



こ れ が 津 南 の
春 一 番

遊友会

2015 No.646

4.20

tsunan.town

つなんじかん



もらい泣き

出会いと別れの季節です
小学校の卒業式では卒業する6年生たちに
5年生から花束の贈呈がありました
一番長く、一緒に過ごした6年生に
花束を渡した瞬間…

今までたくさん遊んでもらった
お兄さん、お姉さんとの思い出がよみがえり
こらえていたものが、頬を伝いました

世界一美しい涙に
見ているこちらも思わず
もらい泣きです



広報つなん

vol.646 4月20日号

もくじ -contents-

features

04 特集 平成27年度予算

08 見て・知って・得をするかわらばん

09 3歳児健診でむし歯のなかった子

10 建設課よりお知らせ

11 今春の人事異動について

12 つなんまちかどスケッチ

14 軽自動車税の税率が変わります

regulars

15 病院歳時記・年金コーナー・100日運動・議会コーナー

16 こんにちは 包括支援センターです

17 は〜い保健師です・健康づくりアラカルト

18 ライブラリーコーナー・ペンリレー

19 つなんの文芸

20 いきいき大好き津南町

21 Tapでいこう！・津南石造物散歩

22 農業委員会の窓

23 あどあど通信・ジオサイトを探検し隊！

24 なじよもん通信・戸籍の窓・広報編集室・津南町の人口

町では津南音声訳の会さんに広報つなんの音声訳を委託しています。
お聞きになりたいかたはホームページをご覧ください。詳しくは総務課
(Tel 765-3112) までお問い合わせください。

踏みだそう・つなん・新時代

平成27年度 予算報告

平成27年度の予算編成については、これまでと同様に財政の健全性を保ちつつ、子育て・教育の充実、地域経済の進展、一層の住民負担軽減を柱とした「強くてどこよりもやさしいつなん」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6.45%増の67億9,600万円、国民健康保険や下水道、病院事業などの特別会計と合わせた総額は、対前年比5.22%増の126億5,227万円となりました。

主な重点施策として、総務費では「大地の芸術祭」の拠点施設として、旧上郷中学校の備品・駐車場整備、長野県北部地震による地殻変動のための地籍補正調査などを行います。

民生・衛生費では障害者療養介護、不妊治療費助成金、妊産婦医療費助成、子ども医療費助成の継続、ひまわり保育園改修工事、町立津南病院への運営費補助などを行います。

農林水産業費では認証米作付補助、農地維持や資源向上のための多面的機能支払交付金事業などを実施します。

土木費では住宅改修補助(上限20万円)、美雪町公営住宅の建替え工事、大船団地の建替えに伴う設計・調査・用地取得などを行います。

教育費では津南小学校舎の増改築設計、ジオパーク関連としてはガイド養成・主要サイト整備などを行います。

財政運営は依然として厳しい状況ですが、現下の経済情勢に即応するため、職員定数の適正管理による人件費削減や、事務事業の見直しによる経費削減をさらに徹底し、最小の経費で最大の行政効果を図ってまいります。

町民の皆様の一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

※平成27年度予算の概要は関連情報からPDFファイルでご覧いただけます。

区分	平成27年度	対前年比(%)
一般会計	67億9,600万円	6.5
特別会計・事業会計		
国民健康保険特別会計	13億3,306万円	9.5
後期高齢者医療特別会計	1億1,525万円	△0.0
介護保険特別会計	16億4,820万円	7.4
簡易水道特別会計	1億3,152万円	10.4
下水道事業特別会計	3億8,356万円	△1.9
農業集落排水事業特別会計	2億9,322万円	△0.5
病院事業会計	19億 727万円	△3.2
計	58億 964万円	3.0
合計	126億 564万円	4.8

歳入 一般会計67億9600万円の内訳

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**

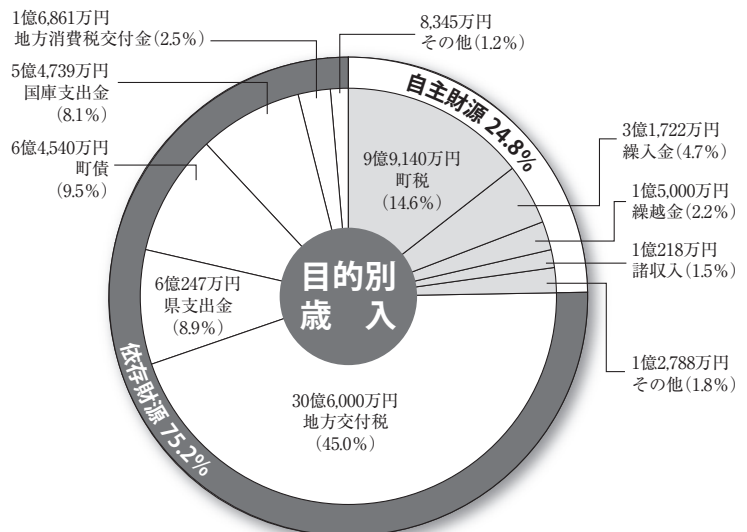
特定の事業に対して、国が町へ交付する補助金。

■ **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。

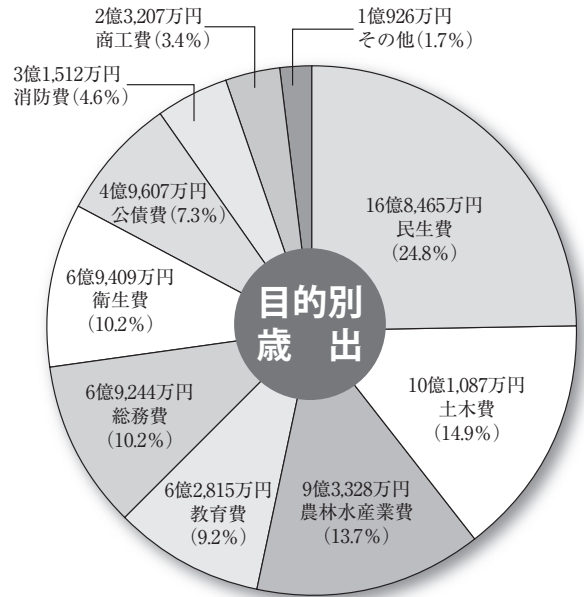


歳出

一般会計67億9600万円の内訳











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…659,806円

●平成27年度4月1日現在の人口 10,300人で換算

総務費  67,227円	衛生費  67,388円	農林水産費  90,610円	教育費  60,985円	民生費  163,558円
その他(議会費・労働費等)  10,608円	商工費  22,531円	消防費  30,594円	公債費  48,162円	土木費  98,143円

今年度の主な予算の使い道

総務

■大規模地震によってずれた地図を修正
(地籍補正事業2531万円)

長野県北部地震により地殻変動が起き、変動の影響を地籍に反映するために地籍成果等の修正を5年間でいきます。

■大地の芸術祭の拠点施設ができます
(総合文化拠点創造事業2488万円)



↑校舎の改修を終え、完成が近づく旧上郷中学校

旧上郷中学校の改修に引き続き、駐車場の整備及び備品等の購入を行い、運営

管理を委託する。大地の芸術祭の拠点施設として、都会からの劇団の受け入れを行い、地域住民や観光客との交流を図ります。

■地域おこし協力隊を増員

(協力隊設置事業費1208万円)

今年度は3名体制。都市住民を積極的に受け入れ、地域おこし活動支援、農業の応援や、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。

■町からの情報発信戦略の強化

(情報発信アドバイザー委託360万円)

アドバイザーと職員とで町からの情報発信のあり方を見直し、フレッシュな情報を町内外に継続的に発信する仕組みを作り、津南町の魅力向上をはかります。



↑情報発信検討委員会にて昨年行われた情報発信のための講座

■新たな資源の活用を図ります

(町有財産購入費1000万円)

上郷逆巻にある旧宝山荘の土地・建物を購入し、町有地としての有効利用を図ります。



↑長野県側からの玄関口となる上郷逆巻にある宝山荘

■人事評価制度を導入します

(職員研修費576万円)

職員研修、中央研修、自己啓発研修の推進により、職員の資質の向上を図ります。人事評価システム構築・導入支援の委託により人事評価を適正かつ円滑に行います。

■ふるさと納税をPRします

(ふるさと納税) 開発推進事業120万円

ふるさと納税の事務を委託することで、納税のPR、あわせて地元の特産品等のPR強化を行います。

■町の総合的な方針を策定します

(総合振興計画策定事業121万円)

第五次総合振興計画の後期計画を策定します。

福祉保健

■ひまわり保育園の増改築を行います

(ひまわり保育園改修事業7511万円)

未満児の人口増加に対応するため、ひまわり保育園を増改築します。購入した土地を駐車場として造成します。

■障害者給付費

(障害者給付事業2億3415万円)

施設入所者や、就労継続支援事業所の利用者が増えることにより、障害事業所への支援が高まります。

農林

■農地中間管理事業

(農地中間管理事業505万円)

集落・個人単位に、農地中間管理機構を通じて、新たに担い手に集積したときに協力を交付します。受付窓口は町農業公社が行います。

■多面的機能支払交付金

(多面的機能支払1億5520万円)

単独・広域集落を対象に、農地維持、

資源向上（共同活動・長寿命化）機能に支援を行います。

商工

■障害者の地域雇用

（障害者社会復帰支援事業558万円）
障害者の雇用促進を図るため、県からの補助等により雇用事業所に支援を行います。

■秋山郷の玄関口を整備します

（観光客誘客宣伝事業2643万円）
秋山郷の玄関口、見玉の直売所を改修するにあたり、土地・建物を取得します。直売施設及びトイレの改修を行い、秋山郷の観光振興を図り集客アップを図ります。

建設

■橋梁の点検を行います

（町道橋梁点検委託料700万円）
平成27年度から5カ年をかけ、町にある68の橋を点検します。今年度は16橋の点検を予定しています。

■町道の舗装工事を行います

（町道改良舗装事業1億5000万円）
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。

■老朽化した町営住宅を建てなおします

（町営住宅建設事業2億6426万円）
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。

また大船団地の建設事業にかかる設計・調査・土地取得費も予算化しています。



↑昨年完成した町営住宅G棟

■除雪機械購入事業

（除雪機械購入事業1650万円）
タイヤドーザ（11t級）1台を購入し除雪体制の強化を図ります。

■住宅改修補助事業

（住宅改修補助事業2000万円）
住宅改修経費（上限20万）の補助を行い、住環境の整備を図ります。（詳しくは10ページをご覧ください）

消防

■安心・安全のために

（十日町広域事務組合負担金 2億9944万円）
小型動力ポンプ2台、ポンプ付軽積載車1台、防火水槽2カ所、消防器具置場1カ所ホース乾燥柱1カ所の整備、団員への防寒着の支給します。

教育

■津南小学校の増改築にむけて

（学校施設整備事業費2696万円）
津南小学校舎増改築整備事業の設計業務委託料を計上、28年度以降に整備する予定です。

■苗場山麓をもっと知るために

（ジオパーク推進事業費3033万円）
日本ジオパーク認定を受け、ガイド養成、主要サイトの整備、看板設置・調査委託、大会への参加、振興協議会への補助を予算化しています。

今年度は5年に一度の国勢調査の年です。

○国勢調査とは：我が国の人口・世帯の実態を明らかにすることを目的として行われる国の最も重要な統計調査です。

国勢調査は、日本国内に住んでいるすべての人・世帯を対象として5年ごとに行われます。

国勢調査では、10月1日現在、日本国内にふだん住んでいるすべての人を、ふだん住んでいるところで調査します。このため、日本に住んでいる外国人も、国籍に関係なく、調査の対象となります。

国勢調査から得られる様々な統計は、国や地方公共団体における各種の行政施策を立案するための基礎資料として用いられることはもとより、国民の共有財産として研究・教育活動、経済活動など幅広い分野で利用されます。

※10月に行う予定の国勢調査は規模（全世帯対象など）が大きいため、調査については集落の各嘱託員さんにお願いをして調査を行います。

■お問い合わせ

総務課総務班
Tel 765・3112

暮らしの載
情報満

見て・知って・得をする! かわらばん



応急手当講習会 開催のお知らせ

十日町地域消防本部では、地域の救命率向上を目指し、毎月、応急手当講習を開催しています。

- 日時 7月11日(土)・10月10日(土)・1月9日(土) 午前9時～正午
- 内容 心肺蘇生法・AEDの取り扱い・異物除去・止血法
- 上級救命講習
- 日時 11月8日(日) 午前8時30分～午後5時15分
- 内容 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

- お申し込み・お問い合わせ 十日町地域消防本部 Ⅸ757・1558 またはホームページをご覧ください。

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(金)～12日(火)
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
Ⅸ765・3134

平成27年度 調理師試験について

平成27年度の調理師試験日程についてお知らせします。

■試験日時 平成27年7月14日(火)
午後1時から午後3時30分まで

■試験場所
南魚沼市(十日町市および津南町居住者)

平成27年度 介護保険料のお知らせ

津南町の第6期介護保険計画では、高齢化の進展や介護保険施設の充実に伴う介護保険サービスの利用増加に対応するため、1年間の基準保険料を72,000円(月額6,000円)に設定いたします。

<平成27年度の所得段階と保険料>

所得段階	対象者	年間保険料
第1段階	本人が生活保護受給者または老齢福祉年金の受給者で、世帯全員が住民税非課税かつ本人年金収入等80万円以下	32,400円 (基準額×0.45)
第2段階	世帯全員が住民税非課税かつ本人年金収入等80万円超120万円以下	54,000円 (基準額×0.75)
第3段階	世帯全員が住民税非課税かつ本人年金収入120万円超	
第4段階	本人が住民税非課税(世帯に課税者がいる)かつ本人年金収入等80万円以下	64,800円 (基準額×0.9)
第5段階	本人が住民税非課税(世帯に課税者がいる)かつ本人年金収入80万円超	72,000円 (基準額)
第6段階	本人が住民税課税かつ合計所得120万円未満	86,400円 (基準額×1.2)
第7段階	本人が住民税課税者かつ合計所得120万円以上190万円未満	93,600円 (基準額×1.3)
第8段階	本人が住民税課税かつ合計所得190万円以上290万円未満	108,000円 (基準額×1.5)
第9段階	本人が住民税課税者かつ合計所得金額290万円以上	122,400円 (基準額×1.7)

4、5月は暫定で賦課し、6月に前年の所得により平成27年度の介護保険料が決定されます。介護保険は保険料で運営されていますので保険料の納期限までの納付にご協力ください。

■お問い合わせ 税務町民課 税務班 Ⅸ765-3113

http://www.tokamachi-kouiki.jp/

※毎月「お知らせ版・わが家の生活カレンダー」に掲載

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3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

Tap、または町生涯学習班
TEL 765・5776 (総合センター)

介護予防事業 「運動教室」のお知らせ

福祉保健課では、運動機能の低下が認められる65歳以上のかたを対象に、介護予防のための運動教室を開催します。

■日時および時間

平成27年6月～8月 毎週水曜日
午後2時～4時 (全12回)

■会場 辰ノ口公民館

■内容 転倒・骨折予防体操、有酸素運動

■対象者

割野・押付・小島・巻下・外丸・辰ノ口・鹿渡・鹿渡新田に在住で、要介護認定をうけていない65歳以上(平成27年4月1日現在)のかた

※面接により、運動機能の低下がないと判断された場合は対象外となります。

※水中運動・健骨体操に参加していないかたを優先します。

■定員 約10名

■参加費

無料(会場までの無料送迎あり)

■申し込み方法

4月30日(木)までに、地域包括支援センターまでご連絡ください。

■お問い合わせ

福祉保健課 保険班
(地域包括支援センター)
TEL 765・5455



3歳児健診で むし歯のなかつた子

3歳児健康診査で、むし歯のなかつたお子さんは次のかたがたです。

●11月20日実施

住所	氏名
正面1区	生越 優人(ゆうと)
正面1区	村山 花歩(かほ)
正面3区	山本 理翔(りと)
正面3区	藤ノ木 倫太郎(りんたろう)
割野2区	大平 朔(さく)
大井平	瀧澤 展(てん)
亀岡	竹内 ひかり
中子	関沢 すみれ
宮野原	島田 智仁(ともひと)
段野団地	山田 遥斗(はると)

●1月14日実施

住所	氏名
正面3区	桑原 拓海(たくみ)
正面3区	風巻 燈(ともる)
陣場下3区	藤木 來羽(らう)
大割野5・3	風巻 結月(ゆづき)
押付	瀧澤 栞太(かんと)
子種	桃井 美琴(みこと)
朴木沢	藤ノ木 結斗(ゆいと)
朴木沢	藤ノ木 陸斗(りくと)
朴木沢	藤ノ木 仁菜(にいな)
城原1区	桑原 いつか

●2月12日実施

住所	氏名
上段	根津 楓太(ふうた)
十二ノ木5区	河村 愛花(あいか)
十二ノ木5区	河村 夢花(ゆめか)
大割野1・4	柳澤 陽莉(ひまり)
大割野2・5	関谷 泉希(みずき)
大割野5・3	桑原 杏奈(あんな)
亀岡	山田 音羽(おとわ)
赤沢20区	関谷 いつ季(いつき)
芦ヶ崎24区	小山 鉄平(てつぺい)
太田新田	藤ノ木 尋(ひろ)

●津南町の3歳児のむし歯

平成25年度の、津南町の3歳児むし歯有病者率は19.7%(県平均14.6%)となっており、年々減少してはいるものの、県平均よりも高い数値で推移しています。津南町では3歳児の5人に一人がむし歯がある計算になり、これは県内30市町村の中で6番目に多い数字です。

乳歯のむし歯は永久歯に影響する場合があります。乳児期から家族ぐるみでむし歯予防に取り組みしましょう。

■お問い合わせ

福祉保健課 健康班
TEL 765・3114



「津南ひまわり広場で結婚式を
挙げてみませんか？」

～カップル必見!!新郎新婦大募集!!～

50万本のひまわり畑の真ん中で結婚式を挙げてみませんか？今年の新郎新婦を大募集します。国際ホテル・ブライダル専門学校が二人のご要望をお聞きし、ここでしかできない斬新で素敵な演出を企画します。プロデュース費用も無料!!ぜひ、ご応募ください。

■条件

- ①結婚して挙式がまだのカップル。
- ②結婚する予定があるカップル。
- ③上記の条件で開催日に合わせられること。

■開催日：平成27年7月26日(日)

■応募方法：お問い合わせください

■応募締切：5月15日(金)

■お問い合わせ先

▽ wish 国際ホテル・ブライダル専門学校
TEL.025-290-5600



交通安全出前講座を
ぜひご利用ください



昨年度老人クラブ宮野原白銀会さんに出向いて講座を行いました。

を交えながら楽しく交通安全を身につけましょう。

■お問い合わせ

役場総務課総務班
TEL 765-3112

建設課よりお知らせ

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です。

■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30日(月)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(火)

■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かなければ、補助を受けられません。

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)

・ただし要保護世帯は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30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
- ・屋根部分のク雪化に要する経費
- ・落雪高床式

・屋根及び高床部分(1m以上)のク雪化に要する経費。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

35mの積雪に耐えるク雪化に要する経費

■その他

過去に「ク雪住居協調整備事業」や「ク雪住宅普及促進事業」の補助金を受けた方は、対象外です。

ク雪すまいづくり

支援事業

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

■補助金の額

津南町交通安全協会女性部では、女性部による「交通安全出前講座」を行っており、各集会で交通安全講座を行ってまいります。暗い場所ではどのような服装が目立つのかや、横断歩道の渡り方などの講話

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10未満で耐震改修工事後の総合評点が10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(水)
また、11月30日(月)までに金額が確定出来る工事。

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し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(水)

■補助対象者

- ① 次の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

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）

- ▼ 地域振興課長兼農業委員会事務局長 石橋雅博
- ▼ 福祉保健課長 桑原 司
- ▼ 津南病院管理部署事務長 石澤憲一郎
- ▼ 税務町民課長 恩田克彦
- ▼ 地域振興課農林班長 小林正秀
- ▼ 北部保育園園長 関谷好美
- ▼ こぼと保育園主任保育士 吉野敦子
- ▼ ひまわり保育園主任調理師 河田久子
- ▼ 津南病院外来看護師長 山田康男
- ▼ 津南病院主任栄養士 村山牧子
- ▼ 津南病院主任看護師 藤ノ木以比子
- ▼ 津南病院准看護師 涌井親子
- ▼ 津南病院主任ボイラー技士 福原文男
- 新採用（4月1日付）
 - ▼ 総務課主事 船木康平
 - ▼ 税務町民課主事 知桐由希
 - ▼ 地域振興課主事 湯川育海
 - ▼ 建設課主事 金井 廉
 - ▼ 福祉保健課栄養士 桑原世奈
 - ▼ こぼと保育園保育士 津端真理菜
 - ▼ 津南病院栄養士 桑原広夢
 - ▼ 津南病院看護師 桑原美紀
 - ▼ 内部異動（4月1日付役場班長級以上）
 - ▼ 税務町民課長 村山郁夫
 - ▼ 会計管理者 桑原松洋
 - ▼ 地域振興課長兼農業委員会事務局長 江村善文
 - ▼ 福祉保健課長 高橋秀幸
 - ▼ 北部保育園長 中沢美智子
 - ▼ 上郷保育園長 吉田美恵子

▼ 中津保育園長 大島克子

▼ 教育委員会子育て連携専門員 内山喜代子

▼ 津南病院管理部署事務長 桑原次郎

▼ 津南病院外来看護師長 津端いり子

▼ 津南病院病棟副看護師長 風巻眞理子

▼ 津南病院管理部署庶務管理班長 福原卓也

▼ 建設課土木班長 柳澤康義

▼ 地域振興課農林班長 小島孝之

▼ 福祉保健課保険班長 野崎 健

▼ 会計班長 太田 昌

◆ 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】

● 上郷小学校 校長 泉 豊（上越市）

● 芦ヶ崎小学校 教諭 鈴木 広（南魚沼市）

● 津南小学校 校長 富井 茂（松之山小）

教諭 中川 玄祐（十日町小）

教諭 小堀ひとみ（新潟市）

● 津南小学校 教諭 小林 敦子（中津小）

教諭 越村 勇一（中津小）

教諭 宮園 初枝（芦ヶ崎小）

教諭 太田 智子（外丸小）

教諭 飯塚 夏美（新採用）

栄養教諭 板場 明子（長岡市）

● 津南中学校 教諭 八重沢 央（上越市）

養護教諭 河井 恵美（魚沼市）

主査 貝澤 圭子（下条小）

NEWS
03

140年余の歴史に幕

— 3月28日 閉校の2校、最後の卒業式 —



↑中津小学校最後の卒業式



↑外丸小学校最後の卒業式

町内の各小学校で卒業式が行われました。

3月末で閉校した外丸小学校、中津小学校では、卒業生も在校生も小学校で行われる最後の卒業式となりました。

NEWS
04

ピッカピカの一年生

— 4月8日 津南小学校入学式 —



↑外丸小・中津小統合後初の入学式

当日は、桜吹雪ならぬ雪が舞い散る、あいにくの天気でしたが、名前を呼ばれた新入学児童は元気に返事をしていました。これからたくさんお友達を作って、楽しい学校生活を送ってくださいね。

つなん まちかど スケッチ

Tsunan Event Sketch.



NEWS
01

今年のテーマは「交わろう」

— 3月15日 上郷しなちく雪まつり —



↑栄村からも、ふるさと太鼓がかけつけました

津南雪まつりの翌日に行われた第3回目となる上郷しなちく雪まつりは、晴天に恵まれ、多くの方でにぎわっていました。また、今年の夏の大地の芸術祭で関連施設に生まれ変わる旧上郷中学校についても見学会が行われ、上郷地区の新たな拠点施設として期待されています。

NEWS
02

元気に戻っておいでね

— 3月21日 鮭の放流 —



↑雪解け水で増水した川は少し水温が低く、いたわるように放流しました

毎年この時期に行われる鮭の放流が NPO 法人新潟水辺の会と地元の子もたちで行われました。放した川に3～4年後に大きく成長して戻ってくるという鮭。

元気に帰ってきてねと声をかけながら放流をしていました。

NEWS 07 地域おこし協力隊が3人体制に

— 4月1日 地域おこし協力隊辞令交付式 —



↑町長から委嘱を受け、一年間がスタートしました

今年度は、新たに三箇地区に松本江美子さん、上郷地区に手島育さんの2名が赴任しました。3年目となる結東地区担当の平木結さんとあわせ、3人体制で活動をしていきます。それぞれ、旧上郷中学校や旧三箇小学校などを活動の拠点として地域に入って活動していきます。三人よれば文殊の知恵、隊員の連携にも注目です。

NEWS 08 春を届けに・・・

— 4月3日 県知事へ雪下になんじんをPR —



↑スティック状にしたものや雪下になんじんジュースを試食

自然の恵みをたっぷりと蓄え、「春のはじまり」を告げる雪下になんじん。3月下旬から4月中旬までの収穫時期にあわせ、「雪下になんじん」をPRするために町長や生産農家の若手みなさんが新潟県庁を訪問しました。

NEWS 05 津南と栄村の一押しジオサイトが絵葉書になりました

— 3月18日 日本郵便絵はがき贈呈式 —



↑絵はがきに描かれている津南町の「中津川と石落とし」栄村の「鳥甲と天池」

日本郵政グループより「苗場山麓のはがき」2種類が作成され、魚沼地区連絡会より贈呈式が行われました。各郵便局にて入手することができます。ぜひ、季節のたよりに、自然あふれる絵はがきを使ってみてはいかがでしょうか。

NEWS 06 元気に楽しくスポーツを！

— 4月11日 スポーツ少年団入団式 —



↑入団式では昨年度の成績優秀者が表彰されました

今年度は196名の入団がありました。来賓のかたからのお祝いの言葉では、夢や目標をもって、スポーツを楽しみながらがんばってほしいと激励の言葉をかけられました。ケガには十分気をつけて、一年間がんばりましょう。皆さんのさらなる飛躍を願っています。

～平成26年度奨励賞受賞者～

- かざまき ひろと 風巻 尋翔さん(押付)
- 第52回全国中学校スキー大会 クラシカル・フリー出場
- さいき こうせい 齋喜 幸成さん(外丸)
- 第34回新潟県スポーツ少年団総合体育大会
- 第46回バドミントン大会 小学生男子ダブルス3位
- たけふじ ゆう 竹藤 佑さん(芋川)
- 第34回新潟県スポーツ少年団総合体育大会
- 第46回バドミントン大会 小学生男子ダブルス3位

新しい教育委員のご紹介

教育委員 ひろし 柳沢 博さん



前教育委員長の滝沢和彦さんが3月31日付で退任されたことにともない、新たに柳沢博さん(正面住宅)が教育委員に就任されました。今後教育委員として津南町の教育に尽力されます。

軽自動車税の税率が変わります



税制改正により、来年度（平成 28 年度）から軽自動車税の税率が変わります。車両の種類や最初の新規検査年月によって、適用される税率が異なります。詳しくは下記をご覧ください。

平成 26 年度税制改正により平成 27 年度課税から税率の引上げを実施する予定でしたが、平成 27 年度税制改正により実施時期が 1 年間延期されました。

○原動機付自転車、2 輪の軽自動車、2 輪の小型自動車、小型特殊自動車、雪上車

車種区分		税率(年額)	
		平成27年度まで(現行)	平成28年度から
原動機付自転車	排気量50cc以下	1,000円	2,000円
	50cc超90cc以下	1,200円	2,000円
	90cc超125cc以下	1,600円	2,400円
	ミニカー（50cc以下）	2,500円	3,700円
2 輪の軽自動車(125cc超250cc以下)		2,400円	3,600円
2 輪の小型自動車(250cc超)		4,000円	6,000円
小型特殊自動車	農耕作業用	1,600円	2,000円
	その他	4,700円	5,900円
専ら雪上を走行するもの		2,400円	3,600円

○軽3 輪車、軽4 輪車

車種区分		税率(年額)		
		平成27年3月31日 までの登録車※1	平成27年4月1日 以降の登録車	登録後13年超 (経年重課)※2
3 輪		3,100 円	3,900 円	4,600 円
4 輪乗用	自家用	7,200 円	10,800 円	12,900 円
	営業用	5,500 円	6,900 円	8,200 円
4 輪貨物用	自家用	4,000 円	5,000 円	6,000 円
	営業用	3,000 円	3,800 円	4,500 円

※1 平成 27 年 3 月 31 日までに新規登録した車両（初めて車両番号の指定を受けた車両）は、登録後 13 年までは、現行税率のままです。

※2 初めて車両番号の指定を受けた月から 13 年を経過した車両（電気軽自動車等を除く）は、平成 28 年度から、経年重課の税率が適用されます。

○3 輪及び 4 輪の軽自動車の一部にグリーン化特例（軽課）が適用される予定です

平成 28 年度課税時に、平成 27 年 4 月 1 日から平成 28 年 3 月 31 日までに最初の新規検査を受けた三輪及び四輪の軽自動車（新車に限る）で、排出ガス性能及び燃費性能の優れた環境負荷の小さいものについて、グリーン化特例（軽減税率）が適用される予定です。決まり次第お知らせします。

○廃車手続はお済みですか

原動機付自転車や軽自動車等に対する軽自動車税は、毎年 4 月 1 日現在で車両を所有（登録）している場合に、年税額が課税されます（月割り課税の制度はありません）。

現物を廃棄処分されただけでは登録が残ることになります。すみやかに廃車手続をおこなってください。また、知人等に譲渡した場合も名義の変更が必要です。

○お問い合わせ先 津南町役場 税務町民課 税務班 TEL 765 - 3113

有酸素運動で

脳梗塞予防！

薬剤科 小島 司

皆さん、体を動かしていますか？普段から運動不足な人は、動脈硬化や脳梗塞の危険性が高いと言われています。高血圧や糖尿病、脳血管疾患の原因となるメタボリックシンドロームを予防する意味でも、毎日体を動かすことを習慣付けておくの良いですね。

そこでお勧めするのが有酸素運動です。ウォーキングやサイクリング、水中運動などあまり心拍数を上げ過ぎない運動のことで生活習慣病予防に高い効果を発揮します。1回の運動を30分以上、毎日続けて行うことが大切です。継続することで脂肪の燃焼能力が高まり、効率よく脂肪を分解できるよつになつていきます。でも、油断して2〜3ヶ月休んでしまうと直ぐに元に戻ってしまうそうです。軽い長時間の運動を長期間続けることが脳梗塞予防の運動法として重要なポイントとなります。

ただし、高血圧や糖尿病などの持病のある方は病院で医師の診断を受けて、運動量の目安を決めてから行うようにしましょう。

年金コーナー

お得な付加保険料を 納めませんか？

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っていきます。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。

年金相談を

ご利用ください

役場は国民年金窓口のため、厚生年金の請求や各種手続きについては、六日町年金事務所へのご案内が多くなります。遠くまで手続



きに出かけるのが大変な場合は、近くで開設される年金相談をぜひご利用ください。専門の担当が対応いたします。

(津南町役場)

毎月第3木曜日

10時から16時

(十日町市クロス10)

毎月第2・4木曜日

10時から15時

いずれも先着順の予約制です。で、次の問い合わせ先に電話を入れてご予約ください。詳しいことやご不明な点はおたずねください。

■お問い合わせ

・六日町年金事務所

(クロス10相談予約)

TEL 025・716・0802

・税務町民課町民班

(役場相談予約)

TEL 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)

- 1900日 村山善治(十二ノ木)、鈴木カヨ(船山新田)
- 1800日 本山マサ(反里)
- 900日 志賀春信(船山)
- 700日 久保田ナツ(小下里)
- 500日 磯部昌一(割野)
- 300日 石橋俊治(割野)、半戸琉哉(朴木沢)、滝沢シゲ(赤沢)
- 100日 高浪ノエ(中子)

主な運動:ウォーキング、ホッケー、軽スポーツ、健骨体操、水中ウォークなど

議会コーナー

＜実施された行事＞

[3月]
27日 第1回臨時会

[4月]
3日 県町村議長会議議長会議
6日 3市町村議会連携協議会
7日 全員協議会
10日 津南町建築協議会総会
14日 津南町交通対策協議会定例会

＜今後予定されている行事＞

[4月]
22日 農業改良会議
(産業建設常任委員会)
津南町身体障害者互助会総会
23日 津南病院との懇談会
(総文福祉常任委員会)
23日~26日 韓国驪州市陶磁器祭り
25日 津南町農協総代会

[5月]
8日 全員協議会

地域包括支援センターです

介護保険制度が 改正されました



認知症見守りキャラクター
『にんこっこ』

今回の改正の目的

今回の改正の目的は、住み慣れた地域での継続的な生活を可能とするために医療・介護の一連のサービスを総合的に提供する体制をつくることを目的としており、医療法と介護保険法など19の法律を一括して改正するものとなりました。

そのうち介護保険では、地域包括ケアシステム※の構築が大きな柱となります。

※地域包括ケアシステムとは
住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・日常生活支援が一体的に提供される仕組みです。

・なぜ地域包括ケアシステムが必要なのでしょうか。

2025年（平成37年）には団塊の世代が全員75歳以上の後期高齢者となり、

要介護認定者が大幅に増加することが見込まれます。現在の状態のままでは、各種サービスが不足して、安定した生活が続けられなくなる可能性があるということです。

主な改正点

＜平成27年4月からの改正点＞

①介護報酬が改定されました

介護報酬（介護保険サービスにかかる費用）が全体で▲2.27%マイナス改定されたことにより、サービスを利用したときの利用料もかわりました。

各サービスごとの利用料については、担当ケアマネージャーやサービス事業所または福祉保健課保険班までお問い合わせください。

②介護保険料が変わりました

平成27年度～29年度の介護保険料が決

まりました。

第6期（平成27年度～平成29年度）の標準月額保険料は6,000円となります。

なお、所得水準に応じてきめ細かな保険料設定を行うため、保険料の段階設定を6段階から9段階に見直すこととし、低所得の高齢者のかたの保険料軽減を強化します。

介護保険はみなさんが納めている保険料と公費を財源としています。

高齢化がすすみ、介護サービスが必要とするかたが増加している状況で、介護が必要となったときに、だれもが安心してサービスを利用できるよう必要な保険料改定となりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

③介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の入所基準が変わりました。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）への新規入所は原則、要介護3以上のかたになります。

※現在要介護1、2の介護認定で入所されているかたは4月以降も入所が継続されます。

＜平成27年8月からの改正点＞

①一定以上の所得があるかたは利用者負担が変わります。

一定以上の所得があるかたは、サービスを利用したときの利用者負担が1割から2割に変更となります。

具体的な基準としては、合計所得金額160万円（単身で年金収入のみの場合

年収280万円）以上のかたは2割負担となります。

ただし、合計所得金額が160万円以上であっても、「年金収入+その他の合計所得金額」が単身で280万円、2人以上世帯で346万円未満の場合は1割負担になります。

②介護保険負担割合証が発行されます

2割負担となるかたがでてくるため、利用者負担の割合が記載された「介護保険負担割合証」が発行されます。

③特定入所者介護サービス費の適用条件が変わります

低所得のかたのサービス利用が困難にならないように、申請により、食費と居住費の一定額以上は保険給付されています。（特定入所者介護サービス費）

平成27年8月からは

・本人が施設入所して住所が別になっても配偶者が住民税を課税されている場合は対象外となります。

・預貯金などが一定額を超える場合は対象外となります。

④多床室の居住費が変わります

施設サービスを利用したときの多床室（4人部屋）の居住費とその負担限度額が変わります

今回の改正は、持続可能な社会保障制度のために必要な改正となっております。町民の皆さまのより一層のご理解とご協力をお願いいたします。

は〜い
保健師
で〜す



今月 はり
大平 ゆかり
保健師

春、ストレスに 負けないうように

長い冬を終え、津南町の桜の開花が待ち遠しい今日この頃。暖かかったり寒かったりと、冬から春の変わり目は気まぐれな天候で洋服選びにも頭を使います。さて、春は始まりの季節。そして進学、就職、引越など、変化の多い季節でもあります。期待を胸に、新たな気持ちで頑張るぞ！と気合を入れているかたもいるかと思えます。

しかし、春は気温や環境の変化により、思った以上にストレスを受けやすい時期です。気温の変動や慣れない環境に適応しようとすることで過度なストレスがかかる、呼吸や体温、胃腸の働きなどを調節する自律神経のバランスが乱れたり、免疫力が低下したりして、心だけでなく体にも様々な不調が現れます。気付いた

時には心も体も疲れてしまっていた…というのではないように、日ごろからストレスと上手に付き合うようにしたいものです。

ストレスと上手につきあうには、まずバランスのよい食事をしっかりと食べて、夜しっかりと眠ること、適度に体を動かすなど規則正しい生活を送ることが基本になります。そのうえで自分なりのストレス発散法をみつけ、意図的にその時間を作るようにします。ストレス発散法は自分が気持ちいい、楽しいと思えることならどんなことでも良いでしょう。ただし、体が疲れると心も疲れやすくなるので予定の詰め込みすぎは禁物です。

また、困った時やつらい時は、我慢せず素直な気持ちを誰かに話してみましよう。話を聞いてもらうだけでも気持ちは楽になります。普段から気持ちの許せる人や話しやすい人を見つけておくとうれい

ですね。そのほか町では「くらしとこころの相談会」として、精神保健相談やものわれ相談、法律相談、行政相談、人権相談など様々な相談会を開催しています。自分だけで解決しようとせず、こういった相談会を利用して悩み事を抱え込まないようにならしましょう。相談会については広報誌への掲載や、役場等の窓口にパンフレットが設置してありますのでご覧ください。

健康づくり ア・ラ・カルト

家族との大事な時間

中澤 京子さん (中深見)

健 康の為に運動しな

くくつちゃ！と頭では思っているがなかなか行動に移せず…。そんな毎日ですが、唯一毎年4月の祝日『昭和の日』に行われている「信濃川河岸段丘ウォーク」には、ここ何年か家族4人で参加しています。

普段は近場へも車で移動してしまふことが多いので、年々やつとの思いで歩いていますが、それでも雪消えの春の景色を眺めながら歩くのは清々しくて気持ちが良いものです。

最初は子どももまだ小さく、15kmコースからチャレンジしましたが、最近は大きくなつてどんどんパワフルになる子どもの体力に合わせ、津南駅から十日町キナーレまでの23kmコースへコース変更。15kmでもゴールした時には足が痛くて翌日には動けなかったのに、子どもに負けまいと一緒に23kmを歩くことは、ある意味自分への挑戦です。

途中、きつくて「もうダメだ！」と思えますが、なんとゴールまでたどり着きます。「あきらめたくない」という気持ちももちろんありますが、子どもたちと

緒というのが、やっぱり一番なんですよね。でも年々成長し、たくましくなっていく子どもたちと並んで歩くのは大変です。

昨年は「走りたい」という次男はお父さんと、そして長男と私はマイペースに歩くことにして別行動にしました。とても走れません。長男は、マイペースに歩きたい派でもあり、また優しいので私のペースに合わせて歩いてくれます。頼りになるお兄ちゃんです。5〜6時間かけて歩き、やつとゴールする頃には足はパンパンでヘトヘトですが、それでも歩けた達成感で嬉しくなります。

子ども子どもが大きくなるにつれ、何かを一緒に楽しむことが少なくなっていくのかな、と寂しい思いが募る中、一緒に参加できている河岸段丘ウォークは、健康の為でもあります。家族との大事な時間でもあります。出来る限り一緒に楽しみたいなあと思っています。

26年度「信濃川河岸段丘ウォーク」



楽しみながら自分のペースでゴールを目指します



『鹿の王』

上橋菜穂子 / 著 角川書店

厳しい北方の自然の中で、自然と共に生きる人々と動物たちの生と死、そして絆を描いた物語。

待ち遠しかった春がやってきました。自然豊かな津南にいますと、雪の下から顔を出す植物を見ることができ、自然の力強さを身近に感じますね。

今月の1冊では、自然と動物と、人の命の尊さ、力強さを描いた『鹿の王』を紹介しましょう。

主人公は、「ヴァン」という40代男性という児童書にしては珍しい設定。物語は、ヴァンが家族も故郷も失い、生き延びることを諦めているところから始まります。しかし、狂犬病に似た黒狼病という恐ろしい病が広まることにより新たな運命が動き出します。一度は生き延びることを諦めた主人公が、新たな人々と出会い、絆ができ、生きることへ前向きになっていく物語です。

3月の新着図書

【大人の本】

●人気動物の写真と偉人たちの名言で、笑えるのにタメになる1冊

『人生は200と楽しい!』

水野敬也 / 著 文響社

●おいしい減塩レシピが満載

『塩分1日6gはじめての減塩』

女子栄養大学出版部



【子どもの本】

●あいうえお

『はるのおとがきこえるよ』

マリオン・デー・パウアー / 文 ブロンズ社

●アナとクリストフ、オラフがベビーシッターになる?

『アナと雪の女王 トロールのあかちゃん』

斎藤妙子 / 著 講談社

●あいうえお

『カザエルくんと本のおはなし』

いけがみしゅんいち / 文 福音館書店



その他、寄贈本含め73冊が新着となっております。

分類は児童書ですが、40代の男性が主人公のため、年齢を問わず読むことができます。

2015年本屋大賞受賞だけでなく、第4回日本医療小説大賞も受賞している話題の本です。ぜひ図書室で手に取ってみてください。

第57回こどもの読書週間
4月23日から5月12日まで、第57回こども読書週間です。今年は、2014年国際アンデルセン賞を受賞した『鹿の王』の著者である上橋菜穂子さんの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・貸出しています。ぜひお越しください。

開館時間の変更

4月1日から平日の開館時間が1時間早まりました。

平日：午前9時～午後6時
休日：午前8時半～午後5時

皆様のご利用お待ちしております。

お知らせ

図書室業務の補助係員が4月から桑原深人(くわがはら けいひと)に替わりました。お気軽に声をかけてください。よろしくお願いたします。

《休館日》

4月27日(月)・5月25日(月)

私は野球が好きですので、野球に関する本を紹介いたします。落合博満の『采配』です。落合氏は現役時代には3度の三冠王に輝き、監督時代では中日ドラゴンズをリーグ優勝4回、日本一1回に導いた名選手・名監督であった人物です。そんな輝かしい経歴を持つ落合氏の野球観・人生観を綴っているのが、この『采配』です。

落合氏はマスコミから「オレ流」と言われ、「普通ではない」、「わがまま」等の印象を受けます。それを象徴するのが、「WBC」と「日本シリーズ」での完全試合「だと思えます。WBCとは野球の世界大会のことで、日本代表は各球団から選手を派遣してもらい大会に臨みました。しかし、1球団だけ選手の派遣を拒否した球団がありました。それが落合監督率いる中日ドラゴンズです。日本中が盛り上がるなか、ただ1人

Pen Relay

采配とは

—— ほんど いっせい 半戸 一成さんから
紹介する本

「采配」

著者/落合博満 出版社/ダイヤモンド社

ほさか こうき 保坂 光棋さん (大井平)

短歌

砂丘

午前四時除雪車の雪を押す音に
寝ながらに知る積雪状態

左腕に体重預け右足で床蹴り進む
腹這いの孫は(恵伍七ヶ月)

ふと誰かわれにつきくる気持ちして
振り返りみる人なき廊下(勤務先小学校)

群れなして声さわがしき雀らに
わが家の軒は占領さるる

波立って湯船を溢るる露天の湯に
綿雪触れては瞬時消えゆく

「旺聖」の一四センチの雪靴が
玄関先に残されてあり

芳醇な古酒の「久米仙」盃に
注ぎ合ふ「童宮城」の今宵を(那覇うらしま)

母の日の娘一家の電話受く
母かつ祖母のわれをねぎらひ

朝明けの空を仰げばうろこ雲
動く狭間に残月白し

岩手より来し初サンマ笹の葉に
載せて刺身で先づは味はふ

わが母校の校歌御風の作詞なるを
心に深く誇りに思ふ

プランターのビニールはぐればチューリップは
黄に発芽せり湿りを帯びて

籠りゐるわれの一日音の無く
彩なく人も来ぬまに暮る

三線の奏でるメロデー健やけし
胎内にゐて吾の聞きしか

砂浜に拾へる珊瑚・貝殻を
見せ合ふわれら親しみふかく

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

淡雪の降り来る様を飽きもせず
じつと眺める一人居の火爐

春待たず九十六歳の姉が逝き
弟と吾の二人となりぬ

日毎降る雪嵩描く縮模様
身丈の深き道路楽しむ

あれこれとやりたきことはさて置いて
先ず髭を剃る医者にゆく朝

(前月号訂正)
石垣に積りし雪は円やかに

寿司を真似るかのの字に巻かる
個人

静もりの黄桜の花満ちて
肩に散るらんそぞろ歩きぬ

岩すげ俳句会 (三月)
春寒に襦袢余して母逝けり

脳検査待つ足元の余寒かな
鶯菜添へて術後の卵粥

薄氷を跳ぶか跨ぐかとまどひて
今朝の雪尺とセンチで爺と孫

桜餅葉を食べぬ子と食べる親
冬ごもり散歩を嫌ふ犬と居て

帰宅してまづ風邪の子の頬に触る
桃の日に便り書く友皆失せし

メルヘンの国へ誘ふ冬満月
浅き春日街道の道標

大雪の野山の蒼き月明り

柳沢 チヨ

富沢 キミ

板場 寛

島田 眞之

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

板場 寛

バッシングを受けていた記憶があります。もう一つは、日本シリーズでの完全試合です。中日対日本ハムの日本シリーズ第5戦、中日の先発ピッチャー山井投手は8回まで完全試合ペースでした。ところが9回マウンドに上がったのは、岩瀬投手でした。結果的に継投での完全試合は達成しましたが、シリーズ終了後にまたバッシングを受けていました。これらのことがあり、落合氏は世間から「名将」とともに「変わり者」のレッテルを張られてしまいました。私も当時のことはよく覚えており、変わり者と思っていました。しかし、時間が経つにつれて、その一つ一つの行動に落合氏の考え・意思があることがわかってきました。それは、決して「変わったもの」ではなく、いたって普通の考えでした。この本は野球の本ですが、すべての人が参考になる本です。特に部下を持つ上司に読んでもらいたい本です。「部下がなかなか育たない。」等の悩みを持っているかた、それは上手く「采配」できていないからではないでしょうか。野球を通じて物事の考えを学べますので、興味がありましたら是非読んでもらいたいです。

次は幼馴染の江村浩実さんです。

いきいき
大好き
津南町

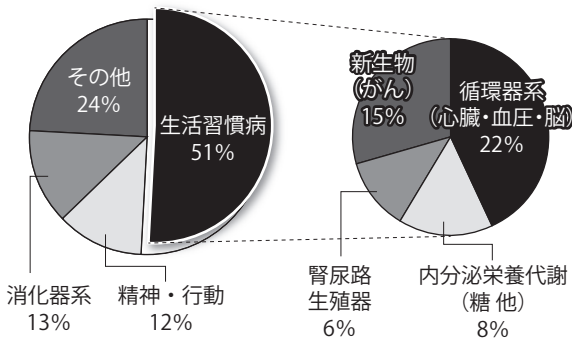
さあ、今年も健康診査を
受けましょう!!

生活習慣病の芽を早くに見つける手だ
てとして健康診査はかせません!!

医療費の5割を
生活習慣病が占めています

津南町国民健康保険医療費では生活習慣病が全体の5割を占めており、内訳では循環器系（心臓、血圧、脳血管疾患）、新生物（がん）、内分泌栄養代謝（糖尿病、痛風等）の順になっています。（左図）

町国保医療費割合（平成25年度）



健診結果から見えてくること

生活習慣病の多くは自覚症状がありません。健康診査の第一の目的は、そんな生活習慣病を早くに発見する事です。

津南町の健康診査の結果から

正常値を超えていたかたの割合では一番にHbA1c（ヘモグロビンエーワンシー）が7割に、次いで血圧（高）に5割となっています。

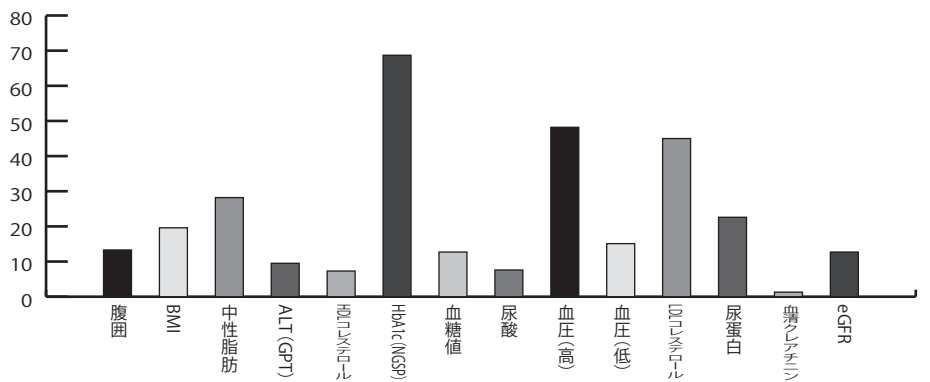
HbA1cは糖尿病の診断にも使われているもので、数値を見ると糖尿病まではいかないけれど、そのサインが出ている人が多いという状況です。

次に多い血圧（高）ですが、年齢が上がるほど所見者が多くみられています。（下図）

いずれも軽度のうちは自覚症状が無く、症状が出た時には重症化している可能性も有ります。

症状がないから大丈夫!!と思わずにサインが出た時から食事や運動等の改善をおこなうことで健康を維持していくことができます。

平成26年度 健診で正常値を超えていたかたの割合（全体）

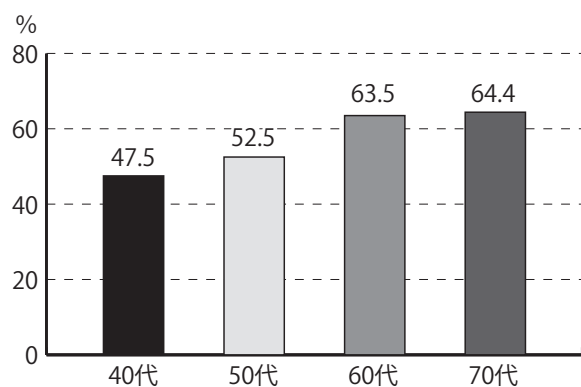


忙しいから、時間がないから
健診を受けない?

働き盛りのかたは受けない理由に「忙しいから受けない」というかたが多いですが、忙しいかたは、生活習慣病になりやすい傾向があります。ですので元気に働き続けるためにもぜひ、時間をつくり健診を受けていただきたいです。

若い世代ほど受診率が低い状況
健診受診率 目標 60%

平成25年度 特定健診受診率



今年度も6月2日から各地区の公民館で16日間の健康診査を予定しています。最寄りの公民館が都合つかない場合、他の会場で受けていただけます。

詳しくは3月20日号で配布しました「平成27年度健康カレンダー」をご覧ください。いただき受診ください。

なお、国民健康保険以外の方は受診券が必要です。ご注意ください。

町民ぐるみ健康づくり宣言

「元気 笑顔 輝く町」

Tapでいこう!!



平成27年度がスタート!

NPO法人Tapは3年目を迎えます。今年度もみなさんに楽しんでいただける教室やイベントを開催していきます。

子ども育成事業

Tapでは小学生の放課後の活動を支援する活動を行っています。少子化で近所に遊ぶ友だちがいなかったため、テレビやゲームで遊ぶ事が多い子どもたち。また、



不審者問題・交通事情により、外で思い切り遊ぶ事ができず、子どもたちは遊ぶ仲間と遊び場を失っています。

「いの指とーまれー」においでよ

「この指とーまれー!」では子どもたちが安心して遊べる環境づくりを目的に全町の小学生を対象に行っています。内容は体育館での集団遊びや、屋外遊びです。たくさんの方たちとかわかることで、あいさつやルールを学び、みんなで活動することの楽しさを味わって欲しいと考えられています。

「放課後クラブ」で待ってるよ

放課後クラブでは茶道やお琴など文化的な教室や、遊ぶ化学・楽しむクラブなど、子どもが興味を持つような教室もあります。バーチャルの世界ではなく、実際に様々なことが体験できる環境を整え、子どものやってみようという気持ちに応援しています。

※詳しいことについては、各小学校を通じて配布してありますチラシをご覧ください。また、事務局までお問い合わせください。



NPO法人Tap

(町総合センター内 765・5776)

津南石造物散歩

違いの大きい馬頭観音

石仏探訪で道路を歩いていて、石仏に出会うのは地藏菩薩か馬頭観音が一番多いようです。馬頭観音は、単独で路傍にたざんんでいるか、六観音の一員として祀られています。

津南町の馬頭観音は、額に馬頭を乗せ、柔和な相をしています。顔は一面であったり、3面のもも見ることが出来ます。腕は2本から8本ものがあります。寺石地域にある3面8臂の馬頭観音は両手の指を組んで印を結び、左右で6つの手には宝珠・粟穂・絹索・斧・三叉剣・を持つています。(右手1つは素手)

柏崎地区の石仏探訪をした折に出会った馬頭観音は津南町の馬頭観音と違った様相の馬頭観音でした。3面6臂に口には2本の牙を出し、恐れ顔をした忿怒像でした。案内役の説明によりますと、仏法をそしる者や、この世で悪を行なう者をも正しい道に教化するために、観音菩薩の中で、馬頭観音のみは鋭い3つの眼、2本の牙を出し、獅子のたて髪のような頭髪をもつ明王のような忿怒形で像容されているのだと話され、地域によっては馬頭金剛明王とも呼ばれているとの説明でした。

近世にはいりますと民間信仰が多様化します。そのなかで、馬頭からの連想からでしょうか、馬と密接な関係をもつ人々

215

つまり石仏の会

文責 桑原和位

による信仰が盛んになります。牛馬の仲買商人の集団や馬車曳きなどの集団と馬持ち個人などが馬の安全を祈り、死馬の供養を行うために、馬頭観音を建立することが盛んになります。

単独で祀られている馬頭観音は、地域差はあるようですが念仏供養や道橋供養の主尊として造像されているものがあります。大多数は牛馬、特に馬の供養のために馬頭観音が造像されています。

時代が下がるにしたがって、人間のために生命を失った馬の死に対して、人間と同じように供養するために、墓標として建立された馬頭観音が建立されるようになります。

六体の観音によって六道輪廻の苦から逃れ、浄土に往生しようと願う信仰が平安時代後期に盛んになります。その六観音の一員としての馬頭観音を、迷いの世界の六道(地獄・餓鬼・畜生・修羅・人間・天)に配する際に、畜生道に位置づけました。その信仰が以後広まっていってようです。

馬頭観音菩薩



津南町 中ノ平

息子といっしょに 家族経営

— 家族経営協定調印式 —



↑家族経営の内容を見直し、家族一人ひとりが調印をしています。

「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。

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46家族が協定を継続しています。

後継者の就農を機会に
2月17日に家族経営協定を調印したのは、大島さんと石澤さん

の二家族です。

両家族とも、後継者である息子さんが就農される機会に家族経営協定を結ぶことになりました。

大島さんご家族(貝坂)は、長男の大樹さんが、農業大学校を卒業と同時に家に入り、畑作部門を今後受け持つっていくことになりました。今後は、稲作をお父さんが、花卉栽培を大樹さんが行っていく予定です。

大樹さんは、「家族そろって農業経営に励み、今後は、貝坂の担い手になれるようにがんばっていききたい」と抱負を語ってくれました。

石澤さんご家族(上野)も、次男の雄太さんが津南町農業公社での研修後に就農を開始するタイミングに合わせての調印です。

雄太さんは、「家族で経営を見直す機会にしたい。」と家族経営協定を機会に家族間であいまいになりがちな就業条件を考えていきたいようです。

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。

大地に生きる



桑原 健さん (33歳) 貝坂

平成7年設立のグリーンアース津南へ入社し今年で10年目です。

グリーンアースは従業員10名で稲作を中心に大型機械収穫によるカゴメのジュース用トマトの栽培、ユリ球根養成、スイートコーンの栽培に取り組んでいます。お米は産地直送と全国の小売店やデパート等の契約栽培です。

米の検査員を2年前に取得し、この冬には米食味鑑定士の資格を取得しました。仲間とグリーンアースの担い手として奮闘中です。

また2児の父として子育てにも積極的に取り組んでいます。



農業委員会の主な動き

【実施された行事】

〔2月〕

24日 農作業料金協定会議

〔3月〕

25日 第8回総会

〔3月〕

3～4日 議会

〔4月〕

17日 家族経営協定

〔4月〕

25日 第9回総会

〔4月〕

7日 企画会議

〔4月〕

27日 第10回総会

〔5月〕

25日 第11回総会

お問い合わせ

津南町農業委員会

TEL 765-5583



ヨモギ ～摘み方と下処理～

農村地域生活アドバイザー 高橋 悦子（谷内）

待ち焦がれた春の日差しとともに、美味しい山菜や野草が出てくる頃になりました。

今回は“生活改善グループ”のお母さんたちから教わった、ヨモギの摘み方と下処理、保存の方法をご紹介します。春の野草の代表、ヨモギのやわらかい新芽を摘んで、お口の中でも春の息吹を感じてみませんか。

ワンポイント

まず、ヨモギはあまり人の行かない場所で摘みましょう。除草剤の心配もあるので、田んぼの畦などでは採らないほうがいいですね。

【摘み方】

摘み時はヨモギの丈が約20cm、新芽の部分を7～8cm位に摘みます。指先で軽くつまんで切れるものを選んでください。硬いものは避けます。茹でるとすごくカサが減るので、多すぎるかと思うくらいにたくさん摘んだ方が良いでしょう。

【調理前の下処理】

摘んできたヨモギは、水洗いをしてから重曹を入れた熱湯で（冷凍保存のものは凍ったまま入れて）茹でます。茎が指でつぶれるくらいになったら冷水にさらして絞り、これをまな板の上で細かく切ってから調理します。

【長期の保存法】

冷凍保存する時は、何もいれずにさっと茹で、すぐに冷水に取って軽く絞ったものを小分けにして冷凍します。

摘み立てのヨモギを入れて作ったものは、少し手間がかかるけれど、おいしさは格別！

※乾燥保存のものを使う場合には、（子ども用などには特に）控えめに入れた方が食べやすいです。

また、摘み立てのヨモギにそのまま衣をつけて揚げると、春の香りがする美味しい天ぷらになるそうですよ。春を存分に楽しみましょう♪♪♪

野々海池は、標高1,020mにあり崩落地形に水がたまってできた池です。周囲にはブナ林が広がっていて、冬は7m以上の雪に閉ざされ、7月初めまで残雪があります。雪どけとともにミズバショウの群落の花を咲かせます。池沿いの道路では、ト



ジオサイトNo.12
野々の海池のミズバショウ群落

ジオサイトを 探検し隊！

メンバー募集中



■お問い合わせ
ジオパーク推進室
(なじよもん)
TEL765-1600

ンボ類・チョウ類などの昆虫をたくさん観察することができます。この池の主と蒲生池（十日町市松代）の主が戦った大蛇伝説も残っています。近くの深坂峠からの眺望がすばらしく、農業用の貯水池として重要な池となっています。



白い花びらのように見えるものは、苞といってつぼみを包んでいた葉なんだから。花はその中にある黄色い部分。6月中旬頃が見ごろだそうです。

野田 結愛さん 芦ヶ崎小学校3年

戸籍の窓

おめでとう
お祝いします (出生)

- 山田 陸翔(大割野) 剛士さん 由美さん
- 藤木 桜月(米原) 啓宇さん 文香さん
- 藤木 琉生(米原) 直人さん 春奈さん

すえながく
おしあわせに (結婚)

- 桑原 武彦さん(城原)
- 山崎 菜々美さん(相吉)
- 山田 勲さん(亀岡)
- 渡部 秋絵さん(十日町市)

おくやみ
もうしあげます (死亡)

- 高橋 由二さん (81歳・見玉)
- 福原 トリさん (81歳・大割野)
- 桑原 功さん (86歳・秋成)
- 福原 留義さん (79歳・外丸)
- 涌井 重信さん (92歳・相吉)
- 瀧澤 カヲルさん (92歳・押付)
- 中村 和弘さん (52歳・陣場下)
- 桑原 フジイさん (93歳・船山)

行政区名変更のお知らせ

「卯ノ木」集落については、平成27年4月より「卯之木」へ行政区名が変更になりました。

広報編集室 あれだけ無くなった雪も、みれば雪かきの苦労を忘れてしまっただけ、この春独特の高揚感、やはり木々の芽吹や新入学などの新しい始まりによるものでしょうか。

よく、表紙の文字など「どうやって考えていますか」と聞かれることがあります。どうしてかふっと、何かがおぼろげにふっふっふと浮かんでくるんです。

す。としか言えないのですが、机に向かっているときは何も浮かばず、散歩しているときや、トイレやお風呂に入っているときほど、なぜか思いアイディアが思いついてしまいます。ですが、メモを取れない状況が多く、後で「なんだっけかなあ」と忘れていたりすることもしばしば。ということで、広報3年目のスタートに挑戦して、今年もさまざまな事に挑戦していきます。

●春季企画展「武谷大介 縄文トンネル」

会期 / 4月18日(土)～6月7日(日)
カナダのトロント市と日本を拠点に活動をしている武谷大介氏によるアート展を開催しています。



武谷大介氏

縄文文化に想いを馳せながら、未来へと繋がる「縄文トンネル」をお楽しみください。

●本格アンギン編み一日体験

日時 / 5月4日(祝) 10:00～15:30
体験料 / 1,500円(友の会会員は半額)
対象 / 小学校中学年以上
縄文人もカラムシなどの植物繊維を使って、編布(アンギン)を作っていました。なじよもんで育てたカラムシの繊維を使い、アンギンのコースターを作りましょう。



アンギン編み体験の様子

●「ならんごしの会」会員募集

「ならんごしの会」は、アンギン編み技術を後世に伝承する活動を行っています。

なじよもんや学校での体験実習のほか、アンギンを学びたい方のお問合せや活動にも協力しています。

一緒に活動をしたい方は、お気軽に「なじよもん」までお問合せください。

●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、死亡しているの見つけた場合は、速やかに教育委員会文化財班(TEL.765-5511)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。皆さまのご協力をお願いいたします。

予約受付中!

当日受付可
※ただし定員になり次第締切りです

5月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象
2日(出)	9:00～ パードウォッチング	300	低学年から
	13:30～ 手漉き和紙のハガキづくり	800	低学年から
	10:00～ 勾玉づくり	500	低学年から
3日(日)	10:00～ 縄文まるごと一日体験(要予約)	1,500	低学年から
	10:00～ 草木染め	500	低学年から
	13:30～ ヤママユガの糸でストラップづくり	1,000	高学年から
	13:30～ ひょうたんのストラップづくり	500	低学年から
	10:00～ 勾玉づくり	500	低学年から
4日(祝)	10:00～ 土器づくり	500	低学年から
	13:30～ 縄文人の食を探る～探しに行こう春の味～	400	低学年から
	10:00～ 本格アンギン編み一日体験	1,500	中学年から
	10:00～ 勾玉づくり	500	低学年から
10:00～ 琥珀の勾玉づくり	1,000	高学年から	
5日(祝)	10:00～ カラムシのミサンガ	1,000	中学年から
	10:00～ 鹿角の釣り針アクセサリ	900	高学年から
	13:30～ 縄文人の食を探る～探しに行こう春の味～	400	低学年から
6日(祝)	10:00～ 勾玉づくり	500	低学年から
	10:00～ 火おこしと弓矢づくり	500	低学年から
	10:00～ 琥珀の勾玉づくり	1,000	高学年から
9日(出)	9:00～ パードウォッチング	300	低学年から
10日(日)	13:30～ 小さな土偶づくり	500	低学年から
16日(出)	13:30～ 縄文レリーフづくり	500	低学年から
17日(日)	13:30～ 陶芸 茶碗づくり	800	中学年から
23日(出)	10:00～ そば打ち	800	中学年から
24日(日)	9:00～ トチノキの花を見にでかけよう(要予約)	500	低学年から
30日(出)	9:00～ 森林セラピーロードを歩く(要予約)	500	低学年から
31日(日)	13:30～ 藍染め	1,000	低学年から
	9:00～ 石垣田で田植え(要予約) ※6/7に延期になる場合があります。	500	低学年から

※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。

津南町の人口

■人口10,300(-33) 男5,026(-17) 女5,274(-16)
4月1日現在()内は前月比
■世帯数3,586(5) ■転入 / 48 ■転出 / 78 ■出生 / 2 ■死亡 / 5 ■婚姻 / 3