



市報

Uonuma

うおぬま

人と四季がかがやく 雪のくに



No.76

2 / 10 2011

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

- インフルエンザに警戒
- 魚沼の達人・10人目の認定
- 100歳を迎える皆さんのお祝い

「この家にお嫁に来てから、80年経ったよ。」(1月27日「100歳を迎える皆さんのお祝い」にて)

きらり☆魚沼人

～うおぬまびと～



細井 昭さん (大沢)

平成16年に脳出血で倒れた後遺症により、右手足の麻痺が残り、言葉でのコミュニケーションが少し難しくなりました。現在はリハビリを兼ね、四季折々の写真を撮っています。

昭和54年から、細井さんは教師として堀之内小学校や東湯之谷小学校に勤めていました。当時はクロスカントリーや、野球の顧問もしていたそうです。平成4年に教師を辞め、その後は、自然が好きだという細井さんらしく、森林インストラクターの資格を取得。ネイチャーガイドとして、魚沼の持つ自然の素晴らしさを伝えてきました。ところが、平成16年1月、突然の脳出血に倒れ、長期に及ぶ入院加療を余儀なくされました。発症して7年目を迎えた現在も、リハビリは続いています。

細井さんがリハビリを兼ねて始めたもののひとつに、“写真”があります。外を歩き、きれいな花を見つけてはカメラを左手に構えてパチリ。これまでに撮影した膨大な量の植物の写真は、愛用のノートパソコンに保存してあり、これらの写真を使って5年ほど前からは『花暦』と



細井さん、新聞の取材を受けたこともあります。

いうカレンダーを制作しています。細井さんは、黄色い花が特に好きなのだそう。理由は、色鮮やかで楽しい気分にしてくれるからです。尾瀬に群生するニッコウキスゲも、とても素晴らしい景色だと話します。自然を語る時は一層、柔らかい表情になりました。



コンパクトカメラとノートパソコンは、細井さんのカレンダー作りにおける『相方』のような存在です。

現在の主な被写体は植物が中心ですが、人物を撮ることもあります。「人を撮るのは、このためだけ。」と言い、ご自身が作った年賀状を見せてくれました。年賀状には、細井さんがこれまでに会った人たちと撮影した、たくさんの写真が並んでいました。1枚1枚が小さく縮小され、年賀状のなかに所狭しと並んだ写真。細井さんにはたくさんの出会いがあり、その出会いのすべてを大切にしていることが伝わってきました。

春が近づくと、細井さんの活動も本番を迎えます。今年は、いったいどんな被写体をカメラに収めるのでしょうか。



花の名前には、必ずひらがなで読みがなが書いてあります。脳の病気を患った細井さんにとって、この読みがなはとても重要です。

—緑の年 2010—

環境 インフォメーション

環境対策室 ☎792-9766

知っているとお得な情報

「住宅のエコ」公的支援メニュー

生活の中で大きな買い物となる、住宅の新築やリフォームですが、地球環境に配慮した住宅の改築や取得には公的な支援制度も豊富です。

〈住宅向けエコ関連の主な公的支援制度〉

実施者	制度名称	概要	上限額	問合せ先	
魚沼市	新エネルギー等利用機器普及促進事業	太陽光、風力、小水力、木質燃料などの新エネルギーを利用した機器の導入に対する支援	15万円/件	市民課環境対策室 ☎025-792-9766	
	雪利用住宅導入モデル事業	雪の冷熱エネルギーを利用した設備の導入(雪冷房等を想定)	300万円/件	市民課環境対策室 ☎025-792-9766	
☎ http://www.city.uonuma.niigata.jp/modules/infotopic/index.php?content_id=221					
新潟県	民間施設省エネ・新エネ設備導入補助事業	1戸建て住宅のリフォームに係る2種類以上の省エネ及び新エネ施設導入支援	50万円/件	新潟県環境企画課地球環境対策室 ☎025-280-5150	
	☎ http://www.pref.niigata.lg.jp/kankyokikaku/1255381305690.html				
国等	住宅用太陽光発電導入支援対策補助事業	太陽光発電システムの導入支援(10kw未満)	7万円/kw	太陽光発電普及拡大センター ☎043-239-6200	
	☎ http://www.j-pec.or.jp/				
	エコキュート導入補助金	エコキュート(高効率給湯器)の導入支援	4万円/台	日本エレクトロヒートセンター ☎03-5614-7855	
	☎ http://www.jeh-center.org/ecocute/introduction/index.html				
	ガスエンジン給湯器導入補助金	都市ガス利用のエコウィル(ガスエンジン給湯器)導入支援	11.2万円/台	都市ガス振興センター ☎03-3502-5623	
	☎ http://www.gasproc.or.jp/index.html				
	潜熱回収型給湯器導入補助金	都市ガス利用のエコジョーズ(潜熱回収型給湯器)導入支援	2万円/台	都市ガス振興センター ☎03-3502-5623	
	☎ http://www.gasproc.or.jp/condensing/				
	家庭用燃料電池導入補助金	エネファーム(家庭用燃料電池)の導入支援	130万円/台	燃料電池普及促進協会 ☎03-5472-1190	
	☎ http://www.fca-enefarm.org/subsidy22/subsidy.html				
住宅エコポイント	一定基準を満たすエコ住宅の新築、エコリフォーム及び対象製品購入に対するポイントの付与	30万ポイント	住宅エコポイント事務局 ☎0570-064-717		
☎ http://jutaku.eco-points.jp/					
※太陽光発電については、市と国の制度の抱き合わせが可能です。仮に3kwの設備を導入すると、市15万円+国21万円=36万円の補助を受けられます。					

- ・上記の事業には、平成22年度の募集が終了しているものが含まれる可能性があります。平成23年度も継続が見込まれていますが、事業継続の有無は必ずお問い合わせください。(お問合せ先の電話は有料通話です。)
- ・住宅関連のエコ支援制度は、上記以外にも利用できる制度(税制など)があります。
- ・住宅関連の支援制度は、克雪住宅支援やバリアフリー化支援などの制度もあります。

養護老人ホーム

南山荘をエコ改修

南山荘では、県の地域グリーンニューディール基金事業を活用して、屋根の遮熱塗装・窓の断熱化(二重サッシ化)・LED照明の導入を行いました。

〈施設担当者の声〉

約30年を経過した建物ですが、断熱効率が向上したことで、昨冬よりも保温効果と体感での快適さが飛躍的に向上しました。この改修で二酸化炭素を年間約3.2トン削減できる試算が出ていますが、冷暖房設備や照明の使用時間に左右されるため、これらの運用方法を工夫していく必要があります。入所者の快適な生活を保ちつつ、省エネを進めていきたいと思っております。



南山荘
米山輝 主任



←熱の出入りが最も激しいのが窓。内窓を取り付けて二重サッシにしたり、ペアガラスに替えることで、冷暖房の効率と快適さが向上します。



→LED照明は、消費電力が蛍光灯に比べてほぼ2分の1、寿命は約3倍ともいわれます。

まだまだ警戒が必要です

1月下旬、新潟県は県内のインフルエンザ患者数が国の注意報基準を超えたことを発表しました。寒さも一層厳しくなり、体調を崩しやすいうえ、連日の除雪作業などで体力も低下するこの時期は、インフルエンザなどにもかかりやすくなり、集団感染も懸念されます。ウイルスから自分の体を守るため、手洗いやうがいなどで予防に努めましょう。

基本的な予防方法

- 手洗い・うがいを徹底する
インフルエンザなどが「流行している」という意識を持つことが大切です。外から帰ったら、時間をかけてていねいに手洗いをし、のどを痛めないようにやさしく、うがいを数回しましょう。
- 「せきエチケット」を実行
せき、くしゃみがでるときは、ハンカチやマスクで口元を覆うようにしましょう。また、せきやくしゃみを覆った手は、石けんでていねいに洗い流しましょう。



さらに、感染を防ぐために

- バランスのとれた食事を摂る
食事が偏りがちな年末年始から、食事内容や食事スタイルが崩れてしまっていないですか？決めた時間に3食、栄養バランスのとれた食事を摂るように心がけましょう。



- 睡眠時間をたっぷりとする
睡眠不足は、体の抵抗力を低くしてしまいます。夜更かしなどは避け、十分に体を休ませましょう。

発症してしまったら

- 感染予防をして、かかりつけ医へ発熱や吐き気、下痢など普段と違う体調不良を感じたら、かかりつけ医を受診しましょう。
受診する場合は受付時間を確認し、事故などを防ぐためにできるだけ自分で運転は避け、公共交通機関やタクシーを使って医療機関へ行くようにしましょう。
また、感染拡大を防ぐため、マスクなどをし、暖かい格好で外出しましょう。



こちらにも警戒を… 花粉症対策はお早めに

環境省は、平成23年春のスギ花粉飛散情報（第1報）を、平成22年12月24日に発表しました。その中の資料によると、平成23年の新潟県スギ花粉飛散開始日は、2月下旬～3月上旬と予測されています。花粉症対策は、症状が出る前からの対策が効果的といわれます。これらの情報を活用し、症状を軽減できるよう個人での対策を心がけましょう。

■環境省花粉情報サイト <http://www.env.go.jp/chemi/anzen/kafun/>



よろしくお願いします！

新しい教育委員です



橘 裕一 さん
(須原)

任期
平成23年2月1日～
平成27年1月31日

教育委員会委員とは…

議会の承認を経て任命される、教育委員会の構成員です。任期は4年で、教育行政における重要事項や基本方針を合意により決定します。

宮柵二記念館全国短歌大会 受賞作品をご紹介します

◆一般の部【佳作】
炎天の畑に走りて穫りくれし直販店の大玉西瓜
大原 志津子

1月10日号で紹介した作品のなかで、掲載が漏れた方がいらっしゃいました。お詫びし、改めて作品をご紹介します。

買いたくないのに…!

「30万円のプレスレットを契約してしまった…解約したい！」

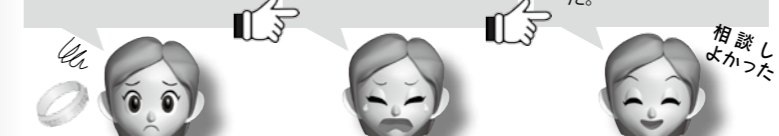
相談センターでの事例から

電話で「とても良いアクセサリーがある。会っただけでいい。」と言われ、喫茶店に呼び出された。その後5時間も勧誘を受け、帰してもらえず疲れてしまい、30万円のプレスレット購入の契約をしてしまった…。

契約後もずっと後悔。届いた商品見たら粗悪なもので、とても30万円するよう思えず、ますます後悔…。クーリングオフ期間は過ぎてるが、どうしても諦めきれない。市民相談センターに相談してみよう!

市民相談センターを通じ、新潟県消費生活センターに相談。一緒に相手販売店と交渉して、無事に解約出来ました!

※この事例は、お客を返さない販売方法に問題があったため、解約につながりました。



◇困ったときはまず相談◇

市の市民相談センターや、全国どこからでも対応する消費者ホットライン(0570-064-370)をご利用ください。



くらしの情報 vol.8

悪質業者があなたを狙う ▶▶ キャッシュカードを渡さないで! 警察官や金融機関などをかたる詐欺事件が発生。

【事例と注意点】

突然、警察官を名乗る人物から電話で「逮捕した振り込め詐欺の犯人が、あなたの口座を悪用していた。すぐに対応が必要なので、キャッシュカードを預らせて欲しい。暗証番号も必要だ。今から銀行協会の者をお宅に向かわせる。」と言われた。その後、すぐに身分証明書を首から提げた銀行協会職員を名乗る男が来たのでキャッシュカードを渡してしまった…。

※警察官や金融機関の職員が、キャッシュカードを預かったり、暗証番号を聞いたりすることは絶対にありません。このような電話がきたら、すぐに警察に通報してください。



借金返済(サラ金・クレジット等)、無料相談会

日時: 2月27日(日) 13:30~16:00
場所: 小出公民館(小出庁舎隣)
相談: 新潟県司法書士会
申込: 市民相談センターへ2月25日までに申し込みください。

主催：生涯学習室 ☎794-6073
 主管：エンジョイスポーツクラブ魚沼 ☎792-6919

紹介します、健康運動教室

仲間がいれば 楽しく続く

市では、64歳以下の方を対象とした『健康運動教室』を開催しています。ストレッチ・筋力トレーニング・有酸素運動などメニューも豊富です。運動は苦しいものと決めつけず、まずは体力づくりの“はじめの一歩”で、仲間とワイワイ体を動かしてみませんか。

▶▶教室のながれ（1回90分）

- ① 体調・活動量チェック（シートに記入）
- ② ストレッチ（準備運動）
- ③ 筋力トレーニング、有酸素運動
- ④ クールダウン



このほかに、ウォーキング指導なども行っています！



ゆっくり無理せず体をほぐして…



和気あいあいと行う筋力トレーニング。



- 通常教室は、1クール12回で1,500円、出前教室は1クール4回で500円の参加費です。
- 指導はNPO法人エンジョイスポーツクラブ魚沼のスポーツリーダーが行います。
- 通常教室の初回には、市の保健師による健康講話があります。

▶▶教室に参加した方の声

- 筋肉をつける体操が良くわかった。また開催して欲しい。(64歳・女性)
- トークが楽しく、体操もとても参考になりました。ありがとうございました。(46歳・女性)
- 若いので大丈夫と思っていましたが、考えが変わりました。日々の生活に生かしていきたいと思えます。楽しかったです。(38歳・女性)

- ときどき意識して運動しないとだめだと感じました。(60歳・男性)
- なかなか体を動かすことがないので、良い機会を頂きました。地域でやっていただき参加しやすかったです。(49歳・女性)

22年度は市内3会場（小出・広神・守門）に加え、伊米ヶ崎・小平尾・入広瀬の3地区で出前教室を開催しました。

※22年度事業は3月で終了しますが、来年度も実施を予定しています。詳細はお知らせ版などでご案内します。また、出前教室も承ります。希望する地域や団体は、市役所生涯学習室へお問い合わせください。

水の郷工業団地へ誘致決定

—2企業目は、ホリカフーズ株式会社

1月6日、水の郷工業団地に2番目の誘致企業となる「ホリカフーズ株式会社（代表取締役社長：川井義博）」との協定調印式が、市役所で行われました。

市長は、「新年早々明るい話題で嬉しい。しかも、地元の企業が進出してくださることにとっても意義がある。」と、歓迎の意をこめて挨拶しました。

水の郷工場では、主に病院や高齢者施設などで使用する治療食や介護食などの生産ラインを設置するホリカフーズ。川井社長は、「自社の新技術を駆使し、新しい産業を魚沼から発信させたい。地域貢献につなげられたら。」と、今後の展望を述べました。



現在、2011年10月の稼働を目指し、工場建設を計画中です。

川井社長（左）と、大平市長（右）

10人目の「達人」認定

魚沼の達人

古田島 茂治さんが認定

古田島さんは、伝統民具の『タス』、『スッペ』、『ワラジ』といった、わら細工の作り手として魚沼の達人に認定され、1月18日に授与式が行われました。古田島さんが作るしめ縄やワラジなどは、雪中花水祝などに寄贈されています。

「わら細工を人に贈ると、喜んでもらえるのが嬉しくて。だから、作り続けてこれました。」と、笑顔で話しました。



←古田島さんが作ったスッペ（サンプル）が小出庁舎の2階に飾ってあります。

快挙 小出中学校 日本学生科学賞「学校賞」を受賞

読売新聞社主催『第54回日本学生科学賞』の特別賞である『学校賞』を、小出中学校が受賞しました。全国の中学校で1校だけという快挙です。



小出中学校の梅澤校長と、研究に携わった金安前校長。

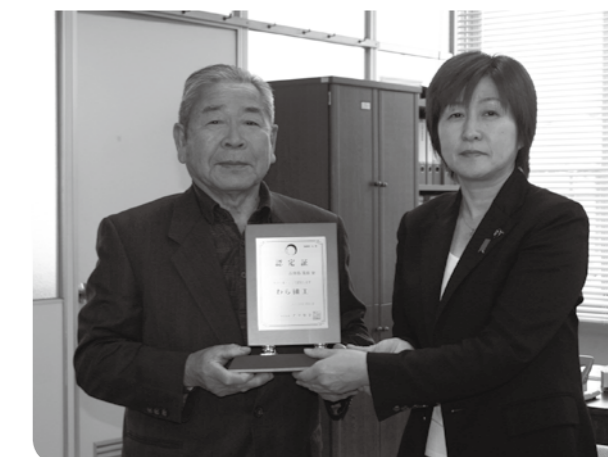
『学校賞』は、2006年から2010年までに日本学生科学賞で優秀な成績を収めている学校や、科学教育に熱心に取り組む、成果をあげている学校に授与されるものです。

小出中学校の研究班は、2006年に“水溜りあとに見られる割れせんべい状の形をした土片の疑問”で『全日本科学教育振興委員会賞』を、翌2007年には“ヤノクチナガオアブラムシの生態と行動に関する研究”で『文部科学大臣賞』を受賞しています。



当時、研究に携わっていた生徒をはじめ、関係するすべての皆さんの結晶です。

「学校賞」の立派な楯です。



ワラジやタスなどは、昨年からはワラ以外にナイロン紐を使ったものも作っているそうです。

現在、後継者育成は行っていないが、希望者がいればいつでも技術を教えたい、とのことでした。

〈魚沼の達人〉

魚沼の生活文化の中から生み出されてきた知恵・知識・技術を持ち、一定の要件を満たした方が対象となります。年1回の認定審査委員会にて承認されたのち、「魚沼の達人」として認定されます。

☎ 文化振興室 ☎792-8811

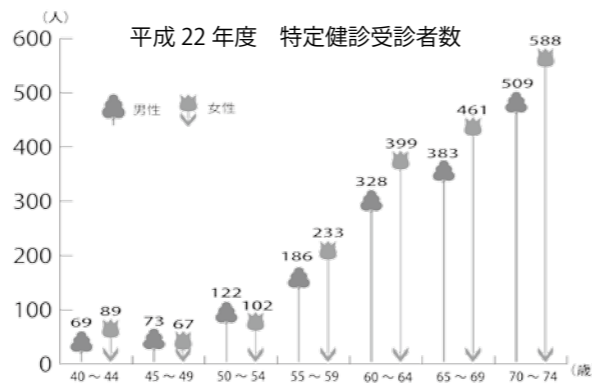
生活習慣病予防へのステップアップ 健診結果を活かそう

年に1度は必ず健診を受けましょう

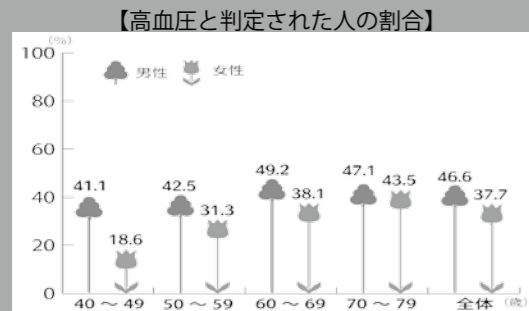
国保加入者で平成22年度の特定健診を受けた人は、3,608人でした（4～10月実施分、国保人間ドック含む）。

健診（健康診断）は、普段はわからない身体の状態を知るための有効な手段のひとつです。

今回は、平成22年度の特定健診結果の一部をご紹介します。



血圧



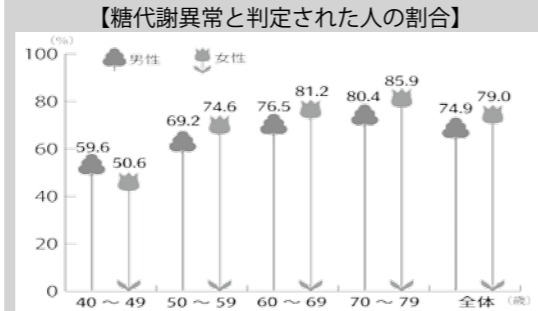
どの年代も、高血圧と判定されたのは男性の方が高い割合となりました。

ワンポイントアドバイス

- 家庭でも血圧を測り、普段の値を知る。
- 休養を十分とり、リラックスできる方法を見つける。



糖代謝



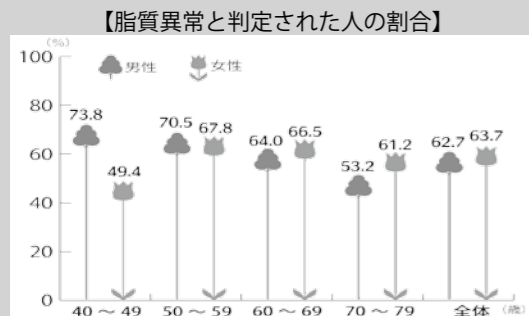
40～49歳代以外は、いずれも女性の方が高い割合となりました。

ワンポイントアドバイス

- ドカ食い、まとめ食いをしない。
- 身体をまめに動かす。
- お酒はほどほどに。



脂質



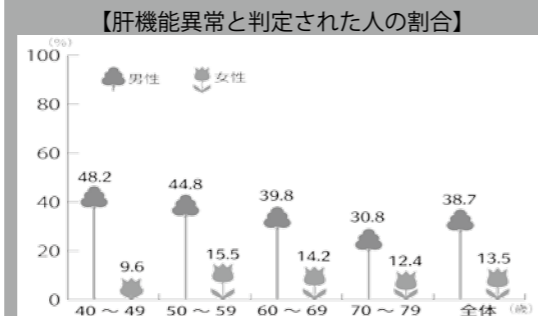
比較的、若い年代の男性に、脂質異常と判定された方が多いようです。

ワンポイントアドバイス

- 食物センイを多くとろう。(海藻、キノコ、野菜)
- よく噛んでゆっくり食べる。
- 運動をする。



肝機能



すべての年代において、男性が女性の割合を上回る結果となりました。

ワンポイントアドバイス

- アルコールの適正量（1日1合以内）を守る。
- 週2日は休肝日にする。



毎日の生活の積み重ねが健診結果に表れます。

結果をよく理解し、毎年の数値の変化を確認することが大切です。

結果を生活習慣改善に活かして、これからの健康づくりに役立てましょう！

健康診断や結果のこと、生活習慣改善については健康増進室にご相談ください。



100歳 おめでとうございます



1月27日、市内在住で今年100歳を迎える方のお宅へ市長が訪問してきました。今年対象となった方はなんと26名。昨年の12名から倍以上の人数です。魚沼にはお元気な方がいっぱい！これからもお体を大切に、元気にお過ごしください。



星野ミサヲさん



桑原 マサさん



武藤 恒二さん



大平マサヲさん



山田 芳雄さん



佐藤 ヨカさん



中川 友芳さん



吉田タマノさん



森山タケノさん



穴沢カクノさん



大屋 ミツさん



馬場 ハナさん



中山 テルさん



平澤 ツメさん



坂内ヨシノさん



櫻井 ヨシさん



星 シノさん

平成23年に100歳を迎える26名全員をご紹介します（50音順）

平成23年1月1日現在

穴沢カクノさん	池田ヨシノさん	大平マサヲさん	大屋 ミツさん	木口 ことさん	桑原 トミさん	桑原 マサさん
櫻井 ヨシさん	佐藤 ヨカさん	関 ノイさん	田中 キセさん	中川 友芳さん	中山 テルさん	中村 シゲさん
馬場 ハナさん	坂内ヨシノさん	平澤 ツメさん	武藤 恒二さん	星 シノさん	星野ミサヲさん	森山タケノさん
八木 イツさん	柳瀬 イシさん	山田 芳雄さん	吉田タマノさん	渡邊 スミさん		



平成23年度から対象が畑作物にも拡大

販売価格が生産費を恒常的に下回っている作物に対し、その差額を交付することで農業経営の安定と国内生産力の確保を図り、食料自給率の向上と農業の多面的機能を維持するため、モデル的に米に対し実施されていた同制度が、平成23年度から畑作物にも対象が拡大されます。

畑作物の所得補償交付金

(水田・畑共通)

- 対象作物
麦、大豆、てん菜、でん粉原料用ばれいしょ、そば、なたね
- 交付対象者
対象作物の生産数量目標に従って生産を行った販売農家・集落営農

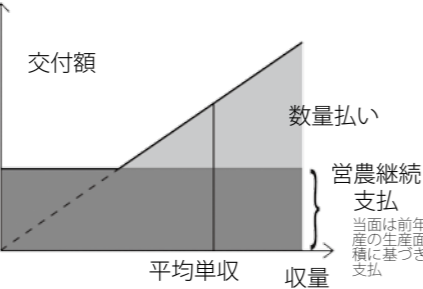
※数量払と面積払を併用し、交付金の支払いは数量払を基本に、営農を継続するために必要最低限の額を前年の生産面積に基づき面積払で先に交付します。

- 数量払
当年産の出荷・販売数量に基づき交付
魚沼市で生産が見込まれる作物の交付単価

対象作物	交付金額
大豆	12,170～10,120円/60kg
そば	16,870～12,150円/45kg

- 面積払(営農継続支払)
前年産の生産面積に基づき交付。
20,000円/10a

【畑作物の所得補償交付金イメージ】



水田活用の所得補償交付金

対象作物	交付金額
麦、大豆、飼料作物	35,000円/10a
米粉用米、飼料用米、WCS用稲	80,000円/10a
そば、なたね、加工用米	35,000円/10a

- 二毛作助成 15,000円/10a
- 耕畜連携助成 13,000円/10a
- 産地資金
・国から配分された資金枠の範囲内で、対象作物、単価等を設定。
・交付金は国から農家に直接交付。

米に対する助成

- 交付対象者
米の生産数量目標に従って、生産を行った販売農家・集落営農。

- 米の所得補償交付金 15,000円/10a

※ H21 魚沼市実績

対象面積	2,003ha
対象者数	2,087人
交付金額	267,733,000円

- 米価変動補てん交付金
当年産の販売価格が標準的な販売価格を下回った場合、その差額を補てん。

※21年産米の補てん交付金の支払いは3月

主な加算措置等

- 規模拡大加算 20,000円/10a
農地利用集積円滑化事業により面的集積した場合、利用権設定面積に交付。
- 再生利用加算 20,000～30,000円/10a
畑の耕作放棄地を解消し、大豆、そば等を作付けた場合、最長5年間交付。
- 集落営農の法人化支援 400,000円
集落営農が法人化した場合、定額で交付。

フォトスケッチ うおぬま

1/1 抱負を胸に新年初マラソン - 市内2会場で元旦マラソン



広神で23回目、堀之内で46回目を迎えた恒例イベント・元旦マラソンが開催されました。広神会場の参加者は毎年、新年の抱負を書いたゼッケンを胸に付けて走ります。どちらの会場も、子どもから年配の方までたくさんの方が参加し、年明け初のマラソンを楽しんでいました。

1/9 防災の気持ち新たに - 消防出初め式



雪が降る本町通りで、消防出初め式が行われました。はしご車での放水訓練や、消防関係者約600人による分列行進、消防車両約40台の車両パレードなど、日頃の訓練の成果を発揮しました。「家族の応援に來たの。出てる本人よりも緊張するわ。」と、そわそわしながら、家族の晴れ姿を見守る方もいました。

商工

スマイル

一地域の元気は商工業の笑顔から

No.69



株式会社 ニットク
代表取締役

中島 孝行 さん

変化する社会ニーズに対応します

- 株式会社 ニットク (下倉)

環境関連事業をこれからの経営の柱に

■ お気軽にお立ち寄りください

国道17号下倉の信号を広神方向に進むと、事務所の壁の大きな「腕」が出迎えてくれます。ここが株式会社ニットクです。



「これは『どなたでも気軽にお越しください』という意味で、お客様を第一に考え大切にしたいという気持ちで設置しました」と話す中島社長。会社の業務は、バックホウ等の建設機械や除雪車を含む特殊自動車の販売・修理・レンタル及びリース、資材販売を中心に行っています。

■ 新潟県エコ事業所に認定されました

現在では、土木事業に加え環境・リサイクル事業にも積極的に取り組んでおり、LED照明の販売や設置工事、街路樹の枝等を

チップ化する車両のレンタルも行っています。

LED蛍光灯は、普通の蛍光灯に比べて電気代が約半額、ちらつきや発熱が無く、耐用年数約10年の間には経費の面でも有利となるそうです。昨年は市の養護老人ホーム南山荘などで、LED照明の設置工事に協力しました。この他、平成16年に会社として環境対応の認証ISO14001を取得し、平成21年には工場の壁面に太陽光発電パネルを設置、平成22年には新潟県エコ事業所に認定されました。

今後の抱負として、中島社長は「お客様のニーズに合わせ、よりよい技術とサービスを提供し信頼関係を築き、社会・地域にとけこんだ会社を目指します」と話してくれました。



丸型のLED蛍光灯もあります。

～買い物は地域内で 賑わいあるまちづくり～

1/9 目にもとまらない早技で - おらが広神いろはがるた大会



広神地区の物語や風物詩が詠まれた「おらが広神いろはがるた」を使い、かるた大会がコミュニティセンターで行われました。吹雪の夜に現れるという恐ろしい「弥三郎ばさ」が描かれた札でもへっちゃら。子どもたちは元気に札を叩いていました。

1/14 上手にできたでしょ？ - 豪・ベルモント市との交流



魚沼市の友好都市である足立区が姉妹都市提携をしているオーストラリア・ベルモント市。1月13日からベルモント市の学生が、交流を目的に魚沼を訪れました。木片に絵を焼き付けるウッドバーニング体験など、楽しい二日間を過ごしました。

1/26 目黒邸を火災から守ろう - 目黒邸防火訓練



1月26日の「文化財防火デー」に併せて、目黒邸でいざというときの通報・消火などの訓練が行われました。ガイドボランティアの方からも消火訓練に参加してもらい、防火に対する意識を高め合いました。

日日時 期期間 場場所 内内容 対対象 資資格
講演題・講師 演出演 相相談員 持持ち物
費費用 定定員 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

住民税申告・確定申告が始まります。

国民健康保険・後期高齢者医療に加入している方は収入の申告が必要です

国保年金室／☎797-2358

「国民健康保険」に加入している方、「後期高齢者医療」に加入している方は、正しい保険料・保険料の算定や軽減判定のため、毎年申告が必要です。

特に、収入がない方や障害者年金・遺族年金等の非課税年金収入のみの方も、その旨の申告が必要です。

※ただし、確定申告をする方、給与所得のみで勤務先で年末調整が済んでいる方、公的年金収入のみで日本年金機構などから「公的年金の源泉徴収票」が送付されている方は、住民税の申告は不要です。

住民税の障害者控除申告により

住民税額・介護保険料が変わる場合があります

介護福祉室／☎797-2362

所得があり、次に該当する方は、障害者控除の申告により住民税額や課税区分（課税または非課税）が変わる場合があります。確定した住民税の課税区分等に基づき、平成23年度介護保険料段階が決定します。これにより、介護保険サービス費や食費等の負担軽減制度が適用される場合もありますので、必要な方は申告してください。

☑ 障害者控除認定書（平成22年12月に対象者へ送付済）、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方

☑ 収入を確認できる書類、障害者控除認定書か各手帳、印鑑

児童扶養手当・ひとり親医療費助成受給者は収入がなくても、住民税の申告をお願いします

子育て支援室／☎797-4801

児童扶養手当の手当額及び、ひとり親医療費助成の受給資格の可否は、前年の所得額を基に算定しています。申告がない場合は児童扶養手当の支給や医療費助成が停止となる場合がありますので、ご注意ください。

※ただし、確定申告をする方、給与所得のみで勤務先で年末調整が済んでいる方は、住民税の申告は必要ありません。

市外の障害者支援施設等へ入所している方の関係者の方へ

厚生室／☎797-4802

次に該当する方は、障害福祉サービス利用負担額見直し時や、重度心身障害者医療費助成事業の更新時に、住民税の非課税証明書、課税証明書、住民税決定証明書のいずれかが必要となります。

収入の有無にかかわらず、入所施設の所在市町村へ住民税の申告をお願いします。

- ☑ ・市外の身体障害者、知的障害者、精神障害者の入所施設、またはグループホームへ住所を移している方
- ・上記以外の方で、市外の施設へ住所を移している重度心身障害者医療費助成事業の受給者

平成22年中に「土地・建物、株式等を買った場合の所得税の確定申告」及び「財産をもらった場合の贈与税の申告」について

小千谷税務署

／☎0258-83-2090（自動音声案内）

土地や建物などの不動産や株式等を譲渡し利益が生じている場合や財産の贈与を受けた場合には、次の期間中に申告が必要となります。（所得税や贈与税の各種特例等の適用を受ける場合には、税額が算出されない場合であっても、期間内に申告手続が必要な場合がありますので、ご注意ください。）

☑ ○所得税：2月16日（水）～3月15日（火）

○贈与税：2月1日（火）～3月15日（火）

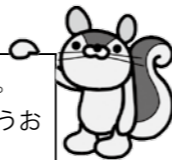
☑ 所得税及び贈与税の申告には、自宅でも申告書等が作成できる、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

※申告に必要な各種様式は、国税庁ホームページ（「申告・納税手続」内「確定申告等情報」）からダウンロードできます（税務署の窓口にもあります）。

☑ 小千谷税務署（電話相談センター）

☑ 国税庁ホームページ www.nta.go.jp

申告書用紙は税務室・市民センターにあります。住民税申告と確定申告について詳しくは、市報うおぬま1月10日号に掲載してあります。



くらし

平成23年

第1回 魚沼市議会定例会日程

議会事務局／☎799-4602

開催日	時刻	会議内容
2月22日（火）	10:00	開会 本会議 ・即決案件審議、採決（補正予算等）
2月23日（水）	10:00	・所信表明 ・予算議案説明・付託
2月25日（金）	10:00	・付託案件説明、質疑（条例議案等）
2月28日（月）	10:00	総務文教委員会
3月1日（火）	10:00	福祉環境委員会
3月2日（水）	10:00	産業建設委員会
3月9日（水）	10:00	本会議 一般質問
3月10日（木）	10:00	本会議 一般質問
3月11日（金）	10:00	予算審査特別委員会
3月14日（月）	10:00	予算審査特別委員会
3月15日（火）	10:00	予算審査特別委員会
3月16日（水）	10:00	予算審査特別委員会
3月18日（金）	10:00	・付託案件 審査報告、採決 ・追加案件審議、採決 閉会

☑ 市役所広神庁舎 3階 議場

☑ 本会議の傍聴は、議場入口で住所・氏名を記入いただくだけでできます。

平成23年7月24日でアナログ放送終了

情報システム室／☎794-6070

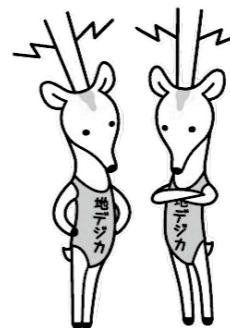
現在、テレビ画面の右上に「アナログ」と表示されているテレビをご覧の方は、7月24日以降テレビを見ることができなくなります。

地デジのことで、分からないこと、困ったことがあるときは、まずデジサポ新潟（総務省新潟県テレビ受信者支援センター）へご相談ください。

☑ デジサポ新潟

☎025-333-0011

☑ <http://www.digisuppo.jp/>



農業用免税軽油の免税証交付

南魚沼地域振興局県税課

／☎025-772-2663

農業用トラクター、コンバイン及び田植機等に使用する軽油を、免税証と引き換えに購入すると軽油引取税が免除されます。この免税証の交付を希望する方は申請してください。

☑ 3月1日（火）～4日（金）の4日間
9:00～16:00

☑ 新潟県南魚沼地域振興局 1階 県税部(六日町)

☑ ○昨年に引き続き申請する方

- ・免税軽油使用者証（機械を買い替えた場合は、機械の所有証明が必要）
- ・耕作面積証明書（農業委員会が証明するもの）
- ・印鑑（共同で申請する場合は、全員のものが必須）

○今年初めて申請する方

- ・機械の所有証明（販売店からの販売証明等）
- ・耕作面積証明書（農業委員会が証明するもの）
- ・印鑑（共同で申請する場合は、全員のものが必須）

☑ 450円（新潟県収入証紙により納付）

☑ 国税または地方税の滞納処分を受け、その滞納処分から2年を経過しない方などは免税証を交付できません。また、軽油引取税が平成21年4月1日に目的税から普通税に変わったことにより、農業においては免税制度が平成24年3月31日までとなります。

野鳥の死がいを見つけたら

環境対策室／☎792-9766

野鳥の死がいを見つけたら、素手で触れずに環境対策室または、魚沼保健所（☎792-8619）まで通報してください。

福島県郡山市で野鳥（カモ類）の死がいから強毒性の鳥インフルエンザウイルスが検出されたため、新潟県では監視を強化しています。

野鳥の死亡原因は様々であり、鳥インフルエンザウイルスも野鳥観察等、通常の接し方ではヒトへの感染はないと考えられていますので、過度に心配する必要はありません。

2月は安全運転管理者等未選任事業所一掃月間です

小出警察署/☎793-0110
魚沼市交通安全協会/☎792-5275
一定の台数以上の自動車を使用する事業所では、安全運転管理者とそれを補助する副安全運転管理者を、自動車の使用の本拠(事業所)ごとに選任することを義務付けられています。

- ☑ 自家用自動車(白ナンバー)を使用している次の事業所
・普通車5台以上(自動二輪車は2台で1台分)
・定員11人以上のマイクロバス1台以上
※普通車20台以上の事業所は、副安全運転管理者の選任が必要

☎ 届出先:小出警察署 交通課



2月1日から
高齢運転者標識のデザインが新しくなりました

魚沼市交通安全協会/☎792-9752
70歳以上の自動車運転者で、加齢に伴って生ずる身体機能の低下が運転に影響を及ぼすおそれのある方は、普通自動車の前・後面にこの標識を表示するように努めてください(表示しないことによる罰則はありません)。



- ☑ 新標識は、魚沼市交通センター窓口でも販売しています。
・周囲の運転者は、下記の高齢運転者標識を表示した普通自動車に対して、幅寄せや割り込みをしないようにしてください。



※従来の運転者標識も当分の間使用できます。

<冬道の安全走行>

- ・減速は早めに、発進はゆっくりと。
・日陰や橋の上、トンネルの出入口は凍結しやすいので、慎重な運転を。
・新雪の道は避け、わだちを利用して走るのが無難です。

除雪排雪場所

建設室/☎799-4601
道路等の雪を、下記場所に堆積します。

- ☑ 魚野川右岸 伊勢島地先(福山橋下流)
・魚野川左岸 下新田地先(宇賀地橋下流)
・佐梨川右岸 吉田地先(吉田橋上流)
・破間川左岸 赤土地先(両道橋上流)

☑ 私的な排雪については、建設室にご連絡ください。

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

☑ 社会福祉に関心を持ち、明るく健康な方

- ☑ 【定員】
・看護職員 5人程度
・介護職員 5人程度(資格・経験不問)

- ☑ 【資格】
・看護職員は、看護師若しくは準看護師の資格
・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
・普通自動車運転免許(取得見込を含む)

☑ 【試験】
1次試験(筆記)は4月10日(日)に特別養護老人ホーム美雪園で実施予定

☑ 【採用の時期】
平成23年5月以降(平成24年3月新卒者は平成24年4月予定)

☑ 【勤務地】
美雪園(和田)、寿和ホーム(大栃山)、うかじ園(徳田)、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)

☑ 履歴書を特別養護老人ホーム美雪園へ提出(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)

☑ 【郵送による送付先】
〒946-0109
和田413番地1 特別養護老人ホーム美雪園

☑ 申込受付期間 2月10日(木)~4月4日(月)

☑ 特別養護老人ホーム美雪園 ☎799-3000

教育委員会 非常勤職員募集

生涯学習室/☎794-6073

- ☑ ・市立図書館 2人 ・学校図書館 3人
☑ ・平成23年4月1日現在の年齢が満65歳未満の方

- ・簡単なパソコン操作(ワード・エクセル)ができる方
・普通自動車運転免許

☑ 平成23年4月1日~平成24年3月31日

☑ 図書(の整理、貸出、返却などの図書館業務)。

☑ 募集要項裏面に掲載の申込書兼履歴書を生涯学習室に提出してください。(郵送可)

☑ 2月25日(金)必着

☑ 勤務条件、選考方法等は募集要項をご覧ください。募集要項は教育委員会(生涯学習室、学校教育室)、各市民センターにあります。市ホームページにも掲載してあります。

募集

公営住宅 入居者募集

都市整備室/☎794-6071

Table with 5 columns: 募集住宅, 築年数, 戸数, 仕様, 月額家賃. Rows include 特定公共賃貸住宅(中堅所得者層向け) and 市有住宅.

※入居可能日 決定次第随時

☑ 2月28日(月)

☑ 都市整備室または各市民センター

- ☑ ・所得制限等の入居条件があります。
・募集定員を超えた場合は、抽選で入居者を決定します。定員に満たなかった場合は、締切日以降、先着申込み順に決定します。
・その他市営住宅等の入居申込みについては、随時受付を行っています。ただし、入居者選考委員会(年4回、5・8・11・2月開催予定)で決定した優先順位をもとに、空き部屋の中から入居することが可能となります。

親子サークルサポーター募集

小出子育て支援センター/☎792-6356

- ☑ ・親子サークルの運営補助(子守り、行事の手伝い、おもちゃ作り等)
・子育て支援事業への従事

☑ 市内在住者、65歳未満、普通自動車運転免許を持っている方で、下記のいずれかに該当する方
・保育士、教員、保健師、看護師等の有資格者
・家庭教育サポーターや子育てボランティア等魚沼市の子育て支援事業等に従事経験のある方

☑ 2月28日(月)

☑ 小出子育て支援センター

☑ 申し込み後、登録申請書を郵送します。

木造建築科在職者訓練 受講生募集

新潟県立魚沼テクノスクール/☎794-2410

☑ 3月15日(火)~17日(木)
9:00~16:00

☑ 新潟県立魚沼テクノスクール(堀之内)

☑ JWCAD(木造建築科在職者訓練)の初級講習会。簡単な建築図面を作成します。

☑ 在職者の方

☑ 10人

☑ 受講料 2,400円

☑ 3月4日(金)
(応募者多数の場合は抽選、少ない場合は中止。)

☑ 新潟県立魚沼テクノスクール

健康・福祉

やさしい・簡単 男性の料理教室

健康増進室/☎797-4803

☑ 2月16日(水)10:00~12:30

☑ 小出ボランティアセンター

☑ 元気を作るフライパン料理

☑ 男性

☑ 魚沼市食生活改善推進員協議会

☑ エプロン、三角巾、手拭、筆記用具

☑ 500円

☑ 先着20人

☑ 2月14日(月)



パパママ準備教室

健康増進室 / ☎797-4803

- 日 3月5日(土) 9:30~11:30
- 場 小出子育て支援センター ぱぴぷ
- 対 平成23年6月~平成23年7月が出産予定日
で、初めてパパ、ママになる市内在住の方
- 内 市の子育てに関する制度の紹介、体験学習(沐浴、
おむつ交換、妊婦ジャケット着用体験)、仲間づ
くり
- 持 母子健康手帳
- 申 健康増進室 ☎797-4803
- ☒ 2月25日(金)



第2回 発達講座

重症心身障害児施設 長岡療育園

- 日 2月26日(土) 13:30~15:30
(受付・開場 13:00~)
- 場 長岡療育園 多目的ホール
- 内講 ・発達検査、知能検査の理解について
長岡療育園 五十嵐 宗子 心理判定員
・発達検査、知能検査に基づく実際の指導について
長岡療育園 本保 恵介 作業療法士
- 対 保護者、障害児療育担当者等
- ¥ 無料
- 定 先着100人
- ☒ 2月22日(火)
- 申 氏名、住所、電話番号、職業(職種)、参加人数、
保育預かりの人数等を記入して申込みください。
郵送：〒940-2135
長岡市深沢町2278番地8
長岡療育園発達講座担当 古市・刀根 宛て
☎：0258-46-6611
FAX：0258-47-1243
Eメール：kouza@nagaryo.or.jp (件名に「発達講
座申込」と記載してください。)

バランスよく・楽しく作る・出前健康料理教室

健康増進室 / ☎797-4803

日	2月16日(水) 10:00~12:00	2月23日(水) 10:00~12:00
場	原ふるさと会館	堀之内社会福祉センター
内	・調理実習(大根を使った簡単料理) ・健康講話(主食・主菜・副菜のバランス)	

- 対 どなたでも
- 講 魚沼市食生活改善推進員協議会
- 持 エプロン、三角巾、手拭
- 申 不要。直接会場へお越しください。

ボランティア交流事業

魚沼市社会福祉協議会

- 日 3月8日(火) 10:00~13:00
- 場 魚沼市地域振興センター
- 内 交流会(活動内容、昼食、余興)
- 対 湯之谷地区でボランティアをしている方
- ¥ 500円
- ☒ 2月21日(月)
- 申 湯之谷支所 ☎792-5252

生涯学習・公民館

成人式の案内状を発送します

生涯学習室 / ☎794-6073

- 日 発送予定日 2月18日(金)
- ☒ 平成2年4月2日~平成3年4月1日の間に生ま
れた方
- 他 原則として、案内状は市内に住民票がある方、市
内の中学校を卒業した方に発送します。案内状が
届かない場合は、ご連絡ください。

第7回 魚沼市成人式

- 日 5月4日(水・祝)
13:00開式 15:00終了予定
- 場 小出郷文化会館
- 内 記念式典、新成人の集い、記念撮影



おはなしがいっぱい

小出郷図書館 / ☎792-0337

- 日 2月12日(土) 11:00~11:50
- 場 小出郷図書館 おはなしのへや
- 内 絵本「おにはうち!」、「こんやはすてきなゆきの
よる」、「くいしんぼうさぎ」、紙芝居「てぶくろ
をかいに」などを読みます。お子さんと一緒に手
遊びも楽しみましょう。

0~3才向け

だっこでおはなし

小出郷図書館 / ☎792-0337

- 日 2月25日(金) 10:30~
- 場 小出郷図書館 おはなしのへや
- 内 お子さんをおひざに抱っこして、絵本や手遊びを
楽しみませんか。絵本「うさぎちゃんスキーへい
く」、クイズ絵本「なんのかたちふゆ」、紙芝居「き
かんしゃぼっくん」などを読みます。

広神再発見講座

広神公民館 / ☎799-3227

- 日 2月27日(日) 13:30~15:30
- 場 広神コミュニティセンター 3階 講堂
- 内 北海道開拓の父と讃えられ、北越銀行初代頭取も
務めた郷土の偉人・関矢孫左衛門について学びます。
- 対 どなたでも
- 講 郷土史研究家 山森 勲さん
- ¥ 無料
- 申 不要

重ね煮・玄米食の料理教室

伊米ヶ崎公民館 / ☎792-0082

- 日 3月2日(水) 17:00~19:00
- 場 伊米ヶ崎公民館 調理室
- 内 重ね煮(基本)、玄米ご飯、ソバガキ
- 持 中なべ、三角巾、エプロン
- 講 伊米ヶ崎公民館 塩川 恒男 館長
- ¥ 1,000円
- 定 8人(食事のみも可)
- ☒ 2月23日(水)
- 他 申込時間 9:00~16:00(祝日休館)

スポーツ

屋内体育施設の利用調整会議

生涯学習室 / ☎794-6073

- 日 3月2日(水) 19:00~
- 場 堀之内公民館 大ホール
- 内 平成23年10月までの屋内体育施設(堀之内・
小出・湯之谷・広神・守門地区)の夜間利用予約
の調整。
・全体説明後、地区ごとに調整を行います。
・入広瀬地区は混雑がみられないので、調整は行
いません。
- 対 定期的利用を希望する団体
- 他 次の学校体育施設は耐震工事に伴う改修工事が完
了するまでの間、体育館が使用できませんので、
ご了承ください。
【湯之谷武道場、広神西小学校、守門中学校】

パラグライダー体験会

小出郷スカイスports協会

- 日 3月12日(土)・13日(日)
8:30~16:00
降雪実施(強風の場合は中止)
- 場 薬師スキー場
- 対 どなたでも(保護者の同意があれば子供でも可)
- ¥ 1,000円/日(傷害保険料と機材使用料)
- 定 先着20人
- ☒ 2月28日(月)
- 申 担当:南雲 ☎792-7837

会長杯 小学生ソフトバレーボール大会

魚沼市ソフトバレーボール連盟

- 日 3月13日(日) 9:00~
- 場 小出郷総合体育館
- 対 市内の小学生で構成されているチーム
- ¥ 1チーム 500円
- ☒ 2月18日(金)
- 申 魚沼市ソフトバレーボール連盟
担当:佐藤
☎090-2520-4659



妙高杉ノ原スキーバスツアー 参加者募集

エンジョイスポーツクラブ魚沼/☎792-6919

- ☎ 3月6日(日)
小出郷福祉センター 6:45集合
7:00出発
小出郷福祉センター 19:00解散
- 📍 妙高杉ノ原スキー場
- 💰 大人 6,500円 小学生 2,500円
(ゴンドラリフト券、昼食代+ドリンク代、交通費)
※小学生は昼食がつきません。
- 👤 50名
- 📅 3月3日(木)まで
- 📍 エンジョイスポーツクラブ魚沼
- 👥 子どもだけの参加も可能です。(小学4年生以上)

催し

新春囲碁大会

堀之内棋友会

- ☎ 2月26日(土)
受付 9:00~9:15
対局 9:30~15:30(終了後、表彰式)
- 📍 堀之内老人憩いの家(小町)
- 👤 どなたでも
- 💰 ・高校生以下 500円 大人 1,000円
(昼食代含む)当日徴収
・懇親会費(希望者のみ。別会場)3,000円
- 📅 2月17日(木)
- 📍 担当:吉田 ☎794-2884
山田 ☎794-3881
- 👥 入賞者に賞品有

囲碁将棋大会

守門文化協会

- ☎ 3月6日(日)9:00~(受付8:40~)
- 📍 守門高齢者センター(西名新田)
- 👤 ・将棋は「名人戦・王将戦・小・中学生戦」の3部門の予定。
・囲碁は段級の差によりハンデをつけます。
- 💰 1,000円(昼食代含む)当日徴収
- 👤 どなたでも
- 📅 2月27日(日)
- 📍 守門公民館(守門開発センター内)
☎797-2261

各種相談等

くらしの相談

ジョブカフェうおぬまオープン

- ☎ 2月25日(金)10:00~16:00
- 📍 小出郷福祉センター
- 👤 仕事探しの手伝いと、就職に関する出張相談会(相談時間は50分の予定)
- 👤 39歳位までで、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
- 📅 2月24日(木)まで
- 📍 商工振興室 ☎792-9753
- 📍 ジョブカフェながおか
☎0258-38-6181
- 🌐 http://www.niigata-jobcafe.jp/

健康・福祉に関する相談

いきいき健康相談会

- ☎ 2月16日(水)9:00~11:30
- 📍 堀之内社会福祉センター
- 👤 健康づくり、ストレス対処法等の健康に関する疑問や不安に対する保健師・看護師の個別相談。
- 👤 健康手帳(持っている方)
- 📅 2月15日(火)
- 📍 電話で申し込みください。
健康増進室 ☎797-4803(予約制)

精神保健相談会

- ☎ 3月4日(金)13:30~15:00
- 📍 守門健康センター
- 👤 小出病院 根本先生
- 👤 眠れない等の精神的な不安に対しての相談。物忘れが気になる等の認知症に関する相談。(すでに精神科に通院している方は、主治医の了解が必要。)
- 📍 健康増進室 ☎797-4803(要予約)

無料出張相談窓口(第5回)開設

- ☎ 2月25日(金)10:00~15:00
- 📍 守門健康センター
- 👤 障害児者の生活全般にかかる出張相談窓口を、年6回開設しています。秘密は厳守します。
- 💰 無料
- 📍 うおぬま相談支援センター
☎793-4011

3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	1日(火)	13:00~13:15	小出子育て支援センター	22年11月1日~10日生
	15日(火)			22年11月11日~30日生
1歳6か月児	2日(水)	13:00~13:15	湯之谷保健センター	21年8月1日~12日生
	16日(水)			21年8月13日~31日生
3歳児	9日(水)			20年3月~4月1日生
2歳児歯科	8日(火)	13:15~13:30		21年3月生

- 👤 母子健康手帳、問診票
- 👤 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。

※変更 4か月児健診の対象者が、平成22年度子どもカレンダーとは変更になります。

【離乳食講習会等】 健康増進室/☎797-4803

事業名	期日	受付時間	会場	対象
離乳食講習会(ステップ1)	2日(水)	9:30~9:45	小出子育て支援センター	22年12月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ2)	9日(水)			22年8月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ3)	16日(水)			22年5月生の乳児の養育者
1歳歯みがき教室	1日(火)	9:15~9:30		22年3月生の幼児と養育者

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

【乳幼児健康相談会】 健康増進室/☎797-4803

事業名	期日	会場	申込締切
成長・発達・健康に関する相談会	14日(月)午後	小出子育て支援センター	3月10日(木)【定員6名】

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

2月 16日~28日 行事カレンダー

16	水	勇気づけ子育てのつどい(10:00/青島みんなの家) 年金相談日(10:00/小出商工会) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258-88-0006 ブックスタート(13:00/小出子育て支援センター ぱびぷ)
17	木	
18	金	
19	土	ブックスタート(10:00/広神図書館) ☆絵本の家雪まつり
20	日	日曜なんでも相談会・要予約(8:30/市民相談センター) 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)
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	プラネタリウム定期投影(19:00/堀之内公民館) ☆小平尾天満宮まつり
25	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)
26	土	新春囲碁大会(9:00/堀之内老人憩いの家) ☆今泉雪灯りまつり ☆SUHARASノーカーニバル(~27日まで)
27	日	広神再発見講座(13:30/広神コミュニティセンター) 借金返済(サラ金・クレジット等)無料相談会・要予約(13:30/市民相談センター)
28	月	第八期納期限(後期高齢者医療保険料) 第九期納期限(国民健康保険税)

☆印は「結8万8千の雪灯り」のキャンドルラリーイベントと雪灯りイベントです。

3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>	2日(水)ひなまつり 22日(火)3月生まれをみんなでお祝いしよう	
小出子育て支援センター ぱびぷ	☎792-6356	
ぴよぴよ広場	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「ぴよぴよタイム」です。		
<行事予定>	18日(金)おおきくなったね会 25日(金)3月生まれをみんなでお祝いしよう	
○3月の年齢別開放日の日程と対象は下記のとおりです。 3月9日(水):2歳以上のお子さん 3月16日(水):0歳~2歳までのお子さん ○第2、第3水曜日の午前中は、通常の広場開放はありません。(祝祭日はお休みです。)また、第1、第4水曜日は通常通り広場の開放をします。 ○ぱびぷでは、3月12日(土)9:00~11:30まで広場を開放します。 10:30ごろから、「親子で体を動かそう!」を開催します。お父さんも一緒に楽しめる内容になっています。ぜひ、お子さんと参加してみませんか?対象は、0歳~保育園年少児未満までのお子さんとその保護者となります。対象以外の方は、ご兄弟でもご遠慮ください。参加を希望される方は、電話等で申し込みください。 ○ぱびぷでは、毎週木曜日(9:30~14:30)身長・体重を測定しています。育児等についての相談もできます。		

今月の市報を読んで答えよう！
みんなでチャレンジ！

市報クイズ

正解者の中から抽選で、「500円分図書カード」、「魚沼映画の専門店ペアチケット」をそれぞれ5名に、「池田記念美術館（南魚沼市）御招待券」をペアで3組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、2月24日（木）までに応募してください。

Q 1月14日に魚沼を訪れた交流団は、何という市から来た方々でしょうか？

- A
- ① パーモント市
 - ② ベルモント市
 - ③ デルモンテ市

先月号の正解は、②国税庁ホームページでした。正解者は19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す。

【図書カード】磯部みよ子、若木沙会子、渡辺ちゆき、佐藤千恵子、星 明美
【映画ペアチケット】茂野ヒロ子、中村 悦子、佐藤 昭子、小宮山幸子、榎本 綾

市報クイズの応募はこちらまで
住所：〒946-8601 魚沼市小島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
100歳を迎える皆さんのところへお祝いに行く市長にきいて、広報班も取材に行ってきました。お祝いに伺ったほとんどのお宅で「食欲旺盛ですよ」という話を聞きました。長生きの秘訣はよく食べる事なのかもしれません。まだまだ寒い日が続きますが、いつまでもお元気でいてください。（1）

市長室だより 消防団は大きな“地域力”

新春恒例の魚沼市消防団出初め式が1月9日、雪の降る小出本町通りで行われました。

放水訓練と、出初め式にはアトラクションとして行われる『木遣り』や『まとい振り』が披露された後、参加した全団員の分列行進が勇壮に行われました。

消防団員は、23年1月現在で988名、女性団員は16名です。年間の活動や訓練を通し、団員の連帯感や消防業務への意識高揚を図っています。

昨年は、魚野川夜間水防訓練や、泉田県知事を迎えての新潟県総合防災訓練が入広瀬地区を会場に開催されました。日頃の訓練の成果が発揮できたものと思います。また、例年県の消防大会に出場し、素晴らしい成績を収めていますし、毎月1日と15日には、火災予防活動として地域の巡回も行っています。災害発生時の出動は基より、こうした献身的な活動に敬意を表するところです。

魚沼市も他の自治体と同じように、団員減少に歯止めがきかない状況ですが、今回の出初め式において消防団が市の大きな地域力であることを、改めて確信しました。

魚沼市長 大平 悦子

除雪作業には細心の注意を

除雪作業を行う際は、事故や転落などに十分注意してください。意外な場所で足を滑らせたり踏み外したり、また、屋根からの落雪など、除雪作業には想像以上に危険が伴います。ひとりひとりが注意して、除雪作業での事故を防ぎましょう。

文化財散歩 No.29

大沢の東養寺に残る鰐口を紹介します。

●応永9年銘の鰐口／大沢 東養寺

「応永九年(1402)九月十四日」、「石打大明神御宝前」等の銘が刻まれ、もとは南魚沼市石打の神社にあったものといわれます。

明治元年(1868)に発せられた神仏分離令によって社前から外されたと考えられ、その後、理由は不明ですが、大沢に移動されてきたものを、明治30年代に東養寺の住職が入手しました。戦時中に供出されましたが、貴重な文化財であると東養寺に返還されました。



ひとのうごき (11月21日～12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】	井口 太央 卓・奈緒子 小町 高野 由奈 朋宏・利奈 井口
内山 琉花 高志・美和子 関下町	
上村 杏 喜紀・望 関下町	
【小出地域】	吉田 聖愛 亮太郎・翔子 羽根川
五十嵐大樹 誠・恵美 虫野	
【入広瀬】	志田 心和 芳仁・江里 穴沢

ごめいふくをお祈りいたします

【堀之内地域】	森山 八郎 堀之内本町 89歳	森山 盛雄 金ヶ沢 88歳
山之内 清 堀之内稲荷町 86歳	佐藤 タマ 栗山 93歳	
若井トミイ 西栄町 84歳	杉井 久治 親柄 75歳	
大屋 キク 下倉 97歳	石田荘太郎 雁坂下 96歳	
星野 昇 田戸 64歳	櫻井ミツキ 田尻 91歳	
山田志ず以 立 96歳	松木 定二 和田 83歳	
星野 ウメ 桜又 101歳	小幡甚栄門 中島新田 89歳	
石田 萬治 原二 98歳	明田川富枝 今泉 92歳	
渡辺 安次 坊名 83歳	山本 イツ 今泉 77歳	
渡邊 マキ 日影 82歳	山本 マサ 長松 100歳	
関 正 魚野地 64歳	田澤五四郎 中家 89歳	
渡邊 竹治 田代 83歳		
水落 ミツ 上稲倉 86歳		

【小出地域】	目黒 イツ 小出稲荷町二 75歳
佐藤 莉紗 小出稲荷町二 5歳	
佐藤 四郎 羽根川三 81歳	
森山 正美 小出旭町 90歳	
櫻井 勝治 青島東 74歳	
池田 良平 沢田二 83歳	
関 正五郎 沢田三 85歳	
桑原 タマ 大河原二 84歳	
上村 壽子 原虫野 80歳	
田辺 トキ 十日町 89歳	

【湯之谷地域】	小林キミエ 上ノ原 91歳
那須 マス 井口 86歳	
北村 タツ 下折立 94歳	

人口と世帯数（1月1日現在）	
【人口】	
男	20,209人（-29）
女	21,109人（-11）
計	41,318人（-40）
【世帯数】	13,496世帯（-9）

ちょっとひとこと！ 市報クイズの応募に添えていただいたメッセージなどを紹介します。

- 今年もまた確定申告の時期が来た。毎年早めに準備と思いがら…。今年こそ、やるぞーと思っています。
- 文化財散歩で、市内の色々な財産を知ることができる。続けてほしい。

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）
りんご煮て甘く酸ばき香をたてる
ブカブカ浮かぶ不安と混ざる

風も無く鳥の声無く朝日射す
一樹総身に露輝かす

生まれいし寺は紅葉に静まりて
祖母と拾いし銀杏の落つ

■四季の声（小出地域）
職退くとひと言添えた 賀状来る
時刻む 振子の音も 寒に入る

初詣徐馬書く孫の神妙に

■湯之谷俳句会（湯之谷地域）

■白虎社（湯之谷地域）
徐手紙は下手でよしとや初雀
文豪の石碑に初日道の駅

■広神俳句会（広神地域）
除雪機も庭にとかんと出番待つ

■公民館俳句教室（入広瀬地域）
消えかかると句頭の文字や冬の奇

野天湯の手桶にゆれる落葉かな
寒すずめ一羽動けば皆うごき
カタカナの鉢ふたつ置き師走かな
■守門文芸友の会（守門地域）
冬囲い魚沼三山峰は晴れ

みぞれ 雄雪
小春日や我が家の影田を走り
除雪機も庭にとかんと出番待つ

川柳「こたつ」
孫達は炬燵で足をからめ合ふ
大根は初雪被り味増すと

湯本 豊作



今月は、小出小学校の児童の作品です。



「水ぞくかんに行ったよ。」
1年 渡辺 漸 さん



「橋から見た風景」
6年 中村 円香 さん

ミニミニCooking no.75 厚揚げと白菜の煮浸し（副菜）



材料（4人分）

白菜	7～8枚	サラダ油	大さじ2
厚揚げ	1枚	だし汁	カップ1
人参	1/4本	酒	大さじ1
ツナ缶	小1缶	塩	小さじ1
さやえんどう	12枚	しょうゆ	小さじ2

作り方

- ①厚揚げは熱湯にくぐらせて油抜きし、縦半分にして7mmの厚さに切る。
- ②白菜は縦に2～3本の切り目を入れてから横に10cm幅に切る。人参は短冊切りにする。
- ③ツナ缶は粗くほぐして缶汁と一緒にしておく。さやえんどうは、塩ゆでしておく。
- ④鍋にサラダ油を熱し②の白菜と人参をさっと炒める。だし汁を加えて煮立たせ、厚揚げ、ツナ、酒、塩小さじ1/2を加えて煮る。
- ⑤再び沸騰したら弱火で10分煮て、残りの塩小さじ1/2、しょうゆを加えて煮込み、最後にさやえんどうを加えてさっと煮る。

白菜は冬野菜の代表格で、鍋物や煮物、スープなど体を温める料理の材料に向きます。

エネルギー	204 kcal	たんぱく質	9.2 g
脂質	14.5 g	炭水化物	8.0 g
		塩分	2.1 g

魚沼市食生活改善推進員協議会

広神・新保地区

さいの神にお邪魔しました

1月16日に、新保地区でさいの神が行われました。新保では、40歳～60歳代の有志で構成される『新成会』の皆さんが中心となってさいの神を実施します。この日は雪に加え、朝から強い風が吹くとても寒い日となりましたが、新成会の皆さんが力を合わせてさいの神を組みました。

さいの神の火で焼いたスルメをもぐもぐ。



今年も立派なさいの神を組んだよ～！

13：30になると、今年の恵方にあたる南南東から火が点けられ、新保地区の皆さんが、今年1年の無病息災や家内安全などを願いました。



風にあおられ、なかなか火が点きませんでした。

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

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