

大さく育て 元気な育て

主な内容

- 特集 平成26年度予算..... 2-5
- 津南病院新旧院長あいさつ..... 6-7
- この冬の積雪..... 8-9
- 平成26年度町政功労者..... 10
- 子育て教育班新設..... 11

踏みだそう・つなん・新時代

平成26年度 予算報告

平成26年度の予算編成については、これまでと同様財政の健全性を保ちつつ、子育てしやすい環境づくり、地域経済の進展、一層の住民負担の軽減を柱とした「強くてごっごよりやさしいつなん」づくりに向けた予算編成となっております。

予算の規模は、一般会計予算が対前年比2.88%減の63億8,400万円、国民健康保険や下水道、病院事業など特別会計と合わせた総額は、対前年比1.62%減の120億2,411万円となりました。

主な重点施策は、民生・衛生費では障害者療養介護、就労継続支援給付事業、不妊治療費助成金、妊産婦医療費助成、子ども医療費助成事業の拡充などを行います。農林水産業費では小水力発電のための設備工事、秋山郷地内の集落に都市との交流を図るため貸農園及び宿泊施設を建設し、建設土木費では町道改良舗装事業や除雪機械購入、美雪町公営住宅の建替え工事を行います。消防費では災害時に対応するマニュアル等の作成をします。教育費では外丸小、中津小の閉校記念事業補助、町公民館の冷温水発生機の更新、なじよん10周年記念イベント委託費、苗場山麓ジオパーク事業認定に向けて協議会補助等を行います。

依然として財政運営は厳しい状況にありますが、現下の経済情勢に即応するため、適正な職員定数管理による人件費の削減や、事務事業の見直しによる経費削減をさらに徹底し、最小の経費で行政効果の最大化を図ってまいります。

※平成26年度予算の概要は津南町のHPからもご覧いただけます。

区分	平成26年度	対前年比(%)
一般会計	63億8400万円	△ 2.9
特別会計・事業会計		
国民健康保険特別会計	12億1520万円	△ 0.2
後期高齢者医療特別会計	1億1530万円	0.1
介護保険特別会計	15億3462万円	0.2
簡易水道特別会計	1億1911万円	4.3
下水道事業特別会計	3億9086万円	6.3
農業集落排水事業特別会計	2億9466万円	△ 23.8
病院事業会計	19億7036万円	2.8
計	56億4011万円	△ 0.2
合計	120億2411万円	△ 1.6

歳入

一般会計63億8400万円の内訳

用語の説明

自主財源（町が自主的に収入とすることができる財源）

■町税

町が独自で課税・徴収することができる税金で町民税、固定資産税、軽自動車税など。

■諸収入

延滞金、預金利息、雑入などの他の科目に含まれない金額。

■繰越金

前年度から今年度へ持ち越した金額。

依存財源（国や県から交付される財源や町債）

■地方交付税

全国の市町村が標準的な行政運営が行えるように国から町に交付されるお金。

■町債

公共施設の整備など長期間にわたって利用でき、多額の経費が必要なものの財源に充てる町の借入金。

■国庫支出金

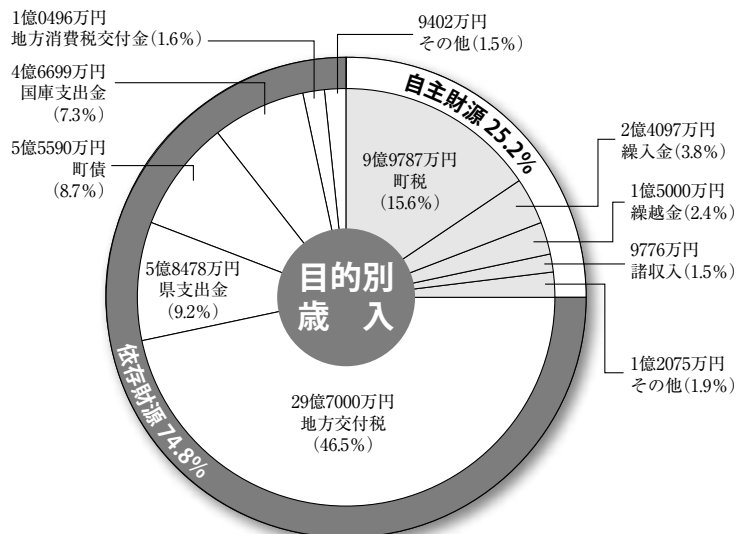
特定の事業に対して、国が町へ交付する補助金。

■県支出金

特定の事業に対して、その財源の一部を県が支出するお金。

■地方消費税交付金

地方消費税の一部を財源として、県が人口と従業者数で按分し、町に交付するお金。

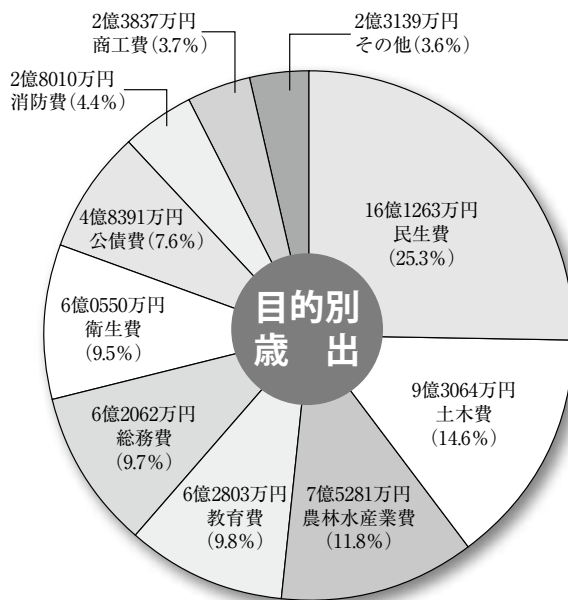


歳出

一般会計63億8400万円の内訳











用語の説明

- **民生費**
高齢者、障害者、乳幼児に対する福祉など、安定した社会生活を保障するための経費。
- **教育費**
小中学校の施設や、教育、公民館、社会教育など教育関係の経費。
- **農林水産業費**
農林業の振興や土地改良事業などに使われる経費。
- **衛生費**
健康の維持増進や環境整備など、健康で衛生的な生活を維持するための経費。
- **総務費**
自治振興、広報、戸籍、住民票、選挙、統計など役場運営の全般的な経費。
- **土木費**
道路や河川の維持管理、整備などの経費。
- **公債費**
町の借入金の元金や利子を支払うための経費。
- **消防費**
広域消防への負担金や、消防団の運営にかかる経費。
- **商工費**
商工業の振興、観光の振興にかかる経費。



一般会計予算を町民ひとり当たりで計算すると…**609,277円**

●平成26年度4月1日現在の人口 10,478人で換算

総務費	衛生費	農林水産費	教育費	民生費
				
59,231円	57,788円	71,847円	59,938円	153,907円
その他(議会費・労働費等)	商工費	消防費	公債費	土木費
				
22,083円	22,750円	26,732円	46,183円	88,818円

今年度の主な予算の使い道



↑ 新年度予算について説明する上村町長

総務

■地域起こし協力隊を追加募集します。
(協力隊設置事業費449万円)

本紙6月号でも特集した地域起こし協力隊。本年度は新規募集経費を計上。

都市住民を積極的に受け入れ、地域おこし活動支援、農林業の応援や、住民の生活支援などに従事しながら、あわせて定住・定着を図ります。

■社会保障・税番号制度の導入整備
(システム改修等事業費3767万円)

住民のみなさんの利便性向上や、各種事務の効率化、社会保障・税・災害対策の各分野で真に手を差し伸べるべき者に対する支援に活用するために既存のシステムを改修し平成28年から始まる本稼働にむけ整備を行います。

福祉保健

■妊産婦の受診に補助を

(妊産婦医療費助成事業168万円)
妊産婦が医療機関を受診した際の医療費(保険医療による自己負担額)に対して助成します。

■子ども医療費助成事業

(子ども医療費助成事業2322万円)
通院入院ともに、中学生から18歳年齢到達(高校卒業)まで延長されます。

■健康増進施設管理運営事業

(クアハウス津南補修事業3626万円)
クアハウス津南の深井戸改修工事や施設修繕を行い、さらなる利便性の向上を図り町民の健康づくりに寄与します。

農林

■農山漁村活性化プロジェクト事業

(発電工事費用 4320万円)
農業用導水路を活用した小水力発電実施のための設備設置工事を行います。平成27年度まで継続して行います。

(体験宿泊施設 3482万円)
秋山郷地内集落に貸農園及び、宿泊施設を建設し、都市との交流を図るとともに地域の活性化を促進します。

商工

■秋山郷の玄関口を整備します。

(観光客誘客宣伝事業1687万円)
秋山郷の玄関口、見玉の駐車場増設に合わせ、交通の安全化、渋滞の解消、秋山郷の観光振興を図り集客アップを図ります。

建設

■町単町道改良舗装事業

(町単町道改良舗装事業12700万円)
道路の交通安全と利便性向上のための改良舗装や防雪、舗装、側溝、水路工事などを実施します。

■美雪町町営住宅建設事業

(美雪町町営住宅建設事業21189万円)
美雪町の老朽化した町営住宅8戸について、新しく2棟(1棟4戸)を建設、移転します。



↑ ジオサイトの中心となる見玉の柱状節理と中津川



↑ 平成26年3月に完成した町営住宅D棟

消防

■災害対策マニュアル等を作成します
(作成委託事業200万円)

災害時に対応するマニュアル等の作成を委託し、さらなる安心安全なまちづくりに寄与します。

教育

■今井城址整備事業
(事業費360万円)

県の指定文化財に登録され、また昨今のジオパークのひとつとして活用するため、民地との境界測量などを行い、整備を行うこととする。



↑国道 117 号からみた今井城址

■学校閉校事業

(各種団体育成事業2200万円)
本年度閉校予定の外丸小・中津小の閉校記念事業を補助します。

■苗場山麓ジオパーク認定事業

(文化拠点創造事業1735万円)
「町まるごと博物館」構想に基づき、文化財と観光を総合的に整備することで、日本ジオパーク認定を目指します。
認定申請のと沿いあたり、ガイド養成、看板設置・調査委託、大会参加、振興協議会への補助等を行います。

各種統計調査員募集

総務課では統計調査を行う調査員を募集しています。
事前に調査員の登録を行っていただければ調査の際、ご協力いただけるかたの都合を伺った上で調査員をお願いさせていただきます。
※調査区数により報酬が支給されます。また、調査活動中に災害(交通事故など)に遭った場合には、公務災害補償が適用されます。

交通指導員、交通安全協会・女性部募集

町では、安心安全のまちづくりを
お手伝いしていただく方を募集しています。

■町交通安全協会

町長の委嘱を受け、警察機関及び交通安全推進機関等との緊密な連携のもとに、交通事故の防止を図りあわせて交通道徳の高揚と交通秩序の保持のための指導と普及につとめます。自転車教室や幼児交通安全教室を通じ、交通安全について指導します。

■町交通安全協会

町からの委託を受け、立哨活動など交通安全運動における交通事故防止活動を通じ、交通事故ゼロを目指し活動しています。

★町交通安全協会女性部

お年寄りと子供の事故防止に重点をおき、幼児安全教室などを通じ、交通事故ゼロを目指し交通安全のアピール活動に取り組んでいます。



死亡事故を受け、警察や交通安全協会と共にシルバーゾーン対策として各家庭を訪問し、反射材シールをその場で靴に貼るといった、地道な活動も、1件でも交通事故を減らしたいという思いで活動しています。

■お問い合わせ先

津南町役場総務課総務班
TEL 025-765-3112

4月から新しい津南病院長が赴任されました。新院長をご紹介します。

こんにちは、 新院長の阪本です。

さかもと

津南病院 院長

さかもと 阪本 琢也

平成26年4月1日から津南病院院長を拝命いたしました。50年に渡り地域を支えてきた伝統ある病院の長として、責任の重さに身の引き締まる思いがいたします。

私は石川眞一郎先生と同じ東京慈恵会医科大学出身で総合内科医、循環器専門医として大病院勤務の後、健康管理センターで予防医学等に関わってきました。津南病院には平成元年、平成4年と計3年半の勤務経験がございます。豊かな自然と、町の皆さまの優しさに包まれた生活は、家族全員に忘れられない貴重な経験となりました。当時ひまわり保育園に通っていた長男は社会人に、津南で生まれた次男も成人となりましたが、今も津南町は第2の故郷のように

に感じております。

あらためて津南町で働ける機会をいただき、責任の重さも、今はむしろ心地良い緊張感をもたらし、大好きな町で、好きなひとたちのために働けることを心から嬉しく思っております。

地域での病院の役割が問われる中、津南病院が本当に町の皆さまに必要とされる、質の高い医療、信頼と安心を提供し、ご支持いただけるような病院であるためには、患者さんひとりひとりに寄り添う、職員全体の高い意識が必要不可欠です。全ての職員が安心して働けるような充実した職場作りを心がけ、常に見る目と聞く耳、考える頭と情熱を、何よりもすべてのひとを思いやる心を忘れずに、全力をつくしたいと思います。

今後のみなさんのご指導、ご鞭撻をお願いしまして就任のご挨拶とさせていただきます。



石川前院長 退任あいさつ



津南病院 前院長

いしかわしんいちろう
石川眞一郎

漸く暖かい季節が巡ってきました。津南町の皆様には長きにわたるご厚誼を賜りまして厚く御礼申し上げます。

さてこの度、本年3月いっばいで町立津南病院を定年退職し、院長を退任することとなりました。お陰様で最後まで職務を全うできました。これもひとえに町民の方々のご支援の賜物と紙面を借りて感謝申し上げます。

このあとも病院での仕事を続けていきたいところですが、いつ

も心にひっかかっていたことがあります。それは赴任して間もなく立て続けに両親を喪ったことです。地域医療に没頭し、両親をあまり顧みなかったことが悔やまれます。今後は故郷の東京に戻り若き日の親不孝を詫び亡くした父母の菩提を弔らう所存です。

これからも当地で週2日の外来診療を続ける予定ですが、医療は片手間にできるほど無責任なものではありません。まめに診なければならぬ方々は次期新院長にお願いして、皆様の健康管理を委ねることに致しました。ここで学んだ多くの貴重な経験は、東京の勤務先でも活かしていくつもりです。

後ろ髪をひかれる思いですが、在職中にお伝えしたことをくれぐれも守っていたいただき、一層の自己健康管理にご精励くださることをお願いして、ごあいさつといたします。

長い間、お世話になりました。

院長は退任されましたが、石川前院長は今後も週2回の外来診療に来ていただく予定です。また、さらなる町民の健康、医療の発展のためにこの度、津南町名誉院長に就任いただきました。

この冬の積雪

今年度は降った後に晴れ間が続くなど、一回の降雪が少なかったため、屋根が上がった回数も昨年度に比べ少なかった印象ですが、みなさんはいかがでしたでしょうか？今年の雪についてまとめてみました。

一日の降雪量とは？

1日（24時間）に降った雪の量を計測します。
役場の観測所では、9時12時15時の3回測り、1日の降雪量を調べています。

積雪量とは？

「初雪」から「消雪」まで一つの積雪計で測ります。
また雪自体の重み等により降雪時も嵩が減り、積雪量も減ることがあります。

「累計」降雪量とは？

あまり聞き慣れない「累計降雪量」ですが、そのシーズンの初雪からの毎日の降雪量を足し上げた降雪量です。
この累計降雪量がその年の雪が多い少ないという指標になります。

H25年冬～H26年春の
最高積雪は
2m10cmでした！

日付	1日の降雪	累計降雪量	積雪(午前9時)
3/3	5	1,026	144
3/4	4	1,030	142
3/5	0	1,030	136
3/6	28	1,058	158
3/7	32	1,090	176
3/8	46	1,136	210
3/9	18	1,154	200
3/10	38	1,192	198
3/11	31	1,223	200
3/12	0	1,223	186
3/13	0	1,223	168
3/14	1	1,224	160
3/15	12	1,236	170
3/16	0	1,236	156
3/17	0	1,236	150
3/18	0	1,236	146
3/19	0	1,236	140
3/20	0	1,236	134
3/21	0	1,236	130
3/22	5	1,241	133
3/23	0	1,241	133
3/24	0	1,241	132
3/25	0	1,241	130
3/26	0	1,241	126
3/27	0	1,241	118
3/28	0	1,241	112
3/29	0	1,241	105
3/30	0	1,241	100
3/31	0	1,241	94
4/1	0	1,241	88
4/2	0	1,241	80
4/3	0	1,241	72
4/4	0	1,241	64
4/5	3	1,244	56
4/6	0	1,244	50
4/7	2	1,246	48
4/8	0	1,246	42
4/9	0	1,246	38
4/10	0	1,246	32
4/11	0	1,246	26
4/12	0	1,246	21
4/13	0	1,246	17
4/14	0	1,246	12
4/15	0	1,246	6
4/16	0	1,246	消雪日

日付	1日の降雪	累計降雪量	積雪(午前9時)
1/17	8	503	142
1/18	13	516	140
1/19	48	564	168
1/20	27	591	170
1/21	12	603	168
1/22	22	625	172
1/23	48	673	182
1/24	6	679	172
1/25	0	679	160
1/26	0	679	148
1/27	27	706	160
1/28	0	706	144
1/29	7	713	142
1/30	0	713	132
1/31	0	713	128
2/1	0	713	126
2/2	0	713	124
2/3	0	713	118
2/4	2	715	112
2/5	51	766	156
2/6	16	782	150
2/7	11	793	150
2/8	5	798	144
2/9	20	818	156
2/10	17	835	152
2/11	5	840	138
2/12	0	840	134
2/13	3	843	134
2/14	2	845	136
2/15	52	897	190
2/16	30	927	199
2/17	1	928	180
2/18	31	959	202
2/19	19	978	196
2/20	0	978	182
2/21	17	995	186
2/22	10	1,005	190
2/23	15	1,020	180
2/24	0	1,020	168
2/25	0	1,020	162
2/26	0	1,020	156
2/27	0	1,020	152
2/28	0	1,020	146
3/1	0	1,020	140
3/2	1	1,021	142

津南町役場観測所の降積雪量

日付	1日の降雪	累計降雪量	積雪(午前9時)
11/12	8	8	8
11/13	6	14	14
11/14	0	14	4
11/15	0	14	0
∴	∴	∴	∴
11/30	1	15	1
∴	∴	∴	∴
12/12	4	19	4
12/13	1	20	2
12/14	13	33	13
12/15	20	53	25
12/16	26	79	50
12/17	9	88	48
12/18	0	88	38
12/19	0	88	32
12/20	0	88	26
12/21	8	96	33
12/22	8	104	36
12/23	14	118	44
12/24	2	120	40
12/25	22	142	58
12/26	0	142	48
12/27	2	144	48
12/28	10	154	58
12/29	21	175	78
12/30	0	175	68
12/31	0	175	63
1/1	0	175	57
1/2	5	180	55
1/3	26	206	80
1/4	0	206	60
1/5	21	227	76
1/6	12	239	82
1/7	16	255	86
1/8	0	255	82
1/9	2	257	76
1/10	55	312	116
1/11	55	367	160
1/12	21	388	143
1/13	54	442	164
1/14	45	487	168
1/15	6	493	154
1/16	2	495	150

なんでも一番!

■津南町累計積雪凶年表より
■記録昭和38年～平成26年まで

【最も早い初雪日】 平成14年11月2日
【最も遅い初雪日】 昭和43年12月27日

【最も多い積雪年、最大積雪日】
昭和56年1月30日
【最大積雪深】 417cm

【最も早い消雪日】 平成元年3月21日
【最も遅い消雪日】 昭和59年5月12日

【最も少ない積雪年、最大積雪日】
平成18年12月31日
【最大積雪深】 64cm

【最高累計降雪年】 昭和58年～59年 【このときの累計降雪量】 2,543cm
【最低累計降雪年】 平成18年～19年 【このときの累計降雪量】 458cm

この冬の
出来事

人命救助の功績を称え 感謝状を贈呈

十日町地域消防本部から平成26年2月24日、
人命救助、応急手当に協力した、福原正さん、津端
ひろき
広輝さんに感謝状が贈られました。

二人は同年1月11日早朝、側溝に転落した71歳
の新聞配達員の女性を発見、救助し適切な応急手当
を行った功績を称えたもので、女性は前夜からの降雪
により側溝が雪で覆われていたため誤って側溝に転
落、30分ほど水にさらされ低体温状態だったそうです。

福原さんは8年間介護福祉士として介護の仕事に
就いていたこともあり、「濡れた衣類を速やかに着替
えさせることができた」と当時をふり返っていました。



↑左:津端さん 中:福原さん 齊藤消防長

～雪による事故に気をつけましょう!～

また、近年は空き家で、屋根の上の雪の重みで家屋が倒壊する
といったこともありました。

適切な家屋の管理をお願いします。

除雪作業はひとりではない!
無理しない!
落雪転落気をつけて!



平成26年度

町政功労者

町では町政の進展に多大な功績があったかたを「町政功労者」として表彰します。今年度はここに紹介する9名が4月9日に開催された嘱託員会議で表彰されました。おめでとつございました。



自治功労



江村 博己さん(巻下)

町スポーツ推進委員(平成23年まで体育指導委員)として、29年の長きにわたり、町スポーツの振興発展、町民の健康増進に尽力されました。

消防防災功労



高橋 真二さん(見玉)

30年の長きにわたり、消防団員としてよくその重責を勤め、消防防災活動に尽力されました。

消防防災功労



滝沢 文生さん(押付)

30年の長きにわたり、消防団員としてよくその重責を勤め、消防防災活動に尽力されました。

産業の発展振興



小島 輝一さん(芦ヶ崎)

津南郷土地改良区理事長として土地改良事業に尽力されました。平成25年には、旭日双光章を受賞されました。

自治功労



石澤 康子さん(卯ノ木)

民生委員、児童委員、主任児童委員として16年の長きにわたり、児童福祉、社会福祉の向上に尽力されました。

自治功労



福島 シズエさん(大割野)

民生委員、児童委員として15年の長きにわたり、児童福祉、社会福祉の向上に尽力されました。

自治功労



津端 厚子さん(正面)

町スポーツ推進委員(平成23年まで体育指導委員)として、22年の長きにわたり、町スポーツの振興発展、町民の健康増進に尽力されました。

自治功労



丸山 直子さん(外丸)

町スポーツ推進委員(平成23年まで体育指導委員)として、22年の長きにわたり、町スポーツの振興発展、町民の健康増進に尽力されました。

自治功労



小野澤 志真子さん(卯ノ木)

町スポーツ推進委員(平成23年まで体育指導委員)として、20年の長きにわたり、町スポーツの振興発展、町民の健康増進に尽力されました。

今春の人事異動

◆役場・病院の人事が次のように発令されました。

■退職(3月31日付)

▼津南病院院長

石川真一郎

▼津南病院副院長

村山伸介

▼津南病院主査

大口良子

▼ひまわり保育園主任保育士

▼中津保育園主任保育士

河田サキ子

▼津南病院主任看護師

恩田のり枝

▼津南病院主任看護師

山田由美

▼津南病院主任看護師

大平奈保子

▼津南病院准看護師

村山光子

▼津南地域衛生施設組合業務第1係長

小林弘美

▼新採用(4月1日付)

▼津南病院院長

石澤良周

▼税務町民課主事

阪本琢也

▼福祉保健課主事

桑原孝紀

▼福祉保健課主事

野沢 俊

▼福祉保健課保健師

瀧沢 望

▼教育委員会主事

齋木 彩

▼津南病院主事

江村美沙

▼上郷保育園保育士

大関祐太

▼津南病院看護師

島田梨沙

▼津南病院看護師

久保田愛

▼内部異動(4月1日付役場班長以上)

山田佳奈

▼津南病院副院長

林 裕作

▼教育委員会シオパーク推進室長

佐藤雅一

▼津南地域衛生施設組合事務局長兼

高橋隆明

▼総務係長

板場勇司

▼教育委員会生涯学習班長

桑原次郎

▼津南病院庶務管理班長

風巻敏幹

▼教育委員会子育て教育班長

風巻敏幹

福祉保健課 福祉班の

保育園関係



教育委員会 学校教育班の

町内小中学校関係

子育て支援体制が
変わりました!

平成26年4月より

子育て教育班が

新設されました

教育委員会 子育て教育班

これまで学校教育班が行っていた業務に次の業務が加わります。

○子育て教育班の職員体制

平成26年度の子育て教育班の職員体制は、専任職員6名、保健師1名(兼務)、さわやか子育て応援団やにこやかルーム指導員など7名の専門員で構成されています。

○子育て教育班が取り組む内容

- ・育ネットつなんに関すること
- ・保育園に関すること
- ・子育て支援センターに関すること
- ・学童保育(放課後児童クラブ)に関すること
- ・保育・教育・療養の連携や調整に関すること
- ・つなんにこやかルームに関すること
- ・子育てに係わる相談業務に関すること
- ・その他子どもの保育・教育に係わる必要な事務に関すること



～津南町は切れ目のない子育て・支援体制を目指していきます～

■お問い合わせ先:教育委員会子育て教育班 TEL025-765-3118(直)

- ▼教育委員会文化財班長 板場康之
- ▼福祉保健課福祉班長 高橋昌史
- ▼議会事務局班長 小林 武
- ▼税務町民課税務班長 鈴木正人

◆町内の小中学校に転入された教職員の皆さんをご紹介します。

【敬称略()内は前任校ただし十日町圏域以外は前任市町村】

●外丸小学校

教頭 田村 剛(南魚沼市)

教諭 山岸智恵子(下条小)

●上郷小学校

教頭 中澤広行(小千谷市)

●芦ヶ崎小学校

教頭 平原一星(上越市)

養護教諭 高橋千佳(新採用)

●中津小学校

校長 近藤哲夫(湯沢町)

教諭 越村勇一(東小)

教諭 渡部絵里(南魚沼市)

●津南小学校

校長 涌井泰二(長岡市)

教頭 松屋 徹(上越市)

教諭 桑原さおり(松里小)

教諭 渡邊和幸(長岡市)

教諭 大仲由香(西小)

教諭 尾身大地(新採用)

●津南中学校

校長 山田正司(松代小)

教頭 菊地一秀(魚沼市)

教諭 根津礼子(長岡市)

教諭 西川 隼(糸魚川市)

教諭 野島由紀子(新採用)

栄養教諭 渡邊朋子(長岡市)

の載 見て・知って・得をする！
らし 情報 満
暮情

かわらばん



長生学園水墨画クラブ 「春の水墨画展」の開催

津南町公民館において、長生学園水墨画クラブの「春の水墨画展」が開催されます。

力作揃いの展示会ですので、大勢の皆さんのご来場をお待ちしております。

■展示期間 5月1日(木)～11日(日)

午前9時～午後8時

■展示会場

津南町文化センター 3階 和室

■お問い合わせ 津南町公民館

Tel 765-3134

平成26年度第1回 認知症相談会のお知らせ

今年度1回目の専門医による認知症相談会を開催します。

相談を希望されるかたは事前に福祉保健課保険班までお申し込みください。

■日時 平成26年5月22日(木)

午後1時～4時

■会場 津南町役場

■相談対象者 本人及び家族

※ただし、定員(4名)がありますので、定員になり次第、締め切らせていただきます。

■相談医師 ほんだ病院院長 稲月先生

■相談料 無料

■申込締切 5月16日(金)

■その他 今年度同相談会をあと3回予定しております。

■申込・お問い合わせ

役場福祉保健課 保険班

Tel 765-3114

PM2.5に関する 注意喚起について

PM2.5濃度が上昇し、注意喚起が発表されたら、次のことに気をつけましょう。

・屋外での長時間の激しい運動や外出は、できるだけ減らしましょう。

・換気や窓の開閉は、必要最小限にしましょう。

・呼吸器や循環器に疾患のある方や、小さなお子さん、高齢者の方は、体調の変化に注意し、慎重に行動するように心がけましょう。

■町民への通知方法

・防災行政無線での伝達

・津南町防災メールの配信

※注意喚起は、1日を単位として行われ、同日中に濃度が低下した場合も、特に解除の周知は行われません。

■お問い合わせ

税務町民課 町民班

Tel 765-3113

中津川運動公園の 使用について

■供用開始日

残雪状況及び環境整備が完了次第、供用開始となります。日程が決定しましたら、広報無線でお知らせします。

■使用申込み方法

野球場、サッカー場、陸上トラック、テニスコート、ゲートボール場を利用する場合は、町総合センターにある使用許可申請書に必要事項を記入の上、使用日の三日前までに提出をお願いします。

■使用料 町民無料。

※ナイター利用については別途コイン代が発生します。

■その他 使用後は、使用日誌を記入し、使用場所の整地等を行ってください。

■お問い合わせ

町総合センター内 生涯学習班

Tel 765-5776

平成26年度 調理師試験について

平成26年度の調理師試験の日程についてお知らせいたします。

■試験日 平成26年7月15日(火)

午後1時～午後3時30分まで

■試験場所

南魚沼市(十日町・津南町居住者)

■願書配布期間

平成26年4月14日(月)～5月26日(月)まで

■願書受付期間

平成26年5月19日(月)～5月26日(月)まで

■お問い合わせ

十日町地域振興局 健康福祉部

地域保健課

Tel 025-757-2401

建設課よりお知らせ

克雪すまじづくり 支援事業

町内在住者が住宅を克雪住宅に新築・増改築・屋根改良する場合に対象になります。

■補助金の額

対象となる工事費(上限250万円)を基準とし、対象工事費に0.264を乗じて

・融雪式・耐雪式は、2/3を乗じた額

(上限44万円)

・落雪式・高床落雪式は、1/2を乗じた額(上限33万円)

・ただし要援護世帯は2/3を乗じた額
(上限44万円)

■申請方法

補助金の申請書は工事着手前(最低1週間前)提出してください。

なお、対象住宅の集落の区長(総代)から同意を得ていただく必要があります。

■申請期限 10月31日(金)

※必ず工事着手前に申し込みください。

■補助対象内容

・融雪式

屋根融雪施設に要する全体工事

・落雪式

屋根部分の克雪化に要する経費

・落雪高床式

屋根及び高床部分(1m以上)の克雪化に要する経費。ただし、床下部分が居住面積に算入されるものは除きます。

・耐雪式

3.5mの積雪に耐える克雪化に要する経費

■その他 過去に「克雪住居協調整備事業」や「克雪住宅普及促進事業」の補助金を受けたものは、対象外です。

■提出先・お問い合わせ

建設課 土木班 TEL 765-3116

住宅改修補助事業

町では、次のとおり住宅改修補助と被災住宅改修補助事業を実施します。

■対象者

・津南町民で町税等の滞納がない人。

・補助を受ける住宅に居住する所有者

・過去に補助金を受けていない人。ただし、補助金交付申請日において満70歳以上の方または中学生以下の方がいる世帯においては、過去に10万円の満額を受けた人でも再度対象者となります。

■対象工事

・住宅の改修

・改築工事及び下水道つなぎ込み工事等(門や塀、庭園、電化製品等は対象外です。)

・対象工事が他の補助金もしくは助成金又は保険給付金の対象とならない工事

■施工業者・工事費等の条件

・町内に本社もしくは営業所を有している、営業している法人及び個人の業者が施工する工事

・対象工事費が税抜きで20万円以上である。

・11月28日(金)までに金額が確定出来る工事。

■補助率・補助限度額

・対象工事費の20%(千円未満切捨て)

・限度額10万円 ただし、対象者のただし書きに定める世帯は限度額20万円

■申請期限 6月30日(月)

■工事をする前に申請してください。

・原則、工事着手前に申請していただくなければ、補助を受けられません。

■お問い合わせ

建設課 土木班 TEL 765-3116

木造住宅の耐震改修補助

昭和56年5月31日以前に建築された旧耐震基準の木造住宅を耐震改修されるかたを対象に、工事費の一部を補助します。

■補助対象となる住宅

・現在お住まいの個人所有の住宅

・昭和56年5月31日以前に建築された木造一戸建て住宅

・耐震診断の結果が総合評点が1.0未満で耐震改修工事後の総合評点が1.0以上となる住宅

・耐震改修が建築基準法及び建築物の耐震改修の促進に関する法律の規定に違反していないこと

■補助額(最大65万円)

次に掲げる合計金額

・耐震改修に要する費用の1/3(限度額50万円)

・右記の額に1/2を乗じて得た額(限度額15万円)

■所得税の特別控除

この耐震改修の補助を受けたかたは、租税特別措置法に規定する所得税の特別控除を受けることができます。控除額は、改修費用の10%(20万円が限度)

■本事業の設計者及び工事監理者の条件

・新潟県建築設計事務所協会または新潟県建築士会中魚沼支部が行う木造住宅耐震診断と補強方法講習会を終了した者であること。

・建築士法で規定する建築士であること。

■申請期限 9月30日(火)

また、11月28日(金)までに金額が確定出来る工事。

■お問い合わせ

建設課 土木班 TEL 765-3116

木造住宅の耐震診断料を補助します

昭和56年5月以前に建築された旧耐震基準の木造住宅の耐震診断をされるかたを対象に診断料の一部を補助します。

■耐震診断方法

津南町耐震診断士登録制度により登録された診断士により行います。

診断にあたっては壁材等がはたたりすることはせず、主に内外観(建物の形状、壁量、壁の材質、建物の劣化状況等)により診断します。

■補助後の自己負担額 一律1万円

■申請期限 9月30日(火)

■補助対象者

①次もいずれにも該当する住宅(併用住宅を含む)を所有者

・津南町内の個人所有の一戸建て住宅

・現在、居住している住宅

・昭和56年5月31日以前に着工した住宅

・住宅の主要な部分が木造の住宅

②税金等の滞納がない人

■提出先・お問い合わせ

建設課 土木班 TEL 765-3116

NEWS
03

各学校で入学式が行われました

— 本年度で閉校の2校 —



↑ 4月7日 外丸小学校の新一年生



↑ 4月8日 中津小学校の新一年生

入学式といえば桜ですが、津南はまだまだ雪の中です。平成26年度で閉校が決まっている外丸小学校と中津小学校。これから始まる一年間、それぞれの小学校でたくさんの思い出を作ってほしいですね。ピッカピカの一年生を記録として残そうと思わず広報マンも写真に熱が入りました。

NEWS
04

ありがとう外丸保育園

— 3月28日 外丸保育園体園式 —



↑ 外丸保育園の園児たちが元気にダンス

昭和46年、外丸に地域保育所「ふたば保育所」が誕生して以来、43年の歴史の中で、今までに500人あまりの園児がここで育ちました。過去には40名の園児でにぎわっていた保育園も少子高齢化の影響で14名まで減ってしまいました。4月からひまわり保育園、こぼと保育園で新たな園生活がスタートしました。

つなん まちかど スケッチ

Tsunan Event Sketch.



NEWS
01

消防団の災害対応能力向上に一役

— 3月29日 消防車及び資機材引き渡し式(十日町消防南分署) —



↑ 昨年発売されたばかりの新型車両(4WD三菱ミニキャブ)

東日本大震災をうけ、大規模災害時における消防団活動のあり方を検討する総務省消防庁から無償で貸付されたもので消防団の大規模災害時の対応能力向上を図ることを目的に軽のポンプ車両1台とエンジンカッターや大型エアテントなどの資機材が無償貸付されました。

NEWS
02

重量挙げってどんな競技?

— 3月23日 三宅義行・宏実親子講演会 —



↑ 参加者は三宅親子から直接アドバイスを受けました

あのオリンピックメダリスト三宅親子と共演できる珍しい体験型の講演会がT a p主催で行われました。スポーツを通じた人づくり・子育て論をテーマに講演いただきました。会場にはオリンピックで受賞したメダルも披露され、貴重な体験会となりました。

病院歳時記

スギだけじゃない花粉症

検査科 江村 京子

花粉症は植物の花粉が原因で、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどのアレルギー症状を起こす病気です。患者さんの数は年々増え、今や国民病とまで言われるほどになっています。

花粉症の原因として、一般的にスギ花粉が有名ですが、実はアレルギーを起こす植物は他にもたくさんあります。

【春】スギ ヒノキ ハンノキ シラカバ

【夏】カモガヤ ハルガヤ

【秋】ブタクサ ヨモギ

など約60種類もあるそうです。

また、花粉症と合併しやすい病気に「口腔アレルギー症候群」があります。特定の果物や生野菜を食べた後、口・唇・喉にイガイガ感、かゆみ、腫れなどのアレルギー症状が起こります。リンゴ、桃、メロン、スイカ、トマト、人参など他にも多くありますが、それぞれの花粉ごとに関連する食物が違います。

アレルギーの検査は血液で調べることができ、きます。気になる症状のある方は、是非検査を受けてみてください。



Annuit corner
年金コーナー

付加保険料は
とてもお得です

毎月の保険料にプラス
400円の『付加保険料』

を付けて、将来の年金額をお得に増やしませんか？付加保険料は年金額に200円×納付月数で反映されますので、年金をもらい始めて2年で納付分が返ってくるしくみです。20年間付加保険料を納めると、付加分総額は9万6千円。年金には、4万8千円が反映されますから、年金を20年もらうと96万が付加保険料分ということになり、納付額に対しての受給額は大変お得になります。希望されるかた、興味のあるかたは、役場の窓口にご相談ください。

障害年金の額改定請求が1年を
待たずにできるようになります

これまで、障害年金を受けている方の障害の状態



が進行した場合、その前の診断書提出から1年の待機期間を経た後でなければ年金額の改定請求ができませんでしたが、26年4月からは、進行したことが明らかである場合には、1年を待たずに請求することができるようになりました。

該当するような状況である場合は、役場もしくは年金事務所におたずねください。

【お問い合わせ】

・六日町年金事務所

Tel 025-716-0800

(保険料)

Tel 025-716-0802

(改定請求)

・税務町民課町民班

Tel 765-3113

議会コーナー

＜実施された行事＞

〔4月〕

- 3日 全員協議会
- 3日 議員定数特別委員会
- 3日 総文福祉常任委員会
- 4日 泉町村議長会議長会議
- 17日 農業改良会議
- 22日 津南町社会福祉協議会・十日町地域シルバー人材センター津南事務所との懇談会(総文福祉常任委員会)

＜今後予定されている行事＞

〔4月〕

- 25日 津南町身体障害者互助会総会
 - 26日 津南町農協総代会
- 〔5月〕
- 8日 全員協議会



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)

- 3300日 高橋美佐子(見玉)
- 700日 根津ミサ(小下里)
- 400日 村山政子(小下里)

主な運動:
グラウンドゴルフ、
健骨体操、ウォーキングなど



こんにちは

地域包括支援センターです

介護保険サービスの利用者負担が変わりました

平成26年4月から消費税が8%へ変わったことに伴って、平成26年4月以降に利用する介護保険の利用者負担も変更になりました。

ただし、引き上げ分(3%)がそのまま上乗せされるわけではありません。サービスによって上乗せ率は異なりますが、全体で0.63%の上乗せとなります。

どうして利用者負担が変わるのですか

介護保険サービスを利用したとき、利用者は原則として介護報酬の1割を、残りの9割は介護保険(町)からサービス事業者へ支払います。このとき事業者へ支払われる介護報酬は非課税のため、消費税引き上げ分の上乗せはありません。一方、事業者がサービス提供に必要な施設用品を購入したときには、消費税分も支払いますので、事業者の負担が増えることとなります。

そこで、今後も事業者が安定したサ

ビスを提供できるよう、平成26年4月から報酬を増やして事業者への負担を軽減することになりました。それに伴い、利用者が支払う利用者負担も変わることになりました。

サービスの利用者負担

ほとんどのサービスについて利用者負担が変更になっています。

現在サービスをご利用中のかたについては各サービス事業所から説明があります。くわしくは各サービス事業所、介護支援専門員(ケアマネージャー)または福祉保健課保険班にご確認ください。

なお、福祉用具購入費、住宅改修費支給の支給限度額などについては変更はありません。



サービス利用の上限額も変更されました

おもな在宅サービスでは、1か月に介護保険で利用できる上限額(支給限度額)が決められていて、それを超えて利用した分は利用者が全額負担します。

報酬改定によって利用者負担が引き上げられたため、いまままでと同じサービスを

要介護状態区分	支給限度額(1か月)
要支援1	49,700円
要支援2	104,000円
要介護1	165,800円
要介護2	194,800円
要介護3	267,500円
要介護4	306,000円
要介護5	358,300円

これまでの支給限度額(旧)

要介護状態区分	支給限度額(1か月)
要支援1	50,030円
要支援2	104,730円
要介護1	166,920円
要介護2	196,160円
要介護3	269,310円
要介護4	308,060円
要介護5	360,650円

平成26年4月からの支給限度額(新)



利用しても上限を超えてしまう人が出てくることから、利用者の負担が増えないように、支給限度額も引き上げられました。

※介護保険証に記載されている支給限度額について、旧限度額で記載されているものについて差し替えのものを発行することはいたしませんので、新しい限度額に読み替えて、引き続きご利用をお願いいたします。

このような費用は全額自己負担です

- ・支給限度額を超えた分
- ・サービス利用時の居住費(滞在費)、食費、日常生活費などは、従来通り全額自己負担となります。

安定した介護保険サービス運営のための改定となりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



『認知症見守りキャラクターにんこっこ』

はい健師
で〜す



今月は
はか清蘭
さくち口
樋保健師

脳卒中に 気をつけましょう

たくさん積もっていた雪が解け、津南にも待望の春がやってきました。しかし、春はなにかと忙しく、体調を崩しやすいので、毎日の生活習慣をきちんと整えることが大切です。生活習慣の乱れによって注意したい病気の一つが、脳梗塞や脳出血といった、いわゆる脳卒中です。

脳卒中発症の要因は様々ですが、その中でも代表的なものは高血圧です。津南町の脳卒中発症者の約64%のかが、発症前「高血圧の既往があった」と回答していました。また、飲酒量が多い人やたばこを吸う人は脳卒中への注意が必要です。他にも、過労やストレスが多い状態が続いていると、脳卒中の危険度が高いと言われています。疲れが溜まっているなど感じた時には、しっかりと休養をとり

ましよう。

県が実施している脳卒中情報システム調査によると、津南町では毎年約20人前後のかが脳卒中を発症しています。毎年男性の発症が多く、30〜40歳代の若い世代の発症もあります。脳卒中を発症すると麻痺が残ることもあり、予防がとて重要です。また、発症した場合、早期発見・早期治療でその後の後遺症を軽減することができる可能性があるので、次の前ぶれ症状に注意しましょう。

★脳卒中の前ぶれ症状★

- 片方の手足がしびれる
- 急に手足から力がぬける
- 片足を引きずっているとと言われる
- ものにつまずきやすい
- フラフラしてまっすぐに歩けない
- 片方の目にカーテンがかかったように、一時的にものが見えなくなる
- 急にめまいがするようになった
- 物が二重に見える
- 言葉が出てこない、理解できない
- など、いつもと違うなど感じる症状が現れた時には、早めに病院を受診しましょう。

女性の平均寿命

が全国の市町村の中で22位の津南町。脳卒中を予防して、さらに健康長寿の町を目指しましょう！



健康づくり ア・ラ・カルト

エアロビクスを一緒にしませんか？

総合センターを会場に行われているTapの『エアロビクスダンス教室』

に参加をするようになってから、2年以上が経ちました。始めたきっかけは、「よさこいソーラン」の練習がお休みになる冬季間の、体力や筋力の維持のため一緒にやらないかと、よさこいソーランのメンバーに誘われた一言

でした。

身体を動かす動作が主なエアロビクスですが、動きは難しくなく、誰もが簡単に出来るような内容です。また、自宅でも実践できる簡単な筋トレの方法やストレッチなどの紹介もあります。約1時間の運動ですが、汗をかき血流がよくなり、終わった後には爽快感が得られます。

少し体がだるく、休みたいと思う日もありますが、幼馴染と声を掛け合いながら頑張っていると、終わった後にはだるさではなく、心地よさが残ります。

また、続けてみて気がついたのですが、エアロビクスで汗を流して温泉に入りに行ける日は、いつもよりもぐっすり眠ることが出来ます。疲れすぎても眠れな

大割野 武田 奈津子さん

いのですが、エアロビクスは丁度良い疲れを得ることができるからでしょうか……。

心身ともに健康でいられるよう、これからも続けていきたいと思っています。少し不眠気味な方や、体がだるくスッキリしない方、私と一緒にエアロビクスダンス教室に参加してみませんか？





「千の種のわたしへ 不思議な訪問者」

さとうまきこ / 著 借成社

中一の春から不登校になった千種のもとを訪れる「不思議なものたち」。この訪問者の身の上話が千種を少しずつ変えていく。

春は環境が変わる季節です。新しい学校や職場にはもう慣れましたか？趣味などできちんとストレス解消はできていますか？
今月の1冊では、環境の変化に戸惑い不登校になった女の子が登場する本を紹介します。

この女の子（千種）のもとに「カラス」「ネコ」などの動物だけでなく「木」「影」といった「不思議なものたち」が訪れ、千種を少しずつ変えていきます。

自分の考えだけでなく、いろんな角度から、いろんな人の意見を聞くことで視野が広がり、悩みが解消されることってありますよね。とくに10代はちょっとしたことが気になってしまう年頃ですが、この作品を読



むと少し変わるかもしれませんよ。さて、4月23日から5月12日まで、第56回「こども読書週間」です。期間中、絵本や児童書を中心に子どもたちに読んでもらいたい作品を展示しています。ぜひご利用ください。その中から、1冊紹介します。

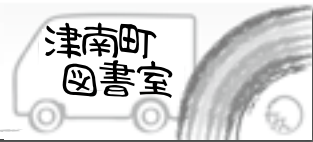
『動物と話せる少女リリアーネ スペシャル 友だちがいっしょならー』
タニヤ・シュテーパー / 著
中村 智子 / 訳

小学生に大人気！リリアーネシリーズ初のファンブックです。前半は短編物語で、リリアーネ本編1巻から6巻までの動物たちが登場し正義のために大活躍します。後半には、人気投票結果、リリアーネのお部屋紹介、リリアーネ度チェックなどリリアーネファンなら読んでおきたい1冊です。

リリアーネシリーズは最新刊まで全て揃えてありますので、どうぞご利用ください。

インターネットから蔵書検索が可能です

蔵書検索はこちらから



↑津南町のホームページ画面右下のバナーをクリックしてください。

休館日

4月28日(月)・5月26日(月)

蔵書検索サイトからは、新着図書一覧や、ご利用状況(ご自身の借りている図書や予約状況等)が、確認できます。また、貸出ランキングといったさまざまな情報もご覧いただけます。

私は本を読む習慣は小学校、中学校の頃はほとんどありませんでした。まず本は学校の図書館にしかなく、本屋に行ったこともありませんでした。

高校生になって初めて本屋に行き、本を買った時には少し大人になった気分になりました。

新田次郎作品が好きになったのは、若い頃勤めていた会社の社長と車で移動しているときに、この「八甲田山死の彷徨」を読んでみなさいと言われ「この本の中には会社組織の在り方の縮図が読み取れる、それは今後に役に立つから」と言われ読み始めたのがきっかけです。

何故、青森第5連隊は雪中行軍で多くの死者を出したのか、また弘前第31連隊は何故一人も死者を出さなかったのか。

青森5連隊の神田大尉と山田少佐、弘前31連隊の徳島大尉と児島大佐、上官とその部下の関係を中心に書かれています。またその関係が雪中行

Pen Relay

本とわたし

紹介する本 たきざわ げんいちろう 滝沢 元一朗さんから

八甲田山死の彷徨

著者 にったじろう / 新田次郎 出版 / (株)新潮社

おんだ てるじ 恩田 輝次さん(鹿渡)

短歌

砂丘

酔いどれのわが歩みゆく夜の道

頼打つ寒風快く受け

待ちわびてやと咲きたる桜花

やさしきピンク木に盛り上がる

ひとひらの雪さえ見えず山ひとつ

凍りたるごと静まりてあり

立春の寒き厨に炊事しつ

朝のラジオに春の歌聞く

軒先をしづる雪は冬の日を

束の間反し音立てて落つ

母となる時の間近く全身の

力を集め吾子はいきめり

夕空の飛行機雲はオレンジの

モールス信号のごとく残れり

使ひ来しドライヤーにて事足るも

子の買ひくれたるは音の静けし

十本の指それぞれの役目あり

両手合はせて拍手を打てり

早食ひを窘められて久しきに

母似の癖の未だ治らず

転ばずに一日過ぐればよき日なり

わが身をほめて心をさめぬ

歌を詠む気力失ひ暮らす日日

縮切りまではまだ四日ある

麗らかな軒端に雀が春の歌

アルトにうたへば笑ひ込みあぐ

雪だるまやうやく消えし天気凶に

北へ伸びゆく桜前線

よみがへる思ひは今もやさしかり

ギターの「グリーンスリーブス」聴く

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

子育てに家事を守りて五十年

努めし妻は足病みて伏す

感動を与へくれたるソチ五輪

余韻残して聖火消え行く

髪切れば頭寒しと毛糸帽

深ぶか被り道を急ぎぬ

深ぶかと雪を被りて川原の

どの石も皆丸まり光る

手漉き和紙の卒業証書胸に抱き

只今と云ふ女孫に拍手す

個人……ひまわりで吾が誕生日祝うなり

すし・ケーキ喰み贈り物受くグリーティング清水 貞子

岩すげ俳句会 (三月)

耳朶の霜焼にまた指がゆく

一羽鳴き一羽応へて寒鴉

炬燵の座移りてみたりして一人

春炬燵読み掛けめくる昼しづか

凍て道にコイン貼り付く早出かな

暮れ待たで灯る居酒屋春の雪

身を隠す臈の路地の小料理屋

煮凝りと残りの酒と旨きもの

チエーン掛け雪の山家の訃へ急ぐ

卓上に菜の花が咲くちらし寿司

春の雨亡夫に似たる人の居て

滝沢 義正

柳沢 チヨ

富沢 キミ

板場 寛

島田 眞之

房 良

芳 司

酔 花

妙

れい子

東 川

渡 舟

兎 月

貞

壽 子

冬 詩子

軍の成功と遭難に大きく関係しているのです。

本の序章で、弘前31連隊の徳島大尉が上官に「この雪中行軍が死の行軍になるか、輝かしい凱旋になるのかは、この行軍に加わる人によって決まります。雪地獄の中で一人の落伍者が出ればこれを救うために十人の落伍者が出、十人の落伍者を助けるために小隊は全滅するでしょう。雪地獄とはそういうものです」と言ったことがまさに青森5連隊で起きていたのです。

青森5連隊の神田大尉の計画を山田大佐によって変更をさせられ、小隊編成から中隊編成に大隊本部が随行するようになっていた、これによって指揮官の命令系統が、所々で本来指揮官である神田大尉の命令は大隊本部で変えられてしまい、命令自体が錯綜し雪の八甲田山で連隊自体が彷徨してしまつた。

その結果、青森5連隊二百十名のうち生存者はわずかに十一名であつた。日本陸軍の厳冬の装備が格段に良い方向に向かつたのは、この遭難事故がもたらしたものだそうです。現代社会の組織でも、指揮系統は大切であることは今も変わりません。部下を信頼し任せたことに関しては指揮系統を崩してはいけません。

この本は私のバイブルでもあります。次は滝沢優輝さんをご紹介します。

生活習慣病を予防 健康を維持するために健康診査を！

	39歳以下	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～74歳	75歳以上
1位	尿蛋白 30.4%	HbA1c (NGSP) 51.1%	LDLコレステロール 59.7%	HbA1c (NGSP) 73.4%	HbA1c (NGSP) 80.5%	HbA1c (NGSP) 77.2%
2位	LDLコレステロール 26.8%	LDLコレステロール 44.7%	HbA1c (NGSP) 57.0%	LDLコレステロール 58.7%	LDLコレステロール 52.3%	収縮期血圧 63.3%
3位	HbA1c (NGSP) 18.5%	中性脂肪 28.7%	中性脂肪 34.2%	収縮期血圧 48.6%	収縮期血圧 47.2%	LDLコレステロール 39.4%
4位	中性脂肪 17.3%	収縮期血圧 23.4%	収縮期血圧 32.9%	中性脂肪 31.8%	中性脂肪 30.8%	尿蛋白 28.3%
5位	収縮期血圧 15.5%	BMI 22.3%	腹囲 25.5%	腹囲 24.9%	尿蛋白 22.1%	eGFR 26.7%

表1) H25年度 津南町の健診結果異常値割合

近年、生活習慣病が津南町でも増えて
います。健診の目的は生活習慣病を早期
に発見することです。健診を受け、生活
習慣を改善することが健康の第一歩です。

◆健診の結果から見る津南町の特徴

表1より平成25年度の町の健診の結果
では、60歳以上ではHbA1c値で有所見
のかたが最も多かったです。全体的にLD
Lコレステロール値が高値のかたはどの年
代でも多いことがわかりました。39歳以
下では尿蛋白が最も多かったです。みな
さんの健診の結果はいかがでしたか？

【津南町多いHbA1c値異常とは？】

HbA1cは「ヘモグロビンエーワ
ン」と読みます。過去1～2か月間の
血糖値の平均を反映し、糖尿病の診断に
も使われています。普段の血糖値が高い
とHbA1c値も高くなります。糖尿病は
かなり重症にならないと症状がでません。
また、放置しておくとう動脈硬化が進行し、
失明や腎不全などの合併症を招きます。

【腎臓が多かった蛋白尿とは？】

尿は腎臓で血液をろ過して作られてい
ます。血中の不要なものを尿として排泄
しますが、蛋白質は体に必要なものなの

で健康な人は尿にはほとんど出てきませ
ん。しかし、腎臓に異常が起こると多量
の蛋白質がこし出されることがあり、慢
性腎炎（慢性糸球体腎炎）などの可能性
があります。

また、激しい運動の後や発熱時、立ちっ
ぱなしていた時などに「生理的蛋白尿」
という一過性の蛋白尿が現れることもあ
ります。蛋白尿が出た場合は原因が何か
調べる必要があるため、医療機関に受診
しましょう。

この様な数値が異常値になることで高
血圧・糖尿病・高脂血症、慢性腎臓病等
の生活習慣病を発症します。また、異常
値を放置することで生活習慣病が悪化し、
心筋梗塞や脳卒中など死に至る病気を発
症する可能性が高くなります。

◆生活習慣病は予防できる病気

健診を受けて異常値が出た場合は、自
覚症状がなくても必ず再検査をして医師
の指示に従いましょう。

また、生活習慣病は悪化しないように
早期から予防することが必要です。予防
方法は生活習慣の見直しをすることです。
食事と運動面の習慣を変えることはとて

も有効です。健診を受けたままにせず、
その後、受診や生活習慣の改善等に活か
しましょう。

◆毎年健診を受けましょう

町の健診や人間ドック、がん検診等は
町から健診費用の補助がされており、安
い料金で受けることができます。

また、健診は初期の段階で病気を発見
することができ、後々病気が悪化し
てから治療をするよりも早期に発見し治
療をする方が医療費も安くなり、身体的
負担も少なく、一石二鳥です。

「元氣だから大丈夫」、「忙しくて受診し
てられない」、「お金がもつたない」と
いうかたが大勢いますが、健康でないか
らば仕事を頑張ったり、趣味を楽しんで
りできません。健診は元氣なうちに受け
るほど効果があります。早めの受診を心
がけましょう。

◆平成26年度町の健診が始まります

6月2日から各集落の公民館や保健セン
ター等で町の健診が始まります。申込をさ
れている方はお忘れのないよう受診下さい。
各種がん検診も始まります。受診を希
望されるかたは左記の問合せ先にお申し
込み下さい。

病気の早期発見のために毎年健診を受
けましょう。

【問い合わせ先】

津南町役場福祉保健課 健康班
TEL 765-3114

Tapでいこう!!



Tap 2年目スタート!!

4月からTapの2年目の活動が始まりました。住民の方が楽しく参加できる運動や趣味活動、各種イベントを開催していきます。

Tapは人と人との「つながり」を大切にした活動を展開し、住民の方の「居場所」と「出番」を創っていきます。

現在、会員募集中ですので、春から新しく習い事を考えている人や活動に興味がある人はTap事務局までお問い合わせください。

春よ呼ぶ 第3回豪雪地面出し競争

3月21日(春分の日)に第3回豪雪地面出し競争を津南中学校グラウンドで開催しました。約1.6mの雪を地面が出るまで掘り、その早さを競いました。高校生や若者、女性、家族など様々な世代が参加し、当日はテレビ局の取材もあり、

大会は盛り上がりました。一般の部11チーム、ファミリーの部4チーム総勢約80名が汗を出し、声を出し、雪と戦いました。
当日の天候は雪でしたが、終わったときには地面が見える15個の穴があり、少し早い春を感じる一日となりました。



教室・イベント	内容	日程	対象
エアロピクス (会場:総合センター)	簡単にできる エアロピクス教室	毎週月曜 昼・夜	大人
卓球 (会場:総合センター)	女性にも人気! 卓球教室	月曜=夜 水曜=昼	40歳以上
韓国語を学ぼう (会場:文化センター)	韓国語を楽しく 学べる教室	水曜 夜	どなたでも
ロコチャレ60 (会場:そだき苑)	ロコモ予防の ための運動教室	火曜 10:30~	60歳以上

■子ども対象の「この指と一まれ!」や放課後クラブも募集中です。
■問合せ先: NPO 法人 Tap 事務局
(総合センター内 TEL 765-5776)

- 【一般の部 成績(上位3位まで)】
- 1位 遊友会 5分33秒
 - 2位 snow wave 5分40秒
 - 3位 津南町テニス協会 6分32秒
- 【ファミリーの部】
- 1位 ハリク・E・N 7分28秒
 - 2位 大道LOVEチームB 7分29秒
 - 3位 大道LOVEチームA 8分38秒

津南石造物散歩

203

つまり石仏の会
文責 桑原和位

2体しかない准提観音

津南町に准提観音は2体あります。1つは反り口集落の十王堂に沢山の石仏と並んで祀られています。もう1体は上加用の加用集落開発センターに道路に面して3体の石仏が祀られています。その右端の石仏が准提観音です。壁面の額に開発センターの設立と石仏の解説が書かれています。准提観音の解説には「此之世から悪人悪業を出して除いてくださる菩薩」とあります。

船型光背に造立されていると思います。18臂の手の印相や持物については先達の研究では一定していません。豊田での石仏探訪の取材手帳のメモから記述しますと次のようになります。

胸のところで左手で説法印(仏法の教えを説き聞かせる親指と人差し指を結ぶ手)、右手で施無畏印(掌を外に向けて徳を与えることを象徴する手の相)をしています。持物は宝剣・数珠・果実・斧・鍵・金剛杵・宝幢・蓮華・水瓶・絹索・花飾りの輪・法螺貝・経巻・徳利・念珠・法輪をもっています。

准提観音がいつごろ日本に伝えられたのか、詳しいことは分からないのですが、奈良市高畑町の洞穴に准提観音を乗せていた六角柱に永正17年(1520)の刻印があるそうです。

反り口集落の准提観音には弘化4年(1847)と造立年が刻まれています。



准提観音

津南町 上加用

農業委員会窓

家族で支える農業経営 — 家族経営協定調印式 —



↑半戸さんご一家は、水稻6.1ha、畑4haを耕作されている大農家で手と手を合わせて農業経営に取り組んでいます。

「家族経営協定」とは、家族経営であいまいになりがちな役割や就業条件、就業環境について家族みんなで話し合うことで、取り決めるを行うことです。

最近では、単に農業分野のことでだけでなく、健康管理や趣味、介護についても取り決めにいれる家族も多く、家族の暮らしの再確認にもなっています。

津南町では、平成8年から毎年家族経営協定に立ち会っており、現在まで45家族が協定を継続しています。

お嫁さん加入！で再調印

3月25日に家族経営協定を再調印したのは、半戸敬行さんご家族です。敬行さんのご両親（敬二さん・ヨシイさん）は平成10年に家族経営協定を結んでいますが、敬行さんが、経営を譲りうけたことや、お嫁さんをもらったことで、改めて家族経営協定を結ぶことになりました。

新しく家族の一員になったかおりさんは「お嫁にきて1年ちょっと。農業の手伝いはまだできないけれど、家事担当として家族を支えていきたい。」と抱負を語ってくれました。

大地に生きる



みやざわよしひこ
宮沢嘉彦さん（29歳） 卯ノ木

宮沢さんは、祖父母、父母、当人夫婦、1女1男の8人家族の認定農業者です。

県農業大学校卒業後に就農され、葉タバコ1.3ha、水稻6.8ha、作業委託2.0haを経営されています。

就農当初から4Hクラブ（※）の活動を通して近隣の若い農業者と交流しながら今は青年就農者として活躍されています。

父親の仕事の関係から23歳の時に経営移譲を受けて、順調に規模拡大をしながら地域にとって大事な担い手として期待されています。

※4Hクラブは、よりよい農村、農業を創るために活動している組織。

農業委員会の主な動き

【実施された行事】

- 〔2月〕
25日 第32回総会
- 27日 農作業料金協定会議
- 〔3月〕
3日 食育セミナー
3～4日 議会
- 6日 企画会議
- 25日 第33回総会

家族経営協定

- 29日 TPPと農政講演会
- 〔4月〕
8日 企画会議

【今後の行事予定】

- 〔4月〕
25日 第34回総会



↑県、町、農業委員会の立ち会いのもとで調印が行われました。

津南町農業委員会では、今後も農業の家族経営を応援していきます。我が家もやってみてほしいというご家族がありましたら、ご連絡お待ちしております。

■お問い合わせ

津南町農業委員会
TEL 765-5583

〔5月〕

- 26日 第35回総会
- 31日 狭山市農業体験



→3月29日に議会、農協、森林組合、農民連と共催で、新潟大学農学部助教伊藤亮司先生をお招きして、「TPPと農政」の講演会を開催しました。



～雪と大地の恵 雪下人参～

農村地域生活アドバイザー 藤ノ木ヨキ子（中深見）

人参農家の皆さん、今年もおいしい人参をありがとうございます。スティックにしてマヨネーズをつけてポリポリ…甘くておいしい！今回はその人参を私流に少しアレンジしてみました。

②解凍したパイシートにリンゴ、人参の順にのせ、切れ目をいれたもう1枚のパイシートをのせ、卵黄をぬり200℃のオーブンで15分、その後170℃で15分焼いて出来上がり。

人参とリンゴのパイ

【材料(4人分)】

市販のパイシート2枚

〈A〉人参150g、
砂糖大さじ1、
水150cc、バター少々

〈B〉リンゴ150g、ハチミツ小さじ1、
レモン汁小さじ1、水50cc、卵黄適量

【作り方】

①人参は5ミリ程のさいの目切り、リンゴは皮をむき芯を取って薄めのくし型に切る。AとBをそれぞれ分量の調味料で程良い軟らかさに煮、水分をなるべくとばす。



人参の生春巻き

【材料】

人参、ツナ缶1缶、
マヨネーズ、塩コショウ、
レタス、スライスチーズ、
ライスペーパー

【作り方】

①人参は4～5cm位の長さの細めの千切りにし油をきったツナ缶とマヨネーズ適量と塩コショウ少々で混ぜ合わせておく。
②水にくぐらせて軟らかくなったライスペーパーにスライスチーズをのせ、①を包んでできあがり。とっても簡単です！！



今年度、津南町の観光に関するコーナーを設けていただきました！ここでは、津南町のイベントや観光スポットなど、旬な情報をお伝えしていきます。

さっそくですが、春といえば…桜！津南町でも桜の開花が見られるようになりました。町内ではまだ雪が残るところもあり、その雪と桜のコラボレーションが珍しいと、カメラマンの方に人気です。普段は早く溶けてほしい雪ですが、この時ばかりはできるだけ残ってほしい雪です。特に「中子の桜」はお問い合わせの多いスポット。桜の後ろに並ぶ杉林も荘厳な雰囲気を感じます。また、沖ノ原に並ぶ「段丘桜」もおすすすめ。ここからは遠くの山々も見渡すことができ、とても景色の良い場所です。

私が幼いころよく行ったのが、東京電力信濃川発電所の近くに咲く桜です。ここは飯山線の線路のすぐそばにあり、桜の横を通る電車を見ることができません。大人はもちろん、子どもは喜びの間違いなしです。

ほかにも町内には隠れスポットがたくさんありそうです。「こここの桜はきれい



だよ！」「ここ珍しいよ！」など、桜だけでなく町内のおもしろいところ、おすすめ場所があったらぜひ！津南町観光協会まで教えてくださーいね！

■お問い合わせ 津南町観光協会
TEL 765-5585



残雪と桜が美しい中子の桜



津南にも遅咲きの春が

戸籍の窓

おめでとう おさいます (出産)

- 津端 恵伍(陣場下) 健三さん 紗弥花さん
- 江村 空飛(正面) 博之さん まどかさん
- 瀧澤 優(正面) 剛志さん 絵美さん

すえながく おしあわせに (結婚)

- 藤ノ木 裕さん(大赤沢) }
涌井 麻衣子さん(岡) }
- 小野塚 弘之さん(辰ノ口) }
石澤 華織さん(辰ノ口) }
- 小林 慎吾さん(羽倉) }
山崎 風花さん(長野県) }

おくやみ もうしあげます (死亡)

- 佐藤 ヨネさん (80歳・赤沢)
- 久保田 けさ子さん (88歳・羽倉)
- 藤ノ木 シマノさん (92歳・美穂)
- 高橋 ヤイさん (101歳・船山)
- 中島 敦子さん (87歳・百ノ木)
- 小山 英一さん (96歳・割野)
- 石澤 芳郎さん (89歳・寺石)
- 高橋 熊一さん (87歳・割野)
- 津端 朝夫さん (86歳・外丸)
- 藤木 清美さん (51歳・米原)
- 山田 アサさん (83歳・正面)
- 栗原 富一郎さん (84歳・米原)

父から子へー高橋勉・梶親子展一

会期:平成26年4月26日(土)～6月8日(日)

●入場料/大人(高校生以上) 300円

十二ノ木出身の画家高橋勉氏と、そのご子息 高橋梶氏の作品展を開催しております。

作品のほかに、制作風景の写真なども展示しています。



高橋梶氏が描いた「五月の越後津南」

なじよもん通信

NATJOMON TSUNAN

●天然記念物 カモシカについて

カモシカは、天然記念物に指定されていますので、見つけた場合は遠くから見守りましょう。もし、死亡しているのを見つけた場合は、速やかに教育委員会文化財班(TEL765-5511)にご連絡ください。放鳥されている朱鷺も同様となります。



天然記念物のカモシカ

皆さまのご協力をお願いいたします。

●入館料変更のお知らせ

中学生以下の入館料が無料になりました!!

10周年を迎える「なじよもん」へ、どうぞお気軽にお越しください。

(※体験料は別途必要になります。)

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

5月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象	
3日(祝)	10:00~	縄文人は何を食べていたのだろうか? ~探しに行こう春の味~ <野外>	400	低学年から
	13:30~	わら細工(草履作り)	500	高学年から
	10:00~	勾玉作り	500	低学年から
	10:00~	こだわりの勾玉作り	600	低学年から
4日(日)	10:00~	縄文まるごと一日体験(野外)	1,500	低学年から
	13:30~	藍染め	1,000	低学年から
	13:30~	滑石の縄文指輪作り	600	高学年から
	10:00~	勾玉作り	500	低学年から
	10:00~	こだわりの勾玉作り	600	低学年から
5日(祝)	10:00~	縄文人は何を食べていたのだろうか? ~探しに行こう春の味~ <野外>	400	低学年から
	13:30~	小枝のランプシェード	500 1,000(7ツブ付)	低学年から
	10:00~	本格アングン編み一日体験	1,500 1,000(4ツブ加減)	中学年から
	10:00~	勾玉作り	500	低学年から
	10:00~	こだわりの勾玉作り	600	低学年から
	10:00~	琥珀の勾玉作り	1,000	高学年から

日時	プログラム	金額	対象	
6日(祝)	9:00~	パドワウッチング(野外)	300	低学年から
	13:30~	縄文人は何を食べていたのだろうか? ~探しに行こう春の味~ <野外>	400	低学年から
	10:00~	勾玉作り	500	低学年から
	10:00~	こだわりの勾玉作り	600	低学年から
10日(土)	13:30~	草木染め	500	低学年から
11日(日)	13:30~	縄文レリーフ作り	500	低学年から
17日(土)	10:00~	そば打ち	800	中学年から
18日(日)	13:30~	陶芸(マグカップ作り)	800	中学年から
24日(土)	13:30~	土器作りパートII	600	高学年から
25日(日)	13:30~	バト帯作り	800	高学年から
28日(水)	19:30~	星空観察会(野外)	300	低学年から
31日(土)	13:30~	カラムシのミサンガ	1,000	中学年から

※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。

広報編集室

雪もだいぶ消えてきましたね。この冬の雪はいかがでしたか? 4月は出会いと別れの季節。町と病院の体制も少し変わりました。今回退任された石川院長先生は20年以上、副院長の村山先生は30年の長きにわたり津南病院に勤めていただきました。長い間、本当にお疲れ様でした。広報担当は無事? に2年目に突入です。◎

表紙の写真

入学新生活など環境が変わるこの季節。今年も鮭の放流が行われました。稚魚は万全を尽くし4年後には4寸の鮭になって生まれ故郷に戻ります。津南を離れ、手も鮭が5寸か6寸の成長を遂げます。

この紙は再生紙を使っています

津南町の人口

- 人口10,478(-43) 男5,101(-19) 女5,377(-24)
- 4月1日現在()内は前月比
- 世帯数3,594(-5) ■転入/38 ■転出/69 ■出生/3 ■死亡/15 ■婚姻/0