性があります。妊婦への感染を防ぐために、妊婦のいる家族やこれから妊娠を希望する人などで風しんにかかったことがない人や、今まで予防接種を受けたことがない人は任意での接種をご検討ください。また、定期予防接種対象者(1歳、保育園等の年長・中学1年生・高校3年生相当の人)は確実に接種を受けましょう。

- ② 献血(全血)
 - ☎9月28日(金)
 - ① 魚沼市消防本部 10時~12時
 - ② 県立小出病院 13時30分~16時
 - ☎献血種別:全血(400ml、200ml)
 - 400ml 献血
 - ☎17歳(女性は18歳)から69歳(注)
 - ・体重が男女とも50kg以上
 - ☎年間献血回数は、男性3回以内・女性2回以内です。
 - 200ml 献血
 - ☎16歳から69歳(注)
 - ・体重が男性45kg以上、女性40kg以上
 - ☎年間献血回数は、男性6回以内・女性4回以内です。
 - 共通事項
 - ・年間で採血できる量は、男性1、200ml・女性800ml以内です。
 - ・前回400ml献血をした人は男性12週間後・女性16週間後の同じ曜日から、200ml献血をした人は4週間後の同じ曜日から献血できます。

(注) 65歳以上の献血については、献血される人の健康を考え、60歳~64歳までの間に献血経験がある人に限られます。

☎献血カード
☎他共催:献血推進協力団体魚沼ライオンズクラブ

③ 栄養・食生活講座

健康づくりのための知識・技術を習得しましょう。
☎10月18日(木)、11月15日(木)、12月6日(木)、2月7日(木)、3月14日(木)(計5回) いずれも9時30分~15時
☎場小出ポランティアセンター
☎栄養・食生活・運動の講義、実技、調理実習
☎市栄養士・保健師、健康運動指導士等
☎健康づくりに関心のある人
☎定15人
☎¥2,000円(テキスト、材料費)
☎持筆記用具、エプロン、三角巾、手拭
☎☎9月25日(火)
☎他受講修了者は、魚沼市食生活改善推進員協議会に加入できます。

◆ひとり暮らし高齢者交流事業

☎10月2日(火)
☎場小出ポランティアセンター
☎園児との交流・レクリエーションと昼食会
☎☎小出・湯ヶ谷地区在住の概ね65歳以上でひとり暮らしの人
☎¥300円
☎☎9月21日(金)
☎申社会福祉協議会小出・湯ヶ谷支所 ☎792・8181

◆ひとり暮らし高齢者交流事業ミニバスツアー

☎9月20日(木)
☎場杜々の森名水公園(長岡市栃尾)
☎☎買い物・散策・昼食
☎☎入広瀬地域在住の概ね65歳以上でひとり暮らしの人
☎¥300円
☎☎9月10日(月)
☎申社会福祉協議会入広瀬支所 ☎796・2549

不活化ポリオワクチン接種が始まりました

予診票は、ワクチンの一時的な不足や医療機関での混乱を生じる等のおそれがあるため、9月末までに年齢が大きい人から順次送付します。

☎☎生後3か月から7歳6か月の人で生ポリオワクチンの2回接種が済んでいない人
☎他・接種が済んでいる回数によって、残りの回数や受け方が変わります。

・個別に医療機関で接種します(市内では、県立小出病院、うおぬま小児クリニックで接種可)。
健康増進室
☎☎792・9763



◆福祉住環境講座(コピーライター準備講座)

福祉・介護・住宅のバリアフリー化等、福祉住環境コピーライター3級程度の基礎知識を習得したい人向けの内容です。

- ☎9月29日(土)、10月13日(土)、11月10日(土)、11月18日(日)(4日間)
- ☎場県立魚沼テクノスクール
- ☎就労者
- ☎定10人
- ☎¥2,400円(なお、当講習に使用する市販テキストの代金として、別途講習初日に1,680円を徴収します。)
- ☎☎新潟県立テクノスクール ☎794・2410
- ☎☎794・2411



生涯学習・公民館

小出郷図書館
☎☎792・0337

① 0~3才向けだっこでおはなし

☎9月28日(金)10時30分から
☎場小出郷図書館おはなしのへや
☎☎お子さんをひざにだっこしながら、絵本や手遊びを楽しまませんか。絵本「だいすき」「くだものいろいろかくれんぼ」、紙芝居「よんでよんで」

② おはなしがっぱん

☎9月29日(土)10時30分から
☎場湯ヶ谷児童館(つくし保育園隣)
☎☎絵本「タンゲくん」、「あのとすきになったよ」、大型絵本「おこる」、紙芝居「はんだいのまほうつかい」、おり紙工作「とんとん相撲」を行います。
☎☎どなたでも

ぶちゅとくろが 掘れ掘れさつまいも掘り大会

☎10月11日(木)10時~11時30分
☎☎雨天時は10月18日(木)
☎☎六花園
☎☎いもほり(指定袋詰め放題お持ち帰り方式)
☎☎市内在住で就園前の1~3歳幼児とその保護者
☎☎定70人 ¥袋一枚200円
☎☎持タオル、雨具、飲み物、汚れても良い服装、軍手、長靴、着替え、虫除け、ビ

ニール袋、園芸用スコップ、その他子どもに必要なもの
☎☎10月4日(木)
☎☎他申し込みの際に雨天延期となつた場合の参加の可否も併せてお知らせください。
☎☎雨天時の実施の有無は、当日8時30分までに決定します。それ以後お問合せください。
☎☎☎中間生涯学習課 ☎794・6073

NPO法人・魚沼伝習館
☎☎☎793・7320
☎☎Eメール info@onuma-denjuku.com

① うおぬまサイクルキッズ③

☎9月23日(日)8時30分集合、9時開始、16時終了予定
☎☎場魚沼市交流センターユピオ
☎☎自転車を使ったゲームや短めのサイクリングに挑戦します。10月のキャンプのルートもみんなで考えよう!
☎☎☎小学生4年生~中学生3年生
☎☎定20人

③ うおぬまサイクルキッズ④

☎10月6日(土)~8日(祝)例

☎☎場魚沼から100km圏内(長野方面、日本海方面など)
☎☎☎二泊三日の長距離サイクリングキャンプです。活動中は野外調理、テント泊を行います。
☎☎☎小学生4年生~中学生3年生
☎☎定20人

☎☎¥6,000円(活動費・保険料込)
☎☎☎他詳細は決定したい、参加者にお知らせします。自転車(変速付き)、ヘルメット貸出可。
☎☎☎9月28日(金)

☎☎☎当日連絡先 ☎☎☎080・8023・4015

② 秘密基地遊び

☎9月30日(日)8時30分集合、9時開始、16時終了予定

只見線70周年記念企画展の展示用写真・資料などを探しています

生涯学習課では只見線小出・大白川駅開通70周年を記念した企画展を計画しています。

この企画展で展示する只見線関係の昔の写真や当時の資料等を探しています。

また、「昔の只見線はこんな様子だった。」といった情報もお寄せください。生涯学習課文化財係 担当・伊藤 ☎794・6073

◆初心者向け写真講座

9月20日(木)19時、9月30日(日)9時、10月12日(金)19時の全3回

場堀之内公民館

初心者向けの、題材の選び方、構図の決め方等

講師 井公夫さん(堀之内)

定15人 教材費実費

9月18日(火)場堀之内公民館 ☎794・6026

◆マジック教室

パーティーや歓送迎会で、お友達や同僚を喜ばせて、人気者になる。9月29日(土)、10月13日(土)

他裸足で踊ります。9月29日(土) 申伊米ヶ崎公民館 ☎792・0082 (9時～16時(祝日除く))

スポーツ

◆テニスの日 スポーツフェスティバル

9月23日(日)受付:8時30分～9時(15時終了予定) 場 薬師テニスコート(雨天時は小出郷体育館) 内 硬式テニス教室、お楽しみテニス等

◆ベリーダンス体験レッスン

紀元前のアラブ地方発祥 世界最古の踊り。女性が本来持つ魅力が輝く踊りです。 10月6日(土)11時から 場 堀之内体育館

◆第7回魚沼市ロードレース大会

10月14日(日)受付:8時～8時30分、競技開始:9時30分から 場 湯之谷中学校発着コース(生徒玄関前集合) 内・小学(1～3年) 男女2km

催し

◆マダガスカル展

東京都板橋区在住の写真家、若松憲昭さんの作品展 9月15日(土)～17日(日)

◆2012魚沼地区動物愛護推進大会inうおぬま

9月22日(祝)13時～15時

◆第13回囲炉裏端で昔ばなしを聞く会

人へのやさしさ・生きる勇気の詰まった、魚沼地域に伝わる民話の語りで豊かな心を育てませんか。 9月29日(土)開場13時、開演13時30分

場 穴沢ふれあい館(入広瀬地域) 内 魚沼地域に伝わる昔ばなしの公演

定150人

9月29日(土)開場13時、開演13時30分

◆星空と天体観測

9月30日(日)、10月8日(祝)いずれも19時30分から 場 星の家天体観測室「スバル」 内 ①中秋の名月を観察しよう。②ジャコビニ流星群を観察しよう。

講師 星の家オペレーター

対5歳以上

定先着20人

9月29日(土)開場13時、開演13時30分

他雨天時は室内で活動します。

◆うおぬま手もんずら市

手作りの木工品や陶芸、布小物など工芸品の展示・販売会。作り手と使い手、地域の人と交流する場です。

9月30日(日)10時から16時 場 奥只見レクリエーション都市公園(大湯温泉交流センター「ユピオ」向かい)

市公園(大湯温泉交流センター「ユピオ」向かい)

定150人

9月30日(日)10時から16時

親子工場見学会

冷凍食品技術研究会主催の見学会に、全国の工場から魚沼市内の食品工場が開催地の一つに選ばれました。この機会にも、のづくり技術をご覧ください。

10月13日(土)午前中(約2時間程度)

場 テーブルマーク(榎魚沼水の郷工場)

定1家族3人まで

9月26日(水)必着

03・3438・1414

◆月岡公園ユリ球根掘り体験

10月6日(土)10時～11時(雨天中止) 場 月岡公園内花広場(堀之内) 内 球根は一人1袋まで(当日に指定袋を配布) 対 小学生以上

市公園(大湯温泉交流センター「ユピオ」向かい)

定150人

9月29日(土)開場13時、開演13時30分

他雨天時は室内で活動します。

◆ガス水道フェア(旧ガス展)

安全型ガス機器の紹介や、市内の配管業者によるガス・上下水道機器の展示会、ガス水道設備に関する相談会を行います。

10月7日(日)9時～17時、10月8日(祝)9時～15時

場 小出商工会館

内 安全型機器などの紹介

魚沼市管工事業協同組合 ☎793・2120

◆休日林業入門講座

10月20日(土)、11月17日(土) 場 魚沼市内の森林など(会場は受講決定時通知)

内 山の手入れの方法、造林補助金、チェーンソーメンテナンス、間伐作業など(講義と実習)

対 市内在住の森林所有者

定 20人 全2回で2,000円(保険料、テキスト代等)

10月5日(金) 場 南魚沼地域振興局農林振興部 林業振興課担当・坂上 ☎025・772・8263

放射線測定結果(8月前半)

図総務管理室危機管理係 ☎792・9214

8月1日～10日にかけて幼稚園・保育園、市役所各庁舎及び公園の48施設で空間放射線量を測定しましたので、結果をお知らせします。園庭等広場での高さ1mの測定結果は、全て通常の測定の範囲内でした。

空間放射線量測定結果	
測定高さ	測定値 単位: マイクロシーベルト毎時
地上1m	0.070～0.148
地上10cm	0.074～0.166

※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130箇所を測定しましたが、市の基準値を超える箇所はありませんでした。

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

9月 16日~31日 行事カレンダー

16日	堀之内十五夜まつり (最終日) 第60回魚沼市堀之内一周駅伝大会 (8:30/ 魚沼市中央公民館前発) 休日窓口【小出庁舎のみ】(8:30~12:00) (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) リサイクルハウス (13:00~15:00/ エコプラント隣)
17月	うおぬま超劇シリーズ2012第1弾 デフ・パペットシアター・ひとみ 「はこ／BOXES じいちゃんのおルゴール♪」 (16:00/ 小出郷文化会館)
18火	8/31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) めぐみ幼稚園未就園児教室 (9:30/ めぐみ幼稚園)
19水	みんなあつまれげんきっこ (9:00/ 小出保育園) ブックスタート (13:00/ 子育て支援センターぱびぷ)
20木	プラネタリアム定期投影 (19:00/ 堀之内公民館)
21金	魚沼映画の専門店 VOL.105 「ゴーストライター」 (19:00/ 小出郷文化会館)
22土	魚沼映画の専門店 VOL.105 「ゴーストライター」 (①10:00 ②14:00 ③19:00/ 小出郷文化会館)
23日	魚沼映画の専門店 VOL.105 「ゴーストライター」 (①10:00 ②14:00/ 小出郷文化会館) ホッとスペース「ひまわり」 (13:00/ 広神コミュニティセンター)
24月	
25火	
26水	
27木	第6回農業委員会総会 (9:00/ 広神庁舎) 献血 (10:00~12:00/ 消防本部、13:30~16:00/ 県立小出病院) ジョブカフェうおぬま (10:00~16:00/ 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)
28金	うおぬま市民大学「世界がもし100人の村だったら 平和って何?」「中学生広島平和記念式典感想 発表」(13:30/ 小出郷文化会館) おはなしがいっぱい (10:30/ 湯之谷児童館) キッズミュージカル「サラとベイシラマの森」 (17:00/ 小出郷文化会館)
29土	秘密基地遊び (9:00/ 旧大和町山林) 生涯学習体験ひろば (10:00/ 堀之内公民館) キッズミュージカル「サラとベイシラマの森」 (11:00/ 小出郷文化会館) ホッとスペース「ひまわり」 (13:00/ 広神コミュニティセンター)
30日	

④ うおぬま響きの森 コンサートシリーズ第1弾
ウィーン・ピアノデュオ クトロヴァッツ兄弟

日9月15日(出)19時開演
場小出郷文化会館大ホール
演エドワード・クトロヴァッツ、
ヨハネス・クトロヴァッツ、
内J・ブラームス作曲 ハ
ンガリー舞曲集より、F・
リスト作曲交響詩マゼッ
パ、A・ピアソラ作曲アデ
イオス・ノニーノ他

●一般：3,500円
●学生：2,000円



チケット絶賛発売中・良
い席はお早めに。

各種相談等

◆ 高齢者と障害者の困り
ごと無料法律相談会

日9月22日(出)10時~16時
内財産管理、成年後見、遺言・
相続、悪徳商法、借金、社会
福祉制度など

◆ 高齢者や障害者またはその家族
● 電話相談：予約不要
☎0570-045533(ナ
ビダイヤル)

● 面接相談：予約必要
☎0255-222-5533

◆ ジョブカフェうおぬま

場新潟県弁護士会館(新潟市
中央区学校町通一番町1番地)
相弁護士岡新潟県弁護士会
☎0255-222-5533

◆ 相専任のキャリアカウンセラー
● 無料定5人 ☎9月27日(木)

◆ 悪質商法や振り込め詐
欺、契約に関することな
どを寸劇や歌を交えてわ
かりやすく解説します。
内30~60分程度(要相談)
場申込者が用意してください。
講消費生活サポーター
対概ね10人以上の団体・
組織(自治会、老人会
サークル等)

◆ 講師派遣費用は無料
☎開催日の1週間前まで
申市民相談センター
☎792-8844

◆ 消費者トラブル
防止出前講座募集

① 小出郷文化会館
ステージスタッフ募集

文化会館などで行われる
イベントの照明や音響の補
助、客席案内の仕事を一緒
にしませんか(職員募集で
はありません)。

内基本研修を行いますの
で、初めてでも大丈夫です。
研修後、有償ボランティア
として活動を依頼します。
対高校生以上で舞台照明、
舞台音響、客席案内に興味
のある人

③ 小出郷文化会館提携
店をご利用ください

小出郷文化会館の自主事
業チケットの半券で、市内
各提携店でサービスが受け
られます。

内提携している各店でチケ
ットの半券を提示すると、
ドリンクサービス、会計時
の割引等があります。さら
に、1回サービスを受ける
毎に1ポイントをカードに
押印し、5ポイントたまる
と、チケット割引券がもら
えます。

● チケット割引券引換所：
小出郷文化会館窓口のみ
● 半券の有効期限：公演日
より1か月間

秋シーズンは小出郷文化
会館での催し物も満載で
す。公演を楽しんだ後に、
提携店でのサービスも楽し
んでください。

10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	16日(火)	10月生まれ
身長・体重計測	16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	18日(休)	10月生まれ
土曜開放日	6日、13日 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 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	12日(金) 10:00~11:15	「のりものごっこ」で遊ぼう
入広瀬保健センター	19日(金) 10:00~11:15	

10月 乳幼児健診等

関健康増進室 ☎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 4か月児	H24.6.1~6.12	4日(木)		小出子育て 支援センター
	H24.6.13~6.30	25日(木)		
1歳 6か月児	H23年3月	17日(水)	13:00 ~ 13:15	湯之谷保健 センター
3歳児	H21年10月	31日(水)		
2歳児歯科	H22年10月	23日(火)		

母子健康手帳、問診票
内参加できない場合は事前にご連絡ください。
・感染症にり患、またはその疑いがある場合は、健康増進室に連絡のうえ、治療してからお越しください。
※乳児健診の対象者が、子ども健康カレンダー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

事業名	期日	受付	会場	対象(対象外でも参加可)
離乳食講習会 ステップ1	5日(金)	9:30 ~ 9:45	小出子育て 支援センター	H24年7月生の乳児の養育者
離乳食講習会 ステップ2	9日(火)			H24年3月生の乳児の養育者
離乳食講習会 ステップ3	23日(火)			H23年12月生の乳児の養育者
1歳 歯みがき教室	2日(火) 16日(火)	9:15 ~ 9:30		H23年9月生の幼児と養育者 H23年10月生の幼児と養育者

母子健康手帳、離乳食講習会ステップ1、2、3にやむを得ず子どもを同伴する場合はバスタオル

小出郷文化会館
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/

全国大会での結果をお知らせします

大会名	種目	出場者	結果	
文部科学大臣杯 第55回小学生中学生 全国空手道選手権大会	小学3年生男子 個人形競技	浅井 朱璃さん	二回戦より出場 対戦者 静岡県代表 太田選手 3-1 初戦敗退	
	小学6年生男子 個人形競技	岡部 海輝さん	二・三回戦勝利、四回戦・対戦者千葉県代表池田選手 4-0 四回戦敗退	
	小学6年生男子 個人組手競技	岡部 海輝さん	二・三回戦勝利、四回戦・対戦者埼玉県代表黒田選手 技有-技有×2 四回戦敗退	
	中学2年生男子 個人組手競技	樋口 葵さん	二回戦より出場 対戦者 三重県代表 酒井選手 技有-技有×2 初戦敗退	
平成24年度全国定時制 通信制総合体育大会 (堀之内高校)	柔道	【男子団体戦】一回戦対戦者 東京都B 敗退 【男子個人戦・軽量級】五十嵐秀明さん 二回戦敗退 【男子個人戦・中量級】佐藤 侑耶さん 一回戦敗退(ケガのため棄権) 【男子個人戦・重量級】山口 若志さん 一回戦敗退 【女子個人戦・軽量級】中嶋 綾香さん 一回戦敗退		
	陸上	400mハードル	井川 聖人さん	【予選】1'00"33 【決勝】失格
		砲丸投げ	小島 純秀さん	【予選】9m 36 予選敗退
		400m	星野しずかさん	【予選】1'26"31 予選敗退
		800m	星野しずかさん	【予選】3'12"42 予選敗退
卓球	【団体戦】対戦者：大阪市立中央 一回戦敗退 【個人戦】岩井正太さん…二回戦敗退、佐藤晃樹さん…二回戦敗退			
第28回全国小学生 陸上競技交流大会	ソフトボール投げ	今井明日香さん	【記録】65m 44 4位入賞	
文部科学大臣旗争奪 第12回全日本少年少女 空手道選手権大会	小学6年生男子 個人組手競技	岡部 海輝さん	一回戦 対戦者 山口県代表西田選手 6-0で勝利 二回戦 対戦者 熊本県代表西田選手 0-8で敗退	
第41回 全国消防救助技術大会	ロープブリッジ救出	魚沼市消防本部	【所要タイム】0'51"9 入賞ならず	



全国大会は大舞台。皆さん、本当にお疲れ様でした！
(→写真は堀之内高校卓球部)

■東日本大震災・魚沼市への避難者数のつぎぎ*8月30日現在【公営住宅(仮設住宅)】…2世帯6人【親類宅等避難者】8世帯12人

窓口はこちらです。
No.5

市役所の各部署の場所や業務内容をご紹介します。

企画政策課 (湯之谷庁舎2階)
企画政策室 ☎792-1425
Eメール: kikaku@city.uonuma.niigata.jp
まちづくり室 ☎792-9752
Eメール: chiiki@city.uonuma.niigata.jp

■主な担当業務
【企画政策室】
○総合政策班：総合計画・過疎計画・山村振興計画等各種計画、組織機構、庁舎・公共施設の再編整備、男女共同参画等
○情報管理係：情報施策の総合計画・調整、通信対策、テレビ難視聴対策、基幹統計、市勢要覧等
○緑の分権改革推進係：緑の分権改革の推進
【まちづくり室】
○まちづくり班：地域コミュニティ、自治組織、自治会、県人会・郷人会、まちづくり委員会、交流、移住・定住等
○交通対策係：交通確保計画、公共交通対策、交通安全、交通災害共済、自動車臨時運行許可、駐車場・駐輪場等

ひとのうごき (7月21日~8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	ごめいふくをお祈りいたします
大島 咲瑠 豊・ちづる 八幡町 95歳 星野 正吉 吉原 86歳	吉田 トラ 八幡町 88歳 橋 ちよ 並柳 93歳
波方 舞 光・智美 寺村 87歳 中村 貞一 大石一 87歳	大羽賀リツ 東中 94歳
桜井 銀士 彰人・留美 立 59歳 吉田 篤雄 根小屋 59歳	五十嵐ミヨ 田尻 85歳
伊藤 颯大 裕貴・諒子 浦町一 73歳 渡部 トシ 本村 93歳	荒井 友秀 新保住宅 50歳
小林 十也 正樹・美季 四日町 78歳 佐藤 武男 原二 78歳	小幡 昇 山田下 76歳
馬場 頼来 弘樹・恵美子 泉野川住宅1 88歳 櫻井 庸也 浦町三 88歳	池田 キヨ 池平 79歳
森山 結心 将弘・美香 佐梨明神町 81歳 友野 和夫 小出稻荷町二 81歳	野沢 満歳 長鳥 97歳
駒形 一輝 健人・実由 干溝 91歳 湯本ミチノ 大河原二 91歳	駒形 直子 穴沢 42歳
小林 成輝 修・香織 上ノ原 80歳 小幡 恵作 青島東 80歳	井口ノブ子 向山 89歳
内田 心絆 豊・亜由美 井口 83歳 田澤 正枝 十日町 83歳	関 恵子 岡新田 58歳
滝澤 倅生 和幸・愛子 井口 73歳 星 昌訓 井口 73歳	白井恵美子 上ノ原 80歳
水落 琉璃 龍太・美十里 井口 76歳 関 勝太郎 吉田 76歳	星 祐吉 大沢 77歳
浅井 彩音 和夫・智子 田中 79歳 佐藤 文吉 田中 79歳	青木 進 親柄 61歳
松木 結音 健治郎・梓 和泉 87歳 高橋 キク 小平尾 87歳	松井 健次 外山 63歳
重野 誉礼 等・育子 今泉 87歳 高橋 キク 小平尾 87歳	
榎本 燈 勇一・麻理 新保住宅 87歳 高橋 キク 小平尾 87歳	
大平 結愛 宗幸・望 小須原 87歳 高橋 キク 小平尾 87歳	

人口と世帯数 (H 24.8.1 現在)
【人口】 男 19,743人 (38人)
女 20,748人 (148人)
計 40,491人 (186人)
【世帯数】 13,650 世帯
※上記数値は住民基本台帳上の人口と世帯数です。住民基本台帳法の改正により、今回から人口、世帯数には外国人の方も含まれています。()内は外国人住民の内数です。

市長室だよ

魚沼市における「斎場」の課題について

魚沼市にある2か所の火葬場うち、大沢にある「魚沼市斎場」は、昭和44年3月に供用開始してから43年が経過しました。老朽化が著しく、補修工事をしながら使用していますが、それも限界に達している状況です。常時稼働を求められている現状から、施設だけでなく運営方法も見直しを図る時期にきております。
近年、魚沼市では墓地の購入に関する問い合わせが増えていることや、近親者がいないため埋葬できないという例が見られるようになってきていることから、公共の墓地や納骨堂の整備の必要性

が高まってきています。
これから世帯を持つ方たちも、やがてはお墓を求めるようになることも考えられます。また、在京郷人会の方たちからは「故郷にお墓を持ちたい」という話も寄せられております。
このようなあらゆる現状から将来を見据え、火葬場・公共の墓地・納骨堂・ペット霊園等とともに一体的に整備することとしています。
なお、建設予定地は池平月岡原として検討しています。

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

前回の正解は、①「ロープブリッジ救出」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】渡辺康介さん、山内ムツ子さん、佐藤和子さん、古山美千子さん、青木ケサノさん
【映画「ヘアチケット」】星野淳さん、渡邊春美さん、諏訪淳一さん、榎本綾さん、佐藤祐子さん

- 子どもたちに、ものを作る楽しさを知ってもらうために魚沼テクノスクールで開催する教室は？
- ①「夏休み子どもものづくり教室」
 - ②「夏休み子どもものづくり教室」
 - ③「夏休み子どもものがたり教室」

今月の市報を読んで答えよう！
市報クイズ
正解者の中から抽選で「500円分図書カード」、「魚沼映画の専門店ヘアチケット」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9月25日(火)までに応募してください。



「こうえんのせかい」
1年 米山 優愛 さん



「いつもの学校」
6年 梅田 裕 さん



夏野菜のトマト煮 (副菜)

材料 (4人分)

ベーコン	2枚	オリーブオイル	小さじ1
きゅうり	1本	白ワイン	大きじ2
なす	2個	ローリエ	適宜
たまねぎ	1/2個	こしょう	少々
トマト	中3個	コンソメ	1個
にんにく	少々	バジル(乾)	少々

Good! ミニミニクッキング! no.92

作り方

- ①ベーコン、きゅうり、なすは1cm幅に切る。たまねぎ、にんにくは薄切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを香りが出るまで中火で炒める。
- ③ベーコン、きゅうり、なす、たまねぎを加えて炒め、白ワイン、コンソメ、ローリエ、つぶしたトマトを加え、ふたをして煮立つまで強火にする。
- ④煮立ったら、こしょう、バジルを加えて弱火にし、野菜に火が通るまで煮る。

・減塩のポイント：赤いトマトは、食欲をそそるだけでなく、火を通すと甘味とうまみ成分の「グルタミン酸」が出ます。トマトのうまみで薄味でもおいしくいただけます。また、野菜は火を通すと量が減るのでたっぷり食べられます。

エネルギー 80kcal たんぱく質 2.4g
脂質 3.2g 炭水化物 10.7g 塩分 0.5g

魚沼市食生活改善推進員協議会

表紙の写真

猛暑のなか、響きの森公園周辺で行われた大そうめん流し大会。流水に乗って流れてくるそうめんやミニトマトは見た目にも涼しげで、子どもたちも暑さを忘れて夢中で参加していました。

参加者のなかでも特にかわいらしいお手びちゃん2人は、最後にざるに溜まるそうめんを手づかみで食べました。



編集後記

以前、取材をさせていただいた方からハガキをいただきました。夢に向かって頑張っている、笑顔がとても素敵なお女性です。ロンドンオリンピックで活躍した女性アスリートの姿にも刺激を受けました。いきいきとした女性に出会うと、自分まで元気を貰える気がします。猛暑に負ける場合ではありませんね。気合いを入れて、残暑を乗り切りましょう。(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/

