

広報 **おたん** 新潟県津南町

いま、  
この瞬間、  
しあわせ



No.686  
2018  
**8.20**  
TSUNAN TOWN

# つなんじかん



## 記録的な猛暑

毎日のようにニュースで取り上げられる

今年の夏

津南町の最高気温は34.5度

全国では40度を上回る地域も多数

普段は雨が降ると嫌だなと感じる人も

雨が降ると嬉しく感じる

今年の夏

動物たちもきっと雨を待ち望んでいることでしょう

みんなでこの夏を乗り切ろう！

features

---

- 04 まちかどスケッチ特集編  
ひまわりウエディング  
第39回津南まつり
- 11 町親善水泳大会結果

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 広報ライブラリー ペンリレー
- 13 つなんの文芸
- 14 こんにちは地域包括支援センターです
- 15 病院歳時記 年金コーナー 100日運動  
議会コーナー
- 16 いきいき大好き津南町
- 17 Tap でいこう！ 健康づくりア・ラ・カルト
- 18 農業委員会の窓 地域おこし協力隊だより
- 19 あどあど通信 ジオサイトを探検し隊
- 20 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いただくか、詳しくは  
総務課（TEL 765-3112）までお問い合わせください。



# ひまわり

7/29

## ウエディング

今年も一組の新郎新婦がひまわり広場で結婚式をあげました。結婚式の演出・企画はwish国際ホテル・ブライダル専門学校が学生が行い、津南町のまちづくり応援隊と協力し合い進めてきました。そんな結婚式の様子をご覧ください。





①愛を誓った二人 ②満開のひまわりの式場 ③バージンロードを歩く新郎  
④親族に見送られる新郎新婦 ⑤学生に感謝 ⑥乾杯! ⑦新婦に愛と感謝の  
言葉を ⑧全力で式をサポート ⑨父と歩くバージンロード ⑩風船が空高く舞  
い上がる ⑪最愛の子にキス ⑫スタッフ一同で新郎新婦を送る ⑬幸せいっ  
ぱいの集合写真

# 第39回津南まつり

7/21

暑い日差しが照りつけるなか  
行われた津南まつり。暑さに  
負けないような笑顔が町にあ  
ふれました。



14



16



15



20

19



18

17



21



23



22



26



25



24



28



27



32



29



31

30

⑭民謡流しスタート! ⑮DSS HIPHOP DANCE SCHOOL ⑯心友懸走会ゴール!  
 ⑰3on3バスケットボール大会 ⑱にぎわった露店市 ⑲ラムネ早飲み大会  
 ⑳ジェントルジャンケン ㉑みんな浴衣でピース ㉒何色のかき氷にしようかな  
 ㉓津南町の夏の風物詩 ㉔暑さには関係ない! 楽しむぞ! ㉕浴衣女子! じゃんけん大会  
 ㉖津南小学校吹奏楽サークル ㉗上郷小学校よさこい ㉘おまつりパレード  
 ㉙おまつりパレード優勝! ㉚芦ヶ崎小学校龍神太鼓 ㉛のほり旗で盛り上げます  
 ㉜ファイナル花火

暮らしの  
情報満載

# 見て・知って・得をする かわらばん

## イベント

### 郡市発明工夫模型展・ 生物標本展

事業名  
「第46回十日町市・中魚沼郡児童生徒発明工夫模型展」並びに「第34回十日町市・中魚沼郡児童生徒生物標本展」

期日  
9月15日(土) 午前9時30分～午後5時  
9月16日(日) 午前9時30分～午後5時  
9月17日(月) 午前9時30分～午後5時  
9月18日(火) 午前9時30分～正午

会場  
十日町市クロス10  
2階大ホールおよび中ホール

内容  
十日町市・津南町の小中学生製作による、発明工夫作品および模型作品、動物等の標本作品の展示

#### 主催等

主催 十日町市理科教育センター  
共催 十日町市・中魚沼郡教育委員会

連絡協議会 十日町発明協会

#### お問い合わせ

十日町市立理科教育センター  
TEL 752・4632

E-mail: risen@edu.city.tokamachi.niigata.jp

### 新潟県立川西高等特別支援学校 企業向け学校見学会開催

本校では、次の日程で企業様向けの学校見学会を開催します。

近年、障がいのあるかたとの協働に注目が集まっています。

今年度より本校化し、高等部単独校となりました。新しくなった学校の様子とともに、地域の若者たちがどのように学び、地域へ巣立っていくか、ぜひご覧ください。

#### 日時

9月18日(火)  
午後1時15分～3時45分  
(午後1時から受付)

#### お問い合わせ

川西高等特別支援学校  
進路指導部 細井

TEL 768・3325

### 新潟県立川西高等特別支援学校 第2回オープンスクール

高等部の教育活動について、ご説明いたします。また、生徒がいきいきと学ぶ姿を、ぜひご覧ください。

#### 日時

9月20日(木)  
午前9時～11時40分

#### 会場

川西高等特別支援学校(旧川西高校内)

#### 内容

学校説明・授業見学

※事前にお申し込みください。

■お申し込み先・お問い合わせ

川西高等特別支援学校

TEL 768・3325

## 募集

### 町営住宅入居者募集

町では、次のとおり町営住宅の入居者を募集します。入居を希望されるかたはご応募ください。

【美雪町A棟1戸】

【大船町営住宅1戸】

#### 構造

平成21年建設 木造2階建

平成29年建設 中層耐火4階建

#### 面積及び間取り

79㎡/2間(洋室1・和室1) /

DK/トイレ/浴室

69㎡/3間(洋室3) /

DK/トイレ/浴室

■家賃 所得に応じて設定

■敷金 1か月分

■入居資格

①原則として同居親族があること。

②世帯全員の所得が1か月15万8千円以下であること。

③現に住宅に困っている(住む所に困っている)ことが明らかでないこと。

④税金等の滞納がないこと。

⑤暴力団員でないこと。

■申込方法

「町営住宅入居申込書」(建設課土木班に用意を提出し、その場で担当職員と面接していただきます。

■申込期間

8月20日(月)～8月31日(金)

■入居日

9月17日(月)

■選考方法

選考委員の意見を聞いて、町長が入居者を決定します。

■お問い合わせ

建設課 土木班

TEL 765・3116



### 水道・下水道メータ検針

9月5日(水)から、町営水道及び下水道メータの検針を行います。正確な検針のために、ご協力をお願いします。

#### ■日程

9月5日(水)から3日間(予定)

#### ■検針期間中のお願い

- ・メータボックスは地面に設置されています。メータボックス上に物や車等が乗っていると検針できませんので、移動をお願いします。
- ・メータ付近に犬を繋いでいる場合、検針期間中は別の場所に繋ぐなどのご配慮をお願いします。
- ・メータボックスが草や土で隠れてしまったり、メータボックスの内部が土や水で埋まってしまったりしないようにご協力をお願いします。

#### ■お問い合わせ

建設課 上下水道班  
Tel 765・3116



### 「子どもの人権110番」強化週間

#### 電話相談を行います

新潟地方事務局及び新潟県人権擁護委員連合会では、8月29日(水)から9月4日(火)までを「子どもの人権110番」強化週間として、法務局職員または人権擁護委員による子どもの人権に関する電話相談を受け付けます。土・日曜日でも相談できますのでご利用ください。



#### ■相談内容

いじめ・体罰・虐待など広く子どもの人権に関すること

#### ■電話番号

0120・007・110  
(全国共通・フリーダイヤル)

※IP電話からは接続できません。

#### ■相談時間

8月29日(水)～8月31日(金)  
9月3日(月)～9月4日(火)  
午前8時30分～午後7時  
9月1日(土)・9月2日(日)  
午前10時00分～午後5時

#### ■お問い合わせ

新潟地方事務局十日町支局  
Tel 752・2575

### 一人で悩まず、まず相談を!! 弁護士による 無料「法律相談」開催

法律にかかわる問題、悩みについて、弁護士による法律相談を開催します。相談料は無料で、おひとり(一組)30分までとなります。一人で悩まず、弁護士さんに相談する機会をご利用ください。

事前申し込みとなりますので9月7日(金)までに申し込みください。定員に達し

しだい、締め切りとなります。

#### ■日時

9月12日(水)  
午後1時30分～3時30分

#### ■場所

津南町役場 3階

#### ■相談内容

借金、近隣トラブル、不動産、交通事故、労務問題、相続、離婚、家庭内トラブル、インターネット関連のトラブル、悪質商法など

#### ■お申し込み先

税務町民課 町民班  
Tel 765・3113

### 全国一斉子どものための 養育費相談会

現在、離婚母子家庭において、「養育費の取り決めをしている世帯」は、約43%、「養育費を現在も支給している世帯」は24%という低い数値となっております(平成28年度全国ひとり親世帯等調査結果)。養育費に関するこのような状況が子どもの貧困を助長しているといえます。そこで、新潟県司法書士会では適正な養育費を受給できない等でお困りのかたがたに向けて無料相談会を実施します。是非この機会をご活用ください。

#### ■日時

9月8日(土)  
午前10時～午後4時

#### ■場所

新潟県司法書士会館  
(新潟市中央区笹口一丁目11番地15)

#### ■相談方式

電話による無料相談

#### ■電話番号

0120・567・301  
(全国統一フリーダイヤル)

#### ■お問い合わせ

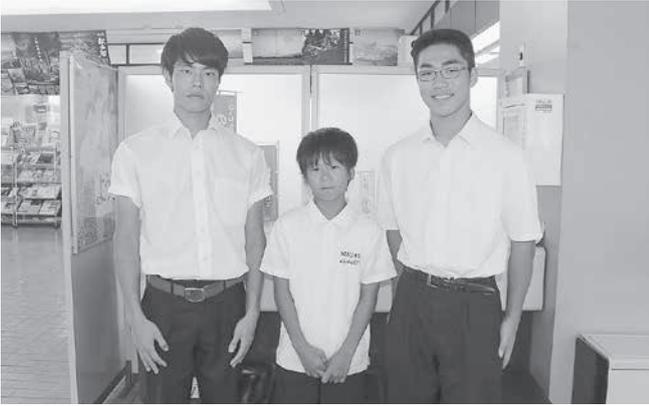
新潟県司法書士会 事務局  
Tel 025・244・5121



NEWS  
03

## 津南町から全国へ

— 7月25日 津南町役場 —



↑ 壮行会に出席した桑原選手、菌部太一選手、本山選手

津南町から本山雄太選手がウエイトリフティング、桑原優斗選手が陸上、菌部太郎選手がサッカー、弟の菌部太一選手がフットサルで全国大会へ挑むため壮行会を行いました。各大会は8月上旬から中旬で行われます。

NEWS  
04

## 香港ハウス竣工～新たな交流の拠点に～

— 7月29日 上郷逆巻 香港ハウス —



↑ 関係者一同でテープカット



↑ 香港特別行政区政府芸術文化事務所リー所長へ感謝状贈呈

上郷クローブ座の横に完成した香港ハウスの竣工式が行われ、香港特別行政区政府やアーティスト、工事に携わった関係者が一堂に集結しました。香港ハウスはオーストラリア・中国に続く3つ目の拠点となります。竣工式当日も多くの外国人で盛り上がり、新たな人の動きに期待が寄せられました。

# つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS  
01

## LED街路灯で明るい町へ

— 7月17日 町長室 —



↑ 町長と東北電力(株)十日町営業所の玉木所長

今年も東北電力(株)十日町営業所の玉木所長よりLED街路灯を昨年の24灯を上回る30灯贈呈いただきました。いただいたLED街路灯は要望のあった地域へ配布されます。

NEWS  
02

## 1件でも事故を減らし、安全な町へ

— 7月19日 新潟テルサ —



↑ 交通安全協会上郷支部長の涌井さん(左)、中津支部長の志賀さん(右)

県民交通安全フェアで、交通安全県宣言記念交通安全功労者として十日町地区交通安全協会上郷支部長の涌井政宏さんと中津支部長の志賀義明さんが表彰されました。涌井さんは約20年、志賀さんは約18年交通安全活動に携わり、現在も町内の事故防止活動で活躍しています。

# 第50回津南町小学校

# 親善水泳大会結果



(7月26日開催 会場：津南小学校)

この大会に向けて練習してきた結果が出た入賞者の皆さん、おめでとうございます。入賞者の内、各種目上位3位を掲載します。

( )は学校名敬称略、**新**は、大会新記録

## ■5年生女子

- 50m自由形**新**①桑原沙羅(津南)②滝沢天花(荻ヶ崎)③樋口茉己(津南)
- 100m自由形①桑原沙羅(津南)
- 50m平泳ぎ①橋野麻綾(上郷)②風巻星(津南)③久保田美有(津南)
- 100m平泳ぎ①滝沢天花(荻ヶ崎)②半戸咲良(荻ヶ崎)③江村娃那(津南)
- 50mバタフライ①樋口はな(津南)
- 100mバタフライ①樋口はな(津南)
- 50m背泳ぎ①大平柑奈(津南)②山岸明日香(津南)

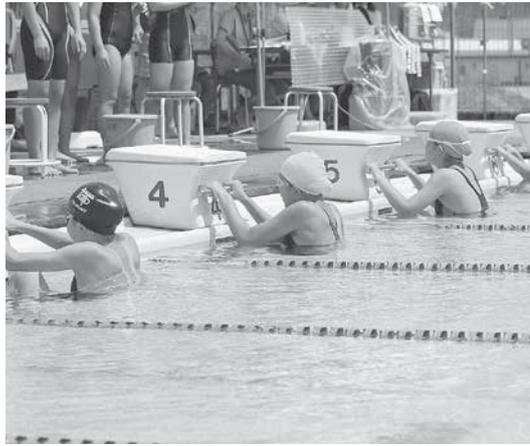
100m個人メドレー①半戸咲良(荻ヶ崎)

## ■5年生男子

- 50m自由形①保坂恭史(上郷)②滝沢兜真(荻ヶ崎)③藤ノ木斗夢(津南)
- 100m自由形①中澤泰彦(津南)
- 50m平泳ぎ①保坂恭史(上郷)②中島幹太(荻ヶ崎)③宮崎茂市(荻ヶ崎)
- 100m平泳ぎ①中澤泰彦(津南)
- 100mバタフライ**新**①保住陽(津南)②鈴木煌悠(荻ヶ崎)
- 50m背泳ぎ①涌井永太(荻ヶ崎)
- 100m個人メドレー①保住陽(津南)

## ■6年生女子

50m自由形①高橋さわ(津南)②山田由



羽(上郷)③大平ゆりな(津南)  
100m自由形①石田妃菜佳(津南)②野田結愛(荻ヶ崎)③中島美咲(上郷)

50m平泳ぎ①中島こなつ(上郷)②桑原永遠(津南)③村山詩季(津南)  
100m平泳ぎ①中島こなつ(上郷)②桑原永遠(津南)③村山詩季(津南)  
50mバタフライ①粉川舞花(津南)  
100mバタフライ①粉川舞花(津南)  
50m背泳ぎ①石田妃菜佳(津南)②福原愛夏(津南)③野田結愛(荻ヶ崎)  
100m背泳ぎ①石沢綾(津南)  
100m個人メドレー①高橋さわ(津南)②福原愛夏(津南)③石沢綾(津南)  
200mメドレーリレー(50m×4)①津南A②津南B③上郷  
200mリレー(50m×4)①津南A②津南B③上郷



## ■6年生男子

- 50m自由形①中田倫(津南)②石沢竜雅(津南)③馬場陽大(津南)
- 100m自由形①中田倫(津南)②古野樹(津南)
- 50m平泳ぎ①清水颯(津南)②蘭部太一(津南)③野崎昊太(津南)
- 100m平泳ぎ①清水颯(津南)②蘭部太一(津南)③鈴木翠(荻ヶ崎)
- 50mバタフライ①板場一真(津南)
- 100mバタフライ①中澤奏(津南)②山田直央(津南)③野崎昊太(津南)
- 50m背泳ぎ①石沢竜雅(津南)②鈴木翠(荻ヶ崎)③金子叔靖(荻ヶ崎)
- 100m背泳ぎ①板場一真(津南)
- 100m個人メドレー①中澤奏(津南)
- 200mメドレーリレー(50m×4)①津南A②津南B③上郷
- 200mリレー(50m×4)①津南A②津南B③上郷





### 『岩合光昭の日本犬図鑑』

岩合光昭／文・写真 文溪堂  
いまや世界中の愛犬家に親しまれている日本犬。日本犬のルーツや生態を犬種ごとに写真と併せて掲載。日本犬の魅力が詰まった1冊。

・・・図書室臨時閉室のお知らせ・・・

蔵書点検実施のため、公民館図書室を臨時閉室いたします。期間中は図書室の利用ができません。利用者の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご了承ください。

※他の施設は通常どおり使用可能です。

■日時 9月26日(水)～28日(金)

※25日(火)は通常の休館日となります。  
※閉室日の2週間前に借りた図書は、返却締切日が29日(土)となります。

・・・図書室ベストリーダー・・・

7月に多く読まれた本をご紹介します。

●一般小説

『風神の手』

『望み』

『カットバック』

『ハリケーン』

道尾 秀介／著  
栗井 脩介／著

今野 敏／著

高嶋 哲夫／著

『ラプラスの魔女』 東野 圭吾／著

●一般書

『水墨画をたしなむ』

『10秒リンパストレッチ』

『憎いものが好き』

『下に見る人』

●児童書

『100歳の100の知恵』

『かいけつゾロリのちていたんけん』

『ぼねぼねザウルス超図鑑』

『びょういんのおばけずかん』

『おしりたんでい むらさきふじん』

『ドラえもん科学ワールド 天気と』

『絵本』

『天地創造』

『にじいろのさかなとおおくじら』

気象の不思議

●絵本

『大地創造』

『にじいろのさかなとおおくじら』

### 8月の新着図書 (HPでも検索できます)

【大人の本】

- 『多分そいつ、今頃パフェとか食ってるよ。』  
..... JAM / 著 サンクチュアリ出版
  - 『「脱水症」と「経口補水液」のすべてが分かる本』  
..... 谷口 英喜 / 著 日本医療企画
  - 『10分間で読める芥川龍之介短編集』  
..... 芥川 龍之介 / 著 ゴマブックス
  - 『地に滾る』..... あさの あつこ / 著 祥伝社
- 【子どもの本】
- 『3分後にゾットする話』..... 並木 伸一郎 / 著 理論社
  - 『ゆるゆる危険生物図鑑』  
..... さのかける / まんが 学研プラス
  - 『かいけつゾロリのドラゴンたいじ2』  
..... 原ゆたか / 作 ポプラ社
  - 『実物大！世界のどうぶつ絵本』  
..... ソフィー・ヘン / 作 あすなる書房

『おさじさん3』

『おしいシーモア！ スペシャルな』

『チャレンジミッケ！』

『ふしぎのくにのアリス しかけえ』

ほん』

・・・図書室の開閉時間・休館日・・・

■開室時間 平日 9時～18時

土日祝 8時30分～17時

■休館日 8月27日(月)、9月25日(火)

■臨時閉室 9月26日(水)～28日(金)

■ホームページ上でも本の確認・予約が行なえます。『津南町公民館図書室webopac』で検索してください。

■スマートフォン版ページはこちら



## Pen Relay

吉野利代子さんから

紹介する本  
**完訳 7つの習慣 人格主義の回復**  
スティーブン・R・コヴィー 著  
出版社 キングペアー  
藤木 理恵さん (城原)

図書館に行くたびに気になっていた本を昨年の冬に読んでみることにしました。

もの見かたを変える、自分自身の内面的な安定を育てる努力をすることなどわかってきたようで、できていないことなど説得力があり理解しやすいように書いてありました。

「学習の第一歩は自分の無知を認めることである。」そして、「問題の見かたこそが問題である。」とあり、自分がいかに都合よく物事を見ているのかに気付かされました。

この本は自分の内面を磨くこと、自分との約束を守ることなど内側から外側にアプローチすることが大切だと述べています。油断をするとうまく他人のせいにしてしまっていることがあり、これは外側に結果を求めてしまっているのだと感じました。

そして、第一の習慣「主体的である」から始まります。この章には、

短歌

砂丘

「もしもし」を覚えし吾子は電卓を  
片手に祖母と電話ごっこする  
クロールの息継ぎできた瞬間は  
吾の世界が新しくなる  
勢いよくミニトマト噛む孫の口を  
こぼれし種を指で遊べり  
音信の絶えて久しき友の名を  
声にだすとき湧く思いあり  
漬け床に梅酒少しの隠し味  
義母に教はる我が家の茄子漬け  
シャキシャキとした歯ごたえの新ワカメ  
入れた味噌汁食む春の朝  
「にほひあはし」の「ほ」の音は「おにあらざると」  
先生われらの「ほ」を正されき(臘月夜のうた6年生)

江村大輔  
石橋寿子  
津端恵子  
貝澤圭子  
恩田久美子  
丸山直子  
小野寺恒代  
高橋春枝  
内山キク  
麻績初恵  
滝沢勝枝  
風巻京子  
鈴木綾子  
萩原光之

俳句

長生学園

父母よりも十五年も長く生き  
まだまだ生きてと娘言うなり  
富沢キミ

終戦を迎へた時の吾と同じ  
女孫は小学四年となりぬ  
島田眞之

岩すげ俳句会 (七月)

上族を待ちて進めし嫁話  
頂上へ夏帽の列七曲り  
東川

草刈つて草の匂ひに疲れけり  
貞

足早に田水見る人明易し  
渡舟

卓袱台も蚊帳も一間の幼き日  
房良

昼顔や帰路の気だるき川遊び  
壽子

夏の空異国の言葉軽井沢  
美恵

少年の仕種やさしや虫狩  
れい子

夕風のしづかに渡る青田原  
妙

地に落ちてうす汚れたる栗の花  
芳司

不如帰郭公筒鳥一山に  
緑

梅酒では物足りないとはざく女子  
冬詩子

窓にきて巢立ち雀が一休み  
フミ子

エレノア・ルースベルトさんの「あなたへの許可なくして、誰もあなたを傷付けることはできない」という言葉があります。傷ついたと言ったり、思ったりすることが実は、自分が許可して行っていたことなのだという考えかたは新鮮で驚きました。

そのあとに続く習慣も、とてもわかりやすい例えと共に書いてあり、表などにもまとめられています。具体的でおもしろいです。偉人たちの言葉ものっているので勉強になりました。

習慣として実践できることがたくさん書いてあり、役立てていけることが多くあります。

私は、これからも本を読むことを習慣としていきたいと思いました。

なかなか上手には書けませんでしたが、読んでいただきありがとうございます。

次は、涌井千春さんにリレーします。

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

## 在宅介護を支えます

### つなん在宅介護教室

町では、在宅で介護をしているかたや介護に関心のあるかたを主な対象として、毎年在宅介護教室を開催しています。

介護サービスについての学習や、実際の介護の方法、福祉用具の紹介など、皆さんの日々の介護や今後の介護に役立つ内容を企画しています。

### ◆今年度の予定◆

第1回 7月19日(木) 終了

第2回 8月24日(金)

「楽なおムツのあて方、床ずれをつくらないために」

「在宅で元気に過ごすための食事」  
「介護食の紹介」

毎回の案内は、各世帯に回覧でお届けしています。2回目からの参加を希望されるかたは、津南町地域包括支援センターまでご連絡ください。

### 在宅介護者のつらい

社会福祉協議会主催の、介護をされているかたがたの交流やリフレッシュを目的とした交流会です。

いつもと少し環境を変えて気分転換を図ったり、同じ介護経験者との情報交換の場にもなります。

今年度の第1回は、7月29日(日)に終了し、日帰り旅行に出かけています。

第2回目も予定されていますので、津南町社会福祉協議会(TEL 765-3774)までお問い合わせください。



効率の良い介護の方法を学ぶことで介護の労力が減ったり、病気の理解を深めることで困っていたことが病気の症状だと分かるといったように、介護の技術や知識を得ることは、介護者の負担を減らすことにもつながります。

また、同じような環境で介護をしてい

る人たちと、悩みを共有したり、相談したり、情報を交換することは、介護の励みとなるはずですよ。

在宅介護をされているかたがたに対する教室や交流会、つどいをぜひ活用してみてください。

## RUN伴 2018 応援へ行ってみませんか？

### RUN伴とは？

認知症フレンドシップクラブおよび、RUN伴2018新潟実行委員会が主催し、全国すべてのまちが、「認知症になっても安心して暮らせる地域づくり」を指し、認知症の人や家族、支援者、一般の人が一緒に走るイベントです。

地域の中を走り(または歩き)、一つのタスキをつないでゴールを目指します。走る人だけでなく、応援する人もRUN伴の参加者です。

### 「ついに開催されてしまっかっ」

昨年は全国42都道府県で開催されました。新潟県は5つの地域に分かれ、津南町は、魚沼・十日町エリアとなります。津南町や十日町市の各地区をスタートし、「十日町市市民交流センター分じろう」へのゴールを目指します。

### どのように応援したらよいですか？

認知症の人にやさしい地域づくりのテーマカラーは「オレンジ」です。

みなさんがオレンジ色のものを持って応援することで、「認知症になっても安心して暮らせる地域づくり」を目指していきますよ。

### 津南町の開催はいつですか？

平成30年9月9日(日)です。スタートイベント会場や、具体的なスケジュールなどは、9月5日号お知らせ版でお知らせします。

### RUN伴に関するお問い合わせ先

RUN伴2018新潟実行委員会  
魚沼・十日町エリア代表 高橋 愛  
TEL 090・5944・2944



# 病院歳時記

## 血液検査の待ち時間

検査科 清水 久和代

血液検査をされたかたの多くは、『結果が出るまで結構時間がかかるなあ』と感じていると思います。今回はなぜ血液検査に時間がかかるのか所要時間などについてまとめてみました。

外来の診療で採血された血液(検体)は検査室に運ばれ、受付後すぐに測定できる検査もありますが、ほとんどの患者様の検体は血液が固まるのを待ってから遠心分離を行います。この処理に約10分かかります。その後各分析機で測定しますが、結果の出力まで約15分かかるものや、腫瘍マーカー・甲状腺検査など約30分かかる項目もあります。

このように検体受付から結果報告まで約30分から45分程度必要となります。

結果値は過去のデータと比較して異常値の場合は再検査を行います。早めの報告を心掛けていますが、検体数の多い時や再検査となった場合はお時間がかかることもありますので、ご理解のほどよろしくお願いたします。

# Annuity corner

## 年金コーナー

### 「ねんきんネット」 24時間いつでも確認

### 「後納制度」を ご利用ください

国民年金保険料は、納付期限から2年を過ぎると時効により納付することができません。しかしながら、法律改正による時限措置として、過去5年以内に限め忘れた国民年金保険料を納付することができる「後納制度」が平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り実施されています。後納制度を利用することで年金額を増やすことや、年金の受給が  
できなかつた  
かたが受給資格を得られる  
ことがあります。



「自分の年金記録を見たい」「将来の年金見込額を知りたい」というかたへ、「ねんきんネット」というサービスがあります。インターネットを通じてご自身の年金に関する様々な情報を手軽に確認できるもので、24時間いつでも、最新の年金記録を確認することができます。スマートフォンでも利用可能です。

国民年金保険料を納付していない期間や厚生年金加入記録なども確認でき、記録の「もれ」や「誤り」の発見にも役立ちます。

利用したいというかたは基礎年金番号をご用意の上、日本年金機構ウェブサイトの「ねんきんネット」ページにアクセスしてみてください。

#### 【お問い合わせ】

- ・六日町年金事務所  
TEL 025・716・0802
- ・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>

- [7月]
- 21日 第39回津南まつり
  - 23日 長野県原村当町行政視察(副議長)
  - 24日 県町村議会全議員研修・県町村議会議長会70周年記念事業
  - 25日 一般国道353号十二峠新トンネル開削期成同盟会総会(議長)
  - 全国大会出場選手出行会(総文福祉常任委員長)
  - 25日~26日 県外視察(産業建設常任委員会)
  - 29日 青戸こはるびの里夏祭り(議長)
  - 30日 大地の芸術祭開会式(副議長)
  - 津南地域衛生施設組合議会(議長・副議長)
  - 広島市平和記念式派遣団壮行会(議長)

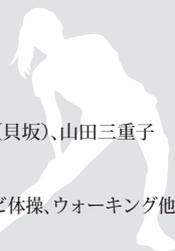
- [8月]
- 2日~3日 県外視察(総文福祉常任委員会)
  - 7日~8日 町村監査委員会研修
  - 9日 全員協議会
- <今後予定されている行事>
- [8月]
- 23日 産建・上部団体要望(議長・産建正・副委員長)
  - 29日 上越魚沼地域振興快速道路「十日町・六日町間」整備促進連絡協議会総会(議長)
  - 31日 一般質問締切日
- [9月]
- 4日 議会運営委員会・全員協議会・産建状況調査
  - 5日 津南町異業種交流会 行政・議会との懇談会(議長・産建委員長)
  - 10日 第3回定例会開会日(予定)

## 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、このコーナーでご紹介します(敬称略)

- 6000日 藤ノ木キミ(堂平)
- 4700日 高橋美佐子(見玉)
- 2200日 大倉敏雄(小下里)
- 1500日 石橋俊治(割野)
- 1100日 福原幸子(外丸)
- 1000日 保坂良雄(大井平)
- 200日 桑原藤枝(秋成)
- 100日 滝沢公夫(外丸)、桑原栄子(貝坂)、山田三重子(所平)、福原嘉定(外丸)

主な運動:ラジオ運動、健骨体操、テレビ体操、ウォーキング他



いきいき  
大好町  
大津南



## 目指せ！ チーム100万歩

この事業は、家族や友人、職場の同僚などで3人から5人のチームを作り、1か月の合計歩数で100万歩を目指すものです。3人では中々100万歩の達成が難しい場合でも、4人、5人でチームを作り、日頃の歩数を増やすことを目標にして取り組める内容となっています。

年々参加者が増え、10年目となる今年度(4月～6月分)は、3人から5人チーム合わせて405名のかたが取り組みました。また、職場の健康づくりの一環として複数のチームを作り参加している事業所もあり、それぞれのチームの達成状況を確認し合いながら楽しく取り組みました。

本事業は、秋にも実施をします。次はチャレンジしてみませんか？

町内の事業所のみならず、たくさんの方にご提供いただきました。

この事業に取り組んだ町民のみならず、の励みと継続につながるよう、町内の事業所のみならず、景品のご提供をいただきました。景品は、抽選で参加者のみなさんに進呈させていただきました。



竜神の館様  
(温泉入浴ご招待券)



ニュー・グリーンピア津南様  
(新潟5大ラーメン)

景品の提供を  
いただいた  
事業所のみなさん

大変ありがとうございました



株ネオックス様  
(スポーツドリンク)



資津南自動車様  
(トコロサングッズ)



株松屋様  
(焼きたてパン)



株大阪屋商店様  
(津南の天然水)



山源木工様  
(木製一輪挿し)

# Tapでいこう!!



## Tapスイミングスクール 第4回クアハウス津南 水泳発表会&記録会を開催

暑い夏も終盤にさしかかりましたが、今年はずっともない暑さにみまわれた夏となりました。

クアハウス津南では、去る7月14日(土)にTapスイミングスクール「第4回クアハウス津南水泳発表会&記録会」を開催いたしました。

スイミングスクールでの練習の成果を家族や仲間の前で披露する場です。初めて挑戦する園児や児童たちも多く、緊張の中、先輩スイマーたちが優しくサポートする姿に感心する場面もありました。

また、新記録に挑戦する生徒、自己ベスト更新を目標に頑張る生徒、何よりも上達した姿を家族に見せたい!と果敢に挑戦する姿が印象的な記録会となりました。暑い声援が響き渡り、キラキラと水し

ぶきが爽やかに舞い上がった発表会&記録会は、感動となって皆さんの心に刻まれたことと思います。

### 短期水泳教室

(10回コース) 募集

■日程 9月1日(土)〜毎週土曜日  
(11月25日(日)を含む)

※変更となる場合もあります。

■時間 幼児：10時15分〜11時15分

または16時15分〜17時15分

児童：11時30分〜12時30分

または17時30分〜18時30分

■場所 クアハウス津南プール

■対象 年中〜小学6年生

■料金 10,800円

(会員割引料金9,800円)

■定員 若干名

※クラスにより空き状況が異なります。

先着順に受け付けますので、ご希望の

たはお早めにお申し込みください。

■申込 クアハウス津南受付

■問合せ クアハウス津南

(TEL765・3711)



Tap事務局【TEL】765-5776 【FAX】765-3596

## 健康づくり ア・ラ・カルト

### 我が家の健康維持の取り組み

上郷駐在所 田村 欽司 さん

#### 平成29年津南に

#### 引越してきました

我が家は平成29年3月に津南町上郷子種新田に引越してきて、一年半が過ぎようとしています。私の実家は旧川西町であり、妻の実家も十日町市と2人とも魚沼の空気と水と土地で育ちました。自然豊かな津南町で明るく、楽しく、元氣良く家族4人で生活しています。

#### いろいろなイベントに

#### 参加しています

津南町は町を挙げてスポーツ活動や健康維持の活動が多くあり、我が家もいろいろ利用させていただいております。河岸段丘ウォーク、上郷地区ウォーク、キングイベント、水中教室、親子スキー教室、ボルタリング教室など、各種スポーツイベントに参加しています。各種イベントに参加すると健康維持ができ、またたくさんの町の人とふれ合うことができます。

子ども達は水泳教室に入り、体力や心肺機能が強くなり丈夫な体ができてきております。

ボルタリング教室では、子ども達が

壁を猿みたいにすいすい登り、驚きがありました。親子水泳教室では、子ども達は去年初めてアルペンスキーに挑戦し、インストラクターに丁寧に教えてもらい、直ぐに1人で滑れるようになりました。

各種イベントに参加することで、自分の体力低下も気づきますが、子ども達の成長や新たな一面を見られることができ、わくわくした期待や感動などで、次また参加しようという意欲が湧きます。今後も、各種イベントに参加しますので、よろしく願います。



笑顔あふれる田村さん一家♡♡♡

7月16日ご一家で親子なぞなぞウォークラリーに参加しました♡♡♡

# 農業委員会視察研修

## ・上越市・株式会社ふるさと未来・

津南町農業委員会では、8月3日に、推進委員と共に、株式会社ふるさと未来（旧柿崎町）を視察しました。

株式会社ふるさと未来は、平成19年3月1日に設立し水稲50ha、枝豆7ha、ブロッコリー4haを耕作しています。

設立前は、平成10年の基盤整備に合わせ、集落で、みなし法人としてやっていきましたが農家の高齢化、機械の更新費用などの課題から法人化に踏み切りました。法人立ち上げ後、代表取締役として現代表の高橋さんに就任話がありました。法人立ち上げ後、代表取締役勤めており、農業のノウハウもないことからとても悩んだそうです。しかし、農業Ⅱこの地域を守ることに繋がると考え、一念発起をし、代表取締役を引き受けました。

視察では、高橋代表取締役から、ふるさと未来の概要や理念、取組等について説明を受けました。

法人化により、次の点を重点化しました。①いかに従業員の負担をなくし、効率化するか。②一年のスケジュール

の計画立て、一日の作業スケジュールを綿密に練る。ほかに、①農地の特徴を抑え、適材適所の機械導入②園芸の導入による通年雇用の創出など、常に従業員のことを考え一生勤められる就業環境づくりを大切にしています。

集落営農で起こりがちなさまざまな課題に対し「長く継続できる後継者作り」のビジョンを持つことでみんなの会社だという意識を芽生えさせることが重要だそうです。またリスクの大きい農業であるからこそ、100点は目指さず、80点を目標に、それ以下を出さないように努力をすることも必要だとおっしゃっていました。

これからの津南町に必要なことを、学ぶ大変貴重な研修となりました。研修内容を詳しく知りたいかたはお近くの農業委員や推進委員におたずねください。



# 地域おこし協力隊だより

秋山郷地区担当の石田です！

7月29日(日)からスタートした「大地の芸術祭 アートトリエンナーレ2018」。アーティスト・島袋道浩氏（しまぶくみひろし）を迎え、秋山郷では結束を中心に新たに3つの作品が展開されています。「石垣田の作品」、「蜂箱の作品」、「結束のもうひとつの作品」の3つで、この地域に存在するものを活かした作品となっております。

その中の1つ、「結束のもうひとつの作品」は、実は公式ガイドブックにも公式マップにも載っていません。土曜日・日曜日の12時から14時の2時間限定、結束集落内の片隅でこっそりと展開しています。結束集落内で昔使用されていた、稲や肥料を運搬するためのワイヤーなどを活かした作品で、別の名を『空飛ぶキュウリ、空飛ぶトマト』と言います。キュウリやトマトを1個100円で販売しているのですが、お客さんに参加してもらう形で、ちよつと変わった方法で野菜が運ばれて来ます。何だかとても気になりますね。気になったかたはぜひ秋山郷へ。何とも言えないおもしろさです。隠れた名作になりそうな予感？

大地の芸術祭 秋山郷イベント情報

8月25日(土)、15時、『妻有神出鬼没』と題して「切腹ピストルズ」が秋山郷・結束を練り歩きます。「切腹ピストルズ」は、「日本を江戸にせよ！」を合言葉に、1999年に江戸で発足。鉦・笛・太鼓などの和楽器を持ち、野良着を身に纏った日本各地の隊員十数人(18人?)から成るパンクバンドで、日本各地の地方再生イベントなどに呼ばれ演奏し活躍しています。最近ではアメリカ・ニューヨークのタイムズスクエアでも演奏しています。また、地方探索と研究、映画、職人、農、寺子屋などをキーワードに隊員それぞれの自主活動も展開しています。そんなバンドが秋山郷・結束で見れる！またとない機会ですので、ぜひ結束にお越し下さい。ちなみに、8月24日(金)は結束の祭礼ですので、2日連続で楽しめること間違いなしです。





農村地域生活アドバイザー 阿部 和子（美穂）

## 夏バテ予防に！ミニトマトのマリネ

毎日厳しい暑さですが、健康管理に気を付けていますか？ 暑さはまだまだ続くと思います。

夏バテで食欲がないときに、甘酸っぱいさわやかなマリネは、おつまみや箸休めにピッタリですよ。

### 【材料(4人分)】

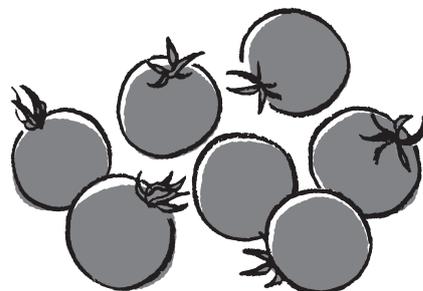
- ミニトマト……………15個
- 玉ねぎ……………1/2個
- 塩……………小さじ1/2
- 粗挽きこしょう……………少々
- 酢……………大さじ3
- はちみつ……………大さじ1
- バジル(乾燥)……………適量
- オリーブオイル……………大さじ1

①

### 【作り方】

- ①ミニトマトは湯むきし、玉ねぎはみじん切りにします。
- ②ボールに調味料①をすべて入れて混ぜ合わせます。
- ③②にミニトマトと玉ねぎを入れて混ぜ、密閉容器に入れます。
- ④冷蔵庫に半日ほど置いたら完成！

★冷蔵庫で3日ほど保存可能です。  
暑い夏を元気に乗り切りましょう！



苗場山と深い中津川渓谷を一望することができる

前倉集落の上方に位置する前倉のトド標高約1000mにある展望台です。展望デッキに立つと、まず目に飛び込んでくるのが鯨の背のような苗場山です。

### 前倉トド展望台 通称「山の展望台」

苗場山麓ジオパークには、大地の成り立ちやその雄大さを眺望することができます。展望台やビューポイントが整備されています。ぜひ、足を運んでみてください。

## ジオサイトを 探検し隊！

メンバー募集中

苗場山は約30万年前、4回の噴火活動によって今の姿になったと言われています。9合目から山頂まで続く約700haの平坦な地形には高層湿原が広がっています。この湿原は、ミヤマホタルイ群落などがある希少性から環境省による日本の重要湿地500に指定されています。

苗場山の手前には、深い中津川渓谷が刻まれています。苗場山の標高は2145m、前倉集落下の中津川の標高が約500mなので約1600m近い標高差があることとなります。中津川沿いのわずかな平坦地に村が営まれている様子も見ることができます。

### 苗場山

の左側には金城山などが連なり、さらに左に目をうつすと空気の澄んだ晴れた日には、八海山を見ることもできます。



奥に見える頂が八海山

この山の展望台では、雄大な苗場山と秋山郷の山深さに圧倒されます。淡い新緑、濃い夏の緑、色とりどりの紅葉、白く雪化粧した苗場山と四季折々私たちを感動させてくれます。

■お問い合わせ  
ジオパーク推進室(なじよもん) TEL765-1600

# 戸籍の窓

おめでとう  
おさいます (出産)

- 山本 滂(上野) 大輔さん 智美さん
- 涌井 蓮大(割野) 貴央さん ゆまさん
- 藤ノ木 凜香(大割野) 健さん 由香さん
- 小幡 歩未(大割野) 剛さん 優子さん
- 芦田 佳歩(陣場下) 晃一さん 真理子さん
- 藤木 岳(大割野) 剛史さん 瞳さん

すえながく  
おしあわせに (結婚)

- 太平 翔さん(中深見)
- 早坂 海月さん(大船団地)

おくやみ  
もうしあげます (死亡)

- 高橋ムメノさん (90歳・見玉)
- 中沢 信一さん (71歳・見玉)
- 桑原喜一郎さん (95歳・大割野)
- 風巻 サチさん (88歳・大割野)
- 田村 誠さん (83歳・大割野)
- 永井 洋子さん (53歳・美雪町)
- 滝澤美知子さん (74歳・赤沢)
- 大口 重良さん (90歳・米原)
- 大平 毅さん (82歳・芦ヶ崎)
- 河田 カメさん (93歳・亀岡)
- 大口 良巳さん (88歳・米原)

**広報編集室**  
ひまわり広場や大地の芸術祭やお祭りなど、今年の夏は暑い夏になっていきますね！大抵の芸術祭は仕事でもプライベートでも回っていますが、作品を目の前にするという意図で作ったのだろうと素人ながら考えてしまいます。「芸術(アート)」はなかなか難しいです。ただ、作品をいくつも回り、帰宅すると充実感があり楽しいです！  
船木康平

## ● 秋季企画展 「火焰土器の魅力」

会期：9月1日(土)～  
11月4日(日)

火焰型土器をテーマに、津南町および他地域の資料を、最新の調査・研究成果を踏まえてご覧いただきます。



堂平遺跡出土の火焰型土器と王冠型土器

## ● 縄文文様のブレスレット

日時：9月22日(土) 10:00～15:30

木のリングに自然素材の塗料を塗って縄文ブレスレットを作ります。

体験料：1,000円

対象：10才以上



縄文文様のブレスレット

## ● 原石からつくる剥片石器で 燻製づくり

日時：9月23日(日) 10:00～15:30

石を割った剥片で肉を切り燻製を作ります。

体験料：1,500円

対象：10才以上



原石からつくる剥片石器

9月 【なじよもん ☎ 765-5511】

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

日時	プログラム	金額	対象	
1日(土) 13:30～15:30	縄文ナイトライト	1000	高学年以上	
2日(日) 13:30～15:30	滑石の指輪づくり	500	低学年以上	
8日(土) 13:30～15:30	ひょうたん細工	500	低学年以上	
9日(日) 13:30～15:30	カラムシの糸摺り	1000	中学年以上	
15日(土)	9:00～11:00	身近な薬草	300	低学年以上
	13:30～15:30	琥珀の勾玉づくり	1000	10才以上
16日(日)	10:00～15:30	縄文絵具ベンガラをつくろう	500	中学年以上
	10:00～15:30	勾玉づくり ※最終受付14:00	500	低学年以上
17日(月)	10:00～12:00	火おこしと弓矢づくり	500	低学年以上
	13:30～15:30	勾玉づくり	500	低学年以上
22日(土)	9:00～11:00	雑穀の収穫	無料	低学年以上
	13:30～15:30	縄文文様のブレスレット	1000	10才以上
23日(日)	10:00～15:30	原石からつくる剥片石器で燻製づくり	1500	10才以上
	10:00～15:30	勾玉づくり ※最終受付14:00	500	低学年以上
24日(月)	10:00～12:00	アイスの小刀をつくる	2500	10才以上
	13:30～15:30	琥珀の勾玉づくり	1000	10才以上
29日(土)	10:00～15:30	縄文まるごと一日体験 ※要予約	1500	低学年以上
30日(日)	13:30～15:30	アンギン編み初級編	1000	中学年以上

●記事訂正について  
先月号で掲載いたしました戸籍の窓について、出産の欄で桑原有似(中深見)と掲載いたしました。正しくは桑原有似(城原)でした。訂正してお詫言いたします。

### 津南町の人口

8月1日現在( )内は前月比  
 ■人口9,758(-6) 男4,718(-4) 女5,040(-2)  
 ■世帯数3,565(+5) ■転入/27 ■転出/19 ■出生/8 ■死亡/22 ■婚姻/3



発行/津南町役場 〒949-8292 新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡585  
 〒949-8292 新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡585  
 TEL.025(765)3111(代) FAX.025(765)4625  
 http://www.town.tsunan.niigata.jp/ info@town.tsunan.niigata.jp

表紙の写真 新郎新婦、家族、そして  
 結婚式のスタッフが一束の風船を握り、  
 想いがひとつとなった瞬間のように見  
 えました。幸せな瞬間です。

この紙は  
 再生紙を  
 使っています