

新しい公共交通のカタチ

小出駅や魚沼 IC にも行ける



必ず座れる



事前登録で
自宅まで迎えに来てくれる



子どもと買い物に行ける



病院に行くのが便利



のるひと
KNOWROUTE

AI が最適ルートを策定

小出地域で
実証運行が
始まりまし
た

これからは、

魚沼市公式 LINE



または と呼ぶと

AI オンデマンド交通



のるひと魚沼

が来る

オンラインで育むグローバルな友情 魚沼市×タスマニア

オーストラリア・タスマニア州との中学生交流の取組は、本市の「グローバル人材育成事業」の一環として、市内のモデル校を対象に昨年度から始まりました。

9,000km を隔てた日本とオーストラリアをオンラインで結び、湯之谷中学校及び堀之内中学校の生徒がタスマニア州の中学生と交流しています。これまでに計10回のセッションを通して温かな友情が育まれました。

今後は、市内のすべての中学校が参加できるように拡大していく予定です。



オーストラリア・タスマニア州

ってどんな場所？

タスマニアはオーストラリアの南端に位置する、北海道よりやや小さい島です。「世界で最も空気と水が美味しい場所」としても知られ、美しい自然に囲まれた地域です。ここでしか見られない動物「タスマニアデビル」も有名です。



交 流 の 様 子

交流が始まると、パソコンの画面越しに両校の生徒たちは歓声を上げて喜び合い、笑顔があふれ活気に満ちた様子がみられました。言葉の壁を感じながらも、お互いに理解し合おうと挑戦する積極的な姿勢がみられ、好きなアニメの話で盛り上がったり、互いの文化の違いに気付かされたりしながら友情を育むことができました。

この交流は、生徒の言語学習への意欲を高めるだけでなく、異なる文化を受け入れながら相手を理解しようとする姿勢の大切さを多くの生徒が実感する貴重な機会となっています。

湯之谷中学校 × セント アロイシャス カトリック カレッジ
堀之内中学校 × マリスト リージョナル カレッジ

最初は不安だったけど、共感しあえることがたくさんあった
思い出に残る時間になった



出発地・目的地 予約時間を入れるだけ！

—— A I オンデマンド交通 ——

のるーと のるーと魚沼

平日 7:30 ~ 17:30 運行



2月3日から小出地域で実証運行を開始した『のるーと魚沼』は、A I（人工知能）が利用者の予約に応じて最適なルート进行計算して运行する新しい乗合サービスです。『のるーと魚沼』は、市公式 LINE から簡単に予約ができます。

園生活環境課 ☎792・9766

ID 26668

運賃

300 円（高校生以上）
100 円（中学生以下および
障害者手帳をお持ちの方）

未就学児無料

高齢者にもやさしい
電話予約センター

☎025・793・5511

平日 7:30 ~ 18:00 受付

運行エリア内に自宅があれば
自宅から乗車も設定可能

自宅 ⇄ 指定の停留所

指定の停留所 ⇄ 指定の停留所

STEP 1 市公式 LINE の
お友達登録をする

STEP 2 LINE から
『のるーと魚沼』を
タップ

STEP 3 出発地と
目的地を選ぶ

STEP 4 予約時間を
入力して確定

市公式 LINE
お友達登録は
こちらから



くわしい
予約方法は
こちらから



魚沼市公式
LINE

登録はお済みですか？

2/10 ①
3/21 ②
新規お友達登録キャンペーン
魚沼市プレミアム認定品を
総勢10名様にプレゼント！

園秘書広報課 ☎792・1494

キャンペーン期間中に市公式 LINE のお友達登録時のアンケートに回答した魚沼市在住者の中から、抽選で総勢10名様に魚沼市プレミアム認定品（右記①～③のうち1種類をお選びください）をプレゼントします。※当選発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

市公式 LINE
お友達登録は
こちらから



①魚沼の切り菜（株式会社幸福）
3名様



②靴入味付納豆（株式会社大力納豆）
4名様



③魚沼の木（お菓子工房まるみや）
3名様

教育現場では年々増加する不登校への対応と同時に、変化の激しい社会を生きる子どもたちに必要な生きる力の育成が求められています。そのため、学校教育の基盤であり、子どもたち一人ひとりのよりどころとなる「学級」の位置づけが今後さらに重要となります。

本市では、自由で温かい雰囲気、規則正しい集団生活が送れる「温かい学級」づくりに取り組んでいます。この「温かい学級」を土台にして、市の課題である「学力向上」と「不登校出現率の低下」を目指しています。

これからも「温かい学級」で子どもたちが「楽しい」「わかる・できる」を実感できる取組を推進していきます。



学び合う子どもたち



タブレットを活用し



グループでの話し合

温かい学級で「楽しい」「わかる・できる」を実感

固教育センター ☎795・5011

NRT 学力検査偏差値平均（資料③）

小学校 48.5
中学校 47.3

＜実施学年と教科＞

小学2～4年：国語・算数
小学5・6年：国語・社会・算数・理科
中学1～3年：国語・社会・数学・理科・英語
（令和6年4月実施）

学力向上への取り組み

NRT 学力検査※3の結果は、小学校・中学校ともに全国平均値を若干下回りました（資料③）。

この結果とWEBQU調査の結果を分析して、学級集団の状態に合わせた授業づくりを行っています。話し合いや学び合いを通して課題を解決する姿を大切にしながら、子どもたち同士が学び方を高め合えるように工夫しています。また、一人一台端末（タブレット）を使うことによって、一人ひとりに適した学習も積極的に取り入れています。

※3 NRT 学力検査：「標準学力検査」のことで、全国規模で標準化されており、客観的に学力の把握ができます。

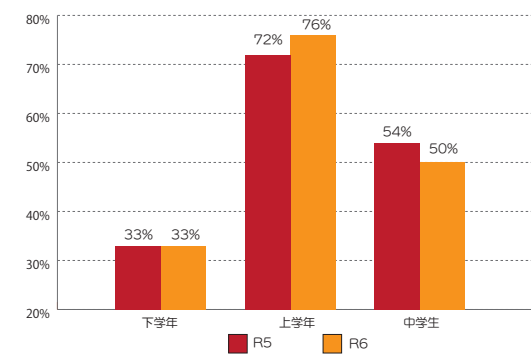
魚沼の子どもたちの様子

WEBQU調査結果（令和6年10～11月実施）

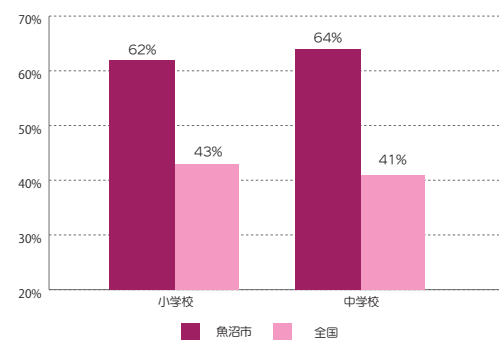
WEBQU調査※1の結果では、親和型※2の学級は、小学校下学年で33%、小学校上学年で76%、中学生で50%となっています（資料①）。

学級に居心地の良さを感じていると考えられる子どもたちの割合（満足群にいたる割合）も全国平均に比べ、大変高くなっています（資料②）。

親和型学級の割合（資料①）



満足群にいたる割合（資料②）



※1 WEBQU調査：学級で居心地の良さを調べる心理テスト
※2 親和型：学級集団のルールが子どもたちに浸透し、主体的に生き生きと活動し、子どもたち同士の関わり合いが活発になっている学級

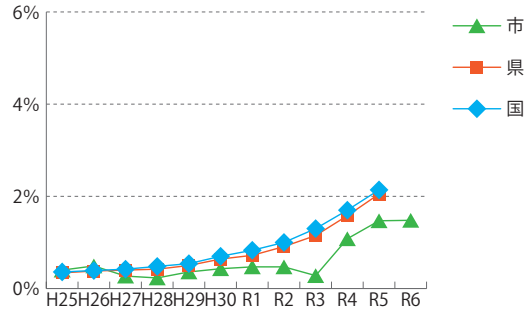
不登校への対策

全国的に不登校出現率が増加しています。本市では、小学校における不登校児童の出現率が全国平均・県平均と比べて低い状況にあります。年を追うごとに増加傾向がみられます（資料④）。また、中学校においては、全国とほぼ同じ出現率となっています（資料⑤）。本市における不登校の主な原因として、小学生では「学業不振」、中学生では「友人関係」が挙げられています。学級に満足している児童・生徒の割合が高い一方で、悩みを抱えている子どももみられることから、様子の変化にすぐに気付けられるように、寄り添っていくことが大切であると考えています。

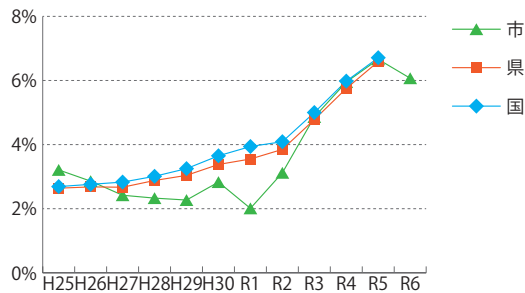
そのために、学校では教職員が情報交換を行いながら、チーム体制を組んで対応しています。また、学級では「すべての子がリーダー」として活躍できる場や機会を設けて、関わりのスキルを高める活動やすべての児童・生徒が参加できるような授業を行っています。

これからの子どもたちが互いに個性を認め合い、主体的に学校生活を送れるような学級づくりを推進していきます。

小学生不登校児童出現率（資料④）



中学生不登校生徒出現率（資料⑤）



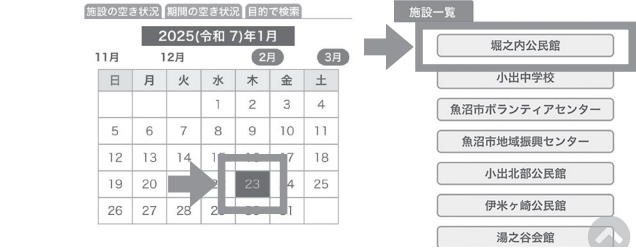
※令和7年1月6日現在の状況です。全国及び新潟県の数値は令和7年度に発表されます。

予約状況の確認方法

1 システム内の「空き状況の確認」を選択



2 確認したい日付・場所を選択



3 予約状況が確認できます。

堀之内公民館		施設詳細											
2025(令和 7)年 1月23日(木)		1ヶ月											
1日		2日											
3日		4日											
5日		6日											
7日		8日											
9日		10日											
11日		12日											
13日		14日											
15日		16日											
17日		18日											
19日		20日											
21日		22日											
23日		24日											
25日		26日											
27日		28日											
29日		30日											
31日		1月											

このほか期間別、目的別に予約状況を確認することもできます。

このたび、スマートフォンやパソコンから公共施設の予約状況を確認できるようにしました。市ホームページ（☎27030）や市公式LINEの「くらし（証明・申請・予約）ボタン」から内容をご覧いただけますのでどうぞご利用ください。

なお、オンラインによる公共施設の予約申請受付についても、ご利用できるように現在準備を進めています。こちらについても今後、運用を開始する際に、改めて詳細をお知らせします。



くらしが便利に！
公共施設の予約状況が
スマホ等で確認できます

企画政策課 ☎792・1425

図学校教育課 ☎793・7452

地域に根ざし、地域の人と関わる学校づくりを目的とする「コミュニティ・スクール」がスタートして3年目を迎えました。コミュニティ・スクールは、学校を核とした地域づくりをねらいとする「地域学校協働活動」と一体的に推進することで、より成果が期待されています。地域の宝である子どもたちを地域で育てながら、地域のつながりを深めていきましょう。

「CSふれあいリサイクル活動」では、各地域の集積所に空き缶等を持ってきた方に子どもたちが感謝の手紙を渡したり、リサイクル活動後に親子で集落の活動に参加したりするなど、子どもたちが地域の方々とふれあえる場を広げることができました。また、校区内の三つのコミュニティ協議会からのご協力により、交代で校庭の草刈りや花壇の手入れを行ったほか、全校で取り組んでいる野菜作りをご指導いただきました。このほか、「昼休みわくわく教室」では、地域のボランティアが主体となって、茶道・方言かるた・昔語り・スタンブ教室など多彩な教室を実施することができました。これらは全て地域の方からご協力をお願いしながら活動しています。地域の多くの方々と子どもたちが接することによって、学校の内外でたくさんのつながりが生まれた一年となりました。



第3回 広神東小学校 / 湯之谷小・中学校 / 伊米ヶ崎小学校

取り組みが3年目になりました コミュニティ・スクール

各学校の2年目の振り返りや3年目の取り組みをお伝えする、4回シリーズの3回目となります。

広神東小学校 学校運営協議会

昨年は、コミュニティスクール（以下CS）活動のねらいとしている「子どもと地域がふれあえる活動」と「地域の方が学校に寄り添う活動」が、今まで以上に進んだ年となりました。

「CSふれあいリサイクル活動」では、各地域の集積所に空き缶等を持ってきた方に子どもたちが感謝の手紙を渡したり、リサイクル活動後に親子で集落の活動に参加したりするなど、子どもたちが地域の方々とふれあえる場を広げることができました。また、校区内の三つのコミュニティ協議会からのご協力により、交代で校庭の草刈りや花壇の手入れを行ったほか、全校で取り組んでいる野菜作りをご指導いただきました。このほか、「昼休みわくわく教室」では、地域のボランティアが主体となって、茶道・方言かるた・昔語り・スタンブ教室など多彩な教室を実施することができました。

これらは全て地域の方からご協力をお願いしながら活動しています。地域の多くの方々と子どもたちが接することによって、学校の内外でたくさんのつながりが生まれた一年となりました。

湯之谷小・中学校 学校運営協議会

湯之谷小学校の学校運営協議会では、昨年度より「湯之谷フェス」に参加しています。このイベントは、児童会の委員会ごとに編成された小学5・6年生に加えて湯之谷中学校1年生と学校運営協議会委員が昔から伝わる遊びを中心とした出し物を出店し、低中学年の児童と保育園年長児がそれぞれ校内を巡回して楽しむ企画です。

中学生や小学5・6年生が低・中学年の児童を喜ばせようと必死に取り組む姿が見られました。この企画を通して子どもたちに主体性が育まれ、また、やり遂げたときの達成感が自己肯定感や挑戦意欲を養うことにつながっていくことを感じました。そんな子どもたちの姿を地域の大人が見守りながら、地域の将来を考え、関わっていくことが、地域を盛り上げていくためにとても重要であると思います。これからも地域と学校がともに考え、互いに協力し合いながら「子どもたちが豊かに学べる湯之谷」を目指した活動を進めてまいります。



伊米ヶ崎小学校 学校運営協議会

今年度は、伊米ヶ崎小学校の創立150周年の節目の年となりました。地域で子どもたちを育てることを目指す学校運営協議会は、150周年記念事業実行委員会と連携しながら、2年越しで準備を進めてきました。記念行事の内容は、昨年9月に児童と保護者、地域の方々が熟議を重ねた結果、子どもたちが提案した「マルシェ」「お祭り」「花火」を実施することになりました。

記念行事の当日、マルシェには大人だけでなく子どもたちによる出店もあり、地域の方から指導を受けて自分たちで栽培したお米などを販売する様子なども見られました。また、特設ステージ上では、子どもたちが学校のクラブ活動や地域のサークル活動で練習した成果としてダンスなどを披露し、祭りを盛り上げました。記念行事の締めくくりは、子どもたち、地域の方のそれぞれの思いが込められた打上花火が伊米ヶ崎の夜空に輝き、たくさんの方から「楽しかった」「伊米ヶ崎すごい」という声をいただきました。この記念行事の熱い思いは消えることなく、コミュニティ協議会に引き継がれ、今冬初めて実施する冬のイベント開催に向けて広がりをみせています。

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

活動報告・憩いの場の創出



堀之内商工会担当
磯部 竜太郎 隊員

私の活動目標は、①地域の憩いの場の創出、②伝統文化の発展と継承、③魚沼の魅力の発信、の三つを設定しています。今回は活動拠点でもある「まちの駅魚沼」を活用した地域の憩いの場の創出への取り組みを紹介いたします。

昨年の夏は、毎週末にビアガーデンを開催しました。普段はお客様のおもてなしをさせていただく立場ですが、一度だけ私も客席からビアガーデンを楽しみました。夜風に吹かれながら味わう仕事後のビールは格別でした。10月には魚沼のグルメと新潟のブルワリーを繋ぐ、魚沼オクトーバーフェストを開催し、約1,000人のお客様にご来場頂きました。魚沼オクトーバーフェストを無事開催出来たのは地域の皆様方のご協力の賜物です。この場をお借りし厚く御礼申し上げます。この2つのイベントにより、地域に更なる賑わいを創出できたものと感じています。

No. 111 図 地域創生課
☎792・9752
図 北部事務所
☎797・2360

また、子ども向けの企画として、8月には縁日、12月にはクリスマスマーケットを開催しました。両イベントともに想定を上回るお客様からお越しいただきました。こうしたイベントが地域の子どもたちにとって楽しい思い出になると幸いです。イベントの店員は堀之内中学校の生徒たちから担ってもらいました。働くことの意義や地域と関わることの尊さを学ぶ機会を提供できたのではないかと思います。

一方で、高齢者向けに「堀之内スマホクラブ」というスマホ教室も開催しています。この教室では上手な写真の撮り方など、参加者ご自身の持つ知識やスキルを引き出すとともにそれを相互に共有し合うようにして楽しみながら学んでもらっています。

私の協力隊としての活動はもうすぐ一年を迎えます。来年度はこれらの活動をより一層磨き上げるように努めながら、より多くの方から『まちの駅魚沼』を憩いの場としてご利用いただくとともに、より良い地域コミュニティの醸成に貢献できるよう邁進いたします。

魚沼市報

うおぬま

2.10

2025年2月10日号

お知らせ版

日時

期期間

場所

内容

対象

資格

講師

出演

相談員

持ち物

料金・参加料

定員

締め切り

その他

申し込み

問い合わせ

担当課

Eメール

【記事中に次の表記がある場合は省略します】

対どなたでも

定なし

無料

申不要

ID(ID番号)を、魚沼市ホームページ(くらし・行政)に入力すると、記事の詳細がご覧になれます。

ページID検索

IDを入力

表示

くらし

◆魚沼市議会議員一般選挙

令和7年7月2日の任期満了に伴う魚沼市議会議員一般選挙の期日を、次のとおり決定しました。

◎選挙期日：令和7年6月15日(日) ◎選挙期日の告示日：令和7年6月8日(日)

問 魚沼市選挙管理委員会

☎ 792・9207 ID 27

770

◆魚沼基幹病院市民公開講座「からだにやさしい治療」を動画で見てくださいませんか

◎第1部：期2月21日(金)～3月6日(木) 内①子宮・卵巣 ②乳腺 ③胃・腸 ④肝臓・胆道・脾臓 ⑤腎臓・膀胱

◎第2部：期3月7日(金)～20日(祝) 内①前立腺 ②脳 ③肺・気管支 ④耳・鼻・のど ⑤運動器(骨・関節・神経)

◆介護予防講座「冬でもしつかり介護予防」

◎視聴方法：魚沼基幹病院ホームページからご覧ください。

問 魚沼基幹病院 ☎ 777・3200 健康増進課 ☎ 92・1436 ID 27645

◎第1部：期2月25日(火)10時～11時30分 場 広神コミュニティセンター 内 介護予防に関する基礎知識の講話と体操を行います。

対 市内在住の人 問 山本潤さん(スポーツトレーナー)、地域包括支援センター職員(保健師) 特 内履き、飲み物、動きやすい服装 定 先着30人 社 課 ☎ 792・9755 ID 27

◆歯科保健相談会

歯や口の健康のことについて、お気軽にご相談ください。

歯みがき指導も行います。

日 2月27日(木)9時30分～11時50分(40分ごとの予約制)

◆健康チェック測定体験会「野菜を摂ろう！」

日 3月18日(火)・19日(水) 各日13時30分～15時30分(どちらも30分ごとの予約制) 場 市役所本庁舎 内 旬の野菜を使った料理の試食、野菜摂取量測定・血管年齢測定・自律神経測定・体組成計の体験、結果説明、運動紹介 対 18歳以上 定 各日20人 期 3月10日(月) 申 QRまたは健康増進課にご連絡ください。 申 問 健康増進課 ☎ 792・9763 ID 18 997



(有料広告)

交通災害共済は全市町村で行う助け合いの制度です

新潟県交通災害共済

只今、令和7年度の会員募集中です！
ご家族そろってご加入ください。
年会費：1人500円

問 生活環境課 ☎ 792・9766



※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。

解体工事・片付作業
おまかせください！



北越建設株式会社
HOKUETSU-KENSETSU

〒946-0057 魚沼市中島 1627 TEL：025-792-1080



会社案内

市民への防火・防災意識の啓発と消防関係者の士気高揚を目的として今年も消防出初式が開催され、消防職団員約400人、消防車両約60台が参加しました。式典では分列行進や車両パレードのほか、伝統の木遣り唄と纏振りなどが披露されました。

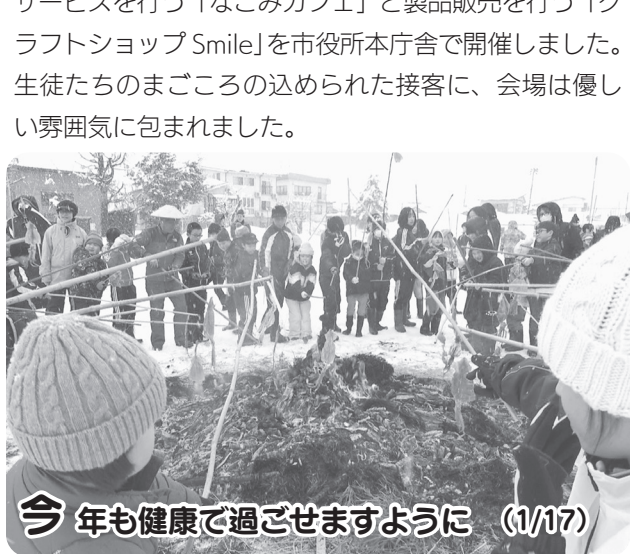
災いのない1年を願って (1/5)



温かなサービスでほっこり (1/15)



今年も健康で過ごせますように (1/17)



無病息災などを願う小正月の行事「どんど焼き」が堀之内小学校で行われました。参加した児童は、冬休みに書いた書初めを燃やして習字の上達を願ったり、するめを焼いて今年一年の健康を祈ったりしていました。

フォトス케ッチ

やさぶろうばさ
ぶきの夜 弥三郎婆が来るという (1/11)



極上の米づくりに感謝と敬意を込めて (1/17)

魚沼市プレミアム認定協議会が主催する「米食味コンテスト in 魚沼」が行われ、8人の生産者が表彰を受けました。最高金賞を受賞した桑原正文さん(前列左から2人目)の特別栽培米に対して「魚沼市プレミアム」認定証が授与されました。



大切な地域の宝を守る (1/24)



1月26日の文化財防火デーにあわせて国指定重要文化財である目黒邸で防火訓練を実施しました。訓練に参加した関係者は、入場者の避難誘導や消防署への通報の方法などを訓練したほか、初期消火の手順を確認しました。

お誕生おめでとうございます

(12月21日～1月20日届出分) 敬称略

成田 真紘 (祐司・恵里子) 堀之内駅前通

加藤 恵菜 (友也・千歳) 日渡

神喰 晴風 (翔太・早也佳) 小出旭町

平 陽奏 (智大・美衣菜) 佐梨

星野 陽咲 (大陸・仁美) 虫野

小杉 心 (十真・美幸) 清水上

子育て関連情報

3月 乳幼児健診等

場 子育て支援センターぱびぷ

問 子ども課母子保健係

☎792・9204

■乳幼児健診

種類	期 日	受付時間
4か月児(先天性股関節脱臼検診) (令和6年11月生まれ)	26日(水)	13:10 ～13:30
1歳6か月児 (令和5年8月生まれ)	12日(水)	
2歳児 (令和5年3月生まれ)	28日(金)	
3歳児 (令和4年2月生まれ)	19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
に連絡のうえ治ってから受診してください。 ID2709

■離乳食・幼児食準備・1歳よちよち教室

事業名	対象(対象外でも可)	期 日	受付時間
離乳食教室(初期) ごっくんごはん	令和6年12月生ま れの乳児と養育者	17日(月)	13:30 ～13:45
離乳食教室(中期・後期) もぐもぐかみかみごはん	令和6年8月生ま れの乳児と養育者	4日(水)	9:30 ～9:45
幼児食準備教室 1歳からのごはん	令和6年5月生ま れの乳児と養育者	11日(水)	
1歳よちよち教室 (親子遊び、仕上げ みがきなど)	令和6年4月生ま れの乳児と養育者	14日(金)	9:15 ～9:30

持 母子健康手帳、オムツ、着替え等 ID2710・2707

3月 親子ふれあい広場

問 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～金曜 9:00～16:00	自由遊びなど
びよびよタイム	月～金曜 10:30～10:45	手遊び・ ふれあい体操など
土曜開放	毎週土曜 9:00～11:30	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	

12日(水)、19日(水)、26日(水)、28日(金)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。 ID14320

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

問 広神図書館 ☎799・3134

※小出郷図書館の閉館につき、4月までは広神図書館のみで開催します。

赤ちゃんにはじめての
絵本を
2月ブックスタート
(1組10分程度です)

回 2月22日(出) 10:00～11:30
場 広神図書館

対 令和6年4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

乳幼児向け
だっこでおはなし

回 2月15日(出) 10:30～
場 広神図書館

内 絵本、紙芝居、パネルシアター、歌あそびなど

防災スピーカー自動応答サービス

☎0120・031・030(無料)

または

☎025・793・2100(有料)

防災スピーカーからの放送を
「聞き取れなかった」「聞き逃した」
ときのために電話で過去2回分の放送内容を
確認できるサービスを行っております。

問 防災安全課 ☎025・792・9214

安全・安心

◆Jアラート全国一斉情報伝達試験を行います

地震や武力攻撃時等の緊急時には、全国瞬時警報システム(Jアラート)により、防災行政無線や緊急告知ラジヲを通じて市民の皆さんに情報伝達されます。このたび、全国一斉情報伝達試験のため、次の日時に試験音声が行われますのでご承知おください。

回 2月12日(水) 11時
問 防災安全課 ☎792・9214

献血を実施します(全血 400mL)

問 健康増進課 ☎792・9763 ID21472

回 2月27日(水)

・10時～11時30分 場 消防本部

・13時30分～15時30分 場 老人保健施設 清流苑

持 献血カード(お持ちの人)

対 男性:17～69歳、女性:18～69歳

※男女とも体重50kg以上ある人

※65歳以上の人は、60～64歳の間に献血経験のある人のみ

第1回魚沼市議会定例会

問 議会事務局 ☎793・7444 ID13483

開催日	開会時刻	会 議 の 内 容
2月18日(水)	10:00	本会議 ・即決案件(補正予算案等) 説明、質疑、採決
2月19日(水)	10:00	本会議 ・市長所信表明 ・予算議案 説明、予算審査特別委員会設置・付託
2月20日(水)	10:00	本会議 ・付託案件(条例案等) 説明、質疑
2月26日(水)	10:00	総務委員会
2月27日(水)	10:00	福祉文教委員会
2月28日(金)	10:00	産業建設委員会
3月 4日(水)	10:00	本会議 一般質問
3月 5日(水)	10:00	本会議 一般質問
3月 6日(水)	10:00	本会議 一般質問(予備日)
3月12日(水)	10:00	予算審査特別委員会
3月13日(水)	10:00	予算審査特別委員会
3月14日(金)	10:00	予算審査特別委員会
3月17日(月)	10:00	予算審査特別委員会(予備日)
3月25日(水)	10:00	本会議 ・付託案件 審査報告、採決 ・追加案件 説明、質疑、採決

場 本庁舎3階 議場等 他 本会議等を傍聴する際は、議場等入口で住所・氏名を記入してから傍聴席へお入りください。

◆普通救命講習会

回 3月7日(金) 18時30分～21時30分

場 消防本部 内 成人に
対する心肺蘇生法等 調 魚沼
市消防本部応急手当指導員
市 市内に在住または在勤する
人 定 30人 持 動きやすい服
装、マスク 対 2月26日(水)
※定員になり次第締め切り
他 行政ポイント対象。当日は
体調確認と検温を実施しま
す。

申 問 警防課 ☎793
・0119 ID2502

ごみ量のお知らせ(12月分) ID2049

問 生活環境課(廃棄物対策係) ☎792・3055

種別	6年度	5年度	増減
可燃ごみ	913	898	15
不燃ごみ	36	39	-3
大型ごみ	68	80	-12
容器包装	11	12	-1
古紙類	74	73	1
合 計	1,102	1,102	0

単位:トン(1トン未満四捨五入)

ごみ分け方出し方
ワンポイント

指定ごみ袋は、中身がこぼれたりひみじたりしないように取っ手を含めた「縦・横」両方をしっかり結んで出してください。

【うおめま健康ダイヤル24】

☎0120-656-680(フリーダイヤル)

※看護師・保健師・医師が24時間年中無休でご相談に応じます。(通話料・相談料無料)

※急な発熱、けがの応急処置など

※身体症状の不安、受診の目安など

※育児相談、健康相談、介護相談など

・本事業は株式会社法研に委託して実施しています。

虐待かもと思ったら189番 お近くの児童相談所につながります

こんなときにはすぐお電話ください。

問 子育て支援センター ☎792・6356

型枠作製基本コース受講生募集

期3月13日(休)・14日(金) 9時～16時 場魚沼テクノスクール 対型枠大工に興味がある人 定10人 ¥4,700円 対2月27日(休) 申問魚沼テクノスクール 794・2410

新潟県地球温暖化防止活動推進員募集

対県内に在住または在勤する満18歳以上の人で、地域での温暖化防止活動の推進に熱意と識見を有する人 他くわしくは、新潟県のホームページをご確認ください。 対2月28日(金) 申問新潟県地球温暖化防止活動推進センター 025・264・2144

うおぬま森の学校 山仕事安全講習会 (座学)

日3月9日(日)9時～11時 場響きの森文化会館 内山仕事の安全作業について学習します。 講長野工機職員 ¥500円 定10人 持筆記用具 他3月23日(日)に響きの森公園周辺で実技講習を実施 対2月28日(金) 申問魚沼交流ネットワーク 792・1336

新潟県労働相談所「休日労働相談会」

日3月9日(日)13時～16時30分 場長岡地域振興局庁舎 内社会保険労務士及び労働相談所職員が労働に関する様々な悩み事について、電話・面談・オンライン (Zoom) にて相談をお受けします。 他くわしくは新潟県労働相談所ホームページを参照 問新潟県労働相談所 025・281・6110

楽語い講座「地域をつなぐ医療と福祉の架け橋へ～MSW医療ソーシャルワーカーの仕事紹介～」

日2月26日(水)18時～19時 場小出病院またはZoom配信 講小出病院医療ソーシャルワーカー 対2月20日(休) 申問地域医療魚沼学校 ◎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)

第13回ソフトバレーボール連盟会長杯ソフトバレーボール大会

日3月2日(日)9時から 場堀之内体育館 対市内に在住または在勤する人で構成されているチーム (一部他地域枠有り) ¥1チーム3,000円 対2月23日(日)例 申問魚沼市ソフトバレーボール連盟・青木 090・7280・2396

がん患者サロン

日3月9日(日)13時30分～16時 場魚沼基幹病院 内◎第1部：講演会「こころの栄養・身体の栄養」 ◎第2部：おしゃべり会 講太田美加子さん (魚沼基幹病院管理栄養士) 対第2部は患者、家族、経験者のみ 申問魚沼基幹病院がん相談支援センター 025・788・0196

ごみ分別アプリ【エコうお】

ごみの収集日、分別、出し方等、ごみに関する情報をスマートフォンで簡単に確認できます。

▲ iOS

▲ Android

移動市長室

問秘書広報課 792・1494

内田市長が、市政に対するご意見等を直接お聞きます。

日2月21日(金)9時30分～11時30分 場市役所本庁舎 対市内に在住、通勤、通学している人 他先着順 (受付で氏名・住所等記入)。1組あたり概ね10分間 ID9120

公民館

◆井口宏「傘寿の油彩画展」

期3月3日(月)～15日(土) 平日9時～16時、土曜9時～12時 (日曜・祝日を除く) 場伊米ケ崎公民館 問伊米ケ崎公民館 792・0082 ID27014

ウッドバーニングで木工品作り教室

期2月20日～3月27日 (毎週木曜) 全6回 13時～15時30分 場湯の里ふれあいセンター 内コースター、小さな置物、ストラップを作ります。 講魚沼自然大学・井口 ¥2,000円 定10人 対2月17日(月) 申問 NPO 法人魚沼自然大学・星 793・7955 対uonuma-shizen@gmail.com

親子で楽しむ簡単おりがみ教室

日2月16日(日)10時30分～11時、14時～14時30分 場子育ての駅かたくり 内新幹線、動物、アイスクリームなど作成 問子育ての駅かたくり 792・2112

PPバンドの籠作り教室

日①2月20日、27日、3月6日 (各木曜日、全3回コース) ②3月13日、20日、27日 (各木曜日、全3回コース) 13時～15時30分 場湯の里ふれあいセンター 内3日間で籠1つを作ります。 講魚沼自然大学・星 持ハサミ、千枚通し ¥各回とも2,000円 定各回5人 対2月17日(月) 申問 NPO 法人魚沼自然大学・星 793・7955 対uonumashizen@gmail.com

◆魚沼地域の農業を考える集い

日2月18日(火)13時30分～16時 場響きの森文化会館 講榊田みどりさん (農業ジャーナリスト) 他 定200人 対2月14日(金) 申QRからお申し込みください。 問農政課 793・7647 ID12150

◆サル・イノシシ対策講演会

日2月20日(休)14時から 場北都庁舎 内サル・イノシシ対策基礎知識講演 講波多野健治さん (新潟県獣警備代表)、今村舟さん (一般社団法人ふるさとけものネットワーク) 問農政課 793・7647 ID27513

◆乳幼児のすこやかな成長を促すためのお話と簡単な運動

日3月7日(金)10時～10時45分 場子育て支援センターぱびる 講梅田愛子さん (スポーツトレーナー) 対生後4か月から7か月くらいの乳幼児とその保護者 定先着15組 対2月28日(金) 申QRからお申し込みください。 問子育て支援センターぱびる 792・6356 ID14787

2月16日～28日 行事カレンダー	
16 日	
17 月	
18 火	市議会本会議 初日 (10:00/ 本庁舎議場) 魚沼地域の農業を考える集い (13:30/ 響きの森文化会館)
19 水	市議会本会議 (10:00/ 本庁舎議場)
20 木	市議会本会議 (10:00/ 本庁舎議場) 誕生会 (10:30～10:45/ 子育て支援センターぱびる) サル・イノシシ対策講演会 (14:00/ 北部庁舎)
21 金	移動市長室 (9:30/ 市役所本庁舎)
22 土	ブックスタート広神 (10:00/ 広神図書館)
23 月(祝)	魚沼市遺跡発掘報告会 (13:30/ 響きの森文化会館)
24 月(祝)	
25 火	介護予防講座「冬でもしっかり介護予防」 (10:00/ 広神コミュニティセンター)
26 水	市議会総務委員会 (10:00/ 本庁舎委員会室)
27 木	歯科保健相談会 (9:30/ 市役所本庁舎) 市議会福祉文教委員会 (10:00/ 本庁舎委員会室) 年金相談日 (10:00～15:00/ 魚沼市ホランティアセンター) 要予約 長岡年金事務所 0258・88・0006 全血献血 (10:00～11:30/ 消防本部) 全血献血 (13:30～15:30/ 老人保健施設清流苑)
28 金	市議会産業建設委員会 (10:00/ 本庁舎委員会室)

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。

安全運転管理者の選任が必要な事業所について

内道路交通法の規定により安全運転管理者などの選任が必要です。 対①乗車定員が11人以上のマイクロバス1台以上、②その他の自動車5台以上 (二輪車は2台で1台、原付を除く) の車両を使用する事業所 申問小出警察署交通課 793・0110

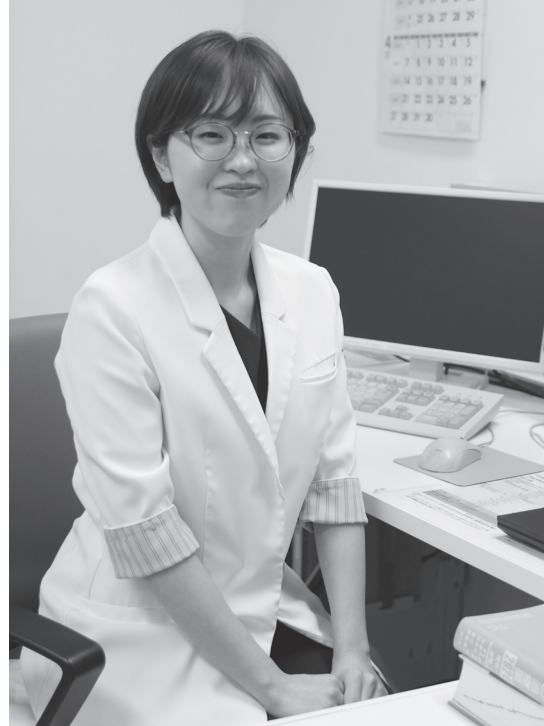
ま501☆

魚沼人

～ うおぬまびと ～

市立小出病院 医師
布施 千尋 さん (29 歳)

魚沼は、自然が豊か。
ご飯もおいしい。人も温かい。
大好きなこの地域全体の
医療に貢献していけたらいいな。



― これまでの経歴などを教えてください ―
父の仕事の関係で、小学校卒業までは十日町市で暮らしていました。そのため、雪には慣れているほうだと思っ

ています。中学から高校までは新潟市で暮らし、その後岩手県の大学に進学して医学を学びました。卒業後は、県立十日町病院で2年間、医師としての基本的な知識や技術を学びました。2年前から小出病院で内科医として勤務しています。

― 小出病院での主な仕事内容は？ ―

主に内科外来、救急外来、入院患者さんの診療、そして病院へ通院するところが困難な患者さんへの訪問診療を担当しています。一日の仕事の流れとして、朝出勤したら、まず入院患者さんの回診を行い、その後に内科外来で病院に通院される患者さんを診察します。昼食を済ませた後は、入院患者さん

― 医師になろうと思ったきっかけは？ ―

私の父も内科医ですが、私が小さかった頃から仕事に忙しく、単身赴任の期間も長かったため、家族と一緒に過ごす時間があまりありませんでした。そうした中であって、父は時々医療の話に熱心にし

てくれました。そのような真剣に医療に向き合う父の姿をみて、幼心に「私もお医者さんになりたい」と思うようになりました。

― 医師になって感じたことは？ ―

医師になってからの4年間で一番感じたことは、「医師は広い視野を持たなくてはならない」ということです。患者さんの病気だけを診るのではなく、病で苦しむ人として診る、地域で生活する人として診る、そして地域全体を診るという視点が大切だと学びました。目の前の患者さんが今までのどのような生活をしてきたのか、そして、これから先どのように生活していくのか、その人がその人らしく地域で生活するためにどのようなサポートが必要なのかなど、患者さんの人生の物語に携わる立場としての視点を持つことがとても重要であるということを実感しています。

― 今後のビジョンや目標は？ ―

色々なことに興味があるのですが、まずは患者さんと向き合う医師として、たくさん経験を積みたいと思っています。今年の4月から2年間、新潟大学で気管や肺などの呼吸に関わる臓器の病気を専門的に扱う呼吸器内科専門



研修を受ける予定です。
医師として地域の中で働いていると、医療技術だけでは解決できない問題がたくさんあるこ

とが分かりました。今、多くの地域では、超高齢化や人口減少、過疎化、所得格差、生活環境の変化といった様々な課題に直面しています。こういった複雑に社会環境が変化する中で、医療の在り方も変わっていく必要があるのかもしれませんが、地域社会の安全と安心のために、臨床医学だけではなく、社会学など様々な分野にも興味を持って学んでいきたいと思っています。

私はこれまでたくさんの方々を支えてもらって、医師になることができたので、そして、小出病院で働いた2年間でたくさんの方のことを学ばせていただきました。周囲に対しての感謝の気持ちを忘れずに、地域社会に恩返しをするという気持ちを持ちながら、目の前の患者さんの病気だけを診るのではなく、地域全体を診ることができるような広い視野を持った医師になりたいと思っています。

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2月21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満点・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

オーストラリアのタスマニア州にのみ生息している有袋類の固有種は次のうちどれでしょうか。

- ①タスマニアエンジェル
②タスマニアデビル
③ウオンバット

★ヒント★
3P

※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：42 (うち正解数：4)

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

1月10日号に対するご意見等をご紹介します

◆のーと魚沼に興味があるので説明会に行ってきました。これから利用してみようと思います。車の無い私にはとても素晴らしいシステムです。

ひとのうごき (12月21日～1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)

こめいふくをお祈りいたします

小島 貞夫	89歳	下町一	那須 タキ	98歳	古新田	山本 壽一	86歳	今泉																				
吉田 福恵	94歳	八幡町	丸山 清一	73歳	若葉町	佐藤 クラ	89歳	米沢																				
丸山 ハナ	84歳	堀之内稲荷町	武藤 照彦	97歳	中原	櫻井 和子	90歳	中家																				
横山 俊雄	83歳	堀之内稲荷町	渡邊 忠夫	85歳	中原	五十嵐タケ	96歳	須川																				
矢島 恒夫	92歳	西栄町	武藤 ヨリ	96歳	中原	石田 茂	91歳	大谷内																				
遠藤 スミ	93歳	下倉新田	駒形喜美雄	72歳	干溝	佐藤 頼雄	74歳	渋川																				
久留島マツノ	86歳	田戸	野口キクノ	96歳	虫野	穴沢 糸子	82歳	東野名																				
渡部 正文	77歳	寺村	坂大カツエ	83歳	十日町	椿 一正	93歳	西名																				
平澤 政一	71歳	竜光三	坂大隆太郎	87歳	十日町	船見 正一	86歳	西名																				
佐藤 弘子	68歳	田川	星 タケ	94歳	湯之谷芋川	浅井美枝子	87歳	長島																				
角屋 キミ	99歳	和長島	星 芳邦	69歳	湯之谷芋川	酒井 純一	48歳	平野又																				
小山 誠	71歳	和長島	星 ツル	98歳	下折立	人口と世帯数 (R 6. 12. 31) <table><tr><th></th><th>人口</th><th>うち外国人</th><th>増減</th></tr><tr><td>男</td><td>15,960</td><td>150</td><td>-23</td></tr><tr><td>女</td><td>16,562</td><td>193</td><td>-30</td></tr><tr><td>計</td><td>32,522</td><td>343</td><td>-53</td></tr><tr><td>世帯数</td><td>13,168</td><td></td><td>-7</td></tr></table> ※増減は、前月比です。				人口	うち外国人	増減	男	15,960	150	-23	女	16,562	193	-30	計	32,522	343	-53	世帯数	13,168		-7
	人口	うち外国人	増減																									
男	15,960	150	-23																									
女	16,562	193	-30																									
計	32,522	343	-53																									
世帯数	13,168		-7																									
五十嵐正三	93歳	小出稲荷町二	仲丸ヒサヨ	91歳	田中																							
須藤 定夫	82歳	四番町一乙	覺張マツノ	97歳	雁坂下																							
吉岡チイ子	78歳	小出東町4	松田 君江	98歳	小平尾																							
小島 高一	95歳	横町1丁目	佐藤權右エ門	92歳	泉沢																							
廣井 榮一	91歳	羽根川二	酒井 利男	93歳	小庭名																							
井口 幸子	75歳	青島下	田中 伸二	95歳	中島																							
大屋 三吉	87歳	沢田二	黒滝 文男	83歳	今泉																							

表紙の写真



『オンデマンド交通』について、視覚的にわかりやすく説明するために試行錯誤しました。多くの読者の方々に『のーと魚沼』をご利用いただけるとう嬉しです。(H)

編集後記

2月上旬から、結の灯り、雪中花水祝、国際雪合戦大会など、市内でたくさん冬のイベントが開催されています。皆さんは、どのイベントに参加されましたか。もしくは、これから参加される方もいらっしゃるかもしれません。凍える寒さや感染症への懸念でなかなか外に出にくい時期ではありますが、この時期にしか楽しめない冬のイベントやスポーツを満喫してみたいかがでしょうか。私もこの冬は目一杯身体を動かしたいと思っています。(S)





『にいがた緑の陣』で
特別賞：強固な絆賞を受賞

魚沼北中学校 のみなさん



県内の自治体が温暖化防止に取り組みポイントを競う『にいがた緑の陣』で、魚沼市は「特別賞：強固な絆賞」を受賞しました。我が魚沼軍は「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ヵ所に陣を構え、それぞれ楽しみながら、緑のカーテンを育てるなどしました。魚沼北中学校では、1～3年生がそれぞれ班を作って当番制でゴーヤを育て、緑のカーテンを完成させました。

がんばる
魚沼っ子



みんなで育てた
グリーンテントの
中で記念撮影!!



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:163kcal たんぱく質:11.5g
脂質:10.9g 炭水化物:8.0g 食塩:0.9g

材料 (2人分)

ほうれん草	100g	A	練りごま	大さじ1
人参	25g		砂糖	小さじ1
あさり (むき身)	40g		みそ	小さじ1
木綿豆腐	1/2丁		めんつゆ(ストレート)	小さじ1

作り方

- 豆腐をキッチンペーパーで包み、耐熱容器に入れる。600Wの電子レンジで約3分加熱後、豆腐から出た水分を切っておく。
- 人参は幅2～3mm程の短冊切りにして、茹でておく。ほうれん草は茹でた後、冷水にさらし、水気を絞ったら、3cm程の長さ切っておく。
- あさはザルに入れてさっと洗い、茹でておく。
- ボールにAを合わせ、1～3の水気をよく切り、混ぜ合わせる。お皿に盛ったら出来上がり。

ほうれん草とあさりの白和え



ひとことコメント

大豆製品はカルシウムが豊富に含まれる代表的な食品です。1日のカルシウム目標量の約1/3が摂れるレシピです。

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

