

魚

市報

うお
ぬま

沼

黄金色に輝く瞬間とき

横根地域の棚田

2021

10.10

No.192

■市内幼稚園一覧 お申込み・お問い合わせは、めぐみ幼稚園へお願いします

園名	所在地・電話	募集人数	保育時間	保育料等(月額)
めぐみ幼稚園	井口新田 360 ☎792-6768	満3歳児：12名 3歳児：6名 4歳児：3名 5歳児：5名	平日 8:30～15:30 土曜は園行事があるときのみ 早朝(7:30～)・夕方(～18:30) 預かり保育あり 春・夏・冬休みは預かり保育あり	【保育料】 2歳～満3歳児：21,000円 満3歳児～5歳児：無償 【入園準備金(入園時のみ)】 20,000円 ※その他実費徴収あり

- 私立
- 令和4年4月より子ども・子育て支援新制度(施設型給付)の幼稚園に移行します。就労に関係なく利用ができます。
 - 預かり保育については、条件により補助があります。(上限あり)
 - 魚沼市独自の補助金制度もあります。その他の支援制度の内容については、直接園または園ホームページで確認してください。
 - 入園資料は9月29日(木)より配布しています。申請書は園ホームページからもダウンロードできます。
 - 受付期間終了後の入園希望については随時、園にご相談ください。

※各園の情報は市ホームページにも掲載しています。
※定員は令和3年4月時点のものです。今後変更する場合があります。

私立たんぼぼ保育園うおぬま(仮称)が令和4年4月に新規開園します

- 令和4年度募集人数
保育園：60名程度
放課後児童クラブ：10名程度
- お問い合わせ先
社会福祉法人長慶福祉会 たんぼぼ保育園(南魚沼市)
☎025・773・2556
- 申込書類の配布・受付
子ども課(本庁舎1階)

市立ひがし保育園の閉園の検討を進めています

公立保育園等では、施設の老朽化や保育ニーズ等を踏まえて「公立保育園等再編計画」の策定作業を進めています。その中で市立ひがし保育園は、施設の耐用年数が到来する令和6年度末以降の閉園に向けて検討が進められています。
令和4年度の入園は、全クラス年齢で申し込み受付を行います。よくご検討のうえお申し込みください。
閉園に関しては、今後、説明会を実施するとともに、市報・市ホームページでもお知らせします。



子ども課 富樫主任

子育てに悩んだり、困ったりした時は、いつでもご連絡ください。

子育て支援センター ☎792・6356
子ども課 ☎792・9201

※各保育園・幼稚園・こども園でも相談を受け付けています。

学童保育については次のページで紹介しています。

幼稚園

文部科学省の幼稚園教育要領に基づいて幼児を教育する施設です。

■受付期間
10月8日(金)～10月29日(金)



保育園・認定こども園・家庭的保育室・幼稚園の入園、転園、放課後児童クラブ(学童保育)

令和4年度 申込受付を開始します

※お住まいの地域に関係なく、市内のどの施設でも入園を希望することができます。

問 子ども課 ☎792・9201

保育園・認定こども園・家庭的保育室

- 受付期間
10月8日(金)～10月29日(金)
- ①保育園
保護者が仕事や病気等のため家庭で保育することができない場合に、保護者に代わって保育する施設です。
- ②認定こども園
幼稚園と保育園の機能をあわせ持ち、教育と保育を一体的に行う施設です。3歳から5歳までのお子さんは保護者の就労に関係なく利用が可能です。また、3歳未満のお子さんも保育の必要性の認定を受けるとご利用いただけます。
- ③家庭的保育室
家庭的な雰囲気のもとで、原則3歳未満児を対象として、少人数(定員5人以下)できめ細かな保育を行います。

- 次に該当する場合は、申し込みを忘れずに
・産後休暇、育児休業明けの入園を希望する人
令和4年度中に保護者の産後休暇や育児休業期間が終了し、復職のため年度途中にお子さんの入園を希望する人(令和3年10月29日時点で母子手帳の交付を受けている出生予定のお子さんも入園申し込みが可能です。ただし、申し込み状況により入園を調整する場合があります。)
- ・転園を希望する人
現在、市内の保育施設に在園し、令和4年度に別の保育施設の利用を希望する人
- 利用調整について
定員を超える申し込みがあった場合は、保育の必要性和優先利用の内容から、保育必要度の高い順に利用調整を行います。先着順や抽選ではありません。
- 保育料(利用者負担額)について
①3～5歳児：無償
②0～2歳児
・第1子：児童の年齢区分および保護者の市民税額によって決定します。
・第2子以降：無償
※きょうだい順は、保護者と生計を一にする子どものうち、最年長の子どもから数えます。

■市内保育園・認定こども園一覧 お申込み・お問い合わせは、各園または子ども課へ 申込書類は各園にあります

園名	所在地	電話番号	定員	延長保育を含む開園時間		
				平日	土曜	日曜・休日
堀之内なかよし保育園	堀之内 3910-1	794-6161	270名	7:00～19:00	7:00～19:00	休園
佐梨保育園	佐梨 777-4	792-0634	75名		7:00～19:00 (佐梨保育園で実施)	
ひがし保育園	佐梨 356	792-6320	60名			
伊米ヶ崎保育園	虫野 1897-8	792-1095	90名		7:00～19:00 (2園で週ごとに交代)	
つくし保育園	七日市 275-1	792-1191	150名			
ふたば西保育園	山口 20-1	799-2227	160名			
ふたば東保育園	今泉 1995-1	799-2058	160名		7:00～19:00	
すもんこども園(認定こども園)	須原 4546-1	797-2002	85名	7:00～19:00		
小出保育園	小出島 598	792-3434	180名	7:00～22:00	7:00～22:00	7:00～22:00
清心保育園	四日町 277-1	792-5144	50名	7:00～19:30	7:00～19:00	休園
令和4年4月新規開園 たんぼぼ保育園うおぬま	中原地内	025-773-2556	R4年度は60名程度	7:00～19:00	7:00～19:00	7:00～19:00

■市内家庭的保育室 お申込み・お問い合わせは子ども課へ

名称	所在地	電話番号	定員	保育時間		
				平日	土曜	日曜・休日
入広瀬保育室	穴沢 246-1	792-9201(子ども課)	5名	8:30～16:30	休園	

放課後児童クラブの申し込みについて

放課後児童クラブでは、保護者や家族が仕事などで日中家庭にいない小学生に対して、適切な遊びと生活の場を提供することで、健全な成長のお手伝いをします。

■受付期間
10月8日(金)～10月29日(金)

■対象

保護者、祖父母等が仕事などで日中家庭にいない小学生

■利用区分

①入所(通年利用)、②長期春・夏冬休み期間中のみ利用、③一時(年数回利用)

■申請方法

所定の申請書を、利用を希望する放課後児童クラブに提出してください。申請書は各クラブ、子ども課窓口にあるほか、市ホームページでダウンロードできます。また、来年度新1年生となるお子さんをお持ちの方は、各保育園、幼稚園、こども園でも放課後児童クラブの案内とともに申請書を受け取ることができます。

■その他

・小出地域、湯之谷地域のクラブなどで人数が偏る場合は、定員の都合上、希望するクラブに入所できない場合があります。
・夏休みなどで直前に申し込まれた場合は、希望する利用期間に対応できないことがありますので、長期や一時の利用を予定している方も受付期間内にお申し込みください。



子ども課 大平主事

放課後児童クラブの申し込みは、受付期間外でも行っていますが、希望の日時やクラブでの受付ができなくなる場合があります。利用に当たってのご相談はお気軽に各クラブまたは子ども課へご相談ください。

放課後児童クラブ一覧

名称	実施場所	電話番号	開館時間			
			平日	土曜・長期休み 学校休業日	日曜・休日	
堀之内放課後児童クラブ	堀之内小学校給食調理棟2階	堀之内 430-3	794-2300	放課後～ 18:30	7:45～ 18:30	休館
小出つくしクラブ	小出児童センター(佐梨保育園2階)	佐梨 777-4	792-1250			
小出北部つくしクラブ	小出小学校内	佐梨 1060	793-2012			
伊米ヶ崎放課後児童クラブ	伊米ヶ崎小学校内	虫野 38	793-1007			
湯之谷放課後児童クラブ	湯之谷児童館(つくし保育園隣)	七田市 276	792-1713			
湯之谷やくしクラブ	湯之谷小学校内	七田市新田 48	793-7520			
広神東よつばクラブ	よつば児童館(ふたば東保育園隣)	今泉 1995-1	799-3505			
広神西よつばクラブ	広神西小学校内	親柄 107-1	799-2964			
守門きのめクラブ	北部庁舎3階	須原 520	797-2314			
入広瀬放課後児童クラブ	入広瀬幼稚園舎内	穴沢 246-1	796-2280	放課後～ 20:00	7:00～20:00 (1/1～3は休館)	
ひまわり放課後児童クラブ	小出保育園隣	小出島 666-5	792-3434			
令和4年4月新規開所 たんぽぽクラブうおぬま(仮称)	たんぽぽ保育園うおぬま(仮称)内	中原地内	025-773-2556	放課後～ 19:00	7:00～19:00 (1/1～3は休館)	

スマホやタブレットでかんたん閲覧!

申込書類のダウンロードもできます。



学童保育情報



保育情報

放課後児童クラブ(学童保育)ってどんなところ??

学童保育方針

① 1人ひとりがゆっくりと安心して過ごせるように

★自由時間の充実→

1人ひとりの興味や関心を引き出し、発展できるような居場所づくりをしています。

② 仲間と共に成し遂げるよろこびを

★集団遊び→

優しいルールのお遊びを中心に、学年が異なっても全員で遊べる内容になるよう工夫しています。上の学年、下の学年とのふれあいを持つことで子どもたちの思いやりの心も育みます。

③ 生活のリズム・生活のルール

★生活の流れの定着

★当番活動

★生活のルール→

自分だけでなく、集団生活を気持ちよく過ごせるようにお互いルールを守って生活します。

放課後児童クラブとは、「学童保育」や「学童クラブ」と呼ばれる施設で、保護者やその家族が仕事などで日中家庭にいない小学生に適切な遊びと生活の場を提供する場所です。
市内には放課後児童クラブが私立も含めて11クラブあります(令和3年度)。基本的には各学区に1クラブ以上設置され、主に学校やその敷地内のスペース、または専用の施設において保育を行っています。



新型コロナウイルス対策のため、向かい合わないよう工夫して学習しています。(広神西よつばクラブ)

放課後児童クラブには小学1年生から6年生までのすべての学年の児童が入所することができます。異なる学年の児童が集団生活を送るなど、普段の学校とは異なり、年齢の違う児童との活動が多いため、協力し合って遊びや学習をしています。

★実際に保育を行っている放課後児童支援員と利用している保護者にお話をうかがいました。



多くの友達とのびのび遊んでいる子どもたち

広神西よつばクラブでは、広い施設や学校の体育館を利用して体を遊ばせることが多いです。室内遊びでは手芸や、工作、ブロックなど好きな遊びをそれぞれが楽しんでます。天気がいい日は外で遊ぶことも多く、学校敷地内のひょうたん池まで遊びに行き、自然の中で生き物と触れ合うなど、のびのびと遊んでいます。
一人ひとりにとって、学童保育が安心して居心地のいい場所になることを考えて、保育をしています。子どもたちが喜んでくれることで保護者が安心して働ける環境につながることを願っています。



広神西よつばクラブ 佐藤 まち子支援員



自分たちで新しい遊びを考えることで、柔軟な発想を育みます。

働きながら子育てをしているため、また小さい娘が学校終わりに安心していられる居場所として、学童の存在はすごくありがたいと思っています。
また、支援員の先生方が子どもや、私たち親とも真剣に向き合っていてコミュニケーションをとってくれるので、学童での子どもたちの様子や、その日にあったことなどを詳しく知ることができ安心できます。娘も上の学年の子たちと打ち解けて楽しく遊んでいるようで嬉しく思っています。



広神西よつばクラブを利用する佐藤さん親子

第7回
全12回

本人の想いに寄り添う『ケアマネジャー』
(介護支援専門員)

人生会議

アドバンス ケア プランニング

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 -



魚沼市西部地域包括支援センター
社会福祉士 大桃 とみいさん

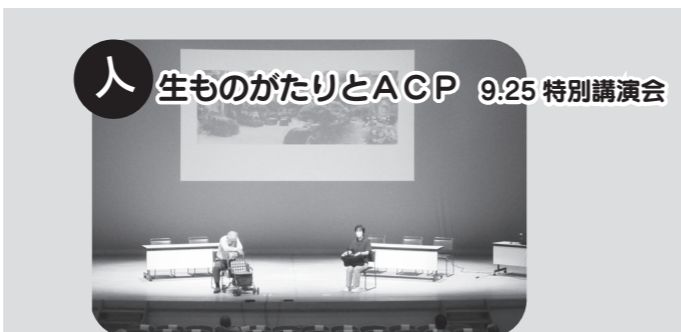
80歳代 女性Aさんの場合
夫と長男夫婦と暮らす80代女性Aさんは、癌が見つかり手術を勧められました。希望しませんでした。時々具合が悪くなり、短期間の入院を繰り返したときに、最期の過ごし方について病院で話し合いをすることになりました。家族や病院の医師、訪問診療をされる医師、訪問看護師、ケアマネジャーでAさん本人の意思



を再度確認しました。「お茶飲みをしていた友達がいるし、おじいちゃんのことと心配だから家にいたい。」その気持ちを尊重し、家で過ごせる準備をしました。退院後、家族や近隣に住む孫やひ孫に囲まれ、近所の人と穏やかな時間を共有し、体調をみながらデイサービスを利用していました。ある日、Aさんからこんな話がありました。「病気になるっても家で過ごせてよかったけど、自分のことで家族が疲れたらかわいそう」と。しばらくして具合が

ケアマネジャー(介護支援専門員)は、介護を必要とする方が適切なサービスを受けられるよう調整などを行う対人援助の専門職です。介護が必要になっても尊厳ある自立(自律)した生活を送り、満足度の高い暮らしが持続できるよう、本人、家族と一緒に考え、望む生活を送るためのケアプラン(居宅サービス計画書)を作成します。介護保険サービスにはホームヘルパー・デイサービス・ショートステイ・訪問看護・福祉用具レンタルなどがありますが、ケアプランは同じものではなく、その人ごとにオーダーメイドで組み合わせていきます。

悪くなったAさんは、自宅で過ごした時間を宝物に入院しました。その際にケアマネジャーと訪問看護師はAさんの想いを病院のスタッフになき、Aさんは穏やかに最期を迎えました。Aさんの想いは、日頃からお聞きしていたので関係者で共有し尊重することができました。また、時間の経過や体調の変化に伴い変わることがあります。場所が変わっても本人の想いを尊重することは同じです。

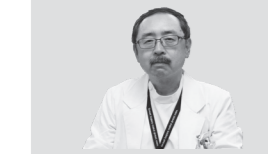


寸劇「もしもの時の話し合い」では、ケアマネジャーが訪問時の会話の中から本人の想いを聞き、家族に伝える場面を紹介しました。

ケアマネジャーはサービスを繋いでいるだけでなく、人と人も繋いでいます。今大切にしたいこと、誰と一緒にいると心がやすらぐなどの想い、人生の物語を普段の生活の中で聴いています。今の生活だけでなく、最期の時間をどう過ごすのか、本人の想いを家族や医師、看護師、関わっている人に自ら伝えられるように寄り添い、時にはケアマネジャーが代弁者になっていきます。ACPは人生の物語の最終章だけでなく、その人らしく過ごすための意思決定ができるように、その人生に対するリスベクトではないでしょうか。あなたの「人生の物語」を聴かせてください。

校長の一言

ケアマネジャーは人生物語の伴走者です。



地域医療魚沼学校
布施 克也校長(小出病院長)



ごちそうおにぎり

魚沼市産 新米 コシヒカリ de Go!

開催中!

期間：10月1日(金)～12月19日(日)

魚沼市産コシヒカリの消費拡大と魚沼市への来訪者の増加を目的とした、食まちうおぬまイベント実行委員会の新たな企画「ごちそうおにぎり 魚沼市産新米コシヒカリ de Go!」が開催中です。魚沼市産コシヒカリの美味しさを活かし、ちょっと贅沢に仕上げた「ごちそうおにぎり」が市内の参加店で食べられます。お店側も十分に新型コロナウイルス感染症対策をしてお待ちしていますので、この期間にぜひお出かけください。



和洋酒・惣菜・弁当専門 おおもも
「おおももごちそうおにぎり」

神湯とふれあいの里
「魚沼コシを楽しむおにぎり」

ゆーパーク薬師
「新米おにぎりバラエティーセット」

居酒屋 響
「こぼれネギト回おにぎり」と
海老マヨおにぎり」

レストラン 朱鷺
「もち豚鍋と田舎おにぎり」

奥只見レイクハウス
「ごちそうおにぎりプレート」

味乃家 魚野川
「黒毛和牛新石窯炙焼おにぎり」

旬食や 香秀
「魚沼おにぎり」

レストラン モジブラン
「タレかつバーガーおにぎり」

モンテローザ
「おゆのおにぎり」

中国料理 鵬鯉
「越後三山、魚野川母川回帰
あんかけ炒めおにぎり」

須藤魚屋
「海老の唐揚げおにぎり」と
自家製味噌漬けのおにぎり」



メニューやイベントの情報は
こちらから



【問い合わせ先】
食まちうおぬまイベント実行委員会事務局
企画政策課 ☎792・1425

地域の元気は
地域産業から

うおぬま Biz 通信 No. 38

『「まち」の仕事発見塾』を開催しました。
～市内にはどんな仕事があるのかな?～

9月17日(金)に魚沼地域振興センターで『「まち」の仕事発見塾』を開催しました。この事業は、キャリア教育の一環として、市内の中学1年生約290人を対象に、ものづくり企業をはじめとした市内の様々な企業や仕事について知ってもらうとともに将来の夢や職業観を身につけること、また、将来の市内企業等の人材確保につなげることを目的として開催しているものです。

当日は、製造業、建設業、宿泊業、福祉関連など17の企業や団体から出展いただき、それぞれのブースでは、動画やスライドなどを交えながら、生徒の興味をひくよ

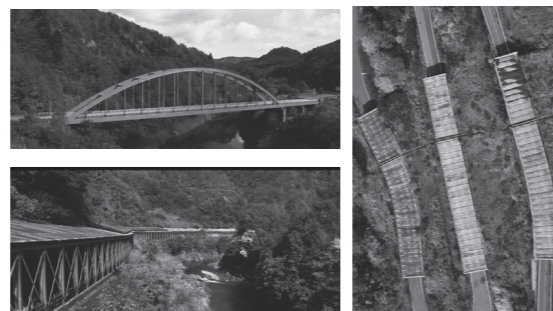
う、また、分かりやすいよう説明に工夫をこらしていました。生徒は、メモをとりながら熱心に説明に聞き入り、説明後の質問コーナーでは、「仕事の楽しさ、やりがいを感じることはありますか?」「仕事をするうえで大事なことは何ですか?」など、様々な質問をしていました。

今回の体験を通じ、知らないことがたくさんあったと語る生徒の皆さんが、身近な会社の魅力や市内で働くことの良さを感じ、将来の働き方を考える材料にしていただけだと思います。ご協力いただいた企業・団体の皆様、大変ありがとうございました。

個別のブースで担当者の説明を中学生が熱心に聞いていました!



地域の建設の仕事をPRする動画
『魚沼の建設プロフェッショナル』を紹介します!



新潟県魚沼地域振興局のページからご覧になれます。またYouTubeで『魚沼の建設プロフェッショナル』と検索してください。

新潟県魚沼地域整備部と新潟県建設業協会魚沼支部が共同で、地域で重要な役割を果たしている建設の仕事の魅力伝える広報動画を作成しました。

建設業は魚沼市の**まちをつくり、暮らしをまもる**仕事です。仕事の風景等を交えた映像により、建設のプロフェッショナルたちの想いを届けます。

作成された動画は、市内の「道路を拡幅する工事」と、「河川を改修する工事」を題材としています。住んでいる地域の『まちをつくる』仕事を覗いてみると新たな発見があるかもしれません。

現在、「冬の暮らしをまもる除雪」と「農業を支える土木」をテーマとした新たな動画を作成中とのことで、今後も建設のプロフェッショナルに注目です。

まちをつくる

- ・道路や橋などをつくる土木の仕事
- ・住宅や学校をつくる建築の仕事

暮らしをまもる

- ・災害が発生した時の復旧などの仕事
- ・除雪作業などの市民の生活を守る仕事

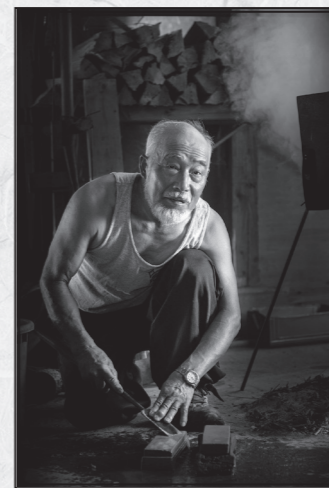
第17回 魚沼市美術展

魚沼市美術展が9月3日(金)～6日(月)に開催されました。今年度の入賞者を紹介します。(敬称略)

【書道部門】 魚沼市展賞
「繋がり」 岡部 幸大



【写真部門】 魚沼市展賞
「職人」 崎濱 秀夫



【絵画部門】 魚沼市展賞
「地球にエネルギー」 藤岡 幸雄



部門	出品者数	出品点数
書道	19	19
写真	40	70
合計	102	136

部門	出品者数	出品点数
絵画	43	47
書道	19	19
写真	40	70
合計	102	136

部門	出品者数	出品点数
賞励賞	1	1
新潟日報美術振興賞	1	1
魚沼市文化協会賞	1	1
魚沼市展賞	3	3
佳作	1	1

サッカーJ2リーグ アルビレックス新潟

関生涯学習課 ☎793・7480

11月13日(土)アルビvs愛媛FC戦は「魚沼市デー」!

魚沼市の皆様を通常価格の半額で観戦ご優待!

■対象試合

11月13日(土) 愛媛FC戦
14時キックオフ
会場：デンカビックスワンスタジアム
(新潟市中央区清五郎)

■応募方法

パソコン・スマートフォンからお申し込みください。
QRコード、もしくはURLから申込サイトへアクセスし、必要事項をご入力ください。11月9日(火)にチケットの申込方法をメール配信いたします。



■応募期限

11月7日(日)

■席種・価格

各席種から選択可能(N自由席は除く)
・住民の方を対象にした、通常価格より半額での優待観戦のご案内になります。
・収容率制限下での開催となります。席数に限りがございますので、抽選とさせていただきます。

■問い合わせ

株式会社アルビレックス新潟
☎025・257・0150
【URL】https://bit.ly/3kZawXO

写真提供：アルビレックス新潟

■ 8月の相談件数	...	71件
・電話		50件
・来庁		19件
・その他		2件

強引な訪問販売・訪問購入に

ご注意ください



魚沼市でも、高齢者が一人でいる昼間に、強引な訪問販売や訪問購入が行われた例がありました。

【事例① 訪問販売】

突然「布団を見せてほしい」と業者が訪問し、「汚れているし体に悪いので新しく購入したほうがいい」としつこく勧められた。断っても「体にいい布団」「痛いところが楽になる」などと勧誘され、なかなか帰らないため、契約してしまった。後になってよく考えてみると、不要であり高額なため解約したい。

トラブル防止のために…

- ・断っても帰らないなど、強引に高額な契約をさせられる布団の訪問販売の相談は後を絶ちません。ドアを開ける前に訪問者や用件をよく確認し、必要なだけきっぱり断り、事業者を家の中に入れていないことが大切です。
- ・訪問販売で契約した場合は、契約書（法定書面）を受け取った日から8日間 はクーリング・オフをすることができます。

【事例② 訪問購入】

「不用品があれば買い取ります」という電話があり、いらぬ洋服があったので買い取ってもらうようお願いした。

数日後、業者が訪ねてきたので、洋服を出したところ「貴金属はないか」と言われた。「ない」と言っても、帰ってもらえなかった。

トラブル防止のために…

- ・『訪問購入』では、購入業者は連絡なく訪問して勧誘することはできないことになっています。事前に電話がかかってきた時に必要がなければ、しっかり断り訪問をさせないようにしましょう。
- ・前もって電話等で連絡した場合でも、消費者が事前に承諾した買い取り対象以外の物品については売却を求めることはできません。今回のケースのように「貴金属はないか」など、当初と違う物品の売却を突然求められた時は、きっぱりと断りましょう。

Point

- ・ナンバーディスプレイの電話の場合、見慣れない番号からの電話には出ないようにしましょう。
- ・留守番電話機能や、通話録音機能付き電話の活用が有効です。
- ・契約をする場合は、その場ですぐに契約せず、必ず家族や友人等に相談しましょう。
- ・業者が居座る場合は、すぐに警察に連絡しましょう。

困った時は、市民相談センター・魚沼市消費生活センター（☎792・8844）にご相談ください。

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

No.73
☎ 地域創生課 792・9752
☎ 北部事務所 797・2360



『夏野菜が美味い！』
高橋 壯太 隊長
(福山新田地区担当)

福山新田に来て2年目の夏、今年は夏野菜を作ってみました。去年は秋野菜を作りましたが、夏に向けてグングン伸びて手がつけれなくなった雑草と、数日見ないだけで化け物みたいに育ったキュウリを眺め、夏は生命力に溢れているな、なんて思いました。

集落の方からも採れすぎてしまったという野菜を集め、7～8月にかけて計6回、キャンプ場「福山峠のふるさと広場」で軽トラ市を開催しました。出品したのは野菜の他、お米や白炭、苔玉、葉草茶などオール福山新田産。残念ながら期待していた程の来店はありませんでしたが、キャンプ場のお客様を中心に「子ども喜んで食べていました」「みずみずしかったです」などの声も聞かれ、開催した甲斐もあったかなと思います。スーパードでは季節を問わず、年間を通じて様々な野菜が売られています。その時食べたいものを食べられるというメリットがある一方、旬の野菜を意

識することが少なくなりました。

福山新田は豪雪のため露地栽培（外で野菜を育てること）が基本となるため、収穫できる野菜はその季節の野菜となります。旬の野菜は味が濃く、栄養も豊富なだけでなく、その季節に必要なものが含まれています。例えば、夏野菜は水分が多く汗で流れやすいミネラルが多く含まれ、冬野菜は体を温める効果があるものが多い。旬の野菜を食べることは、美味しいだけでなく四季を意識して食事を楽しむことができます。

まだ次回の軽トラ市の出店予定は決まっていますが、フェイスペインクやチラシに掲載します。ぜひ福山新田の旬を覗きにきてもらえると嬉しいですよ。



☎ 健康増進課 792・9763

健康づくりおめま No.147

健診結果の活かし方

健康診断を受けたら、生活習慣を見直す機会として結果を活用しましょう。

【健診結果を活用する4つのポイント】

1. 自分の健診結果を確認しましょう

自分の検査数値が基準値の範囲に入っているか、昨年より改善した値や、悪化した値があるか確認しましょう。

2. 生活習慣を振り返り、改善もしくは悪化した数値の要因について振り返ってみましょう

甘いものや炭水化物をたくさんとると血糖値が上がります。体重も増加します。このように日頃の生活習慣が検査数値に反映します。健診結果は自分の生活習慣を見直すチャンスでもあります。

3. 「要受診」と判定された場合は、健診結果を持って医療機関を受診しましょう

生活習慣病は、早期発見・早期治療が重要です。「要受診」と判定された場合は、結果を持って医療機関を受診してください。また、通院している方は、受診の際に健診結果を持参し、かかりつけ医に相談しましょう。

4. 健診結果は健康手帳に綴り、大切に保管しましょう

毎年、各検査項目の数値の推移をチェックし、自分のからだの変化を確認しましょう。健康手帳は各健診会場でお渡ししています。



健診結果で気になることがありましたら健康増進課までご相談ください。（☎792・9763）
保健師・管理栄養士が健康づくりをお手伝いします。



十 五夜祭りの奉納

— 9.19 堀之内八幡宮

今年も感染症の影響により開催が見送られた「堀之内十五夜祭り」ですが、八幡宮で奉納が行われました。踊り屋台と屋台囃子が関係者向けに披露されると、会場が賑わいをみせました。



子 どものしねり弁天

— 9.19 南本町通り

毎年6月30日に行っている「しねり弁天たき地藏祭り」。今年は延期し、予約制で子どものみで参加で行われました。

快晴のこの日、子どもたちの元気な姿はコロナ禍を吹き飛ばすかのようでした。



楽 しい案山子が登場

— 9.14 入広瀬駅付近

入広瀬地域の皆さんが作った案山子がお目見えしました。金メダルを掛けた案山子やストップコロナと掲げた案山子なども登場。只見線に手を振り、地域を盛り上げていました。



歴 史の道 八十里越リレー講演会

— 9.23 堀之内公民館

八十里越は、六十里越とともに歴史の道100選に認定されています。八十里越のルートである三条市、只見町、魚沼市の3市交流の講演会では、長岡市立中央図書館の田中洋史室長による講演の他、各市の調査報告も行われ、参加者は峠道の歴史に思いをはせました。

※「八十里越〜峠道と田代小屋」展を「目黒邸資料館」で10月31日まで行っています。



秋 の交通安全運動

— 9.21 伊米ヶ崎小学校 他

9月21日〜30日にかけて実施される「全国秋の交通安全運動」に伴い、市長らがメイン会場の伊米ヶ崎小学校の他、市内小・中学校や交差点等で、登校時の見守りと呼びかけを行いました。



深 雪なすを給食に

— 9.2 小出小学校

魚沼ブランド推奨品である「深雪なす」を使用した給食の取り組みとして、小出小学校で「麻婆なす」が提供されました。児童は「苦みがなくて、すごく美味しい」と嬉しそうに話していました。



初 めてのフィッシング体験

— 9.12 佐梨川

親子と女性の川釣り体験が行われました。これは魚沼漁業協同組合の協力を得て魚沼市観光協会が実施したもので、漁協の方からの指導を受け、ヤマメなどを釣りあげた参加者からは、満面の笑みがこぼれていました。



滝 雲流れる

— 9.16 枝折峠

枝折峠で夏から秋に見られる「滝雲」は、山の稜線に雲が流れ落ちる全国でも珍しい現象です。魚沼市観光協会インスタグラムに滝雲予想が紹介されています。



交 通事故防止のために

— 9.27 小出自動車学校

魚沼市交通安全協会による「高齢者と女性のためのドライビングスクール」が行われました。

実技や危険予知の講習を行い、交通安全への意識を高めました。



コ スモス一面に

— 9.19 上原コスモス園

9月中旬から見頃を迎えたコスモス園。約4万㎡の畑に約100万本のピンクや白のコスモスが咲き誇りました。来場者はのどかな秋の日を楽しんでいました。



ボ ッチャを体験

— 9.26 広神体育センター

パラリンピックで日本選手が活躍し、メダルを獲得した競技「ボッチャ」を体験する教室が行われました。ボッチャとは、イタリア語でボールを意味する言葉です。参加者は、赤・青のボールを白のジャックボールに向かって集中して投げ、初めての対戦を楽しんでいました。



※この体験教室は、12月までの日程で行われます。興味のある方は広神公民館（☎799-3227）までお問い合わせください。

市役所職員を名乗った 還付金詐欺が発生しました

9月上旬、魚沼市内において「介護保険料の還付金」をかたる詐欺被害が発生しました。

犯人は市役所の職員を名乗り、被害者に「介護保険料の還付金がある。3万円を返金するので、銀行に行って手続きをするように」と電話をかけてきました。

被害者は最寄りの金融機関に行き、指示通りにATMを操作したところ、約100万円が相手の指定する口座に振り込まれてしまいました。返金の手続きだと信じていた被害者は、帰宅後に取引の明細書を確認して、他人名義の口座に振り込みをしてしまったことに気づき、警察に通報しました。今後も同様の手口で被害が発生する恐れがあります。

市役所が、金融機関等でのATM操作をお願いすることはありません。

《被害を防ぐために》

- ・電話でお金の話がでたら、電話を切って家族や警察に相談しましょう。
- ・留守番電話機能や防犯機能付きの電話機を使うことも被害防止には有効です。

おかしいな、あやしいなと思ったら、
一人で悩まず、すぐ相談！！

- ・魚沼市市民相談センター ☎792・8844
- ・小出警察署 ☎793・0110

日時 期間 場所 内容 対象
資格 演題・講師 出演 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



消防本部からのお知らせ

図 消防本部警防課 ☎793・0119

携帯電話やスマホで消防出動情報が確認できます！



魚沼市消防本部
消防出動情報

緊急時は、「119番」での通報をお願いします

命を救うダイヤル「119番」

火災、救急、救助などで消防車や救急車が必要な時は、119番通報をしてください。119番を受信すると、指令員が必要なことを聞き取り、通報内容に応じて消防車や救急車を動かさせます。お聞きした内容は、あなたの大切な人の命や財産を守るための重要な情報となります。

消防本部や北部分署の一般電話に緊急通報した場合には、指令員ではなく、出動する隊員が電話対応をするなどして出動が遅れたり、出動先の把握に時間がかかったりすることがあります。緊急通報は「119番」にかけてください。

携帯電話やスマホも「119番」へおかけください！



緊急走行にご理解ください

「サイレンを鳴らさないで来てください。」とお願いされることがあります。消防車や救急車は、法律によりサイレンを鳴らさないと緊急走行できません。助かる命を救うため、ご理解とご協力をお願いします。

119番の聞き取りを行う際に出動場所の特定と患者さんの状況や火災の状況等を詳しく聞くことがあります。これは、救急隊が患者さんの処置や病院選定の情報とするほか、消防隊が現場活動の方針を決定するための大切な情報となります。119番通報をする場合は、落ち着いて指令員の質問に答えてください。

人事行政の運営等の状況

令和2年度における魚沼市の職員数や給与等の概要をお知らせします。
(令和2年4月1日現在の数値となります)

詳細は市ホームページ・市役所総務人事課(本庁舎)・各市民サービスコーナー等で閲覧できます。

部門別職員数の状況

		職員数		増減数
		令和元年度	令和2年度	
普通会計	下記以外	332人	318人	▲14人
	教育	47人	43人	▲4人
	消防	75人	75人	0人
	小計	454人	436人	▲18人
公営企業等会計		51人	49人	▲2人
合計		505人	485人	▲20人

特別職の報酬等の状況

区分	給料等月額	期末手当	
給料	市長	780,000円	3.30月分 6月期 1.675 12月期 1.625 ※令和2年度支給実績
	副市長	625,000円	
	教育長	530,000円	
報酬	議長	390,000円	
	副議長	320,000円	
	議員	300,000円	

一般行政職の級別職員数の状況

区分	標準的な職名	職員数	構成比
6級	部長、副部长、参事	11人	4.7%
5級	課長、参事	26人	11.1%
4級	係長、副参事	75人	31.9%
3級	主任	77人	32.8%
2級	主事、技師	14人	5.9%
1級	主事、主事補	32人	13.6%
合計		235人	100.0%

※魚沼市給与条例に基づく給料表の級区分による職員数。「標準的な職名」とは、それぞれの級に該当する代表的な職名

職員の退職手当

区分	勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度
自己都合	19.6695月分	28.0395月分	39.7575月分	47.709月分
勸奨・定年	24.586875月分	33.27075月分	47.709月分	47.709月分

職員の給与の状況(令和2年度普通会計決算)

職員数(A)	給与費				1人あたり 給与額(B/A)
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
人	千円	千円	千円	千円	千円
417	1,544,163	315,187	595,141	2,454,491	5,886

※職員手当には退職手当負担金を含まない。職員数は特別職(市長・副市長・教育長)を含み、魚沼市医療公社派遣職員を除く。

平均年齢及び平均給料月額等の状況

平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
43.6歳	313,974円	384,726円

※「平均給料月額」とは、令和2年4月1日における基本給の平均です。
※「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などの全ての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

くらし

◆スクリーニング事前訓練
のため月岡公園遊具側駐
車場は利用できません

新潟県の原子力防災訓練（ス
クリーニング・簡易除染）の
事前訓練が行われるため、月
岡公園の遊具側駐車場は利用
できません。
日 10月26日(火) 9時～15時
場 月岡公園遊具側駐車場
関 ◎事前訓練について
新潟県原子力安全対策課
☎ 025・282・1695
◎利用について
月岡公園ゴルフ練習場
☎ 794・57731
都市整備課
☎ 793・7991

◆野焼きは原則禁止です

野焼きは有害物質を発生させ
る場合があります。法律により一部
の例外を除き原則禁止されてい
ます。また、違反行為として罰
せられますので、ごみは絶対に
燃やさないでください。
農業を営むためにやむを得な



◆やってみよう
プラス10分運動

のホームページを、事前に必
ず確認してください。
関 健康増進課
☎ 792・9763

日 ①10月25日(月) 9時30分～11
時30分
②10月29日(金) 14時～16時
③11月12日(金) 9時30分～11時
30分
※30分ごとの予約制。事前に
申し込みが必要です。
場 ①本庁舎、②北部庁舎
関 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。
関 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
¥ 無料
持 タオル、飲み物

いものや焚き火など、例外とし
て認められているものであって
も、煙や臭いなどにより苦情が
寄せられる場合は、指導を行う
場合があります。事前に近隣の
了承を得て行いましょう。

稲わらやもみ殻は貴重な資
源です。焼却は行わず、秋す
き込みを行いましょう。

関 生活環境課
☎ 792・9766
有機センター
☎ 794・6688

分別と減量にご協力を (8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	1,032	969	63
不燃ごみ	46	41	5
大型ごみ	75	83	-8
容器包装	17	12	5
古紙類	41	65	-24
合計	1,211	1,170	41

・単位：トン
(1トン未満四捨五入)
◎ごみの分け方出し方ワン
ポイント
空き缶・空きビン、食器、
電球、乾電池等の「燃やせ
ないごみ」は一つの指定ご
み袋で出せます。種類ごと
に袋を分ける必要はありま
せん。

制度・手続き

◆新潟県心身障害者扶養
共済制度

障害のある人を扶養してい
る保護者が生存中に毎月一定
の掛金を納めることにより、
保護者に万一（死亡、重度障
害）のことがあった場合、障
害のある人に終身一定額の年
金が支給される制度です。
関 ◎制度に加入できる人
障害のある人の保護者（65
歳未満）で、県内に住所があり、
特別な疾病や障害のない人
◎障害のある人の範囲
①知的障害の人
②身体障害者手帳1級から3
級の人
③障害の程度が①または②と
同程度と認められる人（統合
失調症、脳性麻痺、自閉症など）
他市では、共済制度掛金の2
分の1を助成しています。
関 福祉支援課
☎ 792・9767

◆10月は土地月間です

国土交通省では、土地につ
いての基本理念と土地対策の
重要性等について関心を高
め、その理解を深めることを
目的として、10月を「土地月
間」としています。
◎土地取引の届出について
国土利用計画法では、法定
面積以上の土地取引を行った
場合、市町村を経由して県知
事に届出することを義務づけ
ています。届出をしなかった
り、偽りの届出をすると罰せ
られることがあります。忘れ
ずに手続きをお願いします。
◎法定面積
・市街化区域：2,000㎡以上
・市街化区域を除く都市計画
区域：5,000㎡以上
・都市計画区域外の区域：
10,000㎡以上
※個々の取引面積が小さい場
合でも、総面積が法定面積以
上になる場合は、届出が必要
です。
◎届出義務者
土地の権利取得者（売買で
あれば買主）

職員等の募集

定 各回5人
他 動きやすい服装でお越し
ください。
関 健康増進課
☎ 792・9763

①放課後児童クラブ職員
募集(会計年度任用職員)

◎応募資格：普通自動車免許
所有
◎勤務施設：市内放課後児童
クラブ
◎勤務時間：日6時間45分
(週33時間45分)
◎賃金：月額139,441円
◎休日等：原則土日祝日及び
年末年始(12月29日～1月3
日) ※月に1～2回程度土曜
勤務となる場合があります。

②保育士募集
(会計年度任用職員)

◎応募資格：保育士資格を有
する人
◎勤務施設：市内保育園等
◎勤務時間：日7時間(週35
時間)

催し

◆夢を実現 創業塾

創業に向けた知識(経営、
人材育成、財務、販路開拓、
事業計画の作り方)を習得す

◎届出期限
契約(予約を含む)の日か
ら起算して2週間以内
◎新潟県地価調査結果
令和3年度の地価調査結果
を新潟県のホームページで公
表しています。
関 企画政策課
☎ 792・1425

健康・福祉

◆献血を実施します

日 10月18日(月) 10時～11時30分
場 JA北魚沼本店
対 男性：17～69歳
女性：18～69歳
・男女とも体重50kg以上の人
・65歳以上の人は健康面を考
慮し、60～64歳の間に献血経
験のある人に限ります。
関 全血(400ml)
持 献血カード(お持ちの人)
他 新型コロナウイルスに感染
したことがある人や、現在症
状がある人、ワクチンを接種
した人の献血受け入れについ
ては細かく決められています。
くわしくは「日本赤十字社」

ているなと感じたら、まずは自
分の中に「無意識の偏見(アン
コンシャス・バイアス)」がな
いか、振り返ってみましょう。
関 西原亜矢子さん(長岡技術
科学大学・男女共同参画推進
室 特任講師)
定 30人(定員になり次第締切)
関 企画政策課
☎ 792・1425
(QRコードから
も申し込みでき
ます。)



(有料広告)

いっぱいのお礼を贈りませんか。

魚沼市火葬予約センター

TEL 025-793-1059 [魚沼市斎場]

【ペット火葬】電話受付時間/8:30～17:00(年中無休)

※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。

【車両見学会】

番号	見学日	受付時間	会場
1	10月14日(木)	10:00~11:00	旧堀之内企業庁舎 (根小屋 2276 番地)
2		13:30~14:30	青雲館 (西名新田 503 番地)
3・4		15:30~16:30	大原スキー場 (大白川 761)
5・6・7	10月15日(金)	13:30~14:30	広神地区除雪機械格納庫 (山口 275 番地 2)
8		15:00~16:00	湯之谷除雪センター (葎沢 115 番地 1)

- ・受付時間内に各会場にお集まりください。受け付けした人全員の見学が終わり次第終了となります。
- ・上記日時以外は受け付けていません。
- ・エンジンの始動等を行う場合は、電源設備をご用意ください。

【市有車両一般競争入札】

受付開始：10月8日(金) ※ホームページでもお知らせしています。

☑ 10月22日(金) 17時

☑ 市内に住所がある個人・団体または営業所の本店がある法人

入札日時：10月26日(火) 9:00から

入札場所：市役所本庁舎3階304会議室

【注意事項】

- ・入札参加希望者は10月22日(金) 17時までに「入札参加申込書」を管財課に提出してください。
- ・「入札公告」及び「入札参加申込書」等の入札関係書類は、管財課(本庁舎2階)にあるほか、市のホームページからダウンロードできます。入札公告の内容をよく読み、了承の上、ご参加ください。
- ・本車両は、公用車としての使用に堪えなくなったものです。相当の経年劣化がありますのでご了承ください。
- ・売却した車両は、保管場所で現状のままでの引き渡しとなります。「魚沼市」等の車体の文字を消すことと、運搬や名義変更の手続き等の一切は、購入者の負担となります。(消防車両等においては、赤色蛍光灯、電子サイレンアンプ関係一式、モーターサイレン及び消防章の取り外しも含む。)
- ・くわしくは入札関係書類をご覧ください。

◆市有車両を売却します

申問 管財課
☎ 792・9211
✉ kanzai@city.uonuma.lg.jp

【車両の種類】

番号	メーカー・車名	登録番号	初度登録	車検満了	走行距離(km) 使用時間(h)	最低見積価格 (税込・円)	売却条件等
1	日野デュトロ 消防団用消防ポンプ 自動車	長岡 800 さ 1619	H12.11	R4.11.14	7,815km —	556,790 円	・赤色蛍光灯の取り外し ・電子サイレンアンプ関係一式の取り外し ・モーターサイレンの取り外し ・消防章の取り外し
2	川崎重工業 除雪ドーザ	長岡 900 る 419	H15.11	H31.11.26 (R元)	19,194km 4,191h	2,200,000 円	—
3	キャタピラー 除雪ドーザ	長岡 99 め 733	S59.10	H32.11.26 (R2)	6,670km 5,338h	880,000 円	—
4	新潟トランス ロータリ除雪車	長岡 99 め 2412	H8.10	H30.10.28	25,171km 7,086h	935,000 円	—
5	新潟トランス ロータリ除雪車	長岡 900 る 414	H15.11	R3.11.3	22,429km 6,385h	3,300,000 円	—
6	日本除雪機製作所 ロータリ除雪車	長岡 900 る 468	H16.11	R4.11.3	19,752km 3,318h	3,850,000 円	—
7	キャタピラー 除雪ドーザ	長岡 900 る 396	H15.11	R3.11.18	25,905km 3,716h	2,420,000 円	—
8	小松製作所 除雪ドーザ	長岡 000 る 754	H17.10	R3.11.9	33,624km 4,612h	2,200,000 円	—

番号 1



番号 2



番号 3



番号 4



番号 5



番号 6



番号 7



番号 8



☎ 797・2261

時 22時、日曜日9時~17時

申問 守門公民館(月~土曜9時)

☑ 11月7日(日)

円(材料費込)

代込、用具持参の人は700

円(材料費込)

¥1,700円(材料費・用具

持切り絵用カッター、カッ

ター台

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

場守門公民館

日 11月12日(金)13時30分~15時

30分

◆切り絵教室

公民館

お誕生おめでとうございます

(8月21日～9月20日届出分) 敬称略

富永 希葵 (翔太・和美) 下島一
川隅 彩葉 (祐一郎・真帆) 新田
鈴木 つかさ (徳一郎・友紀) 魚野地
小林 まひろ (啓二・紗野花) 小出稲荷町二
佐藤 一稀 (龍・美穂) 青島東
山本 そら (裕輔・華子) 古新田
間間 理翔 (圭太・優衣) 佐梨

荒井 咲菜 (悟・桃子) 十日町
田淵 碧人 (孝行・瑞希) 上ノ原
井口 陽南子 (健太・祥子) 親柄
井口 朝陽 (健太・祥子) 親柄
大塩 慶人 (友行・綾) 中島
大桃 十和 (啓太・絢子) 中島
大塚 希空 (斗雅・倫子) 中島



◆佐藤二水彩画展 〜魚沼の四季〜

期11月8日(月)～26日(金) 平日
9時～16時

場伊米ヶ崎公民館

内第74回示現会展・受賞作品
も含め、展示します。

対どなたでも

無料

場伊米ヶ崎公民館(平日9時
～16時)

☎792・0082

生涯学習

◆雑誌リサイクル市

日11月7日(日)9時～11時

場小出郷図書館、広神図書館

内保存期間の経過した雑誌と
付録を無償でお譲りします。

・1人5冊まで(同じタイト
ルは2冊まで)

・11時30分以降は無制限

・付録は1家族1点まで(無
くなり次第終了)

対図書館利用者カードの登録
をしている人(お持ちでない人
は、事前に登録してください)

持図書館利用者カード、マイ
バッグ

場小出郷図書館

☎792・0337

場広神図書館

☎799・3134

◆広神図書館☆秋の としよかんまつり☆

日11月7日(日)9時～15時

場広神コミュニティセンター

内図書館で1日楽しく過ごし
ましょう。

対どなたでも

無料

場伊米ヶ崎公民館(平日9時
～16時)

☎792・0082

対どなたでも

場広神図書館

☎799・3134

子ども

◆英語であそぼう ハロウィン

日10月30日(土)

対0歳から2歳向け：10時～
10時30分

対3歳から就学前向け：10時
45分～11時15分

場子育て支援センターぱびぷ

内簡単な英語を使って楽しく
あそびます。

講アナボヌ実砂子さん

対0歳から就学前の子とも
その保護者

定各10組

対10月22日(金)

場子育て支援センターぱびぷ

☎792・6356

◆赤ちゃんの発育発達の ための親子教室

日11月5日(金)10時～10時45分

場子育て支援センターぱびぷ

内赤ちゃんのすこやかな成長
を促すためのお話と簡単な運
動が楽しめます。

講梅田愛子さん(スポーツ
トレーナー)

対0歳～1歳の赤ちゃんとそ
の保護者

定10組

対10月22日(金)

場子育て支援センターぱびぷ

☎792・6356

11月 親子ふれあい広場

場子ども課
☎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
びよびよタイム	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 9:00～11:00	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	

11日(木)、17日(水)、24日(水)、25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。

11月 乳幼児健診等

・個人通知はありません。

場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7月生まれ	25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4月生まれ	17日(水)	13:00～13:30	
2歳児	令和元年10月21日～11月30日生まれ	24日(水)		
3歳児	平成30年10月生まれ	11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8月生まれの乳児の養育者	22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4月生まれの乳児の養育者	16日(火)	9:30	
離乳食講習会ステップ3	令和3年1月生まれの乳児の養育者	9日(火)	9:45	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみかきなど)	令和2年12月生まれ	19日(金)	9:15～9:30	

持 母子健康手帳、オムツ、着替え等

図書館からのお知らせ

場小出郷図書館 ☎792・0337 / 場広神図書館 ☎799・3134

乳幼児向け 「だっこでおはなし」	日10月16日(土) 10時30分から 場広神図書館	内絵本「やさいさん」「おつきさまこんばんは」 紙芝居「わらったわらった」「おえかきなあに？」など
	日10月22日(金) 10時30分から 場小出郷図書館	内絵本「かあーかあーからずさん」 大型絵本「いっしょにあそぼ！」 紙芝居「りんごのき」 ペープサート「てをたたきましょう♪」など

場小出郷図書館 ☎792・0337 / 場広神図書館 ☎799・3134

赤ちゃんにはじめての 絵本を 10月ブックスタート	日10月20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。 対令和2年12月生まれの赤ちゃんとお保護者
	日10月23日(土) 10時～11時30分 場広神図書館	持ブックスタートパック引換書

新潟県文化祭2021文化の丁字路
～西と東が会おう新潟～

期12月まで 開催期間中、県内各地で様々な文化芸術事業を実施しています。くわしくはQRコードを読み取ってください。新潟県県民生活・環境部 文化振興課 ☎025・280・5139



▲公式サイト



▲新潟ステージチャンネル

北里大学保健衛生専門学院 自己推薦入試1期・社会人入試1期出願受付開始

◎受付…10月18日(月)～11月15日(月) ◎試験…11月21日(日) 堀之内公民館及びZoomでのオンライン配信 宮永和美先生(南魚沼市民病院認知症疾患医療センター長) 定会場先着50人、配信100人 無料 他来場・配信とも事前の申込みが必要です。 申問認知症相談ダイヤル ☎080・1395・7394

認知症講演会

専門医の先生から、「認知症とそのケア(仮)」についてお話いただきます。 11月20日(日)14時から 堀之内公民館及びZoomでのオンライン配信 宮永和美先生(南魚沼市民病院認知症疾患医療センター長) 定会場先着50人、配信100人 無料 他来場・配信とも事前の申込みが必要です。 申問認知症相談ダイヤル ☎080・1395・7394

戦没者遺骨の身元特定のためのDNA鑑定の対象地域拡大と申請手続き

◎募集対象者…硫黄島、インド、インドネシア、沖縄、旧ソ連等で収容された戦没者遺骨について、御遺族だと思われる人 他くわしい内容は、厚生労働省ホームページを確認してください。 厚生労働省社会・援護局事業課鑑定調整室DNA鑑定担当 ☎03・3595・2219

林業退職金共済制度(林退共)に加入しませんか

林退共は昭和57年に発足した林業界で働く人のために国が作った退職金制度です。くわしくはホームページをご覧ください。 関(独)勤労者退職金共済機構林業退職金共済事業本部 ☎03・6731・2889

場魚沼サンティックスクール(南魚沼市西泉田) 申問魚沼サンティックスクール ☎772・4554

①「第1種、2種電気工事士 実技コース」受講生募集

期11月11日(月)～12月6日(月) 毎週月・木・金曜日(計12回) 18時30分～21時30分 定10人 ¥42,000円 10月28日(日)

②「指導スキル向上セミナー」受講生募集

11月17日(日)9時～15時 内マネジメントスキル、指導スキルについて「最新のリーダーシップ論」や「認知行動療法」を用いた講話やワークを通して習得できるセミナーです。 定20人 ¥5,000円 11月10日(日)



市民相談センター ☎792・8844

行政相談は、総務大臣から委嘱された行政相談委員が、行政に関する苦情や要望などの相談を受け、関係機関に助言や通知を行い改善に取り組みます。相談は無料で、秘密は固く守られます。 ◎魚沼市の行政相談委員 穴沢邦男さん ☎797・3791 森山 強さん ☎792・7281 橋 恵子さん ☎792・4675 佐藤春代さん ☎794・4022 ※市の行政相談委員は、人権なんでも相談と合同で地域を巡回して、年8回相談所を開設しています。開催日は、随時お知らせ版に掲載します。

◆10月18日～24日は行政相談週間です

各種相談等

引き続き感染症対策へのご協力をお願いします



10月 16日～31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	土	だっこでおはなし(10:30/ 広神図書館) 魚沼寄席 2021(18:30/ 小出郷文化会館)
17	日	わくわくキッズ(9:00/ 小出スキー場)
18	月	献血(10:00～11:30/ J A北魚沼本店)
19	火	
20	水	ブックスタート小出(10:00/ 小出郷図書館)
21	木	
22	金	だっこでおはなし(10:30/ 小出郷図書館) 野村萬斎による「はじめての狂言」(18:30/ 小出郷文化会館)
23	土	ブックスタート広神(10:00/ 広神図書館) 紅葉を楽しむ会(10:00/ エコミュージアム)
24	日	マイナンバーカードの日曜窓口(9:00～12:00/ 本庁舎)
25	月	やってみようプラス10分運動(9:30～11:30/ 本庁舎)
26	火	
27	水	本の森の読書会(10:00/ 小出郷図書館)
28	木	年金相談日(10:00～15:00/ 小出郷 ランティアセンター) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258・88・0006
29	金	やってみようプラス10分運動(14:00～16:00/ 北部庁舎) 新潟経営大学公開講座(18:30/ 広神コミュニティセンター)
30	土	地域文化祭(堀之内11/1まで、広神・守門・入広瀬31日まで) 英語であそぼうハロウィン(10:00～/ 子育て支援センターぱびお) 人権啓発映画上映会「彼らが本気で編むときは、」(13:00/ 小出郷文化会館)
31	日	

申問魚沼テクノスクール ☎794・2410

①「ワークトライアル」参加者募集

10月14日(日)13時30分～15時30分 場魚沼テクノスクール 内ランプ制御体験・木材加工体験・壁塗り施工体験・金属加工体験 対電気・大工・左官・機械の仕事に興味がある人 無料 10月12日(火)17時

②「JW-CADによる建築製図1(平面図の作成)」受講生募集

11月6日(出)・13日(出)9時～16時 場魚沼テクノスクール 対CADの使い方を学びたい人 定10人 ¥4,700円 10月28日(日)

③「JW-CADによる建築製図2(断面図・立面図の作成)」受講生募集

12月4日(出)・11日(出)9時～16時 場魚沼テクノスクール 対JW-CADの使い方を学びたい人 定10人 ¥4,700円 11月25日(日)

④IT養成科2期 令和3年11月入校生募集

期11月19日(金)～令和4年3月18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(十日町市伊達) 対パソコンやIT分野の知識・技能を習得し、就職を希望する人 定15人 無料 10月28日(日) 申込書はハローワークこいでへ提出してください。

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。

第35回 井口 汪の世界展

晩秋・冬を主なテーマに描いた、身近な自然の油絵の絵画展です。 期10月29日(金)～31日(日)9時～17時30分 場小さい記念館(広神西小学校近く) 無料 関小さい記念館・吉田 ☎799・2004

巨木めぐり in 小出地区～巨木群に触れる～

11月3日(日)9時30分～13時30分(予定) 場小出郷福祉センターに集合 内四日町諏訪神社の巨木群や成田山を散策します。お弁当付き。 定15人 ¥1,000円 持飲み物、歩きやすい服装、靴 10月24日(日) 申問NPO法人魚沼交流ネットワーク ☎792・1336

子育て応援企画 Concert for KIDS～0才からの鼓童～

11月14日(日)11時(10時30分開場) 場小出郷文化会館 ¥全席指定親子ペア(大人1名+未就学児人数分)3,000円、小～高校生1,000円、一般2,500円(当日各500円増) ※母子手帳をお持ちの妊婦さんは無料 演太鼓芸能集団鼓童 関小出郷文化会館 ☎792・8811

硬式テニス・スポーツフェスティバル

10月17日(日)9時～12時 場月岡テニスコート(※雨天の場合は堀之内体育館) 関小学2年生以上の市内在住者 ¥200円 他ラケットの貸し出し可。くわしくは魚沼市テニス協会ホームページをご確認ください。 申問魚沼市テニス協会・田中 ☎080・1150・6516 関uonuma.tennis@gmail.com

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。 10月20日(火)13時30分～16時 場小出ボランティアセンター 関不登校やひきこもりでお悩みの人 無料 申不要 関魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181

魚沼市民SFバウンドテニス&ラージボール卓球大会

10月24日(日)9時～16時(午前のみの参加も可) 場堀之内体育館 関バウンドテニス…ダブルス、ラージボール卓球…シングルスとダブルス 関どなたでも ¥200円 持室内シューズ(ラケットは貸し出し) 当日 他バウンドテニスは事前練習あり 関魚沼市バウンドテニス協会・磯部 ☎090・2533・4852



まらり☆魚沼人

山遊びの達人
大平 直明さん (51歳)

魚沼の山、特別でないがそれがいい

山への親しみの原点

大平さんは旧小出町の干溝で生まれ育ちました。子どもの頃から大平さんやほかの干溝の子どもたちは、山が遊び場の一部になっていました。その時のことを大平さんは「干溝の子にとって、干溝の山は特別な場所ではなかった。だから親しみを持っていたのかも」と話されました。

山登りに目覚める

大平さんは社会人になり地元で働き始めました。車の免許を取ってからは海釣りに夢中になり毎週のように海に行っていたそうです。ある時、公民館干溝分館の行事で、遊歩道歩きに参加したそうです。その時から興味が高から山に戻っていったそうです。その後は山登りに熱中したそうですが、同時期にランニングも始めました。走り始めたのは堀之内十五夜駅伝に頼まれて走ったのがきっかけで、「魚沼市がある」と大平さんは言います。「走ることに、山登りが好きになったときに発見したのがトレイルランニング（山や丘陵などの未舗装地帯を走ること）でした。「山でも走ることができるんだ」と感動し、トレイルランニングの魅力に取りつかれたそうです。トレイルランニングを始めた最初の頃は、体脂肪が下がり筋肉が増え、体つきが変わっ



大平さん自ら大会を開くこともあり、多くの仲間や参加者が集います。大平さんの人柄に惹かれて仲間が増えていっています。

ていくのが楽しかったそうです。また山登りにも通ずるようですが、登らないと見ることのできない景色を楽しむことができるのも魅力の一つだそうです。

また、一緒に走る仲間との交流も楽しみの一つ。大平さんは各地の大会に出場することで、たくさんの方の仲間を作り、その仲間とともにトレイルランやランニングをしています。

市内の山の魅力

干溝の大力山をはじめとした市内の山は多くの有志の方が整備に関わっています。大平さんもその中の一人として遊歩道の整備や、登りやすい環境づくりに取り組みしています。市内の山に登ると普段生活している地域や、行き通った道がよく見えてうれしい気持ちになるそうです。初心者の方でも上りやすいのが大平さんのよく行く干溝の大力山。危ないところがなく、おすすめできるということです。大力山は冬山もおす

山登りをする人に向けて

最近山登りをする人が増えています。登山人口が増えることを喜ぶ一方で、マナーの悪い人が目立つてきたように感じると大平さんは言います。マナーはほかの登山者の安全や山の環境保護のためにも大切なことです。マナーを学ぶためにも山を知っている人と登山するのがベストです。

また、山の環境を保護するためにも、山に入るときはゴミが落ちたら拾って帰って来てほしいと大平さんは話します。

この先も精力的に活動したいという大平さん。山登り（＝登山道整備）は楽しいからずっとやっていきたいそう。この先も山で遊んで、山と親しみたいと話すと大平さん。「魚沼市内の人は、山しかなかったらよく言っているけど都会の人からしたらうらやましいこと。山しかないからそれがいい」と魚沼市の魅力を語ってくれました。



大平さんで設置した手作りの看板。山への情熱は熱いものがあります。

インタビュー動画もご覧ください
(魚沼ケーブルテレビ番組より)



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500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10月20日(水)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どちらでもない・2やや不満・1不満) ⑥感想等 ※④⑤は必須

地域おこし協力隊の高橋隊員が地域で採れた野菜を販売するために、キャンプ場で開催したのはなんと10月17日。

- ①RV車市 ②軽トラ市 ③中古車市

※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：30、うち正解数：30

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

9月10日号に対するご意見等をご紹介します

- ◆保育園・幼稚園の紹介が写真入りで、わかりやすくよかったです。
- ◆麹甘酒ソフトクリームを、早速、食べに行きたいと思います。

魚沼市の新型コロナワクチン接種状況 (9/30 時点)

区分	対象者数	1回目(人)	(%)	2回目(人)	(%)
15歳未満	892	447	50.1	99	11.1
15～64歳	18,553	15,212	82.0	14,431	77.8
65歳以上	12,997	12,497	96.2	12,416	95.5

※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



▲大会に関する
の詳しい内容は
QRコードを
チェック



10月24日(日)に魚沼青年会議所が企画した、魚沼スカイランが開催されます！
今月の「まらり」に魚沼人をご紹介した大平さんもスタッフとして参加する大会です。魚沼の山を利用した新たなスポーツイベントに注目！これを機に山のスポーツに興味を持たれてはいかがでしょうか。
※大会参加エントリーは終了しています。

※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)

ひとのうごき (8月21日～9月20日届出分)

氏名	住所	年齢	氏名	住所	年齢	氏名	住所	年齢
小島登美子	下町一	86歳	勝毛 三男	羽根川二	92歳	佐藤 正作	渋川	85歳
横山 慶子	堀之内稲荷町	82歳	渡辺キミエ	古新田	91歳	渡邊 新一	西名	93歳
本田 トシ	大石	95歳	山田 三男	板木	91歳	大竹 健一	平野又	78歳
渡辺 ヨキ	下倉新田	104歳	櫻井チヤウ	七日市	97歳			
高橋 タウ	下新田	96歳	米山 一郎	七日市新田	91歳			
小山 イト	和長島	96歳	小沼八重子	吉田	87歳			
小山 幸広	和長島	65歳	平澤 キミ	大湯温泉	79歳			
武藤今朝吉	舟山	95歳	富永 洋子	大湯温泉	84歳			
森山かつよ	明神	82歳	中澤ハナイ	中家新田	91歳			
櫻井 正	浦町七	85歳	佐藤 成夫	大倉沢	86歳			
高橋 サイ	小出東町2	94歳	諸橋角太郎	福田新田	96歳			

人口と世帯数(R3.9.1)

	人口	うち外国人	増減
男	16,925	70	-41
女	17,670	148	-34
計	34,595	222	-75
世帯数	13,218		-6

※増減は、前月比です。

表紙の写真



今号の表紙は、入広瀬地域、横根集落の田んぼの写真です。収穫前にしか撮影できない魚沼らしい一面黄金色の風景です。ちなみにこの写真をどのように撮影したか分かりますか？正解はドローンによる撮影です！ドローンなどの機材を使うと、これまでと違った景色が見れるので市報でもどんどん挑戦していきます。(Y2)

編集後記

いわゆる「乗り鉄」でも「撮り鉄」でもないが、8月末の只見線全線開通50周年の只見線と臨時運行された「海里」に魅せられ、鉄道に注目した。そしてこの度「MAXとき」がラストランを迎える。新幹線に乗るとき、2階建てだと嬉しい気分になり、2階から望む景観の特別感は半端なかった。半面、2階建てゆえ、スピードやバリアフリー未対応の問題等により、引退を迎えることとなったようだ。10月1日には臨時運行のラストラン。引退となると寂しい気分になり、走行時間間に車両が見える場所に足を運んだ。「長い間ありがとう」と心のなかで手を振り、シャッターを切った。(Y1)



マーブルチョコ
2年 杉本 希愛 さん



親がらくしが見えるけしき
3年 浅井 彩音 さん

魚沼市食生活改善推進員協議会 監修

食まちうおぬま し・し・び No.65



材料 (4人分)

鶏ささみ	80g	油揚げ	4枚
しめじ、えのき	各1袋	昆布だし	4カップ
しいたけ	中5個	めんつゆ (3倍濃縮)	
まいたけ	1パック	大さじ3と1/3	
にんじん	20g	（にんじん）	40g
しょうが	20g	（小松菜）	60g

作り方

- きのこは石づきを取り、しめじは小房に分け、えのきは3等分の長さに切る。しいたけは半分に切って薄切りにし、まいたけは細かくさく。にんじんは皮をむいて、細切りにする。しょうがは皮をむき、千切りにする。
- 1を耐熱容器に入れ、ラップをしてレンジで2分程加熱し、しんなりさせる。
- 鶏ささみは耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをして火が通るまで1～2分程レンジで加熱する。粗熱がとれたら食べやすい大きさにさく。筋は取り除く。
- つけ合わせのにんじん、小松菜は食べやすい大きさに切る。
- 2、3を混ぜ合わせ、半分に切った油揚げに詰め、つまようじで閉じる。
- 鍋に昆布だし、めんつゆを入れて煮立たせておく。5を入れ、中火で煮る。つけ合わせのにんじん、小松菜も一緒に煮る。

MEMO

【1人分の栄養価】

エネルギー：130kcal たんぱく質：12.6g 炭水化物：11.8g
脂質：5.9g 食塩：1.5g (煮汁なし0.8g)

吉本興業が主催する地域活性化ツアーで、人気お笑いコンビ「EXIT（イグジット）」が魚沼市を訪れ、稲刈り体験や農業施設見学を行いました。また、市内3菓子店と米粉を使ったコラボ商品を開発して試食しました。

※コラボ商品の販売は、来年3月末までの期間限定。お問い合わせは、甘泉堂（本町2、井口新田）、タワラヤ（堀之内）、お菓子工房まるみや（親柄）まで

※撮影時のみマスクを外しています



うおぬま × EXIT

奪えぼよエリアぶちアゲ活性化ツアー IN 魚沼

