

広報

# town

新潟県津南町

2014 No.632

2.20

tsunan.town

## 心の旅

### 主な内容

- 特集 今年もやります 体験型教育旅行... 2-5
- 3月1日は雪まつりに行こう... 10-11
- 第45回津南町小学校スキー大会結果... 12
- 町5大ニュース決定..... 13

特集

# つな<sup>い</sup>んで<sup>な</sup>田舎<sup>か</sup>体験

今年もやります 体験型教育旅行

## 体験型教育旅行とは

津南町では平成19年度から体験型教育旅行として、豊かな自然と魅力ある農業を土台に、小中学校生の受け入れを行っています。豪雪地ならではの温かい人情とこの地域にしかない民俗・習慣を子どもたちの「学ぼうとする力」の一つに役立てていただくとともに、交流人口の増加、農家の生きがい対策、地域の活性化を図っています。

津南町森林セラピー基地：樽田の森



# 都会の子どもたちの「田舎」体験受け入れ家庭を募集しています。

グリーンツーリズムの一環として、津南町で始まった「体験型教育旅行」これは農林水産省による都会から来た人への癒しを、受け入れ側はその対価を副収入として得る、「都会と農村の交流プログラム」として策定された事業です。

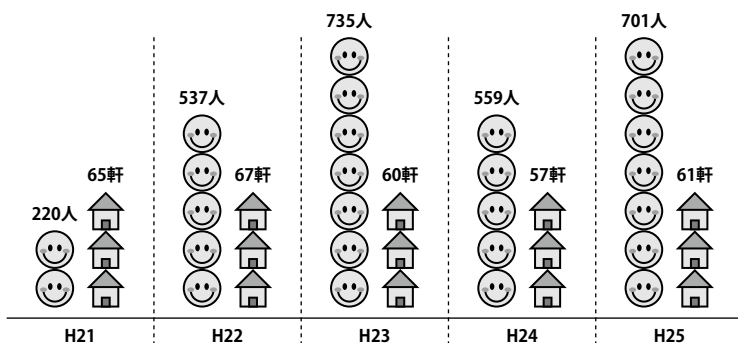
津南町での体験はたいへん好評を得ています。旅行会社を通じ、関東方面の小中学校からの受け入れを行っており、その問い合わせは年々増え続けています。受け入れた人数もおかげさまで平成21年度の約3倍になりました。

しかし一方で、受け入れをしてくださる軒数は5年前からほとんど増えていないのが現状です。

下のグラフはその数を表したのですが、生徒の数に対し、受け入れ家庭の軒数は増えていません。グリーンツーリズム推進室では事業を継続的に進め

るために、新しく受入をしてくださる家庭を募集しています。たくさんのかたに興味をもっていたり、体験型教育旅行について調べてみました。

## 過去五年間の受入実績



受け入れの問い合わせは年々増えていますが、継続的に受け入れを行うためには受入家庭の数が足りません。

## 体験型教育旅行はこうやって受け入れまで進みます。

- 1 実施日が決定  
(2月末から受入農家の募集を開始します)
- 2 学校側からグループリストとアレルギーの情報が届きます
- 3 受入家庭とのマッチングを行います  
(地域振興課グリーンツーリズム推進室で行います)
- 4 学校へ受入家庭マッチング表を提出します
- 5 農家のかたへ説明会や衛生講習会を行います
- 6 受入当日を迎えます
  - ・受入人数は1軒あたり3~4人。学校単位で来るため、町では一度に60軒程度のご家庭に協力してもらいながら、1泊から2泊の受入を行っています。
  - ・受入期間中は事務局と学校の引率が、急な発熱や事故などに備え待機しています。
- 7 反省会

このような都市と農村の交流の取組みは、全国的に注目されており、町以外にも独自の事業として行っている地域もあります

例えばこんなプランはどうですか？ 次のページへGO!



地域振興課 商工観光班 橋野 浩史

## 実際に受け入れたかたの予定表のご紹介 (1泊2日の場合)

### 1日目

#### 12:30 入村式

- なじよもんや総合センターを会場に入村式を行います。  
どんな子が来るのか、どきどきしながら迎えに行きました。

#### 13:10 宿泊する家庭へ移動

- 各家庭にて昼食をとりながら自己紹介  
泊まる子どもたちと受け入れる家族がお互いに自己紹介をしました。家の中の案内と、決まりごとの説明をしました。
- 農村生活体験開始  
体験メニュー①農作業体験  
じゃがいもがたくさんできたので、掘り起こしてもらいました。慣れない作業に苦戦していたようです。
- 夕食づくり・入浴・だんらん  
屋間の農作業で自分たちが収穫した野菜を使っての食事づくり。子どもたちの学校の話、津南の話(雪国の暮らし、方言など)子どもたちと心の交流をはかりました。

#### 21:30 就寝

屋間の作業で疲れたのか、21時過ぎには寝てしまいました。

### 2日目

#### 6:30 起床

- 朝食  
体験メニュー④集落散歩  
草取りを予定していましたが、雨が降ったので代わりに傘をさして近所を散策しました。すぐにカエルに夢になっていました。田舎の雰囲気をちょっとは満喫できたようです。
- すこし早い昼ご飯を食べさせ忘れものがないように帰る支度をさせました。

#### 12:15 閉村式

受け入れた子どもたちをなじよもんまで送りに。一泊二日でしたが、別れ際にこどもたちが泣いてくれたので、うるっときてしまいました。



受け入れたことないんだけれど、  
そう、最初は誰でも不安です。

体験型教育旅行では、ホームステイする各家庭の仕事や普段どおりの生活を体験をしていく、いわば「家業おまかせプラン」となっています。ですが、最初はどうしてもいまいかまったくわからないもの。ここではある家庭を例にあげ、いくつか参考になる取り組みを紹介します。

#### 体験メニュー①農作業体験



普段口にする野菜がどのように実り、収穫されるのか学びます。また、収穫作業だけではなく畑の管理や草取りも大切な仕事として教えてあげてください。農業の大切さ、苦労を学びます。

#### 体験メニュー②料理づくり体験



そば打ち体験や、ちまき作りは人気の高いメニューです。また、普段の食事づくり、後片付けも一緒にやりましょう。受け入れ家庭向けに料理教室も開催していますので、ぜひご参加ください。

#### 体験メニュー④集落散歩



都会にはない田舎の美しい風景や、カエルやおたまじゃくしにも子どもたちは喜びます。雪国ならではの工夫のある道路や側溝、信号などの発見もあります。街灯のない真っ暗な夜もめづらしいようです。

#### 体験メニュー③観光スポットめぐり



子どもたちが津南の観光名所、歴史について事前学習をしてくる場合もあります。津南町のPRも兼ねて夏はひまわり広場や竜ヶ窪、マウンテンパークの展望台などを案内してあげるのもよいでしょう。また最近では苗場山麓ジオパークのジオスポット候補地などがおすすめです。

必ずしも、ここに書いたとおりにする必要はありません。季節や天候によって行う作業はさまざまです。でも、どれも子どもにとっても貴重な体験となります。

子どもたちの笑顔で  
年に一度、我が家が  
にぎやかになる

ただのにんじん掘りも  
それは宝物になる



山笠かぶって  
草取りのお手伝い



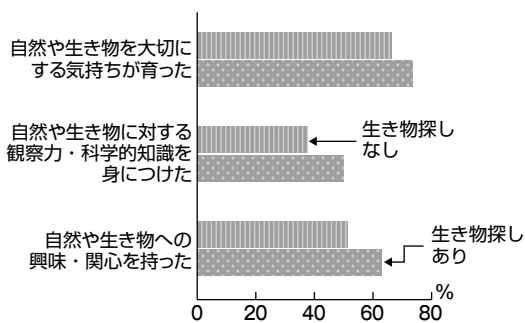
ほっとくと暗くなるまでカエルを探します

子どもたちが語った思い出に  
かならず出てくる「カエル」  
「外で遊ばせているだけ、手はかから  
ないけど…」これでもいいのという質  
問を受けますが、外で遊ぶのも立派な  
課外活動です。  
子どもにとっては触れる自然、見るも  
のすべてが宝物です。  
農林水産省発表のデータでは自然や生  
き物への興味や観察力が高まったとの  
結果が。特別、子どもたちのために何  
か仕事をさせるために頭を悩ますので  
はなく、普  
段どおりの  
農作業をお  
手伝いさせ  
てあげて  
ください。

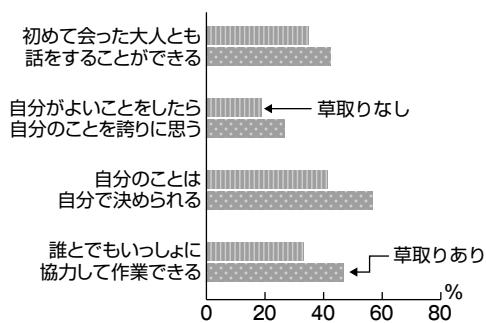
嘘のような  
本当の話

農村体験は  
人を成長させる!?

小学生（農業体験と併せて生き物探しを体験）  
（自然や生き物への興味や観察力）



中学生（農業体験と併せて草取りを体験）  
（生きるたくましさ）



農林水産省（農産漁村文化協会「教育ファーム推進事業調査報告書」）資料より転載

# 受け入れる側の「声」



毎年受け入れを行っている村山さん家族

やっぱり元気が

いちばん

村山 武夫（割野）

やっぱり子どもたちは素直ですね。食べ物もおいしいとよく食べてくれてうれしいです。自分で収穫した野菜は特別なのでしょうか。外で遊んでいる姿なんかを見ると、とても無邪気で、まるで津南の子のようです。

都会からわざわざこの津南町に来てくれたことに感謝しています。大人になって、また津南を思い出してもらえらうれしいですね。

明るい子どもたちで久しぶりに家の中がにぎやかになった。

家族の中に溶け込んでくれた。

好き嫌いをせずに、おいしいと食べてくれた。

農作業、家事など何事にも真剣に一生懸命取り組んでくれた。

何をしても「ありがとうございます」とお礼を言ってくれた。

野菜嫌いの子が、自分で採った野菜を食べてくれてうれしかった。

一方でこんな声も。

- ・野菜嫌いな子どもが多かった。
- ・意思表示がなく、おとなしかった。
- ・あいさつができなかった。

## 受入家庭への謝礼料金表

受入れ人数	1泊2日	2泊3日
1名	¥7,000	¥14,000
2名	¥14,000	¥28,000
3名	¥21,000	¥42,000
4名	¥28,000	¥56,000

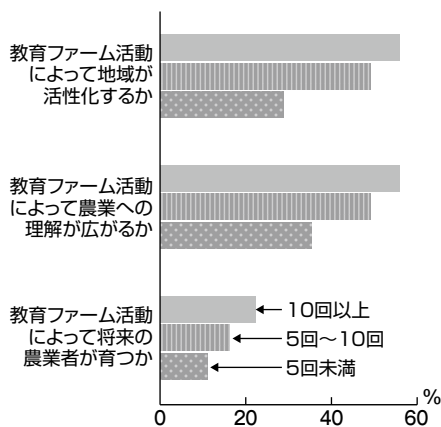
受け入れ家庭には上の表のように、ささやかではありますが、謝礼をお支払いします。



食卓にはその日に取った野菜。自分で取ったものはさらにおいしく感じるようです。

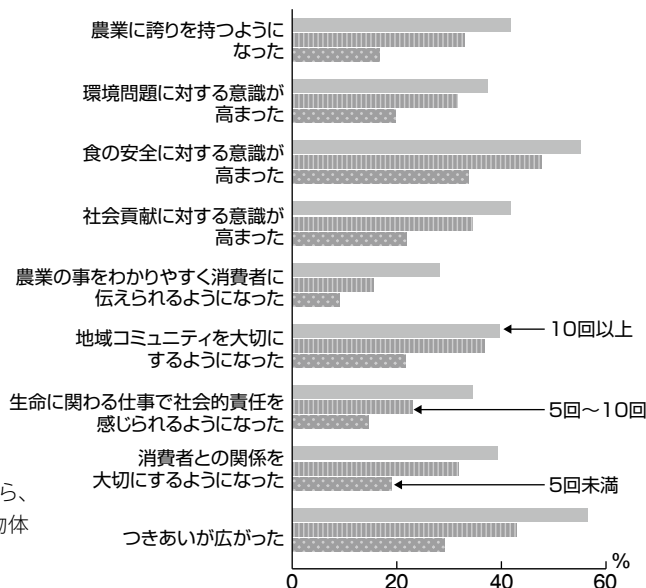
## 受入の回数が増えるごとに、受け入れ側にも変化が！

（農業体験の指導生産者による地域の活性化への認識）



※教育ファームは、生産者（農林漁業者）の指導を受けながら、作物を育てるところから食べるところまで、一貫した「本物体験」の機会を提供する取組みです。

（農業体験の指導生産者自身にとっての効果）



# しまむせの「おすそわけ」

津南町が行っている「体験型教育旅行」も

おかげさまで今年で8年目を迎えます。

豊かな自然と、ここで暮らす人々の生活の中へ  
溶け込んだ子どもたちは貴重な体験をしています。

「いろいろのなるよひ」

都会ではきつと味わえない、田舎の新鮮な空気のなかで、  
野山を思いつきりかけめぐる。寝転がって星を眺める。

そんな体験をとおして、

このまちを好きになってくれる人が増えたら。

私たちが当たり前のように感じ暮らしている

このつなんの自然と人が織りなす環境を

多くの子どもたちに「おすそわけ」してみませんか。

今年の募集は今月号の嘱託員文書と  
いっしょに全戸配布させていただきました。  
ぜひ多くのかたのご協力お待ちしております。

■お問い合わせ先  
津南町役場地域振興課内  
グリーンツーリズム推進室  
TEL.025-765-3115

— 固定資産評価委員 —  
大澤 隆さん (4期目)



大澤さんは町内で土地家屋調査士をされており、固定資産に精通されています。引き続きよろしくお願ひします。

— 人権擁護委員 —  
渡邊 トシさん (5期目)



渡邊さんには5期目の人権擁護委員を引き続き受けていただきました。豊富な経験から子どもたちの人権を守る活動などに力を注いでいただきます。

NEWS 03 収集家たちの共演、はじまる  
— 2月8日 マイコレクション展開幕 —



↑納豆のパッケージは地域限定などいろんな種類がありました

今年も隠れたコレクターたちの、珍しい？収集品がなじょもんに集結しました。魚釣りのルアーやカメラ、果ては船のスクリュー、線香の箱なども所狭しと並べられています。ぜひご覧いただき、みなさんも何かコレクションしているもの、来年は出展してみませんか？

つなん  
まちかど  
スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS 01 各委員を紹介します

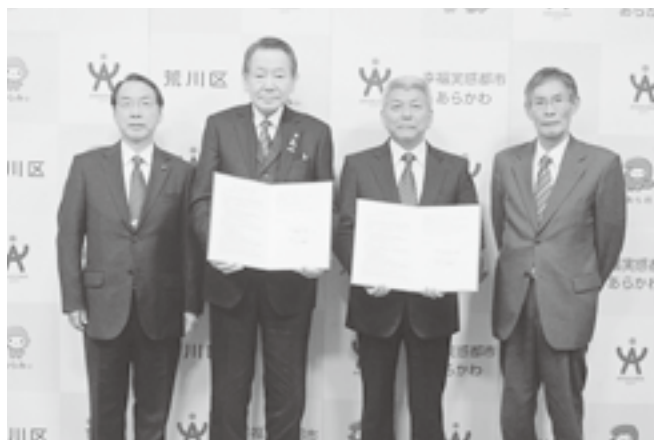
— 教育委員 —  
丸山 直子さん (新任)



前教育委員の島田幸江さんが12月20日付で任期満了となったことにもない、新たに丸山直子さん(外丸本村)が教育委員に就任しました。丸山さんは、今後教育委員として津南町の教育活動に尽力されます。

NEWS 02 安心安全のために

— 12月20日 荒川区との災害時応援協定締結 —



↑左から志村荒川区議会議長、西川荒川区長、上村町長、河田議会議長

平成25年12月20日に東京都荒川区と津南町との「災害時における相互応援に関する協定書の締結式」が行われました。

その協定により災害時には物資の提供や被災者の受け入れを行います。県外の市区町村との協定は、埼玉県狭山市に次いで2件目となります。



## 男の料理

— 2月8日 男性のための料理教室 —



↑ 食生活改善推進協議会のかたから指導を受けながら作りました



↑ 献立はブリ大根、ぎょうざ、ほうれん草の中華炒めと味噌汁

2時間ほどかけお酒のつまみにもなりそうな5品作りました。普段厨房に立つ機会があまりない参加者からは「同時に何品も作るのは大変」「何かひとつくらいなら作ってみようかな」といった声があがりました。料理を作るだけでなく、最後は片付けまでしっかり行うなど、料理する人のありがたみが身にしみていたようです。

## 選挙管理委員表彰

— 12月17日 県選挙管理委員会より表彰されました —



↑ 半戸敬二選挙管理委員

昨年7月に行われた参議院議員通常選挙において、津南町選挙管理委員の半戸敬二さんが表彰されました。

半戸さんは平成16年1月から9年にわたり委員を勤めてまいりました。また平成24年1月からは数々の選挙で公正な選挙や投票率の向上、明るい選挙の推進に尽力して頂きました。

## 交通事故に気をつけましょう

— 2月5日 ランドセルカバー贈呈式 —



↑ 反射材を手にする教育長と町交通安全協会長の半戸さん

来春の津南町の新入学児童は66名の予定です。入学を楽しみに待つ子どもたちが、安全に通学できるように津南町交通安全協会から反射材が贈られました。今年は町のゆるキャラ「つなっぺ」がプリントされたランドセルカバーです。

### 3月はシートベルト・チャイルドシート 着用強調月間

3月1日から31日の1か月間、シートベルト・チャイルドシート着用強調月間が始まります。県内の一般道路における運転者のシートベルト着用率は約98%で、全国30位でした。また、チャイルドシートについても6歳未満の使用率が約50%で、全国42位と低調でした。

シートベルト非着用時の致死率は、着用時の約29倍です。車に乗ったら、「前も後ろも、すぐベルト」を合言葉に、全ての座席でシートベルト着用を習慣付けましょう。

また、昨年の町内の交通事故件数は20件で、今年は早くも3件の交通事故が発生しています。運転者は安全運転を心がけ、歩行者は夜間出歩くとき、反射材等を身に付けて出かけるようにしましょう。

写真では伝えきれないこの感動

3月1日は

雪まつりに行くこう



スカイランタンとは

直径50cm、高さ100cmの紙でできた袋を下から熱することで、空に飛んでいく、小さな熱気球です。アジアでは、古くからさまざまな名で呼ばれ祭りなどで使用されてきました。

今回使用するスカイランタンも、東南アジアから輸入したものです。

打ち上げたら回収もします！

津南で行うスカイランタンは、燃料が燃え尽きるまで、空高く舞い上がり、その後ゆっくり地面に落ちます。落ちたスカイランタンは、後日回収をしますので、お手伝いいただけるかたは観光協会までお問い合わせください。



上げたあとはしっかり片付けを行います

昨年は、雪まつり当日が吹雪の天候だったため、風に弱いスカイランタンを上げるのか上げないのか二転三転し、会場にお越しいただいたみなさんにご迷惑をおかけしました。

反省点として当日の午後6時30分の段階で、実行委員会の全体会を開き、打ち上げの可否を決定します。

雪まつり会場では、SNOW WAVE やライブも行われているので、スカイランタンだけでなく津南雪まつりを楽しんでくださいね。

今回で3回目のスカイランタンですが、国内での歴史は浅く、まだ試行錯誤しながらの運営です。今後も津南を代表するイベントにするために、ぜひ多くのかたの参加を実行委員一同お待ちしております。

■お問い合わせ

津南雪まつり実行委員会

TEL 765 - 5585



とてもロマンチックな夜に。  
みなさんでいっしょにあげませんか？

津南町観光協会職員  
はやし ちなつ  
林 千夏さん



今年の打ち上げは1000個を予定しています。



燃え残ったスカイランタンの回収の様子

四方八方に飛んでいく全てのスカイランタンを回収することは難しいのですが、昨年からの打ち上げるスカイランタンの素材を紙、ヒモ、竹ひごなどの自然素材にすることで、環境に対する配慮を行っています。  
※回収しきれなかったスカイランタンを発見した場合は、ご連絡ください



女子アルペン 6年 優勝 粉川桃花さん

# 先輩に続け 未来のオリンピックスキーマー 第45回津南町 小学校スキー大会結果

2月9日(日)に町小学校スキー大会が開催されました。入賞者をお知らせします。



男子アルペン 5年 優勝 高橋海玖亜さん



男子リレー 優勝 中津小A (3走中澤貴大さん)

女子クラシカル  
4年以下2km ①滝沢育矢(菅) ②根津明人(菅) ③津端一徹(津) ④井ノ川純平(津) ⑤石澤広気(菅) ⑥柳澤丞(中) ⑦藤ノ木剛(中) ⑧齋喜幸成(外) ⑨中澤仁成(中) ⑩大島拓斗(津)

5年3.5km ①江村海里(外) ②滝沢大進(菅) ③村山克輝(外) ④高橋駿(菅) ⑤石沢宏郎(上) ⑥高波宙八(上)

6年3.5km ①井ノ川航大(津) ②中澤貴大(中) ③田中歩夢(外) ④桑原貴大(中) ⑤藪部太郎(津) ⑥桑原唯人(中)

3×2kmリレー  
①中津小A(桑原唯人・桑原貴大・中澤貴大) ②津南小A(藪部太郎・井ノ川航大・服部充希) ③若ヶ崎小A(滝沢大進・高橋駿・)

男子クラシカル  
4年以下2km ①滝沢育矢(菅) ②外丸小A(田中歩夢・江村海里・村山克輝) ③津南小B(福原亨太・樋口純平・桑原優希) ④中津小B(藤ノ木丈・富澤弘・山田玲)

男子アルペン(大回転)  
4年以下①半戸宝良(菅) ②高橋陸玖叶(津) ③中沢瑞規(上) ④涌井翔真(菅) ⑤金子大望(菅) ⑥羽田圭杜(津) ⑦涌井悠吏(上) ⑧村山健(津)

5年①高橋海玖亜(津) ②小島豪斗(津) ③石橋柊人(津) ④藤木吉成(上) ⑤市村拓夢(津) ⑥桑原雅成(菅)

6年①小島駿(津) ②涌井輝流(津) ③涌井天斗(菅) ④滝澤遥(菅) ⑤涌井泰成(上) ⑥涌井悠成(菅)



女子リレー 優勝 津南小A (3走山本理絵さん)

女子クラシカル  
4年以下2km ①福島有紗(津) ②藤ノ木彩加(中) ③関沢桃加(菅) ④山岸芽生(津) ⑤小野塚優月(津) ⑥板場まどか(津) ⑦藤野美咲(津) ⑧涌井愛寧(上) ⑨涌井あや夏(外) ⑩涌井ほの夏(外)

5年3.5km ①渡邊倫(中) ②瀧澤友佳(中) ③風巻奈沙(外) ④福原好乃(外) ⑤小島弥子(津) ⑥柳澤葵(津)

6年3.5km ①月岡樹音(中) ②磯部あゆ(津) ③藤ノ木愛菜(津) ④山本理絵(津) ⑤津端喜子(津) ⑥山本彩(津)

3×2kmリレー  
①津南小A(磯部あゆ・藤ノ木愛菜・山本理絵) ②若ヶ崎小A(滝澤悠里・木内妙・半戸菜月) ③中津小A(月岡樹音・渡邊倫・瀧澤友佳) ④津南小B(津端喜子・山本彩)

女子アルペン(大回転)  
4年以下①涌井泉香(津) ②村山実希(上) ③中島由菜(上) ④桑原麻凜(外) ⑤安藤来那(津)

5年①福原鈴花(外) ②根津歩奈(菅) ③滝沢唯香(菅) ④中島穂香(上) ⑤樋口真南(津) ⑥福原莉子(外)

6年①粉川桃花(上) ②村山凜(津)

本彩・高波舞 ⑤外丸小(風巻奈沙・福原好乃・福原未来) ⑥上郷小(石澤奈央・山本愛梨・島田陽菜)



3.5kmの部で男子も含めトップのタイムで優勝した月岡樹音さん(中津小6年)

平成25年  
2013年

# 町5大ニュースが 決定しました！

昨年末に募集した町5大ニュースにたくさんの応募をいただきありがとうございました。  
お寄せいただいた中から、1番多かったものに5点、2番目に4点と点数をつけさせていただきました、2013年の5大ニュースが決定しました。

2013年の1位は、2位以下

を大きく引き離し、歌会始の入選が選ばれました。平成25年の宮中・歌会始の儀に、2万通の応募の中から津南町にお住まいの宮澤房良さん、高橋健治さんのお二人の作品が選ばれました。震災による復旧復興の中、明るいニュースとなりました。

2位は中津川運動公園の竣工。長らく工事の残土置き場になっていた運動公園も、大倉トンネルの開通に伴い、リニューアルオープン。新たにテニスコートやゲートボール場、トラックレーンが加わりました。竣工式の8月4日には千葉真子さんをお迎えし、こけらおとし

が行われました。

3位は「小林三喜男氏の死去」。「町政は町民のためにのみある」を政治信条として、5期20年にわたり町政を担ってこられました。熱い思いを抱き一時代を築いたかたが、残念ながらもまた一人この世を去りました。合掌。

4位は「津南の天然水」コンビニ大手、ファミリーマートが出資する水工場を建設することで集落と合意。今年の春から稼働する予定です。

接戦を制し、5位に入ったのは津南病院の50周年。5大ニュースを募集した号で特集を組んだことが功を奏したのかはわかりませんが、半世紀にわたり、住民のかたの健康を守る病院として5位入賞です。

ちなみに、6位は僅差で「芦ヶ崎小学校140周年」がランクイン。惜しかったです！

さて項目当てクイズの正解をお知らせします。1位から5位まで全ての順位を正解したかたはいませんでした。項目違いで正解された皆様にも、豪華な粗品（笑）をお送りします。お楽しみに！！

1位  
(99点)

## 歌会始め



## 中津川運動公園 こけらおとし



2位  
(64点)

3位  
(29点)



## 小林三喜男氏の死去

5位  
(25点)

## 津南病院の 50周年



4位  
(28点)

## 津南の天然水

※工場完成予定図



暮らしの載  
情報満

# 見て・知って・得をする！ かわらばん



## 大好評！めざせ！苗場山麓 ジオパーク・ガイド養成講座

※回を重ねるごとに参加者が増え会場が変更になりました。60万年前からつながる津南の歴史。佐藤学芸員によるおもしろいお話が聞けますよ！

町文化センター ホール  
3月19日(水)

「段丘に展開した雪国縄文文化について」

町文化センター ホール

※4月以降 ジオサイト現地観察・実地研修などを予定しています。

### ■お問い合わせ

農と縄文の実習館 なじよもん  
TEL 765・5511

## 鮭稚魚の町民環境放流

NPO法人新潟水辺の会と津南町の協働で2万尾の稚魚放流を行います。3〜4年後大きく成長した鮭が戻ってきます。

多くの町民の参加をお待ちしています。

### ■日時(※雨天決行)

3月16日(日) 午後2時40分〜3時20分

■放流場所 津南地域衛生施設組合協力の

信濃川、中津川合流付近

### ■集合場所

津南地域衛生施設組合施設内

午後2時30分集合

### ■その他

参加費は無料で、申込は必要ありません

## 新たな農業農村への 広報展を開催します

平成23年の地震、豪雨による大災害からの復興に向けて、そして、いのちと暮らしを支える農業農村の振興をめざして、私たちは一丸となって取り組みを続けています。

～妻有の大地の復興へ、  
そして新たな農業農村の時代づくりへ～  
そのメッセージをどうかお受け取りください。

【日時】 3月4日(火)～3月9日(日)  
午前9時30分～午後7時  
【会場】 十日町情報館 ギャラリー  
主催：十日町地域振興局 農業振興部  
共催：津南町地域振興課 ほか

【お問い合わせ】  
十日町地域振興局  
農業振興部  
TEL 025-757-5520



## 第6回 つまり市民里山学会

ん。当日は濡れても良い服装でバケツをお持ちください。(小学生以下保護者同伴)

### ■お問い合わせ

NPO法人新潟水辺の会

TEL 025・2300・3901

・津南町教育委員会

TEL 765・3118

## 「平成27年3月新規大学等卒業予定者」の求人はハローワークへ

来春「大学院・大学・短大・専修・高専・能開」を卒業する学生の求人は3月3日(月)より受付開始となります。優秀な人材の確保のチャンスです。早期の求人申込みをお願いします。

### ■お問い合わせ・お申し込み

ハローワーク十日町 学卒係  
TEL 025・757・2407

「森の学校」キヨロ口では「第6回 つまり市民里山学会」を開催いたします。豊かな自然環境に恵まれた十日町市と津南町からなる妻有地域。この地域で活動を展開している市民団体や個人が、地域の自然や文化にかかわる調査研究活動の報告や成果発表を行います。これまで知らなかった地域の新たな魅力を見つげに来ませんか？どうぞお気軽にお越しください。

### ■日時

3月8日(土) 午後1時30分～4時

■会場 十日町市情報館 視聴覚ホール

■参加費 無料

### ■お問い合わせ

「森の学校」キヨロ口  
TEL 025・595・8311

「自然環境と人間について」  
3月5日(水)  
いずれも時間は18時30分～20時を予定しています。

興味のある方なら大歓迎です。一緒に苗場山麓について学びませんか。  
■スケジュール・講座内容

# 病院歳時記

## 赤ちゃんの世話

総看護師長 樋口弘子

フロレンス・ナイチンゲールは御存知ですか。

この方はイギリスで1820年に生まれ150年前に活躍された方で、私たち看護師の尊敬される一人でもあります。看護の基礎をきずかれた女性です。著書の中で赤ちゃんの世話について書かれています。

- ・新鮮な空気
  - ・適当な暖かさ
  - ・小さなからだ、衣服、ベット、部屋、家を清潔にしておく
  - ・適当な食べ物を規則正しい時間に与える
  - ・小さなからだ、細い神経とをびっくりさせたり、むやみにゆさぶったりしない
  - ・光を入れることと機嫌よくさせておく
  - ・ベットにいるときも、起きているときも適当に着せておく
- あたりまえのことですが、日々の生活を見直し一つでも実践したら、もっと楽しく育児ができます。
- まだまだ寒い日が続きますが、春の来るのが待ちどおしいこの頃です。

# 年金コーナー

## 確定申告前にご確認ください…

「控除証明書」「源泉徴収票」が年金機構からみなさんのところへ発送されています。これは確定申告の際に必要な書類です。もし、紛失等でお手元に見当たらない場合は、年金事務所または専用ダイヤルまでご連絡いただき、再発行の手続きを行ってください。電話の場合ご連絡後、おおむね1週間程度で届きます。年金事務所にお出かけの際は本人確認できる免許証などと、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。なお、自分以外の人の再発行で年金事務所へ行く時は委任状が必要です。ご相談ください。

### 【お問い合わせ】

・控除証明書専用ダイヤル  
TEL 0570 (070) 117  
※050または070から始まる  
電話でおかけになる場合  
TEL 03 (6700) 1130

### 学校を卒業する方…

学生納付特例を受けていた方が



学校を卒業すると納付特例は終了します。就職して厚生年金に加入された方は資格が1号（国民年金を自分で納めている方）から2号（厚生年金等に加入している方）へ変更になります。役場へ手続きに来てください。その時に2号の資格を取得した証明書（会社から出る資格取得連絡票または、就職先の保険証）を持参してください。

引き続き1号のままの方は、国民年金保険料を納付していただきます。保険料を納めることが経済的に難しいときは免除申請をしていただくことをおすすめします。

また、将来受け取る年金額を増額させるために、10年以内であれば学生納付特例や免除を受けていた時の保険料を遡って納めること（追納）ができます。追納には申し込みが必要ですので、ご相談ください。

### 【お問い合わせ】

・税務町民課  
TEL 025 (765) 3113  
・六日町年金事務所  
TEL 025 (716) 0800

# 議会コーナー

19日 議員定数特別委員会  
20日 新潟県議会第65回定期総会

### <実施された行事>

〔1月〕  
23日 津南町教育委員会・社会教育委員・総文福祉常任委員会との懇談会  
24日 町PTA連合会祝賀会  
27日 農業委員会・JA津南・産業建設常任委員会との懇談会  
〔2月〕  
5日 全員協議会  
5日 総文福祉常任委員会  
7日 議員定数特別委員会  
13日 津南病院との懇談会（総文福祉常任委員会）

### <今後予定されている行事>

〔2月〕  
24日 一般質問締切  
25日 議会運営委員会  
28日 津南地域衛生施設組合議会  
28日 十日町広域事務組合議会  
28日~1日 驪州市一行来訪  
〔3月〕  
1日 津南雪まつり  
4日~25日 第1回定例会  
12日 総括質疑締切  
13日 全員協議会

# 健康体力づくり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）

3700日 板場キヨ(辰ノ口)  
3200日 涌井元實(宮野原)  
1700日 本山静子(陣場下)  
500日 志賀春信(船山)  
400日 久保田ナツ(小下里)  
200日 松縄シズ(赤沢)  
100日 越村トミ子(小下里)

主な運動:ウォーキング・グラウンドゴルフ・水中運動・健骨体操・ラジオ体操など

こんにちは

## 地域包括支援センターです

# 「みんなで支える高齢者の暮らし」

## 2月は新潟県高齢者

### 見守り強化月間です。

～高齢者見守りネットワークで  
高齢者をみんなで支えましょう～



『認知症見守りキャラクターにっここ』

65歳以上の高齢者の人口は、現在、全国で3,100万人を超え、人口の約4人に1人は高齢者となっています。  
また、高齢者世帯も増えており、全国的にも平成21年時点で約11世帯に1世帯が高齢者のひとり暮らし世帯です。当町でも、全世帯のうち約28%が高齢者世帯となっています。

談話機関に連絡して高齢者を支えていくネットワークのことを言います。  
ネットワークと言っても、皆さんに特別なことをしてもらわなければならない。日常生活や仕事の中など普段の生活の中で、無理なくできる範囲での気軽な声かけなどで十分です。そのちよつとしたことから、高齢者の異変や不調がわかることがあります。

### 見守りネットワークで 早めに気づきましょう

「見守りネットワーク」とは、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活し続けるために、地域の皆さんで高齢者を見守り、何か気がかりなことを感じたら、相

### 気軽な気持ちで 始めてみましょう

適度な距離を保った「さりげない見守り」が安心感を与えます。  
「あれ?」「おかしいな?」という小さな気づきが大切です。

### こんなサイン、 みすぐしてはいませんか

- ・郵便物や新聞が郵便受けにたまっている
- ・暗くなっても電気がつかない。またはつけっぱなしである。
- ・外出が急に少なくなった。
- ・（見かけなくなった）
- ・服装が不自然なまま外出している。
- ・最近、顔色も悪く、やせてきた気がする。
- ・何回も同じことを尋ねたり、言ったりする。
- ・見慣れない人が家に入出入りするようになった。
- ・日付けや場所の見当がわからなくなり、道に迷うことがある。
- ・家の中から高齢者、家族の怒鳴り声、悲鳴、物を投げる音が頻繁にある。など

### 町が実施している 見守り関係サービス

- 町ではひとり暮らし高齢者、高齢者のみ世帯のかたなどを対象とした見守りに関係するサービスを実施しています。
- なお、サービスの利用については福祉保健課へお問い合わせください。
- ・緊急通報装置貸与(安心ホットライン)
- ・緊急通報装置を貸与し、24時間見守ります。
- ・配食サービス
- 毎週月・木曜日の夕食をお届けし、安否を確認します。

### 「なにかおかしいな?」と 思ったら「ご連絡ください」

高齢者に気がかりなことを感じたら、ご連絡ください。高齢者の様子などを確認し、必要であれば支援やサービスを必要な機関と連携を取りながら行って高齢者を支えます。

・連絡先：津南町地域包括支援センター

Tel 765・5455

役場福祉保健課

Tel 765・3114





はい健師  
で〜す



今月は  
上倉由美子  
保健師

今さらですが

手洗い・うがい  
していますか

今年の冬は、例年に比べて寒さが厳しいようでしたが、みなさん体調はいかがでしたでしょうか。

また、毎年、冬になると、「感染性胃腸炎」や「インフルエンザ」が流行します。今年は津南町でもインフルエンザにより学級閉鎖になった学校もありました。年によっては、4月まで注意が必要なことがありますので気をつけてください。

お店に行くとき、いわゆる「抗菌・除菌グッズ」が店頭で置かれています。マスク、消毒薬、手洗い用洗剤など、種類がいろいろとそろっています。このようなものをそろえて対策するのもよいのですが、やはり基本は「手洗い」と「うがい」です。みなさんは、外出先から帰った時、食事の前などにうがいや手洗いをしていますか。

「手洗い」「うがい」は、普通のかぜやインフルエンザの他にもさまざまな感染症を予防するために効果的です。どんなに気をつけていても、私たちは毎日いろいろなものに触れて、想像以上にたくさんの病原体が体につきまします。手洗いやうがいをして体の中に病原体を入れないようにしましょう。

手洗いの方法は

- ・流水で手を洗う
  - ・石けんをつけて手のひらをあわせて泡立てる
  - ・手の甲や指の間も洗う
  - ・指先を反対の手のひらにこすりつけ爪の間も洗う
  - ・親指は反対の手のひらでねじるようにし、付け根まで洗う
  - ・手首も忘れずに
  - ・流水で石けんを十分洗い流す
- うがいは
- ・口の中の食べ物などの汚れを取る目的で、ぶくぶくうがいをする
  - ・上を向いて喉の奥まで届くように15秒程度ガラガラうがいを繰り返す
  - ・ガラガラうがいを繰り返す
- このような正しい「手洗い」「うがい」と十分な睡眠や規則正しい生活で免疫機能を高め感染症を予防しましょう。
- 保育園に行くと、子どもたちが洗面台の前で、石けんを泡立てししっかり手洗いをし、そして自宅から持ってきた水筒でうがいをしています。この子どもたちのように、今日から家族ぐるみで手洗いとうがいを実践しましょう。

## 健康づくり ア・ラ・カルト

# 脳内出血からの回復

大割野 鈴木 俊男さん

**私**が脳内出血で倒れて6年がすぎようとしています。その日は2月3日の節分で寒い日でした。家族で夕食をとろうとしていた時、頭痛と吐気具合が悪くなったのです。風邪かなと思っていたら、泊まりに来ていた娘に「その症状おかしい、笑われてもいいから救急車呼んだ方がいい」と言われ

「それじゃとりあえず」という気持ちで救急車を呼びました。そこまでの記憶しなく、やはり脳内出血でした。今思うと、あの日娘が来ていなかったら、風邪だと思っただけで済んだらいいなと思うところだろうか、とつくづく思います。

それから3ヶ月の入院でしたが、今覚えているのは食欲がなかった事くらいで全く覚えていません。今でも入院中の話は時々聞かれますが本心に心配やら苦労をかけた。病院でのリハビリ後、退院後は規則正しい生活が一番のリハビリになると言われ、それから厳しい日々が始まりました。

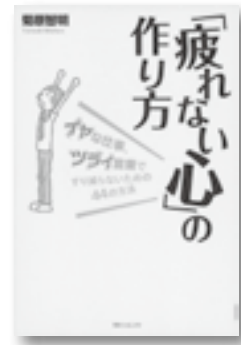
ベッドでの生活は一週間だけ、朝は決まった時間に起きる、日中のパジャマ姿は駄目、本当に当時の私にとって



鈴木さんと愛犬ラッシー

今はすっかり回復し元気になり、仕事も出来るようになりました。自分も努力しましたが、家族の協力も沢山いただきました。

毎日の散歩が私の仕事になりました。朝の挨拶から始まり徐々に会話が出来ようになり、人に会うのもだんだん楽しみになってきました。ラッシーと二人で「もう少し先まで歩こう」と話しながら少しずつ長い時間歩くようになり、遠くまで行きすぎ途中迎えを頼む事もありました。それでも毎日散歩を続けました。



「「疲れない心」の作り方—イヤな仕事、ツライ営業ですり減らないための44の方法—」

菊原智明／著 角川フォレスト

あなたが疲れているのは「体」ですか？それとも「心」ですか？

冬になると、どんよりとした空が多くなり精神的に疲れやすくなってしまう。

そこで、今月の1冊では疲れない心を作るための本を紹介しします。著者が営業マンだったため営業マン向けの内容ですが、そうでないかたでも前向きになる言葉がたくさん紹介されています。例えば、「1日の初めに『今日はいい予感がするぞ』と言ってみよう！」等、心に栄養を与えてもらえる1冊です。

さて、津南町図書室では昨夏、「ここが疲れたときに読む本」コーナーを設置しましたが、好評だったため新たに本を追加して3月末まで同コーナーを設置しています。今月の1冊もその中の一つですが、さらに2冊紹介します。



『YAI—あなたはあなたのままでいい 心が楽になる45の言葉』  
宇佐美百合子／著 PHP 研究所



「あなたはあなたのままでいい」けれど、好きほうだいいいということではありません。たくましい心も、温かい心も、清らかな心も、深い愛も、みんなあなたの中に眠っているのです。

10代に向けたメッセージですが、年齢に関係なく、読むと心が楽になる内容です。

『ありがとう。また逢えるよね。』

ペットロス心の相談室  
横田晴正／著 双葉社

新潟県長岡市在住の横田さんは全国でも珍しい動物のお坊さんです。ペットの供養をしてもらいたい飼い主が、日本だけにとどまらずアメリカ等世界からも訪れています。

ペットを失った悲しみから心の病に陥る人が珍しくない時代となりました。どんな「死」にも必ず後悔が残ります。少しでも心を楽にするために、ぜひ読んでみてください。

### 図書室臨時休館のお知らせ

3月3日(月)～3月9日(日)

この間、町公民館図書室は、書庫、書架の整理を行うため臨時休館とさせていただきます。ご迷惑をお掛けいたしますが、ご協力をお願いいたします。

### 古本市

利用者の皆さんに本を無料で提供する古本市を、今年も下記の日程で開催します。本がなくなり次第終了となりますので、皆さんお早めにおいでください。

- 日時 3月13日(木)～3月18日(火)
- 平日 午前10時～午後6時
- 土日 午前8時半～午後5時
- 場所 町文化センター1階ホワイエ
- 休館日 2月24日(月)・3月31日(月)

## Pen Relay

### 本とわたし

—— 恩田 卓茂さんから  
紹介する本

### 神との対話

著者/ニール・ドナルド・ウォルシュ 出版/サンマーク出版

ぎは座 洋一さん(美雪町)

私が紹介する本はニール・ドナルド・ウォルシュの「神との対話」です。20歳の頃に友人の勧めでこの本の存在を知りましたが、読む前はそのタイトルから敬遠していましたが、しかし友人の強い勧めで読んでみると、とても興味深い内容で忘れられない一冊となりました。

この本は著者の身に起こった不思議な出来事から始まります。波乱万丈の人生を歩んできた著者はある日人生に絶望し、ノートへその怒りや神に対する問いを書きなぐりました。すると自分の手が自分の意思とは無関係に文字を綴り始めます。神が著者の手を介してその問いに答える形で神との対話が始まったのです。

そんなことあるわけないだろう、とその出来事自体を信じる信じないは別としてこの対話では全ての疑問に対して一つの答えを出してくれています。著者の疑問は誰しも

短歌

砂丘

故郷に戻りし君はわが妻と

なりて二人の日日の明るし

真つ直ぐに上がりし花火復興の

百十六の思いを乗せて

高台の街より望む魚沼の

山は朝日に稜線現す

雪やみて陽の射し来たるひとときを

雀の声の賑わい響く

今夜温く寝る場所ありや大雨に

濡れつつ栗鼠の道路横切る

掌に伝わりてくる胎動に

小さな強き力感じる

解体後の空地の向かふに現われし

孟宗竹の蒼き叢がりふれあいセンター跡

酔に漬けし芋莖紅のあざやかに

よき歯触りもともに楽しむ

新しき吾のカレンダーに予定せる

健康管理の日程記す

鳥の声虫の音に心癒されて

ひとり暮らしもやや慣れきたり

身辺整理済んだと友の明るきに

学ばねばと吾しきりに思ふ

三日間雪降り止まず訪ふ人も

なき部屋内に漬菜煮匂ふ

背すじ伸ばし両手ゆつくり振りながら

青年行けり吾も背を伸ばす

「父さんが亡くなった日は悲しいほど

晴れていたね」とフアックス届く

親しかりし十九人の集まりて

汝失へる悲しみ分かつ

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

息吹きかけガラスの窓に字を書いて

濡れたる指をティッシュでふきぬ

まなかいの林の枯葉寒風に

小鳥の如く飛び去り行きぬ

床の間に一富士二鷹三茄子

君来て生けし松に白菊

大晦日家族そろひて熱燗の

盃交し新年迎ふ

新しき連続日記見開きて

三年間の覚悟を決める

個人

新年会地域の人も集い来て

我乾杯の音頭を取りぬ

グループホームひまわり

岩すげ俳句会（一月）

手を摩り午と一気に筆始

故郷の朝餉の匂ひ雑煮餅

書初に倦みて諍ふ兄弟

また少しわが名曲がりし筆始

雪晴の山と野面とひとつなぎ

ぜんまいも入れて雑煮は母の味

雪晴や屋根から声がおりてくる

雪晴れに生命の気配杉の森

風花や軒より出でて軒に入る

雪晴に九十三の婆も出る

富沢 キミ

板場 寛

滝沢 義正

柳沢 チヨ

島田 真之

清水 貞子

妙

信 夫

房 良

芳 司

兎 月

貞

れい子

壽 子

渡 舟

冬 詩子

一度は考えたことのあるようなものが多く、人生とは何か、人は何のために生きるのか、あの世はあるのか、前世や来世はあるのか、宇宙人は存在するのか、地球にも来ているのかなどなどもし自分が神様と対話できるなら聞いてみたいと思うことはほとんど書かれています。

例えば人は何のために生きるのか？との問いに神は魂の成長のためだと答えます。人生は魂が知識として知っていることを体験し本当の意味で知るための場だといえます。一見難しそうにも見えませんが、日本のことわざの「百聞は一見に如かず」に似ていると思います。

私は信心深い方ではないのでこれら全てが真実だとは思っていないのですが、一つの答えのあり方としてとても面白いと感じました。

何かに悩み自分がどうするべきか迷った時に読んでみるといいかもしれません。もちろんそうでない人にも新たな発見があったり、自分自身を見つめ直すきっかけになるような本だと思っています。

タイトルが万人向けとは言えませんが、まさに「百聞は一見に如かず」ぜひ一度読んでみてください。思っているより読みやすいと思います。

次は滝沢元一郎さんをご紹介します。

ご紹介いたします。

# 定期歯科検診で 自分の歯を守ろう

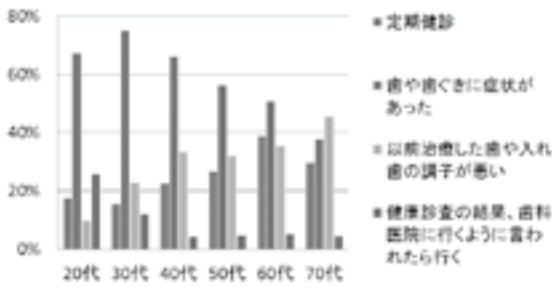
皆さんはどんな時に歯科受診していますか？「症状がないから行く必要がない」「きちんと歯を磨いているから大丈夫」と思っているかたはいませんか？歯は一生つきあっていく大切なパートナーです。ケアをおろそかにして後で後悔しないよう、自分自身の歯について振り返ってみましょう。

## 津南町の成人で定期的に歯科受診を受けている人の割合

平成22年に町民を対象に実施した「歯とお口の健康に関するアンケート」では、「歯や歯ぐきに症状があったとき」に歯科医院に行く」と回答した人の割合が最も多く、全体の約60%を占めていました。

(図1)

歯科医院にはどのような場合に行くか



「歯とお口に関するアンケート」より

むし歯の初期や歯周病は自覚症状がないため、気づいたときにはすでに進行しているということが少なくありません。特に歯周病は目で見ただけでは確認できず、歯科医院で歯周ポケットの深さを測る必要があります。歯周病は現在成人の8割の人が罹患しているといわれており、自分では何ともないと思っていなくても罹患しているかもしれません。

## むし歯の初期や歯周病は、 自覚症状がない

続いて「以前の治療箇所の問題があつて行く」と回答したかたが約30%で、年齢が上がるにつれて多くなる傾向にありました。それに対し、定期検診で歯科受診する人は全体の約25%にとどまっています(図1)。つまり、何かしらの症状や不具合が起きてから歯科受診するかたがほとんどで、定期的に歯科検診を受けるかたは少ないと言えます。

## 異常に早く気づくには

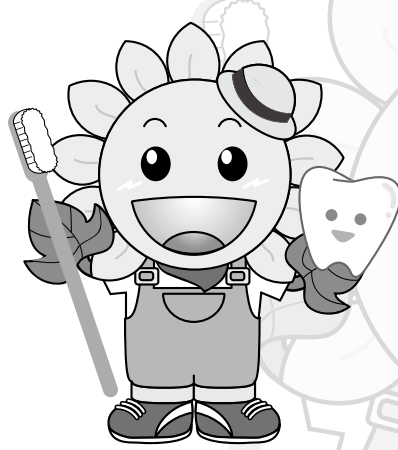
異常に早く気づき処置をするには、何も症状がなくても定期的に歯科検診を受けることがたいせつです。そのほかにも右のように定期検診を受けることでさまざまなメリットがあります。

### 定期歯科検診のメリット

- メリット①  
むし歯や歯周病などの異常の早期発見早期治療ができる
- メリット②  
自分では落とせない磨き残しや歯石を落としてむし歯や歯周病のリスクを低くすることができる
- メリット③  
歯の状態や磨き残しがわかり、セルフケア意識が高まる
- メリット④  
自分に合った適切なケア方法をおしえてもらえる
- メリット⑤  
治療にともなう心身の負担や治療時間、長い目で見ると経済的負担も少なく済む

## かかりつけ医をつくらう

むし歯や歯周病は再発リスクが高いので、定期的に検診や治療が受けられる「かかりつけ医」をつくりましょう。困ったときにいつでも頼れる特定の歯科医院があると、口内環境や治療履歴などを把握しているため治療がスムーズにすすみます。いつでも受診できるように、自宅や勤務先の近くで診療時間が自分の生活に合っているなど、通いやすいところを選ぶと良いでしょう。



# Tapで いこう!!

## 会員募集開始

Tapはつながりを理念に健康づくり活動を通して、人づくりとまちづくりのお手伝いをしていきます。

### 平成26年度

### Tap会員募集!!

平成25年度も残り約1か月となりまして。Tapでは平成26年度の会員を募集します。来年度も地域の皆さん一人ひとりが生き生きと健康でいられるように、運動教室や文化活動を通じてまちづくりのお手伝いをしていきます。

子どもたちの放課後活動支援や、若者が参加できるイベントもあります。

津南町の皆さんが、笑顔で過ごせるようTapも頑張っています。

詳細は今月号の嘱託員文書で配布したパンフレット「Tapでいこう!!」をご覧ください。

### 会員特典

- ・教室やイベント参加時に一般の参加者よりも安い料金で参加できます。
- ・入会特典として、Tapの教室参加無料券を贈呈します。
- ※会員費及び参加費はTapの運営、活動に使われます。

### 韓国語春の体験教室を 開催します

Tapでは韓国語教室を行っています。今回は1回からでも参加できる体験教室を行います。

初めての方から独学で勉強している方まで、どなたでも参加ができ、わからないことは遠慮なく聞けるアットホームな教室です。

「興味はあるけど、どんな教室かな?」  
と思っっているみなさん、楽しく言葉を学べる教室にぜひご参加ください。

■日時 3月5日、3月12日、3月19日(水)  
13時30分から15時まで

■会場 文化センター

■内容 ハングルの初級を学びます

■定員 10名 ※5名以下の場合中止

■締切 3月3日(月)17時まで

■参加費 1回600円  
3回一括1,500円

■持ち物 筆記用具、ノート  
※会員は1回チケット1枚

※参加者が5名以下で中止の場合は申込者にご連絡します。

■申込み・お問い合わせ等  
Tap事務局 TEL 765・5776



## 津南石造物散歩

201

つまり石仏の会

文責 桑原和位

### 如意輪観音菩薩の姿と持物

津南町には、野にある如意輪観音は43体あります。寺院の墓地や集落の墓地には墓標としての如意輪観音がたくさん見られます。

如意輪観音は、右手を頬に当てているので迷いなくわかります。臂(腕)の数を数えますと、四臂、六臂のものが多く造立されています。

奈良・京都や大阪の寺院めぐりで拝観した如意輪観音のお姿は、からだの色は金色で、左肩から糸帛を身につけ、頭に化仏のついた宝冠をかぶっています。そして、右手を頬に当て、右膝をたてて、両足の裏を合わせたポーズで蓮華座に座っています。

手元にある「仏像の解説書やメモ」を参照しながら、如意輪観音の六臂像の持物や特徴などを記しますと次のようになります。

右の第1手は肘を曲げて手を頬に当てています。第2手は胸の前に如意宝珠を持っています。第3手は念珠を持っています。

左の第1手は腕を伸ばし膝の後ろで蓮華座に置いているように見えますが、そうではなく、後ろの光明山の上に置いています。第2手は腕を曲げて蓮華の花を持っています。第3手は、肘を曲げ、上に立て法輪を持っています。

仏像の姿形や持物は、それぞれに仏の力

や意味を表しています。

如意輪観音の力や持物の意味を記しますと次ぎのようになります。

右の第1手は、生きとし生ける者のの上を案じて、いかに救済すべきか熟慮していることを表しています。第2手の如意宝珠は、一切の願いをかなえるため、思い通りの働きをすることを表します。第3手の念珠は、一切の苦悩を除くことを表します。

左の第1手は、智慧や慈悲の世界が不動であることを表します。第2手の蓮華は、泥の如く汚れた罪惡などを清めることを表します。第3手の法輪は、最上の仏の教えを説くことを示しています。

また、六臂はそれぞれに、六道の救いに働くとも考えられています。六道とは地獄・餓鬼・畜生・修羅・人間・天の6つの迷界です。

この六道は、どれも仏から見たら迷いの世界です。ですから、そこに救いが必要です。そのために、如意輪観音の六臂がそれぞれに六道の救いのために働くこととされています。

如意輪観音菩薩



大阪市 観心寺

# 農業委員会窓

## 農業者年金に加入しませんか

農業者の皆さん。老後の備えは十分でしょうか。農業者平均寿命は男性87歳、女性92歳といわれています。長い老後に備えて、国民年金だけでは足りないお金を農業者年金に加入して補いましょう。

農業者年金には、税制上の優遇措置のほか、保険料の国庫補助(要件あり)などの特典があります。

農業者年金に加入して老後の生活に備えませんか。

### — 農業者年金の特徴 —

#### ●その1

少子高齢時代に強い年金  
自分が積み立てた保険料とその運営益により将来受け取れる年金額が決まる積立方式の年金です。

#### ●その2

終身年金で80歳まで保証  
年金は生涯支給されます。しかし、仮に加入者・受給者が80歳

前に亡くなった場合でも、死亡した翌月から80歳まで受け取れるはずであった農業者老齢年金の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

#### ●その3

#### 税制上の優遇措置

支払った保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。支払った保険料の15〜30%程度の節税になります。

#### ●その4

#### 保険料を自由に設定

自分が必要とする年金額の目標にむけて、月2万円から6万7千円の範囲内で千円単位で自由に選べます。

#### ●その5

#### 国の補助があります

認定農業者等一定の要件を備えた意欲ある担い手には、保険料の国庫補助があります。

#### ■ 農業者年金のお問い合わせ

津南町農業委員会  
TEL 765・5583

## 大地に生きる



金子龍也さん (20歳) 相吉

野沢菜5.0ha、水稲1.3haを経営中です。就農して2年目。野沢菜は病虫害、気温等、繊細でしかも収穫に手がかかりますが、思い通りの収穫ができたときはうれしいです。このときが農業に就いてよかったと感じる瞬間です。  
畑は自分、水稲は祖父と担当分けをしていますが、一日も早く祖父の技術を習得することが今の目標です。  
祖父の松太郎(74歳)は「失敗が後の支えになる。若いうちは何でも挑戦してもらいたい」と私の成長を楽しんでくれているようです。

## 今になれば、入ってて良かった

### — 農業者年金 受給者の声 —

今春より農業者年金を受け取るひとりになりました。

農業者年金(農年)も長い間にいろいろ大変なこともあり、脱退し民間の年金に入ろうかと思ったりもありません。

しかし農年も積立方式への転換など組織改革を行い、時代にあった年金方式に変わったかと思っています。また掛金の全額



税控除等は昔からの有利な点であり今になれば、加入してよかったと思っております。

年金は国民年金と合わせても他の年金者とは差があります。農年で農業者のより安定した老後を保障することが、若い農業者の確保につながっていくのではと思っております。

## 農業委員会の主な動き

### 【実施された行事】

- 〔12月〕 25日 第30回総会
- 〔1月〕 27日 第31回総会
- J A・議会懇談会
- 〔2月〕 6日 企画会議・広報部会

### 【今後の行事予定】

- 〔2月〕 25日 第32回総会
- 〔3月〕 25日 第33回総会

## 全国農業新聞を購読しませんか

めまぐるしく変わる農政情報を分かりやすい紙面で毎週金曜日にお届けします。

購読料 1カ月 600円(年間7,200円)

★お申込みは、津南町農業委員会(TEL 765-5583)





## 雪と遊ぼうよ

農村地域生活アドバイザー 尾池三佐子（津原）

「雪」 きれいですか、それとも好きですか。私は白い雪が、好きです。新雪が降った翌日の青空は、とても幸せを感じさせてくれます。白と青しかない風景、それはそれは美しいものです。

今年は、少雪かなと思いきや、立春を過ぎてズンズン降っています。「豪雪」という言葉は、この地から生まれたそうです。この雪の中で、縄文時代からこれだけの人々が住んでいるという事実は、世界的にも稀だと聞きます。(降雪量に対しての人口密度)雪の恵み、豊かな大自然、水も農産物も美味しい、実にありがたいことです。

2月のある晴れた日、友人が陣場下からスノーシュー(西洋かんじき)を履いてやって来ました。車で来るものとばかり思っていましたので、大変驚いたと同時に感激しました。

我が家は、ニュー・グリーンピア津南へ行く途中の「津原」にあります。家のまわりは一面田畑です。今は、行けども行けどもまっ白の雪原です。車が通る道はくねくねと曲がっていますが、雪原の上は、かんじきを履いて行

きたいところへ、直線で歩いて行くことができます。昔はもっとかんじきを履く機会が多かったと思いますが、現在は車が一般的な足となり、雪の上を歩く時間が少なくなっていました。

雪原を歩くと、いつも歩いている視線の位置から積雪分高くなりますから、風景も少し変わって見えます。カモシカ、タヌキ、ウサギなどの足跡をきっと見つけることができるでしょう。また、動物に出会うこともあるかもしれません。ぜひ、お天気の日、出かけてみませんか。

3月になると「なじよもん」で、毎週日曜日スノーシューを履いて館の周りを歩く「自然散策体験」を行っています。参加して楽しんでみてくださいね。

(^^ ^^)



「いずれは結婚するつもりだけれど、今は相手に対して感じも良いし、嫌いな点がないが、「ただ、〇〇の点が気になる」とか、「親に言われるままに交際するのはどうも」とか、

「長年相談員をしてきて残念に思っているのは、せつかく良い感じで合いそうな二人なのに、互いにもう一歩踏み出せずに、交際するまでに至らなかつたというケースを何度も見てきたことです。」

チャンスが、いつ来るのかはわからないものです。せつかくのチャンスを前にしても、そう思わなかったり、積極的につかみ取ろうとしなければ、その実りを得ることはできません。



「まだ」と言つように、もう一歩進んで相手と関わって深く知り合おうとしない、そんな人たちに何人も会いました。誰でも相手への希望や条件、理想はあるでしょう。でも、あまりそういうことにこだわらずに、もう少し柔軟に考えてみませんか。せつかくの出会いです。そのひとつひとつを大切に重ねながら、ときには場面を変えて相手を見るなど、そうしたことにより初めの印象とは違った相手の良が見えてくることもあるでしょう。

私たちが結婚相談員会議は、色々な出会いの場を企画していますので、ぜひ参加してみてください。

もし出会いがあったら、その縁を大切に、もう少しゆっくりと時間をかけて相手と向き合ってみてはどうでしょうか。

結婚相談員 山田麗艶(若ヶ崎)

料理で婚活  
**Cooking Date**  
参加者募集!

料理が苦手な人もスタッフが丁寧に教えます  
調理という共同作業を通してパーティーでは見ることのできない一面を知ることができる好評企画です!

**3月16日(日) 4:00pm~8:00pm**  
場所: 津南町 保健センター 2F 調理室  
対象: 30~40歳の未婚の男女 各10名  
参加費: 500円/お一人様  
申込み: 3月7日(金)まで、お近くの結婚相談員もしくは、下記事務局まで。  
定員になりしだい切らせていただきますので、お早めにお申込み下さい。

津南町役場地域振興課内事務局  
TEL: 025-765-5454(直) FAX: 025-765-4625(代)

津南町結婚相談員会議

Menu  
・けんちん汁(郷土料理)  
・ワットリタン(京都の冷たい料理)  
・キムチチヂミ  
・デザートなど

# 戸籍の窓

## おめでとう ございます



- 藤木 終叶(陣場下) 咲万さん  
遥可さん
- 板場 美空(辰ノ口) 正英さん  
美保さん

## すえながく おしあわせに



- 福原 翔太さん(大割野) }  
松田 美沙希さん(長岡市) }

## おくやみ もうしあげます



- 半戸 牛松さん (83歳・中子)
- 村山 タマノイさん (88歳・十二ノ木)
- 福原 リヤウさん (93歳・惠福園なかつ)
- 山田 ツヤさん (94歳・十二ノ木)
- 桑原 善昌さん (92歳・陣場下)
- 小林 和三郎さん (85歳・割野)
- 村山 カウさん (106歳・十二ノ木)
- 福原 ミヨノさん (91歳・外丸)
- 渡邊 マツキさん (93歳・反里口)
- 藤ノ木勝太郎さん (83歳・大場)
- 藤ノ木 富義さん (92歳・美穂)
- 風巻 タケさん (95歳・大割野)
- 清水 ミ子さん (101歳・田中)
- 石澤 キノさん (91歳・大割野)
- 山本 テルさん (93歳・正面)

## ●第4回 Myコレクション展

会期:平成26年2月8日(土)~ 3月2日(日)

### ●入場料/無料

Myコレクション展の会期も残りわずかとなりました。

様々なジャンルのコレクションが集まり、子どもから大人まで楽しめる展示会です。

ご家族・お友達をお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。



「おもしろ消しゴム」展示の様子

## ●雪の森を歩こう!!

縄文人が駆け巡った冬の森を、スノーシュー(西洋かんじき)で歩いてみませんか?

3月の体験「スノーシューで森へ」パートI~IIIのすべてに参加すると、『修了証』を差し上げます。

もちろん、1回だけの参加も可能ですので、お気軽にご参加ください。

「ジオツアー〈カモシカウォッチング〉秋山郷」を含むスノーシューの体験には、疲れを癒すティータイムがあります。

手作りのお菓子を用意して、皆さまのお越しをお待ちしています。



『なじよもん縄文人になって 雪の森を歩こう修了証』

予約受付中!

当日受付も可  
※ただし定員により  
次第締切ります

3月 【なじよもん☎765-5511】

日時	プログラム	金額	対象	
2日(日)	9:00~11:00	スノーシューで森へ パートI	300	低学年から
9日(日)	9:00~11:00	スノーシューで森へ パートII	300	低学年から
16日(日)	9:00~11:30	スノーシューで森へ パートIII	500	低学年から
22日(土)	9:00~15:00	ジオツアー〈カモシカウォッチング〉秋山郷	800	中学年から
23日(日)	10:00~15:30	本格アングン編み一日体験	1,500	中学年から
30日(日)	10:00~12:00	春木山	300	高学年から

※友の会の皆さんは半額です。

## めざせ! 苗場山麓ジオパーク

【住民説明会日程】時間/午後7時~9時

ジオパークとは何か?この地域にはどんな見どころがあるか。住民の皆さんにどのように関わっていただきたいか、などを分かりやすく説明します。

日程	地域	対象集落	会場
2月25日(火)	下船渡 地区	下船渡・下船渡本村・上段・十二ノ木・卯ノ木・駒返り・貝坂・朴ノ木坂	なじよもん
2月27日(木)	津南原 地区	越渡・米原・堂平・源内山・所平・大場・美穂・豊郷・津原	米原公民館
3月4日(火)	外丸 地区	押付・小島・巻下・外丸	外丸公民館
3月6日(木)	三箇 地区	辰ノ口・鹿渡・鹿渡新田	辰ノ口公民館
3月11日(火)	上段 地区	中子・城原・相吉・岡・谷内・赤沢・大谷内	赤沢公民館
3月13日(木)	三里・上田 地区	上野・田中・反里・小下里	上野公民館
3月18日(火)	上郷(寺石)地区	羽倉・越手・寺石・足滝・穴山	寺石公民館
3月20日(木)	上郷(大井平)地区	大井平・亀岡・今井・灰雨・子種	大井平公民館
3月25日(火)	上郷(宮野原)地区	宮野原・朴木沢・小池・加用・百ノ木・出浦・下日出山・上郷逆巻	宮野原公民館

## 広報編集室

今年も雪も少なくて助かりますね。とはいえ、まだまだ2月。春はまだ先ですが特集では早くも4月以降の話を書かせていただきます。我が家でも昨年までに子どもたちの受け入れを4回ほど行い、大変だなあと感じました。ですが昔からずっと

自然豊かなこの地に住んでいると、何もかもが当たり前前に錯覚してしまう日々があることを、子どもたちを受け入れてあげてあげてくれます。今回は新規受け入れのかたが増えてくれたらという事で特集を組みましたが、今後も当然家族の協力も得ながらですが特集組んで終わりではなく、さらに深く取材していきたいと思えます。

## 表紙の写真

百ノ木の中島さん夫婦のころへ農村体験に行った中学生4人。普段、都会に

くるとは体験し得ない経験をさせてもらって、心も体も心とまわりの成長が旅になった。(中略)

この紙は再生紙を使っています

## 津南町の人口

■人口10,545(-11) 男5,124(-11) 女5,421(0)  
2月1日現在( )内は前月比  
■世帯数3,601(0) ■転入/9 ■転出/9 ■出生/4 ■死亡/15 ■婚姻/2