

広報 **おたん** 新潟県津南町



No.712  
2020  
**10.20**  
TSUNAN TOWN

## 目次 -contents-

### features

- 03 第33回 健康まつり  
紙面バージョン
- 08 令和元年度 決算報告
- 14 保育園レポート〈1〉
- 16 DMO推進室だより
- 22 職員募集（資格免許職）

### regulars

- 18 見て・知って・得をする かわらばん
- 20 いきいき大好き津南町
- 21 こんにちは地域包括支援センターです
- 22 地域おこし協力隊だより
- 23 あどあど通信 農業の豆知識
- 24 広報ライブラリー
- 25 つなんの文芸
- 26 病院歳時記 年金コーナー 100日運動  
議会コーナー
- 27 Tapでいこう!!  
苗場山麓ジオパークかくれた魅力発見し隊!
- 28 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。

# 「元気・笑顔・輝く町」 町民ぐるみ健康づくり宣言

# 第33回 健康まつり

紙面バージョン

## 保健センターコーナー

保健センターコーナーでは、健康に関する展示や体験コーナー等を設けていました。今回は各団体から「健康づくり」に関することを紹介します。

### 津南町福祉保健課

#### 日本人の2人に1人が

#### かかるがんの話

食生活の乱れ、運動量の減少、日々の喫煙や飲酒量の増加など、近年の生活習慣の変化に伴い、がんにかかる割合は年々増加しています。津南町でも、死亡原因の1位は悪性新生物(がん)です。

早期のがんは、自覚症状がありません。そのため、定期的ながん検診を受け、身体の状態を確認することが大切です。



町民のみなさんが身近にがん検診を受けられるように、町では、各種がん検診(肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん・乳がん・子宮頸がん)を実施しています。今年度のがん検診は、前立腺がん検診を除き終了しましたが、対象のかたは来年も忘れずに検診を受けましょう。

#### がんは不治の病気じゃない!

検診の結果、要精密検査の結果が届いたかたは、忘れず受診しましたか？

がんは早期に発見し、早期に適切な治療を行うことで90%以上が治る病気です。まだ精密検査を受けていないかたは自分の身体のためにも、今年うちに、必ず受診しましょう。

#### お問い合わせ

福祉保健課 健康班

TEL 765-3114

### ねらい

毎年10月に開催している「健康まつり」は、様々な事業所や団体が協力し、健康に関する情報の展示・体験・食事の提供・自主製品の販売等の催し物を行っております。しかし、今年度は新型コロナウイルス感染症予防のため、残念ながら健康まつりは中止とさせていただきます。今年度は健康まつりを開催しない代わりに、広報紙を利用して、健康づくりに関する情報や、例年健康まつりにご協力いただいている各事業所や団体の紹介・取り組み等について、町民の皆様へお知らせします。

1月上旬に来年の健(検)診の申込みがあります。家族全員分の申込みをお忘れなく!



新潟県が目指す受診率50%に達していません。みなさんは受けましたか？

### 十日町地域振興局健康福祉部

「健康立県にいがた」ヘルスプロモーションプロジェクトについてご紹介します

新潟県では、「住んでよし、訪れてよしの新潟県」を実現するために、昨年度から産官学一体のヘルスプロモーションプロジェクトを展開中です。毎日のほんのわずかな時間だけでも、自分の健康を見つめる時間を設けることで、健康的な心身をつくり、幸福度の向上、健康寿命の延伸を目指します。

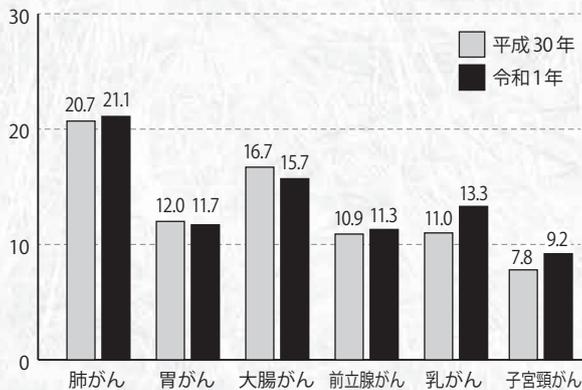
皆さんも、自分の健康と向き合う時間・幸せを振り返る時間を作り、健康に関する意識や行動を変えていきましょう。

#### 「スローガン

「はじめてのけんこうtime」

健康について考えるきっかけとなるように考案しています。

津南町のがん検診受診率



## ■ロゴマーク



新潟県の形をモチーフに、笑顔が県内に広がることを表現しています。

## ■5つのテーマ別キャッチフレーズ

### ①食生活

「からだがよるこぶ、一皿を足そう。」

### ②運動

「意識ひとつで、すべてが運動になる。」

### ③アンタルケア

「あなたのための、歯のプロを。」

### ④たばこ

「たばこのない一服もある。」

### ⑤早期発見・早期受診

「健診・検診で未来の自分を見つめよう。」

## ■「いいたけんこうtime」チェックシート

- 食事では、濃い味付けが好き
- 移動には、歩くよりも車をよく使いがち
- たばこを吸っている
- ほぼ毎日お酒を飲む
- 健康診断には、この1年行っていない
- 歯磨きをせずに寝てしまっ夜がある
- なんとなくやる気が出ない日が多い

ひとつつでも、あてはまるものがあつた方は、まずは一日のうち、たった15分から自分の健康を見つめる時間を作ってみましょう。

## ■お問い合わせ

新潟県十日町地域振興局健康福祉部  
(新潟県十日町保健所)  
十日町市高山857  
TEL 757-2401

## ●十日町地域

### 糖尿病対策連携会議

### 糖尿病の通院中断に

注意しましょう

新型コロナウイルス感染症の影響により、糖尿病患者さんが通院を中断したり、食事や運動習慣の変化に伴う病状悪化が懸念されています。

「新しい生活様式」を実践しながら糖尿病の治療を続けていくことが重要です。次の点に気をつけて、健康的な生活を送りましょう。

### ■基本的な感染対策

- ・石けんで手洗い
- ・マスク着用
- ・身体的距離の確保

### ■治療の継続

・自己判断で治療を中断せず、かかりつけ医の指示に従い、お薬の服用や治療を継続しましょう。

・オンライン診療等が可能な場合もありますので、通院方法はかかりつけ医と相談しましょう。

・体調不良の際は、我慢せずかかりつけ医に相談しましょう。

### ■食事療法の継続

・ ゆっくり、よくかんで食べる

・ 3食規則正しく食べる

・ バランス良く食べる

・ 食事は腹八分目にする

・ 夜遅くや、寝る前には食べない

### ■運動療法の継続

・ 「新しい生活様式」を踏まえ、無理せず自分にできる運動を考えてみましょう。

・ 少人数で距離を取ってウォーキングを行う、自宅で動画を活用して体操するなど、感染防止対策を心がけ、安全に運動しましょう。

### ■お口の健康との影響

・ 歯周病を放置すると、心疾患、脳血管疾患、糖尿病等に影響を及ぼす可能性があります。定期的に歯科通院しましょう。

・ お口の中の衛生管理が不十分になると、高齢者の細菌性肺炎、誤嚥性肺炎のリスクが高まります。お口のケアは毎日行いましょう。

### ■お薬の正しい使い方

・ 治療薬を中断したり、以前もらった薬を自己判断で飲んだりせず、かかりつけ医の指示に従って服用しましょう。

・ 健康食品では病気を治したり薬のような効果を得ることはできません。調剤や薬の配達の事など、薬局に相談しましょう。

## ■お問い合わせ

十日町地域糖尿病対策連携会議(糖尿病予防活動の推進を図る地域の保健医療関係団体や病院(行政等で構成する組織です))

TEL 757-2401

(十日町地域振興局健康福祉部内)

## おまつり広場「コーナー」

おまつり広場では、さまざまな事業所・団体が作品の展示や商品の販売、体験コーナー等を行っていました。今回は、それぞれの取り組み等をご紹介します。

## ●津南町生活改善グループ連絡会

### つなんの新鮮な野菜を

畑から食卓に!!

畑では秋野菜が順番を待つ季節となりました。

「いらっしやいませー。獲れたてのおいしい津南の野菜はいかがですかー!!」

毎年健康まつりでは「せっつえもん市」の看板のもとで、元気な掛け声と共に、畑から収穫したばかりのたくさんの秋野菜から、新鮮な具がたっぷりの豚汁、しょう煮芋や漬物などの手づくり加工品を持ち寄って出店しています。お客様との交流も糧にしながら、新鮮・安心・おいしいを motto に、地産地消に取り組んでいます。今年に残念ながら開催できませんね。

津南町生活改善グループ連絡会は、一昨年に活動40周年を迎えました。

健康まつりへの参加だけでなく、毎年身近な河川の水質調査の実施や、昔ながらの



↑オレンジ色のエプロンをつけた元気な母ちゃんたちです

伝統料理や郷土食の伝承、津南ならではの食材とメンバーの腕と工夫を集めた「食まつり」の実施などに取り組んできました。また、昔ながらの郷土食あんぼを作って、町内の小中学校に届け、その時代背景や農と食の大切さをお話しています。

メンバーがお互いの知恵と技術を前向きに楽しく伝え合える仲間です。会員募集中です。仲間になってみませんか。

■お問い合わせ  
農林振興課 農林班  
TEL 765・3115

### ●苗場福祉会

みさと苑リバーサイドみさと  
かりんの里グループホームひまわり

みさと苑より「ロコモティブシンドローム」について紹介いたします。

### ロコモティブ シンドロームってなに??

皆様はロコモティブシンドロームという言葉聞いたことがありますでしょうか。略して「ロコモ」と言ったりしますが、意味としては「転倒による骨折や変形性関節症などにより、より移動する機能が低下した状態」のことをいいます。

このようなことをきっかけとして、表1にもあるように、要支援・要介護状態になるかたが少なくありません。予防するためには、地域の体操教室やプールなどのスポーツ施設で身体を動かして筋力を維持することが非常に重要です。また現在、要支援・要介護状態の方でも、自宅での生活を継続して頂くために、デイサービスを活用して身体を動かす機会を設けてみてはいかがでしょうか。

みさと苑デイサービスセンターでは、ロコモティブシンドロームのことでお悩みのかたの支援をしております。自宅で生活し、通いながら入浴や食事などの日

常生活を支援するほか、理学療法士免許を有する職員が、機能訓練や自宅での生活をサポートいたします。

お困りのかたや興味があるかたは左記までお問い合わせください。

### ■お問い合わせ

みさと苑デイサービスセンター  
TEL 765・3400  
担当：竹内、櫻澤、樋口

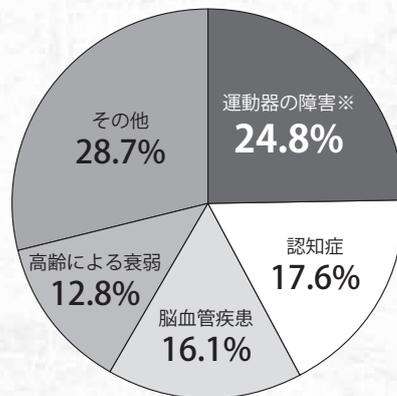


表1 要支援・要介護状態になる原因

※運動器の障害：骨折転倒・関節疾患・脊髄損傷の合計（厚生労働省2019年国民生活基礎調査の概況より改変）

### ●津南町食生活改善推進協議会

#### 食事について

「健康まつり」には糖尿病予防をテーマにした料理を作り、試食提供をしてみました。今までに実施した好評メニューを紹介しますので、参考にして下さい。

#### 「主菜」

- ① 鰯のソテーさっぱりキノコソース
- ② ヘルシー照り焼き豆腐ハンバーグ

#### 「副菜」

- ① パプリカと大根のカレーきんぴら
  - ② 野菜のコンソメスープ煮
  - ③ さつま芋とブロッコリーのサラダ
  - ④ なますつりの中華づけ
- 糖尿病を予防するためには薄味、バランスの良い食事、食べる順番を意識することが大切です。



↑健康まつりでの様子

## 災害時の食推おすすめレシピ20品

### 『バッククッキング』の紹介

バッククッキングとは、ポリ袋に食材を入れて、湯せんで火を通す調理法です。ひとつの鍋で複数の料理を同時に調理でき時間短縮、片付けも簡単ですのでぜひ挑戦して下さい。

### ／キャンプにも役立つ!!



### I ポリ袋で炊くご飯

#### 【材料 (2人分)】

- ・米…1カップ ・水…1カップ
- ・ポリ袋(アिरラップ)……1枚

#### 【作り方】

- ①米をポリ袋に入れ少しの水(分量外)で軽くもみ洗いし、その水を捨てる。
- ②分量の水を加え、袋の空気を抜いて上のほうで結ぶ。
- ③鍋に湯を沸かし、②を入れて約20分加熱する。火を止めそのまま10分ほど蒸らす。

### II ポリ袋で作るサバじゃが

#### 【材料 (2人分)】

- ・サバみそ缶…1缶
- ・じゃが芋…1個 ・人参…1/2本
- ・たまねぎ…1/2個
- ・ポリ袋(アिरラップ)……1枚

#### 【作り方】

- ①野菜は皮をむき一口大に切る。
- ②サバみそ缶を開けて汁ごとポリ袋に入れ①も加える。
- ③ポリ袋の中の空気を抜いて上のほうで結ぶ。
- ④沸騰した鍋に入れ約20分加熱し、取り出す。

私達の活動は、減塩でも美味い・簡単・

食べたい・作ってあげたい等の料理実習を重ね、それぞれの地区で伝達をしています。会員のいない集落では一声かけていただければ伺います。

### 会員募集中!!

### ●お問い合わせ

福祉保健課 健康班

TEL 765・3114

### ●就労継続支援B型

### 「すみれ工房」

当事業所では、地域での就労を目指す障がいをお持ちのかたがたに、地域企業様からいただく受注作業や自主製品の製品販売等の生産活動を通じ、就労するために必要な知識や技能習得の場を提供させていただいております。

主な作業内容は木工、縫製、食品梱包、各種部品組立て等ですが、町内介護施設のシート交換、床掃除、ガラス拭き等の施設外での作業も行っています。地域との交流も重要と考え、地域で開催される各種イベント等にも積極的に参加させていただいております。

### ●お問い合わせ

就労継続支援B型「すみれ工房」

TEL 765・4703

管理者 福原 吉重

### 製品紹介



コウソウの行灯  
行灯:700円 電飾800円



草の友(草取り用椅子)  
高さ15cm 650円



EMボカシ  
1キ口:420円



手ぬぐいマスク  
大人用:250円 子ども用:200円

### ●地域活動支援センター

### 「すみれの家」

今年、六十年振りの記録的な少雪となり、いつもより早い春が来ると楽しみにしていましたが、二月下旬からの新型コロナウイルス騒動により、そうした思いは一気に吹き飛ばされてしまいました。つらつらと、いこいの家のこの半年を思う中で、二つの事が考えられます。

一つ目は、十日町市からの登録者が増えたことです。十日町市内にも地域活動支援センターはある中で、何故かこの家を希望されるのか不思議に思っています。一人の利用者に尋ねてみました。

スタッフ「何故、いこいの家なの？」

利用者「こは一人じゃないから。やはり大切な基本となるのは、人の関わり方やアプローチの方法なのかもしれません。」



↑トウモロコシ加工作業の様子

二つ目は、収益への取り組みです。利用者のお金(年金)のやり繰りは正直ヒヤヒヤものです。稼ぐに追いつく貧乏なしと言いますが、利用者で希望される方には作業を提供しています。受託作業である「雪下人参の皮むき」「トウモロコシ加工」や自主製品の「高規格布マスク作り」等、今年度は収益作業にも重点をおいてきました。これまでもいこいの家では、フリースペース的な機能を大事にしてきましたが、いよいよ「稼ぐ」ことも目的の一つに加える時期になったと実感しています。

### ●お問い合わせ

地域活動支援センター いこいの家

TEL 765・1340

# さわやか スポーツ教室コーナー

## ●津南町スポーツ推進委員会

### さわやかスポーツ教室

#### 後期の活動紹介!

津南町スポーツ推進委員会では、各地区で「さわやかスポーツ教室」を行っています。そこで、後期の活動を紹介いたします。

## ●津南小学校会場

- 日 日 日: 11月13日(金)・11月27日(金)
- 時 間: 午後7時半～8時半
- 対 象: 主に小学生とその保護者
- 内 容: グラウンドゴルフ、  
軽スポーツなど

## ●総合センター会場

- 日 日 日: 10月23日(金)・11月6日(金)・  
11月20日(金)
- 時 間: 午後7時半～8時半
- 対 象: 障害をお持ちの方とその  
保護者
- 内 容: グラウンドゴルフ、  
軽スポーツ

## ●旧外丸小学校会場

- 日 日 日: 10月21日(水)・11月4日(水)・  
11月18日(水)
- 時 間: 午後7時～8時半
- 対 象: 主に小学生とその保護者
- 内 容: ユニホッケー、  
スポーツ鬼ごっこなど

## ●上郷地区

- 日 日 日: 10月27日(火)・11月3日(祝)
- 時 間: 午後7時半～8時半
- 集 合 場 所: 上郷小学校玄関前
- 対 象: どなたでも
- 内 容: 10月27日(火) ↓ ウォーキング  
11月3日(祝)  
↓ グラウンドゴルフ

## ●芦ヶ崎小学校会場

- 日 日 日: 10月21日(水)・10月28日(水)・  
10月30日(金)・11月4日(水)・  
11月6日(金)・11月13日(金)
- 時 間: 午後6時～7時半
- 対 象: 主に小学生とその保護者
- 内 容: 10月21日(水)～11月6日(金)  
↓ ユニホッケー  
11月13日(金) ↓ 鬼ごっこ祭り

どの地区に参加していただいても結構です。(参加料無料)運動ができる格好でお越し下さい。詳細については津南町総合センターまでお問い合わせください。

## ■お問い合わせ

津南町総合センター  
TEL 765-5776



# クアハウス津南コーナー

クアハウス津南で人気の教室をご紹介します。

3つのエクササイズ(ボール)  
運動強度に合わせて参加できます。

## ◆アクアリズム

- ※運動強度: ★★ (しっかり動けます)
- 日時: 毎週土曜日
- ① 午後1時15分～2時
- ② 午後7時～7時45分
- 参加料
- 会 員 1回600円
- 非会員 1回1,300円

## ◆アクアエクササイズ

- ※運動強度: ★★ (心地よく動けます)
- 日時: 毎週木曜日 午後1時15分～2時
- 参加料
- 会 員 1回600円
- 非会員 1回1,300円

## ◆水中エクササイズ

- ※運動強度: ★★ (心地よく動けます)
- 日時: 毎週月曜日 午後2時15分～3時
- 参加料
- 会 員 1回600円
- 非会員 1回1,300円

フロアでのエクササイズ  
どなたでも気軽に参加できる教室です。

## ◆バランスボール

- 日時: 毎週火曜日  
午後6時半～7時半
- 参加料
- 会 員 1回600円
- 非会員 1回900円



## ◆足踏み美人

- 日時: 毎週土曜日  
午後5時50分～6時20分
- 参加料
- 会 員、非会員ともに300円

※祝祭日はお休みになります。詳細についてはクアハウス津南にお問い合わせください。

## ■お問い合わせ

クアハウス津南  
TEL 765-3711

健康づくりに関する情報や  
各事業所・団体の取り組み等  
についてご紹介いたしました。  
今回の特集を参考に、ご自  
身の健康づくりについて考え  
てみてはいかがでしょうか？

# 令和元年度 決算報告

令和2年9月に開催された町議会定例会で、令和元年度一般会計、特別会計、病院会計の決算が認定されました。

決算は、一年間にどれだけの収入があり、どのように使われたのかを分類集計したものです。皆様が納めた税金や地方交付税、国県支出金などの使いみちと、町の財政状況をお知らせします。

## 一般会計

### 一般会計の決算状況

令和元年度の一般会計決算額は、歳入が69億8,030万円で前年度比8,058万円の増(12%増)、歳出が66億4,510万円で前年度比1,489万円の減(0.2%減)となり、差引3億3,520万円を令和2年度に繰り越しました。

経済の緩やかな持ち直しにより町税は平成29年度まで増加傾向も見られていましたが、今年度は、主に大企業の設備投資の減少による固定資産税(償却資産)の減などにより、町税全体では昨年度に引き続き減少し前年度比0.7%の減となりました。本町の財政は、地方交付税や国県支出金に依存する比率が大きい状況であり、徹底した経費節減や事務事業の見直しを実施しています。

町の借金である町債や町の貯金である基金の取崩しを極力抑制し、健全財政維持に努めています。

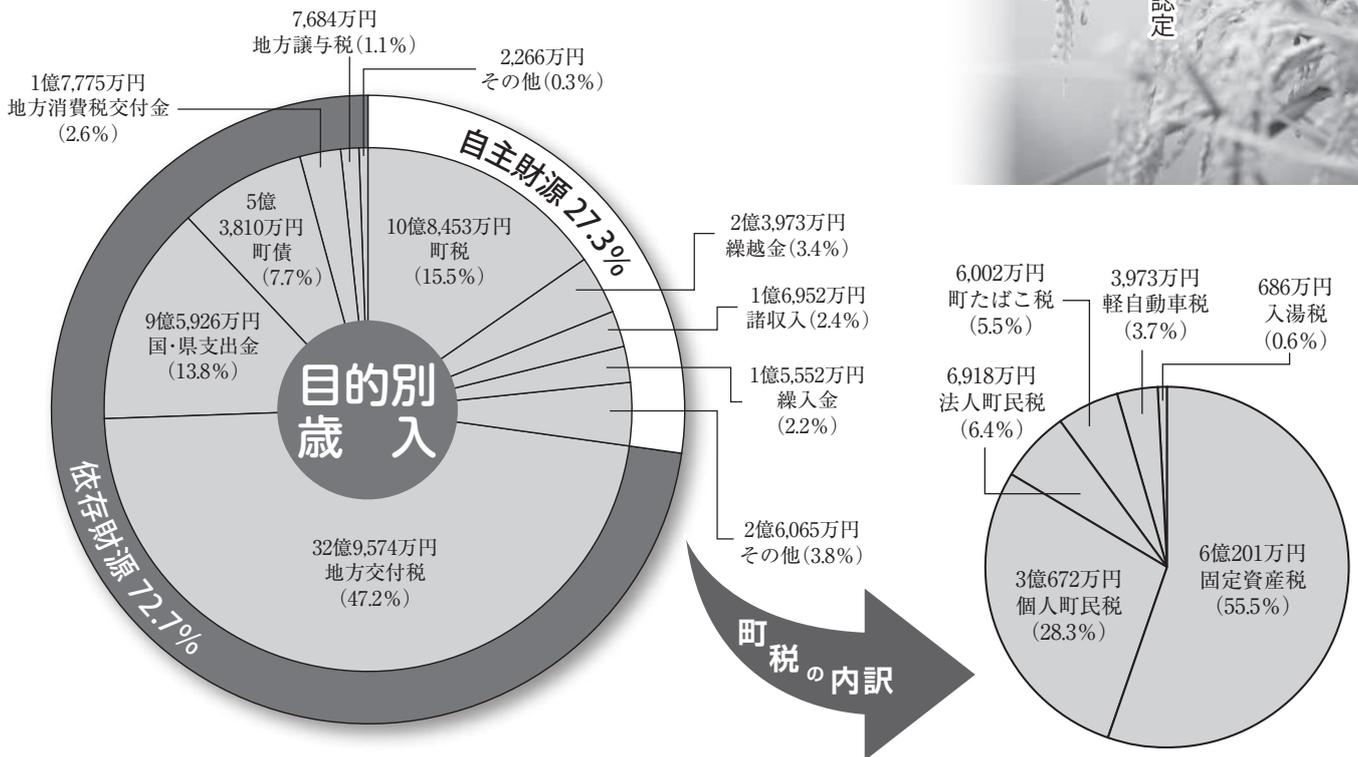
### 歳入の増減要因

本町の自主的な収入である自主財源は19億995万円で前年度比9,342万円の減(4.7%減)となりました。

町税のうち個人町民税は3億672万円、法人町民税は、6,918万円で前年度比352万円の増(5.4%増)となりました。固定資産税は前年度比1,045万円の減(1.7%減)、軽自動車税は前年度比177万円の増(4.7%増)、町たばこ税は前年度比177万円の増(3.0%増)、入湯税は前年度比102万円の減(12.9%減)となり、町税全体では10億8,453万円で前年度比745万円の減(0.7%減)となりました。

### ▼歳入合計

# 69億8,030万円



### 歳出の増減要因

歳出を目的別に見てみると、児童や高齢者など福祉関係経費である民生費の割合が最も高くなっています。民生費では、国民健康保険特別会計繰出金などの増により前年度比2,629万円の増(1.8%増)となりました。

衛生費では、ケアハウス津南修繕工事や町立津南病院補助金などの減により前年度比7,261万円の減(7.9%減)となりました。

土木費では、町営住宅解体工事などの減により前年度比1億9,524万円の減(23.2%減)となりました。

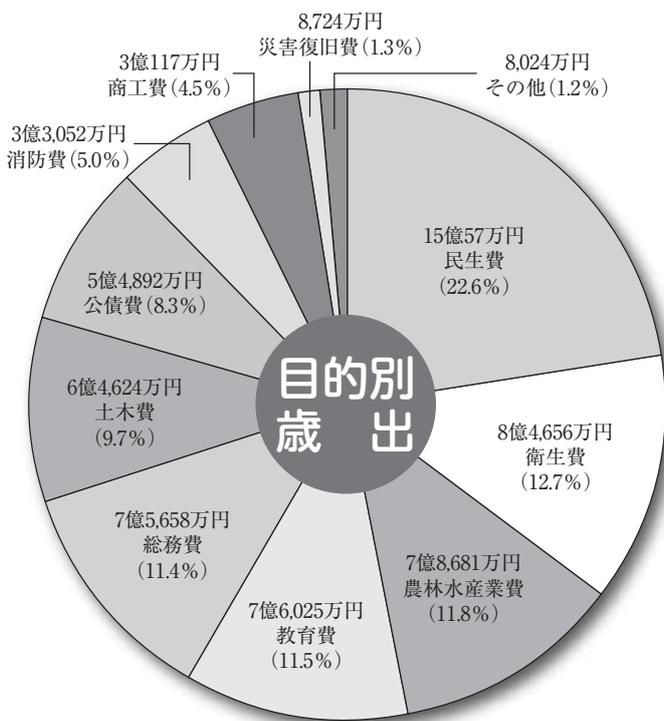
教育費では、小学校施設整備事業などの増により前年度比1億478万円の増(16.0%増)となりました。

歳出を性質別に見てみると、津南病院への補助金や十日町地域広域事務組合・津南地域衛生施設組合などへの負担金である補助費の割合が最も高くなっており、15億2,992万円で前年度比5,210万円の減(3.3%減)となっています。2番目が国民健康保険や下水道事業などの特別会計に一般会計から支出する繰出金の10億1,207万円で、前年度比2,633万円の増(2.7%増)となっています。

3番目が職員の給与や各種手当、福利厚生費などの人件費の8億8,797万円で、前年度比361万円の減(0.4%減)となっています。

### ▼歳出合計

# 66億4,510万円



また、業務委託料や光熱水費、燃料費、修繕費などの物件費は8億7,499万円で、前年度比371万円の増(0.4%増)となっています。

人件費、扶助費、公債費は任意に節減できない経費なので義務的経費と呼ばれ、この性質の経費が占める比率が大きいため、財政構造が硬直化(※)と言われることがあります。

※財政構造の硬直化  
財源のうち、固定的に毎年支払わなければならない費用が増大してしまい、新規に予算を獲得することができない状態。

### 性質別歳出

	金額	前年度比
人件費	8億8,797万円	-0.4%
物件費	8億7,499万円	0.4%
維持補修費	2億209万円	-1.5%
扶助費	6億772万円	4.3%
補助費等	15億2,992万円	-3.3%
公債費	5億8,192万円	0.5%
積立金	1億6,780万円	25.3%
投資及び出資金・貸付金	9,875万円	4.8%
繰出金	10億1,207万円	2.7%
普通建設事業費	5億9,463万円	-16.4%
災害復旧事業費	8,724万円	273.6%
合計	66億4,510万円	-0.2%

### 特別会計

#### 特別会計の状況

特別会計は、それぞれの会計で独立採算が原則です。

必要な財源は、保険料や使用料などの歳入で確保しなければなりません。厳しい財政状況にあっても、基本的なサービス水準を維持するために、一般会計から財源を繰り出ししています。

簡易水道、下水道、農業集落排水の特別会計には主に交付税措置された起債償還分を繰り出ししています。毎年の建設事業の量により大きく増減する会計です。

また、国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険の特別会計と病院事業会計は、法律や制度改正の影響を大きく受ける会計です。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険	10億116万円	9億8,943万円
後期高齢者医療	1億2,176万円	1億1,986万円
介護保険	18億4,360万円	17億2,759万円
簡易水道	1億2,322万円	1億1,425万円
下水道事業	3億8,584万円	3億7,234万円
農業集落排水事業	2億8,380万円	2億7,299万円
津南病院事業	12億3,754万円	12億2,504万円
合計	49億9,692万円	48億2,150万円

## 財政状況

国・地方とも厳しい財政状況が続いていますが、財政悪化を可能な限り早く把握し、財政改善に着手させるなどを目的として、平成19年に自治体財政健全化法が施行されました。

その法律で早期健全化基準と財政再生基準が定義され、2つの基準との比較で、自治体の財政状況をチェックします。

早期健全化基準を超えると財政健全化計画、財政再生基準を超えると財政再生計画の策定をしなければならず、さまざまな強制力や総務大臣の関与が法定されています。

### 実質赤字比率



財政健全化法施行以来  
15年連続黒字です

実質赤字比率とは、一般会計の歳入（収入）から歳出（支出）を差し引いた額の標準財政規模に対する割合です。

つまり、黒字か赤字かを判断する指標です。

本町は黒字のため指標は「なし」となっています。

### 連結実質赤字比率

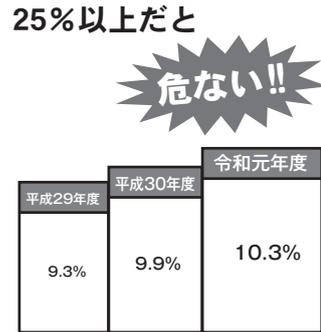


全会計を合わせても  
黒字です

連結実質赤字比率は、全会計の歳入（収入）から歳出（支出）を差し引いた額の標準財政規模に対する割合です。

本町は連結して全会計の合計も黒字となっているため、指標は「なし」となっています。

## 実質公債費比率



公債費とは、町債（借金）の元利償還金であり、一般会計のほか簡易水道・下水道・農業集落排水の特別会計、病院会計にもあります。

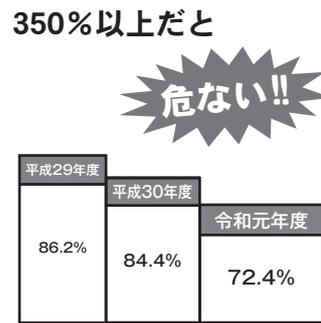
また、消防（十日町地域広域事務組合）や清掃（津南地域衛生施設組合）など一部事務組合の会計でも元利償還金があり、町が相対的な負担金を支出しています。

これらを実質的に公債費ととらえ、標準財政規模に対する割合を指標としています。

町債の元利償還金にはその種類により交付税措置があるため、実質の公債費と標準財政規模から交付税措置相当分を差し引いて計算します。

本町の実質公債費比率は「10.3%」であり、令和元年度決算では県内市町村平均値より低い値になっております。

## 将来負担比率



将来負担比率とは、背負っている借金等将来負担の標準財政規模に対する割合を指標としています。

背負っている将来負担には、町債現在高（全会計の現在高のほか、一部事務組合の借金のうち津南町の持分の現在高を含む）や将来の支出が決まっている経費（国営苗場山麓第二地区町負担金など）、町職員がいつせいに退職したと仮定した場合の退職金（退職手当引当金相当額）などを合計します。

この合計額から、貯金である基金現在高や町債現在高に係る交付税措置予定額などを差し引いて実質的な将来負担を算出します。

本町の将来負担比率は「72.4%」であり、県内市町村平均値より低い値になっております。

## 資金不足比率

資金不足比率なし

実質赤字比率・連結実質赤字比率・実質公債費比率・将来負担比率の4つの指標を「健全化判断比率」と呼びます。

自治体財政健全化法では、これら健全化判断比率とは別に公営企業の経営健全化について定めています。

公営企業とは、本町の会計では「簡易水道」「下水道」「農業集落排水」の特別会計と「病院会計」の4つの会計が対象になります。

連結実質赤字比率では全会計を合計しましたが、資金不足比率は公営企業ごとの資金不足額（赤字額）の事業規模に占める割合を算出します。

「簡易水道」「下水道」「農業集落排水」の特別会計は黒字のため、資金不足比率は「なし」となりました。

「病院会計」は、町から運営費を4億6,931万円補助することにより、令和元年度も資金不足比率は「なし」となっています。



**町民一人当たり  
(一般会計)**

**■町民一人当たりに使われたお金は**

※令和2年3月31日現在の  
人口9,349人で換算

**71万781円**

項目別一人当たり金額

総務費		広報・財産管理・他一般事務などに	5億 846万円	54,386円
		広域連携・交流・地域づくりなどに	1億 1,902万円	12,731円
		税金の賦課徴収に	5,556万円	5,943円
		戸籍住民基本台帳管理に	4,100万円	4,386円
		選挙・統計・監査等に	3,254万円	3,480円
民生費		障害者等の社会福祉に	4億 6,009万円	49,213円
		保育所運営等のこどもの福祉に	5億 1,481万円	55,066円
		お年寄りの福祉に	5億 2,567万円	56,227円
衛生費		健康づくり・検診・環境衛生などに	2億 657万円	22,095円
		ごみ・し尿の処理に	1億 3,448万円	14,384円
		簡易水道施設費の償還などに	1,042万円	1,115円
		津南病院の整備などに	4億 9,509万円	52,957円
農林水産業費		農業委員会・農業振興などに 林業振興・林道整備などに	7億 6,019万円 2,662万円	81,313円 2,847円
商工費		商工の振興に 観光の振興に	1億 4,842万円 1億 5,275万円	15,875円 16,339円
土木費		道路橋梁の整備・維持管理に 道路除雪に 河川の管理に 下水道整備に 町営住宅の建設・管理に	2億 712万円 1億 7,608万円 63万円 2億 3,626万円 2,615万円	22,155円 18,835円 67円 25,271円 2,797円
教育費		教育委員会事務・教員住宅管理などに 小学校教育に 中学校教育に 生涯学習・公民館活動・文化財などに スポーツの振興に	9,203万円 2億 4,615万円 1億 6,092万円 2億 2,298万円 3,817万円	9,844円 26,329円 17,212円 23,850円 4,083円
議会費		議会活動に	7,998万円	8,555円
労働費		勤労者の福利・雇用創出に	26万円	28円
消防費		広域消防・防災・災害対策に	3億 3,052万円	35,353円
災害復旧費		災害の復旧に	8,724万円	9,331円
公債費		町の借入金(町債)の償還に	5億 4,892万円	58,714円

## 財産の状況

町の財産には役場庁舎や学校・保育園など土地・建物の不動産のほか、山林の立木、町内7箇所の温泉権、株券などの有価証券や貸付金・出資金などによる権利、貯金である基金、車両や事務機器などの備品があります。基金には預金と中沢山の山林があります。預金である基金は、財政調整のための基金のほか、地域経済活性化や地域福祉など事業の目的ごとに設置されており、20種類の基金があります。

令和元年度は、財政調整基金等へ2億3,188万円の積立てにより基金総額で前年比2,746万円増の2億4,092万円となりました。

区分	現在高	対前年度比
土地	4,991,394㎡	0.1%
建物	129,617㎡	-0.2%
山林面積	2,041,755㎡	0.0%
山林立木	16,396㎡	0.0%
物権(温泉権)	7件	0.0%
有価証券	9,285万円	0.0%
貸付金	2億6,614万円	0.2%
出資による権利	1億8,902万円	0.1%
基金山林面積	702,137㎡	0.0%
基金山林立木	26,410㎡	0.0%
基金預金	20億4,092万円	1.4%
備品	車両・事務機器等	—

## 町債(借金)の状況

町債とは、町が事業を行うときに、歳入不足を補うため借入れる長期間の借入金です。

町債の元利償還金については、災害復旧のための借金が95%、過疎対策のための借金が70%、下水道整備のための借金が50%など種類により率は異なりますが、後年度に地方交付税として措置されます。

町の全会計の令和元年度末町債残高は117億9,756万円、756万円、町民一人当たり換算すると約126万円になります。

会計別	現在高	対前年度比
一般会計	67億7,877万円	1.5%
簡易水道特別会計	5億254万円	-0.7%
下水道事業特別会計	26億6,658万円	-12.7%
農業集落排水事業特別会計	17億8,843万円	-16.3%
津南病院事業会計	6,124万円	-21.8%
合計	117億9,756万円	-5.3%



津南町消防演習

## 消防業務など

### 十日町地域広域事務組合

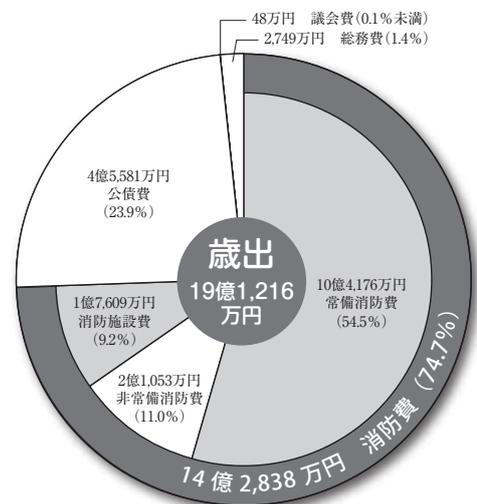
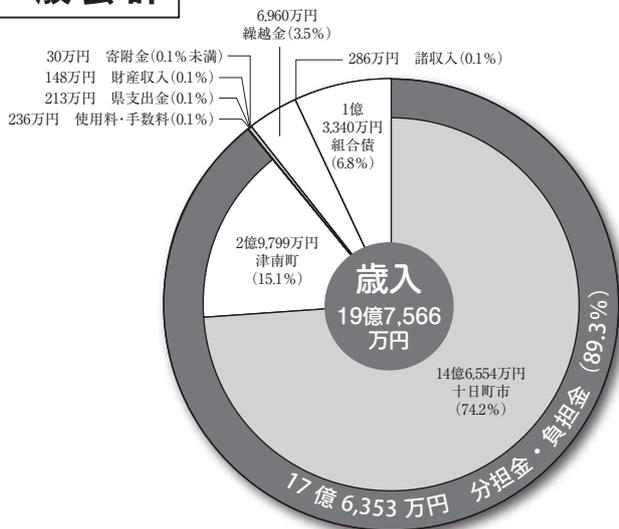
十日町地域広域事務組合は、十日町市、津南町が資金を出し合って消防や家畜指導診療所などの運営を行っている一部事務組合です。消防団の費用もこちらから支出しています。

### 家畜指導診療所特別会計

(単位:万円)

歳入	歳出	繰越金
5,246	4,549	697

## 一般会計



### [年間利用実績]

斎場 270件(内:津南町179件)前年度比2.6%増  
 ※火葬1件当たりの経費:72,867円(工事請負費を除く)

ごみ処理 ごみ搬入量:4,320トン(内:津南町3,747トン)前年度比3.1%減

燃えるごみ	3,640トン	埋立ごみ	56トン
金属ごみ	130トン	古紙	311トン
空びん	113トン	ペットボトル	21トン
空缶	49トン	白色トレイ	

※ごみ1トン当たりの処理経費:32,572円(工事請負費を除く)

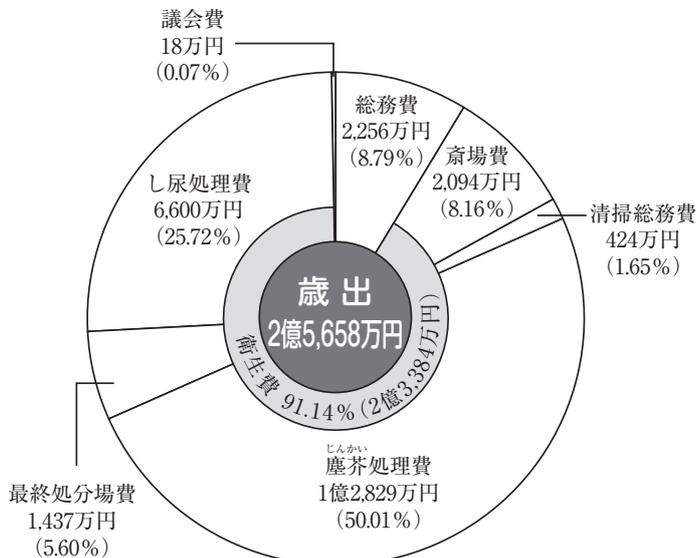
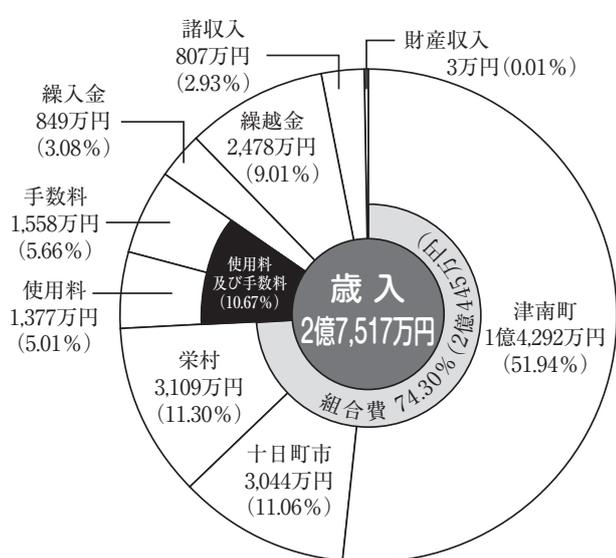
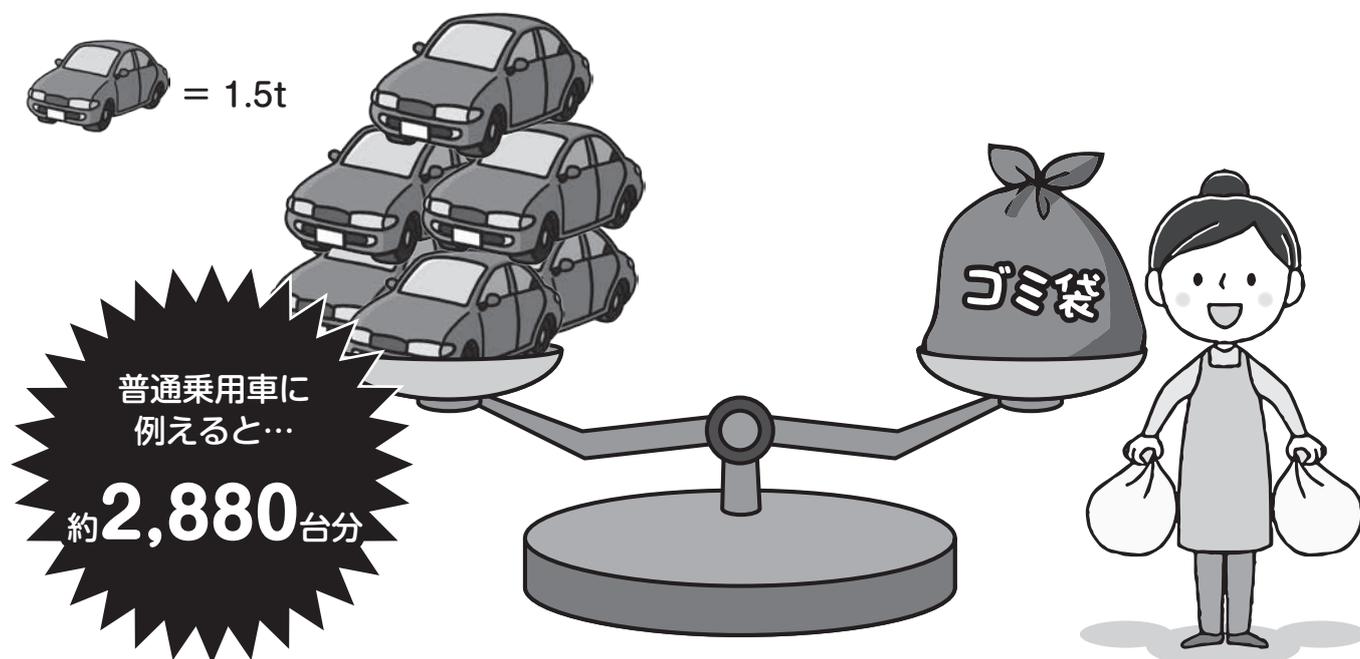
し尿処理 総搬入量:5,794kℓ(内:津南町2,120kℓ)前年度比2.0%減  
 ※1kℓ当たりの経費:12,346円(工事請負費を除く)

津南地域衛生施設組合

ごみ、し尿処理など

津南町・十日町市(旧中里村・旧松之山町の区域)・長野県栄村の3市町村で構成し、火葬・ごみ・し尿等の共同処理を行っている「津南地域衛生施設組合」の令和元年度の一般会計決算について、その概要をお知らせします。

## Q: 衛生施設組合で処理される年間のごみの量ってどれくらい?



# ひまわり保育園

## 増築について

### 説明します



**今**、少子化により子どもたちの育ちの環境は大きく変化しています。

生まれてくる子どもの数が減り、近所に近い年齢の子が少ない、あるいはいないところもあります。また、保護者やその家族は、すぐに社会の担い手として働く現場へ戻ることを求められるようになりました。その結果、保育園はこれまで以上に社会に必要とされ、その機能の強化と安定性を求められるようになりました。また、単に子どもたちを預かるだけでなく、子どもたちの健全な育ちの場としてますます重要になっています。

これらの時代の変化によって生じた課題や、将来に向けた対策を講じるためには、ひまわり保育園に「胎児から就学前までの子育て支援機能」を集約していく必要があります。

**津** 南町では、現在ひまわり保育園を増築する計画を進めています。この増築により、町の保育園は現在の5園

体制（ひまわり、こぼと、北部、わかば、上郷）から、3園体制（ひまわり、わかば、上郷）となります。これから町の人口は、さらに減少していく推計であり、若者・子育て世代に対する対応を先送りせず、素早く行っていく必要があります。

これまでお住まいの近くにあった保育園が遠くなりご不便をおかけする面もありますが、子育て支援センターも併設するほか、新たな取り組みを含めて、津南町で、子どもを産み育てることに躊躇しない町にしていきたいと強く思っています。津南町の教育・保育環境は、津南の先人が築かれてきたものです。そして今、私たちが次世代のための環境を築く番になりました。私は、私と同じように津南で生きたいと思った若者が、今後その思いを実現できる社会を作る一歩としていと思っています。

**時** 代の流れがどんどん早くなっていることを感じています。この新型

コロナウイルス感染症の影響で、またひとつ社会が変化する兆しを見せています。

決まりきった答えがない時代の中でも、私たちは、考えに考え抜いて新しい取り組みを進めていかなければなりません。そのために、子育て真っ盛りのかたから人生の大先輩がたまで色んな意見に耳を傾けながら、ひまわり保育園増築を進めていきます。町民全ての皆様へ進捗と計画を広報紙を通じてお知らせしていきますので、ご協力をお願いいたします。

← 令和2年



3月  
実施設計  
当初予算可決

4月  
ひまわり  
保育園増築に  
関する  
意見募集

5月  
保育園整備の  
ための合同  
検討会設置

7月  
設計業者を  
プロポーザル  
で決定

より詳細な  
実施設計に  
向けた  
プロジェクト  
チーム設置

11月  
プランを  
提示予定

# ひまわり保育園増築等に

## 向けたこれまでの取り組み

町では、今年3月町定例議会に、ひまわり保育園増築等に係る実施設計予算を計上し、町議会において慎重審議の結果、賛成多数で本予算を可決しました。その後、より良い増築となるよう、町ではこれまで次のような取り組みを実施しています。

4月上旬

### 増築計画に対する 意見募集

町ホームページに、ひまわり保育園増築に係る基本設計平面図及びパース図等を掲載し、町民の皆様のご意見がより実施設計に反映できるようパブリックコメント（公衆の意見）を募集しました。保護者の皆様ほか7名のかたがたから、園舎に関する事、園周辺整備に関する事、保育運営に関する事について、さまざまな貴重なご意見をいただきました。

4月下旬～6月下旬

### 保育園整備のための 合同検討会の設置

町議会議員、子ども教育専門家、保護者代表、町保育士、町教育委員会事務局の15名を構成員とする「保育園整備のための合同委員会」を設置し、助言・提言をいただきました。

#### ○第1回検討会

「パブリックコメント」「保護者アンケート結果」「保育士意見集約結果」について

#### ○第2回検討会

今後のスケジュール、増築する園舎整備について

#### ○第3回検討会

園庭・外交整備について

実施設計を考  
えていく上で  
の重要な参考  
資料といたしま  
した。



7月中旬～現在

### プロジェクト チーム設置

保育園整備のための合同検討会での意見集約を踏まえ、より詳細な実施設計に向けた検討や打ち合わせを行うため、プロジェクトチームを設置しました。チームメンバーは現場の課題を熟知している園長及び保育士のほか、子どもたちの安全・安心な食を預かる栄養士、各種感染症予防対策等の観点から町保健師、園舎園庭の建物構造等に精通する技師等としました。7月中旬から現在まで計5回にわたり、実施設計委託業者とともに、より良い保育園環境整備に向けて、綿密な打ち合わせを行っています。

なお、これらを踏まえた増築する園舎園庭の「平面図」「パース図」等については、11月20日号「広報つなん」に掲載し、町民の皆様にお知らせする予定です。



### ひまわり保育園 新園庭造成工事完了

ひまわり保育園増築棟は、現在の園庭・公園敷地内に増築される予定となっていることから、本年度、新園庭造成工事を先行して実施し、9月下旬に竣工しました。10月3日には、大きな土山を配し整地された新園庭の「こけら落とし」となる運動会が開催され、元

気な園児たちがダンスやかけっこなどの競技を行いました。

なお、今後は、現園庭の遺跡試掘調査、公園内樹木伐採などを行うほか、新園庭にブナやナラの木々などを植樹し、原体験のできる「津南の森」を再現した、新たな園庭を整備する予定としています。



↑新園庭で行われたひまわり保育園運動会

#### ■お問い合わせ

教育委員会 子育て教育班

TEL 765・3118

# 津南未来会議

～津南中等教育学校の未来を考える～  
開催レポート



9月26日に津南町役場大会議室で行われた津南未来会議～津南中等教育学校の未来を考える～では町内外から38名が参加しました。

中等教育学校に通う生徒7名のほか、教職員、県や市・町の議会議員、小学生をもつ親などさまざまな立場が一堂に集まり議論や情報の共有、関係づくりを行いました。



小山先生から説明を受ける参加者たち

報告をいただきました。

まず最初に情報の共有として、津南中等教育学校の小山尚之先生から学校の説明をしていただきました。事の発端となった入学者数についてや、基本方針、国公立大学への進学率や津南中等教育学校を入れて「津南妻有学」と題した各学年時での探究学習の取り組みについて

議論や情報の共有、関係づくりを行いました。

DMO推進室では、昨年度、津南未来会議として住民が話し合う場を設けてきました。今回は個別具体のテーマとして、6月に県内で話題となった津南中等教育学校の募集停止報道から、住民や行政、議会、学校と一緒にこの問題を考える会を開催しました。

まずは「知ること」から始める  
Know



オンラインであれば遠く離れていてもつながることもできます

また小山先生の紹介で探求学習の先進事例としてつながりのある、大船渡高校の生徒だった船野さんから、オンラインで事例の紹介をいただきました。津南中等教育学校の今までの取り組みを知ること、今後を考えるいいきっかけになったのではないのでしょうか。

## 探究学習とは

生徒自らが課題を設定し、解決に向けて情報を収集・整理・分析したり、周囲の人と意見交換・協働したりしながら進めていく学習活動のことです。探究学習では、生徒の思考力や判断力、表現力などの育成を目的としています。

## 後半は Discussion 参加者全員で「話し合い」

小山先生の話を聞いた後に、「5年後の津南中等に期待すること」としてどんな学校であってほしいかをテーマに話し合いを行いました。

津南未来会議として開催した今回の会議。平場の議論の場として桑原町長や事例の発表をした小山先生はじめ、校長先生など学校関係者も一参加者となり意見を交わしました。

会場には38人が集まったため、一人ひとりにできるだけ発言してもらいたかったこと、少人数のほうが話しやすいことからワールドカフェ形式で行いました。

ワールドカフェとは、4、5人のグループにまず別れ、その後メンバーを入れ替えながら何回か意見交換をすることです。メンバーを入れ替えることで違うグループでの話を共有しやすくし、また全体としてどういった意見が出たか。など大人数であっても、少人数の会議と同様に意見を言いやすい環境と情報共有をするのに効果的な会議の手法です。



桑原町長も一人の参加者としてカフェに出席



話す人以外はしっかり聞き手となります

## 「考え」や

## 「思ったこと」を書きだす

Share

7つの班で出し合った内容を模造紙に書き出し、それぞれの班から最後に全体に向けて発表・振り返りを行いました。

どの班からも「地域と学校がもっと近い存在になってほしい」「OB・OGの活躍をもっと知りたい」「特色ある学校にするためにもっと探究やICTを取り組むべき」といった意見が出ました。また事後アンケートの結果から、

「学校関係者として内から変えていく」「卒業生としてできることをしていく」「情報発信のお手伝いをしていく」



話し合った内容や思いついた内容を書き込んだ模造紙

といったように、この会議に出席したことにより、どうしても魅力ある学校になるか。を、アイデアを出すだけでなく、実際に自分がどう関わっていくか。という考えを持つようになりました。

## DMO推進室が じきん(じきん)じきん(じきん)

DMO推進室長 石沢 久和

3時間という長丁場でしたが、終わってみれば参加されたみなさんの白熱した議論であつという間に時間が過ぎました。当日ワールドカフェで話し合われた内容、回答いただいたアンケートについては、詳しくはHP等に掲載を今後予定しています。

こういった誰もが話を平場でできる会議を設定するということは、観光地域づくり課DMO推進室の横断的な業務と考えています。アンケートからも「農業と観光をつなぐ」「商工業の活性化」などのご意見を頂戴しています。今後も個別具体のテーマを取り扱う中で出てきた検討事項は、どうすれば実現可能かを関係団体と調整していく必要があります。DMOではすべてを行うことはできません。そして実現にはたくさんの方の協力が必要不可欠です。今後は学校や地域、行政と連携しながら、少しでもみなさんのアイデアを形にできるよう、また中等教育学校の魅力がアップできるよう働きかけていきたいと考えています。

## ■お問い合わせ

観光地域づくり課 DMO推進室

TEL 765-5454

暮らしの  
情報満載

# 見て・知って・得をする かわらばん

## 暮らし

### 要援護世帯の除雪援助

町では、一人暮らしのお年寄りや身体障害者のかたに対して、屋根の雪下ろしや玄関先（避難路）の除雪費、融雪屋根の灯油代を援助する事業を行っています。今年度新たに援助を希望されるかたは、次のとおり申請してください。

#### ■対象世帯

- ① 65歳以上のみの高齢者世帯
  - ② 世帯主が身体障害1～4級の世帯
  - ③ 配偶者のいない女子と義務教育終了前の児童で構成されている世帯
  - ④ そのほか要援護に準ずる世帯
- 【次の要件に該当する場合は対象外となります。】

- ① 生活保護世帯
- ② 町民税課税世帯
- ③ 世帯員のどなたかが、世帯外のかたの税法上の扶養親族となっている世帯
- ④ 親戚等の協力が得られる世帯（子や孫の協力を優先してください。）
- ⑤ 現に居住していない住居

#### ■援助内容

除雪利用券の配布または融雪屋根用の灯油代補助を行います。（併用はできません。また、補助額には上限があります。）

#### ■申請方法

各地区担当民生委員がご自宅を訪問し、世帯の状況について伺いますので、民生委員へお申込みください。

#### ■申請期限 11月5日(木)

#### ■制度に関するお問い合わせ

福祉保健課 福祉班  
TEL 765・3114

### 水道・下水道メータ検針

11月4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 11月4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

### 沖縄戦で亡くなられたかたのご遺族へ

沖縄県糸満市の平和記念公園内に、沖縄戦で亡くなられた全てのかたがたの氏名を刻んだ記念碑「平和の礎（いしじ）」があります。

次に該当する場合で、まだ刻銘されていないかたは、追加刻銘ができます。

昭和19年3月22日から昭和21年9月7日までの間、沖縄県区域及び南西諸島周辺において、沖縄戦が原因で亡くなられたかた

詳しくは左記までお問い合わせください。

#### ■お問い合わせ

福祉保健課 福祉班  
TEL 765・3114

新潟県福祉保健課 援護恩給室  
TEL 025・280・5180

### 新潟県最低賃金

新潟県最低賃金額は、従来の830円から1円引き上げられ、10月1日から

831円になりました。  
新潟県最低賃金は、県内で事業を営む全ての使用者及びその事業場で働く全ての労働者（臨時、パート、アルバイト等を含む。）に適用されます。

この機会に、最低賃金額を確認しましょう。また、最低賃金引き上げに向けた業務改善助成金や働き方改革推進支援センターの無料相談制度も設けられていますので、ご相談ください。

#### ■業務改善助成金に関するお問い合わせ

新潟労働局雇用環境・均等室  
TEL 025・288・3528

#### ■働き方改革推進支援センターの無料相談に関するお問い合わせ

新潟働き方改革推進支援センター  
TEL 0120・009・229

または025・256・8701

#### ■最低賃金に関するお問い合わせ

新潟県労働局労働基準部賃金室  
TEL 025・288・3504

十日町労働基準監督署  
TEL 025・752・2079

### 津南町中小企業研修支援事業

津南町では、新型コロナウイルス禍により中小企業が事業を停止せざるを得ない状況の中、雇用の継続だけでなく、優秀な人材の育成・確保を推進し、資質の向上や能力開発・技術力の向上等を図るため、研修会の受講にかかる経費について支援します。

### ■補助対象者

町内中小企業

### ■補助対象経費

12月28日までに町の登録研修所で研修を行い、その受講に要する経費(受講料) ※町の登録研修所とは、講師に応募した町内事業者のこと。

### ■補助金額

1 研修につき受講料の5分の4とし、1企業あたり上限50万円

### ■その他

・町教育委員会が実施する「出前講座(無料)」も併用してカリキュラムを組む。

・研修を受けられるのは1研修につき従業員10名以内とします。

### ■お問い合わせ

観光地域づくり課  
Tel 765・54454

## 町指定避難所の開設・運営に係る講演会

町では、近年頻発・激甚化する自然災害に備え、町指定避難所の在り方や運営方法について見直しを行っております。

避難所は地域の方が「難」を「避」けることのできる場所であり、運営も地域の共助によるものが不可欠です。

ついでには、より地域の皆様の意見を反映させた避難所の指定及び運営方法を確立するための講演会を開催いたします。

ふるってご参加ください。

### ■日時

11月1日(日) 午前9時30分～11時30分

### ■場所

津南町文化センター

### ■参加料

無料

### ■お問い合わせ

総務課 総務班  
Tel 765・3112

## 検察審査会からのお知らせ

検察審査会は不起訴になった事件を国民の目でそれが妥当かどうか審査する国の機関です。そこに所属する検察審査員は選挙員名簿から毎年選任されます。選任された場合は、ご協力のほど、よろしく申し上げます。

■お問い合わせ 長岡検察審査会事務局  
(新潟地方裁判所長岡支部内)  
Tel 0258-35-2182

## イベント

### 第13回へぎそばの里

### 越後十日町「地そば」まつり

■日程 10月5日(月)～11月30日(月)

■会場 越後妻有交流館キナーレ 他

### ■内容

新型コロナウイルス感染症拡大に配慮し、今年はへぎそば店スタンプラリーや

オンラインでへぎそばを楽しむ会など、内容を変更して開催します。事前申込が必要なものもありますので、詳しくは

「地そば」まつりホームページ <https://cross10.or.jp/jisoba/> をご覧ください。

### ■お問い合わせ

クロステン

Tel 757・2323



## 相談

### 長岡労働相談所

### 「出張労働相談会」

「退職を認めてくれない」、「パワハラを受けて悩んでいる」などの労働に関する

様々な悩み事に労働相談所職員がアドバイスします。相談は無料で予約不要です。また、秘密は固く守られます。お気軽にお越しください。

■日時 10月28日(水) 正午～午後3時

### ■会場

津南町役場 3階 第2委員会室

### ■お問い合わせ

新潟県長岡労働相談所

Tel 0258・37・6110

(労働相談専用ダイヤル)



## こころの健康相談のお知らせ

最近、急に気分が落ち込む、不安で落ち着かない、夜眠れない、人に会うのがおっくうだ、家に閉じこもり気味など、毎日の生活の中での混乱や不安があるかた、及びご家族の相談に応じます。

事前に予約が必要ですので、電話でお申し込みください。なお、相談時間を指定させていただきますので御了承ください。

また、定員に達しだい締め切りとさせていただきますのでお早めに申し込みください。

■相談日時 11月10日(火)

午後1時30分～3時30分

■場 所 津南町役場3階 第1委員会室

■相談医師 柏崎厚生病院 松田院長

■申込締切 11月2日(月)

※定員になりしだい締め切りとさせていただきます

■お問い合わせ

福祉保健課 健康班

Tel 765-3114 内線 (132・137)

# メタボのリスクは コロナのリスク？

皆さん、今年の健診結果はいかがでしたか？今年も新型コロナウイルス感染症対策で、外出自粛が呼びかけられ、例年より家で過ごすことも多くなりました。家で過ごす時間が長い分、運動不足になったり、いつもよりご飯やおやつを食べ過ぎてしまったりで、体重の増加・お腹まわりが気になるというかたも多いのではないのでしょうか？

## ■メタボとは？

健診結果で、体重や腹囲だけでなく、血圧・血糖・コレステロールの値が高かったかたは要注意！メタボリックシンドローム（以下、メタボ）の可能性があります。メタボは、内臓のまわりにたまった脂肪（内臓脂肪）が高血圧、高血糖、脂質異常を招き、それらが重複している状態のことです。単に肥満だからといってメタボという訳ではありません。メタボを放っておくと、動脈硬化を引き起こし、心筋梗塞などの心臓病や、脳卒中、糖尿病の合併症など、命に関わる深刻な病気になってしまふ危険があります。メタボに該当していないか、健診の結果を確認してみましょう。（図1参照）

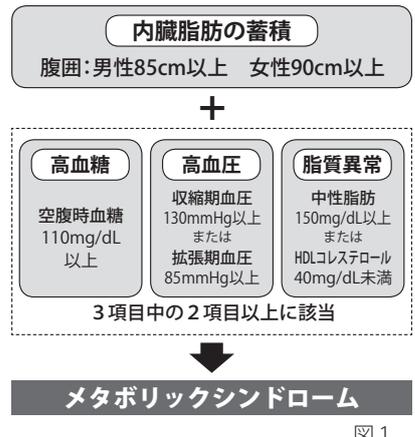


図1

## ■メタボと

### コロナウイルスの関係

実は、メタボに関係するリスクと、新型コロナウイルス感染症の重症化しやすいリスクには、肥満や高血圧、高血糖（糖尿病）、喫煙といった重複するものが多数あります。（図2参照）

健診の結果でメタボの項目に当てはまり、「受診が必要」と診断されたかたは、病気そのものの危険だけでなく、新型コロナウイルス感染症にかかると重症化する危険もあります。早めに医療機関を受診し、必要な場合は治療を受け、からだを正常な状態に近づけましょう。

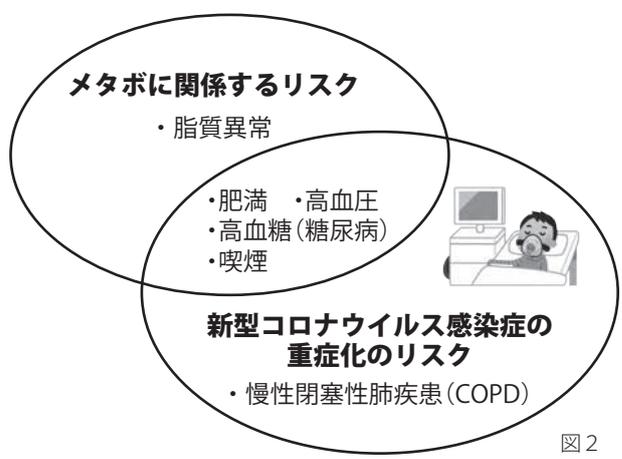
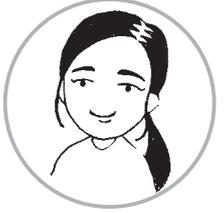


図2

今月は  
滝沢 琴音  
保健師



## ■生活習慣の改善で

### メタボを予防しましょう

生活習慣を整えると、メタボの予防・改善になるだけでなく、免疫力が高まると新型コロナウイルスの予防にもつながります。メタボに該当のかたもそうでないかたも、普段の生活習慣を見直し、改善できそうなことから取り組んでみませんか。

◎今日からできるメタボ対策  
・朝晩体重を測って記録しましょう。

### 〈食生活〉

- ・一日三食バランスよく食べましょう。
- ・毎日、野菜350g（両手のひら5杯分）以上と果物200g（片手こぶし1個分）以上を食べましょう。
- ・ゆっくりよく噛んで食べましょう。

### 〈運動〉

- ・からだを動かすことを意識しましょう。
- ・今より1000歩（10分間）多く歩きましょう。

### 〈睡眠〉

- ・忙しくても十分な睡眠時間を確保しましょう。

### 〈喫煙〉

- ・喫煙者は禁煙しましょう。禁煙外来や禁煙の薬を利用する方法もあります。

## ■特定保健指導について

町の健診を受けたかたで、メタボの危険があると、特定保健指導の対象となります。対象となったかたは、「動機づけ支援」「積極的支援」の2つの支援方法で、保健師、管理栄養士、健康運動指導士などの専門家のサポートを受けながら、生活習慣の改善に取り組むことができます。この機会にしっかりと指導を受け、生活習慣の改善に活かしましょうか？

## ■お問い合わせ

福祉保健課 健康班  
TEL 765・3114



# 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

# 「もしも」の時のために

地域包括支援センターへの高齢者の行方不明の相談は、毎年1〜3件程度あります。

道に迷ってしまったり、出かけた先で思いがけず怪我をして帰れなくなったりと理由は様々ですが、このような状況は、高齢者の事故や過労・脱水による衰弱等につながる危険があります。

「もしも」に備え、行方不明になってしまった場合の対応について確認しておきましょう。

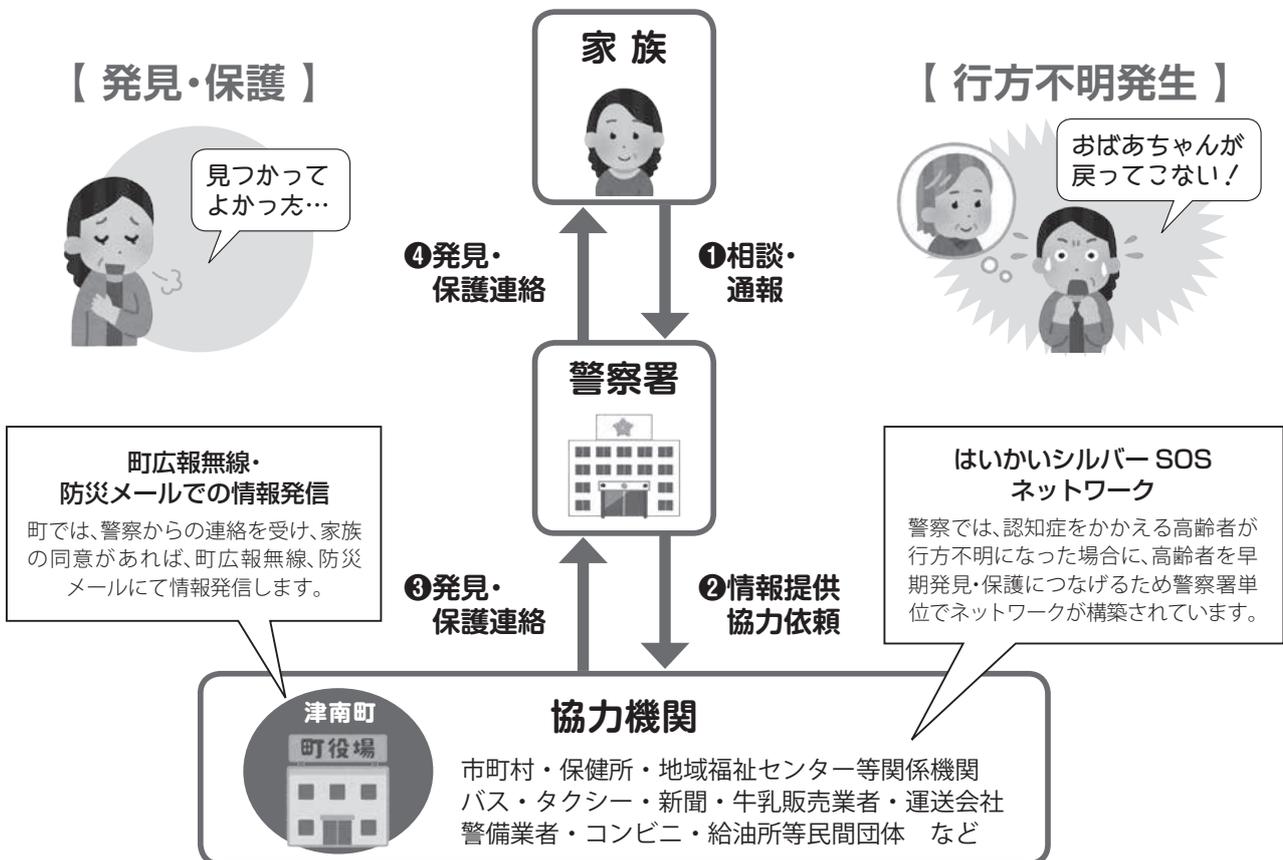


## 行方不明になる心配がある時は

- ◆日ごろから名前や連絡先が分かるものを身につけるようにする。
- ◆隣近所や集落などに、見守りの協力をお願いしておく。
- ◆最寄りの交番に相談し、行方がわからなくなった時の協力や保護された時に連絡がもらえるようにしておく。
- ◆ケアマネージャーなどの関係者とよく話しあい対応を相談しておく。

## 行方不明になってしまったら

行方不明になってしまったら、まずは警察に相談・通報しましょう。また、必要に応じてケアマネージャーなどの関係者にも伝えておくといでしょう。



## 職員募集(資格免許職)

令和3年4月に採用する津南町職員

(資格免許職)を次のとおり募集します。

### 1、職種及び採用予定人員

主任介護支援専門員または

介護支援専門員 1名程度

### 2、受験資格

(1)昭和40年4月2日以降に生まれた者で

①主任介護支援専門員の資格を有する者、

または令和3年3月31日までに同資格

取得見込みの者

②介護支援専門員資格を有する者で、主

任介護支援専門員研修の受講要件を満

たす者(採用後に速やかに主任介護支

援専門員資格を取得し、同資格取得後

は、主任介護支援専門員として業務を

行うことができる者)

(2)次のいずれかに該当する者は受験でき

ません。

・日本の国籍を有しない者

・禁以上の刑に処せられ、その執行が

終わるまで、または執行を受けること

がなくなくなるまでの者

・津南町職員として懲戒免職の処分を受け、

当該処分の日から2年を経過しない者

・日本国憲法施行の日以後において、日

本国憲法またはその下に成立した政府

を暴力で破壊することを主張する政党

その他の団体を結成し、またはこれに

加入した者

### 3、試験日時及び会場

①対象者 主任介護支援専門員または

介護支援専門員受験申込者

②期日等 12月中旬に津南町役場で実施

する予定です。

③試験の方法 作文試験及び面接試験

### 4、受験申込期間及び場所

(1)申込期間 10月21日(水)～11月30日(月)

(注)1. 郵送の場合は、11月30日必着分

で受け付けます。

2. 持参の場合は、午前8時30分から

午後5時15分まで(ただし、土・日

曜日及び祝祭日を除きます。)受け

付けます。

(2)申込場所 津南町役場 総務課

### 5、受験手続

(1)申込書(要綱)の請求先

津南町役場 総務課総務班

津南町大字下船渡戊585番地

〒765-3112(内線222)

※津南町のホームページで様式を

ダウンロードできます。

### (2)申込方法

次の書類を提出してください。

#### ①受験申込書

②主任介護支援専門員証の写しまたは

介護支援専門員専門研修過程Ⅰ及び

Ⅱ終了証明書の写し

③履歴書(受験資格を満たすことがわか

る履歴等を明記のこと)

#### (3)その他

不明な点は、津南町役場総務課総務班

までお問い合わせください。

## 地域おこし協力隊だより



津南町の皆さんこんにちは！芦ヶ崎  
地区地域おこし協力隊の南雲留里子  
です。

地域おこし協力隊に着任して約2か  
月半が経ち、津南町のことを少しずつ把  
握している毎日です。

季節はすっかり秋ですね。この大地も  
18時には暗くなり、朝は家の中もひんや  
り。最近では起きてすぐに靴下を履き家  
事を始めています。季節の移ろいを感じ  
るひとコマ…。皆さんは毎日の生活の中  
で、どんな時に秋を感じていますか？

8月より着任後、右も左もわからぬ  
中、同じ事務所に在籍している集落支援  
員の小山和美さんに、さまざまな事を教  
えていただきながら過ごしています。お  
かげで、津南町の名所(各展望台・柱状  
節理・沖の原・秋山郷・切明温泉・中子の  
トレッキングコース・今井城跡地など)  
を回る事が出来ています。こうして一  
緒に名所巡りをしてくださるかたの存  
在は、着任したばかりの私にはとても有  
難いものです。

これまでの活動では、芦の芽通信を発  
行し、赤沢集落の挨拶回りの際、手配り

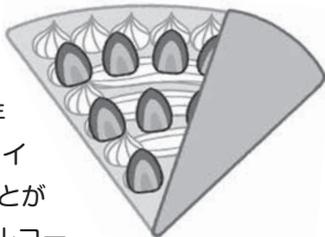
配布をして回りました。まずは地域のか  
たに私を覚えてもらう事と、一軒一軒自  
分の足で訪問させてもらうことで「地域  
を知る」に繋がったからです。赤沢  
集落では、実際に訪問してたくさんのか  
たの笑顔に出逢えた事が何よりの喜び  
でした。この活動は、6集落全体を訪問  
し終わるまで継続していきます。皆さん  
にお会いできることを楽しみにしていま  
すので、伺った際にはどうぞよろしくお  
願いいたします。

ところで、地域の集まる機会がなか  
か持てない今年は、子どもたちが楽し  
みにしていたお祭り事も神事のみ…どこ  
か虚しささえ感じた夏だったのではない  
でしょうか。9月に行われた芦ヶ崎小学  
校の運動会では、平日開催でしたがたく  
さんの保護者のかたが仕事の手を止め  
て応援に駆けつけ、「子は宝」ということ  
を改めて感じる事ができました。地域  
の宝、津南町の宝、そんな子どもたちが  
イキイキと輝ける場を、真剣に検討して  
いくことが我々大人たちの役割なので  
はないでしょうか。



## 米粉クレープ

稲刈りも終わって、ホッとする時ですね。今年は長雨が続き、コロナウイルスで毎日心が休まることはありません。手洗いとアルコール消毒、マスクといつもより神経質になり大変ですね。



体調を整えるようにバランスのとれた食事、外出をなるべくしないように、おやつも自宅で作ることをはじめた人もいるようです。そこで米粉を使ったクレープをお伝えしたいと思います。

【生地材料】 ※フライパンは24～26cmを使用

- ・米粉……………160g
- ・砂糖……………60g
- ・卵……………2個
- ・牛乳……………330cc

### 【作り方】

- ①ボウルに卵、砂糖、牛乳を入れて泡立て器で混ぜ、米粉を加えてよく混ぜる。ラップをかけて、常温で30分ほど休ませる。
- ②フライパンを熱して油を適量なじませ、①の生地をよく混ぜてお玉1杯分をフライパンに流し入れて広げ、弱めの中火で1～2分焼く。焼き色がついたら返して、30秒ほどさっと焼く。同様にもう7枚焼く。
- ③冷めたらホイップクリームを絞り、果物を入れてたたむ。

米粉のクレープはもちもち食感で、薄く焼いても破れにくいので、初めてでも失敗なく作れます。また、ミルクレープにしてもいいですよ！

農村地域生活アドバイザー 阿部 和子（美穂）

## 農業の豆知識

秋はクマが冬眠に向け、エサを求めて活発に動き回る季節です。

県内でのクマの出没、人身被害が相次いでいることから、県鳥獣被害対策支援センターでは、「クマ出没警戒警報」を発表し、10月、11月を「クマ出没警戒強化期間」として、注意喚起を呼びかけています。

また、今年はクマのエサとなるブナが全県で凶作～不作となっており、クマがエサを求めて人里近くの里山や人里にも多く出没することが予想されます。

人身被害にあわないために、次の注意事項の実践をお願いします。

### ●令和2年秋の実の生り具合

- ・ブナ……………凶作～不作
- ・ミズナラ……………不作～並作
- ・コナラ……………不作～並作
- ・クリ……………不作～並作
- ・オニグルミ……………不作～並作

※ブナ・ミズナラは主に奥山に分布しています。  
※コナラ・クリ・オニグルミはブナ等と比べ人里に近い地域に分布しています。

### 県内クマ出没

警戒警報発令中

クマに注意！

あなた自身を守るため  
クマに警戒してください

### （クマ）の注意事項の実践

- ①クマの出没が確認されている場所には近づかない
- ②単独行動を避ける
- ③音の鳴るものを携行する





『やめたいのにやめられない  
「悪い習慣」をやめる技術』

小早川明子 フォレスト出版

タバコやアルコール、スマホ依存など、多くの人が悩んでいる習慣から離れる方法を、科学的観点から紹介している本。  
人間の脳がなぜ「何かにハマる」のかをわかりやすく説明しています。

…来週から読書週間が  
はじまります…

10月27日(火)から11月9日(月)までの間、読書週間となります。これは戦後間もない時期に「読書の力によって平和な文化国家を作ろう」という考えで始まり、今年で74回目を迎えます。

今年の標語は「ラストページまで駆け抜けて」。

『学生時代はそれなりに本を読んでいたけれど、社会人になったら時間が足りず、気が付いたら読みかけの本を何か月も放置している…』  
なんて経験をされたかたもいるかと思えます。

そうなる前に読んでいた本の内容もつる覚えになり結局最初から読み始

10月の新着図書 (HPでも検索できます)

※変更となる可能性があります。

【大人の本】

- 『マイナンバーカード・マイナポータル徹底活用丸わかりマニュアル』……………日経BP社
- 『認知症になりたくなければラーメンをやめなさい』……………講談社
- 『家ねこ大全285』……………KADOKAWA
- 『シルバー川柳 10』……………ポプラ社
- 『半沢直樹 アルルカンと道化師』……………池井戸潤
- 『えにし屋春秋』……………あさのあつこ
- 『帝都争乱』……………今野敏
- 『幽霊終着駅』……………赤川次郎

【子どもの本】

- 『ひらめき力がぐんぐん育つ！ なぞなぞチャレンジ』……………ナツメ社
- 『もっとよのなかルールブック』……………日本図書センター
- 『なぞかけ動物園』……………理論社
- 『不思議駄菓子屋銭天堂14』……………ひろしまれいこ 廣嶋玲子

【絵本】

- 『まほうのハッピーハロウィン』……………石津ちひろ
- 『ハロウィンのかぼちゃをかざろう』……………パトリシア・トート
- 『どすこいすしずもう おおとろやまのひみつ』……………アン マサコ
- 『アンパンマンなぞのおはなしえほん』……………やなせたかし

…図書室の基本情報…

※図書室を利用の際は、「マスク着用」、「手洗いがい」、「長時間利用の回避を配慮いただく」とともに、「入室者記入用紙」を記入の上ご利用ください。

※インターネット予約にはパスワード設定が必要です。利用者カード作成時に設定していない方は、図書室の受付でお申込みください。  
■スマートフォン版ページはこちら



め、なおさら時間が足りず、全然本が読めないなんて悪循環にも陥ってしまったり。そうならないためにも何とかうまく時間を作って、しっかりとラストまで読み切りたいものです。

開催期間はもともと「文化の日を中心とした2週間」として定められました。この運動が全国的に広がった影響を受けて、始まりの10月27日は2005年から「文字・活字文化の日」という記念日にもなっています。

せっかくのいい機会ですので、「この読書週間に〇冊本を読もう」なんて目標を決めてみるのもいいかもしれませんね(ただし、熱中しすぎて寝不足にならないようにご注意ください)。

■開室時間 平日 9時～18時

土日祝 8時30分～17時

■休館日 10月26日(月)、11月30日(月)

■貸出冊数 1人につき6冊まで

■貸出期間 2週間。予約がない場合に限り2週間延長可能。

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

…

短歌

砂丘

旭川の孫の写真をラインより  
いつでも見られ楽しみ増える

北村まさ子

肌寒き朝の日課に猫のハナ  
夫の胡坐を目掛けて入る

小島香代子

早起きを続けて気づく軒下の  
鳥がさえずり日の出知らずを

江村大輔

庭の木にからみて青き葉の残る  
蔓を刈り取り輪飾り作る

石橋寿子

台風の接近報道見し入ら  
急ぎ刈るらしコンバイン響く

津端恵子

小春日につぎつぎと飛ぶ蜘蛛の糸  
陽に煌めくを飽かず眺める

貝澤圭子

桃色に窓を染めゆく夕焼けの  
色変わるさまを出でて眺むる

関谷郁子

三ヶ月の産み月控へ入院せる  
娘の代はりにベビー服選ぶ(切迫早産)

恩田久美子

ざわざわと稲穂を揺らす南風  
朝露飛ばし乾燥させたり(令和元年台風十五号)

丸山直子

眼裏に朱鷺の棲む島恋しめば  
浜茄子の咲く海辺の浮かぶ

小野寺恒代

夏草の茂みの中に昼顔は  
つるを伸ばして密かに咲きぬ

高橋春枝

満開の菊の盛りを手折り来て  
施設に飾るよろこびのあり

内山キク

暖冬の畑に摘みきしアスパラ菜  
サラダで食べれば口中甘し

麻績初恵

オーバーの梱凍らせて逢ひし日に  
有楽町で逢いましょうを聞く

滝沢勝枝

終日を雨と風とでうす暗く  
ライトをつけた車が行き交う

風巻京子

霧包む刈田の原を歩みつづ  
人間の持つ危うさ思ふ(若きスターの死)

鈴木綾子

畦に咲くキンエノコロの金の穂の  
逆光の中に光りまばゆし

萩原光之

長生学園

ワークマンより滑らぬ靴を今日求む  
八十路の我を支へてくれと

中村武子

俳句

コロナ禍に静もる町に目覚めよと  
花火のと光胸打つ(新型コロナ終息祈願花火大会 矢放神社祭礼)

島田真之

岩すげ俳句会(九月)

戸締まりの棧に蛍の明滅す

壽子

山鳩の声の張りよき今朝の秋

千年雄

大筆にたつぷりと墨涼新た

れい子

ひぐらしに癒さる野良の帰り途

芳司

忙しない犬の寝息や熱帯夜

美恵

かなかなの遠く聞こえて空白む

妙

長き夜を施設の廊下行き来する

冬詩子

かなかなや父の命日墓洗ふ

渡舟

大夕焼オーケストラの響くよな

緑

朝涼の散歩駆け出したくなりぬ

房良

コロナ禍や音ばかりなる盆踊り

守人

秋の夜や單車響きて何処へか

フミ子

# ＋ 病院歳時記

## 訪問診療を始めてみませんか

外来師長 本田 浩美

津南病院では、平成28年から訪問診療を開始しています。

年々需要も高まり、訪問診療の利用者が増えています。現在は津南町、栄村、中里地域まで訪問しています。

利用しているかたは、当院からついで通院が困難なかた、一人暮らし、高齢者世帯、自宅で最期を迎えたいかた等、さまざまです。

ご利用に当たっては、ご本人やご家族様に寄り添い、安心・安全に、一日でも長く、自宅で過ごす事ができるように支援をしたいと思っております。

担当保健師やケアマネージャーとも連携を図り、在宅生活での困り事にも対応します。ご希望があれば、内科外来の主治医、看護師に、お気軽に相談してください。



# 年金コーナー

## 年金生活者支援 給付金制度

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要ですが、ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

### ■対象となるかた

○老齢基礎年金を受給しているかた  
次の要件をすべて満たしている必要があります

- ・ 65歳以上である
- ・ 世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- ・ 年金収入額とその他の所得額の合計が約88万円以下である
- 障害者基礎年金・遺族基礎年金を受給しているかた  
次の要件を満たしている必要があります
- ・ 前年の所得額が約462万円以下である

### ■請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただけるかた  
お受け取りの対象になるかたには、日本年金機構から10月中旬頃から、請求可能な旨のお知らせを送付します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。令和3年2月1日までに請求手続が完了しますと、令和2年8月分からさかのぼって受け取ることができま。

### ② 年金を受給しはじめるかた

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

### ■日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求められることはありません。

### ■お問い合わせ

ねんきんダイヤル  
TEL 0570・05・1165  
年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

## 健康体づくり100日運動

前月までに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）

- 5400日 板場キヨ(辰ノ口)
- 3900日 鈴木カヨ(船山新田)
- 2300日 石橋俊治(割野)
- 1400日 城澤作義(小下里)
- 1100日 島田ミサ(赤沢)
- 600日 小林真紀子(足滝)
- 500日 福原ユキエ(外丸)
- 400日 高橋フミ子(中深見)、板場 基(割野)
- 200日 涌井サト(大割野)
- 100日 中村勝一(宮野原)

主な運動:ラジオ体操、健骨体操、ウォーキング他



## 議会コーナー



### ＜実施された行事＞

- 〔9月〕  
30日 十日町地域広域事務組合議会  
30日~10月1日 県町村議会議長会議（田上町）
- 〔10月〕  
3日 ニュー・グリーンピアカップゲートボール新潟オープン2020開会式（議長）  
6日 議会運営委員会  
6日 全員協議会  
6日 第4回臨時会  
8日 建築要望検証会

### ＜今後予定されている行事＞

- 〔10月〕  
20日 Tapとの懇談会（総文福祉常任委員）  
全議員研修会
- 〔11月〕  
6日 全員協議会  
9日 町村自治に関する研修会  
9日 町村長との懇談会（議長）  
13日 令和3年度建築要望申入れ  
30日 令和3年度建築要望回答会



**クアハウス津南**

【営業時間】午後2時～8時半（8時最終受付）

**健康で美しいカラダづくり**

皆さん「カラダづくり」していますか？  
スポーツの秋と言われるように、身体を動かして体力や筋力をつけ冬に備えるのは必要なこと。新型コロナウイルス感染症防止対策を実施し、広く換気の良い環境で運動教室を実施しています。  
10月は「カラダづくり」をテーマに初心者でも上級者でも一緒にできるバランスボール教室を開催中。

**【内容】**

普段動かしていない骨盤やその周辺の筋肉、体幹を刺激してバランス力を強化。全身のインナーマッスルを鍛えます。  
※自分のできる範囲で楽しく行えます。  
※参加料金は当日受付でお支払いください。  
※その他の教室はクアハウス津南ホームページや館内掲示で紹介しています。

**10月の開催日**

20日(火) 18:30～	24日(土) 16:00～
26日(月) 18:30～	27日(火) 18:30～

※31日(日)はイベントのためアクアリウム（昼）、バランスボールは休講します。

**●バランスボール（60分）**

体育館で実施中  
会 員 600円 / 1回  
非会員 900円 / 1回  
※シューズはいりません



**第1回 津南町親善水泳大会開催**

昨年まで5回を重ねた「クアハウス津南水泳発表会&記録会」を今年度から「津南町親善水泳大会」と名前を一新しました。昨年51回の歴史に幕を閉じた「津南町小学校親善水泳大会」を継承し、子どもたちの目標となるべく、新しい舞台のスタートです。

園児や児童、そして県内のトップ選手までが一堂に会し、それぞれの目標にチャレンジする姿は、見る者すべてを感動の渦に巻き込みました。

また、今までの小学校最高記録が3つも飛び出し、熱い一日となりました。T a p s イミングスクールはこれからもチャレンジするスイマーを応援していきます。



お申し込み・お問い合わせ:クアハウス津南 TEL765-3711

**苗場山麓ジオパーク  
かくれた魅力、  
発見し隊!**

苗場山麓ジオパークの大地・動植物・人の暮らしなど様々な魅力が再発見できるフォトコンテスト。

今年度第6回フォトコンテストの作品を現在募集しています。

ジオサイトの迫力ある景観やそれを楽しむ人の姿、ジオサイトと共に暮らす人の営みや伝統文化・行事・祭り、ジオサイトに生きたる動植物のたくましい生命力などをとらえたとおきの一枚をご応募ください。

**〈応募締切〉**  
**12月25日 午後5時**  
※今回から締切が少し早くなりましたので、お間違えなく。

応募に関する詳細につきましては、苗場山麓ジオパークのホームページまたは、役場・観光協会・なじよもん等に置いてあるフォトコンテストチラシをご覧ください。

また、昨年行われた第5回フォトコンテストの入賞作品29点の展示会を農と縄文の体験実習館なじよもんに開催します。

**〈期間〉**  
**11月21日(土)～12月20日(日)まで**  
\*月曜休館(月曜が祝日の場合は翌日休館)・入館無料  
**観覧時間:午前9時～午後5時**



昨年のなじよもんでの展示会の様子

この展示会に併せて、写真家でフォトコンテストの審査員でもある飯塚英春さんから寄贈いただいた作品20点も展示いたします。苗場山や秋山郷など苗場山麓ジオパークエリアで撮影された美しい写真をこの機会にお見逃しなく!

■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  
ございます



小幡 季央(大割野) 剛さん 優子さん  
池田 有志(東京都) 裕介さん 春菜さん

おくやみ  
もうしあげます



藤ノ木寅三さん (96歳・中深見)  
石沢 耕さん (84歳・亀岡)  
桑原 ヨキさん (105歳・船山)  
山本 一夫さん (84歳・大谷内)  
藤ノ木吉江さん (86歳・正面)  
市川 トキさん (97歳・谷内)  
福原 英壽さん (76歳・外丸)  
小野塚ミツさん (94歳・大割野)  
福原 美代さん (88歳・鹿渡)  
藤原タマエさん (86歳・段野団地)  
石澤スミイさん (99歳・駒返り)  
山田 義寛さん (73歳・十日町市)

## ● 秋季企画展「千曲川—信濃川流域の縄文文化 -火焰土器前夜の世界-」

会 期:9月5日(土)~ 11月3日(火・祝)

日本一を誇る大河「千曲川—信濃川」流域には、10,000年以上続く縄文時代の中で様々な文化が醸成されました。約5,000年前の信濃川流域には火焰土器が展開し、同時期の千曲川流域にも華美流麗な土器群が存在します。



秋季企画展

本企画展では、火焰土器成立の直前にどのような土器群が存在していたのか、その様相を探ります。



## ● 津南シンポジウムXVI

### 「火焰土器前夜の様相-五丁歩土器の世界-」

日 時:10月24日(土) 13:00~17:00

参加費:2,000円(資料代)

約5,000年前に津南町および新潟県を象徴する「火焰土器」が誕生します。今回のシンポジウムでは、この火焰土器が成立する直前の時期を対象とし、火焰土器が形成されるプロセスを探ります。



シンポジウムの様子

お問い合わせ先:津南町教育委員会文化財班 ☎765-2299

## ● 子ども縄文研究展2020

会 期:11月7日(土)~ 11月22日(日)

子どもたちが「縄文」をテーマに学習した成果を展示します。



子ども縄文研究展

## ● 津南学叢書刊行のお知らせ

第38輯『千曲川—信濃川流域の縄文文化』 2,000円

第39輯『津南シンポジウムXVI 火焰土器前夜の様相 予稿集』 2,000円

上記2冊を同時にご購入いただくと、セット価格3,600円でお買い求めいただけます。

## 11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(日) 9:00~12:00	苗場山麓ふらり旅	無料	高学年以上
3日(火) 10:00~12:00	つる細工	800	高学年以上
7日(土) 10:00~11:00	秋の自然観察会	300	低学年以上
8日(日) 10:00~12:00	やさしいつる細工	500	低学年以上
14日(土) 10:00~11:00	鹿角のリングアクセサリー	600	低学年以上
15日(日) 10:00~12:00	ひょうたんのランプシェード	1,000	10才以上
21日(土) 13:30~15:30	カラムシの糸撚り	1,000	中学年以上
22日(日) 10:00~12:00	アンギン編み 初級編	1,000	中学年以上
23日(月) 10:00~12:00	木の実のリース	1,000	低学年以上
28日(土) 10:00~12:00	縄文ナイトライト	1,000	高学年以上
29日(日) 10:00~11:00	ろうそくのランタン	800	高学年以上

表紙の写真  
ひまわり保育園の新園庭で行われた運動会。リレーではみんなが元気よく走っていました。

この紙は再生紙を使っています

広報編集室  
徐々にイベントが開催されるようになってきて取材に行く機会が増えてきた今日この頃です。ひまわり保育園の運動会も無事開催され、子どもたちも新園庭を元気に走り回っていました。私がひまわり保育園に通っていたころはまだ旧園舎がある頃だったので昔に比べるとかなり様子が変わりました。これから担う子どもたちが健やかに過ごせる場になってほしいなと思います。  
村山拓也

## 津南町の人口

■人口9,287(-12) 男4,489(+3) 女4,798(-15)  
10月1日現在( )内は前月比  
■世帯数3,484(+2) ■転入/9 ■転出/12 ■出生/3 ■死亡/12 ■婚姻/3