



昭和62年(第35回大会)



平成元年(第37回大会)



平成7年(第43回大会)

堀之内町一周駅伝競技大会



堀之内一周駅伝大会



72年の歴史のタスキをつなぐ

平成14年(第50回大会)

堀之内町一周駅伝競技大会



◎ TOPICS

- 学校再編 ～保護者・地域説明会を開催しました～
- 確認して備えよう！クマ情報
- 人事行政の運営等の状況
- 魚沼市美術展 入賞者・入賞作品紹介
- 保育園・学童保育等の申込受付を開始します



各会場から出された主な質問と、その回答

なぜ今このタイミングで学校再編を検討するのですか？

想定を超えて少子化が進んでいることで、教育現場において複式学級の発生や専門教科の教員が配置できないなどの課題があるためです。

統合した場合、スクールバスで通学できるようになりますか？

運行基準で決められた地域にお住まいの児童生徒は、スクールバスで通学します。公共交通の利用も検討しながら、最適な移動手段を考えてまいります。

今後の検討委員会に保護者や子どもの意見は反映されますか？

今後、保護者・児童生徒向けのアンケートを行います。その結果をもとにして、保護者や地域の代表者などで構成される検討委員会を開催し、検討を進めていきます。

統合後に制服や体操着を新しく購入するとき、補助はありますか？

現時点では決定しておりませんが、新入生から順次変更するなど、保護者の新たな負担を作らないよう配慮します。

！ 今後の進め方

各小学校区単位で、代表者が集まる委員会を開催し、検討結果をまとめます。それをふまえて教育委員会が再編の方針を決定します。

再編方針（案）やスケジュールは決定事項ですか？

方針（案）は決定事項ではありません。今後の各小学校区における検討委員会で、保護者や地域の皆さまのご意見を聞いたうえで、内容や時期が変更になる場合もあります。

学校の統合によっていじめや子どもの環境変化への不安があります。

統合前に学校間で交流を行うなど、児童生徒のつながりを深めるほか、子どもたちの声に丁寧に耳を傾け予防に努めます。また、教員を多く配置するなどきめ細かな対応を行います。

小規模校のまま、存続するという選択肢はありますか？

地域との合意や様々なご意見を踏まえて検討しますが、学校再編は複式学級や教員配置等の課題を解消することを目的としているため、メリット・デメリットを十分に考慮して判断します。

中学校の統合校舎として小出中学校を選んだ理由はなぜですか？

市内の全生徒を受け入れられる教室数や十分な広さがある点に加え、徒歩通学可能な生徒が多いことなど、総合的な観点から判断しました。

閉校となった学校の校舎や敷地は今後どう活用されますか？

避難所や地域活動の拠点として活用することなどが考えられますが、現時点では決定しておりません。地域の皆さまのご意見を伺いながら、今後の具体的な活用方法を検討してまいります。

講演会のお知らせ

子どもたちの未来を拓く小中学校の再編
～これからの時代に求められる学びの環境とは～

日 10月24日(土) 13時30分～(受付13時～)
場 市役所本庁舎 3階会議室
講 雲尾 周 氏

(魚沼市小中学校の教育環境在り方検討委員会委員長、新潟大学教職大学院 教授)

「個別最適な学び」って？

子どもたちにとってより良い「学びの環境」って？

教育を取り巻く最新の状況を知るとともに、新たな学校のあり方を考える機会となります。ぜひご参加ください。



市民みんなで考える

学校再編

～保護者・地域説明会を開催しました～

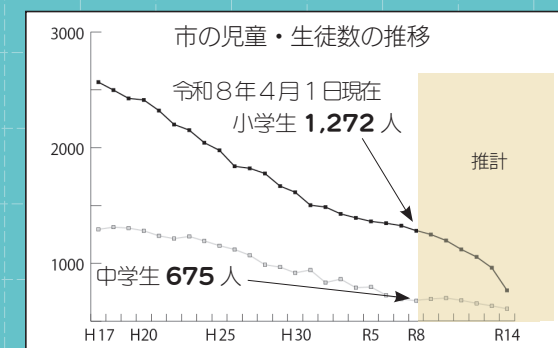


市では、急速に進んでいる児童生徒数の減少による教育課題に直面しています。こうした現状を解決し、子どもたちにより良い学びの環境を提供するため、市では6月から8月にかけて13会場で「魚沼市立小中学校再編方針（案）」の説明懇談会を開催したところ、のべ165人の方々から参加をいただきました。各会場で交わされた質疑応答の要旨をご紹介します。

魚沼市立小中学校再編方針（案）の概要

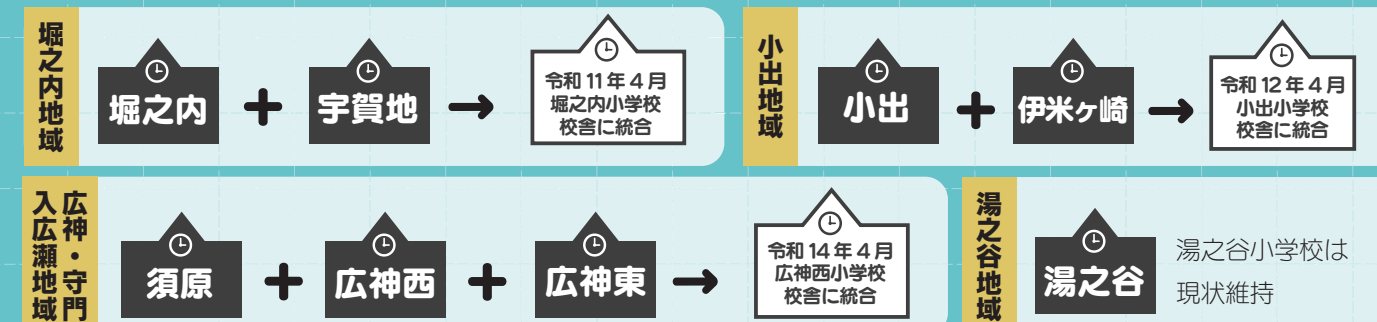
再編方針（案）では、想定を超える少子化に伴う教育課題の解決のため、市内小中学校の統合案を示しています。

- 課題**
- ✓ 複式学級の発生・クラス替えができない
 - ✓ 集団での学習や活動ができない
 - ✓ 中学校で、専門教科の教員を配置できない



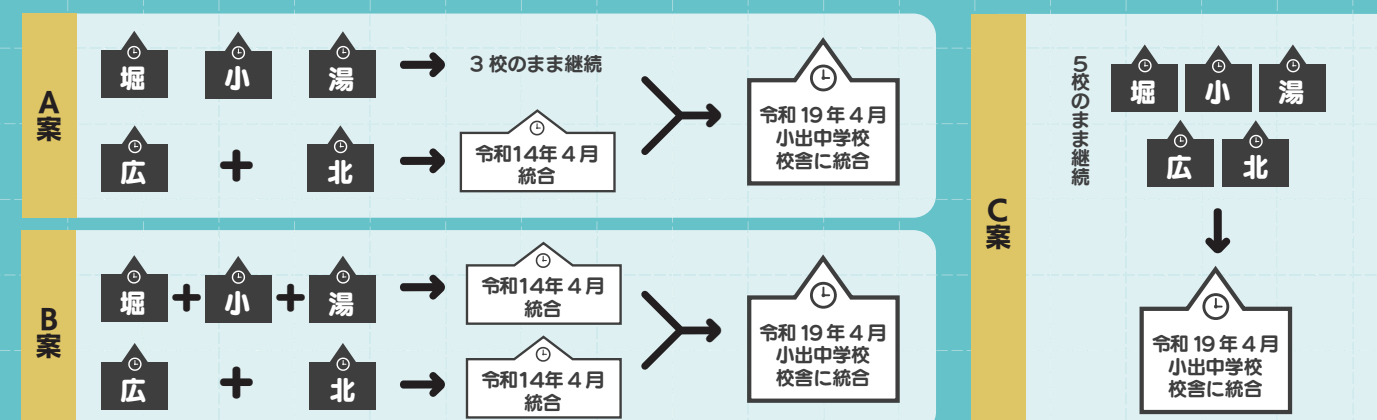
小学校の再編方針案

～複式学級の解消、適正規模の確保、集団教育の充実を目指す～



中学校の再編方針案

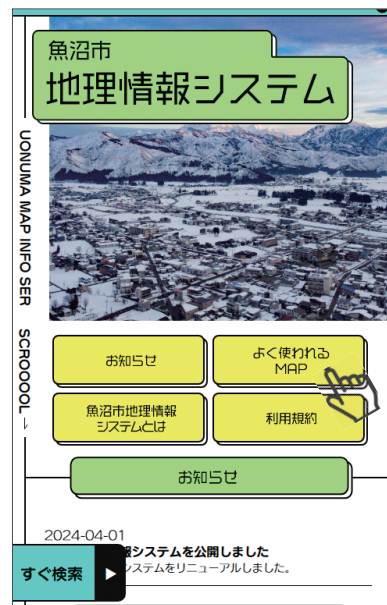
～全教科で専門教員を配置できる教育環境の確保を目指す～



3 | クマ出没マップ

地図上でクマの出没情報を確認できます。クマの出没が確認されている場所には近づかないなど、外出時の参考にしてください。

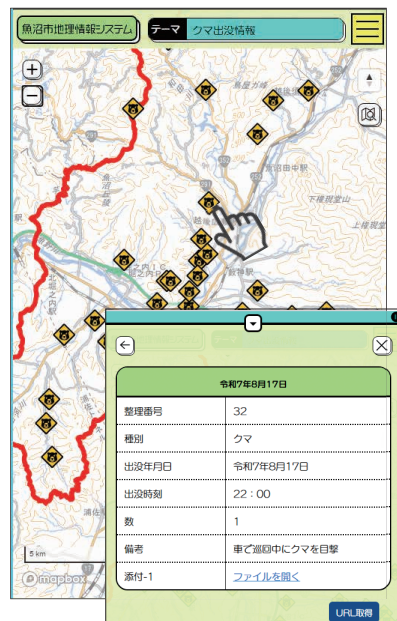
魚沼市地理情報システムはこちら



「よく使われるMAP」をタップ



「クマ出没情報」をタップ



地図に表示されたクマのマークをタップすると出没情報が表示されます。

被害を防ぐには、クマを知ることも大切です
クマの生態を知ること、クマに出会わない、クマを引き寄せない対策の一つです。

☑ **朝・夕方**に行動が活発になります

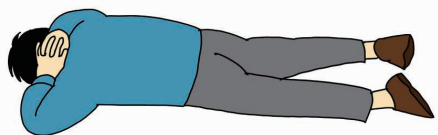
☑ **時速約 40 キロ**で走ることができ、長距離移動能力も高いです

☑ **鼻が良く**、放置された生ごみや果実に遠くからでも気付けます

☑ **エサへの執着心が非常に強く**、一度人の食べ物の味を覚えると何度も人家の周りに現れるようになります

☑ ▶クマを目撃したときは…
クマを驚かせないよう静かに、ゆっくり後退しその場を離れましょう

☑ ▶万が一クマに襲われたときは…
被害を少しでも軽減するために**地面に伏せて頭・首・腹を守る防御姿勢**を取りましょう



確認して備えよう！

クマ情報

秋はクマがエサを求めて活動が活発になる時期です。
クマ出没情報を確認し、クマに出会わないよう注意しましょう。

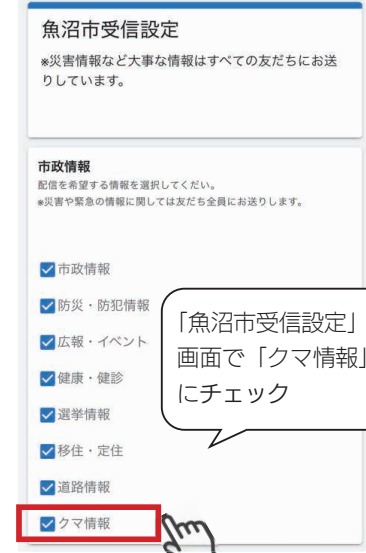
1 | LINE 配信

市公式 LINE から、クマの目撃情報を受け取ることができます。

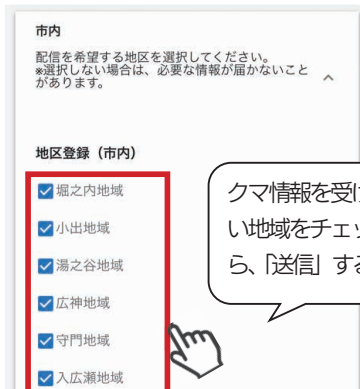
友だち登録はこちらから



「メニュー」をタップして出てくるメニューから、歯車マークの「受信設定」をタップ



「魚沼市受信設定」の画面で「クマ情報」にチェック



クマ情報を受け取りたい地域をチェックしたら、「送信」するだけ！



※受信設定は、いつでも何度でも変更ができますので、欲しい情報だけを選んで受け取ることが可能です。

2 | 防災無線

市街地でクマが出没したときは防災無線でも注意を呼びかけます。
防災無線が聞き取りづらかったり、聞き逃してしまったときも、電話で聞き直すことができます。



※クマ情報だけでなく、豪雨や地震など、防災無線放送があった時にご利用いただけます。

↓ 切り取って、見やすい場所に貼っておくと安心です！ ↓

防災無線を電話で聞く

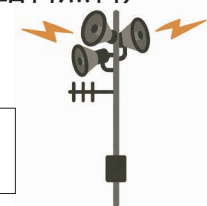
・防災行政無線自動電話応答サービス・

☎ **0120-031-030**

※フリーダイヤル
(通話料無料)

※または 025-793-2100 (一般電話・有料)

・防災行政無線放送終了後から利用できます。
・放送直後は、つながりにくいことがあります。しばらくしてから、おかけ直してください。



人事行政の運営等の状況

令和7年度における魚沼市の職員数や給与等の概要をお知らせします。
(令和7年4月1日現在の数値となります)

☎ 総務人事課 ☎ 792・9203

詳細は市ホームページ(D1322)・市役所総務人事課(本庁舎)・各市民サービスコーナー等で閲覧できます。

部門別職員数の状況

		職 員 数		増減数
		令和6年度	令和7年度	
普通会計	下記以外	313人	309人	-4人
	教 育	45人	46人	1人
	消 防	73人	73人	0人
	小 計	431人	428人	-3人
公営企業等会計		44人	44人	0人
合 計		475人	472人	-3人

特別職の報酬等の状況

区 分		給料等月額	期末手当
給与	市 長	808,800円	3.50月分 6月期 1.725 12月期 1.775 ※令和7年度支給実績
	副市長	601,600円	
	教育長	546,000円	
報酬	議 長	402,200円	※令和7年度支給実績
	副議長	330,000円	
議 員		309,400円	

一般行政職の級別職員数の状況

区 分	標準的な職名	職員数	構成比
6級	部長、副部長、参事	10人	4.3%
5級	課長、参事	21人	9.0%
4級	係長、副参事	81人	34.6%
3級	主任	61人	26.1%
2級	主事、技師	27人	11.5%
1級	主事、主事補	34人	14.5%
合 計		234人	100.0%

※魚沼市給与条例に基づく給料表の級区分による職員数。
「標準的な職名」とは、それぞれの級に該当する代表的な職名を指します。

職員の退職手当

区 分	勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度
自己都合	19,6695月分	28,0395月分	39,7575月分	47,709月分
勸奨・定年	24,586875月分	33,27075月分	47,709月分	47,709月分

職員数の給与の状況(令和7年度普通会計決算)

職員数(A)	給 与 費				1人あたり 給与額(B/A)
	給 料	職員手当	期末・勤勉手当	計(B)	
人	千円	千円	千円	千円	千円
415	1,608,626	343,495	638,966	2,591,087	6,243

※職員手当には退職手当負担金を含んでいません。また、職員数は特別職(市長・副市長・教育長)を含み、魚沼市医療公社派遣職員を除いています。

一般行政職の平均年齢及び平均給料月額等

平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
43.8歳	323,557円	397,017円

※「平均給料月額」とは、令和7年4月1日における基本給の平均です。
※「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当などの全ての諸手当の額を合計したものであり、地方公務員給与実態調査において明らかにされているものです。

第22回魚沼市美術展

入賞者・入賞作品紹介

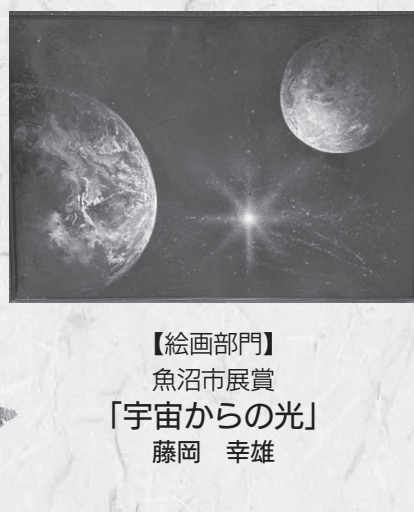
【書道部門】
魚沼市展賞
「恋」 秋元 美愛



【写真部門】
魚沼市展賞
「蓮池の朝」 山田 庸子



【絵画部門】
魚沼市展賞
「宇宙からの光」 藤岡 幸雄



■魚沼市文化協会長賞

絵画 森山 芳美
書道 田野辺淳子
写真 高村 秀雄

■新潟日報美術振興賞

絵画 清水 好和
書道 田野辺智光
写真 星 義廣

■奨励賞

絵画 井口かほり
絵画 行方 洋子
書道 上村 初美
写真 富所 上

■佳作

絵画 阿達 豊治
絵画 中澤 文子
書道 坂牧 伶美
書道 豊田 裕美
写真 瀬沼 功一
写真 星野 正昭

部門	絵 画	書 道	写 真	合 計
出品者数	20	17	29	66
出品点数	24	17	46	87

☎ 生涯学習課 ☎ 793・7480 D 22698

地域おこし協力隊通信

No. 131
☎ 地域創生課 ☎ 792・9752
☎ 北部事務所 ☎ 797・2360

魚沼市を、
より多くの人に知ってもらうために

(一社) 魚沼市観光協会
高橋 優歩 隊員

7月18日土曜日、東京・銀座の「新
潟情報館 THE NIIGATA」で
開催されたイベント「積雪3メートル、
魚沼の「絶望」と「報酬」を味わう体
験」で、お話する機会をいただきました。
日本有数の豪雪地帯である魚沼の
冬において、負のイメージが強い雪こ
そが、世界一の米や最高峰の日本酒な
ど、独自の宝物を生み出します。そん
な「絶望」と「最高の報酬」のストーリ
を来場者の皆様にお届けしました。
当日は、来冬に実施予定の「雪かき
ツアー」の告知も行い、魚沼の魅力
を直接お伝えすることができました。こ
のツアーを通じて、実際に市内に足を
運んでいただき、雪かきの体験や地域
の方々の温かさに触れていただけたら
と思っています。

また、10月には毎週日曜日の7時か
ら、銀山平・白銀の湯駐車場にて「滝
雲マルシェ」を開催します。雲がまる
で滝のように流れ落ちる神秘的な自然
現象「滝雲」は、多くの観光客やカメ
ラマンが早朝から訪れる絶景です。滝
雲を見た後、そのまま帰ってしまうお
客様にも、銀山平で少しゆっくりして
いただきたい、そんな思いからスター
トした企画です。ここを起点として、
市内全体の観光へとつながるきっかけ
を作っていきたいです。



高齢者の新型コロナウイルスワクチン 自己負担額は5,000円です

☑接種当日65歳以上の人または身体障がい者手帳1級所持者相当の60歳～64歳の人

☒市外の医療機関で接種する人は、一旦全額を支払っていただき、後日助成金の手続きをお願いします。

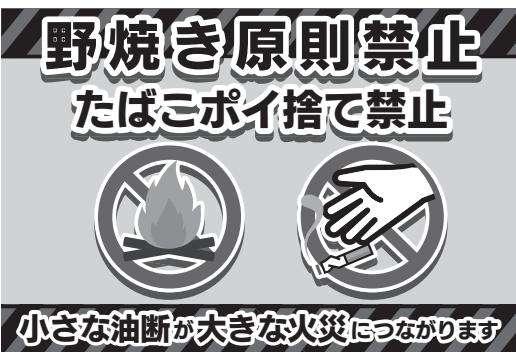
☎健康増進課 ☎792・9763 ID25283

市報 うおぬま 10.10 お知らせ版 2026年10月10日号

日日時 期期間 場場所 内内容 対対象 資資格 講講師
演出演 相相談員 持持ち物 ¥費用 定定員 ☑締め切り
他その他 ☑申し込み ☑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 ☑なし ¥無料 ☑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 検索 → ページID検索
ウェブ版 スマホ版 IDを入力 表示



くらし

◆高齢者交通事故防止運動

期10月1日(木)～31日(土)
☑スローガン:「ひろげよう 長寿社会へ 無事故の輪」
◎運動の重点:①高齢運転者の交通事故防止 ②道路横断時の安全確認と夜光反射材の積極的な活用 ③早めのライト点灯とこまめな切替え
☎交通安全課 ☎793・7803 ID43764



穴沢集落で開催されている「陽だまりサロン」(地域の茶の間)を会場として移動市長室を実施しました。鳥獣被害の状況や公共交通の運行に関する事など、地域の方々が日頃の生活の中で感じている多くの想いや意見を伺いました。



地域活動の活性化に取り組むコミュニティパートナー(株)代表取締役の山森彩香氏を「こいでテラス」に招いて、まちづくりに関する意見交換会が開催されました。参加者は和やかな雰囲気の中でまちづくりについて話し合い、魚沼の未来に想いを巡らせました。



魚沼市内がコースに組み込まれている雪国魚沼GCR※1のNCR※2指定を記念し、南魚沼市の八色の森公園で起終点看板の除幕式が行われました。同日開催された南魚沼グルメリイドでは、内田市長が南魚沼市長・湯沢町長とともにコースを試走しました。



実りの秋に感謝する「堀之内十五夜まつり」が、今年も盛大に開催されました。神輿パレードでは、「オイサー」の掛け声に合わせて勇壮な渡御が次々と披露され、堀之内駅前通りの六間小路に詰めかけた観衆は迫力に魅了されていました。



伊米ヶ崎小学校をメイン会場として市の総合防災訓練を開催しました。参加した児童と保護者は、防災食や車両展示などの様々なブースを回りながら防災知識を深めたほか、消防団員の指導のもと、土のうを作り浸水を防ぐ体験活動などを行いました。



市立小出病院にて消防フェスタと小出病院祭が同時開催されました。会場では、子どもたちが消防団員に教わりながら放水を体験し、勢いよく飛び出す水に歓声を上げていました。楽しみながら消防や医療の仕事に触れ、関心を深める一日となりました。

◆中越地震の発生時刻に 合わせてサイレンを鳴らします

日10月23日(金)17時56分 内防
災無線によりサイレンとアナウンスを流しますので、1分間の黙とうをお願いします。
また、この機会に中越地震を振り返るとともに身の回りの防災について話し合います。
☎防災安全課 ☎792・9214 ID44162

◆家庭でできる簡単リラクゼーション

日10月25日(日)、11月1日(日)・8日(日) 13時30分～14時30分
場堀之内公民館 ☑体の不調の原因になりやすい凝りをほぐすリラクゼーションを解説します。
講整体師酒井久枝氏 持タオル、飲み物 ¥1
回200円 定先着10人
日10月22日(木) 申堀之内公民館 ☎794・6026 ID42538

◆企業戦略セミナー

日10月28日(木)15時～17時
場魚沼市商工会 ☑人手不足・賃上げ時代に取り組む生産性向上のポイントや会社の未来を考えるためのセミナーです。
講新潟県よろず支援拠点生産性向上センター統括サポーター鈴木俊雄氏ほか
定30人 ☑10月20日(火) 申魚沼市商工会 ☎792・2124 担商工課 ☎792・92753 ID43715

◆心と身体を整える呼吸と瞑想教室(秋)

日11月5日(木)・12日(木)・26日(木) 13時30分～14時30分
場湯之谷会館 ☑リラックスを、集中に至る瞑想と呼吸法を学ぶ
講メディテーション トレーナー磯部宏美氏 持飲み物、ヨガマット、タオル、動きやすい服装 ¥1回200円 定15人 ☑10月30日(金) 申湯之谷公民館 ☎792・0530 ID42103

(有料広告)

今月の入会説明会

10/14(水) 10:00～
小出北部公民館 で開催
・市内在住 で60歳以上 ならどなたでも
・予約不要 お気軽にお越しください
(公社)魚沼市シルバー人材センター
詳しくは TEL 793-7458 または
高齢者人材確保育成事業

※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
〒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

スマホやタブレットでかんたん閲覧！

申込書類のダウンロードもできます。

放課後児童
クラブ情報▶
ID2679



保育情報▶
ID2682



「子育てのまち」日本一を目指します！

市ホームページをご確認ください。

ID13054



子育て支援センターぱびぷ ☎792・6356

令和
9
年度

保育園・学童保育等の申込受付を開始します

(令和9年4月1日～令和10年3月31日までの入園・転園など)

受付期間

10月9日(金)▶10月30日(金)まで

幼稚園

小学校入学前に幼児期の特性を踏まえた基礎教育を行う施設です。

■市内幼稚園一覧

▶めぐみ幼稚園へ(入園申請書は、園ホームページからもダウンロードできます。)

	園 名	所在地・電話	募集人数	教育時間(預かり時間)	保育料等(月額)
私立	めぐみ幼稚園	井口新田 360 ☎792・6768	満3歳児： 9名 3歳児：若干名 4歳児：若干名 5歳児：若干名 ※欠員状況により変更になる場合あり	平日 8:30～15:30 早朝(7:15～)・夕方(～18:45) ・預かり保育あり ・春・夏・冬休み(長期)は、自由登園日で給食あり ・土曜の預かり保育は条件あり、申請により実施	【保育料】 無償(市独自含む) 【給食費】 副食費：無償(市独自) 主食費：200円(市補助800円) 【入園準備金(入園時のみ)】 20,000円 ※その他実費徴収あり
	・保護者の就労に関係なく利用できます。 ・預かり保育については、条件により補助があります。(上限あり) ・実費徴収の内容など、詳しくは園に直接お問い合わせください。 ・受付期間終了後も定員に達するまでは、随時募集します。				

放課後児童クラブ

保護者や家族が昼間家庭にいない小学生が対象です。

※私営クラブの保育内容等については、クラブへ直接お問い合わせください。

利用区分

- ①入所(通年利用)
- ②長期(春・夏・冬休み期間中のみ利用)
- ③一時(年数回利用)

注意事項

- ・小出地域及び湯之谷地域のクラブで申込人数が偏った場合には、定員の都合上、希望するクラブに入所できない場合があります。
- ・長期利用、一時利用の場合もできるだけ受付期間内にお申し込みください。直前に申し込んだ場合、希望する利用期間に対応できないことがあります。

■放課後児童クラブ一覧

▶市ホームページから

	名 称	実 施 場 所		電話番号	開館時間		
					平 日	土曜・長期休み 学校休業日	日曜・休日
私営	ひまわり放課後児童クラブ	小出保育園隣	小出島 666-5	792・3434	放課後～ 20:00	7:00～20:00	
	第二たんぽぽクラブ	第二たんぽぽ保育園内	中原 296-1	793・7320	放課後～ 19:00	7:00～19:00	
市営	堀之内放課後児童クラブ	堀之内小学校給食調理場棟2階	堀之内 430-3	794・2300	放課後～ 18:30	7:45～ 18:30	休 館
	小出つくしクラブ	小出児童センター(佐梨保育園2階)	佐梨 777-4	792・1250			
	小出北部つくしクラブ	小出小学校内	佐梨 1060	793・2012			
	伊米ヶ崎放課後児童クラブ	伊米ヶ崎小学校内	虫野 38	793・1007			
	湯之谷放課後児童クラブ	湯之谷児童館(つくし保育園隣)	七日市 276	792・1713			
	湯之谷やくしクラブ	湯之谷小学校内	七日市新田 48	793・7520			
	広神東よつばクラブ	よつば児童館(ふたば東保育園隣)	今泉 1995-1	799・3505			
	広神西よつばクラブ	広神西小学校内	親柄 107-1	799・2964			
	守門きのめクラブ	北部庁舎3階	須原 520	797・2314			
	入広瀬放課後児童クラブ	入広瀬幼稚園舎内	穴沢 246-1	796・2280			

保育園・認定こども園・家庭的保育室

●保育園(0～5歳)

家庭で保育ができない保護者に代わって保育する施設です。

●認定こども園(0～5歳)

幼稚園と保育園の両方の機能を持つ施設で、地域の子育て支援も行っています。

●家庭的保育室

原則3歳未満児を対象として、少人数(定員5人以下)で保育を行う施設です。

申し込みを
忘れずに

①産後休暇、育児休業が終わり、それに合わせて入園を希望する人

令和8年10月30日時点で母子手帳の交付を受けている出生予定のお子さんも入園申し込みが可能です。

②現在在園している施設から別の保育施設への転園を希望する人

定員を超える
申し込みが
あった場合は？

・保育必要度の高い順に利用調整を行います。先着順や抽選ではありません。

・0～2歳児の未満児クラスは利用希望が多いため、受付期間外の入園の場合はご希望に添えないことがあります。

どの園でも
申し込みが
できますか？

お住まいの地域に関係なく、市内いずれの施設にも入園の申し込みができます。

保育にかかる
お金は？

令和7年度から全児童の保育料と給食費(副食費・主食費)が無料です。
※主食費は私立園で一部有料

■市内保育園・認定こども園一覧

▶第1希望の保育園等へ(申込書類は各園・子育て支援センターぱびぷにあります)

	園 名	所在地	電話番号	定員	延長保育を含む開園時間			
					平日	土曜	日曜・休日	
私 立	小出保育園	小出島 598	792・3434	180 名	7:00～22:00	7:00～22:00	7:00～22:00	
	清心保育園	四日町 277-1	792・5144	60 名	7:00～19:30	7:00～19:00	休 園	
	第二たんぽぽ保育園	中原 296-1	793・7320	90 名	7:00～19:00	7:00～19:00	7:00～19:00	
市 立	堀之内なかよし保育園	堀之内 3910-1	794・6161	250 名	7:00～19:00	7:00～19:00	休 園	
	佐梨保育園	佐梨 777-4	792・0634	75 名		7:00～19:00 (2園で週交替)		
	伊米ヶ崎保育園	虫野 1897-8	792・1095	80 名		7:00～19:00		7:00～19:00
	つくし保育園	七日市 275-1	792・1191	150 名				7:00～19:00
	ふたば西保育園	山口 20-1	799・2227	160 名				7:00～19:00 (2園で週交替)
	ふたば東保育園	今泉 1995-1	799・2058	160 名				7:00～19:00
	すもんこども園(認定こども園)	須原 4546-1	797・2002	85 名		7:00～19:00		

■市内家庭的保育室 ※定員は、今後変更する場合があります。

▶子育て支援センターぱびぷへ

名 称	所在地	電話番号	定員	保育時間		
				平日	土曜	日曜・休日
入広瀬保育室	穴沢 246-1	792・6356	5名	8:30～16:30	休 園	

お誕生おめでとうございます

(8月21日～9月20日届出分) 敬称略

神喰 千颯 (翔太・早也佳) 小出旭町

大塚 花 (永久・奈美子) 沢田一

加藤 光織 (義揮・良江) 吉田

高橋 禄唯 (叶夢・裕夕) 吉田

橘 陸翔 (郁弥・沙月) 大沢

松下 陸翔 (金龍・美奈) 長松

子育て関連情報

11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8年7月生まれ)	25日(水)	13:10 ～13:30
1歳6か月児 (令和7年3月、4月生まれ)	11日(水)	
2歳児 (令和6年11月生まれ)	27日(金)	
3歳児 (令和5年9月、10月1日～15日生まれ)	18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。 ID 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) ごっくんごはん	令和8年8月生ま れの乳児と養育者	30日(月)	13:30 ～13:45
離乳食教室(中期・後期) もぐもぐみかみごはん	令和8年4月生まれ の乳児と養育者	10日(水)	9:30 ～9:45

持 母子健康手帳、オムツ、着替え等 ID 2710・2707

11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	

11日(水)、18日(水)、25日(水)、27日(金)は乳幼児健診のため、
午後からお休みとなります。 ID 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 くわしくはお問い合わせください。 ID 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

問 魚沼市立図書館 ☎ 792・0337

問 広神公民館図書室 ☎ 799・3134

赤ちゃんにはじめての
絵本を
10月ブックスタート
(1組10分程度です)

日 10月28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12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

日 10月17日(出) 10:30～11:00
場 魚沼市立図書館 おはなしのへや

日 10月31日(出) 10:30～11:00
場 広神公民館図書室 和室

内 絵本、紙芝居、パネルシアター、歌あそびなど

今年度の住民けん診実施日は残りわずかとなりました。
忘れずに受診しましょう。

	特定健診、基本健診、後期高齢者健診、肺がん・結核検診、 胃がん検診、大腸がん検診、胃がんリスク検診			乳がん・子宮頸がん・ 骨粗しょう症検診	
実施日時 ※予約は30分 きざみ	10月22日(水)	10月27日(火) ※午後は胃がん検診 がありません。	10月28日(水)	10月20日(火) ※骨粗しょう症検 診はありません。	10月24日(出)
	8時～11時	8時～11時 13時30分～15時	8時～11時	9時～11時	
会場	魚沼市ボラン ティアセンター	魚沼市地域振興センター		須原第一体育館	市役所本庁舎

予約方法

予約は実施日の10日前まで可能です。

◎けん診コールセンターに電話

☎ 050・3647・9533

月～金(祝日を除く。)9時～18時

◎WEBサイトから登録

24時間予約可能

※予約なしでも受診できますが、受診当日にお待ちいただく場合が
あります。

※特定健診(40～74歳)は、令和9年1月末まで市内医療機関
(上村医院、庭山医院、かねもと外科内科医院、宮医院)にて受診
可能です。

問 健康増進課 ☎ 792・9763 ID 2195

健康・福祉

◆歯や口の健康相談会

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 10月29日(木) 9時～11時20分
(40分ごとの予約制) 場 市役所本庁舎 内 歯科衛生士・保健師による個別相談 定 先着3人 ☎ 10月23日(金) 申 問 健康増進課 ☎ 792・9763 ID 23836

◆悩みに寄り添うゲート
キーパー養成講座

日 11月6日(金) 13時30分～15時30分 場 市役所本庁舎 内 悩みを抱えている人への気づきの視点や、心に寄り添う話の聴き方、関わりの基本を学ぶ 講 新潟青陵大学福祉心理こども学部准教授関谷昭吉氏 定 先着40人 ☎ 10月30日(金) 申 電話またはQRから 問 健康増進課 ☎ 792・9763 ID 25769

◆手話講演会「ろう者が語るろう者の世界」

日 11月15日(日) 13時30分～15時30分 場 魚沼市ボランティアセンター 内 長岡市でカフェをオープンし、オーナーとして活躍する倉又司氏を講師に迎え講演会を開催します。「聞こえない世界」と手話に触れてみませんか。 講 「NOB I」COFFEEオーナー倉又司氏 ☎ 11月6日(金) 他 手話通訳者が通訳します。 申 問 福祉支援課 ☎ 792・9767 ID 44019

不用車両・物品の売却 (公募型見積合わせ)

物件番号	物件名(メーカー/車種)
R8-4	ヤンマー/防災用発電装置・25KVA/AUTOPACK
R8-5	デンヨー/発電機・5KVA/ES
R8-6 R8-7	マツダ/消防車/ボンゴ・バン
R8-8	ニッサン/消防車/パネット・バン
R8-9	三菱/バン/ミニキャブバン

日 11月10日(火)見積書の開封(申 11月9日(月)17時まで)
場 市役所本庁舎 管財課
対 市内に住所を有する個人・団体または本店を有する法人
他 見積公告及び見積書様式は管財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。

物件見学会

日 10月26日(月) 9時30分～10時15分
場 旧堀之内企業庁舎(根小屋2276)
※受付した人全員の見学が終わり次第終了となります。
申 問 管財課 ☎ 792・9211 ID 24774

第14回魚沼水墨画教室展

期10月22日(休)～26日(月) 9時～17時(26日は15時まで) 場生涯学習センター「ここいら」 内会員9人と講師早津剛氏の作品展示
他10月26日(月)13時から作品講評会を行います。 申魚沼水墨画教室 会長・山田 ☎794・3611

第45回「井口汪の世界」展

期10月23日(金)～25日(日) 9時～17時 場小さい記念館 内小さい記念館 ☎799・2004

魚沼まちゼミ

期10月23日(金)～11月23日(月) 内まちのお店の店主・スタッフが知識や情報等を無料でお伝えする少人数制の講座です(材料費は別途)。 他開催日時は店舗ごとに異なります。くわしくは10月16日(金)の新聞折込またはインスタグラムをご覧ください。 申魚沼市商工会 ☎792・2124

市民公開講座 脳の健康について考える～見逃さないでMCⅠ(軽度認知障害)～

回10月24日(土)13時45分～14時45分 場クロステン十日町(十日町市) 対認知症等脳の健康に関心がある人 対10月23日(金) 申QRから 内エーザイ(株)佐々木大介 ☎090・7635・2315



シルバー人材センター入会説明会 日程(後期分)

【日中説明会】回10月14日(休)、11月18日(休)、12月16日(休)、令和9年1月13日(休)、2月17日(休)、3月17日(休) 10時から 【夜間説明会】回令和9年2月24日(休)、3月24日(休) 18時30分から 場小出北部公民館 資60歳以上の健康で働く意欲のある人 内魚沼市シルバー人材センター ☎793・7458

子育ての駅かたっく「フリーマーケット」

回10月18日(日)10時30分～15時30分 内子ども服、おもちゃ、マタニティー用品、乳幼児用品、絵本など 内子育ての駅かたっく ☎792・2112

星空と天体観測 第14回「オリオン座流星群の走りを見よう」

回10月18日(日)19時30分～21時 場自然科学館星の家 対5歳以上 持防寒着 対幼児(5歳以上)70円、小中学生100円、高校生以上200円 対先着15人(完全予約制) 対10月15日(休) 申株式会社魚沼須原スキー場 ☎797・2059

まちなか健康ひろば『便秘』

回10月20日(火)15時～17時 場にざわい創造拠点「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 対共栄堂薬剤師、よりそいーと魚沼管理栄養士 内認定栄養ケア・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。

新潟県最低賃金額が1,108円になりました

10月1日から県内最低賃金額が時間額1,050円から58円引上げられました。県内で事業を営む全ての使用者及びその事業場で働く全ての労働者(雇用形態問わず)に適用されます。 内新潟労働局労働基準部賃金室 ☎025・288・3504

新潟県3R推進キャンペーン

期10月1日(休)～12月31日(休) 内食品ロス削減を目指す「迷子の食材救出大作戦!」と衣類のリユースを促進する「クローゼットのお宝発掘大作戦!」の2つのInstagramキャンペーンを実施します。投稿いただいた方の中から、抽選で毎月3名様にQUOカードペイ(3,000円分)、毎月10名様に新潟県3R推進キャラクター「エコニャン」のグッズをプレゼントします。 内新潟県環境局資源循環推進課 ☎025・280・5160



▲新潟県ホームページ



▲Instagram

ごみ量のお知らせ(8月分) 回2049

内生活環境課(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	899	878	21	指ごみの分け方出し方ワンポイント 農業用マルチや収穫を終えた野菜枝茎はできる限り土を落として持込んでください。農業用マルチは土が多く付いていると再資源化が出来なくなります。
不燃ごみ	34	36	-2	
大型ごみ	85	70	15	
容器包装	13	14	-1	
古紙類	53	55	-2	
合 計	1,084	1,053	31	

◆絵本作家岩田明子さんのよみきかせワークショップ「ここいら」内①ワークショップ・人気シリーズ「ば

子ども

うおぬまっちプロフィールアンケート

うおぬまっちがより親しみやすく、パワーアップするために、プロフィールアンケートを実施します。ご協力ください。

アンケート内容

うおぬまっちに話してほしい魚沼方言は?

対10月31日(土) QRから回答してください▶

内企画政策課 ☎792・1425 内43806



抽選で粗品をプレゼント!

サッカー日本代表テクニカルスタッフから学ぶ夢のつかみ方

回10月15日(休) 19時～21時

場響きの森文化会館

内無名の町のクラブコーチが欧州プロクラブや日本代表テクニカルスタッフになるまでの軌跡

内日本サッカー協会テクニカルスタッフ 若林大智氏

定400人

申QRから

内魚沼市スポーツ協会

☎794・6074

内生涯学習課

☎793・7480



献血を実施します

内健康増進課 ☎792・9763 内39887

10月16日(金)	10時～11時30分 13時～15時30分 場魚沼地域振興局
10月23日(金)	9時30分～11時30分 13時～15時30分 場魚沼市役所本庁舎

内献血種別 全血(400ml)

持献血カード(お持ちの人)

対男性:17～69歳、女性:18～69歳

※男女とも体重が50kg以上ある人

※65歳以上の人は健康面を考慮

し、60～64歳の間に献血経

験のある人に限ります。



令和8年8月27日からの大雨災害義援金の募金箱を設置しました

北陸地方(富山県、石川県、福井県)において発生した豪雨により被災した方々を支援するため、次のとおり募金箱を設置しました。

期11月30日(月)まで

場市役所本庁舎、北部庁舎、各市民サービスコーナー

内日本赤十字社新潟県支部魚沼地区事務局(福祉支援課)

☎792・9767 内43858



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

9月10日号に対するご意見等を紹介します

◆わが社の自慢、もっと多く載せた方が市内の会社を知ることができると思う◆森林を支える人の取り組み、大変さ、必要性がわかった◆市の土地建物の売却で市の賑わいが戻ってほしい

魚沼市に多く現れるツキノワグマの生態として、次のうち当てはまるものはどれでしょう？

①最高時速10キロ程度の速さで走る
②早朝や夕方に行動が活発になる
③人間の食べ物にはあまり執着しない

★ヒント★
P5

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。次の項目の回答をご記入のうえハガキ、FAX、Eメール等で10月20日(火)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

ひとのうごき (8月21日～9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13ページをご覧ください。(敬称略)

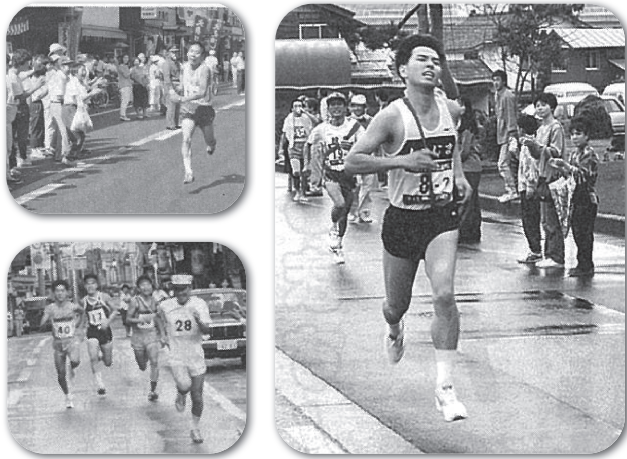
渡邊美枝子	94歳	住吉町	長崎 トモ	101歳	上ノ原	志田 ヨシ	95歳	穴沢
平澤 榮治	93歳	下新田	鷲尾 紀子	65歳	大下	大平 マサ	100歳	穴沢
平澤マスエ	90歳	下新田	星 博恵	88歳	湯之谷芋川	住安 サダ	97歳	大白川
星野 國夫	83歳	徳田	井川ハツイ	95歳	雁坂下			
友野アサノ	98歳	小出稲荷町一	大塩 千代	96歳	雁坂下			
藤岡 とよ	93歳	諏訪町	五十嵐金次	89歳	田尻			
櫻井 正二	95歳	四番町三	和田 一男	95歳	中島			
今井 テル	86歳	浦町七	和田 正敏	88歳	新保			
吉田 進	66歳	中田町	中澤 ツル	91歳	中家			
神保 厚子	74歳	青島中	風間 寅雄	75歳	守門宮原			
八海 久子	78歳	十日町	目黒 忠正	86歳	新下			

人口と世帯数 (R 8. 8. 31)			
	人口	うち外国人	増減
男	15,361	166	-21
女	15,920	213	-24
計	31,281	379	-45
世帯数	13,062		-17

※増減は、前月比です。

堀之内十五夜まつりの名物行事として、長年にわたり祭りに花を添えてきた「堀之内一周駅伝大会」。72回目を迎えた今年をもって、町内を一周する現在のコースでの開催は最後となりました。そこで、今月号の表紙は、過去の大会を振り返る懐かしい写真と、最後となるコースを力強く駆け抜けた選手たちの写真で構成しました。来年以降は、新たなコースでの開催が検討されています。これからも親しまれる大会として、祭りを大いに盛り上げてくれることを期待しています。

表紙の写真



電気工事士実技試験複線図対策

回11月7日(土)・14日(土) 9時～16時 場魚沼テクノスクール 内単線図を複線化する方法を学ぶ 対はじめて電気工事士実技試験を受験する人 対5,700円 定10人 対10月22日(木) 申間魚沼テクノスクール 対794・2410

建築大工技能士実技講座(1級・2級・3級選択編)

回11月11日(木)・12日(木)・13日(金) 9時～16時 場魚沼テクノスクール 内技能検定1級・2級・3級のいずれか希望する級の実技内容を学ぶ 対5,700円 定10人 対10月27日(火) 申間魚沼テクノスクール 対794・2410

事務エキスパート科3期12月入校生募集

期12月8日(火)～令和9年6月3日(木) 9時20分～15時40分 場スリーエスITトレーニングセンター(十日町市) 内簿記およびPCの知識・技術の習得 対就職を希望する人 対無料(テキスト代等自己負担あり) 定15人 対11月12日(木) 申ハローワーク小出 場魚沼テクノスクール 対794・2410

味噌づくり体験

回11月14日(土)10時～11時30分 場福山峠のふるさと広場 対マスク、エプロン、三角巾 対5,000円 定先着10人 対11月9日(月) 他昼食あり。作った味噌(5kg)はお持ち帰りください。くわしくは施設ホームページから確認いただくかお電話にてお問い合わせください。 申間福山峠のふるさと広場 対797・2366

うおぬま糖尿病を知る集い

回11月14日(土)10時～12時(9時30分受付開始) 場魚沼市ボランティアセンター 内「肥満・メタボについて学ぼう」講演、ノルディックウォーク体験、個別相談、展示コーナーなど 場魚沼基幹病院丹下医師、小出小学校仲野栄養教諭 他うおぬま元気ポイント必須ポイント対象事業 場地域医療魚沼学校(魚沼糖尿病対策推進会議事務局) 対792・1167

もっとくぶんしっし>講座・ちょ～入門

回11月23日(月)10時～15時 場堀之内公民館 内◎午前…原子・分子のカードゲーム ◎午後…分子模型作り 対小1から大人までの親子(大人は一人でも可) 対2,200円、テキスト代550円×2冊 定12人 申間NPO法人楽知ん研究所 対090・1531・1294

楽しい講座「胸焼け・便秘・腹痛から学ぶお腹の健康」

回10月28日(火)18時～19時 場小出病院またはZoom配信 場上村医院森田慎一院長 対10月22日(木) 他うおぬま元気ポイント対象事業 申間地域医療魚沼学校 ◎会場参加… 対792・1167 対793・7358(氏名・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)

ねんきん相談会

回10月29日(木)10時～15時 場魚沼市ボランティアセンター 内長岡年金事務所の職員が年金に関する相談や年金請求書の受付を行います。相談は予約制です。 対本人確認ができるもの ※代理人の場合は委任状必要 申間長岡年金事務所 対0258・88・0006音声案内の後に1番→2番を押してください。

浅草岳公園 紅葉マルシェ

回11月3日(火)9時～15時 場浅草岳公園(旧浅草山荘前) 内秋のブナ林自然観察会、ワークショップ、美味しい食べ物の出店など 他くわしくは奥只見レクリエーション都市公園ホームページまたはむつみグループまでお問合せください。 場むつみグループ 対025・780・4560

魚沼市役所 新採用職員 (10月1日付) ※順不同

企画政策課 主事 湯本 理人	介護福祉課 主事 田邊 佳穂	農林整備課 主事 平澤 翔斗	総務人事課 対792・9203
----------------	----------------	----------------	-----------------

落札価格 1,500 万円以上の一般競争入札案件			財務課 対792・9205 対40243
契約件名	業者名	落札金額(税抜き)	
市道吉田5号線さく井工事	(株)戸田組	27,400,000 円	



野球

中澤 律^{りつ}さん（広神東小学校6年）
新潟ジュニアベースボールクラブ所属



7月22日から23日に行われた「第44回全国少年軟式野球大会」に、新潟ジュニアベースボールクラブの主将（ポジション：ファースト）として出場しました。

がんばる 魚沼っ子



金賞を受賞した藤木さんの作品。課題が発表されてから、毎日1個を作り続け、約1か月間の練習の成果が詰まった力作です。

8月1日から2日に富山県で開催された「第21回若年者ものづくり競技大会」において、建築大工職種の部で最高位の金賞を受賞されました。同職種では、制限時間5時間15分以内に課題の原寸図を描き、支給された材料の墨付け、加工、組み立て等を行い、作品の精度や出来栄を競います。藤木さんは日頃の練習の積み重ねにより優れた技術を発揮し、見事、全国の頂点に立ちました。



藤木 礼和^{らいお}さん（長岡市在住）
県立魚沼テクノスクール
建築施工科2年

練習を重ねた技術で
全国の頂点に！



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）

れんこん	100 g	鶏ひき肉	200 g
かぼちゃ	100 g	水	500ml
玉ねぎ	1/2 個	白だし	大さじ2
エリンギ	2本	黒こしょう	少々

作り方

- ① れんこんは1cm幅の半月切りにし、5分ほど水にさらす。かぼちゃは一口大、玉ねぎは4等分のくし切り、エリンギは食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に水と白だしを入れ、煮立ったら鶏ひき肉を菜箸でほぐしながら加える。一煮立ちさせ、あくを取り除く。
- ③ ②の鍋に①の野菜を全て入れ、中火で5分ほど煮る。
- ④ 器に盛り、仕上げに黒こしょうを振って完成。

1人分の
栄養価

エネルギー：270kcal たんぱく質：22.4g 脂質：12.4g
炭水化物：22.8g 食塩：2.3g

秋野菜の和風ポトフ



ひとことコメント

材料を切ったら、1つのお鍋で煮るだけの簡単メニューです。秋野菜と鶏肉の旨味が溶け込んだ、からだも温まる一品です。

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

