

広報 **おん**

新潟県津南町

2012 No.612

6.20

tsunan.town



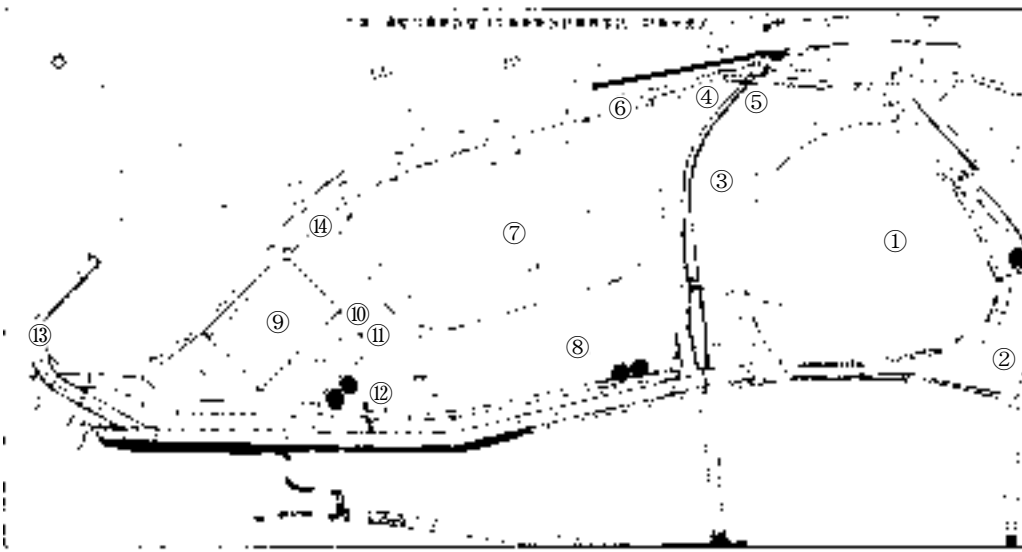
主な内容

- 中津川運動公園再整備と総合センター耐震工事のお知らせ .. 2-3
- まちかどスケッチ 4-5
- かわらばん 町民マラソンほか..... 6
- T a p でいこう..... 9

中津川運動公園再整備と 総合センター耐震工事のお知らせ

長野県北部地震の影響により延期となっていた中津川運動公園の再整備事業と、耐震補強を行う津南町総合センターの計画についてお知らせします。

中津川運動公園は、117号大倉バイパス工事の掘削土置き場として、長年使用できない状態が続いていました。大倉バイパス工事の完了とともに再整備を進めることにしていましたが、長野県北部地震等の影響で、工期と工事内容の変更を余儀なくされました。今年度も雪消えとともに完成を目指して工事が始まっています。野球場を含め、現在の中津川運動公園を利用されている皆様にはご不便をおかけしますが、完成までご協力をお願いします。



■完成予定

平成24年12月

■工事費

約3億9千万円

(平成23～24年度)

■整備内容

- ①野球場は、現状のままですが、マウンド付近に散水施設を設置します。
- ②バックネット裏に観覧席を設置し、少し低かったところも従来の駐車場の高さまで埋め立てて、駐車場と駐輪場を設置します。
- ③外野レフト側の外側は駐車場になります。全体的に野球場に向かって緩やかなスロープになります。
- ④昨年まであった作業用の土砂搬入路はなくなりませんが、水路は残ります。
- ⑤国道からは、階段で降りられる歩道を作ります。
- ⑥巾25メートル、一周約1キロメートルのジョギング・ウォーキングロードを設置します。
- ⑦サッカー場やゲートボールコートも兼ねる多目的グラウンドは、400メートルトラック3レーンと直線100メートル7レーン、走り幅跳び、走り高跳びの部分が透水性ゴムチップ舗装となり、雨天でも使用可能となります。(トラック内側のサッカー場は土です)
- ⑧ゲートボールコート4面(外側に球が出ないようにネットを設置します)
- ⑨テニスコート3面(人工芝、ナイター照明設置)
- ⑩水洗式ユニットトイレ(男、女車いす対応トイレ)1か所
- ⑪更衣室1か所、用具入れ倉庫3か所
- ⑫スペースが限られているので十分な子ども用の遊具は整備できませんが、ブランコや滑り台、ムービング木馬を設置し、そこから既存の芝生公園へ降りられるように連絡用階段を設置し、一体となった活用がしやすいようにします。
- ⑬公園への進入路は直線的になり、車両等の乗り入れが容易になります。
- ⑭テニスコート以外の施設(グラウンド、ゲートボールコート)の夜間の使用は想定しておりませんが、危険防止のために防犯灯を設置します。



総合センター

センターは、建築後40年以上が経過し、老朽化が進んできました。この施設は、社会体育施設としてだけでなく、調理場や会議室等も備えていることから町の防災計画では、大割野や正面等中心地域の避難場所の一つにも指定されるなど、重要な施設となっています。そこで、今年度、総合センターの耐震性を上げて、より安全な施設とするための改修工事を行うことになりました。なお、この工事の期間中は体育館が使用できなくなることもあり、この機会に、少しでも使い勝手の良い施設にするための改修もあわせて行うこととしました。工事期間中は利用者の皆さんにご迷惑とご不便をおかけすることになります。他の学校開放施設等を利用していただくなど工夫とやりくりをしていただきながらご協力をお願いしたいと思います。

■完成予定

平成25年3月

■工事費

約1億2千万円

■整備内容

- ①耐震改修工事
耐震強度が不足している屋根部分の改修を行います。足場を体育館にかけて補強工事を行いますので、おおむね4か月強の間、使用できなくなります。
- ②屋根改修工事
老朽化した既存屋根材を撤去して新しくします。
- ③外壁改修工事
外壁の塗り替えを行い、ひび割れを補修します。
- ④スロープ改修工事
玄関内部にスロープを新設します。
- ⑤1・2階トイレ改修工事
床段差をなくし、内装を新しくして、洋式便器・手洗い器を新しくするとともに、シャワーはお湯が使えるようにする予定です。
- ⑥3階ギャラリ改修工事
ロッカールームの壁を撤去し、ワンフロアとし、多目的に使えるスペースとします。
- ⑦空調改修工事
1階職業指導室と和室にエアコンを設置し、利用しやすくします。
- ⑧その他
職業指導室の内部を改修し、

使い勝手を向上させるほか、体育館の雨漏り部分の床の不陸調整を行う予定です。

なお、今回お知らせした内容は、現在実施設計の途中の内容ですので、今後、工事内容が多少変更することもありますのでご了承ください。



津南町教育委員会 教育長 桑原正

よくある質問にお答えします。

Q 中津川運動公園に子どもが遊べる公園やサイクリングコースはできますか？

A 整備内容でも説明しましたが、公園自体の広さに制限があり広いスペースを取ることができません。多少の遊具を設置しますが、既存の芝生広場との連絡通路も設置しますので、併せてご利用ください。付近の公園等の整備については、中津川床固工群の進捗等も視野に入れて総合的に検討する必要があると考えます。

Q 総合センターの改修工事期間中の施設利用はどうなりますか？

A 現在の工事予定では、大会やイベント等で体育館を使う予定が混んでいる夏場は体育館以外の工事を先行させ、大きい利用が少なくなる11月から2月くらいまでの期間で体育館の工事を行う予定です。また、一階部分の改修も行いますので、その期間には利用できない部屋も出てきます。工事日程等が確定したら、事前にお知らせしますので、他の学校開放施設等を活用ください。

Q 総合センターは改修するより建て替えをしたほうがよいのではないですか？

A 近年、地震等の大規模な災害が多発しており、それに対応する防災面での耐震補強が今回の工事の最優先目的です。施設の更新計画は、大きな経費負担を伴う事業ですので、今後、町の長期計画等の中で十分な検討をして行かなければならない課題です。

NEWS
03

大規模な水防演習に参加

— 5/27 信濃川・魚野川水防演習 —



↑ 長岡の大手大橋脇の河川敷で木流し工法訓練をする町消防団員

河川流域の市町村、国県の機関が連携して行う大規模な水防演習に津南町消防団も参加しました。

演習当日は、消防団員による演習だけでなく、防災ヘリも出動するなど、近年県内を襲う水害に対する備えの確認を行いました。

NEWS
04

来春 地元就職希望者増 ピンチでチャンス？

— 町内企業への就職先確保へのお願い —



↑ 町商工会長に来春卒業生への就職先確保の依頼をする津南町長とハローワーク所長

ハローワーク十日町の調べによると、来春の地元就職希望者が、昨年の同時期と比較し増加していることがわかりました。

そこで津南町では、町商工会と地元企業を町長とハローワーク所長で訪問し来春の地元就職希望者の就職先確保のための依頼を行いました。

昨今の厳しい経済情勢もあり、地元雇用を急に増やすことは困難ではありますが地元へ就職する若者が増えることは、少子高齢化となってしまった町の構造を変えるチャンスでもあります。

地元事業所の皆さまのご協力、またご家族のご支援をお願いします。

つなん まちかど スケッチ

Tsunan Event Sketch.



NEWS
01

自立した子どもを育てよう

— 育ネットつなん教育懇談会(中津) —



↑ 行政説明だけでなく、若者の意見を聞く場を設けた中津地区

「強くて、やさしい子」を育てることを目標に、昨年度から動きはじめた津南町教育委員会。その方針説明会を地区ごとに行っています。5月15日に中津小学校で行われた懇談会では、20代の若者の意見を聞く場を設けました。参加者の中からは「若者の意見を出せる機会が少ない」という声も聞かれました。この懇談会は、今後も学校区ごとに行われていきます。

NEWS
02

右・左・右 よく見て渡ろう

— 幼児交通安全教室 —



↑ 手をあげて横断歩道を渡る子どもたち(上郷保育園)

各保育園での幼児と保護者を対象とした幼児交通安全教室が開催されました。子どもの頃からしっかり交通ルールを守って、事故にあわないよう注意しましょう。

横断歩道で子どもが待っていたら、安全に渡れるようにドライバーもご協力をお願いします。



①



②



③



④

①家族でも楽しめる!! ②参加者のみなさん ③正面集落から見た信濃川 ④コース一番の難所「咀滝(そたき)」

信濃川でゴムボートを使った川下り(ラフティング)を行うイベント「信濃川リバーフェスティバル」が行われました。3年ほど前から新たな観光資源として信濃川でのラフティングが行われており、このイベントでは、信濃川への関心を高めよう目的から、地元住民に安価で体験してもらっています。クアハウス津南からスタートし、下船渡本村までを約1時間かけて下ります。信濃川は、私たちのそばにいつもある川ですが、昔に比べ、魚を捕ったり、泳いだりといった接点が薄らいでいるように感じられます。そんな時代ですが、参加者たちは、ラフティングを通して、水を浴び、肌で冷たさを感じ、川の匂いを嗅ぎ、五感で川を身近に感じ共感することができたようです。

小型ショベルローダーを1年貸与



↑ 1年間無償で貸し出されたショベルローダー

株式会社諸岡もろおかさまから、小型ショベルローダーを1年間無償貸与されることになりました。これは、昨年度の豪雪の様子をテレビで知り、小回りのきく同社の機械を役立ててほしいということで実現されたものです。ありがとうございます。

秋山郷の美しさを伝えたい

— 秋山郷観光大使に山本治之氏任命 —



↑ 観光大使に任命された山本治之氏(中央右)

津南町、栄村にまたがる秋山郷の景色を約2年半かけ撮影し、この春に写真集を発行したプロカメラマン山本治之氏が、秋山郷観光大使に任命されました。山本氏は、秋山郷の美しく神秘的な景色を今後、写真展などを通じて全国に発信していきます。

暮らしの載 見て・知って・得をする！
情報満

かわらばん



町民マラソン大会

参加者募集

小学生から一般参加者が総合センター周辺コースを駆け抜けます。大勢の参加をお待ちしています。

■日時

7月8日(日)午前9時～受付

■種目

- ・小学1・2年男女 2 km
- ・小学3・4年男女 2 km
- ・小学5・6年男女 2 km
- ・中学生・高校生・一般 3 km
- ・一般(高校生を除く) 2 km

■会場

津南町総合センター周辺

■お問い合わせ

津南町総合センター
TEL 765・5776

警察官募集

警察官を次のとおり募集します。

■受付期間

7月6日(金)～8月16日(木)

■試験日程

第1次試験 9月16日(日)

■受験資格

○警察官A(大学卒業者)

昭和57年4月2日以降生まれで、大学卒業者または平成25年3月31日までに卒業見込みの者

○警察官B(大学卒業者以外)

昭和57年4月2日～平成7年4月1日までに生まれた者で警察官Aの受験資格がない者

■採用予定日

平成25年4月

■お問い合わせ

十日町警察署(Tel 752・0110)または新潟県警ホームページをご覧ください。

消防士募集

(十日町地域広域事務組合職員)

平成25年度採用の職員(消防士)を次のとおり募集します。

詳細については十日町地域消防本部にご確認ください。

■募集職種・人数

消防士(上級及び初級) 若干名

■受験資格

- ・共通
- ①身体強健で、大型自動車運転免許取得可能な人
- ②十日町市・津南町に居住可能な人
- ※昭和62年4月2日以降に生まれた人
- ・上級
- ・初級

大学卒業者(来春卒業見込者含む)

高校卒業者(来春卒業見込者、短期大学など上位の学校の卒業者または在学者含む)

※上級有資格者は初級試験の受験不可。

■試験方法(第1次試験)

- ・期日 8月19日(日)
- ・会場 受験者に通知
- ・試験科目
教養試験、消防適性検査、作文、体力試験

※1次試験合格者には、後日2次試験を実施します。

■受験申込み

7月2日(月)～20日(金)

■お問い合わせ・申込先

十日町地域消防本部総務課庶務広報係
TEL 757・1556

改正育児・介護休業法が 7月1日から全面施行されます

改正育児・介護休業法で従業員数が100人以下の事業主に適用が猶予されていた次の3つの制度について、平成24

年7月1日から全ての事業主に適用になります。

①短時間勤務制度

3歳未満の子の育児のために1日の所定労働時間を原則6時間以下とすることができる制度です。

②所定外労働時間の免除

3歳未満の子の育児のために残業が免除される制度です。

③介護休暇

介護などの必要がある場合、その日について仕事を休むことができる制度です。

■お問い合わせ

新潟労働局雇用均等室
TEL 025・288・3511

6・7月は学卒者 求人確保強化月間です

新潟労働局・ハローワークでは、新潟県ほか関係機関と連携して、6月・7月を「学卒者求人確保強化月間」と定め、平成25年3月新規学卒予定者及び未就職卒業者を対象とする求人の確保を強化することとしています。

事業主の皆様におかれましては、学卒者の応募機会の拡大についてご理解とご協力をお願いします。

■お問い合わせ

十日町ハローワーク
TEL 757・2407



熱中症

津南病院内科 村山 伸介

熱中症は、身体に異常に熱がこもったり、脱水になったりして引き起こされる適応不全の状態の総称です。したがって一年中、屋内・屋外を問わずまた誰にでもおこり得る症状です。

急激な温度上昇時や作業を始めた数日間、特にかかりやすく注意が必要です。5歳以下の幼児や65歳以上の高齢者は、周囲の人が気をつけなければなりません。健康な大人でも脱水状態、発熱、睡眠不足などの体調不良の時には注意してください。心臓病や高血圧、糖尿病の薬の中には、体温調節などの生体防御反応に影響を与えるものがありますので服薬しているかたは主治医とご相談ください。

予防としては無理をせず休憩を取り、睡眠も十分に取ります。また水分や塩分の補給をこまめに行ないましょう。その際、いわゆるスポーツドリンクは、熱中症対応には力不足で塩分の補給には味噌汁やスープなど塩気を感じられる位が適当です。お茶と漬物も良い組み合わせです。一過性の過剰な塩分摂取はまったく心配なく、むしろ水分のみの補給が続くと、水中毒になってしまうと非常に強い倦怠感におそれ、生命が危険な状態になりかねません。

熱中症になってしまったら、涼しい場所に移動し水分や塩分を少しずつ補給します。さらに少量の水をかぶったり、濡れタオルなどで冷やしたりし、周りの人に助けを求めましょう。場合によっては病院への受診を検討してください。

Annuity corner

年金コーナー

国民年金の

任意加入制度について

老 齢基礎年金は、20歳から60

歳になるまでの40年間、保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

昭和61年3月以前のサラリーマン世帯の専業主婦や平成3年3月以前の学生については、国民年金へ加入するかどうかは、

ご本人の意思で決められています。国民年金に加入していなかった期間や、やむを得ない事情により国民年金保険料を納められなかった期間は、それに応じて年金額も少なくなります。このような場合で保険料の納付期間が40年間（480月）に満たないかたは、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額の年金に近づけることができます。任意加入対象者は次の条件を全て満たすかた

となります。

①国内に住所を有する60歳以上65歳未満のかた

②老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けていないかた

③20歳から60歳までの年金保険料の納付月数が480月未満のかた

なお、老齢基礎年金を受給するためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます。

【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、このコーナーで紹介いたします。(敬称略)

- 3800日 桑原マサノ(貝坂)
- 3400日 桑原セエ(米原)
- 2800日 涌井元實(宮野原)
- 700日 大倉時江(小下里)
- 100日 大平重雄(割野)、福原久(外丸)

主な運動:水中運動、健骨体操、ラジオ体操、踊り。

議会コーナー

＜実施された行事＞

- 〔5月〕
25日 新潟県特別豪雪地帯市町村議会定期総会
29日 第37回全国町村議会議長・副議長研修会
30日
- 〔6月〕
5日 全員協議会
5日 議会運営委員会
12日 平成24年第2回津南町議会定例会開会
～14日

＜今後の行事予定＞

- 〔6月〕
27日 町有林現地調査
29日 新潟県町村議会議長会臨時総会
- 〔7月〕
5日 全員協議会
11日 埼玉県狭山市議会との懇談会(狭山市)



地域包括支援センターです

介護を長続きさせるコツ

上手な対応と適度な息抜き

介護教室のお知らせ

「つな在宅介護教室 介護の知識や対応を学ぼう」



町では、在宅で介護をしているかたを対象に「つな在宅介護教室」を今年度も開催します。この教室は、要介護者の病気を理解し、介護方法や対応、知識を学ぶことにより、介護負担の軽減を図るとともに、介護者同士の交流を目的に開催します。

家庭で介護を行っているかたや関心のあるかたの参加をお待ちしております。※事業の一部を町内2カ所の社会福祉法人に委託して実施します。

各教室開催前には、町広報紙など詳細をお知らせいたしますので、参加を希望されるかたは、その都度申込願います。

(参加希望者には会場までの送迎を行う回もあります。)

今年度は以下の日程で開催する予定です。

- 7月12日(木)
 - 内容 認知症サポーター養成講座
 - 会場 役場3階大会議室

- 8月29日(水)
 - 内容 福祉用具と住宅改修のポイント
 - 会場 役場3階大会議室
- 10月24日(水)
 - 内容 口腔ケアについて
 - 会場 役場3階大会議室

- 12月1日(土)
 - 内容 介護者のリフレッシュ・認知症高齢者のレクリエーション
 - 会場 クアハウス津南
- 平成25年3月13日(水)
 - 内容 高齢者の食事づくり
 - 会場 町保健センター

「認知症家族教室(さくら会) 同じ経験を持つ仲間と交流しましょう」



認知症のかたを在宅で介護している家族のかたを対象に「認知症家族介護教室(さくら会)」を開催しています。

日常の困っていること、工夫していることなど話し合いをしながら負担軽減・介護疲れを解消することなどを目的に開催しています。

また、認知症のかたが利用できるサービスなどについても紹介します。実際に介護をしているかたや関心のあるかた、過去に介護経験のあるかたや男性介護者のかたなどの参加をお待ちしております。

- 【今年度の予定】(会場：町保健センター)
 - 6月26日(火)
 - 8月9日(木)
 - 10月9日(火)
 - 12月11日(火)
 - 2月19日(火)
- ※その他、男性介護者の集いを計画しています。

「介護者のつどい 介護者交流(リフレッシュ)事業」



介護の疲れをいやし、心身のリフレッシュをはかることを目的に介護者交流(リフレッシュ)事業を年2回実施します。※事業の実施を町社会福祉協議会に委託して実施します。

在宅で要介護高齢者の介護にあたっては、いるかたや障害を持っておられるかたの介護にあたっては、いるかたの参加をお待ちしております。

今年度の1回目の日程などは以下のとおりです。

- 8月5日(日)
 - 内容 在宅介護者1日慰安旅行
 - 行き先 柏崎方面

2回目の内容などについては決定しましたら、町広報紙などでお知らせいたします。

※各事業とも、日程、内容、会場が変更になる場合がありますので、ご了承願います。

- ☆各事業についてのお問い合わせ
- ・つな在宅介護教室
- ・認知症家族教室
- 津南町地域包括支援センター
- Tel 765-5455
- ・介護者のつどい(介護者交流事業)
- 津南町社会福祉協議会
- Tel 765-3774

Tap でいっしょ!!

昨年度から「つながり」をキーワードに「あくしゅ・あいさつ・ありがとう」をたいせつにして「元気づくりと幸せづくり」を目指して、Tapという組織が活動を始めています。
今回は現在までに実施してきたイベントや教室の活動報告と今後のお知らせをします。

Tapではスポーツ振興くじtotoの助成を受けて平成25年2月に総合型地域スポーツクラブの設立を目指しています。

【 Tsunan豪雪地面出し競争 】

4月14日に第1回Tsunan豪雪地面出し競争が開催されました。今年は豪雪だったこともあり4月にも関わらず積雪が1m40cmも残っていました。優勝チームはなんと4分50秒で地面を出しました！



【 エンジョイライフプロジェクト 】

■びんぼん卓球&楽しくエアロビクス
2月から始めた卓球とエアロビクスは好評につき現在も活動を続けています。40代〜60代のかたがたが毎回楽しい汗を流しています。皆さんも一度足を運んでみませんか？

【 キッズわんぱくランド 】

■えいごであそぼ
6月10日に保育園児と小学校低学年を対象に「えいごであそぼ」を開催しました。教室内では先生と子どもたちが楽しく英語と親しんでいました。



【 今後のスケジュール 】

○キッズわんぱくランド

■帰宅前にあそんじゃおう！

対象：保育園児と保護者
日程：7月6日(金) 北部保育園
7月23日(月) ひまわり保育園
時間：16時15分～17時30分
料金：1人300円(1人毎追加100円)

○キッズプレスポ

対象：小学生1～3年生
日程：6月22日、29日、7月6日、13日(金)
時間：19時00分～20時30分
場所：津南町総合センター職業指導室
料金：保険代1,000円
チケット11枚4,000円 5枚2,000円
※参加1回につき1枚必要です。

○エンジョイライフプロジェクト

■びんぼん卓球

対象：40代～60代までのどなたでも
日程：6月25日(月)、7月2日(月)、9日(月)
時間：20時00分～21時00分
場所：津南町総合センター体育館
料金：1,000円または1回500円

■楽しくエアロビクス

対象：40代～60代までのどなたでも
日程：毎週月曜日
時間：(昼) 10時30分～11時30分
(夜) 19時00分～20時00分
場所：津南町総合センター職業指導室
料金：チケット11枚4,000円 5枚2,000円
※参加1回につき1枚必要です。

○小松原湿原散策

対象：小学生から大人まで
日程：6月30日(土)
時間：8時30分～15時00分
集合：なじよもん
料金：900円

○津南を愛する若者よ 集え！

■oni game

日程：7月14日(土)
会場：なじよもん
対象：20歳以上40歳未満
料金：別途徴収
※終了後にはBBQ開催も企画中



「雨の名前」

高橋順子/文 佐藤秀明/写真 2,400円(税別) 小学館

一年を通して、「雨」を表す名前を多く持っている日本。「雨」がこんなにも私たちの暮らしと繋がっているとは、新たな視点で「雨」を味わう一冊です。

夏 至の前後、6月上旬から7月下旬にかけて長く降り続く雨、「梅雨」の時期です。
この「梅雨」という現象、地球規模で見ると中国長江流域、朝鮮半島南部、そして日本のみの現象とこの。「つゆ」の語源には諸説あるようですが、「梅」の字を当てるのは、梅の実が黄熟するころと季が重なるためのようです。
6月といえば、洗濯物が乾かない、食べ物の保存に気を使う、じとっとしたマイナスイメージが強いですが、今月の一冊「雨の名前」の著者は、こんなふうな文中で表現しています。『季節の雨、朝晩の雨、強弱、大小、ある時はしつとりと降りかかると、雨に一喜一憂、それぞれをふさわしい名で呼んできたようだ。』中略

「そこには雨の物語がある。』確かに、心待ちにしていた行事やイベントも、雨に降られたときほど記憶は鮮明に残ったりもします。雨でなかったら出合うことのなかったらこそ、印象に残っているというのでしょうか。
雨の中、皆さんも物語を探しにかけてみてはいかがでしょう。今月は、雨が恋しくなってしまうような本をご紹介します。



「みずちんぽん」

新井洋行/作 童心社

「びびちゃー」、次にページをめくると「ぼと ぽた ぽしゃ」ページをめぐるごとに増しながら落ちてくる「水」の量に思わず期待してしまいます。音もつい声に出したくなります。あゝ早く雨の日にならないかな!!

「雨の日のかんたんあそび」
頭金多絵/著、ナツメ社
雨の日の室内遊び?! いやいや、それだけではありません。「雨の日でもできる外遊び」です。もちろん晴れの日のように長時間というわけにはいきませんが、短時間限定の楽しい外遊びアイデア満載。ごっこ遊び、造形遊び、言葉遊び、歌あそび、お話し遊び、と各ジャンルで紹介。頼もしい保育の味方となる一冊です。

「ひとつずつの水 A DROP OF WATER」

ウォルター・ウィック/著 林田康一/訳、あすなろ書房

ひとつずつの水から、見えてくるさまざまなこと。最後にご紹介するのは、ひとつずつの水の“終わりのない旅”。水は絶えず地球をめぐっています。時に姿を変え、ときに目には見えない空気の中にまぎれて。自然という大きな力を改めて感じる一冊です。

●お知らせ●

図書室内の敷きカーペットの張り替え工事を9月中に予定しております。工期が3週間ほどかかります。その間は、図書室は臨時休館とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

Pen Relay

本とわたし

山田勲さんから
紹介する本
自然農・栽培の手引き-いのちの営み、田畑の営み-
監修/川口由一 著者/鏡山悦子 出版社/南方新社
原田義一さん(中子)

春が訪れ、田や畑に稲や種をまく。この一つの作業から収穫までの間、人によって栽培方法が違います。その中で、この本の川口由一さんは、耕さず、持ち込まず、持ち出さず、草や虫を敵とせずの栽培方法を行われています。いわゆる「自然農」という方法です。「自然農」とは、開墾の時に畝を作り、そのまま使い続けます。
一見馬鹿げた栽培方法ですが、自然のサイクルに従い、虫や草の生と死を見つめ、時と共に作物を栽培します。
この本に稲作、畑作の栽培方法、採取方法、保存の仕方などが細かく説明されています。その中で命の尊さ、大調和の生命の世界を教えてください。
耕し、肥料を与え、草を根こそぎ引き抜き、農薬や、除草剤をまく。この当たり前であった作業の根底を覆してくれたのがこの本です。

短歌

砂丘

並び待つ男子学生一斉に

傘閉じ通学バスに乗りこむ

列なりてよちよち歩む雛どりの

様に見ゆるも猫柳の花

緑風に吹かれ心の満たされて

一步踏み出す気力もどれり

雪残る庭に鶯の鳴く声す

春の到るを気付かずにあつ

間髪を入れずに豚肉ひと切れを

息子の弁当にさつと入れやる

山独活の天ぶらサクツと揚がりたり

蒲公英添へてやうやくの春

「あんば」作る母の仕草に重ねつつ

握ねては生地を鉢に打ち付く

雪残る苗場の峰を吹き来たる

風は汗ばむ肌をここによし

仏前に朝茶を注ぐこの茶碗

「ダイヤモンド婚」と記されてあり

生れし歌ちらしの裏に書き留めて

読み返しる夜の炬燵に

小学校卒業の孫を祝はんと

息子はわれらを招きくれたり

何事もなく今日一日を過ごせれば

よろこびとせる年齢になりたる

残雪の消え果つる日の間遠きに

河原柳の緑もたらす

「夕鶴」の舞台の如き夕焼けが

穏やかに朝の渚に寄る波の

白き水沫を撓めひろぐる

貝澤 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

立つ時も動く時にもどっこいしよ

掛け声一つで其の日始まる

新緑の所どころに残雪の

こごぞとばかり白に輝く(十二時にて)

先知れぬ人生なれば気負はずに

流れのままに老いを歩まむ

春嵐我が町襲い荒れ狂い

傷跡あまた残し去り行く

田植終へ朝な夕なに鳴く蛙

平和の証か自然豊けし

個人

胸うちに悲しみひみて月を見る

今宵涙が溢れ出るかな スマイルホームこたね 清水 貞子

岩すげ俳句会 (五月)

姉妹とも見紛ふ親子春菜摘む しげる

気ぜはしき雪解雫の屋下がり 妙

堰落ちてしづきのひかる春の水 れい子

一斉に空突き上げて辛夷咲く 貞

せはしげな紋白蝶とすれちがふ 房良

七匹の鯉生きてるし水温む 兎月

せぎぶしん終へ境内の花の宴 冬詩子

雪代の海へ海へと信濃川 酔花

金縷梅をかすかにゆらす風のあり 芳司

初桜初孫生まる双子かな 渡舟

富沢 キミ

板場 寛

滝沢 義正

柳沢 千ヨ

島田 眞之

僕も畑や田んぼをやっています。

もちろん耕すし、トラクターも使用しています。しかし、畑の片隅に、この川口由一さんの「自然農」畑を作り、小さな面積で、自家用の畑を作りました。多収穫ではなし、大きさも大小様々ですが、野菜はとれます。味は抜群においしいです。

この栽培方法をはじめた理由は、自分の子どもが産まれ、子どもに自然のままの野菜を食へさせたいと思ったこと、東日本大震災をきっかけに自分たちの子孫に残していきたい、守っていききたい地球、せめてこれ以上は汚してはいけないと強く思ったからです。

人ひとりの存在に大きな意味があるように、草一本、虫一匹にも大きな意味があるはず。庭の片隅でも、ほんのわずかな場所でもいいので、ぜひ、この川口さんの農法が広がることを強く願います。本を紹介しました。

分かりづらい文章で申し訳なく思っています。最後までお付き合いありがとうございます。次は、佐藤信之さんをご紹介します。

いきいき
大好き
津南町

水中運動教室に

参加してみませんか？

「いつまでも元気に生活するために」(開始11年目を迎えました!!)

「水中運動教室」の三つの効果

① 転倒予防に効果あり!!

「水中運動教室」は日常生活動作に必要な「白筋」を強化します。「白筋」は階段の昇降や転びそうになった時に支える筋肉で、鍛えることで転倒予防に効果があります。

「水中運動教室」は水の特性（浮力・抵抗）を利用して、ひざや腰にかかる負荷を少なく鍛えることで健康寿命を延ばし、元気な高齢者づくりに効果があります。

② 寝たきり予防に効果あり!!

事業を開始後3年が経過した平成17年度に、専門家等の協力を得て事業評価を行った結果、介護保険サービス（施設入所やデイサービス等）の利用状況から、水中運動教室利用者而非利用者では水中運動教室利用者のかたが「介護保険の利用者が少ない」ことがわかり「寝たきり予防」効果があることが明らかになりました。

③ 認知症の予防に効果あり!!

教室で実施している「健骨体操」は、2種類の体操をしています。「白筋」を鍛える体操と、「脳を刺激する」体操です。

脳刺激の体操では、普通の生活ではしないような手足を使った動きを行い、脳を活性化させます。体操をすると、脳が刺激され、神経細胞をつなぎ、認知症の原因となる脳障害の予防、障害や老化の始まった脳も改善します。

平成13年9月、明治学院大学高橋賢一名誉教授から「津南町を寝たきりゼロにする計画」が町に提案されました。
高齢者の健康増進を図り、健康で元気に農作業や自分のしたいことを生で
きる身体づくりを目標に「水中運動教室」がスタートしました。

平成23年度の申込時（継続参加者）のアンケートでは、次のようなご意見等があり、参加者の生活の質と体調の改善につながっています。

参加者の “声”

《生活の質のアップ》

「楽しく参加している」「友達ができて楽しい」「参加することで元気をもらっている」

《体調の改善》

「参加後は体調がよい」「腰痛が楽になった」「血圧が平常値になった」

平成24年度「水中運動教室」の申込について

～リニューアル工事で段差解消!!足腰悪くても大丈夫～

■対象者

- ・年齢 60歳以上（平成25年3月31日現在）
- ・自力歩行できるかた

■実施内容等

- ・内 容 水中運動・健骨体操（週一回の実施）
- ・実施期間 平成24年9月～平成25年7月
- ・場 所 クアハウス津南
- ・送 迎 希望者は送迎有り
- ・参加費 18,000円（予定）
（教室以外でのプール使用も可…1回200円）

■申し込み方法

福祉保健課 健康班まで電話するか直接お申し込みください。

■申し込み期限

平成24年7月27日(金)

■その他

現在参加しているかたは、別に継続参加申込の通知をいたします。



第5回大地の芸術祭の開催
まで、早いものであと1カ月
とちよつとになりました。

作品展開を予定している各
集落にはアーティスト達が
続々と入り、作品制作も本格
化しています。中でも今回は
大地の市に関する動きを中心
にお伝えします！

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

津南あくともりあげ隊が、
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

◎前売パスポートは郵便
局でも販売中！町民は
1,500円引き！

パスポート前売券発売中です！
先月号の広報に同封されていたチラ
シに氏名などを記入して持っていく
と、大人1人3,000円(当日券3,
500円)のところ町民は1,500
円割引になります。中学生以下は無
料！町内の郵便局ならどこでも買え
ますよ。

◎大地の市の準備着々！

見たこともない出店ブース、そし
て約50日間という長丁場にも関わら
ず、楽しみながら盛りあげていこ
う、という出店者さんが集結。来訪
者に喜んでもらうにはどうすればい
いか、会議を重ねています。



6日は実際に作品を設置し、棚
を付けたたり、カゴを吊ったりして、
仮設の出店ブースを制作。実物の
ブースを前にして出店者の皆さんは
「思ったよりも狭いな」「うちの商品
ならちよつどいいサイズかも」「こ
こにお客さんに入ってもらつて…」
など考えを巡らせていました。
出店以外でも毎週末に開催するイ
ベントは週変わりで津南らしさ満
載。7月にはいよいよ作品の設置作
業も始まります。さてさてどんな市
になるのか、お楽しみに！

津南石造物散歩

181

つまり石仏の会

文責 桑原和位

梵字について

前回の「阿弥陀三尊梵字碑」について少
しばかりの内容を書き綴りました。お読み
くださったかたから、早速に電話を頂戴し
ました。その用件は「梵字」について解つて
いることを知らせてほしいとのことでした。
私は石仏調査で梵字に出会いますと、なか
なか読み解くことができず、調査カードに
梵字と記録するだけに留めてしまつてい
ました。

その後、少しばかり勉強しましたので、
メモと参照書籍を頼りに、概略を綴ります。
広辞苑(第六版)によりますと、「梵語す
なわちサンスクリット語を記すのに用いる
文字。字体は種種あるが、日本では主とし
て悉曇文字を用いていたとあります。サン
スクリット語とは、古代インドの標準的文
章語のことです。中国の僧がサンスクリッ
ト語で書かれた經典を梵語と読んだのに
由来するといわれています。梵」は清浄を
意味します。

悉曇は、一般的には梵字の書体名として
知られていますが、「成就・完成」という意
味があります。この成就・完成ということが、
密教の教義では「仏の活動」を表すものと
なり、単なる書体名にとどまらない深い意
味を持つようになるのです。

中国では、唐代において密教の成立とと
もに、梵字が密教僧を中心に研究され、梵

字はただサンスクリットの文字を意味す
るだけでなく、それぞれの文字が、尊像や
概念などを表すとされるようになり、体系
化されるようになりました。

日本において、密教による悉曇学が確立
されるようになるのは平安時代以降から
です。なかでも、「入唐八家」と呼ばれる最
澄・空海をはじめ、常暎、円仁、慧運、円珍、円
行、宗叡の八人の祖師が大きな役割を担い
ました。このうち空海は、帰国後、梵字を密
教の教義における重要な要素として位置
付け、体系化します。

ここでは、前回の阿弥陀三尊の梵字と釈
迦三尊・大日三尊の梵字を日本石仏協会発
行『梵字入門』からコピーさせていただきます。
ました。

参考文献

- 『岩波仏教辞典』中村元外編 岩波書店
- 『梵字入門』梵字入門編集委員会編 日本石仏協会
- 『真言・梵字の基礎知識』大法輪閣編集部 大法輪閣
- 『大法輪』平成二十二年十月号 大法輪閣



梵字(悉曇文字)

農業委員会窓

好評！津南産コシヒカリ 100%の「米粉」

農業委員会では、米の消費拡大の取り組みとして、津南産コシヒカリ100%の「米粉」を作り、試験販売をしています。

米粉については、J A女性部や町生活改善グループなどでも利用の研究や普及活動が積極的に行われており、「津南産コシヒカリの米粉がほしい」という声が出ていました。

3月から検討をはじめ、近隣市町村の加工施設などを回って話を聞くなど、米粉販売の実態を調べ、商品化の実現に向けて取り組みました。

原料米については、農業委員の有志から提供され、製粉された米粉の袋詰めやラベル貼りなど、全て女性農業委員による手作業で行いました。

4月下旬から、1袋(500g)320円で、J A生活センターと竜神の館、ごつお市の直売所の3カ所で販売しています。



販売から1カ月が経ちますが、売れ行きは好調で、実際に利用した人たちから、「今まで使っていた米粉より、上手く料理ができて味も良い」とたいへん好評です。

今秋は、米粉用に作付けされたコシヒカリを原料米として確保し、米粉を作りたいと考えています。

今後も米粉の評価を調査しながら、普及活動を継続していきます。

大地に生きる



大口好貞さん(80歳)、キイさん(80歳)

現在、水稲 160a、畑作(カボチャ) 40a に取り組んでいます。津南町の畑作振興の原動力として活躍。加工トマトやアスパラなど、導入当初より長期に渡り栽培し、新規就農者の受け入れ、担い手の育成にも尽力されました。今も夫婦そろって元気にがんばっています。

友好交流都市

狭山市民農業体験

今年で13回目となる狭山市民の「田植え」体験が6月2日、大井平原の圃場で行われました。

今年は、大人と子ども合わせて21人が参加し、農業委員といっしょに、約1反歩の田んぼで田植えをしました。

昼食は、女性農業委員が用意した、おにぎり、野菜・山菜料理を食べていただき、たいへん喜ばれました。

田んぼには皆さん裸足で入り、子どもたちは泥だらけになりました。



がら、田植えを楽しんでいました。秋には稲刈り体験を行います。

農業委員会の主な動き

【実施された行事】

- 〔4月〕
13日 農業者年金
受給者連盟定期総会
- 17日 津南町農業改良会議
- 25日 第10回総会
農業委員会業務研修会
- 〔5月〕
25日 第11回総会
- 〔6月〕
2日 狭山市民農業体験

【今後の行事予定】

- 〔6月〕
16日～28日 転作現地確認調査
- 25日 第12回総会
- 〔7月〕
25日 第13回総会

全国農業新聞を読んでみませんか？

認定農業者などの担い手の育成、地域づくり等の話題や、農政・農業の情報が満載です。

「全国農業新聞」の購読をおすすめします。

- 発行／毎週金曜日
- 購読料／月600円
- 申込／農業委員会事務局まで(765-5583)

マーボーじゃがいも

紹介者 大関和子さん（上加用）

忙しくて買い物に行く余裕もなく、冷蔵庫に豚ひき肉しかない時、去年収穫したじゃがいもを使い、マーボー豆腐の「じゃがいも版」を作ってみましたので、ご紹介いたします。

<材料>

- ・じゃがいも 4個
- ・にんにく 1かけ
- ・しょうが 1かけ
- ・ねぎ 1本
- ・豚ひき肉 100g
- ・トウバンジャン 小さじ1
- ・酒、しょうゆ（各大さじ2）
- ・中華スープの素 少々
- ・サラダ油 少々
- ・片栗粉 少々
- ・ごま油 少々

<作り方>

- ①じゃがいもは皮をむいて、1.5センチの角切りにし、硬ゆでにする。（レンジでも可）
- ②みじん切りにしたにんにく、しょうが、ねぎをサラダ油で炒め、香りが出たら豚ひき肉も入れて炒める。
- ③トウバンジャンも②に加えて炒め、水をひたひたに入れ、酒、しょうゆ、中華スープの素を入れ、煮立たせる。
- ④加熱したじゃがいもを入れ、1、2分煮込む。

⑤水とき片栗粉でとろみをつけ、ねぎの青みを入れ、ごま油で香りをつけてできあがりです！(^^)!

※苦しまぎれに考えて作ったわりには、家族に好評でしたよ (*^_^*)



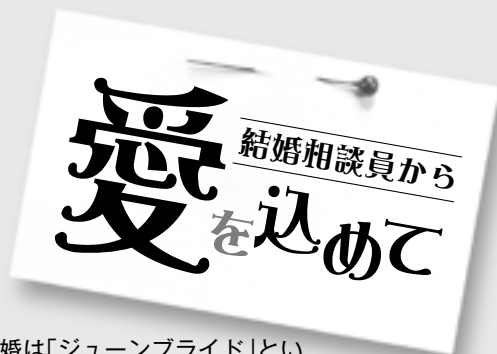
こ んにちは。相談員を務めさせていた
ただき今年で7年目を迎えました。
自立への道を歩む津南町に一組でも多くの
家族が誕生することを願いながら活動
させていただいております。

結婚は一生に一度の
大イベントです。一生
のことだからパートナ
ーは自分に最も合う人
を見つけたい……そんな
貴方の力になりたい
……相談員一同誠意を
持つて一大イベントで
ある結婚への「かけは
し」になれるように、
努力していきたいと思
っています。



まずは行動を！

結婚相談員 山岸君江（下加用）



6月の結婚は「ジュンブライド」といわれ、特に「幸せになれる」といわれています。いい出逢いを心から願っている相談員の1人、山岸さんからのメッセージをお届けします。

出会うの機会が少ないというかた……ふれ合いの場をたいせつにしたいと思っ
ている貴方……まずは行動しましょう！一歩
踏み出しましょう！そして、多くの出会
いの中から伝わってくる生きる面白さ、
ほんの少しの気持ちの変化により広がる
人間関係で、出会いに前向きになれる、
ワクワクエネルギーを見つけてパワーチ
ャージしましょう。そこで……ちょっと宣
伝させていただきます。

7月には、お日様の下でのパーティー
を私達相談員が願いを込めて計画し、準
備を始めています。独身の皆様、ぜひ参
加してくださいね。もしかして、素敵な
出会いがあるかもしれませんよ♥

なお、相談員は当事者の良識ある交際
及びその秘密保持については責任を持っ
て行動しております。安心してどんな些
細なことでも結構ですので、気軽に声を
掛け相談ください。

戸籍の窓

おめでとう
おさいます (出産)

- 福崎 純基さん
糸紀さん (大割野)
- 藤木 博さん
恭子さん (大井平)
- 山岸 秀哉さん
佑季子さん (段野団地)
- 鈴木 正人さん
恵理奈さん (相吉)
- 石橋 祐太さん
洋美さん (陣場下)
- 石澤 祐樹さん
あい子さん (駒返り)
- 柳澤 理さん
博美さん (反里)
- 阿部 正樹さん
千里さん (谷内ファームハイツ)
- 原 敬史さん
有希さん (鹿渡)

すえながく
おしあわせに (結婚)

- 関口 優さん (卯ノ木)
- 福原 絵美さん (外丸)

おくやみ
もうしあげます (死亡)

- 岡村 カノさん (91歳・秋成)
- 吉野 松治さん (87歳・恵福園ほくぶ)
- 丸山 トラさん (104歳・中深見)
- 山田 カノさん (91歳・所平)
- 鈴木 正明さん (70歳・船山新田)
- 藤ノ木 利江さん (92歳・大割野)
- 大島 富子さん (82歳・恵福園)
- 滝沢 秀一さん (94歳・赤沢)
- 樋口 芳江さん (92歳・朴木沢)

○夏季企画展Ⅰ 「縄文とつとつ jomonXart」 7月14日(土)～8月19日(日)

「とつとつ」とは、「驚嘆する」という
意味があります。縄文文化に驚嘆した
現代アート作家が、縄文文化をテーマ
に現代アートを展開します。展示する
作品に驚嘆してもらいたいという意
気込みも込められています。
会場は、企画展示室ほか、地域ギャ
ラリーや館外へも波及します。
縄文の息吹を感じながら現代ア
ートをご覧ください。



○夏季企画展Ⅱ 「町まるごと博物館展」 7月14日(土)～8月19日(日)

今年も、津南の水辺の生物を水槽にてご覧いただけます。
「津南ぶらり旅～上野編～」や「津南の湧水探検」、「小松原の謎を探る」など体験実
習で実施した調査の成果もご報告いたします。

○津南学講座のお知らせ 7月7日(土)13:30～15:00

『善光寺地震から学ぶ』 降幡 浩樹先生
江戸時代に発生した「善光寺地震」について講演いただきます。
入館・参加料は無料で、申し込みも不要です(定員30名)。
皆様のご参加をお待ちしております。

○『津南学』創刊号の刊行のお知らせ

津南の自然、文化、民俗、歴史など津南の魅力を凝縮した
本が刊行されました。
農と縄文の体験実習館や文化センターにて1,500円(税抜
き)で頒布中です。



『津南学』創刊号

○夏季期間アルバイト募集！！

夏季期間、なじよもんのお手伝いをしてくれるかたを募集します。
興味があるかたは、なじよもんまでご連絡ください。

- 期間/7月21日(土)～8月19日(日) ■主要業務/体験補助
- 募集人数/若干名
- 勤務時間/8:30～17:15(週4～5日間)

7月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象	
1日(日) 9:00～	身近な葉草	400	低学年から	
7日(土) 10:00～	そば打ち	800	中学年から	
8日(日) 13:30～	アンギン編み	1,000	高学年から	
14日(土) 13:30～	器作りパートⅡ	600	低学年から	
15日(日) 13:30～	陶芸(皿作り)	800	中学年から	
16日(月) 13:30～	器作りパートⅡ	600	低学年から	
21日(土) 9:00～12:00	水辺の生物観察会 野外	500	低学年から	
22日(日)	10:00～	米粉ピザ	800	低学年から
	13:30～	アンギン編み	1,000	高学年から

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。

津南町の人口

6月1日現在()内は前月比
■人口10,834(-9) 男5,275(-2) 女5,559(-7)
■世帯数3,656(1) ■転入/15 ■転出/19 ■出生/11 ■死亡/16 ■婚姻/3