

広報 **おたん** 新潟県津南町

No.703
2020
1.20
TSUNAN TOWN



features

- 04 【特集】新春対談
何事も「本気」で
- 08 申告の時期です

regulars

- 10 見て・知って・得をする かわらばん
- 13 みんなで考える 津南未来会議だより
農業の豆知識
- 14 いきいき大好き津南町
- 15 国保だより
- 16 広報ライブラリー
- 17 つなんの文芸
- 18 病院歳時記 年金コーナー 100日運動
議会コーナー
- 19 Tap でいこう!!
苗場山麓ジオパークかくれた魅力発見し隊!
- 20 なじよもん通信 戸籍の窓 広報編集室

年頭あいさつ



津南町長
桑原 悠

令和2年、2020年が始まりました。謹んで皆さまのご多幸をお祈り申し上げます。昨年は、高温による米の等級落ちや台風19号の水害と気候変動の影響を露に感じた一年となりました。

明けて子年の今年は、十二支の先頭にあたり、新しい物事や運気のサイクルの始まりと言われています。私も、「津南町を新たなステージに押し上げる」という初心を貫く決意でございます。

第一に、今年は津南町が「観光地域づくり」の旗を高く掲げる年にしたいと念願しています。観光交流をきっかけに、町に関わりをもつ関係人口となり、それが移住定住人口につながる一連の機能をもった「観光地域づくり法人(DMO)」の設立に向かってまいります。また、町中心部に観光や移住の案内所機能を有した「まちなかオープンスペース」の開設をめざしてまいります。

第二に、農業という私たちの強みが際立つ年になりたいと考えております。国の地理的表示(GI)に登録された「津南の雪下になじん」などのPR、野菜の機械化一貫体系、米の食味・品質向上、子どもたちへの食育に取り組んでまいります。今年も、変わらぬお力添えを賜りますようお願いいたします。新春のごあいさつとさせていただきます。



津南町議会議長
吉野 徹

明けましておめでとうございます。

令和にはじめて迎える新年を、お健やかに過ごしのこととお喜び申し上げます。

さて、昨年議会では、任期満了に伴う議会議員一般選挙が行われ、新人5人が当選し、新たな議会体制・運営がスタートしました。

一方、町では「事務事業の見直しによる最終評価」を行い、216項目に及ぶ事業の検証等を行いました。

また「津南未来会議」を立ち上げ、議論を重ねることで、「まちなかオープンスペースの開設」「観光地域づくり法人の設立」等が提言されました。今後、これらの事業評価・提言等も踏まえ、議会も一緒になって持続可能な地域づくりに向けてまい進して参ります。

引き続き、議会では、年4回定例会時のインターネット中継をはじめ、議会報発行や住民議会懇談会など、より町民に寄り添った身近な議会となるよう、さまざまな取組を検討、実践して参ります。結びに、今年1年が、町民の皆様にとりまして、良き年となりますことをご祈念申し上げます。年頭のあいさつといたします。



津南病院長
林 裕作

新年あけましておめでとうございます。お健やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

近年、妻有地域の医療情勢の変化はめざましく、複数の入院病棟や診療所が閉鎖されました。また、地域医療構想会議などで、医療機関の再編も検討されています。そのような中で、津南病院も、スタッフ不足、施設の老朽化、赤字経営といった問題を抱えております。しかし、地域が元氣であるためには、医療体制が継続して保たれることが必要であり、津南町およびその周辺地域の医療を担う、津南病院の重要性は以前よりも増していると考えます。

当院の経営理念は、『身近なかかりつけの医療機関として、地域と共に生き、信頼される医療を提供します』です。日本医師会では、かかりつけ医について、『健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のこと』と定義していますが、当院で目指している医療はまさにこれです。津南病院は身近なかかりつけの医療機関として、これからも地域の医療、介護、保健を支えていきたいと考えています。本年も地域の皆様のご支援、ご指導をお願い申し上げます。

新春対談

何事も「本気」で

令和2年、2020年が明けました。今年は東京オリンピック・パラリンピックが開催され、時代が変化する年と言われています。この時代に初心を貫く決意をもって、挑戦している女性起業家・綱川明美さんに出会いました。

津南町は「自分で自分の生き方を切り拓く強くてやさしい子」を教育目標にしていますが、彼女の生き方はまさにそのものです。すがすがしい彼女の生き方に迫り、世相を探るとともに、津南の子どもたちや若いかたに自信をもって時代を切り拓いていただきたいとエールを送ります。

Navigator

桑原 悠

Kuwabara Haruka

津南町長

経済界の勉強会で綱川明美氏と出会う。

全国に広がるサービス

桑原 あけましておめでとうございませう。今回の対談は、私が昨年出会うって大きな衝撃を受けた女性起業家、株式会社ピースポークの綱川明美社長にお話を聞きます。綱川さんという人生を、津南の子どもたちや若い人に伝え、未来を切り拓いていただきたいという思いです。

はじめに、綱川さんの会社を少し紹介してください。

綱川 訪日外国人向けに、日本での旅行中にスマートフォンを通じて24時間365日、質問されたら多言語で答えるサービスをしています。

成田空港や東京駅で導入していただいているのですが、WiFiに接続すると弊社のチャットページにつながり、聞きたいことを話しかけると質問に対して全部自動で、多言語で返ってきます。

桑原 例えば、どんな質問に答えるのですか？

綱川 どこどこまで行きたいとか、遊ぶ場所、買い物をする場所、ニュースや天気など、質問に対しピンポイントで人工知能(AI)が回答します。災害時だと「避難した方がいいですか。」「避難先を教えてください。」「今何が起きていますか。」「空港は開いていますか。」などの質問に対応します。

自然言語処理といって、「喉が乾いた。」「お水を探している。」「コンビニは

どこ?」と言われたら、3つ違う質問をしました。が、とりたい行動は1つで、「お水を買っているところ」を回答するというものです。人間だと簡単ですが、機械だと判断させるのがとても難しいので、これを処理するツールを作っています。

1日に大体5万人の利用があります。

桑原 人工知能(AI)を使った「よろず案内人」のようですね。東京メトロの地下鉄、ホテルやデパート、三重県志摩市など全国の自治体にも導入されているそうですね。訪日外国人が増えるなかで、きめ細やかな優しいサービスですね。

子ども時代から「本気」で

桑原 綱川さんは今、訪日外国人支援の第一人者として活躍中ですが、小さいころはどんな子どもでしたか？

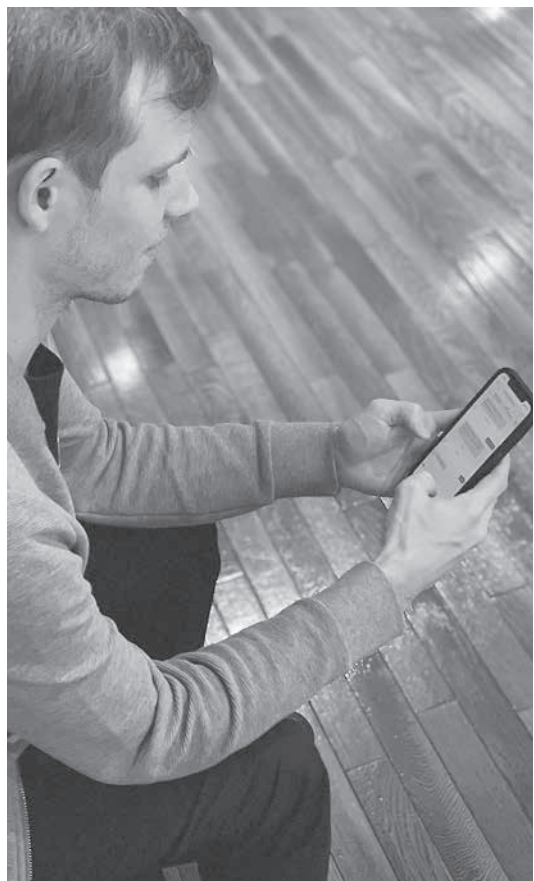
綱川 小さい頃は習い事をたくさんやっていた、親から言われると何でもはいと答えてしまう、内気な子だったんです。知らない人とあまり話せなかったし、自分の意見を言えないタイプで、小学校では手を挙げて発言なんてしなかったですね。

桑原 今の快活な綱川さんを見ると意外です。きっとその時、力を蓄えていたのですね。

綱川 高校時代は髪の毛が赤かったり、黄色かったりと反抗期でした。たくさん遊びました。高校3年生になった頃

に、この先ずっと高校生でいられるわけではないからどうしようかなと考えたときに、海外の大学が頭によぎる頻度が高くなってきました。せっかく勉強するなら、思いっきり勉強しようと思って、何事もやるなら本気でやるのが大事だと自分の中で思っていたので、入る大学も決めますまずアメリカに引越してしましました。

最初は英語が話せないの、生きていくのが大変で、コーヒー屋さんでは発音が悪すぎて通じなくて、紙に書いて渡したら違うものが出てきて、文句も言えないので悔しかったですね。やるからには絶対本気でやろうと思いました。語学学校に行っている時に、毎日ひたすら同じ映画を見るんです。100回くらい見ると、丸暗記するから気づいたら結構しゃべれるようになっていました。文法書も30種ほど丸暗記しました。今でも家にある、思い出の品です。



↑ユーザーがビースポークのサービスを利用している様子。質問をすると多言語で回答が返ってきます。



Guest
綱川 明美
Tsunagawa Akemi

株式会社ビースポーク 代表取締役社長

カリフォルニア大学ロサンゼルス校 UCLA を卒業後、外資系投資銀行に入社。その後 2015 年に株式会社ビースポークを設立。

ゼルス校 (UCLA) に入ってから、国際開発という世界平和のためにといった勉強をする壮大なクラスに所属していました。教授も世界銀行や国連からきている有名な人が、たくさんいらっしゃいました。勉強はもともと好きだったので、こんなに楽しいと感じたのは UCLA に入ってからです。

卒業後はリーマンショックの影響から就職難で仕事が見つからず、日本に帰ってから外資系の投資銀行を受けました。そこで落ちてしまってもあきらめずに熱意を伝えたら、インターンで入れてもらいました。1 か月10万円で毎日20時間くらい働くんですよ。それを数ヶ月続けたら、「こんな『本気』な人いないから」と日本初の新卒で正社員として採用されました。やはり、本気でやると違うなと思いました。その後、転職3社目で今の

事業をひらめきました。一度決めたら全力でそれに集中する性格なので、ひらめいてからはそれ以外のことを考えることが難しくなっていました。

東日本大震災でひらめき

桑原 ひらめいたきっかけは何でしたか？

綱川 きっかけは2011年、東日本大震災の時でした。ビルの20階で仕事をしていたら、ものすごい揺れでした。発災当時は日本語でも情報がかなり限られていましたが、外国語の情報もつと限られていました。同僚が外国人ばかりだったので、その時の混乱が忘れられなくて、今のサービスのようになにか質問したら自動的に返してくれるサービスがあったらいいなと思ったのがきっかけです。



↑津南みらい教室で外国人スタッフのかたと交流する町内の小学生

小学校の英語教育本格化

桑原 綱川さんは現在、海外に事業を展開していて、国際的に活躍していらっしゃると思います。そこでお聞きしたいのは、今年4月から小学校の英語教育が本格化します。3・4年生から英語が必修となり、5・6年生では正式な教科になります。やはり外国語教育は必要ですか？

綱川 必要だと思います。どうしてかと言うと、一言で言うと、見えなかつた世界が見えるというのが一番大きいと思います。コミュニケーションという観点から言葉はとても大事で、それは想像し

たら分かんと思ひます。でも、それとは全然別で、例えば白色にも10種類の白がある文化と、1種類の白しかない文化があります。外国語を学ぶと、母国語に存在しない言葉や表現を学ぶことになります。それが積み重なることによって、引き出しが増え、たくさんの点と点が繋がって、ひらめきが生まれます。いかに点を増やしていくかがとても大事だと思ひていて、その手取り早い方法が言語だと思ひています。

桑原 何となく分かん気がします。考え方の幅が広がるということですよ。

綱川 幅が広がります。表現というよりは、思考回路の問題で、今まで運動していなかつた筋肉が鍛えられるようなイメージだと思ひます。それが、外国語が必須だと思ひ一番大きな理由です。2つ目は、子どもたちがこれから生きていくうえで、日本の市場だけで戦うのが難しいと思ひていて、もう少し広い世界に出ようと思ひた時は、共通の言語は英語なのでスタートラインに立てますよね。

桑原 ちなみに、津南町も訪日外国人のお客様が少しずつ増えてきています。大人になつてから学び直すにはどうしたら良いですか？

綱川 同じ映画を100回見て、覚える方法は有効ですよ。

情報発信の大切さ

桑原 今年はいよいよ、東京オリンピック・パラリンピックの年です。そして再来年は、第8回大地の芸術祭が予定されておひ、海外のお客様がふえることが予想されます。また、栄村と一緒に苗場山麓ジオパークの活動で整備した見せたい景観がたくさんあります。もつと町の魅力を知つていただくにはどうしたら良いでしょうか？

綱川 ウェブサイトと同じで、どんなにきれいなものを作つても、急に訪問客数はふえません。そのウェブサイトが存在することを誰も知らないから、知つてもらうために広告を打つたり、SEO対策(※1)をしたりします。そのようにして活性化させるための活動をするので、だんだん流入する人がふえて、流入してきたかたたちがまた広めてくれて、訪れる人がふえると思ひます。

自治体の人を連れてくる戦略も同じで、町がすごく魅力的であつたとしても、それを発信していかないと誰も気づかないので、まず多言語で発信することが第一ステップかなと思ひます。

いろいろな自治体が情報発信のためにウェブサイトの作成を頑張つていますが、作成するだけではそのウェブサイトにたどり着いてもらうことが難しいです。なので、インフルエンサー(※2)のかたを活用して情報発信をしてもら

というのがやり方としてはありだと思ひます。

桑原 私たちも近隣7市町村で雪国観光圏という取り組みをしています。そこにカメルーン出身の地域おこし協力隊のかたが入つて、英語やフランス語で1日に何回も情報発信をしていますよ。



↑大地の芸術祭ではたくさんの外国人のかたが津南町を訪れています

女性活躍にメッセージ

桑原 今回の対談では、津南の子どもたちや若い人に「こういう生き方や仕事もある」ということをお話いただきました。最後に、女性活躍と言われる時代です。津南町でも活躍している女性がたくさんいますが、悩んでいるかたも多いと思います。綱川さんの生き方が励みになると思いますので、女性に向けてメッセージをお願いしたいです。

綱川 例えば、何かを成し遂げたときに、褒められても謙遜したり、たまたまだったと言うかたが女性には多いと思います。でも、そのとき発信するメッセージによって、そのあと開けてくる未来が全く変わってきます。遠慮する必要はないと思います。自分に自信がなかった時のことを振り返ってみると、やっぱり本気じゃなかったからだと思っていて、何事も本気でやると一気に見えなかった景色が見えてくると思います。

まさかアメリカに事業所を作るとは思っていなかったし、エンジニアをこんなにたくさん採用できると思っていなかったです。やっぱり本気だったから、本気でやったからつながったものは多いなと思っています。

桑原 ありがとうございます。最後にこれから進んで行きたい夢はありますか。

綱川 いつも言っているのが「世界征

服」です。昨今の今頃はまだ冗談のようでしたが、だんだん現実味を帯びてきました。2020年はもう1つ2つくらいの大陸で事業を展開したいと思っています。せっかくやるならばやっぱり本気でやりたいですね。

※1 インターネット検索結果で自身のウェブ

サイトを上位表示するための対策。

※2 世間に与える影響力が大きい行動を行う人。



↑さまざまな国籍の株式会社ビースポークの社員の皆さん

申告

の時期です

確定申告の時期となりました。令和元年分の所得税及び復興特別所得税の確定申告書の受付と納税は、令和2年2月17日(月)から同年3月16日(月)までです。納期限近くになると、相談会場も混雑しますので、お早めの相談をお勧めします。



申告書等にはマイナンバーの記載が必要です!!

令和元年分所得税等の確定申告書や令和2年度住民税の申告にはマイナンバーの記載が必要になります。

また、申告書の提出時に本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

本人確認書類は、マイナンバーカードがあれば1枚で済むので便利です。マイナンバーカードをお持ちでない人は、番号確認書類(通知カードなど)と身元確認書類(運転免許証など)が必要になります。

※e-Taxで申告書を提出すればマイナンバーの本人確認書類の提示等が不要です。

確定申告書の提出が必要なかたは忘れずに申告してください。

十日町税務署では所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次の期間に開設いたします。

〔十日町税務署〕

■期間

2月17日(月)～3月16日(月)

(土、日及び祝日を除きます)

■時間

受付 午前8時30分～午後4時

相談 午前9時～午後5時

申告書は、国税庁ホームページで自分で簡単に作成できます!!

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、ご自宅のパソコン等から申告書を作成できます。

このコーナーは、初めてのかたでも操作がしやすい画面となっておりますので、ぜひご利用ください。

作成した申告書は、マイナンバーカードとICカードリーダーを準備すれば、「e-Tax(電子申告)」を利用して提出できます。マイナンバーカードをお持ちでないかたは、ID・パスワード方式で申告ができます。(取得方法は税務署へお問い合わせください。)

また、e-Taxを利用しなくても印刷して郵送等により提出することもできますので、ぜひご利用ください。

農業所得収支内訳書の作成相談会

事前の申し込みは不要で、相談時間内に随時ご相談をお受けいたします。

●開催日

2月4日(火)・5日(水)

●相談時間

午前9時～正午、午後1時～4時

●会場

津南町役場3階 大会議室

●お持ちいただくもの

- ①農産物の販売金額がわかるもの
- ②農業に関して支出した費用がわかるもの(領収書や通帳)
- ③農業収支に係るJA・共済等からの各種通知書
- ④固定資産税の課税明細書
- ⑤筆記用具・電卓
- ⑥収支内訳書(町・県民税申告書の封筒の中に入っています。)

私もe-Taxで申告します。確定申告期間中、24時間いつでもインターネットで申告できます。とても便利です。皆さんもぜひ活用してくださいね。



津南町の申告相談日程

津南町の申告相談日程は下表のとおりです。相談時には、次のものを持参してください。

□印かん

認め印でかまいません

□マイナンバーの確認書類

マイナンバーカード、通知カード、

マイナンバーが記載された住民票など

□身元確認書類

運転免許証、パスポート、保険証など

※マイナンバーカードがあれば不要

□ID（利用者識別番号）

昨年未取得で、役場会場において申告相談をされたかたには、その場で発行されています。

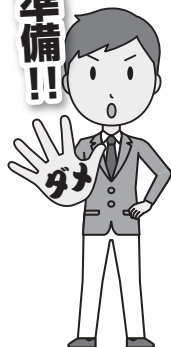
まだ発行したことがないかたは、相談会場でも取得はできませんが、事前に下段のホームページから取得しておく、相談時にスムーズです。

□申告資料

相談に使用する資料をお持ちください。

なお、事前に収入や支出についてはほとんどのかたが集計やとりまとめを行ったうえで来ていただいています。相談時に書類の整理からはじめることがないようお願いします。

資料は自分で準備!!



■申告相談の日程表

開催日	会場	相談時間	
		午前	午後
2月17日(月)	上郷クローブ座 (旧上郷中学校)	9:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
2月18日(火)	岡公民館	9:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
2月19日(水)	結東克雪管理センター	9:30 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
	米原公民館	9:00 ~ 12:00	/
	所平克雪管理センター		
2月20日(木) ~ 3月16日(月) ※土・日・祝日を除く	役場 (3階大会議室)	8:30 ~ 12:00 (受付 8:30~11:30)	13:00 ~ 16:00 (受付 11:30~16:00)



次に該当する場合は、**十日町税務署**で申告を行なってください

- 青色申告をする人
- 土地・建物等の譲渡所得、株式等に係る譲渡所得、先物取引に係る雑所得等がある人
- 初めて住宅借入金等特別控除を申告する人
複数年続く特別控除の1年目の申告は重要です。他にリフォームなどで特別控除を受けるかたは税務署で申告してください。
- 相続税、贈与税、消費税の申告をする人 ●平成30年分以前の申告をする人

■ID（利用者識別番号）・パスワードの取得は…

※昨年までに取得済みのかたは、忘れずに相談会場へお持ちください。

国税庁 利用者識別番号 取得

検索

スマートフォン等はこちらから！



URL : <http://www.e-tax.nta.go.jp/todokedesho/kaishi3.htm>

お問い合わせ ▶ 十日町税務署 (752-3181) / 税務町民課 (765-3113)

パートも！学生アルバイトも！ 必ずチェック最低賃金

新潟県最低賃金	最低賃金額	効力発生日
新潟県で働くすべての労働者に適用されます	時間額 830円	令和元年10月6日

特定最低賃金	最低賃金額	効力発生日
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業（電球製造業及び電気計測器製造業を除く）	時間額 908円	令和元年12月31日
各種商品小売業（衣食住にわたる商品を小売りする百貨店、総合スーパー等）	時間額 842円	令和元年12月31日
自動車（新車）、自動車部分品・附属品小売業	時間額 919円	令和元年12月19日

最低賃金に関するお問い合わせは、新潟労働局賃金室（電話 025-288-3504）または最寄りの労働基準監督署まで
※津南町から最寄りの労働基準監督署は、十日町労働基準監督署（電話：025-752-2079）です。

暮らしの
情報満載

か わ ら ば ん

見て・知って・得をする

暮らし

農業用免税軽油の 申請手続き

農業用トラクター、コンバイン等を使用する軽油については、1リットルあたり32.1円の軽油引取税を免除する制度があります。この制度の申請を次のとおり受け付けますのでお知らせします。

なお、国税または地方税の滞納処分を受けてから2年を経過してはいないかなどは、申請を受け付けることができません。

■受付日時 2月19日(水)、20日(木)
午前9時～正午／午後1時～4時

■受付場所 新潟県十日町地域振興局内

■申請に必要なもの

(1)今年から初めて申請する場合

・農機の所有証明（販売店が発行する販売証明等）及びカタログ
※用意できない場合は、事前にご相談ください。

・耕作面積証明書（農業委員会が発行するもの）

・印鑑

・450円分の新潟県収入証紙

※十日町地域振興局では販売していません。事前にご用意願います。

(2)昨年度に引き続き申請する場合

別途案内を郵送していますので、こちらをご覧ください。

■その他

(1)免税が認められる軽油の量には、耕作

面積等に応じた制限があります。

(2)この制度は令和3年3月までの特例措置です。この制度の詳細等については、次の窓口までお問い合わせください。

■お問い合わせ

新潟県南魚沼地域振興局農税部

十日町収税課 TEL 757・5513

プレミアム付商品券 購入引換券交付申請期限

昨年10月に実施された消費税率の引上げが低所得者及び子育て世帯の消費に与える影響を緩和するとともに、地域における消費を喚起・下支えるため、国の財政支援により、津南町プレミアム付商品券を販売しています。

対象者のうち非課税要件に該当するかたは、購入引換券の交付申請が必要となります。

購入を希望する場合は、次の申請受付期限までに購入引換券交付申請書をご提出ください。

■購入引換券交付申請書の受付期限

1月31日(金)

■購入対象者要件

(1)令和元年度住民税非課税者

※住民税課税者と生計が同じ配偶者・扶養親族、生活保護被保護者等は対象になりません。

(2)学齢3歳未満の子のいる世帯の世帯主

※平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子のいる世帯の

世帯主

総務課 企画財政班
TEL 765・3112

募集

■職種・報酬

①事務職（一般事務、事務補助等）

141,000円

②技術職（保育士（要資格、保育助手（資格無可）、看護師等）

141,000円

③技能・労務職（調理員、用務員、労務補助等）

141,000円

④学校技術職（栄養士（要資格）、支援員（特別支援を要する児童の補助）、複式対応講師、学習支援員）

157,000円

⑤自動車運転員 170,000円

■任用の期間

1会計年度内（令和2年4月1日から令和3年3月31日）

■勤務条件・手当等

・勤務時間は原則午前8時30分～午後5時（パートタイム）で職種等により始業・終業時間が異なる場合があります。

・町の規定に基づき、期末手当、通勤費等が支給されます。

・年次有給休暇をはじめ任用期間により各種休暇が付与されます。

・勤務時間等の一定の条件を満たす場合は社会保険、雇用保険の適用となります。

■お問い合わせ

総務課 総務班

TEL 765・3112

イベント

令和元年度

第2回「津南・北野大塾」

今年度2回目となる「津南・北野大塾」

を次のとおり開催します。今回は現在大きな課題となっている地域医療の問題と今後について、医療関係者の講演や町長を交えたディスカッションを予定しています。真冬の夕方となりますが多くの皆様の参加をお願いします。

■日時

2月7日(金)
午後5時30分～7時30分

■会場 津南町役場3階 大会議室

■講演内容

「津南病院とこれからの地域医療について考える」（仮題）

■講師

①北窓 隆子 氏

前関東信越厚生局長

元新潟県副知事

②川嶋 朗 氏

東京有明医療大学教授

総合医療第一人者

■ディスカッション

北窓講師、川嶋講師、桑原町長、林津

南病院長、及川新潟薬科大名誉教授

■総括 北野大秋草短大学長

■商品券の内容

・商品券 1冊 5,000円分

(500円券10枚つづり)

・販売額 1冊 4,000円

・購入限度 対象者1人あたり5冊まで

(25,000円分)

※子育て世帯主は、対象の子の人数分購入可能

■申請方法など

(1)令和元年度住民税非課税者

購入要件に該当すると見込まれるかたには、昨年8月に町から申請書類を送付しました。購入を希望する場合は、購入引換券交付申請書をご提出ください。

(2)学齢3歳未満の子のいる世帯の世帯主

購入対象者に購入引換券を送付しました。(申請不要)

商品券の購入を希望する場合は、同封したチラシをご確認のうえ、所定の販売場所でご購入ください。

■商品券が使えるお店・事業所

町内約320のお店・事業所で使えます。詳しくは、町ホームページをご覧ください。なるか、総務課企画財政班までお問い合わせください。

※購入対象者には、商品券が使えるお店・事業所の一覧を購入引換券送付時に同封しております。(昨年8月23日時点で作成したものです。最新の商品券使用可能店舗については町ホームページに掲載しております。)

■お問い合わせ

「津南町地域防災計画(案)」 に対する意見公募

町では、災害対策基本法及び防災基本計画その他法令等の改正を踏まえ、「津南町地域防災計画」の見直し案を作成しました。この計画は災害から、町民の生命・身体・財産を保護し、災害による被害を軽減することを目的としているものです。

この案について皆様のご意見をお寄せください。

■公表資料

・津南町地域防災計画(案)
(震災対策編、風水害・雪害対策編、原
子力災害対策編)

■閲覧・公表場所

・町ホームページまたは総務課窓口

■募集対象

・町内に住所があるかた
・町内に事務所や事業所を有する個人や法人など
・町内に勤務、通学しているかた
・その他、案件に具体的な利害関係を有するかた

■意見の提出方法

・計画案の閲覧・公表場所に備え付けの様式により、住所、名前、電話番号を明記し、持参、郵送、FAX、メールのいずれかの方法でご提出ください。

■提出先

・持参 総務課 総務班
・郵送 〒949-8292

津南町大字下船渡戊585番地
津南町役場総務課総務班宛

・FAX 765-4625

・メール somu@town.tsunan.niigata.jp

■募集期間

2月6日(木)～2月26日(水)

■意見の取扱いについて

・いただいたご意見を考慮したうえで、計画(案)の策定を行います。
・個人情報を除き、いただいたご意見の概要とそれに対する町の考え方を公表します。

・ただし、ご意見をいただいたかたに対して、個別の回答や提出された意見用紙等の返却はいたしません。予めご了承ください。

■お問い合わせ

総務課 総務班
TEL 765-3112

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 2戸

平成28年建設 木造2階建
79㎡/2間(洋室1・和室1) /
DK/トイレ/浴室

■大船町営住宅 2戸

平成29年建設 中層耐火4階建
69㎡/3間(洋室3) / DK /
トイレ/浴室

■家賃 所得に応じて設定

■敷金 家賃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

1月20日(月)～1月31日(金)

■入居日 2月中旬ごろ

■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

子育て支援住宅入居者募集

町では、次のとおり子育て支援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。

■住所

上郷子育て支援住宅
上郷子種新田395番地1
■構造 2階建 木造

■募集戸数 1戸

■間取り 2DK

■家賃 1か月 一律2万円

■敷金 家賃2か月分

■入居資格

①中学生以下の子どもがいる世帯または、母子手帳の交付を受けた世帯。

②現に町内に居住しているか、または津南町に定住を希望し、入居後速やかに子育て支援住宅の住所に移転することができるもの。

③現に住宅に困っていることが明らかでないこと。

④税金など滞納していないこと。

⑤暴力団員ではないこと。

■申込方法

「子育て支援住宅入居申込書」(建設課土木班に用意)を提出し、その場で担当職員と面接。

■申込期間 1月20日(月)～1月31日(金)

■入居可能予定日 2月中旬ごろ

■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



まちなかオープンスペースとは

今回は未来会議の提言書にあった「まちなかオープンスペースの開設」について書きます。

●住民が集える場所

オープンスペースと聞いて、皆さんはどのようなことを想像するでしょうか。

提言書では「町中心部に、世代や業種を越えて住民同士が気楽に交流できる場所を設置する。また観光や移住などに関する情報を集約した案内所としても機能させて、住民と来訪者の交流の場とする。新設する観光地域づくり法人(DMO)が運営する。」と記しています。

つまり学生や高齢者、地域づくり団体や観光客らが自由に出入りし、雑談をしたり、打ち合わせをしたりするそんな場所をつくり、そこから地域づくりのアイデアや移住などの相談などが活発に行われている場所です。

●理想的な場所

役場職員もできるだけ気を付けているのですが、残念なことに役場の雰囲気が悪く、緊張するという住民もいます。したがってオープンスペースは役場とは別の建物が良いでしょう。

また学生などが帰り際に気軽に立ちよって勉強したり、住民と意見交換したりするには、大割野商店街の一角が良いのではないかと考えています。

気軽に談話やお茶を飲むことができるよう、ある程度の開放感を持った滞留スペースと管理する事務室的なスペースも必要です。

気軽に出入りできるような雰囲気での勝負がよく、住民が愛着を持てる施設となるようにワークショップなどを大勢のかたから参加してもらいながら実施したいと考えています。

今年度中に具体的な場所の選定を進めたいと考えています。その検討委員を募集します。希望者は地域振興課までお問い合わせください。

■お問い合わせ

地域振興課DMO推進室
TEL 765-3115



農業の豆知識

GAPとは・・・

農業において、食品安全、環境保全、労働安全等の持続可能性を確保するための生産行程管理の取組 (GAP: Good Agricultural Practice)

○農産物の生産で最も重要なことは、食品としての安全性を確保することです。

○食品安全だけでなく、環境保全、労働安全、人権保護、農場経営管理に関する取組を行うことで、持続可能な農業生産につながります。

○GAPは、これらの取組状況を記録簿や掲示物によって確認・表示しながら、農業経営を改善することで、より良い農業経営を実現する取組です。

「ステップ1」

基本の整理整頓から

○これまでも取り組んできた整理整頓や、生産履歴の記帳が基本です。

「ステップ2」

農場内を点検し、問題点を改善

- 農業生産の中で問題点を見つけたら、
- ①必要な対策を考え、②それを実行し、
- ③その内容を記録・点検し、④継続的に改善していきましょう。

農産物の

GAP認証取得のすすめ

「GAP」の取組でより良い農業経営を！

に改善していきましょう。

○食品安全（異物混入の防止、農薬の適正使用と保管など）

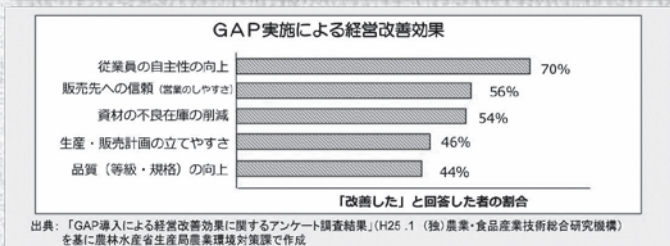
○環境保全（適切な施肥、土壌浸食の防止、廃棄物の適正処理・利用など）

○労働安全（機械・設備の点検・整備、作業安全用の保護具の着用など）

○人権保護（家族経営協定の締結、技能実習生の作業条件遵守など）

○農場経営管理（責任者の配置、教育訓練の実施、内部点検の実施など）

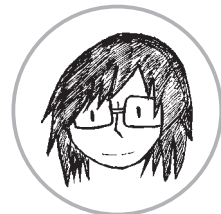
GAPを実施すると、経営の改善に効果があります！



■お問い合わせ 地域振興課農林班 TEL765-3115

いきいき、町南
健康づくり

生涯を通じて健康づくりを



今月は
桑原世奈
栄養士

生涯を元気で過ごすためには、乳幼児期からの食生活や体力づくり、健全な環境づくりが重要となります。

町では町民ぐるみで健康づくりに取り組むため、平成20年6月に『町民ぐるみ健康づくり宣言』を行いました。食育を推進し、丈夫な体をつくり、豊かな心を育て、「元氣・笑顔・輝く町」をスローガンとして健康づくりにこれからも取り組んでいきます。

■ バランスよく

食事を食べていますか？

偏った食事では高血圧症・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病、高齢者では低栄養などに繋がりがやすくなります。

町では、毎食の食卓に主食・主菜・副菜の食品を揃え、バランスのとれた食事の普及に取り組んでいます。

平成28年度に実施した健康に関するアンケート調査（以下アンケート調査）の結果から、バランスよく食べている人の割合は、全体で59%でした。年代別で見ると、20歳代は40%、30歳代は53%と若い世代を中心にバランスのとれた食事を摂る機会が減少している傾向となっています。また、70歳以上の高齢者では25%の人が、バランスの良い食事を摂れていませんでした。

この結果を受けて、若い世代や子育て

世代、高齢者世代を中心とした普及啓発を行っています。

子育て世代を中心に、乳幼児健診や離乳食教室の栄養指導で、フードモデルの使用や試食の提供を行いながら、バランスの良い食事の大切さについて話をしています。フードモデルを見て写真を撮るかたや、なかなかバランスよく食品をそろえるのが難しいという感想が出るなど、保護者からいろいろな反応がありました。栄養指導を受けて、次回の健診の時には「バランスに気をつけるようになった」など意識の変化があったかたもいらっしゃいました。

町の食生活改善推進委員（以下食推）を対象とした研修会を年5回、生活習慣病予防や低栄養予防等の講話や調理実習を実施しています。食推は健康づくり活動として、学んだ知識やバランスの良い献立を地域に伝達する地区伝達を行って

います。レシピの説明や、実際に見て、食べて、今後の食生活の参考にしてもらうための試食提供を行っています。

参加者の食事状況を聞くと「しっかりと食べているよ」というかたもいれば、「簡単に済ませている」「好きなものしか食べない」などの声がありました。その後「試食を食べた人から「これなら出来そう」「お家で作ってみる」などの感想をいただきました。家庭で実践してもらうことで、自身や家族の食事内容の振り返り、改善につながりやすくなります。

今後も、バランスの良い食事の重要性を伝え、子どもの頃から大人になっても続けていけるような活動を行い、それぞれの望ましい食事に関する知識の普及・実践ができる取り組みを進めていきます。

■ 一番身近な運動は「歩くこと」

アンケート調査の結果から日常的に運動を習慣化していない人は65.4%と高い結果でした。また、令和元年度の町民健診の結果でも、1回30分以上の運動習慣がないと回答した割合は76.9%と高く、全体的に運動習慣が少ない傾向となっています。この結果から、町では運動習慣のきっかけづくりとなるようウォーキングイベントを実施しております。

令和元年9月15日から11月30日のうち連続する30日間、家族や友人・職場の同僚など3人から5人1組で合計歩数100万歩を目指す「目指せ！チーム

100万歩」を実施しました。22回目となる今回は71チーム（325人）が参加していただきました。平成30年度秋の参加人数（370人）よりも少ない人数でしたが、26人のかたが新規で参加しました。参加者から「意識して歩くようになった」「近場に行くときは車を使わないようにした」「歩く（走る）ことが楽しいと感じるようになった」などの声をいただきました。

71チーム中、63チーム（289人）が達成しました。この事業に取り組んだ町民のみなさんの励みと継続につながるよう、町内の事業所のみなさまから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。

景品提供事業所（敬称略、順不同）

- ニューグリーンピア津南
- (有)松屋 …… のどぐる味噌
- NPO法人Tap
- …… クアハウス優待券
- (株)大阪屋商店 …… 津南の天然水
- (資)津南自動車 …… 所さんグッズ
- 花とほたる湯のさと雪国
- …… 入浴券、雪国せんべい

今後も運動習慣のきっかけづくりとなるような取り組みが出来るよう、運動に関するイベントや情報等の普及啓発に努めていきます。



国保だより もうすぐ確定申告の季節。

「医療費控除」の計算を始める前に！

知って得 医療費控除は10万円を
超えなければ出来ない？

一般的に、医療費控除は、医療費が10万円を超えたら、その分だけが対象になる。と認識されているかたが多いようです。しかし、それは半分正解であり、半分間違いです。

左の図のように控除を受けるかたの総所得金額等（収入ではない）によっては、支払った金額が10万円以下でも、医療費控除を受けることが可能です。

手続きには医療費控除の明細書の添付が必要となりますが、2月に発送する「医療費のお知らせ」を添付することにより明細部分を省略することができます。

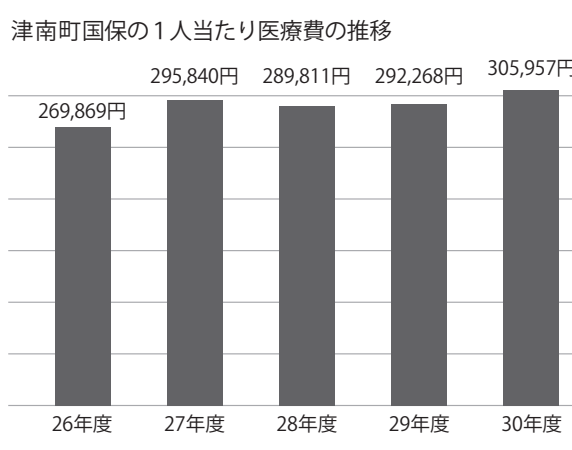
なっ得 一人あたりの医療費は
ここ最近確実に伸びている！

医療費は年ごとに変動はありますが、高齢者の増加や医療技術の高度化、療養期間の長い生活習慣病の増加などにより、医療費は年々増え続けている傾向にあります。

このうち保険料は、推測されるその年の医療費総額をもとに計算するため、医療費の増加は保険料の増加に繋がりがありません。
保険料の負担が大きくなるらないために、医療費の増加を防ぎ、節約を心掛けましょう。

◆医療費節約5つのポイント

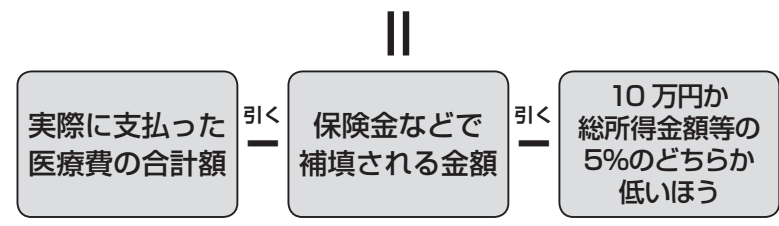
- ① 重複受診はやめましょう
医療機関が変われば、検査や治療などを最初からやり直すこととなります。すぐに症状が改善しないからといって、いろいろな医療機関を受診せず、かかりつけ医の指示に従いましょう。
- ② 時間外受診を避けましょう
緊急・特別な場合を除いては、時間内に受診するようにしましょう。
- ③ 薬ねだり・飲み残しはありませんか？
薬を必要以上に欲しがったり、勝手に飲むのをやめたりしていませんか。薬ねだりや飲み残しを減らすことで医療費が節約できますので、医師・薬剤師に相談し、適切な用法・用量で飲みましょう。
- ④ 健康診断を受けましょう
年に1回は健康診断、各種検診を受け、生活習慣病の予防や、病気の早期発見・早期治療に努めましょう。
- ⑤ 体にいいことしていますか？
健康でいることが、医療費節約の基本です。バランスのとれた食事や適度な運動、心と体に十分な休息を与えるなど、普段から健康づくりを心がけましょう。



◆医療費の増加で保険料アップ!?

皆さんが医療機関を受診するときの医療費は、加入者からの保険料や、国や県からの補助金によって支えられています。

医療費控除の対象となる金額



10万円未満でも医療費控除が受けられる例

前年の総所得金額等が140万円のかたが、前年に9万円を支払い、保険会社から1万円の補填があった場合。
※前年とはH30.1.1～H30.12.31の日付をさします

実際に支払った医療費の合計額 **9万円**

引く

保険金などで補填される金額 **1万円**

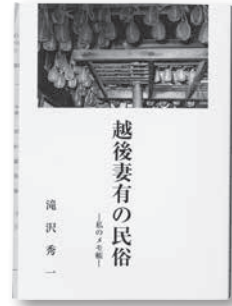
引く

10万円か総所得金額等の5%のどちらか低いほう **7万円**
※総所得金額等が140万円のかたはその5%にあたる7万円を使います

=

医療費控除の対象となる金額 **1万円**

医療費に控除の対象にならないものもあります。詳しくは税務署や税務町民課税務班までお問い合わせください。



越後妻有の民俗
ー私のメモ帳ー
滝沢秀一 三協社

津南・十日町地域の民俗についての研究をまとめた本。民具・風習・植物などさまざまな観点から雪国文化を考察しているのを読み応えもあっておすすめです。

皆様明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。

さて、『今月の一冊』で紹介している『越後妻有の民俗』が、県内の優れた自費出版図書を表彰する「第11回新潟出版文化賞」で「記録誌部門賞」を受賞されました。

この図書は、故・滝沢秀一さん(赤沢)が過去に「週報とおかまち(現妻有新聞)」で12年間連載していたコラムを1冊にまとめたものです。12年分の集大成ということもあり、約500ページの大ボリュームになっています。妻有地域という雪国の文化がわかりやすくまとめられており、非常に面白い1冊です。

図書室で貸出も可能ですので、皆さんぜひご利用ください。
なお、この本はなじよもんで販売

1月の新着図書 (HPでも検索できます)

【大人の本】

- 『大水害「安全対策」完全ガイドブック』……宝島社
- 『医師が認めた！究極のきくち体操』……日経BP
- 『これ1本で何でも編める！輪針で編むニット』……ブティック社
- 『寅さんのことば』……幻冬舎
- 『暗約領域』……大沢在昌
- 『沃野の刑事』……堂場瞬一
- 『居酒屋ぼったくり おかわり！』……秋川滝美
- 『黒武御神火御殿』……宮部みゆき

【子どもの本】

- 『アイロンビーズで作るすみっこぐらし』……ブティック社
- 『マークの図鑑』……小学館
- 『家庭科室の日曜日』……村上しいこ
- 『かいけつゾロリ スターたんじょう』……原ゆたか

【絵本】

- 『ししにゃいとおしょうがつ』……澤野秋文
- 『宮本武蔵』……講談社
- 『もし地球に植物がなかったら？』……きねふちなつみ
- 『ぼく、仮面ライダーになる！ ゼロワン編』……のぶみ

※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。

もしています(1,800円+消費税)。お家に置いておきたいかたはぜひなじよもんに買い求めください。

・・・よくある質問・・・

Q. 移動図書室ひまわり号について
A. 多くのかたからご利用いただいている「移動図書室ひまわり号」について、よく聞かれる内容をまとめてみました。

Q. ひまわり号と公民館図書室のカードは共通ですか？
A. はい、共通です。ひまわり号で図書を借りるかたは、公民館に来るときにも同じカードを忘れずにお持ちください。

Q. ひまわり号で借りた図書を公民館図書室に返却するときは、どこに返却すればいいの？
A. 原則としてはOKですが、可能な限り既存の本を返却していただき、新しい本を借りたい場合は、公民館図書室に直接ご返却ください。

Q. 公民館で最大数(6冊)借りているのに、更にひまわり号で本を借りていいの？
A. はい、できます。ひまわり号で貸出した図書の返却期限は「次の訪問日(約1ヶ月後)」となりますので、もし訪問日にひまわり号に来られないときなどは公民館に直接ご返却ください。

Q. 図書室の基本情報
A. 開室時間 平日 9時～18時
土日祝 8時30分～17時

● 休館日 1月27日(月)、2月25日(火)

● 貸出冊数 1人、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。

※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

から



短歌

砂丘

はじめでのチュニツク作り完成を
思い描いてミシンをかける

北村まさ子

先祖から譲られた土地を大切に
野菜育てる夫に感謝す

小島香代子

保育園で風邪を引き来て臥す吾子の
静けさうつりわれも静まる

江村大輔

還暦の記念にピアスあけてみむ
吾の未来の明るくならむか

石橋寿子

昇り来る初日の光神し
この一年を無事に願う

津端恵子

通勤の靴の底にくぐもりて
魔除けの鈴はころころと鳴る

貝澤圭子

首里城の焼け落ちたるを知りしのち
沖繩に住む歌友を想う

関谷郁子

陽に光るさざ波左右に切り裂きて
入り江にゆつくり船の入り来る (英虞湾)

恩田久美子

カーポートのそばまで濁流迫りたり
「土嚢を積み」の指示の声とどろ

丸山直子

川底の石の打ち合ふ音重く
たぎつ濁流の勢ひて奔る

小野寺恒代

夕闇の迫る帰宅の道すがら
煌々と照る月を見上げぬ

高橋春枝

昭和初期生れたるわれは九十余歳
令和の時代幾年生くらむ

内山キク

平成の最後の国旗揚げたり
令和の日日も平和にてあれ

麻績初恵

ひとり暮し続ける友も多かるに
二人で暮らせることを喜ばむ

滝沢勝枝

引出しの肩たたき券取り出せば
「期限切れです」と孫は言いたり

風巻京子

街路樹の病葉散りて降る雪に
素足の少女足早に過ぐ

鈴木綾子

几帳面に羽根をたたみて終はりある
黄揚羽は掌にまったく軽し

萩原光之

長生学園

張り替へし障子の白さ際立ちて
新年迎へる仕度整ふ

中村武子

俳句

入り日受け信濃川縁に立つ櫓
黒く大きく台地支へる

島田真之

岩すげ俳句会 (十二月)

眉に雪つけ金策の父帰る

房良

冬ざれや石垣のみの柵田跡

壽子

その位置に役ある如し木守柿

千年雄

雲ちぎり月も落とさむ木枯や

緑

擦れ違ふ県外ナンバー天高し

れい子

おでん鍋貧しき頃の話しなど

渡舟

故のなき怒り霜柱踏み砕く

芳司

手を合はす父の介護に冬めぐる

守人

囀はれし木より紅葉覗きをり

妙

従兄弟逝き心寒々おでんかな

フミ子

信濃川今年も三羽鴨の子が

冬詩子



病院歳時記

糖尿病予防・糖尿病外来について

津南病院事務長 根津和博

新年のお慶びを申し上げます。皆さまのご健康、ご多幸を心よりお祈りいたします。

さて、津南病院では、糖尿病の重症化を防止するため、「糖尿病透析予防チーム」を立ち上げ、医師、看護師等多職種が連携して専門的なアドバイスを行っています。

また、毎月第1週水曜日の第一内科は糖尿病外来です。診察には東京慈恵会医科大学糖尿病・代謝・内分泌内科主任教授の西村先生があたっています。西村先生をご紹介します。

診 察 日	第1週水曜日
氏 名	西村理明先生
専門医・所属学会等	日本糖尿病学会認定専門医・研修指導医・学術評議員、日本内分泌学会内分泌代謝科専門医・指導医、日本内科学会総合内科専門医、内科認定医、日本医師会認定産業医、日本肥満学会
得意分野	糖尿病全般、糖尿病の先進医療、甲状腺疾患、高血圧、脂質異常症
先生より一言	10年以上の長きにわたり、津南病院に勤務させていただいております。さらに、津南町の検診や、中学生の健康診断にも携わってまいりました。これらの経験を生かし、個々人のライフスタイルに合わせた、なおかつ、津南町の食生活の特徴を踏まえた治療を行っていきたいと思います。どうぞよろしくようお願い申し上げます。

常勤医の佐野先生も日本糖尿病学会認定専門医・指導医・学術評議員です。お気軽にご相談ください。

年金「カー」

4月からの口座振替・クレジットカードの一括納付は、2月末が申込み期限です

国民年金保険料は、一括納付（前納制度）がお得です。令和2年度分保険料から6か月、1年、2年前納で納付希望の場合は、2月末が申込み期限です。

口座振替の場合は、金融機関の通帳と口座届出印を、クレジットカードの場合は、クレジットカードと印鑑をお持ちください。

「令和元年度の年金等の源泉徴収票の発行について」

令和元（平成31）年分で支払われた年金額や源泉徴収された所得税額等をお知らせする「令和元年度分の年金等の源泉徴収票」が1月11日から18日にかけて日本年金機構から順次発送されました。確定申告に必要な方は失くさず保管ください。

【お問い合わせ】

津南町役場 税務町民課

Tel 765-3113

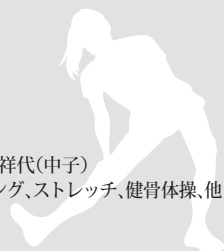
・六日町年金事務所

Tel 025-716-0800

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）

- 6200日 中村チエ子(堂平)
 - 5200日 高橋美佐子(見玉)
 - 2600日 志賀春信(船山)
 - 1900日 久保田ナツ(小下里)
 - 1500日 保坂良雄(大井平)
 - 800日 島田ミサ(赤沢)
 - 500日 村山文子(押付)
 - 300日 高橋フミ子(中深見)
 - 100日 涌井和子(割野)、石澤祥代(中子)
- 主な運動:ウォーキング、ジョギング、ストレッチ、健骨体操、他



議会コーナー



<実施された行事>

- (12月)
 - 24日 十日町広域事務組合臨時議会
 - 25日 津南地域衛生施設組合臨時議会
- (1月)
 - 5日 津南町消防出初式
 - 6日 町各界合同年賀交歓会
 - 7日 新潟県町村議会議長会議(議長)
 - 8日 議会運営委員会
 - 8日 全員協議会
 - 8日 常任委員会
 - 8日 議会広報特別委員会
 - 10日 令和2年度建策要望事項回答会

<今後予定されている行事>

- (1月)
 - 21日 栄村議会との懇談会
 - 22日 町PTA連合会との懇親会(議長・総文福祉常任委員長)
 - 24日 J A津南町・町農業委員会との懇談会(産業建設常任委員会)
- (2月)
 - 4日 全員協議会



令和2年も「つながり」を大切に

新年あけましておめでとうございます。旧年中は皆様から格別のご厚情を賜り誠にありがとうございました。

本年もTap理念である「つながり」を大切にして、みんなが笑顔で元気にいられるように活動していきます。

新しい年が皆様にとってより良い年となりますよう祈念しております。

クアハウス津南

健康な心と体をつくる種がいろいろ

幅広い年齢層が運動できるマシンジム(中学生以上)や、温泉プールは、自身のご都合に合わせていつでもご利用いただけます。



写真はキネシスといい、ロープで重りを持ち上げます。重量も自由に変えられ、360度どこに動かしても常に負荷がかかるためゴルフやテニスなどの各競技で使われる動きのパフォーマンス力、全身の筋力の向上が期待できます。

さらに新しいスクール、教室も増え、どなたも「やりたい」「運動したい」と思った時に、気軽に参加ができます。

プールでは、スイミングスクールから有酸素運動系のエクササイズなども幅広く開催しています。(祝日休講)

- 初級……水中エクササイズ
- 中級……アクアエクササイズ
- 中・上級……アクアリズム など



陸上では、お馴染みのバランスボールや足踏み運動教室を開催しています。



各教室は有料です。クアハウス津南のホームページ、パンフレットをご参照ください。



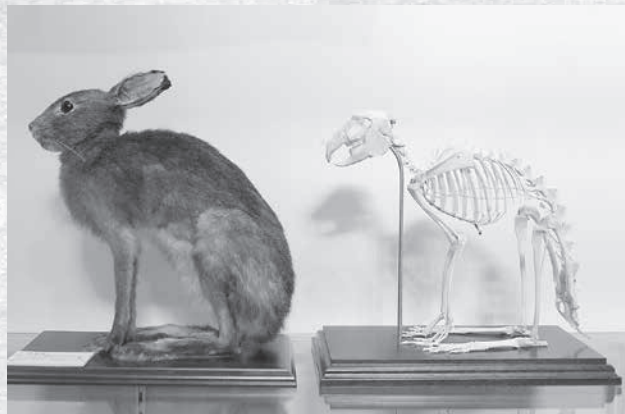
節分行事 豆まき会

令和2年2月2日(日) 午後3時～

クアハウス津南多目的ホールにて開催予定。毎年恒例の豆まきは、当日施設利用される方が自由に参加できます。

クアハウス津南【TEL】765-3711 【FAX】765-3309

苗場山麓シオパーク
かくれた魅惑、
発見し隊!



ノウサギのはく製と骨格標本

総面積の約84%が山林の苗場山麓シオパークには、たくさんの動植物が生育しています。哺乳類は、約35種類の生息が確認されています。普段の生活でもニホンカモシカやタヌキ、ニホンザルに出会うことがありますよね。

先日、なじもんにノウサギのはく製と骨格標本が仲間入りしました。並べて見ると…耳には骨がありません！それから、体の大きさの割に後足の骨の立派な

ことに驚きます。この後足だから、びよんぴよんジャンプでき、天敵のキツネに追いかけても逃げられるのでしょうか。つぎに、口に注目してみると上下の前歯、少し空間があつて奥歯が並んでいます。なるほど、この前歯は好物の木の皮や根を噛みとるのに適しているそうです。



ニホンジカのはく製

このように、はく製と骨格標本を一緒に観察すると、いろんなことが分かってきます。

なじもんに、この他にツキノワグマやニホンカモシカ、ニホンジカ、イタチ、キツネなどのはく製と骨格標本が展示されています。ぜひ、足を運んで観察やスケッチなどしてみたいかがでしょうか。

はく製や骨格標本は、道や森などで発見した動物の遺体を利用して作っています。

■お問い合わせ
シオパーク推進室(なじもん) TEL765-1600

戸籍の窓



- グリフィス 茂根(陣場下)
ピータージョージさん 恵さん
- 小島 叶葵(芦ヶ崎) 裕輔さん 有美さん
- 江村 菜月(正面) 直哉さん あゆみさん
- 津端 奏志(上野) 健一さん 陽子さん
- 野沢 柚乃(割野) 俊さん 千晴さん
- 石沢 来夢(鹿渡新田) 拓さん 麻由さん



- 小林 隼也さん(船山) }
山田 早紀さん(割野) }
- 石田 健汰さん(新潟市) }
高橋亜由美さん(大割野) }



- 半戸 哲郎さん (68歳・朴木沢)
中島傳一郎さん (89歳・大井平)
石橋 重利さん (93歳・相吉)
中澤 テンさん (83歳・中深見)
藤ノ木万五郎さん (63歳・大赤沢)
村山 松司さん (87歳・恵福園ほくぶ)
関根セツ子さん (89歳・割野)
樋口 キヨさん (98歳・船山)
山田 丈春さん (51歳・芦ヶ崎)
石沢 歌子さん (89歳・卯之木)
福原トモイさん (93歳・津原)
山田シズヨさん (87歳・船山新田)
山田 ミカさん (84歳・所平)

広報編集室 あけましておめでとうございます。今月の表紙は雪でねずみを作ったのですが、私が作ったものはブサイクだとおっしゃられてボツになり、ある保健師さんに作ってもらいました。すごくかわいいものができたのですが、ちよっと悔しかったです。村山拓也

●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・祝)
入場:無料
今年もさまざまなジャンルの個人コレクションが集まりました。『男はつらいよ』ポスター・茶碗・中野土人形・でん六鬼の面・あひるグッズなど、秘蔵のコレクションの数々をどうぞお楽しみください。



『男はつらいよ』ポスター

●冬の縄文人の暮らし体験

日時:2月23日(日) 9:30~12:00
体験料:1,000円
対象:小学生~大人
暖をとるのに欠かせなかった火おこしや、雪上での狩り、木の実を使った縄文クッキーづくりなど、冬の縄文人の暮らしを体験します。



雪上で弓矢体験

●『縄文楽検定』開催のお知らせ

日時:3月1日(日)
初級...13:30~14:20
中級...14:40~15:40
会場:十日町情報館
津南町が加入する信濃川火焰街道連携協議会は、より多くの人たちに縄文時代を楽しく学んでもらうため「縄文楽(がく)検定」を開催しています。初級は四者択一式、中級は四者択一と記述式で、各級とも50問を出題します。合格者には認定証を進呈するほか、特典があります。
定員:各級50名(応募多数の場合抽選)
申込方法:往復はがき(各級1人1枚)に、検定級・住所・氏名・電話番号を記入し、十日町市博物館(〒948-0072 十日町市西本町1丁目448-9)へお申込みください。返信用はがきにも郵便番号・住所・氏名を記入してください。
申込締切:2月14日(金)必着
出題範囲など詳しくは、信濃川火焰街道連携協議会のホームページをご覧ください。



縄文楽検定

2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です	
日時	プログラム	金額	対象		
16日(日) 9:00~11:00	スノーシュー ~卯之木集落の森を散策~ ※要予約	500	中学年以上		
23日(日) 9:30~12:00	冬の縄文人の暮らし体験 ※要予約	1,000	低学年以上		
24日(月) 10:00~12:00	夕カラ貝のアクセサリー	500	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、「關澤静勝さん」と掲載いたしました。正しくは「關澤清勝さん」でした。訂正してお詫言いたします。

津南町の人口

■人口9,427(-21) 男4,548(-9) 女4,879(-12)
1月1日現在()内は前月比
■世帯数3,493(-1) ■転入/12 ■転出/23 ■出生/5 ■死亡/15 ■婚姻/1

表紙の写真を
令和初めてのお正月。干支は1番目の
子年です。お正月っぽく雪と南天の実を
使ってねずみを作りました。

この紙は
再生紙を
使っています