

魚 市報  
うお ぬま 沼  
人と四季がかがやく 雪のくに

3.10

2013年3月10日号

No. 101



表紙の写真

「青空子ども会雪灯り（小出小学校にて）」

（説明は裏表紙に）

もくじ

- 2 魚沼市のガス料金が変わります
- 5 ふさんこったのんし／除雪作業は慎重に／体育施設紹介
- 6 第8回ありがとう作文優秀賞作品
- 8 市民相談センター／商工スマイル／健康うおぬま
- 10 フォトスケッチうおぬま
- 11 住民異動届出はお早めに／県の表彰／文化財散歩
- 12 お知らせページ
- 18 きらり☆魚沼人／市長室だより
- 19 窓口はこちらです／ひとのうごき／市報クイズ
- 20 児童絵画／ミニミニクッキング／編集後記

# 魚沼市のガス料金が 変わります

料金改定

平成25年4月1日からの都市ガス料金改定については、これまでにも10月10日号と11月10日号で、皆さまにお知らせしてきたところです。

先にお知らせした改定までのスケジュールに沿い、魚沼市都市ガス料金の改定が実施されますので、改定の内容を説明します。  
ご理解とご協力をお願いいたします。

## 改定のポイントは3つ

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。

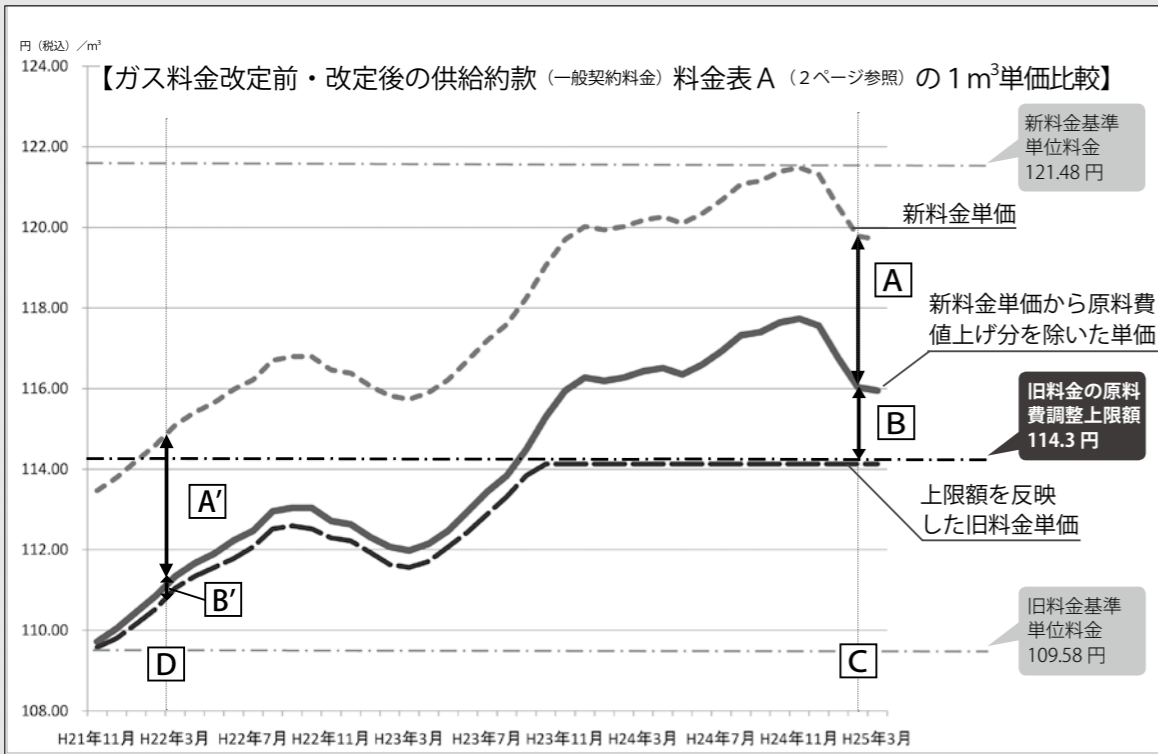
（供給約款3・75円、選択約款4・07円）

②原料費調整制度基準月の  
変更  
原料費調整制度（※）の基準月が変更となります。原料費調整額が低い時期の基準月から高い時期の基準月へ変更となることから、基準単位料金が増となり改定額に影響を与えています。（供給約款・選択約款とも8・15円）

③市の値上げ分はなし  
今回の改定において、市独自の値上げ分はありません。

このグラフは、これまでのガス料金の推移を示したものです。ガス料金は原油価格に連動して推移しますが、現在

の原油価格がガス料金に反映されるのは、約6か月後になります。



※原料費調整制度  
3か月分の原料価格（輸入ガス価格）の平均を、3か月後の料金に反映させるしくみです。これにより1か月ごとに原料費調整額の見直しを行い、料金改定時の基準単位料金に対し増減します。平均原料価格が改定時の基準月の原料価格を上回る場合は増（上限額あり）、下回る場合は減の反映となります。

10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
平均原料価格 (10～12月の平均)			3か月後		ガス料金に反映		
平均原料価格 (11～1月の平均)				3か月後		ガス料金に反映	
平均原料価格 (12～2月の平均)					3か月後		ガス料金に反映

## 原料費の値上げと原料費調整制度の基準月変更による影響

今回の料金改定額は、供給約款・選択約款とも、原料費の値上げの他に、原料費調整制度の基準月変更による調整額の影響があります。  
輸入ガス価格が高い時期の基準月と低い時期の基準月では、原料費調整額に大きな差が出ます。

下記の月額料金の比較における増加額の内訳では、原料費の値上げ分（上記グラフのA）は一定ですが、輸入ガス価格による原料費調整制度の基準月変更の影響による分（上記グラフのB）は、原料ガス価格が高く調整額が旧上限額を超過している時期においては増となります。

## 一般家庭における都市ガス月額料金の比較

標準的な一般家庭（※）を例に、1か月使用料金で値上げを比較してみました。

※一般供給約款で、魚沼市の過去5年間の家庭用使用量平均である月42m<sup>3</sup>を使用する世帯。

### ○平成22年3月（上記グラフD）

原料ガス価格が安く、調整額が旧上限額を超過していない時期

【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 1.47円) × 42m <sup>3</sup> = 4,575.9円
合計	5,153円

【料金改定後】	
基本料金	577.5円（変更なし）
従量料金	(119.38円 + 原料費調整額△ 6.39円（調整の上限額）) × 42m <sup>3</sup> = 4,745.58円
合計	5,323円

改定後 5,323円 - 改定前 5,153円 = 170円の増加の見込みとなります。

#### ■増加額 170円の内訳【(A'+B') × 42m<sup>3</sup>】

原料費値上げ分（上記グラフのAに相当する部分）158円  
基準月変更による分（上記グラフのBに相当する部分）12円

### ○平成25年3月（上記グラフC）

原料ガス価格が高く、調整額が旧上限額を超過している時期

【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 4.55円（調整の上限額）) × 42m <sup>3</sup> = 4,705.26円
合計	5,282円

【料金改定後】	
基本料金	577.5円（変更なし）
従量料金	(119.38円 + 原料費調整額△ 1.78円（調整の上限額）) × 42m <sup>3</sup> = 4,939.2円
合計	5,516円

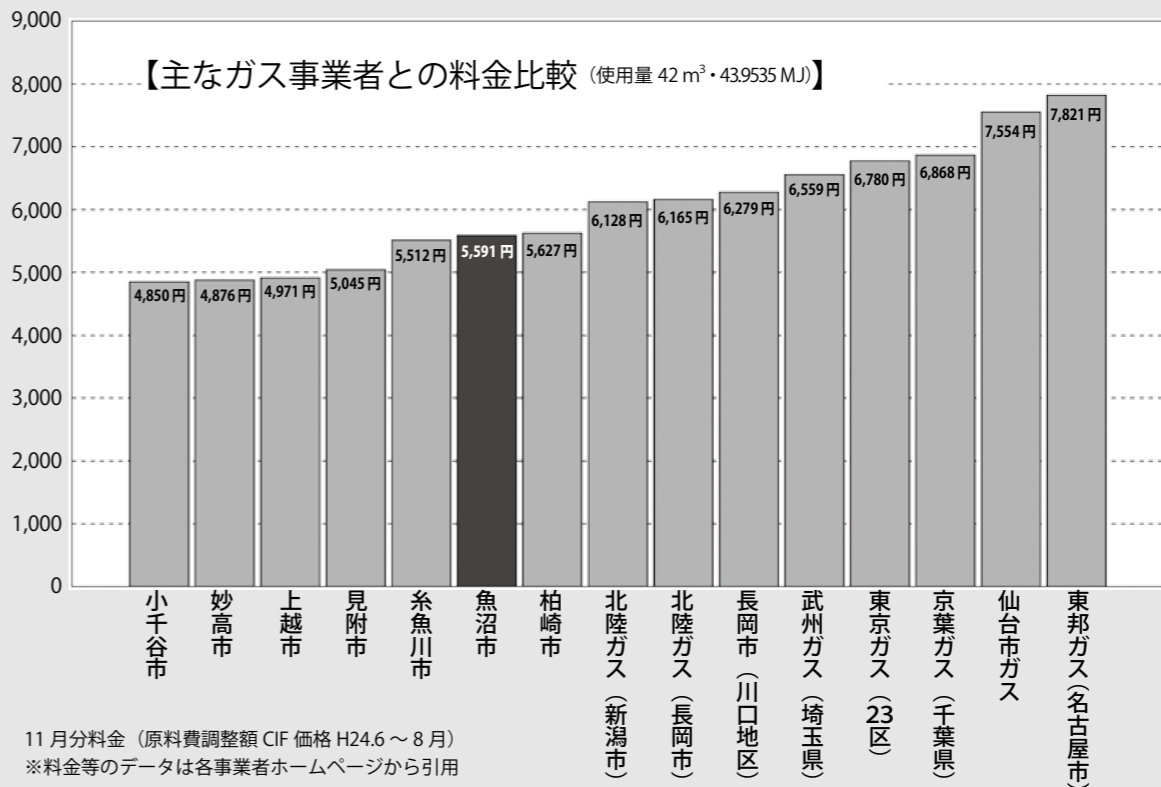
改定後 5,516円 - 改定前 5,282円 = 234円の増加の見込みとなります。

#### ■増加額 234円の内訳【(A+B) × 42m<sup>3</sup>】

原料費値上げ分（上記グラフのAに相当する部分）158円  
基準月変更による分（上記グラフのBに相当する部分）76円

県内外の主なガス事業者との料金比較

魚沼市の平均使用量で、県外の主なガス事業者と料金を比較すると割安であるといえます。また、県内の大手ガス会社と比較しても割安の料金となっています。



都市ガス選択約款のお得な新メニュー

家庭用温水暖房が始まります

お家の建て替えやリフォームをお考えの方は、ぜひご検討ください。

家庭用温水暖房とは、都市ガスで温めたお湯等を循環させて、居間等を暖房するものです。代表的な暖房方法として、床暖房・温水ルームヒーターなどがあります。寒い冬でも、足元からポカポカと暖まります。



■料金について

区分	基本料金	従量料金
冬 期 (12月~4月検針分)	1,575円	106.68円
その他月 (5月~11月検針分)	供給約款の料金を適用	

冬期(12月~4月)の検針分の期間が対象となります。その他は一般契約料金となります。1か月79㎡以上お使いの場合、一般契約料金よりもお得になります。同一ガスメーターでの使用の給湯・調理などの分もこの料金が適用になります。

■契約の条件について

次の4つの条件すべてにあてはまる場合に、ご本人が申し込むことができます。

- 専用住宅または併用住宅(居住部分と店舗等が統合して、相互に往来できる住宅)で使用すること。
  - 都市ガスを使用し、温水を循環させる装置で暖房すること。
  - 居室(居間及びリビングやダイニングキッチン等)を含む部分を温水暖房機器の放熱器で暖房すること。
  - ひとつの使用場所のガスメーターの合計能力が16㎡毎時以下であること。
- なお、申込みに先立ち設備を確認することになります。くわしくは、担当課へお問い合わせください。

魚沼市ガス水道局 業務課営業係

☎792・1118

魚沼市を離れ、都心へ移り住んだ皆さんから投稿いただくコーナー

ふさん

こった

No.4

のんし。

「身を粉にして働いた先人に習って」

「ふさんこったのんし」の投稿を依頼され、ふさんこつて魚沼弁を筆にして見た。「ふさんこつたのんし」につづく言葉に「まめだつたかい?」久しぶりに会つたり見かけた。りした時の挨拶言葉である。返す言葉は「おかげでのんし」とか「ありがとのんし」。ゆくりしたぬくもりを感じるのがオラつたりの言葉魚沼弁である。中でも「まめだつたかい?」の「まめ」の意味は大豆の「まめ」と違うことは合点していたが、「元気でしたか?」「変わりなかつたですか?」の意味かと思ひ、念の

ため辞書を引くと「忠実」と書いて「まめ」と仮名を振つてあり、意味の欄に「まじめ」「誠実」「陰日なたなく働く」「几帳面で厳格」等々に解釈されていた。思い出すと小生が風呂敷一つを横抱きにして上京したのが戦火の燃えカスがあちこちに残留の昭和25年の晩秋の事。六十余年も前になるが元来小生は新潟弁を履歴書代わりに行っているのだが、その新潟訛りを聞きつけ「君は新潟のどこ生まれだ」と問われ新潟談義に花を咲かせたことがあった。その話の中に「越後人はまじめだからなあ」と

今回寄稿いただいたのは...  
東京堀之内会会長  
高橋 進さん (堀之内出身) です



云われたことを思い出す。おそらく戦前の新潟県人は総ての事に誠心誠意身を粉にして働いたのだと思う。その恩恵に与つていた我々は越後弁を喋るだけで「まじめ」「働き者」「辛抱強い」のレッテルを貼られ、現状に至っている。言うなれば「まめ」と言う字の中に越後人の気質がそっくり取り込まれている気がする。この世に生を受け八十余年、先人方の真似は出来ないにしても「越後訛り」が誇りとなる様な生き様を後世の人に伝え、己の人生道のラストスパートにしたいと思つている。そんなじゃあ...。

少しの油断が危険を高めます

除雪作業は慎重に!

県内でも屈指の豪雪地である魚沼市に住む私たちにとって、除雪作業は毎年恒例であり、慣れている作業でもあります。

しかし、除雪時の天候や作業時の積雪状態、また除雪者の体調などは毎回同じというわけではありません。慣れた作業だからと油断すると、

- 「予想以上に雪が重くなっていた」
- 「意外と足元が滑った」
- 「思っていたより視界が悪かった」



などの理由から、重大事故の発生に繋がります。除雪作業には危険が伴うことを意識し、慎重に行うようにしましょう。

市内体育施設を紹介します

園生涯学習課 ☎794・6073



今回は、アリーナ・ランニングコース・健康ルーム等の設備が整った堀之内体育館を紹介いたします。

- 基本使用料
- アリーナ (半面) 1時間 1,200円
- グリーンフロア 1時間 1,000円
- 道場 1時間 800円
- ミーティングルーム 1時間 500円
- 健康ルーム (ランニングコース等利用可) 1回券 300円
- 1か月券 500円
- 3か月券 1,000円
- 6か月券 2,000円
- 年券 6,000円
- ランニングコースのみ 1回 100円
- ロッカールーム、シャワー室完備
- 休館日 毎月第4水曜日
- 駐車場 施設周辺に約100台

# 第8回 ありがとう作文

園生涯学習課 ☎794-6073

第8回ありがとう作文コンクールには1,197作品の応募がありました。魚沼市と足立区の小学校から優秀賞に選ばれた4作品を紹介いたします。(一部漢字に変換してあります。)

## 「大すぎなじいちゃん いつもありがとう」



貝瀬 望愛  
魚沼市立小出小学校 2年

コプラズマ肺炎という病気になり、入院することになりました。それは、ある日突然熱が出て、体がだるくなって、お母さんに病院へつれて行ってもらったら、入院して治療をしなくてはいけないといわれたからです。ぼくはそういわれ、すぐぐびつくりしました。でも一番びつくりしたのはお母さんだと思っています。だって、入院したら、お母さんもいっしょにぼくと病院にいらなくて、いけないからです。ぼくには、小学校2年生と、まだ1才にならない弟が二人います。お母さんがぼくといっしょに夜、病院にいると、弟たちのめんどろを見る人がいなくなってしまうからです。それでもぼくは、熱が高くて、だるくて、やっぱ一人ではさびしいから、心の中では、お母さんといっしょにいてほしいと思いました。そこで、お母さんお父さん、お婆ちゃんお爺ちゃんは、みんな仕事がある中で、なかなかぼくが入院中一人にならないように、話し合っ

てから、仕事がお休みになってしばらくうちに、かえってきました。わたしにとって、じいちゃん、とてもきびしくておこるととてもこわいです。でもいつもわたしのことを、思っておこってくれていると思います。じいちゃんにおこられて、気をつけるようになったことがあります。

まず箸の持ち方と、ごはんとおかずをバランスよく食べることと、順番に食べることです。

とくに、箸の持ち方が、上手いかなくて上手にものをつかめません。でも、じいちゃんが練習をしてくれて、できるようになるようにいっばい練習をやってできるようにがんばっています。バランスよく食べることも、わたしの体のことを思っ

群馬サファリパーク、釣り、温泉に行きました。釣りがとっても上手で、たくさん魚を釣っていてびっくりしました。わたしはまだ釣ったことがないので、もっといっしょに行つて、早く魚を釣つてみたいです。

## 「星 心くんへ」



佐藤 諒太郎  
魚沼市立広神東学校 3年

いつも、わたしのことを考えてくれているじいちゃん。ありがとうってなかなか言えないけど、ありがとうの気持ちがいっばいです。じいちゃんの言われたことがしつかりできるように、これからがんばりたいです。

## 「仲間っていいなあ」



赤組の「応援賞は赤組です。」

魚沼市立小出小学校 6年 大島 周  
みんなが喜んでる顔が見える、声が聞こえる。6年生になって1か月。初めての大会がやってきました。運動会です。ぼくは、この小学校生活最後の運動会で応援団長に立候補しました。1年生からずっと応援団長にあこがれていました。なぜかというと、初めての運動会を見た、台に立って汗だくになりながら、一生懸命応援していた団長を見た時、『絶対に自分もあなるんだ。』と決意したからです。そしてオーディションの日：結果は合格。あこがれの応援団長になれたのです。組は赤組、これからみんなをまとめていけるか不安もあったけれど、その

日、水曜日、金曜日に、練習があります。風邪をひかない時は、ほとんど行きます。心くんも同じです。ほかの仲間には、だいたい1週間に2日ぐらいしか、来ません。サッカーに行ける時は心くんも来るのでハッキリします。

ぼくは、サッカーを始めて、3年2か月がたちました。心くんはサッカーを始めて、3年3か月になります。ぼくより1か月先ばいです。心くんはサッカーがすごく大スキみたいです。ぼくも、負けたくないです。

いつも練習を、ふざけないでがんばります。でもほかの同じ学年は、つかれると遊んだりふざけたりすることもありません。

保育園の時最後までいっしょうけんめい練習していたのは、心くんとぼくだけでした。心くんとぼくは、ほかの仲間もいたけど、今まで、たくさんの試合に出ました。2年生の時くらいまではぼくは、ディフェンスで、心くんがフォワードです。ぼくが、

心くんは心くんのトラップしやすいボールを出す心くんもゴールしやすいので、ぼくは練習でも家で、壁打ちできまったところに、ボールが出せる練習を毎日やりました。心くんからのボールをトラップできるように壁からかえってくるボールをトラップする練習も毎日やりました。ぼくは、心くんがいたからサッカーをつづけてこられたと思います。それにうまくやりたいと思ってきたのも心くんがいたからです。土曜日はサッカーの交流戦だったり、試合だったり、大会だったりします。これからも心くんとサッカーでいっばい勝ちたいです。

## 「みんながいて ぼくがいて」



藤田 瞬成  
足立区立古千谷小学校 4年

分ワクワクもありました。いよいよ応援練習開始。最初は、動きはバラバラ、全く声もでない、ふざけている人だっていました。その時は、ここからしつかりやっていこうと思つたけれど、次の練習も同じ調子でした。なので、1発大声をほり上げると、そこからみんなの声、動き、やる気がすべて変わってすぐ良くなりました。けれど、まだみんなの心が1つになつていない気がしなくて、どうしようかとやんでいたら、副団長が「それは、お前がもつと気合いをいれて、声を出せばみんなもついてきてくれるよ。」と言ってくれて目が覚めました。自分ももつとしつかりしなきゃと思ひ、よりいっそう気合をいれて声をほり上げてがんばりました。そしてむかえた本番、心臓がはちきれそうなくらい緊張しました。けれど、となりには副団長、応援リーダー、そして赤組のみんながいる、そう思いながら、今までやって

きたことすべてを声にこめて応援をしました。応援が終わったとき、心がうれしくなつて涙がでてきそうになりました。これが『全力をだした、心が1つになる。』と言うことなんだと思いました。そして、すべての競技が終わり結果発表：結果はなんと「総合優勝」と「応援賞」のダブル優勝でした。このダブル優勝は絶対にぼく一人の力ではできなかったと思います。これは赤組のみんな、今まで競つてきた白組がいたからできたものだと思います。この運動会でつらい練習を最後までがんばつた忍耐力とそ

友人やSNS※で知り合った人などから勧誘され、他人に紹介し商品購入

ケース2・アドバイス

加入する際に、高額な資産運用ソフトを購入する必要があると言われ、仕方なく借金をして支払った。この団体は人を紹介し、ソフト購入につながればマージンが入って儲かるらしい。同様に勧誘を受けた知人からあやし団体ではないかと指摘された。高額だし、解約したい…。



〈国民生活センター：見守り情報より引用〉

ケース2

「人脈が広げられる」と友人に誘われ、ある団体の人と会ったところ、「加入して仲間を増やせば将来につながる。」とアピールされ、興味が沸いた。

「断りにくい」「嫌われそう」などの気持ちは厳禁  
あやしいと感じたら  
きっぱりと断りましょう！

友人を勧誘すること、その人の関係を壊してしまっておそれもあります。20日以内であればクーリング・オフが可能ですので、契約を解除することができます。



につながるとマージンが得られるといったマルチ商法的手法です。就職難などで悩む若者に「人脈が広がる」「儲かる」などと言って、資産運用ソフトやビジネス講座などの契約を結ばせるもので、この手のトラブルが増えています。

困ったときは、まず相談を

- ・魚沼市役所市民相談センター
- ・消費者ホットライン

☎0576・064・370

※SNS…ソーシャルネットワークサービスのことで、人と人の繋がりを促進・サポートする会員制のインターネットサービス。

健康 うおぬま

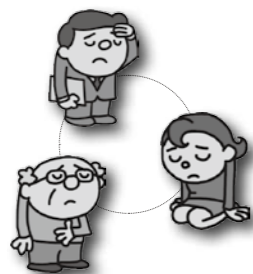
ひとつだけの大切な「いのち」

魚沼市は県内でも自殺の多い地域であることから、市では関係機関と連携を取りながら自殺防止対策に積極的に取り組んでいます。

あなた自身や、身近に悩んでいる人はいませんか？

ちょっと心が疲れてるみたい…

自分の心の不調に気づいたら、専門の相談機関・かかりつけ医・身近な人など、まず誰かに話すことが大切。逆に家族や仲間の「いつもと違う」ことに気づいたら、声をかけてみましょう。「話を聴く・つなぐ・見守る」ことが大切です。

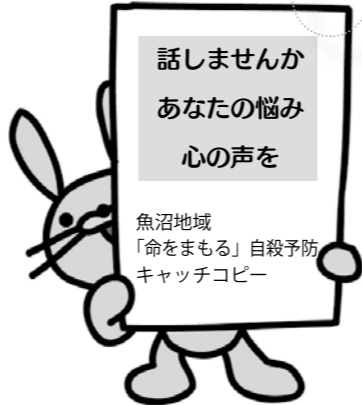


「こころの健康チェック(魚沼版)」で確認

春はストレスを受けやすい時期

自分や周囲の環境が変わるとエネルギーがあふれ、頑張ろうと思う反面ストレスを受けやすく、気持ちが減ってしまいがちな時期です。ストレスを溜めすぎないよう、自分なりの対処法を考えてみましょう。

心の不調に少しでも早く気づくためのチェックシートです。自分や周囲の人が「なんだかいつもと違う」と感じたときに使ってみてください。1月25日号の配布と同時に全戸に配った『マネートラブルにかつ!』にも掲載されています。



健康増進室 ☎792-9763

市民相談センター No.33

☎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・時間指定)

■1月の相談件数…124件

・電話	57件
・来庁	56件
・その他	11件

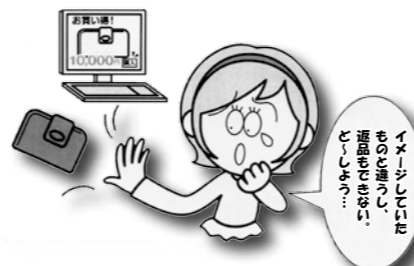
消費者ミニ知識 その②

若者に多い消費者トラブル

先月号に引き続き、消費者トラブルを回避するために知っておきたいミニ知識を、事例に基づいて紹介します。

ケース1

ネットで見つけたブランドの財布。形もかわいいし、1万円とお買い得！ところが、届いてみると思っていたより小さくて使いにくく、色も画像よりくすんでいるように見える。返そうと思ったのに、サイトの画面に「返品不可」と書いてあった…。



ネットショッピングやネットオークションでの買物は「通信販売」にあたり、クーリング・オフ制度はありません！

「返品やキャンセル不可」と書いてあれば、不良品を除いて返品はできません。リスクがあることを十分に理解し、慎重な利用を心がけましょう。



商工スマイル No.92

産学官の連携で地域産業の活性化を

— 買い物は地域内で 賑わいあるまちづくり —

— 「技術開発チャレンジ交流会」・「技術開発懇談会」を開催

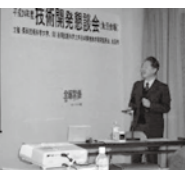
1月24日に産学官連携の取組の一環として「技術開発チャレンジ交流会」、「技術開発懇談会」を小出ボランティアセンターで開催しました。

前半に行われた「技術開発チャレンジ交流会」は、新潟県の外郭団体で産業支援機関である「財団法人にいがた産業創造機構(NICO)」と魚沼市が共催で、企業の活発な研究開発の取り組みを促進する目的で開催しました。NICOの職員から国の支援制度について説明があり、その後、実際に国の制度を活用し、研究開発に取り組む市内企業の方々から、事例発表や制度のメリット等をお話いただきました。参加者は地元企業の研究開発の生の声に興味深く聞き入っていました。



後半は、大学と企業の結びつきにより積極的な技術開発が進められるよう、長岡技術科学大学と魚沼市の共催で「技術開発懇談会」を開催しました。教授から研究開発における大学の活用方法や、研究内容についての講演があり、その後夕食をとりながら大学・NICO・参加企業間で意見交換の場が設けられました。大学の研究に興味を持ち、研究室の訪問を希望する企業もあったようでした。

魚沼市では、今後も産学官連携事業として、企業が研究開発に取り組むきっかけとなるような交流会等を開催します。市内企業からの積極的な参加をお待ちしています。



迫真の演技で観客を魅了

2月23日 ALTチャリティーミュージカル



新潟県内で活動するALTで構成された新潟国際チャリティー協会(NICO)の主催で、チャリティーミュージカル「美女&野獣」が堀之内公民館で開催されました。市報2月10日号で紹介した魚沼市のALTのお二人も出演し、熱演を披露しました。このミュージカルでの収入金はすべてパプアニューギニアに小学校を建設するための費用に充てられます。

③すいの子 弥三郎婆が、おっかねえ  
— 2.11 魚沼方言かるたとり大会



「魚沼方言かるた」の大会がこのほど、魚沼市地域振興センターにて行われました。約150人の子ども達が参加し、リーグ戦・決勝トーナメント戦が繰り広げられました。最後の一枚まで気の抜けない展開に、観客からは一喜一憂の声が上がっていました。

ゴールまで走り抜くぞ!  
— 2.8 小学校クロスカントリースキー大会



須原上の山クロスカントリースキーコースで開催されたこの大会には、市内小学校9校の児童390人が出場しました。吹雪に見舞われる荒天でしたが、駆けつけた保護者の熱いエールを受けながら、選手達はゴールまであきらめずに走り抜きました。

## 住民異動の季節です 届出はお早めに

市民生活室  
☎792-1112

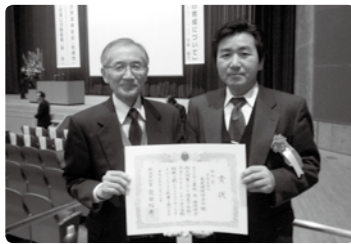
例年、3〜4月は住民異動の届出が増えます。住所や世帯などに変更がある場合は、市民生活室・市民センター・北部振興事務所窓口で、早めに手続きをしてください。(12ページに休日窓口案内について掲載)

届出事項	届出期限	必要なもの
転入 魚沼市へ 来られた時	魚沼市内に転入した日から14日以内	認印、転出証明書、年金手帳(国民年金加入者)、負担区分等証明書※、介護保険受給資格証明書※(※印は前住所地で交付された場合のみ)
転出 魚沼市から 市外へ 出られる時	転出日と引越先が決まったら(転出予定日の14日前から届出可)	認印、国民健康保険証(加入者のみ)、印鑑登録証(登録者のみ)、介護保険証(交付者のみ)、後期高齢医療保険証(加入者のみ)、医療費助成の受給者証(受給者のみ)
転居 魚沼市内で 住所が 変わる時	変更があった日から14日以内	認印、国民健康保険証(加入者のみ)、介護保険証(交付者のみ)、後期高齢医療保険証(加入者のみ)、医療費助成の受給者証(受給者のみ)

\*手続きの際は、本人が確認できるもの(運転免許証、保険証等)を持参してください。  
\*代理人が届出を行う場合は、原則として委任状が必要となります。

## 竜光環境保全会が受賞

農地・水保全管理支払交付金制度を活用し、自治会やPTA・行政と連携して、農業体験や生き物調査等の活動を非農家も含め様々な年代の参加により実施していることが評価され、堀之内地域の「竜光環境保全会」が「平成24年度新潟県農地・水・環境保全向上対策優良取組表彰(生態系保全の部)」で部門賞を受賞



表彰された竜光環境保全会の須田肇さん(左)と下村亨さん(右)  
(2月13日・新潟テルサにて)

賞しました。  
竜光環境保全会の皆さん、おめでとうございます。

農政室  
☎799-3485

## 文化財散歩



No.51

生涯学習課 ☎794-6073

### 国指定重要文化財の彫刻 『木造阿弥陀如来坐像』を紹介し(円福寺)

小出地区の真言宗円福寺に伝わる像で内部に「建保二年(1214年)大歳申戌八月二六日造立」の銘文があることから鎌倉時代の作品ということが分かります。

彫眼※やふつくらとした丸顔、重量感のある堂々とした体つきなど平安時代の特徴を多く残した仏像です。さらに、平安後期の仏師「定朝」が確立した寄木造り※を工法としていて、その流れをくんでいると言われています。

また、一般的なヒノキ材を使用せず、東北地方の仏像で多く使用されたカツラ材を使っている事などから、仏像様式の移り変わりや地域性が

見られ、地方で仏像が造られる場合の作例としても重要な貴重な仏像となっています。市内には、尾瀬や目黒邸を含む6つの国指定重要文化財があります。彫刻はこの一体のみで、魚沼市が誇る素晴らしい仏像です。

【円福寺】(佐梨)  
○拝観時間 9時〜17時  
○拝観料 大人 300円 小中学生200円  
※彫眼: 眼を直接彫る技法、平安時代まで全ての仏像に見られる。鎌倉時代以降は玉眼と呼ばれる、義眼を入れる技法が一般的になる。  
※寄木造り: 一本の木から彫る一木造りではなく、数点の木の部品を組合せて造る工法をいう。



(写真提供: 魚沼歴史民俗の会)

お知らせ版

日日時 期期間 場場所 内内容 対対象
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
ホホームページ 他その他 申申し込み
問問合わせ

お忘れなく！
住民税申告 税務室 792-9751
確定申告 小千谷税務署 0258-83-2090
3月15日(金)まで

国民年金保険料「学生納付特例制度」申請を忘れていませんか

20歳以上の人は、学生であつても国民年金に加入しなければなりません。
しかし、学生は所得が少ない等の理由で保険料を納めることが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。この制度は前年の所得を基準として審査を受け、承認されると納付の猶予を受けることができます。
「学生納付特例制度」を希望する20歳以上の学生は、忘れずに申請しましょう。

- 1 平成24年度分の保険料申請はお早めに
2 追納もお早めに
3 健康増進室 792-9763
4 追納(学生納付特例承認期間の保険料を遡って納めること)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乗せされます。
5 長岡年金事務所 0258-88-0003

「平穏死という選択」

人生の最終章をどう生きるか、安らかな最期を迎えることについて、一緒に考えてみませんか。
地域医療魚沼学校講演会
「平穏死という選択」
口から食べられなくなったらどうしますか?
地域医療魚沼学校講演会
「平穏死という選択」
口から食べられなくなったらどうしますか?
地域医療魚沼学校講演会
「平穏死という選択」
口から食べられなくなったらどうしますか?



魚沼映画の専門店 「天地明察」

江戸の天文学者・安井算哲、800年の歴史をひっくり返す。
3月22日(金)19時
3月23日(土)10時、14時、19時
3月24日(日)10時、14時
小出郷文化会館小ホール
¥1,000円
・学生、シニア(60歳以上)、友の会、障害者手帳をお持ちの人800円
小出郷文化会館
792-8811



若返りトレーニング教室

介護福祉室 792-9755

平成25年4月～平成26年3月

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

65歳以上

週1回コース...月1,000円

週2回コース...月2,000円

いずれも年間保険料1,500円別途負担

いつでも受け付けています。

4月から参加を希望する人は3月22日(金)までに福祉課(湯之谷庁舎)、各市民センター、北部振興事務所または以下の教室の会場へ申し込みください。申込書は申込先に用意してあります。

定員に達した場合は、調整する場合があります。



Table with columns: 会場, 回数/週, コース, 時間, 送迎, 定員. Lists various training sessions across different venues.

3月31日(日)・4月7日(日)

休日窓口を開設します

臨時的に窓口を開設する日(小出庁舎のみ)

3月31日(日)・4月7日(日)
8時30分～17時15分

平日窓口を延長する日(小出庁舎のみ)

3月25日(月)～4月5日(金)
17時15分～18時15分

休日窓口・延長窓口での取扱業務

- 住民異動に伴う届出・証明発行、印鑑登録等
パスポートの受け取り(申請はできません)
3月31日及び4月7日は公金収納も取り扱います。(会計窓口開設)
※住基カードに関する業務は取扱いできません。
※異動届や証明発行には委任状が必要な場合があります。

くわしくは市民生活室へお問い合わせください。
市民生活室
792-1112

自社の商品にご活用ください

「観光プログラム」「山菜やきの加工品」ノウハウを公開します

魚沼市雇用創出推進協議会が昨年5月～今年2月までに開発した、観光プログラムと山菜やきのこの加工品に関するノウハウを公開します。

3月28日(木)

観光プログラム:10時～12時

山菜やきの加工品:13時～15時

湯之谷庁舎301号室

市内在住の個人及び市内に事業所がある企業(要予約)

無料 3月22日(金)

3月11日(月)以後に次の窓口へ申し込みください。

魚沼市雇用創出推進協議会事務局

792-9768

793-2013

http://www.uonuma-koyou.jp



職員等の募集

一般財団法人 魚沼市医療公社職員

・職種(応募資格)：看護師(看護師、医療ソーシャルワーカー(社会福祉士及び精神保健福祉士業務経験5年以上)、事務職員(人事給与等総務管理経験10年以上)
・募集定員：各々若干人
・採用期日：平成25年4月1日
・職務内容：看護業務、相談業務、病院事務及び病院開院準備業務
・勤務地：魚沼市内
・賃金：月額20万円から(財団規程により職種、経験年数に応じて決定)、賞与あり
・勤務時間：平日8時15分～17時15分(夜勤時差出勤あり)
・社会保険：健康保険、厚生年金、雇用保険、労働保険
・試験：筆記試験及び面接試験(実施日は別途通知)
・応募書類：申込書、市販の履歴書(写真添付)、各種免許証の写し(申込書は湯之谷庁舎1階新病院対策室にあり)

ます)
・締め切り：3月15日(金)必着
魚沼市医療公社(湯之谷庁舎1階新病院対策室内)
☎792・1436



県立小出病院非常勤等職員

・職務：①事務②医療クラーク
・資格：不問(責任と意欲を持つて職務を遂行できる人)
なお、②については離職中の人の採用予定：①1人②若干人
・採用時期：平成25年4月1日(予定)
・勤務時間：①月～金曜8時30分～15時20分②月～金曜9時～15時50分
・賃金等：規定による時給・月給(社保加入、有給休暇あり)
・採用審査：面接(日時は別途指定)
・締め切り：履歴書を持参または郵送(3月15日(金)必着)
☎7946・0021日渡新田34番地小出病院庶務課
☎792・2111

募集

均等・両立推進企業表彰の候補企業

厚生労働省では、「職場における女性の能力発揮を促進するための積極的な取組(ポジティブ・アクション)及び「仕事と育児・介護との両立支援のための取組」について、他の企業の模範ともいえるべき取組を推進している企業を対象に「均等・両立推進企業表彰」の候補企業を公募しています。「わが社こそは」と思われる企業の皆さま、ぜひご応募ください。
☑3月31日(日)
☎0255・288・3511
http://www.mhlw.go.jp/general/seido/koyou/kintou/youris.html
☎厚生労働省ホームページ



小出郷図書館ボランティアスタッフ

・活動日：4月1日以降の火曜日の図書館開館時間中
・活動内容：館内の案内や図書整理など
・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。
☎図書館に関心のある18歳以上の人
☎電話：ファクスまたはメールで、住所・氏名・電話番号・年齢を次の宛先まで
生後学習課☎794・6073
FAX794・2353
Eメール syogaiakusyuu@city.nonuma.nigata.jp

絵画講座

これから絵を始めた人へ基本を指導します。
日4月～平成26年3月(月1回)9時～16時(計12回)
場小出郷文化会館
内初めての人も、安心して学べます。
講渡辺寿さん・早津剛さん

村山陽さん・住吉重雄さん
・年会費：4,000円
・参加費：1回1,000円
・材料費別途
他計12回のうち2回は日本画講座(参加自由)で、右記の他に別途費用負担があります。
☑3月31日(日)
☎792・8811



魚沼絵画クラブ担当(小出郷文化会館内)
☎792・8811

毎月22日は『禁煙の日』 スワンスワン(吸わん吸わん)で禁煙を!

毎月22日は、禁煙の日。シンボルマークの2羽の白鳥が寄り添う姿からスワンスワン(吸わん吸わん)で禁煙を!をスローガンとしています。
あなたも今月の22日から『禁煙』をはじめませんか?
☎健康増進室☎792・9763



健康・福祉

献血(全血)

日3月25日(月)
場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
内献血種別：全血(400ml、200ml)
持献血カード
他共催：献血推進協力団体魚沼ライオンズクラブ
☎健康増進室☎792・9763



子ども

学習障害についてのミニ講演会

お子さんの学習面や発達面で思うようにいかず、ストレスをため込んでいる保護者の皆さま、一緒に話を聞いてみませんか。
日3月23日(土)9時30分～11時30分
場小出子育て支援センター
講小川司さん(新潟県義務教育課) 対小中学生の保護者
¥無料定50人 ☑3月21日(木)
申小出子育て支援センター
☎792・6356

生涯学習・公民館

初心者習字教室

日4月～12月の第2木曜(計8回・8月除く)第1回：4月11日(木)10時～11時30分
場小出北部公民館学習室
講柴崎昭代さん 対どなたでも
定先着20人 ¥1,500円
持習字道具・半紙・新聞紙2～3枚 ☑4月5日(金)

おもしろおはなし

日3月22日(金)10時30分
場小出郷図書館おはなしのへや
内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せませんか。絵本「ぴんぼーん」、「どうぶつのおかあさん」、「のつてのつていこう!」、「タンタンのしろくまくん」、紙芝居「こんにちば」、「うどんくんとおそぼちゃん」などを読みます。
対どなたでも 場小出郷図書館
☎792・0337

社交ダンスサークル 会員募集

日毎週水曜日(月4回)20時～21時30分
場守門開発センター
内社交ダンスを初歩から練習します。講大久保敏峰さん
対どなたでも(初心者歓迎)
¥月額3,000円
持ダンスシューズまたは運動靴

4/7(日) 魚沼ライオンズクラブ50周年記念事業 ベビーマッサージ



日4月7日(日)10時～11時
場UOSHIN(魚沼)
対0才～2才未満とその保護者
講NPO法人ロイヤルセラピ

ホットスペース「ひまわり」フェルトを使った小物づくり体験

日3月31日(日)13時～16時(いつでも入退出可)
場広神コミュニティセンター
1階会議室 内フェルトを使った小物づくり(一部針を使う作業がありますが、ほとんどは作用ポンドを使用する作業です)
対どなたでも(小学生低学年までは、保護者同伴) ¥無料
他個別相談も受付中(予約制)
申生涯学習課☎794・6073

スト協会・ベビーマッサージセラピスト ¥無料定先着50人
持バスタオル1枚、水分など
他後援：魚沼市、魚沼市教育委員会
申魚沼ライオンズクラブ事務局(9時30分～12時、13時～15時、小出商工会館内)
☎792・5047
FAX792・5545
Eメール koida-le@stirus.or.jp





### ◆国際大学2013年 日本語教育ワークショップ

留学生に日本語を教える人を養成するためのワークショップです。日本語教育に興味のある人の参加をお待ちしています。(計8回)

【海外からの留学生に日本語を教えてみたい人ならどなたでも】

①コース：第26課〜41課  
テキスト：みんなの日本語初級II本冊

②コース：第1課〜16課  
テキスト：みんなの日本語初級I本冊

4月6日、13日、27日
5月11日、18日
6月8日、22日
7月6日
①コース：10時〜13時
②コース：14時〜17時

場 国際大学 (南魚沼市国際町777番地)  
 ¥1回1,500円 (コピー代含む)、教科書代「みんなの日本語初級I本冊」「みんなの日本語初級II本冊」



昨年の俳句大会の様子

### ◆魚沼市俳句大会

3月24日(日)  
 受付9時、11時 席題締切  
 場 広神コミュニティセンター  
 席題：当日発表  
 ¥1,000円 (昼食・参加費あり)  
 円〒946-0112 田尻162番地1 魚沼市文芸協会 俳句大会係・桜井 799-3071

## 3月16日~31日 行事カレンダー

16土	ブックスタート (10:00/ 広神図書館1階和室)
17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) ホットスペースひまわり (13:00/ 広神コミュニティセンター) リサイクルハウス(13:00~15:00/エコプラント隣)
18月	
19火	魚沼市就職ガイダンス2014 (13:00~16:00/ 小出郷文化会館)
20水	魚沼市就職活動無料相談 (9:30~16:00の間の1時間程度/ 小出ボランティアセンター)
21木	小千谷・川口・魚沼就職ガイダンス2014 (13:00~16:00/小千谷市総合産業会館(サンプラザ)) プラネタリウム定期投影(19:00/ 堀之内公民館)
22金	市内小学校卒業式 ジョブカフェおめま (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「天地明察」(19:00/ 小出郷文化会館)
23土	魚沼映画の専門店「天地明察」 (①10:00 ②14:00 ③19:00/ 小出郷文化会館)
24日	ホットスペースひまわり (13:00/ 広神コミュニティセンター) 魚沼映画の専門店「天地明察」 (①10:00 ②14:00/ 小出郷文化会館)
25月	献血(10:00/ 魚沼市消防本部、13:30/ 県立小出病院) 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)
26火	なかよし保育園卒園式 農業委員会総会 (9:30/ 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水	市内保育園(なか保以外) 卒園式 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 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木	山菜やきのご加工品に関するノウハウの公開 (10:00/ 湯之谷庁舎301号室) 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)
30土	
31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)

### ◆堀之内高校社会人講座「コンピュータ初級」

期 4月23日(火)〜平成26年2月上旬(予定) 15時5分〜16時47分(毎週火曜日)

場 堀之内高等学校情報実習室

内 ワープロ、表計算ソフトの講義と実習を行い、案内文や年賀状等を作成します。

対 市内及び近隣地域の人(受講経験のある人不可)

定 20人程度

年 年間3,480円、教材費1,500円、その他に健康

状態を証明する書類(病院等の「健康診断書」)の費用が必要ですが、



### ◆各種相談等

犯罪・人身交通事故の被害者向け「公益法人にいがた被害者支援センター」

電話・面接相談だけでなく、次の支援を行っています。

因・司法制度、事件捜査、裁判手続等の説明

・警察、検察庁、裁判所、病院への付き添い

・弁護士、臨床心理士カウンセラーの紹介と付き添い

### ◆商工業者のための弁護士無料法律相談会

新潟県商工会連合会主催の個別法律相談会です。

期 4月5日(金)10時〜12時

場 堀之内商工会

内 相談内容は1件30分程度

申 堀之内商工会(要予約) ☎794・2433



### ◆原発被災者のための弁護士無料相談会

期 3月23日(土)13時30分〜15時30分

場 新潟県弁護士会長岡相談所(長岡市三和3丁目123番地10)

内 原発被災者に対して、損害賠償請求などの相談会

申 新潟県弁護士会長岡地区の弁護士 ¥無料

定 定員10人(要予約・定員に満たない場合は当日受付可)

場 新潟県弁護士会長岡相談所 ☎0258・86・5533

### 4月 乳幼児健診等

種類	対象生年月日	期日	受付	会場
乳児(4か月児)	H24年12月	25日(木)		小出子育て支援センター
1歳6か月児	H23年9月	10日(水)	13:00~13:15	湯之谷保健センター
3歳児	H22年4月2日~4月30日	24日(水)		
2歳児	H23年4月	17日(水)		

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。  
 ※平成25年度子ども健康カレンダーは、3月下旬にお子さんのいる家庭に配布予定です。

### 離乳食講習会・よちよち教室

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	12日(金)			H25年1月生の乳児の養育者
離乳食講習会ステップ2	9日(火)	9:30~9:45	小出子育て支援センター	H24年9月生の乳児の養育者
離乳食講習会ステップ3	16日(火)			H24年6月生の乳児の養育者
1歳よちよち教室(親子遊び、歯磨き)	23日(火)	9:15~9:30		H24年4月生

母子健康手帳、離乳食講習会ステップ1、2、3に乳児を同伴する場合はバスタオル

### 4月 子育て支援センター

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	23日(火)	4月生まれ
身長・体重計測	23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-びび- ☎792・6356

名称	日時	内容
広場開放	月~金9:00~16:00	自由遊びなど
びびびよタイム	月~金10:45~11:00	手遊び・ふれあい体操
誕生会	26日(金)10:45~11:00	4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	はじめましての会
入広瀬保健センター	19日(金)10:00~11:15	(ボールプールで遊ぼう)



井口 幸子 さん  
(中原)

# まわり☆魚沼人

～うおぬまびと～

南 米のパラグアイに、青年海外協力隊員として2年間赴任した井口さん。今年の1月、任期を終了し2年ぶりとなる帰国を果たして魚沼市に帰ってきました。

パラグアイでは、看護師として地域の健康教育や予防教育の普及に奮闘しましたが、活動は最初から順調に進んだわけではなかったようです。パラグアイでは、「体調が悪い」ことが「医療行為を受ける」ことに繋がらないのだそうで、井口さんは「困っていることはないですか。」「診察代は心配要らないから来てみませんか。」などと呼びかけながら地域を回り、地道に自分たちの活動を伝えるために奔走しました。と同時に、前述した健康教育と予防教育の活動に力を入れようと試みましたが、仲間たちからの賛同を得られず、1年目は一人で現地の学校を中心に予防教育を行ったそうです。唯一の救いは学校側が井口さんの熱意に応え、快く活動を受け入れてくれたことで、こうした

活動は少しずつ周りにも理解してもらえたことができたそうです。一方で、一緒に活動し始めた同僚の外国人スタッフのモチベーションを保つことが困難で、働くことの楽しさを伝えながら共に働いていくことにとても苦労し、落ち込む日も多かったと振り返ります。しかし、「悩んだ日も多かったけど、この経験がこれから活動に生かしていきやすいです。」と話す顔は、派遣期間の2年間で辛いことだけではなく、充実していたことを思わせる素直な表情でした。

井口さんは、中越地震の際に地元で居なかつたことと、パラグアイへの派遣後しばらくして発生した東日本大震災の際に、看護師として何もできなかったことが今でも心残りだと話します。

今後は、東日本大震災の被災地の病院等で活動し、看護を必要としている人達のために、今までの経験を生かして働きたいと述べました。

井口さんの今後のご活躍をお祈りしています。

## 市長室だより

### 贈る言葉

新潟県唯一の女性教育長として活躍いただいた松原前教育長が2月24日をもって任期が満了となりました。

教育長の仕事というものは市民の皆さまにはなかなか見えにくい部分であり、この分野は成果が表れるまで時間がかかります。今回は平成21年2月の就任以来、精力的に魚沼市の教育行政に努めていただいた松原前教育長の功績を讃え、成果の一端を紹介したいと思います。

また、市内の中学校6校の代表生徒による広島平和祈念式典参加や、小学校への英語授業導入に伴い、子どもたちに自然に親しみながら楽しく英語を学んでもらうための「英語村」を開設するなど、学びの環境整備を進めていただきました。さらに、当市が平成24年度から子育てと教育の一元化をスタートさせたことを機に「魚沼市子育てビジョン」の必要性を訴えられ、自ら策定に積極的に取りかかっていただいていたところでもあります。

魚沼市の教育行政にご尽力いただき、教育基盤を築いていただいたことに感謝申し上げます。贈る言葉とさせていただきます。

魚沼市長 大平 悦子

## 窓口はこちらです。



市役所の各部署の場所や業務内容を紹介します。



商工観光課 (湯之谷庁舎2階)  
商工振興室 ☎792-9753  
Eメール: shoko@city.uonuma.niigata.jp  
(企業立地推進係直通メールアドレス)  
Eメール: uc904001@city.uonuma.niigata.jp  
観光振興室 ☎792-9754  
Eメール: kanko@city.uonuma.niigata.jp

### ■主な業務

- 商工振興係：商工業の振興、融資制度、計量検定、地下資源・鉱業権、商工関係団体、広域地域産業連携、産業集積の形成・活性化、雇用の創出・促進、労働・雇用、若者等の定住促進、雇用関係団体
- 雇用創出協議会事務局
- 企業立地推進係：企業誘致の促進、企業誘致関係団体、農村地域工業等導入計画、工業団地の整備
- 【観光振興室】
- 観光振興係：観光振興、広域観光、観光団体、歴史的伝統祭礼行事、イベント、体験交流型観光、外国人観光客の受入れ、観光宣伝、魚沼特使、物産の販路拡大、情報物産施設、温泉施設、スキー場、宿泊施設、その他観光施設

## ひとのうごき

(1月21日～2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	お祝いおめでとうございます	ごめいふくをお祈りいたします	お亡くなりになりました
小湯 雄一・依理 堀之内教員住宅	角屋マツノ 堀之内稲荷町 88歳	佐野 久平 滝之又 86歳	小湯 雄成 堀之内稲荷町 85歳
星野 煌太 千尋 中原	白井七三九 堀之内稲荷町 85歳	関矢 豊治 並柳 95歳	星野 快士 輝之・美穂 田中
佐藤 快士 輝之・美穂 田中	森山 喜作 山ノ手町二 91歳	山之内スミ 並柳 94歳	佐藤 桐真 聖・あすみ 田中
橋 桐真 聖・あすみ 田中	五十嵐剛夫 大石一 54歳	山本 正己 今泉 83歳	佐藤 蒼介 栄一郎・夏代 親柄
佐藤 蒼介 栄一郎・夏代 親柄	中村 英治 大石一 90歳	鈴木 豊平 今泉 84歳	花澤 莉緒 祐介・菜実 市営広神住宅
花澤 莉緒 祐介・菜実 市営広神住宅	渡邊 正規 和田原 64歳	風間 秀夫 守門宮原 84歳	小岩 湊翔 治郎・理絵 今泉
小岩 湊翔 治郎・理絵 今泉	渡辺ミツイ 長屋 96歳	榎本 慎一 細野 70歳	櫻井 要 竜馬・ひなこ 中家
櫻井 要 竜馬・ひなこ 中家	古田島亀太郎 原二 78歳	高橋 セイ 細野 88歳	佐藤 尚悟 圭悟・彩子 七日市
佐藤 尚悟 圭悟・彩子 七日市	森山 カズ 明神 95歳	高橋 健一 大倉 68歳	小幡 倅之介 賢之・郁子 大沢
小幡 倅之介 賢之・郁子 大沢	鈴木和太郎 魚野地 82歳	佐藤 政一 高倉 89歳	
	柳瀬 正司 浦町四 91歳	穴沢ハツイ 穴沢 79歳	
	今井 ウタ 羽根川三 99歳	五十嵐ミヨシ 穴沢 96歳	
	和田 毅 四日町 71歳	目黒ハツネ 大白川 91歳	
	高橋 忠重 干溝 83歳		
	桑原 一浩 伊勢島 51歳		
	星 代喜枝 湯之谷芋川 92歳		
	山田 テル 律沢 87歳		
	金澤ひさよ 金ヶ沢 105歳		
	山田三五右工門 外山 83歳		
	佐野 涌子 滝之又 68歳		

人口と世帯数 (H 25.2.1 現在)

	人口	うち外国人	増減
男	19,615	36	-28
女	20,597	143	-32
計	40,212	179	-60
世帯数	13,588		-12

今月の市報を読んでください！

## 市報クイズ

正解者の中から抽選で「5000円分図書カード」、「魚沼映画の専門店ペアカケット」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3月25日(月)までに応募してください。

- Q 魚沼方言かるたにも描かれる、広神地域に伝わる民話に登場する鬼婆の名前は何というでしょう。
- ①「弥一郎ばさ」
  - ②「弥二郎ばさ」
  - ③「弥三郎ばさ」

前回の正解は、「②イタドリ」でした。当選は次の皆さんです。たぐさんのご応募ありがとうございます。

【図書カード】渡辺穂香さん、櫻井セツさん、田中明子さん、桜井奏太さん、渡部知二さん【映画ペアカケット】斉藤愛真さん、風間正子さん、斉藤昌子さん、渡辺フクさん、星勝さん

### 市報クイズの応募はこちらまで

☎ 946-8601  
住所：小出島 130-1  
総務課「市報クイズ係」宛  
FAX：025-792-9500  
Eメール：reference@city.uonuma.niigata.jp



「くもにのってにっこにこ」  
1年 渡邊 映月 さん



「砂ばくでハプニング」  
4年 真嶋 郁吹 さん



## かぶのナムル (副菜)

### 材料 (4人分)

かぶ	小10個	A	白ごま	小さじ1強
赤ピーマン	中1/2個		しょうゆ	小さじ2/3
かぶの葉	3個分		ごま油	小さじ2/3
塩	小さじ1/3		赤唐辛子 (小口切り)	少々
			生姜 (みじん切り)	少々

## Good! ミニミニクッキング! no.98

### 作り方

- ①かぶはいちょう切りにし、赤ピーマンは薄く切り、さっとゆでて塩をふる。
- ②かぶの葉はゆでて2cm長さに切る。
- ③Aを混ぜ合わせ和える。

ごま油を効かせ、ごまや赤唐辛子、生姜を加えることで塩味が薄くてもおいしくいただけます。ごまの香りは食欲をそそります。

エネルギー	74kcal	たんぱく質	1.0g
脂質	1.3g	炭水化物	3.7g
		塩分	0.7g

魚沼市食生活改善推進員協議会

### 表紙の写真

小出小学校のグラウンドで行われる雪灯りイベントが「青空子ども会雪灯り」です。普段は子どもたちの声に賑わうグラウンドも、この日は幻想的な雰囲気包まれ、訪れる人の心を暖かくしてくれます。

カメラを向けたお二人もとても優しい表情で灯りを眺めていて、手前にあるハート型の雪を見つけて、笑顔がこぼれていました。

### 編集後記

毎年冬の取材は寒さとの戦いです。中でも労力を使うイベントは国際雪合戦と雪中花水祝(来月号に掲載)が挙げられます。見どころが多いため長時間の取材となり、最悪の場合は吹雪に耐えながら撮影します。いつからか、この2つが同じ週の土・日に行われるようになり、取材班を戦々恐々とさせていますが、終わったあとの達成感はまだ格別です(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/

