

2020

4 . 10

No.186

魚 市報

うお
ぬま

沼

輝く未来への第一歩

表紙の写真

「魚沼北中学校卒業式」

Mission 1

人口減少問題対策

若者、子育て世代を応援する

- 子育ての駅運営事業 2,287万円
- 子育て世代包括支援センター管理事業 442万円
- 地域おこし協力隊受入事業 3,669万円
- 移住定住促進事業 1,387万円
- 雇用対策事業 6,460万円
- 企業誘致対策事業 3,300万円



Mission 2

地域経済の活性化

地域産業を応援する

- 食でつながる元気なまちづくり推進事業 1,091万円
- 里山整備事業 2,500万円
- 魚沼市産材活用促進事業 1,619万円
- 企業人材確保・育成支援事業 3,441万円
- 農地農業施設整備事業 3,180万円
- 商業活性化事業 1,857万円



令和新時代の夢をはぐくむ

市長所信表明 (抜粋)

本年5月に開庁する新庁舎は「人や環境にやさしい庁舎」を基本理念のひとつとしており、自然エネルギーを活用し環境負荷に配慮した、雪国仕様でコンパクトな庁舎となります。誰もが気軽に利用できる利便性の高い市役所として愛されるよう、機能の充実を図っていくとともに、関連する周辺整備を含め、将来に向けたまちづくりも進めてまいります。

新庁舎への機能移転にあわせて、「市民サービスコーナー」を堀之内、湯ヶ谷、広神の各公民館に設置し、市民の皆様が日常的な利便性が低下しないように配慮



令和2年度の予算(案)と重点施策について述べる佐藤市長

令和2年度予算 主要事業

Mission 3

健康・福祉の充実

健やかで安心して暮らせるまちをつくる

- 基本健診事業 455万円
- がん検診事業 5,985万円
- 公共交通総合連携事業 11,171万円
- 地域との「絆」推進事業 4,546万円
- 地域生活支援事業 10,185万円
- 高齢者生活支援事業 5,777万円
- 生きがい活動支援通所事業 2,472万円
- 〈介特〉認知症総合支援事業 1,970万円
- 〈介特〉在宅医療・介護連携推進事業 970万円



Mission 4

教育の充実

地域で活躍できる人材を育む

- 学童保育管理事業 9,517万円
- 教育支援事業 12,389万円
- 外国語指導助手派遣事業 2,007万円
- ICT機器整備・情報教育推進事業 5,245万円
- 小学校施設整備事業 40,843万円
- 中学校施設整備事業 54,546万円

Mission 5

安全・安心な地域づくり

災害に強いまちをつくる

- コミュニティFM中継局管理事業 290万円
- 内水対策事業 60万円
- 防災対策事業 3,180万円
- 防災行政無線等整備事業 4,314万円
- 情報通信基盤施設管理事業 5,131万円
- 防犯対策事業 384万円

してまいります。

新年度予算編成における5つの重点項目についてご説明申し上げます。

はじめに「人口減少問題対策」であります。これまでも「自然減対策」と「社会減対策」を両輪として進めてきたところであり、現在子育て中の皆様や、これから家庭を築こうとしている皆様を支援し、結婚、出産の希望が叶うための施策を推進してまいります。

二つ目は、「地域経済の活性化」であります。昨年は、水の郷工業団地での操業開始や湯之谷庁舎の一部を活用して事業所が開設されるなど、これまでの企業誘致の成果が出てきていると感じております。地域経済の活性化につきましては、それぞれの課題について、市内の事業所の皆様及び関係団体の皆様と連携して取り組んでまいりたいと考えております。

三つ目は、「健康・福祉の充実」であります。年をとっても生きがいを持ち、障害のある人もない人も、尊厳をもって、ともに安心して暮らせるために、一人ひとりにあった適切な福祉サービスを提供してまいります。また、「子育て世代包括支援センター」を開設し、これまで以上に子育て世代の皆様をしっかり支えてまいります。

四つ目は、「教育の充実」であります。次の時代を担う子どもたちの学習環境の

整備のため、必要な施設整備は確実に実施してまいります。また、支援が必要な児童生徒には、学習補助員や介助員を配置し、ソフト面においても環境の整備を図ってまいります。

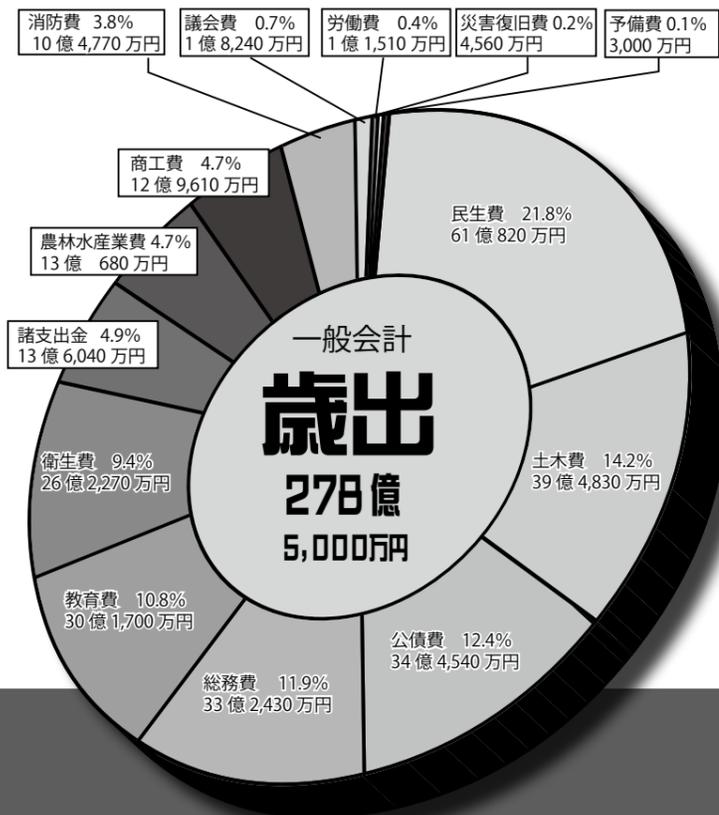
このほか、「魚沼市いじめ・差別等を防止して人権を守る条例」を制定するとともに「魚沼市いじめ・差別等追放都市宣言」をします。いじめやその他の人権侵害を絶対に許さないと意思を示し、明るい社会を市民の皆様と一緒につくりたいと考えております。

五つ目は、「安全・安心な地域づくり」であります。災害を防ぐ「防災」の観点だけでなく、被害を減らす「減災」という観点、さらに、被災した場合、より短い期間で元に戻る「強靱化」という考え方が重要になります。安全・安心な地域づくりが市民生活の基礎であることから、必要な事業には最優先で予算計上を行いました。

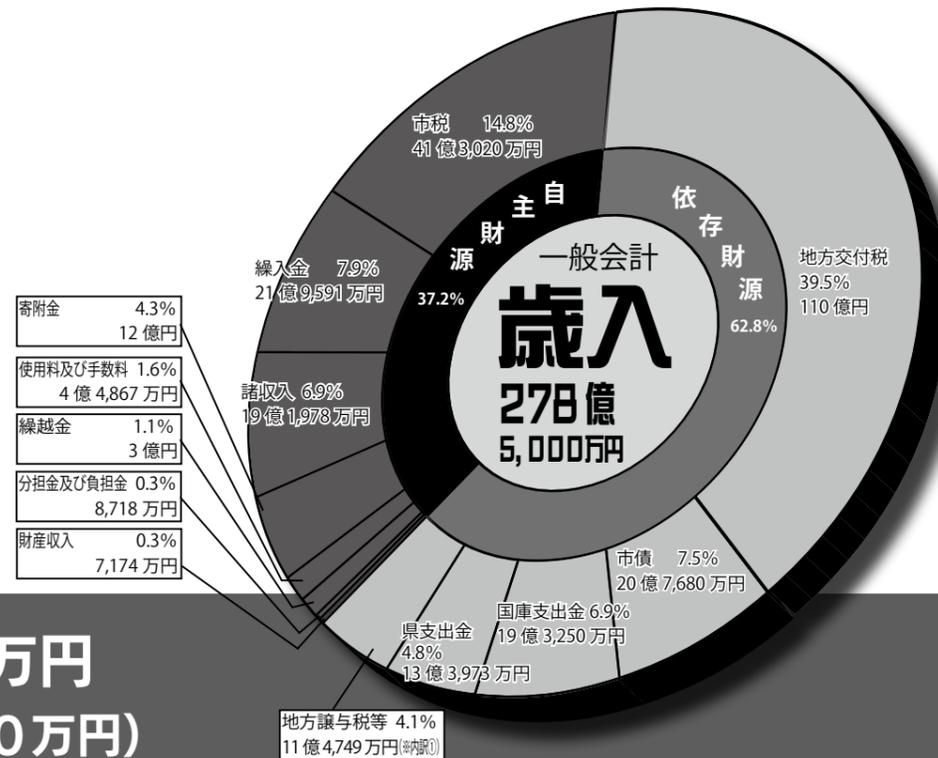
令和2年度は、魚沼市が誕生してから16年目にして、ついに新庁舎が開庁する記念すべき年となります。ひとつの節目であることは確かですが、市政の運営にはゴールはなく、常に前進し続けなくてはなりません。

市民の声に常に耳を傾け、市民の皆様が、元気で、生きがいをもって、安心して暮らせるまちづくりを進めてまいります。

close up



歳入・歳出ともに、円グラフ内の「%」は、構成比を表します。



予算総額は465億9,000万円
(一般会計予算総額は278億5,000万円)

■市債の状況

会計名	令和元年度末 現在高見込額	令和2年度末 現在高見込額
一般会計	331億810万円	321億7,375万円
病院事業会計	45億7,125万円	41億17万円
ガス事業会計	2億159万円	1億6,319万円
水道事業会計	30億1,832万円	29億7,552万円
下水道事業会計	86億1,836万円	77億8,396万円
計	495億1,762万円	471億9,659万円

■基金の状況

基金名	令和元年度末 現在高見込額	令和2年度末 現在高見込額
財政調整基金	42億1,415万円	40億3,695万円
減債基金	71万円	71万円
地域振興基金	43億221万円	43億221万円
公共施設整備等基金	23億3,347万円	23億3,487万円
新庁舎建設基金	7億4,225万円	5億4,666万円
過疎地域支援基金	9億108万円	10億150万円
ふるさと結基金	19億345万円	13億366万円
その他特定目的基金	1億1,293万円	1億2,624万円
奨学基金	6億1,200万円	6億1,200万円
医師等修学基金	1億円	1億円
国民健康保険納付等準備基金	1億7,528万円	7,444万円
介護保険給付等準備基金	2億1,632万円	8,783万円
計	156億1,385万円	145億2,707万円

歳出予算概要

新庁舎建設事業の完了により総務費が対前年度比38・4%減の33億2,430万円。県単補助事業等の減額により農林水産業費が対前年度比9.0%減の13億680万円。中小企業等への金融対策事業として、今冬の異常少雪の影響に対する経済対策として実施する特別支援資金の融資や、その信用保証料と利子の補助制度等により商工費が対前年度比22・7%増の

12億9,610万円。小中学校の施設整備費の増額により教育費が対前年度比14・1%増の30億1,700万円。ふるさと寄附金の大幅な増収見込みに伴う基金積立金の増額などにより、諸支出金は対前年度比54・7%増の13億6,040万円となっています。また、妊娠前から子育て期にわたる切れ目のない支援を提供するために、「子育て世代包括支援センター」を開設、市内企業を対象とした就職支援、地元産木材を使った新商品開発など「令和新時代の夢をはぐくむ」予算となっております。

令和2年度予算概要

一般会計予算は、ふるさと寄附金関連経費、小中学校施設の改修工事や公債費などが増額となる一方で、新庁舎の建設工事が完了することに伴って大幅な減額となり、歳入歳出総額278億5,000万円、対前年度比3.5%(10億円)減となりました。このほか、特別会計4事業の予算総額は102億500万円、対前年度比14%(1億4,000万円)増。公営企業会計4事業の予算総額は85億3,500万円、対前年度比0.3%(2,700万円)減となり、全体の予算総額は465億9,000万円、対前年度比1.9%(8億8,700万円)減となりました。

※内訳① 地方譲与税等 11億4,749万円

地方譲与税	2億4,790万円
利子割交付金	400万円
配当割交付金	1,200万円
株式等譲渡所得割交付金	900万円
法人事業税交付金	2,009万円
地方消費税交付金	7億7,600万円
ゴルフ場利用税交付金	700万円
環境性能割交付金	4,500万円
地方特例交付金	2,300万円
交通安全対策特別交付金	350万円

歳入予算概要

市税では、市民税の個人課税分や固定資産税等で増収、市民税の法人課税分は法人税制の税率変更により減収を見込みましたが、市税全体で対前年度比1.7%増の41億3,020万円を見込みました。地方交付税は、普通交付税が、令和元年度をもって合併算定替の措置が終了する一方、国が示した令和2年度地方財政対策の見込み等を勘案して対前年度比0.9%増の110億円を見込みました。国庫支出金は、学校施設の改修に伴う学校施設環境改善交付金の増額など対前年度比7.7%増の19億3,250万円。県支出金は、埋蔵文化財発掘調査事業や農林関係の県単事業補助金の減額など対前年度比8.5%減の13億3,973万円。寄附金は、ふるさと寄附金の大幅な増収を見込み対前年度比61・1%増の12億円。市債は、新庁舎建設事業が完了するため、対前年度比53・0%減の20億7,680万円となっています。

国民健康保険

☎ 市民課（国民健康保険係）

☎ 793-7971

◎加入・脱退のお手続き

社会保険に加入・脱退した人は
14日以内に手続きが必要です！



加入・脱退は、自動では切り替わりませんので、忘れずに手続きしましょう。
※75歳以上の人は、「後期高齢者医療制度」に加入となりますので手続きは必要ありません。



14日以内に手続きが必要です

就職・退職に伴い、社会保険に加入された人、社会保険を脱退された人は、14日以内に国民健康保険の加入・脱退の手続きが必要です。
国民健康保険への加入・脱退の手続きは、**ご本人やご家族が市役所の窓口で行う必要があります。**

◆国民健康保険への加入・脱退手続き

国民健康保険とは

国民健康保険（国保）は、都道府県と市町村が運営する公的医療保険制度で、主に自営業者や会社を退職した人など他の公的医療保険に属さない人が加入します。

●国民健康保険にさかのぼって加入となるため、一度に納めていただく保険料額が大きくなってしまう場合があります。
●医療機関を受診するとき、医療費の10割負担（通常は3割、2割）が必要となります。

2 「国民健康保険」加入の手続きをしない...

●国民健康保険料と社会保険料の両方を納める状態になってしまいます。
●社会保険に加入後、国民健康保険の保険証を使うと国民健康保険が負担した分（7割、8割）をご本人より返還いただくこととなります。

1 「国民健康保険」脱退の手続きをしない...

◆手続きをしないと「こんなことが困ります」

～手続きに必要なもの～

「加入」手続きに必要なもの

- 健康保険・厚生年金保険資格等喪失連絡票（退職する際に会社から発行）
- マイナンバーのわかるもの（国民健康保険に加入される人全員の分）
※無くても手続きできます
- 各種受給者証（子ども医療、県障、ひとり親医療などお持ちの人）
- 手続きに来られる人の免許証など身分を証明するもの

「脱退」手続きに必要なもの

- 社会保険の保険証（加入された人全員分。扶養で加入された人の分も必要）または、健康保険・厚生年金保険資格等取得連絡票（会社から発行）
- 国民健康保険の保険証（社会保険に加入された人全員分）
- マイナンバーのわかるもの（社会保険に加入された人全員の分）※無くても手続きできます
- 各種受給者証（子ども医療、県障、ひとり親医療などお持ちの人）
- 手続きに来られる人の免許証など身分を証明するもの

■会計別予算総額

・企業会計の予算総額は、収益的支出及び資本的支出の合計額です。

（△はマイナスを表します）

会計区分	令和2年度当初予算額	令和元年度当初予算額	増減額	増減率	
一般会計	278億5,000万円	288億5,000万円	△10億円	△3.5%	
特別会計	102億500万円	100億6,500万円	1億4,000万円	1.4%	
国民健康保険	事業勘定	31億2,600万円	33億3,200万円	△2億600万円	△6.2%
	直営診療所施設勘定	1億1,000万円	1億3,300万円	△2,300万円	△17.3%
後期高齢者医療	8億5,900万円	8億2,500万円	3,400万円	4.1%	
介護保険	52億3,200万円	49億1,800万円	3億1,400万円	6.4%	
工業団地造成事業	8億7,800万円	8億5,700万円	2,100万円	2.5%	
企業会計	85億3,500万円	85億6,200万円	△2,700万円	△0.3%	
病院事業	14億1,800万円	12億7,900万円	1億3,900万円	10.9%	
ガス事業	16億2,700万円	18億8,400万円	△2億5,700万円	△13.6%	
水道事業	15億7,200万円	15億3,600万円	3,600万円	2.3%	
下水道事業	39億1,800万円	38億6,300万円	5,500万円	1.4%	
計	465億9,000万円	474億7,700万円	△8億8,700万円	△1.9%	

商工費 36,323円



商工業、観光の振興に要する経費

衛生費 73,500円



健康で衛生的な生活環境を保持するための経費

公債費 96,556円



市が借り入れた地方債の元利償還金

令和2年度の一般会計予算は市民一人あたり...

780,484円

の予算となります。

住民基本台帳人口：35,683人
(R2.1.31現在)

消防費 29,361円



消防、救急業務や防災に要する経費

諸支出金 38,125円



基金への積立などに要する経費

総務費 93,162円



管理事務、戸籍、徴税、選挙、人事、広報発行に要する経費

民生費 171,179円



安定した社会生活を保障するための経費

その他 10,457円



議会活動、労働関係経費、災害復旧などに要する経費及び予備費

農林水産業費 36,622円



農業委員会、農林業振興、土地改良事業などに要する経費

教育費 84,550円



学校、幼稚園などの施設整備や教育内容の充実に要する経費

土木費 110,649円



道路橋りょう、河川、水路、公園、市営住宅などに要する経費

3 昭和37年4月2日～ 昭和54年4月1日生まれの男性の皆様 風しんについて

対象世代の人が風しんの感染を拡大させてしまう可能性があります。お手元に届くクーポン券^(※1)と抗体検査受診票により、健康診断の機会やお近くの医療機関で抗体検査を受けましょう。

(※1) 令和2年度は対象世代のすべての男性(令和元年度に抗体検査を実施した人を除く)にクーポン券をお届けします。クーポン券を利用すると風しんの抗体検査及び予防接種を無料で受けることができます。

◆「抗体検査」と「予防接種」の流れ

◎魚沼市からクーポン券が届いたら…

・抗体検査を受ける

抗体検査は、医療機関、特定健診の機会等に受けられます。
※検査には、クーポン券と受診票が必要です。

抗体あり

風しんへの抵抗力があります。

抗体なし

風しんへの抵抗力がなく、風しんにかかるリスクがあります。

子どもの頃に風しんに感染したかどうか曖昧な場合も抗体検査を受けましょう。

お近くの医療機関等で、予防接種を受けましょう。
※クーポン券が必要です。

風しんについて考えましょう

大人が感染した場合、子どもに比べて症状が重くなる場合があります。風しんは、感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るしぶき(飛沫)を吸い込んで感染します。潜伏期間は2〜3週間で、子どもは発熱、発疹、首や耳の後ろのリンパ節が腫れて、数日で治ります。まれに、高熱や脳炎になって入院することがあります。大人は高熱及び発疹の長期化や関節痛など重症化の可能性があります。

Q2 なぜ風しんへの抵抗力が必要なの？

大人が感染した場合、子どもに比べて症状が重くなる場合があります。風しんは、感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るしぶき(飛沫)を吸い込んで感染します。潜伏期間は2〜3週間で、子どもは発熱、発疹、首や耳の後ろのリンパ節が腫れて、数日で治ります。まれに、高熱や脳炎になって入院することがあります。大人は高熱及び発疹の長期化や関節痛など重症化の可能性があります。

Q1 どうして昭和37年4月2日、昭和54年4月1日の男性なの？

この年代の男性は、これまで予防接種法に基づく定期接種を受ける機会がなく、抗体がある人の割合が他の年代に比べて約80%と低いためです。(この年代の女性及び他の年代は抗体がある人の割合が90%以上)魚沼市における、この年代の男性を対象とした令和元年度の抗体検査結果では、抗体がある人は約65%となっており、かなり低い割合です。

Q3 風しんに感染すると何が問題なの？

風しんは感染力の強い感染症ですが、軽い風邪症状から始まるため、感染していることに気づかず人に感染させてしまう可能性があります。妊娠初期の女性が感染すると、生まれてくる赤ちゃんが先天性風しん症候群^(※2)になる可能性があります。

(※2) 先天性風しん症候群とは…妊娠初期(20週以前)に風しんに感染すると、赤ちゃんが先天性心疾患、白内障及び難聴を特徴とする先天性風しん症候群をもって生まれてくる可能性が高くなります。

子どもの定期接種も忘れずに!

◆対象年齢になったら早めに麻しん風しんの予防接種を受けましょう。

《対象年齢》

第1期：1歳以上2歳未満

第2期：小学校入学前の1年間(保育園等の年長児)

～予防接種に関するお知らせ～

あなた自身と周りの人を守るために

1 高齢者肺炎球菌ワクチン 予防接種(定期接種)について

肺炎球菌による肺炎の重症化防止のため、対象者が受ける予防接種の費用の一部を助成します。

◆対象者：下表の生年月日に該当する人(今までに肺炎球菌の予防接種を受けたことがある人は対象外となります。)

令和2年度に	対象者の生年月日
65歳となる人	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日
70歳となる人	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
75歳となる人	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日
80歳となる人	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日
85歳となる人	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日
90歳となる人	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日
95歳となる人	大正14年4月2日～大正15年4月1日
100歳となる人	大正9年4月2日～大正10年4月1日

※60歳以上65歳未満の人で、心臓、腎臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に一定の障害を有する人も対象となります。(該当する人は主治医にご相談ください。)

◆期間：令和2年4月1日～令和3年3月31日

◆場所：市内の医療機関

※県内の契約医療機関でも接種できます。希望する人は直接医療機関にお問い合わせください。

◆費用：自己負担額4,700円を医療機関窓口でお支払いください。

◆接種方法：お手元に届いている「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ」に同封されている予診票に必要事項を記入し、医療機関に予約の上接種を受けてください。

◆持ち物：予診票、保険証、健康手帳、接種費用等

2 子宮頸がん予防ワクチンの 予防接種(定期接種)について

子宮頸がん予防ワクチンは、子宮頸がんの発症原因の50〜70%とされているヒトパピローマウイルスの感染を防ぐための予防接種です。平成25年4月から定期接種となりましたが、同年6月以降、ワクチンの安全性及び有効性の確認が必要という理由から、国としては積極的な接種勧奨を控えている状態です。

魚沼市も個別通知等のご案内は控えていますが、接種を希望される人は定期接種として無料で予防接種を受けることが可能です。

◆対象：12〜16歳(年度末年齢)の女子

◆回数：3回

◆接種方法：接種を希望する人は健康増進課にご連絡ください。予診票をお送りします。

◆持ち物：予診票、保険証、母子手帳等

開始100年の国勢調査、はじまります



日本国内に住むすべての人と世帯を対象とした5年に一度の大調査



国勢調査2020キャンペーンサイト <https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020campaign/>

今年は5年に1度の国勢調査が行われます。国勢調査は国の最も重要な統計調査であり、その調査結果は社会福祉・雇用環境整備・災害対策などの施策に役立てられてきました。

「調査員証」を携帯した統計調査員が訪問しますので、調査員が訪問した際には、ご協力をお願いします。

◇国勢調査員の募集

魚沼市では「国勢調査員」として、調査業務に理解と誠意を持って携わっていただける、20歳以上の方を募集します。

■業務期間：8月下旬～10月

■業務内容

- ①調査員説明会に参加
- ②調査についての説明と調査書類の配付
- ③調査票の回収と市への提出

■報酬…新潟県の規定による

■申所定の申込書に記入の上、郵送または持参してください。申込書は企画政策課にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

■6月30日(火)

■他 国勢調査についてくわしくは、統計局ホームページ「国勢調査2020」をご覧ください。

■ <https://www.stat.go.jp/data/kokusei/2020campaign/>

☎ 企画政策課 ☎792-1425



第14回 「結の灯りアートコンテスト」

少雪などの影響でイベントの中止、縮小が相次ぐなかでしたが、冬の魚沼をローソクの灯りで盛り上げようと16点の応募がありました。一般部門とファミリー部門の上位入賞作品を紹介します。



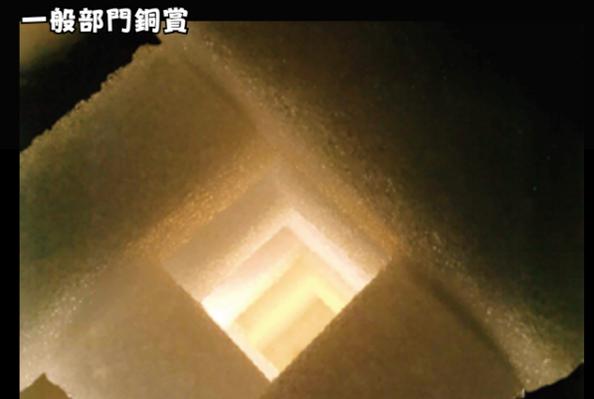
一般部門金賞 金賞

小平尾古峯会



一般部門銀賞

今泉沿道の灯りまつり実行委員会



一般部門銅賞

城下蒼遊会とゆかいな仲間たち



ファミリー部門金賞 金賞

関 富雄さん



ファミリー部門銀賞

ここ掘れ! かずくん



ファミリー部門銅賞

小野塚家とその仲間たち

記録的な少雪となった今年の冬でしたが、雪が無いなりにそれぞれ工夫をし、応募作品からはみんなで雪灯りを楽しんでいる様子や見る人を楽しませたいという思いが伝わってきました。

こどもエコクラブ 「全国エコ活コンクール」(壁新聞部門)に入賞!!

生活環境課 ☎792-9766

三ツ星エコクラブ

公益財団法人日本環境協会が子どもたちの環境活動を支援するため、活動の成果を「全国エコ活コンクール」で募集したところ、壁新聞部門で164枚の応募がありました。そのなかで、魚沼市の三ツ星エコクラブの壁新聞「三ツ星エコ新聞～魚沼市の未来のための環境対策について考える～」が日本環境協会賞を受賞しました。



星麻衣さん、万潤さん、真緒さんの親子で活動しています。

今年はお姉ちゃん(真緒さん)が高校を卒業する年でメンバーとしては最後の活動だったので、受賞できてとてもうれしいです。これからも地球が笑顔になるような活動をしていきたいです。



市民相談センター

No.116

魚沼市消費生活センター ☎792・8844

■2月の相談件数	…104件
・電話	67件
・来庁	30件
・その他	7件

令和2年4月1日
「魚沼市いじめ・差別等追放都市宣言」
「魚沼市いじめ・差別等を防止して人権を守る条例」制定

いじめや差別等をなくし、人権が尊重される住みよい社会を目指すことを目的として条例を制定し、宣言を行いました。

「魚沼市いじめ・差別等追放都市宣言」
 すべての人は、かけがえのないひとりの人間として互いに尊重されなければなりません。
 しかし、社会の急激な変化は、人々の生活を変容させ、利己主義や人命軽視などの心の荒廃をもたらし、その結果、人間としての尊厳を傷つけるいじめや差別等の人権侵害に関する事象が生じてきています。
 よって、魚沼市では、すべての市民があらゆる人権侵害を根絶し、いじめや差別等のない、明るく住みよい社会づくりを一層推進していくことを誓い、ここに「いじめ・差別等追放都市」を宣言します。

出前行政サービスを始めます

令和2年5月7日(木)から、「出前行政サービス」をスタートします。

市の担当職員がご自宅を訪問し、依頼のあった業務を行います。

市内に住民登録があり、市役所に出向くことが困難な人で、以下の条件に該当する人

- ①満75歳以上の後期高齢者のみの世帯
- ②身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者福祉手帳を所持している人のみの世帯
- ③介護・子育て等により外出困難な世帯

◎出前行政サービスで取り扱う業務
 住民票・戸籍関係や税関係証明の発行、現在市民センターで取り扱っている各種申請の受付(業務の性質上困難なものは除く)、相談業務

◎申込方法
 市民課市民相談センターに電話、メール、フックス等で申し込みください。

¥訪問にかかる費用は無料。※証明書等交付の場合は証明手数料が必要

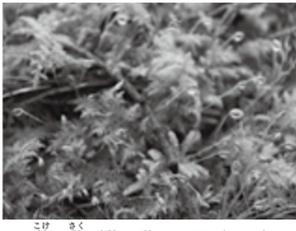
☎市民課市民相談センター
 792・8844

地域おこし協力隊通信

No.57 地域創生課
 ☎792・9752
 北部事務所
 ☎797・2360

地表数cmの世界

嶋田 雄 隊員
 (福山新田地区担当)



苔の萌 (苔の花とも呼ばれる)

しゃがんでみる。身をかかめる。ときには這いつくばる。いつものように目の高さからものを見るんじゃないかと、足元の世界に意識をやる。地表数cmの世界には、これまで見たことのないような生き物がたくさんいる、これまで目につかなかったものがいっぱいあることに気がつく。

その中に緑色で小さくて、なんだかツンツンしているものがある。触るとフサフサだったり、トゲトゲしてたりする。一本や二本生えているんじゃないかと、何十何百も集まっている。まるで緑色の絨毯みたいに見える。ルーペで拡大して見てみると、ある集まりは杉の木にそっくりな形をしている。ある集まりは、緑色の葉の先っぽがおじいちゃんの髪の毛みたいに白くなっている。また別の集まりは、葉のようなところから、赤や黄

地域を変える新しい力

色の花みみたいなものが飛び出している。雨がぼつぼつ降ってきた。水滴が緑色の集まりに落ちる。すると、これまで萎んでいた葉がみるみる開く。思いつきり、全身で水を浴びようとする。水が落ちた集まりはキラキラとしている。

それは苔と呼ばれる緑色をした小さな生き物たち。他の植物と比べると、とても小さい。でも葉や茎はある。地面に体を固定するための根がある。他の植物と同じような体を持っている。花粉の代わりに胞子を撒くための蒴がある。水を蓄えておく器官はないけれど、水がなくても体を萎ませて休眠状態にすることができる。

何万年も昔から、人が生まれる遙か昔から、苔は地球で暮らしている。種類も数えきれないくらいたくさんある。他にはどんな苔がいるんだろう。まだ見たことがない苔がいるかもしれない。

魚沼市には湿地が多い。水気があるところには、苔もたくさん住んでいる。拡大鏡を手にとって、目線をずっと下に落として、地表数cmの世界へいこう。ガリバーみたいに小さくなって、苔の森へ探検に出かけよう。

次回は今年度活動する全隊員を紹介し

商工課 (企業誘致係) ☎792・9753

サテライトオフィス誘致に向けての取り組み ~広神庁舎にコワーキングスペースがオープン予定~

オープンを予定しています。
 このコワーキングスペースは、「おためしサテライトオフィス事業」での活用が主なものとなりますが、起業のための準備業務など、多用途に活用ができます。
 また、首都圏等の企業と地元住民の交流する場を創出することで、今までにない新たな取り組みを実現できることにも期待しています。

- (※1) サテライトオフィス
 …企業の本拠から離れた所に設置されたオフィス。
- (※2) コワーキングスペース
 …デスクワークに係る設備を共有することにより、パソコンがあればすぐに仕事に取り掛かれるなど、手軽に利用できることを特徴とするシェアオフィスの一形態。

うおぬま Biz 通信 No.20

地域の元気は 地域産業から

昨今の情報技術の進歩により、勤務場所を従来のオフィスから離れ、テレワークによって遠隔地で業務を行うためのサテライトオフィス^(※1)の設置に向けた機運が高まっています。

市では、企業誘致による雇用の場の創出と人口増加策に取り組んでおり、その一つとして首都圏等のIT企業などをターゲットとしたサテライトオフィスの誘致を目指しています。

首都圏等の企業が本市でのサテライトオフィス開設を検討してもらえるよう、このたび、市では「おためしサテライトオフィス事業」を実施します。新庁舎への機能移転に伴い新たな用途が求められる広神庁舎の一部にコワーキングスペース^(※2)を整備し、夏頃の

健康増進課 ☎792・9763

健康 うおぬま No.129

特定保健指導を知っていますか?

特定保健指導は、肥満や糖尿病などの生活習慣病から、あなたを守るための生活改善プログラムです。

【対象】魚沼市国民健康保険特定健診の結果で特定保健指導が必要な人

○特定保健指導が必要な人とは、腹囲(男性85cm以上、女性90cm以上)とBMI^(※1)(25以上)から内臓脂肪蓄積のリスクが高いと判定された人で、高血圧、高血糖、脂質異常症などのリスクが1つ以上当てはまる人です。
 (※1) BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m)の2乗(身長はcmではなくmで計算します)

生活習慣病は、重症化する前の予防が大切
 専門家のアドバイスが無料で受けられるこの機会に、特定保健指導を受けましょう。
 ◎健康や生活改善に関する相談などについては、健康増進課の保健師や管理栄養士にご連絡ください。

令和元年度特定保健指導 参加者の声

- ・あまり食べ過ぎないように、意識するようになった。
- ・指導を受けたら、やる気になった。
- ・喫煙本数が減った。
- ・血圧が下がり、腹囲も減った。など

参加費 無料 魚沼市の特定保健指導の「結果手渡し会」では、こんなことをしています

- ①特定健診結果の説明
- ②保健師や管理栄養士が生活習慣改善のためのアドバイス
- ③初回面談時は、生活改善のための支援グッズをプレゼント
- ※訪問対応も可能です。1回の面談は、30分程度です。
- ◎健康運動指導士から、運動の実践のための個人に合わせた運動メニューのアドバイスがあります。(プラス10分運動実施日のみ)

受けるにはどうしたらいいの?

- ・特定保健指導が必要な人に、市から健診会場や電話連絡にて案内をします。
- ・希望日をお聞かせください。

魚沼市組織機構 および 職員人事配置 をお知らせします

市長 佐藤 雅一 副市長 東川 玲 教育長 梅田 勝

※掲載は施設長以上になります。
※人事配置は令和2年4月時点のものです。

堀之内庁舎、小出庁舎、湯之谷庁舎、広神庁舎の
庁舎配置は、**5月1日(金)まで**
※本庁舎開庁(5月7日)以降の庁舎の配置は、
16ページをご覧ください。

広神庁舎



〒946-8555
魚沼市今泉1488番地1

部名(部長等)	課名(課長等)	階	電話番号	FAX番号	
(市民福祉部)	広神市民センター	1階	799-3111	799-4488	
産業経済部	建設課 (課長 星 政晴)		799-4601		
	都市整備課		課長 岡部 健		799-3134
農業委員会事務局	農政課	2階	799-3485	799-2250	
	農林整備課		課長 渡辺一彦		799-4603
	局長 和田純恵		799-4604		
議会事務局	局長 佐藤竜郎		799-4602		

守門庁舎



〒946-0292
魚沼市須原520番地

部名(部長等)	課名(課長等)	電話番号	階	FAX番号
北部事務所	所長 佐藤 正 次長 大平由夫・斉藤一宏	☎ 797-2311 地域づくり・施設等管理関係 ☎ 797-2360	1階	797-2313
	総合窓口・各種申請関係			

入広瀬庁舎



〒946-0304
魚沼市穴沢215番地1

部名(部長等)	課名(施設長)	階	電話番号	FAX番号
(北部事務所)	入広瀬分室	2階	796-2311	796-2767

消防本部

部名(部長等)	課名(課長等)	電話番号	FAX番号	
消防本部	消防代表	793-0119	792-8441	
	消防長 山之内康浩	792-0765		
	次長 外角 誠	792-7168		
	予防課	課長 古田島 丞		792-0765
	警防課	課長 平澤正生		792-7168
	上条出張所	793-0119	797-3360	
	所長 高橋俊久	797-2512		

ガス水道局

部名(部長等)	課名(課長・施設長)	電話番号	FAX番号
ガス水道局	局長 桜沢伸幸	792-1118	792-1119
	業務課	課長 齊藤嘉文	
	施設課	課長 佐藤善行	
	水の郷工業団地ガス製造所	793-7171	793-7172

その他施設

施設名	施設長名	施設名	施設長名
すもんこども園	大桃好子	エコプラント魚沼 (廃棄物対策係)	施設長 磯部正伸
堀之内なかよし保育園	櫻井雅人		
佐梨保育園	桑原久美子	電話番号 ☎ 792-3055	
ひがし保育園	本多淳子		
伊米ヶ崎保育園	星 敏夫		
つくし保育園	風間松司		
ふたば西保育園	森山玲子		
ふたば東保育園	中村奈々恵		
子育て支援センター	センター長 星野 隆		

堀之内庁舎



〒949-7494
魚沼市堀之内130番地

部名(部長等)	課名(課長等)	階	電話番号	FAX番号
(市民福祉部)	堀之内市民センター	1階	794-2111	794-3890
教育委員会事務局	センター長 児玉節子		794-6027	
	子ども課	課長 小林 淳	794-6072	
	学校教育課	課長 斎藤勝浩		794-2353
	生涯学習課	課長 大桃 明	794-6073	

小出庁舎



〒946-8601
魚沼市小出島130番地1
市代表 ☎ 025-792-1000
☑ reference@city.uonuma.lg.jp

部名(部長等)	課名(課長等)	階	電話番号	FAX番号
会計課	会計管理者 吉田 淳		792-9202	
市民福祉部	部長 桑原 昇	1階	792-1112	792-5600
	(副部長 小島 勉)		792-1111	
	市民課	課長 山田庸子	2階	792-9766
小出市民センター	センター長 同上	792-9203		
生活環境課	課長 高橋朋子	792-1494		
総務政策部	総務人事課	2階	792-9205	792-9500
	秘書広報課		課長 森山文順	
	財務課		課長 浅井直樹	
	管財課	(課長 大塚宣男)	792-9211	
	防災安全課	課長 富永勝巳	792-9214	
	企画政策課	課長 五十嵐 央	792-1425	
地域創生課	課長 米山真里	792-9752		
監査委員事務局	局長 坂大 昇	2階	792-1483	

湯之谷庁舎



〒946-8511
魚沼市大沢213番地1

部名(部長等)	課名(課長等)	階	電話番号	FAX番号	
市民福祉部	税務課	1階	792-9751	792-7600	
	湯之谷市民センター		センター長 山田順子		792-1122
	健康増進課		課長 岡部 忍		792-9763
	市民課(国保・高齢者医療関係)		793-7971		
産業経済部	福祉支援課	2階	792-9767	793-1016	
	介護福祉課		(課長 小島 勉)		792-9755
	商工課	課長 戸田千穂子	792-9753		
	観光課	課長 吉田英樹	792-9754		

魚沼市出前講座 メニュー紹介

区分	NO	講座名
防災	1	災害ハザードマップと地域防災
	2	いざというときに…119番通報と消防の活動について
医療・福祉	3	魚沼地域の医療
	4	後期高齢者医療制度とは
	5	障害のある人もない人も住みやすい社会の実現に向けて
	6	介護予防・日常生活支援総合事業とは
くらし・環境	7	マイナンバーを知ろう
	8	男女共同参画社会に向けて
	9	コミュニティ協議会の役割等
	10	知って得する「乗合タクシー」
	11	地域おこし協力隊を受け入れるには？
	12	消費者トラブル防止 ～悪質商法の被害にあわないために～
	13	みんなで防ごう 地球温暖化
	14	ごみの減量化（家庭ごみ編）
	15	「克雪すまいづくり支援事業」の活用
	16	「木造住宅の耐震診断支援事業及び改修支援事業」の活用
子育て	17	「屋根雪除雪安全対策支援事業」の活用
	18	身近な資源「地下水の保全」ってなんだろう
	19	安全・安心、都市ガス！最近のガス機器
	20	「子育て便利帳」活用講座
市政	21	総合計画・人口減少問題対策
	22	行政改革の取組み
	23	魚沼市の財政状況

市の事業について

「知りたいこと」「聞きたいこと」

はありませんか？

市民の皆さんのご要望に応じて職員が出向き、行政のしくみや施策などについて、説明を行う出前講座を実施しています。市政に関する身近な疑問、関心のある講座などがありましたら、ぜひご活用ください。

- ☎ 792-1494
- FAX 792-9500
- ☎ 秘書広報課
- ☎ 792-1494
- FAX 792-9500
- ☎ 秘書広報課
- ☎ 792-1494
- FAX 792-9500

魚沼市役所本庁舎開庁（5/7）以降の組織体制等 についてお知らせします

〒946-8601 魚沼市小出島910番地
市代表 ☎025-792-1000

階	部名	課名	電話番号	FAX番号
3階	議会事務局		793-7444	792-1260
	教育委員会事務局	学校教育課	793-7452	792-1261
		生涯学習課	793-7480	
	監査委員事務局		792-1483	
2階	総務政策部	総務人事課	792-9203	792-9500
		秘書広報課	792-1494	
		企画政策課	792-1425	
		地域創生課	792-9752	
		財務課	792-9205	
	市民福祉部	管財課	792-9211	793-1016
		防災安全課	792-9214	
		生活環境課	792-9766	
		健康増進課	792-9763	
		農政課	793-7647	
産業経済部	農林整備課	793-7740	792-5600	
	建設課	793-7990		
	都市整備課	793-7991		
	商工課	792-9753		
	観光課	792-9754		
	農業委員会事務局	793-7981		
1階	市民福祉部	市民課	792-1112	792-5600
		税務課	792-9751	
		福祉支援課	792-9767	
	介護福祉課	792-9755		
会計課		792-9202		
教育委員会事務局	子ども課	792-9201		

本庁舎フロア案内



本庁舎

既存庁舎等について

【堀之内庁舎】
2階 教育委員会事務局 学習指導センターほか
電話番号 ☎794-6072

【北部庁舎（守門庁舎）】
1階 北部事務所
総合窓口・各種申請関係 ☎797-2311
地域づくり・施設等管理関係 ☎797-2360

※名称を「北部庁舎」に変更します。これまでの北部事務所の体制等に変更はありません。

- 【市民センター】
- 市民センターは「市民サービスコーナー」となり、次の施設に移転します。
- ・堀之内市民センター → 堀之内市民サービスコーナー（堀之内公民館内）
 - ・湯之谷市民センター → 湯之谷市民サービスコーナー（湯之谷公民館（湯之谷庁舎）内）
 - ・広神市民センター → 広神市民サービスコーナー（広神コミュニティセンター内）
 - ・小出市民センター → 廃止

【小出庁舎・広神庁舎】
庁舎機能はなくなり、職員等の配置もありません。

【湯之谷庁舎】
1階 湯之谷公民館 公民館・市民サービスコーナー
電話番号 ☎792-0530

※現在、世代間交流施設にある湯之谷公民館が移転します。

【入広瀬会館（入広瀬庁舎）】
2階 北部事務所入広瀬分室
電話番号 ☎796-2311

※名称を「入広瀬会館」に変更します。これまでの入広瀬分室の体制等に変更はありません。

魚沼市職員新採用・退職者

・新採用職員（4月1日付）

所属	職名	氏名
総務政策部地域創生課	主事	金子 航大
市民福祉部市民課	主事	庭山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳
市民福祉部市民課	主事	諸橋 茉奈
市民福祉部市民課	主事	丸山 海斗
市民福祉部市民課	主事	金澤 太
市民福祉部市民課	主事	丸山 希
市民福祉部市民課	主事	横山 芹佳

◆骨髄移植ドナーへの助成

骨髄または末梢血幹細胞の移植の推進を図るため、骨髄等を提供した人に対し、助成金を交付します。

○骨髄バンク事業において骨髄等の提供を行った人に対し、提供のための入院や通院を行った日数に応じて上限14万円を助成します。

令和2年4月1日以降に骨髄等を提供した人で、提供した時点で魚沼市に住所を有する人他くわしくは市ホームページでご確認ください。

申請健康増進課 ☎792・9763

生涯学習

◆宮城二記念館短歌教室

初心者向けに、わかりやすい短歌の教室を開催します。見学もできますので、気軽にご参加ください。

日初回：5月10日(日)
・2回目以降：6月、7月、9月、10月、11月、令和3年

1月、2月、3月の原則第2日曜10時〜12時(計9回)

場宮城二記念館
○歌会形式の講座、通信添削指導あり

対中学生以上 ☑5月8日(金)
¥年会費3,000円(高校生以下無料)

申請宮城二記念館 ☎794・3800

制度・手続き

◆「指定管理者」の指定

第1回魚沼市議会定例会の議決を受け、次のとおり指定管理者を指定しました。

○施設名

在宅介護サービスセンター(魚沼市デイサービスセンター)
ひまわり、魚沼市ヘルパーステーションコスモス、魚沼市うおぬまケアセンター

○指定管理者

(福) 魚沼福祉会
期令和2年4月1日〜令和6年3月31日

問管財課 ☎792・9211

若返りトレーニング教室

※新型コロナウイルスの影響により、3月より休止しており、4月以降も休止を継続しております。再開時には、お知らせします。

期令和2年4月〜令和3年3月 ☑65歳以上

内体調チェック(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

¥◎週1回コース…月1,000円(送迎有2,500円)
※非課税世帯で送迎有の場合、月2,000円
◎週2回コース…月2,000円(送迎有5,000円)
※非課税世帯で送迎有の場合、月4,000円

☑年間を通して受け付けています。
☑申込書は介護福祉課、各市民センター(新庁舎移転まで)、北部事務所、各会場にあります。

他定員に達した場合は、調整する場合があります。年間保険料として、別途1,500円かかります。

問介護福祉課 ☎792・9755
エンジョイスポーツクラブ魚沼 ☎793・7166

Table with columns: 会場, 回数/週, コース, 時間, 送迎, 定員. Lists training courses at various locations like 小出郷福祉センター, 伊米ヶ崎公民館, etc.

都市整備課

各種支援制度のご案内

☎799・3134(5月6日まで)
◎5月7日以降の連絡先 ☎793・7991

①木造住宅の耐震化支援事業

地震に強いまちづくりのため、耐震診断及び改修に係る費用の一部を補助する制度があります。

○木造住宅耐震診断支援事業
内木造住宅耐震診断を自己負担1万円です。

令和56年5月31日以前に着工の1戸建て個人所有の木造住宅

定先着5件(予定)

○木造住宅耐震改修支援事業
内耐震改修工事費の3分の1を補助(補助限度額75万円)

内木造住宅耐震診断を実施し、総合評点が10未満の木造住宅

定先着2件(予定)

○木造住宅耐震改修支援事業(部分補強・シエルター化等工事)

内耐震改修工事費の3分の1を補助(補助限度額30万円)

内木造住宅耐震診断を実施し、総合評点が0.7未満の木造住宅

定先着1件(予定)

○共通事項

☑10月30日(金)
他市内在住者が対象で、事前申請が必要です

②住宅・建築物アスベスト改修事業

既存建築物における吹付けアスベスト等の除去等の対策を促進するため費用の一部を補助する制度があります。

○アスベスト含有調査等

内アスベスト含有調査(分析)等に要する経費の3分の1を補助(補助限度額5万円)

○アスベスト除去等

内アスベスト除去等に要する経費の3分の1を補助(補助

限度額150万円)

内延べ床面積がおおむね300㎡以上であり、吹付け建材にアスベストが含有されていると調査されたもの

定先着2件(予定)

○共通事項

☑10月30日(金)
他市内在住者が対象で、事前申請が必要です

③ブロック塀等安全対策支援事業

倒壊などの危険があるブロック塀等の撤去等または改修費用の一部を助成します。

内道路等に面する高さ1m以上のブロック塀のうち、倒壊などの危険性があると認められたもので、市内施工業者に発注して実施するものを対象とし、2分の1を補助(補助限度額10万円、千円未満切捨)

④克雪すまじづくり支援事業

克雪住宅の新築及び増改築費用の一部を助成します。

○融雪式

内補助対象工事費の17・6%(限度額44万円)

○その他方式

内補助対象工事費の13・2%(限度額33万円)

○共通事項

内市内に克雪住宅を建築(改良)し在住される人で以前にこの補助制度を受けていない人

※交付決定前の着手、井戸水(水資源を利用するもの)消費方式は、対象外です。

定先着40件程度

☑10月30日(金)

⑤屋根雪除雪安全対策支援事業
屋根の雪下ろし時の事故を

未然に防ぐことを目的として命綱を取付ける金具等を設置する工事に対して経費を助成します。

内一般：補助対象経費の50%(上限5万円)

・軽度生活支援：補助対象経費の90%(上限10万円)

内市内に建築物(居宅、倉庫等)を所有し、住民登録をしている人または市内に本社・支店・営業所等がある法人

※一棟につき一件の申請とします。また、交付決定前の着手は対象外です。

定一般：先着5件程度
・軽度生活支援：先着50件程度

☑11月30日(月)



申園農林整備課
☎799・4603

① 里山整備事業

里山整備及び森林資源を有効活用していく活動に対して補助を行います。

◎補助内容

- ① 下草刈・伐採費：1haあたり310,000円以内
- ② 木材の集材費：1㎡あたり18,000円以内（広葉樹のみ、4～8月は1㎡あたり6,000円以内加算）、自己使用の場合1㎡あたり3,000円以内
- ③ 安全講習受講料：実費（1人当たり上限11,000円）

対 魚沼市内に住所を有する里山整備及び木材活用に取り組む法人、林業事業者、生産森林組合、自治会のほか、魚沼市内在住の3人以上で組織する団体

◎対象地：市有林、集落林、生産森林組合所有林、私有林
期 4月1日～令和3年3月31日
※ 4月30日(休)までに事業計画書の提出をお願いします。(事業の実施をお急ぎの場合はご

三二情報

◆浦町Uエリア春祭り延期のお知らせ

4月29日(祝)に予定していた浦町Uエリア春祭りは新型コロナウイルスの感染拡大の影響で延期いたします。開催日が決まりましたら、改めてお知らせします。

申園青柳

☎792・0043

◆無料法律相談会

新潟県商工会連合会が、事業者等を対象とした弁護士による法律相談会を開催します。
日 5月15日(金)10時～12時(1件30分程度)
場 小出商会
因 相談は予約制で、秘密は厳守します。

申園小出商会
☎792・2124



相談ください。
他くわしくは市ホームページをご覧ください。

② 魚沼市産材の家づくり事業

魚沼市産材を使用した木造建築物に対して補助を行います。

対 申請年度内に完成する市産材を使用し、市内に建築する木造建築物及び木質化建築物(新築・増築・改築)

◎申請者：魚沼市内に事務所または営業所を有する施工業者(大工・工務店等)
◎補助額：魚沼市産材を製材し、加工した木材の購入価格の3分の1(事業の用に供する場合は4分の1)以内
※ 上限50万円とし、5万円未満は対象外

他 新潟県が実施する「新潟県産材の家づくり支援事業」との併用申請も可能です。くわしくは市ホームページをご覧ください。



◆公園モニターを募集します

県立都市公園を利用する皆さんの意見を、公園の利活用及び管理運営に取り入れるため、公園モニターを募集します。

- ・募集する都市公園：奥只見レクリエーション都市公園(小出地域、大湯地域)
- ・募集人数：各公園数人程度
- ・モニターの期間：依頼日～令和3年3月31日
- ・業務内容：①公園を利用する中で気づいたことを年4回程度報告する。②公園の管理運営について、県が指定する評価シートにより評価する。
- ・応募資格：県内に在住する年齢20歳以上の人
- ・募集期間：3月23日(月)～5月8日(金)

他くわしくは県ホームページを確認するか、お問い合わせください。
魚沼地域振興局地域整備部 道路課
☎792・1305

◆特別児童扶養手当・特別障害者手当・障害児福祉手当の金額改定

因 改定後の手当額(令和2年4月以降分の月額)

- ・特別児童扶養手当(1級)：52,500円
- ・特別児童扶養手当(2級)：34,970円
- ・特別障害者手当：27,350円
- ・障害児福祉手当：14,880円

他 各種手当の制度内容、申請等についてはお問い合わせください。

閩 福祉支援課
☎792・9767

◆魚沼市出会の場創出支援事業の募集

結婚を望む独身男女の出会の場づくりを目的とした、婚活イベント等を実施する団体に対して補助金を交付します。

対 市内に事業所等の拠点を有し、主として市内で活動を行っている団体等
内 補助対象経費の10分の10



内の額(1団体につき、同一年度上限20万円)

※ 4月24日(金)※予算額に達しない場合は、締切以後随時受付し、予算額に達した時点で受付を終了します。

定 4団体程度※申請多数の場合は、予算の範囲内において、交付額を決定します。

他くわしくは市ホームページをご覧ください。地域創生課にお問い合わせください。

申園地域創生課
☎792・9752

教育相談(いじめ相談等)

就学、進学、いじめや不登校、障害をもつ子どもへの対応などで困っていることがありましたら、何でもご相談ください。

日 土日、祝日、年末年始を除く平日の8:30～17:15
●相談方法：①電話による相談②相談室での相談③家庭や学校、幼稚園、保育園等に向向いの相談

申園 すくすくコール(学校教育課内) ☎794・6072

虐待かもと思ったら189番 お近くの児童相談所につながります

こんなときにはすぐお電話ください。

あの子、もしかしたら虐待を受けているのかもしれない...
子育てが辛くてつい子どもにあたってしまっている...
近くに子育てに悩んでいる人がいる...

お近くの児童相談所
189にお電話
専門家が対応いたします。

5月 親子ふれあい広場

閩 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
びびよタイム	月～金 10:45～11:00	手遊び・ふれあい体操など
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 離乳食や食事の相談ができます。(受付10:30まで)
	25日(月)	

・5/13(水)、20(水)、27(水)、28(水)は乳幼児健診のため、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

・5/22(金)は遠足のため、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

◎育児相談は、各会場で随時受け付けています。

5月 乳幼児健診等 閩 子ども課 ☎794・6027

・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
4か月児	令和2年1月生まれ	28日(水)	13:00～13:15	子育て支援センターぱびぷ
1歳6か月児	平成30年10月生まれ	20日(水)		
2歳児	平成30年5月生まれ	27日(水)		
3歳児	平成29年4月2日～4月30日生まれ	13日(水)		

持・母子健康手帳、問診票、オムツ、着替え等
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	令和2年2月生まれの乳児の養育者	25日(月)	13:30～13:45	子育て支援センターぱびぷ
離乳食講習会ステップ2	令和元年10月生まれの乳児の養育者	19日(水)	9:30～9:45	
離乳食講習会ステップ3	令和元年7月生まれの乳児の養育者	12日(水)	9:15～9:30	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみがきなど)	令和元年6月生まれ	15日(金)	9:15～9:30	

持・母子健康手帳、オムツ等の着替え

申込 魚沼交流ネットワーク
 ☎ 792・1336
 FAX 792・6776

① **うおぬま森の学校「山仕事安全講習(座学)・チェンソー目立て講習会」**

日 4月25日(出)9時~12時(予定)
 場 響きの森公園 管理棟
 内 山仕事の安全講習及びチェンソー目立て整備
 講 長野工機(株) 職員
 ￥ 無料 定10人
 持 チェンソー、ヘルメット、使い古しの歯ブラシ、ウエス布等※日頃手入れに使用している工具もご持参ください。
 4月21日(火)
 他 安全講習座学1時間30分、チェンソー目立て整備1時間30分の計3時間の講習です。(どちらか一方のみの参加はできません。)車でお越しの人は響きの森公園干溝側の駐車場をご利用ください。

② **うおぬま森の学校「キノこの菌打ち講習会」**
 日 4月26日(日)9時~11時
 ※雨天決行

◆ **新潟県管理道路におけるスノーポール通年設置の試行のお知らせ**

新潟県では昨年に引き続き、スノーポール通年設置の試行を行います。
 これは新潟県管理道路の一部区間で、除雪費削減を目的として春先にスノーポールを撤去せず、通年で設置するものです。
 試行に際し、道路の通行に支障が出ないよう安全確保を十分に行うとともに、景観に配慮が必要な箇所では試行を行わないなど、景観にも配慮して実施しますので、ご協力をお願いします。

☎ 792・1304
 魚沼地域整備部維持管理課

◆ **新潟県高齢者総合相談センター無料相談**

◎ 一般相談
 日 毎週月曜から金曜9時~17時
 ※祝日、年末年始を除く
 ◎ 専門相談(法律相談)
 日 4月13日(月)・20日(月)・27日
 ※要予約

場 響きの森公園 泉沢里山生 態園 東屋
 内 椎茸・ナメコの菌打ちを行います。
 ※菌の種類は変更になる場合があります。

日 5月10日(日)8時30分~11時(予定) ※雨天決行
 場 響きの森公園 泉沢里山生 態園 東屋
 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。
 ￥ 300円
 持 飲み物、帽子、長袖・長ズボン等動きやすい服装、軍手
 5月6日(木)
 他 駐車場は響きの森公園第3駐車場(国道291号沿い)をご利用ください。

③ **うおぬま森の学校「自然観察会」**

日 毎週月曜から金曜9時~17時
 ※祝日、年末年始を除く
 内 認知症の人やその家族の相談窓口
 場 新潟ユニゾンプラザ3階
 ☎ 025・281・2783
 (相談専用)

◆ **新潟県認知症コールセンター**

☎ 025・285・4165
 soudan@fukushinigaata.or.jp



◆ **魚沼テクノスクール 事務応用科1期令和2年5月入校生募集**

期 5月26日(火)~9月25日(金)
 平日9時20分~15時50分
 場 スリーエスITトレーニングセンター(十日町市)
 対 パソコンの知識・技能や簿記を習得し、就職を希望する人
 定 20人
 ￥ 無料(但し、テキスト代、検定料等自己負担あり)
 5月1日(金)
 申 申込書はハローワークこいでに提出してください。
 魚沼テクノスクール
 ☎ 794・2410



4月 16日~30日 行事カレンダー
 ※新型コロナウイルスの影響により変更となる場合があります。

16	木	
17	金	商工業支援・雇用促進制度及び雇用調整助成金等説明会(14:00/小出ホランティアセンター)
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	
22	水	
23	木	年金相談日(10:00~15:00/小出ホランティアセンター) 要予約:長岡年金事務所 ☎ 0258-88-0006
24	金	
25	土	
26	日	日曜窓口(8:30~17:15/小出庁舎) 日曜なんでも相談会・要予約(8:30/市民相談センター)
27	月	商工業支援・雇用促進制度及び雇用調整助成金等説明会(14:00/小出ホランティアセンター)
28	火	
29	水	
30	木	



81.4MHz FM うおぬま 魚沼市行政情報 ラジオ放送中!

毎週月~金曜放送

◎ **放送時間**

- 朝 7:40~8:00 (20分)
- 昼 13:00~13:20 (20分)
- 夕 17:00~17:20 (20分)

☎ 秘書広報課 ☎ 792・1494

「ツキノワグマ」に 注意してください!

冬眠明けのクマはエサを探して活発に活動するため、遭遇する危険性が高くなります。クマと遭遇しないために、次のことに気を付けましょう。

- クマの餌となる生ごみや果実、農作物を放置しない。
- 山に入るときは鈴やラジオなどの音の出るものを携帯し、複数人で行動する。
- クマが活発に活動する朝夕の時間帯は入山しない。

危険

☎ 生活環境課 ☎ 792・9766
 小出警察署 ☎ 793・0110

市報うおぬま 有料広告の募集!

店舗紹介 求人募集 イベント紹介

・市報うおぬまに広告を掲載して市内全域にPRしてみませんか?
 ・くわしくは、ホームページまたはお問い合わせください。

☎ 秘書広報課 ☎ 792・1494

市報うおぬま 有料定期購読者の募集!

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)

☎ 秘書広報課 ☎ 792・1494

「確かな未来」が会社を変える。

中退共 以て退職金。

「中退共」は中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ① 国の制度だから安全・安心! さらに掛金の一部を国が助成します。
- ② 社外積立でラクラク管理! 管理や運用の手間がかかりません。
- ③ 掛金は全額非課税でオトク! 節税に加え、手数料もかかりません。

● パートタイマーさんちもご加入いただけます。
 ● 他の退職金・企業年金制度等とのポートビリティも可能です。

詳しくはホームページをご覧ください
中退共 検索
 http://chutaikyo.taisyokukin.go.jp/

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211



まわり☆魚沼人

～うおぬまびと～
はるや
市井晴也さん



本に関するお問い合わせ
岡築地書館
☎03・3542・3731
※市内書店でも購入可能です。

神奈川県から福山新田に移住し今年で25年になる市井晴也さん。3月19日(木)に福山新田での生活の様子をまとめた本「半農半林で暮らしを立てる」資金ゼロからの「インターン田舎暮らし入門」を出版しました。

市井さんは、当時、炭焼きや農業ができる場所を探して、たまたま紹介された旧守門村の森林組合で縁や人柄の良さを感じて、移住することを決めました。移住する時は、技術・お金・資格などなく、食や食わずになるかもしれない覚悟だったそうですが、食には困らない充実した暮らしができていますと言います。「福山新田での生活は、居心地が良く、自分でやりたいことを選べるので、他に移りたいと思わないです。雪が多い地区ではありますが、雪は慣れてしまえばそんなに苦ではないです。四季がはっきりしているの、季節の変わり目を集落の方々と共感できることが心地よいです。年を追うごとにここが好きになっています。」と嬉しそうに話しています。

「新しいところへ飛び込むのは、勇気や覚悟のいることですが、何かに本気で取り組んでいると想いは自然と相手に伝わり、周りの人が理解してくれるようになると感じています。時にはうまくいかないこともありますが、それは失敗ではなく、必ず次の糧になっていくはず。やらないうちで後悔するよりは、まずは行動してみたいと思います。」と新しく何かを始めようとしている人へエールを送ってくださいました。

また、市井さんは、農業や移住をしたいと考えている人への支援やパイプ作りをしたいと考えているそうで、地区の皆さんと山暮らし体験ツアーなどを行っています。そういった活動を通して、福山新田の方々のお役に立っていきたいと言います。

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4月22日(木)までに応募してください。

Q ニジマスとアメマスから生まれた魚を使った押し寿司は「〇〇〇〇の寿司」と言いますが〇〇〇〇に入る魚は？

A ①稲穂サケ
②清流アユ
③美雪ます

前回の正解は、「②新潟アルビレックスBB」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す。

※応募総数：27通 (うち正解数：27)

穴沢 春夫 さん
池田 誠 さん
内山美和子 さん
野口 裕太 さん
森山 天祐 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
秘書広報課「市報クイズ係」宛
FAX：025-792-9500
Eメール：koho@city.uonuma.lg.jp

ひとのうごき (2月21日～3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。

宮内 関	さらこ	健行・恭子	吉水	森山 一平	堀之内稲荷町	95歳	佐藤 峰子	横根	55歳
駒形 悠人	はるや	翼・望	和田原	吉澤 英雄	大石新田	75歳			
角屋 颯之介	悠人	恵太・ひとみ	下島二	渡邊 清治	和田原	68歳			
櫻井 啓人	悠人	宏樹・郁子	和長島	新野美千榮	新田	95歳			
山田 愛翔	悠人	康平・真冬	大河原一	磯部 力	竜光三	66歳			
星 桃人	悠人	晃・由香利	大下	横山 好男	新道島	78歳			
志田 光暖	悠人	貴人・あゆみ	下折立	横山 汎愛	新道島	95歳			
櫻井 結菜	悠人	大地・有紀	並柳	鈴木金一郎	魚野地	73歳			
		直人・千香	高倉	柳澤 繁治	浦町七	78歳			
				山内 ツル	古新田	100歳			
				星 フジイ	干溝	87歳			
				桑原 貞昭	虫野	91歳			
				星 良雄	井口	84歳			
				田原アイ子	井口	86歳			
				星 テル	大沢	90歳			
				鈴木 春雄	親柄	75歳			
				坂西 幸夫	越又	81歳			
				佐藤 鶴松	並柳	88歳			
				佐藤 貞子	山田	96歳			
				榎本 ヨネ	細野	100歳			
				佐藤 徳二	高倉	94歳			
				浅井 作次	大栃山	87歳			
				五十嵐元定	平野又	92歳			

人口と世帯数 (R.2.3.1)

	人口	うち外国人	増減
男	17,413	81	-14
女	18,224	149	-32
計	35,637	230	-46
世帯数	13,279		-2

※増減は、前月比です

表紙の写真

魚沼北中学校で第1回卒業証書授与式が行われました。新型コロナウイルスの影響で、卒業生、保護者、学校関係者のみの参加でしたが、最後のホームルームが終わると、保護者が廊下の両側で花道を作り、これからそれぞれ道を歩んでいく卒業生を温かく送り出しました。

編集後記

4月になり新しい環境での生活をスタートした人がいるかと思えます。私も今までに環境が変わるタイミングが何度もありました。今になって、あの時違う選択をしていたらどうなっていたのかを考えると、あの時あそこを振り返ると、あの時あそこを振り返ると、若いうちにあの経験をしておけば良かったなと思うこともたくさんありますが、良い出会いや経験もたくさんありました。今年度も市報編集を通して様々な出会いや経験を、充実した一年にしていきたいです。(T)

うおぬま 美逸品 NO.35



魚沼の綺麗な水で育った美雪ますを丁寧に加工した押し寿司「美雪ますの寿司」。

魚沼のブランド魚「美雪ます」は、もちもちとした肉質と鮮やかな紅色の身をしたニジマスの一種です。県内の限られた養殖場でのみ生産されている美雪ますの中でも、魚沼市産だけを使用するのが大栄食品さんのこだわり。もちろんコシヒカリも魚沼市産100%!

このお寿司の賞味期限はたったの1日。しっかりと酢に漬けるともう少し日持ちするのですが、美雪ます

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。魚沼が誇るブランド魚を使用した「美雪ますの寿司」をご紹介します。

の本来のおいしさを味わえるように、あえて酢は薄くしています。ほんのりと効かせた酸味が、美雪ますの旨みとコシヒカリの甘さを一層引き立てます。

魚沼が誇るふたつのブランド品が、お互いを引き立てあう味わい深い逸品。ぜひご賞味ください♪

美雪ますはニジマスとアメマスから生まれた、しっとりとした弾力のある食感の魚です。魚沼産コシヒカリと相性がよく、秋の新米時期は特にお勧めです。

●ご注文は電話にてお願いします。配達も承っています。

岡有限会社 大栄食品
魚沼市干溝755 ☎025・792・2095

児童絵画

No.174

今月は入広瀬小学校の児童の作品です



「富士山」
6年 穴沢 青葉 さん
※制作時は5年



「富士山書いた」
6年 穴沢 蓮 さん
※制作時は5年



ふきと豚肉とじゃがいもの煮物（副菜）

材料（4人分）

ふき	100g	A[みりん 大さじ3 しょうゆ 大さじ2]
豚バラ肉	100g	
じゃがいも	2個	たかのつめ（乾） 適量
だし汁	2カップ	

エネルギー 211kcal たんぱく質 6.0g
炭水化物 20.7g 脂質 10.3g 塩分 0.9g

食まちうめま

し・し・ぴ No.47



作り方

- ①ふきは皮をむいて、塩ゆでし冷水にさらす。
- ②ふきを3cmの長さに切る。豚肉もふきと同じ長さに切る。じゃがいもは皮をむき、食べやすい大きさに切る。
- ③鍋にだし汁とじゃがいもを入れ、ふたをし中火にかける。煮立ったらふたを少しずらして、弱火で煮る。
- ④じゃがいもに火が通ったら、ふたを外し、ふきと豚肉、Aの調味料を入れる。煮汁がほとんどなくなるまで煮詰める。
- ⑤種をとり輪切りにした、たかのつめを散らす。

<煮物料理について>

煮物は食べすぎると塩分のとり過ぎにつながります。
味付けをするときは、調味料は控えめに、味を見ながら入れるようにしましょう。

魚沼市食生活改善推進員協議会

活用してください！

マイナンバーカードによる

コンビニ交付サービス



マイナンバーカード（利用者証明用電子証明書入り）を使って、コンビニエンスストア等のマルチコピー機で各種証明書を取得すると、発行手数料が150円減額されるのがご存じですか。簡単・便利でお得なマイナンバーカードによるコンビニ交付サービスをご活用ください。

【場】セブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、郵便局（マルチコピー機設置店舗のみ）

【対象証明書と減額後の発行手数料
住民票の写し 150円

印鑑登録証明書 150円

戸籍謄本・抄本 300円

所得証明書 150円

所得課税証明書 150円

区市市民課 ☎792-1112



この広報紙はグリーン購入法に適合する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。