

LIFE in

Minamiuonuma city life style Magazine.

Happiness by
living in
Minamiuonuma.

Vol.12
2020/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.12
2020/Winter



www.life-in.jp



LIFE in
Minamiuonuma city life style Magazine.
Happiness by
living in
Minamiuonuma.
南魚沼市最大規模の
若者交流パーティー
定員 **200** 名

仕事・恋愛・友達・ママ友・パパ友
全てに出会える熱い夜
『LIFE in』PARTY vol.3

昨年3月、10月に開催され大好評だった『LIFE in』PARTYの第3弾を開催します。
今回も仕事の仲間づくり・情報交換、恋人探し、友達・趣味の仲間づくり、ママ友・パパ友に出会うための目印となるリストバンドを着用し、
スムーズにスマートに交流することが出来ます。この機会に今まで交流のなかった人との交流を深めてみませんか？

開催日時 **2020年3月14日(土) 18:00~20:00** 【17:30 受付開始】

会場 **ほてる木の芽坂** 定員 **200** 名 参加費 **2,000** 円／軽食・ドリンク代(アルコール含む)込み

参加条件 **南魚沼市出身者・在住者・通勤者、または南魚沼市に興味がある20代~30代の方**

WEBでのお申込

右記のQRコードを読み取り、申込フォームへ必要事項を入力してください。

または南魚沼市ウェブサイトトップページの

[移住定住促進ページ](#) ▶ [だからスキ南魚沼](#)

からお申込みください。



電話でのお申込(受付時間/平日9:00~17:00)

- (一社)南魚沼市まちづくり推進機構／☎025-778-0511
- 南魚沼市役所 U&I ときめき課／☎025-773-6659

申込締切 **2020年3月9日(月)**

主催 **南魚沼市** 実施 **(一社)南魚沼市まちづくり推進機構**



リストバンドで目的アピール!

前回と同じく、①仕事の仲間作り・情報交換、②恋人探し、③友達・趣味の仲間作り、
④ママ友・パパ友作り、⑤一人で参加、⑥市外から参加、のリストバンドを用意しました！
リストバンドをきっかけにスムーズにスマートに交流できます。
もちろん何種類付けてもOK!

市内飲食店とのコラボでさらに盛り上がる!

市内飲食店のご協力を得て、会場内で食品提供と2次会を開催する方向の特典をご用意いただきました！『LIFE in』PARTY 参加者のためだけの特典です！

会場での提供

- (有)いまなり…もつ煮
- grill and wine じゅー…ローストビーフ
- ちょこっとお酒 ほんだや…手作りソーセージ
- イタリアンバル 匠…ピザ
- 笠原製麺所…魚沼バターもち
- 福井屋菓子店…バナナいちじくケーキ、ガトーショコラ、どら焼き

2次会での特典

- 下記のお店で着用のリストバンドを見せるとドリンク一杯無料のサービスを受けることが出来ます！※お一人様1回限り(当日のみ有効)
- 地魚と炭火焼とグラタンの店 ぶら坊 ●night café RISE
- 焼肉屋さかい六日町駅前店 ●魚沼炉端焼き 鮮極
- 焼肉ホルモン ブラボー ●イタリアンバル 匠
- grill and wine じゅー ●ちょこっとお酒 ほんだや

LIFE in

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

Vol.12
2020/Winter

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~』

www.life-in.jp

CONTENTS

04 Introduction of the life style
ゆったりとした環境で家族、友達と暮らす
井上 の花さん

10 Introduction of the life style
お菓子の力で南魚沼を笑顔に
井口 雄斗さん

16 Special Event Report
全てに出会える熱い夜
『LIFE in』PARTY vol.2

18 Techniques to be inherited
受け継がれる”技”
南魚沼で愛される『鉄道』の運転技術を受け継ぐ

20 My favorites in minamiuonuma
ちょこっとお酒 ほんだや

21 The Geography of Minamiuonuma City
南魚沼市概要・歳時記

22 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

Introduction
of the life style
2020 winter

社会福祉法人 苗場福祉会
健康倶楽部つどい

井上 のの花さん

社会福祉法人
苗場福祉会
健康倶楽部つどい

平成 23 年に特別養護老人ホームこころの杜のサ
テライト型施設として、こころの杜の隣にオー
プン。地域密着型の小規模特別養護老人ホーム、
デイサービスセンター、グループホームで構成
された複合施設。

●〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 1141-1
●TEL / 025-773-3555
●HP / <http://naebafukushikai.com/>

ゆったりとした環境で 家族、友達と暮らす。

南魚沼出身の井上の花さんは健康倶楽部つどいで介護の
仕事に従事しています。今回は施設で暮らす利用者様のた
めに日々笑顔で業務に取り組んでる井上さんに、南魚沼に
Uターンした理由、介護という仕事について伺いました。

Uターンのきっかけは 都会での生活への不安

——Uターンするまでの経緯を教えてください。

井上 の花さん(以下敬称略) 生まれ育つた南魚沼の環境はとても好きでしたが、高校生の時は新潟市や首都圏での就職を考えていました。南魚沼よりも公共交通機関が充実しているし、買い物をする場所や飲食店も多く魅力的だったからです。しかし、専門学校に進学し、新潟市で生活してみると、街を歩いている人たちがせわしく、余裕が持っていないように感じ、新潟市や首都

圏などの都市部で暮らすことの大変さを感じました。

対して、『南魚沼は時間がゆっくり流れている』、そんな感覚が以前からあり、私には南魚沼での生活の方が向いているのではと次第に南魚沼での就職を考えるようになりました。専門学校の2年生の時にこころの杜でインターンシップを行わせていただき、仕事がしやすい環境だったこと、実家が近く通いやすいことが決め手となり、調理師としてこころの杜に就職することを決意し、Uターンしました。

平成 30 年 4 月に
新潟県新潟市から



井上 の花さん Nonoka Inoue / 22才

新潟県南魚沼市出身。八海高校福祉科卒業後、新潟市の調理師専門学校へ進学。その後、社会福祉法人苗場福祉会へ就職し、特別養護老人ホームこころの杜(以下こころの杜)で調理師として勤務。現在は健康倶楽部つどいで介護の仕事に従事している。



— 調理師になろうと思ったきっかけは何ですか？

井上 八海高校の福祉科で介護の分野を学んでいた、実習に行ったときに福祉施設の食事形態に興味を持ち、それがきっかけで調理師を目指すようになりました。それまで私は、福祉施設の食事といえば栄養面にのみ考慮したもので、少し味気ないものだ、という印象を持っていました。

しかし、高校時代に実習に行った福祉施設では、栄養面も考慮しながらも見た目にもこだわったものを作っていました。そのことを知り、私も作ってみたいと思い集団調理（主に病院や福祉施設など集団給食のために多数の食事を調理すること）を学び、調理師になりました。

— Uターンする上で不安はありましたか？

井上 高校卒業と同時に、友達の多くが新潟市や首都圏に進学したので、私のようにUターンする友達がいるか少し不安でした。しかし、実際は地元就職した友達や私と同じようにUターン就職している友達が多くて安心しました。

家族は新潟市で就職すると思っていたようで、Uターンを決めたときはとても驚いていましたが、とても喜んでくれました。Uターン後は実家で生活しているので、困ったことがあっても家族の力を借りることができ、とても助かっています。

— 実家での生活だと具体的にどんなところが助かっていますか？

井上 特に食事面では助けてもらっています。仕事柄、日勤早番（7時～16時）、日勤遅番（13時～22時）、夜勤（22時～7時）と三交代制で不規則な勤務が続くこともあるため、体調を崩さないように食生活には気を使わなければなりません。

一人暮らしの時はどうしてもコンビニのお弁当だったり、外食が多くなってしまったりして偏った食生活になりがちでしたが、実家では野菜もしっかり食べることができるので体調管理の面でとても助かっていますね。

調理から 介護の現場へ

— 現在はどうような仕事を担当していますか？

井上 今は最初に就職したこころの社ではなく、関連施設の健康倶楽部つどいで介護の仕事をしています。集団調理という仕事もやりがいがあり好きでしたが、利用者様と直接接することができる介護業務そのものに興味を持つようになりました。現在は食事や入浴、排せつなど、仕事内容は多岐に渡りますが、ご利用者様が快適に生活できるように頑張っています。

調理の仕事をしていた時は、利用者様がどんな顔で食べているのか、おいしいと思ってくれているのかを直接見ることができなかったのですが、介護の仕事に移ってからは、おいしそうに食べている利用者様を直に見ることができ、とても嬉しいです。

ありのまま、 常に笑顔で

— 介護の仕事を行う上で特に心がけていることは何ですか？

井上 一番は常に笑顔で接することですね。「コミュニケーション」を取ることもとても好きなので、私自身もありのまま、利用者様との会話を楽しみながら仕事をしています。普段はあまり笑わない人が私との会話の中で笑ってくれたときや食事や入浴などの介助をしていてありがたうと言ってもらえたときはとても嬉しいですね。

また利用者様は施設内で過ごす時間がほとんどなので、利用者様とご家族が楽しめるイベントを企画したり、季節のお花やクリスマスツリー、門松などを飾ったりして、施設での生活を楽しくもたえるように心がけています。



little M.&FOREST - cafe and kitchen -

令和元年に魚沼の里内にオープンしたカフェ。シンプルでいて心と身体にやさしい食事と手作りのスイーツを楽しむことができる。

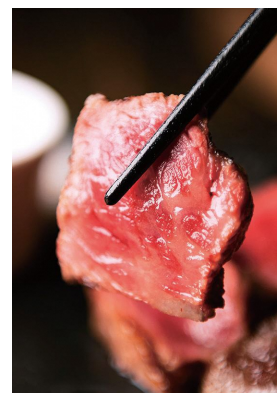
- 〒949-7112 新潟県南魚沼市長森 415-23
- TEL / 025-775-3500
- 営業時間 / 10:00 ~ 17:00 ●定休日 / 火曜日
- HP / <http://www.uonuma-no-sato.jp/>

井上 介護福祉士の資格を取ることが今の目標です。仕事をしながらの資格取得は勉強時間の確保などで苦労することもあります。利用者様に今まで以上に満足してもらえるようにスキルアップしたいと思っています。

あとは今と変わらず笑顔でコミュニケーションをとることを大切にしながら、仕事をしていきたいですね。

更なる スキルアップ のために

— 今後の夢は何ですか？



grill and wine じゅー

平成 29 年にオープンした肉とワインがコンセプトのお店。こだわりの調理方法で様々な肉料理を提供している。

- 〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 87-10
- TEL / 025-788-1229
- 営業時間 / 17:30 ~ 24:00
- 定休日 / 不定休

井上 grill and wine じゅー (グリル・アンド・ワイン) と魚沼の里にある little M.&FOREST (リトル・M.&フォレスト) が特に気に入っています。じゅーは行くたびに毎回違うメニューがあるので定番のメニューを頼みつつ、新しいメニューも楽しんでいます。お酒も色々な種類があるのでお酒が好きな私にとってはうれしいですね。友達と行くことが多いですが、気さくな店員さんが多く一人で行っても楽しめるのがいいですね。&FOREST は友達がいるというところもあり、行くようになりました。ゆったりとした環境の中でコーヒーやシフォンケーキを楽しむことができるので気に入っています。

井上 不規則な勤務も多いので友達と休みが合わないことも多いですが、友達と休みがあったときは温泉や岩盤浴に行ったりフレスコしています。南魚沼にはおいしいお店も多いので一人で食べ歩きをすることも多いです。

— 南魚沼市内でお気に入りのお店はありますか？

— プライベートはどのように過ごしていますか？

パティスリー・シュクレ(以下シュクレ)で
パティシエとして活躍する井口雄斗さんは、
お客様をお菓子で笑顔にするために
日々努力を重ねています。
そんな井口さんに南魚沼市で生活することの魅力、
パティシエという仕事の魅力について伺いました。

Uターンの きっかけはシュクレ



井口 南魚沼は生まれ育った地域なので、Uターンすることに不安はありませんでした。南魚沼で生活することをお客様も喜んでくれました。いまは実家で暮らしているので、家賃や光熱費といった支払いも必要ありませんし、家族と助け合いながら生活することができますので、快適な生活を送れています。

— Uターンする上での不安はありましたか？

井口 雄斗さん(以下敬称略) 専門学校に進学してすぐは市外や県外での就職も考えていました。ですが、専門学校の一年生の時にシュクレで研修をさせていただいて、どれを食べてもおいしく、ここでお菓子作りをしたいという思いが次第に強くなり、シュクレへの就職を決めました。シュクレへ就職することを決めたことがUターンの一番のきっかけですね。

— Uターンし、南魚沼で生活しようと思ったきっかけは何ですか？

平成27年4月に
新潟県新潟市から



井口 雄斗さん Yuuto Iguchi / 25才

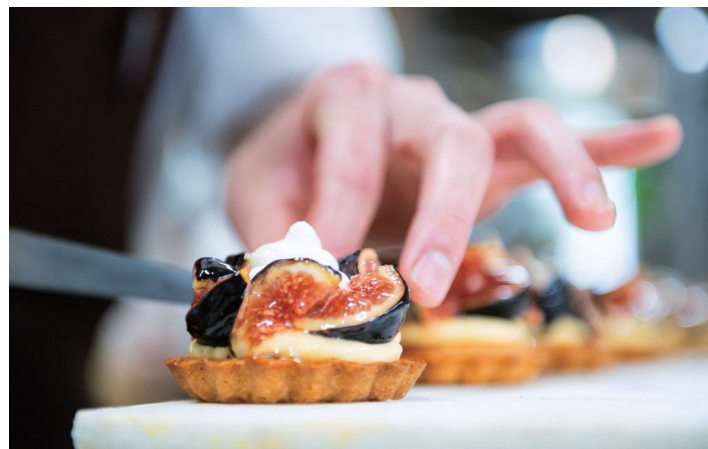
新潟県南魚沼市出身。六日町高校卒業後、新潟市の新潟調理師専門学校へ進学。専門学校卒業後、パティスリー・シュクレへの就職を機にUターン。現在はパティシエとして活躍中。

Introduction
of the life style
2020 winter

パティスリー・シュクレ
パティシエ
井口 雄斗さん

お菓子の力で 南魚沼を笑顔に





笑顔を届ける という仕事

— パティシエを目指したきっかけは何ですか？

井口 高校三年生の進路選択のときに大学に進学するか、専門学校に進学するか悩んでいました。漠然と何かを創作する仕事がしたいという想いがあって、以前から興味を持っていた料理を学ぶことができる新潟市内の専門学校への進学を決めました。

料理といっても様々な分野がありますが、その中でもパティシエを選んだ理由は、子どもの頃、お菓子屋さんのショウケースを見ると色々な種類のケーキが並んでいて、その一つ一つがとてもキレイでワクワクしていました。自分も、お客さんにワクワクしてもらえようなお菓子を作る仕事が出来たらと思い、パティシエを目指すようになりました。

— パティシエを目指したきっかけは何ですか？

井口 午前中はまず、その日にショウケースに並ぶ小さいケーキの仕上げ、その後に誕生日用などのデコレーションケーキの仕上げをします。午後からは焼き菓子の仕込みです。お昼以降はひたすら窯を使ってお菓子を焼くという作業をしています。

お菓子は 嘘をつかない

— 仕事を行う上で心掛けていることは何ですか？

井口 この仕事はお客様に喜んでもらえてやっとな結する仕事だと思っています。普段はずっと調理場で仕事をしているのでお客様に接する機会は少ないのですが、常にケーキを食べたお客様の笑顔を考えながら仕事をしています。

クリスマスなど注文がたくさんある時期は朝方までケーキを作るということもあります。連続でケーキを作っていくと流れ作業になります。ですが、一つ一つのケーキがその家にとってとても大事なものだと思うので、集中して丁寧に作るように心がけています。

— パティシエの仕事をしていて嬉しいと感じるときはどんな時ですか？

井口 オーナーが常々『お菓子は化学だ。お菓子は嘘をつかない。』と言っています。全体量で5kgある生地でも、ベーキングパウダーに10g誤差があるだけで焼き上がりが全く違うものになってしまいます。より良いお菓子を作るために先輩からアドバイスをいただいたり、本を読んで工夫しながら作ったりしています。きれいに焼きあがったときはとても嬉しいですね。

また、昨年初めて自分で創作したケーキがお客様のショウケースに並びました。自分で考えたものが形になり、お客様のものととく。これも嬉しい瞬間です。

パティスリー・シュクレ

旬のフルーツを使ったケーキや焼き菓子を楽しむことが出来るパティスリー。お菓子を通じて喜びや感動を届けることをモットーに営業している。

- 〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 46-7
- TEL / 025-773-2188
- 営業時間 / 10:00 ~ 19:00
- 定休日 / 火曜日
- HP / <http://p-sucree.com/>

南魚沼で自分のお店を

—— 南魚沼市で生活する上で不便なことはありますか？

井口 仕事の都合上、朝早く出勤しなくてはならないので雪が降っている日は車の雪下ろしが面倒です。その反面、道路は消雪パイプや除雪体制が整っているので、通勤で困ることはないですね。

あとは新潟市や首都圏と比べると遊ぶ場所や買い物場所が少ないので、若者にとっては少し物足りないと感じる部分もあるかもしれませんが、ただ冬はウィンタースポーツが盛んな地域なので、スキーやスノーボードをする人にとってはすごく魅力的な場所だと思います。買い物も南魚沼で揃わない物はインターネットですぐ買えるのでそこまでの苦労はないですね。

—— 今後の目標を教えてください。

井口 まだ漠然とした目標ですが、35歳までには自分のお店を持ちたいと思っています。オーナーからも『自分のお店を持つ。独立してからが本番だ。』と言われてます。そのために、いまはひたすら自分のやるべきことをやって経験を積み重ねなければならぬと思っています。

いずれは南魚沼で独立し、自分がつくったケーキをたくさんの人に食べてもらえたら幸せですね。



あぐりぱーく八色

地元の旬な野菜を数多く取り扱う、JA南魚沼の農畜産物直売所。

- 〒949-7302 新潟県南魚沼市浦佐 5147-1
- TEL / 025-788-0253
- 営業時間 / 5～11月 9:00～18:00
12～4月 10:00～17:00
- 定休日 / 木曜日
- HP / <https://www.ja-m-uonuma.or.jp/>

食べ歩きも勉強

—— フライベイトはどのように過ごしていますか？

井口 南魚沼は四季がハッキリしていて自然が豊かなので、春は銭淵公園で桜の観賞、夏は魚沼の里で菜の花やひまわりの観賞、秋は紅葉を観ながらドライブ、冬はウィンタースポーツといった四季に応じた楽しみ方をしています。

また食べ歩きが趣味なので、休みの日には市内の色々な飲食店に行っています。南魚沼には和洋中間わず、様々な飲食店があり、値段も学生時代に暮らしていた新潟市よりもリーズナブルです。

—— 特におすすめのお店はどこですか？

井口 あぐりぱーく八色とお菓子工房ヴィシー（以下ヴィシー）にはよく行きます。休みの日は料理をするのであぐりぱーく八色では主に野菜を買います。夏になると野菜がとにかく安いですが、生産者の名前が記載してあるので消費者としては安心して使うことが出来ます。

ヴィシーのオーナーの〇〇さんはもととシユクレのパティシエで、その関係で普段から仲良くさせてもらっており、私にとっては尊敬する大先輩です。

ヴィシーでコーヒーを飲みながらケーキを食べているときは至福の時間ですが、同時に自分自身の勉強にもなっています。



お菓子工房ヴィシー

女性オーナーパティシエが作る、シフォンケーキが人気のパティスリー。

- 〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 2670-2
- TEL / 025-781-6980
- 営業時間 / 10:00～19:00
- 定休日 / 月曜日（月1回連休あり）





仕事・恋愛・友達・ママ友・パパ友
 全てに出会える熱い夜
 Special Event Report 2019.10.5
 『LIFE in』PARTY vol. 2

若者の交流促進、若者同士の交流による
 「若者力」の醸成を目的に開催され、好評を得た『LIFE in PARTY』。
 その第2回目を2019年10月5日(土)にほてる木の芽坂で開催し、
 第1回目の130名を超える150名の参加をいただきました。
 前回同様、「仕事のつながり」、「恋人探し」、「友達作り」、「ママ・パパ友づくり」といった
 目的ごとのリストバンドを着用してもらうことで、
 参加者同士のスムーズな交流を促し、おいしい料理とお酒を楽しみながら、
 若者同士の交流を楽しんでいただきました。

参加者の声

アンケート回答より

- 若者のイベントにこれほどの集客があるなんてすごかったです。—— 東京都/20代/男性
- 楽しかったです。ありがとうございました。—— 六日町地域/30代/女性
- 私もUターン就職したので、そんな人が1人でも増えて欲しいと思います。—— 六日町地域/20代/男性
- とても楽しかったです。今度は自分から話せるようにしていきたいです。—— 六日町地域/20代/女性
- 今まで知らなかった人たちと出会う機会がたくさんありました。—— 六日町地域/20代/男性
- 今後も続けてください。—— 大和地域/30代/男性
- 来てみてとても良かった。—— 塩沢地域/30代/男性
- このようなイベントがある南魚沼は素晴らしいと思います。—— 六日町地域/20代/女性

主催：南魚沼市 / 実施：(一社) 南魚沼市まちづくり推進機構



小林 裕貴さん Yuuki Kobayashi (27才)
新潟県新潟市出身。大学で醸造を学び、卒業後の平成 28 年より「STRANGE BREWING&LAB」に就職。



佐藤 雅史さん Masashi Sato (35才)
神奈川県横浜市出身。平成 27 年よりブルワーとしての仕事を開始。

継承のきっかけ

小林 裕貴さん(以下敬称略) 以前から醸造に興味があり、大学では醸造を学びました。大学卒業後は県内での就職を希望しており、醸造関係の企業はもちろん、食品業界全体を視野に入れて就職活動をしていました。その中で「STRANGE BREWING&LAB」を知り、就職することになりました。

ビール醸造は佐藤代表に一から教えてもらいました。酵母という生き物相手なので、思い通りにならないこともあります。自分の作ったビールをお客さんが飲んでいてのを見るとやりがいを感じますし、ビールの醸造をしていて嬉しいと感じる瞬間ですね。

たいせつなこと

小林 「STRANGE BREWING&LAB」では、全国でも珍しく酵母を自家培養しています。何よりも、酵母が活性しやすい環境を整えることが大切です。一番気を付けているのは、温度です。酵母はとても繊細で、急な温度差が発酵度合いに影響を及ぼします。そのため、寒くなりそうな日は夜も暖房をかけっぱなしにして、酵母の動きが活発になる適温を維持できるように配慮しています。このほか、作業場では休日でも音楽をかけて酵母に刺激を与え、動きが活性化するように工夫をしています。

また掃除をきちんとすること、毎回同じ手順で同じ作業をするようにし、造るたびに味に変化が出ないように心がけています。

今後の目標

小林 クラフトビール業界は日本ではまだ歴史が浅く、仕込みの数値をもとに効率化したりビールごとの性質を加味しながら、仕込みの工程を洗練している段階です。日本人らしく細かいところに気を配り、繊細な酵母の力を活かす技術においては、本場アメリカに負けないようにしたいですね。

また、現在は東京を中心に出荷していますが、地元にもっと根を下ろし、造ったビールがすぐに飲める場所を作りたいです。

#05

受け継がれる“^{わざ}技” Techniques to be inherited



南魚沼の新しい味『ビール醸造』を受け継ぐ

古くから酒造りなどの発酵文化が根付く南魚沼。

最近ではビールを醸造する職人(ブルワー)により、『クラフトビール』の人気の高まっています。

大切にすべきことは守りつつ、常に技術を磨いている

『STRANGE BREWING&LAB(ストレンジブルーイング アンド ラボ)』の

小林裕貴さんをご紹介します。

お問合せ先

STRANGE BREWING&LAB (株)シンボ企画 / 〒949-7241 南魚沼市黒土新田 79-5
電話 : 025-775-7333 / HP : <http://strangebrewing.jp/>



The geography
of minamiuonuma city

南魚沼市について

【特徴】

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進んでいるほか、保健・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%にあたる広さです。

【人口】56,188人

※令和2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:27 / 小学校:18 (令和2年度より17)
中学校:4 / 総合支援学校:1 / 高等学校:4
専門学校:1 / 大学院大学:1



歳時記

Compendium of seasonal words

春

浦佐毘沙門堂裸押合大祭 (3月第1土曜日)
※2020年から日程変更となります。
日本三大奇祭の一つ。約1200年の歴史があり、国の重要無形民俗文化財に指定されています。

夏

南魚沼市兼続公祭り (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

若宮八幡宮太々神楽 (9月14日・15日)
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

関越自動車道	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) ・車長12m(大型車)まで	上越線	石打駅
	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＞		大沢駅
上越新幹線	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)	ほくほく線	上越国際スキー場前駅
	浦佐駅 ・東京駅から 約1時間30分 ・新潟駅から 約40分		塩沢駅
	越後湯沢駅 ・東京駅から 約1時間15分 ・新潟駅から 約45分		六日町駅
			美佐島駅
			魚沼丘陵駅
			六日町駅

■『LIFE in ~ライフイン~』についてのお問合わせ

〒949-6696 新潟県南魚沼市六日町180-1 / 南魚沼市役所 総務部U&Iときめき課 / TEL.025-773-6659

Vol.12 Minamiuonuma city life style Magazine. LIFEin

My FAVORITES in minamiuonuma #03



もつ煮 490円 / 紅茶鴨のタタキ 350円

南魚沼市に住む人なら誰しも一つは「とっておきの場所」、「オススメの場所」があるはず。
今回は(一社)南魚沼市まちづくり推進機構の大津千奈美さんの「とっておきの場所」である
『ちょこっとお酒 ほんだや』をご紹介します。

My FAVORITES

大津 千奈美さん(以下敬称略) 六日町駅前商店街で97年続いた『ほんだや食堂』。幼い頃、家族との外食といえどもここでした。そんな『ほんだや食堂』が、平成30年8月に惜しまれつつも閉店。しかし、伝統あるこの食堂を絶やしてはならないと立ち上がった石丸さんと有志の皆さんの熱い想いで『ちょこっとお酒 ほんだや』としてリニューアルオープン。その資金集めの方法が話題になりましたよね。

石丸 賢一さん(以下敬称略) あの『ほんだや食堂』が閉店すると聞いて、同じ志を持つ仲間たちとともに『六日町駅前100年食堂プロジェクト』を始めました。クラウドファンディングを利用し、226人もの方々から御支援をいただき、平成31年4月にリニューアルオープンすることができました。本日に改装資金が集まるか不安でしたが、皆様のおかげで目標金額を集めることができました。感謝しかありません。

大津 私もその想いに賛同して支援をしました。なので、こちらで飲むお酒にはとても感慨深いものがあります。リニューアルにあたりお店のコンセプトも食堂から大衆酒場へと変更されたんですね。

石丸 そうなんです。新しくコの字形のカウンターを設置し、1人でも気軽にお酒が楽しめるような空間を作りました。またオープンも11時30分からと早く、昼間からお酒を楽しみたい人にもオススメです。

大津 お酒好きの私にはたまらないですね!今後の目標は何ですか?

石丸 このお店を知らない人にも来てもらえるように SNS などで発信していきたいと思っています。また『ほんだや食堂』の頃からのお客さんにも来てもらえたら嬉しいですね。

in minamiuonuma

『ちょこっとお酒 ほんだや』

- 〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町140
- 電話:050-3467-5848
- HP:https://hondaya-muikamachi.gorp.jp/
- 営業時間:11:30~22:00 ※金・土・祝前日は11:30~23:00
- 休休日:火曜日 ※その他不定休日あり



大津 千奈美さん(30歳) / 右

南魚沼市出身。平成31年4月に(一社)南魚沼市まちづくり推進機構に入社。市と市内企業の懸け橋として日々活躍中。

石丸 賢一さん(37歳) / 左

南魚沼市出身。市内の高校卒業後、東京都内の飲食店に就職。23歳の時に1ターンし、市内飲食店で勤務。その後、平成31年4月に『ちょこっとお酒ほんだや』をオープン。

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

お問い合わせ

南魚沼市役所 総務部U&Iときめき課 TEL.025-773-6659
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/>

住

地域の資源を活かして

【わくわく地方生活実現政策パッケージ】

- 南魚沼市にU・Iターンし、次の条件のいずれにも当てはまる方に、1世帯100万円(単身者60万円)を補助。
 - ①東京23区内に在住または東京23区内に在勤で東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県に在住の方(5年以上)。
 - ②新潟県が指定する企業(原則、県内企業)に就職、または起業する方。
※他にも細かい条件がありますので、ご相談ください。

【U・Iターン促進住宅支援事業補助金】

- 県外からの転入で、県内企業などに就業した方へ、賃貸住宅家賃と契約初期費用を補助。●月額家賃の1/2を補助。上限補助金額3万円。

【南魚沼市移住希望者交通費補助金】

- 県外在住で南魚沼市への移住を希望する方が、南魚沼市が行う現地体験ツアーに参加する場合、南魚沼市までの移動にかかる交通費を補助。
- 上限補助金額1万円。

【南魚沼市空き家バンク制度】

<http://www.minamiuonuma-city.jp/akiya/>

- 市内に使用していない住宅を所有している人から提供された空き家の情報をウェブサイトで公表し、市内での暮らしを希望する人に紹介するシステムです。

【南魚沼市空き家等活用のための家財道具等処分支援事業】

- 南魚沼市空き家バンク制度の活性化、登録促進のため、空き家の所有者が個人または事業者に代行してもらい行う、家財道具等の搬出、処分に要する経費の一部を補助。
- 補助対象経費の2/3を補助。上限20万円。

【みんな住マイル住宅改修補助金】

- 住宅等のリフォームで50万以上の支出があった場合、10万円(子育て世帯:中学生以下の子どもがいる世帯は15万円)を補助。

【南魚沼の木で家づくり事業補助】

- 住宅建築時の南魚沼産木材購入費を補助。
- 購入費の1/3を補助。補助額10万円以上が対象で、上限補助金額50万円。

【木質バイオマスストーブ等設置補助金事業】

- 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のぞいたもの)資源の利活用を図ります。
- ペレットストーブ等導入補助。民有林の保育を支援し、木材の出荷から消費までのサイクルをつくれます。
- 購入費の1/4を補助。上限補助金額10万円。

働く

起業や働く環境づくりを応援

就農

【農業次世代人材投資事業(経営開始型)】

(旧青年就農給付金)
●原則50歳未満の新規就農者に年間150万円/人を補助。 ●最長5年間。

【農業農村体験】

- 「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。

起業

【創業支援補助金】

- 対象者:市内で新たに創業を行う方。
- 創業事業費の1/2を補助。上限100万円。

【創業支援セミナー】

- 対象者:市内で創業を希望している方、または創業後まもない方。
- 創業に関する基礎知識を無料で学べるセミナーです。

【個別創業相談】

- 対象者:市内で創業を希望している方、または創業後まもない方。
- 創業の悩みに専門家が無料で相談に応じます。

就活

【WEB企業ガイド】

<http://www.city.minamiuonuma.niigata.jp/business/1455614018799.html>

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

【介護人材確保緊急支援事業】

- 介護職員として市内介護サービス事業所に就職を希望している方への補助
介護職員初任者研修受講料(消費税を除く)全額を補助
介護職員実務者研修受講料(消費税を除く)1/2を補助

産学連携

【ICLOVE アイクラブ】

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しています。

支

縁

民間で組織された安心の移住・定住相談体制を整えています。

【一般社団法人 南魚沼市まちづくり推進機構】 <http://mmdo-machi.org/>

- 若者の定住とシニアや若者の移住を目指して付加価値の高い仕事や南魚沼市から生まれることを促進する地域再生推進法人です。南魚沼に住む人、住もうと思う人の、未来のしごとづくりと豊かな暮らしを応援します。

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です。
市内3会場で開設しています。
- ・子育ての駅「ほのぼの」:(水曜定休) 開設時間 9時30分～15時30分
※子育ての駅「ほのぼの」と併設されている「ふれ愛広場」は小学校3年生までが利用可能です。
- ・大和市民センター会場:開設日 毎週 月・水・木 9時30分～15時30分
- ・塩沢市民センター会場:開設日 毎週 火・水・金 9時30分～15時30分

【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、保育園で行う遊びの広場。
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:野の百合こども園、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です。
※生後6か月から12歳までの子どもが対象です。

【読書のつどい、絵本のへやなど】

- 入園前の乳幼児と保護者を対象に、毎週水曜日(10時30分～11時30分)、南魚沼市図書館で絵本の読み聞かせなどを開催しています。

【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保育を実践しています。

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】 <http://www.kirizaidon.com>

- 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に活動しています。

【女子力観光プロモーションチーム】 <http://joshi-ryoku.jp>

- 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。

【美女旅プロジェクト】 <http://www.bijotabi.jp>

- 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。

【南魚沼サークルナビ サークる♪】 <https://ja-jp.facebook.com/circle.minamiuonuma/>

- 市内で活動するサークルから参加・登録してもらい、SNSでの活動紹介や入会募集などを支援し、入会したい人のニーズに応えたり、サークル同士の横のつながりを生み出し、市内に住む若者の定住を促進しています。

【南魚沼市移住推進協議会・移住者ネットワーク】 TEL:080-5453-9956 Eメール:mu.ijunet@gmail.com

- 南魚沼市にU・I・Jターン者を中心に民間で組織された団体で、研修や交流会を通じ移住しやすい環境の整備と移住者の相談、ケア、フォローアップを行える組織構築を目的にした活動に取り組んでいます。
- ・定期的にイベントや交流会を開催します。 ・移住推進協議会の取り組みやイベントなどの情報をメールでお知らせします。 ・移住についての相談や支援を行います。

【一般社団法人 愛 南魚沼みらい塾】 Eメール:ai.m.mirai@gmail.com

- 街のあるゆる場所を「教室」にして、南魚沼市全体を「まなび」の場に“見立てる”ことによって、街のヒト・モノ・コト・キ・エンをつなげていく。
- そして「教える」と「教わる」ことが、大人、子供に関係なく自由に行き来できる、いわば、新しい南魚沼版「共育」をコンセプトにした一般社団法人です。常に新しい“何か”の出会いをつくり、“何か”をはじめようとする“すべての人たち”の「場(=プラットフォーム)」となる活動をしています。