

津南病院担当医週間表(1月～) TEL765-3161

| | 内科 | | | | 外科 | 整形外科 | 産婦人科 | 小児科 | 耳鼻咽喉科 | 眼科 | 歯科 | 泌尿器科 |
|---|--|----|-----------------------------|---------------------|---|-----------------------------|------|-----------------------|-------|----|--------------------|-----------------------------|
| | 第一 | 第二 | 第三 | 第四 | | | | | | | | |
| 月 | 阪本院長 | 藤川 | 林副院長 | | 第1-3 岩瀬 小川 羽生 第4 松平 第5 羽生 | 武藤 | 小菅 | 藤原 | 濱 | | 西村 | 第1-3 古田 磯谷 第2-4 磯谷 |
| 火 | 佐野 | 村山 | 藤川 | 石川 | 森田 | 皆川 | | 赤司 | | 大野 | 西村 | 月曜日が祝休日により休診の場合、火曜日が診療日 佐々木 |
| 水 | 阪本院長 | 石川 | 第1 西村(糖尿病外来) 第2-3-4-5 佐野 | | 坂本 | 宮崎 | | 勝沼 | 小林 | 工藤 | 西村 | |
| 木 | 佐野 | 藤川 | 林副院長 | | | 窪田 | | 伊藤 | | | 西村 第2・4 午後休診 | |
| 金 | 阪本院長 | 村山 | 林副院長 | 呼吸器外来 第1・3 江島 | 第1 長谷川 第2 藤橋 第3 大藤 第4 伊藤 第5 交替制 | 劉 | 高石 | 宮田 | 森 | 片桐 | 西村 | |
| 土 | 第1週 佐野 第2週 阪本院長 第3週 藤川 第4週 林副院長 第5週 休診 | | | | | 第2 武藤 第4 新井 第1・3・5 休診 | | 慈恵大 交替制 (第5週休診) | | | 西村 第2・4 | |
| 日 | 日当直担当医師 | | | | | | | | | | | |

- ①診療の受付開始時間は「午前8時」です。外来診療の受付終了時間は「午前11時30分」です。
 ②工藤医師の眼科外来は「午前11時」で受付終了となります。③武藤医師の月曜日整形外科は「午前11時(10時30分の時もあります)」で受付終了となります。④眼科の「コンタクト外来」は金曜日に行っています。(受付は11時まで)
 ⑤泌尿器科は、月曜日が祝休日で休診の場合、翌日の火曜日に診療を行います。
 ⑥延長外来：毎週月曜日(祝休日を除く) 受付時間 17:00～18:30
 (担当医 第1、第3、第5月曜：阪本院長 第2月曜：林副院長 第4月曜：佐野医師)

1月の納税

- ▶国民健康保険料 (第10期)
- ▶介護保険料普通徴収 (第10期)
- ▶後期高齢者医療保険料 (第10期)
- ▶固定資産税 (第4期)
- ▶上下水道使用料 (第5期)

※納税を口座振替に変更したいかたは、町内の金融機関で手続きをお願いします。

納期限(口座振替日) 2月2日(月)

祝!
苗場山麓
日本ジオパーク認定



苗場山麓ジオパーク
Naeba Sanryo Geopark

| 1月 | 国保 川西診療所 | TEL768-2034 |
|-----|----------|-------------|
| 11日 | 大坪医院 | TEL757-6100 |
| 12日 | たかき医院 | TEL758-2361 |
| | 厚生連 中条病院 | TEL757-3018 |
| 18日 | 国保 川西診療所 | TEL768-2034 |
| | 池田医院 | TEL752-2581 |
| 25日 | 国保 川西診療所 | TEL768-2034 |
| | 大熊内科医院 | TEL752-7066 |
| 2月 | 国保 川西診療所 | TEL768-2034 |
| 1日 | 小林内科医院 | TEL752-7155 |

休日救急当番医

今年もやります! 「男性のための料理教室」

食事は、生きることの基本であり大きな楽しみでもあります。

料理をしたことがない男性も、自分の食事を自分で作れるようになることは、自らの健康に気を配り、元気に暮らしていくことにつながります。

そこで、今年も津南町食生活改善推進協議会による、手間をかけず、簡単に、おいしく作れる「男性のための料理教室」を開催します。初めて料理作りにチャレンジしてみようという男性はもちろん、日頃から料理を作っているかたや料理に興味のあるかたなど大歓迎です。

日時

2月8日(日)

午前9時30分～午後1時30分
(受付：午前9時15分から)

会場 津南町保健センター

内容 調理実習、他

参加費 無料

持参するもの

エプロン、三角巾、筆記用具、その他必要なもの

申し込み・お問い合わせ

参加を希望する方は、1月30日(金)までにお申し込みください。

福祉保健課健康班

TEL 765-3114

津南スキー選手権大会

津南スキー選手権大会の参加者を募集します。

■期 日 平成27年2月8日(日)

■会 場 マウンテンパーク津南スキー場

■種 目

●アルペン(大回転)

●クロスカントリー(クラシカル)

※ただし、中学リレー種目のみフリー。

■組 別 (アルペン・クロカン共通)

中学生男子・女子／少年男子・女子

(16～18歳)／成年A(19歳～30歳)

／成年B(31歳～40歳)／成年C(41

歳以上)／成年女子(19歳以上)

■参加資格

町内在住・在学者及び町内に勤務する者

■参加料 無料

■お申し込み

町総合センターにある申し込み用紙に必要事項を記入のうえ、1月26日(月)午後5時までに町総合センターへ提出ください。

■その他

当日は町小学校スキー大会も併せて行われます。

■お問い合わせ

町総合センター

Tel 765-5776

「経営者保証ガイドライン」セミナー・個別相談会

個人保証なしで金融機関から融資を受

けたり、早期に事業再生や廃業を判断した際に一定の生計費を残すことなどを検討することを決めたガイドラインができました。

今回は、経営者保証ガイドラインの利用ポイントのセミナーとセミナー終了後、個別に専門家からのアドバイスを受けられます。(個別相談会はセミナーに参加した方に限ります)

■参加対象者

中小企業・小規模事業者、支援機関、士業等

■募集概要

参加費無料 1会場40名(先着順、定員に達し次第締め切らせていただきます)

新潟会場：コープシティ花園ガレツ

平成27年1月20日(火)

13時30分開始

■申し込み

<http://keishahoshosmri.go.jp>

(公式ホームページ)

申し込みはHPからお願いします。

■お問い合わせ

経営者保証ガイドラインセミナー事務局
Tel 03-5913-6382

『縄文楽検定』開催のお知らせ 「縄文」を「楽しく」学ぼう！

火焔型土器や縄文文化をテーマに知識を問う「縄文楽(かく)検定」を行います。これは津南町が加入する信濃川火焔街道連携協議会が、より多くの人たちに縄

文時代を楽しく学んでもらおうと毎年開催しているものです。初級は四者択一式、中級は四者択一と記述式で、各級とも50問を出題します。合格者には認定証を呈するほか、特典があります。

■日 時 3月1日(日)

初級：午後1時30分～2時30分
中級：午後2時50分～4時

■会 場 十日町市博物館 集会室

■定 員 各50人(応募多数の場合抽選)

■申込み方法

往復はがき(1枚につき1人)に検定級、住所、氏名、電話番号を記入し、〒948-0072 十日町市西本町1丁目 十日町市博物館(Tel 025-757-5531)へお申込み下さい。2月13日(金)必着です。

※返信用はがきにも郵便番号、住所、氏名を記入して下さい。

出題範囲など詳しくは同協議会ホームページ

(<http://www.kaen-kado.com>)をご覧ください。

県条例により危険ドラッグの購入等が規制され、罰則が科されます

危険ドラッグは、「合法ハーブ」等として販売されていますが、覚せい剤や大麻に似た薬物を含み、人体摂取すると最悪の場合は死に至ります。

県では、危険ドラッグによる健康被害や事件・事故を防止するため、「新潟県薬物の濫用の防止に関する条例」を制定しました。条例により2月1日からは、

知事指定薬物の所持、使用等が禁止され、違反すれば1年以下の懲役又は50万円以下の罰金が科されます。また、危険ドラッグの購入者は誓約書提出や身分証明書提示の義務があり、違反すれば5万円以下の過料が科されます。

危険ドラッグの購入者に対する義務

■対象者 県が指定する知事監視店(危険ドラッグ販売店)から基準該当製品(危険ドラッグ)を購入する者

■義務内容

①「人体摂取しません」という誓約書を知事監視店に提出

②購入時に知事監視店に対して身分証明書を提示

③誓約内容の遵守

■お問い合わせ

新潟県福祉保健部医務薬事課薬事指導係
Tel 025-280-5188



ハーブとして販売されている危険ドラッグの一例

「確定申告の際の注意事項」

確定申告の時期が近づいてきました。申告書を作成される際は、次の点にご留意ください。

◆復興特別所得税

【所得税の確定申告をされる方へ】

確定申告書への復興特別所得税額の記載漏れにご注意ください。

平成25年分から平成49年分までの各年分については、所得税と併せて復興特別所得税の申告及び納付をすることとされています。復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額（原則として、その年分の所得税額）に2.1%の税率を掛け計算した金額です。

◆改正消費税法

【消費税の確定申告をされる方へ】

平成26年4月1日から消費税率が5%（うち、地方消費税1%）から8%（うち、地方消費税1.7%）に変更されました。

このため、平成26年分の消費税及び地方消費税の確定申告書を作成するためには、帳簿等において課税取引を事前に適用税率ごとに区分し、それを基に計算していただく必要があります。

詳しくは、確定申告の手引き等をご覧いただくか、税務署へお問い合わせください。

◆お問い合わせ

十日町税務署 個人課税部門
TEL 025-7756-6001

津南町公民館成人教育講座 「終活のススメ！」

『今』をより豊かに生きるために

津南町公民館では、成人教育講座として「終活のススメ！『今』をより豊かに生きるために」を開催します。

人生の最期に備える「終活」。いつか訪れるその時を「思い残しナシ！」で迎えるために、知って得する知識や心構えを、全3回シリーズで教わります。

最期まで「自分らしく」生きるためのヒントがここにあります。

◆日時

平成27年2月15日(日)
午後2時～午後3時30分

◆内容

「津南地域の葬儀やその他のあれこれ教えます」
※津南町の葬儀のやり方や、その後にある行事等について学びます。

■講師 實相庵 住職 松縄廣道さん

■参加費 無料

■申込締切 2月9日(月)

◆第2回

◆日時

平成27年3月1日(日)
午前10時30分～午後3時30分
※昼食休憩…午後0時30分～午後1時30分

◆内容

「愛する子や孫を『争族人』にしないためのヒント」

※財産整理や遺産相続に関する基本的な法律知識を学びます。

◆講師

不幸予防士 洪井保之さん
(元裁判所主席書記官)

■参加費 無料

■申込締切 2月23日(月)

◆第3回

◆日時

平成27年3月7日(土)
午後2時～午後3時50分

◆内容

「エンディングノート活用術」もしもの時に役立つ記録」
※エンディングノートの書き方や活用方法、その他終活全般について学びます。

◆講師

NPOあいごの会理事長 長谷川道子さん
副理事長 田中順子さん

■参加費 500円(資料代)

■申込締切 2月27日(金)

◆《全回共通事項》

■会場 津南町文化センター

■対象 町内在住の50歳以上の方

■定員 各回とも30名(先着順)

◆申込方法

申込締切までに、津南町公民館までお電話でお申し込みください。

■お問い合わせ・お申込み

津南町公民館
TEL 765-3134

誰にだって作れる！ 本格韓国キムチ漬け

12月に開催した白菜キムチ漬けは定員に達し、大好評のうちに終了しました。今回は日中開催いたします。腸の働きを良くする、体を温める、食欲を増進させるなど沢山の効果があるキムチ。前回参加できなかった方、またもう一度チャレンジしてみたい方など、どなたでも参加可能です。厳しい津南の冬を手作りキムチで体の芯からほかほか温めてみませんか？

◆日時

1月21日(水)13時半～16時まで

◆内容

キムチの素を作り、白菜漬けとカクテキを作りまます。

■定員 20名(先着順)

■締切 1月15日(木)

◆参加費

1,000円※会員はチケット1枚+材料費500円

◆持ち物

塩漬けた白菜1個分、大根1本、長ネギ3本、その他(エプロン、マスク、三角巾、ビニール手袋)

◆その他

・申込者の方に詳細をご案内します。
・不明な点はお気軽にお問い合わせください。

◆お問い合わせ

Tap事務局
TEL 765-5776

◆お問い合わせ

(総合センター) TEL 765-5776

◆お問い合わせ

TEL 765-3134

TEL 765-5776

わが家の生活カレンダー

| ▼ 1月 | | 26 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|---------|-------|-------|--------|------|-----|-----|------|--|--|-----|--|--|----|----|-----|----|----|-----|----|----|-----|----|-------|-------|--------|-------|-------|--------|-----|-----|----|-----|----|----|---|----|----|----|---|---|---|
| 10 | (土) | (月) | ■公民館休館日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | (日) | 27 | (火) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■親子スキー教室(第1回) ④ニュー・グリーンピア津南スキー場 ⑤午前8:30～午後4:00 | | 28 | (水) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | (月) | ■移動図書室 ④北部保～旧上郷中～リバーサイドみさと～みさと苑 ⑤午前9:30～午後3:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | (火) | 29 | (木) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■第67回新潟県高等学校総合体育大会スキー大会(クロスカントリー競技～16日まで) ④マウンテンパーク津南 ⑤午前11:30～ | | 30 | (金) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | (水) | 31 | (土) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■第58回新潟県中学校スキー大会(クロスカントリー競技～16日まで) ④マウンテンパーク津南 ⑤午前8:00～ ■法律相談(要:申込み) ④役場第2委員会室 ⑤午後1:30～4:30 ■移動図書室 ④こばと保～米原～結東～大赤沢 ⑤午前9:30～午後3:55 | | ▼ 2月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | (木) | 1 | (日) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■年金相談 ④役場第3委員会室 ⑤午前10:00～午後4:00 ■ことばのキャッチボール ④文化センター ⑤午後2:00～3:30 ■移動図書室 ④上郷小～宮野原～百ノ木～寺石～大井平 ⑤午後1:00～3:15 | | 2 | (月) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | (金) | 3 | (火) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | (土) | ■すすくお楽しみ会(豆まき) ④子育て支援センター ⑤午前9:30～11:30 ■長生学園:フラダンスクラブ ④文化センター ⑤午後1:30～3:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | (日) | 4 | (水) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■親子スキー教室(第2回) ④ニュー・グリーンピア津南スキー場 ⑤午前8:30～午後4:00 | | ■移動図書室 ④わかば保～若ヶ崎小～下船渡本村～恵福園ほくぶ ⑤午前9:15～午後3:10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | (月) | 5 | (木) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | (火) | ■農業所得に係る「収支内訳書」作成相談会 ④役場3階大会議室 ⑤午前9:00～正午 午後1:00～4:00 ■ことばのキャッチボール ④文化センター ⑤午後2:00～3:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | (水) | 6 | (金) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■長生学園:社交ダンスクラブ ④文化センター ⑤午前9:00～11:00 | | ■農業所得に係る「収支内訳書」作成相談会 ④役場3階大会議室 ⑤午前9:00～正午 午後1:00～4:00 ■行政相談 ④役場3階和室 ⑤午前9:00～正午 ■長生学園:おどりクラブ ④文化センター ⑤午前10:00～正午 ■移動図書室 ④ひまわり保育園 ⑤午前9:30～10:15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | (木) | 7 | (土) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■ことばのキャッチボール ④文化センター ⑤午後2:00～3:30 ■移動図書室 ④中津保～秋成～中津小～穴藤～見玉～恵福園なかつ ⑤午前9:30～午後3:20 | | ■第5回Myコレクション展 ④なじよもん(～3/8まで) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | (金) | 8 | (日) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■長生学園:書付クラブ ④文化センター ⑤午前9:00～11:00 ■親子スキー教室(第3回) ④ニュー・グリーンピア津南スキー場 ⑤午前8:30～午後4:00 | | ■津南町スキー選手権大会 ④マウンテンパーク津南 ⑤午前8:00～午後3:00 ■上級救命講習 ④十日町地域消防本部 ⑤午前8:30～午後5:15 ⑤心肺蘇生法・AEDの取り扱い・異物除去・止血法 傷病者管理・外傷の応急手当・搬送法 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | (土) | 9 | (月) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | (日) | 10 | (火) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■新春娯楽大会(囲碁・麻雀・もちつき・郷土かるた) ④文化センター ⑤午前9:00～午後4:00 | | 津南町交通事故発生状況(平成26年1月1日～12月24日現在) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th colspan="3">発生件数</th> <th colspan="3">負傷者数</th> <th colspan="3">死者数</th> </tr> <tr> <th>本年</th> <th>前年</th> <th>増減数</th> <th>本年</th> <th>前年</th> <th>増減数</th> <th>本年</th> <th>前年</th> <th>増減数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>県内</td> <td>6,182</td> <td>7,402</td> <td>-1,220</td> <td>7,498</td> <td>9,031</td> <td>-1,533</td> <td>102</td> <td>103</td> <td>-1</td> </tr> <tr> <td>津南町</td> <td>27</td> <td>18</td> <td>9</td> <td>35</td> <td>18</td> <td>17</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> | | | | | 発生件数 | | | 負傷者数 | | | 死者数 | | | 本年 | 前年 | 増減数 | 本年 | 前年 | 増減数 | 本年 | 前年 | 増減数 | 県内 | 6,182 | 7,402 | -1,220 | 7,498 | 9,031 | -1,533 | 102 | 103 | -1 | 津南町 | 27 | 18 | 9 | 35 | 18 | 17 | 1 | 1 | 0 |
| | 発生件数 | | | 負傷者数 | | | 死者数 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 本年 | 前年 | 増減数 | 本年 | 前年 | 増減数 | 本年 | 前年 | 増減数 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 県内 | 6,182 | 7,402 | -1,220 | 7,498 | 9,031 | -1,533 | 102 | 103 | -1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 津南町 | 27 | 18 | 9 | 35 | 18 | 17 | 1 | 1 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◎利用のために... ■このマークは行事等の名称です。 ④会場、⑤は時間、⑥は内容、⑦は対象者をあらわします。 ●日程時間等に変更がある場合もありますので、広報無線をよくお聞きください。

■高齢者健康相談は毎週火曜と金曜、午前10:00～11:30まで、そだき苑で行っています。
■心配ごと相談は毎週木曜 午後1:00～4:00まで、社会福祉協議会で行っています。

※物損事故は含まない。