

新潟県津南町
広報 **おたん**

2015 No.643

1.20

tsunan.town



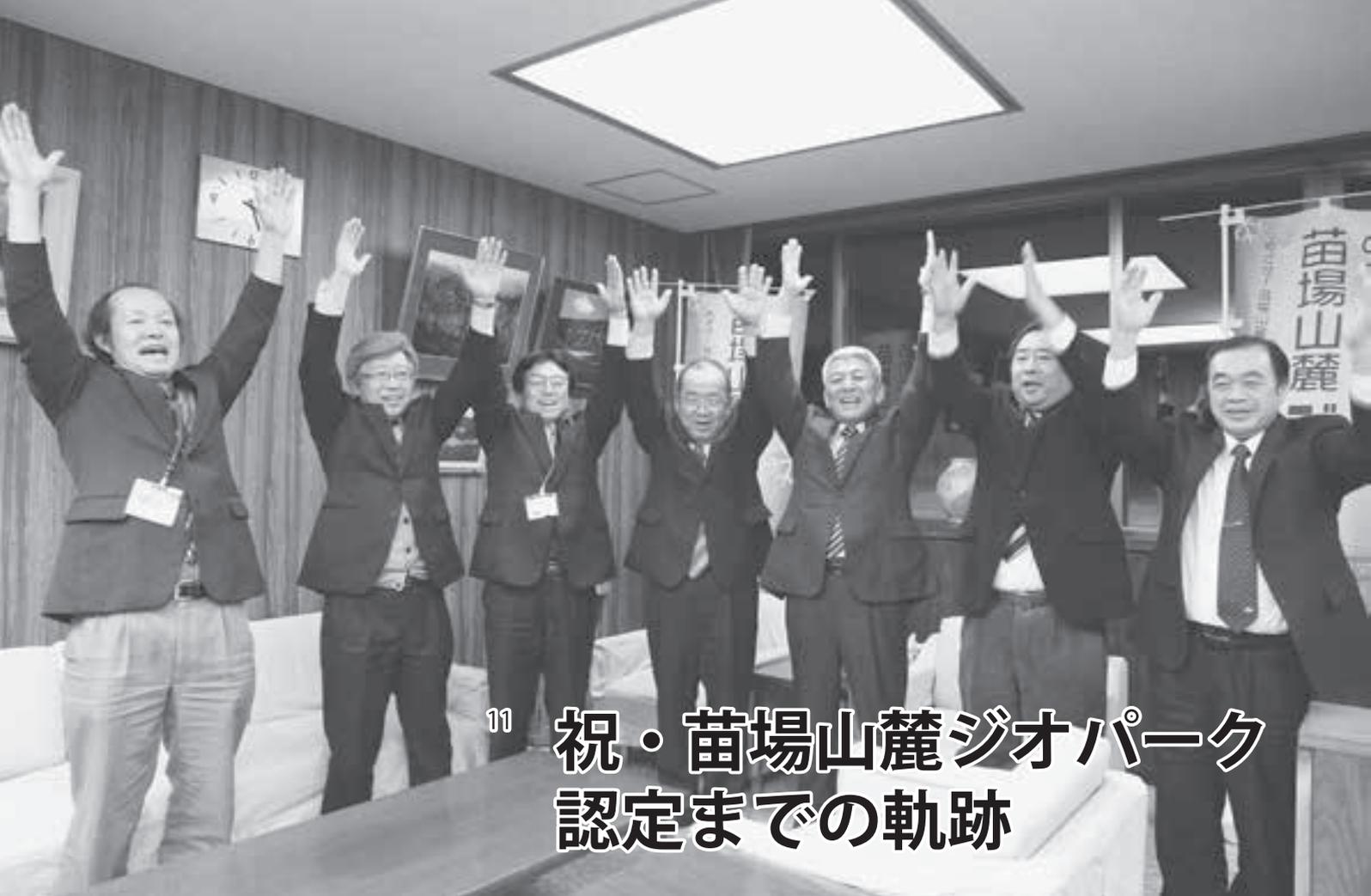
つなんじかん



どうろくじん 道陸神（結束集落）

今年も結束集落の小正月の行事、「どうろく神」が行われました。
他の地域では、松焼き・どんど焼き・賽の神と呼ばれる行事です。
結束集落で毎年行われる道陸神の特徴は、厄年の方が厄払いのために
お賽銭を投げると、そのお賽銭をほかの参加者が拾うというところ！
すすだらけのお金のご利益があるのだそうです。
お賽銭のほかにも、お菓子を投げたり福まきの要素もあります。
今年も多くの方が参加し、とても盛り上がりました！
私も前日の準備をお手伝いをさせていただきました。
雪と灰にまみれながらも、皆さんの笑顔があふれるお祭りでした！

地域おこし協力隊 平木 結



11 祝・苗場山麓ジオパーク 認定までの軌跡

広報つなん

vol.643 1月20日号

もくじ -contents-

features

04

特集 年頭所感

regulars

- 08 見て・知って・得をする かわらばん
- 10 つなんまちかどスケッチ
- 12 国保だより ~安心して国保を使い続けるために~
- 13 は~い保健師です・健康づくりアラカルト
- 14 ライブラリーコーナー・ペンリレー
- 15 つなんの文芸
- 16 病院歳時記・年金コーナー
100日運動・議会コーナー
- 17 Tapでいこう!・津南石造物散歩
- 18 いきいき大好き津南町
- 19 しあわせ応援隊・ジオサイト探検隊!
- 20 なじよもん通信・戸籍の窓
広報編集室・津南町の人口





年頭のあいさつ



津南町長
上村憲司

明けましておめでとうございます。
年頭にあたり、謹んで皆さまのご多幸とご健勝をお祈り申し上げます。また、日ごろより町政にお寄せいただいておりますご支援とご協力に対し、心から感謝を申し上げます。

私は昨年6月の町長選挙におきまして、町民の皆様から暖かいご支援をいただき、引き続き町政の舵取り役を担わせていただいております。「強くて、どこよりもやさしい町」づくりのため各種施策を進め、今後とも引き続きその推進に努力する所存です。

さて、年末に、うれしい知らせが入ってまいりました。昨年8月の認定審査で「保留」となっていた苗場山麓ジオパークに対して、日本ジオパーク委員会から「認定」の通知をいただきました。津南町、栄村、町村民一体となつての成果であり、町村民の皆様とともに喜び、新年度に向け、その活用のため事業の進展を図ります。

今年は3年に1度の大地の芸術祭が開催される年です。芸術祭も今回で第6回を数え、今では世界的なイベントとして認知されています。

今回、町内では、4年前の長野県北部地震で発生した辰ノ口の土砂災害の復旧事業で作られた、巨大な円柱型砂防堰堤をステージとしたアートがメインの作品として設定されます。地元三箇地区の皆さんからも作品づくりに盛り上がりを見せており、大変期待しています。

また、旧上郷中学校の校舎を活用したパフォーマンスのレジデンス、劇場施設も準備が進み、上郷地区振興協議会の皆様から熱心なお取り組みをいただき、地域に根ざした活動を第一義とする芸術祭に相応しいものと期待しています。

現在、3月14日に開業となる北陸新幹線飯山駅からの入り口として、大勢の方から来場していた



写真／雪化粧をした2段の柱状節理

だけるよう準備を進めています。

一方で、町の基幹産業である農業について、米の仮渡し金が2年続けて大幅な引下げとなり、稲作農家には大きな痛手となりました。高品質、高食味の米の生産が今後、米の産地として生き残るために一層重要になると考え、「津南町認証米」の生産を今後も推進します。

福祉関係では、障害者支援の複合的施設の建設に向けた準備を進めたいと考えています。

子育て、教育関係では、昨年11月に外丸小学校、中津小学校で140年の歴史を閉じる閉校記念式典が行われ、多くの校区の皆様からご参加をいただきました。今年4月から、子どもたちは津南小学校の児童として新たな一歩を踏み出しますが、3校の子どもたちが円滑に一緒に、教育効果が更に高まるよう万全を期していきます。

病院関連では、本年6月に魚沼基幹病院の開院が予定され、この圏域での津南病院の果たすべき役割を再確認し、町民が安心して暮らしていける医療体制の整備を進めていきます。

さて、今年津南町が昭和30年に誕生して60周年の節目を迎える年です。記念行事を町民の参加をお願いする中で計画しますが、先人の努力により築いてきた津南町の新たなスタートにしたいと考えています。

厳しい町財政の中で、地方創生の各種施策をはじめとして、今後とも国県の補助事業を積極的に活用し、健全財政を堅持しながら町民の皆さまの要望に的確に答え、更なる飛躍を目指して全職員一丸となって町政の運営に取り組む所存です。

結びに、皆さまにとり、この一年が幸多き年となり、災害のない安寧の年となることを深くご祈念申し上げ、年頭のあいさつとします。



町民のための議会に



津南町議会議長
河田 強一

新年明けましておめでとうございます。
新しい年が町民の皆様にとりまして
健やかで平穏な年でありますよう心か
らお祈り申し上げます。

昨年を振り返りますと、全国的には
関東の大雪による被害から始まり、広
島の土砂災害、御岳山の噴火災害、長
野県北部地震災害等と災害続きの年で
ありました。尊い命を落とされた方々
のご冥福をお祈りいたします。また、
被害にあわれた方々、被災された方々
には心よりお見舞い申し上げます。

津南町におきましては、比較的被害
が少ない年だと思っておりましたら、
12月初旬から思いもよらぬ大雪とな
り、一気に真冬の様相となりました。
また、12月18日には国道405号で土
砂崩れが発生し、一時通行止めとなっ
てしまいました。

町民の皆様も、除排雪に苦勞され、
生活に支障のでている方もおられるの
ではないでしょうか。例年ですとこれ
から降雪が本番ですので、ご留意願

ます。

さて、当町でも少子高齢化が急速
に進み、基幹産業であります農業や
商工観光業の振興、そして後継者対
策・雇用対策・所得向上対策が待っ
たなしに強く求められています。

道に振興策を進めている中で、12
月22日に苗場山麓ジオパークが認定
されました。喜ばしい限りです。

今後、各ジオサイトにおける取組
や町民あげての盛り上がりが必要な
ことは言うまでもなく、町民皆様の
ご理解とご協力を議会からもお願い
いたします。

これを機に、さらにわが町津南の
素晴らしい歴史・文化・伝統を見直
し後世に伝え残すことが大切です。

また本年は、第6回大地の芸術祭
が開催されますことから、相乗効果
による交流人口の増加を期待してお
ります。

ところで、本年は町制施行60周年
の節目の年にあたり、町議会議員選
挙の年でもあります。

任期残すところ11カ月余りですが、
残任期間、常に町民のための議会で
あることを念頭におき議会活動を深
めてまいります。

今年一年、どうぞよろしくお願
い申し上げます。



町民一人ひとりの笑顔のために



津南病院長
阪本 琢也

新年あけましておめでとうござい
ます。昨年末からの大雪が続いておりま
すが、皆様お健やかにご越年のことと
お喜び申し上げます。

ご存知の通り、津南町は「生き生
きと元気に、心豊かに安心して輝い
て暮らせる健康長寿の新潟県」の中
でも一番の長寿の町です。いかに病気を
予防するか個々の健康維持に対する意
識と、規則正しい生活習慣が必要で
すが、津南町に高齢でも元気で自立し
ている方が多いのは、決して医療の進
歩によるものなどではなく、豊かで美
しい、しかし厳しい自然のもと、自ら
生きるために体を動かし続ける津南の
生活が大きく寄与していると思います。
町民みなさま一人ひとりが、心身と
もに健やかで笑顔の日常をおくれるよ
うに、安心、信頼を提供する医療機関
としての病院が、常にしっかりと機能し
なければなりません。

近年、日本の医療全体が、少子高齢

化、増加する医療費、看護師、医師
の偏在など厳しい状況にあり、津南
病院も例外ではありません。当院で
も看護師不足、医師不足の影響によ
り、夜間、休日の救急体制を含め診
療面でも皆さまにご迷惑をおかけし
ておりますが、さらなる診療科の充
実のため、効率の良い人員配置、診
療体系の再構成、既存設備の有効利
用、看護師の補充、関連大学との連
携・協力による常勤医師の増員など
も含め、よりよい医療を提供できる
津南病院に変わるため、病院職員一
丸となって、最大限の努力を続けて
いきたいと考えております。

お声をかけてくれる、町民のみな
さまの一人ひとりの笑顔が、病院ス
タッフの何よりの励みになります。
本年もどうぞよろしくお願いいたし
ます。

暮らしの載り情報 見て・知って・得をする!

かわらばん



平成26年分 白色申告者 「農業所得収支内訳書」作成相談会

農業所得を申告する際は、あらかじめ「収支内訳書」を作成する必要があります。この「収支内訳書」を作成するための相談会を開催しますので、ぜひご参加ください。

■開催日 2月5日(木)・2月6日(金)

■相談時間 午前9時～正午
午後1時～午後4時

■会場 津南町役場3階 大会議室

■お持ちいただくもの

- ①農産物の販売金額が分かるもの
- ②農業に関して支出した費用が分かるもの(領収証や通帳)
- ③農業収支に関係するJ・A・共済等からの各種通知書
- ④固定資産税の課税明細書
- ⑤筆記用具・電卓
- ⑥収支内訳書の用紙(町・県民税申告書の封筒の中に入っています。)

※農業用機械の減価償却費の計算が不明な場合は、相談時に計算します。新しく機械を購入した場合は、購入した機械の名称や取得年月、取得価格を把握のうえ、お越しください。

お問い合わせ

税務町民課 税務班
TEL 765・3113

**その場から離れないで！
うっかり灯油漏れにご注意を！**

灯油を取り扱う機会が増え、ホームタンク等からの灯油流出事故が多く発生しています。

油漏れは、火災の危険性があるほか、土壌汚染や水質汚濁など、環境に大きな影響を及ぼします。事故の原因は、不注意や施設の管理不十分によるもので、注意すれば防げるものがほとんどです。

もし、油を漏らしてしまったら、元栓を閉め、流れ出ないように応急処置し、最寄りの関係機関に連絡をしてください。

■連絡先

【ホームタンクから灯油が漏れた場合】

灯油を購入した販売店へ相談ください。

【水路や河川に油が入った場合・発見した場合】

・十日町地域消防本部南分署

TEL 765・2480

・町役場税務町民課

TEL 765・3113

・南魚沼地域振興局環境センター
TEL 025・772・8154

■油漏れ事故を防ぐために

- ・ホームタンクからの小分け中はその場を離れない。
- ・ホームタンクの下に防油堤や受け皿を設置し、流出を防ぐ。または、ポリ容器やストープ用タンクを受け皿に入れて給油を行う。
- ・ホームタンクの給油口に自動停止機能付きの器具をつける。

※処理に要した経費および発生した損害は原因者負担です。

「津南町保健医療福祉計画」素案について、ご意見をお寄せください

第5期介護保険事業計画が今年度で計画期間が終了するため、第6期介護保険事業計画を含み内容の見直しを行った平成27年度からの津南町保健医療福祉計画の素案を策定しましたので、皆さんからの意見を募集します。

■閲覧方法

福祉保健課窓口及び町ホームページ
1月22日(木)から閲覧できます。

■意見募集期間 1月22日(木)～2月5日(木)

■意見について

所定の用紙に必要事項を記入し電子メール、郵送またはファックスで提出してください。

■お問い合わせ

福祉保健課 保険班

TEL 765・3114

「求人受理説明会」を開催します

平成28年3月卒業の大学生、専門学校生の採用活動の時期が変更になります。詳しいスケジュールや留意点などについて、下記のとおり説明会を開催いたします。

■日時 平成27年2月12日(木) 10時～

■会場 ハローワーク十日町

2階会議室

■申し込み 2月3日(火)までにハローワーク十日町

■お問い合わせ

ハローワーク十日町学卒係

TEL 025・757・2407

税理士による 無料税務相談

税理士による少額な申告相談及び申告書の作成を、次の税理士事務所において無料で行います。事前に電話連絡のうえ、ぜひお出かけください。

※大口税理士以外は、十日町市です。

2月4日(水)

・酒井 栄一(西本町2) TEL 757・8421

・高橋 敦(西寺町) TEL 752・3122

・高橋 正也(本町西1) TEL 752・2144

2月5日(木)

・永落 信市(寿町2) TEL 757・2548

・大口 康幸(陣場下) TEL 765・2542

・田口 泉 (千歳町3) Tel 757・3151
2月6日(金)

・和久井 工(本町6) Tel 752・2073

・水落 雅史(寿町2) Tel 757・2548

・高橋 昇男(美雪町3) Tel 757・8750

・杵淵 昌平(本町西1) Tel 757・2144

■事前連絡受付時間

午前9時30分～午後4時

■その他

内容により低額な料金となることもあります。詳しくは、各税理士事務所へ直接お問い合わせください。

平成27年度 臨時職員の任用登録受付

町が臨時職員の任用(採用)を行う場合は、事前に登録の申し込みをされたかたの中から選考して任用します。平成27年度の任用登録を希望されるかたは、次の要領でお申し込みください。

■登録申込資格

高校卒業程度の学力を有し、原則として町内に居住するかた

■登録の手続き

臨時職員任用希望申込書に必要事項を記入し、総務課総務班に提出してください。
※用紙は総務課にありますし、町のホームページからもダウンロードできます。

■任用登録

申込者は町臨時職員任用登録簿に登録され、町が任用を必要とする場合、選考の結果、申込者に連絡します。登録は平

成27年度1年間有効です。ただし、年度途中の申し込みは、申し込みの日からその年度末までです。

■登録受付期間

2月20日(金)までに申し込みいただくことを原則としていますが、希望があれば随時受け付けます。

■職種

①臨時事務員(一般行政事務補助)

②臨時技術員(保育士、保育補助、看護師等)

③臨時技能・労務員(調理員、用務員、労務補助等)

④臨時学校技術等員(複式対応講師、学習支援員、介助員、学校運営推進員、栄養士等)

■臨時的任用の期間

任用は6か月を超えない期間で、必要とする期間任用します。ただし、業務の都合により更に6か月を超えない期間で任用する場合があります。

■お問い合わせ

総務課 総務班 Tel 765・3112

教育委員会では臨時職員を 次のとおり募集します

■募集職種

①保育園・子育て支援センター・学童保育の保育士及び保育士補助

②小学校特別支援学級介助員

③スクールバス運転員

■募集人員

①4名 ②1名 ③1名

■応募資格

①保育士資格を有する59歳未満(平成27年4月1日現在)のかた

②59歳未満(平成27年4月1日現在)のかた

③大型自動車第2種免許を有する59歳未満(平成27年4月1日現在)のかた

■申込期間

平成27年2月20日(金)まで

■申込方法

申込期間中に申込書(用紙は総務課に用意してあります)を総務課総務班に提出してください。

■任用期間 4月1日

任用は6か月を超えない期間で、必要とする期間任用します。ただし、業務の都合により更に6か月を超えない期間で任用する場合があります。

■選考方法

書類及び面接により選考します。

■勤務時間

①基本的には午前8時30分から午後5時15分ですが、早朝・居残り保育の対応のため、早番・遅番がある場合があります。(勤務の保育園により異なります)

②③7時間45分勤務で学校始業時間・登下校時間により変動する場合があります。

■勤務地

町内のどこの施設の勤務になるかは、3月下旬まで決まりません。

■お問い合わせ

津南町教育委員会 子育て教育班
Tel 765・3118

司法書士による相続登記の 無料相談月間のお知らせ

新潟県司法書士会では、毎年2月の1か月間を、「相続登記はお済みですか月間」と定め、相続登記についての県内二斉無料相談を実施いたしております。

この機会にお近くの司法書士事務所にお気軽にご相談ください。相続登記について、無料でご相談に応じております。

また、一年を通じて左記にて無料相談に応じておりますので、ご利用ください。

●町内の司法書士事務所

・高橋司法書士事務所
Tel 765・2582

・つなん司法書士事務所(内山健太郎)
Tel 765・5645

「年間無料相談」

●司法書士無料相談

毎週水曜日 午後1時30分～午後4時
Tel 025・244・5121(要予約)

●司法書士総合相談センター

平日 午前10時～正午
午後1時～午後4時
Tel 025・240・7867(電話相談)

●多重債務ホットライン

平日 午前10時～正午
午後1時～午後4時
Tel 025・240・7974(電話相談)

なお、不明な点は新潟県司法書士会(Tel 025・244・5121)または役場税務町民課町民班(Tel 765・3113)までお問い合わせください。

NEWS
02

国道405号 土砂流出

— 12月18日 国道405号 前倉 大赤沢間土砂流出 —



↑重機により道路の土砂は排除され21時間ぶりに開通した



↑災害現場の視察をする上村町長(右端)と漆原良夫国会議員(右から2人目)

18日午後3時過ぎに通行止めとなった国道405号前倉～大赤沢間の土砂流出現場は、安全が確認され土砂の撤去完了後の19日午後1時過ぎには通行可能となりました。

今回の土砂流出の原因は東京電力中津川第一発電所での取水導水管からのあふれた水が大量に流れたことにより、土砂流出が起きた可能性が高いと東京電力より報告がありました。

この土砂流出の影響で、大赤沢集落をはじめ、長野県栄村切明までの住民128世帯278人や、観光客17名が一時、孤立状態になりました。

その後23日には国会議員の漆原良夫氏、県議会議員の志田 邦男氏なども現場を視察し、上村町長は引き続き安全な道路への改良を要望しました。

つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS
01

ご寄付をいただきました

— 12月18日 榑村山土建様ご寄付 —



榑村山土建村山政文社長から小・中学校の図書購入費に使用してほしいと寄付金をいただきました。

— 12月26日 苗場自動車(株)様ご寄付 —



苗場自動車(株)法人化50周年を記念して、藤ノ木忠夫社長からスポーツ振興に役立ててほしいと寄付金をいただきました。

お知らせします
人事について



固定資産評価審査委員

なかじま よしふみ
中島 芳文さん

12月議会にて承認されたこととともない、新たに中島芳文さん(大井平)が固定資産評価審査委員に任命されました。今後、独立した中立的・専門的な立場から、不服の審査及び決定を行っていただきます。



公民館長

うちやま じゅんいち
内山 純一さん

前公民館長の渡邊友司さんが12月31日付けで任期満了となったこととともない、新たに内山純一さん(芦ヶ崎)が公民館長に就任されました。今後公民館長として津南町の生涯学習に尽力されます。

祝 苗場山麓ジオパーク 認定までの軌跡

平成26年12月22日、苗場山麓地域が日本ジオパークに認定されることが発表されました。振興協議会の設立から1年あまりでの認定は、全国で36ある日本ジオパークの中でもスピード認定となりました。これは、民間団体ジオエッグによるジオパークミーティングの開催により、住民参加型のツアーを行ってきたことや、推進室が中心となり、住民説明会やガイド養成講座を、のべ13回行うなど、津南のもっている自然、文化、大地の成り立ちを、理解してもらおうと精力的に活動を行ってきた結果ともいえます。

平成23年12月
前身となる津南郷
歴史自然環境活用
検討委員会発足



平成24年5月
日本地球惑星科学
連合大会参加



平成25年5月
日本地球惑星科学
連合大会参加

平成25年4月
民間団体
ジオエッグ
発起

平成25年5月
めざせ！苗場山麓
ジオパーク
のぼり設置

平成25年7月
住民説明会開始
～3月末までに
19会場
(全集落対象)

平成25年7月
ジオエッグによる
第1回ジオパーク
ミーティング開催



平成25年10月
ジオエッグによる第
2回ジオパーク・
ミーティング開催

平成25年12月
栄村
住民説明会
開始

平成25年12月
津南町商工会にて
ジオパーク講演

平成26年1月
第一期ガイド養成
講座開始(～11
月まで計13回)

平成26年2月
学術委員会振興協
議会合同会議開催



平成25年12月3日
めざせ！苗場山麓
ジオパーク振興協
議会設立総会開催

平成26年3月末
日本ジオパーク認
定申請書提出



平成26年4月末
日本地球惑星科学
連合大会にて公開
プレゼン

平成26年8月
認定へ向けた
現地審査が
行われました

平成26年6月
第3回振興協議会
総会開催



平成26年10月
新潟圏域
ジオパーク推進地
域意見交換会参加

平成26年8月末
認定審査結果発表
↓
「保留」

平成26年12月
祝・認定
認定を受け、外部からも貴重な資源
ということを認識いただきました。
今後はもっと多くのかた
に興味を持っていただける
よう、調査研究や環境保
全、学習活動を進めて
いく予定です。

平成26年9月
日本ジオパーク
全国大会
南アルプス参加

平成26年12月
第二期ガイド
養成講座開始



平成26年12月
第4回
振興協議会総会
開催

平成26年12月
認定に向けた
アクションプラン
提出





国保だより

安心して国保を使い続けるために

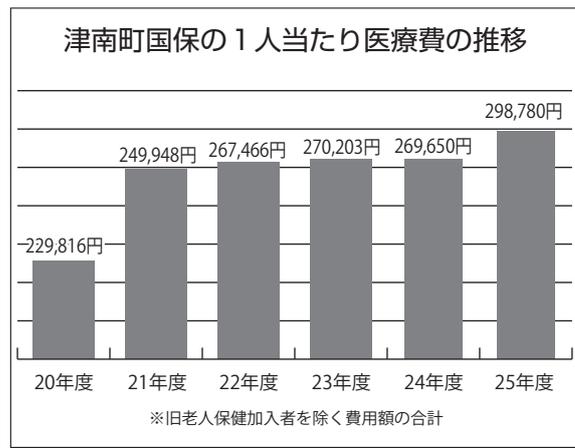
私たちが病気やケガで医療機関にかかるとき、保険証を見せると、医療費の一部を負担するだけで、必要な治療を受けることができます。

これは、医療費の残りの部分を健康保険が負担しているからで、国保はその中のひとつです。

皆さんが、これからも安心して国保を使い続けるために、医療費に関心を持ちましょう。

▼増加する医療費

高齢者の増加や、医療技術の高度化、療養期間の長い生活習慣病の増加などにより、医療費は年々増え続けています。津南町では、国保加入者の1人当たり医療費は、平成20年度には約23万円でしたが、平成25年度には約30万円と、約30%も増加しています。



▼医療費の増加で保険料アップ!?

皆さんが医療機関を受診するときの医療費は、加入者からの保険料や、国や県からの補助金によって支えられています。このうち保険料は、推測されるその年

の医療費総額をもとに計算するため、医療費の増加は保険料の増加に繋がりがありません。保険料の負担が大きくならないためにも、医療費の増加を防ぎ、節約を心掛けましょう。

▼医療費節約5つのポイント

- ① 重複受診はやめましょう
医療機関が変われば、検査や治療などを最初からやり直すこととなります。すぐに症状が改善しないからといって、いろいろな医療機関を受診せず、かかりつけ医の指示に従いましょう。
- ② 時間外受診を避けましょう
緊急・特別な場合を除いては、時間内に受診するようにしましょう。
- ③ 薬ねだりはやめましょう
薬を必要以上に欲しがったり、症状が改善されたからといって、勝手に飲むのをやめたりせず、医師の指示に従って、適切な用法・用量で飲みましょう。
- ④ 健康診断を受けましょう
年に1回は健康診断、各種検診を受け、生活習慣病の予防や、病気の早期発見・早期治療に努めましょう。
- ⑤ 体にいいことしていますか?
健康でいることが、医療費節約の基本です。バランスのとれた食事や適度な運動、心と体に十分な休養を与えるなど、普段から健康づくりを心がけましょう。

国保の加入脱退の手続きはお早めに

国民健康保険加入者が新たに職場の健康保険に加入したとき、職場の健康保険加入者が脱退し新たに国民健康保険に加入するときは、会社での手続きとは別に、国民健康保険の加入、脱退の手続きが必要です。手続の際は左記の書類をお持ちいただき、税務町民課町民班窓口にお早めにお越しください。

▼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つた場合）

- ・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

■お問い合わせ

福祉保健課 保険班
TEL 765・3114

は〜い
保健師
で〜す



今月は
小林明香
保健師

健康づくりの

目標を立てましょう

私ごとですが、元旦にぎっくり腰をしてみました。ぎっくり腰は繰り返しやすいので、今年はストレッチや筋トレを少しずつ習慣にしていきたいと思ってお正月でした。

皆さんは、自分の健康づくりのために今年何か取り組もうと思っていることはありませんか？

「禁煙する！」「何kg痩せる！」など、この機会に、新年の目標を立ててみるのはどうでしょうか。

たとえば、歩くことに自信のないかたは「転ばずに生活する」などでもよいと思います。毎晩の晩酌の量が多いかたは「休肝日をつくる」はどうですか？

立てる目標は、達成可能なものが多いと言われています。「体力をつける」だと、

達成したかが分かりにくいですが、「毎日テレビ体操をする」であれば、やったやらないで達成度が分かりやすいです。

また、「スモールステップ」という言葉があります。最初から高い目標を掲げるのではなく、小さな目標を達成する経験を積み重ねていくことです。始めから一年後の目標を立てるのではなく、1か月後、3か月後を目指した目標を立てて、達成したらまた目標を立てる、というやり方です。とりあえず1か月続けてみる、できたら同じ目標を継続する、というふうにやってみれば、1年間続けられるかもしれませんよ。

そして、一番大事なことは、目標を人に話すことです。人に目標を公表することで、目標を達成しようという思いが強くなり、達成しやすくなります。

どうでしょうか？よい目標が立てられそうですか？達成可能なスモールステップを考えてみてください。

体も心も健康であることは、何より自分自身により効果をもたらします。

私は、とりあえず1か月間ストレッチを続けてみようと思います。



健康づくり ア・ラ・カルト

「介護予防教室」に参加して

岡村 義男さん 87歳（秋成）

加齢とともに低下する筋力と体力を何とか維持し、健康な生活を送ることができるよう思う毎日です。しかし、現実には厳しいです。

そのような中、津南町地域包括支援センター主催の

中津地区の介護予防教室に参加しました。主眼は、「運動教室」ということで、健康を保つには運動がいかに大切であるかを学びました。

イスに座しての筋力増強や体力の維持、活性の体操の仕方を講師の先生より丁寧に説明していただき実技講習も行いました。

講習の中では、全身の均衡のとれた運動をすることの大切さを学びました。手や足を柔軟に動かす、タオル、弾性力の強いバンド、ボールなどを使用し、だれでもできる運動です。

講師の先生より、医学的見地から筋力の活性化には単調な動きではなく、上肢と下肢を同時にはたかせることによって複数の運動を同時にや



ることが体力増強につながるということでした。実際、有効的な運動を講師の先生といっしょにしてみますと、自分の体の硬さに驚きました。特に鏡に向かってやるような反射運動は難しく、気が引いてしまい、うまくできないので、だれともなく笑いが出てしまいました。

今回の「体操教室」を通して、楽しく体を動かすことの大切さを学び、日々の健康維持に努め、長寿社会を健康第一で生きていきたいものです。

残念なことに、12回目の最終講習が大雪で中止となり、総括的な講師の先生との対話ができませんでした。

最後に、この「運動教室」の開催に携わって下さいました全ての皆様にごより厚く感謝申し上げます。



『脱・限界集落株式会社』

黒野伸一／著 小学館

信州・東北で大ヒット！『限界集落株式会社』の続編。
今度は、シャッター通り商店街をなんとかします。

新しい年がスタートしました。今年もどうぞよろしく願っています。
さて、全国的に限界集落が問題としてあげられている昨今ですが、そんな限界集落が舞台となっている本を紹介いたします。

舞台は、都心から中央高速で2時間、下道1時間の長野県にある「幕悦町」という架空の町です。農業中心の過疎化が進んだ町に、都会生まれ都会育ちのエリートサラリーマンがやってきて消滅の危機を救っていくという物語。前作ではそのタイトルドおり、「幕悦町」の中でも消滅の危機にあった人口50人程の「止村」という限界集落を、まるごと株式会社にしてしまい、全国から観光客が訪れる観光地へと発展させました。
今回紹介する続編では、前作から

12月の新着図書

【大人の本】

- 185万品超の中から大人気レシピを紹介！
『クックパッドのおいしい厳選！定番レシピ！』
クックパッド株式会社／監修 新星出版社
- オーサーコーチと羽生選手の師弟対談も収録。
『チーム・ブライアン』
ブライアン・オーサー／著 講談社
- NHK新大河ドラマ
『花燃ゆー』
大島里美／作 NHK出版



【子どもの本】

- 国連でのスピーチを子ども向けにわかりやすく紹介
『マララさんこんにちは』
ローズマリー・マカーニー／著 西村書店
- 「MOE」絵本屋さん大賞2014新人賞
『おいぬさま』
荒戸里也子／著 白泉社
- 鳥の目は人間よりもよく見える
『動物のしている世界』
ギョーム・デュプラ／著 創元社



その他、寄贈本も含め98冊が新着となっております。

4年が経ち、「止村ブランド」の力で町に巨大なショッピングモールまで誘致することに成功するのですが、都会化することによって田舎の良さが薄れてきてしまうのです。
そんな中、寂れた町の商店街に再開発計画が持ち上がります。田舎の良さを残したいと思っっている再開発反対派の商店街の住民と都会から移住してきた若者が中心となり、ショッピングモールと再開発推進派に対抗して、商店街の活性化を図るのですが…。今回は止村が舞台では

ありませんが、前回同様、美穂と優のコンビが大活躍します。
地域活性のヒントがたくさん載っています。また田舎の良さを再確認することもできますので、ぜひ図書室で手に取ってみてください。

《休館日》

1月26日(月)
2月23日(月)

この本は、スタート、仕事、ロック、リフレッシュ、挑戦、コミュニケーションに分けられており、65の犬の写真とともに、それぞれのカテゴリーに関する「大切なこと」を「偉人エピソード」を混じえて教えてくれます。その中でも特に心に響いた言葉を紹介します。

スタート：「違う世界をのぞきにくいこ」黒澤明(映画監督)は若いころ画家を目指していました。しかし、画家として生計を立てていくのは困難だったし、画家としての才能にも疑問を持ち、映画会社の中途採用の面接を受けることにしたのです。やりたいことに行き詰まったときは違う世界をのぞいてみましょう。自分の中の新しい才能に出会えるかもしれません。

仕事：「目先の利益を見ない」福沢諭吉(教育者)が、地方での講演

Pen Relay

「大切なこと」 65の犬の写真とともに

—— 江村 かおるさんから

紹介する本
「人生はワンチャンス！「仕事」も「遊び」も楽しくなる65の方法」
著者水野敬也 長沼直樹 出版社/文響社

中村 敬太さん(宮野原)

短歌

砂丘

歌を詠む気持ちのゆとりつくりたし

歌の師の手紙幾度も読む

幕開きて合唱発表始めれば

心の思い歌に出し切る

草枯れの野を飛びてゆく白鷺の

羽に朝日の光集まる

冬晴れの空に書き初めせる如く

飛行機雲はVの字に伸ぶ

鎮もれる村の鎮守の初詣

遠くに除夜の鐘の音響く

小学校時代の吾子らの作品が

二十年経て吾手に届く

銀色に見ゆ木の幹の枝先に

白く小さき花のいじらし

塩鯢の一尾を捌きぬる夫を

子らのかこめば厨はせまし

年賀状年毎に減りわが歳と

反比例なるをひとり肯ふ

離れ住む家族に思ひめぐらせて

炬燵に独り歌を詠みをり

「大丈夫」？車に乗る度降りる度

声かけくるる夫に感謝す

新しき暦かけ替へ通院の

日をまづ丸で囲み記しぬ

山越しの夜空の広く明るみて

湯沢のスキー場賑はふらしも

病に臥す義母の勧めと後に知る

産後飲みぬし赤きサフラン

外灯の二基に照らされわが影の

濃きと淡きが路面を迂る

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

長生学園

花水木赤き実を付け日に映えて

艶の増しくる黄昏どきに

軒下を行けば物煮る匂いして

食欲そそる秋のひとつき

葉の陰で見逃しの柿小春日の

青空を背に高座にすわる

吾が家族娘夫婦と孫二人

九十六歳恵まれし日日

雪の中移動図書館の音きこえ

返済の本抱いて急ぐ

個人

頭張つて生きてゆこおと改まの

年の始めに一人誓いぬ

「兄弟夫婦二人三年以内に五人逝く」

柳沢 チヨ

富沢 キミ

板場 寛

滝沢 義正

島田 眞之

グループホームひまわり
清水 貞子

芳 司

渡 舟

房 良

千年雄

酔 花

冬 詩子

貞

れい子

兎 月

美 恵
東 川
壽 子

俳句

岩すげ俳句会(十二月)

小春日に眠れる猫の耳透ける

身の丈を縮めて一步霜を踏む

炬燵居に行商雑貨ひろげたる

注連つくる五指も五感も蘇り

紅葉散る風あるときも無きときも

夕映えの庭残菊の香りけり

散紅葉京に亡夫と出会ひたし

山茶花の香りの中の嫁話し

空を見て食む新米の握り飯

採尿の惨めを嗤ふ夜寒かな

山の端を染めて呼び込む秋の闇

遊歩道しぐれて老のひと日暮る

朝の陽に銀杏の葉散る神社裏

を終えた帰り道、お腹も減って疲れ
ていたので、皆で人力車に乗って帰
ろうという話になりましたが、福沢
はそれを断り、歩き続けます。そし
て、鮎屋で食事が終わったあと「皆
で乗るはずだった車代だ。」といっ
て、鮎代を払ったのです。目先の欲
望にとらわれず、数時間後、あるい
は一年後、十年後の自分を考えなが
ら行動してみましよう。

幸せ：「ひとりじゃ、つれない
もの」マザー・テレサ(修道女)は
あるとき、8人の子供を一人で育て
ている母親の家に米を配給しに行き
ました。母親と子供はみな飢えてや
せ細っており、配給を泣いて喜びま
した。しかし、その母親はもちった
米の半分を持って外に出ていってし
まったのです。テレサが疑問に思っ
て尋ねると、「隣の家にも飢えた人
がいるのです。」と言いました。自
分が飢えているときにも、他人を気
遣った彼女の行動にテレサは感動し、
改めて人間の持つ愛の深さを教えら
れたと言います。人間は、一人で愛
を作ることではできません。人と人の
間に、愛は生まれまます。

紹介したのは、ほんの一部ですが、
この一冊で多くの人の考えや言葉に
出逢うことができ、自分の考えの幅
が広がりました。
次は半戸一成さんを紹介します。

耳掃除頻回に

していませんか？

耳鼻咽喉科看護師 小野塚 あゆみ

耳かきをして耳の中を傷つけたり、気持ちがいいので毎日やって、耳から水が出るようになったなど、耳掃除によるトラブルを聞きます。

もともと耳には自浄作用が備わっていて、鼓膜の表面から耳の入り口に向かって耳垢を押し出すとする働きがあり、耳の奥に溜まった耳垢でも、自然に出てくることが多いのです。

耳かきは毎日した方が良いように感じますが、耳かきは2週間から1ヶ月に1度、耳の入り口から1センチくらいまでを優しく綿棒などでるように拭き取る感じで十分です。(耳かき棒を使用すると、耳垢を奥へ押し込んでしまうことが多いので気をつけましょう。)

ただ中には、耳の中が極端に狭かったり、湿疹や外耳炎、カビが加わり、耳垢が多量になることもあります。このような場合は耳鼻科を受診することをおすすめします。

また、ご自身の耳垢や奥にある耳垢なども無理をせず、耳鼻科に相談してください。

年金コーナー

4月からの口座振替の 一括納付は、2月末が 申込み締め切りです。

国民年金保険料は、納付方法やまとめ払いにより割引があります。中でも、口座振替による一括納付(前納制度)は割引額も多くお得なのでおすすめです。4月からの前納をご希望の場合は、2月末までに申し込みが必要ですので、役場の窓口でお手続きをお願いいたします。その際は、口座振替をする金融機関の通帳とその口座の届出印を必ずご持参ください。

納付書でも 一括納付はお得です。

納付書を使った現金納付でも、まとめて納付すると割引があります。お手元の納付書をご覧ください。右端に「前納」「上期」「下期」いずれかの印字となっていて左端の納付期間が1年間や半年間になっているものがあります。中



央付近に印字された納付期限内にこの納付書を使って納めていただくと前納となり、割引があります。コンビニ納付もできるようになりましたので、現金納付も便利になりました。

具体的な割引額や、詳しい内容については、年金事務所や役場の窓口でおたずねいただくか、年金機構のホームページをご覧ください。

■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 025・765・3113

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、このコーナーで紹介いたします。(敬称略)

1800日 村山善治(十二ノ木)
300日 福原千代野(外丸)
200日 丸山ヨシミ(外丸)

主な運動：ウォーキング、健骨体操 など

議 会 コー ナー

＜実施された行事＞

〔1月〕
4日 消防出初式
5日 年賀交歓会
6日 新潟県町村議会議長会議長会議
7日 全員協議会

＜今後予定されている行事＞

〔1月〕
20日 所管事業勉強会
(総文福祉常任委員会)
23日 町PTA連合会祝賀会
26日 農業委員会・JA津南町との懇談会
(産業建設常任委員会)
〔2月〕
5日 全員協議会
19日 町内保育園視察・懇談会
(総文福祉常任委員会)
20日 新潟県町村議会議長会議長会議
第66回定期総会



あけましておめでとうございます

新年あけましておめでとうございませう。旧年中は皆様から格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

今年3年目を迎えるTapですが、会員の皆様をはじめ、参加者や町民の皆様が健康で笑顔に過ごすことができるよう取り組んでいきます。

本年も「つながり」を大切に活動していきますので、変わらぬお引き立てのほどよろしくお願ひいたします。皆様のご健勝とご発展をお祈り申し上げます。

「エアロビクスダンス教室」に参加してみませんか？

Tapでは毎週「エアロビクスダンス教室」を行っています。エアロビクスダンスとは、音楽に合わせて無理なく全身を動かすエクササイズです。エアロビクスダンスで体を動かすと心肺機能が高まり、血液の循環が良くなります。また、

脂肪が燃焼されることにより、体のシェイプアップにも効果的です。

「体力がなくて心配...。」という方も多いと思いますが、激しい動きや難しいステップもありません。楽しく体を動かし、汗を流すことで精神的な高揚感も得られ、日々のストレス解消にもなります。

体を動かしたいけど、なかなかチャンスがないという方、見学も大歓迎ですので、ぜひ足を運んでみてください。

☆参加者の声☆

・仕事帰りに参加でき、1時間でたっぷり運動できて嬉しい。

・楽しめる事が続けられる秘訣だと感じています。自分のためにも時間を作ってリフレッシュしたいです。

■開催日 毎週月曜日(祝日は除く)

■時間 午前10時半～11時半
午後7時～8時

■場所 総合センター職業指導室

■持ち物 内履き・タオル・飲み物

■参加料 会員 1回400円
非会員 1回700円

■お問い合わせ

Tap事務局 TEL 765・5776



津南石造物散歩

北野天満宮

栄村北野集落の石仏探訪を楽しんだのは10年も前でしようか。観音堂脇の供養塔や馬頭観音・青面金剛などを眺めたり、集落に散在する石仏を探しながら、北野天満宮に寄りました。境内には大きな狛犬やりっぱな常夜塔があり、鳥居の左脇に手水鉢てみづばちがありました。境内の鳥居の右側には旧拝殿であった社務所があり、正面には拝殿があります。その奥には、拝殿よりやや大きいと思われる祝詞殿のりととがあります。その左側に小さな庄屋小屋がありました。手水鉢の水屋を入れますと5つの大小の社屋がありました。祭礼日は8月25日です。

小学校低学年の頃の記憶で、読み書きの成績の悪い通信簿(通知表)を父が見て、「北野の天神さんに見放されたな」と言われ事を思い出しました。

昨年11月初旬に京都の北野天満宮を参拝する機会がありましたので、栄村の北野天満宮と京都の北野天満宮を重ね合わせ、天満宮のことを少し深く知ろうと思ひこの紙面で概要をまとめます。

京都の北野天満宮は、由緒によりますと学問の神様として崇敬の篤い菅原道真公の御神霊をお祀りする全国天満宮・天社の総本社です。全国におよそ1万2千社を数える天満宮・天神社が創建されているそうです。

212

つまり石仏の会

文責 桑原和位

平安時代中期、天曆元年(947)御神託を受けた太朗丸とその父や神官らの力によつて平安京鎮護の神として京都北野の地に祀られました。のちに、一条天皇の行幸の際に「北野天満大自在天神」の神号が贈られます。このように皇室の崇敬が篤く、しだいに国家国民を守護する靈験あらたかな神として崇められてきました。さらに庶民の信仰をも集め、江戸時代には寺小屋の設立とともに、学問の神様として全国に広がりました。

現在の社殿は豊臣秀頼によつて造営されたもので桃山建築の代表として神社建築史上貴重なものです。奉納品にはその時代を代表する絵師の絵画や絵馬があります。また、名刀・日本地図・大鏡・時絵文台・硯箱など重要文化財に指定され、宝物殿に陳列されています。

祭神である菅原道真公は承和12年(845)6月25日に御誕生になり、延喜3年(903)2月25日に昇神されました。よつて、京都の北野天満宮では6月25日は御誕生祭をおこない、2月25日には梅花祭を執り行います。

また、毎月25日を月次祭として、道真公の御遺徳を偲ぶ祭礼を行なっています。

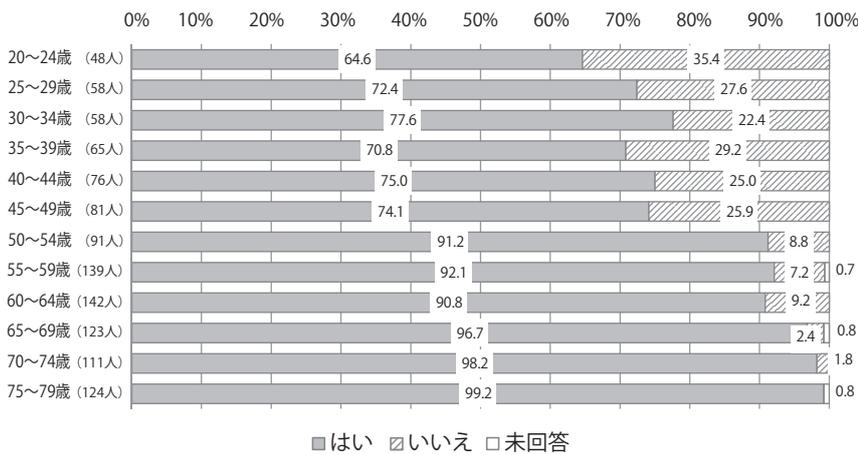


栄村 北野天満宮

いきいき
大好き
津南町



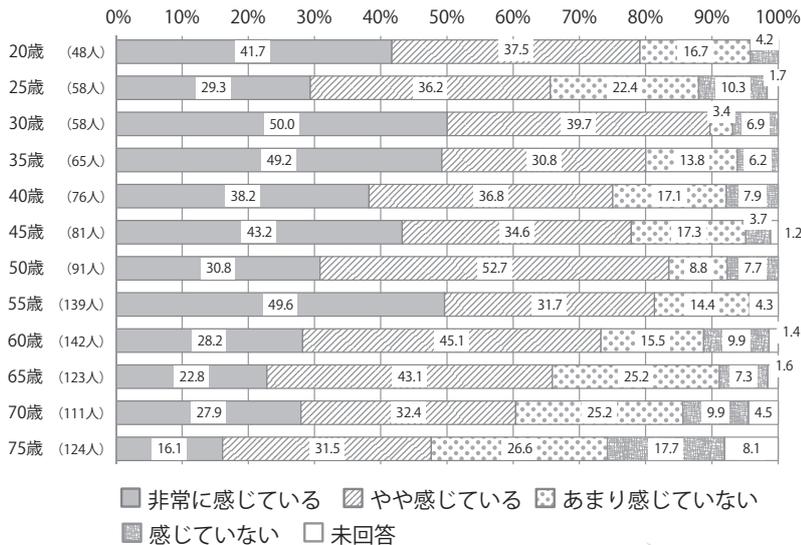
朝食は毎日食べますか



町では町民ぐるみで健康づくりに取り組むため、平成20年6月に『町民ぐるみ健康づくり宣言』を宣言しました。「食育の推進」「運動習慣の定着による丈夫な体づくり」「心の健康づくり」の3つの柱を基本として健康づくりに取り組んでいます。

運動不足を感じている人は、「非常に感じている」「やや感じている」を合わせると80%。
若者や働き盛り世代を中心に運動不足を感じています。高齢者は体を伸ばす運動や筋力をつける運動を実践している人が2~3割います。

運動不足を感じていますか



津南町は、豊かな自然の中で、おいしい津南産コシヒカリをはじめ、高原野菜や山菜、きのこなど四季折々の食材がとれます。こうした地元食材を使用しながら食卓を彩ることにより、安全で季節感のある、より豊かな食事をすることができます。
料理をしなくても簡単に食事ができる時代ですが、生きる上での基本となる「食」を家族みんなで見直しましょう。
そして町民みんなが生涯を達者で過ごすために、心身の健康を保ち、「元気で笑顔のある」輝いている町を目指しましょう！

健康に良くないと思いつつ改善できないことは「運動不足」でした。

健康づくり達成目標値(H29)

H18年と現状を比べての

	H18	現状値	達成状況	目標値(H29)	参考値(県目標値)	
朝食の欠食者の割合	小5	2%	2%	→	0%	
	20代	41%	31%	↑	20%	
	30代	28%	26%	↑	20%	
食事のときテレビをつけない家庭		31%		50%		
食事をバランスよく食べている人	70%	69%	↓	80%	69%	
健康づくり支援店	(H20) 2店舗	18店舗	↑	25店舗		
運動が大好きな子ども	63%	73%	↑	75%		
喫煙者の割合(40歳未満)	男性	53%	41%	↑	39%	31%
	女性	16%	14%	↑	5%	5%

愛を込めて

しあわせ♡応援隊から

この冬は、初雪から大雪となり、お正月も元日から大雪。「津南の冬は、やっぱり厳しいわぁ」と窓の外を見る毎日です。除雪でお疲れの皆さま、お見舞い申し上げます。

さて、しあわせ応援隊では、昨年11月30日に「アーリークリスマス・イン・津南」というイベントを開催しました。ニュー・グリーンピア津南を会場に、ちよっと早いクリスマスパーティーでしたが、男女ともに町外からも参加者があり男性はジャケット着用、女性はスマートカジュアルというスタイルで、オシャレな感じのパーティになりました。キャンドル作りや食事などを通して落ち着いた雰囲気の中で、会話が弾んでいました。参加者の方からは、「よかった」「次のチャンスがあったら、また参加したい。」という声もいただきました。参加者23名、カップリング4組という結果でした。

また、男性対象の事前セミナーが行わ

れ、参加者全員が楽しく過ごして素敵な出会いを引き寄せるためのヒント・アドバイスを勉強しました。よい第一印象をあたえる服装や、自分をPRするポイントなど、普段の仕事にも役立つセミナーであり、こちらも好評でした。

人の縁とは不思議なもので、遠く離れた所で生まれ育った人と、今一緒に夫婦として暮らしています。年齢の離れた人同士でも、大人になってからひょんなことで仲良くなったりすることもあります。色んな人と出会うけれど、会った人全員と仲良くなるわけでもない。それもまた縁と言ったものかと思えます。昨日まで知らなかった相手でも出会いがあり仲良くなることもあるのです。今は、色んな所で街コンが企画され、ちよっと遊びに行くような感覚で参加する人が増えてきているのではないのでしょうか。婚活は特別なことではなく普通のこと、今はそういう時代です。出会いがない、結婚相手(彼氏、彼女)を探したい、そう思っている人は、少し行動範囲を広げて見ませんか。色んな場所で、色んな人と知り合いになつてみませんか。素敵な出会いが見つかるかもしれませんよ。

街コンまで規模は大きくありませんが、アイデアを出し合いながら、楽しい企画を考えて行きたいと思っています。ちよっと遊びに行く感覚で参加してみてください。

しあわせ♡応援隊 石原 玲子(大割野)

ジオサイトを 探検し隊!

メンバー募集中

ジオサイトNo.9 堂平遺跡

堂平遺跡は、中津川右岸の段丘面(米原Ⅱ面)に位置する縄文時代の遺跡です。

この遺跡からは、およそ5,500年前の縄文時代の集落跡が見つかりました。出土した資料の中の火焰型土器と王冠型土器の2点が、国の重要文化財に指定され、津南町歴史民俗資料館に展示されています。また、別の火焰型土器は、現在大英博物館に展示されています。

さらに、この遺跡では、推定径約50mの環状列石が見つかっていて、清津川など周辺の河川から石を運んで作られたと考えられます。

この遺跡は発掘調査後、盛土保存され、現在は水田となっています。出土した土器などは津南町歴史民俗資料館の他、なじもん、ニュー・グリーンピア津南にも展示されています。

環状列石(ストーンサークル)：石を環状に配置した古代の遺構。イギリスのストーンヘンジなどが有名です。



堂平遺跡の環状列石

縄文時代の人はい、どうやってこの形を思いついたのかなあ?



大きいほうが火焰型土器、小さいほうが王冠型土器というんだよ。

芦ヶ崎小学校2年 鈴木翠くん 芦ヶ崎小学校1年 鈴木煌悠くん

■お問い合わせ
ジオパーク推進室(なじもん)
TEL765-1600

戸籍の窓

おめでとう
おさいます (出産)

藤ノ木 俊(大割野) 実さん
由美子さん

中山 明南(外丸) 正吾さん
愛さん

すえながく
おしあわせに (結婚)

大口 聖昭さん(芦ヶ崎) }
小島 真子さん(芦ヶ崎) }
石澤 浩一さん(卯之木) }
福原 真由さん(外丸) }
小島 翔吾さん(芦ヶ崎) }
小玉 郁子さん(魚沼市) }

おくやみ
もうしあげます (死亡)

山田 三雄さん (81歳・大割野)
貝沢 常男さん (82歳・鹿渡)
風巻 サダさん (86歳・大割野)
高橋 キヨコさん (94歳・豊郷)
涌井 好文さん (88歳・赤沢)
中村 ヨシさん (89歳・宮野原)
高橋 益夫さん (87歳・見玉)
藤ノ木フジ井さん (97歳・反里口)
福原 茂和さん (84歳・貝坂)
樋口 菊江さん (88歳・豊郷)
高橋 正枝さん (84歳・秋成)
涌井 キクイさん (97歳・岡)
鈴木 茂さん (84歳・割野)
瀧澤 キセさん (89歳・結東)
涌井 辰雄さん (86歳・割野)
桑原 茂男さん (70歳・段野団地)
石澤 繁一さん (91歳・大赤沢)
石澤 静江さん (80歳・上野)
高浪 ミエさん (79歳・中子)
桑原 ふさいさん (76歳・秋成)
磯部 政子さん (92歳・越渡)
高波 イトさん (90歳・穴山)

●第5回 Myコレクション展

会期 / 2月7日(土)~ 3月8日(日)

入場料 / 無料

様々なジャンルのコレクションが、なじよもんに集結します。楽しく、驚きに満ちたお宝の数々をご覧ください。



第4回Myコレクション展の様子



竪穴住居での火おこし

●冬の縄文人の暮らし体験

日時 / 2月22日(日)

10:00 ~ 12:30

体験料 / 1000円

竪穴住居での火おこしや土器を使った煮炊き、自然と共に生きた縄文人の暮らしを体験します。

●なじよもんクリスマス展2014

投票結果発表!!

- 第1位 「飯山線暮色」
栢沢 英和さん
第2位 「ちょっとガーリーなX'マスツリーハウス」
江村 かおるさん
第3位 「海の贈り物(夏の思い出part2)」
佐藤 信之さん

素敵な作品を出展していただき、ありがとうございました。

作品の詳しい紹介は、なじよもんブログ (<http://najomon.seesaa.net/>) でご覧になれます。



第1位に選ばれた「飯山線暮色」

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

2月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象
22日(日) 10:00~12:30	冬の縄文人の暮らし体験	1,000	低学年から

※友の会の皆さんは半額です。

津南町の人口

■人口10,371(-20) 男5,056(-7) 女5,315(-13)
1月1日現在()内は前月比 ■世帯数3,584(-6) ■転入/9 ■転出/11 ■出生/1 ■死亡/19 ■婚姻/2

表紙の写真 ぬいぐるみねえ。 大きい方が羊子ちゃん、小さい方が桃子ちゃんです。この雪にもエエげず、外でパシャリ。毛皮がといてもあったかーい。

広報編集室 明けましておめでとうござります。今年(とら)の干支は未(うま)です。表紙にするべく町内を探したり、いました。また「ニューグリーンピア津南」に、普段は黙会にいらさうです。が、主に上目を中心、天候のいいときは外でお客様対応しているさうです。ぜひ、今年(とら)の干支に会いに行ってみてはいかがですか? (C)

この紙は再生紙を使っています