

魚

市報

うおぬま

沼

2018

3.10

No.161



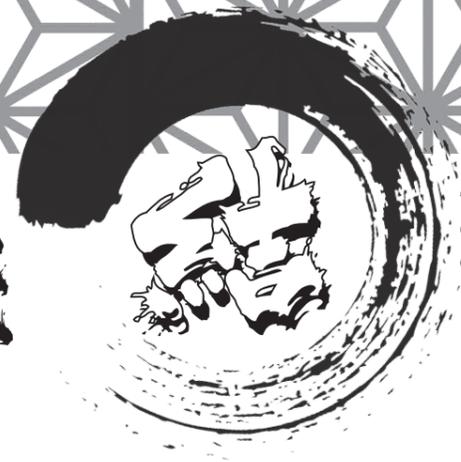
雪化粧のハルマシ

雪化粧のハルマシ



表紙の写真

「雪中花水祝 よさこい演舞」



ふるさと納税

好評実施中!

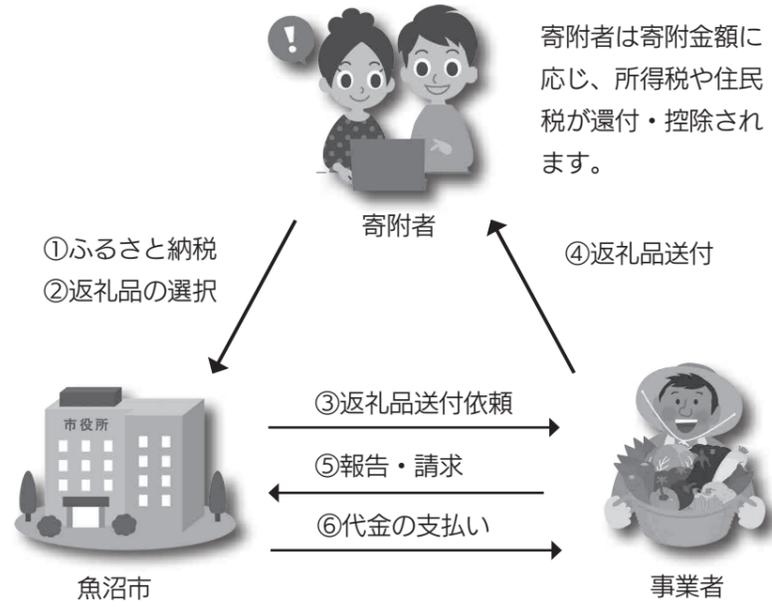


「魚沼の幸」を市外のご親戚やお友達に、ぜひご紹介ください

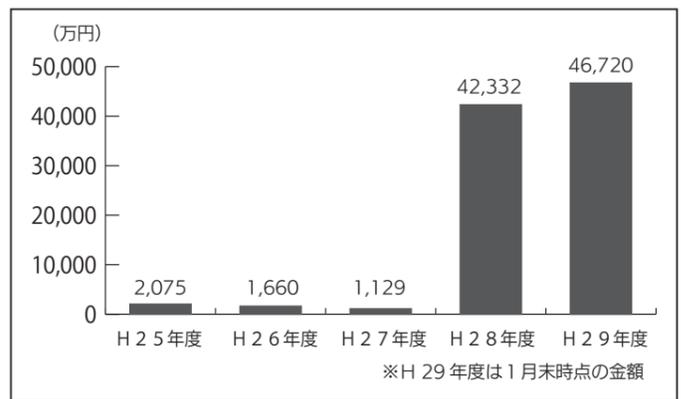


まちづくり室
山田 晶 主事

寄附から返礼品送付までの流れ



ふるさと納税「結」 寄附金額の推移



ふるさと納税制度の社会的な浸透と、ふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」に登録したことにより、平成28年度から寄附金額が増加しています。更に今年度から、ふるさと納税サイト「さとふる」に新たに登録し、寄附者の窓口を広げます。

ふるさと納税は、市外の寄附者が生まれ育ったふるさとや応援したい自治体に寄附を行い、税金が控除され返礼品を受け取れる制度です。昨年度は、全国で約1,270万人が利用し、約2,840億円のお金が都会から地方へ動き地方の活性化に役立てられました。

この制度は、寄附者に恩恵があるばかりでなく、自治体

は新規事業や事業拡大に着手できたり、返礼品を贈る事業者も、自社商品を全国にPRし販路拡大につながるなど、3者にメリットが生まれます。

この魚沼市版のふるさと納税「ふるさと結寄附金」について、概要を事業者の声を交えながらご紹介します。

■事業者の登録を募集しています!

ふるさと納税は、寄附額が増えるほど市は事業の財源が増えて、市内事業者は収益が上がり、市全体が潤うことにつながります。

現在は、「魚沼産コシヒカリ」を返礼品に選択される方

返礼品提供事業者の声

自慢の商品が、魚沼市全体のPRに繋がるとは非常にやりがいを感じます。

ふるさと納税をきっかけに魚沼市を訪れていただければありがたいです。

魚沼に住む親御さんや空き家などを見守るサービスもあります。

寄附金使途 5つのメニュー

かがやく自然応援隊	自然環境の保全及び活用のための事業に活用
かがやく子ども応援隊	教育環境の充実及び子育て支援のための事業に活用
かがやく高齢者応援隊	高齢者福祉の充実のための事業に活用
かがやく文化応援隊	文化の保存、活用及び発信のための事業に活用
かがやく魚沼応援隊	市長が特にふるさととの発展に寄与すると認める事業に活用

※寄附件数や寄附金額等のくわしい内容は、魚沼市ホームページにてご確認ください。

■寄附金の活用について

全国の皆さまからいただきました寄附金は、ご厚意にお応えするため、魚沼市が将来像に掲げる「人と四季がかがやく雪のくに」の実現のために、大切に使用させていただきます。具体的には、寄附金専用基金を設置して管理し、次の5つのメニューに活用しています。



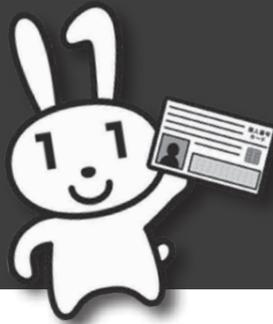
ふるさと納税サイトから簡単に手続き可能です!

ふるさとチョイス 検索



■平成29年度実績

- 返礼品登録事業者 35社
- 登録返礼品 192品



ワンストップサービスで もっと手軽に

子育ての手続きが

国が運営するオンラインサービス「マイナポータル」内で「ぴったりサービス」が始まりました。サイト内のメニューで、子育てに関する行政手続きの一部が自宅などで手軽にできる、「子育てワンストップサービス」をご利用いただけます。



【手続き手順】
①まずは利用規約の確認 ②初めての人は登録手続きを行います。③「ICカードリーダー」か「対応スマートフォン」か選択し、ログインして手続きを行います。

マイナポータル 検索

まずは「マイナポータルHP」を確認

■「ぴったりサービス」のオンライン申請に必要なもの
マイナンバーカード、パソコン（インターネット接続）、ICカードリーダーが必要で、スマートフォン（※）からも申請ができます。対応機種については、各携帯電話事業者にお問い合わせください。
※ICカードリーダーが内装されているAndroidスマートフォン。iPhoneは現在非対応ですが、将来的に使えるよう検討が進められています。



「ぴったりサービス」でできること

手続き	サービス検索	申請書の作成	オンライン申請	お知らせの受信	
児童手当	受給資格及び額についての認定の請求	○	○	実施予定なし	
	額の改定の請求及び届出	○	○		
	受給事由消滅の届出	○	○		
	氏名・住所変更等の届出	○	○		
	未支払の児童手当等の請求	○	○		
	児童手当等の現況届	○	平成30年6月以降実施予定	平成30年6月以降実施予定	平成30年5月以降実施予定
	寄附の申出、変更申出	○	○	○	実施予定なし
受給資格者の申出による学校給食費等の徴収等の申出、変更申出	○	○	実施予定なし	実施予定なし	
児童扶養手当	児童扶養手当の現況届	○	実施予定なし	実施予定なし	実施予定なし
保育施設	支給認定申請兼保育施設等利用申込	○	平成30年7月以降実施予定	平成30年7月以降実施予定	実施予定なし
妊娠届出	妊娠の届出	○	○	○	実施予定なし

※オンライン申請の場合でも、別途窓口に提出が必要な添付書類があります。
※児童手当については、公務員の方は勤務先で手続きを行ってください。
※オンライン申請の受付日は、申請内容の送信処理後、市が閲覧可能になった時点となります。申請内容に不備があった場合は、電話または書類によってお知らせします。
※オンライン申請の審査結果などは、これまでどおり郵便等の方法でお知らせします。

■マイナンバーカードを取得するには
顔写真を添付した申請書を郵送または市役所に持参するか、パソコンやスマートフォンからオンライン申請ができます。マイナンバーカードは、申請してから受取りまで3〜4週間程度かかりますので、時間に余裕を持った申請手続きをお願いします。

■パソコン等をお持ちでない人もマイポータルを利用できます
次の場所にマイナポータル用タブレット端末とICカードリーダーを設置しています。
【設置場所】
堀之内・小出・湯之谷・広神・守門の各庁舎
【利用時間】
平日8時30分〜17時15分まで（土・日・祝日は利用できません。）
※マイナポータルの利用にはアカウントの作成が必要ですが、一部の機能（「ぴったりサービス」内のサービス検索・申請書の作成）はアカウント不要でご利用いただけます。

■「マイナポータル」LINE公式アカウントに登録ください
マイナポータルのLINE公式アカウントとお友達登録をした後、子育てに関する行政サービスを検索することができます。検索後、そのまま子育てワンストップサービスのページに移動することもできます。（申請情報はLINE側には保存されません。）
【登録方法】
LINEアプリ起動→友だち追加→QRコードリーダー起動で読み取ってください。



■お問い合わせ
・マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178
・子育てワンストップサービスの内容に関すること（児童手当、児童扶養手当、保育施設等利用）子ども課 ☎794-6027（妊娠の届出）健康増進室 ☎792-9763
・マイナンバーカードの申請に関すること 市民生活室 ☎792-1112



市民生活室
笠原 主事

これからの時期は、特に窓口が混み合うことが予想されますので、余裕をもって「来庁」ください。

☎ 市民生活室 ☎792-1112

年度末・年度始め 住所異動のシーズンです

手続きはお早めに

毎年、3月から4月にかけては、住所異動の届出が多くなります。住所や世帯などに変更がある場合は、お早めに市民生活室、各市民センター等へ届出をしてください。なお、年度末・年度始めに、小出庁舎で平日窓口延長と休日窓口の開設をします。

【住民異動の主な届出】

届出事項	届出期限	必要なもの
転入 (市内へ来られたとき)	魚沼市内へ転入した日から14日以内	<ul style="list-style-type: none"> ・認印 ・通知カードまたはマイナンバーカード ・住基カード(交付者のみ) ・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 (市外へ出られるとき)	転出の日と引越しが決まったら(転出予定日の14日前から届出が可能)	<ul style="list-style-type: none"> ・認印 ・住基カードまたはマイナンバーカード(交付者のみ) ・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) ・後期高齢者医療被保険証(加入者のみ) ・医療費助成の受給者証(受給者のみ)
転居 (市内で異動するとき)	引越しが終わってから14日以内	<ul style="list-style-type: none"> ・認印 ・通知カードまたはマイナンバーカード ・住基カード(交付者のみ) ・国民健康保険証(加入者のみ) ・介護保険証(交付者のみ) ・後期高齢者医療被保険証(加入者のみ) ・医療費助成の受給者証(受給者のみ)

- 臨時的に窓口を開設する日(小出庁舎のみ)
 - ・ 3月25日(日) 8時30分～17時15分
 - ・ 4月1日(日) 8時30分～17時15分
- 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時15分～18時30分

【取り扱う業務】

- ・ 通常業務、公金収納(3月25日・4月1日のみ、会計課窓口も開設します)
- ※パスポートの申請は、取り扱えません。
- ※異動手続きの際は、本人が確認できる証明書(運転免許証・保険証等)を持参してください。
- ※異動届や証明書の発行には、委任状が必要な場合があります。

おめでとうございます！

祝 100歳

平成30年に100歳を迎えられる方のもとへ、1月31日に佐藤市長がお祝い状を手渡してきました。対象者は17名で、16名の方とお会いすることができました。

※顔写真は、承諾をいただいた方のみ掲載しています。



山田 ユキさん



佐野 チエさん



渡邊 ヨキさん



佐藤 カノさん



櫻井 梅子さん



関 キヌさん



巻田 ハンノさん



佐藤 信子さん



岩淵 スミさん



覺張 ミツさん

皆さんは魚沼市の宝。ますますお元気でお過ごしください！



高橋 エツ子さん



高橋 千代さん



大桃 マサさん



佐藤 初子さん



星野 トシさん



樋口 キイさん

佐藤市長とパチリ



☎ 総務管理室 ☎792-1494

すべての人に市報を

市報うおぬま音声訳版

検索

文字を読むことが困難な視覚障害者や高齢者、音声で市報を聴きたい人のために、「魚沼音声訳の会」ボランティアの皆さんが読んだ「市報うおぬま音声訳版(MP3)」を魚沼市ホームページでお届けしています。



魚沼音声訳の会
会長 佐藤 千枝子さん

音声で市報や議会だよりなどを届けるため、17名のボランティアと和気あいあいと録音や編集作業、勉強会を行っています。興味のある方は魚沼市社会福祉協議会(☎792-8181)までご連絡ください。



担当医の皆さん
ありがとう
広神東小学校6年
泉田 陽春 さん



お姉ちゃんからの
引きつぎ
湯之谷小学校5年
佐藤 聖瑠 さん

今年の四月、ぼくに弟が生まれました。名前は、「條太郎」です。すごく元気な弟で、ぼくはとてもうれしく、早く大きくなって一緒に遊びたいなと思っていました。ところが生後一ヶ月あまりの時、突然弟の体調が悪くなって吐いたり、高熱が出て病院に行きました。そしてそのまま入院になってしまいました。弟の担当医は佐藤先生というお医者さんでした。佐藤先生は病気を治す為に一生懸命見てくれました。病院の看護師さん達も、やさしく声をかけて見てくれました。

そして原因は、ミルクアレルギーだとわかりました。しかし、入院している基幹病院では、この病気の治療は難しいと言われました。なぜならこの病気はまだ治療方法がなく、難病指定にもなっているからでした。佐藤先生は新潟県内で治療できる病院がないので、東京の専門病院に行ったほうが良いと言いました。ぼくはすごく不安になりました。

ところが、弟を治療してくれる為に手を上げてくれる先生がいました。新潟市民病院の松井先生でした。松井先生は佐藤先生から相談を受け、弟の病気を治す為、医療チームをつくり引き受けてくれる準備をしてくれました。そして、弟はドクターヘリに乗り新潟市民病院に転院しました。入院中はすごく大変だったとお父さんが教えてくれました。お腹の中の検査をする為に、全身麻酔をして、お腹にカメラを入れた事。口から何も飲めないの、栄養濃度が高い点滴を入れる為心臓と肺に近い太い血管にカテーテルを入れた事。その難しい治療を松井先生達医療チームがやってくれたそうです。入院は一ヶ月半にもなりましたが、松井先生達のおかげで、弟は少しずつ元気になり、また基幹病院に戻ってこれました。もうすぐ退院できるみたいです。それを聞いてぼくはうれしかったです。

ぼくは弟の病気の原因を必死で見つけてくれた佐藤先生。そして、弟の治療を引き受けてくれた松井先生。この二人の先生にすごく感謝しています。弟を助けてくれてありがとうの気持ちでいっぱいです。だからいつか、ぼくは二人の先生に直接会って、「弟を治してくれてありがとうございます。」と言いたいです。それと、ずっと弟にやさしく声をかけ、見てくれていた看護師さん達にも「ありがとう。」と言いたいです。弟が病気になった事で、まわりのたくさんの人々が助けてくれました。本当にうれしかったです。だからぼくも、まわりに困っている人や、大変な人がいたら、同じように助けてあげたいと思いました。

そして、元気になった弟とおもいきり遊びたいです。最後に、病気だった弟を助けてくれた担当医の皆さん、看護師の皆さん本当にありがとうございました。

「やったー。」ぼくは最高にうれしかったです。四年生のある放課後、こてきのオーディションがあり、ぼくは、三人の挑戦者のうち一つの座のトリオという楽器のオーディションに合格したのです。ぼくのお姉ちゃんも六年生でトリオをしていました。お姉ちゃんは三つの太鼓をはたききれいな音がでていてすごかったです。ぼくはそんなトリオにあこがれて五年生になったらやりたいとずっと思っていました。それからおねえちゃんに頼みました。「ぼくにトリオを教えてください。」と。

家でずっと練習していました。お姉ちゃんはきびしかったです。でもやさしくていねいに教えてくれました。

学校でも毎日教えてもらいました。そしたらどんどん上達しました。気づけばよいよきんちょうのオーディションの日でした。お姉ちゃんは「きっとやれる。」そう言ってくれて自信が持てました。オーディションが始まりました。ぼくは練習してきたことを思い出して気を付けながらたたきました。自分の中ではすごく上手にたたきました。

ついに合格発表の時がきました。そして自分の名前がよばれてうれしかったです。夢がかないついにあこがれのトリオをたたけると思うと楽しみでした。ぜったいにありがとうと言おうと思いました。合格してお姉ちゃんに伝えると「よかったね。」と言ってくれました。お姉ちゃんがすごく喜んでくれてうれしかったです。お姉ちゃんにおんがえしをできてうれしかったです。お姉ちゃんは最後に大好きなトリオをぼくにもっと細かく最後まで教えてくれました。

そして、こてき隊初めてのえんそうでした。お姉ちゃんも見に来ていてここで成長した様をお姉ちゃんに見てもらおうと思いました。練習してきた成果を発揮できるようにお姉ちゃんから教えてもらったことを思い出しました。そして入場するとたくさんの人達が見ていました。きんちょうして手がふるえ出しました。心配になってきましたが一たん落ちつきしました。しき者の合図で始まりました。ぼくはボーッとして手がかってに動いていました。練習したから大丈夫と思いながらやっていました。そして自分の一番苦手な所が近づくにつれ緊張が止まらなくなりました。苦手な所になりました。ぼくは必死にやりました。すごく上手にやることができました。えんそうが終わるとみんなからの拍手がきてとてもうれしかったです。

お姉ちゃんからも「上手だった。」などをいってもらいました。お姉ちゃんのおかげだよ。ありがとう。

いつまでも大好き
湯之谷小学校3年
青木 花 さん



「ありがとう。」とつたえたい先生がいます。学童保育の先生です。その先生はいろんなことを教えてくれます。あみものやおさいほうや一輪車です。私はどれもあんまりとくいではなかったけど、楽しさを知って、今は大好きになりました。

一輪車は一年生の時からやっていたけど、何回やってもできなくてたまにくじけました。先生が「手を広げればいいんだよ。」「遠くを見てこげばいいんだよ。」「こわくなくてもこぎ続ければいいんだよ。」とアドバイスをしてくれました。言われた通りに練習したら少し上手になりました。私と一緒にやっていた友だちが先にのれるようになってくやしかったけど、その子ができた次の日に私ものれるようになりました。のれた時に、友だちや先生が「すごいね、がんばったね、上手になったね。」と、いっぱいほめてくれました。今では、スイスイのれます。上手にのれるようになった時、お母さんに見せたかったのですが、お母さんは仕事がいそがしくて、むかえがいつも六時半。一輪車ができるのは五時半までなのでがっかりしていました。

私は先生に「お母さんに一輪車を見せたい。」とお願いしました。最初は「ダメ。」と言われたけど、私はどうしても見せたかったのであきらめずにお願しました。そうしたら「一回だけだよ。」と、やらせてもらえることになりました。お母さんがむかえに来た時、先生はおそうじをしていて、もう帰らなければいけない時間だったのに「お母さん、ちょっと来てください。」とよんでくれました。「一回だけだよ。」と言われていたのに、私は一回目で失敗してしまいました。せつかくやらせてもらったのに、そのチャンスをのがしてしまってがっかりしました。そうしたら、先生が「先生、今の見てなかった。もう一回。」とわらいながら言ってくれました。そして、一回と言われたのに二回やって、二回目はせいこうしました。お母さんは「すごいね。」と言ってくれました。「すごいね。」と言ってもらえたのは先生のおかげです。私は「すごいね。」と言われて、とってもあったかい気持ちになりました。先生は「やっとお母さんに見せられたね。」と私といっしょによるこんでくれました。

私はあの時先生が「もう一回。」と言ってくれたことをぜったいにわすれません。今、夏休みでいつも先生に会えます。私ははてれくさくて、「ありがとう。」と直せつ言えていないけど、心の中ではいつも「ありがとう。」と言っています。来年、学童に行かなくなったら先生に会えなくなるかもしれません。でも私は、先生のことがいつまでも大好きです。

だいすきな
おねえさん
須原小学校1年
榎本 羽未里 さん



わたしは四がつからがくどうにいます。はじめてのひ、おべんとうがたべられないぐらいきんちょうしていました。つぎのひ、四ねんせいのふくちゃんが「だいじょうぶだよ、いっしょにあそぼう。」と、こえをかけてくれました。うれしくて、ほっとしました。

ふくちゃんほえのほかにも、おべんきょうをおしえてくれたり、ふでぼこのじゅんびをてつだってくれたりします。あそびにもさそってくれます。みんなにもやさしいのでふくちゃんがいるとあんしんします。

わたしもふくちゃんみたいにみんなにやさしくしてあげたいです。らいねん一ねんせいはいってきたらこえをかけたかったです。

今年のありがとう作文コンクールは、市内の小学生から1,273作品の応募がありました。その中から優秀賞に選ばれた4作品を紹介します。



有機堆肥

安心してご利用ください

リニューアルした

地場産肥料で田畑を元気に!



■ 昨年、有機センターで生産販売をしていました「魚沼ロマン有機堆肥」の肥料取締法違反に関する調査で、ご利用いただいている皆さまにご迷惑、ご心配をおかけいたしましたことを深くお詫び申し上げます。

平成29年11月に肥料取締法の公定規格が改正され、国が指定した凝集促進材を家畜の排泄物の処理に使用した原料も特殊堆肥として生産、販売できることになりました。

その後、県へ凝集促進材を使用した原料の受入れを届出し、国が指定した凝集促進材であると確認をいただき、新表示「有機堆肥魚沼げんき」としてイメージを一新し、皆さまに安心してご利用いただけるようになりました。

■ 原料は？

従来どおり市内の畜産農家の牛ふん、豚ふんや稲作農家のもみ殻などの原材料を中心に生産した魚沼ブランドの有機堆肥をご利用いただきますようお願いいたします。

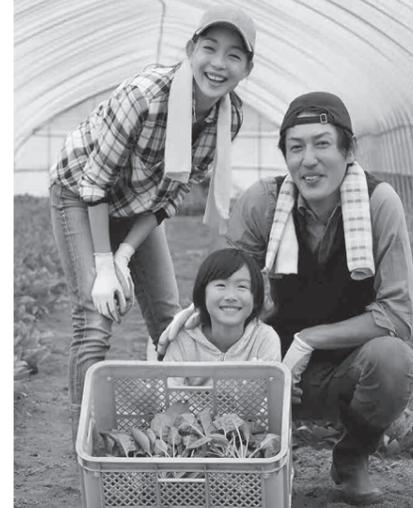
■ 特性は？
匂いが少なく、ばらばらとまきやすく子どもから高齢者まで手軽に使用しやすい堆肥です。

■ 効果は？
野菜などの成長に適した堆肥です。また毎年入れることにより、しだいに土が柔らかくなりよい土壌を作ることができます。

■ 販売について

小袋については、JA北魚沼有機センターまたは資材店で春先からの販売を予定しています。

本格的な農業から家庭菜園まで、魚沼ブランドの有機堆肥をぜひご利用ください。



「花いっぱい運動」にも利用

魚沼市内の小中学校や地域団体など52団体の皆さまから、有機センターの堆肥をご利用いただきました。校庭の花壇や道路沿いに、当センターの堆肥ですくすくと成長した、綺麗な花々を見ることができました。



みんなで植栽し、たっぷり堆肥を加えます

青空の下、元気な花を咲かせました



○ 有機センターの堆肥分析結果

項目	数値 (単位：%)	品質推奨基準
全窒素(現物値)	1.11	1%以上
りん酸(現物値)	1.70	1%以上
加里(現物値)	1.17	1%以上
pH	8.8 (弱アルカリ性)	
水分	51.8	70%以下
苦土 (マグネシウム)	0.63	

※平成30年1月の堆肥分析結果



未来の健康のために

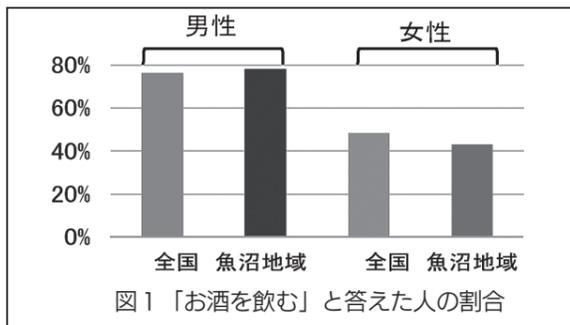
～うおぬま地方の健康調査～

健康増進室 ☎792-9763

今回は「うおぬま地方の健康調査」のアンケート集計結果から、飲酒に関する結果の一部を報告します。

■ 魚沼地域の飲酒習慣の特徴

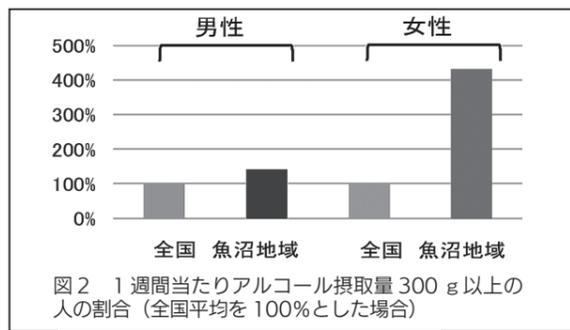
魚沼地域の40歳以上のお酒を飲む人の割合は、男性78.2%、女性43.1%で、全国平均(平成27年国民健康・栄養調査報告)と同程度でした(図1)。その中で、1週間のアルコール摂取量が300g(参考:ビール中ビン1本が20g)以上の多量飲酒者の



割合は、男性31.8%、女性3.9%で、全国平均と比較すると、男性で1.4倍、女性で4.3倍になります(図2)。つまり、魚沼地域の飲酒習慣の特徴は、お酒を飲む人の割合は他地域と変わらないものの、「多量飲酒者の割合が全国平均より高い」と言えます。休肝日がない人たちは休肝日がある人たちと比べて総死亡率が高い調査結果もあり、飲酒する場合は「休肝日をもうけ、適度に飲む」ことが重要です。

引き続きのご協力よろしくお願いします

「うおぬま地方の健康調査」に同意された皆さまには、一年に一度、3月下旬に新潟大学から「健康調査票」が届きます。一年間の健康状態についてお聞きするもので、今後、新潟大学が分析をしていくうえで大切な調査となります。簡単な内容ですので、わかる範囲で記入してください。ご協力をお願いします。



「市報うおぬま」12月10日号

県広報コンクール 県知事賞を受賞

3年連続

新潟県広報協議会の主催する平成29年度新潟県広報コンクールの広報誌の部で、「市報うおぬま12月10日号」が3年連続「最優秀賞(県知事賞)」を受賞することができました。

また、組み写真の部では10月10日号の2～3頁の写真(魚沼の神輿)が「入賞」を受賞しました。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。今後ともご協力よろしくお願いします。



広報紙の部「12月10日」号



組み写真の部「10月10日」号

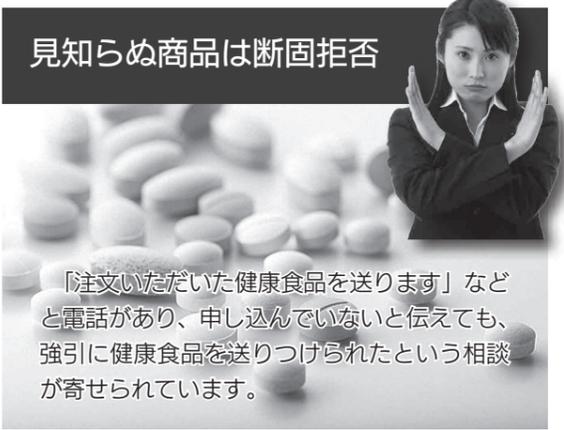
市民相談センター

No.91

魚沼市消費生活センター ☎792-8844

小出庁舎 階・月・金（祝日除く）8時30分～17時15分（予約・時間指定）

■1月の相談件数	…74件
・電話	36件
・来庁	28件
・その他	10件



見知らぬ商品は断固拒否

「注文いただいた健康食品を送ります」などと電話があり、申し込んでいないと伝えても、強引に健康食品を送りつけられたという相談が寄せられています。

■ひとことアドバイス

- ・申し込んだ覚えがなく購入するつもりもなければ、電話があった時に、きっぱりと断りましょう。
- ・商品が届いても、代金を支払ってはいけません。事業者名、住所、電話番号をメモした上で、「受け取り拒否」をしましょう。自分だけで判断できない場合は、家族等に相談することも大切です。

くらし相談会 (司法書士相談会)



- ・電話で断りきれず商品が届いてしまった場合でも、クーリング・オフができることがあります。書面を受け取った日を含めて8日以内であれば無条件に解約することができます。
- ※困ったときは、魚沼市消費生活センター（☎792-8844）にご相談ください。

借金や相続・登記など、暮らしのなかで困りごとはありませんか？相談は無料です。ぜひご利用ください。

場 3月25日(日)13時30分～16時
小出ボランティアセンター
地元司法書士

相 一人当たりの相談時間は30分
無料

申 3月23日(金)までに市民相談センターへ要予約（先着5名まで）

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

No.32 図 北部振興事務所 ☎797-2360

私の生活はサッカーとともにあるが、サッカー観で一番影響を受けたのは、高校サッカー部時代の先生だと思ふ。先生は静岡の名門、清水東高校出身で静岡選抜という経歴があった。ところが、先生は教えるのが嫌いでやたらと自分たちのサッカーをバカにし、コーチングという名の「嫌味」を連発してきた。「あのプレーはミスじゃなく、実力だな」「お前らのサッカーは下手くそ過ぎて、サッカーが難しいスポーツに見える」など。



三年間の感謝を

武川 学 隊員 (竜光地区担当)

「嫌味」の中に、

サッカー哲学をちりばめていた。そして、先生のサッカーに対する哲学は「嫌味」とともに、確実に私の血になり肉となった。その指導が活きてきたのは、高校を卒業してからサッカーを離れ、指導者としてまたサッカーに戻ってきた9年後だった。よく耳にするが、サッカーは指導方法や理論が新しくなるので、選手として受けてきた指導が正しいとは

限らない。だが、「嫌味」の中に含まれていたものは、自分なりにアレンジでき決して色あせることがない。

魚沼にも、どんなに時代が変わっても色あせることのないものがあり、むしろ価値が高まっていく。そして地元に住み続けている人でも離れた人でも、「外」に出て、色んな価値観や異文化に触れた人がその価値に気づく。魚沼産の若

者たちはぜひ「外」に足を運んで、地元で、地元の価値を発見してほしいとオジサンは願う。

これからも、竜光に住み続けて、移動販売車で地域をまわりますので、引き続きよろしくお願いします。また、神奈川での物産販売を通じて、魚沼をPRし続けていこうと思います。最後になりますが、温かく歓迎してくれた竜光の方々、活動に協力していただいた市内地域の方々、そして市役所職員の方々、三年間本当に有難うございました。

今回は横根地区担当の渡邊泰治隊員です

図 商工振興室 ☎792-9753

■基調講演■ 「グローバル時代の対応と企業経営」



世界で活躍する伊藤忠商事会長・小林栄三氏の貴重な講演会
一般の皆さんも参加できます。

【開催概要】
○期日 平成30年3月16日(金)
○会場 魚沼市地域振興センター
○内容 14時30分 受付
15時00分 開会式/基調講演会
17時00分 情報交換交流会

就職ガイダンス追加情報
2月10日号で紹介した「おぢや・かわぐち・うおぬま地区就職ガイダンス(3月16日開催)」の市内からの参加企業が追加になりました。
新規参加企業 株式会社諸長
くわしくは、<http://www.oku-companyguide.org/>

商工スマイル

地域元気は 商工業の笑顔から

魚沼地域ビジネス交流会 2017 開催

魚沼市、南魚沼市、湯沢町の2市1町を広域のビジネスエリアとして捉え、『魚沼地域ビジネス交流会2017』を開催します。この交流会では、業種を問わず県内外の企業が情報交換などを行い、受発注機会の拡大や新たなネットワークづくりなどを行うことにより、産業の活性化を目指しています。

基調講演では、伊藤忠商事株式会社 会長 小林栄三氏をお招きし、企業人としての在り方、グローバル時代への対応など、将来への気付きを得るようなお話をいただきます。終了後には、参加者による情報交換交流会を開催します。

図 健康増進室 ☎792-9763

健康ぼうおぬま



みんな誰かのゲートキーパー

話しませんか
あなたの悩み
こころの声を

魚沼地域「命をまもる」キャッチコピー

「ゲートキーパー」とは、自殺へ向かおうとする人のサインにいち早く気づき、適切な方向へ導くことのできる人のことです。特別な資格を持った人ではなく、誰もが身近な人のゲートキーパーになることができます。もし、あなたの身近にいる人が、悩みや問題を抱えて悩んでいる様子なら、まずはやさしく声をかけてみてください。悩んでいる人に寄り添い、孤立を防ぐことが大切なのです。

【ゲートキーパーの役割】

気付く 表情が暗く元気がない、など、いつもと違う様子に気づく。

声をかける 「元気がないけど大丈夫?」「疲れているみたいだけど眠れてる?」など声をかける。

聴く 気持ちをしっかりと受け止めて、相手の気持ちに寄り添い、否定や安易な激励をせず話を聴く。

- ・「死にたいほど辛いんだね」など共感の気持ちを伝える。
- ・「心配している」という気持ちを伝える。
- ・「大変だったね」「話してくれてありがとう」とねぎらいの気持ちを伝える。

つなぐ 専門家の力を借りることも必要です。相談窓口へ連絡し専門家の相談へつなぎましょう。

相談窓口 魚沼市健康増進室 ☎792-9763
魚沼地域振興局健康福祉部 ☎792-8614

三十路を迎え更に活況

2月4日 小出国際雪合戦



大会史上最高となる全国各地から231チームが参加し、盛大に開催された「小出国際雪合戦」。今年で30周年を迎えた本大会は、笑いの渦に包まれた「コスプレ写真コンテスト」やご当地グルメに舌鼓を打った「魚沼産コシヒカリの食べ放題」など、雪合戦以外にも数多くのイベントが開催され、多くの来場者が魚沼の魅力に触れた1日となりました。

交流が育む生きる力

— 2.15 須原小学校・入広瀬小学校交流会



須原小学校と入広瀬小学校では、少子化によりクラスの少人数化が進む中、自己表現力やコミュニケーション能力の向上を目指し、昨年度より交流会を実施しています。自己紹介では緊張していた子どもたちも、授業が進むにつれ互いに打ち解け、最後は笑顔で話し合っていました。

出汁の旨みに箸が止まらない

— 2.19 市立小中学校「かるしお給食」一斉実施



2月の食育の日に合わせて、市内小中学校で減塩メニューを取り入れた「かるしお給食」が一斉実施されました。これは「食まちょうおぬま」の取り組みの一環で、給食を通じた減塩の普及啓発を図るもの。出汁で素材の旨みを引き出した給食を、子どもたちは夢中で頬張っていました。

伝統技能の魅力に触れ

— 2.24~25 魚沼^{かみす}紙漉き塾



大沢地区にある「友新工房」にて、手漉き和紙の工程を体験しながら伝統技能を学ぶイベント「魚沼！紙漉き塾」が開催されました。参加者は、和紙の原料となる楮（コゾ）の皮むきや叩き作業を行い、興味津々で和紙を漉き、その魅力に触れた2日間になりました。

地域の未来へがっちりタッグ

— 2.20 塩沢信用組合との包括連携協定締結



市は塩沢信用組合と「地域経済や市全体の発展」を図ることを目的に、包括連携協定を締結しました。昨年より同組合は、返済不要の奨学金「魚沼の未来基金」を設立するなど、地域の人材育成に貢献する事業を実施。今回の協定締結により、枠組みを更に広げた取り組みを行います。

5つの柱で相互発展

— 2.14 東京農業大学との包括連携協定締結



市は東京農業大学と「産業振興、環境保全、人材育成、伝統産業の継承並びに地域づくり」の5項目において、相互に協力することを目的に包括連携協定を締結しました。調印式の会場となった東京農業大学では、高野克己学長と佐藤市長が力強い握手を交わし今後の発展を誓いました。

貴重な経験を市政に活かす

— 2.9 「ナイナイお見合い大作戦！」参加男性対話集会



市長が市民の皆さまと直接対話し市政を考える「対話集会」。今回は1月に全国放送された「ナイナイのお見合い大作戦！」に参加した男性16人と佐藤市長・東川副市長が対話を行いました。結婚や子育てなど多岐に及んだ対話では、市の将来に向けた前向きな意見が交わされました。

沼おぬま お知らせ版

Table with 2 columns: 日 (Date) and 内容 (Content). Rows include 日時 (Date/Time), 資格 (Qualification), 持ち物 (Items to bring), etc.

くらし

軽自動車・バイク等の手続きは確実に!

軽自動車税は、毎年4月1日現在の登録名義上の所有者または使用者に課税されます。軽自動車・バイク等を廃車した場合や所有者(使用者)が変わった場合、4月1日までに廃車や名義変更の手続きがお済みでない、前の所有者(使用者)に納税通知書が送付されトラブルの原因になることがあります。手続きがお済みでない人は、早めに行ってください。また、住民票を移した際は、

魚沼市議会定例会一般質問ラジオ放送

魚沼市議会では、「FMうおぬま(81.4MHz)」で定例会一般質問の放送をします。放送は、質問者全員を順番に放送します。◎ラジオ放送日・一般質問が終了した日の2週間後の月曜日から放送・放送時間：平日14時～15時※再放送19時から◎総集編・平日放送分を総集編として翌日曜日に放送します。・放送時間：10時～14時◎1月定例会の放送日3月26日(月)14時から(再放送19時から)※総集編4月1日(日)10時から放送他一般質問をする議員が多い場合は、2週に渡る場合があります。くわしくは、お問い合わせください。☎ 799・4602

軽自動車登録している住所も転出先の住所へ変更をお願いします。

他車両の種類によって手続き及び問い合わせ先が異なりますのでご注意ください。

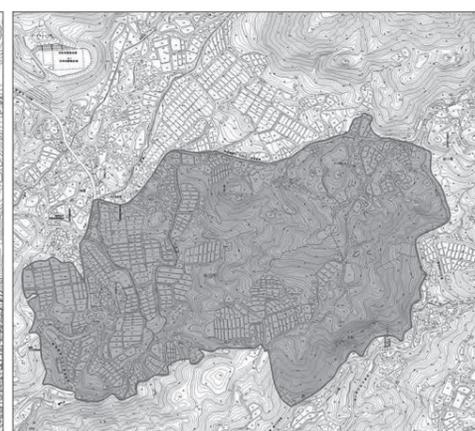
◎三輪以上の軽自動車 軽自動車検査協会長岡支所 ☎050・3816・1851 ◎二輪の小型自動車・雪上走行車 新潟潟運輸支局長岡自動車検査登録事務所 ☎050・5540・2041 ◎二輪の軽自動車・被けん引車 全国軽自動車協会連合会長岡分室 ☎0258・23・3115 ◎原動機付自転車・ミニカー！ 小型特殊自動車 国税務室 ☎025・792・2339



国土調査成果の登記完了

圃農林室 ☎799・4603

平成25年度及び平成26年度から現地調査を行った区域について、登記が完了したのでお知らせします。



【対象区域①】・芋鞆、横根、穴沢、田小屋、平野又の一部 【登記完了年月日】・平成30年2月2日(金)



【対象区域①】・小平尾の一部 【登記完了年月日】・平成30年2月7日(水)

①水道・下水道メーター 検針時のお願ひ

冬期推定地区の精算検針を3月に行います。メーター回りの除雪・清掃にご協力ください。また、その際はメーターのパイロット(風車)もご確認いただき漏水がないか点検願ひます。

②ガス・水道・下水道の使用開始・中止の届出

転入・転出などでガスや水道、下水道の使用を開始または中止する時は、前日までにご連絡ください。

◎受付時間 ・平日8時30分～17時15分 ◎作業時間 ・平日9時～16時30分(12時～13時除く)

他ただし、次の期間内においては、全ての日に受付及び作業を行ないます(時間は平日と同じ時間です)。 期3月10日(土)～4月8日(日)

③下水道(奥只見処理区・銀山平処理区)事業計画変更案の縦覧

期3月12日(月)～26日(月)8時30分～17時15分 場ガス水道局 内下水道法改正に伴う維持修繕事項の追加及び放流水質の変更 他この変更案について利害関係人は、縦覧期間満了の日までに意見書を提出することができます。

◆大型不用品リサイクル仲介

日3月18日(日)13時～15時 場リサイクルハウス(エコプラント隣) 内大型不用品(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：家具類、ペーパー用品、自転車など大型不用品 ※壊れている物の受け入れや家電製品、衣類、食品、日用雑貨等は取り扱いません ◎個人での不用品の搬入・搬出：13時～15時

戦没者等のご遺族の皆様へ 第10回特別弔慰金の請求期限は、「平成30年4月2日」までです

この期限を過ぎると、時効により権利が消滅します。請求手続きが終了していない人は、お早めに手続きをお願いします。

対戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日において、恩給法による公務扶助料や戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金等を受取る人がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

- 1：弔慰金の受給権者
2：戦没者等の子
3：①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹※戦没者等と生計関係を有していた人
4：上記3以外の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹
5：上記1～4以外の三親等内親族(甥、姪等)
※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた人に限られます

内額面25万円、5年償還の記名国債
持印鑑・身分証明書・マイナンバー「通知カード」・戸籍の請求に係る手数料が必要になります。
※前回請求者と同じ場合は450円ですが、請求者が異なる場合は、複数の戸籍が必要となります
圃福祉課厚生室(湯之谷庁舎2階) ☎792・9767

Table with 4 columns: 種別 (Category), H30, H29, 増減 (Change). Rows include 可燃ごみ, 不燃ごみ, 大型ごみ, 容器包装, 古紙類, 合計.



他買い取りのなかった品物は、後日、お引き取りいただけます。※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。圃魚沼市消費者協会事務局(市民相談センター内) ☎792・8844

健康・福祉

献血(全血)

- ①魚沼市消防本部
日 3月28日(水)10時〜12時30分
- ②魚沼市立小出病院
日 3月28日(水)14時30分〜16時
- 内 献血種別：全血(400ml)
- 持 献血カード
- 問 健康増進室
☎792・9763

◆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。新たな節目や環境の変化は禁煙のチャンスです。春を迎え心機一転、あなたも『禁煙』をはじめませんか?
問 健康増進室 ☎792・9763

スポーツ

スポーツ指導者養成講座

- スポーツ指導者養成講座(講演会)を開催します。
日 3月23日(金)19時〜21時
場 小出ボランティアセンター
- 内 スポーツメンタルの強化
原田メソッドの活用方法
- 講 山本潤さん(スポーツ推進審議会委員、ストレンジス・コンディショニングコーチ)
- ¥ 無料(申不要)
- ※当日会場にお越しください
- 問 生涯学習課
☎794・6073

三二情報

「2019南魚沼就職ガイダンス」開催と参加企業募集

- 日 4月27日(金)14時〜16時
場 南魚沼市民会館(南魚沼市六日町865)
- 対 2019年3月大学等卒業予定の学生及び既卒概ね3年以内の第二新卒者を対象に、

毎月19日は「食育の日」

毎月19日は、「食育の日」です。良質な睡眠には主食、主菜、副菜をそろえた食事が基本です。特にタンパク質(魚、肉、大豆製品)を摂ると睡眠にかかわるホルモンの材料となります。
問 健康増進室
☎792・9763



生涯学習・公民館

- ◆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絵本や体操を楽しみましょう。孫守りのおじいさん・おばあさんもお気軽にお越しください。
◎ 広神図書館
日 3月17日(土)10時30分から

魚沼市・南魚沼市・湯沢町の企業がガイダンスを行います。

- ◎ 参加企業申し込み締切
日 3月23日(金)
- 申 問 ハローワーク南魚沼
☎025・772・3157
- ◆只見線に乗ってみよう
只見線に乗って只見駅に行き、折り返して帰ってくる「只見線に乗る」一会です。
日 3月17日(土)・26日(月)、4月7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て帰ります。最寄りの駅から乗車して構いません。
- 対 どなたでも
- ¥ 往復の乗車料金
- 他 くわしくは、フェイスブック「只見線なんかか会」で検索
- 問 只見線なんかか会・榎本
☎090・9820・2219

内 絵本「バルンくん」「もしもしおでんわ」大型絵本「びよん」など

- ◎ 小出郷図書館
日 3月23日(金)10時30分から
- 内 絵本「ぺんぎんたいそう」「おいっちにおいっちに」「紙芝居「しんかんせんははやい」など
- 持 読書ノート
- 問 小出郷図書館
☎792・0337



催し

- ① ワークライフバランスセミナー
日 3月26日(月)14時30分〜17時
- 申 問 商工振興室
☎792・9753
FAX 793・1016

内 働きやすい職場環境、仕事と生活の調和についての基本的な講座を開催します。

- 講 関澤守人さん(社会保険労務士)
- 場 小出ボランティアセンター
- 対 市内事業所の経営者、管理者、総務人事担当者等
- 定 30人
- ¥ 無料
- 日 3月20日(火)

② 中小企業等の皆さまへ新入社員等合同研修会

- 日 1回目：4月6日(金) 2回目：4月25日(水) いずれも9時〜17時
- 内 魚沼市や地元企業の現状と課題等の講話、社会人として必要な一般的なビジネスマナーとコミュニケーション、グループ研修(予定)
- 場 小出ボランティアセンター
- 対 市内中小企業等の新入社員から2〜3年の若手社員
- 定 各回30人
- ¥ 無料
- 日 4月2日(月)

安心・安全

防災行政無線・緊急告知ラジオを用いた全国一斉「緊急情報伝達訓練」

市では、地震や武力攻撃時などに、全国瞬時警報システム(Jアラート)から送られてくる国からの緊急情報を、防災行政無線・緊急告知ラジオを自動で起動させ、一斉放送できるように整備しています。これらの情報が緊急時に皆さまに正確に伝わるか確認するため、情報伝達訓練を実施します。
日 3月14日(水)11時00分
他 当日は、魚沼市以外の地域でも、同じ時間に全国一斉に同様の訓練が実施されます。
問 危機管理室
☎792・9214



原付免許取得講習

- 日 3月25日(日)7時から
- ※受付：6時30分から
- 場 魚沼中央自動車学校
- 対 ①16歳以上の人、②講習後1年以内に16歳に達する人
- ¥ 4,200円(当日おつりのないよう準備してください)
- 申 受講日の1週間前までに魚沼市交通安全協会(交通センター内)またはバイク販売店に予約をしてください。定員になり次第締め切ります。
- 持 本籍記載の住民票
- 他 講習終了後、希望者には30分程度の学科試験ワンポイントレッスンをを行います。
- 問 魚沼市交通安全協会
☎792・5275

- ◆魚沼映画の専門店V.O. 142「妻への家路」(中国・字幕)
- 日 3月23日(金)①19時から 24日(土)①10時から②14時から ③19時から

- ◆あの感動を再び、フラインイトONTHE SNOW2018開催決定
- 今年も薬師スキー場で、圧巻の雪上FMXバイクショー「フラインイト」が開催されます。魚沼特使のFMXライダー・鈴木大助をはじめ、様々なイベントやテレビ番組等で活躍するプロFMXライダーが多数出演します。更には、FMX以外にも楽しいイベントが盛りだくさん。
- 百聞は一見にしかず。言葉で言い尽くせない感動のFMXショーをその目に焼き付け



「FMX SHOW CASE」フェイスブックページ



原付免許取得講習(年間予定)	
1	3月25日(日)
2	4月8日(日)
3	5月20日(日)
4	7月22日(日)
5	8月5日(日)
6	9月9日(日)
7	10月28日(日)

◆男の料理サロン

日 3月28日(水)10時～14時
場 小出ボランティアセンター
内 簡単・楽しい男性の料理サ
ロン
料 700円
持 エプロン、三角巾、筆記用具
※ 3月23日(金)
申 さまざまな会・渡邊(社協内)
☎ 792・8181

◆なんでも話そう!精神
対話士による無料相談
「対話カフェ」

精神対話士は専門的知識と
暖かな対話で、人を癒す、心
のケアの専門職です。将来の
希望や心配ごとについて、一
歩先への解決に向けて一緒に
考えてまいります。
日 3月17日(土)・18日(日)・25日
(日)13時～18時
場 フアーマみらい浦佐薬局
(南魚沼市浦佐4069番地3)
※ どのような
問 (一財)メンタルケア協会
新潟事務所・白井
☎ 090・8331・4584
H <http://www.mental-care.jp>

◆弁護士によるB型肝炎
特別措置法無料相談会

日 4月7日(土)13時30分～16時
※ 受付15時まで
場 南魚沼ふれ愛支援センター
(南魚沼市坂戸399番地1)
内 救済や手続きの内容、弁護
団への依頼方法等を、弁護士
が説明します。
※ 裁判手続きへの参加を検討
している人には資料をお送り
します
他 事前申し込みを優先します
が、当日会場でもお受けでき
ます。

関 全国B型肝炎訴訟新潟事務所
☎ 025・223・1130
H <http://www.b-kan.niigata.jp/>

相談



年4月1日生まれの人
②平成9年4月2日以降生ま
れの人で次に掲げる者

- ・(1)大学を卒業した人で平成31年3月までに大学を卒業する見込みの者
 - ・(2)人事院が(1)に掲げる人と同等の資格があると認める人
- ◎ 申込み方法等 (原則インターネット申し込み)
次のアドレスへアクセスし、説明に従って入力
H <http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html>
※ 平成30年3月30日(金)9時～4月11日(水)受信有効
◎ 試験日
・ 第1次試験日:平成30年6月10日(日)
・ 第2次試験日:平成30年7月12日(木)～19日(木)のいずれか
※ 第1次試験合格通知書で指定する日時
◎ インターネット申込みに関する問合せ
関 人事院人材局試験課
☎ 03・3581・5311
◎ 上記以外の問合せ
関 東信越国税局人事第二課
☎ 048・600・3111

◆林業退職者共済制度
退職金請求

林業の仕事に従事されたことがあり、当時、林業退職者共済制度に加入していた人で退職金請求手続きをされていない人は、手続きが必要となります。当時の加入の有無や加入状況の確認など、お気軽にお問い合わせください。
関 独立行政法人勤労者退職金共済機構林業退職者共済事業本部
☎ 03・6731・2887

市報うおぬま
有料定期購読者を募集
ご親戚やご友人など市外等にお住まいの人にお届けします。
【年間購読料】
1. 1,900円 (毎月10日号・25日号をお届け)
2. 960円 (毎月10日号のみお届け)
関 総務管理室 ☎ 792・1494

交通災害共済は全市町村で行う助け合いの制度です
新潟県交通災害共済
只今、平成30年度の会員募集中です!
ご家族そろってご加入ください。
年会費1人500円
関 まちづくり室 ☎ 792・9752

3月 16日～31日 行事カレンダー

16	金	魚沼地域ビジネス交流会 2017 (15:00/ 地域振興センター)
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/ エコプラント魚沼隣) 新潟県民会館アウトリーチ事業「春のジョイントコンサート」 (14:00/ 小出郷文化会館)
19	月	
20	火	
21	水	
22	木	年金相談日 (10:00～15:00/ 小出ボランティアセンター) 要予約:長岡年金事務所 ☎ 0258・88・0006
23	金	だっこでおはなし小出 (10:30/ 小出郷図書館)
24	土	ブックスタート広神 (10:00/ 広神図書館)
25	日	くらし相談会・要予約 (13:30/ 小出ボランティアセンター) 臨時窓口 (8:30～17:15/ 小出庁舎)
26	月	31日まで窓口延長 (～18:30/ 小出庁舎)
27	火	
28	水	献血① (10:00～12:30/ 消防本部) 献血② (14:30～16:00/ 小出病院) ひきこもり座談会 (13:30/ 小出ボランティアセンター)
29	木	
30	金	
31	土	

4月 親子ふれあい広場 関 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
ぴよぴよタイム	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)	9日(月) 10:00～11:30 16日(月) 10:00～11:30	離乳食や食事の相談ができます。

・4/26(水)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

・3/27(火)～4/4(水)はお休みとなります。

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

・3/27(火)～4/4(水)はお休みとなります。

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	13日(金)10:00～11:00	じゃじめまての会(ボールプールで遊ぼう)

◎育児相談は、各会場で随時受け付けています。

4月 乳幼児健診等 関 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)	H 29.12	26日(木)	13:00～13:15	子育て支援センターぱびぷ
1歳6か月児	H 28.9.1～H 28.10.4	18日(水)		湯之谷保健センター
2歳児	H 28.4	25日(水)		
3歳児	H 27.4.2～H 27.4.28	11日(水)		

関・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	平成30年1月生の乳児の養育者	10日(火)	9:30	子育て支援センターぱびぷ
離乳食講習会ステップ2	平成29年9月生の乳児の養育者	17日(火)	9:45	
離乳食講習会ステップ3	平成29年6月生の乳児の養育者	23日(月)	13:30～13:45	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみかきなど)	平成29年4月生	24日(火)	9:15～9:30	

関・母子健康手帳 ・オムツ等の着替え

まわり☆ 魚沼人

～ うおぬまびと ～



ふうま
目黒風馬さん

加速したモトクロスバイクで地上12mまでジャンプし、目を疑うような大技を決める「フリースタイルモトクロス(通称:FMX)」。今、若者を中心に人気を広がり、日本のみならず世界中のファンを熱狂させるこのスポーツの世界に身を置き、魚沼市に移住を決めた青年がいます。目黒風馬さん21歳。昨年4月に故郷の福島県いわき市からやってきました。

「我が家は父親も姉もバイクが好きでモトクロス一家。だから、高校卒業後の進路で『プロライダー』と決めた時も家族の反対はありませんでした。これまで実家でアルバイトを続け、技を磨いてきましたが、もっと自分を高められる環境の変化が欲しかった」と話す風馬さん。

魚沼特使のFMXライダー・鈴木大助さんや先に魚沼市に移住を決めた先輩FMXライダー・吉田耕太郎さん、イベント等で知り合った人たちのつながりで、魚沼に新天地を求めます。

「雪の降らない地域に住めば、一年中練習ができ、知り合いのライダーも大勢いるのですが、そんな環境に甘えてしまいがちです。あえて、厳しい環境から自分を鍛え直してみようと思いました」。何も知らない不安な自分を、温かく迎え入れてくれた魚沼の人たちに感謝の念を抱く風馬さんは現在、居酒屋「よつてけじゅんぼう」のスタッフとして働くかたわら、食欲に練習を積んでいます。「イベント等で長期遠征する際は、店長からまとまった休みをもらい、バックアップしていただいています。この恩は、バイクで魚沼市を盛り上げる形で返したい」と意気込む風馬さん。

豪雪の洗礼を受けた移住1年目。連日の店前の雪かきに、スコップを持つ姿もだいぶ板についてきました。そんな風馬さんも出演する、雪と炎が織りなす庄巻のモトクロスバイクショー「フライナイト」が今年も開催されます。(くわしくは19ページ) 魚沼人として、日々レベルアップする風馬さんの勇姿をぜひご覧ください。

市報クイズ

今日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3月23日(金)までに応募してください。

魚沼市の「ふるさと結着附金」の返礼品で、平成29年度の登録数は?

A ①35品
②96品
③102品

前回の正解は、「①平成19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。

※応募総数:26通(うち正解数:26通)

内山 シン さん
椋沢 シン子 さん
桜井 絹江 さん
佐藤 剛 さん
渡辺 寛明 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: koho@city.uonuma.niigata.jp

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。

黒島 優	山ノ手町二	今川 美江	下町二	88歳	鈴木 弘	新保	100歳
星野 琉偉	小出栄町	井口 アヤ	八幡町	94歳	櫻井キクイ	一日市	93歳
櫻井 美羽	川西	酒井 正春	下新田	86歳	櫻井 貞次	中家	89歳
森山 希	中原	中林 マサ	下島二	100歳	榎本ハルエ	細野	83歳
星 桜花	干溝	石田 セイ	原二	93歳	榎本 正和	細野	82歳
皆川 和真	虫野	瀧澤 政則	原二	65歳	浅井 正	長鳥	78歳
高橋 咲来	伊勢島	森山 武治	下稲倉	70歳	穴沢登司夫	穴沢	90歳
平賀 晏弥	井口	藤田 學	南本町	80歳	大島八千代	大板山	82歳
佐藤 悠	井口	鈴木 伊作	小出栄町	86歳	佐藤 正	芋鞘	69歳
櫻井 瑛玄	七日市	那須 直平	沢田一	97歳			
櫻井 満希	大下	高木 義雄	若葉町	93歳			
田淵 莉優	上折立	田中 虎雄	若葉町	81歳			
山本 朔斗	今泉	坂西 美枝	佐梨	76歳			
五十嵐大那	今泉	坂大 輝夫	十日町	78歳			
桑原 陵	中家	八海ヒサエ	十日町	85歳			
		大桃 コト	大沢	105歳			
		遠藤 幸男	大沢	79歳			
		阿部 嘉平	大湯温泉	89歳			
		風間タカイ	田中	90歳			
		高橋マスイ	小平尾	85歳			
		大羽賀クラ	東中	96歳			
		加藤 家作	小庭名	89歳			
		小幡 キク	今泉	92歳			

人口と世帯数 (H30.2.1)

	人口	うち外国人	増減
男	18,019	61	-20
女	18,900	137	-12
計	36,919	198	-32
世帯数	13,256		-3

※増減は、前月比です

「ごめいふくをお祈りいたします」

表紙の写真

雪中花水祝の八幡宮神社「特設ステージ」で、繰り広げられた「よさこい演舞」。真っ白な雪上には、赤と青の衣装に身にまとった踊り手が、その色合いは、まるでフランス国旗のよう。凛とした寒さに負けじと生き生きと躍動する踊り手の笑顔と、力強い色彩を、切り取らせてもらいました。

編集後記

先日、幕を下ろした平昌五輪ですが、史上最多となる13個のメダルを獲得した日本勢に感動しました。しかし、その華やかな舞台の裏側では、惜しくも敗退していった選手たちも多くいます。そんなつらい時にも、仲間を全力で応援している姿には心打たれます。「ケガを乗り越え全力で挑む姿勢」など、熱きドラマ、たくさん感動をありがとうございました。(T)

うおぬま 美食逸品 NO.13



国道252号線沿いにある今年で20年目を迎えるこの店は、地元だけでなく、市外や県外からのリピーターも多い人気店です。こだわりは、魚沼産玄そばの一番粉と二番粉のみを石臼で挽いた自家製粉を使用した手打ちそば。見た目は透明感があり綺麗な上、コシがありのど越しも良く味も格別。三番粉を使用したそば湯もとろみがあり濃厚で、最後まで美味しく楽しめます。お勧めの逸品は季節野菜などの天ぷらとそばのセット

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コーナー。こだわりの石臼製粉の「そば切りはつ穂」をご紹介します。

の「天せいろ」。珍しいブロッコリーの天ぷらはとても美味しく、新しい発見がありました。鴨汁せいろも人気で、旨みのある鴨汁とそばの愛称もバッチリ。もうすぐ春です!美味しい手打ちそばを楽しんでみませんか!

地域の皆さまにも地元産そばの美味しさに気付いていただけると嬉しいです。

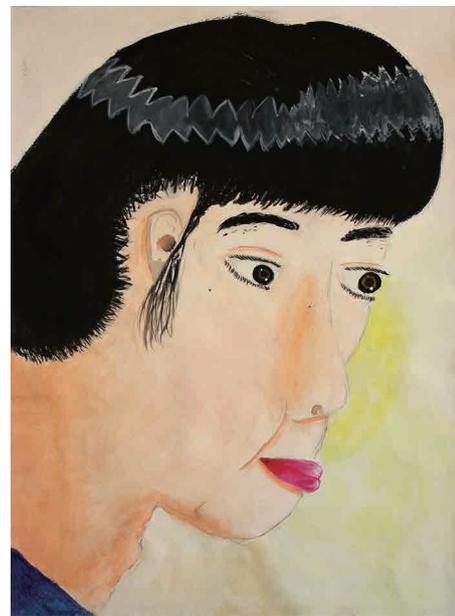


そば切り はつ穂
魚沼市中島新田119-1
☎ 025-793-2257
営業 11:30~15:00 不定休 桜井 君夫 さん

児童絵画



「世界中がおどろいた」
2年 山崎 紗朱さん



「いっしょにいる友達」
6年 酒井 優衣さん

No.151

今月は堀之内小学校の児童の作品です



しいたけのおから炒り煮 (副菜)

材料(4人分)

しいたけ	6枚	A	だし汁	カップ2と1/2
おから	250g		しょうゆ	大さじ2
長ねぎ	1本		砂糖	大さじ2
ちくわ	3本		酒	大さじ1と1/2
ホールコーン缶	小1缶		酢	小さじ1
サラダ油	大さじ2		塩	少々

魚沼市食生活改善推進員協議会

食まちょうおぬま

レ・シ・ピ No.22



作り方

- ①しいたけは軸を取って、薄切りにする。長ねぎとちくわは、小口切りにする。コーンは、汁を切っておく。
- ②フライパンに油を熱し、①のしいたけと長ねぎを炒める。香りが出たらおからを加えて炒める。
- ③Aを加えて煮立たせ、フタをして3分ほど煮る。
- ①のちくわとコーンを加え、混ぜながら3～4分煮て火を通す。

<カリウムをとって減塩>小さく切って全体に味を混ぜ合わせるより、大きめに切って表面に味をつける料理の方が口に入れた時に味をすばやく感じるため、少ない塩分でもおいしく食べられます。

エネルギー 173kcal たんぱく質 5.3g
炭水化物 18.9g 脂質 8.7g 塩分 1.4g

平成26年から横根地区と交流を続けている、首都大学東京の学生のひとりであった高田将吾さん(現慶応大学大学院)。高田さんは集落と一緒に取り組む米販売サイト「こめのま」の活動成果を論文にまとめ、第28回「ヤンマー学生懸賞論文」の大賞(応募61編、賞金100万円)を見事受賞されました。

今春から社会人となる高田さんは、地区の皆さんに感謝するとともに、今後も継続して横根に関わって行きたいと話しています。



横根の事例で
大賞受賞!



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。