



市報

うおぬま



里山と共に暮らす喜び

2024

No.235

5.10



月岡御岳遊歩道のブナ林

六花園口駐車場から徒歩10分

魚沼市公式 LINE はじめました  
友だち登録募集中!







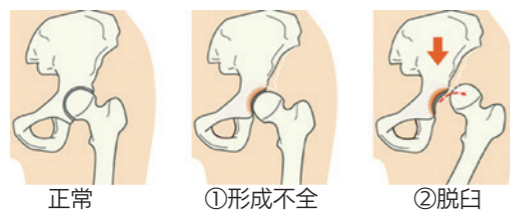
赤ちゃんにエコー検査をする古賀医師（子育て支援センターぱびぷ）

## 赤ちゃんの股関節脱臼を早期発見

# はじまります 股関節エコー検診

閩子ども課 ☎792・9204

### 股関節検診はなぜ必要なの？



①②のような症状があると、将来、股関節に障害を負ってしまう可能性があります。発見が遅くなると骨を切るような大掛かりな手術が必要になることもあります。ご家庭の長期間に及ぶ看護などの大きな負担をなくすためには、股関節検診による早期発見と治療が必要です。

### 「県内初」4か月児健診との同時実施

魚沼市は令和6年4月以降に行われる4か月児の集団健診の際に、股関節エコー（超音波）検診の実施をはじめました。この検査は、被爆する心配がなく安全で精度の高い検査です。股関節エコー検診を導入している自治体は全国的にも珍しく、県内では新潟市、胎内市、小千谷市に続く4例目の実施となりますが、4か月児健診との同時診察は県内初の取り組みとなります。

魚沼市乳幼児集団健診医師  
魚沼こどもクリニック院長  
板垣 成孝 医師



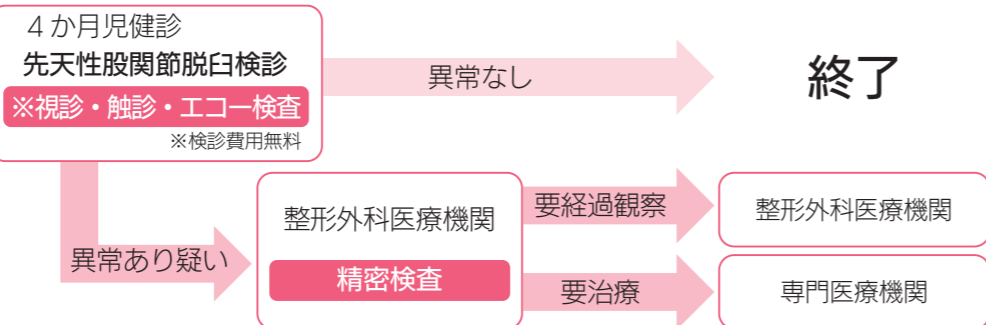
3～4か月児健診のタイミングで股関節の異常を見つけることは、早期の治療につながります。発見が遅れてしまうと、治療が難しくなることがあると言われています。これまでの股関節の診察は小児科医による目視と触診でしたが、整形外科医の古賀医師のエコー検診を導入したことにより、客観的な検査で判断できるようになったことは大きなメリットになると思います。人口規模が大きい魚沼市だからこそ、導入できた事業だと思います。

新潟大学大学院医歯学総合研究科  
特任准教授  
古賀 寛 医師



長年、乳幼児健診をされている板垣医師の推薦で導入することができました。先天性股関節脱臼の発生率は1,000人に1～3人とされています。地域全体で赤ちゃんに接する機会が少なくなっていることもあり、発見が遅れてしまうリスクが高まっています。先天性股関節脱臼は早期発見が大切です。歩き出す前に見つけることができれば、装具による治療など、治療の選択肢が多くなります。

4か月児健診時の  
股関節検診は  
無料で受診できます



## 旧堀之内庁舎の利活用が進められています

5/12(日) オープン!  
10時開館

つながる 芽ばえる まちの駅  
まちの駅魚沼  
魚沼市堀之内物産館

旧魚沼市役所堀之内庁舎  
(1F まちの駅魚沼・2F 堀之内商工会・3F エフエム魚沼)

閩まちの駅魚沼 ☎795・5006

閩観光課 ☎792・9754



Instagram: machinoeki\_uonuma

市役所機能集約後の旧庁舎を利活用することとして、検討を重ね整備を進めてきた堀之内物産館が、このたび旧堀之内庁舎の1階に完成しました。「株式会社まちづくり魚沼」の運営により5月12日に『まちの駅魚沼』としてオープンします。



### 『地域共創』で地元企業の発展と地域づくりに貢献!

まちの駅魚沼の鈴木駅長は「気軽に立ち寄れる憩いの空間を提供し、地元のお店や生産者の宣伝につながるような流れを作りたい」と抱負を語ります。生花担当の鈴木智保さんは「熱い思いを持つユリの生産者さんとお客さんを繋げたい」という願いを込めて、まちの駅としては珍しいユリのギフト用ラッピングなどのサービスを提供するそうです。カフェ部門・SNS担当の滝澤さんは「まちの人たち同士が、コミュニケーションする場所になりたい」と、今後、積極的にInstagramなどSNSで情報を発信していくとのこと。地域の拠点を目指す「まちの駅魚沼」。皆さん応援よろしくお願いします!



### 交流スペース 農 Café『Lily (リリー)』

オシャレでオープンな雰囲気のカフェ。店名のリリーは、堀之内のユリをアピールするためにこの名前をつけました。カフェでは、美味しい魚沼の食材を使ったメニューを揃えています。夏場にはカフェテラスも楽しめます。

### ユリやお米など魅力的な特産品を販売!

- ・日本トップレベルの収穫量を誇るユリの切り花
- ・魚沼産コシヒカリ
- ・新鮮豊富な魚沼野菜
- ・山菜（うるい、たらの芽、ふきのとうなど）
- ・加工品（生モツ、ベーコン、地元のお菓子など）
- ・木材工芸品（ブナ・スギ等市産材工芸品など）
- ・魚沼プレミアム認定品、魚沼ブランド推奨品



カフェ部門・SNS担当 滝澤さくらさん  
駅長 鈴木洋さん  
生花担当 鈴木智保さん

開店時間…4月～12月 9:00～18:00  
1月～3月 9:00～17:00  
休日…1月1日休業（予定）





環境生活環境課 ☎792・9766

## 今年も出陣！市内施設に グリーンカーテンを 設置します ～にいがた緑の陣～

2050年 脱炭素社会の実現に向けて  
できることからやってみよう！

優勝を目指して今年度も「魚沼北中学校」「子育ての駅かたくり」「子育て支援センターぱびぷ」の3カ所にグリーンカーテンを設置して、夏の節電・省エネに関する情報発信を行っていくこととしています。ぜひ、皆様もグリーンカーテンづくりにチャレンジしてみませんか？ ☎20999

令和5年度魚沼軍は大健闘。  
参加9市町中、2位という結果に！



市では、県及び新潟県地球温暖化防止活動推進センターが実施する「2050新潟カーボンゼロチャレンジ」の趣旨に賛同し、グリーンカーテンの取り組みや節電・省エネなどに関する情報発信のほか、市民の省エネ行動に応じて獲得できるポイントを自治体間で競う「にいがた緑の陣」に参加しています。

福祉支援課 ☎792・9767 介護福祉課 ☎792・9755

## 魚沼市権利擁護サポートセンター を開設しました

認知症や物忘れの症状がみられる高齢の方や、障害などにより自分で判断することが十分でない方を支援します

様々な理由により判断能力に不安がある方に対して、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理の支援などについて、成年後見制度の利用を通して地域で安心して生活できるようサポートします。

### 魚沼市権利擁護サポートセンター

魚沼市社会福祉協議会内（小出島 1240 番地 2 小出ボランティアセンター）

☎792・5252

秘密は守られます  
お気軽にご相談ください



#### 開設時間

月曜日～金曜日 8時30分～17時15分  
（祝日、12月29日～1月3日は除く）

#### 業務内容

- ◇権利擁護支援の広報啓発
- ◇成年後見制度に関する相談
- ◇成年後見制度の利用促進
- ◇成年後見人等の支援

### 第1部 講演会

## 『大自然とお料理』

テレビ出演や著書など大活躍されている料理研究家の土井善晴さんによる「食」をテーマにした講演会を開催します。

【講師プロフィール】料理研究家 土井 善晴 さん  
昭和32年大阪府生まれ。料理研究家「おいしいもの研究所」代表。スイス、フランス、大阪での料理修業の後、父・土井勝料理学校講師。平成4年「おいしいもの研究所」を設立。十文字学園女子大学特別招聘教授、東京大学先端科学技術研究センター客員研究員。「一汁一菜でよいという提案」（35万部ベストセラー）は、家庭料理を初階化し、料理を苦しみから楽しみに変える。近著「一汁一菜でよいと至るまで」（新潮社）、「ええかげん論」（ミシマ社）など。映画「土を喰らう十二月」で料理を担当。家庭料理を再評価する食事学研究により令和4年文化庁長官表彰を受ける。

### 第2部 座談会

講師の土井善晴さんと魚沼市プレミアムにも認定された2名の農家の方との対談を行います。



『魚沼市産コシヒカリ』  
生産者  
ばば かずお  
馬場 和夫 さん



『深雪なす』  
やぶかみなす生産組合副組合長  
なかまる しんや  
仲丸 晋也 さん

お申込方法

5/13(月) 8:30から  
受付開始



右上のQRから事前申込が必要です。  
1回の応募につき3人まで申し込みできます。

定員  
300名様  
定員に達し次第締め切り  
入場無料

市制施行20周年記念事業



6/15(土)

小出郷文化会館  
小ホール

13:30～15:30 (予定)  
(13:00 開場)

料理研究家  
土井 善晴 さん  
つよめま市立大学講演会・座談会

ID 13308  
生涯学習課 ☎793・7480

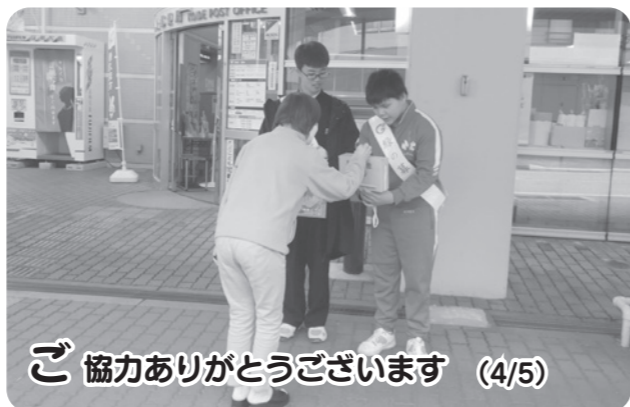


# フオトスケッチ



**火の用心をお願いします (4/6)**

原信小出東店様駐車場で、春の火災予防運動が開催されました。会場では消防車両の展示やちびっこ消防車試乗、消防音楽隊による演奏が行われ、大勢の家族連れでにぎわいました。また、消防戦隊ウオマンも出動し、風船配布や写真撮影に応じていました。



**ご協力ありがとうございます (4/5)**

小出中学校の生徒による緑の羽根街頭募金活動が行われました。地域の皆さんからいただいた募金は「にいがた緑の百年物語緑化推進委員会」を通じて、地域の緑化推進活動費として使われます。



**雪国ならではの春の風景 (4/14)**

福山峠のふるさと広場で「福山峠の雪上桜まつり」が行われました。来場者は、今季のわずかな残雪のなかでつぼみがほころび始めた桜に春の訪れを感じていました。



**ドキドキの新一年生 (4/9)**

市内各小学校で入学式が挙行されました。新一年生は、新しい環境にそれぞれ緊張しながらも、これからの学校生活を楽しみにしている様子が伺えました。



**雪わり街道再開通式典 開催 (4/26)**

魚沼市から福島県へと抜ける「国道252号六十里越雪わり街道」の再開通を祝う式典が、両県関係者による参列の下、道の駅いひろせ駐車場で開催されました。残雪と新緑の山々をバックに関係者によるテープカットが行われ、五か月以上にわたって閉鎖されていた国道252号の再開通をPRしました。



**オキナグサが咲く里山の春 (4/23)**

大芋川に自生する絶滅危惧種オキナグサの保全活動に参加する広神西小学校4年生17人が、見頃を迎えたオキナグサの花の観察に訪れました。児童たちは、人の手入れを必要とする里山の環境保全に対する理解を深めていました。

「三協ってなあに??」

宇賀地コミュニティ協議会

地域創生課 北部事務所 ☎792・9752 ☎797・2360

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

No.103

地域創生課 北部事務所 ☎792・9752 ☎797・2360

宇賀地コミュニティ協議会は、平成26年4月に竜光・新道島・下新田・下島・田川・和長島・徳田の7自治会の区域で設立しました。  
笑顔が集う地域づくり  
地域の絆づくりや情報発信、魅力を再発見する活動として、ウォーキングやしめ縄づくり、健康麻雀などを行っています。ウォーキングでは、健康づくりに加え、地域内の神社や大木など、普段気づくことの出来ない地域の魅力を再発見することができました。

支え合いで安心して暮らせる地域づくり  
地域全体で支える子育てや高齢者が健康で生きがいを持って暮らせる地域を目指して、児童の登校時の安全・見守り活動の一環としてあいさつ運動を実施しています。また、地域医療魚沼学校による健康講座を定期的に開いているほか、毎週土曜日には宇賀地小学校体育館で運動教室を開催し、参加者全員で身体を動かして心地よい汗を流しています。  
宇賀地小学校を交流の拠点として  
毎年3月には、宇賀地小学校を会場に

して地域の交流イベント「うち冬物語『春よこい』」を児童と一緒に計画し、実施しています。このイベントでは、例年、屋外で雪像づくりなどを行っていましたが、小雪だった今年は、児童によるダンスの披露や、宝釣り、福餅まきを行いました。  
保護者や地域の多くの方々から参加をいただき、笑顔いっぱいイベントとなりました。

地域課題の解決に向けた取り組み

昨年度、当コミュニティ協議会では住民アンケートの実施と地域座談会を行い、令和6年度から令和10年度を計画期間とする地域振興計画を策定しました。計画に示した活動方針では『世代を超えた交流をしよう』『安心安全に誰もが健康で暮らそう』『助け合いの意識で地域間の連携を高めよう』を掲げています。  
今後は、地域の課題をより掘り下げながら解決に向けた活動へステップアップしていくことを目指した取り組みを進めていくこととしています。



## 魚沼市地域おこし協力隊を紹介します

隊員2年目

河合 昭宣さん  
福山新田地区



活動2年目になりました。福山新田がこの先も長く集落として持続できるよう、スマート農業や交流人口増加の取り組みのほか、新たな商品開発を通じて地域に貢献できるように頑張ります。

隊員3年目

米本 晋也さん  
田中・金ヶ沢地区



任期最終年度の今年は、都市住民が魚沼の地で協働する農作業の取り組みを、次年度以降にも持続した活動となるように定着させたいと思っています。

隊員5年目

大滝 義隆さん  
須原コミュニティ協議会



任期の最終年になりました。元気さんも、魚沼スカイラン、雪国リトリートなどのまちづくり活動とともに、健康・福祉分野での起業を見据えて頑張ります。

NEW!!

隊員1年目

磯部 竜太郎さん  
堀之内商工会



5月に市役所旧堀之内庁舎にオープンする「まちの駅魚沼」を活動拠点に、まちの魅力を活かしたイベントの企画と情報発信を行ってまいります。







# 令和6年度 魚沼市住民けん診日程表

健康増進課 ☎792・9763

けん診は  
予約が必要です

## 生活習慣病予防のための「特定健診」

40歳から74歳は特定健診を受診しましょう。魚沼市国民健康保険の人は次の医療機関でも個別健診として特定健診を受診できます。受診票が届いてから予約をして受診してください。堀之内駅前小玉医院、上村医院、かねもと外科内科医院、宮医院

5月15日(水) 受診票発送  
5月22日(水) 9時から予約開始

### 予約方法・受付時間

(方法1) けん診コールセンターへ電話  
☎050・3647・9533  
月～金曜日(祝日を除く) 9:00～18:00

(方法2) WEBサイトから登録  
登録方法は、市ホームページ(☎2195)から確認できます。24時間予約受付可能。

### 注意事項

- ・予約の締切は、けん診の10日前です。定員になり次第、締め切ります。
- ・あらかじめ、複数の受診希望日を決めてからご連絡ください。
- ・10月以降の日程は、市ホームページまたはけん診コールセンターにお問い合わせください。

### 〇乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診

実施月	実施日	受付時間	会場	受けられるけん診	
				乳・子宮頸	骨
6月	14日(金)	8:30～10:30	須原第一体育館	●	
	15日(土)	8:30～10:30	市役所 本庁舎		●
	27日(木)	8:30～10:30 13:00～15:00	小出ボランティアセンター	●	●
7月	1日(月)	8:30～10:30 13:00～15:00	広神体育センター	●	●
	2日(火)	8:30～10:30 13:00～15:00	小出ボランティアセンター	●	●
	6日(土)	8:30～10:30 13:00～15:00	市役所 本庁舎	●	●
	8日(月)	8:30～10:30 13:00～15:00	堀之内公民館	●	●
	7日(火)	8:30～10:30 13:00～15:00	小出ボランティアセンター	●	●
8月	21日(水)	8:30～10:30 13:00～15:00	入広瀬保健センター	●	
	22日(木)	13:00～15:00	小出ボランティアセンター	●	●
	3日(火)	8:30～10:30	小出ボランティアセンター	●	●
9月	10日(火)	8:30～10:30	須原第一体育館	●	
	18日(水)	8:30～10:30 13:00～15:00	広神体育センター 小出ボランティアセンター	●	●
	3日(火)	8:30～10:30	小出ボランティアセンター	●	●
	10日(火)	8:30～10:30	須原第一体育館	●	
	18日(水)	8:30～10:30 13:00～15:00	広神体育センター 小出ボランティアセンター	●	●

〇特定・基本・後期高齢者健診、胸部レントゲン検査、胃がん・大腸がん・胃がんリスク検診

実施月	実施日	受付時間	会場	※胃がん検診
6月	10日(月)	8:00～11:00 13:30～15:00	広神体育センター	●
	11日(火)	8:00～11:00	広神体育センター	●
	18日(火)	8:30～10:30	守門公民館(北部庁舎)	
	19日(水)	8:00～11:00	入広瀬保健センター	●
	20日(木)	13:00～15:00	小出検診センター	
	22日(土)	8:00～11:00	広神体育センター	●
	24日(月)	8:00～11:00 13:30～15:00	堀之内公民館	●
25日(火)	8:00～11:00	堀之内公民館	●	
7月	3日(水)	13:00～15:00	小出検診センター	
	12日(金)	8:00～11:00 13:30～15:00	魚沼市地域振興センター	●
	13日(土)	8:00～11:00	魚沼市地域振興センター	●
	16日(火)	13:00～15:00	小出検診センター	
	17日(水)	8:00～11:00	守門公民館(北部庁舎)	●
	23日(火)	13:00～15:00	小出検診センター	
	26日(金)	8:00～11:00 13:30～15:00	堀之内公民館	●
27日(土)	8:00～11:00	堀之内公民館	●	
30日(火)	8:00～11:00	小出ボランティアセンター	●	
31日(水)	8:00～11:00	小出ボランティアセンター	●	
8月	9日(金)	13:00～15:00	小出検診センター	
	27日(火)	13:00～15:00	小出検診センター	
	29日(木)	8:00～11:00 13:30～15:00	魚沼市地域振興センター	●
	30日(金)	8:00～11:00	魚沼市地域振興センター	●
9月	4日(火)	8:30～10:30	堀之内公民館	
	6日(木)	13:00～15:00	小出検診センター	
	8日(土)	8:00～11:00	小出ボランティアセンター	●
	9日(日)	8:00～11:00	小出ボランティアセンター	●
	19日(木)	8:00～11:00	上条体育館	●
	20日(金)	8:00～11:00	守門公民館(北部庁舎)	●
	26日(木)	8:00～11:00	堀之内公民館	●
27日(金)	8:00～11:00	堀之内公民館	●	

※胃がん検診は、●がある日のみ実施

## 令和6年度 第1回魚沼市職員採用試験 (令和7年4月1日採用)

◎試験区分、職種、採用予定人数等

採用職種	年齢要件	採用予定人数
一般行政職	平成7年4月2日以降に生まれた人	9名程度
一般行政職(障害者雇用)		若干名
土木技師		1名程度
建築技師		1名程度
学芸員		1名程度
保健師	昭和50年4月2日以降に生まれた人	2名程度
保育士・幼稚園教諭	昭和60年4月2日以降に生まれた人	2名程度

- ◎受付期間…5月10日(金)～31日(金)
- ◎第1次試験日…6月24日(月)～30日(日)
- ◎申込み…インターネット(右記QRからお申し込みできます。)



◆魚沼！黒炭塾！職人に学ぶ炭焼き体験！

◎第1回 7月13日(土)、◎第2回 9月14日(土) 両日9時～16時(8時50分までに集合)

場 松川地区森林体験フィールド(北部庁舎集合) 対 高校生以上60歳未満の人 定 各回先着8人 ¥3,000円(保

除料込) ①「魚沼産森ひかり」のホームページ内の申込フォームよりお申し込みください。

◎第1回 6月28日(金)、第2回 8月30日(金) ②農林整備課 ☎793・7740



### 職員等の募集

#### ◆放課後児童支援員募集

◎募集人数：若干名 ◎応募資格：なし ◎任用期間：令和7年3月31日まで ◎職務内容：放課後児童クラブでの児童の保育等 ◎勤務地：市内放課後児童クラブ ◎報酬：月額158,341円 ◎勤務時間：6時間45分 ◎選考方法：書類(一次)、面接(二次) ◎応募方法：子ども課、市ホームページにある申込書に履歴書等を添えて提出 ☎5月31日(金) 申 岡子ども課 ☎792・9201 ②2674

### 公民館

#### ◆魚沼市将棋教室

◎毎月第3土曜日(5月のみ第4土曜日) 13時30分～16時 ※変更の場合あり 場 広神コミュニティセンター ②魚沼市将棋教室講師 ②fushisho@gmail.com ②広神公民館 ☎799・3227 ②21373

### 公民館講座「つい教えたくなる銀山平」自然観察ハイキング

◎5月26日(日)8時～15時 場 銀山平森林公園 ②NPO魚沼自然大学 ②小学4年生以上(小学生は保護者同伴) 定 25人 ¥200円 持 動きやすい服装、登山靴、雨具、帽子、手袋、昼食、飲み物など ☎5月20日(月) ※定員になり次第締め切り 申 岡湯之谷公民館 ☎792・0530

### 各種相談等

#### ◆弁護士無料相談会

◎5月26日(日)13時30分～16時 場 小出ボランティアセンター ②相 新潟県弁護士会所属弁護士 ☎5月22日(水)までに電話またはQRにて予約(先着5人) 他 相談時間は1人30分です。相談時間は受付順とし、時間枠は選べません。申 岡市民相談センター ☎792・8844 ②12352

(有料広告)

いっぱいのありがとうを贈りませんか

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 [魚沼市斎場]  
【ペット火葬】電話受付時間/8:30～17:00(年中無休)

土木技能員、解体作業員、土木技術員  
現場で活躍できる仕事です。

スタッフ募集中!

北越建設株式会社  
HOKUETSU-KENSETSU  
〒946-0057 魚沼市中島1627 TEL: 025-792-1080

※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。



くらしの相談人権なんでも相談所

5月15日(水)13時~16時 (受付は15時まで・予約不要) 場働く婦人の家(南魚沼市浦佐571番地1) 家庭内、親族間、近隣間のもめごと、悩みごとや差別問題等 人権擁護委員 相談は無料 他秘密は固く守られます。 新潟県地方方法務局南魚沼支局 025・772・2164

「介護職員初任者研修課程(通学形式)コース」受講生募集

6月3日(月)~7月11日(水) (水曜日を除く平日のみ実施) 9時~16時20分 場魚沼サンティックスクール 適切な介護に必要な知識・技能を有する介護員の養成コースです。 83,000円 5月20日(月) 魚沼サンティックスクール 025・772・4554

「第一種電気工事士 実技試験対策」受講生募集

6月15日(土)・22日(土) 9時~16時 場魚沼テクノスクール 第一種電気工事士実技試験受験予定者 定10人 4,700円 5月30日(水) 魚沼テクノスクール 794・2410

「第二種電気工事士 実技試験対策」受講生募集

7月6日(土)・13日(土) 9時~16時 場魚沼テクノスクール 第二種電気工事士実技試験受験予定者 定10人 4,700円 6月20日(水) 魚沼テクノスクール 794・2410

魚沼保健所敷地内の納骨堂にてペットの納骨を承ります

平日8時30分~17時 (事前にご連絡ください。) 場魚沼保健所 納骨 3,000円 (新潟県魚沼動物愛護協会費2,000円、諸費用1,000円) 魚沼動物愛護協会 792・8619

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。

自動車税(種別割)の納期限は5月31日(金)です

金融機関窓口やコンビニエンスストアのほか、地域振興局県税部の窓口で納付できます。また、スマートフォン決済アプリやクレジットカード、インターネットバンキング等を利用した納付も可能です。対応可能な金融機関や納める方法については、新潟県ホームページ「納める方法」からご確認ください。納期限までに必ず納付をお願いします。普通自動車の減免申請については、南魚沼地域振興局にお問い合わせください。 南魚沼地域振興局県税部 025・772・2665

楽しい講座

5月22日(水)18時~19時 場小出病院またはZoom配信 糖尿病のお話~こんな時どうしたらいい?~ 小出病院糖尿病療養指導チーム 5月16日(水) 場地域医療魚沼学校 会場参加... 792・1167 FAX 793・7358 (住所・氏名・日中連絡が取れる電話番号を記載のこと) Zoom参加...kyouikucenter@uonuma-medical.jp (氏名を記載のこと)

事務応用科1期6月入校生募集

6月21日(金)~10月18日(金) 平日9時30分~16時 場十日町パソコンカレッジ(十日町市) パソコンの知識や簿記を習得し、就職を希望する人 定15人 無料(テキスト代等自己負担あり) 5月30日(水) ハローワークこいで 場魚沼テクノスクール 794・2410

5月16日~31日 行事カレンダー

Calendar table with columns for date and event details. Includes events like Birthdays, Reading Club, and various community activities.

お誕生おめでとうございます (3月21日~4月20日届出分) 敬称略. List of birthdays with names and addresses.

子育て関連情報

6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

Table with columns for health checkups and nutrition classes. Includes details for infant health checks and weaning classes.

6月 親子ふれあい広場 場子育て支援センターぱびぷ

Table with columns for community events and playground hours. Includes details for parent-child activities and playground opening times.

図書館からのお知らせ

Table with columns for library notices. Includes details for children's book readings and library events.





冬期間限定営業 (再オープンは来秋予定) 魚沼市佐梨 684-2

の作業は、本当に辛かった」と当時を振り返ります。

たまたま美味しいサツマイモができた

櫻井さんは、6年前からサツマイモづくりに取り組んでいます。1年目に、肥料の配合など難しいことは考えずに栽培してみました。これが偶然にも出来が良く、とても美味しいサツマイモができたそうです。ここから「やれる」と直感した櫻井さんの試行錯誤が始まりました。

まずは、干し芋の加工に取り組みました。干し芋の名産地である茨城県では、冬季の日照時間が長く、乾燥した風が吹くため、天日干しで芋を乾燥させています。しかし、魚沼では降雪があるため、天日干しは適さないと判断し、食品乾燥機の導入を決めました。しかし、単純な電源スイッチの切替だけでは美味しい干し芋はできなかつたことから、分刻みで温度と湿度を設定して管理するようになりました。乾燥させたサツマイモは、重量が30%くらいに減少するのですが、その分、甘味がぎゅつと濃縮され、とろけるような触感になります。



お客様とのやりとりは、とにかく楽しい。次に焼き芋の販売に乗り出しました。

恒例となっていた自社農園開催の秋のマルシェで、焼き芋を販売してみたところ、とにかくよく売れたそうです。気が付くと焼き台は3台に増えていました。そして昨年の秋、ついに国道17号沿いに店舗を構え、焼き芋の販売を始めました。「冬期間限定の営業ですが、いろいろな人が来ますよ。イケイケのギャルや、ピカピカの高級車に乗った人が焼き芋を買いに来ます」と笑いました。「近所や地域の人のリピーターは特に嬉しいですよ」と新しい挑戦を心から楽しんでいるようです。



農業応援団のおかげです

中家地区では、長らく田んぼの区画整理が進んでいなかったことから、軽トラックが通行できないほどの昔ながらの細い農道が多く残り、維持管理に苦労してきました。そのようなこともあり、地域全体で助け合おうとする地区の風土が根付いており、年4回、農家・非農家の区別なく集結して『中家区草刈り隊』を編成し地区内の除草作業を行っています。

さらに、中家地区では、農家の高齢化や後継者不足などから地域の農業・

農地を守るために、『中家・池平地区農業応援団』を新たに結成しました。『応援団』の作業は、ボランティアではなく全て有償です。苗づくり、マルチ張り、植え付けから収穫、そして加工まで、様々な作業を担って地区内の農業組織をサポートしています。「特に園芸作物は、手間がかかるんです。私たちがだけでは手が回らないため非常に助かっています」と話の節々に感謝の言葉がこぼれます。作業に来てくれる人は、もちろん全員が身近な顔見知りのため、『家族』や『仲間』という感覚で手伝ってもらっているそうです。

櫻井さんは、「植え付けから加工まで手伝ってくれた人たちが、自慢げに商品を宣伝してくれているのは、本当に嬉しいですね」と表情を崩しません。「地域の人が共に働き、共に生きる」というサイクルの中心にいる櫻井さんは、自身の信念であった『地元根ざす』を実践し『地域に欠かすことができない担い手』として、地域の人々から認識されていることと思います。



表紙の写真

栃原峠から御岳山までを結ぶ月岡御岳遊歩道は、御岳山を愛する団体「御岳山遊会」の皆さんが長年にわたり整備している遊歩道です。写真のベンチも会の皆さんが設置してくださったものです。かつてはポイ(焚き付けなどに使う枝木)山として手入れされていたこの遊歩道では、当時の炭焼き窯の跡も見ることが出来ます。日々の生活の一風景として、気軽にブナ林を満喫できる魚沼の暮らしは、実はものすごく豊かな暮らし方なのではないでしょうか。都会暮らしとは真逆かも知れませんが、筆者は結構気に入っています。(T)

編集後記

今月から、久しぶりに広報の編集に携わることになりました。第1号の市報のために合併前から他町村の職員と沢山話し合い、作り上げたことを思い出します。地震で壊れた建物の話を伺いに行ったり、こんなタイトルを付けていいのかと恐る恐る作ったコーナーが今でも続いている。おかげで、行ったことなかった市内各地のことを学びましたし、沢山のひと知り合えました。

魚沼市も今年で20周年を迎えます。これからも魚沼らしい情景を伝えていきたいと思っています。(A)

今日の市報を読んで答えよう！  
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5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良かった点 ⑤悪かった点 ⑥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 ⑦その他感想など ※④⑤⑥は必須

旧堀之内庁舎の利活用が進められています。5月1日(日曜日)オープンの施設は次のうちどれでしょう?

- ①堀之内美術館
- ②堀之内民芸館
- ③堀之内物産館

★ヒント★  
P2

※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：33 (うち正解数：33)

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

4月10日号に対するご意見等を紹介いたします

◆脱炭素社会の実現に向けてもう少し考えようと思いました。◆魚沼市の木材を全国にPRできるものとして、期待したいです。◆「もっと魚沼市に住みたい。」と思える取り組みなどをどんどん発信してほしい。魚沼市の人口減少は切実だと思う。

ひとのうごき (3月21日～4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12ページをご覧ください。(敬称略)

眞嶋 欣一	92歳	小町	星 篤枝	93歳	宇津野
吉田 豊子	91歳	八幡町	山本 昌三	88歳	小平尾
三寺 トシ	99歳	山ノ手町二	松井クミ子	86歳	外山
佐藤フミイ	90歳	下倉新田	佐藤 克二	73歳	山口
丸山カホル	98歳	徳田	高橋ミキ子	89歳	並柳
田澤 利治	88歳	魚野地	目黒 キン	98歳	中島
星 タマイ	96歳	浦町四	貝瀬 年男	87歳	新保
江口美津江	90歳	南本町	齊藤 幸一	74歳	大倉
榎本 百子	61歳	横町2丁目	青山 伸枝	94歳	渋川
山口 博機	70歳	古新田	佐藤 富雄	94歳	西名新田
田中チヨノ	83歳	若葉町	佐藤フキイ	100歳	西名新田
山内 昇	85歳	佐梨	佐藤サナエ	86歳	高倉
桜井 勝幸	79歳	中原	吉田フジ子	91歳	高倉
星野 友治	99歳	上原	今井 タカ	90歳	穴沢
桑原 英男	98歳	伊勢島	浅井 一正	88歳	大栃山
櫻井 秀治	93歳	上ノ原	大島 強喜	81歳	大栃山
石田 喜一	84歳	井口			

人口と世帯数 (R 6. 3. 31)

	人口	うち外国人	増減
男	16,095	107	-76
女	16,781	182	-100
計	33,093	289	-176
世帯数	13,143		-2

※増減は、前月比です。



## アルペンスキー

昨冬の各種全国大会に出場した湯之谷ジュニア・レーシング・クラブ所属の8人の選手が、内田市長に大会結果等を報告しました。選手たちは、来シーズンに向け市長から激励を受けました。



- ◆ (前列左から) 星 快心さん (湯之谷小6年)、星 穂希さん (湯之谷中1年)、桜井 隼さん (湯之谷中1年)、内田 心絆さん (湯之谷小6年)
- ◆ (後列左から) 内田 妃葵さん (湯之谷中2年)、田中 佑樹さん (六日町高1年)、内田市長、佐藤 歌楽さん (関根学園高3年)、本田 妃奈さん (新潟高2年)
- ◆ (当日欠席) 佐藤 沙是さん (小出中2年)

## 空手

### 星 琴梨さん (湯之谷中3年)

魚沼市空手少年団に所属する星さんは、県大会の形競技で4位となり、3月に京都府で行われたJOCジュニアオリンピックカップ全国中学生空手道選抜大会に出場しました。



がんばる  
魚沼っ子

魚沼っ子、全国大会へ

魚沼市食生活改善推進員協議会 監修

## 生活習慣病予防レシピ



MEMO

[1人分の栄養価]

エネルギー: 384kcal たんぱく質: 14.0g  
脂質: 13.7g 炭水化物: 52.2g 食塩: 0.8g

### 材料 (5人分)

米	2合	A	だし汁	200ml
ゆでたけのこ	200g		しょうゆ	大さじ1と1/3
鶏むね肉	1枚		みりん	大さじ1
人参	1/2本		砂糖	小さじ1
油揚げ	1枚			
サラダ油	大さじ2			

### 作り方

- 1 米2合を炊飯器で炊いておく。
- 2 たけのこ人参はいちょう切りにし、油揚げは熱湯をかけ油抜きをして長さ3cm、幅1cmくらいに切る。
- 3 鶏むね肉を食べやすい大きさにそぎ切りにする。
- 4 鍋にサラダ油を中火で熱し3を炒める。火が通ったら2と調味料Aを入れ、汁気が無くなるまで煮る。
- 5 炊きあがったご飯と4を混ぜ合わせる。

### たけのこの混ぜごはん



### 健康コメント「減塩のコツ」

炊きあがったご飯に具を混ぜることで塩分を抑えられます。



この広報紙はグリーン購入法に適合する再生紙を使用しています。この広報紙は植物油インキを使用しています。

公式ホームページ



約500種類のレシピ



公式 Facebook



公式 X (旧 Twitter)



公式 Instagram



公式 LINE

