

魚 市報
うおぬま 沼

おっきい
イイイイ!

2022 12 . 10
No.218

コンセプト

- ・全ての市民が豊かな人生を送るために、生涯学習の環境を整える。
- ・市民が集い、賑わいの拠点となる場を創出する。

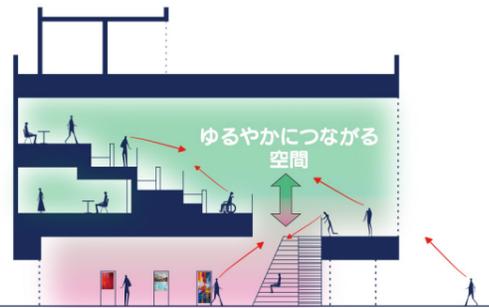
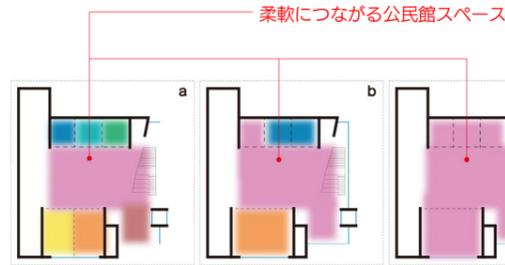
自分なりの居場所を見つけられる図書館

図書館には、『段状書架』を設けます。それは、魚野川の流れや、かつて存在した柳原の石積みイメージしながら計画しました。これにより視認性が良く本を探しやすい多様な表情を持つ図書館となります。利用者一人ひとりにとって居心地の良いそんな図書館を目指しています。



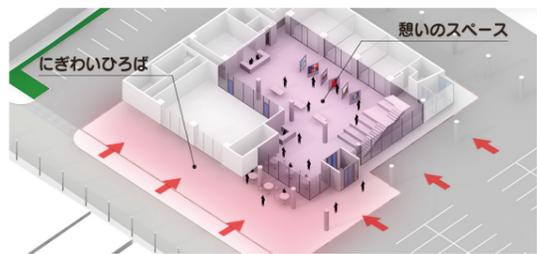
多様な活動が可能な公民館

公民館の研修室や視聴覚室は、それぞれつなげて利用することも可能で、市民の多様な活動を受け止める柔軟な計画となります。



○文化的な相乗効果を生み出す複合施設

公民館と図書館は1階と2～3階で明確に区別して利便性を確保しながらも、吹抜や中二階でゆるやかにつなげて、お互いの利用者が興味を刺激し合い、文化的な相乗効果を生み出せるように計画しています。



○地域のリビングルーム

1階には『憩いのスペース』や『にぎわいひろば』と言ったフリースペースを設けて、用が無くとも自由に佇める場所を用意します。展示会や各種イベントを開催することも可能で、地域のリビングルームとして、市民に親しまれる空間を計画しています。



○集いの拠点となる配置計画

建物は西側へ配置し、内部での活動が駐車場を介して商店街へ広がるように計画しています。駐車場は、商店街の駐車場としての役割も想定し南本町商店街・本町商店街・浦町商店街へとアクセスしやすい配置にすると共に、商店街と一体的に利用し、屋外イベントを開催することも想定しています。

◇◇ 市民説明会の開催 ◇◇

基本設計の概要をご説明する市民説明会を開催します。

- 回 12月16日(金) 19時～20時30分
- 2月17日(土) 13時30分～15時
- 場 市役所本庁舎3階

～まちかど分室(南本町商店街内)～

生涯学習センター(仮称)建設にかかる基本設計の模型など展示してありますので、気軽にお立ち寄りください。
【開設時間】9時30分～16時30分
(年末年始を除く毎日)



現在の様子



生涯学習センター(仮称)

の基本設計がまとまりました

問生涯学習課 ☎793・7480

完成予定：令和7年3月末
稼働予定：令和7年4月



旧小出庁舎の解体後の跡地に、図書館と公民館機能を併せ持つ「生涯学習センター(仮称)」の建設を計画しています。この施設には、小出郷図書館の図書館機能と老朽化が進んでいる小出郷福祉センターの集会室機能を移転する計画としています。

検討に当たっては、図書館、社会教育、商工会等の団体、地元町内会から推薦された方々や高校生など合計30人の委員から参加いただき、5月末から10月初旬まで合計5回、市民参加型のワークショップとして開催してきました。そのほか、インターネットを通じてアンケート調査を行ったり、図書館司書や公民館担当からの聞き取りなどを行い、検討を重ねてきました。

この度、基本設計の概要がまとまりましたのでお知らせします。なお、図書館機能移転後の建物(現小出郷図書館)の今後の利活用については、まちのにぎわいづくりの施設として再整備を予定しています。今後、引き続き検討を進めます。



ワークショップではこのような意見をいただきました!

図書館機能のほかに、居心地の良さが大事 (50代)

学習室を遅い時間まで使えと良い。(10代)

フリー Wi-Fi が必要 (10代)

屋根下に駐車スペースがあると良い。(60代)

永年にわたる活動や顕著な功績等により、魚沼市褒賞を受賞された皆さんをご紹介します。(順不同)

社会福祉功勞



高橋 富榮さん

民生委員・児童委員 (永年勤続)
旭日単光章 (地域総合功勞)

郵便事業功勞



加藤 達雄さん

瑞宝双光章
(郵便事業功勞)

地方自治功勞



佐藤 雅一さん

旭日双光章
(地方自治功勞)

消防功勞



高橋 恒夫さん

危険業務従事者叙勲
瑞宝単光章
(消防功勞)

消防功勞



梶沢 一史さん

危険業務従事者叙勲
瑞宝双光章
(消防功勞)

建設土木功勞



榎本 春実さん

県知事表彰
(土地改良功勞)

社会福祉功勞



中村 農夫一さん

県知事表彰
(社会福祉功勞)

商工業功勞



大塚 秀治さん

県知事表彰
(商工業功勞)

保健衛生功勞



上村 伯人さん

新潟県健康づくり功勞者
県知事表彰
(保健衛生功勞)

保健衛生功勞



田中 敏宣さん

学校薬剤師
(永年勤続)

社会福祉功勞



浅井 和代さん

主任児童委員
(永年勤続)

社会福祉功勞



細井 雅子さん

人権擁護委員
(永年勤続)

建設土木功勞



星 正俊さん

水門操作員
(永年勤続)

篤行者



梶沢 英一さん

図書ご寄贈
(篤行者)

農林水産功勞



合同会社 魚沼森山ゆり園
代表社員 森山 行雄さん

新潟県花きコンテスト切花
共進会の部(カサブランカ)
「農林水産大臣賞」

秋の叙勲

旭日単光章



高橋 富榮さん

(地域総合功勞)

瑞宝双光章



加藤 達雄さん

(郵便事業功勞)

瑞宝単光章



松田 光正さん

(消防功勞)

危険業務従事者叙勲
瑞宝単光章



高橋 恒夫さん

(消防功勞)

高齢者叙勲

旭日単光章



佐藤 良吉さん

広神村議会議員として地方自治に尽力され、地域の発展に貢献されました。

県知事表彰

一般功勞者



大屋 角政さん

(地方自治功勞)



中村 農夫一さん

(社会福祉功勞)



大塚 秀治さん

(商工業功勞)



消防功勞



森山 久さん

消防団
(永年勤続)

消防功勞



大桃 勝頼さん

消防団
(永年勤続)

消防功勞



星野 高志さん

消防団
(永年勤続)

消防功勞



五十嵐 一範さん

消防団
(永年勤続)

消防功勞



浅井 亘さん

消防団
(永年勤続)

消防功勞



榎本 大介さん

消防団
(永年勤続)

環境功勞



大芋川区と
魚沼市立広神西小学校

大芋川区
区長 齋藤伸五郎さん



大芋川区
大家 市衛さん



広神西小学校長
江田 浩さん

環境大臣賞 地域環境保全功勞者表彰 (絶滅危惧種オキナグサ保全活動)

令和4年度 魚沼市中学生議会

問 議会事務局 ☎793・7444

将来の魚沼市を担う中学生から、市政や市議会を身近に感じてもらい、中学生の考えを市政に反映させる機会とするため、本庁舎議場で模擬議会が開催されました。市内各中学校3年生12人が議員となり、その代表9人がそれぞれの考えを市長へ提案しました。この体験が郷土愛の醸成につながることを期待します。

■出席議員

役職	質問順	学校名	議員名	質問内容
議長	—	広神中学校	仲丸 陽大	—
議長	—	広神中学校	本多 柚歩	—
議員	1	魚沼北中学校	穴沢 泰志	鉄道・道路について
議員	2	広神中学校	坂西 暁	魚沼市の企業誘致について
議員	3	湯之谷中学校	竹原 杏音	魚沼市の観光について
議員	4	小出中学校	原寺 湧雅	公共施設の整備について
議員	5	堀之内中学校	五十嵐 みのり	米農家の高齢化と米の需要減少対策について
議員	6	魚沼北中学校	渡辺 麗風	少子高齢化・過疎化対策について
議員	7	広神中学校	高橋 結風	リモートを使った市内中学校の交流について
議員	8	湯之谷中学校	馬場 菜々美	魚沼市の都市計画について
議員	9	小出中学校	高橋 心	魚沼市の若者向け運動施設の設置について
議員	—	堀之内中学校	石田 来斗	—

令和4年度 魚沼市 優良工事等表彰式

令和3年度に完成した市発注の建設工事の中で、特に工事成績が優良と選定された工事（5件）と施工管理が優れた技術者（5名）を選定し、11月16日に表彰を行いました。（敬称略）

問 財務課 ☎792・9205

令和4年度魚沼市優良工事等表彰式



■株式会社中元組

市道浦ノ島明神線佐梨橋補修工事（その2）
優秀技術者 中村 義久

橋梁長寿命化修繕計画に基づき、佐梨橋の補修工事を行いました。現場代理人は、関係者への説明や要望にも丁寧に対応し、苦情やトラブル等もなく地域住民に好印象を与えました。橋梁下部の補修は、吊り足場の狭い空間での作業でしたが、安全管理として下請業者と合同安全パトロールを実施し、労働災害ゼロで完成させました。

■株式会社熊谷管工事

守門5号線水道管布設替（その5）工事
優秀技術者 榎本 順一

老朽化に伴い漏水事故が頻発していた水道管を耐震化及び安定給水を図るための布設替工事を行いました。工事箇所は、須原小学校、守門健康センター、あぶるま苑、一般家庭のほかに必要な需要家が多く、給水管の取り出し件数も多い工事でありましたが、施工業者と監督員で綿密な打ち合わせを行い、工事関係者への周知や安全教育とパトロールの徹底などにより、無事故で遅滞なく工事を完了することができました。

■株式会社コイデン

魚沼北中学校普通教室棟電気設備改修工事（I期工事）
優秀技術者 野澤 雄大

魚沼北中学校校舎電気設備の老朽化に伴う大規模改修工事を行いました。現場では、建築及び機械設備工事も同時施工していたため、各施工業者間での工程調整が必要でしたが、隔週で全体工程会議を実施し円滑に工事を進めることができました。学校活動と並行して施工する必要があったため学校への説明や要望にも丁寧に対応し、現場周辺への事前周知を行うことで苦情やトラブル等もなく完了することができました。

■北越建設株式会社

四日町地区雨水管渠布設第3次工事
優秀技術者 関 洋樹

内水対策事業により、旧羽根川から新設される四日町排水ポンプ場へ雨水を導水する下水道雨水管渠の布設工事を行いました。当該現場は、県道占用工事のため11月末には現場を完成させる必要があること、四日町排水ポンプ場土木工事の現場が隣接していることから、工程管理が非常に難しい工事でしたが、作業工程の調整を綿密に実施し、双方の工程に支障をきたすことなく現場の週休2日を達成し、工期内に完成させました。また、作業時に発生する振動・騒音を低減する工夫を行うなど、近隣への配慮により、苦情やトラブル等もなく地域住民に好印象を与えました。

■伊米ヶ崎建設株式会社

魚沼北中学校普通教室棟改修工事（I期工事）
優秀技術者 高村 研

魚沼北中学校校舎の老朽化に伴う大規模改修工事を行いました。現場では、電気設備及び機械設備工事も同時施工していたため、各施工業者間での工程調整が必要でしたが、隔週で全体工程会議を実施し円滑に工事を進めることができました。学校活動と並行して施工する必要があったため学校への説明や要望にも丁寧に対応し、現場周辺への事前周知を行うことで苦情やトラブル等もなく完了することができました。

魚沼市優良工事等表彰式



市への寄附の受付状況（令和4年4月から11月20日まで）

問 秘書広報課 ☎792・1494

寄附件数と金額

種別	件数	金額
寄附金	5件	1,226,650円
物品等	3件	—
合計	8件	1,226,650円

ご寄附をいただきました皆さまに心から感謝申し上げますとともに、寄附の趣旨を尊重し、市の振興のために活用させていただきます。

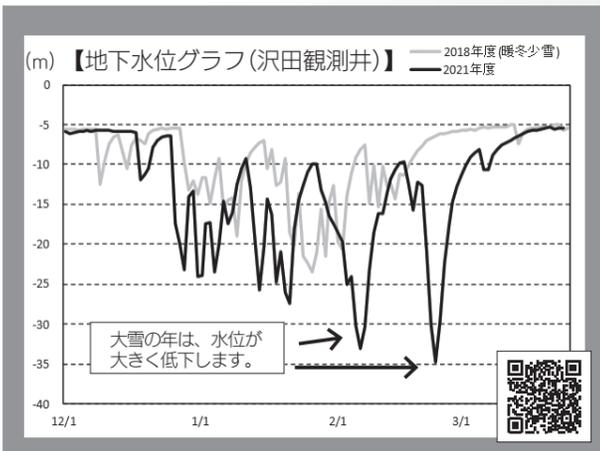
■寄附内容の公表（公表を承諾された方のみ）

寄附金（寄附金は10万円以上のみ）

寄附者名（敬称略）	寄付金額
全日本錦鯉振興会 新潟地区 地区長 伊佐 光徳	108,150円
魚沼市食品衛生協会	100,000円
明治安田生命保険相互会社	408,500円

物品寄附

寄附者名（敬称略）	物品等
株式会社ノジマ	ステンレスボトル3、マスク140、USB付きタップ3、電池24、電子レンジ7、クリーナー12、毛布2
株式会社本高砂屋 新潟工場	微酸性電解水 （公共施設殺菌消毒用）



※市ホームページで公開中

地下水を適正利用するために

1. 散水したままにせず、降雪状況に応じてこまめにポンプのスイッチを切り替えたり、最新の降雪検知器を設置するなどして節水を心掛けましょう
2. 道路や駐車場への過剰な散水は避けましょう
3. 雪が止んだら消雪用の散水はやめましょう
4. 降雪検知器等の点検や調整を十分に行いましょう

地下水の節水を心がけましょう

☎ 建設課 793・7990

雪国にとって消雪に使用する地下水は、なくてはならない大切な地下資源です。冬季期間においては、公衆用道路や店舗・駐車場などの消雪パイプで地下水が多く利用されるほか、自宅敷地・屋根雪の消雪に地下水を汲み上げて利用しているご家庭も多くみられます。

しかし、地下水は、無限ではありません。冬場一斉に地下水を汲み上げることが原因で、水位が低下します。

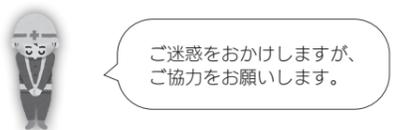
市では、市内8か所で地下水位の観測を行っています。大雪の年には、水位が大きく低下します。(グラフ参照) 水位が低下すると、消雪パイプが機能しなくなったり、消雪用の水が出にくくなったりといった支障をきたす恐れがあります。

これを防ぐために、一人ひとりが節水を心がけ、地下水の適正利用に努めましょう。

消雪パイプの点検を行っています

降雪期を迎え、現在、消雪パイプの点検を順次行っている最中です。

また、除雪路線ではない箇所の道路安全柵の撤去作業も行っています。撤去したところには注意看板などを設置していますが、通行には十分注意するようお願いいたします。



ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



最初は赤茶色の泥水が出てきます。



しばらく水を流しっぱなしにして泥水をきれいにします。



目詰まりをしている箇所を直して、水の出を良くします。



道路に泥水を残さないように、竹ぼうきで側溝へ流していきます。

介護と福祉の森

- 第9回 -

☎ 介護福祉課 792・9755

「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」を予防する食事のポイント

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。年齢を重ねるごとに痩せてきた人、食欲がなくなってきた人は、注意が必要です。

今回は、「栄養」の面から、フレイルを予防するための食事のポイントをご紹介します。

point 1 1日3食しっかり食べましょう

欠食は低栄養の危険性を高めます。1日3食しっかり食べ、主食・主菜・副菜を揃えると手軽にバランスのよい食事となります。

お弁当の配食サービスを実施しています

65歳以上の高齢者世帯などを対象に、平日の昼食をお届けします。詳細やお申込み方法については、市ホームページ「地域自立生活支援事業」をご覧ください。介護福祉課までお問い合わせください。



こちらから読みとれます▲

毎食欠かさずに!

副菜

野菜・きのこ・海藻を中心としたおかず

主菜

肉・魚・卵・大豆製品を中心としたおかず

主食

ごはん・パン・めん類

汁物

水分や主菜・副菜を補う役割

料理が大変なときは、レトルト食品や缶詰などを活用ください。色々な食材が入った惣菜やお弁当を選ぶのもおすすめです。

point 2 たんぱく質を積極的に食べましょう

加齢に伴い、筋肉量は減少しやすくなります。筋肉量を維持するために、食事でたんぱく質を不足なく食べる必要があります。

たんぱく質は、肉、魚、卵、大豆製品などの他に、乳製品にも多く含まれています。それぞれ片手に乗るくらいの量を目安に、積極的に食べることが大切です。

1日に必要なたんぱく質はこれくらい!

肉(豚)
薄切り2~3枚

魚(鮭)
1切れ

木綿豆腐
1/3丁~1/4丁

卵
1個

牛乳などの乳製品

フレイル予防や生活習慣病予防の簡単調理方法を紹介

■高齢者支援者調理講習会DVD

高齢者の食事作りのヒントになるDVDを作成しました。小出郷図書館・広神図書館で貸出しているほか、市公式YouTubeでも公開しています。くわしくは健康増進課(☎792・9763)にお問い合わせください。



新作も作成中です!

vol.1「夏の食材を使った料理」編 ワンポイントアドバイス…間食のとり方
vol.2「冬の食材を使った料理」編 ワンポイントアドバイス…フレイル予防

■食まちうおぬまレシピ

裏表紙に掲載している「食まちうおぬまレシピ」。今号は鮭を使った料理を紹介しています。他にも、食まちうおぬまホームページには魚沼市食生活改善推進員協議会監修の健康を考えたレシピが掲載されていますのでご覧ください。



■10月の相談件数

…	92件
・電話	73件
・来庁	19件

靈感商法・開運商法にご注意ください

開運グッズの購入をきっかけに、「運気が上がる」、「悪い霊がついている」等と言って、新たな開運グッズの購入や祈祷サービスの契約で高額な支払をさせるといった、悪質な事例がみられます。



開運グッズや祈祷サービスの勧誘を受けたら…

- ・その場ですぐに返事をせず、家族や消費生活センターに相談しましょう。
- ・冷静に判断できない状態で契約してしまったら、すぐに解約の申し出をしましょう。
- ・勧誘時に恐怖を感じる事があれば、警察にも相談しましょう。

参考資料：独立行政法人国民生活センター見守り新鮮情報より

12月10日～16日は「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

拉致問題や特定失踪者の問題について、広く市民の皆さまから理解を深め、関心を持ち続けていただくため、北朝鮮拉致被害者救出運動写真展を開催します。この機会に、拉致問題について考えてみませんか。

■北朝鮮拉致被害者救出運動写真展

期 12月10日(土)～16日(金)
場 広神コミュニティセンター



地域おこし協力隊通信
あかもんでつながる
米本 晋也 隊員
(田中・金沢担当)

赤カボチャ「あかもん」を地域の特産として育て、都会に住む人が魚沼と往來する突破口にすることを目指しています。今年は首都圏に200個以上のあかもんを届けました。昨年比べ、150%の伸びです。あかもんの味を知った人が、栽培を手伝いに来てくれる状態を作りたいと活動しています。

8月にこの欄で紹介した広神西小学校の皆さんが作ったあかもん。その一部は、東京・表参道のネスパス新潟館で販売しました。子どもたち自身でインターネット会議システムを通じて画面の向こうのお客様にカボチャの説明をしました。1・2・3年生の児童の皆さんは、物心がついてからずっと、コロ



ナ禍でした。共通の体験を得る機会を制限されてきた年代の子たちです。畑で友達と一緒に赤カボチャを育てる経験も、それを東京の人たちに説明する経験も、強い印象を残す活動となったようです。

子どもの素直な心と同じように、都会でのビジネスで暮らす人にとって、作物を育てる喜びはコロナ禍を経て、きつと強くなっています。しかもそれを、水のきれいな魚沼の、栄養豊富な大地で育てることの価値は大きいと思います。このことを上手に伝えて、一人でも多くの方が、魚沼での作物の育成に興味を持ってもらい、交流する人になってもらえるように努力を続けていきます。

冬がやってきました。この雪の季節こそが、大地を休め、養分を育み、魚沼の美味しい米と野菜の素になるのだ、ということを中心に真ん中において、これからの活動の礎にしていきたいと考えています。



健康増進課 ☎792・9763

健康ぼうおぬま No.157

感染性胃腸炎 に気を付けましょう

感染性胃腸炎は冬に流行する細菌やウイルスなどの病原体による感染症です。原因となる主な病原体では、ノロウイルス、ロタウイルスが有名です。



症状

吐き気、嘔吐、下痢、発熱、腹痛など

特徴

- ・脱水症状を起こしやすいため、水分補給と十分な休養を取りましょう。
- ・乳幼児の感染では重症化することがあるため、特に注意しましょう。

予防方法

□十分に手を洗いましょう。
トイレ後、おむつ処理後、調理前、食事前は石けんと流水で念入りに。

□便や吐物は適切に処理しましょう。
処理に使用した物品は、ビニール袋に入れ、密封して捨てましょう。
次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が効果的です。(家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます。)

□食品はよく洗い、十分に加熱しましょう
カキなどの二枚貝を調理するときは、中心温度85～90度で90秒間以上の加熱が必要です。

他にも、インフルエンザや溶連菌など冬には様々な感染症が流行します。感染症対策を徹底して、元気に冬を過ごしましょう。

市長と語らん会～実施報告～

市長が地域に出向き、市民や各種団体の皆様から市政への意見や市民ニーズを把握し、市政に反映していきます。今年開催された対話の一部をご紹介します。

企画政策課 ☎792・1425

令和4年度の開催状況(令和4年4月～11月)

市長と語らん会: 6団体、来場者数 93人

学校生活における
環境改善について

高齢者への
除雪支援について

【意見】
児童生徒が安心して学校生活を送れるように、トイレ、トイパー同様生理用品をトイレに置いてはどうか。

【回答】
学校現場と意見交換を行い今後の対応を検討し、その結果により予算への反映を検討したい。

移住定住者増加に向けた
取り組みについて

【意見】
移住定住者の増加に向けた取り組みをしていると思うが、まずは魚沼市を知ってもらい、訪れる人を増やすことに力を入れてはどうか。

【回答】
人口減少を最重要事項と捉えている。働く場所等の発信方法を工夫し、研究をしながら、子育て環境や福祉制度などの充実とともにPRに努めたい。

【意見】
除雪費の助成等支援はあっても、一人暮らしの高齢者には、依頼の仕方や申請方法が難しい。独居老人への支援についてどう考えるか。

【回答】
除雪支援については、活用しやすくなるよう考えていく必要がある。また、依頼方法などについても、分かりやすく周知するよう検討したい。近年は大雪が続いているので、地区の皆さんと一緒に検討していきたい。



冬のエコチャレンジ2022チェックシート



①次の取組みを1週間実践してみましょう。できた日に☑をいれてください。

チャレンジ項目	/	/	/	/	/	/	/
室温20℃を目安に暖房を使用した。							
暖房は必要な時だけつけた。							
部屋を出る時は明かりを消した。							
使わない電気製品のコンセントを抜いた。							
冷蔵庫の扉は開けたらすぐ閉めた。							
水道やシャワーはこまめにとめた。							
お風呂は冷めないうちに続けて入った。							
ごみは決められたルールにのっとって分別した。							
ご飯やおかずを残さず食べた。							
車を発進する時は穏やかにアクセルを踏んだ。							
車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転を心がけた。							
買い物にはエコバックを持参した。							

②次の項目にも取り組んでみましょう。

- 今月の電気使用量と前年同月の電気使用量を比較しよう。
※毎月の電気料金請求書から比較しましょう。
 今月の電気使用量【 kWh】 前年同月の電気使用量【 kWh】
- 給油と走行距離でクルマの燃費を計算しよう。
【走行距離 km、給油 ㍗】 燃費= km/㍗
- 身近な製品についているエコマーク※を見つけよう。 ※環境にやさしい製品であることを示すマーク

エコチャレンジに取り組んだ感想、我が家の工夫など

郵便番号：〒 _____ 住 所：魚沼市 _____

電話番号： _____ 氏 名： _____

この情報は冬のエコチャレンジ2022に関する以外には使用しません。

冬の「エコ」チャレンジ

家族で参加して地球温暖化を防ごう



チャレンジ期間 12月10日(土) ▶ 1月13日(金) 令和5年

日本では、2050年までに温室効果ガスの排出を全体としてゼロにする＝「カーボンニュートラル」の実現を目指すことが宣言されました。カーボンニュートラル実現に向け、温室効果ガスの排出量を減らすためには、私たち一人ひとりの取り組みが大切です。

エコチャレンジ参加方法

参加者に
プレゼント

チェックシートの取り組み項目をチャレンジ期間中に実践し、その結果を①または②の方法で提出してください。

- ①右下のQRを読み込み、専用フォームから提出
- ②左のチェックシートに記入し提出(コピーも可)

◇提出期限
令和5年1月20日(金)まで

◇提出先
市民福祉部 生活環境課

◇対 象
魚沼市在住の方(1世帯につき1名まで)

専用フォーム



参加者には、抽選で魚沼市エコショップ認定店で使える「うおぬまエコ券」や「エコグッズ」をプレゼントします。

エコショップ認定店(敬称略)

(有)柳家電機商店	原信小出東店	セキノヤ商店
(株)ニットク	(有)和田電機	(株)真島電気店
(株)サカキヤ	(株)柳瀬	クリーニングの紺新
(有)大橋電機商会	(株)コイデン	小幡電気工業(株)
学校堂	(有)若松屋商店	岡馬場書店
(有)丸末書店	都屋商店	そば処よしみや
物産館深雪の里	ゆ〜パーク薬師	にいがた本高砂屋
(株)マルイ堀之内店	居酒屋 響	

※環境への取り組みを積極的に行っているとして、市の認定を受けたお店です。23店舗が認定されています。

令和4年度

「夏の子どもエコチャレンジ」の取り組み結果

夏休みの期間には、市内小学生を対象に「こまめに電気を消す」、「冷蔵庫の扉は閉める」、「食べ残しをしない」などエコに関する8つの取り組みにチャレンジしていただきました。

◇参加人数 144名
◇削減できた二酸化炭素量 391kg



参加した児童の声

かんきょうマークをみつけるのがたのしかったです。

少し電気を使わないと「こんなに変わるんだなあ」と思いました。

ふだんのことから気をつけるのはけっこうむずかしかったです。

エコなものや活どうをすることがかんきょうをよくするんだなあと思いました。





雪上桜の植樹作業 (11/16)

福山新田の皆さんが「福山峠のふるさと広場」の桜の老木化等を懸念し、3年前から桜の植樹を行っています。この日、須原小学校と来春に統合する入広瀬小学校の3年生と一緒に、オオヤマザクラの植樹作業を行いました。



入広瀬小学校閉校記念式典 (11/12)

令和5年3月末で閉校となる入広瀬小学校で「閉校記念式典」が行われました。式典は、閉校記念事業実行委員会の皆さんにより計画されたもので、児童9人、来賓、住民、教職員併せて約100人の方が参加しました。最後に全員で校歌を斉唱し学校への想いを馳せました。



只見線小出-大白川間 80周年記念式典 (11/5)

只見線の小出駅-大白川駅間が11月1日に80周年を迎えたことを記念し、地域振興センターで記念式典が行われました。記念講演では、酒井治子さん(只見線コーディネーター)による「只見線と共に生きる!」と題した講演が行われ、只見線の全線再復旧までの道のりと地域活性化について語られました。



ブルボン魚沼工場竣工式 (11/10)

水の郷工業団地において、株式会社ブルボン魚沼工場の工場棟、原料保管倉庫、雪室の建設工事が完了しました。雪室にはおよそ300トンの雪が保存され、貯蔵されたカカオマスは苦みや渋みが抑えられるそうです。魚沼市が誇る自然を活用した工場となります。



アルビ新潟J2優勝報告に来庁 (11/21)

アルビレックス新潟の中野幸夫社長と西村遥己選手が、J2優勝報告に本庁舎を来庁されました。魚沼市とJA北魚沼からJ2優勝とJ1昇格をお祝いし、魚沼産コシヒカリ90kgと市の特産コリを進呈しました。



コシヒカリ紅葉マラソン (11/13)

魚沼コシヒカリ紅葉マラソンが薬師スキー場を発着として行われました。ハーフ、10km、2kmの各コースに、総勢1,000人を超える皆さんが参加し、魚沼の秋の景色を見ながら快走しました。



特殊詐欺を防止 (11/9)

セブンイレブン魚沼井口新店と店長の鈴木由香里さん、副店長の小幡直子さんに特殊詐欺防止による感謝状が贈呈されました。当日は、鈴木さんと、小幡さんの代理として地域マネージャー梅岡裕行さんが感謝状を受け取りました。尾崎署長は「日頃から店舗での防犯対応に感謝します」と述べられました。



コリの切り花産地をPR (11/5・6)

朱鷺メッセで開催された「クールジャパン EXPO in Niigata」に魚沼市として出展し、コリとコシヒカリの産地PRを行いました。コリの華やかな香りが会場に漂い、色彩豊かなコリの切り花に多くの方が魅了されていました。

移動市長室を実施しました (11/16)

令和4年度の第2回目となる「移動市長室」を北部庁舎で開催しました。当日は、来庁した11組16名の皆さんから、福祉や文化、公共交通について等、様々なご意見を聴かせていただきました。

来場者の皆さんは市長と直接対面し、一方通行ではない話しができて良かったと語られていました。



各大会への出場生徒が表敬訪問しました

北信越中学校軟式野球交流大会魚津大会で優勝!



広神中学校、湯之谷中学校、堀之内中学校野球部の合同チームの皆さん (11月21日)

全国中学生都道府県対抗野球大会 (軟式野球・新潟県選抜) に出場しました!



仲丸 陽大さん (広神中学校 3年生) (11月8日)

春の高校バレーに出場します!



櫻井心新さん、小田嶋美月さん (県立新潟中央高等学校 2年生) (11月22日)

速報 ユネスコの無形文化遺産に「大の阪」が登録されました

園生涯学習課 ☎793・7480

国連教育・科学・文化機関(ユネスコ)の無形文化遺産に、本市の盆踊り「大の阪」を含む全国41件の「風流踊り」が令和4年11月30日に登録されました。



(写真提供: 大の阪の会)

「大の阪」は、堀之内地域に伝わる盆踊りで江戸時代に縮商人によってもたらされたといわれています。現在「大の阪の会」の皆さんにより、毎年8月14日~16日に八幡宮境内にやぐらを立て、盆踊りが行われています。

「大の阪の会」の皆さんからのコメント

今回、ユネスコ無形文化遺産の登録を戴き、誠に有難い次第であります。これも地域の皆さまのご協力により頂戴したものと感謝致しております。今後の盆踊りをより一層盛り上げたものにしていきたいと考えております。

大変、ありがとうございました。

③家計急変世帯に対する価格高騰緊急支援給付金

予期せずに家計が急変したことにより、令和4年度分の住民税が非課税である世帯と同様の事情にあると認められる世帯（家計急変世帯）に給付金を支給します。

■給付対象

申請時点において魚沼市に住民登録があり、次の①②のすべてに該当する世帯

- ①住民税非課税世帯に対する価格高騰緊急支援給付金の対象外である世帯
- ②予期せずに令和4年1月から12月までの家計が急変し、令和4年度分の住民税均等割が課されている世帯で世帯全員のそれぞれの年収見込額が、住民税均等割非課税相当水準以下の世帯（※住民税が課税されている人の扶養親族等のみで構成される世帯は対象外です。）

■「住民税非課税（相当）水準以下」の判定方法 …次のいずれかの額以下である場合

扶養している親族の状況	令和4年1月以降の任意の1か月の収入を12倍した額	令和4年分所得額
単身または扶養親族がないとき	93.0万円	38.0万円
配偶者・扶養親族（計1人）を扶養	137.8万円	82.8万円
配偶者・扶養親族（計2人）を扶養	168.0万円	110.8万円
配偶者・扶養親族（計3人）を扶養	209.7万円	138.8万円
障害者、未成年、寡婦、ひとり親	204.3万円	135.0万円

※収入の種類は給与、事業、不動産、公的年金です。（遺族・障害年金など非課税のものは除く）

■給付金額

1世帯当たり5万円

■申請方法

市ホームページ「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金」から申請書類を入力し、その他必要書類とともに福祉支援課に提出してください。
※市ホームページからの入手が困難な人は、福祉支援課にご連絡ください。



■提出書類

- 申請書、簡易な収入（所得）見込額の申立書
- 収入の状況を確認できる書類の写し
（給与明細書、収入額が分かる書類、事業収入、不動産収入にかかる経費の金額のわかる書類）
- 世帯主及び代理人の本人確認書類の写し
（運転免許証、健康保険証など）
- 受取口座を確認できる書類の写し
（通帳、キャッシュカードなど）

■受付期間

12月15日(木)～令和5年2月14日(火)

価格高騰等に対する支援事業のお知らせ

福祉支援課 ☎792・9767

①住民税非課税世帯に対する価格高騰緊急支援給付金

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯に対して給付金を支給します。

■対象者

令和4年9月30日において、魚沼市に住所を有する人のうち、次のいずれかに該当する世帯

- ①同一世帯に属する者全員が令和4年度の住民税均等割が非課税である世帯
- ②生活保護世帯
（※住民税が課税されている人の扶養親族等のみで構成される世帯は対象外です。）

■助成金

1世帯当たり5万円

■申請方法

対象世帯には、12月中旬以降に書類を送付します。給付対象であることを確認の上、必要事項を記入して返送してください。

②灯油購入費助成事業

今冬における灯油価格の急激な上昇や新型コロナウイルス感染症の影響を受け、厳しい状況にある市民税非課税世帯に対して、灯油購入費の一部を助成します。

■対象者

令和4年9月30日において、魚沼市に住所を有する人のうち、次のいずれかに該当する世帯

- ①同一世帯に属する者全員が令和4年度の住民税均等割が非課税である世帯
- ②生活保護世帯

■助成金

1世帯当たり5,000円

■申請方法

対象世帯には、12月中旬以降に書類を送付します。給付対象であることを確認の上、必要事項を記入して返送してください。

■新潟県新型コロナ受診・相談センター（24時間対応）

025-256-8275
025-385-7541
025-385-7634

発熱・せき・のどの痛み等の症状がある場合は、かかりつけ医や新潟県新型コロナ受診・相談センターへ相談しましょう。

分別と減量にご協力を（10月ごみ量）

福祉環境課（廃棄物対策係）☎792・3055

種別	4年度	3年度	増減	ごみの分け方出し方ポイント
可燃ごみ	896	897	-1	蛍光灯は、水銀が入っているため割れても「大型ごみ」です。新聞紙などに包んで6号袋に入れて予約するか、エコプラント魚沼に直接お持ち込みください。
不燃ごみ	39	45	-6	
大型ごみ	90	98	-8	【古着・食器の回収量】 ・古着 16トン ・食器 8トン
容器包装	12	14	-2	
古紙類	73	76	-3	
合計	1,110	1,130	-20	

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！！



福祉環境課 ☎792・9766

（有料広告）※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。

いっぱいのお礼を贈りませんか

火葬料金例
5kg未満 5,000円(税込)
50kgまで 火葬可能

魚沼市火葬予約センター
TEL 025-793-1059 [魚沼市畜場]
【ペット火葬】電話受付時間/8:30~17:00(年中無休)

年末年始の業務案内



医療機関

機関名	12月				1月					☎	
	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日祝)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)		
小出病院	通常診療	魚沼市休日救急診療室				通常診療	通常診療				792・2111
堀之内医療センター	○	休診						○	○		794・2450
守門診療所	○	休診						○	○		797・2062
入広瀬診療所	休診										796・2320

●魚沼市休日救急診療室（小出病院内）を利用するには事前に電話で症状を伝えてください。
☎792・2111 診療時間 9時～12時、13時～16時

環境・福祉施設

施設名	12月				1月					☎
	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日祝)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	
エコプラント魚沼	○	○	○	○	休業			○	○	792・9900
家庭ごみの収集	※収集カレンダーのとおり				休止			※収集カレンダーのとおり		792・3055 (廃棄物対策係)
さわやかセンター	休館								○	792・8980
堀之内老人憩の家	○	休館						○	○	792・9755 (介護福祉課)
小出老人福祉センター	○	休館						○	○	
湯之谷老人福祉センター	○	休館						○	○	
広神老人福祉センター	○	休館						○	○	
広神老人憩の家	休館								○	
守門高齢者センター	○	休館						○	○	
小出ボランティアセンター	○	休館						○	○	

【エコプラント魚沼】 ●搬入時間は、月曜～土曜が8時～17時、日曜が8時～12時です。
●年末年始は混雑しますので時間に余裕をもってお越しください。

文化・教育施設等

施設名	12月						1月					☎	
	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日祝)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)		
小出郷文化会館	休館	○	休館								○	792・8811	
体育施設	○	○	○	休館						○	○	793・7480 (生涯学習課)	
図書館・図書室	休館	○	○	休館						○	○		
目黒邸	○	○	○	休館						○	○		
佐藤家・目黒邸資料館	12月1日から冬期閉館中（令和5年4月下旬開館予定）												
宮柵二記念館	休館	○	休館（令和5年1月6日(金)より開館）										
各地区公民館 小出郷福祉センター 湯之谷世代間交流施設 広神コミュニティセンター 入広瀬会館その他市民会館	○	○	○	休館						○	○		
子育て支援センターばびぶ	○	○	○	※PM休館	休館						○	○	792・6356
子育ての駅かたっく	休館	○	○	○	○	休館					○	○	792・2112
	開館時間：9時30分～18時30分												

窓口業務 ※1月4日(水)は窓口が大変混雑します。時間に余裕をもってお越しください。

庁舎等	12月				1月					☎	
	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日祝)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)		
・本庁舎 ・北部庁舎 ・入広瀬会館 ・各市民サービスコーナー	○	休業							○	○	792・1112 (市民課)

戸籍届出について

●休業期間中は、窓口業務は行いませんが、戸籍届出については受け付けます。
【受付できる庁舎・時間】 ・北部庁舎・・・8時30分～17時15分 ・本庁舎・・・24時間受付

コンビニ交付の休止について

●マイナンバーカードを利用したコンビニ等での各種証明書の交付は、12月29日(水)～令和5年1月3日(火)は休止します。

ガス・水道業務

☎ ガス水道局 ☎ 792・1118

◎ガス・水道の開栓・閉栓業務

12月29日(水)～1月3日(火)は窓口休業日です。
※開閉栓業務については、12月28日(火)以前または1月4日(水)以降に行いますので、早めのご連絡をお願いします。

消防本部 窓口業務

☎ 消防本部 予防課 ☎ 792・7168

◎火災予防条例等に係る各種届出の窓口受付業務

12月29日(水)～1月3日(火)は窓口休業日です。急ぎの場合は消防本部の代表電話（☎793・0119）へ電話でお問い合わせください。

温泉施設

施設名	12月				1月					☎
	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)	1(日祝)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	
交流センターコピオ	○	○	○	○	休館	○	休館	○	○	795・2003
	営業時間：10時～18時（受付17時30分まで） ※12/31(土)は、10時～15時（受付14時30分まで）									
ゆ〜パーク薬師	休館	○	○	○	○	○	○	休館	○	792・5554
	営業時間：10時～21時（受付20時まで） ※12/31(土)は、10時～19時（受付18時まで）、 お食事処ふきのとラストオーダー18時まで									
神湯とふれあいの里	○	○	○	○	○	○	○	○	○	799・3350
	営業時間：10時～22時（受付21時まで）									
見晴らしの湯こまみ	○	○	○	休館	○	○	○	○	○	792・8001
	営業時間：10時～20時30分（受付20時まで） ※元日は、8時～18時（受付17時30分まで）									
寿和温泉	○	○	○	○	○	○	○	○	休館	796・3033
	営業時間：12時～20時（受付19時まで） ※12/31(土)は、12時～19時（受付18時まで） ※露天風呂棟改修工事に伴い、露天風呂の営業はありません。									

くらし

◆乗合タクシーの停留所名を一部変更しました

羽根川の星歯科医院の移転に伴い、「小出まちなか循環線」「小出地域乗合タクシー」の羽根川地内の停留所名を一部変更しました。

◎変更前：星歯科医院（羽根川）

◎変更後：羽根川会館

他 移転後の同歯科医院を利用する場合は、うおぬま眼科停留所が最寄りとなります。

◆家屋取壊届を出し忘れていませんか

建物を取り壊したときは、「家屋取壊届出書」を提出してください。現地確認後に翌年度の固定資産課税台帳から削除します。記載にあたっては、「課税明細書」を参照し、正確な記入をお願いします。各届出書類は、税務課（本庁舎）、北部庁舎、入広瀬会館

◆令和5年度固定資産税（償却資産）申告

償却資産（事業用資産）をお持ちの人は、毎年1月1日現在の所有状況を申告する必要があります。

◎対象になるもの

（例）駐車場舗装、看板、レジスター、机・応接セット、陳列棚、パソコン、太陽光発電設備など

※12月中旬に申告予定者へ申告書を発送します。事業をされている人で申告書が届かない場合は、ご連絡ください。

☑ 令和5年1月31日（火）他 くわしくは市ホームページから「償却資産申告」で検索し、ご確認ください。

申 税務課（本庁舎）、北部庁舎、入広瀬会館

関 税務課

☎ 792・9751

◆介護保険運営協議会委員募集

市の介護保険事業の運営に関し、被保険者の意見を反映させるため、介護保険運営協議会の委員を募集します。

内 介護保険事業の運営に関する重要事項の審議など

・会議は年2回程度平日の日中に開催する予定です。

・条例等に基づく報酬等をお支払いします。

定 3人程度

資 満40歳以上で市内在住の人間

期 令和5年2月1日（水）から2年間

☑ 令和5年1月6日（金）他 申込書により選考します。

希望される人は、所定の申込用紙を介護福祉課または北部事務所に提出してください。

申 申込用紙は介護福祉課及び北部事務所にあります。（郵送・電子メール可）

関 介護福祉課

☎ 792・9755

kaigo@city.nonunma.lg.jp

◆公民館

◆わら細工作品展

期 令和5年1月6日（金）～26日（休）の平日9時～16時

内 内門松、わら靴、ミノ、タス等展示します。身につけて室内で写真撮影も可能です。

場 伊米ヶ崎公民館

対 どなたでも

¥ 無料

問 伊米ヶ崎公民館（平日のみ）

☎ 792・0082

◆生涯学習

◆市内図書館（室）年末年始の貸出期間を延長します

◎ 年末年始の休館日
期 12月29日（休）～令和5年1月3日（火）

◎ 貸出期間の延長について
12月15日（休）～28日（水）の間に貸出した本・雑誌・DVD等は、貸出期間が3週間になります。

他 ・休館中は、返却ポストの

指定管理者を募集します

問 管財課 ☎ 792・9211

市では、令和5年4月から次の施設を管理運営する指定管理者を募集します。くわしくは、共通要項及び施設の募集要項をご覧ください。

1. 募集施設及び指定期間

募集施設	魚沼市地域振興センター
指定期間	令和5年4月1日～令和10年3月31日（5年間）

2. 募集要項

施設概要や業務内容、管理要件などの詳細は、施設で定める募集要項によりますので、担当課に請求してください。
※くわしくは市ホームページ「指定管理」をご確認ください。

3. 応募資格

市内に事業所を現在設置、または今後設置する予定の法人または団体とします。個人による応募はできません。（団体は、法人格の有無を問いません。）なお、応募資格には一定の要件がありますので、募集要項を確認してください。

4. 募集期間

12月9日（金）～12月28日（水）
8時30分～17時15分（閉庁日を除く）

5. 提出先

産業経済部 観光課 ☎ 792・9754

◆催し

◆魚沼国際雪合戦の出場者募集

期 令和5年2月12日（日）

場 響きの森公園 雪のコロシアム

定 大人（中学生以上）の部：先着126チーム、子ども（小学生）の部：先着24チーム

※1チーム5人編成で男女混成可

¥ ・大人の部
1チーム15,000円

・子どもの部
1チーム6,000円

※事前振込みになります。

☑ 令和5年1月6日（金）17時

申 実行委員会ホームページからwebで申し込みいただきます。



◆うまいものストリート 出店者募集

魚沼国際雪合戦で飲食を提供する事業者を募集します。

期 令和5年2月12日（日）9時30分～15時30分（予定）

場 小出郷文化会館 屋外通路

内 テント半分スペース（1：5間×2間）を1ブースとします。

¥ 1ブース5,000円

※電気を使用する場合は、1,000円が追加となります。

☑ 12月20日（火）

他 ・市内事業者を優先し、応募多数の場合は抽選とします。

・12月下旬に出店者説明会を開催予定です。

申 小出雪まつり実行委員会事務局（小出商工会内）

☎ 792・2124
小出雪まつり実行委員会事務局（観光課内）
☎ 792・9754

雪害によるLPガス事故防止のお願い

①LPガス容器やメーター周辺、屋外設置の給湯器等は、雪に埋もれることがないように除雪しておきましょう。
②屋根の雪下ろしの際は、周囲のLPガス設備にもご注意ください。③排気筒や吸気口が雪でふさがれていないか、排気筒に破損はないか点検してください。☎(一社)新潟県LPガス協会 ☎025・267・3171

放送大学4月生募集

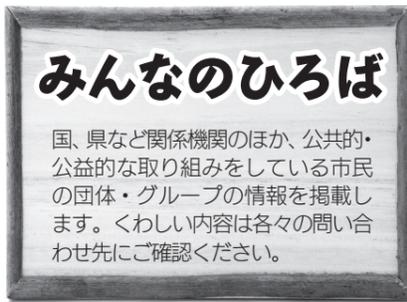
◎大学説明会…☎12月18日(日)、令和5年1月8日(日)、2月18日(土)、3月5日(日)13時30分から 新潟学習センター(新潟市中央区) ◎出願期間…第1回令和5年2月28日(火)まで、第2回3月14日(火)まで 他くわしくはホームページでご確認ください。☎放送大学新潟学習センター ☎025・228・2651

令和4年度調理師就業届を提出してください

今年度は2年に1度の就業届が必要となる年です。忘れずに調理師就業届を提出してください。☎令和5年1月1日(日)～15日(日) ☎飲食店や給食施設等で調理業務に従事している調理師(パート・アルバイト含む) 他届出方法やくわしい内容は、魚沼地域振興局健康福祉部へお問い合わせください。☎魚沼地域振興局健康福祉部 ☎792・8612

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。くわしくは林退共ホームページをご覧ください。☎(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



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。

ひきこもり座談会

ひきこもりの当事者・経験者が“ありのまま”自分らしく生きる方法を模索する姿や身近に寄り添う人たちの活動を追ったドキュメンタリー番組を上映します。☎12月21日(火)13時30分～15時30分 場小出ボランティアセンター ☎不登校やひきこもりでお悩みの人 ☎無料 ☎不要 ☎魚沼市社会福祉協議会 ☎792・8181

元旦ソフトテニス初打ち

☎令和5年1月1日(日)13時から 場堀之内中学校 ☎おおむね高校生以上のソフトテニス愛好者 ☎無料 ☎不要。当日会場にお集まりください。他うち履き用シューズ、ラケットは各自で持参してください。☎ソフトテニス協会・高橋 ☎799・2335

レディススキー

☎令和5年1月8日(日)・15日(日)・22日(日)・2月5日(日)9時30分～15時 場須原スキー場 ☎女性 ☎魚沼スキークラブ会員 ☎なし ☎講習は無料(※リフト券は各自購入。傷害保険に加入のため、保険料を徴収します) ☎12月28日(火) ☎魚沼スキークラブ・高橋 ☎792・1351

事務会計科 令和5年1月入校生募集

☎令和5年1月27日(金)～5月26日(金)の間の平日9時30分～16時 場十日町パソコンカレッジ(十日町市川端五) ☎パソコン及び簿記や電子会計の知識、技能を習得し、就職を希望する人 ☎15人 ☎無料(テキスト代、受験料等自己負担あり) ☎令和5年1月6日(金) ☎ハローワークこいで ☎魚沼テクノスクール ☎794・2410

お誕生おめでとうございます

(10月21日～11月20日届出分) 敬称略

佐藤 颯斗 (昴・朋美) みどりヶ丘
佐藤 涼佳 (慶太・明日香) 上ノ原
米山 未桜 (友貴・奈々) 七日市新田

阿部さとり (賢司・恵理奈) 東中
金子 琉愛 (昂太・茜) 中島



子育て関連情報



1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ぱびぷ

☎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9月生まれ)	26日(木)	13:00～13:15
1歳6か月児 (令和3年6月生まれ)	18日(火)	13:00～13:30
2歳児 (令和3年1月生まれ)	25日(火)	
3歳児 (令和元年12月生まれ)	11日(火)	
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10月生まれの乳児の養育者	23日(月)	13:30～13:45
離乳食講習会ステップ2	令和4年6月生まれの乳児の養育者	17日(火)	9:30～9:45
離乳食講習会ステップ3	令和4年3月生まれの乳児の養育者	10日(火)	
1歳よちよち教室(親子遊び、仕上げみかきなど)	令和4年2月生まれ	20日(金)	9:15～9:30
持 母子健康手帳、オムツ、着替え等			

1月 親子ふれあい広場

☎各施設にお問い合わせください。

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	
11日(火)、18日(火)、25日(火)、26日(火)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
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

☎小出郷図書館 ☎792・0337
☎広神図書館 ☎799・3134

赤ちゃんにはじめての絵本を
12月ブックスタート(1組10分程度です)
☎令和4年2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

☎12月21日(火)10時～11時30分 場小出郷図書館
☎12月24日(土)10時～11時30分 場広神図書館

乳幼児向け
だっこでおはなし
☎12月17日(土)10時30分から 場広神図書館
☎12月22日(火)10時30分から 場小出郷図書館

☎絵本、紙芝居、パネルシアター、歌あそびなど



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

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…47、うち正解数…46

11月10日号に対するご意見等を紹介し

- ◆やるなら今！生活改善をみて頑張ろうと思いました。生活習慣病を予防したいです。
- ◆フォトスケッチは文字情報からでは想像しきれない、現状が見れる点がいいと思っています。

環境保全の功績により受賞 (11/6)

「環境大臣賞 地域環境保全功労者表彰」

大茅川区と広神西小学校が「環境大臣賞 地域環境保全功労者表彰」を受賞されました。絶滅危惧種であるオキナグサ群落の保全と地域の交流による元気づくりを目的とした活動が評価されたものです。



「新潟県環境賞 (カーボンゼロ部門)」

地域の優れた環境保全活動に対して贈られる「県環境賞(カーボンゼロ部門)」を、星麻衣さんが受賞されました。未来を担う子どもたちをターゲットに、様々なエゴ活動や環境教室などを積極的に行っていることにより表彰されたものです。



ひとのうごき (10月21日~11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22ページをご覧ください。(敬称略)

今井 ツネ 92歳 学校町	樋口 光芳 72歳 干溝	酒井 良三 92歳 西村	西村
青木 アイ 90歳 新道島	佐藤 好有 92歳 大浦新田	横山カズ子 88歳 西村	西村
平澤 ハツ 103歳 下新田	高橋 捷治 83歳 上ノ原	野村 千枝 92歳 福山新田	福山新田
小林カツイ 92歳 下島二	風間 三治 85歳 井口	佐藤トミ子 85歳 渋川	渋川
佐藤 ヒロ 88歳 和長島	堀 富子 77歳 井口	櫻井 文枝 99歳 西名新田	西名新田
井上 マサ 91歳 田中沢口	羽鳥 賢一 87歳 大沢	浅井ヨシ子 94歳 長島	長島
岡部 文雄 75歳 浦町二	星 武 94歳 湯之谷芋川	浅井 トク 92歳 穴沢	穴沢
青柳 公一 88歳 浦町五	細野 謙一 72歳 大湯温泉		
米山 征史 80歳 日渡	佐藤 ハナ 84歳 金ヶ沢		
八島 昭三 90歳 羽根川四	風間 タケ 97歳 栗山		
星 照雄 93歳 四日町	高橋カオル 79歳 親柄		
新保 シゲ 96歳 小出旭町	桜井 保久 70歳 小平尾		
井口 ケサ 91歳 青島下	関矢 元 84歳 並柳		
高野 睦子 78歳 沢田四	佐藤久一郎 74歳 大倉		
高野 和利 78歳 中原	小西 誠一 81歳 西村		

人口と世帯数 (R4. 10. 31)

	人口	うち外国人	増減
男	16,549	81	-27
女	17,288	161	-25
計	33,837	242	-52
世帯数	13,172		-3

※増減は、前月比です。

「伝える」ではなく、「伝える」広報を目指しています。紙面だけでなく、動画で情報をお届けする取り組みを始めています。◆「市報クイズ」の目的のひとつは、市報に関する皆様からの声を聞かせることです。◆「伝える」広報の実現のため、ご協力をお願いします。(H)

湯之谷会館(旧湯之谷庁舎)では、株式会社プレスレージ・インタナショナルさまのご厚意により、巨大なクリスマスツリーが設置されています。12月25日まで、8時30分から22時まで(日曜祝日17時まで)。(H)

まらり☆魚沼人

～うおぬまびと～

小出高校には、医療従事者の増加を図り、地域医療の核となる人材を育成するため、平成26年度に医療専攻コースが設置されました。これまでに、多くの卒業生を輩出していますが、地域医療の担い手として何人かの卒業生が市内の医療現場にも姿をみせています。その1人である竹田さんにお話を伺いました。



小出病院看護師
(小出高校医療専攻コース選択)
竹田 颯斗さん (24歳)

小出高校の医療専攻コースへ

竹田さんは堀之内地域出身で、小出高校医療専攻コースの第1期卒業生であり、現在、市立小出病院に看護師として勤務しています。

竹田さんが医療の道に進みたいと思っただけは中学生の頃でした。採血の時に気分が悪くなってしまった竹田さん。その際に看護師の方が親身に寄り添ってくれ、「気分が悪い自分の気持ちにまで寄り添ってくれた看護師さんを見て、人の気持ちに寄り添う職業っていいな」と感じたそうです。その経験から医療の道、特に心に寄り添う職業に就きたいという想いが芽生えました。そして竹田さんが高校生になるころ、タミニングよく小出高校に医療専攻コースが新設されました。医療の道へ進みたいと考えていた竹田さんは、地元ということもあり迷わず小出高校への進学を決意したそうです。

現在の医療の基礎を学ぶ

医療専攻コースでは、医療の概念を学ぶ授業が印象に残っているそうです。それは小出病院の布施院長の講話を聞いたときに遡りますが、「今後の医療は、治療する医療から、ケアする医療に転換していく必要がある」という講話に心を打たれたそうです。

治療に偏るのではなく、症状と上手く付き合いつながりながら日常生活を送ることが大切であるという内容で、「祖父は高血圧だったもの、薬を飲んだり通院することで安心して家で過ごせていた。家族という身近な存在を見る中で、先生が話されていた内容が腑に落ちた」と語ります。

そういった地域医療の授業を受けることで、看護師になりたいという気持ちがさらに強くなっていったそうです。

魚沼市で働く看護師に

高校卒業後、竹田さんは県内の専門学校へ進学されました。高校生の頃に授業で布施院長が話されていた、「患者さんがどうしたら住み慣れた土地や家で過ごせるか」という地域医療に対する考えを実践したいという気持ちが強くなり、地元なら地域と密着した医療の考えのもとで働けるという想いを抱いて小出病院に就職されました。

働き始めてから、実習などで看護師は忙しいそうだなと思っていたことが身に染みて感じました。

患者さんやご家族の気持ちに寄り添う看護師を目指す竹田さん。魚沼の地域医療を担っていく頼もしい存在だと強く感じさせられました。

竹田さんは日々職務に精励しつつ、自身のさらなる成長を目指しています。「今は勉強を積み重ねて知識をさらに増やしながら治療やケアのスキルを高めていきたい。その中で患者さんに寄り添った医療サービスを提供できるようにしたい」と話されます。患者さんとも積極的にふれあっていくことで、竹田さん自身もやりがいを感じているそうです。現在、小出高校の医療専攻コース出身の医療従事者が社会に出て活躍し始めています。医療を地域で支える基盤がここにはあります。

また、患者さんの処置が終わった後に「ありがとね」と感謝の気持ちをもらうと、自分がその患者さんに寄り添っていることが実感でき嬉しく思うそうです。



仕事中の竹田さん。学生の頃に勉強した内容が患者さんのケアに活かせるときはとても嬉しく思うそうです。





おじいちゃんとぼく
6年 佐藤 生織 さん



音
6年 兜森 桃里 さん

材料 (2人分)

生鮭	2切れ	オリーブオイル	大さじ1/2
玉ねぎ	1/2個	塩・こしょう	少々
にんにく	1かけ	小麦粉	大さじ1
A { カットトマト缶	1/2缶(200g)	刻みパセリ	大さじ1
ローリエ (あれば)	1枚		

作り方

- 1 鮭に塩・こしょうをふり、小麦粉を薄くまぶす。
- 2 フライパンにオリーブオイルを熱し、1を両面こんがり焼いて一旦取り出す。
- 3 同じフライパンにみじん切りにしたにんにくを入れ、薄切りにした玉ねぎをしんなりするまで炒める。Aを加え、煮立ったら2を戻し入れ、5分煮る。塩・こしょうをふり、味を調える。器に盛り、刻みパセリをふる。

MEMO [1人分の栄養価] エネルギー:169kcal たんぱく質:17.5g 脂質:6.2g 炭水化物:12.5g 食塩:0.6g

魚沼市食生活改善推進員協議会 監修

食まちょうおめま
レ・シ・ピ No.79



ひとことコメント

加齢とともに筋たんぱく質の合成が遅くなります。合成を高めるために、魚・肉・卵・大豆製品などのたんぱく質を多く含む食品を3食の食事で均等に食べることが大切です。



@ tamatamatamama
小出スキー場に現れたフロックン現象



@ wada_03photo
凍える紅葉 (枝折峠)

今月の
#うおびく No.9
Instagramで魚沼の景色や、美味しい食べ物など「#うおびく」、「#uo_pic」をつけて投稿していませんか。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



本格的な冬到来前の素敵なお写真をありがとうございました

魚沼市ホームページ
魚沼市 Uonuma City



食まちょうおめま
約500種類の
レシピを掲載



魚沼市公式
Facebook



魚沼市公式
Twitter

