

2021

9.10

No.203

みんなの想いを聖火に

東京2020パラリンピック聖火フェスティバル
「魚沼市の火」採火イベント

魚

市報

うおぬま

沼



東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会

魚沼市は「ケイマン諸島」のホストタウンです

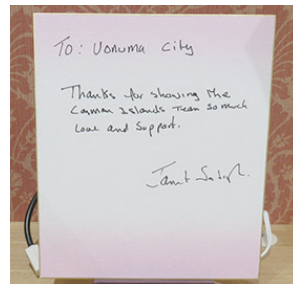
series 08

シリーズ最終回
ケイマン諸島
×
魚沼市

ホストタウンシリーズ最終回は、ケイマン諸島選手団とのギフト交換についてご紹介します。



ケイマン諸島選手団からの
お土産の数々



「あなた達の愛情とサポートは助かりました。ありがとうございます！」
Janet Sairsing (ケイマン諸島選手団長 写真中央)

お土産は内田市長に届きました。



8月8日に東京2020オリンピック(東京大会)の全ての競技が終了しました。ハイレベルでオリンピックという特別な舞台の中、ケイマン諸島の選手も、自分のベストを尽くした力強いパフォーマンスを発揮しました。現地観戦はできない状況だったため、結果をチェックしたり、テレビの前で応援された方も多かったのではないのでしょうか。

大会後に予定していた魚沼市との交流事業は中止となりましたが、せっかくの機会でしたので、選手団が日本を立つ前に双方の永い友好を祈念してギフト交換を行いました。ケイマン諸島選手団からは、公式ユニフォーム、東京大会のために作成したピンバッジ、南国らしい民芸品などバラエティに富んだお土産と、魚沼市へ向けたメッセージ(色紙)をいただきました。

魚沼市からは市産材のコースター、箸&箸置きを贈りました。

記念品を手にした選手団の皆さん
写真左のShalysa Wray選手(陸上女子400m出場)はパーソナルベストを更新しました!



パラリンピック聖火フェスティバルに参加しました(8月16日)

表紙に掲載した「魚沼市の火」採火イベントで子供たちが起こした火を新潟市に送り届けました。集火式には、ご自身もパラリンピアンである桜井忍さんからご出席いただきました。30市町村から集められた「新潟県の火」は、東京に送られ、47都道府県の火が一つの炎となり8月24日に聖火として灯されました。



ホストタウンシリーズは、今回で終了しますが、東京大会がなければ出会うことがなかったであろうこの縁を大切に、これからも交流を続けていきたいと思ひます。

うおぬま Biz 通信 No.37

特別企画

水の郷 雪のくにフードタウン特集 Vol.1

魚沼醸造 株式会社

2019年3月に水の郷工業団地で操業を開始した魚沼醸造株式会社をご紹介します。ここでは米糀や米甘酒などの米製品が作られています。また、工場だけではなく、一般のお客様が見学できるエリアやカフェ、ワークショップ、発酵食品について学べる体験型施設になっています。

魚沼 糀サロン UONUMA KOJI SALON



工場直送の「米甘酒」や米甘酒の入った「ソフトクリーム」などが楽しめるカフェ、発酵食品をテーマにしたライブラリーなど、素敵な空間が広がっています!!

工場直送 米甘酒
米甘酒ソフトクリーム

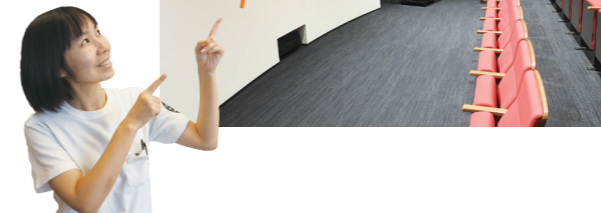


「魚沼 糀サロン」スタッフのおふたり

米糀工場見学 [要予約]

シアタールーム

7.1ch サラウンドシステムの音響と、大迫力の映像で、越後三山の壮大な自然と、魚沼の地に暮らす方々をご覧ください!!



米糀が作られる過程を見学することができます。2日間で約20トンの米糀を製造することができる円盤型製麹装置は業界で最大クラス。必見です!!



INFORMATION

魚沼市十日町1791-10(水の郷工業団地内)
営業時間 10:00 ~ 16:00 ※毎週水曜日館日
「米糀工場見学」は予約制
工場見学等受付専用ダイヤル 0120-060-070 (9:00-17:00 [年末年始を除く])
※令和3年8月31日現在、新型コロナウイルス感染症拡散防止のため「米糀工場見学」は中止しています。「魚沼糀サロン」は通常営業しています。



市内保育・幼稚園・こども園紹介

各園長と、主な行事や特色等を紹介します。

園子ども課 ☎792・9201

私立 保育園

外部講師による体操教室など、様々な活動を行います。

小出保育園は、70年以上の伝統ある保育園です。外国人の職員もおり、毎日英語に親しむなど時代に合わせた保育をしています。



山本都子 園長

小出保育園

清心 保育園

清心保育園は5年前に園舎をリニューアルし、明るく過ごしやすくなりました。みんなが自分と周囲の人を大切にできる人に育つことを願っています。



清水明次 園長



施設内部の様子をGoogleストリートビューで見ることができます。

めぐみ幼稚園

めぐみ幼稚園は市内唯一の私立幼稚園です。幼稚園は子どもが始めて出会う学校です。来年度新制度の幼稚園に移行します。



羽鳥敦子 園長

つくし保育園は本庁舎までお散歩に来て楽しく遊んでいます♪



伊米ヶ崎保育園の夏祭り行事で行ったお化け屋敷♪

公立・私立共に特色のある保育を行っています。今年度は園開放などが中止になることも多く、気になる園の様子子がわからないという方は、個別の問い合わせにも対応しています。各園にお気軽にお問い合わせください。

令和4年4月1日

『私立たんぽぽ保育園うおぬま（仮称）』が開園します！

魚沼市中原に新しく保育園が開園します。開園に伴い、説明会を開催します。入園をご検討中の方はぜひご参加ください。

☎9月25日（土）

午前の部 10:00～
午後の部 15:00～

場小出郷文化会館3階かまくらサロン

【新設保育園に関する問い合わせ先】

たんぽぽ保育園（南魚沼市）

☎025・773・2556

堀之内地域

堀之内なかよし保育園



ボランティア活動、敬老会等での歌、ダンス等の発表、花壇作り等も行っていきます。



児玉節子 園長

公立 保育園



令和4年度の入園申込受付は、10月8日（金）から29日（金）まで行います。10月10日号の市報で詳しくお知らせします。

小出地域

ひがし保育園



桑原久美子 園長

地域の人たちと一緒に子育てをしていく保育、一人ひとりの気持ちを大切に、遊びを通して共に育ちあい、思いやりの心を育む保育を行っています。

伊米ヶ崎保育園



星 敏夫 園長

家庭的な保育園なので異年齢の交流を大切にしています。地域の未入園児を園に招いたり、行事には小学生も参加し楽しんでいきます。



本多淳子 園長

いろいろな行事を体験し、心の栄養になるよう願っています。子どもたちの成長が見えて、保護者も楽しみにしています。



佐梨保育園

広神地域

ふたば東保育園



中村奈々恵 園長



子どもたちが豊かな人間性と健康な心身を育めるよう、家庭や地域と協力し理解と信頼を深めながら保育を行います。

ふたば西保育園



森山玲子 園長

自然に満ちた環境の中で春・秋の散歩、夏のプールあそび、冬の雪あそびなど自然とかがわって伸びのびと遊びながら健康な心と体づくりをしています。

湯之谷地域

つくし保育園



風間松司 園長

整った環境の中での未満児保育や、園庭でのびのびと遊べる環境で保育を行っています。

守門・入広瀬地域

すもんこども園



大桃好子 園長

豊かな自然の中、一人ひとりを大切に温かな教育・保育を行います。入広瀬分室もあります。

全市民対象

インフルエンザ予防接種費用の助成を実施します

予防接種を受ける前に…

■インフルエンザとは？

インフルエンザウイルスによる急性の呼吸器感染症です。感染すると発熱、頭痛、全身のだるさや関節の痛み、鼻水及び咳などの症状が現れます。例年秋から冬にかけて流行します。ワクチンの効果が期待できるのは接種の2週間後から5か月程度と言われています。流行が始まる前の10月末から11月頃に接種を受けましょう。

■ワクチンによる副反応は？

ワクチンの接種によりインフルエンザを発症することはありませんが、接種した場所のはれ、痛み、発熱などの症状（副反応）が発生する場合があります。通常は2～3日で消失しますが、万一、高熱やけいれん等の症状がでた場合は、速やかに医師の診察を受けてください。

■予防接種を受けることができない人は？

次に該当する人は、予防接種は受けられません。

- ・発熱（37.5℃以上）のある人
- ・重篤な急性疾患にかかっている人
- ・インフルエンザワクチンの接種を受けてアナフィラキシー（重いアレルギー反応）を起こしたことがある人
- ・その他、医師が不適当と判断した人

令和3年度 インフルエンザ予防接種実施医療機関

医療機関名	電話番号	接種実施期間	年齢要件	備考
堀之内医療センター	794・2450	11月1日(月)～12月24日(金)	高校生以上	要予約 10月4日(月)～12月20日(月)
新田医院	794・4555	10月1日(金)～12月28日(火)	6歳以上	要予約 10月1日(金)～12月28日(火)
堀之内駅前 小玉医院	798・2000	10月18日(月)～12月29日(水)	6歳以上	要予約 9月17日(金)～12月20日(月)
市立小出病院(小児科)	792・2111	10月25日(月)～ ^{令和4年} 1月31日(月)	中学生まで	要予約 10月1日(金)～ ^{令和4年} 1月31日(月)
市立小出病院(内科)	792・2111	11月～12月	高校生以上	要予約 定期的に内科を受診している人のみ
廣川医院	792・0015	10月1日(金)～12月25日(土)	高校生以上	要予約 9月10日(金)～12月25日(土)
上村医院	792・0143	10月1日(金)～ ^{令和4年} 1月31日(月)	なし	要予約 10月1日(金)～ ^{令和4年} 1月31日(月) ※午前は予約不要。夕方は要予約
中島脳外科内科医院	793・3337	10月18日(月)～12月28日(火)	中学3年生以上	要予約 10月4日(月)～
庭山医院	792・5511	10月1日(金)～	小学生以上	要予約 9月から随時予約受付
ほんだ病院	792・9550	10月1日(金)～12月28日(火) (月曜～金曜のみ)	13歳以上	要予約 10月1日(金)～12月28日(火)
かねもと外科内科医院	792・7678	10月1日(金)～ ^{令和4年} 1月31日(月)	3歳以上	要予約 9月21日(火)～ ^{令和4年} 1月31日(月)
宮医院	792・0602	10月4日(月)～ ^{令和4年} 3月31日(木)	なし	要予約 9月2日(木)～ ^{令和4年} 3月31日(木)
金子クリニック	799・2015	10月11日(月)～	3歳以上	要予約 9月27日(月)～
守門診療所	797・2062	10月下旬～12月27日(月)	13歳以上	要予約 10月上旬～12月27日(月)
入広瀬診療所	796・2320	10月下旬～12月27日(月)	13歳以上	要予約 10月上旬～12月27日(月)
魚沼基幹病院(小児科)	025・777・3200	お問い合わせください	中学生まで	お問い合わせください
萌気園浦佐診療所	025・777・5222	10月頃から開始予定	1歳以上	予約不要 18歳までは保護者の同伴が必要
萌気園二日町診療所	025・778・0088	10月1日(金)～予定	1歳以上	予約不要 ・18歳までは保護者の同伴が必要 ・妊娠中の方の接種はできません。

インフルエンザの感染予防と重症化防止のため、予防接種費用の一部を助成します。
※接種については義務ではありません。

1. 接種実施期間

10月1日(金)～令和4年3月31日(木)

2. 助成内容 (接種日時時点で魚沼市に住所がある方に限ります。)

	子ども(任意接種)	一般(任意接種)	高齢者(定期接種)
対象者	生後6か月から18歳(年度末年齢※①)まで ※接種の際は母子手帳を持参してください。	19歳(年度末年齢※①)から64歳まで	65歳以上(60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器または免疫機能に一定の障害を有する人(身体障害者手帳1級程度)も含む)
助成額	2,000円	1,000円	自己負担額1,650円
助成回数	13歳未満 2回まで 13歳以上 1回(※②)	1回(※②)	1回(※②)

※①年度末時点(令和4年3月31日時点)の年齢のことを言います。

※②医師の判断等により2回接種する場合、2回目は全額自己負担となります。

3. 助成の流れ(市内の医療機関等で受ける場合)



■市外の医療機関で接種した場合

・子ども、一般の予防接種

市外医療機関において接種した場合も助成を受けることができます。接種費用を全額お支払いいただき、接種後に、健康増進課に申請してください。

・高齢者の予防接種

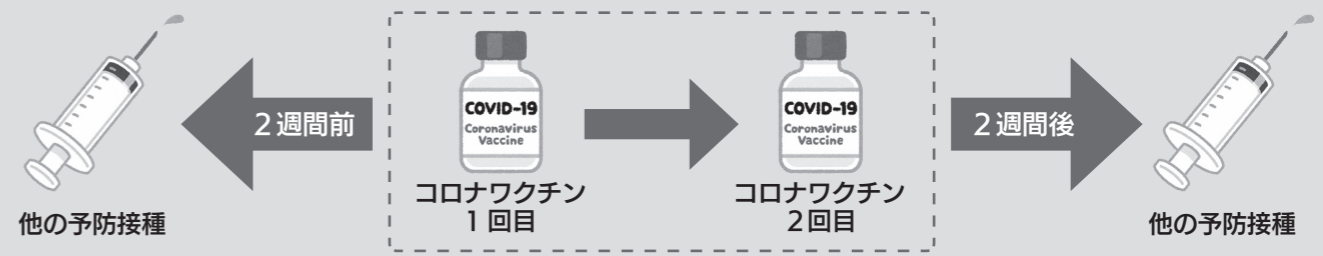
県内の契約医療機関であれば助成が受けられます。県外医療機関で接種した場合、助成を受けることはできません。

【必要書類】

- ・申請書 (健康増進課窓口にあります。)
- ・領収書と明細書 (金額とワクチンの種類がわかる書類)
- ・振込先口座の確認できる通帳の写し

！ 注意

- ・新型コロナワクチン接種を希望する方でまだ接種していない方は、先に2回の接種を済ませてからインフルエンザ予防接種を受けましょう。
- ・新型コロナワクチン接種の前後2週間は他の予防接種を受けることができません。



クマに注意！！

昨年の秋には市内でクマが頻繁に出没しました。今年もこれまでに多くの目撃情報等が寄せられています。
今秋のブナ等の堅果類は不作となっており、さらにクマの出没が増える恐れがあります。クマとの遭遇による事故が起きないように、以下のことに注意をお願いします。

クマに出会わないために ～山にクマがいることはあたりまえです～

- 出沒情報に注意しましょう！**
あらかじめ入山する地域の目撃情報を確認し、クマのいるところには近づかないようにしましょう。
- 早朝や夕方は特に注意しましょう！**
クマの活動が活発な時間帯です。極力この時間帯を避けて行動するようにしましょう。
- クマの痕跡に気をつけましょう！**
山中でクマのフンや足跡、熊棚等の痕跡を見つけたら、その場から離れるなど細心の注意を払ってください。
- 自分たちの存在を知らせましょう！**
入山する時は複数で行動し、鈴やラジオ等、音の鳴るものを必ず携帯してください。
- しっかり戸締りをしましょう！**
住宅はもちろん、作業小屋や車庫のシャッター、ドアもしっかり閉めましょう。

クマを引き寄せないために ～クマのエサとなるものの除去が基本です～

- 生ごみ、果実等は適切に処理しましょう！**
クマが人里に出没する要因はエサの存在です。生ごみ、不要となった農作物や柿などの果実は早めに収穫し、人家の周りや農地に放置せず、土に埋めるなど適切に処理してください。人がおいしいと思う食べ物は、クマにとってもおいしい食べ物です。
- ゴミは持ち帰りましょう！**
キャンプや登山、溪流釣り等で出たゴミは必ず持ち帰ってください。
- クマの出没しにくい環境を整備しましょう！**
集落や農地の周辺、川沿いにクマの潜みやすいヤブや茂みがある場合は除去すると効果的です。

万一クマに出会ったら ～落ち着いて行動することが大切です～

- 興奮しない、させないようにしましょう！**
急に大声を出したり、ものを投げたりするとクマが興奮して危険です。そっと後ずさりながら離れてください。
- クマが襲ってきたら**
「死んだふり」は効果がありません。地面に伏せ、両手で頭部や首等急所をしっかりガードしてクマの攻撃をしのぐ方法が有効といわれています。



最新の目撃・痕跡情報は市ホームページトップ画面【重要なお知らせ】からご確認ください。

検索エンジンで

魚沼市 クマ地域別目撃情報 検索する



新潟県内の出沒情報は新潟県のホームページをご確認ください。

検索エンジンで

新潟県 クマ出沒情報 検索する



未来の健康のために

～うおぬま地方の健康調査～

魚沼コホート研究 調査報告

☎新潟大学大学院医歯学総合研究科
健康増進医学講座 南魚沼分室
☎025・775・7876



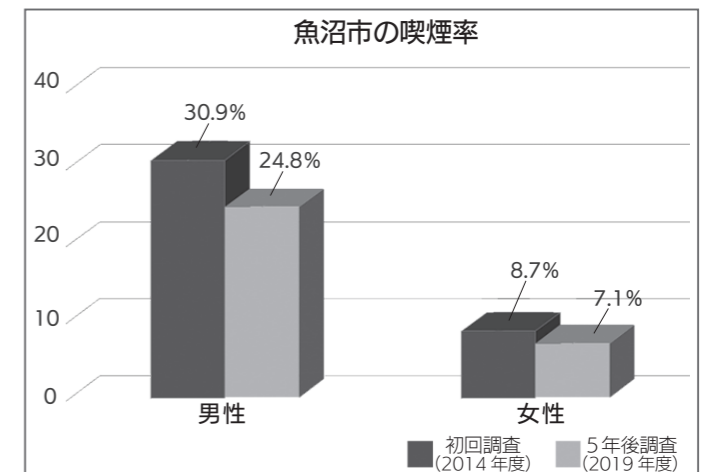
? コホート研究とは

習慣や体質などの違いにより、住民の健康状態がどのように変化したかを長期にわたり調べる研究です。「たばこは肺がんリスクを上げる」「塩分の過剰摂取は血圧を上げる」といった健康の常識も、コホート研究によってわかったものです。

「うおぬま地方の健康調査」では、「初回アンケート調査」(2014年度)に協力いただいた方を対象に、「5年後アンケート調査」(2019年度)を実施しました(※)。【回答:男性6,198名、女性6,985名】5年後アンケート調査の結果から、今回は「喫煙」についてわかった内容をお知らせします。

■喫煙率の変化

喫煙率は、男性24.8%、女性7.1%で、男女ともに、初回アンケート調査に比べて下がったことがわかります。

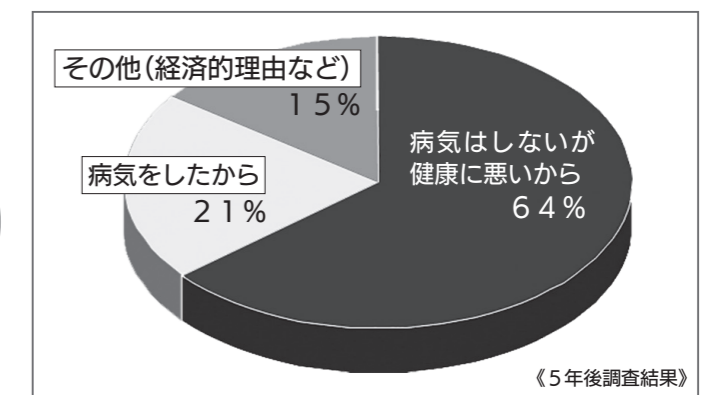


・喫煙率の算出方法

「生まれてからこれまでに、合計100本以上のたばこを吸っていますか?」の質問に回答された人(分母)のうち「はい」と回答し、かつ「現在もたばこを吸っていますか?」の質問に「吸っている」と回答した人(分子)の割合

■たばこをやめた理由

たばこをやめた理由を回答された方のうち、最も多かった理由は「病気をしませんが健康に悪いから」でした。病気をする前に生活習慣を改善する、という健康意識の向上がみられました。



check



喫煙は、新型コロナウイルス感染症の重症化リスクを高めるほか、肺がんや慢性閉塞性肺疾患、脳卒中や虚血性心疾患など、様々な病気の危険因子であり、寿命を縮めることが国内外の研究でも明らかになっています。

今後も追跡調査を通して、魚沼地域の喫煙と疾患などとの関係を調べ、情報提供をしていきたいと考えています。

※「うおぬま地方の健康調査」は各市で実施年度が異なります。南魚沼市では初回調査：2012～2013年度、5年後調査：2017～2018年度に実施しています。

うおぬまで ACP する

- 人生の最終段階をどう過ごすか考えてみませんか -



訪問看護で行っていること

～自分らしく生きることを支える～

小出病院・訪問看護リハビリステーションさくら
星野 由起子 看護師長

『訪問看護とは…』



訪問看護は、地域で支える医療と、住み慣れた自宅で暮らし続ける生活のお手伝いをします。「病気や障がいがあっても、住み慣れた家で暮らしたい」と望まれる方が増えています。しかし、「家族に負担をかけてしまうのではないかな」「家族だけで介護や医療的なケアができるだろうか」など不安も多いと思います。

そんな時にサポートするのが訪問看護です。赤ちゃんからお年寄りまで、全ての年代の方に対して主治医やケアマネージャー等が協力しながら、一人ひとりの「こんなふうに過ごしたい・こんなことをしたい」という思いを大切に、病気や障がいの付き合いかたや患者さんが望む生き方ができるような支援します。

『訪問看護ステーションでの ACP の取り組み』

当ステーションでは、魚沼

市内の3歳から105歳まで約110名の方に對して生活の支援をしており、自宅での看取りも支援しています。看取りにはそれぞれの人生の物語があります。



▼稲作の専業農家の男性Sさんは、末期の癌で余命が数か月でした。Sさんは「最後まで田んぼを見たい、米作りをしたい」と自宅での療養生活を希望しました。徐々に痛みが出ましたが、訪問診療で苦痛を和らげる治療を受けました。家族の車で田んぼの様子を嬉しそうに見に行ったり、車いすで家の廊下から脱穀作業を満足そうな表情で見ながら過ごし、生きがいだった米作り作業を見終えて専業農家としての人生を終えました。

『患者・家族と寄り添う 訪問看護』

患者さんやご家族が大切にしていることやこんな生活をしたという思いをどのように支援していくかということを中心に考えながら、日々の訪問看護をより丁寧な、かつACPを意識して関わってきたいと思っています。

多くの方が人生の最期まで住み慣れた自宅で過ごしたいと願っています。それを実現するには、元気な時から最期の時に備えて「自分は人生の最期までこんなふうに生きたい・こんな生活がしたい」

院長の一言

ACPは生活の延長線上で生ききり方を一緒に考えることです。



地域医療魚沼学校
布施 克也校長 (小出病院長)

訪問看護師は、最も身近な医療従事者として患者さんやご家族の思いに寄り添い、その時々状況に応じた意思の決定ができるように、主治医やケアマネージャー等とともに支援をしていきます。魚沼市でACPが根付き、地域の文化になるように活動を続けていきたいと思っています。

問 介護福祉課 ☎792・9755
(監修：地域医療魚沼学校)

9月と2月は 新潟県高齢者見守り強化月間です

問 介護福祉課 ☎792・9755

認知症の人やその家族への早期支援を目的に、令和2年度から「認知症相談ダイヤル」を開設しました。「認知症相談ダイヤル」では、認知症地域支援推進員が、認知症の症状やその対応の仕方、医療機関への受診、介護サービスの利用などの相談をお受けして、必要に応じて医療・介護の関係機関と協力しながら支援します。

魚沼市の認知症地域支援推進員



橋 淳子さん 早川 義明さん

電話や、お宅への訪問相談も受け付けています。

【認知症総合支援事業】

『認知症相談ダイヤル』を開設しました。

☎080-1395-7394

相談受付 月～金曜日 8時30分～17時15分まで
(祝日・年末年始を除く)

認知症地域支援推進員が相談をお受けします。

「最近もの忘れがふえた」、
「今日が何月何日かわからない」、
「同じ話を繰り返す」……



などに気づいた時が相談するタイミングです。
一人で悩まず、お気軽にご相談ください。



*担当者が訪問や面談などで電話に出られない場合があります。後ほど、ご連絡させていただきますので、留守番電話にお名前とご連絡先の電話番号を残してください。



【認知症総合支援事業 委託法人】
医療法人 魚野会 (南部地域包括支援センター内)
〒946-0031 魚沼市原虫野 433 番地 3

認知症総合支援事業は、介護保険法115条の45第2項第6号に基づく特別付帯事業です。魚沼市より、令和2年4月1日付けで、委託法人 魚野会が「認知症総合支援事業」を受託しました。

パブリックコメントを募集します

魚沼市過疎地域持続的発展計画 (案)

問 企画政策課
☎792・1425

本市はこれまで、国による「過疎地域自立促進特別措置法」に基づき、『魚沼市過疎地域自立促進計画 (平成28年度～令和2年度)』を策定し、各種の過疎対策事業を進めてきましたが、法律の期限とあわせて、計画期間が満了しました。その後、令和3年4月1日付けで、新たに「過疎地域の持続的発展の支援に関する特別措置法」が施行されたことに伴い、本市においても、過疎地域における持続可能な地域社会の形成及び地域資源等を活用した地域活力の更なる向上を実現するため、同法の趣旨を踏まえ、『魚沼市過疎地域持続的発展計画』を策定し、引き続き過疎対策を講じていくこととしています。

計画期間については、同法の対象期間である10年間(令和3年度～令和12年度)を、前期5年間(令和3年度～令和7年度)と後期5年間(令和8年度～令和12年度)に分けることとして、今回は前期分の計画を策定するものです。

◎ 募集期間

9月17日(金)～10月14日(木)

◎ 公表方法

市ホームページで公表するほか、企画政策課、北部事務所及び入広瀬分室でも閲覧できます。

◎ 意見を提出できる方

- (1) 市内に住所がある人
- (2) 市内に所在する事業所または事務所に勤務する人
- (3) 市内に所在する学校に在学する人
- (4) 市内に事務所または事業所を有する個人及び法人やその他の団体
- (5) 計画等に利害関係を有する個人及び法人やその他の団体

◎ 意見等の提出方法

任意の用紙に住所、氏名、電話番号、意見を記入し、企画政策課、北部事務所または入広瀬分室のいずれかに持参いただくか、企画政策課に郵送、FAX、またはEメールでご提出ください(匿名での提出は受付をしません)。なお、Eメールで提出される場合には、メール本文だけでなく、件名にも入力をお願いします。

◎ 郵送先

〒946-8601 魚沼市小出島910番地
魚沼市役所 総務政策部 企画政策課

☎792・1425

FAX025・792・9500

✉kikaku@city.uonuma.lg.jp

■7月の相談件数

電話	63件
来庁	19件
その他	6件

第9回 得だね！消費生活・ミニ講座「これからの消費者が目指すもの」

コロナ禍により経済・社会が変化しつつある中、アフターコロナ時代におけるSDGsの消費生活や、人生100年時代の生き方について講師が説明します。

日 9月25日(土) 13:30~15:30
場 小出ボランティアセンター
講 長谷川かよ子さん
・NPO 法人新潟県消費者協会元会長 (現在は顧問)
・NPO 法人消費生活ネットワーク新潟 前理事長

定 先着25人
※事前に申し込みが必要です。

¥ 無料
☑ 9月22日(水)
申 市民相談センター
☎ 792・8844

・当日は新型コロナウイルス感染予防のためマスクの着用をお願いします。
・新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止の場合もあります。

見守り力でなくそう！ 高齢者を狙う消費者トラブル

家族や地域での「見守り・気づき」が高齢者の消費者トラブルを防ぎます。次のような様子が見られたら、高齢者本人に事実を確認し、市民相談センターにご相談ください。

【見慣れない人物が入り込んでいる】
高齢者に近づき、親切を装って商品を売りつけているかもしれません。

【健康食品を勧める電話がしつこくかかってきている】
「必要ありません」ときっぱり断り、すぐに電話を切るように助言しましょう。

【未開封の段ボールや新しい商品でついでに】
訪問販売による「押し売り」の可能性があります。

【お金に困っている様子が見られる】
トラブルに巻き込まれている可能性があります。見慣れない金融会社からのダイレクトメールや請求書などがこないか確認しましょう。

「儲け事 人に教える わげがない」 : あやしいな、おかしいなと感じたら
「受話器置く 誰でもできる 護身術」 : すぐに警察や市民相談センターへ相談してください。

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しいカタチ

No.73 地域創生課
☎ 792・9752
☎ 797・2360



「魚沼市の魅力を世界へ！」
大滝 義隆 隊員
(須原「ミニ」コミュニティ協議会担当)

皆さんは、「スカイランニング」という競技をご存知でしょうか。今年の10月23日・24日に、このスカイランニングのレースが魚沼市で開催されます。会場は、魚沼須原スキー場と、小出付近から入っていく大力山・笠倉山・鳴倉山などの魚沼アルプスの山々。その名も「魚沼スカイラン」です。



このレースは魚沼青年会が企画し、その趣旨に共感した有志メンバーが、実行委員会を結成して大会開催に向けて動いています。私も須原地域の魅力発信と、魚沼須原スキー場のグリーンシーズンの活用につながると思い、実行委員の一人として活動しています。

スカイランニングは、一言でいうと「山を駆け上る」という競技です。数々の素敵な山々に囲まれた自然豊かな魚沼市の魅力を発信するために、スカイランニングの大会開催はまさにうってつけではないでしょうか。

1日目はバーティカルという、山の斜面を一気に下から駆け上る競技です。こちらは距離もそれほど長くないので、子どもをはじめ、スカイランニングが初めての人でも気軽に参加できると思います。2日目のスカイレースも、ミニ・ノーマル・エキスパートのレベル分けが行われているので、ぜひ自分の体力レベルに合った種目に参加し、楽しんでいただきたい。

なお、コロナ対策はガイドラインに基づき万全に行い開催する予定ですが、その頃までには感染拡大が収束していることを祈っています。大会の詳細、エントリーは大会HP(魚沼スカイラン nonunaskyrun.com)をご覧ください。

「魚沼市の魅力を世界へ！」発信する第一歩にご協力いただけると嬉しいです。

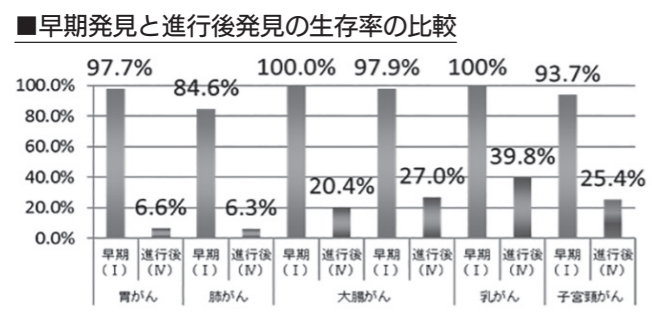
健康増進課 ☎ 792・9763

健康なおおぬま No.146

9月は「がん征圧月間」です
いつもの暮らしにがん検診を

国民の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで亡くなっています。

初期のがんは自覚症状がありません。検診を受けることにより、早期のがんを発見することができます。早期に適切な治療を受けることで、体への負担を少なくすることができるのと同時に、生存率も大きく高まります。



【魚沼市のがん検診について】

市のがん検診では、毎年20人程度の方ががんが発見され、治療につながっています。しかし、令和2年度は全てのがん検診において、前年度に比べて、受診率が低下しました。これは、新型コロナウイルス感染症による受診控えが影響していると考えられます。皆さんが安心してけん診を受診できるよう、感染症対策を講じながら実施していますので、コロナ禍でも、けん診を受けましょう。

【けん診の予約に関するお問い合わせ】
・予約専用ダイヤル ☎ 792・9206
受付時間 平日 9:00~15:00
・電子申請用QRコード
右のQRコードを読み込むと、専用の申請フォームから申し込みができます。
(<https://logoform.jp/form/yPWz/13469>)

【けん診の予約以外の内容に関するお問い合わせ】
・健康増進課 ☎ 792・9763



食まちうおぬま 食まちうおぬま秋の陣2021 ~四季の潤い里山まつり~

企画政策課 ☎ 792・1425

日 10月2日(土) 9:50~14:30 ※小雨決行
場 響きの森公園・小出郷文化会館
《主催》食まちうおぬまイベント実行委員会

今年は新型コロナウイルス感染症対策を実施した上で、野外でのイベントを開催します。木工体験や、食育に関する展示、小出郷文化会館25周年を記念するステージイベント等、様々な催しを予定しています。



▲昨年の様子

また、環境フェアや縄文フェス、きのご講習会やフリーマーケットといったイベントも同時開催予定です。

詳細は9月25日号の折り込みチラシでご紹介します。皆様ぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症対策として、会場内での食事はできません。

「魚沼の森を活かそう！」 講演会&パネルディスカッション

【時間】10:30~12:20(予定)
場 小出郷文化会館 小ホール
講 紙谷智彦さん(新潟大学名誉教授)
定 先着150人
※県内在住者限定、事前申込制です。

¥ 無料
☑ 9月22日(水) (受付開始:9月13日(月))
申 専用フォームまたは電話(平日のみ)で申し込みください。

農林整備課
☎ 793・7740



【専用フォーム】



魚沼市の特産「ユリ」をPRしようと市内で様々な取り組みが行われています。「市立施設のユリ花飾り」として、本庁舎1階の市民ロビーにもオリエンタル系ユリを飾って、お出迎えています。

三洲沢集落の皆さんの「棚田のひまわり畑」。減反の田に植えられた一面のひまわりとそこから眺める壮大な景色が爽快でした。



わ たしの主張 in 魚沼地区大会

— 8.20 本庁舎

市内の各中学校を代表する生徒の皆さんがそれぞれ意見や考えを発表しました。最優秀賞は「私の妹から学んだこと」を発表した湯之谷中学校3年生の瀬下なずなさん(写真:手前中央)でした。瀬下さんは、9月11日に小出郷文化会館で行われる新潟県大会に出場します。



全 国大会出場へエール!

— 8.12 本庁舎

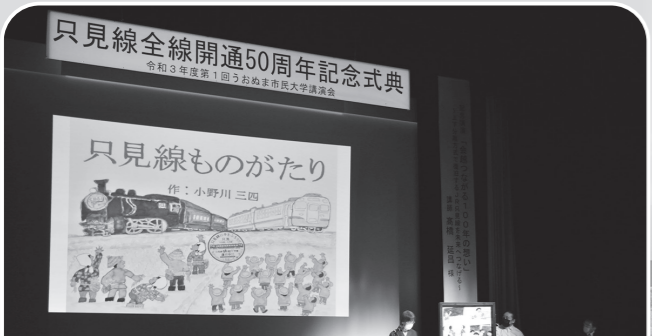
「全国道場少年剣道大会」に出場する米山こころさん(小出小5年生)、大桃夏輝さん(湯之谷小5年生)、高橋咲太郎さん(広神西小6年生)へ、市長から奨励金が手渡されました。米山こころさんは「全国小学生陸上競技交流大会」にも出場を予定しており、それぞれ全国大会への抱負を語りました。



魚 野川で灯籠流し

— 8.16 小出橋付近

昭和61年から小出商工会青年部が行っている伝統行事の灯籠流し。涼やかな川風の中、先祖供養やコロナ終息など様々な願いを込めた約250個の灯籠が流されました。



只 見線全線開通50周年を記念して

— 8.28 魚沼市小出郷文化会館

只見線が昭和46年8月29日に小出一会津若松間において全線開通してから50周年を迎えることに伴い記念式典が行われ、これまでの歴史を振り返るとともに、今後の発展を祈念しました。記念事業として、高橋延昌さんによる記念講演や紙芝居、ミニコンサート、写真展も行われ、只見線への想いを共有しました。



— 只見線を走る海里 —

8/29 「^{ただみかいり}只見海里」只見線を走る!!

新潟—酒田間の臨時快速列車「海里」が記念列車として只見線を走り、只見町民に迎えられました。この日、只見駅前でも記念式典が行われ、内田市長も出席しました。



お もしろ・変身!実験室

写真:堀之内公民館

— 8.4 堀之内公民館、8.5 広神コミュニティセンター
「夏休み工作・おもしろ実験室」が行われました。膨らませた傘袋に紙の羽根を貼りつけ傘袋ロケットに、水と洗濯のり等を混ぜスライムとスノードームに変身!子どもたちは物質の様々な変化を、楽しみながら学びました。



子 ども生け花教室

— 8.5 入広瀬公民館

魚沼華道会の方を講師に「子ども生け花教室」が行われました。自分流に模様を付けた花器に、ひまわりやりんどう等を生け、清々しく個性的な生け花が完成。この夏の思い出が一つ増えました。



迅 速な対応で被害拡大を防ぐ

— 7.31 消防本部

7月初旬に魚沼地内で発生した火災を、迅速な対応で被害の拡大を防いだことにより、3名の方が消防表彰を受けました。表彰式に出席した相馬弘樹さん(写真:中央)は「冷静に行動でき、大きな被害を防げてよかった」と話されました。



あ りがとう in 魚沼

写真:魚沼産☆夢ひかり

【ステージ参加団体】魚沼バイオリンクラブ、魚沼混声合唱団、KRO小出郷リコーダーオーケストラ、魚沼太鼓・響、魚沼産☆夢ひかり

— 8.8 魚沼市小出郷文化会館

小出郷文化会館25周年記念事業として、市内フランチサイズ団体が発表を行いました。心のこもったステージに、会場はお祝いムードで溢れていました。また同時開催の「魚沼絵画クラブ展」では、透明感のある絵画が人々の目を楽しませていました。

~会館に、参加団体に、お客様に
"ありがとう"の感謝を込めて~



文 化財を後世へ

— 8.7 国重要文化財「目黒邸」

茅葺屋根の一部葺替工事に伴い、見学会が開催されました。茅葺職人からの説明を受け、見学者は真剣に見入っていました。この葺替工事は11月中旬まで実施される予定です。



▲KRO小出郷リコーダーオーケストラ

◀魚沼絵画クラブ展

市長と語らん会

市長が地域に出向いて、集落の皆さまや各種団体の方々からの意見や市民ニーズを把握し、市政に反映していきます。

4月から7月までに開催された内容の一部をご紹介します。



市内の企業情報の発信について

市内に働く場所が少ないと声を多く聞きます。対策を進めてほしい。

【回答】

市内には魅力ある企業がたくさんあるので、より多くの方が探しやすいよう情報発信を工夫していきたいと考えます。

小出病院小児科の継続について

小出病院に念願の小児科が開設されたが、是非継続してほしい。縮小しないでほしい。

【意見】

小児科については、昨年度から大学病院等の協力を得ながら開設しています。市民の安心な暮らしのため、縮小は考えていません。

魚沼市の魅力について

人口減少に歯止めがかからない状況が続いています。今後、市のPRをどう進めていきますか。

【回答】

市民の皆さまとの意見交換を通して魚沼市の魅力の把握に努め、市のトップセールスを行いたいと考えています。

自然を活かした集客について

ホタルやしゃくなげなどの自然を活かして、多くの方に来ていただく方法はないでしょうか。

【意見】

インスタグラムなどのSNSでの情報発信を行ったり、他の観光資源と組み合わせたり、工夫しながらPRができるものと考えます。

基幹病院への交通の改善について

基幹病院へ通院する際、公共交通では乗り換えもあり、時間もかかるので不便に感じています。改善できませんか。

【回答】

現在、公共交通機関の改善に向けて、事業者と協議を行っています。

協議を進めた結果、利便性向上を図るため、基幹病院行きの路線バス及び乗合タクシーの路線変更とダイヤ改正を行うこととなりました。
くわしくは7ページをご覧ください。



2021年9月10日号

沼おぬまのお知らせ版

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

くらし

◆9月10日は「下水道の日」です

◎下水道に雨水を流さないでください

魚沼市の下水道は「分流式」といって、生活雑排水以外は流しません。「ます」に雨水が流入したことで、下流で汚水があふれたり、下水処理施設が機能しなくなるなどの事故が毎年発生しています。快適な生活環境のために、皆様のご理解をお願いします。

☎ 792・1118
関ガス水道局業務課

分別と減量にご協力を（7月ごみ量）

関 生活環境課（廃棄物対策係） ☎792・3055

種別	3年度	2年度	増減
可燃ごみ	960	969	-9
不燃ごみ	41	41	0
大型ごみ	90	83	7
容器包装	13	12	1
古紙類	68	65	3
合計	1,172	1,170	2

・単位：トン（1トン未満四捨五入）
◎違法な不用品回収業者にご注意ください
違法な不用品回収業者には、チラシの配布、街中の巡回、空き地での回収といった例があります。ごみ収集許可の無い業者にごみを出すことは違法となるため、このような業者にはご注意ください。

◆10月1日から路線バスのダイヤ改正

南魚沼市方面は新停留所（魚沼市役所前）からの発着となります。

①六日町線

②浦佐線

◎ルート変更

- ・①：魚沼基幹病院経由に変更
- ・②：小出病院東口を通るルートに変更
- ・③：主要地方道小出奥只見線、地域振興センター前を通るルートに変更

募 集

◆グリーンカーテンプロジェクト参加者募集

◎第3回ゴーヤのつるで楽しくエコ活

◆10月1日から魚沼市乗合タクシーのダイヤ改正

路線バス六日町線魚沼基幹病院行きのダイヤ改正に合わせて、乗合タクシーのダイヤ改正を行います。市役所前での乗り継ぎが便利になりますのでご利用ください。

他くわしくは市ホームページ「10月改正時刻表」で確認してください。

健康・福祉

◆献血（全血）を実施します

- ① 9月15日(水) 9時30分～11時45分、13時～15時30分
- 場 魚沼地域振興局
- ② 9月28日(火) 10時～12時30分
- 場 魚沼市消防本部
- ◎ 共通事項
- 内 献血種別全血（400ml）
- 持 献血カード（お持ちの人）
- 問 健康増進課
- ☎ 792・9763

◆ひきこもり「家族教室」

9月24日(金)、10月8日(金)、22日(金)、11月5日(金)・19日(金)、12月3日(金)（全6回）

申し込み方法

- 申込方法
申込書にご希望日や意見交換テーマ等を記入し、30日前までにお申し込みください。
申込書は企画政策課、北部事務所に用意してあります。市ホームページからもダウンロードできます。
- 開催時間
1時間程度を予定しています。
- 申込単位
① 地域集落単位で申し込む。
地域集落の代表者と連絡・調整のうえ、お申し込みください。
② 各種団体単位で申し込む。
原則、市内に在住、在勤、在学している10人以上の団体であれば申し込みできます。

北部庁舎で「移動市長室」を実施しました

「市長と語らん会」以外に、市長が市民の方から直接ご意見を聴取できる場として、本年度「移動市長室」を実施しています。8月27日には北部庁舎で行い、7組8名の方から、農林業振興や地域の課題などについて、ご意見を伺うことができました。



(有料広告)

お腹まわり 運動不足 体力 体重 血圧 腰 ひざ が気になる方
カーブス 魚沼小出 TEL 025-793-3366
 女性だけの30分健康体操

9月21日(火) **OPEN**
 リフレッシュ
 100名様限定

多なら 無料 入会金
 まずは無料体験お試しください！
 お友達も1名様に限りプレゼント！

※本紙掲載の有料広告は、魚沼市が保証・推奨するものではありません。

● 昼の部：13時30分～15時30分
● 夜の部：19時～20時30分
場 小出ボランティアセンター
場 小出ボランティアセンター
内 同じ立場の人たちとひきこもりについて学び合い、語り合います。

対 閉じこもりがち（学校や仕事に気持ちが向かない等）の人の家族 ※1回のみ参加も可能です。

定 10人 ¥無料
 各開催日の前日まで
 申 関学校教育課
 ☎ 794・6072

◆やってみよう
プラス10分運動

日 9月28日(火)、10月19日(火)
14時～16時(※30分ごとの予約制。事前に申し込みが必要です。)

場 本庁舎
内 家でできる簡単な運動や、身体の状態に合わせた運動方法を紹介します。

講 星俊寛さん(健康運動指導士)

対 64歳以下の人で、運動に取り組みたい人

料 無料(※タオル、飲み物)

定 各回5人

他 動きやすい服装でお越しください。

申 問健康増進課

☎ 792・9763

◆令和3年度除雪援助
(軽度生活支援)事業

内 高齢者等の要援護世帯に対し、屋根除雪または門払いの援助を行います(除雪業者等はご自分で探していただきます)。

◎対象となる世帯

①65歳以上の高齢者世帯

②ひとり親世帯(親と18歳未

満の子(当該年度18歳に到達する子を含む)のみの世帯)

③身体障害者手帳1～4級、療育手帳A・B、精神障害者保健福祉手帳1級・2級のいずれかに該当する障害者の世帯

④右記①から③の人と女性または女性のみで構成されている世帯

⑤その他市長が認める要援護世帯

◎対象とならない世帯

①市民税所得割以上課税世帯

②入院、施設入所などで事業

実施期間内(11月～3月)において3か月以上当該住宅を不在とする世帯

③親族・親戚等の協力が得られる世帯

◎利用者負担金

・屋根雪：1時間当たり500円

・門払い：1回当たり1500円

※地域ごとに決められている

限度時間(回)を超えた分の除雪費用は、全額自己負担となります。

※申請は随時受け付けています。(一次集約9月30日(木))

◆ろう者理解のための
研修会を行います

魚沼市は「手話言語条例」を施行し、手話に対する理解の促進と普及を図っています。

ろう者の生活と基礎知識について学んでみませんか。簡単な手話の実践と講師による手話落語があります。

※ろう者とは、手話を使用する聴覚障害者の方です。

日 10月30日(土)10時から

場 小出ボランティアセンター

定 先着20人

対 中学生以上で市内在住の人

または市内に勤務している人

※10月15日(金)必着

申「ろう者理解のための研修会」と記入し、住所・氏名・電話番号(携帯電話可)を明記の上、電話、ファクス、もしくはEメールで申し込んでください。

ルで申し込んでください。
問 福祉支援課
☎ 792・9767
FAX 792・5600

☎ 792・9755
FAX 792・5600

安全・安心

◆被災建築物応急危険度
判定士養成講習会を開催します

◎新潟会場

日 10月28日(木)14時～16時30分

場 新潟県自治会館

定 先着50人

◎佐渡会場

日 11月4日(木)10時～12時30分

場 アミューズメント佐渡

定 先着40人

◎共通事項

対 建築士の資格を有している人、3年以上の実務経験を有する地方公共団体の建築・土木職員

料 受講料・テキスト代無料

持 受講証、筆記用具

日 10月6日(木)

申 問都市整備課

☎ 793・7991

◆育てておいしい簡単
和食講座

日 9月28日(火)11時～13時

場 小出ボランティアセンター

内 味噌と麴を使った料理実演の見学と試食です。

※あらかじめ作っておいた料

公民館

秋の全国交通安全運動

☎ 792・9766
☎ 792・5275

■スローガン「夕暮れは速度を抑えて早めのライト」

期 9月21日(火)～30日(木)「交通事故死ゼロを目指す日」9月30日(木)

- ◎運動の重点
- ・子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
 - ・夕暮れ時と夜間の事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識の向上～横断歩道での歩行者優先(新潟県重点)～
 - ・自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底
 - ・飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶

理を試食します。
講 島影妙子さん(魚沼市食生活改善推進員)

対 18歳以上

定 4人

料 1,000円

日 9月22日(水)

申 問小出北部公民館(平日9時～16時)

☎ 792・5336

◆木村正幸水彩画展

期 10月1日(金)～27日(水)
平日9時～16時

場 伊米ヶ崎公民館

内 透明感のある優しい色使いの絵画をどうぞご覧ください。

対 どなたでも

料 無料

申 問伊米ヶ崎公民館(平日9時～16時)

☎ 792・0082

◆入広瀬公民館高齢者講座
「地域医療魚沼学校講座」

日 10月5日(火)13時30分～15時

場 入広瀬公民館

内 健康な食事のはなし～フレイルを予防しよう～

講 布施克也先生(地域医療魚

沼学校長)、野崎彰子小出病院管理栄養士

対 どなたでも

定 20人

料 無料

持 筆記用具、飲み物

日 9月24日(金)

申 問入広瀬公民館(平日8時30分～16時30分)

☎ 796・2322

◆切り絵教室

初心者向けの切り絵を作ります。3回コースで数種類の作品を仕上げます。

日 10月8日(金)・15日(金)・22日(金)13時30分～15時30分

場 守門公民館

講 永塚 進さん

対 どなたでも

持 切り絵用カッター、カッター台

料 3回分2,500円(材料費・用具代込)

※用具持参の人は1,500円(材料費込)

日 10月3日(日)

申 問守門公民館(月～土曜9時～22時、日曜祝日9時～17時)

☎ 797・2261

文化祭作品募集

◎各地域共通事項

料 高校生以下と文化協会会員は無料
それ以外の人は運営協力金として、一人200円

他 お茶席は感染症防止対策のため実施しません。
くわしくは各地域の開催要項をご覧ください。

問 生涯学習課 ☎ 793・7480

<p>堀之内地域文化祭</p> <p>日 10月30日(土)～11月1日(月) 9時～17時(最終日は15時まで)</p> <p>場 堀之内体育館</p> <p>申 出品受付は堀之内公民館にて10月23日(土)・24日(日)の9時～17時の間に、申込書と作品を提出してください。</p> <p>他 要項等は堀之内公民館にあります。</p>	<p>湯之谷地域文化祭</p> <p>日 11月6日(土)・7日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)</p> <p>場 地域振興センター</p> <p>日 11月4日(木)</p> <p>申 所定の申込書を生涯学習課または湯之谷会館へ提出してください。(月～金の8時30分～17時)</p> <p>◎作品搬入 11月4日(木)14時～18時</p> <p>他 要項等は湯之谷会館にあります。</p>	<p>守門地域文化祭</p> <p>日 10月30日(土)・31日(日) 9時～16時(最終日は15時まで)</p> <p>場 須原第一体育館</p> <p>日 10月15日(金)</p> <p>申 所定の申込書を守門公民館(北部庁舎2階)へ提出してください。</p> <p>◎作品搬入 10月29日(金)9時から(会場設営、作品搬入、展示作業にご協力ください。)</p> <p>他 要項等は守門公民館にあります。</p>
<p>小出地域文化祭</p> <p>日 11月1日(月)～3日(水) 9時～17時(最終日は15時まで)</p> <p>場 小出郷総合体育館</p> <p>日 10月8日(金)</p> <p>申 所定の申込書を生涯学習課へ提出してください。</p> <p>◎作品搬入 10月31日(日)13時～17時</p> <p>他 要項等は生涯学習課にあります。</p>	<p>広神地域文化祭</p> <p>日 10月30日(土)・31日(日) 9時～17時(最終日は15時まで)</p> <p>場 広神体育センター</p> <p>日 10月4日(月)</p> <p>申 所定の申込書を広神公民館(広神コミュニティセンター)へ提出してください。</p> <p>◎作品搬入 10月29日(金)14時から(展示作業にご協力ください。)</p> <p>他 要項等は広神公民館(広神コミュニティセンター)にあります。</p>	<p>入広瀬地域文化祭</p> <p>日 10月30日(土)・31日(日) 9時～16時(最終日は12時まで)</p> <p>場 入広瀬スポーツセンター</p> <p>日 9月30日(木)</p> <p>申 所定の申込用紙を記入のうえ、お近くの実行委員、入広瀬公民館へ提出してください。</p> <p>◎作品搬入 10月29日(金)9時～13時</p> <p>他 要項等は入広瀬公民館にあります。</p>

お誕生おめでとうございます (7月12日~8月20日届出分) 敬称略

吉田 光季 (達郎・真梨子) 堀之内稲荷町
 関 紬希 (翼・望) 和田原
 遠藤 鈴杷 (徳朗・真央) 田川
 上村 茉莉 (智紀・恵) 浦町三
 阿部 慎 (英貴・美佳) 四日町
 今村 丹 (浩之・朱) 沢田二

朝井 陸斗 (友啓・俊美) 中原
 平澤 蓮 (龍彦・夏生) 大浦
 松木善士朗 (健治郎・梓) 親柄
 松田 凜音 (正裕・純子) 中島
 小幡 咲南 (大介・真夏) 長松
 桜井 凱惺 (純平・成美) 池平



10月 親子ふれあい広場

☎ 子育て課 792・9201

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 9:00~15:30	自由遊びなど
ぴよぴよタイム	月~金 10:45~11:00	手遊び・ふれあい体操など
土曜開放	毎週土曜 9:00~11:00	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	

14日(木)、20日(水)、27日(水)、28日(木)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

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。

10月 乳幼児健診等

・個人通知はありません。☎ 魚沼市子育て世代包括支援センター(本庁舎1階) 792・9204

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3年6月生まれ	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	令和2年3月生まれ	20日(水)	13:00~13:30	
2歳児	令和元年9月21日~10月20日生まれ	27日(水)		
3歳児	平成30年9月生まれ	14日(木)		

持 母子健康手帳、問診票、オムツ、着替え、バスタオル等
 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3年7月生まれの乳児の養育者	18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3年3月生まれの乳児の養育者	12日(火)	9:30	
離乳食講習会ステップ3	令和2年12月生まれの乳児の養育者	5日(火)	9:45	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみがきなど)	令和2年11月生まれ	15日(金)	9:15~9:30	
持	母子健康手帳、オムツ、着替え等			

◆地域散策講座

☎ 10月20日(水)9時~12時30分
 ※8時45分入広瀬会館駐車場集合、バスで移動
 場 浅草山麓エコミュージアム
 内 紅葉に染まる、浅草山麓遊々の森を散策し、動植物を観察して自然に親しみましょう。
 対 どなたでも
 対 15人
 ￥ 無料
 持 動きやすい服*
 装、帽子、タオル、
 雨具、飲み物、行動食
 他 くわしい内容は、後日参加申込者に連絡します。
 申 入広瀬公民館(平日8時30分~16時30分)
 ☎ 796・2322



◆生涯学習

◆歴史の道八十里越リレー講演会
 日 9月23日(木)13時30分~15時30分
 場 堀之内公民館
 演 古文書にみる戊辰戦争・長

◆スポーツ

◆屋内体育施設の利用調整会議の開催
 11月1日から令和4年4月30日までの屋内体育施設の利用調整会議を開催します。定期的な利用を希望する団体は出席してください。
 日 9月16日(水)19時から(18時30分から受付開始)
 場 小出郷総合体育館
 内 堀之内・小出・湯之谷・広神・守門地域の夜間利用予約の調整を地域ごとに行います。

※入広瀬地域は混雑がみられないので、調整は行いません。
 関 生涯学習課
 ☎ 793・7480

◆催し

◆秋のワイワイフリーマーケット
 食まちうおぬま秋の陣里山まつり会場で開催します。
 日 10月2日(土)9時50分~14時30分(※小雨決行)
 場 響きの森公園
 持 マイバッグ(買い物袋は用意していません。)
 ◎出店者募集
 ・区画面積:2.5m×2m
 ・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。)
 定 先着8店
 ￥ 出店料1店500円(当日徴収)
 日 9月29日(水)
 申 魚沼市消費者協会事務局(市民相談センター内)
 ☎ 792・8844

図書館からのお知らせ

☎ 小出郷図書館 ☎ 792・0337 / 広神図書館 ☎ 799・3134	日 9月18日(土) 10時30分から 場 広神図書館	内 絵本「おーいはーい」「つかんでぱっくん」 ペーパーアート「いないいないばあ」など
乳幼児向け「だっこでおはなし」	日 9月24日(金) 10時30分から 場 小出郷図書館	内 絵本「はいたち」 大型絵本「サンドイッチサンドイッチ」「ぴょーん」 紙芝居「こっぴくんとすぷーんぼうや」など
☎ 小出郷図書館 ☎ 792・0337 / 広神図書館 ☎ 799・3134	日 9月15日(水) 10時~11時30分 場 小出郷図書館	内 読み聞かせの方法などをお話します。(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。
赤ちゃんにはじめての絵本を9月ブックスタート	日 9月25日(土) 10時~11時30分 場 広神図書館	対 令和2年11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

うおぬまマイオータムコンサート 2021

ヴァイオリン・コントラバス・ピアノ・合唱と昔語り「権現堂の弥三郎婆」のコロナ初演 日9月26日(日)16時30分開演(15時45分開場) 場小出郷文化会館 料一般前売り2,000円(当日2,500円)、高校生以下無料(要整理券) 問事務局・志田 ☎090・2023・8325

みえだひるあき 笛田博昭テノールリサイタル

日11月28日(日)14時開演(13時15分開場) 場小出郷文化会館 料全席指定一般3,000円、高校生以下1,500円(当日各500円増)※未就学児入場不可・母子手帳をお持ちの妊婦さんは無料。 演笛田博昭(テノール)、實川風(ピアノ) 他チケット発売中 問小出郷文化会館 ☎792・8811

9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	市議会総務文教委員会(10:00/本庁舎委員会室) 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
17	金	市議会産業厚生委員会(10:00/本庁舎委員会室)
18	土	だっこでおはなし(10:30/広神図書館) QUEENESS ライブコンサート(14:00/小出郷文化会館)
19	日	雪国に恋したらパートIII(14:30/小出郷文化会館)
20	月 祝	ドリームロビーコンサート(16:30/小出郷文化会館)
21	火	星空と天体観察(19:30/自然科学館星の家)
22	水	本の森の読書会(10:00/小出郷図書館)
23	木 祝	歴史の道八十里越りレー講演会(13:30~15:30/堀之内公民館)
24	金	だっこでおはなし(10:30/小出郷図書館) 魚沼映画の専門店「なつかしの日本映画」(①19:00/小出郷文化会館)
25	土	ブックスタート広神(10:00/広神図書館) 魚沼映画の専門店「なつかしの日本映画」(①10:00②14:00③19:00/小出郷文化会館)
26	日	マイナンバーカードの日曜窓口(9:00~12:00/本庁舎) 魚沼映画の専門店「なつかしの日本映画」(①10:00②14:00/小出郷文化会館) 室内楽の調べ〜うおぬまマイオータムコンサート2021(16:30/小出郷文化会館)
27	月	市議会決算審査特別委員会(10:00/本庁舎議場)
28	火	市議会決算審査特別委員会(10:00/本庁舎議場) 全血献血(10:00~12:30/消防本部) やってみようプラス10分運動(14:00~16:00/本庁舎)
29	水	市議会決算審査特別委員会(10:00/本庁舎議場)
30	木	

⑦DS介護員養成科 令和3年10月在校生募集

期10月26日(火)~令和4年1月25日(火) 平日9時~16時30分 場ABC魚沼研修センター 対介護に必要な知識・技能を習得し、福祉や介護分野への就職を希望する人 定12人 料無料 日10月4日(月) 申込書はハローワークこいでへ提出してください。 ※DS(デュアルシステム) 座学と企業実習を組み合わせた実践型の職業訓練

長岡労働相談所 出張労働相談会

日10月6日(火)10時~16時 場小出ボランティアセンター 内労働に関する様々な悩み事に労働相談所職員がアドバイスします。(予約不要) 料無料 申問新潟県長岡労働相談所 ☎0258・37・6110

甲冑魚沼テクノスクール ☎794・2410

①「観光ビジネス英会話セミナー(基礎編)」受講生募集

日10月7日(水)9時~16時 場魚沼テクノスクール 対観光業に携わっている人・英会話に興味のある人 講師 優子さん 料2,900円 定10人 日9月29日(火)

②「IT活用・Webクリエイター基礎講座②」受講生募集

日10月9日(木)・16日(金)9時~16時 場キャリア・ステップ魚沼教室 対マウス操作・キーボード入力ができる人 定12人 料4,700円 日9月30日(火)

③「測定応用コース」受講生募集

日10月22日(金)・29日(金)9時~16時 場魚沼テクノスクール 対機械検査2級・3級受験予定者 講師 金谷修さん(厚生労働省ものづくりマイスター) 定8人 料4,700円 日10月13日(火)

④「AutoCAD基本操作」受講生募集

日10月23日(土)・30日(土)9時~16時 場魚沼テクノスクール 対AutoCADの基礎を学びたい人 講師 大滝昌子さん 定8人 料4,700円 日10月14日(火)

⑤「第一種電気工事士実技試験対策①」受講生募集

日10月23日(土)・30日(土)9時~16時 場魚沼テクノスクール 対第一種電気工事士実技試験受験予定者 定10人 料4,700円 日10月14日(火)

⑥「IoT入門コース(モノのインターネットを学ぶ初心者向けコース)」受講生募集

日10月26日(火)・27日(水)9時~16時 場魚沼テクノスクール 対IoTの基礎を学びたい人 講師 貝谷伸一さん(グリッドインターフェース代表) 定10人 料4,700円 日10月15日(金)

お金の知識が人生を変える 「魚沼マネーリテラシーセミナー」

日9月20日(月)10時~12時 対どなたでも(中高生と保護者向け) 定先着100人 料無料 内若者こそ知っておくべき「お金」の知識をZOOM配信でお届けします。くわしくは魚沼青年会議所ホームページをご覧ください。 日9月15日(水) 場魚沼青年会議所 ☎792・8220

市民体力測定会

日10月1日(金)19時~21時 場堀之内体育館 内握力や上体起こし等新体力テスト6種目。後日、個人結果を郵送します。 対20歳~64歳 定30人(※事前に申し込んでください) 料無料 持上履き、動きやすい服装 他QRコードから申し込みできます。 申問エンジョイスーツクラブ魚沼 ☎793・7166

家庭犬のしつけ方相談会

日10月4日(月)・11日(月)14時~18時 場魚沼地域振興局健康福祉部 定各日6組 対①令和3年度狂犬病予防注射接種済みかつ5種混合ワクチンを1年以内に接種していること。②魚沼動物愛護協会に入会すること。 料1,500円 日9月24日(金) 申問魚沼保健所衛生環境課 ☎792・8619

秋季市民ソフトテニス大会

日10月10日(日)(※雨天の場合は24日(日)) ◎中学生の部…8時30分から受付 ◎一般(中学3年生以上)の部…12時から受付 場月岡公園テニスコート 対ペアの片方または両方が市内に在学在勤在住する人で審判のできる人 料協会員500円、非協会員1,000円 日10月2日(日) 他小学生の部は時間内で設けます。 申問魚沼市ソフトテニス協会・高橋 ☎792・2335 日nhirokamin@yahoo.co.jp

借金に関する相談をお受けしています

一人で悩まずご相談ください。秘密は固く守ります。 問財務省関東財務局新潟財務事務所多重債務相談窓口 ☎025・281・7508

みんなのひろば

国、県など関係機関のほか、公共的・公益的な取組をしている市民の団体・グループの情報を掲載します。くわしい内容は各々の問い合わせ先にご確認ください。

小さい記念館「ナミブ砂漠とザンベジ川」写真展

期9月18日(土)~20日(月)9時~17時30分 場小さい記念館(広神西小学校近く) 料無料 問小さい記念館・吉田 ☎799・2004

新潟県立歴史博物館『四季のくらし、小さなまつり-新潟県の年中行事-』

期9月18日(土)~11月7日(日)9時30分~17時※月曜休館(祝日の場合は翌日が休館) 場新潟県立歴史博物館 内季節ごとの祈りや楽しみとして伝承されてきた、小さなまつり=年中行事。県内の各地域における年中行事を紹介します。 料一般520円、高校・大学生200円、中学生以下無料 問新潟県立歴史博物館 ☎0258・47・6130

子ども弁天開催に伴う交通規制

日9月19日(日)9時30分~17時 場市道浦ノ島本線 他くわしくは、しねり弁天ホームページをご覧ください。 他事前申込者のみ参加可能です。当日雨天等により会場変更、あるいは中止と判断された場合は、広報車で周知するほか、ホームページにも掲載します。 申問小出商工会 ☎792・2124

SCUMBOOZER(スカムブーザー) vol.2

日9月19日(日)10時~16時30分 場Flyers Parkうさぎ畑(小平尾免沢) 内FMXショー、ミニバイク・ビジネスバイクフリー走行、他 料高校生以上2,000円、中学生以下無料(※車両持ち込み+500円) 問SCUMBOOZER実行委員会 日scum.boozergmail.com

小出病院より電子カルテ更新作業に伴う救急診療について

電子カルテの更新作業を実施します。更新作業に伴い救急診療の待ち時間が長くなる場合があります。大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。 日9月25日(土)・26日(日) 問小出病院 ☎792・2111

令和3年度全国道路・街路交通情勢調査にご協力をお願いします

期9月1日(火)~11月30日(火) 内自動車の使い方や道路の状況などを調べるもので、おおむね5年に1回実施しています。無作為に抽出した自動車の所有者に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。 問国土交通省長岡国道事務所計画課 ☎0258・36・4582

ゆきぐに大和病院健友館で検診を実施しています

内乳がん検診・骨粗しょう症検診・内臓脂肪量CT検査を実施しています。検査を受けたい人は、直接健友館へ申し込んでください。 期9月10日(金)~令和4年3月24日(水)(祝日を除く水・木曜日に実施)14時~15時 定一日5~10人 場ゆきぐに大和病院健友館 料乳がん検診…4,400円、骨粗しょう症検診…3,500円、内臓脂肪量CT検査…3,500円 申問ゆきぐに大和病院健友館 ☎025・777・4477

ひきこもり座談会

不登校やひきこもりでお悩みの人、あなたは一人ではありません。一緒に解決方法を考えませんか。 日9月15日(火)13時30分~16時 場小出ボランティアセンター 対不登校やひきこもりでお悩みの人 料無料 申不要 問魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181

まらり☆魚沼人

～うおめまびと～

めぐみ幼稚園 園長
はとり あつこ
羽鳥 敦子 さん (62歳)

魚沼から世界に飛び立つような子が育ってほしい



きっかけはピアノ

羽鳥さんは旧小出町の虫野で生まれ育ちました。子どものころは暗くなるまで外で遊ぶ、活発な子だったそうです。羽鳥さんが幼稚園教諭を目指すきっかけは、高校3年生の受験ギリギリの時でした。「ピアノを習っていたからというだけで、幼稚園教諭という仕事を選んだ」と笑いがら話されました。

悩むことの多かった15年

短大を卒業してからめぐみ幼稚園に新卒で勤め始めました。入職後すぐに年少児のクラス担任を受け持つこととなりました。仕事に慣れていないこともあり、思い通りにいかないことが多い時期だったそうです。周りに合わせることに必死で、時にいうことを聞けない子どもに対して、怒ってしまいうこともありました。羽鳥さんはその時の気持ちを「職場の環境に自分を合わせることにメインになっていた。今思うと子どもに対して申し訳なかった。若いころの自分に戻れるなら、その子たちに謝りたいと思う」と涙ながらに話されていました。

視点が変わった13年後

退職から13年ほど経たときに、園からの依頼があり復職されました。復職してからすぐに、自分が変わったのかと思うほど違う視点で子どもたちを見ることができたそうです。一人の保護者、一人の母親としての視点が自分の中に生まれ、子どもがかわいく、愛おしく感じるようになりました。「生まれてきてくれてありがとう、という気持ちで一人ひとりの子と向き合えるようになった」と話された羽鳥さん。その実感

が今の羽鳥さんの中です。その実感も今の子に対して愛情を持って接すること、その子も愛情を持った子に育つというのが羽鳥さんのモットーです。教育の一番は優しさや愛情などの心の部分。大人が指示をすべて出すのではなく、子どもを中心に考え、子どもの手助けや必要な環境を整えてあげることが重要とのこと。もちろん叱ることも必要ですが、その後のフォローや子どもが自分で悪かったと考えられるようにすることが大切だと話されました。



子どもたちと共に積極的に活動する羽鳥さん。一緒に元気に遊びます。



プライベートは多趣味。旦那さんとスキーや、かわいい猫2匹と遊ぶなど大忙し!

閉園の予定を乗り越えて

めぐみ幼稚園は令和3年度末を持って閉園する予定でした。そのことを聞いても、羽鳥さんやその他の職員の方が全員今の子どもたちが卒業するまでは見守りたいと最後まで残る覚悟でした。そのような想いを抱えた中で、運営法人が変わって、令和3年度以降も継続することとなり、この4月から園長となった羽鳥さん。「今後のことが予測不能な社会情勢の中、誰も未来がどうなるかわからない、そうしたときに自分が自分らしく生きられる社会性を身につけ、楽しいことを見つけられる子どもに育ってほしい。そして、魚沼の人間であることに誇りを持って世界に羽ばたいてほしい。」と話します。

自身も4人のお子さんを育てた母親として、「子育ては大変だったけど、今思えばその時々が常に自分と子どもの一番の思い出だった。いろんなことがあるけど、お子さんと過ごせる時(いま)を大事にしてほしい」と羽鳥さんはおっしゃっていました。

今日の市報を読んで答えてよう!

市報クイズ

正解者の中から抽選で図書券5000円分を5名様にプレゼントします。次の項目の回答を「記入のうえ」ハガキ、FAX、Eメール等で9月24日(金)までに応募してください。

【記入項目】

- ①郵便番号・住所 ②氏名 ③クイズの答え ④良かった記事3つ ⑤本紙の満足度(5満足・4やや満足・3どちらともいえない・2やや不満・1不満) ⑥感想等 ※④⑤は必須

魚沼醸造で人気のスイーツのソフトクリームは、濃厚な味わいです。何が入っているからでしょう。

- ①糀甘酒
- ②つとん
- ③チョコレート

ヒント★2ページ
「LUGAON」

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

【前回の結果】
応募総数：40、うち正解数：40

クイズの応募は

こちらまで

スマホからも応募できます



☎ 946-8601
住所：魚沼市小出島 910 番地
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

◆おばたのお兄さんが色々発信してくれていることを知れてよかったです。
◆暑い日が続いていたので、表紙の写真は涼しさを与えてくれ爽やかな気分になりました。

8月10日号に紹介します

国際スピーチコンテスト 国内小学生部門で最優秀賞



環境保全や農村開発などに取り組む国際 NGO「オイスカ」が実施した国際スピーチコンテストで、星万満さん(湯之谷小6年生)が、国内小学生部門で最優秀賞になりました。星さんは、「環境のために一緒に活動してもらえる人を増やしたい」と語りました。

魚沼市の新型コロナワクチン接種状況 (8/30 時点)

区分	対象者数	1回目(人)	(%)	2回目(人)	(%)
15～64歳	18,553	13,659	73.6	8,955	48.3
65歳以上	12,997	12,423	95.6	12,302	94.7

※対象者数：令和2年12月31日住民基本台帳人口
※接種者数：ワクチン接種記録(VRS)の登録実績による

ひとのうごき (7月12日～8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。出生は21ページをご覧ください。(敬称略)

吉田カツノ	堀之内稲荷町	87歳	茂野 キミ	南本町	95歳	桜井 シズ	小平尾	101歳
渡部恵律子	堀之内稲荷町	86歳	佐藤 信子	小出栄町	104歳	山田 文子	外山	68歳
高橋 栄三	河原町	89歳	田端ミヨキ	羽根川二	100歳	星 マスイ	滝之又	86歳
吉澤 五松	大石新田	92歳	清塚フジエ	羽根川四	95歳	長谷川洋一	滝之又	83歳
渡邊 芳男	和田原	83歳	清塚 一夫	羽根川四	89歳	小林完一郎	山口	85歳
五十嵐キミ	下倉新田	77歳	伊藤 美弥	青島下	57歳	星 ミヨシ	並柳	91歳
大平 邦雄	本村	71歳	神保 友次	青島中	75歳	渡邊 正	小庭名	69歳
渋谷 徳二	立	72歳	篠原 宗榮	古新田	97歳	山本 マツ	今泉	93歳
下村 町子	竜光一	71歳	渡邊 榮作	大河原一	90歳	鈴木 タズ	新保	94歳
森山ヒロ子	新道島	72歳	関 信市	干溝	97歳	桑原 良平	中家	96歳
高橋 保次	下新田	80歳	荒井 ヨリ	十日町	99歳	今井 忠篤	中家	85歳
星野 熊雄	徳田	83歳	多田ミチ子	井口	85歳	佐藤 長一	大倉沢	79歳
瀧澤 辰夫	長屋	85歳	星 康孝	湯之谷芋川	97歳	桜井マサノ	須川	94歳
廣井 愛子	小出稲荷町二	94歳	目黒 三郎	田中	97歳	椿 廣衛	西名	95歳
佐藤 洋子	小出稲荷町二	61歳	星 昌雄	雁坂下	70歳	岡部 カン	長鳥	99歳
山屋よう子	四番町五	92歳	五十嵐ハナ	小平尾	103歳	多田 友市	長鳥	98歳
上村 桂子	南本町	81歳	佐藤澤野枝	小平尾	96歳	穴沢 衛	穴沢	51歳

表紙の写真

8月16日の暑い夏の日、子どもたちは汗をかきながらも、縄文式火おこしで、見事全員点火! みんなの気持ちのこもったこの火は集火され、無事にパラリンピックの聖火として灯されました。子どもたちのみならず、会場にいた皆さんの良い記念になったことでしょう。(Y)

編集後記

越後三山からの豊かで清らかな雪解け水を求めて、数ある候補地の中から魚沼を選んだくださった魚沼醸造さん。私は恵まれた環境で暮らしているのだと実感します。(H)

人口と世帯数(R3.8.1)

	人口	うち外国人	増減
男	16,966	71	3
女	17,704	149	-20
計	34,670	222	-17
世帯数	13,224		-1

※増減は、前月比です。

児童絵画

No.188

今月は広神東小学校の児童の作品です



ふしぎなたまご～トトロに会いたいな～
2年 小池 昊 さん



神社に遊びに行こうよ
6年 清塚 凜 さん

材料 (4人分)

A	里芋	6個	B	だし汁	1と1/2カップ
	絹さや	8枚		しょうゆ	大さじ1
	めんつゆ (三倍濃縮)			みりん	大さじ2
		大さじ1と1/2		片栗粉	大さじ1
	生クリーム	大さじ1		水	大さじ2

作り方

- 1 里芋は洗って、皮付きのまま1個ずつラップに包み、電子レンジで5分程柔らかくなるまで加熱する。(皮付きのまま鍋で茹でてもOK)
- 2 1を熱いうちに皮をむいてつぶし、Aを入れて混ぜ、4等分にして丸める。
- 3 絹さやは筋を取ってから茹で、千切りにする。
- 4 鍋にBを入れて、火にかける。煮立ったら水で溶いた片栗粉を加え、とろみをつける。
- 5 器に丸めた里芋を盛り付け、とろみあんをかける。千切りにした絹さやを上飾る。

魚沼市食生活改善推進員協議会 監修

食まちょうめま
レ・シ・ピ No.64



ひとことコメント

とろみがついたあんなどは、味を感じやすくなります。あんに酸味や香辛料を加えると、より味を引き立ててくれるため、調味料を少なくでき、減塩につながります。

MEMO

[1人分の栄養価]
エネルギー: 105kcal たんぱく質: 2.0g 炭水化物: 19.2g
脂質: 1.7g 食塩: 0.7g

市にご寄贈いただきました

江戸時代後期の歌人である良寛と良寛に師事し小出に在住歴のある貞心尼の関わりについての著書「華厳の愛」出版に伴い、著者の本間明さんと資料収集を行った地元の松原弘明さんが来庁し、本間さんから内田市長へ書籍が手渡されました。



良寛と貞心尼に関する著書の寄贈

※この書籍は市の図書館・図書室で貸し出し可能です。

東北電力ネットワーク(株)魚沼電力センター様よりLEDの防犯灯をご寄贈いただきました。

この防犯灯を用い、より明るく、安全に暮らすことのできるまちづくりに役立てていきたいと考えています。



市内街灯用のLED防犯灯の寄贈

魚沼市ホームページ



魚沼市公式 Facebook



魚沼市公式 Twitter



魚沼市公式 Instagram



459種類のレシピ掲載

