



## 爽快！ ドッグラン



### ● TOPICS

- 有害鳥獣を寄せ付けない地域をつくる！集落環境診断 in 長鳥集落
- 雪国魚沼 GCR がナショナルサイクルルートに指定されました
- ごみ袋の材質が変わります      ■エネコス補助金二次募集開始
- 生活道路の制限速度が一部変わります

### ③ 対策を考える

現地調査で得た情報を大きな地図に落とし込み、先ほど学んだサルの知識をもとにして対策を考えます。



ボスザルの首輪に付けた GPS の情報を共有できるか？

サルの侵入経路が見えてきた！



間伐をするなら優先順位は？



水稲にとって一番の脅威、イノシシ対策も必要です



集落環境診断を実施したことにより、集落の課題が可視化され、全員で共有することができました。



### まとめ



集落環境診断を実施して、有害鳥獣を寄せ付けない地域づくりに必要なステップを学ぶことができました。



住民・行政・専門家がチームで対策する

集落の情報をチームで正確に共有する

いつ、だれが、何を、どこまでやるか計画を立てる

対策を実行して、少しずつ改善していく

この集落には、安心してエサを食べられる場所がない…！



このように動物に思わせることが、重要！



市民の皆様がご自身で考え、意見を出し合う場があることで、地域の課題解決がよりスムーズに進むと感じています。現在、魚沼市全体では鳥獣被害が深刻な問題となっていますが、この解決には地域の皆様のご理解とご協力が欠かせません。まずは、地域において何ができるかということを経験の中で話し合っていたいただきたいと思います。

市としても、専門家からのアドバイスをしっかりと取り入れながら、地域の皆様とともに鳥獣被害対策に取り組んでまいります。

農政課 ☎793・7647

市内初！

～有害鳥獣を寄せ付けない地域をつくる～



## 集落環境診断 in 長鳥集落

を実施しました！

集落環境診断とは、集落が一体となって有害鳥獣対策を行うために、動物の生態を学び、集落の実態を知り、対処法を考える取り組みです。



長鳥集落をはじめ北部地域では近年、鳥獣被害が多数発生しており、深刻な地域課題となっています。この課題解決に向けて、令和8年3月には守門高齢者センターにて「鳥獣対策勉強会」を実施しました。今回は、勉強会で得た知識をもとに、地域住民自ら地域の現状と課題を把握し、今後の対策について話し合いを行うため、新たに「集落環境診断」を開催する運びとなりました。

### ① サルを学ぶ

まずは、サルの生態と被害対策、集落環境診断の必要性を全員で学びます。



講師

餅ういるこ  
代表取締役  
山本 麻希 氏

サルの生態を知って正しく対策しないと、かえってサルの群れを増やしたり、被害が拡大したりします

サルに「ここは人間のなわばりだ」と学習させるために、大人数で繰り返し徹底的に追い払うことが大切です



ふむふむなるほど



サルは、栄養価の高い農作物を食べるためなら多少の危険を冒してでも人里に侵入します。さらに人間に慣れるほど加害性が高くなってしまいます。そうなる前に、集落全体で対策する重要性を再認識しました。

### ② 地域を知る

次に、集落の中を歩きながら、農地の状況や、動物を寄せつける果樹の場所などを地図に書き込んでいきます。



動物の視点で集落を歩いてみると、普段は見逃してしまうような「集落の弱点」が見えてきます。

この森は動物の隠れ場所になりそうだ

動物が好む桑の木が多い



この場所が動物のねぐらになっているのでは？



電気柵を設置した農地は、電圧の確認やワイヤーの巻き方などを点検します。

電気柵の設置方法を誤るとサルは簡単に突破してしまいますが、これは100点満点の柵ですね！



## 事業者向け

### 中小企業等エネルギーコスト対策 設備更新事業補助金（二次募集）



物価やエネルギー価格の高騰の影響を受ける市内事業者の経営を支援するため、省エネ設備への更新費用を補助する「エネコス補助金」の二次募集を行っています。

- 対象設備  
空調、照明、冷蔵・冷凍庫、給湯器、ボイラ、変圧器など（要件あり）
- 補助率等  
対象経費の 2/3 以内（上限 300 万円）

対象設備や申請要件、手続き等の詳細は、市ホームページにて公開しています。  
予算上限に達し次第、募集を終了しますので、お早めにご確認のうえ、ぜひご利用ください。

## 指定ごみ袋の材質・見た目が一部変わります

令和8年度から製造する指定ごみ袋の材質が変更になります。これに伴い、袋の色・質感が従来品と若干異なりますが、種類・容量・料金はこれまでと変わりません。

新しい仕様の袋は、材質の変更により、強度を維持しながら従来よりも薄くなっています。



新しい仕様の袋は、各取扱店の在庫がなくなり次第、順次切り替わります。旧仕様の袋もこれまでどおりご使用いただけますので、お手元の袋はそのままお使いください。

森林・里山・野生動物とのよりよい関わり方を考える講習会を開催します

## ツキノワグマから学ぶ 魚沼の森と 私たちの暮らし



参加  
無料

申込  
不要

回 9月6日（日）

10時～11時30分（受付9時30分～）

場 小出公園センターハウス

内 10時～講話

- ・ツキノワグマってどんな動物？
- ・出会わないためには？出会ってしまったら？
- ・ツキノワグマと共生していくために私たちが  
できることは？ など

11時～体験（屋外で行います）

- ・クマスプレー噴射実演
- ・防除姿勢レクチャー

株式会社ういるこ 代表取締役 山本 麻希氏

定 先着120人（当日受付）

他 動きやすい服装でお越しください。雨天の場合は内容を一部変更する場合があります。

問 特定非営利活動法人スノーパーク小出

☎ 792・5320

担 農林整備課 ☎ 793・7740

クマや野生動物について学びたい人はどなたでもご参加いただけます。  
※内容の目安は中学生以上向けです。

## 生活道路における自動車の 法定速度が引き下げられます!!

令和8年9月1日  
改正道路交通法施行令施行



問小出警察署 交通課 ☎ 793・0110  
ID 2025

令和8年9月1日から、中央線などがない生活道路における自動車の法定速度が現行の時速60kmから時速30kmに引き下げられます。  
生活道路を通行する際は、十分にご注意ください。

### 生活道路とは？



主に地域住民の日常生活に利用される、中央線や中央分離帯などがない比較的狭い道路のことです。

▼以下の道路において速度制限規制がない場合の自動車の法定速度は引き続き60km/hです▼

1

道路標識又は  
道路標示による  
中央線又は  
車両通行帯が  
設けられている  
一般道路



2

道路の構造上又は  
橋その他の工作物に  
より自動車の通行が  
往復の方向別に  
分離されている  
一般道路



3

高速自動車国道のうち、本線  
車道並びにこれに接する加速  
車線及び減速車線以外のもの

4

自動車専用道路



※イラストは「生活道路における法定速度の引下げについて」（警察庁）を加工して作成しました。



## 雪国魚沼ゴールデンサイクルルートが ナショナルサイクルルートに指定されました！



▲くわしくは  
こちら！



「ナショナルサイクルルート」  
(NCR) とは？



日本を代表し、世界に誇るサイクリングルートとして認定されるもので、日本全国で6ルートが指定されています（令和8年7月現在）。

### 自転車であぐる雪国の魅力！「雪国魚沼 GCR」

湯沢町・南魚沼市・魚沼市をまたぐ「雪国魚沼ゴールデンサイクルルート」は、豊かな自然や田園風景、雪国文化を自転車で満喫できるルートです。

これまで進めてきた走りやすい環境づくりや情報発信が評価され、令和8年7月23日に国土交通省からナショナルサイクルルートの指定を受けることができました。今後は、国内外からたくさんのサイクリストが訪れ、地域が活性化することが期待されています。

問生涯学習課 ☎ 793・7480 観光課 ☎ 792・9754



得だね！

第14回  
消費生活ミニ講座

「笑って楽しく  
楽やらく語」

笑って撃退！特殊詐欺被害！  
落語で楽しく防犯意識を高めましょう。

講師 新潟県防犯  
アドバイザー  
さんりゅうていらくろく  
三流亭楽々氏

回 9月5日(出) 13時30分～15時30分

場 魚沼市ボランティアセンター

定 80名 9月1日(火)までに電話でお申し込みください。

申 問 市民相談センター ☎792・8844 ID14884

注意

還付金詐欺や振り込め詐欺の  
被害が増えています

困ったな、おかしいなと思ったら、  
市民相談センターへご相談ください。

令和8年熊本地震

義援金を  
受け付けています

期 10月30日(金)まで

場 市役所本庁舎、北部庁舎、各市民サービスコーナー

固 日本赤十字社新潟県支部魚沼市地区事務局(福祉支援課)

☎792・9767

振込専用口座

|      |                                    |
|------|------------------------------------|
| 名 称  | 令和8年熊本地震災害義援金                      |
| 金融機関 | 肥後銀行 三郎支店                          |
| 口座番号 | 普通 656853                          |
| 口座名義 | 日本赤十字社<br>熊本県支部長 木村 敬<br>(きむら たかし) |

※受領証の発行を希望する場合は、  
☎096・384・2100 までご連絡ください。

フォトスケッチ  
・PHOTO SKETCH・

防犯功労者へ感謝状を贈呈 (7/8)

長年にわたり主任児童委員を歴任された、目黒和男さんに防犯功労者の感謝状が贈呈されました。目黒さんは、地域の子もたちが安心して健やかに成長できる環境づくりを通じて、地域社会の防犯力向上に大きく貢献されました。

魚沼市産ユリの魅力をPR (7/10)

魚沼市産ユリ切花の出荷最盛期を前に、市と魚沼花き園芸組合、JA魚沼、全農にいがたが連携して、「東京都大田市場フラワーオークションジャパン」でトップセールスを行いました。関係者は、新たな販路の開拓に向けた手応えを感じていました。

関係人回の創出・拡大に向けて (7/18)

首都圏在住の「魚沼ファン」の人たちから集ってもらい、さらなる関係人口の創出と拡大を目指した「魚沼市応援団感謝の集い」が東京・銀座で開催されました。魚沼米の地ビールや地場野菜の料理を通じて、参加者は魚沼の魅力を体感していました。

水辺で乾杯 in 魚沼 (7/7)

川の日である7月7日午後7時7分に、全国各地の水辺で一斉に乾杯するイベントが魚野川ふれあい公園で実施されました。各団体等から集まった45名の参加者は、官民連携のまちづくりについてプレゼンを行い、アイデアを出し合いました。

リコーダーの音色で彩る夏の夜 (7/8)

小出郷リコーダーオーケストラの演奏による「夜の図書館コンサート」がここいらで開催され、館内がリコーダーの心地よい音色に包まれました。演奏の合間には、絵本「たなばたさま」の朗読が入り、集まった人たちは音楽と読み聞かせのひと時を楽しみました。

魚沼地域の自転車活用を考える (7/15)

「雪国魚沼から始まる自転車まちづくりシンポジウム」が、響きの森文化会館で開催されました。基調講演の後に、自転車を生かした新たな地域づくりをテーマにパネルディスカッションが行われ、活発な意見が交わされました。

地域おこし協力隊として活動を始め、半年あまりが経ちました。現在は、魚沼市商工会の方々を支えられ、にぎわい創造拠点「こいでテラス」を拠点に、商売や日々の暮らしをサポートするお手伝いをしています。

先日、協力隊の初任者研修に参加し、県内の協力隊員による起業事例を学びました。活動拠点を起点として人が集まる場をつくり、退任後にそこをDIYでレストランに改装し、開業したという紹介事例は、「こいでテラス」の利活用の可能性と重なって映りました。この施設をたくさんの方が訪れ、つながれる拠点到育てていきたいと強く感じました。また、研修を通じ、改めて「魚沼ならではの」価値を問い直しています。ここだからその強みを言語化し、具体的なアクションに変えていくこと。それが地域の未来を創る

魚沼市商工会  
小林 佳和 隊員

地域おこし協力隊通信

地域を変える新しい力

No. 129

固 地域創生課  
☎792・9752

固 北部事務所  
☎797・2360

一歩だと感じています。

協力隊として私が大切にしているのは、その人の「やってみよう」という想いを、具体的な次の一歩へつなげることです。何から手を付けるか、その段取りを一緒に考えることとしています。本格的な創業相談は、長年地域の事業者を支えてきた商工会へお任せしますので、一人で抱え込まず、まずは気軽にのぞいてみてください。

現在こいでテラスでは、世代を超えて楽しめる「室内ゲームの日」を月4回程度開催中です。卓を囲んで、一緒に場を盛り上げて下さる方を大募集中です。「こいでテラス」が皆さんの交流の輪の拠点となるよう、これからも地域の一員として活動が続けていきます。ぜひ、近くにお越しの際は気軽に声をかけください。



日日時 期期間 場場所 内内容 対対象 資資格 講講師 演出  
演 担担談員 持持ち物 料料金・参加料 定定員 締締め切り  
他その他 申申し込み 問問い合わせ 担担当課 Eメール  
【記事中に次の表記がある場合は省略します】  
※どなたでも 定なし 料無料 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ります。

詳細検索 ウェブ版 検索 スマホ版 IDを入力 表示

くらし

戦没者を追悼する黙禱  
をお願いします

戦没者を追悼し、平和を祈念して黙禱の呼びかけを行いますので、ご協力ください。  
日 8月15日(土) 正午 内 防災行政無線による呼びかけ後、サ

雪下ろし用「はしご」購入費補助

雪下ろし用の安全対策(右図参照)が施された「はしご」の購入費を補助します。

内 ◎補助金額…購入価格から消費税を除いた額の2分の1以内(上限3万円)

対 ①市内に住所がある個人

②市内に本店、支店または事務所・営業所のある法人、団体等

資 ①市税等に滞納がないこと

②市内に本店がある店舗から購入したはしごであること

③過去5年以内にこの補助金を受けたことがないこと

※令和9年3月31日迄

他 申請者1名につき、はしご1台の補助に限りです。申請書は防災安全課にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

申 問 防災安全課 ☎792・9214 ID36441



催し

「命のビザ」映画上映会

日 8月20日(木) 13時30分～15時40分  
場 生涯学習センター1  
「命のビザ」 内 1940年のリトアニアで、ナチスに追いつめられたユダヤ難民の唯一の希望は日本通過のビザ。六千人の命を救った日本領事・杉原千畝のドキュメンタリー  
定 先着30人 申 関 魚沼市立図書館 ☎792・0337 ID16309

堀之内十五夜まつり  
カラオケ大会出場者募集

期 受付期間…8月12日(水)～21日(金) 9時～16時  
場 八幡宮  
境 内 特 設 ス テ ー ジ 内 ◎開催日…9月18日(金) ◎歌は1人1曲2コーラスまで ¥1,000円(祭り当日持参)  
定 20組 他 初参加者を優先して実行委員会で選考し、申込者へ後日結果を連絡します。  
申 まちの駅魚沼の店頭にて受付(電話での申込不可)  
問 まちの駅魚沼 ☎795・5006 担 観光課 ☎792・9754 ID23912

婚活イベント  
「奥只見湖遊覧船と  
魚沼ご当地グルメ開高めし」

日 9月26日(土)

場 奥只見湖(集合解散は地域振興センター)

※おおむね24～39歳までの独身男女

料 男性…4,000円

女性…3,000円

定 男女各10人 ※定員を超えた場合、男性は事前セミナー参加者を優先して抽選

※男性…9月11日(金)19時

女性…9月18日(金)19時

申 問 新潟婚活支援団カクーン担当・田原

☎080・8842・0025

担 地域創生課

☎792・9752

ID18227



老人福祉大会の参加者募集

|     | 日                       | 場           | ※        |
|-----|-------------------------|-------------|----------|
| 堀之内 | 10月16日(金) 10時～12時       | 堀之内公民館      | 9月10日(木) |
| 小 出 | 10月8日(木) 11時～13時30分     | 魚沼市総合体育館    | 9月11日(金) |
| 湯之谷 | 10月1日(木) 10時～13時        | 魚沼市地域振興センター | 9月7日(月)  |
| 広 神 | 10月15日(木) 9時30分～12時     | 広神体育センター    | 9月4日(金)  |
| 守 門 | 10月17日(土) 10時30分～13時30分 | 魚沼北中学校体育館   | 9月8日(火)  |
| 入広瀬 | 10月24日(土) 9時～12時        | 穴沢体育館       | 9月10日(木) |

共通事項

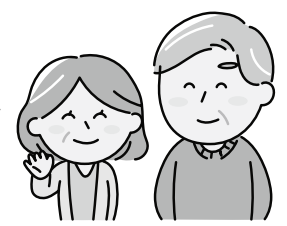
内 式典・アトラクション(全地区)、防犯漫談(入広瀬)

※それぞれの地域に在住の60歳以上の人

申 老人クラブに加入していない人は、介護福祉課(☎792・9755)で申込を受け付けます。

各地域の老人クラブ会員は、加入先の老人クラブが参加を取りまとめます。

申 問 介護福祉課 ☎792・9755 ID24135



健康・福祉

健康チェック測定体験会  
【お口の健康】

日 9月2日(水)・3日(木) 各日13時30分～15時  
場 市役所本庁舎 内 嚙む力の測定、血管年齢測定、野菜摂取量測定、体組成計の体験と結果説明、試食、運動の紹介 定 各日20人  
※8月28日(金) 他 うおぬま元気ポイント必須ポイント対象事業 申 問 健康増進課  
☎792・9763 ID18997



ひきこもり講演会

日 9月12日(土) 13時30分～15時30分  
場 市役所本庁舎 内 ひきこもり経験者による経験談の発表と講話 対 ひきこもりについて関心のある人 講 埜玉県立大学教授相川章子氏 定 50人  
※9月7日(月)

募 集

へそこビッグカーニバル出店者募集

日 9月27日(日) 11時～18時  
場 ①南本町アーケード通り ②生涯学習センターこいら駐車場 ③にぎわい創造拠点こいでテラス内 内 飲食・物販販売及びキッチンカーの募集 ¥3,000円(1区画)  
定 50店舗 定 8月31日(月) 申 問 へそ市事務局・稲津  
☎792・1333 FAX792・1332 担 商工課  
☎792・9753 ID41955



ごみ量のお知らせ(6月分) ID2049

問 生活環境課(廃棄物対策係) ☎792・3055

| 種別   | 8年度 | 7年度 | 増減  | 単位:トン(1トン未満四捨五入) |
|------|-----|-----|-----|------------------|
| 可燃ごみ | 765 | 791 | -26 |                  |
| 不燃ごみ | 35  | 32  | 3   |                  |
| 大型ごみ | 105 | 78  | 27  |                  |
| 容器包装 | 12  | 12  | 0   |                  |
| 古紙類  | 61  | 62  | -1  |                  |
| 合 計  | 978 | 975 | 3   |                  |

ごみの分け方出し方  
ワンポイント

スプレー缶やカセット式コンロのガスボンベは「大型ごみ(6号袋)」です。使い切った空にして、穴を開けずに出してください。

「もしかして、虐待…？」まずは連絡を  
あなたの地域の児童相談所につながります  
……………児童相談所 虐待対応ダイヤル……………  
イ チ ハ ヤ ク  
☎189  
通話無料 匿名可能 秘密厳守

デジタルアート体験会  
ドコモユーザー以外もOK  
～スクラッチアート編～  
8/14(金) 15(土) 16(日)  
⇒13:00～14:00(予約制) 4歳以上 ※保護者同伴 各回5名 定員 夏休みの自由研究に  
ドコモショップ魚沼店 ☎0120-347-360  
国 魚沼市井口新田868-1 画 9:00～18:00 休 8月18日(8月以外は第2火曜)

※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。  
・地域貢献の仕事です  
・資格がたくさんとれます  
・DXに取り組んでいます  
建設業は土臭いし汗もかく  
だけどカッコイイ!  
働く仲間を募集中  
北越建設株式会社  
HOKUETSU-KENSETSU  
千946-0071 魚沼市中島1627番地 TEL:025-792-1080 ホームページ インスタグラム

## 魚沼小出まつりをエコで クリーンなお祭りに！

**因**魚沼小出まつり会場に「エコステーション」を設置し、会場で出たごみを分別回収します。

**他**街頭にごみ箱は設置されません。くわしくは新聞折込チラシ等でお知らせします。

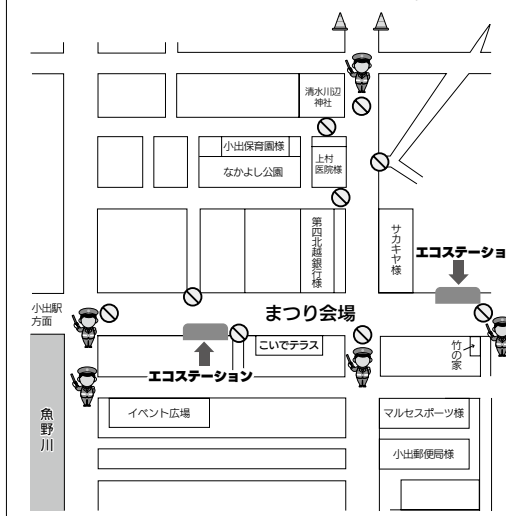
**因**魚沼小出まつり協賛会（魚沼市商工会館内）

☎792・2124

**因**観光課

☎792・9754

**因**42068



## ねんきん相談会

**因**8月27日(木)10時～15時 **場**魚沼市ボランティアセンター **因**年金に関する相談（予約制）や年金請求書の受付 **相**長岡年金事務所職員 **持**本人確認ができるもの ※代理人の場合は委任状も必要 **因**長岡年金事務所 ☎0258・88・0006 音声案内の後に1番→2番を押してください。

## 小出病院糖尿病教室4回シリーズ (4回目)

**因**8月27日(木)11時～11時30分 **場**小出病院 **因**糖尿病について学ぼう「合併症へのきの回」「糖尿病薬の注意すべきポイント」（教室終了後ノルディックウォーク体験あり）**講**看護師、薬剤師 **因**小出病院内地域医療魚沼学校（魚沼地域糖尿病対策推進会議事務所） ☎792・1167

## 星空と天体観測「第10回 月の クレーターを見よう、撮ろう」

**因**8月22日(土)19時30分～21時 **場**自然科学館星の家 **対**5歳以上 **持**防寒着 **料**幼児（5歳以上）70円、小中学生100円、高校生以上200円 **定**先着15人（完全予約制）**因**8月20日(木) **申**因株式会社魚沼須原スキー場 ☎797・2059

## まちなか健康ひろば『睡眠』

**因**8月18日(火)15時～17時 **場**にぎわい創造拠点こいでテラス **内**テーマに合わせた薬と食事の講話と健康相談 **相**共栄堂薬剤師、よりそいーと魚沼管理栄養士 **持**お薬手帳 **他**赤い羽根共同募金の助成を受けています。**因**認定栄養ケア・ステーションよりそいーと魚沼 ☎090・4112・7073

## 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。

## 子ども

### ◆ペアレント・プログラム

**因**10月8日・22日、11月5日・19日、12月3日・17日（各木曜）13時30分～15時（その後の茶話会は自由参加）**場**子育て支援センターぱびぷ **内**子どものよいところを見つけ、ほめるコツを学ぶ **対**2～5歳児までの保護者で、子育てに悩みのある人 **料**6回分1,000円 **定**10人 **因**9月2日(水) **申**因子育て支援センターぱびぷ ☎792・6356 **因**15346

## 講座・教室

### ◆古文書教室

**因**8月29日(土)、9月12日(土)26日(土)13時30分～15時30分 **場**堀之内公民館 **講**堀之内古文書の会 **持**筆記用具 **料**300円（全3回分）**他**申込時に参加希望日をお知らせください。**申**因魚沼市歴史資料館 ☎793・7782 **因**29063

防災無線が「聞き取れなかった」ときは

## 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)

防災ラジオを配布しています

**因**防災安全課 ☎792・9214

## お誕生おめでとうございます

（6月21日～7月20日届出分）敬称略

松井 綺世（一輝・杏梨） 小出稲荷町二

小西 央寿（良侑・未菜美） 小出稲荷町二

森山 絆夏（駿吾・美冬） 古新田

星 瑠人（直行・裕紀子） 中原



## 子育て関連情報

### 9月 乳幼児健診等

**場**子育て支援センターぱびぷ

**因**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)<br>(令和8年5月生まれ)     | 30日(水) | 13:10～13:30 |
| 1歳6か月児<br>(令和7年1月16日～31日、<br>2月生まれ) | 9日(水)  |             |
| 3歳児<br>(令和5年8月生まれ)                  | 16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** ・日程変更を希望する場合は、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。 **因**2709

### ■離乳食・幼児食準備(隔月開催)・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)<br>ごっくんごはん                        | 令和8年6月生まれの乳児と養育者 | 28日(月) | 13:30～13:45 |
| 離乳食教室(中期・後期)<br>もぐもぐかみかみごはん                 | 令和8年2月生まれの乳児と養育者 | 8日(火)  | 9:30～9:45   |
| <b>持</b> 母子健康手帳、オムツ、着替え等 <b>因</b> 2710・2707 |                  |        |             |

## 9月 親子ふれあい広場

### ■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 |              |
| 9日(水)、16日(水)、30日(水)は乳幼児健診のため、午後からお休みとなります。 <b>因</b> 2672 |                             |              |

### ■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<br>くわしくはお問い合わせください。<br><b>因</b> 14320 |

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

**因**魚沼市立図書館 ☎792・0337

**因**広神公民館図書室 ☎799・3134

赤ちゃんにはじめての絵本を  
8月ブックスタート(1組10分程度です)  
**因**8月19日(水)10:00～11:30  
**場**魚沼市立図書館 おはなしのへや  
**対**令和7年10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  
**因**8月22日(土)10:30～11:00  
**場**魚沼市図書館 おはなしのへや  
**因**8月29日(土)10:30～11:00  
**場**広神公民館図書室 和室  
**因**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

クイズの応募はこちらまで



☎ 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

7月10日号に対するご意見等を紹介します

◆表紙の可愛い笑顔の2人組の写真が良かった  
◆魚沼市にこんなに誇らしい品々があったとは知らなかった◆知っている農業者の方が写っていてうれしかった◆畠山さんの活動に力を頂きました

※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：46（うち正解数：43）

人里に侵入し、農作物を食い荒らす深刻な被害が各地で増えています。サル被害を拡大させないための対応として正しいものは？

①電気柵さえ設置すれば絶対安全  
②エサをたくさん与えて太らせる  
③集落で協力して徹底的に追い払う

★ヒント★  
P2

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。次の項目の回答をご記入のうえハガキ、FAX、Eメール等で8月20日(木)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

今日の市報を読んで答えよう！  
市報クイズ

ひとのうごき（6月21日～7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10ページをご覧ください。（敬称略）

|               |               |              |
|---------------|---------------|--------------|
| 渡部 孝 94歳 新田   | 大平 文重 85歳 上ノ原 | 榎本 俊江 87歳 細野 |
| 渡部 静枝 89歳 本村  | 星 マサノ 85歳 井口  | 大塚 悦男 67歳 松川 |
| 横山 健介 83歳 新道島 | 新島 サユ 94歳 下折立 | 大平 ツル 91歳 長島 |
| 滝澤 幸夫 87歳 原一  | 星 晴代 95歳 上折立  | 浅井八重子 96歳 末沢 |
| 瀧澤 潔 71歳 浦町四  | 森山 喜一 93歳 金ヶ沢 |              |
| 岩井 勇 98歳 柳原   | 目黒 貞夫 90歳 田中  |              |
| 山内 悦子 90歳 沢田一 | 馬場 ミン 101歳 山口 |              |
| 井口 喜代 96歳 沢田四 | 山之内文子 91歳 並柳  |              |
| 中村 英明 94歳 上原  | 磯部 嘉勝 82歳 中島  |              |
| 関 和江 93歳 大浦   | 櫻井 一郎 81歳 一日市 |              |
| 星 エイ子 89歳 上ノ原 | 椿 功 89歳 守門宮原  |              |

5月30日に小出公園にオープンしたドッグラン。約200坪もの広大なスペースを、ワンちゃんたちが所狭しと走り回ります。

自然の中で思いっきり遊ぶワンちゃんたちと、愛犬を見守る飼い主は、本当に楽しそうでした。撮影にご協力いただいた皆さま、ありがとうございました。



表紙の写真

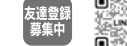
公式ホームページ  


約500種類のレシピ  


公式 Facebook  


公式 X (旧 Twitter)  


公式 Instagram  


公式 LINE  
友達登録募集中  


狩猟免許取得希望者講習会

回 9月26日(出)9時～15時頃 場 南魚沼地域振興局 内 狩猟免許試験に向けた法令講義、実技講義を行う講習会 対 狩猟免許の取得を希望する県民 定 40人 他 〇募集期間…8月14日(金)～28日(金) 〇抽選結果発表…9月4日(金) 申 関 新潟県環境局環境対策課 ☎ 025・280・5152

令和9年度「こどもまんなか 児童福祉週間」標語募集

内 こどもたちへの応援や、未来へ向けてのこどもたちからのメッセージを募集します。 〼 9月30日(木) 関 公益財団法人児童育成協会「標語募集」係 ☎ 03・5357・1174



川で遊ぶ時は急な増水に注意

急な増水に備え、遊ぶ場所近辺とその上流部の河川水位や降雨状況、土砂災害危険度をあらかじめ確認しましょう。また、雨が降り始めたり水かさが増えたりした場合は、すぐに避難してください。河川水位等の各種情報は、新潟県公式アプリの「新潟県防災ナビ」から確認できます。 関 新潟県河川管理課 ☎ 025・280・5414 新潟県砂防課 ☎ 025・280・5424



App Store 用



Google Play 用



第37回魚沼市住民健康講座「魚沼でずっと元気に自分らしく」

回 9月3日(木)18時40分～20時30分 場 魚沼市ボランティアセンター 内 〇講演①…「生涯にわたり安心して暮らすために 健康うおぬま21」 〇講演②…「歩ける・動ける・集える日常のために～暮らしの“当たり前”を磨き、特別な一日につなげる整形外科～」 関 小出病院鈴木和夫医師、魚沼基幹病院目良恒医師 他 うおぬま元気ポイント必須ポイント対象事業 関 小千谷市魚沼市医師会事務局 ☎ 0258・82・7511

がん患者サロン

回 9月6日(日)13時30分～16時 場 魚沼基幹病院 内 第1部講演会「がん患者さんのための外見ケア情報～自分らしく、こころよく～」、第2部おしゃべり会 関 第2部は患者、家族、経験者のみ 関 榎資生堂ソーシャルエリアパートナー夏目紘子氏 申 関 魚沼基幹病院がん相談支援センター ☎ 025・788・0196

「雪国に恋したら」第8回ライブ公演

回 9月6日(日)14時30分開演（14時開場） 場 響きの森文化会館 内 沖縄唄三線とフルバンドによるコラボチーム演奏 〼 前売り2,000円、当日券2,500円（小中学生無料） ワンドリンク付 〼 先着120人 関 呼夢三線うおぬま・星野 ☎ 070・4398・5949



24時間テレビ49チャリティー募金活動

回 8月29日(出)9時～12時 場 ウオロク魚沼店 内 店頭にて募金活動を行います。お預かりした募金は福祉・環境保護・災害復興支援に活用されます。 他 社会福祉協議会各支所にも募金箱を設置します（8月31日(月)9時～17時） 関 魚沼市社会福祉協議会 ☎ 792・8181

人権なんでも相談所（湯沢町）

回 8月30日(日)13時～16時（受付は15時まで） 場 「湯沢町公民館」（湯沢町湯沢282番地） 内 家庭内、親族間、近隣間のもめごと、悩みごとや差別問題等 関 人権擁護委員 他 秘密は固く守られます。 関 新潟県地方務局南魚沼支局 ☎ 025・772・2164

シーケンサ（PLC）基礎コース

回 9月2日(火)・3日(水) 9時～16時 場 魚沼テクノスクール 内 PLCの構成と、プログラムの基礎知識について学びます。 関 水野和也氏 〼 5,700円 定 10人 〼 8月17日(月) 申 関 魚沼テクノスクール ☎ 794・2410



Python入門コース

回 9月8日(火)・9日(水) 9時～16時 場 魚沼テクノスクール 内 プログラミング言語Pythonによる基本的なプログラミングについて学びます。 関 土田哲也氏 〼 5,700円 定 15人 〼 8月24日(月) 申 関 魚沼テクノスクール ☎ 794・2410



| 落札価格 1,500 万円以上の一般競争入札案件       |          |              | 関 財務課 ☎ 792・9205 関 40243 |
|--------------------------------|----------|--------------|--------------------------|
| 契約件名                           | 業者名      | 落札金額(税抜き)    |                          |
| 林道中之岐線藤原沢橋及び山毛櫓沢橋 PCB 含有塗膜塗替工事 | 銀山開発（株）  | 27,000,000 円 |                          |
| 広神中学校校舎内部電気設備改修 2 期工事          | （株）コイデン  | 20,500,000 円 |                          |
| 大清水第二住宅（1、2 号棟）解体工事            | （株）米山工務店 | 42,500,000 円 |                          |



陸 上

米山 こころ さん  
(新潟明訓高1年・小出中出身)

第65回 北信越高等学校総合体育大会・陸上競技大会で、400m 3位、4×100mリレー3位、4×400mリレー2位の成績を収めました。また、全国高校総体(インターハイ)に出場し、400mで第2位の成績となりました。



テコンドー

近藤 快さん (小出中3年)

第19回全日本ジュニアテコンドー選手権大会東日本地区大会で、中学生男子・キョルギ種目 -53kg級で第1位の成績を収め、JOCジュニアオリンピックカップ第19回全日本ジュニアテコンドー選手権大会に出場しました。

## がんばる 魚沼っ子

米山さんのご兄妹  
での全国大会出場です

ハンドボール

米山 たいき さん  
(中越高3年・小出中出身)



第79回新潟県高等学校総合体育大会ハンドボール競技会で第1位の成績を収め、第77回全日本高等学校ハンドボール選手権大会に出場しました。

スポーツで  
魚沼っ子が大活躍!



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

手軽に  
おいしく  
1日3回の  
食事を

材料 (2人分)

|        |      |   |       |        |
|--------|------|---|-------|--------|
| なす     | 3個   | A | みそ    | 大さじ1   |
| 青じそ    | 6枚   |   | マヨネーズ | 大さじ1   |
| 豚小間切れ肉 | 150g |   | しょうゆ  | 大さじ2/3 |
| 油      | 大さじ1 |   | 砂糖    | 小さじ1   |

作り方

- ① なすは縦半分に切り、1.5cm幅の斜め切りにし、青じそは千切りにする。
- ② Aを混ぜ合わせる。
- ③ フライパンに油を熱し豚肉を炒め、色が変わってきたらなすを加え、さらに3分程炒める。
- ④ ②を加え手早く炒め合わせ、青じそを散らして器に盛りつけたら完成

MEMO

[1人分の栄養価]

エネルギー:312kcal たんぱく質:16.9g  
脂質:24.1g 炭水化物:10.8g 食塩:2.2g



「深雪なす」は水分が多く、果実はアクが少なく、柔らかくて甘味があります。色々なレシピに取り入れてみてください!

## なすみそのマヨ風味



ひとこと コメント

夏の定番、なすみそをアレンジしたおかずです。フライパンひとつでできる手軽に調理できる一品です。



「うおぬまの逸品」  
深雪なすのページ  
はこちらから

⇒

