

魚市報
沼
うおぬま

2017

6.10

No.152

新緑
燦々
さんさん

表紙の写真
「残雪に芽吹く
山の神地区のブナ林」

祝

成人おめでとうございます

平成29年5月4日(木)に第13回魚沼市成人式が小出郷文化会館で開催され、新成人339名が集まりました。華やかな振袖やスーツに身を包んだ、笑顔あふれる成人式の様子をレポートします。

誓いの言葉



新成人代表 櫻井盛太郎 さん

私はこの魚沼の地に育てられたことを心の底から嬉しく思います。豪雪から生まれる清らかな水が血潮になり、秋には黄金色に輝く米が体を作り、先人達の知恵や文化が心と頭を育てました。まさに私たちは魚沼の恵みによって成長してきました。恵みがまた新たな恵みを生むように私達も新たな力を周りの人に、ものに、土地に、与えるような人になりたいと思います。

で残していくことを仕事にしたいと考えています。これからは私たちが新成人は、一人ひとりが大人としての自覚を持ち、様々なところで責任ある行動をとらなければなりません。自分の意思をしっかりと持ち、周りの方々に支えられていることを忘れずに、一人の大人として仲間や社会の力になれるよう努力していくことを誓います。

(一部抜粋)

大人の世界へ、いざ一歩



①～③式典前のひと時、友人との再会を懐かしむ。④～⑥集合写真に自撮りは必須。最高の一枚は笑顔でいっぱい。⑦～⑨この若さが新たな時代を切り開く。⑩鬼面獅子山太鼓のメンバーと一緒に太鼓を叩く新成人。⑪成人式を盛り上げてくれた実行委員の皆さん。ありがとうございました。左から【くわはら まさき 榎さん、こらへい 小幡航平さん(副実行委員長)、しんり 酒井森里さん、かづま 山田一馬さん、ふぶき 五十嵐英路さん、きょうか 住安杏香さん、せいたろう 櫻井盛太郎さん(実行委員長)】



山田 秋生 さん



佐藤 沙菜恵 さん 桑原 彩也香 さん



榎 瑛斗 さん



井上 千尋 さん



佐藤 玄 さん

夢

を聞いてみました

新成人に将来の



農村ホームステイを始めて4年になります。田舎体験は特段変わったものではなく、畑の草刈りや収穫、破間川での水遊びなど、家の近所で体験できるものばかり。ある日突然、受け入れた子どもたちが高校受験を終え、わが家を訪れびっくり。田舎体験はいつまでも深く子どもの心に刻まれて、またいつの日が魚沼を訪れるきっかけになると思います。



どんな作業でも心に刻まれる



「ばあちゃん、久しぶり〜」田舎体験で手作りした味噌が熟成し東京へ届けられた際に、駆け寄る子どもたちの第一声に感激しました。孫のように可愛い首都圏の子どもたちが「魚沼の豊かさ」を肌で感じることで、交流人口も少しずつ増えていくと思います。「限界集落」と嘆くばかりでは何も始まりません。地域を元気に盛り上げるために、皆さんも受け入れをやってみませんか。



味噌作りの会場はとにかく賑やか



効果が高いと、注目を集めています。子どもたちにありのままの「魚沼の暮らし」を体験してもらって、この地域のファンになってもらいましょう。皆さんも「農村ホームステイ」の受け入れをやってみませんか。

市では、友好自治体を中心とする都市部との交流推進の一環として、小中学生の体験型教育旅行を実施しています。数ある体験学習のなかでも、地域の人と深く関わる「農村地域でのホームステイ」は教育的



昨年、初めて受け入れをやってみました。対面式で緊張した面持ちの私たちに、子どもたちからどんどん話しかけてくれ、リラックスできました。昔語りや地元の子もたちも交えてバーベキューで交流した2日間。「お米が美味しい〜」と何杯もおかわりしてくれた子どもたちとは、その後も手紙での交流を楽しみました。「今度は家族で魚沼に来たい」と嬉しい言葉もありましたよ。



魚沼食材が満載のバーベキューは最高



子どもが家を離れ、「夫婦二人暮らしに刺激になるかな」と受け入れを試みましたが、本当に家族が増えたようです。家に帰ると、男子中学生が玄関で大声で「おかえりなさい」と出迎えてくれ感激しました。わずか2泊3日の受け入れですが、見送りの際には、涙を流す児童や、そっと目頭を押さえる見送りの姿も。受け入れ側も一生の思い出に残るホームステイです。



土まみれになっても楽しい芋掘り

農村ホームステイ協力家庭を募集しています

1. お願いしたいこと

- 子どもたち3〜5名の受け入れ
- 開村式、閉村式会場と各家庭間の子どもたちの送迎
- 子どもたちと一緒に農作業（収穫や草取り）、家事（食事づくりや掃除、片付け）、家族、地域の方との交流

2. 謝礼

子ども一人あたり1泊6,000円〜7,500円を謝礼としてお支払いいたします。

3. その他

- 特別な食事を用意する必要はありません。普段の食事を心がけてください。
 - 自分たちの子どもや孫、親戚の子どもが遊びに来たと思って、家族の一員として、接していただくことが大切です。
- ※受け入れていただけるご家庭には、後日、簡単な食品衛生講習と検便の提出が新潟県の条例により義務づけられています。



【29年度の予定】

- 7月22日（土）〜23日（日）
江戸川区立清新第一中学校
- 8月21日（月）〜23日（水）
江戸川区立葛西第三中学校
- 9月8日（金）〜9日（土）
江戸川区立第七葛西小学校
- 9月21日（木）〜22日（金）
荒川区立第九中学校

【お問い合わせ】

一般財団法人魚沼市地域づくり振興公社
☎：797-3566
FAX：797-3515
担当：梅井雅行・近貴行

卒 業間近に迫った6年生との校長会食で、小学校生活の最高の思い出としていつも話題になるのがセカンドスクール。その中でも、「一番心に残っている」と児童が口々に語るのは、魚沼市での「ホームステイ体験」です。そこには、学校生活では見られない児童の目の輝きがあります。本校では、主体的な学習を促進するために、魚沼市の温かな人情味あふれる家庭の協力を得て、毎年ホームステイ体験を行ってきました。児童の絆を深め、ホームステイ先の家族との絆を深めることを通じ、決まりを守り、互いに助け合い協力し、楽しい生活を送るという目的を達成しています。そして、それらの深まりによって、児童一人ひとりの心を育てています。

ある児童は、ホームステイ先で食べた採りたての野菜や魚沼産のご飯の美味しさに感動したことを、卒業文集に書いていました。そして、私もご飯の美味しさに感動した一人。東京オリンピックに向けて日本人の「おもてなし」の心が注目されていますが、魚沼市の皆さまの温かな心に「おもてなし」の精神を強く感じます。毎年、全ホームステイ先を訪問させていただく中で、「子どもたちを受け入れるために、各家庭で色々なことを考えてくださっている」ということに感動しています。まさに「おもてなし」の真心そのもの。児童の小学校生活で最高の思い出アルバムの一ページを飾るホームステイのご協力を、本年もどうぞよろしく願います。

絆を深めるホームステイ



江戸川区立第七葛西小学校
鈴木 章夫 校長

納税通知書を 発送します

平成29年度の国民健康保険税納税通知書を、**6月15日に発送**します。発送日以降一週間を過ぎても届かない場合は、地域医療対策室へご連絡ください。

	平成29年度税率		
	医療分	後期分	介護分
所得割率	6.37%	2.86%	2.13%
均等割額	24,245円	13,017円	13,593円
平等割額	18,326円		
賦課 限度額	540,000円	190,000円	160,000円
	合計 890,000円		

税率は昨年度と同じです

医療技術の高度化や高齢化の進展などによって、医療費は増加傾向にあり、国民健康保険の財源は厳しい状況です。しかし、被保険者の負担を軽減するため、一般会計からの繰入を想定した予算を編成し、平成29年度も税率を据え置くことになりました。また、低所得者の軽減措置の対象を拡大するため、昨年度から引き続き、国保税の5割および2割軽減の対象を拡充することになりました。

健全運営にご協力をお願いいたします

国民健康保険制度は相互扶助を目的とした生活保障制度であり、国民皆保険の日本社会において、「医療保険制度の最後の砦」とも言われています。今後とも、国民健康保険の健全運営のため、医療の適正利用や保険税の納税にご協力をお願いします。

失業者の国保税の軽減

勤めていた会社の倒産や解雇、雇用契約が更新されないなど、事業主都合

※ジェネリック医薬品：新薬の特許期間が満了後、製造・販売される安価な医薬品

国保の届出は速やかに

社会保険等へ加入したとき、国保の届出の届出が必要です。**14日以内**に、市民センターまたは北部振興事務所の窓口で届出を行ってください。なお、社会保険等の資格を取得した日から国保の保険証は使用できなくなりますので、誤って使用しないようご注意ください。

工夫

国民健康保険制度とお財布にやさしい

- かかりつけ医を持つ。
- 緊急の場合を除き、休日や夜間の受診を控える。
- 同じ病気で複数の医療機関を受診する重複受診を控える。
- ジェネリック医薬品(※)を有効活用する。



市長が地域に出向いて、市民の皆さまと直接対話しながら市政をともに考える「市民対話の日」を開催しています。入広瀬、守門、広神地域で開催する中で、たくさんのご意見をいただきました。その一部をご紹介します。

■雇用対策をしっかりとってほしい
 【ご意見】市内に働く場所を確保して、若者の定住をめぐってほしいと思います。
 【回答】市内各地域にある工業団地や空き工場も含めて、積極的に企業誘致をしていきます。特に、食や雪をテーマにした産業や、雪に魅力を感じている企業に呼びかけていきます。
 ■ごみステーション修繕費の下限額について
 【ご意見】ごみステーションの修繕は、その修繕費用が3万円未満の場合は、一律に自治会が負担することになっています。これでは世帯数が少ない自治会の負担が重たいので、市の方で対応できないでしょうか。
 【回答】地域の人口や高齢化が進む中で、小規模集落に対する支援のあり方について見直す必要があるのではないかと感じています。補助対象とする修繕費の下限額の見直しや、小規模集落への負担軽減

今月開催のお知らせ

- 小出会場
 日 6月20日(火) 19時30分から
 場 小出ボランティアセンター
- 堀之内会場
 日 6月28日(火) 19時30分から
 場 堀之内公民館

策について検討します。
 ■只見線を核にしたまちづくり
 【ご意見】只見線は、2020年に全線復旧する予定です。開通までに福島県や沿線の市町村と連携し、官民協働で観光客を呼び込む仕組みを作る必要があります。
 【回答】全線開通までに観光客を受け入れる形ができるよう、沿線の自治体と連携をとっていきます。現在、只見線を利用して子ども達の交流ができないか、只見町長と相談をしています。只見線を核にしたまちづくりは、今後の大きな課題として取り組みます。

永年の功績を讃えて

永年にわたる活動や顕著な功績により、各章を受章した皆さんをご紹介します。おめでとうございます。



瑞宝双光章
井上正夫さん

魚沼市消防司令長として、地域住民の生命財産を守り消防行政の進展に寄与されました



旭日小綬章
星謙一さん

魚沼市議会議員として、地方自治行政の進展に尽力され、地域の発展に貢献されました。



瑞宝単光章
目黒弘一さん

広神村消防団団長として、地域住民の生命財産を守り消防行政の進展に寄与されました



瑞宝双光章
五十嵐晋さん

守門村収入役として、地方自治行政の進展に尽力され、地域の発展に貢献されました。



瑞宝双光章
庭山昌明さん

学校医として、永年に渡り保健指導を行い地域医療の充実に貢献されました。

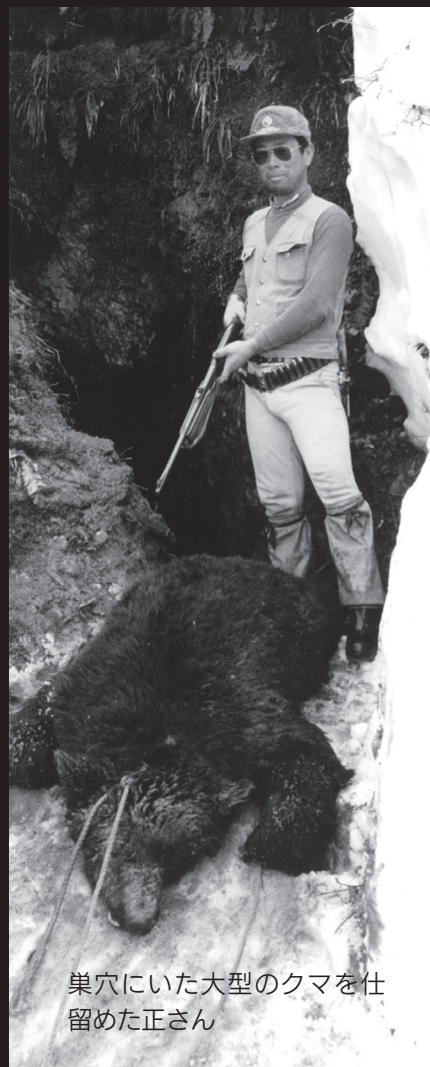
「市報うおぬま」平成28年10月10日号

全国広報コンクールで 入選 しました!

新潟県広報コンクールで県知事賞(広報紙の部)を受賞し、平成29年全国広報コンクールに推薦されていた「市報うおぬま10月10日号(食まち特集)」が、全国広報コンクールの広報紙の部(市部)において、入選することができました。これからも、魚沼の今を伝え、皆さまに愛される市報づくりに取り組みます。今後ともご協力をよろしくお願いいたします。



特別編
まき50☆
魚沼人
～うおぬまびと～



巣穴にいた大型のクマを仕留めた正さん

ただし
佐藤 正 さん



こぞえ
金井 梢 さん
(旧姓：佐藤)



クマ撃ちを追う



弟の毅さん(右)と並んで猟銃を構える正さん(左)。猟師が減った今、二人でクマ撃ちをすることも多い。

猟師の家系に生まれ

魚沼市宇津野に54年間、シーズンも休まず、深山に分け入り狩猟を行う男性がいる。狩猟のフィールドは銀山平から奥只見地域を中心に、時には群馬県や福島県の県境まで及ぶ。情報化社会を拒むように原生林が広がる魚沼最南部を、縦横無尽に駆け巡る男の名は佐藤正さん。配管業を営み米づくりをする傍ら、「魚沼の達人」(※)にも認定されるクマ撃ちの名手だ。

正さんは狩猟の家系に生まれた。「家にはいつも多くの猟師が集まり、獲物を分け合ったり、猟の話に花を咲かせていた」と語る正さん。狩猟は日常であり、幼い頃から川魚や野ウサギを獲って遊んだ。正さんが猟師の道に入るのも、「ごく自然の流れだった。古くから宇津野地区では、夏場に銀山平の小屋で山菜採りや狩猟、木工品づくりなどの山の恵みで稼ぎ、秋になると越冬のため里に下りる生活を営む家が数多くあった。昭和30年代頃までは豚肉や牛肉が手に入りづらい時代。野ウサギや山鳥、クマの肉が貴重なタンパク源として重宝された。クマの肝(胆のう)は漢方薬の原料として金と同等の

値が付き、毛皮は前年から注文が入るほど引き合いがあった。若いときは、絶対に仕留めてやると血気盛んにクマを追い回しましたね。クマを仕留めるか、自分がクマに殺されるか位の気持ちで山に入りました」生活するためのクマ撃ち。下積み時代は、崖や沢などの地形や危険な場所、クマの習性を頭に叩き込んだ。次第に雪原に残るかすかな足跡や周囲の地形から、クマの行動をイメージできるようになった。そして、散弾で肉を傷めないよう、可能な限りクマに近づき頭を打ち抜く技術を身につけた。出会い頭の勝負ではない。仕留める時から、食べることを考えたプロフェッショナルの技だ。

狩猟の今昔から見えるもの

宇津野のクマ撃ちは伝統的「巻狩り」で、6人程で行われる。2人の勢子が両サイドからクマを挟み沢を追い上げ、山頂

部では、3人の矢場が銃を構えクマを狙う。猟を統括する経験豊富な「めはて」は、高台から全体を見渡し指図をする。猟の期間は、残雪にクマの足跡が残り、草木が生い茂らずクマを見つけやすい4月中旬から5月中旬にかけての1か月間。この期間に、森のクマ獲り小屋やゼンマイ小屋などを転々と寝泊りしながら、道なき道をひらすらクマを追う。クマを仕留めた後も容易ではない。すぐにその場で皮をはぎ、内臓を取り出し解体する。猟師は解体した肉をリュックに詰め込み小屋まで運ぶ。当然1回では運びきれないため、沢や谷を越え小屋までの道のりを何往復もする。

「昔のクマ撃ちは、各自が持ち場を全うし、みんなで山の恵みをいただいた。自分が引き金を引かなくとも、みんなで生活の糧を獲ったという満足感があった。今のハンターは、誰が大物を撃ったとか、我先にクマを仕留めたいと考える。ここが違うんですよ」正さんの横顔には寂しさがにじむ。

※「魚沼の達人」：魚沼の生活文化の中から生みだされてきた知恵や特別な技術を持った人を認定し、市民の財産として継承していく制度。

山で出会ったクマの愛情

正さんがこれまで仕留めてきたクマは300頭以上にものほり、その中で、何度か神秘的な場面に遭遇してきたと言います。「丁度、クマが親離れる瞬間を目撃したんです」通常、母グマは冬籠りの中に2頭程を出産し、春になると子グマを穴から出し、大自然を生き抜くすべての術を教える。秋には再び、子グマと一緒に冬籠りし、そして、翌春が来るとともに親子に今生の別れが訪れる。

「母グマは唸り声を上げて子グマを追い、子グマは一目散で逃げていきました。しばらくすると、子グマは母グマに恋しそうにすり寄るが、母グマまた唸ります。それを何度も繰り返すうち、徐々に親子の距離は離れ、ついに子グマの姿は見えなくなりました。その後、母グマもすぐに藪に入るかと思いきや、何度も別れた場所を落ち着きなく周回するんです。別れを悲しみ、本当に子グマのことが心配のようでした。」

また、こんなこともあった。「初めて、木から雪に降り立つ事ができない子グマに、母グマはその仕事を繰り返して見せて教えていました。木に登ったり雪上に降りたり、何度も何度も丁寧に。子グマとの愛情深い関係は、人間と同

博さんは揉み合いながら、急な斜面を駆け落ちた。一緒に猫に行った正さんは、その一部始終を対岸から見ている。クマ撃ちとして生きた父の壮絶な最期を。遺体は正さんと兄弟の二人が背負い、6時間をかけ家まで運んだ。

悲しみに暮れる中、「自然の中で、子どもや仲間生き様を見せて亡くなった本望じゃないか」父の猟師仲間からの言葉が正さんの心に突き刺さった。葬儀が終わるとすぐに、正さんはクマ撃ちに出かけた。「父の仇討ちだったのか、気持ちを整理するためだったか、今考えても分からない。とにかくクマ撃ちがしたかった」と振り返る正さんは、その猫で不思議な体験をする。

「猫場に行く途中、イヌワシの巣に卵から孵ったばかりの雛を見つけた。そこに、巣があることは分かっていたが、雛を見たのは初めて。そして、巣の近くに、2頭のクマを見つけました。クマは縄張り争いをしていて、突然1頭が私の前に飛び出し、ものすごい勢いで走ってきました。とっさに銃弾を込めて、ギリギリのタイミングでクマを撃つことができました。父親がイヌワシに生まれ変わり、自分を見守ってくれていると感じた。正さんはこの経験以降、自然や生命の神秘をより強く感じるようになったと言います。」

自然への感謝と 畏敬を胸に



①山中のクマ狩り小屋を転々として猫を行う ②直径15cmほどの楕円形で平たいクマの肝。
③正さんの母に抱えられ、じゃれる子グマ。親グマとはぐれた子グマを、一時的に介抱したこともあった。④巻狩りで仕留めたクマ。張りつめた緊張が解け、みんな安堵の表情を浮かべる。(正さん:一番左、博さん:左から2番目)⑤大好物の野ウサギを持つ、小学生の梢さん。⑥仕留めクマは素早く解体する。慣れた手つきで皮を剥く猟師。 ※本記事の写真は佐藤正さんよりお借りしたものです。

クマ撃ちの生き様

「だと感じました」。それは丁度、正さんに長女の梢さんが生まれた頃だった。以来、正さんは子連れのクマは獲らなくなった。

猟師の父を見て育った梢さんの興味も、自然に山へと注がれた。「やっぱり、わが家のごちそうはクマ肉なんです。獲れたてのクマ肉を串に刺し塩を振りかけ七輪で焼く。絶品ですよ」と笑う梢さんは、「自然の恵みに感謝し、余すことなく命をいただくことが供養につながる」と正さんから教えられ育った。「猟師の家系に生まれたからなのでしょいか。春先にクマ撃ちに出かけ、1週間以上も連絡がつかない父を引き留めたことは一度もありませんでした。『猫にいつてらっしゃい』という感じです」と話す梢さんは「それも、祖父が亡くなるまでですが」と表情を曇らせた。

それは、平成6年4月16日、梢さんが小学校の5年生の時だった。祖父・博さんは、北ノ岐川の上流でクマに襲われた。いつもなら銃で威嚇すれば逃げるはずのクマは、執拗に博さんを追い回した。鋭利な爪で引っかかれた

自然とともに生きる

「先代は本当にクマ撃ちの名人だったんだ」亡くなった博さんは、正さんによく話していた。現在、クマ撃ちの伝統を語り継ぐ正さんは「これも私の代で終わりだろう」と危惧する。「お父さんの背中を追いながら黙々山を歩くのが好きだった」と幼い頃を振り返る梢さんは、20歳の時に狩猟免許を取得した。そこには、「佐藤家に代々伝わる猟師の伝統を絶やしてはいけない」という強い想いがある。

「5月1日佐藤正、クマ2頭獲った」といった様に、猟師はブナの木にナイフで行動を切りつけて残す。その傷はブナの木が大きくなった後も残り、山に分け入る後世が見ることとなる。今、正さんはブナの木に孫の名前を切っている。孫たちが狩猟を引き継ぎ、いつの日かこの木に出会ってくれることを願うながら。自分が「森に生きた」という証を感じてくれるように。「雑音が無い自然の音だけの世界に身を置き、心地の良い孤独感をかみしめながら、白銀の銀山平で自然と対峙する。こんな狩猟が大好きだ」という正さんの言葉に、梢さんもうなづいた。佐藤さん家族はこれからも、自然とともに生きていく。

ひとりで悩まないで
市民相談センター No.83
 魚沼市消費生活センター ☎792-8844
 小出庁舎1階・月・金（祝日除く）8時30分～17時15分（予約要・時間指定）

■4月の相談件数

電話	34件
来庁	36件
その他	6件
合計	76件

子どもの周りは危険がいっぱい



歯みがきをくわえたまま転倒するなどしてけがをしたという報告が、医療機関ネットワークに寄せられています。



【アドバイス】
 ・歯みがき中は保護者がそばで見守り、乳幼児が歯ブラシを口に入れたまま歩き回らないように注意しましょう。
 ・子ども用歯ブラシは、喉突き防止カバーなどの安全対策を施したものを選ぶようにしましょう。また、ソファや椅子など、転落するおそれのある不安定な場所での歯みがきは避けましょう。
 ・箸やフォークなど、喉突きの危険性のある日用品も、口に入れたまま歩いたり、走ったりさせないようにしましょう。

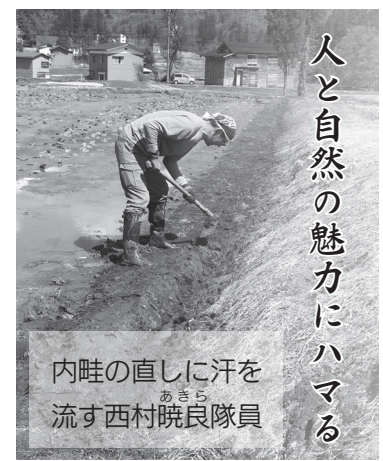
ご注意ください！

市では4月下旬より順次、臨時福祉給付金の支給を開始していますが、全国的に不審な電話が増えています。
 厚生労働省 社会・援護総務課 ☎03-5253-1111
 福祉課 厚生室 ☎792-9767

乗用車のパワーウィンドウに指等を挟まれて重症を負う事故が、10歳未満の子どもにも多く起きています。
 【アドバイス】
 ・挟み込み防止機能がすべての窓に付いているとは限りません。子どもが同乗する際は、パワーウィンドウのロックスイッチを活用し、低年齢の子どもにパワーウィンドウを操作させないようにしましょう。

地域おこし協力隊通信

No.23 北部振興事務所 ☎797-2360



人と自然の魅力にハマる
 内畦の直しに汗を流す西村院良隊員

福山新田に赴任して1か月強が過ぎました。春先の寒さには閉口しましたが、5月に入りやと暖かくなって、新しい生活にも慣れてきました。

3月末に引越してきた時には100cmを超える残雪がありました。今や田畑の雪もすっかり消え、多くの花が一気に咲き山の緑も見間に生い茂るなど、その変貌ぶりには目を見張ります。変貌と言えば自然だけではありません。最近では田畑で農作業する人、ゼンマイを庭先に広げる人など、みんな外に出て春を謳歌しているのが伝わってきます。私自身もそんな自然や住民の方々に触れるほど、その魅力にハマっていくのを感じます。

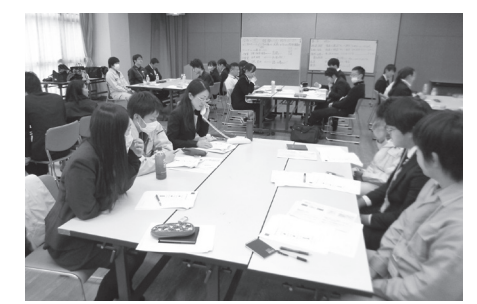
協力隊員としては、農業、移住促進、情報発信への取り組みを始めています。農業は、ズブの素人で何をどうして良いかも分からないですが、前任の田淵隊員が手掛けた田畑などを任せられることになりました。中年の元サラリーマンにとって体力的にキツイですが、すじまきや畦塗りなど、新しいことを学び、実践することで更に楽しみ倍増中です。今後あらゆる経験が自分の糧になると信じて頑張っていきます。

移住促進は、山暮らし支援会の方々と、移住体験ツアーの告知や準備などを行っています。福山にどう移住者を呼び寄せられるかは難問ですが、土地や人の魅力を外の人に知ってもらうことがその第一歩と考えています。そこで、移住初心者からみた福山の自然や生活、協力隊員としての活動を発信する「ほこん処通信」をインターネットのフェイスブックで始めましたので、ぜひ覗いてみて下さい。その他にも、色々と提案やお誘いを頂いています。早く地域に溶け込んで、地域の方々と一緒に、福山新田の将来を明るくしていきたいと考えていますので、どうぞ宜しくお願いします。

次回は電光地区担当の武川学隊員です

商工振興室 ☎792-9753

地域の元気は 商工業の笑顔から
商工スマイル No.139
 魚沼市内事業所新入社員等合同社員研修会
 ～ビジネスマナーを学び、いざ実社会へ～



真剣にグループワークに取り組む参加者

市内事業所の人材育成支援の一環として、4月7日と27日の2回、「市内事業所新入社員等合同研修会」が開催されました。今年で6年目の開催で、市内事業所の新入社員又は入社2～3年の若手社員を対象に、延べ25事業所76人の参加がありました。
 初回の「ビジネスマナー研修」では、市長の講話後、社会人として必要なビジネスマナーについて研修を受けました。会社の役割、必要な意識をはじめ、第一印象、言葉遣い、電話応対、名刺交換など、多くの基礎練習を行いました。2回目は「ビジネスシミュレーション研修」としてシンコー(株)中川社長からの講話の後、模擬会社を

通じて仕事をする上で基本となる品質・コスト・納期についての再認識とグループワークを通じて今後の行動目標を学び、積極的に楽しみながら研修を受けていました。研修を受講し、これから本格的に社会に出ていくことになります。今回、初めて顔を合わせた方も多かったと思いますが、魚沼市の未来を担う若手社員として、是非会社の枠を超えて、お互いに切磋琢磨し、自信を持って活躍していただきたいです。
 市では、新入社員等研修会のほかにも、働き方・ワークライフバランスなどの研修会を計画しています。人材育成のためにも多くの事業所からの参加をお待ちしております。

健康増進室 ☎792-9763

健康うおぬま No.95



腹八分目で 塩のとり過ぎ改善！

6月は食育月間 毎月19日は食育の日
 「塩をとり過ぎ新潟県民の10の食習慣」(H28健診や健康教室等での調査)から、魚沼市民は以下の3つの習慣がある人の割合が多いことが判りました。
 ・めん類の汁を1/3以上飲む 39%
 ・満腹になるまで食べる 29%
 ・濃い味付けを好んで食べる 29%
 この3つの習慣が重なると1日の塩分摂取量が約4g増えると言われています。減塩も食事のバランスと量がポイントです。

6月19日(食育の日)に健康づくり支援店の市内のスーパー店頭で食生活改善推進員が「塩をとり過ぎの食習慣アンケート」と「適塩食の試食」を行います。ぜひお越しください。
 場サカキヤ、Aコープ広瀬店、マルイ
 ※10時30分頃からで試食が無くなり次第終了

バランス
 主食(ご飯やパンなど)・主菜(魚や肉や卵や大豆のおかず)は1品ずつ、副菜(野菜のおかず)は2品そろえると、望ましいバランスになります。

適量
 主食(ごはん)の量は自分の両手のひらに収まるお茶碗のサイズでおよそ1杯。主菜は片手のひらに乗るサイズ、副菜はにぎりこぶし2つ分くらいです。

※一般的なバランスと量です。治療等で食事の指示がある場合は異なります。バランスと適量を考えて腹八分目にして塩をとり過ぎる食習慣を改善しましょう。

魚沼市報 お知らせ版

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

くらし

魚沼市議会議員一般選挙

全投票区で投票所の閉鎖時刻が18時となりますのでご注意ください。
投票日 6月25日(日)
投票時間(全ての投票所) 7時~18時
※堀之内、小出、湯之谷、広神地域の投票時間が国、県の選挙よりも2時間短くなります
その他 期日前投票や不在者投票等の情報は、市報うおぬま5月25日号の折込みチラシまたは市ホームページに掲載して

フォトスケッチ うおぬま



新緑の中、笑顔ひろがる

- 5.22 森のようちえん「たんたん」始まる



奥レク公園「花と緑と雪の里」(根小屋)では、森のようちえん「たんたん」が開催され、親子連れがガーデニング等を楽しみました。子どもたちは、「野遊び」を通じて自然の面白さを体験し、親御さんもリフレッシュしながら親子の絆が深まるプログラム。是非、参加してみたいかがでしょうか。

森のようちえん「たんたん」は楽しいイベントが盛りだくさん！
甲斐川見レクリエーション都市公園
025・780・4560

縄文文化で地域活性化を

- 5.8 第16回縄文サミット開催



「信濃川火焰街道連携協議会」に魚沼市が加入することになりました。今後は、2020年東京五輪の聖火台デザインに火焰型土器を採用するよう求める活動など、新潟市・三条市・長岡市・十日町市・津南町と連携して、縄文文化を活かした地域振興・広域観光を推進していきます。

固定資産税納税通知書

6月15日付で「固定資産税納税通知書」を発送します。「通知書」および「課税明細書」をご確認ください。なお、「課税明細書」は確定申告等の際に使用することがありますので、大切に保管してください。また、次に該当する場合は、各書類を提出してください。
①建物を取り壊した場合
「家屋取壊届出書」を提出してください。現地確認後に翌年度の固定資産課税台帳から外します。記載にあたって

魚沼市議会議員一般選挙
投票日 6月25日(日)
投票時間(全ての投票所) 7時~18時
792・9207

は、「課税明細書」を参照し、正確な記入をお願いします。
②土地・建物の所有者が亡くなった場合
「相続人代表者指定届出」を提出してください。相続登記が済むまでの間、代表者へ送付します。
③未登記家屋の所有者を変更した場合
「未登記家屋課税台帳修正届」を提出してください。
④各届出書類は、税務室、各市民センター、北部振興事務所にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。
税務室 792・9751
http://www.city.nonuma.niigata.jp/
⑤環境対策室
792・9766

①アメリカシロヒトリの駆除方法について
アメリカシロヒトリ(アメリカシロ)の駆除を行う場合、幼虫が小さいうちに薬剤散布を行うと、より効果が得られます。また、アメリカシロヒト



②毛虫の駆除について
市内各地でアメリカシロヒトリとは異なる毛虫が発生しています。自治会等(地区住民団体)で毛虫の駆除を実施する場合は、アメリカシロヒトリ等の害虫対策事業と同様に市有の噴霧機械の貸し出しと薬剤支給を行いますのでお申し込み下さい。

Table with 4 columns: 種別, H29, H28, 増減. Rows include 可燃ごみ, 不燃ごみ, 大型ごみ, 容器包装, 古紙類, 合計.

③取り扱ひ品: 家具類、ベビー用品、自転車など大型不用品 ※壊れている物の受入や家電製品、衣類、食品、日用雑貨等は取り扱ひしません
※自転車を買いたい人がいます。不用の自転車がある人は、ぜひお持ちください
④個人での不用品の搬入・搬出: 13時~15時
⑤買い取りのなかつた品物は後日、お引き取りいただきます。
魚沼市消費者協会事務局(市民相談センター内)
792・8844

魚沼の豊富な地域資源を活かす

- 6.1 マルコメ株式会社「水の郷工業団地」工場立地決定



【企業概要】
社名: マルコメ株式会社(長野市安茂里883番地)
創立: 1854年(安政元年) 従業員数: 436名
魚沼市十日町地内の「水の郷工業団地」にマルコメ株式会社の工場立地が決定し、「基本協定書」の調印式が行われました。同社は雪や米などの地域資源を活かした商品開発による生産体制の強化(発酵食品)を目的に、約4万平方メートルの用地を取得する予定です。

子育て拠点施設を響きの森公園に

- 5.30 かたっくりプロジェクト市民ワークショップ



市施設「かたっくり」を有効活用し、子育て拠点施設をつくる「かたっくりプロジェクト」。魚沼っ子たちのすこやかな成長を願う委員たちが、熱く語り合う市民ワークショップが、全4回の日程で開催されました。市民の想いとアイデアが詰まった施設は来春オープン予定です!

制度・手続き

◆固定資産税が減額される各種改修工事

次の改修工事を平成30年3月31日までの間に行った住宅について、申告により固定資産税が減額されます。
○バリアフリー改修工事
①新築から10年以上経過した住宅で改修後の床面積が50㎡以上であること
②次のいずれかの人が居住する住宅であること
ア：65歳以上の人
イ：要介護または要支援認定を受けている人
ウ：障害のある人
③廊下の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室・トイレの改良手すりの取り付け、床の段差の解消、引き戸への取り替え、床表面の滑り止め化
④補助金等を除く工事が50万円以上
⑤工事を完了した翌年度分の固定資産税の3分の1を減額※上限1戸あたり100㎡相当分
持申告書、工事の明細書・領

◆「魚沼市空家等対策計画(案)」パブリックコメント

計画策定にあたり、市民の皆さんから広く意見を募集します。
期6月12日(月)～7月11日(火)
○閲覧方法
市ホームページ、都市整備室、各市民センター、北部振興事務所等で閲覧できます。
○意見の提出方法
所定の用紙(任意でも可)に住居、氏名、電話番号、意見を記入し、都市整備室、各市民センター、北部振興事務所等に持参するか、郵送・ファクス・電子メールで提出してください。なお、氏名、住所が記載されていない場合、又は計画案に関する意見以外は受け付けません。また、電話による受け付けおよび回答はいたしません。

都市整備室
799・3134
799・4488
foshiseibi@city.nonuma.ni
igata.jp

取書の写し、改修前後の写真

○省エネ改修工事
①平成20年1月1日以前に建築された住宅で改修後の床面積が50㎡以上であること
②窓の断熱改修工事、窓の断熱改良工事と合わせて行う天井、壁、床等の断熱改良工事
③補助金等を除く工事が50万円以上
④工事を完了した翌年度分の固定資産税の3分の1(認定長期優良住宅の場合は、3分の2)を減額※上限1戸あたり120㎡相当分
持申告書、増改築等工事証明書、工事の明細書・領収書の写し、改修前後の写真、長期優良住宅の場合は認定通知書の写し
○耐震改修工事
①昭和57年1月1日以前に建築された住宅
②現行の耐震基準に適合すること
③工事が50万円以上
④工事を完了した翌年度分の固定資産税の2分の1(認定長期優良住宅の場合は、3分の2)を減額※上限1戸あたり

安心・安全

◆6月は土砂災害防止月間です

がけ崩れや地すべり等の土砂災害は一瞬のうちに尊い命や財産を奪ってしまいます。山やがけ、川などで異常な箇所などを見つけたら、市役所または県地域振興局へご連絡ください。
日頃から避難場所を確認し、大雨の際には、土砂災害の目安となる『土砂災害警戒情報』など県や新潟地方気象台からの情報にも注意しましょう。

市宮プール
管理員・監視員
管理員
定若干人
期・小出北部プール：7月22

職員等の募集

魚沼地域振興局地域整備部
792・5882
799・4601

◆魚沼市畜場「小動物墓」使用料徴収事務委託の告示

120㎡相当分
持申告書、増改築等工事証明書、工事の明細書・領収書の写し、改修前後の写真、長期優良住宅の場合は認定通知書の写し
他申告書等は税務課および各市民センター、北部振興事務所にあります。なお、申告書にはマイナンバーの記入が必要です。
⑤工事を完了後3か月以内
問 税務室
792・9751
◎委託する事務
内 魚沼市畜場に隣接する「小動物墓」の使用料を徴収する事務
◎委託先
(株)魚沼市環境事業公社(七日市650番地2)
代表取締役大桃政春
◎委託期間
期平成29年6月1日～平成30年3月31日
問 環境対策室
792・9766

健康・福祉

◆介護保険料の納入通知書を発送します

65歳以上の人へ平成29年度介護保険料納入通知書等を6月15日に発送します。
他1週間を過ぎても届かない場合はお問い合わせください。
問 介護福祉室
792・9755

◆お話を学んでみませんか?

魚沼市手話奉仕員養成講座
わかりやすい講義と実践的な実技により、楽しく手話を習得できる講座です。コミュニケーションの輪が広がり、職場、ボランティア活動にも役立ちます。
期7月6日(木)～12月7日(木)毎週木曜19時～20時30分(計22回予定) ※11月23日(木)休講
場 小出ボランティアセンター
内 入門課程
対 手話に興味がある人、習得したいという意欲のある人
定 先着30人
¥5,000円

◆魚沼市インターシッ プ応援事業補助金

市内事業所へのインターシッ プ(就業体験)を促進するため、経費の一部を補助します。
○学生等の場合
対 市外に居住する学生等
内 補助対象経費：3日間以上のインターシッ プに参加する場合の交通費および宿泊費
補助金額：2分の1以内
上限2万円(補助対象経費の総額が5千円以上のものに限る。)1年度2回まで
○市内事業所の場合
対 市外居住の学生等を3日間以上受入れる市内事業所
内 補助対象経費：3日間以上のインターシッ プ受入に際し、学生1人につき1日5千円、5日間を上限
補助金額：1事業者当たり1年度10万円を限度
他くわしくは市ホームページをご覧ください。
問 商工振興室
792・9753



◆6月23日(金)必着「手話講座申込み」と記入し、住所・氏名・電話番号(携帯電話可)を明記の上、ファクスまたはハガキ、Eメールでお申し込みください。

問 厚生室
792・9767
793・1016
kousei@city.nonuma.ni
.jp

◆うおぬま元気ポイント対象事業追加

①楽語い講座
日 水曜18時～19時(月2回)
※次回6月21日(水)「まちづくり委員会福祉健康部会の取組み」
場 市立小出病院
②ナイトスクール(出前型健康座談会)
日 随時開催
③オーブンスクール(健康講座)
日 随時開催

子ども

子育て支援センター
ぱびる
☎792・6356

① 親子運動教室

日 6月16日(金)10時～10時45分
場 子育て支援センター
内 親子で一緒に体を動かす簡単な運動遊びを楽しむ
講 梅田愛子さん(スポーツトレーナー)
対 0～3歳のお子さんとその保護者
定 25組
※ 6月15日(木)

② ベビーマッサージ教室

日 6月22日(木)14時～14時45分
場 子育て支援センター
内 家庭でできる簡単なベビーマッサージが体験できます。気軽にご参加ください。
講 米山香菜子さん(ロイヤルセラピスト協会認定講師)
対 生後1か月～2歳までのお子さんとその保護者
持 パスタオル(1枚)
※ 6月21日(水)

◆子育てパママ 応援します

日 6月20日(火)、7月18日(火)
10時30分から
場 子育て支援センターぱびる
内 絵本・紙芝居・わらべ歌・手遊び・親子遊び等
講 絵本の家「ゆきぼうし」スタッフ
対 就学前までのお子さんと保護者
定 なし ¥無料 申不要
問 小出北部公民館(平日9時～16時)
☎792・5336

申 閩湯之谷公民館
☎792・0530
(平日:9時～16時)

① 登山教室 ② ふるさとの名山コース(中級者向け)

◎ 平ヶ岳登山
日 7月2日(日)4時～16時頃
※ 少雨決行(荒天時:10月8日(日)に延期)
場 平ヶ岳(中ノ又コース)
※ 集合・解散:湯之谷庁舎駐車場

閩 学校教育課
☎794・6072

① 心の談話室

日 7月13日(木)13時30分～15時
場・個別相談:堀之内公民館会議室

② 適応指導教室「フラワールーム」

日 月曜～金曜9時～15時
場 堀之内庁舎3階
内 個人の状況に合わせた学習や活動をする中で、自立を促したり、集団活動への適応力の向上を目指したりしながら、学校に復帰できるように支援します。
対 原則として魚沼市内の小・中学生で学校に気持ちが向かなくなったり、学校に行くことができなくなったりした児童生徒

生涯学習・公民館

閩 小出郷図書館
☎792・0337
閩 広神図書館
☎799・3227

① 赤ちゃんにはじめての絵本を6月ブックスタート

◎ 子育て支援センターぱびる
日 6月21日(水)13時～14時30分
◎ 広神図書館
日 6月24日(土)10時～11時30分
内 読み聞かせの方法などをお話しします。(絵本2冊プレゼント)1組10分程度です。どちらか都合のよい日に参加してください。

② 雑誌リサイクル市

日 6月18日(日)9時30分～11時30分
場 小出郷図書館、広神図書館
内 図書館所蔵の保存期限の過ぎた雑誌を、1人3冊まで無償でお譲りします。終了時刻以降、制限はありませんので

◆ぬか床作り教室

ぬか漬けにチャレンジしてみませんか。
日 7月3日(月)10時～13時
場 広神コミュニティセンター
内 ぬか床を作り、ご飯、味噌汁、ぬか漬けでランチ会
講 蕪澤知余美さん(魚沼元氣ごはん)
対 どなたでも 定 先着10人
¥1,500円(材料、容器、ランチ代込)
持 エプロン、手拭きタオル、野菜くず(キャベツの外側、大根、人参の皮などをひとつかみ程度) ※ 6月26日(月)
申 広神公民館
☎799・3227

◆「魚沼切り絵の会」切り絵展

花や風景などの切り絵作品20点を展示しています。
期 5月31日(水)～7月2日(日)
月～土曜9時～22時
・日曜祝日9時～17時
場 守門公民館 ¥無料
問 守門公民館
☎797・2261

ご自由に持ち帰りできます。対 図書館利用者カードをお持ちの人

持 雑誌を入れる袋
他 図書館利用者カードをお持ちでない人は、事前にご登録ください。

◆乳幼児向け「だっこでおはなし」

同じ年頃のお友だちと一緒に手遊びや絵本を楽しみましょう。孫守りのおじいさん。

いじめ見逃しゼロ強調月間

6月は「いじめ見逃しゼロ強調月間」です。「深めよう 絆にいがた県民会議」は、学校、家庭、地域が連携して、いじめなどの諸問題の解消と未然防止に社会全体で取り組む「いじめ見逃しゼロ県民運動」を推進しています。

閩 学校教育課
☎794・6072



禁煙の日 日 6月22日 毎月22日は、禁煙の日です。たばこに含まれるニコチンは、依存性の非常に高い物質です。禁煙外来を利用し、医療の力で効果的な禁煙に挑戦してみませんか。

◆着付けレッスン

和のお稽古始めましょう。はじめの一步。まずは「ゆかた」から。さあ浴衣を着てお祭りに出かけましょう。
日 7月19日(水)・26日(水)19時～20時30分
場 入広瀬公民館
講 浅井教子さん
内 浴衣の着付けの基本を学びます。対 どなたでも
定 10人 ¥500円
持 お手持ちの浴衣、半幅帯、伊達締め、腰紐2本、タオル又は手ぬぐい1本
※ 7月3日(月)
申 入広瀬公民館(平日9時～16時)
☎796・2322

◆教科書展示会

平成30年度使用の検定済み小・中学校、高等学校教科書を展示します。どなたでもご覧いただけます。
期 6月16日(金)～29日(木)

おばあさんもお気軽にお越しください。

◎ 広神図書館
日 6月17日(土)10時30分から
内 絵本「ねこときとくらいいおん」大型絵本「ぴよん」など
◎ 小出郷図書館
日 6月23日(金)10時30分から
内 絵本「とりがいるよ」「ごめんやさい」紙芝居「じゃがいもへんしーん!」など
問 小出郷図書館
☎792・0337

◎ 小出教科書センター(小出小学校内) 会場
◎ 時間
・月～金曜:8時30分～16時30分
※ 6月25日(日)9時～16時は開館しますが、26日(月)は休館
場 小出教科書センター(小出小学校内)
問 小出教科書センター
☎792・0041

◎ 小出郷図書館会場
◎ 時間
・火～土曜:9時30分～19時
・日曜:9時～17時
閩 学校教育課
☎794・6072

◆お店のオススメを発信! 「1店逸品業説明会」

全国で商業活性化の活動として取り組まれている1店逸品運動について学ぶ説明会を開催します。
日 6月19日(月)19時
場 小出ボランティアセンター
対 市内小売店・飲食店等
¥無料
申 閩 商工振興室
☎792・9753

◆魚沼！白炭塾

炭焼のプロによる指導の下で体験塾を実施します。本年は、第4回に黒炭の炭焼体験も予定しております。

◎平成29年度日程

- 日 ①7月1日(土)～2日(日)
- ②8月5日(土)～6日(日)
- ③9月2日(土)～3日(日)
- ④10月14日(土)～15日(日)

内①～③(白炭焼体験)

- ・座学会：土曜16時～18時
- ・白炭焼体験：日曜6時～17時
- ④(白炭・黒炭焼体験)
- ・黒炭焼体験：土曜9時～15時
- ・座学会：土曜16時～18時
- ・白炭焼体験：日曜6時～17時

◆各種相談等

- 定 各回先着10人
- ¥①②③…2,500円
- ④…3,500円
- ※朝・昼食代、保険料込
- 他各日程とも座学会終了後に炭焼職人との交流会を開催します。※交流会費2,000円
- ※各日程開催日の一週間前
- 申問農林室
- ☎799・4603

◆ひきこもり座談会

ひきこもりについて、同じ悩みを抱えた人どうしで一緒に考えませんか。

- 日 6月28日(水)13時30分～16時
- ※毎月第4水曜に開催予定
- 場 小出ボランティアセンター
- 対 ひきこもり状態にある(あった)人とそのご家族

◆三二情報

◆堀之内医療センター整形外科診療日の変更

6月は診療日が第3・5木曜日に変更となります。ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

- ◎診療日(6月)
- 日 6月15日(木)・29日13時～15時30分
- 問 堀之内医療センター
- ☎794・2450

◆創立65周年記念白象展

6月9日(金)～11日(日)9時～17時 ※最終日15時まで

- 場 小出郷福社センター
- 内 洋画約70点展示予定(会員故人作品も)
- 対 どなたでも ¥無料
- 問 白象会・滝澤
- ☎794・2238

◆只見線に乗ってみよう

6月17日(土)・26日(月)、7月1日(土)・8日(土)

- 内 17時10分小出駅発の列車に乗り18時35分只見駅発の折り返し
- 乗 18時35分只見駅発の折り返し

◆魚沼市水泳協会ベビースイミング体験会

7月2日(日)11時～12時

- 場 スポーツアカデミー小出
- 講 アカデミーコーチ
- 対 市内在住の6か月～3才未満のお子さんと保護者
- 定 15組
- ¥ 300円
- 持 水着・水泳帽・タオル
- ※ 6月30日(金)
- 申 水泳協会(SA小出内)
- ☎792・9933

◆ヤングドライバー安全運転講習会

7月3日(月)8時30分～12時

- 場 魚沼中央自動車学校
- 内 若者の交通事故防止を目的とした指導員による実技指導・講話他
- 対 ヤングドライバー
- ※ 概ね30歳まで
- 定 25人
- ※ 6月26日(月)
- 他 安全運転管理者選任事業所にお勧めの人は、事業所を通してお申し込みください。
- 申 交通安全協会

◆楽語い講座住民オープン講座

6月21日(水)18時～19時

- 場 市立小出病院
- 演 まちづくり委員会福祉健康部会の取組み
- 講 石井健友さん(まちづくり委員会福祉健康部会長)
- 対 どなたでも ¥無料
- ※ 6月20日(火)
- 他 「うおぬま元気ポイント」対象事業
- 申 地域医療魚沼学校事務局(小出病院地域医療教育・研修センター内)
- ☎792・1167

◆グループりゅう・花遊会「絵画と華展」

6月24日(土)～25日(日)10時～17時

- 場 銀山寺(国道17号線沿い佐梨信号付近)
- 内 絵画役18点、活花約15点を展示
- 対 どなたでも ¥無料
- 問 グループりゅう・尾山
- ☎792・0887

☎792・5275
FAX 792・8384



◆Eスポーツ健康づくりプロジェクト

7月8日(土)・22日(土)、8月12日(土)・26日(土)、9月30日(土)、10月28日(土)、11月25日(土)、12月16日(土)、1月27日(土)、2月24日(土)10時～11時30分

- 場 堀之内体育館
- 内 ランニングマシンやエアロバイク等を中心とした有酸素トレーニング(個別メニュー作成)と筋トレ。運動講義や栄養講話もあります。
- 講 星俊寛(健康運動指導士)
- 対 20歳以上の健康な人
- 定 先着15人(途中申し込み可)
- ¥ 1回500円
- 持 筆記用具、内履き
- 申 エンジョイスポーツクラブ魚沼
- ☎793・7166

◆天下の奇祭「しねり弁天たたき地蔵まつり」

6月30日(金)15時～21時

- 場 本町通り、陣屋通り(小出地域)
- 内 「しねり弁天！」と声をかければ男性は女性をしねる(つねる)ことができ、「たたき地蔵！」と声をかければ、女性は男性をたたきることができるとお祭りです。あなたも一緒に踊りませんか。飛び入り参加大歓迎です。
- 他 ワンポイントメイクから本格メイクまで、しねり弁天のキャラクターのメイクを観音寺前テントにて無料で行います。
- 問 しねり弁天たたき地蔵まつり実行委員会(小出商工会館内)
- ☎792・2124

◆サロン・コンサート『GGONNA(ガナ)』

7月1日(土)19時から

- 場 目黒邸
- 内 パワフルな和太鼓とマリン

◆うおぬま森の学校「里山整備ボランティア募集」

6月25日(日)8時30分～11時30分(予定) ※小雨決行

- 場 響きの森公園第3駐車場
- ※ 国道291号側に集合
- 内 植木をした落葉幼木の下車刈りや周辺の遊歩道整備
- 持 作業の出来る服装、飲み物
- ※ 刈払機のある人はお持ち下さい
- ※ 6月20日(火) ¥無料
- 申 魚沼交流ネットワーク
- ☎792・1336
- FAX 793・7868

◆障害年金無料相談会

精神や身体などに障害をお持ちで就労に多大な支障がある人や、ペースメーカー・人工弁等を装着の人で、障害年金の受給資格の有無、また申請の方法等について知りたい人の各種相談に応じます。

- 日 6月27日(火)13時～16時
- 場 小出郷福社センター
- ¥ 無料
- 対 どなたでも ※要事前予約
- 申 県社会保険労務士会 長岡

◆ペン習字はじめませんか

日 第3月曜日19時〜21時
場 小出公民館
内 ボールペン、筆ペン、硬筆
等お手本に沿って練習します。
¥ 入会金：1,000円会費
月1,200円(お手本代含)
対 どなたでも随時
申 小出ペン習字会・小川
☎ 792・0922

◆わたしの居場所シ・ア・ワ・セ・さんちよびん

日 原則毎週土曜13時〜14時
場 キャリア・ステップ魚沼教室
(建築組合2階佐梨631番地2)
内 お茶を飲みながらのトーク、ゲーム、パソコンなどの活動をします。
対 人と関わることが苦手ではとんど外出しない人。本日は働きたいけどうまく行かず悩んでいる人。また、ご家族の見学もできます。 ¥無料
申 魚沼市社会福祉協議会
☎ 792・8181

◆自衛官募集

いづれも対象年齢は平成30年4月1日現在のものです。
①自衛官候補生
資 18歳〜27歳未満
※ 男性：通年、女性：7月1日(出)〜9月8日(金)
②一般曹候補生
資 18歳〜27歳未満

◆魚沼市社会福祉協議会 職員募集

◎介護支援専門員(正職員・准職員もしくは臨時職員)
・募集人員：1人
・応募資格：介護支援専門員有資格者(経験者で普通自動車運転免許取得者)
・勤務地：在宅介護支援センター湯之谷
採用期日：7月1日
選考方法：面接
応募方法：履歴書と有資格者証の写しを提出
締切日：随時受付
他 短時間勤務の介護支援専門員も募集しています。
申 社会福祉協議会・上村
☎ 792・8191

◆法定相続情報証明制度が始まります!

平成29年5月29日(月)から、全国の登記所(法務局)において、各種相続手続に利用することができる「法定相続情報証明制度」が始まります。この制度は、亡くなられた人の法定相続人が誰であるのかを登記官が証明するもので、この制度を利用することで、各種相続手続で戸籍謄本等を何度も出し直す必要がなくなります。手続先が複数ある場合、手続が同時に進められるなど、とても便利な制度となっております。

◆県民介護知識・技術習得講座(介護体験コース)

日 6月29日(木)・30日(金)10時〜16時
場 上越市市民プラザ(上越市土橋1914番地3)
内 介護に関する実技を行います。 ※1日での参加も可能です。
・1日目：負担の少ない寝返り介助の方法、家庭で活かす寝たまま衣類の着脱介助
・2日目：車イスへの安全な介助の方法、自立に向けた排

◆戦没者遺児慰霊 友好親善事業

日本遺族会は「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。
内 先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、

◆航空学生

資 「空」：高校卒業(見込含)21歳未満、「海」：高校卒業(見込含)23歳未満
※ 7月1日(出)〜9月8日(金)
④防衛大学校学生
資 高校卒業(見込含)21歳未満
※ 推薦・総合選抜：9月5日(火)〜7日(木)
一般前期：9月5日(火)〜29日(金)
一般後期：1月20日(出)〜26日(金)
⑤防衛医科大学校医学科学生
⑥防衛医科大学校看護学科学生
生
資 高校卒業(見込含)21歳未満
※ 9月5日(火)〜29日(金)
他 くわしくはホームページ「新潟ちほん」で検索
申 自衛隊新潟地方協力本部長 岡出張所
☎ 0258・33・0256

◆労働条件相談 ほっとライン

厚生労働省では、平日夜間・土日に労働条件に関わる様々な相談に無料で応ずる電話相談窓口「労働条件ほっとライン」を開設しました。
一人で悩まず労働条件相談ほっとラインで問題解決へ。
◎フリーダイヤル(はい!ろうど)
☎ 0120・811・610
日 月・金曜17時〜22時
土・日曜10時〜17時
※12月29日〜1月3日は除く
申 新潟労働局労働基準監督課
☎ 025・288・3503

◆弁護士による女性のための無料相談会

日 6月23日(金)10時〜16時
場 新潟県弁護士会館(新潟市

◆新潟県看護協会つおめま支部通常集合同記念講演

日 7月8日(出)13時30分〜14時30分
内 「魚沼地域の医療〜魚沼基幹病院の使命と役割〜」
講 内山聖院長(魚沼基幹病院)

◆お詫びと訂正

市報うおめま5月10日号に掲載した記事(13項)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。
◎魚沼特使
・誤：星野裕也さん
・正：星野裕矢さん
◎ファーストシングル
・誤：アイユ
・正：アイエ
申 総務管理室
☎ 792・1494

◆労働保険の年度更新手続きはお早めに!

労働保険の年度更新手続きはお済みでしょうか。申告書の提出と保険料等の納付は、7月10日(月)が期限です。まだ、

◆お詫びと訂正

お済みでない人は、お早めにご手続きをしてください。申告手続きは電子証明書を取得することによってパソコンから電子申請することができます。また、口座振替を申請すると第1期の納期が2か月延長されます。
他 くわしくはお近くの労働基準監督署・ハローワーク・新潟労働局にお尋ねください。
申 新潟労働局労働保険徴収課
☎ 025・288・3502

行事カレンダー 6月 16日~30日
Table with 2 columns: Date, Event.
16 金
17 土 だっこでおはなし広神 (10:30/ 広神図書館)
18 日 リサイクルハウス (13:00~15:00/ エコプラント隣)
19 月
20 火
21 水 ブックスタート小出 (13:00/ 子育て支援センター)
22 木 思春期研修会 (17:30/ 小出ボランティアセンター)
23 金 住民健康講座 (18:00/ 小出ボランティアセンター)
24 土 ブックスタート広神 (10:00/ 広神図書館)
25 日 笹舟混声合唱団第25回定期演奏会 (13:30/ 小出郷文化会館)
26 月
27 火
28 水
29 木
30 金 しねり弁天たたき地藏まつり (15:00/ 本町通り・陣屋通り (小出地域))

7月 乳幼児健診等 健康増進室 ☎792・9763

・個人通知はありません。

乳幼児健診

種類	対象生年月日	期日	受付	会場
乳児(4か月児)	平成29年3月	27日(木)	13:00 ~ 13:15	子育て支援センターぱびぷ
1歳6か月児	平成27年12月	5日(水)		湯之谷保健センター
2歳児	平成27年7月	12日(水)		
3歳児	平成26年7月	19日(水)		

持・母子健康手帳、問診票、オムツ等の着替え
他・日程変更をご希望の場合は、事前にご連絡ください。
 ・感染症にかかっている、またはその疑いがある場合はご連絡のうえ、治ってからお越しください。

離乳食講習会・1歳よちよち教室

事業名	対象(対象外でも可)	期日	受付	会場
離乳食講習会ステップ1	H29年4月生の乳児の養育者	4日(火)	9:30~9:45	子育て支援センターぱびぷ
離乳食講習会ステップ2	H28年12月生の乳児の養育者	11日(火)		
離乳食講習会ステップ3	H28年9月生の乳児の養育者	24日(月)	13:30~13:45	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみぎなど)	平成28年7月生	25日(火)	9:15~9:30	

持・母子健康手帳 ・オムツ等の着替え

7月 親子ふれあい広場 園子ども課 ☎794・6027

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
びよびよタイム	月~金 10:45~11:00	手遊び・ふれあい体操
土曜開放	毎週土曜 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	
栄養相談(栄養士同席)	10日(月) 10:00~11:30 24日(月)	離乳食や食事の相談ができます。

・7月27日休日は、4か月健診のため午後からお休みとなります。

堀之内なかよし保育園 ☎794・6161		
名称	日時	内容
広場開放	月~金9:00~15:00	自由遊び、ふれあい体操など

すもんこども園 ☎797・2002		
名称	日時	内容
広場開放	月~金8:30~11:30	自由遊び、ふれあい体操など

すくすく広場(出張親子ふれあい広場)

会場	日時	内容
入広瀬保健センター	14日(金) 10:00~11:00	魚釣りをしよう

◎育児相談は、各会場で随時受け付けています。

市報クイズ

今月の市報を読んで答えよう!
 正解者の中から抽選で「500円分図書カード」を5名様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6月21日(水)までに応募してください。

Q 魚沼市が加入した「信濃川火焔街道連携協議会」は、いくつの自治体で構成されますか。
A ①5つ
 ②6つ
 ③7つ

前回の正解は、「③44・9%」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。
 ※応募総数：22通(うち正解数：21)
 上村 唯 さん
 桑原美代子 さん
 佐藤 広人 さん
 佐藤 文夫 さん
 高橋 進 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

ひとのうごき (4月21日~5月20日届出分)

※届出いただくときに、同意のあった方を掲載しています。

お誕生おめでとうございます	ごめいふくをお祈りいたします	人口と世帯数 (H29.5.1)	
上重 一星 拓・梨香 下町一	松井 カネ 桜又 99歳	人口	うち外国人
星 瑛多 健男・秀美 関下町	丸山 きよ 浦町三 93歳	男	45
岩浅 光徳 一徳・寛子 山ノ手町一	大村 ヨキ 谷地町 88歳	女	128
磯部 世奈 秀巳・春香 竜光三	長谷川生三 羽根川四 90歳	計	173
久住 大路 大輔・陽子 向山	加藤 ウメ 古新田 98歳	世帯数	173
佐藤 さくら 一樹・啓子 古新田	清塚 レツ 若葉町 81歳		2
鈴木 皓介 崇広・早苗 古新田	星 イツ 大河原一 77歳		
櫻井 悠人 尚文・弘美 中原	高村 松雄 虫野 103歳		
榎本 大希 敬樹・亜希子 清水上	田澤 忍 十日町 94歳		
梅田 美澄 和成・奈々 上ノ原	山田フミイ 井口 77歳		
米山 二示 文太・直美 井口	星 アイ 井口 79歳		
斎藤 彩実 拓也・沙織 七日市	櫻井 恵一 七日市 50歳		
渡邊 賢人 公人・千尋 七日市	星 幸一 大沢 68歳		
酒井 鳳羽 真弥・奈穂子 大下	星 汎 湯之谷芋川 83歳		
今井 瑛太 俊寿・あゆみ 並柳	酒井 スイ 小平尾 94歳		
佐藤 紅葉 勝明・優希 並柳	佐野シズイ 滝之又 92歳		
佐藤 鈴菜 最彦・沙織 並柳	山之内イト 並柳 90歳		
桜井 凜心 信雄・由季 池平	鈴木 元治 中島新田 91歳		
大塚 康生 貴央・未来 西村	武田 藤雄 今泉 80歳		
	山内 恵子 江口 63歳		
	小幡 一 長松 68歳		

表紙の写真



見渡す限りのブナが生い茂る「大白川山の神地区」は、森林浴に絶好のポイント。雪解けの沢の音を聞きながら、新緑のブナ林に歩を進めれば、記事編集で凝り固まった頭も徐々に解きほぐされる感覚に。木洩れ日が降り注ぐ淡い緑のトンネルの中、残雪を踏みしめながらシャッターを押しました。

編集後記



5月4日新たな門出を祝うに相応しい、快晴のもと成人式が執り行われました。この晴れ舞台の主役である新成人の皆さんは、今年も彩り豊かな振袖・紋付袴・スーツ：それぞれが思い思いの晴れ姿に身を包み、有り余る活力と笑顔に満ち溢れています。ご成人おめでとうございました。(T)

うおぬま 食逸品 NO.5



柔らかい肉が絶品の「深雪もち豚のヒレカツチーズ焼き」

若い頃、新潟市のホテルのレストランで修行していたご主人が、「地元で何かしたい」という強い想いで、昭和56年に現在の場所にオープンした町の洋食屋「レストラン朱鷺」。一押しメニューは「深雪もち豚」を使用した「ヒレカツチーズ焼き」です。熱々の肉厚のお肉に自家製デミグラスソースととろ〜りチーズが相性ばっちり。

市内の美味しい食や魚沼ブランド推奨品などを紹介する新コーナー。今回はほっぺが落ちそうな絶品洋食を始め、旬な食材を使った料理が好評の「レストラン朱鷺」さんをご紹介します。

付け合せの野菜も瑞々しくとても甘く、お肉の美味しさを引き立てます。

皆さんも四季折々の旬な料理を楽しみに、足を運んでみてはいかがでしょうか。

お客様連れや大人数の宴会まで、様々なご要望に対応させていただきます。



店主 山本茂一さん

☎ 魚沼市堀之内525
 ☎025-794-3298
 営業 11:00~22:00
 定休日 水曜日

児童絵画



「ぼくのうみのたまごからさかなたち」
2年 たばた りょう太ろう さん



「くだものがいっぱいとびだした！」
2年 いぐち りの さん

No.145
今月は小出小学校の児童の作品です



食まちうおぬまホームページで

レシピ 公開中です！

魚沼の郷土料理や地場産品を使ったレシピが盛りだくさん！是非、ご覧ください。

食まちうおぬま

検索



5月中旬には可憐な赤紫色の花を咲かせたオキナグサ。みんなの想いを込めた復興のシンボルとして、地域に元気を与えています。

大芋川集落では、中越地震の復旧工事により、田んぼの畔に群生するオキナグサが消滅するのを防ごうと、地域で保全活動を行ってきました。広神西小学校の4年生は、総合学習の一環としてこの活動に協力し、オキナグサの生態を学び、学校で種を育て、秋に大芋川に移植する取り組みを続けてきました。株周りの草刈りや保全指導など、多くの人の支援を受け、地域と一体となって10年以上も継続した結果、オキナグサは徐々に群生箇所を広げています。

白く長い綿毛がある果実が、老人の頭に例えられる翁草（オキナグサ）は、環境の変化や乱獲等で個体数が減り、国と県の絶滅危惧種に指定されています。

がんばる

魚沼っ子



No.23



県立植物園の方より生態を学ぶ児童

想いを込めたオキナグサ

復活

草刈りを行ってくれたNPO法人魚沼交流ネットワークの方と一緒にオキナグサを観察



この広報紙は古紙パルプ配合率80%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。