

漆黒に飛び散る気合

魚

市報

うおぬま

沼

2018

5.10

No.163



母子保健事業が拡充 されました

もっと手厚く

魚沼市では、妊婦健診の受診券交付や妊産婦医療費の助成による医療費負担の軽減等を行っています。

平成30年度から、妊娠期を健やかに過ごし安心して出産に臨める環境づくりと、笑顔での子育ての支援を進めるため、新たな事業を開始しました。



任意予防接種費用の一部を助成します。

新 「おたふくかぜ」の予防接種を受ける場合に、費用の一部を助成します



対 満1歳から小学校就学前までのお子さんが受ける「おたふくかぜ」予防接種が対象です。

内 ・助成額及び回数：1回の接種について2,000円を1人2回まで助成します。

・助成の方法：接種を受ける医療機関（①指定医療機関、②指定医療機関以外）で助成方法が異なります。

申 「申込書」と「任意予防接種費用助成申請書」は、健康増進室、各市民センター等にあります。市ホームページからもダウンロードできます。

1. 市が指定する医療機関で接種するとき

- (1) 接種の前に「申込書」を健康増進室または各市民センター等に提出してください。助成券を交付します。
- (2) 指定医療機関に予約のうえ、助成券を持参して接種を受けてください。
- (3) 医療機関が定める接種金額から助成額2,000円を差し引いた額を医療機関でお支払ください。

【指定医療機関】

- 市立小出病院 (☎792・2111) ●うおぬま小児(こども)クリニック (☎792・7185)
- 庭山医院 (☎792・5511) ●魚沼基幹病院 (☎025・777・3200)

2. 指定医療機関以外で接種するとき

- (1) 医療機関で接種後、接種金額の全額をお支払ください。
- (2) 「任意予防接種費用助成申請書」に必要書類を添えて健康増進室へ提出してください。

【必要書類】

- ①医療機関発行の領収書と診療明細書（接種金額とワクチンの内容が確認できるもの）
 - ②母子健康手帳の予防接種記録のページ
 - ③振込先口座の確認できるもの
- (3) ご指定の口座へ助成金をお振込します。

「インフルエンザ」助成

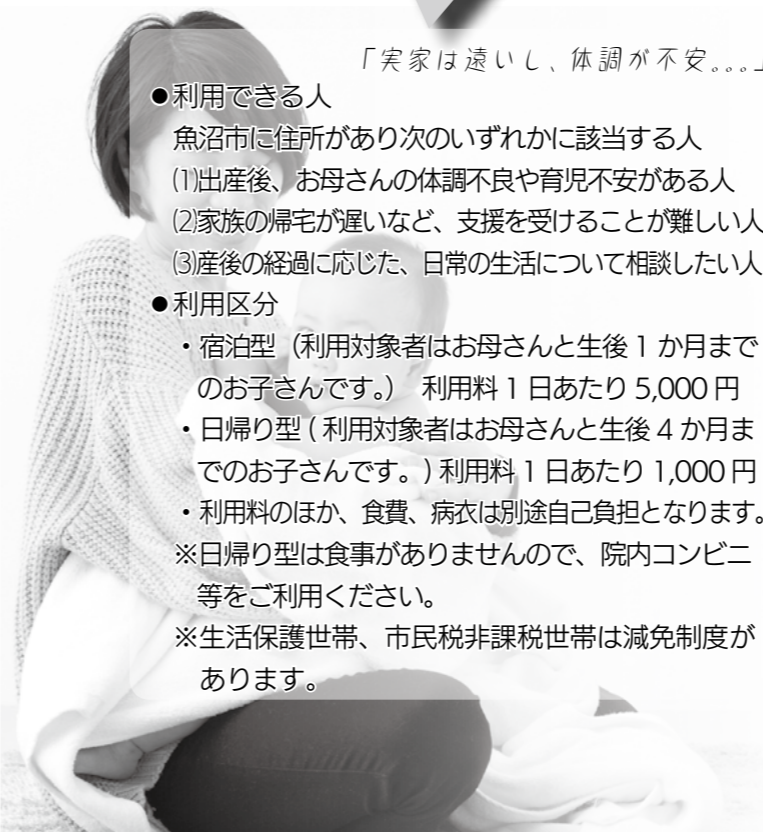
・10月から、子どものインフルエンザ予防接種費用の助成も開始します。

くわしくは、9月に発行する市報うおぬまでお知らせします。

新 ◆産後ケアを始めました！

出産後、自宅に帰ってから沐浴や授乳が上手くできるか不安、お産の疲れから体調が思わしくないなど、育児の支援や休養が必要な人は「産後ケア」を利用できます。

(費用について一部自己負担があります。)
実施医療機関 厚生連 小千谷総合病院



「実家は遠いし、体調が不安...」

●利用できる人

- 魚沼市に住所があり次のいずれかに該当する人
- (1) 出産後、お母さんの体調不良や育児不安がある人
- (2) 家族の帰宅が遅いなど、支援を受けることが難しい人
- (3) 産後の経過に応じた、日常生活について相談したい人

●利用区分

- ・宿泊型（利用対象者はお母さんと生後1か月までのお子さんです。） 利用料1日あたり5,000円
 - ・日帰り型（利用対象者はお母さんと生後4か月までのお子さんです。） 利用料1日あたり1,000円
 - ・利用料のほか、食費、病衣は別途自己負担となります。
- ※日帰り型は食費がありませんので、院内コンビニ等をご利用ください。
※生活保護世帯、市民税非課税世帯は減免制度があります。

拡 ◆妊婦健診拡充（15回目以降も助成）

妊娠中は、普段より一層、健康に気をつけなければなりません。

妊婦健診を定期的に受診し、健康管理に取り組みましょう。

魚沼市では、14回分の受診券に加え、15回目以降の健診も助成します。

新 ◆産婦健診・乳児健診費用を助成

出産後及び出生後1か月で受診する健診について、費用の一部を助成します。

健康増進室

☎792・9763

後期高齢者医療制度が変わります



新潟県では平成20年度の後期高齢者医療制度開始以来、保険料の所得割率、均等割額を据置いてきましたが、今後、被保険者数や医療給付費の増加が見込まれることから、平成30年度から保険料率を引き上げることとなりましたのでお知らせします。

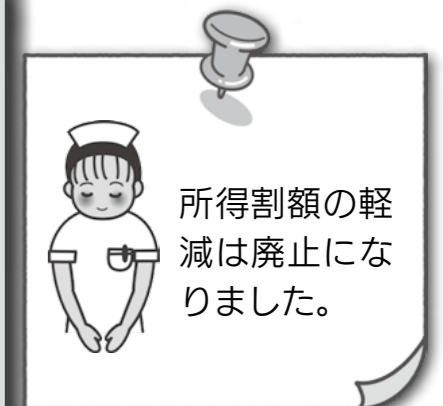
◆平成30・31年度の保険料

平成28・29年度の保険料率		平成30・31年度の保険料率	
均等割額	35,300円	均等割額	36,900円
所得割率	7.15%	所得割率	7.40%

◆均等割額の軽減

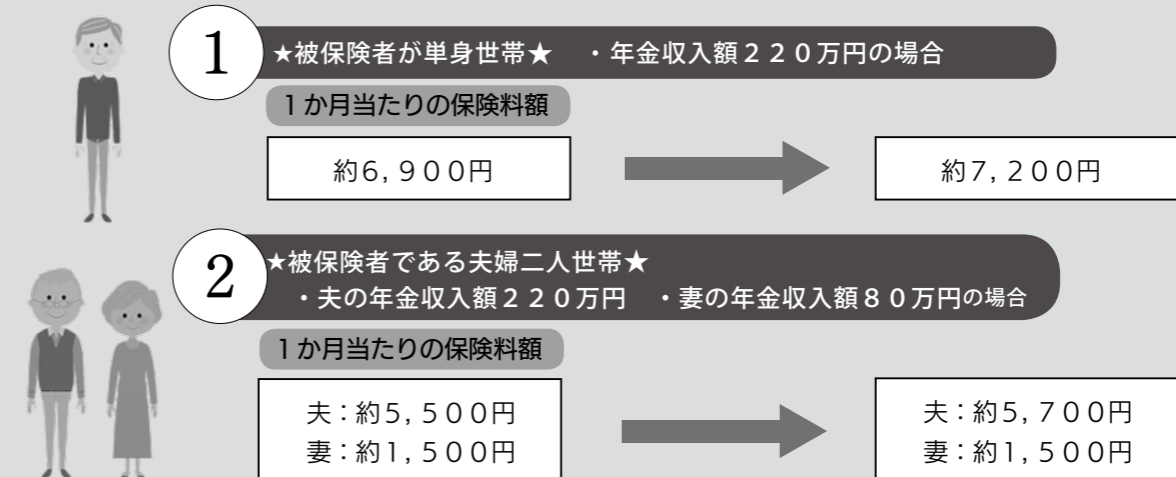
世帯の所得状況に応じて「均等割額」が軽減されます。軽減割合は、同一世帯内の被保険者及び世帯主（被保険者でない人も含む）の所得金額の合計により判定します。5割・2割軽減については軽減の対象者が拡充されました。

同一世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額などを合計した額		軽減後の均等割額（年）	
33万円以下の場合	世帯内の被保険者全員が年金収入80万円以下（その他各種所得なし）の場合	9割軽減	3,690円
	上記以外の場合	8.5割軽減	5,535円
33万円+（27.5万円×世帯の被保険者数）以下の場合		5割軽減	18,450円
33万円+（50万円×世帯の被保険者数）以下の場合		2割軽減	29,520円



くわしくはお問い合わせください。

◆モデルケース



※平成30年度の保険料額については、7月中旬に加入者の皆さまにお知らせいたします。

平成30年度

住民けん診が始まります

健康増進室 ☎792・9763



■特定健診を毎年受けよう

特定健診は、40歳から74歳までの人を対象にした生活習慣病予防のための健診です。高血圧症や糖尿病などの生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、気づいたときには重症化していることが多い病気です。「自分は大丈夫」と放って置くと突然、脳梗塞や心筋梗塞などの命にかかわる病気を引き起こす可能性があります。毎年健診を受けることで、自分では気づかない体の変化を知ることができ、病気の予防・早期発見につながります。

■目指すは健診実施率60%

平成28年度の特定健診受診率は53・1%でした。市では2024年までに特定健診受診率60%を目指していますが、まだまだ目標に及ばない状況です。年代別の受診率を見ると、40・50歳代の受診率は約4割と、他の年代に比べ低くなっています。

特定健診を受けていない人の中には「忙しくて時間がな」と感じている人がいるかもしれません。病気になるまで医療機関を受診すると、時間と費用は健診の比ではありません。健診を受け、生活習慣を見直すことが時間とお金の節約につながります。

- 1年分の受診票をまとめて5月上旬に発送します
- 特定健診の受診票は魚沼市国保加入者（40～74歳）全員に、がん検診と基本健診の受診票は申し込みのあった人に送付します。
- 総合健診をご活用ください
- 「総合健診」は特定・基本健診と胸部レントゲン検診、大腸がん検診、胃がん検診を同じ会場で行うことができます。受診票と一緒に送付する「住民けん診日程表」をご覧ください。
- 住民けん診の申し込み・取り消しは随時受け付けます



■若い世代の健康が心配です

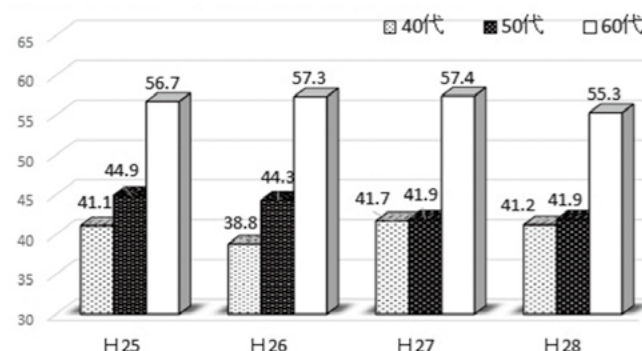
特定健診結果から、40・50歳代の約2人に1人は医療機関への受診が必要と判定されており、若い世代であっても健康状態が心配されます。特に、女性より男性の特定健診受診率が低く、医療機関の受診が必要と判定される割合が

高い傾向にあります。

仕事や子育て等で忙しい年代だと思えますが、忙しさから自分の健康が後回しになっていませんか。皆さんは、家族にとっても、職場にとっても、魚沼市にとっても大事な人です。自分の体のことを後回しにせず、まずは健診を受けることから健康づくりをスタートしましょう。

特定健診受診率(全体)	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度
	54.1%	54.6%	54.9%	53.1%

魚沼市国保 年代別特定健診受診率 (%)



特定健診は5月から11月まで市内の各会場を実施しており、都合のよい日程で受診できます。また、結果等で気になることがあれば、お気軽に健康増進室までご相談ください。



フォトスケッチ うおぬま

企画政策課 ☎792-1425

市長と市民の皆さまが、対話によって市政を語り合う「市民対話の日」が、今年度も始まりました。4月は、大白川地区と上条地区の会場で対話を行いました。今後10会場での開催を予定していますので、お近くで開催の際にはぜひご参加ください。



4月11日入広瀬会場(大白川)の様子



市長 入広瀬地域のコミュニティバスについて語る佐藤

魚沼市のPRキャッチフレーズ

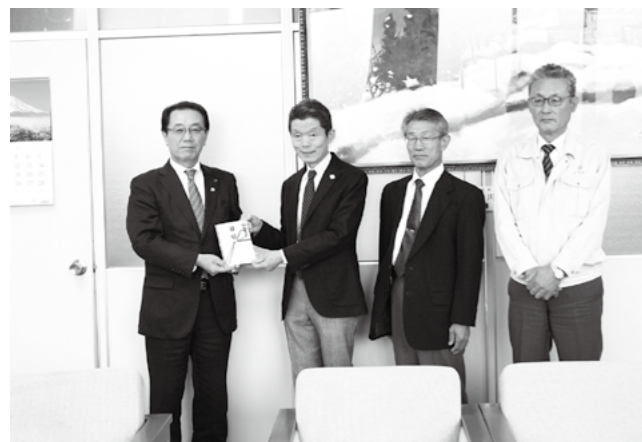
— 3.29 「素のチカラ、魚沼。」記者発表



魚沼市の観光振興や地元産品のピーアールに役立てるキャッチフレーズが「素のチカラ、魚沼。」に決定しました。キャッチフレーズは市民のアイデアも生かして決定、あわせてロゴマークも制作し、今後ポスターや商品などに活用していく予定です。

体育館施設の向上のために

— 4.16 ランニングマシン等寄贈



堀之内体育館の指定管理者である「エンジョイSC・魚沼体協・山崎共同企業体」から、ランニングマシン(5台)、エアロバイク(4台)、アリーナ用LED照明(23灯)、グリーンフロア用LED照明(24灯)、スタジオミラー(10枚)、スクワットラック(1台)が寄贈されました。大切にに使わせていただきます。

全国で大活躍!

— 3.22~25 JOCジュニアオリンピックカップ



3月22日~25日に岩手県雫石スキー場で開催された「JOCジュニアオリンピックカップ全国ジュニアスキー競技会 兼 全日本ジュニアスキー選手権」に、新潟県代表選手として出場し、2名が入賞するなど、全国の強豪選手相手に大活躍しました。今後の5人に注目です。

「森の力」を未来へつなげ

— 4.5 緑の募金 街頭呼びかけ



「緑の募金」は戦後荒廃した国土に緑を取り戻そうと、昭和25年に発足した事業です。この日は、小出中学校の生徒が街頭に立ち、道行く人へ募金の呼びかけを行いました。春の募金期間は5月31日までです。緑に対する理解を深め、森づくりを推進するためにも募金への協力をお願いします。

◆今後の開催予定◆

対象地域	日時	会場
広神(藪神)	5月14日(月)	広神コミュニティセンター
湯之谷(東地区)	5月22日(火)	交流センターコピオ
小出(伊米ヶ崎)	5月28日(月)	伊米ヶ崎公民館
堀之内(宇賀地)	6月11日(月)	田川集会所
入広瀬(穴沢)	6月18日(月)	穴沢ふれあい館
守門(須原)	6月25日(月)	守門公民館
広神(広瀬)	7月9日(月)	四ヶ区集落開発センター
湯之谷(西地区)	7月24日(火)	湯之谷老人福祉センター
小出(北部)	9月10日(月)	北部公民館
堀之内(堀之内)	9月25日(火)	堀之内公民館

※開催時間は、全会場とも午後7時からです

市内学校に公衆無線LANが整備されました

施設名	利用可能場所	接続可能時間
小・中学校	体育館・グラウンド 湯之谷中学校は、武道館・グラウンド ※一部の小・中学校を除きます	8:00~21:30

◆接続方法

◆ステップ1

- 利用可能場所で端末のWi-Fi機能をONにし、SSIDの中からFREESPOTを選択します。
- 初期パスワードを求められたら「uonumafree」と入力します。

◆ステップ2

- ブラウザを開くとFREESPOTの認証画面が表示されます。
- メールまたはSNSアカウントを使って認証手続きを行います。(※2回目以降、有効期間内(6か月)であれば上記の手続きは不要です)

◆ステップ3

- 認証手続きが終了したらブラウザからインターネットに接続しましょう。
- 接続に成功すると「うる米魚沼」のページが最初にひらきます。

お知らせ

平成29年度公衆無線LAN環境整備支援事業(総務省)により、市内の学校施設に公衆無線LANが整備されました。Wi-Fi機能のあるスマートフォン、タブレット端末、ノートパソコンなどから、どなたでも無料でインターネットに接続することができます。

大きな災害で避難所が開設された時は、正確な情報をお知らせするため、認証手続き、時間制限なしでご利用いただけます。



接続方法等がわからない場合は、下記の「QRコード」を読み取ってください。



☎学校教育課(堀之内庁舎2階)
☎025-794-6072



★新規隊員★

武 夏美さん
須原コミュニティ協議会地域担当

故郷魚沼を出て12年、離れて初めて知った魅力。隊員としてこの4月からさらに、知らなかった魅力との出会いばかりで驚きの日々です。1つ1つ継続的に、根付く仕組み作りをしていきたいです。



★新規隊員★

嶋田 雄さん
福山新田地区担当

1年目。まずはどんな方が、どのように暮らしているのかわかり、僕という人間をみなさんに認知してもらうことが、最優先だと考えています。大学を出たばかりの未熟者ですが、よろしくお願いします。



渡辺 泰治さん
横根地区担当
(2年目)

今年度は「もっと出会いを！」がテーマです。都会の見知らぬ者同士の人生が横根で交差する。そんな「出会いの里」でありたい。集落の方々と楽しみながら、時にもがきながら進めてまいります。



西村 暁良さん
福山新田地区担当
(2年目)

地区の方々と共に、福山の将来を見据えて動きだす1年と捉えています。農業、移住促進、地域貢献の柱はそのまま、全て発展させていきます。福山&魚沼に埋もれる価値と可能性を形にしたいです。



★新規隊員★

佐藤 守一さん
下折立地区担当

魚沼の人と自然に魅せられて、この地にやってきました。人との出会いを大切に、自然の中で笑顔が溢れる「共生」の暮らし創りを目指しながら、共に手を携えて下折立を中心に魚沼の活性化に繋がりたいと思います。

地域おこし協力隊とは、都市部の人から地方に住んでもらい、地域ブランドの開発・販売・PR等の「地域協力活動」を行いながら、地域への定住・定着を図る仕組みです。平成29年度末で、武川隊員が任務を終了しましたが、平成30年度から新たに3名の隊員が加わり、総勢5名で活動します。

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

平成30年度隊員をご紹介します！

No.34

☎ 797-2360
☎ 797-2360
☎ 797-2360
☎ 797-2360

小出地域の人権擁護委員が交代しました



滝澤 郁代さん

平成30年4月1日付けで法務大臣から委嘱を受けました。市民の皆さんの身近な相談役として活躍していただきます。

よろしくお願いします



田村ふみ子さん

人権擁護委員としてご尽力いただいた田村さんが、平成30年3月31日付けで退任され、法務大臣から感謝状が贈呈されました。ありがとうございました。

お疲れ様でした

◆弁護士無料相談会

相談が解決への第一歩！

消費者トラブルや借金、相続、離婚など、く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。

- 日 5月27日(日)13時30分～16時
- 場 堀之内公民館
- 相 弁護士
- ¥ 相談は無料
- 定 先着5人
- ※ 5月25日(金)
- 他 1人当たりの相談時間は30分
- 申 市民相談センター



弁護士無料相談会

ひとりで悩まないで

市民相談センター

No.93

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 予約不要(随時可)

■ 3月の相談件数	…137件
・ 電話	99件
・ 来庁	25件
・ その他	13件



☎ 健康増進室 ☎792-9763

健康うおぬま No.106



5月31日は世界禁煙デー

「たばこ」のない環境づくりを

世界的に広がっています



WHO(世界保健機関)は、たばこのない環境が一般的な社会習慣となることを目指して、毎年5月31日を『世界禁煙デー』と決めました。2018年の世界禁煙デーの標語は「たばこと心臓病(Tobacco and heart disease)」です。

たばこの煙には4,000種類以上の化学物質が含まれていますが、そのなかには発がん性の高い物質も多く含まれています。これらの有害物質を吸い込むことにより、がんをはじめとした多くの病気にかかりやすくなりますが、がん以外の病気、例えば「心臓病」についてもたばこは大きな影響を及ぼします。心臓病は世界的にも死因の上位に位置しますが、その主な原因のひとつがたばこです。仕組みとしては、たばこを吸うことによって

発生する活性酸素が動脈硬化を促進し、血管に負担がかかることによって心臓病を引き起こします。

たばこの煙に含まれる有害物質は、がんや心臓病をはじめとした大きな病気の発症リスクを高めます。そして、本人やその周りの人の生活にも大きな影響を与えます。

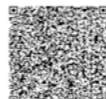
原因が明らかなものについてはしっかりと予防していくことが重要です。世界禁煙デーを機に、たばこを吸う人も吸わない人も、たばこのない環境、受動喫煙のない環境について考えてみませんか。

市ホームページでは禁煙のコツを紹介しています

禁煙

検索

※検索窓で「禁煙」と検索してください。



☎ 商工振興室 ☎792-9753

商工スマイル No.148

— 地域産業の発展に向けてがんばっています —

魚沼市ものづくり振興協議会(U-b i g) 定期総会

開催



チーム魚沼で「ものづくり」の振興を

魚沼市ものづくり振興協議会の定期総会が、4月10日(火)、「UOSHIN」を会場に開催されました。本協議会は、地域の企業が連携して、それぞれが持つ技術力を強化するとともに、地域経済の発展や市民生活の安定等に寄与することを目的に活動しています。総会



首都圏の展示会に積極的に出展し魅力をPR!

では、平成29年度の活動として、販路開拓セミナーの開催や小中学生を対象として実施した「子どもものづくり推進事業」などの取組

について報告がありました。また、平成30年度の活動として、企業間の連携をより一層進めながら、成長が期待される分野に対し地域全体で技術を結集していくことを目指して、次の活動方針が決定されました。

平成30年度活動方針

- ①企業間連携による魚沼発の技術や製品の発信
- ②次世代育成活動と教育活動の推進
- ③会員への支援体制の強化



販路開拓セミナー

魚沼市報 5.10 2018年5月10日号

お知らせ版

日日時 期期間 場場所 内内容 対対象
資資格 講講師 演演題・出演 相相談員
持持ち物 ¥費用 定定員 締締め切り
他ホームページ その他 申申し込み
Eメール 問問い合わせ



総務管理室
792・9203

平成31年度採用

魚沼市職員採用登録試験 (第1回)

平成31年4月1日採用予定の魚沼市職員採用登録試験を、次のとおり実施します。

1. 試験区分、職種、受験資格、採用予定人員

試験区分	職種	採用予定人員	受験資格	
			年齢要件・その他	資格・経験
上級試験 (大学卒業程度)	一般行政	5人程度	<ul style="list-style-type: none"> 平成元年4月2日から平成9年4月1日までに生まれた人 平成9年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学を卒業した人または平成31年3月31日までに卒業する見込みの人 	<ul style="list-style-type: none"> 採用試験申込み時に障害者手帳の交付を既に受けている人 自力による通勤ができ、かつ、介護者なしに事務職として職務の遂行が可能なる人 活字印刷文による出題及び口述による面接試験に対応できる人
	一般行政(障害者雇用)	若干人		<ul style="list-style-type: none"> 土木技師に関する専門課程を履修した人または平成31年3月31日までに履修する見込みの人
	土木技師			<ul style="list-style-type: none"> 管理栄養士資格を有する人または平成30年度に行われる国家試験で取得見込の人 保健師免許を有する人または平成30年度に行われる国家試験で取得見込の人
	管理栄養士			
保健師	<ul style="list-style-type: none"> 昭和59年4月2日以降に生まれた人 			
中級試験 (短大卒業程度)	保育士・幼稚園教諭	4人程度	<ul style="list-style-type: none"> 保育士及び幼稚園教諭免許を有する人または平成31年3月31日までに有する見込みの人 	

※卒業程度とは、卒業(見込み)者ではなく卒業程度の学力を有する人を対象とした試験を実施するという意味です。

2. 試験日時及び試験場

◆第1次試験

日平成30年7月1日(日)
場小出ボランティアセンター
(魚沼市小出島1240番地2)
内基礎能力検査、性格検査(SPI3)ほか

◆第2次試験

日平成30年7月30日(月)から
場魚沼市役所小出庁舎
(魚沼市小出島130番地1)
内面接試験

◆最終試験

日平成30年9月中旬から
場魚沼市役所小出庁舎
(魚沼市小出島130番地1)
内面接試験

3. 申し込み

5月10日(休)～5月31日(休)までに、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、5月31日消印有効)。要綱等は総務課総務管理室窓口またはホームページからダウンロードして入手できます。

【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

4. その他

- ・くわしくは、募集要綱をご確認ください。
- ・9月に高校卒業程度(一般行政(市内在住者対象)・消防士・身体障害者対象)試験、10月にUターン等移住定住者向け試験を予定しています。

平成30年度 市税等の納期限

月	市・県民税 固定資産税	国民健康 保険税 介護保険料	後期高齢者 医療保険料	納期限 口座振替日
5月	軽自動車税	過年度	過年度	5月31日(休)
6月	第1期	第1期	—	7月2日(月)
7月	第2期	第2期	第1期	7月31日(火)
8月	第3期	第3期	第2期	8月31日(金)
9月	第4期	第4期	第3期	10月1日(月)
10月	第5期	第5期	第4期	10月31日(水)
11月	第6期	第6期	第5期	11月30日(金)
12月	第7期	第7期	第6期	12月25日(火)
1月	第8期	第8期	第7期	1月31日(休)
2月	随時	第9期	第8期	2月28日(休)
3月	随時	第10期	第9期	4月1日(月)

※市・県民税、介護保険料、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料を年金から天引き(特別徴収)されている人を除きます。
問税務課 ☎792・9751 介護福祉室 ☎792・9755
地域医療対策室 ☎793・7971

魚沼市畜場「小動物舎」使用料徴収事務委託の告示

◎委託する事務
・魚沼市畜場に隣接する「小動物舎」の使用料を徴収する事務

◎委託先
・(株)魚沼市環境事業公社・代表取締役大桃政春(七日市)

5月31日は軽自動車税(市税)の納期限です

◎納付書発送日
日5月15日(火)

◎納期限(口座振替日)
日5月31日(休)

※再振替日: 6月15日(金)

◎納付場所
・金融機関、コンビニエンスストア、税務課、各庁舎窓口

◎軽自動車税の減免制度

旧北部ふれあい広場の閉鎖について

◎委託期間
平成30年5月1日から平成31年3月31日

◎環境対策室
☎792・9766

新庁舎建設工事の開始に伴い、旧北部ふれあい広場(北部公園)を閉鎖します。

日7月以降閉鎖予定
内公衆便所、バーベキュー広場も閉鎖します。今年度は遊具の設置を行いません。

問管財室
☎792・9211

1. 平成30年4月1日に障害者手帳等を持つ人で次に該当する人は申請により減免される場合があります。

①障害者本人または生計を一にする人が運転する場合

※18歳以上の身体障害者は本人所有に限りません

②障害者のみの世帯で障害者本人が所有し、常時介護する人が運転する場合

2. 社会福祉法人等が公益事業のために使用する軽自動車は申請により減免される場合があります。

※それぞれ対象となる要件(障害等級や使用目的等)がありますので、くわしくはお問い合わせください

持減免申請書(税務課、各市民センター等にあり)を、印鑑(認印)、軽自動車税納税通知書、障害者手帳など減免申請理由証明書、運転する人の運転免許証、自動車検査証(車検証)、マイナンバーを確認できる書類

日5月31日(休)

問税務課
☎792・9751

春から一緒に働きませんか?

あなたの得意を見つけて活かしてください。
お掃除力、裁縫力、盛り付け力、会話力

1日のうち
◎7:30スタート
◎16:00スタート(選べます!)

1日(11時～5時程度)

まずはお気軽に会いにきてください。電話025-795-2216

B型肝炎訴訟無料個別相談会

給付金請求

5/26(土) メッセピア (燕三条場産センター) 5階ミーティングルーム

5/27(日) サンライフ長岡 第4会議室

完全予約制 ☎0120-013-621 9:00～18:00 無料電話相談

昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ 50万円～3,600万円

弁護士法人 弁護士 藤野 幸子(あいちこけい) 弁護士 藤野 幸子(あいちこけい) 弁護士 藤野 幸子(あいちこけい)

プレシマス総合法律会計事務所
東京都港区西新橋4-3 錦屋ビル6-A (営業時間) 平日 9:00～18:00

◆大型用品リサイクル仲介

☎ 5月20日(日)13時～15時
 場リサイクルハウス(エコプラント隣)
 ④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
 ※壊れている物の受入や家電製品、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

種別	H30	H29	増減
可燃ごみ	982	960	22
不燃ごみ	44	45	-1
大型ごみ	63	50	13
容器包装	12	12	0
古紙類	100	102	-2
合計	1,201	1,169	32

◆募 集

◆グリーンカーテンプロジェクト

ゴーヤやヘチマ、朝顔などつる性の植物を育ててグリーンカーテンを作り、夏を涼しく過ごしませんか。希望者に種を無料配布します。
 ☎ 5月15日(火)～6月29日(金)
 ・配布場所:環境対策室
 ・配布物:ゴーヤの種(12粒)、グリーンカーテンガイドブック(ゴーヤの育て方)
 ※無くなり次第終了
 問 環境対策室
 ☎ 792・9766

◆うおめま夏の雪まつり 出店者(飲食店)

☎ 7月21日(土)・22日(日)両日も10時～16時
 場 交流センターユピオ
 ④大湯温泉をメイン会場に開催する真夏の名物行事で売店(飲食店)の出店者を募集します。2間×3間の区画を用意します。テントなど営業に必要な物品は各自でご用意く

他 買い取りのなかった品物は、後日、お引取りいただきます。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。
 問 魚沼市消費者協会事務局(市民相談センター内)
 ☎ 792・8844



◆制度・手続き

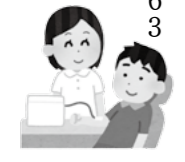
◆観光の新たな魅力を開発「観光地域づくり事業補助金」

観光客を増やすため、市内の各地域の魅力向上を図る事業に対する補助金制度です。
 ◎対象事業
 ①誘客促進事業
 ②地域資源の活用や観光地としての新たな魅力づくりを図る事業

◆健康・福祉

◆献血(全血)実施

①市役所湯之谷庁舎
 ☎ 5月17日(木)9時30分～11時30分
 ②JA北魚沼農協本店
 ☎ 5月17日(木)13時30分～15時30分
 ●献血種別
 ●全血(400ml)
 問 健康増進室
 ☎ 792・9763



②魅力の発信及び宣伝ツールの作成、観光説明会など新たな誘客を図る事業
 ③基盤整備事業
 (1)観光客の利便性の向上のための観光施設及び観光景観を整備する事業
 (2)市内の3者以上の観光事業者で構成する団体
 ・補助率:2分の1以内
 ・補助金上限額:50万円
 ・予算額:200万円
 ☎ 6月29日(金)
 他 応募者多数の場合は、予算額の範囲内で交付決定額を按分します。
 問 観光振興室
 ☎ 792・9754

◆安心・安全

◆防災行政無線・緊急告知ラジコを用いた全国一斉の緊急情報伝達訓練

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・緊急告知ラジコ

を自動で起動させ、一斉放送できるよう整備しています。この情報を皆さんへお伝えするため、情報伝達訓練を実施します。
 ☎ 5月16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

◆職員等の募集

◆健康課非常勤職員募集

●募集定員:
 ①保健師または看護師(保健師優先とします):2人
 ②管理栄養士:1人
 ③事務補助員:1人
 ・応募資格:普通自動車運転免許(AT限定可)を有する65歳未満の人
 ・業種別資格:
 ①保健師または看護師の資格を有する人
 ②管理栄養士の資格を有する人
 ・職務内容:乳幼児及び住民けん診等での保健指導等各種



保健業務
 ・任用期間:採用決定から平成31年3月31日まで
 ・勤務地:市役所湯之谷庁舎
 ・勤務時間:8時30分～16時15分(休憩1時間)
 ・賃金:月額128,200円～179,800円(応募資格の職種による)
 ・休日:土、日、祝祭日(原則)
 ・選考方法:書類選考・面接
 ※応募者へ別途連絡
 ・申込方法:所定の申込書に市販の履歴書を添えて提出してください。
 ☎ 5月23日(水)必着
 他 申込書は健康増進室または市ホームページからダウンロードできます。
 問 健康増進室
 ☎ 025・792・9763

高齢者・障害者向け 住宅整備の補助金・資金貸付制度

①住宅整備事業補助金

身体機能の低下した65歳以上の高齢者や重度の身体障害者等が自宅を身体状況に適したものに改造等を行う場合、その費用の一部を補助します。
 問 市内に住所を有し、次のいずれかに該当する人または同居する家族で、世帯員の前年の収入額が600万円未満の人
 ①おおよね65歳以上で、要介護(要支援)認定を受けている人
 ②身体障害者手帳1級または2級の交付を受けている人
 ③療育手帳「A」の交付を受けている人
 ◎補助対象経費
 次の(ア)、(イ)のどちらにも該当する経費
 (ア):補助対象者が所有し、かつ、補助対象者が現に居住し、または工事完了後速やかに居住見込みの住宅の改造(全面

高齢者については 問 介護福祉室 ☎ 792・9755
 障害者については 問 厚生室 ☎ 792・9767

②住宅整備資金貸付

的な建替え工事は除く)
 (イ):居室、廊下、トイレ、浴室、玄関、階段、台所、洗面所等高齢者や障害者が利用する部分の改造であって、日常生活に利便を与えるものであること。
 ◎対象工事費限度額
 ①の補助対象者:30万円
 ②③の補助対象者:50万円
 ただし、②に該当する人で重度身体障害者日常生活用具給付等事業の住宅改修費の給付対象に該当する場合は、補助基準額が30万円となります。
 ◎補助率
 ●生活保護世帯:限度額の全額補助
 ●所得税非課税世帯:限度額の4分の3補助
 ●その他の世帯:限度額の2分の1補助
 他 補助決定前に着工しないでください。

問 市内に住所を有し、次のいずれかに該当する人
 ①60歳以上の親族である高齢者と同居する人で、高齢者の居室等が必要とし、かつ、自力で高齢者の居室等を増築、改築することが困難な人
 ②障害者または障害者と同居する親族で、障害者のための居室等が必要とし、自力で増築、改築することが困難な人
 ◎貸付限度額
 ●一世帯250万円
 ◎貸付条件
 ●利率:年0.26%
 ●償還方法:元利均等半年賦償還
 ●償還期限:資金貸付日の翌日から起算して10年以内
 ●連帯保証人:魚沼市民2人

食育の日 ☎ 5月19日 毎月19日は「食育の日」です。減塩のコツは、濃い味付けを控えるだけではなく、食べ過ぎないことです。たとえ薄味でもたくさん食べると塩も多くなってしまいます。

交通安全家庭の日 ☎ 5月10日 自転車が通行できる歩道を通行する場合でも、歩行者が優先です。歩行者の通行を妨げないよう十分注意し、ルール・マナーを守って通行しましょう。

厚生室
☎792・9767

①今冬の豪雪災害にか かる災害弔慰金・災害 障害見舞金について

魚沼市災害弔慰金の支給等
に関する条例に基づき、災害
弔慰金、災害障害見舞金の支
給を行います。

◎災害弔慰金の支給

☑除雪作業等で死亡し、被害
を受けた当時、魚沼市に住所
を有していた人
・受給遺族：配偶者、子、父母、
祖父母
・支給額：生計維持者死亡の
場合500万円、その他の人
の死亡の場合250万円

◎災害障害見舞金の支給

☑除雪作業等で重度の障害
（両目失明、要常時介護、両
上肢ひじ関節以上切断等）を
受け、被害を受けた当時、魚
沼市に住所を有していた人
・支給額：生計維持者の方
250万円、その他の人
125万円
☑くわしくはお問い合わせく
ださい。

②手話を学んでみませ んか？「魚沼市手話奉仕 員養成講座」

ろう者講師による楽しくわ
かりやすい内容で、毎回好評
の講座です。今年は基礎編で
す。「手話」という新しい言
語に挑戦してコミュニケーション
の世界を広げてみませ
んか。

期 6月7日～12月6日毎週木
曜19時～20時30分※11月22日
（休講（計26回開催予定））

場 小出ボランティアセンター
☑基礎課程（日常会話ができ
ることを目指します。）

定 先着25人
料 5,000円（他にテキスト
がない人は3,240円）

☒ 5月24日（木）必着

申 「手話講座申込み」と記入
し、住所・氏名・連絡先電話
番号を明記のうえ、ファクス
またはハガキ、Eメールにて
お申し込みください。

〒946・8511大沢21
3番地1（厚生室宛て）
☎793・1016

☑ Kousei@city.nonuma.lg.jp

生涯学習・公民館

◆赤ちゃんにはじめての絵 本を5月ブックスタート

◎子育て支援センターぱびぷ
☎ 5月16日（水）13時～14時30分

◎広神図書館和室

☎ 5月26日（土）10時～11時30分
☑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。
☑平成29年7月生まれの赤
ちゃんと保護者
持 ブックスタートパック引換書
問 小出郷図書館
☎ 792・0337

☎ 799・3227

◆乳幼児向け「だんご おはなし」

◎広神図書館

☎ 5月19日（土）10時30分から
☑絵本「いちご」「おべんと
うパス」「びよん」など

◎小出郷図書館

☎ 5月25日（金）10時30分から
☑絵本「あかちゃんごおしゃ
べりえほん」「ぺんぎんたい

◆老人医療費助成事業 （県老）受給資格申請

65歳から69歳までのひとり
暮らしまたは寝たきりの人
が、健康を保ち健やかに過ご
せるように、病院などにか
かった医療費の自己負担額の
一部を県と市が助成します。

☑ 65～69歳で常時ひとり暮
らしの状態にある人

※戸籍上、住民票上でひとり暮
らしてであるという形態だけでな
く、生活実態を考慮します

・65～69歳で3か月以上に渡つ
て常時寝たきりで、日常生活
における基本的な動作（食事、
排便、入浴、立ち座り等）が
困難かつ他の介助を必要とす
る状態にあり、その状態が継
続すると認められる人

※所得が125万円を超える
人は除かれます

☑ 一部負担金：かかった医
療費の2割

・1か月の自己負担限度額：
外来のみの場合12,000
円、入院と外来があった場合
44,400円

※市民税非課税世帯の人は軽

そう」大型絵本「ころころこ
ろ」など

持 読書ノート

問 小出郷図書館

☎ 792・0337

◆雑誌リサイクル市

☎ 6月3日（日）9時30分～11時
30分

場 小出郷図書館、広神図書館
☑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。

☑図書館利用者カードをお持ち
の人の

持 図書館利用者カード

問 小出郷図書館

☎ 792・0337

☎ 799・3227

問 小出郷図書館

☎ 792・5336

（平日：9時～16時）

①ノルディックウォーク 体験会

◎元氣ポイント対象事業
☎ 6月3日（日）9時～12時

※荒天中止

減制度があります
持 保険証、印鑑
問 介護福祉室
☎ 792・9755

子ども

◆市立保育園・認定こ ども園の一時預かり事業

市立保育園・認定こども園
では、次の場合、保育を必要
とするお子さんの一時的な保
育を行っています。

①保護者のやむを得ない事由
により緊急または一時的に家庭
での育児が困難となった場合

②育児に伴う保護者の心身の
負担を解消する場合

☑ 生後4か月から就学前のお
子さん

料 一時預かり保育料等

・8時30分～16時30分の間は
1時間あたり200円

※この時間帯での一日の利用
上限額1,200円
・7時～8時30分の間、16時
30分～19時の間は30分あたり
200円

・給食費として1食あたり

むかし」初心者を対象にして
古文書のイロハから学びます。

講 魚沼市古文書に親しむ会

☑ どなたでも定10人

料 500円（資料代は別）

持 筆記用具、原稿用紙

☒ 6月1日（金）

◆堀之内公民館第1回高 齢者大学

☎ 5月23日（水）10時から

場 堀之内公民館

☑ 第1部：市長との対話会

第2部：なかよし保育園児公演

☑ どなたでも料無料

問 堀之内公民館

☎ 794・6026

問 湯之谷公民館

☎ 792・0530

（平日：9時～16時）

①ふるさと歴史講座文化 財めぐり①魚沼江戸古 道「銀の道」

☎ 6月2日（土）6時～15時

場 銀の道（湯之谷地域）

※湯之谷公民館駐車場集合
☑ 平安時代末期、銀を運ぶ唯

300円

※生活保護世帯は免除

☑ 予約が必要です。なお、初
めてご利用になる場合は、事
前に施設へおいでください。
☑ 他私立保育園も一時預かり事
業を行っていますので直接お
問い合わせください。

問 子ども課

☎ 794・6027

◆親子運動教室

☎ 6月15日（金）10時～10時45分

場 子育て支援センターぱびぷ

☑ 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）

☑ 0～3歳のお子さんとその
保護者定25組

☒ 6月14日（木）

問 子育て支援センターぱびぷ

☎ 792・6356



禁煙の日 ☎ 5月22日 毎月22日は、禁煙の日です。そして、5月31日は世界禁煙デーです。
世界はたばこのない社会へと着実に近づいています。考えてみませんか、たばこのこと、今後のこと。

申入広瀬公民館
☎796・2322
(平日：9時～16時)

① 第1回高齢者講座

日 5月24日(木)13時～15時
場 入広瀬庁舎
内 市長との対話会、やさしい体操 **無料**
対 入広瀬地域60歳以上

② 子ども茶道教室

日本の伝統文化・礼儀作法を学び、豊かな心を育てます。
日 5月28日(月)～31日(木)15時～18時(全4回)
場 入広瀬庁舎
内 お茶を飲む、点てる基礎作法のお稽古
講 平瀬美保子さん
対 小・中学生 **定15人**
¥800円(全4回分、お菓子代等) **持**ハンカチ、筆記用具※靴下を履いてきてください
☎ 5月18日(金)

③ ピラティス&ストレッチング教室

◎元氣ポイント対象事業
からだ全体のバランスを整

三二情報

◆大湯温泉山菜祭

日 5月20日(日)
場 大湯温泉交流センターユピオ
内 山菜即売、魚のつかみどり、山菜ピクニック、ちびっこピクニック、フリーマーケット(参加者募集、出店料300円、締切りは5月17日(木))
☎ 交流センターユピオ
☎ 795・2003

◆「私の文化・芸術・写真コンテスト」応募作品募集

期 5月20日(日)～11月20日(火)
内 家族や友人などを被写体としたイベント・地域の祭り、文化・芸術活動での発表会などの写真(四つ切写真またはA4カラー印刷)
・審査員：相田憲克氏(舞台写真家)
¥1点500円
他 金賞～入選、各団体賞、参加賞あり
☎ 小出郷文化会館
☎ 792・8811

え、改善しながら鍛えるエクササイズです。
日 5月～10月(全10回)
・第1回：5月29日(火)9時30分～11時30分
場 入広瀬庁舎
講 佐藤智子さん(からだづくりにすたじおまよるオーナー)
対 どなたでも **無料**
定 15人
¥1,000円(全10回分)
持 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット
☎ 5月23日(木)

◆第6回「宮里静輝」展

日 5月14日(月)～26日(土)9時～16時
場 伊米ヶ崎公民館
内 「大島月庵」の師匠である「宮里静輝」の作品を展示します。
対 どなたでも **無料**
☎ 伊米ヶ崎公民館
☎ 792・0082

◆地域の遠足教室「おらが広神いろはかるた」の名所を巡る

日 6月2日(土)8時30分～12時

◆新潟県埋蔵文化財センター平成30年度巡回展「縄文の造形美～大反田南遺跡と火焔型土器」

期 5月26日(土)～7月16日(祝)9時～16時
場 目黒邸資料館
内 大反田南遺跡を中心に縄文中期の出土品を展示します。原居平遺跡・正安寺遺跡(魚沼市)、高平遺跡・春木山遺跡(村上市)、長者ヶ平遺跡(佐渡市) 出土資料
他 展示解説
日 6月16日(土)①11時②14時
¥200円
☎ 埋蔵文化財センター
☎ 025・025・3981

◆魚沼市スポーツフェスティバルゴルフラウンドゴルフ春季大会

日 5月27日(日)13時から
場 さくらグラウンドゴルフ場(下倉)
¥600円
☎ 5月16日(木)
申 角屋
☎ 080・1154・6309

場 広神地域滝之又「石仏」「二本杉」※広神コミュニティセンター集合(現地まで車で移動)
内 「縁結び願いで通う石仏」(大杉の二本が睦む滝之又)「かるたより」滝之又地区を散策
講 清塚正伸さん
持 飲み物、タオル、軽食
対 どなたでも **無料**
☎ 5月28日(月)
申 広神公民館
☎ 799・3227

スポーツ

◆寿和温泉水泳教室

日 6月2日・9日・16日・23日・30日、7月7日・21日・28日、8月4日・11日(いずれも土曜)
①15時～16時②16時～17時
場 入広瀬寿和温泉ドリームタウン温水プール
内 ①学童初級クラス：泳げない子どもを中心とした水慣れクラス
②学童上級クラス：25m程度泳げる子どものステップアップクラス
講 川田和美さん(日本水泳連

◆魚沼市水泳協会「普通救命講習会」

日 5月27日(日)9時～12時
場 スポーツアカデミー小出
内 普通救命講習会
講 魚沼市消防署
対 市内在住・在勤中学生以上
¥200円(テキスト)
持 動きやすい服装、上履き
☎ 5月22日(火)
☎ 魚沼市水泳協会事務局
☎ 792・9933

◆「つおぬま森の学校」自然観察会

日 5月27日(日)8時30分～11時
場 響きの森公園泉沢里山生態園「東屋」集合
内 一本杉遊歩道と林泉庵ブナ林の中を歩き自然の観察、学習をします。
講 富永弘さん
¥300円
持 飲み物、帽子、長袖・長ズボン等動きやすい服装、手袋等
☎ 5月24日(木)
申 NPO法人魚沼交流ネットワーク
☎ 792・1336

盟地域スポーツ指導員)小学生以上
定 各クラス先着30人
¥3,000円
※入場料は含みません
☎ 5月25日(金)
申 生涯学習課
☎ 794・6073

催し

◆6月1日魚沼から船で行く尾瀬ルート開通

魚沼から船で行く尾瀬ルートが6月1日(金)にオープンします。開通記念として、式典、開通記念登山を行います。先着30人に尾瀬手ぬぐいと温泉饅頭を配布いたします。
◎開通式
日 6月1日(金)8時30分
場 奥只見乗船場
内 安全祈願、テープカット
☎ 観光振興室
☎ 792・0754
◎開通記念登山(尾瀬沼)
日 6月1日(金)9時25分～17時30分
場 奥只見乗船場集合

◆GreenFesta 2018出演者募集

日 6月3日(日)12時～17時
場 小平尾緑地公園特設ステージ
内 鳥屋ヶ峰登山客とともに楽しむライブコンサートです。演よさこいソーラン、アマチュアバンド他
¥無料 **持**5月17日(木)
☎ 実行委員会・馬場
☎ 080・2093・5067

◆薬師テニススクール

期 6月1日～9月28日毎週金曜19時30分～21時(全12回)
場 薬師テニスコート
内 初心者向けのテニス教室です。ラケットの無料貸出もあります。(申込時に予約)
対 小学生(2年生以上)と大人の初心者
定 一般クラス：10人
小学生クラス：20人
¥一般：8,000円
小学生：6,000円
持 硬式用ラケット
☎ 5月29日(火)
申 トレーニングセンターヤッコム
☎ 792・8731

内 奥只見郷ネイチャーガイドが尾瀬の大自然をご案内します。
¥5,280円
☎ 5月25日(金)
申 (一社)魚沼市観光協会
☎ 792・7300(要予約)

◆春のワイワイフリーマーケット

日 6月3日(日)10時～14時
※雨天中止
場 なかよし中央公園
持 マイバッグ
※買い物袋は用意していません
◎出店者募集
・1区画面積：2.5m×2.5m
・出店場所：受付順に決定
・販売品：生活用品、雑貨、衣料品等(食料品、薬品、動物、自転車等を除く)
対 家庭の不用品出店者(販売を業とする人は不可)
¥1店500円(当日徴収)
定 先着26店
☎ 6月1日(金)
他 代理申込、郵送申込も可
☎ 申 魚沼市消費者協会事務局(市民相談センター内)
☎ 792・8844

◆わかあゆ社まつりボランティアのお誘い

日 6月2日(土)10時～14時
場 わかあゆ社(小出島)
内 お手伝いしていただけるボランティアを募集しています。また、バザー品のご提供をお願いいたします。
※新品未使用のものに限りま
ください **持**5月23日(木)
申 わかあゆ社
☎ 792・5782

◆テクノスクール事務基本科1期(6月入校生募集)

期 6月12日(火)～9月7日(金)9時～15時50分
場 魚沼サンティックススクール
対 パソコンの基礎知識、操作技能やビジネスマナーを習得し、就職を希望する人
¥無料(但し、テキスト代等自己負担あり)
☎ 5月22日(火)定15人
申 ハローワークこいで
☎ 問 県立魚沼テクノスクール
☎ 794・2410

申福山森林体験の家
☎797・2366

① 自然散策・木工体験

- 日 6月3日(日)9時〜13時30分
場 福山森林体験の家
内 ①森林体験の家周辺を散策し、生き物観察などを行います。
②ウッドバーニングを使ってのキーホルダー作りや、白炭を使った炭風鈴作りを行います。(雨天決行)
対 魚沼昆虫同好会
対 となたでも定30人
定 1,000円
持 レインコート、長靴、軍手、着替え、おにぎり
※ 5月30日(水)
※ 6月6日(水)

◆親子が分ち合える「そだねー」の子育て講座

- 日 6月12日(火)・19日(火)・26日(火)・7月3日(火)・10日(火)・17日(火)19時〜20時30分
場 小出郷福祉センター
内 発達障害や子育てに難しさを感じる保護者が、子どもに分かり易い具体的で効果的な対応を身につける講座です。
対 3歳児〜小学3年生の子どもを持つ保護者(原則全6回参加できる人)
定 8人※多数の場合は抽選
定 6,000円
※ 6月4日(月)
他 保育を希望される人はお問合せください。
申 魚沼の子育ちを考える会・渡辺
☎ 090・2408・9964



◆魚沼市スポーツフェスティバル第12回魚沼市バドミントン大会

- 日 6月17日(日)9時から
場 堀之内体育館
内 一般男子の部、一般女子の部(高校生以上)、上級(A)、中級(B)、初級(C)
対 ペアの片方または両方が市内に在学、在勤、在住する人
魚沼市バドミントン協会に在籍する人
定 800円※高校生600円
※ 6月9日(土)
他 各種別3位まで表彰
申 魚沼市バドミントン協会
☎ 鈴木・794・4883
☎ 森山・792・0287

◆若者サポートステーション「魚沼サテライト」(出張相談)

- 就職に悩みを抱える若者を対象に、専門相談員が相談支援を行います。相談は1回50分程度です。
日 6月14日(水)
① 小出ボランティアセンター
10時〜12時

② ハローワークこいで

- ・13時〜14時
対 15〜39歳の働くことに悩みを抱えている若者
※家族からの相談も受け付けます
申 長岡地域若者サポートステーション※要電話予約
☎ 0258・86・7730

◆思春期青年期精神保健相談会

- 日 5月22日(火)、6月26日(火)
7月24日(火)13時30分〜16時
場 新潟県精神保健福祉センター(新潟市中央区上所)
内 思春期の心理的な問題や行動上の問題についての精神科医師による個別相談(要予約)
対 15〜30歳くらいまでの人
定 無料
申 新潟県精神保健福祉センター
☎ 025・280・0113

◆用水路やため池での水難事故防止のお願い

雪解けを迎え、これから用水路やため池は農作業で水をたくさん使うので、水量が増



えて大変危険です。子どもたちが近くで遊ばないように、また不用意に近づかないように、ご家庭・地域の皆さんからも声かけをお願いします。
魚沼地域振興局農業振興部
☎ 792・7825

◆北里大学保健衛生専門学院学校紹介

- 医療の仕事や学校を楽しく紹介します。
日 6月16日(土)・17日(日)11時〜15時30分
場 北里大学保健衛生専門学院
内 学校説明、入試説明、体験実習、校内見学等
定 無料
申 ホームページまたは入学センターからお申し込みください。
☎ 0120・451・185
☎ 025・779・4511
閩 北里大学保健衛生専門学院

◆自動車税(普通車・県税)の納期限は5月31日(木)です

自動車税は、金融機関やコンビニエンスストア、地域振興局県税窓口で納付できます。また、インターネット(Yahoo! 公金支払い)を利用してクレジットカード(VISA MasterCard・JCB・American Express・ダイナース)でも納付することができます。納期限までに納付をお願いします。

◆HIV感染・肝炎ウイルス感染に関する相談・検査について

- ◎相談電話
日 毎週月曜から金曜8時30分〜17時
◎血液検査
日 毎週木曜9時30分〜11時30分、夜間検査は8月、1月、

2月を除く、第3木曜17時〜18時30分

◆日本赤十字社会費の募集

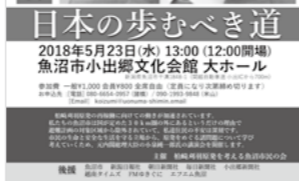
- 日本赤十字社は国内災害救助、献血ルームの運営、看護師の育成などの活動を行っています。この活動を計画的・継続的に行うために、会費を募集しています。
今年も自治会を通じて会費の納付のご協力をお願いいたします。
期 5月11日(金)〜31日(水)
閩 日本赤十字社新潟県支部魚沼市地区事務局(福祉課厚生室)
☎ 792・9767

お詫びと訂正

4月25日号市報うおぬまお知らせ版に掲載した記事の電話番号に誤りがありました。お詫びして次のとおり訂正いたします。

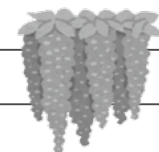
◆小泉純一郎氏講演会「日本の歩むべき道」

日 5月23日(水)13時から
場 小出郷文化会館
内 市民の生命と安全な生活を守る立場から、原発をめぐる諸問題について学び考えていくための講演会です。
定 1,000円
※全席自由(定員になり次第締め切り)
閩 柏崎刈羽原発を考える魚沼市民の会
☎ (米山) 090・1993・9848 (諸橋) 080・6654・0957
☑ koizumi@uonuma-shimin.email



5月 16日〜31日 行事カレンダー

Calendar table with columns for date and event details. Includes events like 'ブックスタート小出', '献血', 'だっこでおはなし広神', 'リサイクルハウス', '商工業支援制度説明会', '市民対話の日', '年金相談日', 'だっこでおはなし小出', 'ベースボールマガジン旗争奪上越沿線少年親善野球大会', '無料弁護士相談会', '市民対話の日'.



6月 乳幼児健診等 園健康増進室 ☎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30年2月	28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28年11月	6日(水)		湯之谷保健センター
2歳児	平成28年6月	20日(水)		
3歳児	平成27年6月	13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、治ってから受診してください。

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	H30年3月生の乳児の養育者	5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	H29年11月生の乳児の養育者	12日(火)	9:45~	
離乳食講習会ステップ3	H29年8月生の乳児の養育者	25日(月)	13:30~13:45	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみがきなど)	平成29年6月生	26日(火)	9:15~9:30	

持・母子健康手帳 ・オムツ等の着替え

6月 親子ふれあい広場 園子ども課 ☎794・6027

名称	日時	内容
子育て支援センターぱびぷ ☎792・6356		
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)	11日(月) 10:00~11:30 18日(月)	離乳食や食事の相談ができます。

・6月28日(水)は、4か月健診のため午後からお休みとなります。

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

・6月8日(金)は、お休みとなります。

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

・6月28日(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	8日(金) 10:00~11:00	スタンプでペタペタ遊ぼう

◎育児相談は、各会場で随時受け付けています。

市報クイズ

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5月24日(木)までに応募してください。

Q 平成27年度の魚沼市特定健診で、40代の受診率は何ポイントですか？

A ①41・2%
②41・9%
③41・7%

前回の正解は、「②諸収入」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：17通(うち正解数：14通)

小宮山康太 さん
桜井 麻子 さん
佐藤 悠馬 さん
中村圭二郎 さん
目黒智恵子 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 (3月21日~4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	お誕生日	お誕生日	お誕生日	お誕生日
吉澤 奏 貴志・彩美 堀之内宮原町	大淵 定吉 春日町 85歳	中澤 武夫 今泉 90歳	吉田 光希 達郎・真梨子 堀之内稲荷町	吉田タマノ 山ノ手町二 108歳	佐藤喜八郎 米沢 86歳
磯部 旭 一幸・歩 竜光一	五十嵐信二 下倉新田 104歳	櫻井 サガ 一日市 88歳	本間 歩 志朗・亜以子 下島一	大平チイ子 田戸 89歳	櫻井 トラ 中家 94歳
上村 咲弥 知明・幸子 和長島	南雲 キシ 下島二 105歳	茂野 實 中家 84歳	田澤 佳心 達也・円佳 魚野地	佐藤 芳 田川 90歳	秋元 寛 池平 90歳
小見山 仁菜 康太・杏奈 浦町七	渡邊 貢 長屋 91歳	小岩ヨシノ 小須原 96歳	小幡 柚稀 直也・美穂子 佐梨	松井 忠夫 小出稲荷町二 81歳	椿 ふさ子 西名 69歳
星 有咲 隆洋・尚子 中原	富永 静子 あげぼの町 85歳	櫻井 真吾 高倉 42歳	森山かすみ 敏広・知英子 板木	桑原 俊江 虫野 94歳	
駒形 弥英 翔太・香奈 上ノ原	梅田ミノル 大浦新田 90歳		川口 藍 頭・泉恵 井口	星 マリ子 大沢 74歳	
松木 一葉 洸葉・麻衣 中島	星 フサ 湯之谷芋川 99歳			星 竹二 宇津野 79歳	
	関矢 一男 雁坂下 82歳			佐藤 健二 雁坂下 84歳	
	今井 イセ 雁坂下 91歳			今井 イセ 雁坂下 91歳	
	櫻井 孝一 東中 74歳			櫻井 トイ 泉沢 98歳	
	大羽賀三郎 東中 90歳			飛地みつ以 和田 86歳	

人口と世帯数 (H30.4.1)

	人口	うち外国人	増減
男	17,930	61	-76
女	18,766	134	-111
計	36,696	195	-187
世帯数	13,282		0

※増減は、前月比です

表紙の写真



今年3月に、薬師スキー場で行われた庄巻のFMXショー「フライナイトオンザスノー2018」での炎の演舞をパチリ。漆黒の雪上で、演者が両端に炎のついたチェーンを回すと、放射状に飛び散る気合を逃さぬようシャッターを切りました。

編集後記



4月に新学期・新年度が始まり、新しい環境でチャレンジをしている人たちにとって、ゴールデンウィーク(GW)は、ほっと一息できる連休ではないかと思えます。しかし、市報編集にこのGWと年末年始の大連休は、少し厄介なものです。休みの分だけ校了日も早まることから、編集作業に追われる日々が続くのです。さて、気持ちを引き締め、次号発行に向け編集作業に向かいます。(T)

うおぬま 美食逸品 NO.15



東京で約11年修行したという店主が昭和46年に開店したこちらのお店は、花好きなお主人と仲の良い家族で経営するお寿司屋さんです。お勧めの「握り寿司1人前セット」は、握り7貫と巻物、味噌汁セットでなんと1,080円！魚沼産コシヒカリと新鮮なネタの組み合わせはもちろん「美味しい」の一言。ランチ限定の500円で提供している「ミックス丼」と「お稲荷さんセット」。お値段もリーズナブルでお昼にちょう

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。今号は、堀之内で開店47年目を迎える老舗の「都寿司」さんをご紹介します。

ど良い。カウンター席もあり、お一人様でも気楽にちよいと食べて飲むのも楽しめます。これからの時期のお勧めネタは「鱈、鰹、鯛」とのこと、爽やかなこの季節に、旬なお寿司を食べに行ってみませんか♪

25名位の宴会にも対応できますので、ぜひご相談ください。



魚沼市堀之内 324-3
 ☎025-794-2436 (火曜定休)
 営業 昼：11時~13時
 夜：16時~23時

店主 角屋 昭さん



JA北魚沼コラボ企画 /

あぐり〜んキッズくらぶ

参加者募集中!!



小学生とその保護者を対象にして農業体験等の活動を行います。市内で生産される農産物の生産現場での体験や、施設見学等を行います。市内で生産される農産物を知り、食べることの楽しさや食物に対する感謝の気持ちを、子どもたちと一緒に育みませんか♪

内全6回シリーズで農業体験などの活動を行います。

¥参加費は無料です。

期5月～2月まで下記のとおり

各回：午前9時集合

※原則午前11時30分解散

対市内小学生及び保護者 募集：先着25名

申食まちうめまネットワーク推進協議会事務局
(健康増進室 食のまちづくり推進係)

☎792-9763

スマホで
簡単申込が
できます!



日程	内容
5月19日(出)	田植え体験
6月23日(出)	田んぼの生き物調査
8月4日(出)	スイカほ場・選果場見学
9月29日(出)	深雪なすほ場・集荷場見学・稲刈り体験
11月10日(出)	JA米穀雪室貯蔵庫の見学、食育セミナー
2月16日(出)	郷土料理の調理実習



たけのこごはん (主食)

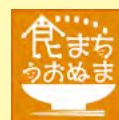
材料 (4人分)

米	2カップ	しょうゆ	小さじ2
だし汁 (昆布でとる)	適量	みつば	1/4わ
ゆでたけのこ	100g		
油揚げ	1/2枚		

エネルギー	327kcal	たんぱく質	7.0g
炭水化物	67.4g	脂質	2.1g
		塩分	0.4g

食まちうめま

レ・シ・ピ No.24



作り方

- ①米は洗って、水(分量外)に浸けて30分以上置き、ザルにあげておく。
- ②たけのこは穂先を薄切りに、根元を1cm角に切る。油揚げは熱湯をかけ油抜きをし、1cm角に切る。
- ③炊飯器に①の米を入れ、昆布でとっただし汁を目盛りまで注ぎ、しょうゆ、②のたけのこ、油揚げを加えて炊く。
- ④炊き上がったたら軽く混ぜ、器に盛り、1~2cm長さに切ったみつばをのせる。

< 1品を濃いめの味でめりはりを >

炊き込みごはんなど味付きのごはんは、茶碗1杯で約1gの塩分が含まれます。おかずの1品を濃い目にし、他は薄味でいただく減塩になります。

魚沼市食生活改善推進員協議会



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。