

新潟県津南町

広報 **おん**

土器研燃中

2015 No.652

**10.20**

tsunan.town

# つなんじかん



## ならせ！合格の鐘

9月21日に総合センターを会場に行われた津南町敬老式

今年はちょうど1年前に行われたNHKのど自慢十日町大会で  
700組を超える応募の中から見事20組の本選に出場した  
津南・十日町のゆかりある3人が唄いにきてくれました

町からの呼びかけに集まった3人は  
式後のアトラクションとしてこの日だけの特別版を編成  
本家ののど自慢に負けにくいぐらいの演出やプロ顔負けの歌唱力に  
会場に集まった500人余りの大観衆は  
大いに盛り上がっていました



### 小宮山 英樹さん

十日町市出身  
十日町大会チャンピオン。  
その後チャンピオン大会2015に出場  
披露曲：望郷じょんから / 細川たかし  
さざんかの宿 / 大川栄策



### 上村 一秀さん

津南町赤沢出身  
出場してから津南まつりなど露店出店時に  
声をかけてもらうことが多くなったとか  
披露曲：君がいるだけで / 米米 CLUB  
与作 / 北島三郎



### 貝沢 明日香さん

津南町鹿渡出身  
現在は上越市の病院にて看護師として働く  
歌で患者さんに笑顔をあたえます  
披露曲：何度でも / Dreams Come True  
川の流れるように / 美空ひばり

# 広報つなん

vol.652 10月20日号

もくじ -contents-

## 土器を使った鍋づくり

9月26日になじよもんで行われた- 焰祭り (ほむらまつり) - は太古から人びとが安堵と畏敬の念をもって接してきた「火」というものを題材に、土器を鍋にした振る舞いや縄文の暮らしを唄った歌など、縄文文化を体感できる催しとなりました。

奇しくも10月2日には2020年東京オリンピック・パラリンピックにおける聖火台をはじめとした火焰型土器の活用について、信濃川沿線の市町村で作る信濃川火焰街道連携協議会が遠藤五輪担当大臣に要望活動を行い、さらに日本遺産の認定も目指しています。

火に照らされた土器は神々しくもありました。世界に向けて、縄文文化の発信ができるといいですね。



## features

### 04 特集 平成26年度 実りの秋の決算報告

## regulars

- 10 ライブラリーコーナー・ペンリレー
- 11 つなんの文芸
- 12 つなんまちかどスケッチ
- 13 つなGO！プロジェクト・地域おこし協力隊
- 14 見て・知って・得をする かわらばん
- 17 病院歳時記・年金コーナー・100日運動・議会コーナー
- 18 こんにちは包括支援センターです
- 19 健康づくりア・ラ・カルト
- 20 いきいき大好き津南町
- 21 Tapでいこう！・津南石造物散歩
- 22 農業委員会の窓
- 23 あどあど通信・ジオサイトを探検し隊！
- 24 なじよもん通信・戸籍の窓・広報編集室・津南町の人口

町では津南音声訳の会さんに広報つなんの音声訳を委託しています。  
お聞きになりたいかたはホームページをご覧ください。詳しくは総務課  
(Tel 765-3112) までお問い合わせください。

# 平成26年度 津南町

実りの秋の

# 決算報告

平成27年9月に開催された町議会定例会で、平成26年度一般会計、特別会計の決算が認定されました。決算は、一年間にどれだけの収入があり、どのように使われたのかを分類集計したものです。皆様が納めた税金や地方交付税、国県支出金などの使いみちと、町の財政状況をお知らせします。

## 一般会計

### 一般会計の決算状況

平成26年度の一般会計決算額は、歳入が71億4,914万円、歳出が68億1,595万円、歳入が歳出を上回り、488万円の増となり、差引3億3,426万円を平成27年度に繰り越しました。

長引く経済不況等により町税は減少傾向でしたが、消費税増税の影響もあり、町税全体では前年度比0.2%の増となりました。

### 歳入の増減要因

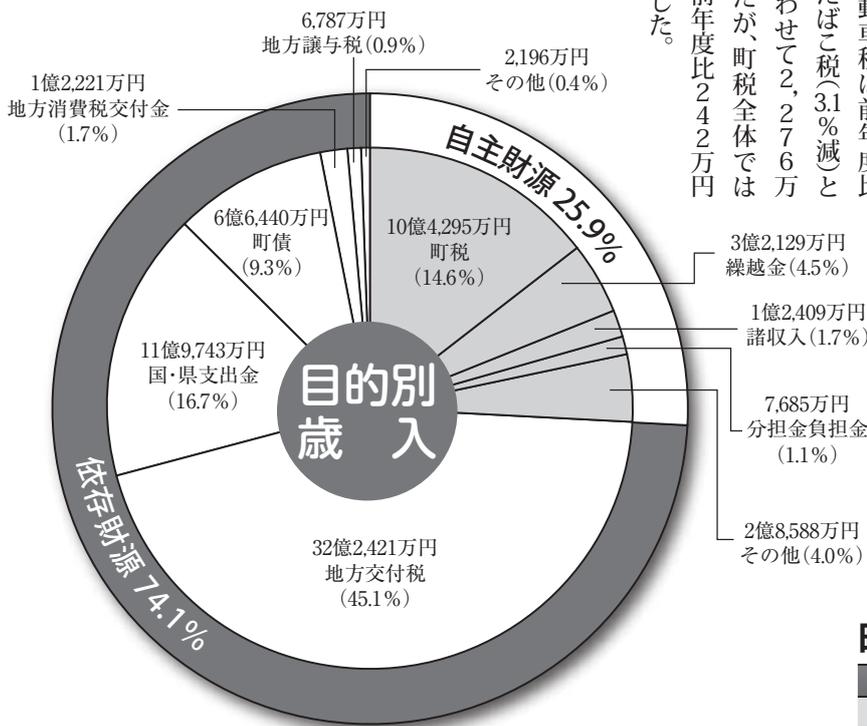
本町の自主的な収入である自主財源は18億5,106万円、前年度比8,687万円の増(49%増)となりました。

町税のうち個人町民税は、3億931万円、法人町民税は、5,763万円、前年度比207万円の増(3.7%増)となりました。

固定資産税は設備投資増加と新築家屋の増により、前年度比168万円の増(0.3%増)となり、軽自動車税は前年度比4万円の増(0.1%増)、たばこ税(3.1%減)と入湯税(3.4%減)は合わせて2,276万円の減額となりましたが、町税全体では10億4,295万円、前年度比242万円の増(0.2%増)となりました。

### ▼歳入合計

# 71億4,914万円



### 町税の内訳

項目	金額 (万円)	構成比 (%)
固定資産税	5億7,401	55.0%
町民税(個)	3億931	29.7%
町民税(法)	5,762	5.5%
町たばこ税	6,228	6.0%
軽自動車税	3,175	3.0%
入湯税	798	0.8%

### POINT ここがポイント

- ①個人・法人住民税、固定資産税の税収増加
- ②津南中学校体育館の耐震補強工事終了により教育費が大幅に減少
- ③旧上郷中学校の耐震・改修工事により総務費が増加

### 性質別歳出

		前年度比
人件費	9億3,632万円	4.5%
物件費	9億4,883万円	10.3%
維持補修費	2億4,142万円	14.5%
扶助費	5億7,068万円	7.1%
補助費等	14億1,208万円	-1.6%
公債費	5億1,224万円	1.3%
積立金	466万円	-95.2%
投資及び出資金・貸付金	1億574万円	22.1%
繰出金	10億6,588万円	4.7%
普通建設事業費	9億1,980万円	-18.2%
災害復旧事業費	9,723万円	-84.2%
合計	68億1,488万円	-2.8%

### 歳出の増減要因

歳出を目的別に見てみると、児童や高齢者など福祉関係経費である民生費の割合が最も高くなっています。

土木費では、道路改良工事、町営住宅建設工事などにより前年比1,718万円の増(1.9%増)となりました。

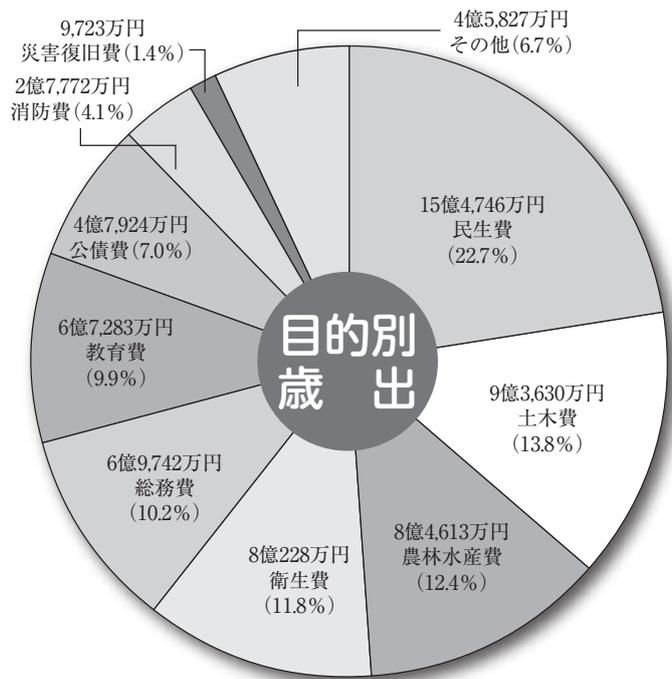
農林水産業費では、小水力発電施設整備などで前年比4,099万円の増(5.1%増)となりました。

総務費では、旧上郷中学校の耐震・改修工事等により前年比8,297万円の増(13.5%増)となりました。

教育費は前年度に津南中体育館耐震補強工事が終了したことにより1億2,292万円の減(15.4%減)となりました。

### ▼歳出合計

# 68億 1,488万円



歳出を性質別に見てみると、津南病院への補助金や十日町地域広域事務組合・津南地域衛生施設組合などへの負担金である補助費の割合が最も高くなっていますが、14億1,208万円で前年より2,225万円の減(1.6%減)となっています。

2番目が国民健康保険や下水道事業などの特別会計に、一般会計から支出する繰出金の10億6,588万円で、前年より4,746万円の増(4.7%増)となっています。

3番目に多かったのが業務委託料や光熱水費、燃料費、修繕費などの物件費で9億4,883万円、前年より8,

871万円の増(10.3%増)となっています。

職員の給与・手当・福利厚生費などの人件費は9億3,632万円で、前年より4,035万円の増(4.5%増)となっています。

また、道路工事や公営住宅建設、学校改修、土地の購入などの普通建設事業費は9億1,980万円で、前年より2億529万円の減(18.2%減)でした。

### 特別会計

#### 特別会計の状況

特別会計は、それぞれの会計で独立採算が原則です。

必要な財源は、保険料や使用料などの歳入で確保しなければなりません。厳しい財政状況にあっても、基本的なサービス水準を維持するために、一般会計から財源を繰り出していきます。

簡易水道、下水道、農業集落排水の特別会計には主に交付税措置された起債償還分(借金の返済分)を繰り出していきます。毎年の建設事業の量により大きく増減する会計です。

また、国民健康保険、後期高齢者医療介護保険の特別会計と病院事業会計は、法律や制度改正の影響を大きく受ける会計です。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険	12億2,850万円	11億471万円
後期高齢者医療	1億1,672万円	1億1,371万円
介護保険	16億8,071万円	16億4,785万円
簡易水道	1億3,964万円	1億1,736万円
下水道事業	3億9,124万円	3億7,569万円
農業集落排水事業	2億9,763万円	2億8,657万円
津南病院事業	17億6,769万円	17億6,116万円
合計	56億2,213万円	54億705万円

## 財政状況

国・地方とも厳しい財政状況が続いていますが、財政悪化を可能な限り早く把握し、財政改善に着手させるなどを目的として、平成19年にその法律で自治体財政健全化法が施行されました。早期健全化基準と財政再生基準が定義され、2つの基準との比較で、自治体の財政状況をチェックします。

早期健全化基準を超えると財政健全化計画、財政再生基準を超えると財政再生計画の策定をしなければならず、さまざまな強制力や総務大臣の関与が法定されています。

### 実質赤字比率

15%以上だと



平成24年度	平成25年度	平成26年度
赤字なし	赤字なし	赤字なし

8年連続黒字です

実質赤字比率とは、一般会計の歳入（収入）から歳出（支出）を差し引いた額の標準財政規模に対する割合です。

つまり、黒字か赤字かを判断する指標です。

本町は黒字のため指標は「なし」となっています。

### 連結実質赤字比率

20%以上だと



平成24年度	平成25年度	平成26年度
赤字なし	赤字なし	赤字なし

全会計を合わせても黒字です

連結実質赤字比率は、全会計の歳入（収入）から歳出（支出）を差し引いた額の標準財政規模に対する割合です。

本町は連結して全会計の合計も黒字となっているため、指標は「なし」となっています。

## 実質公債費比率

25%以上だと



平成24年度	平成25年度	平成26年度
10.1%	9.8%	9.5%

公債費とは、町債（借金）の元利償還金であり、一般会計のほか簡易水道・下水道・農業集落排水の特別会計、病院会計にもあります。

また、消防（十日町地域広域事務組合）や清掃（津南地域衛生施設組合）など一部事務組合の会計でも元利償還金があり、町が相対分の負担金を支出しています。これらを実質的に公債費ととらえ、標準財政規模に対する割合を指標としています。

町債の元利償還金にはその種類により交付税措置があるため、実質の公債費と標準財政規模から交付税措置相当分を差し引いて計算します。本町は「9.5%」であり、平成26年度決算では県内市町村のうち6番目に低い値となっており、低位にあります。

## 将来負担比率

350%以上だと



平成24年度	平成25年度	平成26年度
83.5%	65.0%	78.0%

将来負担比率とは、背負っている借金等将来負担の標準財政規模に対する割合を指標としています。背負っている将来負担には、町債現在高（一般会計の現在高のほか、一部事務組合の借金のうち津南町の持分の現在高を含む）や将来の支出が決まっている経費（分割で支払うニュー・グリーンピア津南の土地・建物購入など）、町職員がいつせいに退職したと仮定した場合の退職金（退職手当引当金相当額）などを合計します。

この合計額から、貯金である基金現在高や町債現在高に係る交付税措置予定額などを差し引いて、実質的な将来負担を算出します。本町は「78.0%」となり、県内市町村でも低位にあります。早期健全化基準からみても低位にあり、健全な水準であると考えられます。

## 資金不足比率

資金不足比率なし

実質赤字比率・連結実質赤字比率・実質公債費比率・将来負担比率の4つの指標を「健全化判断比率」と呼びます。

自治体財政健全化法では、これら健全化判断比率とは別に公営企業の経営健全化について定めています。

公営企業とは、本町の会計では「簡易水道」「下水道」「農業集落排水」の特別会計と「病院会計」の4つの会計が対象になります。

連結実質赤字比率では全会計を合計しましたが、資金不足比率は公営企業ごとの資金不足額（赤字額）の事業規模に占める割合を算出します。

「簡易水道」「下水道」「農業集落排水」の特別会計は黒字のため、資金不足比率は「なし」となりました。

「病院会計」は、町から運営費を4億1,453万円補助することにより余剰額が出ています。したがって平成26年度も資金不足比率は「なし」となっています。

町民一人当たり

■ 町民一人当たりに使われたお金は

※平成27年3月31日現在の  
人口10,389人で換算

**65万5,971円**

項目別一人当たり金額

総務費		広報・財産管理・他一般事務などに	4億2,133万円	40,555円
		広域連携・交流・地域づくりなどに	1億5,478万円	14,898円
		税金の賦課徴収に	5,201万円	5,006円
		戸籍住民基本台帳管理に	3,911万円	3,764円
		選挙・統計・監査に	3,019万円	2,906円
民生費		障害者等の社会福祉に	4億8,578万円	46,759円
		保育所運営等のこどもの福祉に	5億3,836万円	51,820円
		お年寄りの福祉に	5億2,332万円	50,372円
衛生費		健康づくり・検診・環境衛生などに	2億2,964万円	22,104円
		ごみ・し尿の処理に	1億1,667万円	11,230円
		簡易水道施設費の償還などに	1,667万円	1,615円
		津南病院の整備などに	4億3,919万円	42,275円
農林水産業費		農業委員会・農業振興などに 林業振興・林道整備などに	7億9,792万円 4,821万円	76,804円 4,640円
商工費		商工の振興に	1億3,849万円	13,331円
		観光の振興に	1億246万円	9,862円
土木費		道路橋梁の整備・維持管理に	2億4,106万円	23,203円
		道路除雪に	2億1,237万円	20,442円
		河川の管理に	81万円	78円
		下水道整備に	2億5,340万円	24,391円
		町営住宅の建設・管理に	2億2,866万円	22,010円
教育費		教育委員会事務・教員住宅管理などに	8,736万円	8,409円
		小学校教育に	1億8,776万円	18,073円
		中学校教育に	8,443万円	8,127円
		生涯学習・公民館活動・文化財などに	2億4,881万円	23,949円
		スポーツの振興に	6,448万円	6,206円
公債費		町の借入金(町債)の償還に	4億7,294万円	46,130円
消防費		広域消防・防災・災害対策に	2億7,772万円	26,732円
議会費		議会活動に	9,346万円	8,996円
災害復旧費		災害の復旧に	9,723万円	9,359円
労働費		勤労者の福利・雇用創出に	1億2,386万円	11,922円

## 財産の状況

町の財産には役場庁舎や学校・保育園など土地・建物の不動産のほか、山林の立木・町内6箇所の温泉権、株券などの有価証券や貸付金・出資金などによる権利、貯金である基金、車両や事務機器などの備品があります。

平成26年度は事業費の増により1億9,353万円基金を取り崩しました。土地では見玉公園敷地の取得があり、面積が増加しています。

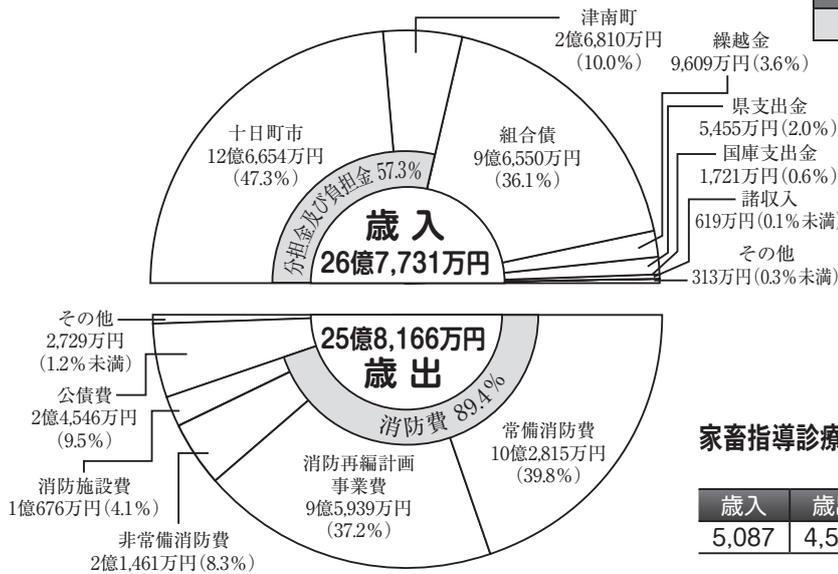
## 町債の状況

町債とは、町が事業を行うときに、歳入不足を補うため借入れる長期間の借金です。町債の元利償還金は、災害復旧のための借金が95%、過疎対策のための借金が70%、下水道整備のための借金が50%などと種類により率は異なりますが、後年度に地方交付税として措置されます。町の全会計の年度末町債残高は124億4,624万円、町民一人当たりに換算すると約120万円になります。

会計別	現在高	対前年度比
一般会計	55億8,392万円	4.6%
簡易水道特別会計	5億108万円	-2.8%
下水道事業特別会計	36億2,517万円	-4.9%
農業集落排水事業特別会計	26億3,401万円	-5.6%
津南病院事業会計	1億206万円	-8.0%
合計	124億4,624万円	-1.0%

区分	現在高	対前年度比	
土地	4,951,978㎡	0.1%	
建物	126,800㎡	0.2%	
山林	面積	2,041,755㎡	0.0%
	立木	16,396㎡	0.0%
物権(温泉権)	6件	0.0%	
有価証券	9,285万円	3.3%	
貸付金	3億3,997万円	3.2%	
出資による権利	1億8,832万円	0.1%	
基金	山林面積	702,137㎡	0.0%
	山林立木	26,410㎡	0.0%
	預金	23億4,922万円	-7.6%
備品	車輛・事務機器等	—	

## 一般会計



## 家畜指導診療所特別会計

(単位:万円)

歳入	歳出	繰越金
5,087	4,506	581

## 消防業務など

十日町地域広域事務組合  
十日町地域広域事務組合は、十日町市、津南町が資金を出し合って消防や家畜指導診療所などの運営を行っている一部事務組合です。消防団の費用もこちらから支出しています。



平成27年度 津南町消防演習

### [年間利用実績]

斎場 267件(内:津南町166件)前年度比11.3%減  
 ※火葬1件当たりの経費:68,607円(公債費等を除く)

ゴミ処理 ゴミ搬入量:7,241トン(内:津南町3,993トン)前年度比1.8%減

燃えるごみ	5,840トン	埋立ごみ	140トン
資源ごみ	175トン	古紙	762トン
空びん	178トン	ペットボトル	50トン
空缶	96トン	白色トレイ	

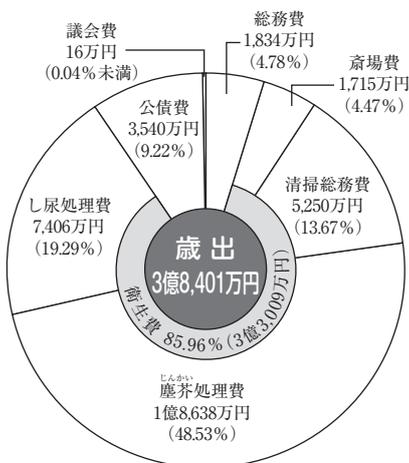
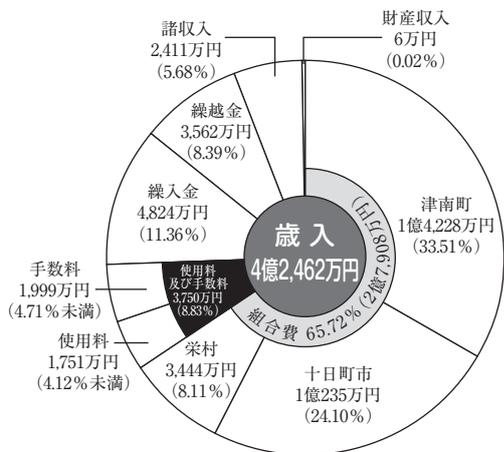
※ゴミ1トン当たりの処理経費:22,608円(公債費等を除く)

し尿処理 総搬入量:3,090kℓ(内:津南町1,535kℓ)前年度比8.4%減  
 ※1kℓ当たりの経費:11,984円(公債費等を除く)

津南町・十日町市(旧中里村・旧松之山町の区域)・栄村の3市町村で構成し、火葬・ごみ・し尿等の共同処理を行っている「津南地域衛生施設組合」の平成26年度の一般会計決算について、その概要をお知らせします。

津南地域衛生施設組合

ごみ、し尿処理など



## ごみの『野焼き』、『不法投棄』は禁止されています！

廃棄物の処理及び清掃に関する法律で、不法投棄はもちろんのことごみの野焼きも原則禁止されています。家庭から出たごみは分別し、決められた収集日に出すか、直接ごみ処理場に持ち込んでください。

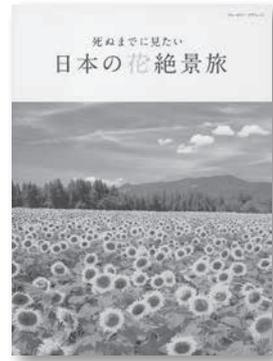
## ごみの『野焼き』、『不法投棄』には以下の罰則があります！

違反すると、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金が科せられます。

## もみ殻の焼却について…

秋の収穫も終わりに近づき、屋外での焼却が目につくようになりました。田んぼにすき込むなどして燃やさないようにしましょう。炭にして利用するなど農業を営むためにやむを得ないものとして行われる焼却を除いては、違法行為となります。やむを得ず焼却する場合でも煙によって周りに迷惑のかからないよう、十分な注意が必要です。





### 『死ぬまでに見たい日本の花絶景旅』

村田博之／監修 実業之日本社  
「日本に生まれてよかった」と心から思える花の名所を紹介。  
津南町のひまわり畑が表紙です！

肌寒くなり、木々が色付き始め、どこを見渡しても美しい季節となりました。津南の夏は短いですが、短いからこそ生命力溢れたひまわりが一面に咲き誇る「津南のひまわり畑」はとても美しく感じられるのではないのでしょうか。

今月紹介する1冊は「死ぬまでに一度は見たい」と誰もが思う花の絶景を日本全国60カ所から集めたものです。表紙をご覧ください。どこかで見覚えがありませんか？新潟県からは、唯一「津南のひまわり畑」が選ばれているのです。

また、この写真集は見た人が「日本に生まれてよかった」と思える花の名所を集めているそうです。そんなコンセプトの中、ひまわり畑が表紙になっていると、「津南町に生まれてよかった」と少し誇らしく思い

### 9月の新着図書

#### 【大人の本】

- 大人気シリーズ『正義のセ』第4弾  
『負けるもんか 正義のセ』  
阿川佐和子／著 KADOKAWA
- 総ページ数500超えのサスペンス大作  
『東京零年』  
赤川次郎／著 集英社
- 津南町の記述もあり  
『山の神とヲコゼ』  
山村民族の会／編 エンタプライズ



#### 【子どもの本】

- 「図鑑」という名前の童話  
『のりものおばけずかん』  
斉藤洋／作 講談社
- 金魚が家の水槽に入るまでの旅を描く  
『きんぎょのきんちゃん』  
笠野裕一／さく 福音館書店
- 何がプールに沈んでいるかな？  
『はかせのふしぎなプール』  
中村至男／さく 福音館書店



その他、寄贈本含め67冊が新着となっております。

ませんか。今年見逃してしまっただけは、来年はぜひ、ひまわり畑に足を運んでみてください。

### 第69回読書週間

10月27日から11月9日までの2週間は第69回読書週間です。今年の標語は「いつだって、読書日和」です。

現在、読書週間に合わせ新潟県立図書館から、『インドアセット100冊』と『児童書受賞セット100冊』の計200冊を12月10日まで借りています。個人貸出もでき

ますので、ぜひ図書室へお立ち寄りください。  
この読書の秋に、素敵な本との出会いがありますように。



### 《休館日》

10月26日(月)・11月30日(月)

私は今回「命の授業」という本を紹介いたします。この物語は一人の男性が大怪我をし、周りの人々の力を借りながら、驚異の回復をみせ社会復帰をするお話です。

私がこの本を読んで感じたことは「生きるということとは素晴らしい」ということです。人生には辛いことや苦しいことがたくさんあると思いますが、でもその分、嬉しいことや楽しいことが待っていると私は思います。著者の方も最初は首の骨を折り、下半身が全く動かなくなるといっ苦しい経験をしました。周りの人の



## Pen Relay

生きるということは素晴らしい

—— 小林 篤司さんから

紹介する本

### 命の授業

著／腰塚勇人 出版社／ダイヤモンド社

こぼやし 優梨さん(足滝)

短歌

砂丘

畦畔に茂る雑草憎し

草刈り機械フル回転する

紅葉の未だ残れる麓より

見上げる柱状節理聳ゆる

博多人形の親子は両耳押さえおり

われにも雷鳴聞こゆるごとく

惜しみつつ手渡す最後の花梨より

甘き香りの仄かにたてり

鳴きしきる蝉を間近に聞きながら

夕餉の菜の焼き茄子を剥く

一字ずつ白き便箋に記されし

インクの文字は声となり来る

煌めける億万の星のそのひとつ

「TUNANMACHI」とふ星のあるらし

叱られてやはらかき頬をひきつらせ

堪へる幼を母は抱きしむ

細やかな折紙細工習ひたる

完成までに気力続くや

佐久鯉の旨煮は嫁の得意にて

客喜ばす一番メニュー

三番までの長き校歌を一言も

忘れずに今も暗唱出来る

若き頃のアルバム出でて練り始む

納戸の整理中断のまま

視界より北斗七星天の川と

消ゆれどまたたくなほ満天に

段丘の朝霧晴れて山裾の

町は真下に鈍く光れり

嵐過ぎし羅白の宿の暁に

鷗の声のするどく呼べり

山本 光一

津端 恵子

貝澤 圭子

関谷 郁子

恩田 久美子

丸山 直子

小野寺 恒代

樋口 康子

内山 キク

麻績 初恵

滝沢 勝枝

風巻 京子

月岡 ヨリエ

鈴木 綾子

萩原 光之

俳句

長生学園

飛べそうで足が伸びない川の幅

年を考え遠回りする

廃校になりて四年のわが母校

生まれ変わりにて人々集い来「繩クロープ座」

個人

久方の満月空に冴え冴えと

歓声あげぬ夜の静寂に「十五夜」

岩すげ俳句会（九月）

路線バス待つ炎天の旅鞆

穂芒の光となりてほぐれけり

窓枠の蛙動かす今朝の秋

みのこづちつけて飯山線に乗る

手料理に話のはづむ盆の客

秋雨の音なき音に目覚めけり

芋の露ゆるれば銀の玉となる

斑猫にみちびかれての山路かな

のうぜんや子の抜けきれぬ頼りぐせ

何もせで居てもたちまち秋の暮

胡弓の音波の様なる風の盆

里帰り尽きぬ話や虫しぐれ

すりすり猫すり寄りて秋刀魚焼く

とぎれずと命削るや蝉しぐれ

徐脈なる吾が拍よりもやや速く

杉森の上に朝日昇り来

富沢 キミ

島田 真之

清水 貞子

れい子

酔花

壽子

房良

東川 妙

渡舟

芳司

千年雄

兎月

冬詩子

貞

守人

美恵

鈴木 綾子

助けや、待ってくれている人達のため  
に努力を続けました。そして、最  
後には大きな幸せをつかみます。著  
者の笑顔は、生きていくということ  
を全身で喜んでいくように感じます。  
当たり前のことにきちんと感謝する  
ことが大切だと思いました。

自分も過去に辛い経験をし、死に  
たいと思つたことがありました。し  
かし、この本を読みいろいろなこと  
を考え直すことができました。人生  
は楽しいことばかりではない、そん  
な中でもみんな必死に生きています。  
自分もそんな風に生きてみようと思  
いました。辛いこと、苦しいことが  
あつたから死にたいという考えを持  
つのはなく、どうやったらこの壁  
を乗り越えられるのか考えることが  
大事だと感じました。

そして、いま自分が生かされてい  
るのは周りにいる家族・友人・恋人  
のおかげだということをおぼれずに生  
きていこうと思います。何かしても  
らつた時はきちんと感謝を述べるこ  
とも忘れずにしていきたいと思いま  
す。

もし、今悩んでいる人がいたらせ  
ひこの本を読んでみて下さい。きっ  
と、生きるこの大切さを学ぶこと  
ができると思います。

次は、春日結実さんを紹介します。

NEWS  
03

## 紅葉を楽しみながら

— 10/4 第2回ネイチャーラン —



↑昇ったり降りたりを繰り返しながら、自然のなかを駆け抜けました

第2回ネイチャーランがNGP津南を会場に開かれました。7Km、21Kmのほかフルマラソンの42km、最長はなんと70kmのコース。朝の6時にNGP津南を出発し8時間あまりを参加者は自分と闘いながら走り抜きました。

— 10/12 町民歩けあるけ大会 —



昨年は大雨に見舞われましたが、今年は晴天のなか見玉公園からNGP津南へ抜ける林道10Kmあまりをハイキング。始まりだした紅葉と、稲刈り風景や、河岸段丘の眺めなどを楽しんでいました。

NEWS  
04

## 30年の歴史を胸に

— 10/11 新潟日報杯争奪津南町駅伝大会 —



↑朝からの雨も、レース開始にあわせるようにあがりました

今までの町内をめぐるコースから変更。津南小学校を起点とし、田園風景の中を周回する全長2.6kmのコースとなり4人一組で参加が可能となりました。30回の記念大会に過去最多の31チームが参加、熱戦を繰り広げました。優勝は小学生の部、大人の部ともに大割野・陣場下・芦ヶ崎の混成チームで作る「Shinano A」が優勝しました。

# つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS  
01

## 敬老の日

— 9/21 津南町敬老式 —



↑ダイヤモンド婚のお祝いを受ける山本光夫さん・ふみ子さん夫婦

会場には500名を超える65歳以上の元気なお年寄りが参加しました。今年度、津南町の100歳以上は31人、最高齢は105歳 篠原トイさん(恵福園)です。

NEWS  
02

## 交通安全表彰

— 9/24 秋の全国交通安全運動記念表彰式 —



↑功績が認められ津南町女性部が受賞

交通安全協会津南町女性部が優良団体枠で「交通安全協会関東管区警察局長・関東交通安全協力連合会長連名表彰」を受賞しました。女性部の松縄雪乃部長は「めったにいただけない賞を受賞することができた」と喜んでいました。そして、個人では交通安全協会の滝澤文雄支部長(芦ヶ崎支部)が「交通安全栄誉章緑十字銅章」を受賞しました。

## みんなで TSUNAN 編集会議

5回目となるみんな  
で編集会議のテーマは  
文章について。各自が  
取材した原稿を、トラ  
ベルライターの朝比奈  
千鶴さんに添削してい  
ただきました。個々に  
課題はあるけれど、みなさんの原稿か  
ら住民ならではの津南愛があふれてい  
て感動した、と朝比奈  
さん。

さて。テーマ出し↓  
企画出し↓写真表現↓  
ラフ制作を経て、今回  
で「みんなで編集会議」  
は完了です。世話役と  
して関わった感想とし  
ては、プロジェクトは、  
もここまでできる、と  
いうこと。そのポイ  
ントは、テーマ出し  
から取材まで順を追っ  
てワークフローを積み  
上げていくことです。  
ワークフローに沿って  
表現を考えていく過程  
で「誰に、何を、なぜ」  
伝えたいのかという本  
質が整理されます。  
文章にせよデザイン  
にせよ、ついつい「ど



つなGO!プロジェクトのフェイスブックページもあります。みんなで編集会議の様子も随時アップしていますので、いいね!をよろしくお願いします!  
<https://www.facebook.com/tsunagotsunan>

のように」に関心が向きがちですが、  
表面的な手法に関心を向ける前に、「誰  
に、何を、なぜ」という本質的な部分  
を整理することが、伝わる表現をつく  
る上でのポイントになります。みんな  
で編集会議に参加したメンバーには、  
ここで学んだことを、ぜひ日頃の情報  
発信に役立ててほしいと思います。

# 地域おこし協力隊だより

みなさんこんにちは、手島です。担当  
地域の上郷に引越してきて早3ヶ月。  
国道沿いにある住まいは走り抜ける車の  
音がけたたましいですが、ある時からそ  
の爆音をぬうように、メルヘンチックな  
音が聞こえてくるのに気づきました。

「コロンコロン」と「チリンチリン」  
がまじった、やわらかな音色。それが  
いくつも重なって聞こえてくるのです。  
そつと窓をあけてみると、そこには通学  
途中の上郷小学校の子どもの姿が。  
音の正体は、この子たちがランドセルに

つけている「熊鈴(くますず)」でした。  
山菜取りや村普請などで山に入る際、熊  
よけのためにつける鈴です。津南町では、  
子どもたちの安全のため、一人ひとつず  
つ渡されるそうです。

子どもたちを守る音。さらにこの上郷  
地区では、子どもたちと小学校が存在し  
ているよ、というしるしでもあるなあと  
思います。(熊鈴についてお話をきかせ  
てくださった上郷小学校教頭先生はじめ、  
先生方、ありがとうございました。)



暮らしの  
情報満載

# 見て・知って・得をする かわらばん

## 臨時福祉給付金を 支給します

平成26年4月から消費税率が8%へ引上げられたことに伴い、所得の低い方々への影響を緩和するため、暫定的・臨時的な措置として、今年度も引き続き臨時福祉給付金が支給されます。

### ■対象者

給付基準日（平成27年1月1日）において次の①、②に該当するかた

①津南町の住民基本台帳に登録されているかた

②平成27年度市町村民税（均等割）が課税されていないかた

※ただし、次の場合は除きます。

- ・平成27年度市町村民税（均等割）が課税されているかたの扶養親族
- ・生活保護制度の被保護者

■給付額 対象者1人につき6千円

### ■申請手続き

該当になると思われるかたに10月中旬に町から申請書類を送付しています。支給対象と思われるかたで、申請書類が届いていない場合は、福祉保健課までご連絡ください。

受け付けた申請書を審査し、申請日の翌月末に、申請書に記載した指定口座に入金します。

### ■申請受付期間

平成27年10月15日～平成28年2月1日

### ■お問い合わせ

福祉保健課 福祉班

TEL 765・3114

## ワード・エクセルの技術を 身につけよう！ パソコン講習会のご案内

津南町公民館では、パソコン（ワード・エクセル）の基本的な操作等を習得し、日常生活に有効に活用できる能力を短期間で身に付けられるように、「ワード初級編」と「エクセル初級編」のパソコン講習会を行います。

内容は、ワードやエクセルの基礎的な操作方法をやさしくゆっくり教えていただきます。

なお、ワード初級編、エクセル初級編ともに4日間の参加を原則といたします。

### 《ワード初級編》

### ■日程

## 十日町・津南地域の看護のお仕事情報カフェ 地域看護を支える人づくり情報交換会

看護師等の復職希望はあるが、ブランクなどの不安から復職をためらっている方に対して、情報提供や情報交換を行い看護職として再就業の支援を目的としています。

■日時／11月9日(月) 午後1時30分～3時30分

■会場／十日町地域地場産業振興センター  
クロス10 3階 第2会議室

### ■内容

- ・復職希望のある看護職の方に対して情報交換会
- ・アイスブレイク(アロマでリフレッシュコーナー)

■主催／十日町地域振興局健康福祉部

### ■お申し込み・お問い合わせ

十日町地域振興局健康福祉部 地域保健課  
担当：北島・関矢 TEL：025-757-2401



11月17日(火)、11月19日(木)  
11月24日(火)、11月26日(木)

### 《エクセル初級編》

### ■日程

12月1日(火)、12月3日(木)  
12月8日(火)、12月10日(木)

### 《共通事項》

■時間 午後7時～午後9時

■会場 津南町公民館（文化センター）

■定員 各15名

■参加費 各2,000円

■申込締め切り

ワード初級編…11月6日(金)

エクセル初級編…11月16日(月)

■お申し込み・お問い合わせ

津南町公民館 TEL 765・3134

### ■その他

パソコンは各自の持ち込みで行います。  
ワード及びエクセルのバージョンは

「2013」としますが、「2010」及び「2007」でも対応可能です。  
また、対象のパソコンのバージョンは windows 7、8、8.1、10とします。

なお、お持ちのパソコンのワード・エクセルのバージョン等が分からない方は、お申込みの際にお尋ねください。

## 献血併行骨髄バンク登録 受付の実施について

骨髄提供希望者（ドナー）の確保のため、献血日に合わせて骨髄バンクの登録受付を行います。

骨髄バンクの登録にご協力をお願いいたします。

### ■日時

11月13日(金) 午後2時～3時30分

■会場 津南町役場

■登録条件

骨髄提供の内容を十分理解しているか、年齢が18歳以上、54歳以下の健康なかた、体重が男性45kg以上、女性40kg以上のかた

■お問い合わせ 新潟県南魚沼保健所

医療薬事課保健予防係

TEL 025・772・8142

「ご存じですか?」建設リサイクル」  
「もったいない」  
「建設産業は実践しています」

建設産業では発注者及び受注者が一体となつて建設資材のリサイクルに積極的  
に取り組んでおりますが、公共工事に限  
らず一般家屋の解体工事の際、優良業者  
の選定や解体業者に適正な分別解体・リ  
サイクルを促すなど、皆様のご理解とご  
協力をお願いします。

■お問い合わせ 建設課 土木班

TEL 765・3116

河川内の伐採木を  
無償配付します

詳しくは、県十日町地域振興局ホーム  
ページをご覧ください。か、お問い合わせ  
ください。

■対象 薪などで自家消費する方

(営利目的禁止)

■日時 10月31日(土) 午前10時～正午

■場所 十日町市倉保

(一級河川釜川左岸(釜川橋付近))

種類	状態	数量
やなぎ他	直径5～30cm 長さ約50cm～1m	約60m <sup>3</sup>

■注意事項

- ① 申し込みは不要です。直接取りに来て  
ください。
- ② 積込・運搬は個人負担となります。
- ③ 伐採木の要不要の判断は現地で行つて  
ください。
- ④ 伐採木がなくなり次第、終了となります。

■お問い合わせ

新潟県十日町地域整備部 治水課河川担当  
TEL 025・757・5526

中皮腫や肺がんなど、石綿(アスベスト)  
による疾病の補償・救済について

中皮腫や肺がんなどを発症し、それが  
労働者として石綿ばく露作業に従事して  
いたことが原因であると認められた場合  
には、労災保険法に基づく各種の労災保  
険給付や石綿救済法に基づく特別遺族給  
付金が支給されます。

石綿による疾病は、石綿を吸つてから  
非常に長い年月を経て発症することが大  
きな特徴です。

中皮腫などでお亡くなりになられた方  
が石綿業務に従事されていた場合には、  
労災保険給付等の支給対象となる可能性  
がありますので、まずはお気軽に最寄り  
の都道府県労働局または労働基準監督署  
にご相談ください。

制度の御案内は厚生労働省ホームペ  
ジでもご覧になれます。

■お問い合わせ

新潟労働局  
TEL 025・288・3506  
十日町労働基準監督署  
TEL 025・752・2079

町立津南病院

内科の石川医師の診療日変更について

内科外来の火曜日、水曜日の石川医師  
の診察が、平成28年1月から、火曜日のみ  
の週1回となります。

薬の長期処方を受けている方や、診察  
を希望される方は、ご注意ください。

■お問い合わせ

町立津南病院 医事班  
TEL 765・3161

「はぐくみのまちづくりフォーラム  
2015」の開催について

はぐくみのまちづくり運動の推進と、  
広域的な取り組みにより青少年健全育成  
活動の活性化を図るため、次のとおり講  
演会を開催いたします。

■主催

青少年育成十日町市民会議、十日町市  
PTA連合会、十日町市教育委員会、津南  
町青少年育成町民会議

■期日 11月8日(日)

午後2時～4時(開場午後1時30分)

■会場 十日町市市民会館(学校町二丁目)

■講演内容

演題 「育みはぐくまれ、いただきま  
す、御馳走様に心をこめて」

講師 木村悠方子 氏(SMAP木村  
拓哉の母)

犯罪被害者支援フォーラムを開催します  
犯罪被害者支援フォーラム 2015 in にいがた

犯罪被害等に遭った方に対する理解を深  
め、地域社会全体で被害者支援の取組が推  
進されるよう、犯罪被害者支援フォーラムを開  
催します。犯罪で家族を奪われた被害者の想  
いについて、「オウム真理教事件」の被害者遺  
族が新潟で語ります。

●日時/11月21日(土)

14:00～16:10 (開場13:30)

●場所/新潟市民プラザ

新潟市中央区西堀通6-866  
NEXT21ビル6階

※入場無料・申込不要

※直接会場にお越しください

(定員350名、先着順)

※満席になり次第、入場をお断りさせていた  
だくことがあります



■参加費 無料

■お問い合わせ

十日町市教育委員会生涯学習課

(中央公民館内)

TEL 025-757-8918

### 新潟地方法務局の登記窓口相談が事前予約制となります

法務局の登記手続きに関する窓口相談について、一定の時間に集中しお待たせすることがありましたが、お客様のご都合に合わせて円滑に行わせていただくため、平成27年11月2日から、これまでの順番制から事前予約制へと変更させていただきます。

窓口相談を希望される場合は、あらかじめ事前予約用ダイヤルに電話いただき、相談日時を予約ください。

お手数をおかけしますが、ご協力いただきますようお願いいたします。

■お問い合わせ・事前予約用ダイヤル

新潟地方法務局 十日町支局

TEL 025-752-2575

### 平成27年第2回津南・北野大塾のご案内

今年度第2回目の「津南・北野大塾」を開講します。

今回は、北野大塾長・及川紀久雄副塾長ほか、メインゲストとして、挿絵画家の中村麻美さんからお出でいただき、挿絵の

人物や神話のお話の予定をしています。

中村さんは元ミス日本に選ばれた方で、

現在挿絵画家として、以前は新聞連載の

「天地人」、現在は新潟日報で連載されて

いる「河井継之助」などで活躍されてい

ます。

町内外どなたでも入場できますので、

ぜひお出でください。

■期日 10月28日(水)

■会場 午後3時～ 芦ヶ崎小学校

(北野キッズ塾)

午後6時～ 竜ヶ窪温泉

(津南・北野大塾)

講演終了後、同会場において講師の方々と懇親会を行います。(会費3,000円)懇親会に参加を希望される方は10月26日(月)までに北野塾実行委員会(竜ヶ窪温泉)TEL765-5888にお申し込みください。

### 献血にご協力を

少子高齢化の進行により輸血を必要とする高齢者が増加する一方で、献血可能人口が減少し、輸血用血液の不足が大変心配されています。長期保存のできない血液を安定的に供給するため、継続的なご協力をお願いします。

■献血バス 11月13日(金)

(株)高橋工務所 午前10時～11時45分

・津南町役場 午後2時～4時

平成23年4月1日に採血基準が改正され、400ml全血が男性に限り「17歳」からご協力いただけるようになりました。

■お問い合わせ

福祉保健課健康班

TEL 765-3114

### 自主防災シンポジウム 2015 in 十日町

中越地震の教訓、予期せぬ大規模災害への備え…今を生きる皆さんが成すべきこと、お子さん、お孫さんたちに伝えるべきこと、知っていますか？

■日時 11月7日(土)

午後1時30分～午後4時15分

(開場 午後1時)

■場所 十日町市市民会館

(十日町市学校町1)

■定員 先着300名

■入場 無料

■テーマ 最近の大規模災害に学ぶ地域防災・防災教育のあり方

●基調講演(午後1時40分～午後3時20分)

●事例発表(午後3時30分～午後4時10分)

中越地震から学ぶ地域防災のあり方

～地域防災力向上を目指して～

■講師 群馬大学大学院

理工学府教授 片田敏孝氏

■発表者

NPO法人セーフティネットぼうさい

代表理事 尾身誠司氏

■申込期限 11月2日(月)

主催/新潟県、十日町市

■お申し込み・お問い合わせ

十日町市防災安全課

TEL 025-757-3197

※申込書の内容をお伝えください。

FAXでも申し込みできます。

詳しくはホームページをご覧ください

### 精神保健相談のお知らせ

最近、急に気分が落ち込む、不安で落ち着かない、夜眠れない、人に会うのがおっくうだ、家に閉じこもり気味など、毎日の生活の中での混乱や不安があるかた、及びご家族の相談に応じます。

事前に予約が必要ですので、電話でお申し込みください。なお、時間を指定させていただきますので御了承ください。また、定員がありますのでお早めに申し込みください。

■相談日時/11月11日(水) 午後2時～4時

■場所/津南町役場 3階 第1委員会室

■相談医師/山下メンタルクリニック  
山下 医師

■申込メ切/11月6日(金)

※定員に達しだいメ切とさせていただきます

■問い合わせ先

津南町役場福祉保健課健康班

TEL 765-3114

# ＋ 病院歳時記

## 認知症患者さんの介護

療養病棟看護師長 福原 律子

認知症の人の形成している世界を理解して大切にすることが大事です。

言ったり、聞いたり、言ったことはすぐ忘れるが、感情は残像のように残ります。嫌な言葉を投げかけられると「怖い人」「うざい人」という印象だけが残ってしまう。そこで、家族の人は4つの点に注意して対応すると良いそうです。

- ①ほめる、感謝する。
- ②相づちを打つ。
- ③共感「良かったね」と付け加える。
- ④謝る、事実でなくても認める、上手に演技をする事が大切です。

介護はとて辛くて苦しいものです。介護の負担を少しでも減らすには、認知症の人の感情や言動をまずは受け入れて「自分は周囲から認められている、ここは安心して住める所なんだ」と感じてもらうと、その安心感が、介護者や家族にも良い結果をもたらすそうです。医師によく言われるのですが、女優になったつもりで上手に演技してください。と、きっと気持ちも楽になります。

## Annuit corner

# 年金コーナー

## 『5年の後納制度』が始まります

10月1日から「5年の後納制度」が始まりました。これは平成30年9月までの制度で、年金受給のための納付済み期間が足りない人や、納め忘れ分を納付することで将来の受給額を増やしたいかたにお勧めです。(ただし、老齢基礎年金を受給しているかたなどは後納制度の利用はできません。)ご自身の納付の記録については、年金機構からの通知等で確認できますが、もし不明な場合は年金事務所におたずねください。

また、これから未来にむかっての納付が困難だと感じるかたは、そのまま未納にせずに免除申請をしてください。所得に応じた審査により該当になると、例えば全額免除であれば納付した場合の2分の1が年金に計算されます。単なる未納にしておくよりも断然お得です。



## 「社会保険料控除証明書」が発行されます。

11月上旬に年金機構より発送されますので、年末調整や確定申告の際にご利用ください。なお、10月以降に今年度はじめて納付されたかたは、2月上旬に発送となりますのでお待ちください。

### 【お問い合わせ先】

・六日町年金事務所  
Tel 025-716-0800

## 議会コーナー



### <実施された行事>

- 〔9月〕  
21日 津南町敬老式  
29日 十日町地域広域事務組合議会

- 〔10月〕  
1日～2日 新潟県町村議長会議長会議  
6日 全員協議会  
20日 津南町議会議員選挙告示

### <今後予定されている行事>

- 〔10月〕  
25日 津南町議会議員選挙
- 〔11月〕  
1日 十日町市市制10周年記念式典  
1日 狭山大茶会  
3日 津南町町制施行60周年記念式典  
6日 新潟県町村自治に関する研修会  
6日 町村長と町村議長との意見交換会  
10日 全員協議会  
13日 第6回臨時会  
16日 3市町村議会連携協議会

## 健康体づくり100日運動

毎月10日までに100日運動カードを提出いただいたかたを、このコーナーでご紹介します。(敬称略)

- 4200日 板場キヨ(辰ノ口)  
4100日 石橋玲子(陣場下)  
2200日 涌井れい子(十二ノ木)  
2100日 村山善治(十二ノ木)  
1300日 大倉敏雄(小下里)  
500日 清水政利(大割野)、石橋俊治(割野)  
200日 鈴木マサエ(相吉)、若井栄一(六山)



主な運動: ジョギング・水泳・ラジオ体操・健骨体操

こんにちは

# 地域包括支援センターです

## 考えてみよう。認知症のこと。



津南町認知症見守り支援マスコット にんこっこ

認知症は、物忘れがひどくなった状態などと誤解されがちですが、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、生活するうえで支障が出てくる状態のことをいいます。認知症は、誰にでもおこりうる「脳の病気」なのです。

### 認知症の種類

認知症には大きく分けて3つの種類があります。

皆さんがよく耳にする「アルツハイマー型」は、認知症の6割を占めています。脳内にたまった異常なたんぱく質により細胞が壊され、脳が縮んで起こるものです。

次に多いのは「脳血管性」です。脳卒中（脳梗塞や脳出血）などで起こるもので、肥満や高血圧、糖尿病などの生活習慣病の持病がある方は注意が必要です。その他に、「レビー小体型」「前頭側頭型」などの種類があります。

### サインを見逃さない

認知症は原因によっては、早めに見つけ適切な対応をとることで進行を抑えることができます。自分自身や周りの人にこんなサインはありませんか？

- ① 同じことを何回も言ったり、聞く
- ② 置き忘れ、しまい忘れが増えた
- ③ 時間や場所の感覚が不確かになった
- ④ 服装に無頓着になった

- ⑤ 表情が乏しく、気力が落ちた
- ⑥ 閉じこもりがちになった
- ⑦ 家電製品の使い方が分からなくなった
- ⑧ 同じ献立が増えた
- ⑨ 味付けが変わった
- ⑩ いつもできなかった片付けができなくなった
- ⑪ 通院が不定期になってきた
- ⑫ 薬の飲み間違い・飲み忘れが増えた

心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。

### 認知症を予防する

生活習慣病の予防・改善が、認知症を防ぐことにも効果的であることが分かっています。また、活動的な生活を心がけ、脳に刺激を与えることも大切です。バランスよく食べることも、適度な運動

### 認知症のかたへの関わり

本人の気持ちを理解するように努めて、自尊心を傷つけないような対応を心がけましょう。馴染みの環境で、本人のペースに合わせてみましょう。伝えたいことは、ゆっくりとシンプルに話しましょう。笑顔で接することで、本人も安心して過ごせます。なるべく笑顔がけましょう。

をすること、禁煙をこころがけることなど、日々の生活を見直し、体に良いことを続けましょう。本や新聞を読む、日記をつける、人との交流の機会を持つ、趣味に打ち込むなど、脳に刺激を与える生活も心がけましょう。

平成27年度  
「第6回つなん認知症フォーラム」  
を開催します！

今回は、「地域で見守る～今もこれからも元気に暮らしていくために私たちができること～」をテーマに、新潟市で地域包括ケア推進モデルハウス「実家の茶の間」を開設している河田珠子さんから、日々接している高齢者や認知症のかたへの関わりをお話いただく予定です。

日時／平成27年11月12日(木)  
午後1時15分～3時30分  
場所／津南町文化センター ホール

認知症に関心のあるかた、地域でサロンのボランティアをされているかた、どなたでも足をお運びください。

私たちの健康づくり ニュー・グリーンピア津南

健康づくりは職場づくり

# 目指せ！チーム100万歩』活動の効果

「歩くこと」で健康づくり

私たちの働く場所は115万坪あり、とっても広い職場です。

日々の業務を行いながら、できる健康づくりは、「歩くこと」。

「歩くこと」は毎日手軽に簡単に実践でき、一見は単純に思えますが、関節、骨、筋肉、神経などの全てが動く全身運動！また歩きながらの情報

は、脳に刺激を与え、気分も良くなると言われており、積極的に取り組んでおります。

## 仕事の内容は多種多様

職場の仕事内容は多種多様です。少しご紹介いたします。

屋外施設スタッフ17名（男性12名、女性3名）グリーンシーズンは、115万坪の敷地整備及び営業を行います。業務内容としては、草刈り、芝整備、自然観察園整備、キャンプ場整備、動物飼育、岩魚、山女の養殖、グラント整備、サイクルコースの整備等、お客様をお迎えするために、事前準備を行い、提供して

ります。

昼食休憩以外はほとんど歩きながら、作業を進めております。

ホテル内では、調理スタッフ（男10名、女3名）朝食、昼食、夕食の仕込み及び提供を行います。1日中立ち仕事で厨房内、レストラン内を常に動き回っております。

接客スタッフは、（男性6名、女性7名）ホールにいる時間は、接客対応しながらの立ち仕事な為、姿勢良く、笑顔良く、更に好印象を持って頂けるよう気が配りが必要です。

## 職場で取組む

『目指せ！チーム100万歩』

町で取組んでいる『目指せ！チーム100万歩』に職場で、参加するようになりました。

毎回、取組む人数が増え、今回10月の『目指せ！チーム100万歩』には、7チーム、35名の職員で取組んでいます。

職場内で、『今、何歩まで行った？』『今日は1万歩歩いた』『そっちはどう？』などとチームで目標達成するために、協

力体制も出てきており「チームワーク」のアップにつながっています。



輝く笑顔がすてきです ♡♡♡  
チーム100万歩・接客チームの5人と  
ニュー・グリーンピア津南のマスコット  
キャラクター『ぐりぐり』 ♡♡♡

毎年、職場で職員研修会にも取組んでいます

良い仕事の提供は、心身ともに健康なこと!!

お客様へ安らぎと感動を感じていただくために、心身共に健康なプラス状態でスタッフ一人一人が常に心からの笑顔で接客ができるように、今後も継続して『目指せ！チーム100万歩』等の健康づくりに取り組んでいこうと考えています。心身ともに健康な身体で、笑顔のニュー・グリーンピア津南を目指しています。

26年度実施  
職場のみんなで考えよう!!  
「職場のメンタルヘルス」講座



27年度は  
新型コロナウイルス『GII. 17』  
予防講習を行ないました



# フッ化物について 知っていますか？



津南町観光キャラクター  
「つなっぺ」

津南町では、生涯にわたり歯や口の健康を推進するため、平成24年に「津南町歯科保健計画」を策定しました。その際の成人・高齢者へのアンケート調査では、フッ化物によるむし歯予防について知っていると答えたかたは全体の約5割でした。フッ化物とはどんなものなのでしょう？

## ■フッ化物とは？

フッ素は自然界に存在する元素の一つです。水に溶けたときにマイナスイオンになる無機物質を「〇〇化物」といい、フッ素も「フッ化物」と呼ばれています。フッ化物は自然界に広く分布する天然の環境物質で、科学的に合成されたものではありません。濃度は様々ですがすべ

ての飲食物に微量のフッ化物が含まれており、私たちは毎日知らず知らずのうちに口にしています。

## ■フッ化物のはたらき

フッ化物は歯に取り込まれることにより3つの働きをします。

- その① 酸に溶けにくい強い歯を作ります
- その② 溶けはじめた歯の修復を促進します
- その③ むし歯菌の作る酸を抑えます

## ■安全性について

正しい使用方法での、フッ化物による急性中毒※1や慢性中毒（斑状歯）※2の心配はありません。使用する際は用法を守り、スプレー剤や洗口液は子どもものの届かないところに置きましょう。

（※1）一度に過量のフッ化物を摂取した場合に生ずる中毒症状（吐き気、腹痛、下痢など）。

（※2）過量のフッ化物を継続的に摂取

した場合に生ずるエナメル質の審美上の変化（不透明なしま模様、白斑、小さなへこみなど）。

## ■フッ化物の応用方法 【フッ化物配合歯磨き剤】

フッ化物を含む歯磨き剤で、幼児から高齢者まで生涯を通じて家庭で利用できる身近な方法です。現在は市販のほとんどの歯磨き剤にフッ化物が含まれています。ペースト状のものが一般的で、子ども用にジェル状や泡状、液体（スプレー式）のものもあります。使用後は水で軽く1回うがいをし、1〜2時間は飲食を控えます。就寝前に行うと効果的です。歯磨き剤をつけない場合は、いったんから磨きをした後にフッ化物配合歯磨き剤をつけ、歯全体に行き渡らせる程度に磨く方法もあります。

## 【フッ化物歯面塗布】

比較的高濃度のフッ化物溶液やジェルを歯科医師、歯科衛生士が歯面に塗布する方法で、歯科医院でおこなう場合や、乳幼児健診など集団で実施する場合もあります。

乳歯むし歯の予防として1歳から、また、成人では根面むし歯の予防として実施されています。単に1回受けても効果はなく、年2回以上定期的に受ける必要があります。

## 【フッ化物洗口】

一定濃度のフッ化ナトリウム溶液を用いて、1分間ブクブクうがいを行う方法で、永久歯のむし歯予防に有効です。就学前の第一大臼歯（いわゆる6歳臼歯）がはえてくる時期に合わせて開始し、中学まで継続します。市販の洗口剤を用いて家庭でおこなう場合や、保育園や小・中学校など集団で実施する場合があります。

就学前の幼児では、真水による「ブクブクうがい」と吐き出しの練習をして、上手にできることを確認してから洗口液に切り替えます。洗口後の30分は飲食・うがいは控え、就寝前の歯磨き後におこなうと効果的です。

新潟県の12歳1人平均むし歯数は全国最少で、15年連続で日本一を達成しています。津南町においても、12歳1人平均むし歯数は県平均より低い値で推移しており、県の目標値も達成しています。しかし、一方では幼児では県平均よりも高い現状があります。

現在津南町ではフッ化物の集団実施はしていませんが、フッ化物の利用を含む歯科保健対策については、いきいき大好き津南町推進協議会の中で今後も関係者とともに検討していきます。

フッ化物の利用をご希望のかたは、直接歯科医院へご相談ください。



## 「ヘンゼルとグレーテル」のお菓子の家づくり

グリム童話の「ヘンゼルとグレーテル」に出てくるお菓子の家。子どものころに一度食べてみたい!とあこがれた方もいらっしゃるのでは。Tapでは今回、そのお菓子の家づくりを行います。皆さんのイメージするお菓子の家はどんな家ですか?楽しみながら作って、最後は美味しくいただきましたよ!

■日時 11月21日(土) 13時30分~16時  
■会場 町総合センター職業指導室  
■対象者 ・保育園児とその保護者  
・小学生

■参加費 1家庭1200円  
小学生1人700円  
※Tap会員は200円引き

■その他  
・詳細については後日、小学校・保育園を通じて案内文を配布いたします。  
・保育園児は保護者同伴となります。



↑深まる秋を満喫!



→山頂で飲む苗場山は格別!



## おいしかった苗場山

9月27日(日)に参加者17名で苗場登山に行ってきました。今回は地酒である苗場山を提供していただき、登頂をお祝いしてきました。

リピーターの方も初参加の方も、同じ時間を過ごす中で参加者同士のつながりが深まり、下山後の懇親会も大盛況でした。笑顔あふれる1日でした。

### Tap 事務局

【TEL】765-5776

【Fax】765-3596

## 津南石造物散歩

221

つまり石仏の会  
文責 桑原和位

### 天から地獄まで救済する六地藏菩薩

寺院の門前や墓地の入り口などに6体並んで見られる石仏が六地藏菩薩です。

地蔵菩薩が六道(天・人間・修羅・畜生・餓鬼・地獄)の各界をさまよう衆生を救うという信仰は平安時代に始まり、我が国独特のものであると、先達の方々の著書に書かれていました。

最初は同じ形の地蔵を六体並べてお祈りしたのでしたが、その後、僧侶たちの研究や考え方などによって、地蔵の六道への配置や名称・持ち物も特定されたりしたのでしよう。並べ方も持ち物も形も現在存続している六地藏は、石仏・木造仏によらず一定していないようです。

六地藏石像は鎌倉時代の終わり頃から造られるようになります。そして、寺院の門前や墓地の入り口に祀られるようになるのは室町時代からで、現在に及んでいます。最近造成された墓地公園の入り口にも六地藏が祀られているのを長岡市の造成地で見ることができました。

隣の栄村の石仏探訪で、地藏堂内に木像の十王が祀られ、境内には六地藏が祀られている集落が沢山ありました。中国伝来の地蔵と閻魔王などの十王との合体が、津南町を含めての、この地域での庶民信仰であったことを伺うことができました。

地獄に落ちた者の救済や、夭折した幼児を守ってくれる賽の河原の地蔵の信仰を集めるようになったのは室町時代になってからです。

江戸時代を迎えると、地蔵信仰は庶民の信仰と溶け合って現世利益となり、長寿・安産・育児・豊穰など、切実な庶民の願望を分担して効験をあらわす地蔵が産まれます。津南町では造立年の古いのは寛政の時ですので、その頃から造立が盛んになります。現世利益の地蔵は単独で造立され、延命地蔵、小安地蔵、子育て地蔵、田植地蔵、身代地蔵などが上げられます。

六地藏菩薩



津南町 反里

# 農業委員会窓

## 稲刈りは

無事に終わりましたか。

—平成27年度作況調査概要—

農家の皆さん。稲刈りは無事に終わりましたでしょうか。

津南町農業委員会では、9月16日に町内18か所の水稲作況調査を実施し、圃場の予想収量を検見により行いました。

8月後半からの低温により登熟が進まず、青未熟米が多くみられました。当初の予想に反して収量が少なかったのではないのでしょうか。



## 平成27年度産米 コシヒカリ検査状況

(10月6日現在 JA津南町)

【1等米比率】..... 88.1%

【格落理由別比率】

未熟米..... 74.1%

青未熟..... 14.2%

胴割粒..... 4.4%

心白粒..... 3.6%

部分カメムシ..... 2.3%

その他..... 1.4%



## 津南のコシヒカリを 手狩りで収穫

—狭山市民農業体験—

10月3日に秋空の元、狭山市民が稲刈り体験に来町されました。

今年、参加者が少なかったため、手刈りのほか、バインダーを使つての稲刈りも体験してもらいました。

体験後には、新米のおにぎりを圃場で食べてもらい、コシヒカリのおいしさを味わっていただきました。

今回収穫したお米は精米をして11月に狭山市で開催される農業祭で参加者に配られます。



## 大地に生きる



なかざわ ひろと  
中澤 寛人さん  
(30歳) 源内山

水稲4.1ha、畑3ha、加工トマト・ニンジン・切花など5種類を主に「シャクヤク」を出荷しています。

現在、毎日が楽しいです。米作りは日本一の食味値を目指しています。花や家族(妻&子供&両親)に囲まれ癒されながら、津南高原でがんばっています。

## 農業委員会の主な動き

【実施された行事】

〔8月〕 25日 第14回総会

畑作作況調査

〔9月〕

7～8日 津南町議会定例会

10日 企画会議

16日 稲作作況調査

25日 第15回総会

振興部会

農政部会

〔10月〕

3日 狭山市民農業体験

9日 企画会議・広報部会

【今後の行事予定】

〔10月〕

26日 第16回総会・振興部会

〔11月〕

10日 農業委員大会

13日 中越協議会研修会

22日 狭山市農業祭

25日 第17回総会



↑ 11月22日に開催される狭山市農業祭で津南の魅力をアピールしてきますよ。



## とうもろこしが持つパワー

「収穫の秋」、今年は雨の日が多く稲刈りは難儀をされたことと思います。皆様おつかれさまでした。

今号は、収穫は終わってしまいましたが、津南の主要野菜でもある「とうもろこし」の持つパワーを紹介したいと思います。

「津南のとうもろこしは美味しい」と喜ばれています。栄養価も知ってさらに美味しくいただきますよ♪

●カリウムが豊富で、食塩（塩化ナトリウム）などの摂取により、体内に増えすぎたナトリウムの排除を促して、血圧の安定に役立ちます。

※カリウムとは、ナトリウムやカルシウムとともに、神経や筋肉の機能を正常に保つ必須ミネラルの一つ。

●ビタミンCも含んでおり、免疫力やストレスに対抗する力を高めてくれます。

※ビタミンCとは、コラーゲンの形成と保持に重要な役割を果たす。体内に蓄積できないので少量ずつ摂取することが好ましい。

※コラーゲンとは、美しい肌、髪と目、丈夫な骨と関

農村地域生活アドバイザー 島田 玲子（宮野原）

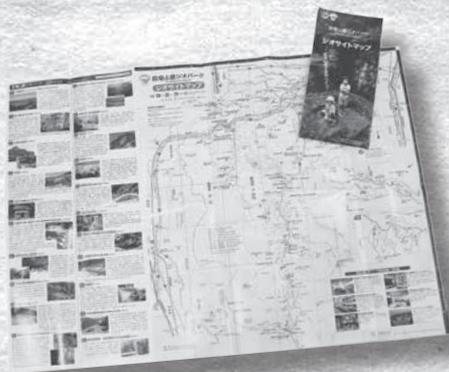
節に欠かせない重要物質。

●とうもろこしの黄色色素は、ゼアキサンチンと呼ばれるカロテノイド系色素で、活性酸素の害を抑制する役割を担っています。

※カロテノイドとは、自然界に存在する黄色や赤の色素の総称。抗酸化作用が強く活性酸素の発生を防ぎ、また眼病やガン、生活習慣病を抑制する働きがある。



このマップを片手に、ドライブがてら苗場山麓をめぐってみてはいかがでしょう？  
ジオサイトマップを、ご希望の方は、栄村・津南町の観光協会、農と縄文の体験実習館なじもんまで。



# ジオサイトを 探検し隊！

メンバー募集中

子どもからお年寄りまで、みなさんにジオパークを楽しんでいただくために！

### 57のジオサイトの解説も掲載されたジオサイトマップ

分かりやすい道路地図に57のジオサイトと、その解説を掲載したジオサイトマップが完成しました。10月末には、英訳版も完成する予定です。

スマートフォン、タブレットのアプリケーションに苗場山麓ジオパークが登場！

日本ジオパーク ナビアプリ「ジオパークぶらり」に、苗場山麓ジオパークが追加されアップデートされました。57のジオサイトの写真や解説のほか、津南町と栄村の飲食店・宿泊施設・お土産店・民俗資料館などの情報が満載です。

インストールしておくと便利です！  
Apple版とAndroid版ともにスマホ&タブレットで使用可能ですので、皆さんどんどん活用して下さい。

アプリケーションストアで「ジオパークぶらり」で検索してください。もちろん無料！



# 戸籍の窓

おめでとう  
おさいます (出産)

- 西澤 ひな(卯之木) 信さん 智佳さん
- 涌井 條士(大割野) 潤一さん 早紀さん
- 滝澤 快(鹿渡) 誠さん 智子さん
- 樋口 雛(城原) 大器さん 彩さん
- 久保 結菜(見附市) 光伸さん 彩香さん

すえながく  
おしあわせに (結婚)

- 藤ノ木 充さん(太田新田) } 蔵品 茉耶さん(十日町市) }
- 吉野 和徳さん(十二ノ木) } 竹藤 幸恵さん(十日町市) }
- 小野塚 孝司さん(大割野) } 中澤 友紀さん(中深見) }

おくやみ  
もうしあげます (死亡)

- 丸山 スミさん (91歳・鹿渡)
- 桑原 今朝一さん (69歳・反里口)
- 田村 茂野さん (80歳・大割野)
- 内山 繁春さん (79歳・大割野)
- 小島 キクエさん (94歳・芦ヶ崎)
- 山本 みよきさん (88歳・大谷内)
- 桑原 廣平さん (96歳・貝坂)
- 桑原 直次さん (88歳・反里口)
- 涌井 ミキさん (84歳・小島)
- 阿部 トヨさん (92歳・前倉)

## ●秋季企画展 「魚沼地方の中世」

会期 / 9月5日(土)～11月8日(日)  
赤沢城跡、今井城跡を中心に、最新の調査成果も含めて魚沼地方の中世の紹介をいたします。

新たに、上杉謙信の時代に作られた「伝上杉景勝所用甲冑」が展示に加わりました。ぜひご覧ください。



伝上杉景勝所用甲冑(新潟県立歴史博物館所蔵)

## ●『津南学叢書』刊行のお知らせ

秋季企画展に合わせ、2冊を刊行しました。なじよもんでお買い求めいただけます。

第25輯『魚沼地方の中世』 500円

第26輯『津南シンポジウムXI 予稿集 魚沼地方の中世』 1,500円

## ●「クリスマス展」作品募集中

会期 / 11月28日(土)～12月25日(金)

応募締切 / 11月23日(月)

只今、クリスマス为主题とした手作り作品を募集しています。あなたのオリジナル作品を、なじよもんで展示してみませんか？詳しくは、なじよもんホームページ (<http://www.najomon.com>) または、お電話でお問合せください。



昨年のクリスマス展の様子

予約受付中!  
当日受付も可  
※ただし定員になり次第締切ります

11月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象
1日(日) 9:00～15:00	池田先生と歩く津南ぶらり旅 ※要予約	800	高学年から
3日(祝) 13:30～15:30	ヤマムカガの糸とり ※要予約	300	高学年から
7日(土) 10:00～11:00	コウゾのおかき	無料	低学年から
7日(土) 13:30～15:30	トチあんぼづくりI	300	低学年から
8日(日) 10:00～12:00	そば打ち	800	中学年から
14日(土) 10:00～11:00	トチあんぼづくりII	無料	低学年から
15日(日) 10:00～12:00	大人の石器づくり ※要予約	500	高学年から
21日(土) 13:30～15:30	トチあんぼづくりIII	800	低学年から
22日(日) 10:00～15:30	本格アングン編み一日体験	1,500	中学年から
23日(祝) 13:30～15:30	木の実のリースづくり	800	低学年から
28日(土) 13:30～15:30	木の実の工作	500	中学年から
29日(日) 13:30～15:30	小枝のXmasツリーづくり	500	低学年から

※友の会の皆さんは半額です。 ※詳しい時間についてはお問い合わせください。

## 停電作業を実施します

送電線設備などの定期点検および補修作業のため、津南町全域で下記のとおり停電します。

- 日時 / ①平成27年10月29日(木) 午前3時～3時10分 ②平成27年11月3日(祝) 午前3時～3時10分
- 区間 / 津南町全域 ●お問い合わせ / 東北電力株式会社 十日町営業所 Tel 757-1987

## 津南町の人口

10月1日現在( )内は前月比  
 ■人口10,251(-9) 男4,989(-3) 女5,262(-6)  
 ■世帯数3,584(-8) ■転入 / 10 ■転出 / 17 ■出生 / 7 ■死亡 / 9 ■婚姻 / 3

表紙の写真 まるで聖火のよびに神々しく映る土器。先月の焔祭りでは、大昔の縄文人のよびに土器に野菜や肉をいれ、火を使って鍋を調理しました。雲田家博物館の土器が活躍しました。

この紙は再生紙を使っています

広報編集室  
 今年のNHK大河ドラマ「花燃ゆ」のタイトル文字は書家の國重友美さんというかたが書かれています。そう、國重さんの代名詞ともいえる「英漢字」(ええかんじ)という表現方法を知って驚きました。なんと、「花」という漢字の中に「flower」という英語が隠されているのです。ご存知でしたか？ そんな面白いことを知って、これは挑戦してみよう！と、見よう見まねで、今回の「土器」という漢字にも英語を入れてみました。さて、わかりますでしょうか？ (汗) ☺