

魚市報

うおぬま沼

人と四季がかがやく 雪のくに

謹賀新年

1.10

2013年1月10日号

No. 99

もくじ

- 2 大平市政2期目スタート
- 4 住民税申告・確定申告の受付が始まります
- 6 魚沼の子どもたちの学力
- 7 浦佐バイパス（一部区間）が開通
／県ジュニア美術展覧会市内入賞者紹介
- 8 都市ガス料金改定の概要／湯之谷駐在所が開所しました
／新潟県優良農業経営体等表彰
- 9 宮柵二記念館全国短歌大会入選作品
／ひとり親家庭等在宅就業支援事業が始まります
- 10 まちづくり委員会／商エスマイル
- 11 相談センターからのお知らせ／健康うおぬま
- 12 フォトスケッチうおぬま
- 13 お知らせページ
- 18 きらり☆魚沼人／文化財散歩
- 19 窓口はこちらです／ひとのうでき／市報クイズ
- 20 児童絵画／ミニミニクッキング／編集後記

表紙の写真

「越後魚沼干溝歌舞伎・舞台裏」

(説明は裏表紙へ)

大平市政 二期目スタート



「1期目の市政に対する
住民の皆さまからの評価は
厳しいものだったと受け止めています。」



選挙管理委員長から当選証書の付与



12月3日に行われた記者会見の様子

任期満了に伴い、12月2日に執行された魚沼市長選挙の結果、現職の大平悦子氏が再選を果たしました。
12月3日に選挙後初登庁を

した大平市長は、職員への挨拶と記者会見を行い、2期目に向けての抱負と決意を語りました。

■選挙戦を振り返って
他の候補者の方の得票数などから考えても、1期目の大平市政に対する住民の皆さまからの評価は厳しいものだったと受け止めています。
同時に、これまで全力で取り組んできた4年間に對し、理解を得られた部分もあると感じています。
これからも、魚沼市に住む

皆さんのため、また、より良い魚沼市をつくるためにまい進していく所存です。

■市が抱える課題について
これまでの4年間で、見えてきた課題がたくさんあります。
1期目で浮き彫りとなった市の課題を総括して解決に向けて進めていくのが2期目の主な仕事と考えています。

これまでも、市民の皆さまへの情報公開はしておりましたが、今後はさらに積極的に情報を発信し、ご理解とご協力をいただきながら、勇気をもって課題の解決に尽力すべきと考えています。

■市民の皆さまへ

このたびの選挙戦では、多くの皆さまから負託されたとはいえ、重く受け止めなければならぬ課題もあり、深く胸に刻んでおります。

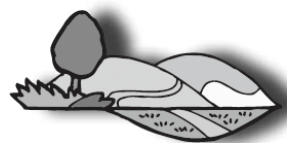
今後の市政運営にあたっては、市民の皆さまのご協力をいただきながら対話と相互理解を基本として、魚沼市発展のため精一杯努力してまいります。

また、これからも皆さまとともに魚沼市のさらなる魅力を探りながら、支え合い、助け合うことができる地域づくりを目指して頑張ってまいります。

皆さまのご理解、ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

魚沼市長

大平 悦子



住民税 申告と確定申告

住民税が始まります

住民税申告

間務課税務室

☎792・9751

期2月18日(月)

3月15日(金)

※土日は行いません

受付時間

午前 9時～11時30分
午後 1時～4時

場小出郷福祉センター
2階第1研修室

※8時30分開館です
開館前は入館できません

★次の会場でも受付をします

〔入広瀬庁舎〕

日 2月25日(月)・2月26日(火)

場 3階 302会議室

〔守門庁舎〕

日 2月27日(水)～3月1日(金)

場 3階 301会議室

※入広瀬会場・守門会場ともに
受付時間は…

午前 9時～11時30分
午後 1時～4時

となります。

てください。期限後に申告をしても、すぐに証明書の発行ができないことがあります。

■申告をしなければならぬ人
前述の①～④にあてはまらない人で、平成25年1月1日現在、魚沼市に住所がある人は平成24年中の収入について申告が必要です。

■申告に必要なもの

- ・印鑑、電卓、筆記用具
- ・本人名義の通帳等口座番号がわかるもの（所得税還付申告の場合）
- ・収支内訳書（営業・農業・不動産所得がある人）
- ・給与や公的年金の源泉徴収票の原本または収入等が確認できる書類
- ・国民年金保険料、生命保険料、地震保険料、旧長期損害保険料の支払証明書
- ・平成24年分所得申告参考資料（国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付額のお知らせ）

※「納付額のお知らせ」は1月下旬に送付予定です。申告会場で納付額の確認はできません。

・医療費控除を受ける場合は医療費の領収書及び明細書（必ず医療を受けた人ごとに集計してください。）

■申告により税額が大きく変わる場合（申告がない場合は控除が受けられません。）

- ・国民健康保険税を支払っている場合
- ・障害者控除、寡婦（夫）控除に該当する場合
- ・年金収入が148万円を超える65歳以上の人で、扶養親族等申告書を提出していない場合

税務課からのお願いです

- * 例年、農業所得の収支内訳書が未作成のまま申告会場に来場する方がいます。JA北魚沼様主催の農業所得収支内訳書作成相談会（1月下旬開催予定。くわしくはJA広報誌「あぐりーん」をご覧ください。）等を活用し、収支内訳書を完成させてから申告会場へお越しください。
- * 農業所得以外でも収支内訳書や医療費の集計ができていない場合は受付できません。
- * 会場にコピー機は設置してありません。

申告書を自分で作ろう

自宅でパソコンを使って作成
国税庁ホームページ
を活用しよう

自宅にインターネットができるパソコン、プリンターがあれば「国税庁ホームページ」から確定申告書の作成・印刷ができます。（白黒印刷でOK。印刷後は小千谷税務署に郵送すれば申告は完了です。）また、収支内訳書等のデータを保存できるため、次年も加工して使えて便利です。さらに電子証明書等があれば、電子申告（e-Tax）も可能です。ぜひご利用ください。

一度は作ってみたい方に
職員がお手伝い
手書き・パソコンで作成

自分で確定申告書を作ってみたい、作ってみたいが自信がない、作り始めたがわからないところがある…という方のため、職員が申告書作成のお手伝いをする「事前申告相談会」を開催します。

『手書きで作成』・『国税庁ホームページで作成』のどちらでも対応します。（来場者多数の場合は受付ができない場合があります。）

※事業所得・譲渡所得・損失申告・青色申告の方は対象外

小千谷税務署からの お知らせ

平成23年分の確定申告から公的年金等の収入金額の合計が400万円以下であり、かつ公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の場合、所得税の確定申告は不要になりました。

○前述した項目に該当する方も公的年金以外に収入がある方や、社会保険料・生命保険料などの控除を受ける必要がある方は住民税の申告が必要です。

○所得税の還付を受ける場合は、確定申告書の提出が必須です。



確定申告

間小千谷税務署

☎0258・833・2090

（自動音声案内、
申告音声窓口「0」番）

期2月18日(月)

3月15日(金)

※土日は行いません

受付時間 9時～16時

場小千谷市総合産業
会館「サンプラザ」

■基本的に住民税申告と同じですが、還付申告する人は、本人名義の通帳等口座番号がわかるものが
必要です。

- 確定申告をしなければならぬ人
- 事業をしている人や、地代、家賃などの不動産所得がある人
- 平成24年中に譲渡所得がある人
- 給与所得者で次に該当する人
 - ・年末調整が済んでいない人
 - ・給与を2か所以上から受けている人
 - ・給与所得、退職所得以外の所得が20万を超える人

確定申告書は 小千谷税務署へ

市では、住民税の申告期間に限り確定申告書の受付・受理を行っていますが、所得税の確定申告書の受付場所は、原則小千谷税務署です。

税務署から確定申告書または案内ハガキが送付された人は、直接税務署へ郵送してください。

ご注意

次に該当する方は魚沼市の申告会場で受付ができません。小千谷市総合産業会館サンプラザで確定申告をしてください。

- 譲渡所得がある人（土地・建物・株式等）
- 損失申告をする人
- 青色申告をする人

国税庁ホームページ
<http://www.nta.go.jp>

公的個人認証サービスの電子証明書発行の申請・受付は、市民生活室（小出庁舎1階）で行っています。

〈事前申告相談会日程〉

日 2月6日(水)、7日(木)
午前：9:00～11:30
午後：1:00～4:00

場湯之谷庁舎1階玄関ロビー
(昨年と会場が変わりました)

日 4ページの「申告に必要なもの」に記載してあるもの
日 不要

魚沼の子どもたちの 学力

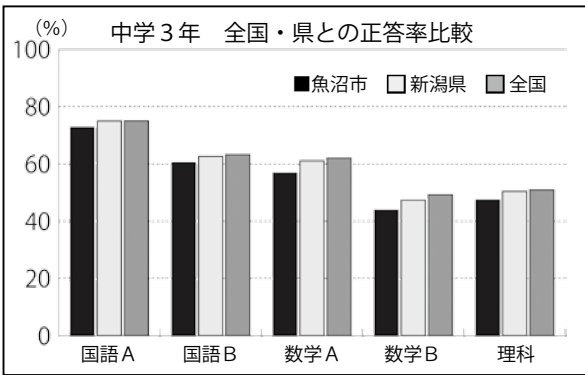
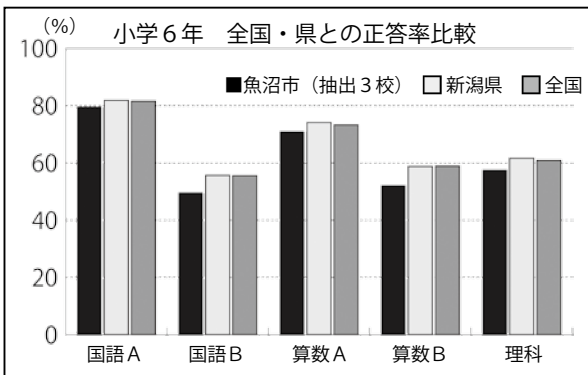
図学習指導センター ☎ 794-6075

学力調査の結果と分析

本調査は、学力の特定の一部分を測定したものです。

魚沼市学習指導センターでは、今年度実施した「全国学力・学習状況調査」の結果（小学校は、市内9小学校のうち抽出調査対象となった3校の6年生の結果、中学校は市内全中学校の3年生の結果）について分析しました。

学校では、この結果を生かして、「分かった」「できた」と子どもたちが実感できる授業づくりに取り組んでいきます。



※【A問題】：主として知識に関する問題 【B問題】：主として活用に関する問題

国語の結果

【小学校】「知識」「活用」とも「話す・聞く能力」が全国水準にありますが、国語への関心・意欲・態度に弱さが見られます。

【中学校】「話す・聞く・書く能力」、「言語についての知識・理解・技能」、「読む能力」が全国水準にある一方で、「国語への関心・意欲・態度」はやや全国を下回っています。

【課題】関心・意欲・態度を高めるために、学習の見通しを明らかにして目的意識をもって学習したり、達成感を味わわせたりしていくことが大切です。

算数・数学の結果

【小学校】「知識」では、「数量や図形についての技能」が全国水準にあり、「活用」では、「数学的な考え方」に弱さが見られます。

【中学校】「活用」では、「数学的な表現・処理」「数量・図形などについての知識・理解」が全国水準にあります。しかし、「数学的な見方や考え方」に弱さが見られます。

【課題】小・中学校ともに、言葉や数・式・図・表・グラフ等を使って論理的に考えたり、根拠を明確にして表現・説明する活動を授業に取り入れることが大切です。

理科の結果

【小学校】「観察・実験の技能」「自然現象についての知識・理解」が全国水準にある一方、「科学的な思考・表現」に弱さが見られます。

【中学校】「科学的な思考・表現」は全国水準にありますが、「観察・実験の技能」に弱さが見られます。

【課題】小学校では結果を予想したり、実験で得た結果から何が言えるのかを考えたり表現したりする過程を通じて、思考力や表現力を高めることが大切です。中学校では実験器具の仕組みや操作方法について、観察や実験を通じて確実に身に付けていくことが大切です。

学習をとりまく生活状況調査の結果



起床 (生活のリズム)

県・全国と比べて、魚沼市の子どもたちは、小6と中3ともに『早寝・早起き・朝ご飯』を中心とした、規則正しい生活を送っていることがわかりました。学習や運動に対する意欲を高め、心身の健全な発達を促す上でも、おおむね良好な状態にあります。



ゲーム

小6では、県・全国に比べてゲームに費やす時間が短いという結果が出ましたが、中3では、県・全国の結果に比べ、ゲームに費やす時間が多いことがわかりました。毎日2時間以上ゲームをしている子どもが2割弱もおり、家庭で過ごす時間の有効活用に向けた改善が必要です。



家庭学習

「30分より少ない」「全くしない」と回答した子どもは小6で10%、中3で25%いました。自らに課題を課してやり遂げる経験を日々の家庭学習を通じて学ぶことが、自分自身の生活や行動をコントロールする力を身に付けることにもつながります。

浦佐バイパス（一部区間）が

12月22日 開通しました

平成27年度の基幹病院開院までの全線開通を目指して整備が進められている国道17号の浦佐バイパスの一部区間が12月22日に開通し、開通式を行いました。



式典で挨拶する大平市長

浦佐バイパスは全長6.6km

で、今回開通した区間は南魚沼市浦佐から魚沼市十日町の1.1kmとなります。主に冬の除雪障害の解消を目的に整備が進められていますが、今回の開通により大和スマートインターチェンジから魚沼市の水の郷工業団地へのアクセスや、八色の森公園等バイパス周辺施設へのアクセス向上



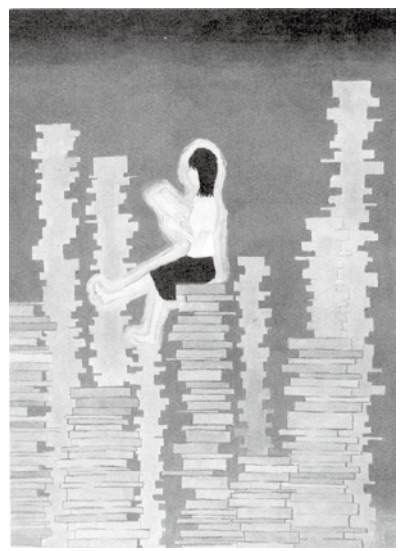
南魚沼市の小学校の児童代表8名を含め元気づくテープカットが行われました。

も期待されます。将来的には基幹病院へのアクセスも含め、多方面にわたる利便性の向上が見込まれています。

また、区間内の水無川に架かる橋の名前と色を決めるにあたり、長岡国道事務所からの協力依頼を受けた南魚沼市が地元集落や小中学校にアンケートを取った結果、橋の名称は「水無大橋」、橋の色は「グリーンイエロー（黄緑色）」にそれぞれ決定しました。

市内入賞者紹介

第43回県ジュニア美術展覧会



特賞に輝いた小出中学校1年・渡辺さんの作品。県内で特賞は30点、優秀賞は190点、奨励賞は1,840点となりました。

特賞 (1名)

- 【中学校】1年生 渡辺 夏帆さん(小 出)

優秀賞 (3名)

- 【小学校】1年生 水上 右京さん(広神西)
- 5年生 湯本 類さん(小 出)

【中学校】

- 1年生 大津 菜月さん(小 出)

奨励賞 (22名)

- 【幼稚園・保育園】4歳児 高橋 未羽さん(小 出)
- 5歳児 小林 晃大さん(小 出)

【小学校】

- 1年生 小杉 遙さん(小 出)
- 岡部 哲平さん(小 出)
- 高野 倉平さん(小 出)
- 佐藤 海月さん(小 出)
- 吉田 奈津さん(堀之内)
- 小島 麗月さん(堀之内)
- 今野 絢太さん(堀之内)
- 2年生 山之内奏真さん(広神西)
- 浅井 悠杜さん(広神西)
- 3年生 佐藤 天音さん(入広瀬)
- 池田 恵さん(広神東)
- 茂野 叶実さん(広神東)
- 水上桂史郎さん(井 口)
- 4年生 五十嵐 凧さん(小 出)
- 坂内 暖さん(小 出)
- 水落 凜緒さん(宇賀地)
- 6年生 佐藤 万織さん(広神東)
- 神保 北斗さん(小 出)
- 関 悠理さん(小 出)
- 【中学校】2年生 中村 円香さん(小 出)

平成25年4月1日から 都市ガス 料金改定の 概要

図ガス水道局
☎792-1118

③市の値上げ分
市独自の値上げ分はありません。

魚沼市の一般家庭における 都市ガス月額料金の比較見込

※標準的な一般家庭（一般供給契約で月に42㎡を使用する世帯）のガス料金を平成21年11月から平成25年1月までの3年3か月の輸入ガス価格の加重平均値を元にした料金で比較してみました。

【料金改定前】	
○基本料金	577.5 円
○従量料金	(107.48 円+原料費調整額 3.89 円) × 42㎡ = 4,677.54 円
○合 計	5,255 円 (1 円未満切捨て)

↓

【料金改定後 25年4月1日～】	
○基本料金	577.5 円 (変更なし)
○従量料金	(119.38 円+原料費調整額△ 3.63 円) × 42㎡ = 4,861.50 円
○合 計	5,439 円 (1 円未満切捨て)

改定後 5,439 円 - 改定前 5,255 円 = 184 円増加見込み

平成25年4月1日に都市ガスの料金を改定するため、経済産業局の査定を受け、12月市議会に改正条例を提案しています。
概要をお知らせします。

①原料卸価格の値上げ分の反映
原料ガス卸価格の値上げ分を従量料金に反映しました。

②原料費調整制度基準月の変更
現在、原料費調整制度の上限額で抑えられています。同制度の基準月が変更となり、上限額と計算上の調整額の差等が従量料金への影響額となります。

金額はすべて税込です。月42㎡のガス使用量は、過去5年間の家庭使用量の平均です。
このほか、選択契約料金などを含めたガス料金改定内容については、市報3月10日号でくわしくお知らせします。

「湯之谷駐在所」 が開所しました

老朽化した大湯駐在所が湯之谷芋川地区に移転・新築され、「湯之谷駐在所」として生まれ変わり、12月6日に開所式と見学会が行われました。
地元の方や観光客の皆さんの「安心・安全」の拠点となることでしょう。



新築された湯之谷駐在所外観

穴沢集落（入広瀬地域）が 知事賞を受賞しました！

図農政室 ☎799-3485

中山間地等直接支払制度を活用した地域の営農活動や自主防災組織の活動、また、ワラビ園の運営や薪の生産販売など、農業振興を核とした幅広い地域活動に優れた実績をあげた穴沢集落が、平成24年度新潟県優良農業経営体等表彰（むらづくりの部）で知事賞を受賞しました。

12月17日に新潟ユニゾンプラザで表彰式が行われ、穴沢集落連合自治会長の浅井稔さん（写真中央）らが表彰式に出席しました。



表彰された穴沢集落の代表の皆さん
（左から佐藤貞さん、穴沢孝一郎さん、浅井稔さん、渡辺弘義さん、佐藤貴浩さん）

この受賞は、県内で1団体のみという快挙です。穴沢集落の皆さん、おめでとうございます。



全国短歌大会 入選作品

第18回 宮柵二記念館

※各部門秀逸まで・市内在住者の作品のみ抜粋して掲載しています

一般の部

宮柵二記念館長賞

帯剣で生木を削り鉛筆で墓標を書きしビルマ戦線

佐藤 千仙

秀逸 (一)

草むしる老農の手は日焼けて水も弾くし汚れもしない
啄木の「ちつと手を見る」のその手とはペンを持つ手と言ふ人のあり
置き石が境の友と今年もと山鳩聞きつつじゃが芋植うる
畦草を刈りゆく先の振れ花ひと群れ残し次の田へ行く
記念館の「和合の松」の枝に来て鳴く山鳩の声の透れり
古稀いまま旋盤の腕をふるふとぞ五年ぶりなる弟と飲む

本多 義夫
五十嵐 トシエ
山本 美代
大塚 明
平澤 憲一
吉田 初江

ジュニア部門（小学生の部）

最優秀賞

秋の空真つ赤な夕日しずむまで遠くを見つめるわたしの時間

五十嵐 友香

選者賞（今野寿美 選）

ドラえもんべりなどうくだしきてのびたはなにもできなくなった たかのきょうい
選者賞（武田弘之 選）

阿達 美月

宮柵二記念館長賞

水えいではなに入るよぬるい水それでもぼくはさいごまでやる

永山 尚

秀逸

にんじんを慣れぬ手つきで切る兄に私はそっと笑みをうかべる
みやしゅうじりっぱなひげがかっこいいばくもはやそうりっぱなひげを
つかみどり今年は2匹つかまえた次の夏こそめざすは5匹
しとしの夕立後のたのしみはあみとにとまるミヤマクワガタ
きもだめし暗い場所でのおばけ役待ってる方が少しこわいな
妹が夏かぜひいて声かれて祭りに行けずかわいそうなり
ばんおどり歌やたいこは変わらざるも顔ぶれだけは変わりゆくなり
姫路城遠くで見ても大きいし近くで見てもやっぱり大きい

小倉 果歩
佐藤 悠牙
桜井 楓
佐藤 翔馬
富所 千春
山田 琴音
平澤 善太
山本 寛太

ジュニア部門（中学生の部）

選者賞（武田弘之 選）

広すぎるひまわり畑の真ん中の笑顔の君が夏の思い出

佐藤 洋

新潟日報社賞

飼猫の目で見ているものが気になって同じ場所から見ている私

小峯 日菜

秀逸

水筒に水を入れて急斜面歩くそのたび耳で感じる
震災を受けた日本人立ち上がる私ももちろんその中の一人
雷と激しい雨が降りしきる網戸のくわがたびくりともせず
真夜中にはんの一瞬セミが鳴くいやがらせなのかまちがえたのか
ミンミンと夏を知らせるせみの声暑さに負けて声にも負ける
消しゴムで間違ひ消そうとしたけれど紙は千切れて心は折れる
読書中読み終えたとき思うこと面白い本探しに行こう
太陽に染まる僕は小麦色いつかは薄れるこの夏の色
暑い夏太陽あたるグラウンドに九対九の真剣勝負
オスプレイ原発稼働わが日本ほんとにこれでいいのだろうか
五、六限だんだんねむくなってきてねむらないように自分にピンタ

須佐 愛美
桑原 初音
今井彩倭子
森山 沙羅
関 祐菜
真柄 綾乃
渡辺 彩美
星野 大河
鈴木 大晴
目黒 恵理
尾身 孝平

ジュニア部門（高校生の部）

新潟日報社賞

スタート前お前に絶対負けないとお互い笑顔で勝負の握手

中澤 和志

秀逸

死ぬ間際人は何を思うのか聞いてみたいよ八日目のセミに
国語辞典「ん」という言葉を引いてみたたった八語方言みただい
宮さんに負けない短歌をつくろうと意気込みだけが先走りする
朝六時目覚まし鳴っても起きぬのは祖母の「起きて」を待っているから

梅田 拓実
小林 春奈
酒井 祐樹
田邊 夏生

「ひとり親家庭等 在宅就業支援事業」 がはじまります。

商工振興室

☎792・9753

魚沼市では、ひとり親家庭の親等でITを活用した在宅就業を希望する人を対象に、在宅就業支援センター「KADO（カド）」に業務委託し、ITスキル研修を平成25年3月から開始します。（無償）

研修では、パソコン操作やビジネスマナーなど、自宅でIT関連の仕事をするために必要な技術や知識を身に付けてもらうための訓練を行います。使用するパソコンや関連機器は無料で貸し出すほか、訓練手当を支給します。また、保育・相談サービスやITに関する業務のあっせんも行います。

この事業に参加を希望する人を対象に、事前に説明会を開催します。くわしくは、今回（1月10日号）の折込チラシをご覧ください。

〈こんな言葉は危険です！〉

「あなただけに教える素晴らしい投資商品があります！元本保証で年率10%は確実。銀行に預けるのと同じ感覚で、利子がたくさんつくからオトクですよ！」
(※突然かかってきた電話で勧誘された実例)



※国民生活センターから引用

悪質業者を撃退する「断りの言葉」

効果的な断りの言葉

- 「買いません」
 - 「必要ありません」
 - 「今後、勧誘（電話）は二度としないでください」
 - 「お帰りください」
- 「必要がない」という意思をはっきりと伝えましょう。

してはいけない断り方

- 「いいです」
「承諾した」と都合よく解釈されてしまいます。
- 「考えておきます」
強い口調で脅され、契約を迫られることがあります。
- 「忙しいのでまた今度」
その後もしつこく悪質業者の勧誘を受けてしまいます。

悪質商法・詐欺を疑いましょう
今回ご紹介する事例は、市民相談センターに寄せられた相談を基にしています。他人事ではなく、自分にも起こりうるものだと、日頃から意識しておくことが大切です。

投資には必ず危険が伴います。悪い面を説明しないセールスマンの話は悪質商法だと思しましょう。

少しでも「おかしいな」「本当かな？」と思ったら、市民相談センターにお電話ください。



市民相談センター
No.31
☎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・随時受付

11月の相談件数	…199件
・電話	126件
・来庁	53件
・その他	20件

健康 **うおぬま**

健康増進室 ☎792-9763

ノロウイルスによる感染性胃腸炎を予防しましょう

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は特に冬に流行し、今季の患者数は過去10年で2番目に多い水準となっています。

- 症状
主として急激に始まる吐き気、嘔吐、下痢
- 感染経路
・感染した人の便や、吐いた物から人の手を介して感染
・汚染された食品を食べて感染
- 予防対策
・こまめに手を洗う（石けんと流水で30秒以上時間をかける。帰宅時・トイレ後は特に念入りに洗い、タオルの共用はしない）
・食材はよく洗い、十分に加熱する（食材の中心部まで85℃で1分間）
・健康状態の把握に努める
・汚物や吐いた物の処理は、正しい知識を持った人が行う
→アルコール消毒では不十分、塩素系漂白剤を使用する

冬は特に気をつけよう



こまめに手洗いをしよう

85℃で1分間加熱

体調管理をして健康状態の把握に努めよう

地域の元気は 商工業の笑顔から
商工 **スマイル** No.90
一緒に「魚沼」を発信しませんか？
食と観光のPRサイト
「うえる米魚沼」
- 買い物は地域内で 賑わいあるまちづくり -

「食」を切り口とした観光総合PRサイト「うえる米魚沼」。このサイトは、(社)魚沼市観光協会・魚沼市ものづくり振興協議会・魚沼市等の関係組織が一体となって運営し、観光客向けに魚沼の美味しいもの、飲食店、お土産にお勧めの加工品、農産物の直売所などをウェブマガジン形式で紹介するサイトです。

多くの方から魚沼市に来てもらいたいという意味から「ウェルカム」と、魚沼産コシヒカリの「米」を組み合わせ「うえるこめうおぬま」と読み、ロゴマークは米粒をイメージしたものです。昨秋は、「魚沼産コシヒカリ新米キャンペーン」と題し、魚沼産コシヒカリを食べられるお店等を紹介したほか、随時、市内の美味しいも



のや旬な地域情報を紹介しています。

■一緒に「魚沼」を発信しましょう！

うえる米は、編集員が実際に食べた料理や、訪れた場所の見どころを記事にしています。ホームページを開設して2年、このように取材を重ねていますが、まだまだ地域情報は十分とは言えません。

うえる米魚沼実行委員会では、サイトのいっそうの充実を図るため、一緒に取材をしたり記事を書いたりする仲間を募集しています。魚沼の魅力を発信し、おいしい食のPRをしてみたいという方は下記「**田**」からお申込みください。(一次募集は1月31日まで)

- 田 うえる米ホームページトップ「編集員募集」ボタンからお申し込みください。
- 田 <http://www.welcome-uonuma.com/>
- 田 商工振興室 ☎792-9753

教育文化部会の活動を紹介します



教育文化部会の活動のようす

教育文化部会では、新年度から始めた「提案制度」を活用して、提案者からの企画を実現させるための方策を検討しています。
提案のひとつに「放課後寺子屋の創出」があり、教育現場の先生やPTAの方を招き、意見交換の場を設けています。現状や課題を率直に聞くことができ、今後のより良い活動に繋がっていくと考えています。

まちづくり委員会ホームページ
<http://www.machidukuri-uonuma.com/>

まちづくり委員会では、市民の皆さんの要望や提案をお待ちしています。日頃考えていることなど、言葉にして話すだけでも何かが変わるかもしれません。一緒に話し合い、一緒に活動しましょう。

他にも「子育て環境について市民の声を出せる場作り」や、「小出公園と小出スキー場の再整備による活動」などが、部会員から提案されました。
最近では、教育委員会による「魚沼市子育てビジョン（案）」の説明会に、教育文化部会のメンバーも参加して意見交換をするなど、子育ての現状について勉強してきました。今後のよりよい魚沼市の未来のために、こうした活動を続けていきます。

まちづくり委員会 ⑤



もっと知りたい！

まちづくり室
☎792-9752

うおぬま超劇シリーズ2012 第3回
古典と現代の笑いのコラボレーション

現代狂言 VII

日 2月24日(日) 開場14:30 開演15:00
場 小出郷文化会館大ホール (全席指定)

狂言とコントが結婚したら、とっても楽しい「現代狂言」が誕生しました。
豪華な出演者による狂言入門編の決定版をお見逃しなく。

キャスト：南原清隆・野村万蔵・佐藤弘道・宮地真緒・川村ゆきえ
エネルギー・やるせなす・ドロンズ石本・大野泰広
演目：狂言コント、古典狂言「舟ふな」、新作現代狂言「橋」
前売券：一般3,500円、学生・シニア(65歳以上)・障害者手帳ご持参の人2,500円(当日各500円増)
※未就学児入場不可、保育ルームあり(有料・要事前申込み)

問い合わせ：小出郷文化会館 ☎ 792・8811



魚市報 1.10 2013年1月10日号 うおぬま沼 お知らせ版

日 日時 期 期間 場 場所 内 内容 対 対象
資 資格 演 演題・講師 演 出演 相 相談員
持 持ち物 費 費用 定 定員 締 締め切り
日 ホームページ 他 その他 申 申し込み
問 問い合わせ

・制服や活動服は貸与します。
いたいただきます。



平成27年に開催される「全国女性消防操法大会」に向けて、団員を募集します。体を動かすことが好き！新しいことにチャレンジしたい！そんな元気な女性の応募をお待ちしています。

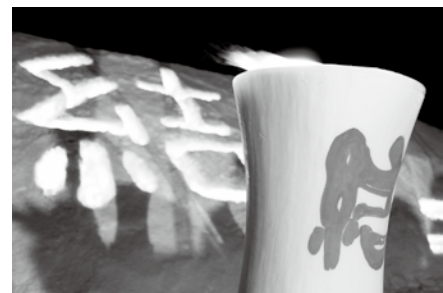
消防団女性部団員募集！ 全国女性消防操法大会を目指して

- 年額報酬や活動にに応じた出勤手当を支給します。
- 市内在住または在勤の20〜40歳位までの女性
- 定員 10人
- 3月31日(日)
- 他入団日は4月1日です。
- 申請先 消防本部・消防総務課
- 消防係 ☎ 792・0765

結の灯りスタートイベント

点灯式・コンサート

日 1月26日(出開場) 18時、開演: 18時30分 場 小出郷文化会館小ホールホワイエ
● 協力金: 一般: 1,000円 (ローソク1セット付)、小学生以下: 無料
● 出演: P.I.E.C.E (いちピース)、魚沼混声合唱団・KID・S うおぬま
● 問い合わせ 小出郷文化会館 ☎ 792・8811



フォト

スケッチ うおぬま



顔みしり

ちょこっと恥ずかしげで、しっかり踊ったよ

22回の日 魚沼子ども芸能祭

魚沼ではなじみ深い廣大寺や花笠おどり、勇壮な和太鼓や三味線の曲弾きなどが次々と披露された子ども芸能祭。演目も多彩で、予定していた3時間があっという間に過ぎました。ステージ上の子ども達は、大舞台に緊張しつつもニコリ笑顔。観客の皆さんも思わず笑顔がほころびました。

手作りのしめ縄を飾って迎える新年

— 12.15 しめ縄作り教室



伊米ヶ崎公民館でしめ縄作りが行われました。微妙な力加減がなかなか難しく、参加した方は稲わらを手に一生懸命しめ縄を作っていました。友達同士で「上手だね～」と褒め合ったり、先生の手つきを真似しながら、皆さん楽しそうに作業を進めていました。

生産者自慢の1本

— 12.14 新潟県自然薯品評会



20回目を迎えた新潟県自然薯品評会が地域振興センターで行われました。生産者自慢の自然薯が所狭しと並び、審査員は真剣な表情で1本1本を手にとっていました。審査の結果、北魚沼自然薯生産組合の星謙一さんの自然薯が県知事賞を獲得しました。

くらし

◆インターネット公売を 実施します

差押資産のインターネット公売(ヤフー㈱官公庁オークション)を実施します。くわしくは市ホームページをご覧ください。

●参加申込期間：1月8日(火)13時～22日(火)23時

●入札期間：1月29日(火)13時～31日(木)23時

☎http://www.city.uonuma.niigata.jp/

☎ 国税務室 ☎ 792・9751

◆始めようエコチャレンジ

気軽に冬の省エネに取組んでいただくことを目的とした事業です。取組んだ結果を提出した人に抽選でエコグッズを差し上げます。

①暖房の設定温度は、20℃を目安に設定する

②コタツは敷布団や上掛けも利用し、温度をこまめに調節する

③電気ポットは長時間使わないときには、プラグをコンセントから抜く

④お風呂は家族が続けて入

健康・福祉

健康増進室 申 ☎ 792・9763

①平成25年度国民健康保険 一日人間ドックの助成

指定検診機関で一日人間ドックを受診する場合に2万円を助成します。(助成を受けるには事前申込が必要)

●実施期間：平成25年4月～平成26年3月

●次の要件をすべて満たす人

- ・人間ドック受診時に、魚沼市国保の被保険者であること
- ・平成26年3月31日時点で年齢が35歳以上74歳以下であること(平成25年度中に75歳になる人は、誕生日の前日まで)
- ・に受診した場合のみ対象)
- ・国保税の滞納のない世帯であること

●検査結果が必要となった場合に特定保健指導を受けることに同意できること

●検査結果について市が各検診機関から情報提供を受けること及び提供された情報を市が行う保健活動のため保健師が閲覧す

り、風呂の追い炊きを減らす

⑤「ウォームシェア」一家団らん、みんなでひとつの部屋に集まって過ごす

☎ 3月8日(金) ☎ くわしくは折込のチラシをご覧ください。

☎ 環境対策室 ☎ 792・9766

◆寿和温泉露天風呂 冬期間休館日

☎ 1月15日(火)から

☎ 他室内浴場、温水プールは通年営業しています。

●室内浴場：平日12時～20時、土日・祝日10時～20時

●温水プール：平日16時～20時、土日・祝日10時～20時

☎ 関寿和温泉 ☎ 796・3033

◆ごみの分け方出し方ガイドブックのお詫びと訂正

一昨年全戸配布しました「ごみの分け方出し方ガイドブック」に誤りがありました。お詫びして次のとおり訂正します。

- 5ページ「大型ごみ」誤：タキロン 正：波板(フラスコ)
- 16ページごみ分別表「た」行誤：タキロン 正：波板(フラスコ)

「タキロン」は普通名称では

なく、タキロン(株)様の登録商標であり、その掲載により商標の価値を著しく毀損するおそれがあることから訂正します。

☎ 廃棄物対策室 ☎ 792・3055

◆看護師等再就職支援講習会

現場復帰を希望しているが、プランクがあり不安を抱えている人向けの講習会です。

☎ 2月4日(月)～8日(金)(5日間) 毎回10時～15時30分

☎ 場立川メデイカルセンター会館1階会議室(長岡市神田町2丁目2番地20)

●対次に該当する人

- ・看護師・准看護師・保健師・助産師の資格がある人
- ・結婚・出産等で仕事から長い間離れている人

☎ 3,000円

●保育所利用料一日あたり1,000円(昼食代込み、保育対象は3歳まで)

☎ 1月31日(木)

●申：必要事項：氏名、年齢、住所、電話番号、免許取得期日、保育所利用の有無と子ども年齢と人数

②受動喫煙を防止しよう

魚沼市の市有施設は、10月1日から原則敷地内禁煙となつていきます。

タバコの煙には有害物質が多数含まれ、喫煙者が直接吸い込む煙よりも、タバコの先から出る副流煙により多くの有害物質が含まれています。

市民の皆様の健康と魚沼市のきれいな空気を守るため、施設ご利用の際には、ご協力をお願いします。

生涯学習・公民館

小出郷図書館 ☎ 792・0337

①0歳3才向けだっこで おはなし

☎ 1月25日(金)10時30分から

☎ 場小出郷図書館おはなしのへや

☎ お子さんをおひざにだっこしながら、絵本や手遊びを楽しみませんか。絵本「ぞうくんのおおかせさんぽ」、「ポケット」、「だいきのりもの」、紙芝居「おしっこおしっこ」、「たべたいのな〜?」などを読みませ。

②おはながいっぱい

☎ 1月26日(土)10時30分から

☎ 場湯之谷児童館(つくし保育園隣)

☎ 絵本「なわとびしましよ」、「教室はまちがうところだ」、「ふくはうちおにもうち」、紙芝居「おじいちゃんはずいね」、工作「おにのおめん」など行います。



平成25年4月1日採用予定 魚沼市職員採用試験 (看護師・薬剤師・放射線技師)

☎ 総務管理室 ☎ 792・9203

職種	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	看護師免許を有する人(見込みを含む)	☎ 2月中旬 ☎ 市立堀之内病院 ☎ 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)	

1月10日(木)から1月31日(木)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、1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。

☎ 魚沼市ホームページ：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



●申し込み先：中越潜在看護師再就職支援センター(立川メデイカルセンター会館内) 担当：亀山

☎ 0258・333・3111

☎ 0258・333・8811

Eメール taikawa@niigata-net.or.jp

毎月19日は 食育の日

ご自分の適正塩分量をご存じですか。男性は1日9g未満、女性は1日7.5g未満です。

☎ 健康増進室 ☎ 792・9763

食育普及マーク「ショックビー」

◆宮柵二記念館短歌セミナー

わかりやすい短歌の講座を開催します。

☎ 1月20日(日)13時

☎ 場宮柵二記念館田宮朋子さん

☎ どなたでも ☎ 宮柵二記念館 ☎ 794・3800

◆1月26日は「文化財防火デー」です

文化財防火デーは、昭和24年1月26日に、現存する世界最古の木造建造物である法隆寺(奈良県斑鳩町)の金堂が炎上し、壁画が焼損したことがきっかけで制定されました。市の貴重な文化財を焼失から守るため「みんなで守ろう文化財」を合言葉に「火の用心」のご協力をお願いします。

●目黒邸防火訓練

☎ 1月26日(土)10時から

☎ 場生涯学習課 ☎ 794・6073



1月16日~31日 行事カレンダー

16	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/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) バレンタインキャンドル作り教室 (13:00/旧まつばら)
20	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) 日曜なんでも相談会・要予約(8:30/市民相談センター)
21	月	
22	火	めぐみ幼稚園未就園児教室 (9:30/めぐみ幼稚園)
23	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
24	木	めぐみ幼稚園未就園児教室 (9:30/めぐみ幼稚園) プラネタリウム定期投影 (19:00/堀之内公民館)
25	金	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) 魚沼映画の専門店「かぞくのくに」 (19:00/小出郷文化会館)
26	土	新春小・中学生書道展 (9:00/小出郷福祉センター) 27日まで 文化財防火デー (10:00/目黒邸防火訓練) おはなしがいっぱい湯之谷 (11:00/湯之谷児童館) 結の灯りスタートイベント点灯式・コンサート (開場 18:00 開演 18:30/小出郷文化会館) 魚沼映画の専門店「かぞくのくに」 (①10:00 ②14:00 ③19:00/小出郷文化会館)
27	日	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) 魚沼映画の専門店「かぞくのくに」 (①10:00 ②14:00/小出郷文化会館)
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	第7期納期限 (後期高齢者医療保険料) 第8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)

第85回米田アカデミー賞
外国語映画賞日本代表作品
日 1月25日(金)19時、1月26日(土)10時②14時③19時、1月27日(日)10時②14時③19時、1月28日(月)10時②14時③19時



魚沼映画の専門店「かぞくのくに」

小出郷文化会館

日 2月9日(土)~2月11日(月)
場 小出郷文化会館
内 日本画の基礎を学ぶ
講 日本画家・田中博之さん(千葉大学日本画講師) 定35人
定 19,500円 定員になり次第
申 小出郷文化会館 ☎792・8811

日本画冬期講座「顔」を描く

27日(日)①10時②14時
場 小出郷文化会館小ホール
定 一般1,000円、学生・シニア(60歳以上)、友の会・障害者手帳をご持参の人800円

初心者向け体操教室です。
①広神コミュニティセンター
期 1月第2週~3月の毎週火曜19時45分~21時15分
②小出郷福祉センター
期 1月第2週~3月の毎週水曜19時45分~21時15分
内 筋トレ、ストレッチ、エアロバイク使用有酸素トレーニング
講 エンジョイスポーツクラブ
場 スポーツリーダー

健康運動教室(第3クール)

スポーツ

日 2月17日(日)9時~12時、集合時間と場所:9時に市役所小出庁舎前 小出野鳥の会
定 20人 ①双眼鏡(貸出あり) 防寒具・筆記用具等
日 2月12日(火) 申 NPO法人魚沼伝習館担当・中井 ☎793・7320

魚沼市自然環境保全調査「魚野川での探鳥会」

日 20歳~64歳 定20人 ¥12回で1,500円 持タオル、飲み物
定員になり次第(途中申込み可)
申 エンジョイスポーツクラブ
魚沼 ☎792・6919

催し

日 1月25日(金)10時~16時
場 小出郷福祉センター
内 若者のための仕事探しのお手伝いと、就職に関する出張相談会(相談時間は概ね50分の予定)
定 39歳くらいまで、就職の相談をしたい人
相 専任のキャリアカウンセラー
場 無料 定5人 日 1月24日(木)
場 ジョブカフェうおぬま
☎0258・38・6181
日 http://www.nigata-jobcafe.jp/

各種相談等

バレンタイン作り教室

日 1月19日(土)13時~15時



◆手作りバレンタインチョココレート教室
おいしいトリュフを作りましょう。
日 2月2日(土)13時~16時
場 小出北部公民館調理室
講 那須裕子さん(浦町)
対 どなたでも(親子での参加も可)
定 先着12人
定 600円(ラッピングはしません)
持 キッチンバサミ(あれば)、エプロン、三角巾、筆記用具
日 1月25日(金)
申 小出北部公民館
☎792・5336 (平日9時~16時)

スノーシュー 雪山トレッキング



日 2月9日(土)9時30分~11時30分(9時に道の駅いりひろせ集合) 湯鏡ヶ池周辺 小学生以上 ¥500円 日 2月5日(火) 申 守門公民館 ☎797・2261 (守門開発センター内)

冬のクラフト祭り②

日 1月27日(日)9時~12時(受付8時45分から)
場 広神コミュニティセンター
内 間伐材を使った木工体験に挑戦します。 ①年長~中学生と保護者※年長は保護者同伴
持 汚れてもよい服装、軍手、タオル、飲み物
定 30人 ¥500円(活動費・保険料込) 日 1月23日(水)
申 NPO法人魚沼伝習館
☎793・7320、当日連絡
先 ☎080・8023・4015

2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	19日(火) 10:45~11:00	日 2月生まれ
身長・体重計測	19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(金) 10:45~11:00	日 2月生まれ
土曜開放日	2日、9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		2月はお休みです。
入広瀬保健センター		

2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4か月児	H24年10月	28日(木)		小出子育て支援センター
1歳6か月児	H23.7.1~7.19	13日(水)	13:00~13:15	湯之谷保健センター
	H23.7.20~7.31	27日(水)		
3歳児	H22年2月	20日(水)		
2歳児歯科	H23年2月	19日(火)		

母子健康手帳、問診票
・参加できない場合は事前にご連絡ください。
・感染症に罹患、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	8日(金)	9:30~9:45	小出子育て支援センター	H24年11月生の乳児の養育者
離乳食講習会ステップ2	5日(火)			H24年7月生の乳児の養育者
離乳食講習会ステップ3	12日(火)			H24年4月生の乳児の養育者
1歳歯みがき教室	26日(火)	9:15~9:30		H24年2月生

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



ばんざい よしやす
坂西 喜安さん

脳出血を発症後長いリハビリ生活を経て、宇賀地小学校に校長として復職しました。

まわり☆ 魚沼人

～ うおめまびと ～

職に就き、22歳から県内の小学校を中心に勤めていた坂西さんは、54歳の時に脳出血を発症しました。以来、約半年間の入院とリハビリ生活を余儀なくされましたが、現在も利き手を含む左片麻痺が残っています。発症当初は自分の身に起きるべきことに混乱も多し、先のことはまったく分からない状態でした。退院後もご家族の協力のもと、必死でリハビリを繰り返しました。西さんにとって当たり前のようにできていた日常生活の動きは困難となったものも多く、退職もやむを得ないと考えていたそうです。

それでも諦めずリハビリやトレーニングを続けた結果、少しずつ左手が動くようになり、復職への希望が湧いてきたと話します。平成17年4月1日、56歳で坂西さんは宇賀地小学校に校長としてついに復職を果たしました。勤務初日の始業式、言語にも不安のあった坂西さん

は杖をついてゆっくりスティージに登壇し、子どもたちに「左手・左足が不自由してはいますが動くのは大丈夫。元気で頑張りましょう。宜しくお願ひします。」と精一杯の挨拶をしました。学校行事では子どもたちと一緒にできないことの方が多いことを悩みましたが、月に一度全校朝会で話をする機会があり、そこでメッセージを送り続けていました。復職した年の3月、卒業間近となった6年生が色紙をプレゼントしてくれました。色紙には「校長先生をこれからも続けてください。」「朝会では手足が不自由なのに頑張ってくれてありがとうございます。」「など書かれていたそうです。この時のことを本当に嬉しそうに話してくれました。南魚沼市の小学校を最後に定年退職した坂西さん。復職にあたり、お世話になった宇賀地小学校に係わるすべての皆さまに感謝申し上げますと話し、児童にもらった色紙を大事そうに見つめていました。



広神村史から引用（個人所蔵）

文化財散歩

No.49

市指定文化財の考古資料「中家出土の経筒と経巻」を紹介し

大正三年（1912年）広神地域中家にて、崩れた塚から偶然に見つかった経筒と経巻です。

経筒は銅製の円筒で金メッキが施された跡があり、その中には法華経の写経文が一卷納められていました。

経筒の表面から「大永戊子」の文字が読み取れたこと、発見された場所の近くに当時この地域の領主であった、青倉氏の墓（1587年没）があったことから、青倉氏が写経文を経筒に納め、塚に埋めたのではないかと考えられています。

このように経筒を埋めた塚を供養塚や経塚と言います。大永八年（1528年）お経が書かれた巻物【追善供養】亡くなった者の為に徳を積み、死者の冥福を願うこと

で徳を積むという、追善供養が盛んに行われていました。お経を納めた筒【経巻】お経が書かれた巻物【大永戊子】大永八年（1528年）

窓口はこちらです。 No.9

福祉課（湯之谷庁舎2階）
厚生室 ☎792-9767
Eメール: kousei@city.uonuma.niigata.jp
介護福祉室 ☎792-9755
Eメール: kaigo@city.uonuma.niigata.jp
地域包括支援センター ☎792-9760
Eメール: houkatsu@city.uonuma.niigata.jp

市役所の各部署の場所や業務内容を紹介します。

【主な業務】
○生活支援係：福祉事務所、生活保護、地域福祉計画等、民生委員・児童委員、福祉の相談、社会福祉協議会との連絡調整 など
○障害福祉係：障害者手帳、精神障害者医療費助成、障害程度認定、障害福祉サービス等給付、重度心身障害者医療費助成（県障）など
【介護福祉室】【南山荘】
○高齢福祉係：生きがい対策、介護予防・生活支援、老人医療費助成、老人保護措置費、養護老人ホームとの連絡調整 など
○介護保険係：介護保険料の賦課、介護保険の資格管理、介護保険の給付・受給者の管理、介護保険の認定 など
○地域支援係：包括的・継続的マネジメント、地域支援事業、介護予防マネジメント事業 など

ひとのうごき

(11月21日～12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	渡部 美津子 岡村 里花 佐藤 七香 青柳 百香 廣井 瑛人 星 吹樹 泉 颯介 桑原 翔梧 福原 伊織 津山 隼斗 山本 珀斗 茂野 翔皇	賢・真智子 山ノ手町二 仲二・菊薫 山ノ手町二 敬行・舞 小出東町3 賢一・美穂 浦町五 隼人・美砂子 中原 将太・理絵 中原 勝志・宏美 中原 朗・心佳 原虫野 敏史・愛美 上ノ原 隼吾・菜恵 清水上 徹・沙織 長松 浩樹・藍乃 新保	ごめいふくをお祈りいたします	油崎 ケン 堀之内稲荷町 渡部 美代 上仲町 櫻井 源治 下町一 森山 ヨリ 西栄町 大平 正司 寺村 桜又 下島一 中林 キミ 徳田 滝沢 祐一 原一 古田島ヒサ 丸山喜平次 魚野地 安藤 ツギ 南本町 柳瀬 徳平 阿達 ミヨ 小出東町 小山ニヨエ 小出旭町 櫻井 キヨ 川西 辰口 タカ 古新田 内田 福治 古新田 坂口 トイ 大河原二 波方ハナイ 虫野	堀之内稲荷町 82歳 上仲町 94歳 下町一 79歳 西栄町 79歳 寺村 95歳 桜又 82歳 下島一 80歳 徳田 71歳 原一 85歳 魚野地 94歳 南本町 91歳 小出東町 94歳 小出稲荷町一 91歳 小出旭町 99歳 川西 78歳 古新田 97歳 古新田 85歳 大河原二 99歳 虫野 90歳	荒井 ヨイ 十日町 94歳 星野 トリ 上原 90歳 佐藤 新平 上ノ原 84歳 星 かつの 七日市 99歳 羽鳥 孝朋 大沢 67歳 田中 文雄 大湯温泉 88歳 佐藤 ユキ 小平尾 77歳 馬場 忠二 小平尾 83歳 山之内うら 並柳 88歳 酒井寅一郎 今泉 99歳 桑原 トミ 中家 102歳 大平 ユキ 守門宮原 90歳 野村シヅイ 守門宮原 104歳 桜井シゲノ 赤土 98歳 櫻井庄三郎 赤土 86歳 菊入ミネノ 長鳥 96歳 樺沢 敏夫 穴沢 69歳 穴沢ケサイ 穴沢 82歳 浅井ミサヲ 大栃山 90歳 佐藤ヒヨシ 大栃山 77歳
---------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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：025-792-9500
Eメール：reference@city.uonuma.niigata.jp

市報クイズの応募は

【図書カード】阿達貴美子さん、山田フミさん、米山さち子さん、佐藤香歩さん、並木優子さん【映画ヘアケット】青木ケサノさん、桑原美代子さん、富永悠河さん、並木菊彦さん、根本美智子さん

前回の正解は、「①70周年」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】阿達貴美子さん、山田フミさん、米山さち子さん、佐藤香歩さん、並木優子さん【映画ヘアケット】青木ケサノさん、桑原美代子さん、富永悠河さん、並木菊彦さん、根本美智子さん

Q 12月22日に一部区間が開通した浦佐バイパスにある水無大橋の色は次のうちどれ？

①「ライトグレー」
②「ページユ」
③「グリーンイエロー」

正解者の中から抽選で「5000円分図書カード」、「魚沼映画の専門店ヘアケット」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1月28日(月)までに応募してください。

今日の市報を読んで答えよう！
市報クイズ



児童絵画

No.96

今月は須原小学校の児童の作品です



「しゃぼん玉とわたし」
1年 橘実伶さん



「うさぎとわたし」
4年 浅井夏美さん



長いものじゃこサラダ (副菜)

材料 (4人分)

長いも	150g	A	ポン酢しょうゆ	大さじ4
水菜	1/2把		ごま油	大さじ2
ちりめんじゃこ	大さじ3			

Good! ミニミニクッキング! no.96

作り方

- ①長芋は皮をむいてスライサーで、せん切りにする。
 - ②水菜は4~5cm長さに切る。
 - ③器に水菜、長いも、ちりめんじゃこの順に盛り、Aを混ぜ合わせてかける。
- ※火を使わず手軽に作ることができます。

ごま油の香りは食欲をそそります。長いものにたくさん含まれるカリウムは体の中の余分なナトリウムを排泄します。長いものぬめりは食物繊維で血糖の急上昇を防いでくれます。

エネルギー	64kcal	たんぱく質	3.4g
脂質	2.3g	炭水化物	7.2g
		塩分	1.6g

魚沼市食生活改善推進員協議会

表紙の写真

12月16日、復活10周年の記念公演を迎えた干溝歌舞伎。

慌ただしく準備が進められる中で、役者さんのお化粧が始まりました。子役の男の子も少し緊張した面持ちでメイクの先生の元へ。力を入れて白粉を塗られるのは少し痛そうでしたが、紅を引かれる際にくっとう上げた顔はまるで千両役者のように凛としていました。



編集後記

新年あけましておめでとうでございます。本年もよろしく願います。小さい頃は蛇に良い印象がなかったのですが、近年なのが少し嫌でしたが、最近神秘的な白蛇も案外良いかなと思えてきました。巳年の特徴は探究心と情熱とのこと。誌面作りに執念を燃やし過ぎず、読み手本意の市報を心がけます。(T)



この広報紙は古紙パルプ配合率100%の再生紙を使用しています。この広報紙は植物油インキを使用しています。

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/

