

市報 Minami-Uonuma

みなみ魚沼

自然・人・産業の和で築く安心のまち **南魚沼市**

2026

9

No.262



第22回

南魚沼市 ナイトウォーク

655人が参加し、田園風景や牧之通りを望む
約10キロメートルのコースを、
夏の夜の景色を楽しみながら歩きました。



- P 2 「雪国魚沼 GCR レンタサイクルお出かけ割」を実施します
- P 3 全国から注目が集まる「自転車のまち」
- P 4 ～ 認知症・成年後見制度
- P 6 ～ 安全で安心な水道を
未来へつなぐ
- P 8 お米の聖地 南魚沼
を宣言しました
- P 9 ～ 市からのお知らせ
- P25 ～ 市長日記



雪国魚沼
ゴールデン
サイクルルート

ナショナル
サイクルルート
指定記念

「雪国魚沼GCRレンタサイクル お出かけ割」を実施します



電動アシスト付自転車
走ってみませんか？



湯沢町・南魚沼市・魚沼市をまたぐ広域サイクルルート『雪国魚沼 Golden Cycle Route (通称GCR)』が、国のナショナルサイクルルート (NCR) に指定されたことを記念し、2市1町のレンタサイクル6店舗で2時間を超える利用を含む対象プランを期間中何度でも1,000円引きで利用できるお得なキャンペーンを実施します。

また利用者には、スマホで簡単に応募できる抽選で景品が当たるチャンスもあります。

普段自転車に乗らない人でも電動アシスト付き自転車なら楽々。この機会にサイクリングをお楽しみください。

【問合せ】観光戦略課 ☎775・7019

期 間

9月1日(火)～11月30日(月)

キャンペーンについてはこちら



対象店舗

【湯沢町】越後湯沢駅前 雪国観光舎 ☎025・785・5353

【南魚沼市】六日町駅 MUSUBI-BA ☎778・0511
浦佐駅 観光案内所 MYU ☎775・7244

【魚沼市】小出駅前 富士屋 ☎025・792・0038
道の駅ゆのたに ☎025・792・7300
越後須原駅そば 元気すもん ☎080・9550・8884

対象となる利用プランは各店舗にお問い合わせください。

秋の南魚沼は、自転車でもっと楽しい!

全国から注目が集まる「自転車のまち」

全国の
取り組みが
南魚沼に
集結!

自転車利用環境向上会議 in 雪国魚沼

【問合せ】観光戦略課 ☎775・7019

自転車を活用した観光やまちづくり、健康づくり、安全な交通環境などについて学び合う全国規模の会議です。

日にち 9月17日(木)、18日(金)

会場 南魚沼市民会館など

内容 基調講演、パネルディスカッション、展示など

見て・
乗って・
体験しよう!

南魚沼サイクルフェスタ

【問合せ】南魚沼サイクルフェスタ実行委員会 ☎778・0511

プロレースと一般参加型サイクリングを組み合わせた大会です。
市街地や三国川ダム周辺、市内各地を舞台に、自転車を通じた観光と地域活性化を目的に開催しています。



詳しくは

第11回 JBCF南魚沼ロードレース

日にち 9月19日(土)

メイン会場 しゃくなげ観光センター

コース 三国川ダム周回コース

レース実施時間 8:00 ~ 16:00

交通規制時間 6:00 ~ 18:00

第6回 JBCF南魚沼クリテリウム

日にち 9月20日(日)

メイン会場 六日町 兼続通り商店街

コース 六日町坂戸特設コース
六日町商店街→坂戸橋→国道291号
→六日町大橋を周回するコース

レース実施時間 11:00 ~ 14:30

交通規制時間 9:00 ~ 16:30



迫力のレースを
間近で
応援しよう!



第11回 南魚沼グルメライド

日にち 9月21日(月・祝)

メイン会場 八色の森公園

コース 南魚沼市全域

レース実施時間 7:00 ~ 16:00

わくわくサイクルパーク

内容 自転車教室、コーン試乗、ミニゲーム など

会場・コース 八色の森公園

時間 11:00 ~ 15:20

家族や友達と
一緒に楽しめる
イベントが
盛りだくさん!



「新しい認知症観」での取り組みを進めていきます － みんなが考え方をチェンジ！ともに生きるが当たり前－

誰もがなりうる「認知症」。認知症になっても、その人らしく、希望をもって地域で暮らし続けられるように、社会全体で支えていく「共生社会」の実現に向けて、取り組みを進めています。

▼ 新しい認知症観

「自分事」としてとらえる

- ✓ 本人(自分)の思いがあり、意見を言える。認知症でも自分らしく生きていくことができる。(そのようにできる社会の仕組み)
- ✓ 本人(自分)が決められる。(決められるような支援)
- ✓ 本人(自分)のやりたいこと、できることはたくさんある。その力を活かす。本人(自分)は支えられる側だけではなく、支え手でもあり地域の一員。
- ✓ 本人(自分)も周りも楽しく、のびのび、前向きに。希望をもって生きる。

● オレンジミーティング&カフェ

認知症の本人と家族がともに集って、それぞれの思いを話し合い、できることを楽しむ場です。



ある日の様子

和やかに、
真剣に、楽しむ。
みんなで
笑顔！

● 認知症サポーター養成講座

「新しい認知症観」に基づいた認知症の理解、対応の仕方などを学びます。大人から中学生まで、いつでも、どこでもご希望にあわせて講座を開催します。



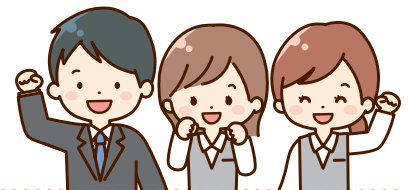
地域包括支援センター相談窓口 ▶▶▶▶▶ 認知症に詳しい認知症地域推進員が相談をお受けします

～こんなことはありませんか？お気軽に相談を！～

- ・自分の、または親族の物忘れが気になる。
- ・自分の(親の)できることを活かせる場所はないか。
- ・一人暮らしで先々のことに不安がある。安心して暮らせる方法を知りたい。
- ・先々に備えて、お金の管理のことを考えたい。

認知症サポーター養成講座
開催の申し込みもこちらへ！！

- 南魚沼市地域包括支援センター ☎773・6675
- 塩沢地域包括支援センター ☎782・0252
- 大和地域包括ステーション ☎788・1144



©2025「父と僕の終わらない歌」製作委員会

○知って得する！お役立ち情報コーナー

- ・認知症のお役立ち情報、家族の会や運転免許検査などの展示
- ・「オレンジカフェ」飲み物を用意してお待ちしています
- ・介護、看護、心理の専門職による無料相談コーナー「認知症かも？ちょっと気になる」などお気軽に！
- ・歯とお口の健康相談コーナー「認知症の発症にお口の健康が関係している!?」口腔ケアグッズプレゼント
- ・介護予防チェック

上映会場
にて
同時開催

～ひとりで決めることが心配な人へ～ その人らしい生き方と安心を支える 成年後見制度

「成年後見制度中核機関」では、地域のサロンなどに出向き成年後見制度の講座も行います。まずはお気軽に、ご相談ください。

（ 後犬ちゃん
厚生労働省 成年後見制度 マスコットキャラクター ）



【問合せ】成年後見制度中核機関（介護高齢課 長寿いきいき係） ☎ 773・6675

「成年後見制度」ってなに？

認知症・知的障がい・精神障がいなどによって一人で決めることに不安や心配のある人がいろいろな契約や手続きをするときにお手伝いする制度です。

●出来ることの例

- ・福祉サービス・介護の手続きや契約のお手伝い
- ・税金の支払いやお金の出し入れのお手伝い など



●出来ないことの例

- ・食事を作ったり掃除をすること
- ・日用品の買い物を代わりにすること
- ・手術をする、しないを決めること
- ・実際に介護をすること など

「成年後見制度」はどんな種類があるの？

成年後見制度には、大きく分けると、法定後見制度と任意後見制度の2つの制度があります。令和8年6月に民法が改正されたことにより、今後制度が大きく変わります。

	任意後見	法定後見		
		補助	保佐	後見
対象	将来に備える人	判断能力が不十分な人	判断能力が著しく不十分な人	判断能力が欠けているのが通常の状態の人
お 手 伝 い の 内 容	ひとりで決めることができるうちに代わりにしてもらいたいことを公正証書による契約で決める	一部の契約・手続などの同意・取消や代理 ※申立てにより裁判所が定める行為	財産上の重要な契約などの同意・取消や代理 ※申立てにより裁判所が定める行為	すべての契約などの代理・取消 ※日常生活に関する行為は除く
選 任 方 法	自分で選んだ人を任意後見人にする事ができる	家庭裁判所が補助人、保佐人、成年後見人を選任する (本人の親族、法律・福祉の専門家、その他の第三者、) 福祉関係の法人やその他の法人		

成年後見制度の申し立てや
手続きなど詳しくは



裁判所ウェブサイト
(後見ポータルサイト)

参加してみませんか？

「いきいきライフ応援フェア」開催

○映画上映会

父と僕の終わらない歌

アルツハイマー（認知症）の父と家族の姿を描いた感動の物語です。記憶を失いゆく父と、それを温かく支える家族の深い絆が観る人の心を揺さぶります。

日時 9月19日(土) 14:00～15:40 開場 13:15

会場 南魚沼市民会館 多目的ホール

対象 市内在住・在勤・在学の人

定員 120人(定員になり次第締切)

費用 無料

申込・チケット配布先

- ・南魚沼市地域包括支援センター(本庁舎)
- ・塩沢地域包括支援センター(塩沢市民センター)
- ・大和地域包括ステーション(大和地域包括医療センター内)

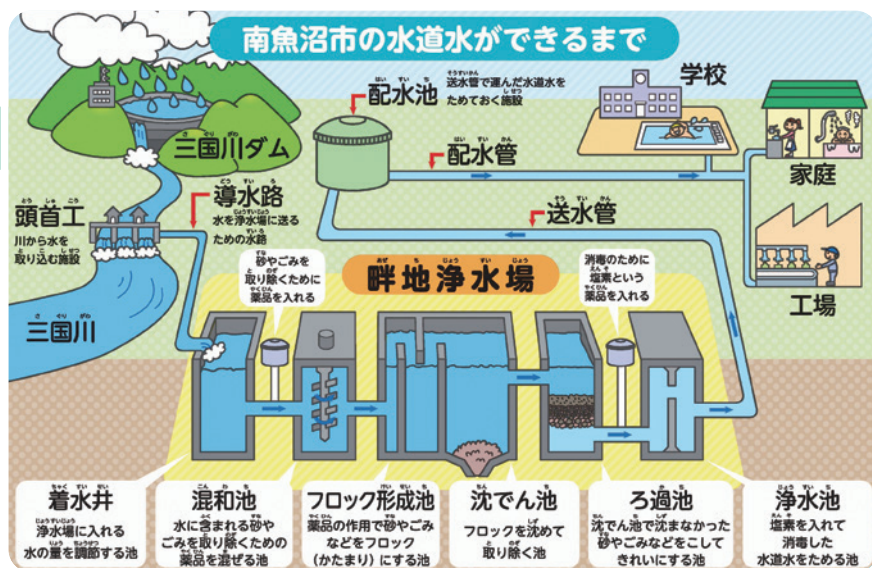
【問合せ】南魚沼市地域包括支援センター ☎ 773・6675

令和5年9月の水道料金改定から3年が経過しました。人口減少が進む中で、安心して安全な水道を未来へつなぐために、令和10年度以降の水道料金について検討を開始する予定です。持続可能な水道事業のあり方について、令和7年度に改定した「水道事業経営戦略」の概要を中心に、水道事業の現状と課題を特集で連載します。

南魚沼市の水道水ができるまで

南魚沼市の水道水は、一部の配水区域を除き、三国川ダムから放流された表流水を取水して、畔地浄水場で作られています。

畔地浄水場は、市民のみなさんに安全でおいしい水道水をいつでも使っていただけるように、**24時間、365日休むことなく**働き続けています。



「当たり前」をこれからも

蛇口をひねれば、いつでも安全で安心な水を使うことができます。水道水は家庭をはじめ、社会のあらゆる場所で使用され、私たちの生活と社会を支えています。

水道事業は、みなさんの生活に必要不可欠な水道水を浄水場で「つくり」、配水池へ「送り」、家庭や学校に「届け」ています。

安全・安心な水をいつでも安定して供給するという、この「当たり前」をこれからも実現していくため、日々の業務に取り組んでいます。

◆さまざまな水質検査

- 毎日の検査：色、濁り、臭い、味、消毒の効果（残留塩素）
※市内の41か所で実施
- 定期的な検査：水質基準項目ごとに定められた期間で実施
※水質検査結果は、市ウェブサイト（QR）で公表しています

水質検査結果

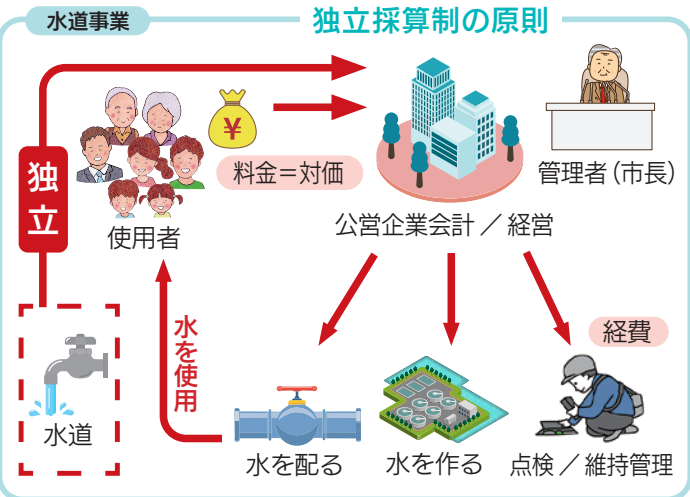
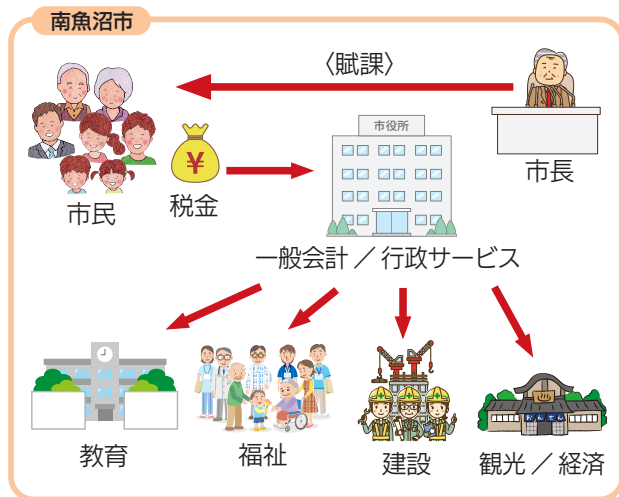


◆機械による連続監視

- 市内の各配水池で水位や配水量、残留塩素濃度などを常に測定し、畔地浄水場で24時間、365日連続で監視しています。異常が感知された際は、ただちに職員が現地へ向かい、昼夜を問わず対応にあたっています。

水道事業は1つの「企業」

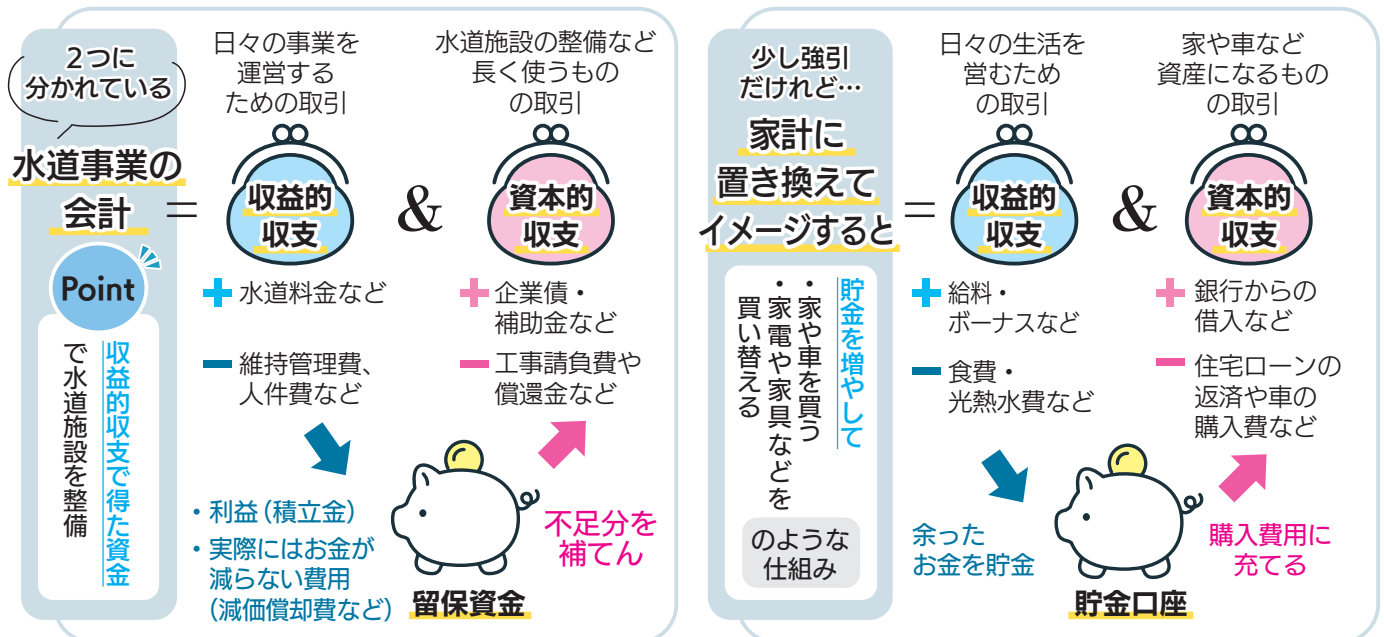
2



水道事業は、「地方公営企業」として独立しています。経費は水道料金でまかなう必要があるため、基本的には「税金」を投入することは相応しくありません。これを「独立採算制の原則」といいます。

また、料金負担の公平性を保つために、使う量や水道メーターの口径に応じて、料金を負担してもらっています。

水道事業は2つの財布と1つの金庫



◆ 2つの財布

収益的収支

水を売った収入、その水を作るために必要な経費など、経営状況を知るための財布です。

＋【収入】水道料金 など

－【支出】維持管理費（動力費や人件費など）、減価償却費 など

資本的収支

老朽化した水道施設や水道管の更新、新たな施設を建設するための財布です。

＋【収入】借入金（企業債） など

－【支出】建設改良費（工事請負費や委託料など）、企業債償還金

◆ 1つの金庫

留保資金

- 収益的収支の利益や実際にはお金の支出がない減価償却費を補てん財源として積み立てます。
- 資本的収支の不足額は、積み立てた利益や減価償却費などから補てんします。
- 水道事業の会計も将来必要となる水道施設の整備や更新に備えながら、利益を積み立てていくという経営を行っています。

予告

10月号では、水道事業の令和7年度決算についてお知らせします。



育む 受け継ぐ 味わう
Nurture Receive Savor

お米の聖地 南魚沼

雪、水、大地、匠の技
そのすべての物語。



つながる 広げる
Connect Share

ウェブサイト
トップページ



お米の聖地 南魚沼 を宣言しました

【問合せ】シティプロモーション課 ☎ 775・7021

南魚沼市は、日本有数の米どころとして、豊かな自然と生産者のたゆまぬ努力によって、高品質なお米を育んできました。その価値を次の世代へ受け継ぎ、さらに多くの人に知っていただくため、「お米の聖地 南魚沼」を宣言しました。

この宣言は、お米を軸に、雪、水、大地、生産者の技術、食文化、暮らし、人とのつながりなど、これまで築き上げてきた南魚沼のブランドを大切に守りながら、さらにその価値を高めていきます。そのためには、農業だけでなく、観光、教育、健康、食文化、産業など、さまざまな分野が連携した取り組みを進めていきます。

「日本のお米といえば南魚沼」そんな未来を、市民のみなさんとともに築いていきます。

全国の企業・大学から応援のメッセージが届いています

「お米の聖地 南魚沼」の考え方に共感いただいた企業や大学から、応援メッセージをいただいています。メッセージ全文は市ウェブサイトで紹介していますので、ぜひご覧ください。

詳しくは



応援企業・大学（順不同）

愛知ドビー株式会社（バーミキュラ）
株式会社 ABC Cooking Studio
千葉大学大学院園芸学研究科・園芸学部
明治大学 情報コミュニケーション学部

大正大学
法政大学
北里大学
国際大学
早稲田大学

一般社団法人おにぎり協会
株式会社 JTB
ヤンマーマルシェ株式会社
株式会社ぐるなび
学校法人青山学院

企業・大学と連携してさまざまな取り組みを進めます

企業との連携

市が持つ地域資源と、企業が持つ技術・ノウハウ・発信力など、お互いの強みを活かし、新しい価値を生み出す取り組みを行います。その成果を地域に還元していきます。

大学との連携

地域実習などの一環で、地域の課題解決について学習するために南魚沼市へ訪れています。地域との交流やお米を独自にブランド化し販売、古民家を交流拠点として改修する取り組みなどを行っています。



市からの お知らせ

問合せ
申込み
ファックス
メール

相談・催し・募集



くらしの無料法律相談会 相談無料・秘密厳守

専門家による相談会を開催します。(弁護士、司法書士、行政書士、社会保険労務士、土地家屋調査士)

日時 10月2日(金)

午後1時30分～4時

(最終受付：午後3時30分)

会場 ふれ愛支援センター

2階 多目的ホールほか

相談内容

- ・土地・建物の売買、相続、抵当権の設定、登記の問題
- ・土地の境界の問題
- ・会社の設立、役員変更など
- ・法人登記の問題
- ・戸籍・国籍の問題
- ・地代、家賃などの問題
- ・農地関係、土地建物の貸借
- ・社会保険、労務、年金関係
- ・金銭の貸借、保証、多重債務などの問題

定員 専門家ごとに定員5人

(先着順、1人30分程度)

※申込時に職員が概要を伺います

締切 9月25日(金) 午後5時

まで

問・申市民課 市民班

☎773・6661



9月と10月は 行政相談月間です

総務省では、行政相談制度について理解を深め、多くのみなさんが利用できるよう毎年9月と10月を「行政相談月間」としています。

国の行政手続きなどに疑問や意見がありましたら、行政相談委員にご相談ください。

日時 9月16日(水)、10月21日

(水) 午後1時～3時

会場 本庁舎2階 相談室

※定例相談は、各月の市報みなみ魚沼の「各種相談・講座・催し」などの一覧をご確認ください

問 総務課 防災庶務班

☎773・6660

南魚沼の食文化をテーマにした トークイベントの参加者募集

雪深い南魚沼市ならではの「食文化と暮らし」に関するトークイベントを開催します。郷土料理や食文化に興味がある人は気軽に参加してください。

なるほど納得！私たちの食文化

日時 10月10日(出)

午後1時30分～3時

会場 ふれ愛支援センター

多目的ホール(別室に託児所を設置予定)

定員 30人(先着順)

費用 無料

申 QRから申し込みください。

締切 9月30日(水)

問 観光戦略課 観光戦略係

☎775・7019

申込みは



〈南魚沼市・魚沼市・湯沢町 連携企画〉

ご縁の実るまち、魚沼地域で縁結びバスツアーを開催します！

今年も開催！魚沼地域の魅力を満喫しながら、素敵な出会いを見つけませんか？魚沼ならではの“ご縁づくり”を地域として応援します！

日にち 10月31日(土)～11月1日(日)
(1泊2日 3食付)

場所 魚沼地域(南魚沼市・魚沼市・湯沢町)

対象 25～40歳の独身の人

費用 15,000円(税込) 日帰り 9,800円(税込)

内容 【1日目】▶魚沼市響きの森文化会館 かまくらサロン(トークタイム)
▶奥只見遊覧大自然の絶景を楽しめる人気のクルーズ
▶宿泊先「ゆのたに荘」で交流会

【2日目】▶大源太湖四十八滝美晴台とそば打ち体験▶魚沼の里でフリータイム

定員 男女 各15人(定員に達した場合は抽選の可能性有)

募集開始 9月上旬予定

問合せ 株式会社アイリスツーリスト(担当：辻井)

☎050・3651・5511 ✉h.tsujii@iris-tourist.com

詳細、申し込みは
こちらから



各種相談・講座・催しなど

・費用の記載のないものは無料、申し込みの記載のないものは直接会場まで
・相談の内容など秘密は守られます

種 類	日 時	会 場	対象・定員・費用 など	内 容 ・ 必要なもの	申込み・締切 など	問 合 せ
弁護士による無料法律相談	9月17日(木) 13:30～16:00	塩沢市民センター	5人 (1人約30分)	マルチ商法や資格商法による消費者トラブル、多重債務、不動産、相続、離婚などの法律問題の相談。	9月16日(水) 12:00まで	消費生活センター ☎ 772・2541
司法書士による無料相談	10月1日(木)～7日(水) 各事業所 執務時間内	県内の 司法書士事務所	生活に関する法律相談(登記・訴訟・相続・成年後見・多重債務・悪徳商法など)		—	新潟県司法書士会 ☎ 025・244・5121
若者相談 (来所・電話・訪問)	月～金曜日 9:00～17:00 (最終16:00～)	子ども・若者 相談支援センター 〔塩沢〕 または大和庁舎など	市内在住の義務 教育終了～39歳 の若者または家族	ニート・ひきこもり・高等学校不登校などの悩みの相談。 相談担当:臨床心理士や若者支援員 要予約 (電話またはQRから)		子ども・若者 相談支援センター ☎ 788・1951
わが子の自立を 願う 家族の集い	9月26日(土) 13:00～16:00	子ども・若者 相談支援センター 〔塩沢〕	市内在住の義務 教育終了～39歳 の若者の家族	高等学校不登校、ニート、ひきこもりなど、就学や就労に悩む若者を家族としてどう理解し、どう支えるかを一緒に考えてみませんか。 アドバイザー:斎藤まさ子さん (長岡崇徳大学客員教授)	9月25日(金) 16:00まで (電話またはQRから) 	子ども・若者 相談支援センター ☎ 788・1951
普通救命講習Ⅰ	10月17日(土) 9:00～11:00	南魚沼市消防 本部〔竹俣〕	25人程度 	AEDの使用法を含む成人に対する心肺蘇生法などを学びます。詳しくはお問い合わせください。 	10月10日(土)まで (電話またはQRから) 	消防本部 警防課 救急係 ☎ 782・5331
事業承継相談会	9月10日(木) ①13:00～14:00 ②14:30～15:30	本庁舎2階 小会議室	対象:市内事業者 定員:各回1事業者 費用:無料	事業承継に関する課題解決を支援する公的な個別相談会。新潟県事業承継・引継ぎ支援センターが相談対応。 中小企業の事業承継・事業引継ぎの実務に精通した専門家が秘密厳守で相談を承ります。	9月8日(水) 17:00まで 電話から申し込み	産業課 ☎ 773・6665
市民セミナー 料理教室	9月25日(金) 10:00～12:00 (受付9:30～)	塩沢公民館 (調理実習室)	対象:市内在住・ 在勤の人 定員:15人 (先着順) 費用:900円 (当日集金) 講師:宮田悠さん	メニュー: 太巻き2種、さつまいものパウンドケーキ 持ち物: エプロン、ふきん、持ち帰り用器、筆記用具(持ち帰りに伴う衛生管理は各自の責任でお願いします)	9月2日(水)～ 16日(水)	塩沢公民館 ☎ 782・0100
シニア向け講座	10月1日(木) 13:30～15:00 (受付13:00～)	塩沢公民館 (視聴覚室)	対象:市内在住の おおむね60 歳以上の人 定員:20人 (先着順)	・豊かな老後のために知っておきたいお金の話 (資産寿命を延ばすために、終活を考える、成年後見制度、贈与・相続などについて)	9月24日(水) 17:00まで	塩沢公民館 ☎ 782・0100
大巻そだち学級 「手作りおもちゃ で遊ぼう!」	9月27日(日) 10:00～11:00 (受付9:30～)	おおまき交流館	6歳以下の子ども と保護者	簡単な手作りおもちゃを作って遊びます。 動きやすい服装でお越しください。	—	社会教育課 生涯学習係 ☎ 773・6610
つむぎ通り軽トラ市で(アルミ缶とペットボトルの無料回収)	9月6日(日) 10月4日(日) 9:00～13:00	塩沢駅前 つむぎ通り	中身を飲み切り、水で軽くすすぎ、ペットボトルはキャップとラベルを外してお持ちください。電池類、モバイルバッテリーも無料回収します。		—	資源循環推進課 ☎ 782・0339
マイナンバー カード 時間外窓口	9月13日(日) 10月4日(日) 9:00～11:30	本庁舎 市民課	マイナンバーカードの申請や更新手続き、交付。それぞれ必要な書類などがあります。詳しくはお問い合わせください。 (住民票、戸籍などの事務は行いません)	交付は、原則3 日前までに 予約専用 ☎ 788・1780		市民課 ☎ 773・6661
献血バス	9月14日(月) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00	①南魚沼地域振興局 ②齋藤記念病院	全血 400ml 献血。(初めての献血時は 200ml となる場合あり) 日時や会場は変更する場合あり。			健康推進課 ☎ 773・6811
第9回 農業委員会総会	9月25日(金) 9:00～	大和庁舎 3階 旧議場	毎月開催し、申請のあった農地売買・賃貸借などの審査と、農地・農政などの諸問題について議論します。		—	農業委員会事務局 ☎ 773・6664
猫の譲渡会	9月20日(日) 13:00～15:00	イオン六日町店 1階・西口階段脇	—	毎月第3日曜日に定期的に開催。	—	魚沼アニマルサポート ☎ 080・7797・2909

相談・催し・募集

くらし・健康・福祉

子育て・教育

文化・スポーツ

掲示板

秋の全国交通安全運動

スローガン

『夕暮れに 早めのライトと やさしい運転』

実施期間 9月21日(月・祝) ～ 30日(水)までの10日間

運動の重点

・歩行者の安全確保と反射材用品の着用促進

【横断歩行者の安全確保

～渡るよサインの活用～

(新潟県重点)

・夕暮れ時の早めのライト点灯と飲酒運転や「ながらスマホ」の根絶

・自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底

交通指導所の開設

啓発活動として、南魚沼警察署と交通安全協会の協力で交通指導所を開設します。

日時 9月28日(月)

午前10時～

会場 国道17号浦佐待避所

9月30日(水)は「交通事故死ゼロを目指す日」

問 交通政策室

☎775・7028

「生活道路」の法定速度が時速30キロになります

道路交通法の改正に伴い、9月1日(火)から、中央線のない狭い道路(生活道路)における自動車の法定速度が、これまでの時速60キロから時速30キロに引き下げられます。歩行者や自転車の安全を守るため、生活道路では速度を落とし、安全運転を心がけましょう。

問 交通政策室

☎775・7028

秋はクマに注意！

秋はエサを求めてクマの行動範囲が広がり、人里への出没が増えます。人身被害を防止するためには、クマに遭遇しない対策が重要です。次のことを実践して、身の安全を守りましょう。

- ・鈴やラジオなど、音の出るものを身に着ける
- ・できるだけ単独での行動は避けて、複数人で行動する
- ・作業中なども、こまめに周囲を確認する
- ・活動が活発な早朝や夕方暗

くなつてからの行動をできるだけ避ける

- ・エサとなるような生ごみ、不要となった作物など適切に処分する
- ・草木の適切(草刈り)、果樹はトタンを巻き、収穫後は実を片付ける
- ・作業所や納屋など、侵入されないように戸締まりする

・クマの出没情報を確認する
※クマの出没情報はQRからご覧ください

クマ(足跡などの痕跡を含む)を目撃したら、ご連絡ください

い

未来環境課

☎773・6666

・夜間・休日(当直)

☎773・6660

・南魚沼警察署

☎770・0110

クマの出没傾向

今年のクマの出没件数は、昨年を上回るペースです。昨年同様、大量出没する可能性があるためご注意ください。

クマ出没情報



問 未来環境課

☎773・6666



9月10日は「下水道の日」
「みやくみやくとミライへめぐる下水道」

下水道に接続しましょう

下水道は、みなさんが接続しなければ事業効果を発揮することができません。

くみ取り便所は、下水の処理が可能となつてから3年以内で水洗便所に改造することが法律で義務付けられています。浄化槽を設置している場合でも、浄化槽整備区域を除き速やかに接続しましょう。

令和7年度末の市内の下水道普及率(下水道が利用できる人口割合)は99・1%、水洗化率(下水道を利用して人口割合)は94・0%です。

利子補給制度があります

市では下水道接続工事に対して、百万円を限度とした融資の利子補給制度があります。詳細はお問い合わせください。

排水設備工事は指定工事店で

トイレの改造や排水設備工事は、市の指定工事店でなければ行うことができません。指定工事店は、みなさんに代わって書類の申請手続きなども行います。工事は指定工事店に依頼してください。

下水道は正しく使いましょう

下水道には、水に溶けない紙や固形物を流さないでください。処理場などでタオルやおむつなどが、ポンプを詰まらせる事故が発生しています。下水道に灯油やてんぷら油を流すと処理に影響が出ますので、流さないでください。

一人一人がルールを守って使うよう心がけましょう。

問 下水道課 下水道業務係

☎774・2740

公営住宅の公募(予定)

次回の入居者募集は、市報10月号に募集住戸を掲載し、10月1日(木)から受付を開始します。

※入居に関する相談は、随時受け付けています

問 福祉課 公営住宅係

☎773・6667

ごみにしない！3R推進コーナー

【問合せ】資源循環推進課 ☎782・0339

生ごみの水切り運動を実践しよう！

家庭から出る生ごみには水分が多く含まれています。水分が多いごみは燃やすときに余分なエネルギーを必要とし、その分の経費も多くかかります。

水切りによるメリットがあるので、ご家庭で簡単にできる生ごみの水切り運動にご協力ください。

メリット

- ・生ごみの腐敗を遅らせ、嫌なにおいの発生を抑えられる
- ・ごみが軽くなり、ごみ捨てが楽になる
- ・汚水によりごみステーションが汚れるのを防げる



家庭用電気式生ごみ処理機もごみの減量に役立ちます

購入費の補助制度があります。詳しくは市報8月号をご覧ください。か、資源循環推進課までお問い合わせください。

生ごみの水切りのポイント

三角コーナーや水切りネットを使って、水分を切りましょう。

①水にぬらさない

玉ねぎの皮などはじめから乾いているものは、できるだけ別にして、ぬらさずに捨てましょう。

②「ぎゅっと」しぼる

水分を多く含んだ生ごみは、ごみに出す前に、ぎゅっと絞ってから捨てましょう。

ペットボトルやDVDの穴に水切りネットを通して水を絞るとさらに効果的です。



ディスポーザーのご紹介（市内全域で使用できます）

ディスポーザーとは

台所の流し台の下に設置して、生ごみを投入・粉碎し、流水と一緒に下水道へ流すことができる機械です。

メリット

- ・ごみの量が減るため、ごみ出しの負担を減らせます。
- ・ごみステーションの臭気を軽減できます。
- ・生ごみがシンクに溜まらないため、台所の衛生面を改善する効果があります。
- ・カラスなどの鳥獣による被害を軽減できます。

設置にあたって 【問合せ】下水道課 ☎774・2740

- ・下水道、市管理の浄化槽に接続している家庭で利用できます。
- ・ディスポーザーの稼働には、電気・水が必要で、本体の設置、電気工事などの費用がかかります。
- ・ディスポーザーの設置は、指定工事店でなければ行うことはできません。設置する場合は指定工事店を通じて市に届け出てください。

ディスポーザーに投入できないもの

生ごみのうち、粉碎できないものや粉碎しても下水道管に溜まって詰まるおそれがあるものはディスポーザーに投入できません。



エコプラント魚沼 燃やせないごみ・大型ごみの受け入れを休止します【大和地域】

【問合せ】魚沼市 生活環境課 廃棄物対策係（エコプラント魚沼） ☎025・792・3055

10月1日（木）～10日（土）に施設の点検のため、エコプラント魚沼では燃やせないごみと大型ごみの受け入れを休止します。

大和地域の方は、燃やせないごみと大型ごみを持ち込まないようご協力をお願いします。期間中は大和地域の燃やせないごみの収集を行いません。詳しくは、家庭ごみ収集カレンダーをご覧ください。

補助金を活用して太陽光発電設備を設置しませんか

【問合せ】 未来環境課 ☎ 773・6666

市では、再生可能エネルギーの普及と脱炭素化の推進を目的に、太陽光発電設備の設置費用の一部を補助しています。

この補助制度は令和6年度に開始し、令和6年度18件、令和7年度19件の実績があります。

また、補助金を活用して太陽光発電設備を設置した住宅と事業所を対象に調査を行ったところ、年間発電量は最大8495kWh、最少で4200kWhとなり、豪雪地帯である当市でも一定の発電量が得られることがわかりました。

さらなる普及促進に向け、今年度も補助金の申請を受け付けております。

太陽光発電設備の設置を検討している人は、この機会にぜひご活用ください。

太陽光発電設備設置費補助金

申込期限 令和9年1月29日(金)

※先着順で受け付け、予算額に達した時点で終了します

補助対象や補助金額など、詳しくは市ウェブサイトをご確認ください。

詳しくは



交通安全功労者が表彰されました

澤田照夫さんが交通安全知事表彰を、江口正人さんが交通安全対策連絡協議会長表彰をそれぞれ受賞されました。受賞された2人は交通安全協会理事や評議員として活動され、長年にわたり地域の交通安全に尽力している功績が認められました。



江口さん

澤田さん

交通安全政策室

☎ 775・7028

知って防ぐ！冬の感染症と予防接種

冬は空気が乾燥し、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなります。寒い時期になる前に予防接種をすることで、感染や重症化を防ぐこ

とができます。ご自身や周りの大切な人に感染を広げないため、予防接種を検討しましょう。

肺炎球菌

感染により、重い肺炎や敗血症などを引き起こすことがあります。

※肺炎球菌の定期予防接種の対象者(満65歳)には、個別案内を送付しています

インフルエンザ

A型またはB型インフルエンザウイルスの感染により、発熱(高熱)、頭痛、だるさ、関節痛などがあらわれ、咳、鼻水などが続きます。ワクチンは毎年流行する型に合わせて作られます。

新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルスの感染により、発熱、咽頭痛、咳などの症状があらわれます。高齢者では重症化率が高く、死亡原因にもなります。

※高齢者のインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症定期予防接種の詳細は、市報10月号に掲載します

健康推進課

☎ 773・6811

骨粗しょう症検診を受けましょう

骨粗しょう症とは、骨密度(骨の密度)が低下し、骨折しやすくなる状態をいいます。骨密度は年齢とともに低下します。検診を受けて自分の骨密度を知り、骨粗しょう症を予防しましょう。

骨粗しょう症検診

対象 令和9年4月1日時点で、51歳・56歳・61歳の女性

※住民健診調査票で申し込みをしていない人は申し込みが必要です

日時 住民健診カレンダーをご覧ください。

会場 ゆきぐに健友館A1

費用 500円
内容 問診、前腕のレントゲン撮影

健康推進課

☎ 773・6811



こころの不調を感じていませんか？ ～9月は新潟県自殺対策推進月間～

【問合せ】健康推進課 ☎773・6811 F773・6839

こころの不調が長く続くと、不眠などのサインが表れ、考え方の幅が狭くなり、自ら命を断つことさえあります。

家族や職場、友人など誰かが「いつもと様子が違う」と感じたら、一人で悩まずにまずは下記の窓口にご相談しましょう。

職場や地域の集まりなどで「こころの健康」に関する講話を実施しています。健康推進課にご連絡ください。

こころの不調サイン

こころのバランスが崩れると次のような変化が起こります

■自分が気づく変化

- ・気分が落ち込む
- ・よく眠れない
- ・興味がわかず、楽しくない（だるい）
- ・やる気が出ない（おっくう）
- ・人に会いたくなくなる
- ・わけもなく涙が出る
- ・焦りや不安でじっとしてられない
- ・失敗や悲しみから立ち直れない
- ・自分を責め、自分は価値がないと感じる



■周囲が気づく変化

- ・以前と比べて表情が暗く、元気がない
- ・仕事や家事の能率が落ち、ミスが増える
- ・周囲との交流を避けるようになる
- ・飲酒量が増える
- ・外出をしなくなる

※体の症状も現れます

疲労倦怠感、食欲不振、下痢・便秘、頭痛、口の渇き、めまいなど

うつ病の治療が必要なときは

- ・うつ病の治療は半年以上かかることが多く、服薬開始時には副作用が大きく「効果が出ない…」と、治療をやめてしまうことがあります。個人差はありますが、3週間ほど服用を続けると治療の効果がみられてくると言われています。
- ・周囲の人は、安易な励ましはせず、穏やかに本人のペースを尊重して接することが大切です。

相談窓口

	相談窓口	電話番号など	開設曜日・時間
電話	南魚沼市役所 健康推進課	773・6811	月～金 8:30～17:15 ※祝日は除く
	南魚沼市地域包括支援センター	773・6675	
	南魚沼地域振興局 健康福祉環境部（南魚沼保健所）	772・8137	
	中越地域いのちとこころの支援センター	0258・88・0070	
	新潟いのちの電話（長岡）	025・288・4343	毎日24時間対応 
	#いのちSOS（NPO法人 自殺対策支援センターライフリンク）	0120・061・338	毎日24時間対応
	チャイルドライン 対象：18歳まで	0120・99・7777	16:00～21:00 
SNS等相談	南魚沼市「こころのA Iチャット相談」		24時間対応
	NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク	LINE @yorisoi-chat	 相談時間は、アクセスしてご確認ください



ティムの南魚沼ライフ 第6話

【問合せ】観光戦略課

☎775・7019

◆ 茶の道の入り口 ◆

日本の文化と聞いて、真っ先に茶道を思い浮かべる人は少なくありません。私は茶道を学び始めて5年になりますが、実は茶の世界に足を踏み入れるきっかけとなったのは、一つの小さな入り口でした。

千利休の茶室について調べていると、「にじり口」という特徴に心を惹かれました。にじり口は、茶室に入るための小さな入り口で、高さがわずか67cmしかありません。入るには、誰もが身分にかかわらず頭を下げ、膝をついて、にじるようにして入らなければなりません。また、武士が腰に差していた長い刀はそのままでは通ることができないため、刀は外の「刀掛け」に預けてから中へ入ります。こうした作法には、茶室の中では、すべての客が優劣なく、等しく亭主のもてなしを受けることができる安らかな空間であるという精神が込められているとされています。

茶室の建築に込められたこの思想を、私は茶室の中だけにとどめるのではなく、これからの人生に活かしていきたいと考えています。茶道は本当に奥深いものです。南魚沼に来てからも、茶道を学び続ける機会があることを嬉しく思うとともに、そこで得られる学びは、一生かけても尽きることはないだろうと感じています。



袴姿の
ティモシー フォルサム
(南魚沼市国際交流員)

未来の健康のために

～うおぬま地方の健康調査～
魚沼コホート研究 調査報告

新潟大学大学院医歯保健学研究科

健康増進医学講座 南魚沼分室

☎ 025-775-7876



健康増進医学講座
フェイスブック

※コホート研究とは、生活習慣や体質などの違いにより、住民の健康状態がどのように変化したかを長期にわたり調べる研究です

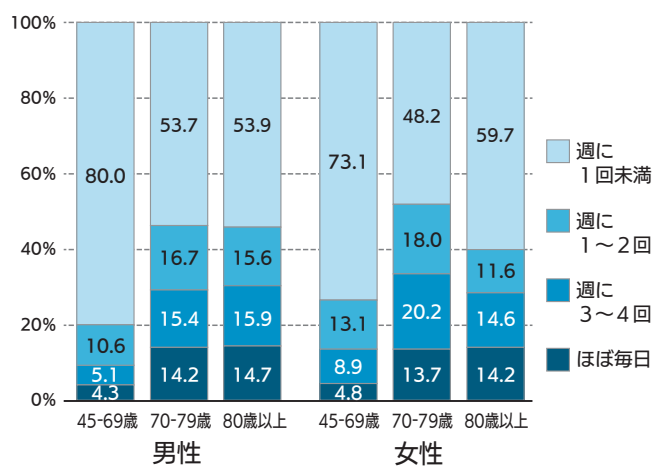
「うおぬま地方の健康調査」5年後アンケート調査から見てきた運動習慣

「うおぬま地方の健康調査」の分析結果から、地域の身体活動（農作業や除雪作業）がサルコペニア（筋肉の衰え）予防につながる可能性が示されました※1。

南魚沼市では、庭いじりなどの軽・中程度の運動を週1～2回以上行う人の割合は、45～69歳では男性 20.0%・女性 26.8%、70～79歳では男性 46.3%・女性 51.9%、80歳以上では男性 46.2%・女性 40.4%でした（図1）。

普段から元気に体を動かすことは健康・体力の維持・増進につながります。まずは座りっぱなしを避けながら、けがや体調に注意してできることから取り組みましょう。成人は軽く息が弾み汗をかく程度以上の運動を週60分以上することが推奨されています。週2～3日は筋力トレーニング（スクワットなど）を行うとなお良いでしょう。日常生活での庭いじりや坂道を上るなどによっても筋力を高められます※3。周りの人と楽しみながら無理なく続けましょう。

図1. 南魚沼市の軽・中程度の運動の頻度※2



※1 Sato Y, et al. J Aging Phys Act. 2025;34(3):312-319. doi: 10.1123/japa.2024-0418.

研究結果の詳細は、当講座フェイスブックの2026年3月23日の投稿をご参照ください。

※2 『「うおぬま地方の健康調査」魚沼コホート研究5年後調査データ集』より作図しました。軽・中程度の運動にはゴルフ・ゲートボール・庭いじりなどが含まれます。データ集は、各地域の図書館でご覧いただけます。

※3 厚生労働省「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/undou/index.html

◆ 以上の内容は、市報うおぬま 2026年9月号、広報ゆざわ 2026年9月号、健康増進医学講座の発行物などにも掲載しています。

熱中症対策エアコン購入費等助成事業の申請期限を延長します

経済的な理由で自宅にエアコンが1台もない住民税非課税世帯を対象とした助成金の申請期限を延長します。(先着順・予算の範囲内で受付)

申請期限

令和9年3月31日(水)

※対象要件などの詳細はQRからご確認ください

問・福祉課 厚生福祉班

☎773・6667

詳しくは



緊急通報装置貸与事業

市内在住のおおむね65歳以上の1人暮らし高齢者や寝たきり高齢者のいる高齢者のみ世帯で急変する持病があるなど、必要と認められる人を対象に緊急通報装置を貸与します。利用にあたり、緊急時に駆け付けるなどの必要な対応を行う協力員が必要となります。

貸与料(1か月あたり) 600円

介護高齢課長寿いきいき係

☎773・6675

詳しくは



障がい者手帳の交付

身体障害者手帳

身体障害者福祉法に基づき、視覚・聴覚・肢体不自由・内部機能などの障がいに該当すると認定された人に対し交付されるものです。

詳しくは



療育手帳

知的障がい児・者と認定をされた人に交付される手帳です。

詳しくは



精神障害者保健福祉手帳

精神疾患(発達障害含む)を持ち一定の障がいの状態であると認定された人に交付されるものです。有効期間は2年間です。

詳しくは



※福祉サービスを受ける際は、各手帳が必要です
受付窓口
福祉課 障がい福祉係、
大和・塩沢市民センター

福祉課 障がい福祉係

☎773・6667
F 773・6723

第5回車いすラグビーローポインターズ大会 in 南魚沼

車いすラグビーはパラリンピックで見事金メダルを獲得した注目競技です。選手の中でも障がいが重いクラスの選手で行う国内唯一の大会で日本全国から参加します。

大会期間中、競技用車いすでタックルなどが体験できる、車いすラグビー体験会を開催します。この機会にぜひご参加ください。

当日、カルチャーセンター広場ではハッピースマイル、cocoir、セルプこぶし工房の共同イベント「みんなのおまつり」も開催されます。

日時 9月27日(土)、28日(日)
午前10時～

※車いす体験会は、10時30分

開始、終了は27日(土)午後4時、28日(日)午後0時30分まで
会場 湯沢カルチャーセンター

費用

無料
問 相談支援センターみなみう
おぬま ☎770・1331

日本赤十字社

令和8年熊本地震などの災害義援金を受け付けています

市では、令和8年熊本地震、令和6年能登半島地震、令和6年9月能登半島大雨の義援金を受け付けています。

募金箱設置場所

市役所本庁舎(福祉課)、大和・塩沢市民センター、中央公民館(市民会館内)、市民病院、大和地域包括医療センター

※募金箱による義援金は、令和8年熊本地震、令和6年能登半島地震、令和6年9月能登半島大雨の3つの災害の被害者に送られます

福祉課 福祉総務係

☎773・6667

詳しくは



子育て・教育

大学生などの保護者への給付金の申請はお済みですか？

大学生等保護者生活支援給付金を受け取るには、申請が必要です。期限までに忘れずにご申請ください。

支給額

扶養する学生 1人あたり 30,000円

申請期間

10月30日(金)まで

問・子育て支援課 子育て

応援係 ☎773・6822

詳しくは



令和9年度入園説明会

令和9年度の保育園・こども園入園説明会を開催します。(入園申込書の配布あり)

日時 9月15日(火)、28日(月)

午前10時30分～11時30分
会場 南魚沼市子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」イオン専門店館1階

問 不要。直接会場まで。

問 子育て支援センター

☎772・7754

令和9年度入園児募集

受付期間

10月1日(木)～22日(木)

※土・日曜日、祝日は除く

保育での利用(2・3号認定)

9月15日(火)から子育て支援

課、子育ての駅「ほのぼの」、

大和・塩沢市民センター、各

保育園・認定こども園で入園

案内と申込書(QRからダウ

ンロード可)を配布します。

就職、産休・育休明けなど

で年度途中からの入園を希望

する人も、受付期間内にお申

し込みください。年度途中の

急な入園は、受け入れが難し

くなります。

対象 保護者の就労や疾病な

どにより、保育園などでの

保育の必要性がある子ど

も(令和3年4月2日～令

和9年4月1日まで)に出生

(予定)の子ども)

注意

・令和9年4月2日以降に出

生予定の子どもは、出生予

定日の3か月前から申し込

みを受け付けます。

・国外にいる子どもは入国し

てから申し込みを受け付けま

・7月の要支援児入園募集に
よる内定者は除きます。

申 子育て支援課、子育ての駅

「ほのぼの」、大和・塩沢市

民センター、第1希望の園

に申込書を提出してください。

※市外の保育園などに入園を

希望する場合は、子育て支

援課にご相談ください

教育での利用(1号認定)

教育認定で入園を希望する

人は、各園に直接お申し込み

ください。

対象 3歳以上の子どもの保

護者で就労などにかかわら

ず、認定こども園での教育

を希望する人。

申 願書の配布・受付期間は各

園で異なります。詳しくは、

QRからご確認ください。

詳しくは



問 子育て支援課 保育班

☎773・6822



特認校制度の児童募集～栢窪小学校・後山小学校～

問・申 学校教育課 ☎773・6700

特認校とは、学区に関係なく市内全域から就学できる学校です。令和9年度も特色ある教育活動を実施する特認校(栢窪小学校・後山小学校)で、入学・転入を希望する児童を募集します。文化祭の日に説明・懇談会を実施します。ぜひ、おこしください。

令和9年度の児童募集

対象 市内の小学生

定員 両校とも全学年で若干名(何年生からでも入学可)

募集期間 10月1日(木)～11月27日(金)

応募条件 市内在住で、栢窪小学校・後山小学校の特色ある教育を希望し、1年以上の通年通学ができる(通学は、保護者による送迎が原則)

申 申請書を学校教育課にご提出ください。

※申請書は、学校教育課、市民課、大和・塩沢市民センターで配布。市ウェブサイトからダウンロード可(「特認校」で検索。児童募集ページの最後にあります)

学校説明会など

栢窪小学校

日時 10月10日(出)

文化祭 8:45～、説明・懇談会 11:30～12:00

問・申 栢窪小学校 ☎782・0744

後山小学校

日時 10月17日(出)

文化祭 8:50～、説明・懇談会 10:45～11:15

問・申 後山小学校 ☎025・759・2171

共通事項 問合せや見学は、随時受け付けています。事前に、電話でお申し込みください。(受付:月～金曜日の8:30～16:30)

栢窪小学校の特色

- ・スローガン「一人一人が主人公」大勢の中の一
- ・人でなく、全員が主人公として学ぶ学校
- ・ふるさと栢窪を基盤にした「ふるさと学習」
- ・〈米作り・芋麻栽培・郷土料理など〉
- ・少人数学級のよさを生かした個別指導
- ・寛容と自立の心を養う体験・交流活動の充実
- ・栢窪の豊かな自然を学ぶ自然観察会(年3回)
- ・読書・運動・コグトレに取り組む時間「カモシカステップ」
- ・首都圏の大学との交流
- ・スキー授業の充実



後山小学校の特色

- ・一人一人のよさやもち味を伸ばす教育
- ・異年齢集団での活動を通した自主性育成
- ・全員主役の発表・表現活動
- ・地域に発信する文化芸術活動
- ・緑豊かな「ブナ林」、歴史ある地域の恵まれた環境を生かした学びの充実
- ・国際理解につながる外国語活動
- ・生活習慣形成「チャレンジ週間」
- ・外遊び、やまびこ農園栽培活動の充実



カナダ・ビクトリア 「春休み語学研修&ホーム ステイ体験」参加者募集

「春休み語学研修&ホームステイ体験」プログラムを実施する団体から、中学生3人を招待していただけることになりました。

研修期間 令和9年3月25日

(休) 4月4日(日)

締切 9月30日(水)

※10月17日(土)に選考会を行います

その他

※詳しくは、各中学校や学校教育課で配布する募集要項をご覧ください

※この事業に参加が決定した場合、令和9年度「中学生高校生海外派遣研修事業」に参加申し込みをすることはできません

実施団体 (株)ヴィエック・

インターナショナル

問・申学校教育課 学校指導係

☎773・6700



文化・スポーツ

秋の作品展示・発表会

しやくなげ学級学習発表会

日時 10月8日(木)

午前9時～午後3時

会場 市民会館1階(ロビー、

ホワイエ、多目的ホール)

作品展示 手芸(編み物)、

書道、俳句、生花

ステージ発表

時間 午前10時～11時30分

出演 民舞、民謡、まめだ会

(頭の体操など)、詩吟

中央公民館文化祭

日時 10月8日(木)、9日(金)

午前9時～午後7時

※9日は午後3時終了

会場 市民会館2階中央公民館

作品展示 フラワーアレンジ

メント、パッチワークキル

ト、生け花、ビーズ、書道、

絵画、子どもの書道

園児(5歳児)作品展示

(11月1日(日)まで)

八幡・たんぼぼ保育園、野の百合・めぐみ野、むいかまちこども園

共通事項 入場無料

問 社会教育課 生涯学習係

☎773・6610



南魚スポーツハラダイス

公益財団法人南魚沼市文化スポーツ振興公社 スポーツ振興係

〒949-6611 南魚沼市坂戸372 ディスポート南魚沼内 ディスポート ☎773・6620 スポパラ ☎773・3210

9月の休館日

7日(月)、14日(月)、28日(月)

ディスポート南魚沼「全館トイレ改修工事のお知らせ」

日時 9月14日(月)～12月25日(金)の間、館内トイレの改修工事を行います。ご不便おかけします。
(屋外に仮設トイレを設置します)

トイレ改修に伴い、プール臨時休館と定期券延長措置をします

プール臨時休館 11月18日(水)～12月22日(火)の間、臨時休館となります。期間中、トレーニングルーム・アリーナ・ランニングトラックはご利用できますが、1階更衣室とシャワールームはご利用できません。
定期券延長措置 上記期間に有効期間がかかる「全施設定期券」、「プール定期券」をお持ちの人は、延長措置を行います。詳しくは、館内掲示をご確認ください。

スラックライン講習会

日時 9月16日(水) 17:30～18:30 (雨天中止) **対象** だれでも (未就学児は保護者の付き添いが必要)
定員 10人(先着順) **受講料** 会員新規：無料(2回目以降は200円)、一般：200円 ※施設利用料100円が別途必要(定期券可)
持ち物 運動着、運動靴、タオル、飲み物 **受付** ディスポート南魚沼(電話申し込み可)

小栗山サンスポーツランド「南魚沼市スケートパーク」

施設利用時間

平日	13:00～21:30
火曜日	17:00～21:30
日曜日・祝日	9:00～17:00
土曜日・翌日が祝日の日曜日	9:00～21:30

施設利用料金

一般(県内)	410円	17:00～ 別途200円
高校生以下(県内)	200円	17:00～ 別途100円

注意事項

- ・4歳から利用できます
 - ・初めて利用する人は、受付で利用登録が必要です
 - ・中学生以下は、ヘルメットの着用が必須
 - ・小学生以下は、保護者などの付き添いが必要です
- ※詳しくはお問い合わせください

令和8年度 南魚沼市スポーツ協会市民体育祭

問問合せ 日日時 会会場 対対象 費費用 締切
※申し込みなどは各競技の問い合わせ先にご連絡ください

事務局 ㈱ベースボール・マガジン社 ☎783・3533
(大原運動公園内 管理事務所)

バドミントン

ジュニアの部

日 9月27日(日) 8:45～ 会 二日町体育館
種目 中学生男女別ダブルス・シングルス、
小学5・6年生男女別ダブルス・シングルス、
小学4年生以下シングルス

一般の部

日 10月11日(日) 8:45～ 会 二日町体育館
種目 男女別ダブルス・シングルス (A、B)

共通事項

競技方法 日本バドミントン協会規則に従うリーグ戦
またはトーナメント戦 (参加人数により決定)

費 ダブルス1組3,000円 (小・中学生1組1,400円)
シングルス1,500円 (小・中学生700円)

日 9月13日(日)

問 バドミントン協会 山口 正 ☎090・7827・6008

✉ yama@shimadagumi.co.jp

バレーボール

日 10月12日(月・祝) 8:00～ 会 六日町中学校体育館

種目 男女混合、女性限定

競技方法 6人制と9人制のルールを組み合わせる

費 2,000円 日 9月20日(日)

問 バレーボール協会 大津 英雄 ☎090・5544・1936

柔道

日 10月11日(日) 8:00～ 会 大和中学校武道場

種目 小学生学年別、中学生男女別無差別、高校一般
男女別無差別

競技方法 国際試合審判規定、少年大会試合審判規定及
び大会申し合わせ事項 (全日本柔道連盟登録済のこと)

費 無料 日 9月26日(日)

問 柔道協会 岸本 富士夫 ☎090・1938・0555

硬式テニス

日 10月18日(日) 8:45～ ※予備日10月25日(日)

会 大原運動公園テニスコート

種目 男子・女子ダブルス (A・B)、60歳以上男子・
女子ダブルス

競技方法 予選リーグ戦、リーグ戦1位による決勝
トーナメント戦

費 一般: 1ペア2,500円、中・高校生: 1ペア1,500円

日 10月11日(日)

問 テニス協会事務局 木村 和男 ☎090・5433・8650

☎・F 772・4339 ✉ kimura1244@gmail.com

木村 美恵子 ☎090・2884・0690

スポレック

日 10月18日(日) 9:00～正午 会 塩沢勤労者体育センター

種目 **ダブルス** 一般男子、一般女子、お楽しみの部

競技方法 3セットマッチ

費 500円 日 10月7日(日)

問 スポレック協会 根津 ルミ子 ☎090・1926・9167

ボウリング

日 10月10日(土) 19:00～

会 サウンドボウル六日町店 対 60歳以上

競技方法 4ゲーム センター登録ハンディ 女性
10ピン

費 2,400円 日 10月9日(金) ※10月1日から受付開始

問 サウンドボウル六日町店 ☎770・2611

ソフトテニス

日 10月3日(土) 8:00～ 会 大原運動公園テニスコート

種目 中学生以下の部、

男女別 一般の部 (高校生以上)

競技方法 予選リーグ戦、決勝トーナメント戦

費 中学生以下1,000円、一般1,500円 日 9月25日(金)

問 ソフトテニス協会 井口 一典 ☎090・7804・8194

サイクリング

日 10月4日(日) 9:30～14:00

コース 六日町大橋下～三国川ダム

競技方法 サイクリング協会メンバーがエスコートし
てしゃくなげ公社までサイクリング

費 2,000円 (小学生以下1,000円)

日 9月27日(日)

問 サイクリング協会事務局 サイクルショップさとう

☎772・2320

剣道

日 10月12日(月・祝) 8:30～

会 おおまき小学校体育館

種目 小学生、中学生 (男女別)、
高校・一般 (男女別) の部

競技方法 個人戦、団体戦

費 1,000円 日 10月9日(金)

問 剣道連盟 原澤 裕 ☎090・2658・1105

バスケットボール

日 10月18日(日) 8:30～ 会 大和中学校体育館

種目 一般の部

競技方法 トーナメント戦

費 4,000円 日 9月30日(水)

問 バスケットボール協会 中島 彰 ☎090・1427・3478

弓道

日 10月25日(日) 会 五日町雪国スポーツ館 費 無料

弓道大会 (弓道経験者)

時 13:30～

種目 近的28m、霰的、四ツ矢2回、的中制

競技方法 近的、霰的、立射、三人立ち (全日本弓道
競技規則に従う)

日 10月16日(金)

弓道体験会

時 10:00～正午 当日会場にて受付

問 弓道協会 熊倉 俊一 ☎090・1993・6038



みんなの図書館

問・申 南魚沼市図書館
☎773・6677



9月の
開館日時

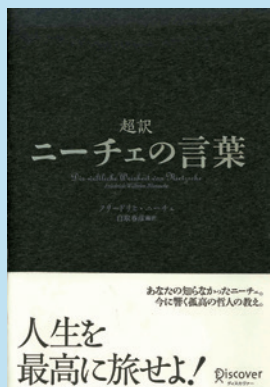
南魚沼市 月～金9:30～20:00(土・日・祝19:00まで) **休館**:3日(木)、17日(木)
大和 ☎777・4671 月～金9:00～20:00(月17:00まで/土・日・祝19:00まで)
塩沢 ☎782・0100 月～金9:00～20:00(月17:00まで/土・日・祝19:00まで)



南魚沼市
図書館
Facebook

9月のおすすめ本

「超訳 ニーチェの言葉」
フリードリヒ・ニーチェ/著
白取春彦/編訳 ディスカヴァー・トゥエンティワン/発行



哲学と聞くと「難しそう」と嫌厭する人も多い
と思います。そんな人でも手にとりやすい、と
ても読みやすい書籍です。哲学書というよりは
ニーチェの名言集のようなもので彼の力強い言
葉、温かい言葉が並んでいます。きっとこの本
の中に、みなさんを励ましてくれる言葉があり
ます！

毎週 水曜日	絵本のへや 時 11:00～11:30 会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者
6(日)	おはなしのじかん 時 11:00～11:30 会 図書館 児童コーナー 対 乳幼児・保護者ほか
12(土)	読書のつどい「世界のおはなし」 時 10:30～11:35 会 図書館 多目的室 対 幼児・小学生・保護者ほか 内 人形劇「赤ずきんちゃん」など
25(金)	乳幼児親子おはなしの会「えほんであそぼ」 トレーグライダーであそぼう！ 時 10:00～10:30 会 大和公民館1階 和室 対 乳幼児・保護者 費 無料 内 手袋人形、絵本、 パネルシアター、工作など

テーマ展示

「敬老の日の読書のすすめ」「防災の日」「認知症を知って理解を」「どうぶつ」など。

巡回図書をご利用ください

大和図書館 8月20日(木)に200冊入れ替えました。
塩沢図書館 9月17日(木)に入れ替え予定です。

新着図書の一部を紹介 ※新着図書は、Web OPAC で確認できます

《よみもの》

- ・ゾンビ回収婦(芥川賞) (小砂川 チト)
- ・ファイア・ドーム 上・下 (辻村 深月)
- ・決裂(堂場 瞬一)
- ・海霧(馳 星周)
- ・御成敗式目の殺人(羽生 飛鳥)
- ・夜の恩寵(三浦 しをん)
- ・湾(宮本 輝)
- ・夏帆(村上 春樹)
- ・タイム・アフター・タイム(吉田 修一)
- ・女じまい～サワコと比呂美(阿川 佐和子)
- ・ドヤ！これがオレ(東海林 さだお)
- ・私の女の実(ハン ガン)
- ・掌より愛をこめて(阿刀田 高)
- ・悪行の王(武川 佑)
- ・我慢するなメシと旅(沢野 ひとし)
- ・二月に憂鬱な君へ(西條 奈加)
- ・途上の王国(沢木 耕太郎)

《その他》

- ・戦争が変えた世界史(伊藤 敏)
- ・老いるショック大賞(みうら じゅん)
- ・子どもの命を守るママの防災(松永 ゆり)
- ・親も子も疲れない子育て(柳澤 綾子)
- ・温泉民俗学の世界へようこそ(樽井 由紀)
- ・野生動物の痕跡図鑑(奥山 英治)
- ・さまようクマ、変わる森(小池 伸介)
- ・健康長寿解剖図鑑(島影 真奈美)
- ・内科医と管理栄養士が健康診断で伝えたかった食事の話(廣田 尚紀)
- ・逆転監督森保一(木崎 伸也)
- ・図解でスッと頭に入る令和の物価高騰(洞口 勝人)
- ・大事なことだけ聞く力(堀田 秀吾)
- ・日本百名山～歩いて楽しむ自然学入門(松本 穂高)
- ・実家の断捨離(やました ひでこ)
- ・はじめての熱帯果樹(三輪 正幸)
- ・30代からの科学的ウォーキング(能勢 博)

問 問合せ 申 申込み 時 時間 会 会場 対 対象 定 定員 費 費用 内 内容

◆ 鈴木牧之記念館

開館 9:00~17:00(入館終了16:30)
9月の休館:1日(火)、8日(火)、15日(火)、29日(火)、30日(火)



☎・FAX 782・9860

入館料 一般500円/小中高250円(市内小・中学生はいつでも無料)

藤岡一之作品展ー視点の先ー

期間 10月1日(木)~26日(月)

時間 9:00~17:00

ギャラリートーク&
ペインティング

日時 10月4日(日) 14:00~

※トミオカホワイト美術館
とリレー展示です



「紅葉の松之山坪野の家」

◆ 今泉記念館アートステーション

開館 9:00~17:00(入館終了16:30)
9月の休館:2日(火)



☎ 783・4500 FAX 783・3388

入館料 一般500円/小中高250円(市内小・中学生は無料)

常設展「棟方志功の世界」

棟方志功の代表作「二菩薩釈迦十大弟子」をはじめ、当館所蔵の棟方板画を紹介します。

企画展「madoをあける」ー線の美と色の魔術ー

期間 11月8日(日)まで(予定)

伝統的な絵画から、サム・フランシスの抽象表現主義、ウォーホルのポップアートまで、美術の進化を一度に体感できる極上のセレクション。日本の近代美術を牽引した日本画の大家や20世紀の海外アートシーンを沸かせた巨匠の競演をぜひお楽しみください。

展示作家:東山魁夷・河合玉堂・前田青邨・横山大観・ウォーホル・アイズピリ・ビュッフェ・グラマンクなど

◆ 池田記念美術館

開館 9:00~17:00(入館終了16:30)
9月の休館:1日(火)~4日(金)、9日(火)、16日(火)、24日(火)、30日(火)



☎ 780・4080 FAX 777・3815

入館料 一般500円/高校生以下無料

壁を超えたかータマビノアレコレー

期間 9月5日(土)~10月25日(日) ※最終日15時閉館
多摩美術大学出身作家約50人が参加。タマビという共通の空間に生き、作家生活を継続してきた作家たちが対峙した、それぞれの「壁」とは何か。現代美術の現在を問う注目の展覧会。

Critique Session(創造的批評会)

9月5日(土) 10:00~11:30

特別文化講座 奇縁史談ー多摩美術大学を創った新潟人 北吟吉と村田晴彦

9月5日(土) 14:00~15:30

講師:石原祥行(潜覧文庫館長・作家)

◆ トミオカホワイト美術館

開館 9:00~17:00(入館終了16:30)
9月の休館:毎週水曜日(祝日の場合翌日)、3日(木)、29日(火)



☎ 775・3646 FAX 775・3650

入館料 一般500円/小中高250円(市内小・中学生は無料)

富岡惣一郎「果てしなき白の旅」

期間 11月17日(火)まで

藤岡一之作品展ー視点の先ー

期間 9月4日(金)~28日(月)まで

絵画と彫刻という二つの手法を用いて表現を続けている藤岡一之氏(市内在住)の作品展。

ギャラリートーク&
ライブペインティング

日時

9月6日(日) 14:00~

会期中、市民は観覧無料。鈴木牧之記念館とリレー展示します。



「ラスパイユ通りの花屋」

ギャラリー展(入場無料)

富所 上「写真で綴る市内探訪・・・ここはどこ？」

期間 9月4日(金)~15日(火) 15:00まで 大和エリア編
9月17日(木)~28日(月) 15:00まで 塩沢エリア編

富所さん(市内在住)が自転車で市内を巡り撮影した写真を展示。

◆ 南魚沼市民会館

受付 8:30~17:15

9月の休館:7日(月)、14日(月)、28日(月)



☎ 773・5500 FAX 772・8161

市民会館 大ホール貸切体験

〜グランドピアノ、電子オルガンを弾いてみよう〜

日常では味わえない大ホール貸切体験。

大ホールでのびのびとピアノ、電子オルガンを弾いてみませんか。

期間 9月21日(月・祝)9:00~20:00

22日(火・祝)9:00~20:00

23日(水・祝)9:00~20:00

費用 1区分 500円(25分)

※1人2区分まで利用可(見学含む)

事前申込み

市民会館窓口にて
直接料金を添えて
申し込みください。

(先着順)

9月5日(土)

10:00から申し込み可

注意 サークル活動や指導者を必要とする練習はお断りします。ピアノの特殊奏法はできません。



掲示板

国や県、公的団体などからのお知らせです。
詳しくは、各問合せ先にご確認ください。

問問合せ	申申込み	日日時	期期間
時時間	会会場	対対象	資資格
定定員	費費用	ア締切	内内容
講講師	相相談員	持持ち物	他その他
Fファックス		メメール	

第25回ぶどう収穫祭とワイン祭り

八海山麓に広がる、5万坪の敷地を持つ緑いっぱいの「八色の森公園」。ワイン片手に楽しい音楽を聴きながら、ぶどうの収穫祭を楽しみませんか。グルメ屋台村、屋外コンサート、お楽しみ抽選会などのイベントや、雪室樽熟成赤ワインなどの限定販売も行います。**日**9月12日(土)、13日(日)午前10時～午後4時(雨天決行・荒天中止) **会**アグリコア越後ワイナリー、八色の森公園 **費**入場無料 **※**ぶどうのもぎ取りは実施しません

ん ワイン祭りセット当日券

販売 アグリコア越後ワイナリー、レストラン葡萄の花で販売中 **当日券** 3,800円 **内**「H A R E V E S T (晴れベスト)」750ml赤・白各1本 **特典** ぶどう「藤稔」1房配布、お楽しみ抽選券付き。 **※**詳しくは、アグリコア越後ワイナリーのウェブサイトをご確認ください **問**アグリコア越後ワイナリー **☎**777・5877

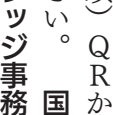
詳しくは



第38回「UJむすびばカレッジ

I U Jむすびばカレッジでは、本学の教員や学生が身近なテーマを分かりやすくお話ししています。今月は、本学付属研究所G L O C O Mの小木曾客員研究員が登壇します。SNSなど、情報があるれる時代に欠かせない「情報リテラシー」について解説します。親子での参加はもちろん、初めての人も大歓迎です。**※**本講演はYouTubeで

詳しくは



令和8年社会生活基本調査にご協力ください

国民の生活時間の使い方や自由時間の過ごし方などを調査し、ワーク・ライフ・バランスの推進や少子高齢化対策などに必要な基礎資料を得るため、総務省が5年ごとに実施する重要な統計調査です。9月から、調査対象となった地

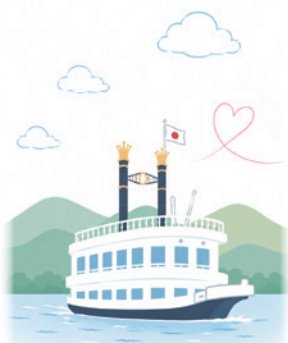
詳しくは



やすかわ整形外科を継承し、六日町整形外科クリニックが開院します

令和8年10月1日(木)から六日町整形外科クリニック(現県立十日町病院坂爪佑輔医師)が開院します。医院開業後24年間にわたり診療されてきた「やすかわ整形外科」(安川敬一郎医師)は9月19日(土)で閉院します。 **場所** 六日町駅前ショッピングセンターララ内正面口近く **その他** 毎週金曜日は安川敬一郎医師も診療予定 **問**やすかわ整形外科(開院後は六日町整形外科クリニック) **☎**781・5320

詳しくは



詳しくは



niigatakacocon.com
✉otoiawase@

人新潟婚カツ応援団カクーン
☎080・8842・0025

奥只見湖遊覧船と魚沼ご当地グルメ開高めし

魚沼市主催の婚活イベントを開催します。 **日**9月26日(土)午前10時～午後4時30分 **会**奥只見湖(集合解散は魚沼市地域振興センター) **対**おおむね24～39歳までの独身男女 **定**男女各10人 **費**男性4,000円 女性3,000円(周遊コース、開高めし定食、スロープカー、旅行災害補償制度加入、バス代、お土産付き) **ア**男性9月11日(金)午後7時 女性9月18日(金)午後7時 **申**QRからお申し込みください。 **問**NPO法人新潟婚カツ応援団カクーン

eLTAXサービス停止

eLTAXのシステム更改に伴い、一定期間サービス停止します。

停止期間

9月19

日(土)～24日(木) 午前8時30分
停止期間中は、電子申告・電子納付、eLQR・eL番号を利用したキャッシュレス納付、OSS(自動車保有関係手続のワンストップサービス)を利用した電子申告に伴う電子納付などが行えません。

問 eLTAX 地方税ポータルシステム

詳しくは



介護者交流会 ～高齢者の栄養について考える～

日 10月16日(金) 午後1時30分～3時(受付…午後1時～)
会 特別養護老人ホーム八色園 1階 会議室 費 無料 申 特別養護老人ホーム八色園(担当…小倉・酒井) 9月30日(水) 定 先着20人 問 特別養護老人ホーム八色園 7・3811

屋外広告物適正化旬間

9月1日(火)～10日(木)は、屋外広告物適正化旬間です。県では、屋外広告物条例を定め、良好な景観形成や公衆に対する危害防止を目的として、屋外広告物について規制を行っています。美しい景観維持のために、屋外広告物条例を守りましょう。

問 新潟県 都市政策課

5426 025・280・

アイヌの人々のための電話相談

さまざまな悩みを受付するフリーダイヤルを開設しています。日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。ご希望により、アイヌの相談員が応じます。

※この事業は、(公財)人権教育啓発推進センターが、厚生労働省生活相談充実事業により実施するものです。

受付 月曜日～金曜日 ※祝日、年末年始を除く 午前9時～午後5時

問 公益財団法人 人権教育啓発推進センター

0120・771・208

だれでもディスコin南魚沼

日曜のお昼に健康ディスコイベントを開催します。誰もが聞いたことのある懐かしい音楽に合わせて体を動かしてみませんか? DJが選んだディスコミュージックに合わせてインストラクターが簡単なステップをレッスンします。ご自身のペースで無理なく楽しく体を動かせます。初めての人、ご家族、シニア世代、音楽好きな人、どなたでもお気軽にご参加ください。

目 9月27日(日) 午後1時～3時ごろ 会 ふれ愛支援センター

多目的ホール 費 500円(当日会場で支払い) 持室内シューズ、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください

申 電話またはQRからお申し込みください。 問 Disco Night 南魚沼(千原)

773・5400

詳しくは



長寿動物飼育功労者の表彰

南魚沼動物愛護協会では、長

寿動物とその飼い主の人に表彰を行っています。表彰をご希望される人は南魚沼動物愛護協会事務局までご連絡ください。

表彰対象 犬は15才以上、大型犬は11才以上、猫は13才以上。南魚沼動物愛護協会に入会することが条件。

また、犬の場合は令和8年度狂犬病予防注射を実施済みまたは注射猶予証明を受けていること。

申 南魚沼動物愛護協会事務局(住所…〒949-6680 六日町620-12)

16680 六日町620-12) 025・280・

ngt11630@pref.niigata.jp(件名に「動物表彰」とご記載ください) 9月8日(火) 問 南魚沼保健所生活衛生課 0772・8143

「いきいきクラブ・チャレンジ宣言」参加者募集

高齢者が自ら交通事故防止に取り組む宣言をした日から12月31日までの無事故無違反を目指します。応募者の中から、抽選で75人に総額30万円相当の賞品が当たります。

期 応募した日から12月31日(木)まで 対 県内在住の65歳以上の人 費 無料 11月30日(月)

雪国観光圏シンポジウム「世界から見た雪国文化の価値とは」

インバウンドを切り口として雪国文化の価値を再発見するシンポジウムを開催します。

内 講演 「外国人ガイドの視点から考える雪国文化」

ディスカッション「雪国文化でどう付加価値を上げていくのか」 講 イザベラ・マリア・ガラオン氏/佐藤雅一氏(津南町教育委員会文化財保護統括監)/フジノケン氏(㈱N37代表取締役)/井口智裕氏(雪国観光圏代表理事)

日 9月20日(日) 午後1時30分～4時30分 会 南魚沼地域振興局1階 講 堂 費 無料

9月17日(木) 問 南魚沼地域振興局 0772・2793

詳しくは



特別養護老人ホーム八色園 職員募集(令和9年4月採用)

職種 介護職員 募集人数 2人 受験資格 ①高校卒業以上の学歴を有し、福祉・介護に高い関心を持ち、昭和56年4月2日以降に生まれた人

②普通自動車運転免許(取得見込み含む)がある人 ③地方公務員としての欠格条項に該当しない人(身分は地方公務員になります) **1次試験** 10月30日(金) **会**特別養護老人ホーム八色園1階会議室 **試験科目** 1次試験 筆記試験・作文 ※2次試験は、1次試験合格者に対し、面接を実施(11月下旬予定) **申込受付** 9月7日(月)～10月9日(金) ※詳しくはQRをご確認ください

詳しくは



魚沼テクノスクール 受講生・入校生募集

事務会計科 **対**パソコン及び簿記や電子会計の知識、技能を習得し、就職を希望する人

期 10月22日(木)～3月19日(金) **時** 午前9時30分～午後4時(土・日曜日、祝日を除く) **会**十日町パソコンカレッジ「十日町市」 **定** 15人 **費** 無料(テキスト代や受験料などの自己負担あり) **申** ハローワーク南魚沼 **期** 9月29日(火) **建築デザイン施工科(推薦選考)** **対** 高等学校を卒業見込みの人 **期** 令和9年4月6日(火)～令和11年3月(2年間) **時** 平日 午前8時35分～午後3時50分 **会** 県立魚沼テクノスクール「魚沼市」 **定** 15人 **費** 月9,900円(入校料テキスト代や受験料などの自己負担あり) **申** ハローワーク南魚沼 **期** 9月25日(金)

デジタル人材リスキング支援事業(ITスキルアップコース) **対** 仕事のデジタル化に必要なスキルを身につけたい人、県内で働いている人、求職者 **期** 開始日から1か月(32時間程度) **会** 自宅や職場



410

問・申 新潟県立魚沼テクノスクール **期** 2025・794・2

詳しくは



のパソコンから受講可能 **費** 各コース2,900円 **期** 令和9年1月13日(水)

詳しくは



魚沼サンティックスクール受講生募集

問・申 魚沼サンティックスクール

☎772・4554 F778・1158

パソコン体験コース

コース名	実施期間	時間
エクセル体験コース	10/24	9:00～11:50

訓練コース(南魚沼市中小企業研修受講料補助金対象)

コース名	実施期間	時間
新入&若手社員フォローアップ研修	10/5、6(2日間)	9:00～16:50
2級土木施工管理技士受験(二次)	10/2～10/23(全7回)	
ワード中高年(初心者向け)	10/6～11/6(全9回)	18:30～21:20
第一種電気工事士実技(下期)	10/26～11/20(全12回)	

セミナーコース

コース名	実施期間	時間
ビジネスマナー研修	10/20	9:00～15:50

技能講習・特別教育・安全衛生教育

コース名	実施期間	問合せ・申込先
締固めローラー特別教育	10/8、9	キャタピラー教習所株式会社 新潟教習センター ☎025・232・7611 F025・232・7612
アーク溶接作業従事者特別教育	10/21～10/23	
工作物石綿事前調査者講習	10/1、2	
保護具着用管理責任者教育	10/13	株式会社東新重工 亀田講習センター ☎025・381・7726 F025・381・7714
熱中症予防労働衛生教育(管理者向け)	10/14	
フォークリフト運転技能講習	10/15、16	

※事前申し込みが必要。申込者少数の時は、開講できない場合あり

詳しくは



「聖地」の覚悟

令和8年8月8日、市は「お米の聖地 南魚沼」を宣言しました。聖地？なぜ？大人はもちろん、当地の子どもたちでさえ「日本一」と自慢するブランド米『魚沼コシヒカリ』の主要産地ですが、「お米全ての聖地というには…」と思う方もおられるかもしれません。しかし、この宣言は誇らしげな浮ついたものではなく、覚悟を示すためだと思っています。ブランドの誇りとさらなる価値の向上をめざし、世界に冠たる「瑞穂の国」の代表という気概で。

私たちは一朝一夕ではない苦闘の歴史の上に今の地位を得ました。かつて「鳥マタギ米」と酷評された県産米から大逆転に転じた「農林1号」の系統から、のちにコシヒカリと呼ばれる「越南17号」が生まれて70年。ドキュメンタリー番組の『プロジェクトX』でも語られた雪国の地でこの新品種に一縷の望みをかけた先達、栽培の困難さを補う技術の確立。待望だった「自主流通米」制度となってもなお一律だった県産米の

買取価格から、魚沼コシの単独上場への運動を唱えた「コシヒカリ共和国」の若者たち。多くのスキー客が口にして評価を高めた民宿の努力。なぜこのタイミングなのか？と思う方も。「令和の米騒動」によって米価は乱高下し、卸業者や関係者、特に生産農家が翻弄されています。何ということか。そんな今こそ、矜持を失わず米作りの歴史や文化を守り、未来へ引き継いでいくことで一矢報いたい。世界有数の豪雪地で、雪や自然と共生してきた南魚沼の価値。日本を代表する箱庭のような美しい四季の郷。ここから世界に発信できるものの究極は、雪と米ではないか、と思うのです。

ふるさと納税の米分野では、全国で最も高い支持を得ているのは確実。多くの民間企業が私たちとの連携関係を築き始めてくれています。好機は今。大規模改修が始まる「道の駅」も雪と米を大きなテーマに掲げ、地域の未来を示したい。覚悟を持って挑む、これが「宣言」の理由です。

健康ひろば



【問合せ】健康推進課 ☎773・6811

講演会のお知らせ

… 知らないと怖いCKD(慢性腎臓病) …
～基礎知識、予防のポイント～

慢性腎臓病は長い年月をかけて腎機能が低下していく病気で、生活習慣とも深く関係しています。初期には自覚症状が全くないことがほとんどで、症状が進むと人工透析や腎移植が必要となります。

腎臓専門医から慢性腎臓病の基礎知識や予防についての話を聞く貴重な機会です。ご自身やご家族の大切な腎臓を守るために一緒に話を聞きませんか。

日時 10月1日(木) 19:00～20:10

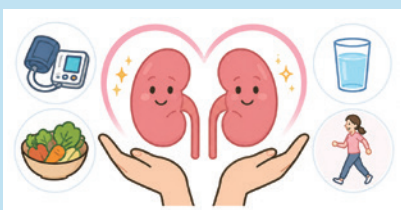
会場 市役所本庁舎2階 大会議室

講師 大和地域包括医療センター
センター長 田部井 薫先生

申込先 健康推進課 ☎773・6811

申込締切

9月25日(金)



… 救急医療 ～夜間などに困ったときは～ …

電話相談

時 月～土曜 18:00～翌日8:00

日曜・祝日 20:00～翌日8:00

・新潟県救急医療電話相談

対 15歳以上

☎025・284・7119(#7119でも可)

・新潟県小児救急医療電話相談

対 15歳未満

☎025・288・2525(#8000でも可)

LINEで相談「AI救急相談アプリ」

救急医療の相談や緊急度の判定ができます。

全国版救急受診アプリ「Q助(きゅーすけ)」

緊急度判定を支援し、利用できる医療機関や受診手段の情報を提供します。事前にアプリをダウンロードして、いざというときに備えましょう。

休日・夜間救急 連絡先

・南魚沼市民病院 ☎788・1222

・魚沼基幹病院 ☎777・3200

・齋藤記念病院(脳神経外科救急) ☎773・5111

AI 救急相談
アプリ総務省消防庁
ウェブサイト

市ウェブサイト

詳しくは

地域おこし協力隊日記

【問合せ】U&Iときめき課 ふるさと創り班 ☎773・6659



イベント詳細は
こちらから

世界が注目するイベントを南魚沼市で開催します

昨年に引き続き、9月27日(日)に八海山麓サイクリングターミナルにて、多彩なアウトドア体験と地域交流が楽しめる特別なイベント「八海山麓アウトドアフェスティバル2026」を開催します。

今回のイベント企画の目玉は、今年の2月に行われたFIS Freeride World Championshipsに出場した選手たちを招待し、大会の様子や日頃の活動内容などを伝えてもらうトークショーです。その他にも、マウンテンバイク体験会や外遊び企画、アウトドアショップの出店など、イベントが盛りだくさんです。

そして、世界中が注目する山岳コミュニティの主要イベントでもある「Banff Mountain Film Festival in JAPAN 2026 新潟県南魚沼」を同時開催できることとなりました。野外特設会場にて、400インチの特大スクリーンで世界各地のアドベンチャーを追体験したり、ノンフィクションドキュメンタリーに感動したりと、充実した時間を過ごしていただけます。

本イベントをきっかけに、地域内外の人々が南魚沼の自然を楽しみ、地域に関わるきっかけを作ることを目指しています。

※チケット販売などイベントの詳細はQRからご覧ください



国際大学
留学生

お国自慢コーナー ～ Beauty of my country ～

バングラデシュ / ヌスラット・ワラ さん

シリーズ
第161回

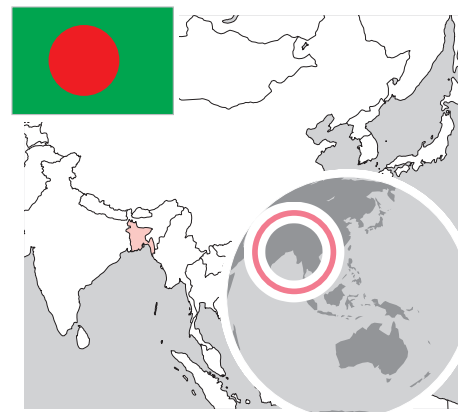


私の国はこんなところ

「Made in Bangladesh」のタグを、大手スポーツメーカーやアパレルメーカーの衣料品で見かけたことがある人もいませんか。バングラデシュは世界第2位の衣料品輸出国で、この産業は経済を支えるだけでなく、多くの女性が活躍する場にもなっています。一方で、ユネスコ無形文化遺産に登録されている伝統織物「ジャムダニ」をはじめ、シルクなど美しい手織りの織物文化も受け継がれています。結婚式やお祝いでは、今も多くの女性がこれらの伝統衣装を身にまとっています。

IUJで学んでいること

来日前は、バングラデシュの電力会社で電気技術者として勤務していました。現在はIUJのMBAプログラムで、電力市場の仕組みや持続可能なエネルギー政策について研究しています。修了後は、学んだ知識を生かして母国のエネルギー転換に貢献したいと考えています。南魚沼では、美しい自然や穏やかな環境、地域のみなさんの温かさに魅力を感じています。特に、おいしい南魚沼産コシヒカリは私のお気に入りです。



南魚沼市の
SNSなど



市ウェブサイト



公式 Facebook



防災 LINE



防災メール



7月14日,15日,16日



塩沢まつり (住吉神社例大祭)

樽みこし、踊り屋台、神楽、大花火大会、御神輿渡御などが行われ、会場には多くの人が訪れました。



7月17日,18日,19日

南魚沼市兼続公まつり

みこし、太鼓演奏、神楽、お六流し、大煙火大会などが行われ、お祭りムードの会場に大人も子どもも楽しんでいる様子でした。



7月21日



健康増進に関する連携協定締結式

南魚沼市 × 株式会社バイタルネット

株式会社バイタルネットと 「健康増進に関する連携協定」締結

「みなみうおぬま元気・健康プラン」の基本目標の達成、災害発生時に医薬品等を安定供給するため、連携して取り組みます。

7月25日



おおまき交流館オープニングセレモニー

大巻地区センターとして移転新築された、おおまき交流館のオープニングセレモニーを行いました。施設には主に県産材と一部南魚沼産の木材を使用しているほか、雪室を活用した雪冷房を設けています。開発センターとしての役割に加え、さまざまな活用が期待されます。

Photo Report Part2
みなみうおぬま フォトレポート



ヤンマーマルシェ株式会社と
包括連携協定締結

地域産業の振興、関係人口の創出と両者のブランド価値の向上などに取り組みます。



日本生命保険相互会社長岡支部と
「連携に関する協定」締結

日本生命保険相互会社様のネットワークを活用し、がん予防の啓発や市民の健康増進に取り組みます。



FC大和ジュニオルスが市長を表敬訪問

FC大和ジュニオルスがサッカー北関東大会へ、同チーム6人が参加するエル・オウロUKがフットサル全国大会へ出場することを林市長に報告しました。



株式会社ABC cooking studioと
包括連携協定締結

双方のブランド力と資源を最大限に活用し、多様な価値を創出するため、連携して各種事業に取り組みます。

空いた時間に、地域の仕事をお手伝い。



南魚沼市公式単発求人サイト



こめつぐ君

南魚沼マッチボックス



市民の動き 令和8年7月末日現在()は対前月比

■人 口：50,765人(-5)

男：24,924人(+4) 女：25,841人(-9)

■世帯数：20,250戸(+40)

今月の表紙

7月25日(土曜日)、第22回南魚沼市ナイトウォーク in 塩沢を開催しました。市民会館をスタートして、魚野川沿いや田んぼ沿いを通して牧之通りを巡り、市民会館をゴールとする約10キロメートルのコースを歩きました。家族連れや友達同士での参加が多く、歩きながら会話や景色を楽しんでいました。