

広報 **おん** 新潟県津南町

No.701

2019

11.20

TSUNAN TOWN



つなんじかん



ススキ

魚沼丘陵線で

一面に広がっていた

ススキ

ススキには

「スス」まっすぐにすくすく育つ

「キ」芽が萌出る

という説があるそうです

ちょっと物悲しいイメージもありますが

一面にそろっていると

とても圧倒されました

目次 -contents-

features

- 04 【特集】台風第19号
「豹変する信濃川」
- 08 元祖・スキー王国復活だ！

regulars

- 10 つなんまちかどスケッチ
- 12 見て・知って・得をする かわらばん
- 14 国保だより
- 15 なんでも便り
- 17 いきいき大好き津南町
- 18 健康づくりア・ラ・カルト
地域おこし協力隊だより
- 19 みんなで考える 津南未来会議だより
農業の豆知識
- 20 広報ライブラリー
- 21 つなんの文芸
- 22 病院歳時記 年金コーナー 100日運動
議会コーナー
- 23 Tap でいこう!!
苗場山麓ジオパークかくれた魅力発見し隊！
- 24 なじよもん通信 戸籍の窓 広報編集室

信濃川

【最大24時間雨量】

218mm（アメダス
観測史上最大）



↑橋桁ギリギリまで増水（宮野原橋）



↑田んぼの中にまで流されてきた木（巻下）

【農地被害】

70件以上

【住家被害】

**床上浸水4件／
床下浸水9件**

台風第19号

豹変する



↑増水した信濃川（津南小学校前）



↑土砂崩れにより道路が流される（所平）



↑濁流ではがれた舗装と抜けて歪んだガードロープ（足滝）

【大雨や土砂崩れ等による通行止め】

最大16か所

たくさんのかたの協力で災害に対応・復旧

各地域の消防団のかたがたが集まり、浸水の恐れのある場所へ土嚢積みをしたり、各地域の見回り活動をしました。雨が降り、夜間で視界が悪い中、安全確保のためにご尽力いただきました。



↑暗くなって視界が悪い中、土嚢を積む消防団（大船団地）



↑浸水した足滝公民館の片付け

被害が大きい足滝集落では、上郷地区振興協議会をはじめとした地元のみならず、復旧のためボランティアで入りましました。その他の集落でも避難できるように公民館を自主的に開いていたなど、各集落で災害に対応するため活動をしていただきました。



↑破壊された護岸を確認（足滝）

濁流により破壊された足滝集落の護岸を、新潟県十日町地域振興局のかたから確認していただきました。10月下旬には、応急復旧工事が完了し、現在は、本復旧に向けて動いているところです。

町では12月30日まで台風第19号により被災された町民のみなさまを支援するため、義援金の受付窓口を開設しています。

11月8日現在のお寄せいただいた義援金

492,436円

義援金をお寄せいただきましたみなさま、誠にありがとうございます。

ファーストリテイリンググループよりユニクロ・ジーユーの衣料品を寄贈いただき、被災された足滝集落のかたへお届けしました。



↑寄贈いただいたユニクロ・ジーユーの衣料品

津南からも被災地の支援へ

津南町は税務町民課の職員2名を「チームにいがた」として被害の大きかった福島県郡山市へ10月29日から11月4日の間派遣しました。
現地では、建物の被害認定調査を行いました。



↑郡山市へ派遣となった樋口主事(左)と保坂主事(右)

台風第19号の被害に遭われた町民のみなさまにお見舞い申し上げます。
また、町消防団をはじめ全町を挙げての災害対策に、心から感謝申し上げます。
町としましては、「人が生きていければ復旧復興できる」という思いで、何よりも人命第一に対策にあたりました。幸い、人的被害はありませんでしたが、住宅への浸水、信濃川の護岸、県・町道、農地などで被害がございました。
引き続き、早急の復興に向けて全力を尽くしてまいります。町民のみなさまからいただいたご意見は真摯に受け止め、さらなる災害対策の充実・強化に生かしてまいります。

令和元年11月20日 津南町長 桑原 悠

津南町防災メールに登録しよう！

津南町に関する防災・気象情報の他、火災・道路・クマの目撃情報等をメールにて配信！

■登録方法

QRコードを読み込むか
下記のメールアドレスへ空メールを送信。
※迷惑メール設定の指定受信アドレス
info-tsunan@mail-mag.net



QRコード



●防災メールの例

実際に10月11日(金)に送付したものです。

台風第19号に関する情報について

新潟地方気象台によると、台風第19号は12日夜のはじめ頃から13日明け方に最も新潟県に接近する見込みです。
12日、13日は広範囲で大雨、暴風の可能性が高いため、今後の台風情報に留意してください。
暴風や停電等に対する備えは、11日までに行うようお願いします。今後最新の気象情報等に注意してください。

津南町役場総務課（電話：025-765-3112）

※登録変更は↓に空メールを送ってください
mod-tsunan@tsunan.mail-mag.net
※登録解除は↓に空メールを送ってください
out-tsunan@tsunan.mail-mag.net

[登録用メールアドレス] reg-tsunan@tsunan.mail-mag.net

元祖・スキークイーン復活だ！

12月21日

ニュー・グリーンピア津南

スキー場オープン予定！

スキークイーン到来！



ニュー・グリーンピア津南
公式マスコットキャラ『つなんぐりぐり』

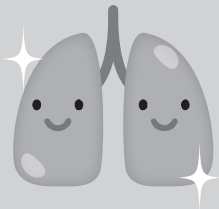
スキーにはこんな効能があるのをご存じですか？

① 山の上は視界良好！

転地効果が期待できます！

転地効果とは？

日常生活と異なった環境で自然の刺激を5感に受けることで、脳内物質の分泌や呼吸器系統、消化器官などの働きが整えられます。またホルモンバランスや自律神経の中枢に作用し、ストレス解消や病気療養にもプラスとなると言われています。その点、津南高原は視界良好。白銀の世界で、高い山々を眺めながらのスキーは格別ですね。



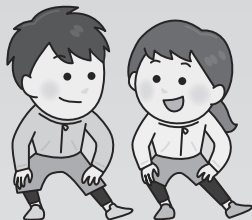
② 楽しみながら

下半身を鍛えられます！

冬の津南は雪かきがいい運動になりま すね。スコップなどを使って上半身は鍛えられます。

しかし、もともと加齢により衰えやすい足の筋肉は意識しないと鍛えられません。その点でもスキーは有効な健康法です。

楽しみながら運動できる。ぜひ冬場の運動不足解消にスキーはいかがですか？



③ 体を左右対称に使う

数少ないスポーツです！

スポーツは体を非対称的に使うものがほとんどです。左右対称に使うスポーツはスキーや水泳があります。どちらかに偏ることなく、まんべんなく体を鍛えましょう。



※ニュー・グリーンピア津南のスキー場は町が指定管理者制度により(株)津南高原開発を指定管理者として管理運営をお願いしています。町では住民の健康づくりとスポーツ推進の場を提供するため、健康増進とスポーツの発展・振興を進めていきます。

スキー場を利用しよう！

元祖・スキー王国復活キャンペーン

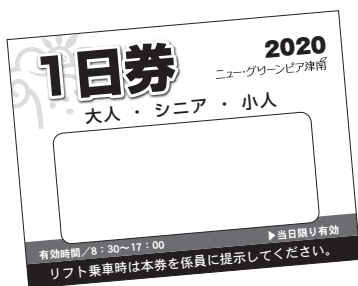


耳より情報その1

町民・町在勤者(家族含む)は
リフト1日券がなんと
500円！
大人も子どもも何度でも！

(リフト券購入の際、町民のかたはリフト券売所にて運転免許証、保険証、学生証等の住所がわかるものを提示してください。また、在勤者のかたは在勤証明書(様式は任意)をご持参ください。家族のかたと同伴する場合は在勤者が証明する世帯一覧表(様式は任意)をご用意ください。

※新潟県立津南中等教育学校に在籍する生徒も同額とします。



耳より情報その2

スキーやウェアなどの
レンタル用品も
割引料金で利用できるよ！

例/スキーセット1日
3,600円↓3,200円
(レンタルコーナーにて免許証、保険証、学生証等を提示いただきます。)
※新潟県立津南中等教育学校に在籍する生徒も同額とします。

なんといっても地元にあるゲレンデなので、天気がいい日を選んで行けるね。スキー授業の前に練習したり津南に遊びに来た友達と一緒に冬のレジャーにスキーやスノーボードはいかが？
リフト券やレンタル料金の割引で手軽に行けるね！

耳より情報その3

ニュー・グリーンピア津南では毎日、スカイランタンを上げてるよ！
電話で予約すれば、泊まらなくてもスカイランタン打ち上げ体験が出来るよ！



ニュー・グリーンピア津南

NEW GREENPIA
tsunan

〒949-8313 新潟県中魚沼郡津南町秋成12300
TEL.025(765)4611 <https://new-greenpia.com>

NEWS 02 今一度健康に目を向けてみる

— 11月3日 津南病院周辺 —



↑たくさんのかたが来場しました



↑「嘸む」力を見てもらいます

少し風の吹くなか、津南町健康まつりが開催されました。「音声役の会」のかたも参加し、発声練習やイントネーションなどについてブースを出しました。その他、いろいろなブースが出展されにぎわいました。

NEWS 03 そだき苑で活用、シャワーチェア寄贈

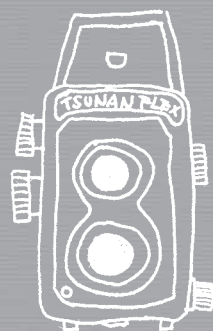
— 10月30日 町長室 —



↑株式会社 TNF のゆきその 柳木園様 (左) とスマイル十日町店のいしくろ 石黒様 (右)

株式会社 TNF 様、スマイル十日町店様より、福祉用具の「入浴用シャワーチェア」を寄贈いただきました。寄贈いただいた福祉用具はそだき苑にて活用させていただきます。

つなん まちかど スケッチ



Tsunan Event Sketch.

NEWS 01 子どもと大人のかかわり方を学ぶ

— 10月30日 文化センター —



↑講演いただいた「尾木ママ」こと尾木直樹さん



↑「0歳がスマホに接触するのはどれくらい？」と問いかけ

ご多忙中、津南町のために講演に駆けつけていただいた、「尾木ママ」こと尾木直樹さん。「スマホ・ネット時代 これからの子どもと大人のかかわり方」をテーマに講演していただきました。

講演では、「0歳がスマホに接触するのはどれくらい？」という問いかけがありました。5%など少ない数字を答える人がいる中、実際は23%（※）と0歳児の4人に1人が毎日スマホに接触しているそうです。スマホの危険性を訴えたうえで、津南町ではすぐ近くでできる自然体験の大切さを語っていただきました。※東京大学大学院情報学環 橋元良明教授、電通メディアイノベーションラボ共同研究 2018.11

津南中学校の50周年を記念して

— 10月19日 文化センター —



↑みんなで気持ちを一つにして合唱



↑生徒代表のあいさつをする生徒会長の滝沢来美さん



↑記念講演をする卒業生の小林由貴さん

10月19日に行われた津南中学校50周年記念式典。歴代の生徒会長などを招待して行われました。

式典に先駆けて合唱コンクールが行われ、「Beautiful harmony 令和 ～聞かせて155人の歌声～」をスローガンに歌声を響かせました。

式典では「私たちの夢と町のみらい」をテーマとして桑原町長を交えてトークをしました。また、卒業生の小林由貴さんが「夢を追いかけて」をテーマに記念講演をしました。

町長祝辞

生徒たちは豊かな自然環境の中で、日々勉学に勤しんでおります。津南中学校での三年間の生活が、学力向上はもとより、個人の創意・特性や情緒豊かな人間力の形成に活かされる場になっております。

このことは、卒業生及び在校生が勉学、スポーツ等さまざまな分野で優秀な成績を挙げ活躍していることを見ても明らかであり、町としても本

校が一層発展、飛躍できるよう期待しているところであります。

創立五十周年を契機に、教職員のかたがたをはじめ関係各位におかれましては、未来の津南を背負って立つ生徒たちが健やかに心豊かに成長できますよう、今後とも温かいご指導を賜りますようお願い申し上げますとともに、津南中学校のますますのご発展と、ご参会の皆さまのご健勝を祈念いたしまして、祝辞といたします。



見て・知って・得をする かわらばん

暮らし

「本人通知制度」に登録しませんか

身元調査などを目的とした住民票の写しや戸籍謄抄本などの不正請求、取得は個人の権利を侵害する行為です。町では不正請求の抑止、防止のため、本人以外の第三者に証明書などを交付した場合に、登録した本人へ交付したことをお知らせする制度を平成30年4月1日から開始しています。希望されるかたは登録してください。

登録

- 登録できる人
 - ・津南町の住民基本台帳に記載されている人（過去5年以内に転出などで消除された人も含む）
 - ・津南町の戸籍及び戸籍の附票に記載されている人（除かれた戸籍や附票も含む）

登録時の持ち物

- ・本人確認書類（運転免許証・パスポートなど）

- ・代理人が申し込むとき、代理人の本人確認書類のほか、本人の委任状（法定代理人のときはその資格を証する書類）

登録手続き場所

税務町民課 町民班（3・4番窓口）

その他

- 第三者とは
 - ・本人から依頼を受け、本人の委任状を持参した代理人
 - ・代理人以外の第三者
- 登録者本人に通知する内容
 - ・交付した年月日
 - ・交付した証明書の種別と通数
 - ・交付した第三者の区分

お問い合わせ

税務町民課 TEL 765・3113

「部落差別解消推進法」を ご存じですか

部落差別問題は、ある特定の地域の出身あるいは特定の地域に住んでいることを理由に、結婚を反対されたり、就職や日

常生活のうえでさまざまな差別を受けるという重大な人権問題です。今もなお各地で差別発言、差別待遇などの事案があり、近年はインターネットなどの普及によって情報の発信や取得が容易になる中で、部落差別につながる情報がインターネット上で拡散するなど新たな問題も発生しています。

「部落差別解消推進法」は、すべての国民が生まれながらにもっている基本的人権を保障する憲法の理念にのっとり、部落差別の解消を推進し、部落差別のない社会の実現を目指すことを目的として平成28年12月に施行されました。

あらためて、この法律の目的を考え、お互いを認め、大切に、一人ひとりの人権が尊重される、差別のない社会の実現を目指しましょう。

お問い合わせ

税務町民課 町民班
TEL 765・3113

相談

「人権週間」と「人権相談」

12月4日(水)から10日(火)は「人権週間」です。この機会に人権について考えてみませんか。人権擁護委員協議会と法務局では、「みんなで築こう 人権の世紀」を考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合おう」を目標として、人権を守る活動をしています。人権

相談ではどんな小さな悩みでも一緒に考えますので、お気軽にご利用ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

常設相談窓口

■日時 月曜日から金曜日（祝日を除く）
午前8時30分～午後5時

場所

新潟地方法務局十日町支局

お問い合わせ

新潟地方法務局十日町支局
TEL 752・2575

消費税軽減税率制度 個別相談

税務署では、軽減税率対象品目、帳簿・請求書の記載方法等について、税務署での面接による個別相談を希望されるかたの相談に応じています。

開催日時

12月13日(金)まで（土日除く）

相談時間

午前9時～午後4時

その他

事前予約制となりますのでお電話で事前予約をお願いします。

お申し込み先・お問い合わせ

個人事業者のかた
十日町税務署 個人課税部門
TEL 756・6001
法人のかた
十日町税務署 法人課税部門
TEL 756・6003

※なお、制度の概要や一般的な相談のかたは「消費税軽減税率電話相談センター」（軽減コールセンター）0120-205-553（無料）をご利用ください。

青色申告決算説明会

税務署では、所得税の青色申告決算書の作成方法などについて、次のとおり説明会を開催いたします。

- 開催日時 12月4日(木)
- 営業所得 午前10時～11時30分
- 農業所得 午後1時30分～3時

■場所

津南町役場3階 大会議室

■お問い合わせ

十日町税務署 個人課税部門
TEL 756・6001

新潟県商工会連合会から

「無料法律相談」のご案内

商工会では、商工業者を中心に、広く県民を対象として、弁護士による個別の法律相談を開催しています。

相談は予約制で、秘密は固く守られます。

- 日時 12月19日(木) 午前10時～正午
- ※相談時間は、1件あたり30分程度になります。

■場所 津南町商工会

(津南町大字下船渡丁2920番地)

■お申し込み先 津南町商工会

TEL 765・2301

(事前にお電話でお申し込みください)

■お問い合わせ

新潟県商工会連合会長岡支所

TEL 0258・21・0688



一人で悩まず、まず相談を!!

弁護士による無料法律相談

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、左記開催日の前週の金曜日までに申し込みください。なお、定員に達ししだい、締め切りとなります。

■開催日時

原則毎月第2水曜日

午後1時30分～3時30分

※今後4か月の開催予定日

12月11日(木)、令和2年1月8日(木)、

2月12日(木)、3月11日(木)

■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、悪質商売など

■お申し込み先・お問い合わせ

税務町民課 町民班

TEL 765・3113

募集

令和2年 津南町職員再募集

令和2年4月に採用する津南町職員を次のとおり再募集します。

1、職種及び採用予定人員

土木技師 1名程度

2、受験資格

次のいずれかに該当する者

- ①昭和59年4月2日以降に生まれた者
- で、専門学校、大学等の土木の専門課程を履修した者
- ②昭和59年4月2日以降に生まれた者
- で、土木施工管理技士の資格を有する者、または令和2年3月31日までに同資格取得見込みの者

3、試験期日及び会場

(1)第1次試験

- ①期日 令和2年1月26日(日)
- ②会場 津南町役場3階 第2委員会室
- ③試験の方法

地方公務員として必要な一般的知識及び知能、専門知識及び能力、事務的適正検査について択一式による筆記試験を行います。

④合格発表

2月上旬に決定し、受験者全員に通知します。

(2)第2次試験

- ①対象者 第1次試験合格者
- ②期日等

2月下旬に津南町役場で実施する予定です。試験の日時、会場等については、決定しだい対象者に通知します。

4、受験申込期間及び場所

- (1)申込期間 11月21日(木)～12月6日(金)
- (2)申込場所 津南町役場 総務課

5、受験手続

(1)申込書の請求先

津南町役場 総務課総務班

〒949・8292

新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡戊

585番地

TEL 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

受験申込書に所要事項を記入、押印し、写真(縦4cm、横3cm)1枚を貼り、他に2枚を添付して提出してください。

(3)その他

不明な点は、津南町役場総務課総務班
TEL 765・3112 (内線222) までお問い合わせください。

国保だより

交通事故など(第三者行為)で
被害にあつたらただちに届け出を!

こういった事故に遭い、
けがをして病院に
かかったら!

傷害事件に
巻き込まれた



他人の犬に噛まれた



交通事故にあった



スキー場で
ぶつかってけがをした



届け出がされないと、本来、事故により加害者が負担すべき治療分も、被害者と加入している国民健康保険で、支出することとなり、結果、国保の負担が増え、結果、将来的に国保加入者の保険料の負担増加にもつながってしまいます。第三者行為があつた際には、必ず届け出をお願いします。

「第三者」による
けがの場合は必ず町に
届け出をしてください!

ただし!次の場合は
国民健康保険証を使つての
受診はできませんので
ご注意ください!

- ・勤務中や通勤途中での事故 (労災の対象)
- ・不法行為 (飲酒運転や無免許運転)
- ・示談を済ませてしまったとき

まずはお問い合わせください!

手続きには左記の提出書類が必要となります。

- ・第三者行為被害届
- ・事故発生状況報告書
- ・念書
- ・交通事故証明書

また状況によってはこちらから事故の状況などの確認のお電話をする場合もありますので、協力をお願いします。

交通事故にあつたとき
き (徳川康子) 電話
099-561-3114
交通事故相談センター

保険の切り替えも
忘れずに!

問 国民健康保険に加入して
いましたが、就職し社会保
険に加入しました。切り替えの手
続は自動的にされますか?

答 新たに職場などの健康保
険に加入した場合、切り替
えの手続は自動的にされませ
んの、14日以内に国保担当窓口で、必
ず国民健康保険の離脱の手続に
来てください。

【申請に必要なもの】

- ・国民健康保険証
- ・職場などの新しい健康保険証
- ・もしくは加入日等分かる書類
- ・印かん(認印)
- ・マイナンバー
カード



お問い合わせ

福祉保健課保険班
Tel 765-3114

料金受取人払郵便

十日町局
承認

50

差出有効期間
2020年
9月20日まで

(切手を貼らばずに
お出しください)



9 4 8 8 7 9 0

津南町大字下船渡戊五八五番地

津南町役場

総務課 総務班 行

(受取人)

きせはり

町政についてのご意見、ご要望を お寄せください

町民の皆さまには、日頃から町政運営にご理解
とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

津南町は“希望と愛、参加できるまちづくり～
未来をつくる子どもたちのためにいま、立ち上
がろう～”を基本理念に町政を進めています。

希望・愛にあふれる津南町にするために、皆さ
まの町政に対する貴重なご意見・ご要望を「なん
でも便り」でお寄せください。

津南町町長

お寄せいただいたご意見・ご要望には、責任を
持って回答いたしますので、必ず住所・氏名・電話
番号をお書きください。

また、FAXやなんでもメール、担当部属へのお問
い合わせメールも町ホームページからご利用いただ
けます。

[お問い合わせ]

津南町役場 総務課 総務班

TEL 765-3112 FAX 765-4625

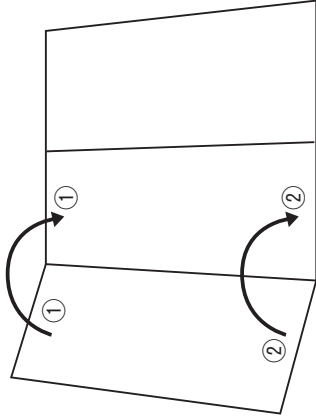
のりしろ ⑥

きせはり

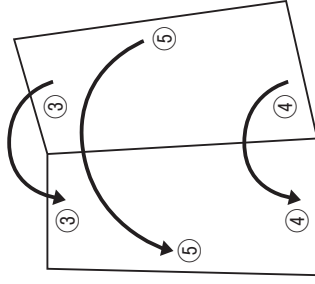
のりしろ ③

用紙の使いかた

投稿原稿用紙の面を内側に折って「のりしろ①」
と「のりしろ①」、「のりしろ②」と「のりしろ②」
を貼り合わせます。



次に「のりしろ③」「のりしろ④」「のりしろ⑤」
をそれぞれ貼り合わせ、あて先が表になるよう
にします。貼り合わせたらポストにご投函ください。



※のりをはみ出さないようにご注意ください。

のりしろ ④

きせはり

なんでも
便り 

町政についてのご意見、ご要望をお寄せください

キリトリ線に沿って切り取り、のり付けしてから投函してください。
FAXをお持ちのかたは、この面だけ送信していただいても構いません。

※町政とは関係のない内容や個人・団体を誹謗、中傷するような内容は固くお断りします。

のりしろ
②

のりしろ
①

のりしろ
②

のりしろ
①

年 月 日

回答について
(を入れてください)

回答を希望する

回答を希望しない

〒 _____
住所

氏名 _____ 性別 男 女

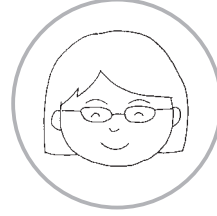
年齢 _____ 電話番号 _____

のりしろ
④

のりしろ
③

のりしろ ⑤

今月は
星名 由紀子
保健師



子育て、ひとりで 悩んでいませんか 地域で見守る子育て、

11月は「児童虐待防止推進月間」です。家庭や学校、地域等の社会全般にわたり、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得ることができるよう、期間中に児童虐待防止のための広報・啓発活動など種々な取組を全国で実施しています。

平成30年度の全国の児童虐待相談件数は15万9850件と年々増加の一途を示しています。

核家族の増加や地域との関係の希薄化により、子育て世帯が感じる孤立感、都市部だけの問題ではなくなっています。虐待が起きる背景を知り、地域でできる支援を考えていかなければなりません。

児童虐待4つの種類

身体的虐待

- ・殴る、蹴る、投げ落とす
- ・激しく揺さぶるなどの暴力
- ・やけどをさせる
- ・戸外に長時間、閉め出す

心理的虐待

- ・無視する
- ・言葉で脅す、大声で脅す
- ・他の兄弟と極端に差別して扱う
- ・子どもの前での配偶者への暴力

ネグレクト（養育保護義務の拒否・怠慢）

- ・食事を与えない
- ・著しく不潔な状態に置く
- ・家に閉じ込める
- ・具合が悪くても受診させない

性的虐待

- ・性的ないたずらを強要する
- ・性的関係を強要する
- ・性器や性交を見せる
- ・ポルノの被写体にする

「しつけ」と「虐待」の違い

「しつけ」とは、子どもがきちんとした生活習慣や社会のルール、良好なコミュニケーション力を身に付けられるように働きかけ、子どもの成長をサポートする行為です。一方で「虐待」とは、理由にかかわらず、身体的な暴力や言葉に

よる威圧によって子どもを傷付ける行為です。このような不適切な養育は子どもの成長や発達に深刻な影響を与えます。

根底には育児不安・ストレス

虐待が起こる根底には、「育児不安」や「ストレス」があるとされています。主な原因として次があげられます。

- 過去に虐待を受けていた経験がある
- 夫婦関係の不和や家庭内暴力
- パートナーの子育て不参加
- 経済的に不安定
- 職場でのトラブル
- 正しい子育ての方法が分からない
- 相談できる相手がいらない

原因はひとつと限らず、日々のさまざまな不安や心配が重なっていることもよくあります。心配な物事が解決しないことでイライラが募った結果、弱い子どもがはげ口となり、暴言や暴力、育児放棄などが起こるようになります。そして慣れてしまうことにより、どんどんとエスカレートしてしまいます。

気持ちを抱えこまずに

自分の思うように対応できずに悩んだり、どうしてよいか分からなくなっている養育者の「心の苦しさ」を、周囲の人が理解することが大切です。

● 子どもに虐待をしたと感じることがあり、続けてしまうのではと不安…

- 自分のイライラを子どもにぶつけてしまい親失格だ…
 - 「助けて」とは言えないし、自分ですべてやらなければならない…
 - 他の子よりできることが遅く、自分の育て方が悪いのでは…
 - 子どもをかわいいと思えず一緒にいることもつらい…
- 近くに気になる人がいたら、早めにかに相談することを勧めましょう。

地域ぐるみで子育てサポート

- ・子育て支援センター
- ・育児相談や一時預かり、子育てサークルの活動支援等を行います。
- ・町内保育園
- ・育児の悩みにアドバイスを行います。
- ・主任児童委員
- ・家庭への相談を援助したり、福祉制度等へのつなぎ役も行います。
- ・町福祉保健課
- ・保健師や栄養士が、子どもの成長発達や生活習慣、家族の相談に応じます。

小さな心配でもお話しください。子どもと家族のより良い関係のために、できることを一緒に考えましょう。

お問い合わせ

福祉保健課 健康班
TEL 765-3114



「ふたごの子育て」

割野 上村 美可子

ふたごの子育てで、日々奮闘中の上村美可子さんにインタビューをしました。



Q ふたごの子育てはやっぱり忙しいですか？

平成29年9月19日にふたごの「紬(つむぎ)」と「結(ゆい)」が誕生し、今年で2歳になります。初めての子育てで右も左もわからずとても大変でした。周りの人たちから「初めてでふたごなんて大変だねえ」とよく言われますが、初めての子育てがふたごなので、これが普通になっています。なので、周りの人が思っているよりはなんとかなっているかなと思っています。私も「何とかなるだろう」という感じなので。

新生児時期のミルクとおむつはずごく大変でした。信じられないスピードでどんどん減っていきます(笑)。おむつが4日でなくなる時期もありました。動き回るようになってからも大変でした。いろんなことに興味をもってあつち

こつち行ったり、すぐ口に物を入れたりするので目が離せなかつたです。

Q 現在2歳となりましたが、どんなことに興味を持っていますか？

猫が好きで初めてしゃべった言葉も餌い猫の名前でした。今は『おままご』が好きになってきて、猫がおままご相手になってくれて感謝しています。あとはアンパンマンが大好きです。機嫌が悪い時も手や足にアンパンマンやバイキンマンを書いてあげると機嫌が直ります。それぞれ個性が出てきて服の趣味が違ったりしてきています。これから2人がどんな子になっていくのか楽しみです。

毎日忙しい日々を送っている中で、インタビューに答えていただいてあげることができていました。これからもっと忙しくなると思いますが、周りの人の協力を得ながら頑張ってください。



地域おこし協力隊だより



はいこんちよ、中津地区担当の照井麻美(てるいあさみ)です。

今回が初めてのおたよりという事で、最初に何を書こうかな?と考えている中で協力隊を始めてから「なんで津南に来たの?」と聞かれることが多かったので移住までの経緯をお話ししたいと思います。

田舎で暮らしたいという夢は昔からあったのですが、それは遠い先の話かな?と思いつつながら、都心で仕事をバリバリしていました。しかし、30歳を目前に子育てをしながらでも働き続けたいと強く思うようになる中、前職では子育てをしながら働くことができないと上司から言われてしまったので、どうせ転職するなら今しかできないことをしようと、思い立ったのが移住という選択肢でした。

移住先を考えるにあたり最初に思い浮かんだのは津南町です。それは毎年夫婦で冬に訪れていたというのがきっかけでしたが、夏の津南を見たことがなかったため、下見がてら旅行に行ってみようと3年前に1週間ほど秋成のお試し移住ハウスに滞在しました。

そこは緑が生い茂り、田んぼには青々と稲が育ち、中津川を見下ろせる見玉公園、冬とは全く違う景色に私は圧倒され、心洗われるようでした。

その後も長野、山梨、群馬などほかの土地への移住も考えましたがどうしても津南での時間が忘れられず、移住するなら「津南町」それ以外なら東京でいいと思うようになりました。

そして、今年色々なタイミングが重なり、ついに移住をすることができました。2ヶ月ばかりですが実際に住んでみて、やはりいいところだなあとしみじみ感じております。

ただ、津南町のかたがたがこの町の魅力に気が付いていないように感じました。

都心から来た者からしますと毎日満員電車にもまれ、往復2時間かけて出社して、休日はコンクリートの公園で子供と遊ぶ、確かにイオンやファミレスがすぐ近くにあります。それは便利でも果たして暮らしやすいのでしょうか。

私はそんな疑問を持って、この町なら心豊かな暮らしができるかなと思いついて津南町に来ました。

これから移住してきた私が思う津南町の素敵なところや発見、感じたことを町民の皆様へ発信していきます。そこで皆様津南のいいところを改めて見つけて、再認識していただけたら嬉しいです。

冬が近づくとつれ雪への不安と期待が高まりますが、これから一住民としてよろしくお願いたします。

観光地域づくり法人とはなにか？

先日、町に提出された未来会議の提言書の中に、「観光地域づくり法人（DMO）の設立」という項目がありました。今回はこの観光地域づくり法人とは何かを詳しく見てみましょう。

●日本版DMOの広がり

近年、観光分野でDMOという呼称が多く使われるようになっていきます。津南町でも今年4月に地域振興課にDMO推進室ができました。

DMOは(Destination Management/Marketing Organization)の頭文字をとったものです。観光庁では欧米で展開していた「本格的な観光の経営分析を行い地域の観光関連事業者との信頼関係を築き、観光地経営を支える組織（DMO）」を、日本に合わせた形で導入するべく、5年前に「日本版DMO」の推進を提唱しました。

以来各地でDMOが作られました。観光庁が認定するDMOには3種類あります。関東広域など多県にまたがる「広域連携DMO」10件、雪国観光圏など複数市町村が参加する「地域連携DMO」69件、単独市町村の「地域DMO」57件が、現時点で認定されています。未来会議で提言するのは、地域DMOです。

なお今年8月に観光庁は「日本版DMO」という名称を「観光地域づくり法人(DMO)」と変更しています。

●法人の必要性

提言書では「観光地域づくり法人(DMO)の設立」について、次のように解説しています。

『日本一生き生きとした津南を目指す「津南型ツールリズム」の軸となる民間主導、行政支援の新法人を設立する。住民や、観光だけでなく農林業や商工業などの団体のバラバラな活動を横断的につなぐ持続的な主体として、未来会議の事務局、まちなかオープンスペースの運営、情報の集約と国内外への一元的な発信を担う。新法人は、行政と協議したうえでKPI(組織目標の達成度を評価するための主要な評価指標)を策定、データに基づき検証を行い、その説明責任を負う。』

今後、具体的な法人設立計画について、関係団体などの理解を得ながら検討していくこととなります。

■お問い合わせ

地域振興課DMO推進室

TEL 765-3115

農業の豆知識

○新潟県では令和元年7月に園芸振興基本戦略を策定されました。

〔抜粋・要約〕

1、基本的な考え方

主食用米の需要減少が見込まれる中、農業経営が持続的に発展するためには、米だけに依存せず、経営基盤を強化することが重要であり、儲かる農業の実現に向けて、園芸導入により稲作経営体の経営の幅を広げるとともに、機械化や施設化、農地の汎用化などを積極的に推進して生産効率の高い産地を育成し、園芸生産の拡大を図る。

このため、園芸導入・拡大に向けてさまざまな挑戦する農業者や産地を、関係機関・団体が一体となって、生産から販売まで一貫してサポートする。

2、本県園芸生産の目指す姿

本県の強みである米に加え、県内各地で地域の特性や優位性を生かした園芸生産の取組が拡大して儲かる農業実現することで、農業者の所得が向上し農業が成長産業となっていく姿を目指す。

3、目標

〔県全体の目標〕

①販売額1億円以上産地数を倍増させる。

(現状・51産地↓目標101産地。現在、販売額1億円以上の産地は、さらに販売額1億円アップを目指す。)

②園芸の栽培面積1,000ha増を目指すとともに、新たに園芸に取り組む農業者の拡大を図る。

4、推進期間

令和元年から令和6年

新潟県園芸振興基本戦略

園芸導入・拡大にチャレンジする農業者や産地を関係機関・団体が一体となって応援します！



↑キャベツの大型収穫機

園芸生産を拡大し、儲かる農業を実現しましょう！

お問い合わせ 地域振興課農林班 TEL765-3115



『日本アイスクロニクル』

辰巳出版

1928年から2018年まで日本で販売されたアイスを網羅した本。今はなき懐かしのアイスから、最新のおもしろアイスまで掲載されています。

・おしらせ・

■住所や電話番号などが変わった場合はご連絡ください。

図書室では、予約本・リクエスト本の到着のお知らせや、返却のお願いなどの連絡を確実にを行うため、利用者のかたの住所や電話番号などを最新のものにしておく必要があります。引越など登録情報に変更がある場合は、受付時に係員にお申し出ください。

本人確認の都合上、電話などでの変更受付はできませんので直接図書室にお越しください。

また、利用者カードは3年の有効期限となっています。更新のときは住所等を確認させていただきますのでご了承ください。

※住所変更・期限の更新ともに、使用して

11月の新着図書 (HPでも検索できます)

【大人の本】

- 『Q&Aでわかる 子どものネット依存とゲーム障害』.....少年写真新聞社
- 『マンガでわかるベビーサイン』.....リトルランド
- 『図解 知識ゼロからのコメ入門』.....家の光協会
- 『図解でわかる時事重要テーマ100』.....日経HR
- 『菊花の仇討ち』.....梶よう子
- 『人を乞う』.....あさのあつこ
- 『奔る男』.....堂場瞬一
- 『ツナグ』.....辻村深月

【子どもの本】

- 『日本史探偵コナン シーズン2』.....小学館
- 『いざというとき自分を守る防災の本』.....岩崎書店
- 『6年1組黒魔女さんが通る!! 8・9巻』.....石崎洋司
- 『鬼遊び 3巻』.....ひろしまれいこ
- 『トムとジェリーをさがせ! いったみよう! 日本一周のたび』.....河出書房新社
- 『ウォーリーをさがせ! まちがいもさがせ!』.....フレーベル館
- 『はたらくるまたちのクリスマス』.....シェリー・ダスキー・リンカー
- 『おもちさんがね...』.....とよたかずひこ

※新刊は毎月20日ごろに棚に並びます。入りたての時期は貸出が集中しやすいので、予約申込みもご利用ください。

いるカードはそのまま使えますので、3年以上が経過した場合でも破棄せずにお持ちください。万が一紛失してしまつた場合、再発行をする際に手数料がかかりますのでご注意ください。

■検索用の端末をご活用ください。

図書室には本を探せるタッチパネル式の検索用パソコンがあります。誰でも利用可能ですので、探したい本が津南町図書室にあるかどうかや置かれている場所などを調べるのにご活用ください。

なお、返却コーナーに置かれている場合など、本の置かれている場所に関しては一致しない場合があります。

す。見つからないときは係員にお問い合わせください。

また、他の市町村の図書館の本は検索できません。

■年末年始の休館日に合わせて、返却期限が一部変更となります。

12月28日(土)～1月3日(金)の間、公民館休館日に合わせて図書室もお休みとなります。12月14日(土)～21日(土)の間に貸し出した本については、返却期限が1月4日(土)となりますのでご注意ください。12月22日(日)以降に貸し出した本の返却期限は通常通り二週間後になります。

・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 11月25日(月)、

12月28日(土)～1月3日(金)

■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。
※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かた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



短歌

砂丘

香りよくふつくらとした金魚草
性質強く好きな花なり

北村まさ子

ライブにて他国から来た人々が
日本語使い巧みに話す

小島香代子

いつせいにスタートしたる選手らの
タスキに込めた願いつなげる

江村大輔

三線の島唄ライブ手拍子と
皆で「ソイソイ・イヤーサーサー」

石橋寿子

日没前道に伸びたる自が影を
追いて幼児は遊び歩めり

津端恵子

巢のありか知られぬように鶴鴿は
駐車場をしばらく歩く

貝澤圭子

賑やかに下校の子らが通り過ぎ
せせらぎの音再び聞こゆ

関谷郁子

パンダ観るに百十分の待ち時間
諦め虎と話して帰る(上野動物園)

恩田久美子

生れし孫「りん」と名づけらる漢字にて
「鈴音」と書いて「りん」と訓むなり

丸山直子

(7月8日長男夫婦に女兒誕生)

額から尻尾の先までうつくしき
「ディープリンパクト」この夏に消ゆ

小野寺恒代

いちじくの葉より雫は池の面に
重なり合いて水輪となれり

高橋春枝

背を丸め草取りに励む友のあり
一声かけて小休止せしむ

内山キク

離れ住む吾子との別れ辛ければ
無口になりて帰路につきたり

麻績初恵

普段はわれに冷たきことを言う
娘の我が病めば意外に優し

滝沢勝枝

雨あがりすすきり澄んだ夏空に
うつつら虹のかかれるが見ゆ

風巻京子

末枯るると思ひし夏のゼラニウム
恋めぐるごと赤あかと咲く

鈴木綾子

海の方へ雲はゆつくり流れゆく
わが歩みよりやや遅くして

萩原光之

長生学園

亡き夫の植系し百幻柿十余年
枝しなわせて今年も生りぬ

中村武子

杉林囲むごとくにさまざまな
雑木林の紅葉映える

島田真之

俳句

岩すげ俳句会(十月)

改札を飛蝗と通る無人駅

芳司

美少女に席を譲られ涼新た

房良

ソロやがてコーラスとなる虫の囀

れい子

蚯蚓鳴く聴力検査の耳の底

壽子

はづむ声網にかかりし秋の蝶

フミニ子

深秋の座敷の碁盤父恋し

渡舟

梟や寝ね難き闇膨らめり

緑

猿よけの爆音近し胡桃干す

千年雄

走り去る少年映す火花かな

守人

山に住み我秋晴の中にをり

冬詩子

いつの間に秋の日暮るる立話

妙

走る子の腕振る風や秋桜

美恵

病院歳時記

レスパイトとは

総看護師長 風巻 眞理子

当院では令和元年7月から地域包括ケア病床を開始し、現在17床で運用しています。包括ケア病床利用にあたり、「レスパイト入院」も対象となります。

・レスパイトとは？

「息抜き・休息・一時中断」という意味の言葉です。

・レスパイト入院とは？

「在宅介護における、介護者のサポートのための入院です。」

・包括ケア病床とは？

「症状が安定した患者様に対して、自宅や居住系介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う病床です。」

津南病院ホームページのお知らせに情報を掲載しています。

利用については、かかりつけ医、訪問看護ステーション、ケアマネージャーにご相談ください。

年金コーナー

国民年金保険料の納付が、免除や猶予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や猶予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。(免除や猶予された期間については、10年以内ならば納付して満額に近づける、追納制度もあります。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カ月前までとなります。

保険料を納め忘れの状態や、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族年金が受けられなくなる場合があります。失業等によって保険料を納付することが経済的に困難になったものの、免除申請を忘れていたために未納期間のあるかたは、一度、下記お

問い合わせにご相談ください。

毎年11月は「ねんきん月間」、11月30日は「年金の日」です。

日本年金機構では、厚生労働省と協力して、毎年11月を「ねんきん月間」と位置付け、公的年金制度に対する理解を深めていただくための普及・啓発活動を行います。主な活動としては、次のようなものがあります。

- 年金相談の窓口として全国各地で「出張年金相談」の開設
- 大学・高校などの教育機関や事業所等へ出向いての年金セミナーや年金制度説明会の開催

また、11月30日は、ご自身の年金記録や年金受給見込み額を確認し老後の生活設計に思いを巡らしていただく「年金の日」となっています。ぜひ、この機会に「ねんきんネット」などを利用してご自身の年金について確認してみましょう。

【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 765・3113

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)

- 5300日 石橋玲子(陣場下)
- 2600日 大倉敏雄(小下里)
- 2500日 若井栄一(穴山)
- 1600日 藤ノ木保子(船山)
- 500日 樋口紘一(船山)、福原嘉定(外丸)
- 200日 桑原イツ(貝坂)、桑原理恵(貝坂)、滝沢タミ(赤沢)

主な運動:ラジオ体操、テレビ体操、ウォーキング、健骨体操、水中運動、ゲートボール他

議会コーナー

＜実施された行事＞

- (10月)
 - 23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
 - 29日 森林環境税・森林譲与税創設感謝の集い(議長)
 - 30日 富山県射水市行政視察(副議長)
- (11月)
 - 3日 東京津南郷会懇親会
 - 7日 県町村自治に関する研修会(新潟市)
 - 7日 町村長と町村議長との意見交換会(新潟市)
 - 12日 全員協議会
 - 14日 臨時議会(初議会)
 - 17日 第26回津南町社会福祉大会(議長・総文福祉常任委員長)

20日 全議員研修(後期)

＜今後予定されている行事＞

- (11月)
 - 21日 新潟県後期高齢者広域連合事業説明会
 - 22日 一般国道353号十二峠新トンネル開削要望会(新潟市)
 - 26日 町村議会議長会広報研修会(新潟市)
 - 29日 町村議会議長会新議員研修会(新潟市)
 - 29日 一般質問めく切日(午後3時)
- (12月)
 - 3日 議会運営委員会
 - 3日 全員協議会
 - 13日~15日 第4回定例会(予定)



・アクアリズム(水中エアロビクス)
 (火)午後1時15分～45分間
 (土)午後7時30分～(冬期午後6時30分～)
 水の中で音楽に合わせて手足の開閉、ジャンプなどの動きで指先に至るまで全身の運動ができます。



・成人水泳教室(初心者クラス)
 (月)木午後0時15分～1時15分

週1回(月4回)	クアハウス会員	4,400円/月
	スクール会員	5,000円/月
週2回(月8回)	クアハウス会員	6,100円/月
	スクール会員	6,600円/月

クアハウス津南
 11月より新しい教室を開催



■料金等

- ・成人水泳(月謝制)
 上記参照 (初回 別途登録料2,000円)
- ・アクアリズム
 クアハウス会員 1回500円 非会員 1回1,200円
- ・足踏み美人
 会員・非会員1回 200円
- ・バランスボール
 クアハウス会員 1回500円 非会員 1回800円

※水泳以外の教室は当日受付でお支払いください。詳しくはクアハウス津南まで
 ※その他各教室も平常通り開催中
 ※祝祭日の教室は休講となります

クアハウス津南【TEL】765-3711 【FAX】765-3309



・バランスボール開催日時一部変更
 (火)午後6時15分～60分間(新)
 (土)午後4時～60分間(変更なし)
 体幹、インナーマッスルを鍛えて姿勢、腰痛などを予防、改善!



・足踏み美人(エアロビクス初級程度)
 (土)午後5時50分～30分間

音楽に合わせて楽しく足踏みをします。運動不足解消しましょう!



前倉トド展望台の石碑の後ろが入口です

どなたでも歩くことは可能ですが、野生動物には気を付けましょう。
 途中には、見晴の良い場所やブナの古木、木々のトンネルがあり、ゆっくり歩いて片道1時間弱のコースとなっています。観察しながら歩くとブナの木についていた熊やムササビの爪痕を見つけることができます。

■お問い合わせ
 ジオパーク推進室
 ☎765-1600



途中には美しいブナ林もあります



苗場山や八海山まで見渡せるビューポイント

苗場山麓ジオパーク
 かくれた魅力
 発見し隊!

中津川左岸トレッキングコースの整備の進捗を、ご報告します。
 10月に、前倉トド展望台～鳥甲牧場までの整備を行いました。前倉トド展望台脇にある石碑の後ろから入り、鳥甲牧場まで約1.5kmの道のりを歩くことができるようになりました。

戸籍の窓

おめでとう
おさいます



中島 滯那(陣場下) 裕貴さん
麻里子さん
宮沢 菜(卯之木) 高吉さん
菜美江さん

おくやみ
もうしあげます



惣山ハツイさん (90歳・押付)
山本 正壽さん (83歳・陣場下)
山田 克榮さん (78歳・小池)
磯部 幹司さん (86歳・大割野)
中島ミサオさん (89歳・上加用)
市川フクエさん (91歳・谷内)
池田 トエさん (103歳・小島)
篠原 道さん (92歳・外丸)
高橋 修二さん (68歳・大割野)
富沢 武重さん (99歳・谷内)

●ジオパークフォトコンテスト 入賞作品展示会

会期:11月16日(土)~12月8日(日)
たくさんのご応募をいただき
ました「第4回苗場山麓ジオパ
ークフォトコンテスト」の入賞作品
25点を展示します。美しい苗場
山麓の姿をぜひご覧ください。



展示会の様子

●第10回Myコレクション展

会期:令和元年12月14日(土)~令和2年2月24日(月)
入場:無料
公募で集まったさまざまな個人コレク
ションを展示します。
驚きに満ちたコレクションの数々を、どう
ぞお楽しみください。
<レセプション>
12月14日(土) 10:00より、出展者にコレ
クションの紹介をしていただきます。
どなたでもご参加いただけます。ぜひお越しください。



昨年のMyコレクション展の様子

●「津南学講座」開催のお知らせ

受講料:無料
会場:なじよもん研修室
■11月30日(土) 13:30~15:00
「河岸段丘日本一の苗場山麓で
河岸段丘について考える」
講 師:山縣 耕太郎氏(上越教育大学)
■12月7日(土) 13:30~15:00
「考古資料から見た魚沼と隣接地域との交流」
講 師:笹澤 正史氏(株)吉田建設埋蔵文化財調査部



津南学講座の様子

広報つなみ No.701 令和元年11月20日発行 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 TEL.025(765)3111(代) FAX.025(765)4625 ホームページ/ http://www.town.tsunan.niigata.jp/ 電子メール/ info@town.tsunan.niigata.jp 編集/総務課総務班



表紙の写真 見玉公園から見た秋の石落し。この写真を撮りに行ったときにも、観光客のかたが訪れていて写真を撮ったり観賞したり楽しんでいました。

この紙は再生紙を使っています

広報編集室
11月2日に笹沢会の健康ウォーキングに参加しました。日頃の運動不足がたたり15kmの道のりはなかなか堪えましたが、天気も良く、きれいな景色が見えて気持ち良かったです。

たです。健康診断で何回か「D」の私にはとてもいい運動になりました。3日には健康まつりの取材にも行き、健康について改めていろいろ感じたひと月でした。

村山 拓也

12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) 13:00~16:00	注連縄(しめなわ)づくり ※要予約	800	中学年以上
7日(土) 10:00~12:00	小枝のクリスマスツリー	500	低学年以上
8日(日) 10:00~12:00	手漉き和紙の年賀状	800	低学年以上
14日(土) 10:00~12:00	そば打ち ※要予約	1,000	中学年以上
15日(日) 10:00~12:00	和紙のあかり ※スイッチライトは別途950円	1,000	中学年以上
21日(土) 10:00~12:00	ろうそくのランタン ※要予約	1,000	高学年以上
22日(日) 10:00~12:00	手漉き和紙の年賀状	800	低学年以上

津南町の人口

11月1日現在()内は前月比
■人口9,468(-12) 男4,569(-9) 女4,899(-3)
■世帯数3,505(-4) ■転入/8 ■転出/11 ■出生/4 ■死亡/13 ■婚姻/1