

ぽかぽか、てくてく。  
秋日和。



# 魚沼の子どもたちの学習の様子

## ～ 全国学力・学習状況調査から ～

☎教育センター ☎795・5011

今年度の全国学力・学習状況調査の結果が7月28日に公表されました。その結果から見られる魚沼市の小中学生の主な学力・学習状況と今後の学力向上の取り組みについてお伝えします。

(写真：小出中学校3年生)

### 平均正答率及び学習状況

#### ● 平均正答率 (図1)

小学校では、国語、算数、理科の平均正答率は全国平均を大きく下回りました。一方、中学校では3教科ともほぼ全国水準です。

#### ● 学習や生活の様子 (図2・3)

「小学生の平日TVゲーム等をする時間」が県や全国よりもかなり多く、生活のリズムをつくることや家庭学習の習慣化に支障をきたしています。

また、自己有用感<sup>(※)</sup>が小学生では全国に比べ低い傾向が見られます。子どもの言動ややる気など、活動の大切な要素としてさらに高めていくことが大切です。

「学校は楽しい」と肯定的に回答する児童生徒の割合は全国と比べて高く、市の取組の成果も見られますが、自分と違う意見など、考え方や価値観の違いを認め合える豊かな人間性を育む必要があると考えています。

「図2 教科の勉強が好き」の項目では、小学校の算数、理科で全国よりも低く、国語で高い傾向にあります。

魚沼市では、温かい学級づくりに力を入れています。様々な考えを認め合う学級、様々な違いを認め合う授業づくりという基盤を構築し、子どもが多様な考え方に触れ、相手を尊重し、協働してよりよい解決に導いていこうとする力の育成を重視しています。

(※) 他者や社会から必要とされていると感じる力であり、社会性の基礎

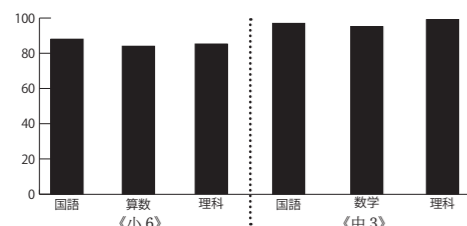
### 学校・家庭・地域との連携

市が進めている「多様性を包含する学級づくり」を通して、児童生徒一人ひとりに豊かな感性や人間性を育む教育をコミュニティ・スクールと連動し、地域全体で子どもを育てることが大切です。

家庭では、毎日の生活が規則正しく習慣化できるよう、子どもとの約束を確認し必ず実行していくように見守ってほしいと思います。

日頃からの子どもとのコミュニケーションを一層大切にさせていただきよう、ご協力をお願いいたします。

図1 教科別の平均正答率での全国との比較 (全国=100)



### 今後の学力向上の取り組み

#### ● 学習全般

基礎基本の獲得は概ねよい状況ですが、定着に課題がみられます。学んだことを複数の情報と関連付けて考え、判断・表現したり、教科で身に付けた知識や技能を新たな問題の解決に生かしたりするなど、応用力の育成が引き続き課題です。

#### ● 国語

互いの立場を明確にしながら計画的に話し合い、自分の考えをまとめる活動や文章や叙述の効果に対する感想や意見を伝え合うことを通して、よりよい表現や受け止めができるように取り組んでいきます。

#### ● 算数・数学

個別学習と協働学習の場の行き来を大切に、自分の考えを根拠を基にまとめていく過程を一層大切に、児童生徒一人ひとりが、学習したことを日常の経験や事象と関連付け、「できる」→「分かる」→「使える」など納得感ある活動を大切にしていきます。

#### ● 理科

子ども同士の話し合いの過程を大切に、協働して問題を解決していく授業の実施に力を入れていきます。さらに小学校では、実験の予想やまとめ、新たな疑問を自分の言葉で記述する活動を重視していきます。

図2 教科の勉強が好き 対全国比 (全国=100)

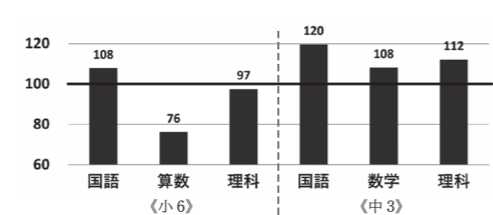
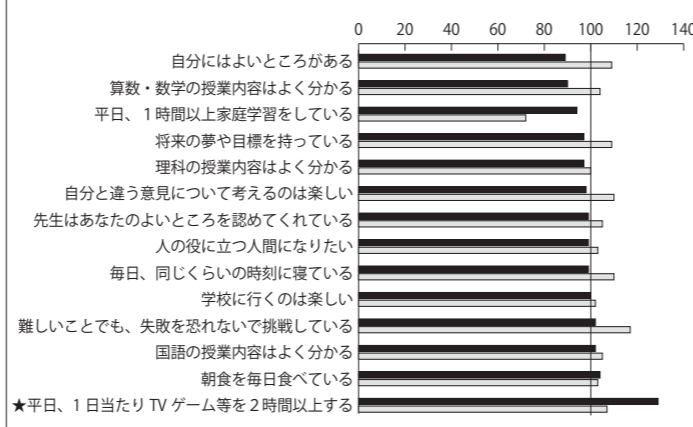


図3 小中学生の意識の全国との比較 (全国=100) ■小6 ■中3



【全国学力・学習状況調査児童生徒質問紙調査 (図2・3)】

## 関越自動車道

「小出インターチェンジ」から

# 魚沼インターチェンジへ 名称変更を検討しています

「魚沼市」はコシヒカリのブランド米産地として、全国的に高い認知度を誇っているものと自負しておりますが、一方で他県から本市を訪れようとするお客様にとっては、高速道路や鉄道で魚沼市の位置が分かるインターチェンジや駅の表示(名称)とされていないことから、私がかねてより観光誘客や産業活動を発展させるうえで、市内インターチェンジの名称に「魚沼」の文字を入れたいとする強い想いを抱いております。

また、市制施行18年目を迎えましたが、市内の更なる一体感の醸成と郷土愛を深めていただく契機として、「小出インターチェンジ」を「魚沼インターチェンジ」に変更し、地域の発展を推進してまいりたいと考えております。

このように、本市の交通要所に「魚沼」の文字が入り、地図に表示されることは、将来を見据えた中で必要不可欠なものであると思っております。

なお、名称を変更する時期については、市制施行20年目にあたる令和6年を目指して検討を進めてまいります。



魚沼市長 内田 幹夫

### 市民の皆様への意向確認について

「小出インターチェンジ」から「魚沼インターチェンジ」への名称変更については、多くの市民の皆様から賛同いただき進めたいと考えております。つきましては、お考えを伺うためのアンケート調査を実施いたしますので、ご協力をお願いいたします。

- ◇対象者 市に住民登録がある15歳以上の人 3,000人(無作為抽出)
- ◇内容 名称変更賛成かどうかの意向を確認させていただきます。
- ◇期間 11月下旬～12月中旬(予定)
- ◇その他 対象者に調査票を郵送しますので、アンケートにご回答いただき郵便ポストへ投函してください。

### 名称変更に必要な費用と期待される経済波及効果について

インターチェンジの名称変更に係る標識等の変更費用は約3億円となる見込みです。また、この名称変更によりもたらされる経済波及効果は市の調査により、直接効果と間接波及効果をあわせて約16億円と試算しております。

# 決算状況

☎財務課 ☎792・9205

令和3年度の決算状況の詳細については、歳入歳出決算資料「財政事情と主要な施策の成果」に記載し、市ホームページにて公開していますので、ご覧ください。



## 市債の状況

会計	令和3年度借入額	令和3年度元利償還金	令和3年度年度末残高	
一般会計	18億 8,310万円	33億9,971万円	312億6,464万円	
企業会計	病院事業	4億 3,780万円	3億 1,966万円	42億3,700万円
	ガス事業	0万円	2,708万円	1億3,908万円
	水道事業	2億 3,740万円	3億 789万円	28億8,758万円
	下水道事業	2億 60万円	12億5,277万円	68億2,191万円
合計	27億5,890万円	53億 711万円	453億5,021万円	

市債残高は令和2年度末より22億7,218万円減少しました。

## 基金の状況

基金名	令和3年度末現在高	対前年度増減額	
財政調整金	57億 8,481万円	▲8,035万円	
減債基金	71万円	0万円	
特定目的基金	地域振興基金	43億 221万円	0万円
	公共施設整備等基金	37億 2,648万円	5億 634万円
	過疎地域支援基金	10億 161万円	22万円
	ふるさと結基金	24億 6,351万円	4億 77万円
	その他基金	1億 2,616万円	52万円
奨学基金	6億 1,200万円	0万円	
医師等修学基金	2億 900万円	1億 900万円	
ふるさと回帰育英基金	7,503万円	0万円	
国民健康保険納付等準備基金	1億 1,649万円	4万円	
介護保険給付等準備基金	3億 6,679万円	7,852万円	
合計	187億 8,480万円	10億 1,506万円	

## 特別会計（特定の事業を行う場合に、一般会計と区別して別に処理するための会計です。）

会計名	歳入	歳出	差引残額	
国民健康保険特別会計	事業勘定	34億 2,683万円	33億 5,344万円	7,339万円
	直営診療所施設勘定	1億 4,032万円	1億 4,002万円	30万円
後期高齢者医療特別会計	8億 4,930万円	8億 4,852万円	78万円	
介護保険特別会計	51億 9,118万円	50億 579万円	1億 8,539万円	
工業団地造成事業特別会計	1,440万円	1,287万円	153万円	

## 企業会計（民間企業と同じ会計方式を採用し、市が特定の事業を直接経営する会計です。）

会計名	収益	費用	利益または損失額
病院事業会計	7億 7,871万円	8億 7,583万円	▲9,712万円
ガス事業会計	13億 1,139万円	12億 8,022万円	3,117万円
水道事業会計	8億 2,182万円	7億 6,250万円	5,932万円
下水道事業会計	23億 385万円	22億 992万円	9,393万円

※各事業会計の損益計算書数値から作成しています。

## 令和3年度決算に基づく財政健全化判断比率・資金不足比率を公表します

自治体が財政の健全化を判断するための指標（実質公債費比率など4指標）と公営企業ごとの経営状況を明らかにする指標（資金不足比率）の公表が、法律により義務付けられています。また、これらの各指標が一定基準以上になった場合は、財政の早期健全化や再生を図るための計画の作成などが必要となります。

	魚沼市		早期健全化基準	財政再生基準	概要
	2年度	3年度			
実質赤字比率	—	—	12.68	20.0	<b>財政運営の深刻度を示します</b> 福祉、教育、まちづくりなどを行う地方公共団体の普通会計の赤字の程度を指標化したもの (魚沼市の普通会計の実質収支は黒字のため該当しません)
連結実質赤字比率	—	—	17.68	30.0	<b>市全体の財政運営の深刻度を示します</b> 市の全会計の赤字や黒字を合算(連結)し、地方公共団体としての赤字の程度を指標化したもの (魚沼市の全会計の実質収支は黒字のため該当しません)
実質公債費比率	7.9	8.3	25.0	35.0	<b>資金繰りの危険度を示します</b> 借入金の返済額(公債費)と、これに準ずる額の大きさを指標化したもの
将来負担比率	24.6	19.3	350.0		<b>将来財政を圧迫する可能性が高いかどうかを示します</b> 一般会計の借入金(地方債)や将来的に支払う可能性のある負担等について、現時点での残高の程度を指標化したもの
資金不足比率	—	—	経営健全化基準 20.0		<b>経営状況の深刻度を示します</b> 公営企業の資金不足(赤字)を、事業規模である料金収入の規模と比較して指標化したもの (魚沼市の公営企業会計に資金不足は生じていないため該当しません)

※表中の「—」は、赤字額・不足額のないことを表しています。

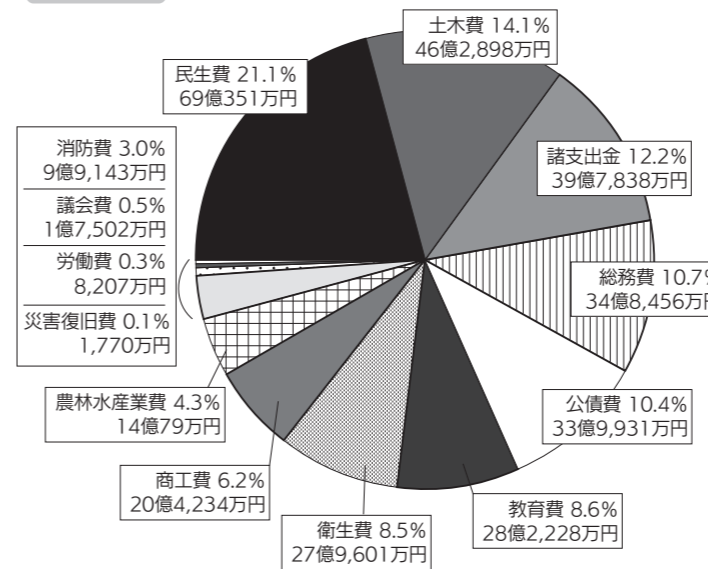
いずれの指標も、早期健全化基準を大きく下回っており、健全な財政運営となっています。今後数年は、普通交付税額の減少や、大型建設事業に係る借入金償還の影響により、実質公債費比率と将来負担比率は上昇傾向となりますが、早期健全化基準を上回るような、極端な上昇はしない見込みです。

## 一般会計

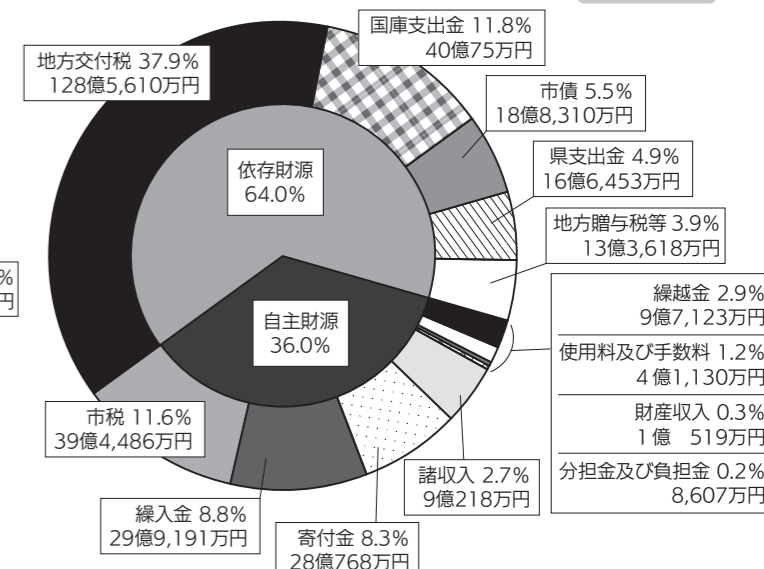
令和3年度の一般会計の決算は次のとおりです。

歳入	339億 6,108万 2,000円 ①
歳出	327億 2,237万 9,000円 ②
形式収支	12億 3,870万 3,000円 ③=①-②
繰越財源	3億 776万 7,000円 ④
実質収支	9億 3,093万 6,000円 ⑤=③-④

## 歳出



## 歳入



## 市民一人あたり（令和4年3月31日現在の人口34,125人で一人あたりに換算） 958,898円

民生費（安定した社会生活を保障するための経費）	202,301円
土木費（道路橋りょう、河川、水路、公園、市営住宅などに要する経費）	135,648円
諸支出金（基金への積立などに要する経費）	116,582円
総務費（管理事務、戸籍、徴税、選挙、人事、広報発行に要する経費）	102,112円
公債費（市が借り入れた地方債の元利償還金額）	99,613円
教育費（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）	82,704円
衛生費（健康で衛生的な生活環境を保持するための経費）	81,934円
商工費（商工業、観光の振興に要する経費）	59,849円
農林水産業費（農業委員会、農業振興、土地改良事業などに要する経費）	41,049円
消防費（消防、救急業務や防災に要する経費）	29,053円
その他（議会活動、災害復旧、労働福祉などに要する経費）	8,053円

## 令和3年度 主要事業（一般会計のみ）

- ふるさと結基金事業 14億 3,976万円（ふるさと納税の返礼品の発送など）
- 障害福祉サービス等給付事業 9億 8,069万円（障害のある人へのサービス等給付など）
- 緊急経済対策事業 9億 2,157万円（プレミアム付商品券事業など）
- 小・中学校施設整備事業 8億 6,175万円（校舎等の改修工事など）
- 子育て世帯への臨時特別給付金支給事業 4億 6,131万円（国の施策に基づき、臨時特別給付金の支給）
- 予防接種事業 4億 1,999万円（新型コロナウイルスワクチン他、各種予防接種）

30～50歳代は自分だけでなく家族を支える大事な年代。また、健診で血糖などの数値が少しずつ高くなり始める年代でもあります。まずは、『生活習慣気づきチェック』で食事・運動など、日頃の生活を振り返ってみましょう。

健康増進課 ☎792・9763

# やるなら今!! 生活改善

「まだ若いから大丈夫」と思っていないですか？

## 生活習慣気づきチェック

チェックが多いほど生活習慣病のリスクが高まります。

### 食事

#### □朝食をとらない

改善のポイント  
自分が食べやすいと思うものをまず一口食べる。

#### □寝る2時間以内に食事・間食をとる

改善のポイント  
・目につく場所に食べ物を置かない。  
・夕食をゆっくりとよく噛んで食べ、腹八分目を心がける。



#### □濃い味付けを好んで食べる

改善のポイント  
・塩・しょう油を少し減らし、酢・柑橘類・香辛料を使う。  
・野菜類を1日350g食べる(野菜に含まれる成分が、体内の塩分の排出を助けてくれます)  
②野菜350gってどれくらい? 生なら両手3杯分くらいです。

### 運動

#### □運動が苦手

改善のポイント  
家事などをして、日常生活で体を動かす工夫をする。(例:掃除機がけ、洗濯ものを干す)

#### □15分以上の運動は週に1回以下

改善のポイント  
・エレベーターではなく階段を使う。  
・買い物は車をお店の入り口からいつもより遠いところに停める。

#### □同年代と比べて歩く速度が遅い

改善のポイント  
・大腿でいつもより少し速く歩く。

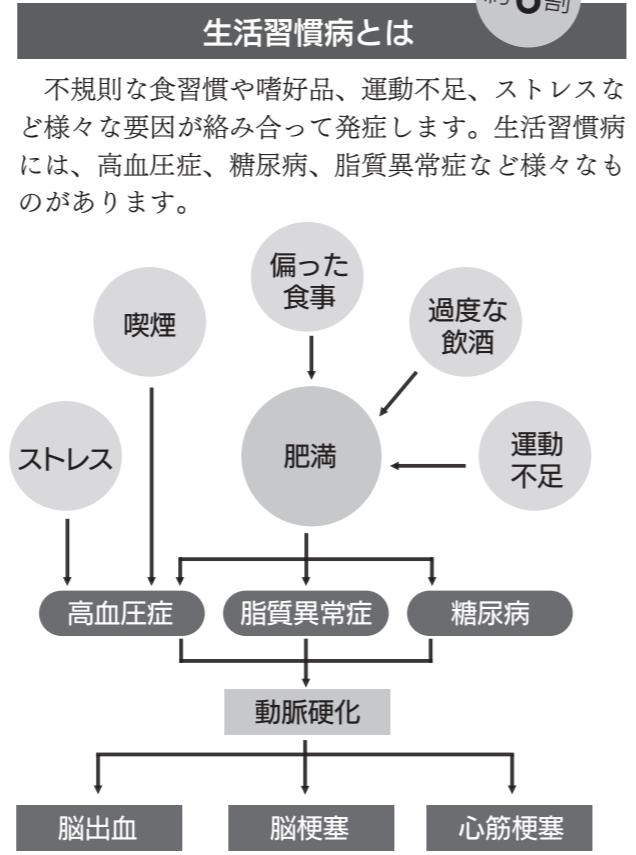


## 自分のため、大切な人のため、 できることから始めましょう!!

早いうちから生活改善に取り組み、継続することで生活習慣病の予防ができます。まずはできることから始めてみませんか。



健康増進課 保健師です!!



### 生活習慣病はサイレントキラー (沈黙の殺人者)

生活習慣病は、目立った自覚症状が少ないため、放置すると気づかぬうちに「脳出血」「脳梗塞」「心筋梗塞」など、命にかかわる病気を引き起こしてしまいます。身体が不自由な生活を送ることになり、最悪の場合は死に至る危険性もあります。

### 健康づくり動画 第1弾 「こころの健康～セルフケア～」公開中!!

※第2弾「生活習慣病」も鋭意制作中

こころの健康  
～セルフケア～

魚沼市公式 YouTube

# 介護と福祉の森

-第8回-

介護福祉課 ☎792・9755

## いつまでも動ける身体をつくる 「フレイル予防の運動」をご紹介します

「フレイル」とは、年齢を重ね、身体と心の働きや社会的つながりが弱くなった状態をいいます。そのまま放置すると、要介護状態へ進む可能性があります。早めに気づいて適切に対策をとることで、健康な状態に戻ることができます。

フレイル予防の大切なポイントは「栄養(食・口腔機能)」「運動」「社会参加」とされています。中でも特に、「立つ・歩く」などを支える下肢の筋力は、日常生活にとっても大切です。この筋力が衰えると、転倒・骨折のリスクが高まります。右のチェックリストに複数チェックがついた人は、日々の生活に簡単な運動を取り入れてみましょう。今回は、自宅で手軽にできるフレイル予防のエクササイズをご紹介します。

### こんなことはありませんか?フレイルチェック

- 体重が減ってきた
  - わけもなく疲れやすくなった
  - 歩く速度が遅くなってきた
  - 日頃は体操や運動をしていない
  - ものを握りづらくなってきた (握力が低下してきた)
- (改訂日本版 CHS (J-CHS) 基準を改変)

#### スクワット(椅子立ち上がり) 【10回3セット】

座った状態から → 前に立つ

ワンポイント  
トイレの時などに意識して立ち上がるだけでも効果的♪

#### ランジ(片足ずつ) 【10回3セット】

横から 正面から

足をまっすぐ前に出す → バランスを崩さないように戻す

ワンポイント  
足を前に出したとき体幹を使って体はまっすぐ♪

### 若返りトレーニング教室



魚沼市では65歳以上の方向けの運動教室を市内各所で実施しています。週に1回または2回で、1回あたり約1時間程度です。同世代の方と交流しながら介護予防をしてみませんか?見学も受け付けています。まずは介護福祉課までお問い合わせください!



かわいい開催情報はコチラから

#### 参加者の声

ひとりでは運動が続かないけど、ここに来るとみんなに会えるので自然と続けられます。

簡単な動きなので続けやすいです。習ったことを家でも実践しています。

みんなで体操するので楽しいです。うまくできなくても大笑いしたりして気持ちの発散になります。



■9月の相談件数

…	99件
・電話	71件
・来庁	27件
・その他	1件

### 人権擁護委員が交代しました

**お疲れ様でした**

9月30日付けで堀之内地域の高橋美保さんが退任され、感謝状が贈呈されました。ご尽力いただきありがとうございました。

**よろしくお願いします**

10月1日付けで堀之内地域の児玉節子さんが新しく法務大臣から委嘱を受けました。市民の皆さんの身近な相談役として活躍していただきます。

\*\* 人権擁護委員は、差別やいじめなどの人権に関する相談をお受けしています。 \*\*

### 借金返済(クレジット・ローン等)契約トラブル無料相談会

日 11月27日(日)  
10時～16時(事前予約制)

場 小出ボランティアセンター

相 弁護士または司法書士

定 先着5人

¥ 相談無料


☒ 11月24日(木)

他 1人おむね1時間

☎ 電話または市ホームページ、専用QRから受け付けます。

☎ 市民相談センター  
792・8844

一人で悩まずにご相談ください



## 地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

No.86 関地域創生課  
☎792・9752  
☎797・2360



高橋 壮太 隊員  
(福山新田担当)

今年もお米ができました。早速出来立ての新米を食べてみましたが、今年はまだ格別に美味い！ような気がします。今年の米作りでは一般的な魚沼産コシヒカリであるBL品種と、従来品種の2種類を作りました。今までも米の品種や他の人が作ったお米と食べ比べたことがなかったので、これから同じ炊飯器で食べ比べてみようかと仲間内で計画しています。

稲刈りは今年で3年目となり、自分の刈り取りや手伝いを通じて作業の流れも分かり、だいぶ慣れてきたかな？と思っていた矢先、稲刈り初日にザックリ小指を鎌で切ってしまいました。人生で二番目くらい出血量に恐れおののき、半ば倒れそうになりながら、近くの方に助けを求め手当てしてもらい、なんとか稲刈りを続けることができました。今は手当のおかげか、ほぼ完治しました。振り返ると、気が緩んでいたなと思います。そんな幸先の悪かった稲刈りもなんとか終わり、無事

(とは言えませんが) お米にすることができました。

新米が採れてから、何人かにできたお米を食べてもらいました。福山新田と交流のある昭和女子大学の4年生が福山へ取材に来た際「幸せな気持ちになりました」との感想をもらったり、稲刈りを手伝ってもらった父親には「全然違う」と言ってもらいました。また、知り合いにお米を送ったら美味しかったので他の人にも送りたい、とのありがたいお言葉もいただきました。

自分が美味しいと感じて、人からも美味しいと言ってもらえる。お米を作っている喜びはこういうところにあるのだと思います。この「美味しい」という言葉を来年からのお米作りの活力としみに変換しつつ、今は収穫の喜びを噛み締めたいと思います。



## うおぬま Biz 通信 No.47

地域の元気は 地域産業から

魚沼の魅力たくさん

10月6日～10日  
埼玉県さいたま市「まるまるひがしにほん」にて  
「うおぬま“素のチカラ”物産展」を開催しました！

長引くコロナ禍も回復の兆しが見え始め、これまで自粛ムードだった催し物も徐々に再開されてきています。市でも、攻めの姿勢で魚沼をPRするため、さいたま市のJR大宮駅前の「まるまるひがしにほん」を会場に「うおぬま“素のチカラ”物産展」を開催しました。魚沼ブランド推奨品を中心に市内15社の自慢の商品を数多く揃え、市長自ら店頭で物産展のPRを




行ったところ、開催期間中、来場者が1万人を超える大盛況なイベントとなりました。「また開催してね!」、「ネットで買えるの?」と今後のリピートにつながる声も多く、魚沼のブランド力を再認識できました。

また、10月8日・9日には会場の2階にUIターン・移住相談ブースを設け、来場者に対して地域企業のPRとともに地方暮らしに関する相談会を実施してきました。色々な面から魚沼の魅力を知ってもらい、移住者を増やすための取り組みも進めていきます。

### 【UIターン就職者向け支援制度】

若者の地元就職で奨励金20万円!  
「若者定住就職奨励金」  
今年の4月に就職した人は申請をお忘れなく!

家賃の半額を2年間サポート!  
「U・Iターン促進住宅支援事業補助金」


奨学金返済を5年間サポート!  
「定住促進奨学金返還支援補助金」

UIターン者を雇用したら!  
「U・Iターン正規雇用促進事業補助金」

## 魚沼市は「ベビーファースト運動」に参画しています

「ベビーファースト運動」は、子どもを産み育てやすい社会の実現に向け、企業も行政も個人もみんな子育てを支える優しい社会を目指し、公益社団法人日本青年会議所(JC)が提唱している運動です。

魚沼市としても、この運動が「第二次魚沼市総合計画」並びに「第二期魚沼市子ども・子育て支援事業計画」で示している方針及び取り組み等と合致することから、趣旨に賛同し参画することとしました。




【活動宣言】「～未来に向かって～ 子ども・家庭・地域の力で育ちあう魚沼」

★活動宣言に基づく具体的行動目標★

「妊娠前、妊娠期から育児期にわたる切れ目のない子育て支援を行います。」

- 魚沼市子育て世代包括支援センターの展開による「母子保健」と「子育て支援」の一体的なサービスの提供
- 幼児教育・保育の無償化や特別保育の充実、産後ケア事業等の拡充など、地域子ども・子育て支援事業の実施
- 妊産婦医療費助成や18歳までの子ども医療費全額助成等による子育て支援





**産学連携は地域から (10/20)**

堀之内高校の生徒が、同校の文化祭で提供するクッキーを地元の洋菓子店「吉田屋」さんと協力して製作しました。学校とまちの商店街が協力をきっかけとなりました。



**福山新田に桜を植樹 (10/20)**

魚沼ものづくり振興協議会の事業委員会の主催により、春に「雪上桜」が見られる福山新田の「福山峠のふるさと広場」で植樹活動が行われました。植樹作業には内田市市長も参加し、オオヤマザクラの苗木 24 本を植えました。



**中越大震災から 18年 (10/23)**

中越大震災の発生から 18 年目を迎えたこの日、小出郷文化会館では、結の灯りが灯されました。魚沼杉のオブジェとコリが飾られた会場で、来場者はロウソクを点灯し、あの日への想いを寄せていました。



**防犯パトロール (10/14)**

小出警察署で防犯パトロールの出発式が行われました。市内では、特殊詐欺の被害件数が増加していることもあり、その被害防止に向けて消費者サポーターなど地域で活動されている方々が、金融機関やスーパーなどで啓発グッズを配り、防犯意識の向上を図りました。



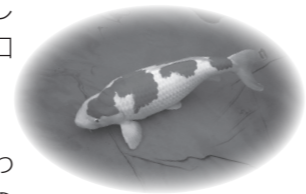
**元気ほくぶ大運動会 (10/16)**

2年ぶりとなる「元気ほくぶ大運動会」が須原小学校グラウンドで行われました。ゲートボールや幼児レース、パン取りレース等、各年代が楽しめる多くの競技が行われ、快晴の下で参加者はスポーツの秋を満喫していました。



**泳ぐ宝石「錦鯉」一堂に (10/22)**

「第 41 回魚沼市錦鯉品評会」が JA 北魚沼本店前で開催され、魚沼市錦鯉生産組合員が丹精込めて育てた錦鯉 158 点が出品されました。全体総合優勝には、山口正則さん (写真：中央) の「紅白」が選出されました。審査後には一般公開も行われ、来場者は「泳ぐ宝石」の鑑賞に浸っていました。



全体総合優勝を飾った錦鯉「紅白」

**全線再開通の只見線をお迎え (10/10)**



11年ぶりとなる「会津若松発一小出行」を JR 小出駅で多くの皆さんが待ちかまえました。途中の車両不具合により、およそ 4 時間遅れで小出駅に到着した只見線を、大勢の方々がホームでお迎えしました。

また、福島県只見町では記念式典が開催され、沿線地域では熱気に溢れていました。



**魚沼の医療と暮らしを語る (10/12)**

魚沼地域の医療の「未来」を語る市民フォーラム「選ばれるまち魚沼」が開催されました。国立がんセンター病院院長などを歴任され現在は小出病院に勤務する荒井内科医長のほか、市内に移住された方が登壇し、魚沼の医療と暮らしを語り合いました。



**Stop! 特殊詐欺 (9/22)**

特殊詐欺被害を防止した広神郵便局の久留島局長と局員の穴沢さんに感謝状が贈呈されました。尾崎署長から「日頃の防犯意識が高く感謝申し上げる。今後も連携していきたい」とお礼の言葉が述べられました。



**尾瀬ってこんなにすざい! (9/30)**

尾瀬に接する 3 県の小学生が環境学習の成果を発表し交流する「尾瀬子どもサミット」がオンラインで開催されました。環境や歴史など各校各々に特色のある発表を行いました。(写真は須原小学校)



**皇大市でにぎわう (10/2)**

今年最後となった「皇大市」に、まちの人たちの活気あふれるお店やイベントブースが立ち並びました。空き店舗を用いて活性化に取り組む皆さんと内田市市長が意見交換を行いました。



ウオマンもイベントを盛り上げました



**大農業祭×食まちうおぬま (10/10)**



内田市市長と JA 北魚沼の関会長(右)も新米おにぎりをパクッ!

「食まちうおぬま」の取り組みと「JA 北魚沼」が連携し、合同で秋のイベントを開催しました。魚沼産の農産物や秋の味覚コーナー等にたくさんの人が並びました。また、木工教室や土木フェア、環境フェアなども行われ、大勢の来場者が魚沼の秋を満喫しました。

# 魚沼市報 11.10

2022年11月10日号

## うおぬま沼

### お知らせ版

### 特殊詐欺にご注意ください

☎ 防災安全課 ☎ 792・9214

最近、魚沼市内では、市役所や金融機関、親族等をかたる特殊詐欺の予兆電話が多く発生しているほか、介護保険料などの還付名目でATMに誘導させる『還付金詐欺』の被害がみられています。

#### ⚠️ こういった言葉がでたら詐欺を疑いましょう

- 「大事な書類を無くしてしまって…」
- 「風邪をひいていつもと声が違う」
- 「携帯電話の番号が変わった」
- 「介護保険料の還付金があります」
- 「ATMで操作してください」
- 「手続きは本日のみです」



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  
お問い合わせ

あやしい電話がかかってきたら、すぐに電話を切り、警察に連絡してください。

小出警察署  
☎ 793・0110



#### 水道の閉め忘れにご注意ください

高齢者世帯において、水道蛇口の閉め忘れにより、上下水道料金の請求が高額になる事案が発生しています。水道水も限りある資源です。高齢者世帯に限らず、台所やトイレ、風呂などでの水道蛇口の閉め忘れにご注意ください。

☎ 792・1118  
☎ 792・1118  
☎ 792・1118

#### 伐採木・剪定枝の無料配布

11月22日(火)9時~12時  
場小出公園駐車場(向山側)  
※当日、係員が配布場所まで案内します。  
内公園等の維持管理作業で発生した伐採樹木や剪定枝を無料配布します。  
対魚沼市民  
定先着5人  
他事前予約制です。配布する量や樹木種はあらかじめ割り振ってありますので、その中

から選んでいただきます。くわしくは市ホームページで「伐採木・剪定枝の無料配布」を検索しご確認ください。  
申問都市整備課  
☎ 793・7991

#### 小中学生の税に関する作品展

11月10日(木)~12月1日(木)  
8時30分~17時15分  
場本庁舎  
内小学生が作った税に関する絵はがきや、中学生による税に関する標語・作文を展示します。  
無料  
☎ 792・9751  
☎ 792・9751

#### 見晴らしの湯こまみ営業を休止します

機械設備の改修工事のため、おおむね1か月程度営業を休止します。  
☎ 792・9754  
☎ 792・9754

### 見舞金の請求はお済みでしょうか？ 新潟県交通災害共済

見舞金の請求期間は交通災害にあった日から起算して1年以内です。もう一度ご確認を！！



☎ 生活環境課 ☎ 792・9766

### 分別と減量にご協力を(9月ごみ量)

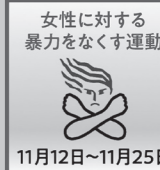
☎ 生活環境課 (廃棄物対策係) ☎ 792・3055

種別	4年度	3年度	増減	単位:トン(1トン未満四捨五入)
可燃ごみ	931	949	-18	☞ ごみの分け方出し方ワンポイント 雪が降る前と年末は、エコプラント魚沼への自家搬入が多く待ち時間が長くなります。通常のごみ収集や大型ごみの予約収集をご利用ください。
不燃ごみ	39	41	-2	
大型ごみ	77	97	-20	
容器包装	13	13	0	
古紙類	62	73	-11	
合計	1,122	1,173	-51	

## 身近に潜む暴力を見過ごさない、認めない

—11月12日~25日は『女性に対する暴力をなくす運動』の期間です—

☎ 企画政策課 ☎ 792・1425



暴力は、性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。特に、配偶者等からの暴力(DV)やセクシュアル・ハラスメントなどは、女性の人権を著しく侵害するものです。現在も、性別による固定的な偏見が残っており、この考え方が女性が被害を受けやすい要因の一つとなっています。

#### ひとりで悩まないで、まずは相談

暴力を受けても「自分さえ我慢すれば…」などひとりで抱え込んでいませんか？また、相手との関係が「つらい」「なにかおかしい」と感じいませんか？相談してみることで、ひとりでは気づけな



かった解決方法が見つかるかもしれません。近くに相談できる窓口がありますので、ひとりで悩まずご相談ください。

#### 女性に対する暴力に関する相談窓口

- 福祉支援課  
☎ 792・9767  
平日8時30分~17時15分
- 小出警察署  
☎ 793・0110  
9時~17時45分
- 新潟県女性福祉相談所(配偶者暴力相談支援センター)  
☎ 025・381・1111  
平日8時30分~17時15分
- DV相談ナビダイヤル #8008
- DV相談プラス ☎ 0120・279・889
- 性犯罪・性暴力のためのワンストップ支援センター #8891

☎ 農政課 ☎ 793・7647



### 魚沼市産コシヒカリの米粉を100%使った「バウムクーヘン魚沼の木コシヒカリ」をご紹介します



小麦粉を使わず魚沼市産コシヒカリの米粉100%を使用して、1層ずつ心を込め丁寧に焼き重ねたバウムクーヘン。優しい甘さの中にふんわりと広がるお米の風味と、しっとりもちもちとした食感が人気の商品です。オーナーパティ

シエの柁澤さんは、「魚沼を代表するようなお菓子を作りたい」との想いで、18年前から市内産コシヒカリの米粉を使用したカステラやマドレーヌを作り始めました。バウムクーヘンは4年前から販売しており、米粉100%の生地は、小麦粉の生地と比べて粘り気や色味などが異なるため商品化できるようになるまで試行錯誤を重ねました。

自身の手で作ったお菓子を通じて、魚沼市の魅力を全国へ届けたいと、市内産の材料にこだわり手間暇かけて作られたこだわりの逸品をぜひご賞味ください。



代表(オーナー)パティシエの柁澤 司さん

贈り物やお土産におすすめです。真心を込め作ったバウムクーヘンをぜひご堪能ください。

お菓子工房まるみや

☎ 魚沼市親柄492-10 ☎ 799・2112

安全・安心

◆防災行政無線・緊急告知ラジオ全国一斉情報伝達試験

地震や武力攻撃時などに、全国瞬時警報システム（Ｊアラート）から送られてくる国からの緊急情報は、防災行政無線や緊急告知ラジオ（自動起動）により市民の皆さんに伝達されます。次の日時に、Ｊアラートの全国一斉情報伝達試験が実施されます。

11月16日(水)11時  
 防災安全課  
 ☎792・9214

◆屋根雪下ろし安全装備の体験講習会

屋根の雪下ろし作業中の転落事故を防ぐため、屋根雪下ろし用安全装備の体験講習会を開催します。

12月4日(日)10時～12時  
 場小出ボランティアセンター  
 講師による雪下ろしに関する講習やロープワーク体験等を行います。

生涯学習

◆図書館ホームページから雑誌・視聴覚資料の予約が可能になりました

これまでホームページからの予約は書籍のみでしたが、雑誌と視聴覚資料（DVD等）も予約可能になりました。他予約にはパスワードが必要です。初めての人は新規パスワード登録をお願いします。

小出郷図書館  
 ☎792・0337

◆おはなし読んで

11月16日(水)15時30分から  
 場守門公民館図書室  
 11月17日(木)16時から  
 場入広瀬公民館図書室  
 大型絵本「しっぽのはたき」「どうぶつたいじゅうそく」「よかつたねネッド

公民館

◆酒井昭平ウッドバーニング展

11月11日(金)～12月19日(月)月～土曜9時～22時、日曜祝日9時～17時  
 場守門公民館  
 内電熱ペンで木板を焦がして描いた作品を多数展示します。  
 ￥無料  
 場守門公民館  
 ☎797・2261

◆渡部栄子墨彩画展「花・ものが語る花・ものと語る」

11月15日(火)～12月25日(日)9時～17時  
 場堀之内公民館  
 内墨と色彩の調和によって生

◆外国文化にふれてみませんか

12月3日(土)13時30分～15時  
 内スライドを使って、ウズベキスタンの文化を紹介します。（歴史・食べ物・地域の紹介等）  
 講フェルーズ・マダミナヴァさん（国際大学大学院生）  
 場伊米ヶ崎公民館  
 対中学生以上（中学生は保護者要同伴）  
 定先着10人  
 ￥200円（当日おつりが出ないようにお持ちください）  
 持筆記用具、飲み物  
 11月25日(金)  
 場伊米ヶ崎公民館（平日のみ）  
 ☎792・0082

◆しめ縄作り教室

12月18日(日)13時30分～15時  
 場伊米ヶ崎公民館

◆魚沼産のわらで、伝統的なお正月用の飾り付き棒しめ縄を作ります

小学生以上（小学生は保護者要同伴）  
 定先着15人  
 ￥700円（当日おつりが出ないようにお持ちください）  
 持ハサミ（わらを切ります）  
 定員になり次第締め切り  
 他申し込み状況等により中止する場合があります。  
 場伊米ヶ崎公民館（平日のみ）  
 ☎792・0082

【特別警戒】高齢者の交通死亡事故が多発しています

場生活環境課 ☎792・9766  
 魚沼市交通安全協会 ☎792・5275  
 魚沼市における昨年の死亡事故は1件でしたが、今年はいまだに4件発生しており、うち3件は高齢ドライバーが単独で事故を起こして亡くなっています（10月10日現在）。特に高齢者の皆さんは十分警戒してください。

お誕生おめでとうございます

(9月21日～10月20日届出分) 敬称略

駒形 陸人 (恵太・ひとみ) 下島二  
 遠藤 瑛葉 (楓雅・冴香) 田川  
 覚張 葉 (史也・由加里) 和長島  
 須田 聖徠 (直人・美佳) 本町  
 杉本イムレ (和也・幸子) 四日町  
 皆川 楓花 (勝・和美) 中原  
 若松 航世 (広大・恵理) 上ノ原  
 田原 梨恋 (慎太郎・江莉) 井口

平沢 結系 (璃来・かえで) 井口  
 山本 紗愛 (裕太・かいり) 金ヶ沢  
 星 和輝 (ジンゴ・幸恵) 親柄  
 山本 奏都 (和輝・楓) 江口  
 仲丸 颯馬 (航・唯) 一日市  
 高橋 周 (健・有紀) 守門宮原  
 山田 桃獅 (譲二・歩穂) 細野



子育て関連情報

12月 乳幼児健診等 (個人通知はありません。)  
 場子育て支援センター ばびぶ

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	期日	受付
4か月児 (令和4年8月生まれ)	22日(木)	13:00～13:15
1歳6か月児 (令和3年5月11日～31日生まれ)	7日(水)	13:00～13:30
2歳児 (令和2年12月生まれ)	21日(水)	
3歳児 (令和元年11月生まれ)	14日(水)	
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、事前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
離乳食講習会ステップ1	令和4年9月生まれの乳児の養育者	19日(月)	13:30～13:45
離乳食講習会ステップ2	令和4年5月生まれの乳児の養育者	13日(火)	9:30～9:45
離乳食講習会ステップ3	令和4年2月生まれの乳児の養育者	6日(火)	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4年1月生まれ	16日(金)	9:15～9:30
持 母子健康手帳、オムツ、着替え等			

12月 親子ふれあい広場

場各施設にお問い合わせください。

子育て支援センター ばびぶ ☎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	
7日(水)、14日(水)、21日(水)、22日(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
広場開放	月～金曜 くわしくはお問い合わせください。

すもんこども園 ☎797・2002

名称	日時
広場開放	月～金曜 くわしくはお問い合わせください。

育児相談は、各会場で随時受け付けています。

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

赤ちゃんにはじめての絵本を	11月16日(水)10時～11時30分 場小出郷図書館	乳幼児向け	11月19日(土)10時30分から 場広神図書館
11月ブックスタート(1組10分程度です)	11月26日(土)10時～11時30分 場広神図書館	だっこでおはなし	11月24日(木)10時30分から 場小出郷図書館
対 令和4年1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 内 絵本、紙芝居、パネルシアター、歌あそびなど			



# 子ども

## ◆学校保健会講演会

11月19日(出)14時～15時55分  
 場 地域振興センター  
 内容 情報社会を生きる子どもたちに必要な力とは？ネットやゲームとよい関係を築くために大人ができること  
 講師 大久保真紀さん(インターネットアドバイザー)  
 対 どの子でも  
 ￥無料  
 他 QR、申込書、電話のいずれかで申し込みください。  
 ◎講演会の模様は後日、Webで配信します。



【配信期間】11月22日(火)～12月4日(月)  
 申 小出小学校  
 ☎792・0041

## ◆小学校英語クラブ等の活動をFMうおぬまで紹介します

「グローバル人材育成事業」の一環として、英語クラブや外国語学習での活動を代表の

## ◆不用物品公売会

11月20日(日)10時～15時  
 場 青雲館ふる里会館  
 内容 青雲館のふる里会館で使用しなくなった物品を販売します。  
 【販売品の例】  
 食器類、テーブル、イス、座布団、ロッカーなど  
 対 市民または市内に事業所を有する法人等



## ◆魚沼市地域づくりセミナー「防災×福祉の視点で考える地域づくり」

11月30日(水)19時～21時  
 場 小出郷文化会館  
 内容 誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、地域でどんなことが必要になってきているかを防災と福祉の視点から学びます。  
 講師 川北秀人さん(IIHOE「人と組織と地球のための国際研究所」代表)  
 対 市内在住の地域づくりに関心のある人  
 定 先着200人  
 ￥無料  
 11月25日(金)  
 他 下記QRからも申し込みできます。  
 申 地域創生課  
 ☎792・9752  
 ☎792・9500  
 FAX792・9500



他 来場者が多数となった場合は、入場を制限します。  
 申 不要  
 観 観光課  
 ☎792・9754

## 「わくわく広場」参加者募集

地域の誰もが参加できる集いの場です。  
 11月22日(火)10時～11時30分 場 堀之内社会福祉センター(堀之内医療センター隣) 内容 認知症サポーター養成講座を行います。  
 定 20人 ￥無料 11月18日(金) 申 魚沼市社会福祉協議会堀之内支所  
 ☎794・4300

## わかる！相続

12月7日(水)13時30分～15時  
 場 小出ボランティアセンター 内容 相続の「いろは」について学びます。  
 講師 司法書士 対 終活を考えている人  
 ￥無料 申 魚沼市社会福祉協議会  
 ☎792・8181

## 管理職&管理職候補者研修 受講生募集

◎A日程 11月15日(火)・16日(水)  
 ◎B日程 11月29日(火)・30日(水)  
 【共通事項】いずれも9時30分～16時30分 場 魚沼サンティックススクール(南魚沼市西泉田) 対 管理職または管理職候補の人 定 20人  
 ￥10,000円 11月7日(日)前まで 申 魚沼サンティックススクール  
 ☎025・772・4554

## 新入&若手社員フォローアップ研修 受講生募集

11月21日(日)・22日(火)9時30分～16時30分 場 魚沼サンティックススクール(南魚沼市西泉田) 対 新入社員または入社から3・4年程度の若手社員 定 20人 ￥10,000円 11月7日(日)前まで 申 魚沼サンティックススクール  
 ☎025・772・4554

## 事務基本科2期 令和4年12月入校生募集

12月21日(水)～令和5年3月20日(日)の間の平日の9時～15時40分 場 ABC魚沼研修センター(小出島) 対 パソコン操作(オフィス用ソフトウェアの基礎操作)と、ビジネスマナーを身につけたい人や、就職を希望する人 定 15人 ￥無料(テキスト代、受験料等自己負担あり) 12月1日(水) 申 ハローワークこいで 魚沼テクノスクール  
 ☎794・2410

## 魚沼市斎場 見学会開催

11月27日(日)13時～15時  
 場 魚沼市斎場 申 事前申し込み不要  
 ￥無料 申 魚沼市環境事業公社(魚沼市斎場)  
 ☎792・2106

## 行財政改革県民説明会

11月23日(水)10時～11時30分 場 クロスバルにいがた(新潟市中央区) 11月18日(金) 申 電子申請システム、ファクスまたは郵送により申し込みください。くわしくは新潟県ホームページをご覧ください。他 自宅やサテライト会場の魚沼地域振興局でオンラインにより視聴できます。 申 新潟県総務財政課  
 ☎025・280・5723

## 魚沼市民スポーツフェスティバル・魚沼市民ラジボール卓球大会

11月27日(日)9時～15時 場 小出郷総合体育館 申 市内に在住または在勤する人 内容 ラジボール卓球(個人戦) ￥200円 11月21日(月) 申 魚沼市卓球協会・森山  
 ☎792・7281

## 事業承継・あとつぎ 個別訪問相談

後継者問題について相談に応じます。  
 申 事業承継を検討している事業者  
 ￥無料 他 秘密は厳守されます。  
 申 新潟県事業承継・引継ぎ支援センター・樋口  
 ☎025・246・0080 FAX025・246・0094

# 11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や中止となる場合があります

16	水	堀之内公民館図書室 蔵書点検(～18日まで) ブックスタート(10:00/小出郷図書館) 年金相談会(10:00～15:00/北部庁舎) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258・88・0006 Jアラート全国一斉情報伝達試験(11:00) おはなし読んで(15:30/守門公民館図書室)
17	木	おはなし読んで(16:00/入広瀬公民館図書室)
18	金	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)
19	土	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) だっこだおはなし(10:30/広神図書館) 学校保健会講演会(14:00～15:55/地域振興センター)
20	日	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) 不用品公売会(10:00～15:00/青雲館ふる里会館) 守門地域芸能祭(13:00/守門公民館)
21	月	
22	火	
23	水	うおぬま出会いサポート事業「魚沼恋愛課外講座&交流会」(13:00/広神コミュニティセンター)
24	木	年金相談日(10:00～15:00/小出郷ボランティアセンター) 要予約 長岡年金事務所 ☎0258・88・0006 だっこだおはなし(10:30/小出郷図書館)
25	金	
26	土	ブックスタート(10:00/広神図書館) 伝統と現代をつむぐ、若き演奏家たちによる邦楽コンサート(14:00/小出郷文化会館)
27	日	マイナンバーカードの日曜窓口(9:00～12:00/本庁舎) 多重債務者(借金返済契約トラブル)無料相談会(10:00～16:00/小出郷ボランティアセンター)要予約
28	月	
29	火	
30	水	魚沼市地域づくりセミナー(19:00～21:00/小出郷文化会館)

## みんなのひろば

国、県など関係機関のほか、公共的・公益的な取り組み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。

## 11月は「労働保険未手続事業一掃強化月間」です

労働保険とは、労災保険と雇用保険とで構成される制度です。労働者(パート・アルバイト含む)を一人でも雇用していれば、労働保険料を納付しなければなりません。 申 厚生労働省 労働基準局 ☎03・5253・1111

## 第46回音楽の夕べ

11月13日(日)13時30分から(13時開場) 場 小出郷文化会館  
 内容 マンドリン、吹奏楽、オカリナ、合唱などを演奏会形式で行います。  
 ￥無料 申 音楽の夕べ実行委員会・渡辺  
 ☎090・2157・2439

## 魚沼映画の専門店 vol.171 「なつかしの日本映画」

11月18日(金)①19時・19日(土)①10時②14時③19時・20日(日)①10時②14時(全6回) 場 小出郷文化会館 内容 「Shall we ダンス?」「がんばっていきまっしょい」「キツツキと雨」「死に花」 ￥500円(3日間通して入場可)※未就学児・妊婦さん無料 他 市内のみ有料送迎有。電話でご予約ください。 申 小出郷文化会館 ☎792・8811

## 第22回 小出郷リコーダーオーケストラ定期演奏会

11月20日(日)14時から(13時30分開場) 場 小出郷文化会館  
 内容 中世音楽から古典派音楽をリコーダーで演奏。音楽監督吉澤実さんの演奏コーナーもあります。 ￥大人500円、中学生以下無料 申 小出郷文化会館 ☎792・8811

## 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。 11月16日(水)13時30分～15時30分 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 ￥無料 申 不要 申 魚沼市社会福祉協議会  
 ☎792・8181



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

10月10日号に対するご意見等を紹介いたします  
◆健康うおぬまは、再確認の意味で良かった。  
◆只見線開通の特集、とても良かったです。出来る限り乗って、路線の維持に貢献していこうと思います。

クイズの応募は  
こちらまで  
※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：23、うち正解数：23

今日の市報を読んで答えてみよう！  
**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11月21日(月)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  
大農業祭×食まちうおぬままで内田市長とJA北魚沼関会長と一緒に食べていたのは何でしょう？  
①りんご  
②カリフラワー  
③おにぎり  
ヒント★ 10ページフォトスケッチ

市ホームページ  
新型コロナウイルス  
感染症関連情報

**日立建機日本(株)様との「防災関係協定」を締結しました**  
災害時等において、迅速な被災者救助や早期の復旧工事につなげ、市民の安全・安心を確保し早期の生活再建等を図るため、日立建機日本(株)新潟支店様のレンタル機材を提供いただく協定を10月26日に締結しました。



**ひとのうごき** (9月21日～10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。(敬称略)  
出生は15ページをご覧ください。

今井 茂雄 89歳	吉水 竜光二 98歳	波方 利雄 88歳	伊勢島 上ノ原 90歳
磯部 ノヤ 98歳	下島一 93歳	戸田ミサヲ 90歳	上ノ原 七日市 64歳
横山 昭伊 93歳	長屋 本町 91歳	関 憲孝 64歳	七日市 大沢 85歳
渡邊 カズ 93歳	小出稻荷町二 87歳	大桃 正市 85歳	大沢 大谷内 95歳
藤岡コイト 91歳	四番町三 93歳	山田 明広 62歳	大谷内 高倉 91歳
大淵 シツ 87歳	横町2丁目 93歳	星 ミドリ 100歳	高倉 穴沢 65歳
瀬沼喜市郎 93歳	羽根川三 88歳	小幡 隆男 88歳	穴沢 大栃山 87歳
瀬沼喜市郎 93歳	羽根川三 88歳	親柄 小平尾 74歳	大栃山
梶澤 海一 88歳	羽根川三 92歳	小平尾 小平尾 91歳	
岩淵 又一 88歳	向山 古新田 81歳	山口 今泉 98歳	
田中 京 92歳	大河原一 84歳	今泉 今泉 95歳	
渡辺 幸雄 81歳	中原 89歳	新保 新保 50歳	
鷲尾ヒイデ 89歳	武藤 幸枝 96歳	新保 新保 96歳	

人口と世帯数 (R4. 9. 30)

	人口	うち外国人	増減
男	16,576	81	-32
女	17,313	152	-22
計	33,889	233	-54
世帯数	13,175		-13

※増減は、前月比です。

ごめいぶくをお祈りいたします

**表紙の写真**  
魚野川土手を散歩する伊米ヶ崎保育園の園児たちです。秋晴れのぽかぽか陽気の中、無垢な笑顔で歩く子どもたちを見て、とてもほっこりとした気持ちになりました。そんな平穏な、魚沼の秋をかみしめながら撮った一枚です。(H)

**編集後記**  
きりり魚沼人で取り上げた武川さんは地域おこし協力隊の任期後も魚沼市に定住しています。武川さんのほかにも、定住している元協力隊の人が何名かいらっしゃいます。先日その中のお一人と話す機会がありました。「移ろうはつきりとした四季の中、「人間的」な生活が魚沼ではできる」と話されていました。魚沼市に住んでいるのは、はっとさせられ、その魅力をもっと多くの人に伝えていきたいなと改めて感じました。(Y)

**きりり☆魚沼人**  
～うおぬまびと～



武川学さんは神奈川県鎌倉市の出身。7年前に地域おこし協力隊で赴任し魚沼市に移住されました。協力隊としての3年間の任期を終えた後に、地域を回る移動販売事業を開始。他にも子どもたちにサッカーを教えるなど精力的に活動されています。その活動についてお聞きしました。

武川学さん(40歳)

**移動販売を始める**  
武川さんは地域おこし協力隊として、堀之内地域の竜光地区に配属され、地域活性化業務に取り組みました。その活動の際に魚沼市には優れたものが多くあることを知ったそうです。そうした優れたものを首都圏の人にも知ってほしいと、米や山菜など魚沼の特産品を首都圏で販売したそうです。そうした活動をしていた頃、市の職員から、新潟県と魚沼市が移動販売を促進して

武川さんは地域おこし協力隊として、堀之内地域の竜光地区に配属され、地域活性化業務に取り組みました。その活動の際に魚沼市には優れたものが多くあることを知ったそうです。そうした優れたものを首都圏の人にも知ってほしいと、米や山菜など魚沼の特産品を首都圏で販売したそうです。そうした活動をしていた頃、市の職員から、新潟県と魚沼市が移動販売を促進して

いると聞き、移動販売に興味を持ったそうです。協力隊の任期中に事業の立ち上げに向けた準備を行い、任期終了後、すぐに取り組んだそうです。始めたばかりの頃は、販売に向かう場所や商品の品揃えについて模索したそうです。しかし、回数をこなしてくると、購入者の生活に密接に関わることになり、買ってもらいたい物や生活に必要なと思うものをお客様一人ひとりに対して提案ができるようになったそうです。現在ではあらかじめ申し込みをもらった人のところや集落を回り移動販売をしています。「車を運転しなくて、遠くまで買い物にいけない人もいる。そうした人たちがいくつになっても買い物できるようにしたい」と武川さんは話されます。



移動販売をしている武川さん。買い物に来た女性は色々な商品の中から選んで買えるのが嬉しいと話されます。

**魚沼地域の子どもたちにサッカーを**  
もともと中学生への指導経験があった武川さん。市内の少年サッカーチーム「フォルトア魚沼SC」のコーチを4年間務めた後、「CFアトレティコ魚沼」という中学生のチームを立ち上げました。武川さんの指導のモットーは「遊びのサッカーでなく、サッカーに遊びがあるチーム」を目指しているそうです。遊びというのは「心の余白」であり、そういったところから新たなアイデアや、チャレンジ精神が生まれるきっかけになると考えているそうです。これは武川さん自身がスペインで学んだことであり、子どもの優れた部分を伸ばしていくためだそうです。武川さんは「必死にサッカーを楽しむことが必要だ」と話されます。サッカーを通じて伝えたいことはまだまだたくさんあると語ります。

**魚沼にきて本当に良かった**  
「移動販売の仕事やサッカーの活動は多忙だけど自分で選んだので楽しくやれるし、だからこそ自分ができる限りいろんなことに挑戦したい」と武川さんは話されます。どちらも地域に根差した活動であり、地域に定着するよう武川さんは日々努力されています。

武川さんに魚沼の人の印象を聞くと、「すっかり自分も魚沼の人間になったと感じていて、『魚沼の人ってどんな感じ』かとよく聞かれるけど、出身地との違いを感じなくなりました(笑)」と話されます。はじめから魚沼市に住んでいたのではないかと聞かれるくらい地域になじんでいる武川さん。この暖かい人柄がそう感じさせてくれました。

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)



にじの水ぞくかん 須原小学校 1年生共同作品  
一人ひとりが個性のあるクラゲを作りました♪

## 材料 (2人分)

鶏むね肉	120g	カレールウ	2かけ
サラダ油	大さじ1	ご飯	300g
A { 冷凍ミックスベジタブル	40g	ピザ用チーズ	20g
	冷凍カット野菜 (ブロッコリー、カリフラワー、人参など)	200g	ミニトマト

## 作り方

- 1 鶏肉は皮を取り、食べやすい大きさに切る。
- 2 フライパンに油をひき、1とAを冷凍のまま入れて、中火で炒める。  
火が通ったら、細かく刻んだカレールウを加え、混ぜながら溶かす。  
温かいご飯を加えて混ぜ合わせる。
- 3 2を耐熱容器に盛り付けて、その上にチーズ、4等分に切ったミニトマトをのせる。  
オーブントースターに入れ、チーズに焼き色がつくまで焼く。

魚沼市食生活改善推進員協議会 監修

**食まちょうおぬま**  
レ・シ・ピ No.78



## ひとことコメント

市販の冷凍野菜は、旬の時期に収穫・加工されることが多いため栄養価が高く、また急速冷凍されることで栄養素の損失も少ないので、手軽に野菜をとることができます。

## MEMO

### 【1人分の栄養価】

エネルギー:563kcal たんぱく質:27.0g  
脂質:17.5g 炭水化物:81.1g 食塩:2.4g



@Jakitauonuma\_official  
10月出荷のカリフラワー



@nipponsabibito  
上原コスモス園に続く道

## 今月の #うおびく No.8

Instagramで魚沼の景色や、美味しい食べ物など「#うおびく」、「#uo\_pic」をつけて投稿してみませんか。  
このコーナーでは投稿の一部をご紹介します。

魚沼市公式 Instagram



魚沼市ホームページ  
**魚沼市**  
Uonuma City



食まちょうおぬま  
約500種類の  
レンピを掲載



魚沼市公式  
Facebook



魚沼市公式  
Twitter

