



市報

Uonuma

うおぬま

人と四季がかがやく 雪のくに

大芋川でうんめえ
こんにやく作ってるよ

No.89

3 / 10 2012

ホームページ
Eメール

<http://www.city.uonuma.niigata.jp/>
reference@gov.city.uonuma.niigata.jp

トピックス

- 市報うおぬまが右綴じに変わります
- 結キャンドルリレーイベント・前編
- 魚沼市地域雇用創造事業を紹介します

「市報うおぬま」が右綴じに変わります

「市報うおぬま」が創刊して7年が経過しました。たくさんの方からのご意見やご感想を参考にしながら現在の構成となりましたが、更なる読み易さや綴り易さ等を追求し検討した結果、4月10日号（No.90）からこれまでの「左綴じ」から「右綴じ」に変更いたします。

また、右綴じへの変更に伴い、これまで横書きだった記事は「縦書き」を主流とし、一般的な新聞と同じ構成になります。たくさんの方にこれまでの「市報うおぬま」に愛着を持っていただいていたのですが、より良い市報作りを目指し、準備を進めてまいります。



左綴じ・横組みだったこれまでの市報が…



右綴じ・縦組みに変わります。

※参考：市政だより「ながおか」（長岡市）

まらり☆ 魚沼人 ～うおぬまびと～



齋藤テツノさん 大家アヤ子さん 大家小夜子さん

大芋川 元気の会の皆さん（大芋川）

地元産のこんにやく芋だけを使い、冬場に3人でこんにやくを手作りしています。

神・大芋川地区で、こんにやくを作り続けている「大芋川元気の会」の皆さん。こんにやく芋づくりから収穫・製造・販売まですべてを自分たちで行っていて、メインとなるこんにやく作りは3人の女性たちが冬に行っています。「作業は楽しいですか？」と訪ねると、「もう楽しくて仕方ないの。ストレス解消ね！」と豪快に笑いながら答えてくれました。“女性が3人寄ればかましい”と言われますが、それを超えるほどの元気の良さがこの作業場にあふれています。



力いっぱいこんにやくを混ぜます。かなりの重労働！

このこんにやくは、アク抜きせず使えることが特徴で、また、こんにやく独特においがないためおやつにも適しています。取材の日には、適当な大きさに切り、きな粉をまぶしたこんにやくを試食させていただいたのですが、とてもおいしくて驚きました。黒蜜をかけてもおいしいとのこと。料理も、脇役としてではなくこんにやくそのものの味がわかるような、存在感あるメニュー作りに入力しています。注文の入る地元の小学校などに、新しい食べ方を提案できればと目を輝かせました。



真空パッケージも自分たちでやってま〜す。

以前は、地元の小学校から1回で100丁近くもの注文があったという大芋川産こんにやく。児童数の減少等もあり、学校からの注文数が減ってしまったことを少し寂しく感じているようでした。しかし、お正月は毎年たくさんの注文が入るため、年末になるとこんにやく作りに追われるそうです。「お正月は（作業が）毎日だから大変だけど、本当に楽しい。1人が欠けたらダメ。3人いなくちゃね。」と、顔を見合わせてにっこりしました。



本当に笑いが絶えない作業場。素敵なお母さんたちでした。

インフルエンザ・感染性胃腸炎など

感染症を「防」ぎましょう

各種感染症にかからない・広げないために、手洗いやうがいなどの対策を引き続き行いましょう。



■手洗いが感染防止に重要
手指の間や爪、手首なども石鹸を使って丁寧に洗いましょう。



■うがいはやさしく
のどを痛めないよう、うがいは優しく3回くらい繰り返しましょう。



■マスクを着用する
咳やくしゃみから感染を防ぐだけでなく、鼻やのどの乾燥も防ぐことができます。

○予防接種助成期間終了のお知らせ

高齢者インフルエンザワクチン予防接種（65歳以上の方）と高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種（75歳以上の方）の本年度の助成期間は3月31日です。

まだ接種していない方で助成を受けて接種を希望する方は、早めに医療機関に予約のうえ、接種してください。

新潟県室内装飾事業協同組合がボランティア活動で工事を実施

床張工事を 行いました



2月27日に魚沼学園・魚沼更生園において、新潟県室内装飾事業協同組合中越支部の皆さんによる施設の床張替工事が行われました。これは、同組合のボランティア事業として、修繕の要望があった公共施設の緊急性等を考慮した結果、中越地区では魚沼学園が対象となり実施されたものです。食堂前廊下とプレイルーム、男性用トイレ前の床がきれいに、安全に蘇りました。

利用者の安全のためにも、今回修繕していただき本当に感謝しています。ありがとうございました。



魚沼学園・魚沼更生園 庶務課 武藤補佐



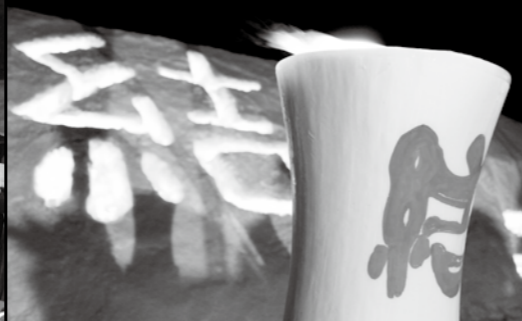
- 2 きらり☆魚沼人
- 3 市報が右綴じに変わります
／感染症を防ごう
／床張工事を実施
- 4 結キャンドルリレー
イベント（前編）
- 6 魚沼地域雇用創出推進事業
／魚沼地域雇用創出実現事業
- 8 健康うおぬま
- 9 障害ネット
／市民相談センター
- 10 フォトスケッチ
- 11 お知らせページ
- 20 魚沼市文芸
／ひとのうごき
- 21 市報クイズ、文化財散歩
／東日本大震災情報
／市長室だより
- 22 児童絵画
／ミニミニクッキング

表紙の一枚◆大芋川でこんにやく作りに励む「大芋川元気の会」の皆さんの作業場である集落開発センターにお邪魔しました。お母さんたちが力いっぱい混ぜるたびに、こんにやくはおいしさを増すように見えました。

人と人とを

結

ぶ
絆きずな



点灯式・コンサート 1/28 (土)

「新月の夜」に採火された灯によってキャンドルリレーが始まります。文化会館で開催されたコンサートでは、魚沼混声合唱団とKID'Sうおぬま、二人組デュオ・ひなたの合唱により、会場は温かな雰囲気になりました。

小出雪まつり 2/11・12 (土・日)

11日に小出スキー場でスキーカーニバル、12日に雪のコロシアムで小出国際雪合戦大会が開催されました。
◆第24回小出国際雪合戦大会 結果
・子どもの部優勝：ホワイトボーイズC
・大人の部優勝：Priceless
・コスチューム写真コンテスト優勝：SZPランディ
・雪合戦PR大使グランプリ：吉田健一（福岡県）

キャンドルリレーイベント・前編

平成24年1月28日～2月25日

越後うおぬま冬物語 8万8千の雪灯り



吹雪の神湯 昔語りの夜 2/4 (土)

神湯温泉クラブにて、昔語りの夜が催されました。「節分の鬼」「ねずみといたち」「かたつの」「うんめえ甘酒」「鮭の恩返し」などの郷土にまつわる昔話が語られました。魚沼方言での優しい昔語りは、寒い冬の夜を楽しく過す、素敵なプレゼントとなりました。



雪中花水祝

2/11 (土)

堀之内の冬の奇祭「雪中花水祝」が、八幡宮境内で開催されました。祭りの目玉「水祝の儀」では、極寒の中15名の新婦が花水を浴び、子宝成就・子孫繁栄を願いました。



SUHARAスノーカーニバル

2/25 (土)

須原スキー場でSUHARAスノーカーニバルが開催されました。昼の部ではお楽しみ抽選会や福餅まき、夜の部ではステージ上での火を扱った大道芸や、守門スキークラブ員等による「火と光の祭典大たいまつ滑降」などが行われました。雪上花火も打ち上げられ、来場者は雪と光の中で幻想的な雰囲気に浸っていました。



魚沼市地域雇用創造事業を紹介します

○取り組みの経緯

魚沼市の雇用環境は平成22年度の有効求人倍率（※1）が0.37と、県平均の0.59を大きく下回り、水準は県内でも最低位となっています。

人口減少に歯止めをかけ、地域の活力を維持するためにも雇用環境の改善は大きな課題です。この度、厚生労働省の委託事業である地域雇用創造事業に取り組み、短期的には雇用環境の改善と一人でも多くの新規就業者確保を目指し、中期的には次代の地域における雇用と産業を担う人材の育成支援を通じ、地域の活性化につなげることを目指します。

○事業の内容

この事業の内容は、大きく分けて『地域雇用創造推進事業（パッケージ事業）』と、『地域雇用創造実現事業（パッケージ関連事業）』に分かれています。

○地域雇用創造推進事業の取り組み内容

次の分野を重点的に取り組むこととしました。

■里山・森林を活かした産業の再生による雇用創出

本市の85%を占める広大な森林はほとんどが未利用の状況であり、特用林産物や木材、里山など新たな魚沼ブランドとなり得る素材が多数あります。

「緑の分権改革プロジェクト」（※2）と連動し、森林資源に着目した取り組みを進め、木材利用等を考えた産業の創出、自然環境を資源とした生業の創造・雇用の拡大を図ります。

■農商工連携、農観業の推進による雇用創出

全国に通じる魚沼コシヒカリを有しながらも、全般的な農産物価格の低迷で小規模農家を中心として農業離れが進んでいます。また、観光分野では少人数での体験・参加・交流型にニーズが変化し、地域の個性を生かした魅力あるプログラムの提供が求められています。

農林漁業と商工業の連携により、売れる新商品や新サービスの開発・生産・販売等の取り組みを進めると共に、農業と観光を連携・融合させた取り組みを強化し、交流人口の拡大や販売チャンネルの多角化などを通じ、農業・観光・商工業分野の売上高増加と雇用の拡大を目指します。

■地域雇用創造推進事業

求職者や事業主向けに就職するときに有利となるような研修や、新しく起業するきっかけづくりとなる研修会を実施したり、就職相談会等を実施します。（研修会の主な内容はP7 上段参照）

■地域雇用創造実現事業

山菜やきのこの栽培方法や集出荷方法の改良・実証・加工品の試作等に取り組んだり、地域特性を活かした観光プログラムの開発やモニターツアーの実施などに取り組めます。また、山菜やきのこの部門は市内の団体に協議会から委託して、実施する予定です。（P7 下段参照）

○事業実施体制・期間等

*事業実施主体

魚沼市雇用創出推進協議会

（構成員：魚沼市、（社）魚沼市観光協会、魚沼市商工会連絡協議会、北魚沼農業協同組合、魚沼市森林組合、魚沼市ものづくり振興協議会、湯之谷温泉郷、尾瀬ルート活性化委員会、新潟県魚沼地域振興局）

*事業期間

平成24年3月～平成26年3月

*雇用創出目標

平成24年度：65人

平成25年度：65人

計 130人



※1…公共職業安定所に申し込まれている求職者数に対する求人数の割合。求職者1人に対して何人分の求人があったかを示す指標。

※2…里山を整備し、木材の利用を促進する取組みなどを通じ、林業の6次産業化を目指す、市のプロジェクト。

地域重点分野と取り組み方針		事業主向けメニュー	求職者向けメニュー	
産業の再生による雇用創出	里山・森林資源を活かした産業化	特用林産物の商品力向上	・山菜、きのこの栽培技術講習 ・山菜アドバイザー、ソムリエ等養成講座 ・集出荷管理技術研修	・食品の品質管理基礎研修 ・山菜の栽培、加工技術習得研修 ・地産地消、新ブランド料理教室 ・山菜ソムリエ養成講座
		木材の商品力向上	・木工製品開発マーケティング研修 ・木質バイオマス、新エネルギーの利活用研修	・森林管理等基本研修 ・木材加工等基本研修
		里山の観光資源化	・里山、森林資源利活用研修	・里山コンシェルジュ養成講座 ・森林・里山活用セラピスト養成講座
農商工連携・農観業の推進による雇用創出	農商工連携の推進	新たな販売チャンネルの開拓	・オンラインショップ運営管理者研修 ・新マーケティング研修	・オンラインショップIT研修 ・パソコン操作基礎研修
		地場農産加工品のブランド化	・地域ブランド開発研修 ・農産物直売所運営、サービス研修	・料理開発、食品衛生基礎研修 ・販売力、営業力研修
	農観業の推進・充実	滞在型農観業の立ち上げ	・グリーンツーリズムインストラクター養成研修 ・自然ふれあいプログラムづくり研修	・グリーンツーリズム基本研修 ・滞在型農観業総合研修
		新しい魅力発見による農観業の推進	・地域資源再発見講座 ・体験型プログラム開発セミナー	・誘客営業研修・実習 ・観光おもてなし研修
	新規参入の促進による農観業の充実	・後継者育成推進研修 ・地域リーダー育成研修	・起業関連法基本研修 ・起業のための基本研修 ・企画力、提案力、コミュニケーション力向上研修	

※各研修会開催前に参加者の募集を行います。

魚沼市地域雇用創造実現事業

山菜・きのこの栽培・加工等実証業務の受託団体を募集します

魚沼市雇用創出推進協議会では、平成24・25年度に地域雇用創造実現事業として取り組む事業の一部を市内の団体等に再委託することとし、受託団体を募集します。

【委託する業務等と受託団体の応募方法】

1. 委託する事業の内容

わらびなど山菜やきのこの栽培、保存、加工技術の開発と加工品の試作や試験販売の実施。また、集出荷用梱包・包装資材等の開発。（※取得したノウハウや試作加工品のデータは協議会に属し、後日市内の希望者に公開する予定です。）

2. 委託期間

平成24年4月（契約の日）から平成26年3月（約2年間）

3. 委託費用及び委託業務の内容

委託業務に要する費用全額（従事する職員人件費も含む）を委託費として措置します。なお、委託業務の詳細と想定委託費は下記問い合わせ先まで照会ください。

4. 応募資格

市内に住所のある団体及び会社等の法人

5. 委託先の決定方法

所定の様式で委託業務実施に関する提案書を提出していただきます。提案内容を総合的に検討し魚沼市雇用創出推進協議会において決定させていただきます。

6. 応募方法

- ①応募書類は魚沼市役所湯之谷庁舎、商工振興室にあります。
- ②応募期限は平成24年3月30日（金）17:00です。
- ③提出・問い合わせ先は商工振興室（☎792-9753）です。



春はストレスを受けやすい時期です。

環境の変化に備えましょう

進学や就職などで環境が変わる春は、エネルギーに満ちあふれ頑張ろうと思う反面、ストレスを受けやすく気持ちが減入ってしまいがちな時期といえます。

ストレスについて正しく理解し、新しい環境に対する気持ちの準備をはじめましょう。

○ストレスがたまると起こりやすい変化



■心の変化

イライラする、怒りっぽくなる、不安感、無気力、疲労感、集中力の低下

■からだの変化

頭痛、肩こり、動悸・めまい、アレルギー、下痢・便秘、不眠、食欲不振



■行動面の変化

過食、深酒、遅刻・欠勤、暴力的な言動、人付き合いを避ける

ストレスは誰にでもあり、それを完全に取り去ることはできません。また、適度なストレスであれば気持ちに張りを与えたり、モチベーションを向上させたり、自律神経の安定に貢献する不可欠なものです。

ただし、ストレスがたまり続け、許容量を超えてしまううつ病などの病気が生じます。ストレスが自分の許容量を超えてしまう前に少しずつ吐き出し、ためすぎないようにするのがポイントです。



○セルフコントロールでストレスを撃退!

*自分のクセを知る

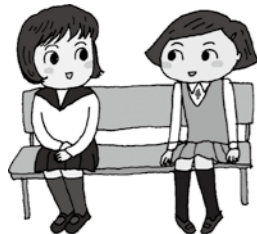
失敗した時、この世の終わりのように落ち込んでしまう人もいれば、次に頑張ろうと思う人もいます。悩みを抱えた時、少しでも違う発想を試してみれば。

*生活習慣を整える

「たっぷりの睡眠」、「食事をしっかり摂る」、「適度に運動をする」ことが基本です。できることから始めてみましょう。休養（リラックス）も忘れずに。

*良い人間関係を築く

人には個性があるので、相性があるのが当然です。苦手だと感じる相手であっても、良い人間関係をつくるには「あいさつ」というコミュニケーションから始まります。



イラスト：細川貂々

悩みを抱えているあなたの身近に、気軽に相談できる友人・知人はいませんか？自分を認めてくれる人に、思い切って相談してみましょう。それだけでスッキリすることもありますよ。

「逃げない・ためない・隠さない」がストレス対策の3原則です。

自分でコントロールができなくなってきたら、専門の相談機関を利用するのもひとつの手段。

魚沼市福祉保健課健康増進室 ☎797-4803

魚沼地域振興局健康福祉部 ☎792-8614



障害ネット

障害者就労支援事業所
ってどんなところ？

No.6



盛り付けは丁寧に…。特に集中して取り組みます。

ひろかみ工芸

(今泉412番地)

— おいしい手作り弁当を届けます —

ひろかみ工芸では、食品事業としてお弁当作りをしています。

企業や障害者施設、官公庁から注文を受けて配達するほか、社会福祉協議会で行っている高齢者への配食サービスに携わっており、毎日100食を超えるお弁当を作っています。施設利用者の方たちの仕事は、弁当の盛り付け・調理場の清掃・片づけ・配達などで、現在10人で行っています。

お弁当は昼食に届けるため、作業は午前中に集中します。多い時には180食ほどになることも。限られた時間の中でたくさん作ることは大変ですが、自分たちのお弁当を楽しみに待っている方がいることや、地域に貢献できていると感じることが作業に携わる利用者にとって何よりの励みになっています。

〈その他の受託作業例〉

食品容器シール貼り、段ボール組み立て など



シール貼り作業



段ボール組み立て作業

○問合せ・作業依頼は… ひろかみ工芸 ☎799-4701

市民相談センター

No.22

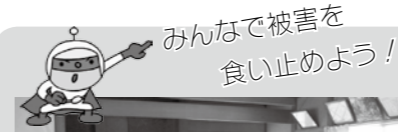
小出庁舎 1階奥
月～金（祝日除く）
8:30～17:15
（予約不要。時間指定可）
☎792-8844

くらしの情報 vol.21

被害は高齢者の割合が高くなっています
身近な人の見守りと知識を

“利殖商法”、“次々販売”、“架空請求”など、さまざまな消費者トラブルが横行するなか、だます手口が多様で巧妙になっていることもあります。被害に遭っても自分がだまされていることに気付かない人がいます。また、被害に遭ったことを恥ずかしく思ったり、だまされた自分が悪いと考えたりする人もいます。

被害を防ぐためには、皆さん一人ひとりが悪質商法や契約に関する知識を身につけ、自分で自分の身を守ることはもちろんですが、それと同時に家族や周囲の人たちの見守りがとても重要です。



消費生活サポーターが トラブル防止の力になります

現在、魚沼市には8人のサポーターがおり、老人クラブの集會等でオレオレ詐欺や消費生活トラブル防止のための講座を実施しています。少人数でも講座希望に応じますので、ご希望の際は市民相談センターまでお申し込みください。



※消費生活サポーターとは？…新潟県の養成講座を修了し、新潟県消費者協会に登録されている方たちで、広く県民に対し消費生活に関する啓発活動などを行っています。

フォトスケッチ
Photosketch
うおぬま

日 日 時 期 間 場 所 内 容 対 象 資 格
講 演 題 ・ 講 師 演 出 演 相 相 談 員 持 持 ち 物
¥ 費 用 定 定 員 縮 縮 め 切 切 り H ホームページ
他 他 申 申 し 込 込 み 問 問 い 合 合 わ せ

市民生活室休日窓口を開設します

市民生活室 / ☎ 792-1112

2/1 大好きなスキーを頑張ったよ!
- 全国大会出場者結果報告



2月10日から福島県で行われた「2012年第5回スペシャルオリンピック日本冬季ナショナルゲーム」クロスカントリー種目の、新潟県代表として小出特別支援学校の3名が次の成績を収められました。

おめでとう
石田 暖さん…1km 銅、リレー 金
櫻井辰巳さん…1km 銅、リレー 金
中澤廣夢さん…100m 金

2/18 白銀の世界をスイスイ歩く
- スノーシュー雪山トレッキング



守門公民館主催で、スノーシュー（洋式かんじき）をはいて新雪の中を散策し、自然と親しむ雪山トレッキングが鏡ヶ池周辺の雪山で行われました。参加者は新雪の上をスイスイと忍者のように歩く気持ち良さや雪山の中で見る雪景色の素晴らしさを堪能し、雪国ならではの楽しみをまた一つみつけたようでした。

2/4.5 助け合いの心で大雪を乗り越えよう
- 「スコップ」除雪ボランティア活動



県と市、(財)魚沼地域づくり振興公社主催の「スコップ」除雪ボランティア活動が、2月4日～5日に入広瀬地域の太白川地区と横根地区で行われました。初日は降り続く雪の中、市内外から40人を超える参加者が玄関の門払いや家の周りの除雪を行いました。ボランティアの皆さん、ありがとうございました。

2/27 生活習慣病を改善して医者いらず
- 地域医療魚沼学校・健康教室



広神コミュニティセンターで開かれたこの日の地域医療魚沼学校では、上村副校長が講師を務めました。日頃から食生活や運動などに気を配ることや、生活習慣病の改善を呼びかけました。わかりやすい言葉を使って話を進め、実際に体を動かしたりして、参加者の理解を深めていました。

1. 臨時的に窓口を開設する日（小出庁舎のみ）
3月25日（日）8：30～17：15
4月 1日（日）8：30～17：15
○取り扱う業務
住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等
公金収納（会計課窓口も開設しています。）
（パスポート・住基カードは取り扱いできません。）
2. 平日の窓口を延長開設する日（小出庁舎のみ）
3月26日（月）～4月6日（金）の平日
17：15～18：15
○取り扱う業務
住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等
（パスポート・住基カードは取り扱いできません。）

3. 定期的に窓口を開設する日（小出庁舎のみ）
毎月第3日曜日 8：30～12：00午前のみ
○取り扱う業務
住民票・戸籍関係・印鑑登録証明書・身分証明書
発行及び印鑑登録
（パスポート・住基カードは取り扱いできません。）
 4. 休日予約発行（小出・守門庁舎のみ）
住民票・印鑑登録証明書等（戸籍謄抄本は取り扱いしません。）を平日（8：30～17：15）に予約し、休日（8：30～17：00）に、小出・守門庁舎で受け取れます。
電話予約は平日全庁舎で受け付けます。
- ☒ 休日取扱い業務・予約等は市民生活室へご確認ください。

持ち込み食材の放射性物質検査を実施しています
＜市民相談センター＞

新潟県では県内3箇所に検査機器を配置し、一般の方が持ち込む食材の放射性物質検査を無料で行っています。

中越地区では長岡市に検査場があり、検査は予約制のため事前に電話予約が必要です。

持込方法など詳細は県ホームページや予約時に確認してください。

- 次のものは検査対象外です
- ・事業者が販売目的とするもの
 - ・産地、製造者、販売者等が明らかでないもの
 - ・輸入品等今回の原発事故と関連性のないもの

- 日 月～金（祝日除く）
9：00～16：00
場 （社）新潟県環境衛生中央研究所
長岡市新産2丁目12番地7
申 ☎ 0258-46-7151
（電話予約が必要です）



消雪の際は地下水の節水にご協力を

建設室 / ☎ 799-4601

地下水を利用した消雪は、水中ポンプを電力で運転する場合がほとんどです。融雪用電力契約をすることで、電気料金を節約しつつ、地下水の汲み上げが抑制され、井戸枯れの予防につながります。

- 融雪用電力契約の主な内容
- ・毎年、事前に定めた3か月以上の期間のみ使用
 - ・上記の期間以外は電気料金がかかります
- ※ただし、14：00～15：00、16：00～17：00の間の2時間は使うことが出来ません

- ☒ 融雪用電力契約についてのくわしくは東北電力コールセンターまで
☎ 0120-175-466



くらし

奨学生現況報告書を提出してください

学校教育室／☎794-6072

現在、魚沼市奨学金を受けていて平成24年4月以降も引続き受ける予定の奨学生は、「奨学生現況報告書」と「在学証明書」の提出が必要です。

☑ 学校教育室に郵送または持参するか、各市民センターに持参してください。(様式は、各市民センターまたは、市のホームページからダウンロードして入手できます。)

〈郵送先〉〒949-7494 堀之内130番地

魚沼市教育委員会 学校教育室

☒ 3月30日(金)

☎ 退学、休学の場合は別途、届出が必要です。

国民年金保険料「学生納付特例制度」の申請を忘れていませんか?

国保年金室／☎797-2358

20歳以上の学生は、所得が少ない等の理由で保険料の納付が経済的に困難な場合が多いため、在学期間中の保険料の納付を猶予する「学生納付特例制度」があります。

この制度は、申請後の審査で承認されなければ猶予することができません。

平成23年度分の締め切りが近づいています。お早めに申請してください。

☑ 20歳以上の学生が納付すべき平成23年4月分～24年3月分(平成23年度分)までの保険料

持 申請に必要なもの

- ・年金手帳 ・印鑑 ・申請書(各市民センターに設置)
- ・学生証のコピーまたは在学証明書の原本(コピー不可)

☒ 4月27日(金)

☑ 各市民センターまたは国保年金室

【お早めの追納をおすすめします】

追納をしないと、将来満額の老齢基礎年金を受け取ることができません。追納は承認された期間から10年以内であればできますが、2年を過ぎると、当時の保険料に加算額が上乘せされます。

・追納…学生納付特例制度承認期間中の保険料を遡って納めること

☑ 長岡年金事務所 ☎ 0258-88-0003

火葬の予約方法が変更になります。

環境対策室／☎792-9766

4月1日から、従来の電話による予約から、魚沼市に登録された葬祭業者からインターネットを通じた火葬予約受付になります。これにより24時間火葬の予約を受付ができることになりました。

また、事情により葬祭業者に依頼せず、直接火葬を予約する場合は、8:30から17:00に電話で予約してください。(年中無休)

☑ 魚沼市火葬予約センター ☎ 793-1059

リサイクルハウスが再開しました

大型不用品の仲介を行います

〈市民相談センター〉

〈新潟県魚沼市消費者協会〉

昨年7月の水害以降、中止していたリサイクルハウスを再開します。

☑ 3月18日(日) 13:00～15:00

☑ リサイクルハウス(エコプラント隣)

☑ 大型不用品(通常大型ごみ処理券を貼るもの)のリサイクルの仲介(受入・販売)

・取扱い品

不用品となった家具類、ベビー用品など大型不用品(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。)

・不用品の搬入・搬出

13:00～15:00の間に、個人で行ってください。

☑ 市民相談センター ☎ 792-8844



新潟電気保安協会

ふれあい交流センター「見晴らしの湯こまみ」露天風呂を休止しています

ふれあい交流センター「こまみ」／☎792-8001

観光振興室／☎792-9754

「見晴らしの湯こまみ」露天風呂は、現在機械の不具合により休止しています。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

○休止期間 4月中旬まで(予定)

○休止場所 ふれあい交流センターこまみ
露天風呂(こぶし・ききょう)

下水道への接続加入をお願いします

企業課お客様サービス室／☎792-1118

魚沼市における下水道普及率(平成23年12月末現在)が99.55%に対し、接続率が93.55%にとどまっております。

せっかく下水道が整備されても接続工事を実施しないと下水道の効果は発揮されません。下水道は、生活環境の改善のみならず、地域全体の環境改善にも重要な役割を担っています。地域ぐるみで環境改善に努めましょう。

他にも、排水設備施設の改造に係る融資制度がありますのでご活用ください。

☑ 企業課お客様サービス室

中小企業の皆様へ

「最低賃金相談支援コーナー」を設置しました

新潟県労働局労働基準部賃金室

☑ 最低賃金の引き上げにより、大きな影響を受ける中小企業主の皆さんのために、経営面と労働面の相談についてそれぞれの専門家がワン・ストップで対応する無料の相談窓口を設置しました。

〈相談内容〉 ・販路拡大の方法について知りたい

- ・もう少し生産効率を上げたい
- ・給与制度・給与体系を見直したい
- ・就業規則をしっかりとしたものになりたい
- ・社内レイアウトを効率的なものにしたい
- ・その他、経営・労務に関すること

☑ 毎週 火、水、木(祝祭日の場合変更あり)

9:00～17:00

☑ 小出商工会内(小出島1209-11)

☑ 魚沼最低賃金相談支援コーナー

☎792-2124 FAX792-7067

新潟労働局労働基準部賃金室

☎025-234-5924

☑ <http://www.niigata-roudoukyoku.go.jp/>

職員等の募集

社会福祉法人魚野福祉会臨時職員募集

〈介護福祉室〉

○定員 若干名

○職種 介護職員(臨時)

○資格 不問

○勤務場所 特別養護老人ホームうおの園(原虫野)

☑ 応募書類、賃金、勤務日等の詳細は下記へ
特別養護老人ホームうおの園 ☎ 792-1096

エコプラント魚沼 非常勤職員募集

エコプラント魚沼／☎792-9900

○定員 1人

○資格 年齢65歳未満

○任用期間 4月1日から平成25年3月31日まで

○職務内容 不燃ごみ手選別作業補助(アルミ缶、空きビン、ガラス等の分別)大型ごみ解体(炊飯器、ベッド等)、構内清掃、他

○勤務場所 エコプラント魚沼

○勤務時間 9:00～16:00週5日(30時間)
日曜休み 交代で平日1日休み

○賃金 月額113,600円

○選考方法 書類選考または面接試験

☒ 3月16日(金)

☑ 市販の履歴書に写真を添付して、エコプラント魚沼へ提出してください。

☑ エコプラント魚沼

毎月22日は『禁煙の日』 スワンスワン(吸わん吸わん)で禁煙を!

健康増進室／☎797-4803

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

今月の22日から『禁煙』をはじめませんか?



募 集

小出郷図書館ボランティアスタッフ募集

生涯学習室 / ☎794-6073

- 対 図書館に関心のある18歳以上の人
- 期 火～日曜日の図書館開館時間中
- 内 館内の案内や図書の整理など
- 他 ・活動に対する謝礼や交通費の支給はありません。
・図書館負担でボランティア保険に加入します。
・活動開始は4月1日以降になります。
- 申 電話、FAX、またはメールで、住所、氏名、電話番号、年齢を生涯学習室までお知らせください。
☎ 794-6073 FAX 794-2353
Eメール syogaigakusyu@city.uonuma.niigata.jp

小出郷図書館 市民ギャラリー利用者募集

小出郷図書館 / ☎792-0337

- 2階の休憩所の壁面を市民ギャラリーとして開放しています。図書館に自分の作品を飾ってみませんか。
- 対 市内に在住、通勤、通学している方、またはその方が属する団体
- 期 1か月を限度とします。申込受付は、使用開始の6か月前の月初めからです。
- 内 日本画、洋画、版画、彫刻、工芸、書道、写真、華道など
- 料 無料。ただし、展示に掛かる保険などの諸経費は利用者負担です。
- 申 小出郷図書館

平成24年度食品表示ウォッチャー募集

農政室 / ☎799-3485

- 内 年6回（1回2店程度）、食品の原産地表示などの状況報告や、不適切な食品表示の情報を随時県に提供する「食品表示ウォッチャー」を募集します。
- 資 県内在住の満20歳以上で、研修会（4月下旬開催予定）への出席が可能な人（経験者も可）
- 定 100人
- 日 3月30日（金）
申込用紙は農政室（広神庁舎2階）にあります。
- 申 新潟県農林水産部食品・流通課 消費拡大係
☎025-280-5743
- 他 年額6,000円の範囲内で謝礼を支払います。（研修会旅費は県が負担）

小出郷文化会館企画運営委員募集

文化振興室 / ☎792-8811

- 募集人員 若干名
- 募集資格 18歳以上で市内在住
- 任期 4月1日～平成26年3月31日（2年間）
- 業務内容
 - ・文化会館の事業についての調査及び審議
 - ・文化会館の事業についての建議及び助言
 - ・文化会館の設置目的を達成するために必要なこと
- 委員会運営 2か月に1回程度開催予定
- 謝礼 回額3,000円
- 選考方法 書類選考
- 日 3月22日（木）
- 申 所定の申込書に記入のうえ、小出郷文化会館に申込みください。（応募用紙は小出郷文化会館または市のホームページからダウンロードして入手できます。）

青年国際交流事業に参加しませんか

<内閣府>

- 内閣府では、将来を担う国際感覚豊かな青年を育成するため、様々な国際交流事業を実施しています。
- 平成24年度募集事業
 - 「国際青年育成交流」
 - 「日本・中国青年親善交流」「日本・韓国青年親善交流」
 - 「青年社会活動コアリーダー育成プログラム」
 - 「世界青年の船」「東南アジア青年の船」
- 内閣府 子ども若者・子育て施策総合推進室
青年国際交流担当
☎ 03-3581-1181
または 新潟県福祉保健部児童家庭課
☎ 025-280-5214
- H <http://www.cao.go.jp/koryu/>



健康・福祉

慰霊巡拝事業を実施します

<厚生室>

- 厚生労働省主催の旧主要戦域慰霊巡拝事業です。
- 実施時期 8月下旬～25年3月上旬
- 実施地域
 - 旧ソ連地域（イルクーツク州、ザバイカル地方、ハバロフスク地方、沿海地方）、中国東北地区、硫黄島、東部ニューギニア、北ボルネオ、トラック諸島、マリアナ諸島、フィリピン、マーシャル・ギルバード諸島
- 申 県福祉保健課課援護恩給室
☎ 025-280-5180

高額な外来診療を受ける皆様へ

4月から自己負担限度額を超える支払は不要となります

国保年金室 / ☎797-2358

高額な外来診療を受けたとき、医療機関等窓口（保険薬局、指定訪問看護事業者も同様）に以下のものを提示すれば、ひと月の自己負担限度額を超える支払は不要となります。

対	窓口に提示するもの
70歳未満の方、70歳以上の非課税世帯等の人	「限度額適用認定証」、または「限度額適用・標準負担額減額認定証」
70歳以上75歳未満で非課税世帯等でない人	「高齢受給者証」（国保は被保険者証）
75歳以上で非課税世帯等でない人	「後期高齢者医療被保険者証」
※限度額適用認定証等は、加入する医療保険者に事前に申請して交付を受ける必要があります。	

- 期 4月1日から
- 他 これまでは受診費がひと月の自己負担限度額以上になった場合、いったんその額を自己で支払後に、高額療養費として還付していました。
- 内 ・自身が加入している医療保険者
・国民健康保険及び後期高齢者医療制度の加入者は、国保年金室または各市民センター



若返りトレーニング教室

介護福祉室 / ☎797-2362

- 期 4月～平成25年3月まで
- 対 65歳以上
- 内 ・体調チェック（血圧測定）
・有酸素運動（エアロバイク使用）
・ストレッチ体操、筋力トレーニング、チェアエクササイズなど
- 料 ・週1回コース 1,000円/月
・週2回コース 2,000円/月
※その他に年間保険料1,500円の負担
- 申 申込書は福祉保健課（守門庁舎）、各市民センター、各会場にあります。
- 日 申請は年間を通して受付けています。
※4月から参加を希望する人は3月23日（金）までに提出してください。

内 介護福祉室 高齢福祉班

会場（※印のあるコースは送迎があります）

会場	回/週	コース	開始時間	定員
小出郷福祉センター	2回	①月・木前半コース	13:00 ※	各25名
		②月・木後半コース	14:30	
		③火・金前半コース	13:00	
		④火・金後半コース	14:30	
		⑤水・金前半コース	水曜 13:00 金曜 9:00	
		⑥水・金後半コース	水曜 14:30 金曜 10:30	
		⑦火・金コース	10:00	
伊米ヶ崎公民館	1回	⑧水コース	10:00	各30名
		⑨水コース	13:00 ※	
		⑩水コース	14:30 ※	
堀之内体育館	1回	⑪月コース	9:00	各30名
	2回	⑫月・金コース	月曜 10:30 金曜 13:30	
広神コミュニティセンター	1回	⑬金コース	14:00 ※	40名
守門開発センター	1回	⑭木コース	10:00	25名
入広瀬保健センター	1回	⑮木コース	13:30	25名

- 他 定員に達した場合は、調整させていただく場合があります。



平成24年度 タクシー券の申請

介護福祉室/☎797-2362
厚生室/☎797-4802

	高齢者外出支援 サービスタクシー券	障害者福祉タクシー券
対	おおむね65歳以上の高齢者で、要支援2以上の 人または身体的理由により 公的交通機関を利用する 事が困難な人で、市民 税非課税世帯または市民 税均等割りのみ課税世帯 (年額4千円以下)に属する 人	下記のいずれかをお持ち の人 ・身体障害者手帳 1～3級 ・療育手帳 ・精神障害者保健福 祉手帳1、2級
持	印鑑	障害者手帳、印鑑
申	福祉保健課介護福祉室ま たは各市民センター窓口	福祉保健課厚生室また は各市民センター窓口

- 日 3月15日(木) から随時受付をします。
4月1日からの利用を希望する人は3月23日(金)までに申請してください。
- 内 ・タクシー券24枚(4月までに申請した場合。利用期間:4月1日から平成25年3月31日まで)を交付します。
・1枚の助成額は500円です。
・1回の乗車で3枚まで利用できます。
・魚沼市、南魚沼市、小千谷市のタクシー会社で利用できます。
- 他 ・タクシー券は後日郵送します。
・年間の交付枚数を、申請月から1か月当たり2枚の計算で交付しますので、ご希望の人はお早めに申請してください。

簡単お楽しみクッキング

健康増進室/☎797-4803

- 日 3月22日(木) 10:00～13:00
- 場 小出ボランティアセンター
- 内 調理実習 身近な食材で簡単料理
健康講話(1食分の適量が簡単にわかる方法)
- 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、筆記用具
- ¥ 500円
- 定 先着20人
- × 3月19日(月)



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 3月15日(木) 13:00～15:00
- 場 湯之谷芋川公民館
- 内 調理実習(冬野菜をおいしく調理)
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

やさしい・簡単 男性の料理教室

健康増進室/☎797-4803

- 日 3月21日(水) 10:00～12:30
- 場 小出ボランティアセンター
- 内 一人でもおいしく作れる「簡単・男飯」
- 対 男性
- 講 魚沼市食生活改善推進員協議会
- 持 エプロン、三角巾、手拭、筆記用具
- ¥ 500円
- 定 先着20人
- × 3月16日(金)

生涯学習・公民館

おはなしがいっぱい

小出郷図書館/☎792-0337

- 日 3月24日(土) 11:00～
- 場 湯之谷児童館(つくし保育園隣)
- 内 絵本「おやゆびひめ」、「まめうしもいろのはる」、「つつつくせんせいとふしぎなりんご」など読みます。「切り紙遊び」も行います。

マジックショーと昔語り

伊米ヶ崎公民館/☎792-0082

- 日 3月27日(火) 13:30～
- 場 伊米ヶ崎公民館 図書室
- 内 長谷川 枝三子 さん(マジックショーと語り)
遠藤 カズ子 さん(語り)
- 対 どなたでも
- ¥ 無料
- 定 50人
- 他 問い合わせ時間 9:00～16:00

3月ブックスタート

小出郷図書館/☎792-0337

内	日	場
読み聞かせの方法などを お話しします。 (絵本プレゼント)	21日(水)	13:00～14:30 小出子育て支援センター ぱびぷ
	24日(土)	10:00～12:00 広神図書館 和室

- 持 個別案内同封の絵本引換書
- 対 平成23年3月1日～3月31日生まれの赤ちゃん
と保護者
・どちらかご都合のよい会場に参加ください。
・1組10分程度です。時間内で、赤ちゃんの
機嫌がよい時にお越しください。

俳句教室

守門公民館/☎797-2261

- 日 4月、6月、7月、9月、10月、11月、12月
第2木曜日 5月のみ第3木曜日
第1回4月12日(木) 13:30～15:30
- 場 守門開発センター
- 講 山之内 喜七 さん
- 対 初心者
- ¥ 1,000円(全8回分)
- 申 守門公民館(守門開発センター内)

平成24年度 社会人講座「コンピュータ初級」

県立堀之内高等学校/☎794-3317

- 日 4月24日(火)～平成25年1月末まで
15:00～16:45頃(毎週火曜日)
※夏季休業中に数回集中講座があります
- 場 県立堀之内高等学校
- 内 ワープロ、表計算ソフトの講義と実習
- 対 市内および周辺地域の人(受講経験のある方は不可)
- 定 20人程度
- ¥ 年間受講料3,480円、教材費900円
- × 3月30日(金)
- 申 堀之内高校事務室か堀之内高校ホームページ上にある申込書に必要事項を記載のうえ、氏名と住所を書いた切手貼付の返信用封筒とともに事務室に提出してください。
- 問 県立堀之内高等学校

スポーツ

広神野球場・下条テニスコートの受付窓口を変更します

生涯学習室/☎794-6073

- 4月1日から指定管理者制度に移行し、受付窓口が下記のとおり変更になります。
- 内 3月31日まで 広神コミュニティセンター
4月1日から 広神野球場 管理事務室
☎ 799-3456
- 他 施設開放日・予約開始日は降雪状況によるため、決定次第、受付時間等とあわせて周知します。

新潟県スポーツフェスティバル

生涯学習室/☎794-6073

種目	日	場
女子ソフトボール	6/16・17(土・日)	上越市
ターゲット・バードゴルフ	6/17(日)	糸魚川市
年齢別ソフトテニス	6/24(日)	上越市
年齢別バドミントン	7/1(日)	糸魚川市
ワンバウンドバレーボール	6/24(日)	胎内市
ベタンク	6/17(日)	妙高市
壮年野球	6/30・7/1(土・日)	妙高市
壮年剣道	6/24(日)	糸魚川市
壮年サッカー	6/17(日)	妙高市
ラージボール卓球	6/10(日)	妙高市
パウンドテニス	6/17(日)	新発田市
マスターズ陸上	6/17(日)	新潟市
エアロビック	6/10(日)	上越市
ユニバーサルホッケー	6/3(日)	糸魚川市
スポレック	6/24(日)	上越市
3B体操	5/27(日)	妙高市
ビーチバレー	7/15(日)	上越市
キンボールスポーツ	6/3(日)	上越市
フォークダンス	7/7(土)	新潟市
チャレンジ・ザ・ゲーム	6/24(日)	上越市

- × 4月20日(金)
- 申 生涯学習室
- 他 上記一覧表はオープン参加等で誰でも参加できる種目のみを掲載しています。実施要項等の詳細についてはお問い合わせください。



催し

アタカマ砂漠アルマ電波天文台への旅(写真展)
 <文化振興室>

アルマ電波天文台は、チリのアタカマ砂漠の標高約5,000m地点に建設された電波天文台です。昨年から本格観測に入り、すぐにブラックホールの観測に成功しました。

日 3月30日(金)～4月1日(日)
場 小さい記念館(親柄219)
料 無料
問 小さい記念館代表 吉田ノリ ☎ 799-2004



講演会「魚沼の地に『科学の碑』を建てて～戦争の時代を生きた一市民の思い」
 <総務管理室>

日 3月27日(火) 19:00～21:00
場 広神コミュニティセンター 1階創作活動室
講 細井 心円 さん(東養寺住職・元教員)
内 境内に「科学の碑」を建てた思いと、戦争体験・戦後民主主義、そして平和への希望を語ります。その他「ミニ仮説実験授業」「紙トンボ作り」を行います。
料 300円
問 魚沼九条の会 ☎ 792-2744(18:00以降)
他 後援 魚沼市

小出郷文化会館
 ☎792-8811

魚沼映画の専門店Vol.102 「人生、ここにあり」
日 3月23日(金)～25日(日)
 23日①19:00
 24日①10:00②14:00③19:00
 25日①10:00②14:00
場 小出郷文化会館 小ホール
料 当日 一般 1,000円
 学生・友の会・シルバー等 800円
内 イタリアで行われた世界で初めての挑戦、精神病棟の廃止。そこで生まれを知る実話を基にコメディ仕立てに練り上げられた、人間賛歌エンターテインメント！
 イタリアでは40万人が観覧記録的ヒット作！

小出郷文化会館 イベント情報
 ホームページで紹介しています。ぜひご覧ください。
日 <http://www.city.uonuma.niigata.jp/bunka/>

各種相談等

商工業者のみなさんへ
弁護士による無料法律相談会
 <新潟県商工会連合会>

日 4月5日(木) 10:00～12:00
場 堀之内商工会
内 相談時間は、1件30分程度です。
申 堀之内商工会(要予約 ☎794-2433)

ジョブカフェうおぬまオープン
 <商工振興室>

日 3月23日(金) 10:00～12:00
場 小出郷福祉センター
内 若者の仕事探しのお手伝いと、就職に関する出張相談会(相談時間は50分の予定)
対 39歳くらいまでで、就職の相談をしたい人
組 専任のキャリアカウンセラー
料 無料
定 5人
日 3月22日(木)
問 ジョブカフェがおか ☎ 0258-38-6181
日 <http://www.niigata-jobcafe.jp/>

4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。		
<誕生会> 17日(火) 4月生まれをみんなでお祝いしよう *誕生会実施日(午前)はスタッフが計測をします。		
小出子育て支援センター ぱびぷ ☎792-6356		
びよびよ広場	月～金 9:00～16:00	自由遊びなど
10:45～11:00は、手遊び・ふれあい体操などを行う「びよびよタイム」です。		
<誕生会> 18日(水) 4月生まれをみんなでお祝いしよう		
<土曜開放> 7日(第1土曜日)、14日(第2土曜日)の9:00～11:30まで広場を開放します。びよびよタイムはありません。お家の方と楽しく遊びましょう。		
*毎週月曜日(9:00～12:00、13:00～15:00)身長・体重を測定できます。計測時にはスタッフがお手伝いします。乳幼児の育児等について相談もできます。ご利用ください。		
すくすく広場(親子ふれあい広場) ☎792-6356		
守門健康センター	13日(金) 10:00～11:15	はじめましての会(ボールプールで遊ぶ)
入広瀬保健センター	20日(金) 10:00～11:15	

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

0～3才向け だっこでおはなし
 小出郷図書館/☎792-0337

日 3月23日(金) 10:30～
場 小出郷図書館 おはなしのへや
内 お子さんをひざに抱っこしながら、絵本や手遊びを楽しみませんか。絵本「なあんだなんだ?」「ノントンぶらんこのせて」、「ちょちょあそび」、紙芝居「おもちゃさん～あかちゃんないているよ～」などを読みます。

4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
乳児健診 4か月児	12(木)	13:00～13:15	小出子育て支援センター	H23年12月1日～14日生
	26(木)			H23年12月15日～31日生
1歳6か月児	11(水)	13:00～13:15	湯之谷保健センター	H22年9月1日～10日生
	25(水)			H22年9月11日～30日生
3歳児	18(水)			H21年4月2日～30日生
2歳児歯科	17(火)			H22年4月生

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

【離乳食講習会等】 健康増進室/☎797-4803

事業名	期日	受付時間	会場	対象
離乳食講習会(ステップ1)	13(金)	9:30～9:45	小出子育て支援センター	H24年1月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ2)	17(火)			H23年9月生の乳児の養育者
離乳食講習会(ステップ3)	24(火)			H23年6月生の乳児の養育者
1歳歯みがき教室	10(火)	9:15～9:30		H23年4月生の幼児と養育者

持 母子健康手帳
他 離乳食講習会は、ステップ1、2、3ともに対象月齢以外の方も参加できます。また、やむをえずお子さんを連れてくる場合は、バスタオルをお持ちください。該当月に参加できない場合は次の開催日にお願いします。
 ・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。

3月16日～31日 行事カレンダー

16	金	ピアノ音楽合宿修了コンサート(19:00/小出郷文化会館) 組織機構改革及び庁舎再編説明会(19:00～/広神コミュニティセンター)
17	土	
18	日	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) 原付免許取得講習(7:00/魚沼中央自動車学校) 日曜なんでも相談会・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)
19	月	就職ガイダンス(13:00～16:00/小千谷市サンプラザ)
20	火	
21	水	年金相談日(10:00～15:00/小出商工会館) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258-88-0006 ブックスタート(13:00/小出子育て支援センターぱびぷ)
22	木	
23	金	献血(10:00/魚沼市消防本部 13:30/県立小出病院) 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) 魚沼映画の専門店 Vol.102 「人生、ここにあり」(19:00/小出郷文化会館)
24	土	ブックスタート(10:00/広神図書館) おはなしがいっぱい(11:00/湯之谷児童館) 魚沼映画の専門店 Vol.102 「人生、ここにあり」(①10:00②14:00③19:00/小出郷文化会館)
25	日	臨時窓口【小出庁舎のみ】(8:30～17:15)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等、公金収納) 原付免許取得講習(7:00/魚沼中央自動車学校) 魚沼映画の専門店 Vol.102 「人生、ここにあり」(①10:00②14:00/小出郷文化会館)
26	月	農業委員会総会(13:30～/広神庁舎) 延長窓口【小出庁舎のみ】(18:15まで)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等)
27	火	延長窓口【小出庁舎のみ】(18:15まで)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等)
28	水	延長窓口【小出庁舎のみ】(18:15まで)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等)
29	木	延長窓口【小出庁舎のみ】(18:15まで)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等)
30	金	延長窓口【小出庁舎のみ】(18:15まで)(住民異動に伴う届出・証明、印鑑登録等)
31	土	

【お詫びと訂正】 市報うおぬまお知らせ版2月25号に誤りがありました。お詫びして、次のとおり訂正いたします。
 8ページ 行事カレンダー
 (誤) 3/15(木) ピアノ音楽合宿修了コンサート(19:00/小出郷文化会館)
 (正) 3/16(金) ピアノ音楽合宿修了コンサート(19:00/小出郷文化会館)

献血(全血)実施
 健康増進室/☎797-4803

日 3月23日(金)
 10:00～12:00 魚沼市消防本部
 13:30～16:00 県立小出病院
内 献血種別 全血(400ml、200ml)
持 献血カード
他 患者さんの副作用の可能性が低く、安全性が向上する400ml献血を推進しています。

市報クイズ

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

クイズの答えと「市報うおぬま」の感想などをお書きのうえ、住所・氏名・電話番号を明記して、ハガキ、FAX、またはEメールで、3月26日（月）までに応募してください。

Q 「逃げない・ためない・隠さない」を対策の3原則としているものは、次のうちどれ？

- A
- ① ストレス
 - ② いじめ
 - ③ ダイエット

先月号の正解は、②ひなたでした。正解者は28名、当選者は次の皆さんです。（敬称略）たくさんのご応募、ありがとうございました。

【図書カード】
内田 花、田中 荘一郎、桑原 美代子、風間 正子、星 優人

【映画ペアチケット】
桜井 恵美、佐藤 千恵子、佐藤 三千代、櫻井 タケ、山田 フミ

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

編集後記
結ローソクのキャンドルリレーイベント取材先で、「復興祈念」の文字を目にすると、皆さんが日本を応援している温かな気持ちが確かに伝わってきました。震災からもうすぐ1年が経ちます。節目とはいえ、被災された方々の苦労はまだ続くでしょう。被災者への想いを込めて、11日は家族と結ローソクを灯したいです。（T）

魚沼市における医師確保問題について

地方の自治体にとって医師確保は大変難しいことです。新潟県は全国でも医師の少ない県の一つであり、更に魚沼市は県内でも医師が少ない地域です。

魚沼市では市立堀之内病院のほか、守門と入広瀬に診療所があります。守門診療所は前診療所長の退職後、維持していくことが一時難しい状況になりましたが、地元医師会をはじめ新潟県労働衛生医学協会、新潟大学など多くの関係機関からご支援をいただき診療体制を継続してまいりました。そうした状況の中、関係機関の協力をいただき4月から新たに常勤診療所長が赴任されることとなりました。また入広瀬診療所についても、同様に、4月から常勤診療所長が赴任されることとなりました。両診療所とも、特別養護老人ホームおよび在宅の訪問診療を行っており、医師一人での対応には限界があるため、守門診療所は引き続き関係機関から応援を、入広瀬診療所も引き続き五十嵐先生からの応援をいただくこととしています。

また、欠員が生じていた市立堀之内病院には、オーストリア大使館で勤務されていた鈴木良平医師から12月より着任いただいております。

全国で医師不足が深刻化している中、このように医師に来ていただけることを市民の皆さまにご報告し、また、常日頃から地元医師会や県立小出病院の先生方から多方面に渡りご協力いただいている状況を改めて知っていただきたく、この場をお借りしました。今後も病院の新設にともなう医師確保にも努めてまいりたいと思いますので、皆さまのご理解とご協力をお願いします。

魚沼市長 大平 悦子

文化財散歩 No.41

市指定文化財の彫刻 穴沢の如意輪観音像を紹介します。

穴沢地区、個人收藏の木造の如意輪観音像です。大きさは全高53cm、台座径22cm程、条帛を着た姿で右第2手に如意宝珠を持っています。

彫法は素朴で表情は柔和です。各所に省略が目立つため専門的仏師が彫ったものではないとされています。正確な制作年代は不明ですが、室町末期の特色を残しています。一般的な如意輪観音は、条帛を着て宝冠を頭上に置き、手首に腕釧をつけています。姿は右第1手を頬に添え、左第1手は左膝外側に下ろし、如意宝珠・蓮華・数珠・宝輪を残し4本の手に持っています。立像はほとんどなく、右膝を立て両足裏を合わせる輪王座という姿勢で座っています。

首をかしげて思案し、世に苦しんでいる人々のことを心配しているといわれています。



如意輪観音像（個人收藏）

ひとのうごき

※届出いただくときに、同意のあった方を掲載しています。

(1月21日～2月20日届出分)

お誕生おめでとうございます

【堀之内地域】
真島もえか 洋平・あすか 上仲町 佐藤 絆奈 陽・夕紀 東中
河村 美杏 繁和・希巴江 山/手町一 桑原 愛瑠 正志・雅子 田尻

【小出地域】
小澤 裕仁 裕介・玲 小出稲荷町二 和田 清美 浩英・広実 中島
坂西 佳真 真尚・純子 佐梨 大桃 優芽 勇一・純子 新保

【守門地域】
山田 雄星 幸雄・利子 須川

【湯之谷地域】
今井 茜里 誠・千春 井口 入広瀬地域】
櫻井みのり 知愛・愛美 大湯温泉 佐藤 みゆ 哲也・明美 大栃山

ごめいふくをお祈りいたします

【堀之内地域】
石田 榮子 八幡町 84歳 関 スイ 菺沢 90歳
小幡 ミチ 春日町 94歳
大久保彦一郎 和田原 92歳 関間 チイ 雁坂下 68歳
山田 稔 立 77歳 松木 直輔 和田 85歳
南雲亀太郎 下島二 90歳 高橋佐一郎 長松 88歳
坂西純千代 田川 84歳 桜井 隆 山田下 77歳
角屋 了介 和長島 95歳
角屋ツトム 和長島 88歳

【守門地域】
古田島キン 原二 86歳 齊藤 和永 大倉 82歳
鈴木 コマ 魚野地 91歳 風間カツエ 守門宮原 88歳
五十嵐トヨ 福山新田 108歳

【小出地域】
齋藤 和子 浦町三 78歳
星野マツノ 小出旭町 79歳
登阪 カツ 青島上 75歳
渡辺 三良 沢田一 92歳
坂西 佳治 佐梨 72歳
渡辺 秀明 中原 64歳
鎌田 定治 大浦 90歳

【湯之谷地域】
船見マズミ 上ノ原 96歳
佐藤 竹志 井口 52歳
米山キクイ 七日市 72歳
星 覚 大沢 86歳
佐藤 シズ 大沢 83歳

人口と世帯数（2月1日現在）	
【人口】	
男	19,881人（-31）
女	20,809人（-4）
計	40,690人（-35）
【世帯数】	13,474世帯（±0）

東日本大震災 魚沼市への避難、支援情報

- 二次避難所（2月29日現在）
 - ・公営住宅 5世帯14人
 - 民間借上げ仮設住宅 2世帯 2人
 - 親類宅等避難者 9世帯14人
- 義援金等（2月29日現在）
 - ・義援金（2/1～2/29取りまとめ・第12回送付分）30,348円（累計額 19,298,480円）
 - ・寄付金（2月29日現在）累計額 個人5人、5団体：3,830,000円

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

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）
慰問して花笠香頭おどりたる
ホームの窓に師走の日とどく
大原志津子

昼休み皆で仮眠とりている
巧みなるかな職員の仕事
平澤恵美子

小春日の窓辺に一つ蜜蜂の
動かずに居りシクラメン咲く
星 キイ

■四季の声（小出地域）
雪壁は さつと2メートル
納屋までの道細くして 雪の降る
村の道
神保ヤイコ

■湯之谷俳句会（湯之谷地域）
雪降ろす踏ん張る屋根に徳儀
雪止みておてんと様のありがたし
星 良仙 佐藤 牛歩

■白虎社（湯之谷地域）
かじかみてバスの小銭をこぼしけり
佐藤 良信

かじむ手自慢の漬物つかみだす
虹路
星

■広神俳句会（広神地域）
歳きけば大正元年女正月
一夜にて明治館の大氷柱
関矢 佳朗

■公民館俳句教室（入広瀬地域）
マスクしてまむこ大きくむりにけり
杉本ナツ子
高橋 金男

春待つや牛乳少し暖めて
大島 セツ

むらおさに合わせ袖手寂気満つ
桂 沢子

昼食は眺の好みし芋雑炊
佐藤 照子

この先を考えている去年今年
川柳「雪」
降り続き雪の原料底をつき
湯本 豊作
熱き湯呑も持てなくなりぬ
佐藤 千仙

児童絵画 No.86

今月は、広神西小学校の児童の作品です



「どうぶつさんかわいいよ」
1年 玉田 佳花 さん



「ある日の教務室」
6年 小林 結希 さん

Good! ミニミニクッキング! no.86 大根カツ (主菜)



材料 (4人分)

大根(細め)	小1/3本	スライスチーズ	4枚
しょうゆ	大さじ2	小麦粉	大さじ3
酒	大さじ1	卵	1個
ベーコン	薄切り8枚	パン粉	1カップ
青しそ	8枚	油	適量

作り方

- ①大根は皮付きのまま1cmくらいの厚さに切る。8切れ用意する
 - ②耐熱皿に①を並べ、しょうゆ、酒を振りかけよく混ぜ、ラップをして電子レンジで2~3分加熱する。大根をひっくり返し、再び2~3分加熱し調味料をしみ込ませる
 - ③ベーコン1枚を広げ、青しそ1枚、スライスチーズ1/2枚、②の大根1切れをのせて巻く。(大根8切れをそれぞれ巻く)
 - ④③に小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、180℃の油で1~2分揚げる
- 大根に味がついているので、何もかけずにそのままいただきます。

学校の勉強や仕事の能率を上げるには、朝ごはんが大事。朝食を食べて脳にエネルギー源のブドウ糖を送ってあげましょう。朝食を抜きがちの方は、「今より30分早く起きる」「夕食は就寝する2時間前にとる」など朝食を食べるための準備を始め、4月から新食生活を始めましょう。

エネルギー	361kcal	たんぱく質	14.7g
脂質	26.4g	炭水化物	14.0g
		塩分	2.6g

魚沼市食生活改善推進員協議会

NHKハート展

魚沼市の画家・櫻井幸雄さんも参加しました!

詩と絵画のコラボレーション

障害を持つ人が作った詩と著名人が描いた絵を組み合わせた展覧会『NHKハート展』が全国で開催されます。

これは障害がある人もない人も理解し合い、「共に生きる社会」の実現を目指して開催されているものです。今回絵を描いたのはデザイナーのコシノヒロコさんや高橋みなみさん(AKB48)など各界の著名人で、魚沼市の画家・櫻井幸雄さんも今回作画依頼を受けたひとりです。『冬が来た』という詩を表現した作品は、櫻井さんが初めて描いたという“夜”の風景で、心温まる1枚となりました。残念ながら新潟県では開催されませんが、近くにお出かけの際はぜひお立ち寄りください。(入場無料)

他の創作活動をする中で完成した、櫻井さん渾身の作です。

冬が来た

焼き芋〜

“焼きたての〜ほっかほか〜”
静かな夜にのどかな声近づいてくる

“かん〜か〜ん”

あ、
消防団の夜警だ

冬は来た

私の音の冬が来た



*くわしくはNHKハート展ホームページで→ <http://www.nhk.or.jp/heart-pj/art/heart/index.html>