

新潟県津南町

広報 **つな**

2015 No.654

**12.20**

tsunan.town

締めくくる



# つなんじかん



## 消雪パイプ点検中

冬本番を前に、町内のあちこちで見ることができる  
消雪パイプの点検風景  
点検が急ピッチで進んでいるのを見ると  
ああ、冬が来るなど感じます

道路に埋めたパイプから  
地下水を出すことにより雪を消す“雪国の知恵”

地下水をくみ上げたり、  
傾斜を利用して川の水を流したり  
湧水や地下水が豊富なのも“雪のおかげ”でしょう

# 広報つなん

vol.654 12月20日号

もくじ -contents-



## features

### 04 一年の計 町5大ニュース募集



## regulars

- 06 つなんまちかどスケッチ
- 08 見て・知って・得をする かわらばん
- 10 みんなで編集会議・こんにちは地域おこし協力隊です
- 11 いきいき大好き津南町
- 12 ライブラリーコーナー・ペンリレー
- 13 つなんの文芸
- 14 は〜い保健師で〜す・健康づくりア・ラ・カルト
- 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 Tapでいこう！・津南石造物散歩
- 18 農業委員会の窓
- 19 あどあど通信・ジオサイトを探検し隊！
- 20 なじょもん通信・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か、  
詳しくは総務課（TEL 765-3112）までお問い合わせください。

# あなたにとっての 5大ニュースは何ですか!?

## 一年を振り返る町5大ニュースを募集します!

12月もあとわずか。2015

年(平成27年)は町制施行60周年の記念すべき年でもありました。この一年を振り返る、恒例の「津南町5大ニュース」を募集します。この1年を振り返り、皆さんの記憶に残った出来事をお送りください。抽選で豪華図書カードが当たります。たくさんのワールドなニュースをお待ちしています。

1月

◇島田常雄さん 新興書道展で  
木村ト堂記念賞受賞

2月



津南小6年生「苗場山麓シオフォーラム」でPRソング「Takaramono」発表

3月

◇豪雪で町内パトロール強化  
◇今年もやっばり多かった  
雪で旅館や民家に大雪の被害  
◇交通安全体操着袋 新一年生に配布

◇外丸小学校・中津小学校閉校



第39回津南雪まつり スカイランタン人気 NGPまでの道が激しい渋滞に

◇ジオサイト絵葉書  
◇鮭の放流

◇3Mの雪を掘る 春を呼べ  
Tap豪雪地面出し競争



北陸新幹線開業



津南町・栄村・秋山郷料理コンテスト開催 最優秀賞に「とちこりん」

4月



外丸小・中津小最後の卒業式



上郷クローブ座完成



ごっつお市 バイキング開始

◇交通安全功労者表彰受賞  
◇ゲートボール全国大会壮行式  
◇津南スズキ様50周年記念車両  
観光協会へ無償貸与

5月



服部総業様 車イス寄贈

6月

◇津南中野球部21年振り郡市大会優勝  
◇地域おこし協力隊3人に  
◇電動診察台 滝沢技研様より  
津南病院へ贈呈  
◇上郷クローブ座で上郷小児童  
と滝沢達史さん交流

7月

◇津南まつり  
◇ひまわりウエディング



第6回越後妻有アートトリエンナーレ開催



旧外丸小学校にマンモス現る

◇津南町小学校親善水泳大会  
3種目で大会新記録  
◇津南ひまわり広場フレーム切  
手贈呈式

8月

◇北海道地図帳 ジオタペスト  
リー寄贈



ファミリーマートJA津南町上郷店開店

9月

◇マンパク今冬は町管理で運営  
◇鼓童津南公演  
◇上郷クロープ座で北野塾  
◇秋の全国交通安全運動記念表  
彰式

10月

◇第2回苗場山麓ネイチャーラン  
◇新潟日報杯争奪津南町駅伝大会  
大会ルートを正面地内の周回  
コースへ変更

◇日本生命津南営業所様より寄付  
◇60周年記念津南町芸能フェス  
ティバル

◇津南町町議選投票

11月

◇北野大キッズ塾 芦ヶ崎小  
◇苗場山麓ジオパーク認定証授  
与式



60周年記念式典・講演会・記念誌発行



初開催!津南町2nd成人式

◇桑原道子さん、志田中さんに  
厚生労働大臣表彰



60周年記念合唱まつりinつなん

この他にもたくさん  
町に関係した  
ニュースがありました  
みなさんの心に残る  
5大ニュースを  
教えてください  
※ここに掲載していない  
ものでもかまいません。  
次ページの  
今月のまちかどスケッチ  
もぜひご覧ください。



ハガキでも

FAXでも

メールでも

どしどしご応募ください

<応募方法>住所、氏名、年齢、電話番号、そしてあなたが選んだ5大ニュースを1位から5位まで記入し、〒949-8292「役場総務課5大ニュース係」までお送りください。1月29日(金)の消印のあるものまで有効です。

● FAX 765-4625 ● Eメール somu@town.tsunan.niigata.jp

NEWS  
03

## これからもずっと、おいさを届けます

— 12月3日 津南小学校招待給食 —



子どもたちが給食で食べる野菜を生産している農家のグループ・グリーンマントの会のみなさんや、町の関係者を招待して給食会が行われました。給食を囲みながら、日頃、おいしい野菜を届けてくれる農家のかたへ好きな食べ物や苦労している点などを直接質問し交流。子どもたちの給食を食べる姿にグリーンマントの会の発起人の一人、桑原京子さんはずっと続けていきたいです。と話していました。



招待給食のあとに行われた5学年によるステージ発表では、学習活動で学習した「秋山郷を飢饉から救った佐藤佐平治の物語」を題材に町内で始めてとなる、劇に仕立てて発表しました。自分たちで演じることで、より理解が深まったようです。

NEWS  
04

## 元町議 岡村義男さん 旭日単光賞受賞

— 11月1日 高齢者叙勲 —



↑町長より伝達を受ける岡村義男さん（中央）

津南町議会議員として4期16年勤められた功績が認められ勲章と勲記が授与されました。

岡村さんは「議員時代の思い出は本当にいろいろあり、どれも忘れられないです」と、昔を懐かしみながら話す笑顔が印象的でした。

# つな ま ち か ど ス ケ ッ チ



Tsunan Event Sketch.

NEWS  
01

## みなみ かや 南・賀屋賞受賞

— 11月21日 食生活改善推進協議会40周年記念式典 —



↑当日は協議会創立40周年と賞の受賞祝賀会が行われました

食生活改善をとおして、健康づくり活動を積極的に展開し、地域の健康づくりの推進に貢献し、将来も継続して活動を期待できる団体へ贈られる「南・賀屋賞」全国で1,363ある食生活改善推進員協議会の中で今年は津南町の協議会を含め5つの団体が受賞しました。

NEWS  
02

## 20年以上続く、北越銀行社会福祉活動

— 12月8日 大正琴「山彦会」へ音響機材寄贈 —



↑目録を手渡す（左から）津南町社会福祉協議会大口会長  
北越銀行津南支店の会田支店長と大正琴の「山彦会」のお二人

大正琴の団体「山彦会」さんは月二回ほど練習を行い、町の芸能フェスティバルに出演したり施設や学校などに大正琴の演奏に向かっています。古くなった機材の購入を考えていたところ、社会福祉協議会を通じて北越銀行のボランティア活動団体「まごころの会」さんよりアンプやミキサーなど音響機材の寄付をいただきました。山彦会代表の早川珠枝さんは「いい音が出ますとてもありがたいです」と話していました。

# キーワードは「みんな雪のおかげ」

## NEWS 05 ようこそ先輩! in上郷小学校

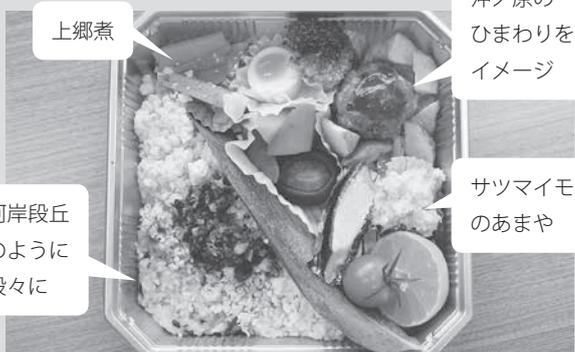
12月10日 上郷小学校 卒業生招待授業

上郷小学校では郷土への愛着を育むことをめあてに、生涯学習の計画をしています。その一つ、夢をかなえた卒業生を学校へ招き、講話を聞く取り組みが初めて行われました。

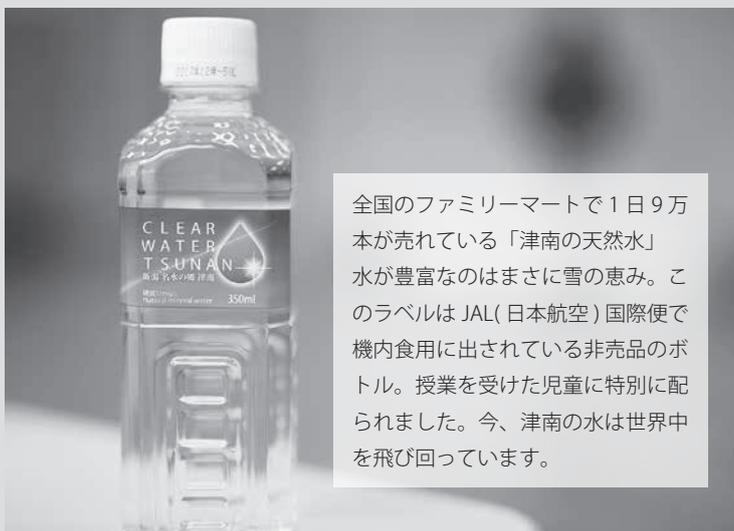
第一回目のゲストには統合前の大井平小学校の卒業生である上村憲司津南町長が「ようこそ先輩」に選ばれ、これからの未来を背負う、4年生から6年生を前に子どもの頃の話や雪や水などの自然の恵みを利用した、小水力発電（下記記事）やデータセンターの取り組みなど津南町の可能性について授業を行いました。



話に耳を傾けながら、一生懸命にメモをとる児童



子どもたちが発案したアイデアをもとに、地元のおかあさんたちが手作りした郷 Go 弁当。2年生が育てたサツマイモや5年生が育てたもち米、いりたまごや野沢菜、鶏そぼろなどで栄養や色合いなど魅力あるお弁当となりました。



全国ファミリーマートで1日9万本が売れている「津南の天然水」水が豊富なのはまさに雪の恵み。このラベルはJAL(日本航空)国際便で機内食用に出されている非売品のボトル。授業を受けた児童に特別に配られました。今、津南の水は世界中を飛び回っています。

## NEWS 06 雪の恵みを有効活用して発電

12月1日 雑水山第二発電所 竣工式

農山漁村活性化プロジェクト支援交付金を活用し、既設の農業用水を活用して小水力発電所を作りました。発電された電気を全量売電することにより土地改良施設（10か所の揚水機場）の電気料に充当し、農家の負担軽減を図ることを目的としています。



最大出力は39kw、年間の発電量は一般家庭の約70世帯分に相当します。



源内山ダムのほりに建設され、発電に使った水は全量ダムへ戻されます。

暮らしの  
情報満載

# 見て・知って・得をする かわらばん

## 放送大学 4月生募集のお知らせ

放送大学では、平成28年度第1学期（4月入学）の学生を募集しています。放送大学はテレビ等の放送や、インターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

○15歳以上の方なら、1科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。

○18歳以上の大学入学資格をお持ちの方なら、学力試験はなく、全科履修生として入学でき、4年以上在学して124単位以上を修得し、卒業すると、学士（教養）の学位を取得できます。

○ひとつの分野を体系的に学びたい方には、「放送大学エキスパート」を実施しています。

出願期間は、第1回は2月29日まで、第2回は3月20日まで。

資料を無料で差し上げています。

お気軽に放送大学新潟学習センター（☎02522282651）までご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けております。

## 一定面積以上の土地の取引 には届け出が必要です

国土利用計画法では、法定面積以上の土地取引を行った場合、町を經由して県知事に届け出たことを義務付けています。届出をしなかったり、偽りの届出をしたりすると罰せられることがあります。忘れずに手続きをお願いします。

### ■法定面積

- ・市街化区域 2,000㎡以上
- ・市街化区域を除く都市計画区域 5,000㎡以上
- ・都市計画区域外の区域 10,000㎡以上

※個々の取引面積が小さい場合でも、総面積が法定面積以上になる場合は、届出が必要です。

※津南町は、都市計画区域外です。

### ■届出内容

契約当事者の氏名・住所等、契約締結年月日、土地の所在および面積、土地に関する権利の種別および内容、土地の利用目的や対価の額など

### ■届出義務者

土地の権利取得者（売買であれば買主）

### ■届出期限

契約（予約を含む）の日から起算して2週間以内

### ■お問い合わせ

県庁土木部土地利用課土地利用対策係  
TEL 025・280・5396

## 平成27年度 コミュニティ助成事業

大赤沢集落では、コミュニティ助成事業による助成金（宝くじ助成金）で小型除雪機を設置しました。大赤沢集落では小型除雪機利用により、冬期間の安全生活の確保・維持を図っていくことにしています。

### ■コミュニティ助成事業とは：

（一財）自治総合センターが、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図り、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的に、宝くじの社会貢献広報事業として実施している助成事業です。

### ■お問い合わせ

総務課 企画財政班  
TEL 765・3112

## 十日町市職業訓練校 入校のご案内

平成28年度に十日町市職業訓練校に入校を希望の方を募集します。

十日町市高等職業訓練校では、在職者・

求職者の職業能力を支援するため、次のコースを実施しています。

### ■コース内容

建築製図科、コンピュータ科、ワープロ科（ワード入門・応用）、表計算科（エクセル入門・応用）、経理事務科、測量科、建築科

コース毎に開催期間、時間、内容、受講料は異なります。

また、受講料の他にテキスト代がかかります。

### ■募集について

【締切】平成28年3月25日（金）まで

### 【受付時間】

午前8時30分～午後5時  
（土日、祝祭日を除く）

### 【申し込み書類】

入校申込書、写真1枚

### ■お問い合わせ

十日町職業訓練協会  
TEL 025・752・3803  
FAX 025・752・6925  
詳しくはお問い合わせ先までお願いします。

**町立津南病院  
平成28年1月以降の診療について**

平成28年1月4日(月)から左記のとおり診療日が変更となります。

**【毎週火曜日】**

第3内科 藤川医師 ↓ 石川医師

第4内科 休診

**【毎週水曜日】**

第2内科 石川医師 ↓ 藤川医師

**【第2土曜日】**

整形外科 休診

**【第4土曜日】**

整形外科 休診

なお、年明けの広報つなんお知らせ版に、変更後の週間予定表を掲載します。

**■お問い合わせ**

町立津南病院 医事班  
TEL 765・3161

**年末の証明書発行  
などの臨時対応**

年末はなにかと各種証明書を必要とするものが多くなります。例年窓口も混み合いますので余裕を持った申請をお願いします。

なお、証明書が緊急に必要な場合、既に申請済みのパスポートの受領されるかたのため、年末の臨時対応を行います。必要な場合は役場日直窓口においでください。

**■臨時対応の内容**

**【期間】** 12月29日(火)・30日(水)

**【時間】** 8時30分～17時15分

**【業務】** 一部の証明書発行およびパスポートの交付

**【発行できる証明書】**

- ・住民票の写し
- ・印鑑証明書
- ・身分証明書
- ・戸籍とう抄本

**■お問い合わせ**

税務町民課 町民班

TEL 025・756・3113

**ストレスチェック制度が  
始まりました**

12月1日からストレスチェック制度が始まりました。

労働者が50人以上いる事業所では、毎年1回、ストレスチェックを実施することが義務づけられました。従業員のみならずはチェックを受けて、ストレスの状態を把握しましょう。

- ・平成26年6月25日に公布された労働安全衛生法の一部を改正する法律により、ストレスチェックと面接指導の実施等を事業者へ義務づける制度が創設されました。

**■事業者・産業保健スタッフの皆様へ**

- **ストレスチェックの実施**
- ・常時使用する労働者に対して、年に1回、ストレスチェックを実施することが事業者の義務になります
- ・ストレスチェックの調査票には、「仕事のストレス要因」、「心身のストレス反応」

ス反応」、「周囲のサポート」の3領域を含みます。

**●面接指導の実施**

・高ストレスと評価された労働者から申し出があったときは、医師による面接指導を行うことが事業者の義務になります。

・事業者は、面接指導の結果に基づき、医師の意見を勘案し、必要があると認めるときは、就業上の措置を講じる必要があります。

**■お問い合わせ**

新潟労働局健康安全課

TEL 025・288・3505



**「2016年度大学奨学生  
募集」のご案内**

次の対象者に掲げるすべてに該当する学生に対し、貸与・給付併用型の奨学金を交付する大学奨学生を募集します。

**■募集対象者**

- 次のすべてに該当する方
- ①新潟県民である勤労者の子で学校教育法に基づく4年制大学に2016年度進学する方
- ②ひとり親家庭の方
- ③家計の都合で学資の支弁が困難と認められる方

○募集人数 20名  
○奨学金額 月額2万円  
(4年間総額96万円)

※月額2万円のうち返還義務のある(貸与する)奨学金月額1万円、返還義務のない(給付する)奨学金月額1万円

○利息 無利息

○交付方法 毎月1回

○交付期間 2016年4月に採用された月からその奨学生の正規の卒業までの期間(最大4年間)

**■返還方法**

返還義務のある(貸与)奨学金(最大48万円)を大学卒業または交付の終了した翌月から4年以内で年間12万円以上の金額を返還

**■応募期間**

平成28年1月22日(金)まで(必着)

**■応募方法**

応募書類を添えて、在籍する高校経由でご応募ください。

・応募書類の請求は、財団ホームページ(新潟ろうきん福祉財団)で検索からダウンロードまたは、財団事務局へ直接請求してください。

**■お問い合わせ**

一般財団法人 新潟ろうきん福祉財団  
「奨学金」係(担当 今村・村田)  
TEL 950・0965  
新潟市中央区新光町6番地2  
TEL 025・288・5273  
(平日9時～17時)

## みんなで TSUNAN 編集会議

写真家の中井菜央さんが、津南の雪景色を撮影するために3ヶ月間に渡る長期滞在をはじめました。昨年も雪を撮影するために津南を度々訪れていたのだから、知人の紹介で9月にはじめて彼女にお会いして、雪の写真を見せてもらいました。そこに写しだされていたのは、雪に切り取られた町。雪景色というにはあまりに抽象的な、これまでに見たことのない写真でした。これホントに雪なの？と我が目を疑うほど。

中井さんは、もともと雪が好きだったこともあって、北海道から東北、北



中井菜央 / 写真家

つなGO!プロジェクトのフェイスブックページもあります。みんなで編集会議の様子も随時アップしていますので、いいね!をよろしくお願いします!  
<https://www.facebook.com/tsunagotsunan>

陸などで雪景色を見てまわっていて、中でも興味をひかれたのが、津南の町と雪だったとのこと。この地域特有の湿り気を含んだ雪が独特の造形を生み出すことにも魅了されたのだそうです。

そして今冬、津南に滞在して本格的に作品制作に取り組んでいます。どんな作品が生まれるのか、いまから楽しみです。この冬、町内のいろいろな場所でも雪景色を撮影している中井さんの姿を見かけることもあるかもしれません。見かけたら気軽に声をかけてみてください。

# 地域おこし協力隊だより

こんにちは。三箇地区担当の松本です。2015年ももうすぐ終わりですね。みなさんにとって2015年はどんな年だったでしょうか。今年の大イベントと言えば、やはり大地の芸術祭ですね。三箇地区でも「土石流のモニュメント」という作品を作家さんと一緒に作りました。国道沿いの作品だったので、芸術祭をまわる方以外にも目にした方は多いのではないのでしょうか。さて、あの黄色いポールとライト、芸術祭後すぐに撤去されましたが、一体その行方は？答えは三箇地区の中にあります。雪国の生活には欠かせない雪囲い。その囲いにある黄色いポールがびったり！頑丈な上に、ペンを塗ってあることで傷まないのだそうです。

す。また先端についていたライトは駐車スペースや玄関前のライトに使われています。大地の芸術祭では、作品のその後が課題になることがしばしばありますが、今回は地域の皆さんの知恵と、作家さん、関係者の方のお心でこうして地域の暮らしの中に復活しています。三箇地区の中を歩くと、点々と黄色いポールやライトが見え隠れする風景は、新たなアート作品のようです。今回の芸術祭で津南のファンになってくれた方が、また津南を訪れたときには、このような再生アート(?)も話のタネになるはずですよ。  
※白黒写真では分かりづらいので、ぜひ実際に見に来てください。



特定保健指導で  
生活習慣病を  
予防しましょう。

■成功の秘訣は？

特定保健指導を受けて、体重や腹囲の減少、血液検査の結果が改善した2名のかたから取り組み内容や成功の秘訣を聞きました。



Aさん  
40歳代・女性  
<成果>  
腹囲-3.3cm  
体重-2kg



Bさん  
50歳代・男性  
<成果>  
腹囲-4.4cm、  
体重-4.4kg  
血液数値  
HbA1c 値低下

Q1 特定保健指導を受けようと思ったきっかけは？

年々体重が増加し、膝に負担がかかり痛みが出てきたのでこれではまずいーと思った



保健師から現実をつきつけられ、「このままの生活でいいのか」考えさせられた。



Q2 どんな取り組みをしたの？

ウォーキングを毎日20分×2〜3回とストレッチ。おやつは無理に我慢せず、ドカ食いだけはしないように気をつけた。



朝に30分のウォーキングを2年間続けた。手帳に毎日の歩数を記録し、意識するようになった。食事は朝昼は温野菜を最初に食べ始める。

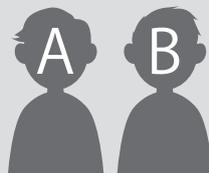


■特定保健指導とは

40〜74歳の特定健診結果より、メタボリックシンドロームのリスクの多いかたを対象に保健師や栄養士、看護師が生活習慣の振り返りや改善の指導を行います。放置すると動脈硬化が進み、脳卒中や心筋梗塞などの深刻な病気になりかねません。内臓脂肪を減らし、血圧や血糖、血中脂質を低下させ、生活習慣病を未然に防ぐために保健指導が必要です。

Q3 取り組み中に大変だったことは？

毎日のウォーキングが日課になるまでは面倒だったり、雨の日は辛かった。ウォーキングの習慣がついてきてからは楽になっていった。



Q4 成功して良かったこと、変化したことは？

膝痛が解消し、活動が楽になった。朝の目覚めが良くなった。



衣類の裾を詰めたたりする必要もなくなり、すっきりとかつこまに着られるようになった。



Q5 ズバリ！成功の秘訣は？

我慢しすぎないこと。



1年間、毎日意識してやらないと効果は出ないと思う。継続すれば結果はついてくると思う。



■特定保健指導の流れ

- ①町の特定健診を受診
- ②対象者には役場から案内通知や連絡が届きます。
- ③健康アップ教室または個別面接にて初面接（生活習慣の振り返り・目標設定・計画を立てる）
- ④継続的に面接や電話等で支援（約6カ月間）
- ⑤最終評価・支援終了（体重・腹囲の計測）

■特定保健指導を受けませんか？

今年度の対象のかたには健診の結果に特定保健指導の案内を同封しております。対象外のかたでも、おなか回りが気になる、血圧が高くなってきたなど健診結果で心配なことがありましたら左記連絡先に気軽にご相談ください。保健師や管理栄養士が対応します。

■お問い合わせ

福祉保健課健康班  
TEL 765-3114



### 『人生がときめく片づけの魔法』

近藤麻理恵／著 サンマーク出版

リバウンド率ゼロ！一度覚えれば、二度と散らからない  
「こんまり流ときめき整理収納法」とは？

2015年も残りわずかとなりました。1年の汚れを落とし、きれいな家へ幸運を呼び込むため、年末の大掃除をする家庭が多いのではないのでしょうか？そこで、米国『TIME』誌、世界で最も影響力のある100人選ばれた近藤麻理恵さんの『人生がときめく片づけの魔法』を紹介します。

皆様の周りにも片づけが得意な方は必ずいますよね。でも、本当に片づけが得意という方はどのくらいいるのでしょうか？少なくとも私は大の苦手です。片づけたと思ってもすぐに散らかってしまうのです。そんな私が実践していた片づけ方法は、服を1着買ったなら1着捨てる、片づける時は、一部屋ごと、タンスであれば一段ずつ。靴下やストッキングは丸めて収納、夏服冬服に分け

衣替えをする等。今までこのやり方でやってきましたが、何故か片づかない。すっきりと暮らすにはどうしたらいいのかと困り、この著書を開きました。そこには私が実践してきたことは全て間違いだと載っていたのです。どうりで片づかないわけです。こんまりさんも以前は、私のようなやり方をしていました。毎日片づけてもスッキリしない日々が続いたそう。

そんなこんまりさんが導き出した結論は、「毎日少しずつの片づけで一生片づかない」ということです。片づけは「一気に、短期に、完璧に」した後は、もう片づけなんてし

《休館日》  
12月28日(月)・1月3日(日)・1月25日(月)

なくていい生活が始まります。また散らかってしまうようでは完璧ではないのだそうです。

完璧な片づけとはどんなものか、私の実践してきたことはどこが間違っていたのか、その答えはぜひ図書館で手に取ってご覧ください。

他にも、『人生がときめく片づけの魔法2』『イラストでときめく片づけの魔法』『毎日がときめく片づけの魔法』が図書室にあります。こちらも合わせて、ぜひご覧ください。

## 11月の新着図書

### 【大人の本】

- 老々介護の壮絶秘話！  
『娘になった妻、のぶ代へ』  
砂川啓介／著 双葉社
- 『サラバ！』で話題、西加奈子6年分のエッセイ『まにまに』  
西加奈子／著 KADOKAWA
- 前作から5年、遂に待望の続編登場『下町ロケット2』  
池井戸潤／著 小学館

### 【子どもの本】

- 冬は、スキーなど楽しい遊びがいっぱい『ムーミンとはじめての冬』  
パイヴィ・アレニウス／作 講談社
- 見つけたものは猫だけじゃなかった…。『イスタンブルで猫さがし』  
新藤悦子／作 ポプラ社
- 自分で考える「こころ」を育む絵本『命はどうしてたいせつなの？』  
大野正人／作 汐文社

その他、60冊が新着となっております。



## Pen Relay

このマンガに出会えて

—— 春日 結実さんから  
紹介する本

### ハイキュー!!

著／古舘春一 出版社／集英社

さいとう えりな  
齋藤 絵梨菜さん (十日町)



私はある日、妹が買ってきたマンガのタイトルに目がとまりました。「ハイキュー!!」というマンガです。

物語は、主人公の日向翔陽が小学生のときにテレビで観た、春の高校バレー全国大会の宮城県立烏野高校の試合を見てエースの「小さな巨人」に憧れ、バレーボールを始め、中学で最後の公式戦に臨みましたが「コート上の王様」の異名を持つ影山に負けリベンジをするため烏野高校バレー部に入り、チームメイトと共に成長していき全国大会を目指す物語です。

短歌

砂丘

簾のごと初冬の窓に吊し干す

洗柿甘くなりゆくを待つ

豪雪地津南でも稀な事として

初雪たちまち一メートル越ゆ

横になり文庫本ひらく人のあり

建設現場の昼の休みに

夕焼けは心の汚濁を包み込み

清きを残し持ち去りゆきぬ

滑らかに泡立てられし一服を

小春日和の野点に味はふ(狭山大茶会)

「又張」の吾がモチ米の実る穂田

追いても追いても雀また来る

枯れ草に緑濃き葉の伸び来たり

この秋咲かぬ曼珠沙華の花

暮れ行くを惜しみて雪に遊びたり

いつしか星の空となりぬつ

真紅なる「くけ台」いつか塗りも剥げ

わが身と同じ歳月覚ゆ

里山に地味なる歌を詠み続け

年重ねつつ喜寿の近づく

思ひ出の無き父なれど母宛の

最後の文に子を大事にとあり

おそくまで厨にのこる嫁に詫ひ

吾は早ばや床に入りぬ

種子埋めて三年経たるプラムの木

太く伸びしに花の咲かざり

指揮者にはあらねど落葉いつせいに

浮き立ち舞ひてワルツに係はる

折れては白き渦を広ぐる(北海道猿払海岸)

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

古い二人メモを見ながら店内を

右往左往でようやく終る

晩秋の溪谷走る車にて

友らと出向く温泉の旅

五郎丸、内村、羽生選手等に

老いたるわれも勇気を貰う

個人

朝霧の晴れやらぬ遠近の

山の木立ちの見えやらざりぬ

岩すげ俳句会(十一月)

うれしさの歩幅であるく七五三

波柿に村中の日の当りけり

大輪の菊が迎ふる駅舎かな

合流に打ち合ふ落葉浮き沈み

紅萩の雨に打たれし重さかな

瞬かぬ案山子の肩に雀かな

療養の粥をすすりて秋惜しむ

薄紅葉旅のはりの足湯かな

水引の花の散らばり野良着脱ぐ

ごみ一つ拾ふも楽し小春の日

一枚を羽織り本読む夕時雨

漁船みな浜に上げられ冬海

川に向く小さき引戸夕時雨

鬼くるみ仏を中に閉ぢ込めて

みぞれめく数ふる程に残る葉に

富沢 キミ

柳沢 チヨ

島田 眞之

清水 貞子

グループホームひまわり

貞

千年雄

壽子

信夫

酔花

房良

渡舟

美恵

れい子

東川 妙

芳司

冬詩子

守人

兎月

なぜ、このマンガに目がまったかというところ、私も中学生のときに同じバレーボール部に所属していたからです。だんだん読み進めていくと中学の頃の自分と重なる部分もあり感動します。

特に、共感するキャラクターがいます。主人公日向と同じ学年のチームメイトの山口というキャラです。彼はスタメンではなく、主にピンチサーバーとして活躍するキャラです。私もバレー部のときはスタメンではありませんでした。先生には左利きだからサーブを極めてみると言われ、サーブ練習を誰よりも頑張り、山口と同じくピンチサーバーとして試合にでました。

一番共感したシーンは、初めて公式のコートに山口がピンチサーバーとして出場しますが失敗をしてしまい、さすがに再び試合に出たときサーブを成功させるシーンです。私も同じような事を経験したことがあり、失敗したときはチームメイトに申し訳ない気持ちと悔しい気持ちがあり、成功したときは、みんなの力になれたことがすごく嬉しかったなあと思い出しました。

私にとつて「ハイキュー!!」は中学の頃を思い出し、そして感動させてくれる素敵なマンガです。

次は、大島葉月さんをご紹介します。

はい  
保健師  
です



今月は  
上倉由美子  
保健師

## 夜「足がつる」と

### ありませんか？

夜中、寝ているときに突然足がつって目が覚めたり、朝起きた時でもまだ痛みが残っていることがありますか？

健康相談などで「夜寝ていると足がつって痛くてしかたがない」「こむら返りするようになった」という話をよく耳にします。妊婦さんもなりやすいようですが、圧倒的に中高年のかたが多いようです。初めのうちは一過性で、自然に治まることもあります。次第に足がつる回数が増え、夜間に痛みで目をさまし、それが原因で睡眠障害をおこすことも少なくありません。また、激しい痛みにおそれ、翌日まで痛みや違和感が残る人もみられます。

なぜ、足がつるのでしょいか。  
そのメカニズムはまだよくわかってい

ませんが、病気（たとえば糖尿病や脊髄管狭窄症など）が原因で足がつる場合があります。ほかに筋肉の疲労や、ミネラルバランスの乱れによる筋肉の動きを調整する機能の不調、冷えによる血行不良などさまざまなものが考えられます。なかでも、ミネラルバランスの乱れを引き起こす栄養不足は大きいと考えられています。汗や尿と一緒にミネラルが排出されやすいため、バランスが崩れやすく、足がつりやすくなります。

ふくらはぎがつつたときは、体の力を抜いて、つった足の筋肉の緊張を和らげてから、膝を伸ばして足首を立てます。足先をつかんで足裏が反るように顔のほうにゆつくりと引くと治まってきます。症状が治まったらゆつくり優しくマッサージしましょう。

予防策として「適度な運動で筋力低下を防ぐ」「睡眠やストレッチでリフレッシュする」「入浴や着衣などで血行が悪くならないよう体を温める」「水分やミネラルを適度に補給するためバランスの良い食事をとる」などです。自分の体調にあつた対策をしましょう。

また、前述したように病気が原因で足がつる症状がみられることがあり、主治医に相談してみま



## 健康づくり ア・ラ・カルト

### 家族の健康…健康への意識改革

大割野 和久井 剛さん(49歳)

歩くことを

心がけています…

長女、次女は以前より習っているダンス(週一回)とスイミング(週一回)と体を動かしています。

私の仕事場は、自営業です。ほぼ毎日が休憩以外は立ち仕事なので、足への負担も多少なりともあると思います。そこで、少しでも長く健康で歩いていけるように、日頃より意識して歩くように心がけています。家

の中では店と工場の行き来と、自宅は一階から三階までの毎日上り下りの繰り返しがあります。それと、外出時は(車での配達以外)歩くようにしています。

健康づくりは無理なく毎日続けられるように、家族と一緒に取り組んでいきたいと思っています。

最後ですが、笑顔で毎日過ごせるように日々、楽しんでいきたいです。

### 家族みんなで健康づくり…

話は少し変わりますが、家族の中で一番健康に前向きなのは、おばあちゃんです。朝のテレビ体操で毎日必ず『10分間』はきつちりと体を動かしています。その姿勢を見ると本当に頭が下がる思いです。

次に私の家内は、子ども3人分の世話をしながら、店の仕事と忙しい合間をぬって毎日夜寝る前に筋力のストレッチをしてから休むようにしています。

子どもたちと健康づくり♡♡♡



10月12日『町民歩けあけ大会』に参加しました。  
長女の真申(まこ)ちゃんと真申ちゃんのお友達♡♡♡

# 病院歳時記

## 糖質は「甘いもの」だけじゃない

5病棟副看護師長 風巻 真理子

「食べて甘く感じるものが糖質」と思っていますか？

実は甘く感じない糖質もあります。それはお米や小麦などの穀類や芋類に多い「でんぷん」も糖質です。たとえば、塩っぱいおせんべいの主な原料はお米ですから、でんぷんがたっぷり含まれています。スナック菓子の主な原料も、小麦やとうもろこし、じゃがいもなど、でんぷんの多い食材になっています。

でんぷんは糖質の中の「多糖類」という種類で、お菓子やジュースに含まれている「単糖類」より消化吸収が遅く、血糖値の上昇は緩やかで体脂肪になりにくいと言われています。「ごはん中心の和食」が肥満防止にはお勧めかもしれませんね。ですが、一度に沢山食べてしまうと、血糖値が高くなるため、糖を脂肪として蓄えようとするので気をつけましょう。

### Annuitly corner

## 年金コーナー

国民年金保険料の納付が、免除される制度があります。

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合、保険料の納付が免除される制度があります。全額納付した場合に比べ将来受け取れる年金額が減りますが、同じ期間未納だった場合とは、年金額や受給資格の審査などで大きな差がでます。免除申請できる期間は、未来…申請の翌年6月まで過去…申請の2年1ヵ月前までとなります。

### 納付方法による、国民年金保険料の割引額について

今年度の国民年金保険料は月額15,590円ですが、次の納付方法では割引額があります

#### 【早割（口座振替のみ）】

通常の口座振替は、当月分は翌月末（例…12月分は1月末）に振替になります。振替方法を「早割」にしていたら、当月分は当月末に振替となり、保険料が50円割引になります。

#### 【前納】

前納は、一定期間の保険料をまとめて払いする納付方法で、半年、1年、2年（※）から選択できます。それぞれ、同期間を元の納付額で収めた場合に比べた割引額は、次のとおりです。

#### （口座振替の場合）

半年前納 1,060円の割引  
 一年前納 3,920円の割引  
 二年前納 15,360円の割引  
 （現金納付の場合）

半年前納 760円の割引  
 一年前納 3,320円の割引  
 一度の納付額が大きくなりますが、ひと月分に換算すると、期間が長いほどお得です。また、口座振替は現金納付よりも割引額が大きくなります。

※二年前納は口座振替のみの制度です。

免除・追納・口座振替等の手続きをするには、役場、もしくは年金事務所で申請書や添付書類を提出する必要があります。詳しくは、左記までお問い合わせください。

#### 【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

## 議会コーナー



### <実施された行事>

〔11月〕  
 24日 佐賀県上峰町議会視察研修来町  
 24日 産業建設常任委員会  
 25日 火焰街道協議会参加市町議会議長  
 国会議員要請行動  
 総文福祉常任委員会  
 〔12月〕  
 1日 津南町除雪隊結団式  
 4日 一般質問締切  
 5日 湯沢町町制施行60周年記念式典  
 8日 議会運営委員会  
 8日 全員協議会

16日~18日 第4回津南町議定会例会開会  
 19日 ニューグリーンピア津南リフト竣工式

### <今後予定されている行事>

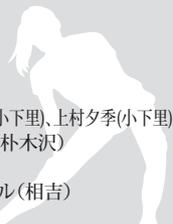
〔12月〕  
 25日 津南地域衛生施設組合議会議長  
 第1回臨時会  
 〔1月〕  
 4日 年賀交歓会  
 5日 新潟県町村議会議長会議長会議  
 6日 全員協議会  
 10日 津南町消防出初式

## 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方を、このコーナーでご紹介します。（敬称略）

3000日 柳沢 茂(陣場下)  
 1900日 和久井かつ子(大割野)  
 1500日 大倉 進(小下里)  
 1100日 大倉アサ子(小下里)  
 800日 久保田ナツ(小下里)、上村花音(小下里)、上村夕季(小下里)  
 500日 若井咲月(穴山)、半戸琉哉(朴木沢)  
 300日 福原ユキエ(外丸)  
 200日 保坂良雄(大井平)、金子テル(相吉)  
 100日 高橋愛子(船山)

主な運動: ラジオ体操、健骨体操、ウォーキング、バドミントン、水泳など



こんにちは

# 地域包括支援センターです

津南町地域包括  
支援センター  
765-5455

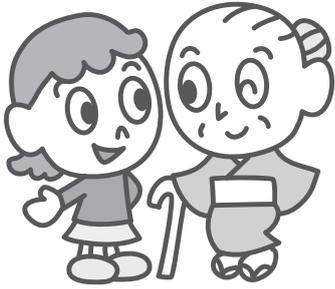
## ご近所の見守り・支え合いで

## 地域づくり

ご近所の見守り・支え合い  
が地域を守ります

一人暮らしや、高齢者のみの世帯がますます多くなってきました。たとえ、家族と一緒に暮らしていても、昼間はずっと一人で居るといふかたもいます。

皆さんが、認知症や介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で安心して暮らしていくためには、地域のお互いの協力も欠かせません。



津南町認知症見守り支援マスコット にんこっこ

地域の皆さんの理解と協力があれば、高齢者も介護する家族も、自分らしい生活を続けることができます。必要なのは、専門的な知識や技術ではなく、地域活動などへの参加とさりげない見守りや手助けです。

「困ったときはお互いさま」のまじまじのくりを取り組んでいきましょう。地域づくりの主役は住民の皆さんです。

### 見守りのポイント

次のような異変がある場合、認知症になつていたり、暮らし・虐待の問題や消費者トラブルを抱えていたりする可能性があります。

- 会話のつじつまが合わない
- 季節に合わない服を着ていたり服が汚れていたりする
- 不自然なけがが増えている
- 怒鳴り声が増える
- 最近見掛けない
- 新聞・郵便物がたまっている
- 夜になつても電灯がつかない
- 家に見掛けない人が出入りするようになった

「認知症の人が行方不明になつた」「虐待に遭つた」「孤立死した」などの悲しい事件を防ぐには、地域の皆さんの見守りが重要です。このような異変が見られた場合は、地域包括支援センターへご連絡ください。



### 第6回つなん認知症フォーラム

11月12日(木)に、第6回つなん認知症フォーラムがありました。新潟市支え合いのしくみづくりアドバイザーの河田珪子さんから、実家の茶の間の取り組み、認知症のかたへの関わりについてお話いただきました。河田さんからのお話の一部です。

子どもから高齢者、外国人も障害者も、私たちの地域には様々な人が住んでいます。まずは知り合つこと。知り合つてお互いの不便を知り、足りないところを助け合つ。私たちは、誰でもいくつになつても、みんな誰かの役に立ちたい、自分の役割を持ちたいと思っています。「助けて」と言いやすい地域をみんなで作つくりましょう。

認知症フォーラムなのに、ちょっと違う話……と、参加されたかたは思つたかもしれません。ですが、認知症になつても安心して地域で生活していくために、見守つたり支えたりお互いに協力できる地域をつくるとうという思いを込めた今回のテーマでした。何か自分にもできることはないかな？と考えるきっかけになつていただけたら幸いです。



Oni game みんなでフルーツバスケット



この指とーまれ! デイキャンプ



平成 28 年教室開始日	
エアロビクス	1月 4日(月)~
卓球	1月 4日(月)~
ロコチャレ	1月 5日(火)~
プレスポ	1月 15日(金)~
この指とーまれ!	1月 18日(月)~
放課後クラブ	1月 25日(月)~

Tap 事務局 【TEL】 765-5776 【Fax】 765-3596

本年もありがとつごぞいしました

早いもので、平成27年も残すところわずかとなりました。今年もTapはたくさんの方々と「つながり」を持つことができ、改めてつながりの大切さを感じることができました。

今年の活動は25日(金)で終了とさせていただきます、新年は1月4日(月)の週から活動を開始します。

来年も相変わらぬご愛顧をいただけてすようお願い申し上げます、歳末のご挨拶とさせていただきます。

## 津南石造物散歩

223

つまり石仏の会

文責 桑原和位

### 知恵を司る文殊菩薩

普賢菩薩とともに釈迦如来の左側にいる脇侍で釈迦三尊を構成しています。インドで生まれた実在の人物ともいわれる説もある菩薩です。

諸菩薩の知恵を象徴する菩薩として著名です。「知恵の文殊」とは、純粹に理性的で、物事に全く主観を交えない判断する事ができるといって「悟りの知恵」を表します。

故事ことわざに「三人寄れば文殊の知恵」がありますがその意味は、凡人でも、3人集まって考えれば、知恵をつかさどる文殊菩薩の知恵のような一人ではとうてい出ない、いい知恵が出るということでしょうが、この行為は最近でも暮らしの中にいきています。

津南町には文殊菩薩の石仏は、薩1体しかありません。それも小さな文字碑です。その文字碑から偉大な文殊菩薩の像容を想像はできません。そこで文殊菩薩の像容を、瓜生 中著『仏像がよくわかる本』を参考に紹介します。

文殊菩薩の姿は二様ではありません。獅子に乗り、右手には剣を持ち、左手には経巻を持つのがよくみられる文殊菩薩です。経巻は



岐阜県・願興寺



津南町 外丸

知恵の象徴です。剣はその知恵が鋭く研ぎすまされていることを象徴しています。獅子は文殊菩薩の知恵の勢いが盛んな様子を表します。

獅子の台座の上に連台を乗せ、座像の文殊菩薩のかたが特徴ですが、古い時代には獅子に乗った文殊菩薩は作成されなかつたのです。

法隆寺の釈迦三尊像の脇侍の文殊菩薩は、飾り気のない方台に座しています。

# 農業委員会窓

平成28年度

## 津南町農業施策に関する建議要望

11月5日に来年度に向けた農業施策に関する要望を町長に手渡しました。

農家の高齢化に伴う担い手不足や、TPPに関する不安など、農家の皆さんの声を町政に反映していけるよう努力していきます。

### 3. 畜産振興対策

①家畜排泄物処理と家畜伝染病の未然防止対策への適正指導の実施

②耕種農家と畜産農家の連携による堆肥処理対策

### 4. 担い手・後継者対策

①後継者への支援体制の強化  
②中規模農家への支援

①認証制度の継続と、津南産米の知名度強化

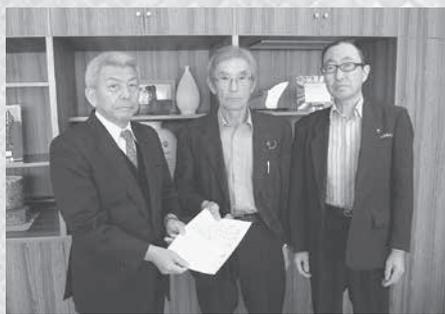
②中山間地直払いや多面的機能支払などの国補助の有効活用

### 2. 畑作振興対策

①基幹作物栽培の推進と新品目への取り組み

②有害鳥獣駆除対策の強化

③雪のイメージを活用した広報戦略の推進



↑町長に要望書を手渡す会長と会長職務代理。

農業委員選挙人名簿登載申請は、ありません。

農業委員会等に関する法律の一部が改正となり、農業委員の選出方法などが大きく変わります。

この改正により、毎年1月に農家の皆さまにオレンジの封筒でお配りしていただきました「農業委員選挙名簿登載申請」がなくなります。今年の封筒には、農業委員会からの書類は入っていませんのでご注意ください。法改正により、農業委員の選出が次のとおり変更になります。

#### ■選挙から任命制へ

農業委員は、これまでの選挙による選出から、町長による任命制に変更になります。町長は委員候補者を募集し、地域等からの推薦を受け選考します。

さらに、委員数の半分以上は原則として認定農業者である必要があります。

現在の津南町農業委員は、平成29年7月まで任期が残っていますので、法改正後もその資格は継続されます。平成29年7月の改選から選出方法が変更になります。



↑毎月開催される総会の様子です。

## 大地に生きる



かきざき かずお  
**柿崎 和雄さん**  
(30歳) 芦ヶ崎

農業大学校を卒業後に長野県の酪農家へ1年間研修に出た後、地元で暮らしたいと思っていたので、実家の農業を継ぎました。就農9年目になります。家が酪農をしていたので、牛が好きで、特に子牛は世話をしていると人なつこくなってかわいいです。これからの農業はたいへんだと思いますが、がんばって地域に貢献したいと思っています。

## 農業委員会の主な動き

〔実施された行事〕

〔10月〕 26日 第16回総会・振興部会

〔11月〕

5日 建議要望提出

10日 農業委員大会

13日 中越協議会研修会

22日 狭山市農業祭

25日 第17回総会・町政懇談会

〔12月〕

1日 県女性農業委員研修

2日 全国農業委員会会長会議

8日 企画会議



↑狭山市農業祭では、米とユリと漬物を買ってきました。

〔今後の行事予定〕

〔12月〕

25日 第18回総会

〔1月〕

25日 第19回総会

J・A・議会との懇談会



## 手づくり伊達巻

こんにちは!! いよいよ師走に入り、慌ただしい日々の始まりです。一年があつという間ですね。

今回は、お正月には欠かせない、手づくり伊達巻を紹介します。

みなさんは、伊達巻を作りますか? 買いますか? 私は両方です。家族皆大好物ですので、何本か作ります。

とても簡単なので、ぜひお正月の一品に。

### 《材料・作り方》

卵…5個、はんぺん…1枚 (約100g)  
砂糖…30g、酒…大さじ1、  
塩…小さじ1/3、油…少々、※ミキサー使用

- ①卵・砂糖・酒・塩を混ぜる
- ②はんぺんは1cm角に切る
- ③1と2をミキサーを使って、はんぺんの固形がなくなるまで混ぜる
- ④フライパンを熱して油をしき、3を流しいれ、弱火で15分間焼く

- ⑤こんがり焼き色がついたら、火を止めまきすに乗せ、少しさます
- ⑥まきすの中央に乗せ、なるべくきつめに巻き、輪ゴムで真中、両端を止める
- ⑦冷めたら、輪ゴム、まきすを取り、ラップに包み冷蔵庫で保存。



⑤の段階で焼きあがったら、とろけるチーズなどパラパラ入れると、おつまみに好評です(^ ^)



農村地域生活アドバイザー  
尾池 三佐子 (津原)



結東集落の北側には、全国農村景観百選にも選ばれている美しい石垣田が広がっています。  
長い年月と労力をかけて築かれた石垣は、烏甲山と苗場山の溶岩(柱状節理)の崩れた落石を利用してします。石積みの高さは高いものになると3mもあり、村人の苦勞が容易に想像できます。  
秋山郷の開墾が始まったのは明治25年(1892)頃で、稲作には厳しい環境

### ジオサイトNo.19 結東の石垣田

# ジオサイトを 探検し隊!

メンバー募集中

昔の人はどうやって石垣をつんだのかな?

この石垣田のすばらしさをたくさんの人に知ってもらうため毎年6月「けつと灯影」と題し、田植え後の石垣田の畔に2,000本のキャンドルを灯し、皆でからす踊りを踊り春の宵を楽しみイベントも開催しています。  
また、溶岩壁下部のガレ場には風穴が点在していて、エゾヒヨウタンボクなど希少な植物が生育しています。  
ジオ、エコ、カルチャーが融合した素晴らしいスポットです。

とされていましたが、村人の強い思いがこの石垣田を作りあげました。  
現在は、周囲の農道が狭く大型機械が入れないため農作業が大変なことや村人の高齢化もあり耕作されない田んぼが多くなってきています。そのため、「石垣田保存会けつと」が地域住民と協力しながら保全活動を行うとともに、グリーンツーリズムなどと連携し農業体験も行っています。



モデル: 野田結愛さん 3年

■お問い合わせ  
ジオパーク推進室(なじよもん) TEL 765-1600

# 戸籍の窓

おめでとう  
おさいます (出産)

- 瀧澤 仁 (押付) 翼さん 祥子さん
- 河村 ころ(十二ノ木) 優太さん 夏希さん
- 桑原 楓(城原) 武彦さん 菜々美さん
- 中澤 悠月(中深見) 正樹さん 聖子さん
- 小林 悟朗(割野) 学文さん 真理子さん

すえながく  
おしあわせに (結婚)

- 佐藤 光洋さん(三条市) }  
大島 美穂さん(貝坂) }
- 藤ノ木 大輔さん(中深見) }  
樋口 まきさん(長野市) }

おくやみ  
もうしあげます (死)

- 瀧澤 雅男さん (80歳・大井平)
- 上村 つねさん (81歳・今井)
- 小杉 恵子さん (64歳・大割野)
- 江村 ミイさん (94歳・巻下)
- 涌井 春男さん (82歳・羽倉)
- 高野 新一さん (68歳・美雪町)
- 石田 精一さん (90歳・陣場下)
- 滝沢 榮さん (89歳・田中)
- 篠原 アキさん (87歳・外丸)
- 石澤 富夫さん (56歳・子種)

## ●なじよもんクリスマス展

会期/11月28日(土)~12月25日(金) 入場無料  
クリスマス展の会期も残りわずかとなりました。今年も素敵な作品がたくさん集まっています。  
お客様の投票で優秀作品が決定しますので、ぜひ投票にもご参加ください。



クリスマス展の様子

## ●「第6回Myコレクション展」出展者募集

只今コレクションの出展者を募集しています。  
王道から意外な物までジャンルは問いません。  
あなたの家に眠っているお宝を、なじよもんで展示しませんか？



昨年の「ペットボトルのキャップ」コレクション

会期/2月6日(土)~3月6日(日)  
応募締切/1月24日(日)

## ●年末年始休館日のお知らせ

12月28日(月)~1月4日(月)を休館とさせていただきます。  
来年も皆さまのお越しをお待ちしております。

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

1月		【なじよもん☎765-5511】		
日時	プログラム	金額	対象	
9日(土) 13:30~15:30	ヤマムユガの糸撚り	300	高学年から	
10日(日) 13:30~15:30	アングイン編み	1,000	中学年から	
11日(祝) 13:30~15:30	せんべい焼き・せんべい釣り	500	低学年から	
17日(日) 13:30~15:30	和紙のあかり	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。

## 新潟県の雪情報 県総務管理部地域政策課雪害対策室

TEL 025-280-5096

降雪予測情報などをパソコンや携帯電話でご覧いただけます。ぜひご利用ください。

- 実施期間 3月31日まで
- 情報内容

- 県内37地点の降雪量予測情報 (1日2回更新 午前10時、午後4時)
- 気象庁発表の注意報・警報・特別警報
- 県内37地点の降積雪統計データ
- 各種雪情報サイトとのリンク情報

### ■携帯電話へのメール配信サービス

10cmを超える降雪が予想される場合、携帯電話へメールでお知らせします。(携帯サイトからご登録ください)

### ■利用方法

インターネット(日本語版)「新潟県の雪情報」で検索



携帯版QRコード

新潟県の雪情報

検索



## 広報編集室

「しめ縄づくり」そんな時期になったのです。最初は表紙の写真を撮影しに取材に行つたのですが、撮影もひと段落し、みなさんに混じり自分も作つてみることにしました。  
講師のかたの見よう見まねで「縄を縛う(なう)」ことから始めて1時間ほど指導を受けたのがこちら。  
参加費が500円と材料のワラが3000円



飾りもあわせて千円以下で体験することができました。自分で作つたものはなかなか愛着も湧きます。  
縄を編みながら、講師のおじいさんが小さい頃、家の中でよく縛つくりの手伝いをしていたことを聞きました。  
縄文の時代から稲作文化と深い関係にある風習。いつかは稲作文化と合わせて特集してみたいと思います。  
広報つなん、今年も一年間お付き合いいただきありがとうございます。いろいろな経験させていただきました。来年も挑戦しつづける年にしたいです。◎

## 表紙の写真 12月13日に老人クラブ連合

会主催の「しめ縄づくり講習会」が行われました。今年も残すところあとわずか。一年の締め時期ですね。

この紙は再生紙を使っています

## 津南町の人口

- 人口10,221(-17) 男4,979(-7) 女5,242(-10)
- 12月1日現在( )内は前月比
- 世帯数3,580(-4) ■転入/8 ■転出/17 ■出生/5 ■死亡/13 ■婚姻/4