

LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by

living in

Minamiuonuma.

Vol.3

2016 / Winter

新潟県南魚沼市若者定住促進
ライフスタイルマガジン



LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by

living in

Minamiuonuma.

Vol.3

2016 / Winter

www.life-in.jp



LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.
Happiness by
living in
Minamiuonuma.

Vol.3
2016 / Winter

新潟県南魚沼市若者定住促進
ライフスタイルマガジン

南魚沼に暮らすというしあわせ。

南魚沼市にUターンや Iターンで実際に定住している若者のリアルな暮らしや、定住に役立つ情報を紹介する
ライフスタイルマガジン『LIFE in ~ライフイン~』

CONTENTS

www.life-in.jp

04	Introduction of the life style 地域資源で雪国の冬の生活を暖かに 鈴木昌弘さん 美奈子さん	14	Everybody will date more デートしようよ。	21	The Geography of Minamiuonuma City これから南魚沼市への定住を考えている方へ 南魚沼市の取組み
10	Introduction of the life style 南魚沼市 女性消防職員 長坂仁美さん 高橋夏子さん	18	Introduction of the public accommodation LIFE in×美女旅 浦佐認定こども園	22	南魚沼市概要・歳時記

Introduction of the life style

2016 winter

鈴木昌弘さん 美奈子さん

地域資源で 雪国の冬の生活を 暖かに

南魚沼市岩崎地区で薪ストーブ、ペレット・ストーブを展示販売する「ペレットマン南魚沼」の鈴木さんから雪国の冬の生活の“暖かな”過ごし方について聞いてきました。

ライフ・ワーク としての『森の再生』

— 鈴木さんが薪ストーブ、ペレット・ストーブの展示販売を始めたきっかけは？

鈴木昌弘さん（以下敬称略）
2011年3月11日に東日本大震災が発生した時、私は長野県に出向していたのですが、宮城県の知人の材木屋さんから、被災地では灯油やガソリンなどの化石燃料がスムーズに届かず、せっかく避難したにも関わらず低体温症で凍死していた人も居たんだという事実と、そんな中、新潟のペレットストーブメーカーがボランティアで避難所にストーブを製作しては届けて設置し、また全国からペレット燃料が寄付されたことで被災者は暖をとることが出来、とても助かったという話を聞き、色んな意味で衝撃を受けました。先ず感じたのは、燃料や食材のほとんどを海外に頼っているような日本の現状は、災害や紛争など緊急の事態が生じた場合、流通がストップすれば機能しなくなる脆いシステムなのではないかということです。

いわゆる南魚沼のような田舎の中山間地は、自給自足しようと思えば出来ますが、都市部にはそれが出来ません。全てを外から運んで来るしか無いんです。この辺は特に米どころだし「食」の自給率が高いですよ。そう考えると、田舎は衣食住のかなりの部分を自分達の地域でまかなえます。「ウチのイナカは山ばっかで何もねえ」などよく言いますが、その「山」は地域資源が眠っている宝の山であり、この宝を有効に活用するべきです。例えば間伐材などの地元の資源を燃料として一人でも多くの方から活用してもらえようになれば、その分、遠い異国の土地から掘り出し、タンカーで運ばれてきた化石燃料に対して海外に払っているお金が自分達の地域の中に回り始めます。地域の中でお金が循環するシステムが出来れば地域からお金が出て行かず、もっとその地域が豊かになるハズです。

オーストリアでは既に化石燃料から木質資源メインに産業を切り替えて実際に雇用が増えて



ペレットマン南魚沼 ストーブ展示場

地元の地域資源や 人材こそが宝

— 素晴らしい取組ですね！

昌弘 自分なんかまだまだです。本来のこの地域の事をよく知っているのは70代以上の方々です。地域ごとの山の特性はそれぞれ違うので、この地域で生きてきた経験こそがこの地域の活きる知恵なんだと思います。それは田んぼや畑も同じ事だと思っています。この先の地域を活かせる知恵の宝庫こそ、地域に長く暮らしてきた70代以上の方々なのだと思いますので、そのような地域の先輩方から色々なことを教わりながらフィールド活動をしています。

— なるほど。まさに「人は宝」ですね！

いる小さな村があると知り、出向先から戻って家業の建築業を継ぐ傍ら実家の酒屋を改修し、暖房器具の展示販売を始めました。この展示販売とともに、木質燃料の源である山の木の枝打ちや間伐等の整備も自分で行っており、ライフ・ワークとして「地域の森の再生」に取り組んでいきたいと考えています。

— それでは、次に雪国の冬の生活を暖かく彩る薪ストーブやペレット・ストーブの魅力について教えてください。

昌弘 薪のはぜる音や体の芯から温めてくれる輻射熱（くくしやねつ）のやわらかな炎には、自然と人を惹きつける力がありますよね。古代から連綿と続く非常に原始的な感覚だと思っています。輻射熱は太陽の自然な暖かさと同じく体の芯から温まります。近くの山から自分で調達出来れば燃料代はタダですし、山の整備にもなります。山での作業は清々しいんですよ。気持ちのリフレッシュにもなります。そう言った意味では個人的には中山間地域は薪ストーブが一番だと思っています。でも、ペレットストーブはタイマーや室温設定が出来て、袋入りの燃料は薪に比べたらはるかに保管が楽です。手軽さという意味ではほとんど石油ストーブと変わらない

鈴木昌弘さん masahiro suzuki / 43才

南魚沼市生まれ。大学進学のため上京し、卒業後は神奈川県のアンティーク家具店で働く。Uターン後実家の建築業を継ぐ傍ら、ライフ・ワークとして「森の再生」と地域資源の活用に取り組んでいる。その一環として、酒屋を兼ねた薪ストーブ、ペレット・ストーブの展示販売に力を入れている。

鈴木美奈子さん minako suzuki / 37才

南魚沼市生まれ。高校卒業後、東京のフラワーデザインの専門学校へ。卒業後、神奈川県の花屋に就職。Uターン後は母親の花屋を手伝う。結婚後は昌弘さんを支え、建築事務と店の切り盛りをしている4人の子の母。





なくなってきたと思います。どちら
も木が燃えているのでどうしても灰は
出ますが、薪もペレットも、万が一燃
料をこぼしてしまっても灯油のような
イヤな臭いがありません。木を細かく
破碎して圧縮成形するペレットは、林
地残材と言って山に捨てて来るような
低質材でさえも燃料になり得るので、
手入れのされていない地域の山からで
も再生可能エネルギーをつくり出せる
とても有効な方法の一つだと思います。
近年は国産ペレットストーブの性能も
上がっていて、海外製のモノと比べ燃
焼効率では遜色が無くなって来ました。
値段も手頃であったかいモノが増えて
来ているので、雪国の寒い冬にも十分
対応出来ます。現在、家庭用ペレ
ットストーブが最も普及しているのはイ
タリアですが、日本も地域資源の活用と
いう観点からもっと導入が進んでい
くといですね。

鈴木美奈子さん（以下敬称） 我が家は普
段みんなが居るダイニングに薪ストー
ブ、玄関にペレットストーブがありま
すが、家中がほんわか暖かく、洗濯物
が良く乾きます。子供が外で雪遊びを
して濡れて帰ってきてても、直ぐに乾く
ので助かります。外から家に帰ってき
て玄関に入った時に感じる、体が芯か
ら温まる暖かさはとてもうれしいです
ね。子供達が楽しそうにストーブの周
りで遊んでいる姿を見ると、こちらも
楽しくなります（笑）。

『贅沢な時間』はまさに 地域の自然からの恵み

なんでもお金で買って消費するだけが
「贅沢」では無いんだと思います。お金
を払って他所から買って来たモノに頼
りきっているより、地域資源が有効に
使われている方がよっぽど豊かなんじ
やないかと思うようになりました。『豊
かさ』って意味を捉え直す意味でも田
舎に帰って来たのは良かったと思っ
ています。

今はペレットがあります

— 憧れはありますが、実際にやると
なるとなかなか大変ですね。

昌弘 確かに、薪の確保と保管を誰も
が皆出来るかと言うとこの南魚沼でさ
え難しい状況があります。最低でも2
年くらいは野積みで乾燥させないとい
けないのでしょっとでも住宅が密集し
ていると薪の置き場がありませんし、
丸太のままではいままで経っても乾燥
しないので薪割りも必要です。その手
間が取れなかったり面倒だったりして、
結局カンタン便利な石油ストーブを選
ぶ気持ちもわかります。ただ、便利さ
を追求し続けた結果、大元がやられる
と全員共倒れするような社会になりま
した。知らず知らず、みんなそこに寄
りかかっているんです。なので、地産
地消は面倒。やっぱり灯油と、すぐ
化石燃料を選んでしまわないでもら
いたいと言うか、「ちょっと待って！今は
ペレットがありますよ！」と。現在は
原油価格も下がってきているし単純に
燃焼力ロリーに対する価格だけを比較

昌弘 雪の降る夜に炎のゆらめきを見
ながら仲間と一緒にお酒を飲むのも楽
しいですよ。

— とても贅沢な時間の過ごし方です
ね。

昌弘 その『贅沢な時間』はまさに地域
の自然からの恵みそのものだと思いま
す。地域の山から木を伐って来れば、
それはそのまま燃料になります。『山ば
かりの田舎』だからこそ、地域でエネ
ルギーを自給出来るって事です。これは
「食」にも言えますが、ちよっと自分が
体を動かせば「食」や「エネルギー」をつ
くり出せる。そんな「資源」のかたまり
が、この南魚沼にはそこら中に転がっ
ていると言う事になります。コレを有
効に使わない手はないと思うんです。

『お金にならないモノ』は イコール『ゴミ』ではない

現に北米やヨーロッパの環境先進国と
呼ばれる地域では戦略的に「薪」を作っ
てます。再生可能エネルギーの75パ
ーセントが「薪」なんです。ソーラーや
風力じゃないんですよ。この谷に限
らず、田舎は木なんてどこにでも生
えていて、かつ、山なんか要らないよ
と放ったらかしにされてますが、勘違
いしてはいけないのはお金にならない
モノはイコール「ゴミ」ではありません。
「要らない」と言われているものが、
ゆったりとした炎や空間という「贅沢
な時間」を創り出してくれているワケで、

すると不利な側面もあります。そこら
辺は難しいトコロで、結局、豊かさの
基準をどこに持つて来るかという話に
なると思うんですが、外国に払うお金
と地域に払うお金はどっちが多いほう
が良いかと言う視点でみれば、化石燃
料を消費し続けるより、地域の木質資
源を使う方が、身も心も、最終的には
地域もあつたかくなるのではないかと
思います。

何度見ても感動します

— なるほど、単純な化石燃料とのコ
スト比較以上の魅力を感じました。最
後に奥様からこの地域の魅力について
語っていただきたいと思っています。

美奈子 春先に木々が芽吹く山々の景
観は、何度見ても感動します。これだ
けで、この地域に住んでいて良かった
なと思いますよ。毎年、春先に首都圏
からこちらに遊びに来ている人がいる
のですが、同じことを言いますよ。あ
る年、その人がスイスから知人を連れ
て来たのですが、「この景観こそ、日本
のアルプスだ！」と感動して帰られた
そうで、正に本家からお墨付きをもら
ったようなものですね。もつと地元
の人がこの地域の景観の素晴らしさに誇
りを持って良いと思います。こんな素
晴らしい景観と豊かな地域資源に囲ま
れた中で暮らせる事って、とても贅沢
なんだと思います。



女性として活躍できる場を見出していきたい

— 消防というと男性の職場というイメージが強いのですが、消防職を職場として選んだ理由は？

長坂仁美さん（以下敬称略） 私は、この消防署に勤務する前も埼玉の消防署で勤務していました。南魚沼市に移住するにあたり、同じ業務を続けたいという思いで現職を選びました。正直なところ消防職員を選んだ理由と言われるとハッキリしたものがあったわけではありません。運命なのかな？（笑）ただ、男性が多い職場ということもありますが、女性として活躍できる場を見出しているという頑張り方と思っています。

消防職員というと体育会系で怖いイメージを持たれる方もいますが、住民と直接やり取りする接客業務や地域の学校から防災スクールという防災教育の依頼、防災イベント等で司会をしなければならぬ時などについては、女性特有の物腰の柔らかさは大事ですね。

— それでは、長坂さんの日常業務について教えてください。

長坂 私は予防課に勤務しています。主に建築物の消防同意を行っています。建築物を建築する上で、あらかじめ消防法令上必要な設備の設置指導をして、建物完成後に検査を行うこと、建築物が消防法令に適合していることを確認します。この仕事は、火災の発生を未然に防ぐための大事な業務です。また、火災時には火災建物の関係者の方から事情聴取を行って火災の原因を調査することを業務としています。

— なるほど。消防署という現場で火を消すファイアー・マンというイメージが強かったのですが、事務的に大事な業務を担っているんですね。

長坂 はい。多方面から住民の命を守るために尽力しています。今の職場は、先輩方がとても優しく人間関係に恵まれていると思います。今後は庶務の仕事もやってみたいですね。

— これから消防で勤務したいと思っている人に一言お願いします。

長坂 どの業務においても住民の命を守るという大事な使命があります。なので、とてもやりがいがありますよ。

— 続いて、プライベートの過ごし方、趣味と生活の楽しみについて教えてください。

長坂 私はスポーツが大好きで、スノーボードやフットサルなどをやっています。一番の楽しみは友人との鍋パーティーですね。

— 最後に、これから南魚沼市で暮らすと考えている人に良いアドバイスがあればお願いします。

長坂 私は、埼玉からの1ターンの南魚沼市にきたのですが、四季がはっきりしていて、季節ごとの景観がとても美しいと思います。あとは地域の人の温かさ・優しさが都会とは比較にならないくらい際立っていると思います。だまっけても周りに友人が増えていくので、暮らしやすいと思いますよ。

Introduction
of the life style
2016 winter

南魚沼市 女性消防職員
長坂仁美さん
hitomi nagasaka

『住民の生命、身体及び財産を守るという大切な使命』を胸に、活躍する2人の女性消防職員の取材をするため消防本部を訪れました。



長坂仁美さん hitomi nagasaka /30才

埼玉県所沢市生まれ。埼玉の消防署に勤務していたが、趣味のスノーボードを楽しむため南魚沼市を訪れるうち、地域の自然や人柄に魅了され移住を決意する。現在は南魚沼市消防本部予防課にて勤務。



住民の生命、身体及び財産を守るという大事な使命

— 消防というと男性の職場というイメージが強いのですが、消防職を職場として選んだ理由は？

高橋夏子さん 以下敬称略 私は、もともと体を動かす事が好きで、将来は医療や救急の仕事に携わりたいと思っていました。就職にあたり両親や学校の先生の勧めもあり、高校を卒業してすぐ消防本部に採用されました。体力的に男性にはどうしてもかなわないところもありますが、女性の方が向いている業務もあると思います。救急隊員の仕事でも、女性や高齢者の患者さんには、安心感を持っていただきやすいですし、女性でないと聞きづらい情報があります。症状によっては洋服を脱がせる場合もあるので、そのときはやさしい言葉がけやきめ細かい対応を心がけています。

— 確かにそうですね。それでは、高橋さんの日常業務について教えてください。

高橋 私は消防庶務課に勤務していますが、日常の会計処理や人事関係の業務などを主にしています。また救急要請があれば救急車に乗り現場に向かい、救急隊員としても活動しますし、救命講習会があれば先輩方と一緒に指導しています。

— なるほど。消防署というと現場で火を消すファイアー・マンというイメージが強かったのですが、事務的にも大事な業務を担っているんですね。

高橋 はい。勤務前は私もそういうイメージしかありませんでした。今は事務の仕事がメインとなっていますが、早く現場に出て経験を積み、将来的には救急救命士の資格を取得したいと思っています。

— これから消防で勤務したいと思っている人に一言お願いします。

高橋 消防職には、まだまだ女性が必要とされている業務があると思いますので、もっと女性消防士が増えるといいですね。多くの女性から職場の選択肢のひとつとして消防士が選ばれるようになってほしいです。

— 続いて、プライベートの過ごし方、趣味と生活の楽しみについて教えてください。

高橋 体を動かす事が好きなので、ダンス、スノーボード、旅行など色々な趣味があります。あとは友人と温泉に行ったり、集まって話したりしているときが一番楽しいです。

— 最後に、これから南魚沼市で暮らすと考えている人に良いアドバイスがあればお願いします。

高橋 自分もこの地域の四季折々の彩り豊かな自然景観は素晴らしいと思います。訪れる場所を夏と冬で変えてみると、その季節にはなかったものが発見できると思います。南魚沼を訪れる際は、春夏秋冬の醍醐味を味わっていただけたらと思います。

Introduction
of the life style
2016 winter

南魚沼市 女性消防職員
高橋夏子さん
kako takahashi



高橋夏子さん kako takahashi / 20才

南魚沼市生まれ。高校卒業後に南魚沼市消防本部に採用となり、現在は消防庶務課に勤務。



🕒15:00 南魚沼市トミオカホワイト美術館 美術鑑賞

今日のお天気は雪もよう。そこで、まず始めに2人が訪れたのは【トミオカホワイト美術館】。雪国新潟で生まれ、「白の世界」を追求した洋画家・富岡惣一郎（1922-94）が作り出した「トミオカホワイト」と呼ばれる白い油絵の具は、時間が経っても劣化せず、白さを保ち続けることができます。海外で「東洋の白」とも呼ばれ親しまれた作品たちは、雪深いこの地域で鑑賞すると、より魅力を放つようです。今もなお美しい白さに驚きながらアートの世界に触れた2人でした。

■南魚沼市トミオカホワイト美術館

〒949-7124 新潟県南魚沼市上業師堂142 / TEL 025-775-3646

開館時間 4月～11月/9:00～17:00 12月～3月/10:00～17:00 ※入館は16:30まで

休館日 毎週水曜日（祝日の場合翌日）、12月29日～1月3日、展示替え期間ほか ※8月、10月は無休

HP <http://www.6bun.jp/white/>



高橋大地さん daichi takahashi / 23才 南魚沼市出身

東京のスポーツ系の専門学校に進学。東京で就職し、平成26年に南魚沼市にUターン。現在は、高校時代からお世話になっている飯塚農場で働く。趣味はスキー、BBQ。「夏はほぼ毎週仲間と川原や車庫でBBQしています。」

高橋奏江さん kanako takahashi / 23才 南魚沼市出身

大地さんと同じ専門学校のファッション系学科に進学後、東京のセレクトショップ「ROSE BUD」に就職。大地さんとともに帰郷後は、県内に店舗を置くセレクトショップ「VOIR INTERNATIONAL」に就職。趣味はショッピング、ネイル、飲みに行くこと。「今は結婚お祝い頂いたお酒がたくさんあるので、晩酌を楽しんでいます。」

6 年の交際を経て、2015年10月に結婚された高橋ご夫妻。同じ高校、専門学校に進み、同じ時間を共に過ごした2人の息はぴったり。これからの未来が楽しみなお二人のデートコースをご紹介します。

旦那様の大地さんは、高校時代に運動会の団長を務めた経験もある、優しく頼もしいお人柄。奥様の奏江さんは、いつもニコニコと素敵な笑顔の持ち主。お店の看板娘として活躍しています。

この日のデートは、「トミオカホワイト美術館」でアートを楽しんだ後、「カフェ・エトモ」でひと休み。「ユー・ピース」でお買いものをして、「肉処 パッファロ」で思う存分肉を堪能し、「ライブ・カフ・レオン」でお酒と音楽を楽しむ。南魚沼市の魅力と2人の笑顔がぎゅっとつまった、素敵なデートになりました。

LIFEin

Happiness by
living in
Minamiuonuma.

Date Number
02

Let's date in minamiuonuma.

デートしようよ。

みなさん、デートスポットに迷うことはありませんか？
南魚沼にはデートにぴったりの素敵な場所がたくさんあります。
特に冬は、2人の距離を縮めるのに一番良い季節かもしれません。
冬だからこそ！デートしてみませんか？





🕒19:00

ディナー

南魚沼桜井牧場 ワイン和牛



夏は週1回以上、バーベキューをする2人。冬の間はバーベキューができないため、そろそろお肉が恋しくなったようです。店内に入ると一気にお肉モードに。肉、肉、肉、（たまにビール）を注文していました。焼き肉店にもよく通っている2人は、お互いの好きなメニュー、焼き加減、食べるスピードも熟知。大地さんはホルモンのおいしい焼き方を知っているようですが、これは「極秘」とのことです。2人はネギ塩10秒コースとシャトーブリアンが気に入ったよう。おなかも満たされ笑顔も幸せいっぱいです。

■肉処 バッファロー（南魚沼桜井牧場 ワイン和牛）
〒949-7231 新潟県南魚沼市茗荷沢1111-12 / TEL 025-779-4788
通常営業時間 ランチ 11:30～14:00(ラストオーダー13:30)
ディナー 17:00～22:00(ラストオーダー21:30)
定休日 水曜日 / HP <http://www.buffalo.bz>



🕒22:00

パーティー



今日のデートの締めはちょっと大人な雰囲気味わいに【ライブ カフェ レオン】へ。ライブスペースのある店内は楽器がずらりと並び、日によって生演奏が楽しめるおしゃれな空間です。なんと大地さんのお父さんはギターを弾くようで、マスターもよく知る間柄。大地さんは何度かギターを始める機会があったとか。そんな大地さんと奏江さんに、マスターは弾き語りしてくれました。「感動して涙が出そうだった」と奏江さん。南魚沼のデートを満喫して、またぐっと心の距離が近づいた2人でした。

■LIVE CAFE LEON
〒949-7302 新潟県南魚沼市浦佐904-1 / TEL 025-788-0498
通常営業時間 15:00～23:30 / 定休日 日曜日(イベント開催時と休前日は営業)
HP <http://www.livecafeleon.com>



🕒16:00 ティータイム

cafe. chom chom

アートを楽しんだ後はちょっとひと息。2人はトミオカホホワイト美術館近くの【カフェ チョムチョム】にやってきました。店内はシックな色づかいで落ち着いた雰囲気、居心地の良いお店です。甘いものが大好きな2人は、パフェをオーダーして仲良く完食。美味しいスイーツに思わず笑顔がこぼれました。

■cafe. chom chom
〒949-7113 新潟県南魚沼市下原413-3 / TEL 025-775-2025
通常営業時間 11:00～25:00(ラストオーダー 23:30) / 定休日 木曜日、第3月曜日



🕒18:00

ショッピング

U.B
store

カフェタイムの次はショッピング。ちょっと足をのばして、店主厳選のメンズファッションやセンスの良い雑貨が並ぶセレクトショップ【ユービーストア】へ。入店後、すぐにお目当ての商品が見つかった大地さん。ファッション雑誌でいいなと思っていたパーカーを発見！奏江さんも「いいじゃん!」とノリノリに。ファッションに気を使う大地さんと店主さんの会話も盛り上がっていました。そして大地さんはお目当ての商品を購入。奏江さんは、カジュアルな服も着こなすようで、大地さんが買った服を見て「私も着ようかな」と話していました。

■U.Bstore
〒949-7302 新潟県南魚沼市浦佐323-3 / TEL 025-788-0265
通常営業時間 13:00～19:00 / 定休日 水曜日、木曜日、第一土曜日
HP <http://www.ub-store.jp>





1 とても広くて明るい、木の温もりを感じる室内プレイルーム。冷暖房は木質ベレットのボイラーシステムです。床暖房もあり、こども達は冬も裸足で走り回っていますよ。
2 保育室におじゃまします。どんなこども達に会えるかな。 3 保育室のサインもオシャレで可愛いですね。 4 人見知りせずに、一緒に絵本を読んでもくれました。



いつも こどもをまんやかに。

笑 顔で元気いっぱい遊んでいるこども達と、木の温もりを感じる広くて明るいドーナツ型の園舎がとっても素敵な、市立「浦佐認定こども園」。平成23年4月に浦佐幼稚園と浦佐保育園が一つになり開園しました。

人見知りせずに話しかけてくれるこどもがいたり、のびのびと遊んでいるこども達の仲間にいれてもらったり、楽しい時間を過ごしながら『いつもこどもをまんやかに』をモットーに取り組まれていることを実感しました。

近くに国際大学があるので、こども達の約1割は外国人なんです。子育てに理想的な環境だからとウターンして来る方も多く、本当にいろんなこども達がいるんですよ。また施設を開放して育児教育や親子教室、仲間づくりなど様々な取り組みをしています。みなさんもぜひ参加してみてください。



医療法人社団 萌気会 浦佐認定こども園

美女旅モデルが南魚沼市の公共施設をご紹介します。



美女旅モデル／星野恵里さん（南魚沼市在住）

南魚沼市について

The geography of minamiuonuma city



【特徴】

南魚沼市は、新潟県南部の魚沼盆地に位置し、太平洋と日本海を結ぶ交通の要衝に位置しています。関越自動車道や上越新幹線などの交通アクセスは大変便利で、交通および物流の中継地としての役割を果たしています。グリーン・シーズンには日本百名山「巻機山」や霊峰「八海山」などの登山客、冬季には、スキー場が集積する一大スノー・リゾート地として多くの観光客が訪れています。教育機関としては国際大学、北里大学保健衛生専門学院が立地されています。平成27年6月に開院した「魚沼基幹病院」を中心に、地域医療の高度化が図られるほか、保険・医療・福祉・子育て支援も充実しています。

【面積】584.55km²

東京23区(621km²)の約94%を占める大きなまちです。

【人口】58,900人

※平成28年1月末現在(住民基本台帳人口)

【年間平均気温】南魚沼市 11.9℃ (8月 25.5℃ / 2月 -0.9℃)

東京 16.3℃ (8月 26.4℃ / 2月 5.7℃)

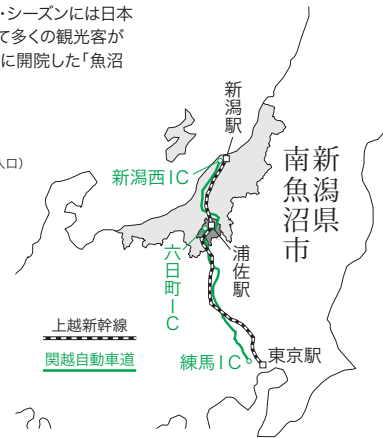
大阪 16.9℃ (8月 28.8℃ / 2月 6.3℃)

【位置】北緯 36度53分 - 37度12分

東経 138度45分 - 139度05分

【保育・教育機関】保育園・認定こども園:26 / 幼稚園:2 / 小学校:19 / 中学校:6
高等学校:4 / 大学院大学:1 / 専門学校:1

発祥は江戸時代といわれている市の指定文化財である「太々御神楽」は32の神楽面を使って総数26座の神楽を奉納します。



歳時記

Compendium of seasonal words

春

裸押合大祭 (3月3日)

一宮神社農具市 (3月12日)

夏

南魚沼市兼続公まつり (7月17日~19日)

大前神社 翁式三番 (8月14日)

平安時代の三番猿楽の古い形を残す民俗芸能として全国的にも珍しく、県の文化財に指定されています。

秋

太々神楽 (9月中旬)

32の神楽面を使って総数26座の神楽を奉納する市の指定文化財です。

八海山大火渡祭 (10月20日)

冬

南魚沼市雪まつり (2月第2土曜日・日曜日)

しおざわ雪譜まつり (2月第3土曜日)

and more....

【主要交通アクセス】

大和スマートIC ※ETC車専用
・東京練馬IC間 198.3km(約2時間20分)
・新潟西IC間 99km(約1時間5分)
・運営時間:午前6時~午後10時まで
・車長12m(大型車)まで

六日町IC
・東京練馬IC間 187km(約2時間10分)
・新潟西IC間 111km(約1時間15分)
＜高速バス停留所:東京池袋間 約3時間17分＞

塩沢石打IC
・東京練馬IC間 175.5km(約2時間)
・新潟西IC間 122km(約1時間25分)

浦佐駅
・東京駅から 約1時間30分
・新潟駅から 約40分

越後湯沢駅
・東京駅から約1時間15分
・新潟駅から約45分

関越自動車道

上越新幹線

■『LIFE in ~ライフイン~』についてのお問い合わせ

〒949-6696 新潟県南魚沼市六日町180番地1 / 南魚沼市役所 産業振興部商工観光課 / TEL.025-773-6665



1 みんな仲良く遊んでくれました。大型積み木でできたお山に集まって記念写真。 2、4 一番仲良く遊んでくれた女の子。笑顔が可愛いですね。 3 羽子板やコマなど、木でできた昔ながらの遊び道具がたくさんありました。 5 玄関も木の温もりに溢れ、明るく綺麗です。みんなの可愛い長靴が並んでいますね。

のびのびと遊ぶ こども達がキラキラと 輝いていました。

医療法人社団 萌気会
浦佐認定こども園

〒949-7302
新潟県南魚沼市浦佐5278番地9
TEL.025-777-5560

【開園時間】
午前7時30分から午後7時まで

【休園日】
日曜日・祝日
及び12月29日から1月3日まで

【HP】
http://www.moegien.jp/?page_id=52



美女旅

美女旅とは … 地元に住み、地元を愛する普通の女性が、普段のヘアメイクと普段の服装で
地元の素晴らしさを紹介する地域密着型観光パンフレットです。

www.bijotabi.jp

これから南魚沼市への
定住を考えている方へ

南魚沼市の取組み

住む 地域の資源を活かして

【南魚沼の木で家づくり事業】

- 住宅建築時の南魚沼産木材購入費の1/3を補助しています。
- 補助金の上限は50万円。

【「ウッドタウン八色」宅地分譲】

- 県外から転入で宅地購入時の年齢が50歳以下の方へ、購入費に対し1平米当たり3,000円を助成。

【住宅リフォーム事業補助金】

- 個人住宅のリフォーム工事で、市内業者が施工する工事について助成。
- 屋根のふき替え・塗装、外壁の修繕、間取りの変更、水回りの改修、床・天井・内壁の張り替え、など補助額は上限10万円。

【就農体験】

- 「グリーン・ツーリズム推進協議会」を設置し、農業体験旅行を実施しています。田植え、溪流川遊び、秋の収穫、雪国体験などを通して四季折々の南魚沼を体験できます。

【バイオマス利活用事業】

- 温暖化防止や循環型社会の形成のため、バイオマス（再生可能な、生物由来の有機性資源で化石資源を除いたもの）資源の利活用を図ります。
- ペレットストーブ導入補助。民有林の保育を支援し、木材の出荷～消費までのサイクルをつくります。購入費の1/4の補助で限度額は10万円。

【新エネルギー等の普及促進】

- 太陽光発電システムの設置補助。●補助金の上限は24万円。

働く 起業や働く環境づくりを応援

就農

【青年就農給付金】

- 原則45歳未満の新規就農者に年間150万円/人を交付。
- 最長5年間。

起業

【創業支援補助金】

- 対象者：市内で新たに創業を行う人。
- 創業事業費の1/2を交付。上限50万円。

【自主的出店者支援事業】

- 空き店舗への新規出店に1年間の家賃補助。
- 対象者：新規起業家で3年間引続き店舗経営を行う人。
- 月額家賃の1/2を交付。上限3万円。

就活

【WEB企業ガイド】 <https://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/site/web-kigyo-guide/>

- 新規卒卒者、Uターン・Iターン・Jターンなど、南魚沼市での就職を希望する人へ、ウェブサイトで市内企業情報の紹介を行っています。

産学連携

【ICLOVE（アイクラブ）】 <http://cms.iuj.ac.jp/iclove/>

南魚沼市地域産業支援プログラム

- 市内の金融機関、商工会、国際大学、南魚沼市が連携して産学金官地域ラウンドテーブルを形成し、関係機関・大学の協力をいただきながら南魚沼市の企業・事業所・創業者への支援・サービスを行うことを目的に活動を行っています。

人材育成

【中小企業研修助成】

- 指定する研修機関での市内企業の社員研修について、企業が負担する研修費を助成。
- 研修費の1/2を補助。

お問い合わせ

南魚沼市総務部 企画政策課 TEL.025-773-6672

南魚沼市公式ウェブサイト <http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp>

全国移住ナビ <https://www.iju-navi.soumu.go.jp/>

育てる

親子のふれあい・保育

【ほのぼの広場】

- 0歳から小学校入学前の親子が自由に遊んだり情報交換ができる場。
 - ・大和庁舎会場：月・火・木
 - ・ふれ愛支援センター会場：月～土
 - ・塩沢庁舎会場：火・水・金

【にこにこ広場】

- 入園前のお子さんとお家の方を対象にした、保育園でおこなう遊びの広場。どの地域の保育園の「にこにこ広場」にも参加できます。

【心豊かな子育て教室「そだち学級」「親子サロン」】

- 入園前の親子の遊びの場、仲間作りの場。
- 六日町地域の4地区、大和地域、塩沢地域でそれぞれ年間3回から4回開催。

【多様な保育サービス】

- 病後児保育などの特別保育に取り組む施設へ助成。
 - ・病児保育：萌気園浦佐診療所
 - ・病後児保育：野の百合保育園、わかば保育園

【ファミリーサポートセンター】

- 子育ての手助けをして欲しい人に保育サービスを提供する会員制の保育事業。

【読書のつどい、絵本のへや など】

- 乳幼児・保護者さんを対象に、図書館で読み聞かせを行っています。

【待機児童ゼロの維持】

- 保育園の待機児童0人を続け、希望するすべての子どもへの保育を実践。

街づくり 変わった視点でまちづくり

【ご当地グルメで地域おこし】

- 南魚沼地方に昔から伝わる郷土料理「きりざい」を基にしたご当地グルメ「南魚沼きりざい丼」を通じて、地域全体の魅力を伝えていきます。
- 官民共同によるまちづくり団体「南魚沼きりざいDE愛隊」が、愛Bリーグ（一般社団法人ご当地グルメでまちおこし団体連絡協議会）本部加盟団体となり、南魚沼市の「食・文化・歴史・人」を大いにPRし、多くの人が訪れてくれるよう活動しています。 <http://www.kirizaidon.com>

【女子力観光プロモーションチーム】

- 女性の視点から全く新しい切り口で南魚沼市の観光を考え、イベント企画や観光関連事業への提案を行うことを目的とした、年齢も職業も様々な一般ボランティアで結成されたチームです。 <http://joshi-ryoku.jp>

【美女旅プロジェクト】

- 地元に住み、地元を愛する普通の女の子が生まれ育った地元を紹介する観光パンフレット。 <http://www.bijotabi.jp>