



祝 成人式

成人式に106名が参加

5月3日、ニュー・グリーンピア津南で津南町成人式が行われ、106人の新成人が参加しました。

(平成3年4月2日から平成4年4月1日生まれの対象者169人)

式典では新成人代表として、若江夏実さん(写真:表紙右中央)と板場健太さん(写真:下)が、これまでお世話になったかたへの感謝の気持ちや、未来への抱負を述べました。

次ページからは、成人式を終えた新成人の感想と新成人を対象としたアンケート結果、恒例になりました新成人全員写真掲載をお伝えします。



新成人代表 板場健太さん



成人式

Coming-of-age ceremony



今、二十歳という節目を迎え、これまで育てて支えてくれた家族、ご指導いただいた先生方、かけがえのない仲間への感謝の気持ちでいっぱいです。

私は今、津南を離れ、作業療法士を目指して勉強をしています。住み慣れた津南を出て、一人で生活するのは楽しいことばかりではありませんが、仲間とのたぐさんの思い出やその仲間がそれぞれの道でがんばっていること、応援してくれる家族がいることが今の私の支えとなっています。

江村 夕美さん



また、ここ津南でしかできないさまざまな経験をすることは、私の大きな財産となっています。そして、今もなお震災の影響でふるさとへ帰れない人がたくさんいる中で、私たちにはふるさと津南という帰る場所がある、当たり前ではない幸せをあらためて実感しています。

新成人となった今、成人としての自覚のもと、責任ある行動をしていかなければならないと考えています。

そして、これまで支えてくれたたくさんのかたがたへの感謝の気持ちを忘れずに、一人の大人として社会や津南町に役立つよう努力をしていきたいと思います。



私は家族、友達、地域のかたがた、多くの大人たちに支えられ無事に二十歳を迎えることができました。大人への一歩を踏み出すことができました。社会での責任を果たすため努力します。

昨年の3月、大きな震災がありました。津南町や栄村も大きな被害を受けました。その際、私は地域の強さを感じました。家族、近所同士、強いつながりのよさ、頼もしさを感じました。そこが津南町のよさだと思います。そのつながりをたいせつにできる大人になりたいと思います。同年代のみならず幅広いコミュニティ、絆に誇りを持ちたいです。

地元を離れ、正月やお盆に実家に帰るととても懐かしい気持ちになります。友達に会ったり、近所のかたと会話をしたりするといつもの日常に戻ってきた気がします。やはり私の居場所はここにあるのだと強く実感します。

私は津南町が好きです。いつかまた戻ってきたいと考えています。その時はよろしくお願いします。

西澤 大海さん



成人★アンケート

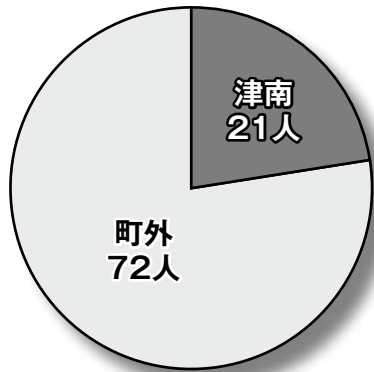
成人式の前に、新成人を対象としたアンケートをとりました。若者が津南町をどう思い、今何を考えているのか聞きました。

その結果、今、津南を離れている者の半数以上は、また津南に戻ってきたいと考えているようです。実現できるよう町民の皆様の力添えをお願いします。

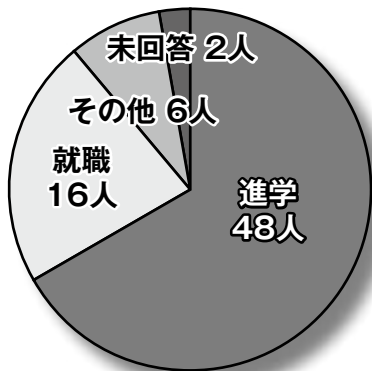
出席者 106 名中、93 人が回答してくれました。ご協力ありがとうございます。



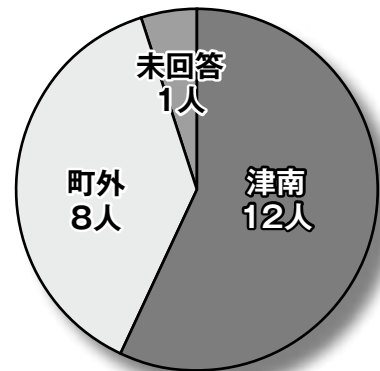
Q ……今、どこに住んでいますか？



町外に住んでいる理由



津南在住者の勤務地



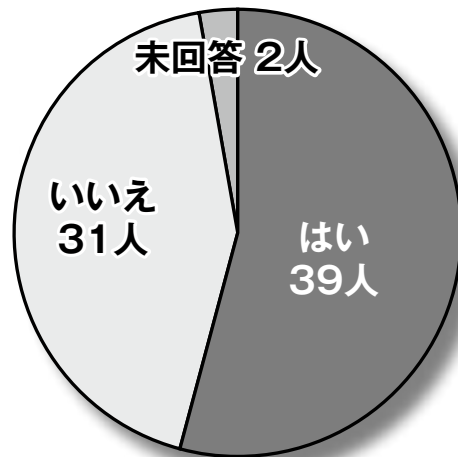
【職 種】

- | | |
|----------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 建築・土木…………… 3人 | <input type="checkbox"/> 農業…………… 1人 |
| <input type="checkbox"/> 医療・福祉…………… 2人 | <input type="checkbox"/> 製造業…………… 1人 |
| <input type="checkbox"/> 営業・事務…………… 5人 | <input type="checkbox"/> 飲食業…………… 0人 |
| <input type="checkbox"/> サービス業…………… 3人 | |
| <input type="checkbox"/> パート・アルバイト… 1人 | |
| <input type="checkbox"/> その他…………… 5人 | |
- (保育士、職人など)



【戻りたくない!に多かった理由】

- まだ帰る気がしない……………9人
- 津南じゃ出来ない夢があるから…8人
- 津南じゃ稼げない……………4人
- やりたい仕事があるから……………3人
(ネイリスト、演劇関係ほか)
- その他……………7人



【戻りたい!に多かった理由】

- 自然に囲まれてたい……………16人
- 家族に「戻ってこい」と言われてる…10人
- 経済的に安く済む……………5人
- 都会が合わない……………2人
- やりたい仕事(飲食業)がある……………1人
- その他……………5人



Q

……
町外に住む新成人に聞きました。
何年かしたら津南に戻りたいですか？



Q ……津南のイイところ、イヤなところを教えてください。

※複数回答あり

【津南のここがイイ☆】

- 家族がいる 58人
- 自然がいっぱい 56人
- 空気・水がキレイ 49人
- 昔からの友達がいる 46人
- 人が親切 36人
- 食べ物が新鮮 26人
- 温泉 19人
- 犯罪が少ない 17人
- ウィンタースポーツなどの趣味ができる 13人
- 家が広い 13人
- 結婚・子育てがしやすい 8人

【津南のここがイヤ☆】

- やりたい仕事を選べない 12人
- いろいろ遠い 12人
- 遊ぶ場所がない 12人
- 車がないと不便 12人
- お店やコンビニが少ない 9人
- 雪が多すぎる 9人
- 大きな病院が近くにない 6人
- 虫が多すぎる 5人
- 給料が高い 5人
- 結婚・子育てが大変そう 4人
- 家族・近所がうるさい 3人



Q ……「津南にあったらいいな」と思うものを教えてください。

- ・子どもが気軽に入れる演劇施設や関心を高める活動に力を入れてほしい。
- ・飲み屋・ホームセンター・すき家・TSUTAYA・何もない方がいい

成人おめでとう





個人・集合写真は、記念品(写真の額)と合わせてお渡しします。
 式典参加者には、連絡ハガキを送りますのでそのハガキを持参し、文化センターにおいでください。

■お問い合わせ

津南町教育委員会 生涯学習班 TEL025-765-3134

暮らしの載情報満 見て・知って・得をする！ かわらばん



人権擁護委員制度を ご存じですか

6月1日は、人権擁護委員法が施行された日です。

新潟県人権擁護委員連合会では「人権擁護委員の日」である6月1日を中心として皆さんとともに一層の人権尊重思想の啓発に努めます。

津南町には、法務大臣から委嘱された人権擁護委員がおります。相談は無料で、秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

■相談会

6月14日(木)
津南町役場 3階 第2委員会室
午前10時～午後3時

■人権擁護委員

- ・渡邊トシ(反里口) TEL 765-4257
- ・山田隆一(若ヶ崎) TEL 765-2422
- ・高橋芳子(十二ノ木) TEL 765-1501
- ・本山佐利(反里) TEL 765-4204

■お問い合わせ

税務町民課 町民班
TEL 765-3113

6月は 新潟県エコドライブ運動

地球温暖化の要因の一つである二酸化炭素や、大気汚染の原因の一つでもある自動車の排気ガスを減らすため、新潟県では「エコドライブ運動」を実施します。

不必要なアイドリング、急発進、急加速を控えるなど、運動へのご協力をお願いします。

■お問い合わせ

税務町民課 町民班
TEL 765-3113

青い鳥郵便葉書

郵便事業株式会社は、重度の身体障害者及び重度の知的障害者で希望されるかたに青い鳥をデザインした封筒に通常郵便葉書を入れたものを無料で差し上げます。

■配布対象者

- ・次の手帳をお持ちのかた
- ・身体障害者手帳(1級または2級)
- ・療育手帳(A)

■受付期間

5月31日(木)

- 配布枚数 お一人につき20枚
- 申出の方法
○ 郵便局などでの申出方法
お近くの郵便局または日本郵便の支店に身体障害者手帳または療育手帳を提示し、申請してください。代理提出もできます。
- 郵送での申出方法

「青い鳥郵便葉書配布申込書」と明記した適宜の用紙に、手帳の種類・手帳番号・級別や程度・住所または居所・氏名を記入し、お近くの郵便局または日本郵便の支店に郵送してください。

■配布の方法

日本郵便の支店から郵送します。日本郵便の支店に直接申し込みされた場合は、その場でお渡しします。

■お問い合わせ

日本郵便十日町支店
TEL 752-2300

OA簿記科

7月入校生募集

- 期間 7月6日(金)～12月3日(月)
- 時間 平日午前9時10分～午後3時50分
- 会場 スリーエスITトレーニングセンター(十日町市)
- 受講料 無料(ただしテキスト代等自己負担)
- お申し込み ハローワーク十日町
- 締め切り 6月20日(水)
- お問い合わせ 県立魚沼テクノスクール
TEL 025-794-2410

PICK UP!

大地の芸術祭2012 東アジア芸術村が始動します！お楽しみに



作品の設置場所を視察する呉達新(2011年10月)

上野集落を中心に周辺の集落では、芸術家の蔡國強(中国)さんと金九漢(韓国)さんが、これまでの大地の芸術祭で作品を制作したことをきっかけに、東アジアの国々との交流が続いています。昨年の10月には中国から呉達新さん、12月には劉佳婧さんが津南町を訪れ、住民と交流したり博物館を訪れたりして地域を学ぶ中で作品構想を練りました。今夏は、この2人の中国作家が作品制作に再訪します。また2006年からサポーターとして参加していた香港のセンス・アートスタジオが上野公民館で展示やカフェを企画・運営し、台湾の林舜龍さん率いるチームが巨大なからくり人形と練り歩きます。詳細が決まりましたら、順次お知らせしますのでお楽しみに!!

■地域振興課 商工観光班 765-3115



病院歳時記

転ばないでください

5 病棟副院長 久保田 恵子

大腿骨頸部骨折(太ももの付け根の骨折)

は、高齢者の転倒による骨折の中で一番多くなっています。特に女性の場合には、閉経後のホルモンの影響により男性の3倍ほど骨折率が高いそうです。また寝たきりの確率も高くなります。

当院では、整形外科の常勤医師がいないため、大きな手術や急患の夜間診療ができません。ほとんどのかたは、近くの県立十日町病院を紹介しています。

急性期を過ぎると、リハビリ目的で当院に転院してくるかたがいらっしゃいます。一般的に骨折後の歩行能力は、ワンランク落ちるかたが多いようです。個人差はありますが、今まで出来たことが出来なくなる可能性もあります。高齢でリハビリが進まないこともあり、不安を感じるかたもいらっしゃいます。一定のリハビリをする、退院に向けて準備していただきます。口頃から、手すりを付けたり、段差を改善するなどの対策が必要になります。

春になり、野外に出かける機会も多くなります。サンダル履きで、ちよっとそこまです...といつかたも転倒に注意しましょう。津南町で推奨している、水中機能運動もとても効果があります。

この機会に、おすすめてします。

Annuity corner

年金コーナー

付加年金をご存じですか？

付加年金は、老齢基礎年金とあわせて受給できる終身年金です。付加保険料を納められるかたは、自営業者などの国民年金の第一号被保険者のかたです。半額免除などの一部免除を含め、保険料を免除されているかたは付加保険料を納められませんが、60歳以上65歳未満のかたなど、国民年金の任意加入者のかたも付加保険料を納めることができます。ただし、国民年金基金に加入中のかたは、付加保険料を納められません。

付加保険料と付加年金の額

付加年金の額は、「2000円×付加保険料を納めた月数」の形で計算されます。

例えば、付加保険料を5年間納めたときの総付加保険料額の24,000円(4000円

×60カ月)に対し、65歳から老齢基礎年金といっしょに支給される付加年金の額は年額12,000円(2000円×60カ月)となり、付加年金を2年間受給すると、納付した付加保険料総額と同額になります。

お申し込み方法

付加年金に申し込まれるかたは、印鑑と年金手帳を持参の上、住民票のある市区町村でお申し込みください。

なお、付加保険料の納付は、お申し込み月からとなりますが、納付期限を過ぎますと納められませんので、ご注意ください。

【お問い合わせ】

- ・ 六日町年金事務所
TEL 025・716・0800
- ・ 税務町民課町民班
TEL 765・3113

健康体力づくり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)

- 4000日 中島博稔(陣場下)
- 3300日 小山英一(割野)
- 1000日 涌井れい子(十二ノ木)
- 900日 中島陽子(陣場下)
- 800日 中山シマ(大割野)
- 300日 若井栄一(穴山)
- 200日 根津ミサ(小下里)
- 100日 福原清枝(外丸)、高橋正枝(秋成)

主な運動：水泳、バランスボール、ラジオ体操、水中運動他。

議会コーナー

<実施された行事>

- [4月] 25日 総文福祉常任委員会 なじょもん友の会との懇談会
- 25日 住民・議会懇談会(町内20会場) ~5月1日
- [5月] 7日 全員協議会
- 7日 23年度産業建設常任委員会所管事業成果巡視
- 16日 総文福祉常任委員会・町スボ少との懇談会

18日 議会広報研修会(新潟市)

<今後の行事予定>

- [5月] 23日 総文福祉常任委員会県内視察(阿賀町)
- 24日 東京都荒川区議行政視察
- 25日 新潟県特別豪雪地帯市町村協議会総会(三条市)
- 29~30日 全国町村議長・副議長研修会(東京)
- 30日 津南病院決算審査
- [6月] 5日 議会運営委員会
- 5日 全員協議会
- 12~14日 平成24年第2回津南町議会定例会開会

NEWS
03

防火、防災がんばるぞ

— 4/28 笹沢少年消防クラブ発足式 —



↑ クラブ旗をかかげるクラブメンバー。

大規模災害が日本各地で続く中で、子どもたちが中心となった十日町地域で初となる少年消防クラブが発足しました。

結成メンバーは、笹沢地区（外丸・三箇）の小学生から中学生までの47名の子どもたちです。

地元消防団に加えて、若い新たな防火・防災の担い手の誕生を皆さん応援してください。

NEWS
04

自分のことだもの。知ろう防災

— 4/29 陣場下集落の自主防災訓練 —



↑ 消火栓の使い方を説明する消防団員。

昨年に引き続き、陣場下集落で自主防災訓練が行われました。火災や災害などが起った際に、ご近所同士が協力しあって対応するために事前にこうした訓練を行う集落が増えています。

陣場下集落では、NPO セーフティネットぼうさいや消防署などからも協力してもらい、応急手当・担架作成訓練や、消火訓練などを行っています。

津南町では、現在48の自主防災組織がありますが、すべての組織が災害時に機能できるよう応援しています。自主防災組織の設立や運営方法について気になるかたは、総務課（TEL 765-3112）までお問い合わせください。

つなん まちかど スケッチ

Tsunan Event Sketch.

NEWS
01

きれいに咲きました「中子の桜」

— 中子の桜が大人気 —



↑ 残雪の中に咲く桜。

中子の貯水池脇に咲く桜を見にたくさんの人が訪れました。数年前に、雪の中に咲く桜としてカメラマンを中心として脚光をあびてから、全国のアマチュアカメラマンがたくさん訪れるようになりました。

人気とは裏腹に、気象条件によって桜が咲かなかったり、雪が残っていなかったりとカメラマンが求めてくる条件がそろわない年が続きましたが、今年は、大雪だったことや、地元のかたが桜の蕾を鳥から守ってくれたことで、きれいな花が咲きました。

毎年ゴールデンウィークころに咲くこの中子の桜。まだご覧になられていないかたは、来年ぜひ！

NEWS
02

津南町という星が誕生

— 小惑星に津南町と命名 —

アメリカの天文台が発見した12の小惑星の一つが「Tsunanmachi」と名づけられました。

これは国立天文台の発案により、東日本大震災・長野県北部地震の復興を願って被災地の地名がつけられたものです。

残念ながら、小惑星「津南町」を肉眼ではみることはできませんが、復興を願い夜空を眺めてみてはいかがでしょうか。

NEWS 07 楽しい自転車。でも事故に注意

— 自転車教室開催 —



↑中津小学校で行われた自転車教室。

暖かくなり、子どもたちも自転車で出かける機会が増えてきました。中津小学校では、子どもたちが安全に自転車に乗れるように、交通指導員や警察を招いて自転車教室を開催しました。

春先は、まだ自転車に乗り慣れない子どももいますので、車を運転される際には、十分注意してください。

NEWS 08 新茶の天ぷらいただきました

— 5/13 狭山茶摘み体験 —



↑茶畑で、茶摘み体験をする津南からの参加者たち

友好交流都市の埼玉県狭山市で茶摘み体験ツアーが行われました。参加者は狭山茶の新茶をたっぷり収穫し、その場で天ぷらにいただきました。

津南では体験できない農作業を試みるのもいいものですね。

NEWS 05 歩いて春を感じよう

— 4/29 河岸段丘ウォーク —



↑十日町市の宮中ダムを通る参加者たち

毎年恒例の河岸段丘ウォークが開催されました。一番長い距離で津南駅から小千谷までの50kmを歩くイベントですが、人気のあるのは気軽に参加できる十日町市のキナーレまでの15km～23kmのようです。参加者は、春の景色を眺めながら1日を楽しみました。

NEWS 06 郷土料理で町をアピール

— 4/29 農家レストランオープン —



↑景色を眺めながら、山菜などの料理が楽しめます。

町と県の補助を受け、JA津南町の旧中津支店を利用した農家の女性グループによる農家レストランがオープンしました。

これまで行ってきた惣菜加工に加え、郷土料理をお客さんにその場で食べていただくスペースを加え、料理を通して町の情報発信をしていきます。

人気メニューのつなんポークを使用した「豚丼」や、サクッと揚げた山菜の天ぷらなどが味わえますよ。



国保だより

国保の手続きはお済みですか？

春は異動の季節です。就職・進学、引越など、国民健康保険への加入や脱退がある場合は手続きが必要です。

手続きがお済みでないかたは、次の書類をお持ちのうえ、早めに役場窓口までお越しください。

- ▼国保加入者が、職場の健康保険に加入した場合（またはその扶養になった場合）
- ・国民健康保険証
- ・新たに加入した健康保険の保険証（またはその加入証明書）
- ・印鑑

※保険証は、新たに加入した人全員の分をお持ちください。
※職場の健康保険に加入した日から、国民健康保険証は使用できません。

- ▼職場の健康保険を脱退した場合（またはその扶養が外れた場合）
- ・職場の健康保険を脱退した証明書
- ・印鑑

津南町以外に住民登録を移すかたは申請ください。学生用の国民健康保険証を交付いたします。

- ▼国保加入者が、進学で津南町を離れて生活する場合
- ・学生本人の国民健康保険証
- ・学生証の写し、または在学証明書の原本
- ・印鑑

※津南町以外に住民登録を移すかたは申請ください。学生用の国民健康保険証を交付いたします。

- ▼子ども・県親・県障医療受給者証をお持ちのかた
- ・保険証の内容に変更があった場合、受給者証の手続きも必要です。
- ・新しい保険証を持参し、手続きをお願いします。

- ▼手続きはお早めに
- ・手続きが遅れると、保険料を遡って納付したり、保険証がないことで、医療費を全額（10割）自己負担したりする場合があります。
- ・異動が生じたら、14日以内に届出をしてください。

- 手続き場所
- ・税務町民課（4番窓口）
- お問い合わせ
- ・福祉保健課 保険班

TEL 765-3114

柔道整復師の施術を受けられるかたへ

健康保険は治療を目的としたものであり、施術の中には健康保険の対象とならない場合もあります。負傷の原因をきちんと伝え、治療を受けましょう。

- ▼健康保険を使える場合
- ・医師や柔道整復師に、骨折、脱臼、打撲及び捻挫等と診断または判断され、施術を受けたとき。
- ・骨・筋肉・関節のケガや痛みでその負傷原因がはっきりしているとき。

- ▼健康保険の対象外
- ・単なる（疲労性・慢性的な）肩こりや筋肉疲労。
- ・脳疾患後遺症などの慢性病や症状の改善のみられない長期の施術。
- ・医療機関で同じ負傷等を治療中のもの。

- ▼治療内容についてお尋ねすることがあります
- ・施術日や施術内容についてご照会させていただきます。いただくことがありますのでご協力ください。
- お問い合わせ
- ・福祉保健課 保険班

TEL 765-3114

”倒産・解雇などによる離職”や”雇止めなどによる離職”をされたかたは、申請により国民健康保険料が軽減されます。

○対象となるかたは？

次の全てに当てはまるかたが対象となります。

- ・平成21年3月31日以降に離職。
- ・離職日の時点で65歳未満。
- ・雇用保険の特定受給資格者（倒産・解雇などによる離職）または、特定理由離職者（雇止めなどによる離職）に該当。

○軽減額は？

軽減は前年の給与所得をその30/100とみなして行います。

○軽減期間は？

離職日の翌日の属する月から離職日の属する年度の翌年度末までの期間です。

○軽減を受けるには？

軽減を受けるには申請が必要です。雇用保険受給資格者証、国民健康保険被保険者証、印鑑をお持ちいただき税務班窓口で申請ください。

○申請・お問い合わせ先

津南町役場 税務町民課 税務班
TEL 765-3113

はい
保健師
で〜す



今月は
小林明日香

がんばり過ぎない 〜五月病とストレス〜

春

になり、入学や入社、転勤、異動など、新生活が始まったかたも多々思い

ますが、そろそろ疲れのたまる時期です。ゴールデンウィーク明けから環境の変化やストレスが原因で、落ち込みや食欲不振、疲労などで悩まされる症状を五月病といいます。

五月病は、ストレスの多い現代では、ゴールデンウィーク明けだけでなく、一年中いつでも、誰にでも起こる可能性があります。あります。

イライラする、不眠、やる気がでない、疲れやすいなどの症状が続くようであれば、ストレスが原因の五月病の症状と同じ可能性があるので、心も体もゆとりと休ませましょう。

五月病が長引くと、本人はもとより、周りの社員の仕事量の負担が増加しはじめ、

職場全体に影響がでてきます。そのため、五月病を予防することは、五月病の症状に苦しむ本人だけでなく、会社全体のためにもたいせつです。

職場での五月病予防としては、上司や同僚の声かけが非常に効果のある方法です。声かけをされると、職場の一員として認められたと感じます。コミュニケーションをとることで仕事や人との良い関係を築くことができます。仕事もスムーズに進むようになりますので、職場全体の雰囲気も良くなります。普段から話をしやすい職場環境を作ることがたいせつです。さらに、社員の元気がない、仕事のミスが目立つ、遅刻や早退・欠勤が増えるなどの変化に、職場の人間が早期に気づくように心がけることで、早めに気づき、対処することが出来ます。

誰もが働きやすい、より良い職場環境となるように、一人ひとりが周りに気を配って仕事ができるの良いですね。

また、最近では、このような症状は大学生や新入社員だけでなく、高校生以下の学生にも見られるようになり、さらには新入学・入園といった小さな子どもたちにも見られるようになっていきます。

趣味やスポーツなど、自分でリフレッシュできる大人に比べ、小さな子どもたちは自分でその症状を克服することができません。ですから、お父さんお母さんは子どもの様子に気を配り、体調の悪い時には休ませてあげたり、話を聞いてあげたりしましょう。

健康づくり ア・ラ・カルト

私の健康づくり

恩田正信さん（鹿渡） 61歳

「せつこいいのを」とすれ違う人から

一人暮らしの生活はもう10年以上になる。

言われる。「足が弱って、歩けなくなったら、おごつたんが」と返事する。声をかけてもらうとうれしい。足を骨折し、入院したことがあり難儀した。また歩けなくなったら、困る。

仕事が終わる日は、発電所まで、てくてくと一日に何回も歩く。家の中にいるより外に出ているのが好きだ。

歩くのがポケ予防になるというテレビ番組もあった。

お金は社会福祉協議会でお世話になり、ヘルパーさんが肉や野菜、果物などを買ってきて、おかずを作ってくれる。野菜や肉炒めは真似して自分でもできるようにした。

仕事場の工房なかさとへも歩いて通うことが多い。雪が消えれば自転車にも乗る。

これからも工房なかさとに通いながら、仕事したり、仲間と楽しんだりして元気で自宅で暮らしたい。

工房なかさとに通うときはリュックに必ずペットボトルの水を入れて持ち歩く。のどが渴いたらすぐ飲むからだ。

工房なかさとでは仕事の合間に、ラジオ体操もする。草が大きくなると草刈りもする。家の周りや工房なかさとも草刈機でする。

夜はテレビやDVDを見るが11時には寝て、朝は5時に起きる。





「世界を変えた10冊の本」

池上彰 / 著 文藝春秋 1,333円(税別)

「世界を変える」出会いとまではいかずとも、皆さんのこれからの人生に、「本」との素敵な出会いがありますように。

何度も見返したくなるほどの深さを感ずる一冊です。



「おかあさんとわたし。」

k.m.pムラマツエリコ

なかがわみどり / 著 大和書房
思わず吹き出しそうなほど、ユーモラスにそして温かく母と娘のやりとりを描いています。

「ちいさなあなたへ」

アリスン・マギー / 文

ピーター・レイノルズ / 絵
なかがわちひろ / 訳
主婦の友社

母の愛を、爽やかな風のような言葉でつづった絵本。じんわりと心に響きます。

「おとうさんがおとうさんになった日」

長野ヒデ子 / 作 童心社

「お父さんは、どうしてお父さんになったの？」子どもの質問にお父さんは、大事に答えてくれます。さあ、どんな答えなのでしょうか。

「おおきな木」

シエル・シルヴァスタイン / 著
村上春樹 / 訳 あすなろ書房

この本の原題は「The Giving Tree」といいます。こちらは、以前は篠崎書林から本田錦一郎さんの訳で出版されていましたが、2010年5月に新たに出版されたものです。それぞれの訳で味わうのもまたいいかもしれません。

「本」との出会いには不思議なことがあるものです。

人は、出会うべくして出会う「本」というものがあります。図書室では、「本」がその人を引き寄せているかのように見える出来事がいくつかあります。そんな場面に出くわしたとき、本当に不思議に感じます。皆さんも、これからの人生のなかで、不思議な「本」との出会いがあるかもしれません。

お知らせ

図書室業務の補助係員が4月から桑原孝紀に替わりました。お気軽に声をかけてください。よろしくお願ひいたします。

Pen Relay

本とわたし

関口優さんから
紹介する本
ギリシャ神話を知っていますか
著者/阿刀田高 出版社/新潮文庫

山田 勲さん(亀岡)

僕が紹介する本は、ギリシャ神話について分かりやすく読みやすく解説している本です。

世界中に神話の類の話は数多くありますが、ギリシャ神話はその中でも最もポピュラーな話だと思います。さまざまな文字の語源となっているものも多く、割となじみやすい話であり、夜空を彩る星座の一つひとつにも物語があります。

神話という堅苦しいイメージを持っていましたが、この本を読んで、結構読みやすい話なんだと感じ、この本がきっかけでほかのギリシャ神話の本も買いました。

神話の中で、最も有名な神といえば、ゼウスでしょう。オリンポスの山に住まう神々の長であり天の支配者、天候を操り時には天罰として雷を落とす雷神様でした。

そんな恐ろしい一面を持つ一方で美女を見つけると声をかけずにはいられない、手を出さずにはいられない

短歌

砂丘

青空にわれ知らぬ人の夢を乗せ

飛行機雲は白く伸びゆく

春の兆しほのかに顕ちて

薄紅に雪椿の花二輪咲き初む

雪の日は干支の壁掛け仕上げんと

静かな刻に包まれてをり

越冬の白菜の中に潜みある

青虫ひとつ生きて動けり

一人寝の眠れぬ夜はしんしんと

積る雪の音聞えることし

「渡月橋の朝靄」という白き色に

川霧のぼる原を描きたし

風はらむ杉森の幹揺れ揺れて

褐色の葉を宙に飛ばせり

星好きな夫を偲びて独り見る

テレビ放映の「宇宙の渚」

誕生日のわれの祝ひに孫娘は

苺買ひ来てケーキ作りぬ

上郷中の閉校式の会場に校歌

響けり涙で歌ふ

正月を夫婦二人で過ごすこと

一番休まると決めて淋しき

今日限りで大学に戻る整形の

医師との握手に力がこもる

スカートのいつしか右に廻りゐて

鏡の中にふはり泳ぐ

名残りには嵩多かりし春の雪

降る暁を夫の夢みる

今日われに初音聞かすと近く鳴く

鶯いまだ声とのはず

貝沢 圭子

涌井 ユミ

関谷 郁子

恩田 久美子

丸山 直子

小野寺 恒代

樋口 康子

上村 みな

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

長生学園

豪雪の地に生ききたる古い人は

命綱とり屋根雪下ろす

冬くれば春遠からじ雪の嵩

減るを毎朝広報告げる

枝揺すり春の風が渡るとき

コブシの蕾が気にかかりけり

足弱くなりにし妻の足となる

吾は車の免許更新

新緑と桜の花の風情に

吸ひ込まれるごと野良の一服

個人

木の陰に雪消えやらぬ春立ちて

木々の若葉は萌えそめにけり

俳句

岩すげ俳句会（四月）

古雛眺めてつきぬ語りかな

雪囲外し今年の風入れる

白鳥の引く一羽とてふりむかず

侘助を一輪活けて客を待つ

自慢げに一病かたる春炬燵

雪の日の印ばかりの暦剥ぐ

春の日にスカイツリーの高さかな

温いねと聲の犬に言ってみる

振り向かず愚直に生きて日向ぼこ

雪折れの枝が遮る峽の道

柳沢 チヨ

富沢 キミ

板場 寛

滝沢 義正

島田 眞之

大割野 清水 貞子

妙

酔花

房良

芳司

渡舟

兎月

貞

冬詩子

しげる

れい子

ないほどの女好き、浮気性（ヘラという妻がいる）ただのエロオヤジでは？とも思うような神でもありません。星座の中で大熊座という星座をご存じでしょうか。神話の中では元々は、カリストという名の女性でアルテミスという女神に遣える侍女でした。彼女を見たゼウスは彼女に手を出そうとしますが、彼女の主アルテミスは処女神であり侍女であるカリストもその誓いを守り拒むであろうと考え、その姿をアルテミスに変えカリストに迫ったそうです。その後カリストはゼウスの子を産むのですが、それを知ったゼウスの妻ヘラは怒り、カリストを熊の姿に変えてしまったのです。

その後カリストの子アルカスは立派な青年となりある日獵に出かけた時に一頭の熊と出会うのですが、その熊が母と気づかず殺そうとしてしまいます。それを見ていたゼウスは二人をつむじ風で天上へと舞い上げ二人を星座にしたといわれています。ギリシャ神話に出てくる神々はどこか人間臭く魅力的でおもしろいですが、それ故に起きる悲劇的な物語も醍醐味の一つだと思います。深く知りたいというかたはぜひ一読を。

次は原田義一さんを紹介いたします。

いきいき
大好き
津南町

いつもの暮らしに

受診で
早期発見！

がん健診

を



平成22年度の、津南町における死亡者の6人に1人はがんで亡くなっています。町のがん検診で見つかるがんのほとんどは症状のない初期の段階です。がんになると身体的、経済的に負担は大きいですが、初期の段階で見つけることで負担は少なくなります。

もしも、がんになったら
医療費はいくら必要？

がんになったらいくら必要？(平均的な金額)

	胃がん	大腸がん	乳がん
入院日数	27.0日	18.9日	15.6日
総費用	1,107,090円	883,827円	682,863円
窓口支払額	332,127円	265,148円	204,859円
高額療養費制度適用窓口支払額	87,845円	85,724円	84,283円

保険証、高額療養費制度で総費用額からここまで減額されます。

※参考文献：厚生労働省平成20年度医療給付実態調査70歳未満一般所得自己負担割合3割の方の場合です。差額ベットや食事代、保険適用外診療は含みません。

がん検診で早期発見を！

がんになると症状に合わせてさまざまな治療が行われます。進行がんでは治療が長引くこともあります。治療方法や入院期間によって費用は高額になってしまいます。しかし、保険証や高額療養費制度の適用により保険者(保険証の発行人)から治療にかかる費用の給付が得られます。そのため、本来の総費用よりも実際に支払う金額が少なくなっています。経済的な面でも、初期の段階で治療を始めれば医療費は安くなることが多いです。

検診では、初期の段階のがんを発見することができます。町のがん検診で見つかったかたのほとんどが初期の段階のがんで発見されています。初期に適切な治療を受けることで、体の負担を少なくすることができます。

津南町のがん検診情報

①無料のがん検診

(H24年4月2日～H25年4月1日の間に下記の年齢になるかたが対象です。)

【胃がん・大腸がん・乳がん】

40歳、45歳、50歳、55歳、60歳

【子宮頸がん】

20歳、25歳、30歳、35歳、40歳の女性
無料の検診が受けられるのは今年度だけ！早めにお申し込みを！

②三点セット検診

40歳～49歳国保のかた限定

- 1、特定健診
- 2、大腸がん検診
- 3、胃がん検診

この3つの検診を受けるとうれしい景品がもらえます！

上記の対象以外で、まだ申し込みをされていないかたもお申し込みをお待ちしています。

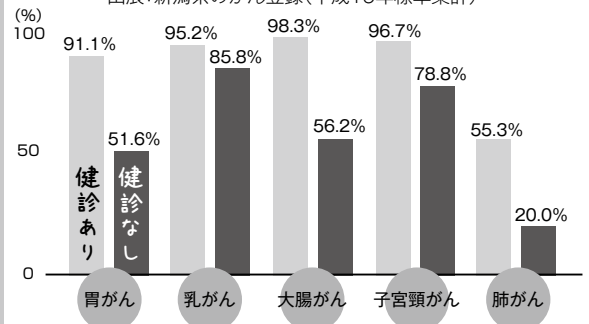
■お申し込み・お問い合わせ先

福祉保健課 健康班 TEL765-3114

「どこも痛くない、健康だから大丈夫」と思っているかたが多いと思います。初期のがんは自覚症状の有無では判断できません。検診を受けていないかたは、今年も検診を受けなくて大丈夫ですか？毎日寝る前に歯をみがくことが当たり前になっていくように、がん検診を定期的に受けることを習慣にしましょう。いつもの暮らしに、がん検診を。

【がん検診の有無による5年生存率の違い】

出展：新潟県のがん登録(平成19年標準集計)



健診でがんを早期発見できれば、いずれの場合も5年生存率の数値は高くなります。定期検診による早期発見と早めの治療が大切です。

がん検診については県HPで詳しくご紹介しています。

新潟県 がん検診



◎巨大な人形と練り歩く!?

穴山集落の「国境を越えて」を製作した林舜龍(リン・シュンロン)さんが関わる「タダ創意+差事劇団」が、「地母」という巨大な人形を大勢で押しながら練り歩く「巡礼・祈りの旅」という作品を展開します。4/29には「地母」人形を縫うワークショップが行われました。「巡礼・祈りの旅」は穴山集落と上野集落、そして大地の市でも開催予定です。

◎大地の市出店者募集

5/9に出店希望の個人・団体が集まって会議をしました。なにぶんはじめての試みなので手探り状態で、あーだこーだと意見交換。まだ出店申込も受け付けています。おら売るもんはねえけど来訪者の話相手になるよ、というかたがいたらそれも歓迎！出店料は無料。知恵を出し合って、参加者も来訪者も楽しめる場を創りましょう。

大地の市から

大地の芸術祭
越後妻有アートトリエンナーレ2012

津南あゝともりあげ隊が、津南エリアの大地の芸術祭に関する情報をお届けします！

■お問い合わせ
地域振興課 TEL765・3115

◎センス・アート・スタジオが龍に関わるあれこれを調査中

5/5〜9に香港のセンス・アート・スタジオのメンバーが上野に滞在。作品制作にむけて、上野集落を中心に「龍」にまつわるあれこれを調べていきました。まだまだ情報募集中。津南で「龍」にまつわる場所やお話などの情報をご存知の方は、ぜひ教えてください。

◎前売パスポート発売中!

パスポート前売券発売中です！大人1人3,000円(当日券3,500円)のところ町民は1,500円割引、中学生以下は無料！詳しくはこの広報に同梱のチラシをチェック！

◎地元ガイド募集!

芸術祭期間中は多くのツアーバスが運行されます。この機会にツアーバスのガイドボランティアに挑戦してみませんか。ガイド養成研修もあるので、話し下手でも、美術の知識がなくても大丈夫！ガイドはお客様と直接触れ合える楽しい仕事です。

津南石造物散歩

180

つまり石仏の会

文責 桑原和位

阿弥陀三尊梵字碑

津南町で建立年月の刻まれている石造物に、永和四年(1387年)七月とある阿弥陀三尊梵字碑があります。(津南町史上巻・年表に、○赤沢に「永和4年7月」紀年銘板碑建つと記載されています)

岩波版日本史年表(1995発行)を参考にしますと将軍足利義満の時代で、義満が権大納言となり、室町第(花の御所)に移る年です。

関東管領上杉能憲がこの年に没します。また全国に三日病が大流行し、死者が多数出て、世情の不安な年でした。

仏教の面では、室町幕府が五山十刹禅宗で最高格の五寺とそれに次ぐ十の大寺(いう)の制を定めたり、諸国に設置した寺を安国寺、塔を利生塔と名付けたころです。

阿弥陀如来の功德によって極楽往生ができるという浄土信仰は早くから信じられていたようですが、平安中期の僧侶空也(903〜972)や源信(942〜1017)が浄土教を唱えてからより盛んになりました。平安末期に法然(1133〜1212)が浄土宗を、鎌倉初期に親鸞(1173〜1262)が浄土真宗を開いてから阿弥陀信仰は最高潮になったといわれます。

「南無阿弥陀仏」の六字名号さえ唱え

れば、誰でも極楽浄土に往生できると説くところから、「南無阿弥陀仏」の名号を彫った石碑が各地に多く建立されます。

津南町でも六字名号塔が1700年頃より建立されはじめました。私たちの調査では阿弥陀如来12体・六字名号塔29体が確認されています。

阿弥陀三尊の像容を刻した石仏は津南町では見ることができませんが、長野県の石仏探訪に出かけた折に撮った写真をもとに像容を記しますと、立像の阿弥陀仏の左に蓮華を持つ観音菩薩を、右に合掌している勢至菩薩を脇侍しています。その姿は阿弥陀三尊が臨終に際して極楽浄土への来迎を示す表現をしています。案内してくださった先達のお話では、紀年銘はないが脇侍の像容から推測すると江戸中期の建立だろうということでした。古くは、板碑に阿弥陀如来一尊のものや、観音勢至菩薩を伴う阿弥陀三尊の梵字を刻むものが信州や越後にはたくさんあるとのことでした。

阿弥陀三尊梵字碑



津南町赤沢

新緑が色鮮やかに感じられるこの頃になりましたね。また山菜の季節でもあります。

今回紹介する料理は「いちご大福」です。6月になると自家用のいちごがなります。ジャムにするのもいいですが、大福もいいですよ。

<材料>

- 白玉粉 80g、砂糖 80g、水 140cc
- いちご 8個(小粒のもの)
- こしあん 160g(白あんでも可)、片栗粉適宜

<作り方>

- ①いちごを洗い、ヘタを取り、水気を拭き取る。こしあんを8等分にしていちごを包む。
- ②レンジ容器に白玉粉と水を入れて混ぜ、砂糖を加えて混ぜる。だまにならないようによく混ぜる。
- ③ラップをしてレンジで3分30秒～4分加熱する。
- ④混ぜて、ひとかたまりにし、片栗粉を広げた皿に入れる。片栗粉を手粉にして8等分にする。
- ⑤④の生地を丸く広げて①を包んでできあがりです。



おやつにいかがですか。小さいお子さんがいるご家庭では、いっしょに作るのもいいですね。



山田麗艶 (芦ヶ崎)
津南の男性、がんばってくださいー!



林トシ子 (副会長・陣場下)
津南の独身の皆さん、結婚って一もんですよ〜♡



山田泰 (会長・陣場下)
一組でも幸せなカップル誕生を!



山岸君江 (下加用)
悩んでいるなら話、聞きますよ。



藤ノ木美知子 (太田新田)
人生いろいろ、応援します。



金子蘭 (相吉)
津南の女性もがんばっていきましょ〜♡



恩田稔 (鹿渡)
相談員になりたてですが、頑張ります!



富澤由紀 (谷内)
津南の男性は優しいし、シャイですよ。



根津サヨ子 (正面)
パツ1でもパツ2でも人生のパートナーに出会ってほしいです!

5月11日に今年度一回目の相談員会議が開催されました。「ここらで町内の皆様に私たちの顔を知らせてもらう必要がありますね。」という相談員さんの心意気をお届けします。よろしくお願ひします。



今号は12人の結婚相談員さんをご紹介します。それぞれの特性を生かした相談員としての活躍が期待されています。見かけたらお気軽に声をかけてください。この笑顔で親身にご相談をお受けいたします。



福原香 (外丸)
私たちが開催する行事に参加して下さい!!



福原茂宝 (大割野)
積極的にイケイケでいきましょう!



樋口友茂 (卯ノ木)
津南の人口、増やしましょう!

なじよもん通信

NAJYOMON TSUNAN



5月4日「なじよもん特製縄文服」を着て「縄文丸ごと体験」



5月5日 仲丸貴継氏ギャラリートーク

戸籍の窓

おめでとう
ございます (出産)

- 関沢 晴(中子) 亮太さん 美由紀さん
- 宮川 美春(陣場下) 健一さん 洋美さん
- 石橋 陸空(割野) 憲司さん 麻衣子さん
- 中澤 凌央(中深見) 正樹さん 聖子さん
- 藤木 明桜(米原) 啓宇さん 文香さん

すえながく
おしあわせに (結婚)

- 大口 祐樹さん(米原) }
柳沢 愛さん(卯ノ木) }
- 大口 雄太さん(米原) }
石沢 真理さん(亀岡) }
- 小林 伸太郎さん(羽倉) }
藤ノ木 利子さん(美穂) }
- 山本 大輔さん(上野) }
山田 智美さん(十日町市) }
- 涌井 一重さん(相吉) }
村山 綾子さん(十日町市) }

おくやみ
もうしあげます (死亡)

- 中島 廣三さん (84歳・大井平)
- 涌井 良雄さん (73歳・正面)
- 藤ノ木 イサさん (86歳・船山)
- 金子 博文さん (83歳・相吉)
- 吉野 政明さん (61歳・十二ノ木)
- 津端 正一さん (83歳・鹿渡)
- 石田 一三さん (86歳・逆巻)
- 岡村 ナミさん (97歳・秋成)
- 島田 正子さん (70歳・宮野原)
- 瀧沢 正雄さん (79歳・陣場下)
- 宮沢 トシ子さん (74歳・卯ノ木)
- 福原 松子さん (82歳・鹿渡)

なじよもんではゴールデンウィークにたくさんのお客様にお越しいただきました！体験実習をされている皆さんの表情は、時に真剣、時に笑顔！終了後は達成感いっぱい満足顔で帰っていただきました！
現在、なじよもんでは夏に向けて準備を進めています！！

○春季企画展 「魚沼玄人～仲丸貴継の世界～」 6月10日(日)まで

大好評をいただいております当企画展も、まもなく会期が終了いたします。墨彩画、書、陶芸とさまざまな分野を展示し、画は販売もしております。皆様のお越しをお待ちしております。

◀6月の予定▶

地域ギャラリーでは、なじよもんのショップに出品して下さっている「はつめの会」の皆さんの新作展示会(6月1日(金)～7月1日(日))が開催されます。展示会の入場は無料で、販売も行います。お気軽にお立ち寄りください。
次回企画展は、6月20日(水)～6月24日(日)を会期に、津南町出身の日本画家である津端道彦氏の展示会を開催予定です。津南町で所蔵されている作品が展示される予定です。
また、津南学講座を6月～7月に実施します。今回は、「津南における民権運動」と「善光寺地震」をテーマに講演していただく予定となっています。詳細は、来月号にてお知らせいたします。

6月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象
2日(土)	13:30～ こだわりの勾玉	600	低学年から
3日(日)	9:00～ カラムシー番刈、畑手入(草取り) 野外	無料	高学年から
	9:00～ 雑穀播種 野外	500	低学年から
6日(水)	13:30～ 土器作りパートI(粘土こね)	600	低学年から
	10:00～ 天体観察 金星太陽面通過	300	低学年から
10日(日)	9:00～ 身近な薬草	400	低学年から
16日(土)	9:00～ 水辺の生物観察会 野外	500	低学年から
17日(日)	9:00～ 津南の湧水探検	900	低学年から
23日(土)	19:30～ ホテル観察会	300	低学年から
24日(日)	9:00～ 雑穀ウロヌギ 野外	500	低学年から
	13:30～ 土器作りパートI(粘土こね)	600	低学年から
30日(土)	8:30～ 小松原の謎を探る 野外	900	低学年から

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

※友の会の皆さんは半額です。

発行/津南町役場 〒949-8292 新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡4585 TEL.025(765)3111(代) FAX.025(765)4625
ホームページ http://www.town.tsunan.niigata.jp/ 電子メール info@town.tsunan.niigata.jp ■編集/総務課総務班

表紙の写真 5月3日に行われた成人式に106人の新成人が参加しました。表紙に表紙の写真を載せました。

この紙は再生紙を使っています

津南町の人口

5月1日現在()内は前月比
 ■人口10,843(-13) 男5,277(-9) 女5,566(-4)
 ■世帯数3,655(12) ■転入/23 ■転出/28 ■出生/4 ■死亡/12 ■婚姻/5

