

広報 **おん** 新潟県津南町

No.726

2021

12.20

TSUNAN TOWN



冬はじまる

つなんじかん



冬、はじまる

12月1日

除雪車と除雪隊の皆さんが

集結し

はじまる冬に向けて

会議を実施しました

冬の交通は

除雪隊の皆さんの

おかげで守られています

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。

features

- 04 **【特集】確定申告・住民税申告**
- 06 **償却資産(固定資産税)の申告をお忘れなく**
- 07 **DMO推進室だより**
- 10 **移住定住のとりくみ**

regulars

- 08 見て・知って・得をする **かわらばん**
- 11 **健康づくり ア・ラ・カルト**
- 12 **だんだんどうも！地域包括支援センターです**
- 13 **いきいき大好き津南町**
- 14 **地域おこし協力隊だより 農業の豆知識**
- 15 **農業委員会の窓**
- 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!! 津南町防災メールに登録しよう!**
- 20 **なじょもん通信 戸籍の窓 広報編集室 津南町の人口**



確定申告・住民税申告

住民税申告

令和3年分の税申告について、新型コロナウイルスの感染予防のため、税務署等に行かなくても申告が可能です。次の点について確認いただき早めの準備をお願いします。

確定申告はe-Taxや郵送で

確定申告には、ご自宅からパソコン・スマホで利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、確定申告会場に向かなくても、申告手続きが可能です。

①マイナンバーカードを使って申告

ご自宅のパソコンやスマホから、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成した申告書データを、e-Taxで提出できます。

マイナンバーカードとICカードリーダライタ、またはマイナンバーカード対応のスマホをご利用ください。

い。確定申告期間中は24時間いつでも利用可能です。

②郵送等で税務署に提出

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成した申告書を印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

確定申告では、新型コロナウイルス感染防止の観点からも、ぜひご自宅からのe-Taxをご利用ください。



スマホで確定申告
(国税庁ホームページ)

十日町税務署 申告相談会場開設

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、次のとおり開設いたします。混雑緩和にご協力ください。

■会場

十日町税務署 1階会議室

■期間

令和4年2月16日(水)～3月15日(火)

(土、日及び祝日を除く)

※新型コロナウイルス感染症対策の一環として、本年度は確定申告期間中の申告会場の混雑緩和のため、還付申告のかたの申告相談を2月15日(火)以前でも受け付けます。

■時間

相談受付…午前9時～午後4時

※午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

■その他

確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要となります。

十日町税務署における確定申告会場への入場には、「入場整理券」が必要となります。

入場整理券は税務署会場で当日配付しますが、LINEアプリを通じたオンライン事前発行もできるようにいたします。国税LINE公式アカウントを

友だち追加し、「トーク」画面の「相談を申し込む」から来場希望日を選択してください。(1月中旬以降利用開始予定)

■お問い合わせ

「e-Tax・作成コーナーの操作など」

e-Tax・作成コーナー

ヘルプデスク

TEL 0570-01-5901

受付…月曜日～金曜日

(祝日等及び12月29日～1月3日を除きます)

e-Taxの事前準備や申告書の作成手順は、国税庁専用サイト「動画で見る確定申告」でもご案内しております。

【確定申告など】

税務署代表電話

TEL 752-3181

(自動音声案内で「1」を選択)

国税庁ホームページ「タックスアンサー」・「税の情報・手続・用紙」等をご覧ください。

また、申告の相談は、ぜひ自宅からの電話やチャットボット(インターネット上での質疑応答)をご利用ください。



相談会場での
感染予防

申告会場内では、毎日、清掃・消毒を行い、日中もこまめに換気やパソコン等の消毒を実施します。また、職員はマスク等を着用して対応し、自らも頻繁に手指消毒を行うほか、毎日の検温など体調管理を徹底します。
来場される皆様におかれましても、感染防止対策にご協力ください。

○検温の実施

入場時に検温を実施します。37度以上の発熱が認められる場合や検温にご協力いただけない場合には、入場をお断りさせていただきます。

なお、発熱等の症状のあるかたや体調のすぐれないかたの来場はお控えください。

○マスク着用、手指消毒

ご来場の際はマスクを着用していただき、入口等で手指消毒液をご利用ください。



津南町の申告相談日程
〔令和4年度（令和3年分）〕

津南町での申告相談は、令和4年2月16日(水)～3月15日(火)で開設します。

2月16日(水)

○会場 上郷クローブ座

○時間

午前9時～正午、午後1時～3時

2月17日(木)

○会場 竜神の館

○時間

午前9時～正午、午後1時～3時

2月18日(金)

○会場 結束克雪管理センター

○時間

午前9時30分～正午、
午後1時～3時

○会場 米原公民館

○時間

午前9時～正午

○会場 所平克雪管理センター

○時間

午後1時30分～3時

2月21日(月)～3月15日(火)

※土・日曜・祝日を除く

○会場

役場3階大会議室

○時間

午前8時30分～正午

(受付午前8時30分～11時30分)

午後1時～4時

(受付午前11時30分～午後4時)

次に該当する場合は、e-Tax
か十日町税務署で申告をお願いいた
します。

○青色申告

○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

○初めての住宅借入金等特別控除の
申告

○相続税

○譲与税

○消費税

○令和2年分以前の申告

●お願い

今年度は役場申告相談会場にe-Tax申告用のパソコンを設置しません。

e-Taxで申告をする場合は、ご自宅のパソコン等から作成し提出をお願いします。

また、ICカードリーダーをお持ちでないかたは、税務町民課にて貸出をしておりますのでご利用ください。

申告相談会場は大変混み合うことが予想されます。長時間お待ちせしめまうこともございますが、ご理解とご協力をお願いします。

■お問い合わせ

税務町民課 税務班

TEL 765・3113



償却資産

(固定資産税)の

申告をお忘れなく

固定資産税は、土地や建物のほか、事業で使用する構築物や機械、器具、備品など、減価償却費として計上されている償却資産にも課税されます。

そのため、町内に償却資産を所有しているかたは、法律に基づき毎年1月1日現在の所有状況を申告する必要があります。

■申告方法

前年に申告しているかたは、1年間の増減を申告してください。前年に電算申告をしたかた、事業を始めたかた、新たに申告するかたは、令和4年1月1日現在に所有している償却資産すべてを申告してください。

※前年に申告のあったかたには12月中旬に申告用紙を郵送します。新たに申告するかたや、申告用紙が届かないかたはご連絡ください。
※申告書は、町ホームページからダウンロードできます。
※申告した償却資産の課税標準額の合計が150万円に満たないときは、課税されません。



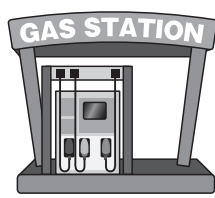
対象となる償却資産の例

建設業



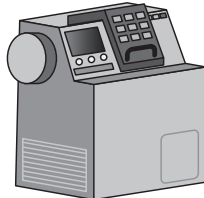
大型特殊自動車
発電機
ミキサー など

ガソリン販売業



オイルチェンジャー
地下タンク
洗車機など

製造業



製造機械設備
金型 など

不動産貸付業



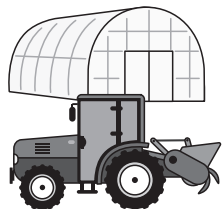
駐車場のアスファルト
フェンス など

共通



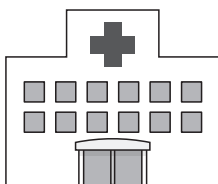
パソコン、コピー機、
エアコン、看板、舗装路面、
金庫、レジスター など

農業



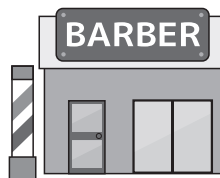
乾燥機
耕運機
ビニールハウス など

医・歯科業



レントゲン装置
手術機器
歯科診療ユニット など

理容業・美容業



理・美容いす
サインポール
洗面設備 など

小売業



商品陳列ケース
自動販売機
冷蔵庫 など

料理飲食業



厨房設備
冷凍冷蔵庫
カラオケセット など

※自動車税・軽自動車税の対象となる乗用車・貨物自動車・自動二輪車・小型特殊自動車は除きます。

申告期限

令和4年1月31日(月)

お問い合わせ

税務町民課 税務班

TEL 765-3113

D M O 推進室だより

観光地域づくり課DMO推進室では、観光地域づくり法人の設立の検討や、これからの観光の在り方、事業内容について検討しています。その一環として、津南の自然や文化を体験できるツアーの造成、津南未来会議の提言書にある交流拠点である、まちなかオープンスペースの開設に向けた取り組みについて紹介します。

事業者と津南を深掘り！つならしい旅とは？

観光地域づくり法人の基本的な活動となる、「地域が観光で稼ぐ」ことについて、推進室では津南町にしかないものは何か？を考え、旅を通して体験できる取り組みを模索しています。12月9日にはSDGsと観光をつなぐ専門家の方を津南にお招きし、町内の事業者のかたと意見交換を行いました。

昨年はじめ、コロナが世界で蔓延し出した頃、インドからヒマラヤ山脈がよく見えるようになったとニュースになりました。人や物の動きが止まったことで、空気が澄み、遠くの山が見えるようになったそうです。人間の活動がどのような影響を地球に与えているのかが見える化された事例と捉えれば、スケールは違いますが、津南でも当てはまる事があるのではないのでしょうか？



秋山郷のマタギ文化や自然の見せ方を研究しています



ホテルや旅館のかたと一緒に勉強しています

津南が誇るべき水や雪などの資源。それらは大地の上にバランスの上に成り立っていて、普段気づきませんが、どれもかけがえのないものであり、当たり前のように享受しています。津南にくる人にも受け入れ側がしっかりその成り立ちや特徴を伝えることで、住んでいる人も、来た人も一緒になって津南の自然を守っていく取り組みができないか検討を進めています。

SDGsとは？

国連サミットで採択された持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。日本としても積極的に取り組んでいます。

新法人を令和4年4月に設立します！

11月30日に観光地域づくり法人の設立を検討する会が開催されました。令和4年4月の法人設立を目指し、方針や今後の検討課題を話し合いました。形態は一般社団法人を予定しており、立ち上げ後は、観光地域づくり課で担う「観光情報発信業務」「農商工観光連携事業」「商店街活性化策」「データマーケティング」の業務を引き継ぐ予定です。新法人にて農商工と観光の連携を力強く進めるべく、地域おこし協力隊2名を募集しています。

※DMO

Destination Management Organization の略。
官民の幅広い連携によって観光地域づくりを推進する法人。



観光地域づくり法人の設立にむけ想いを語る町長

■お問い合わせ

観光地域づくり課 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

くらし

水道の凍結に

ご注意ください！

水道管は、気温がマイナス4度以下になると凍結しやすくなります。水道管が凍結すると水が出なくなるだけでなく、管が破裂して漏水するおそれがあります。適切な管理を行いましょ。

■凍結しやすいところ

- ・屋外でむき出しになっている水道管
- ・メータボックス内の給水管
- ・給湯器本体および給湯器の給水管

■凍結させないために

凍結を防止するためには、水道管や屋外水栓を保温することが有効です。むき出しになっている水道管は、発泡スチロール等の保温材の取り付けが効果的です。また、長期間水道を使用しない際には止水栓を閉め、水抜きを行うことで凍結を防ぐことができます。

■凍結してしまったら

水道管が凍結してしまった際は、ス

見て・知って・得をする

トープなどの暖房をつけて、自然に解けるのを待ってください。水道を早く使用したい場合は、蛇口を全開にしてタオル等をあて、ぬるま湯（約50度）をかけてゆっくり解凍してください。※破裂の恐れがあるため、熱湯はかけないでください。

ある程度時間が経過しても水が出ない場合は、町指定給水装置工事業者に相談することも可能です。

※業者への依頼や作業については使用者の負担となります。

工事業業者の一覧については、左記の津南町ホームページをご覧ください。
<https://www.town.tsunan.niigata.jp/soshiki/kensetsu/suidojigyosha.html>

■お問い合わせ

建設課 上下水道班
TEL 765・3116

「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。

※交付の可否を確認したり、交付をできないようにしたりするものではありません。

■お問い合わせ

税務町民課 町民班
TEL 765・3113

新型コロナウイルス感染症に伴う 国民健康保険料等の減免

令和3年度分の保険料について、新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した場合など一定の基準を満たした世帯（または人）は、申請により「国民健康保険料」「後期高齢者医療保険料」「介護保険料」が減額または免除になる場合があります。

■減免対象となる世帯（または人）

【国民健康保険料】

後期高齢者医療保険料の場合

1. 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯（または人）

※「重篤な傷病」とは、1か月以上の

長期間の治療。

2. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入（以下、「事業収入等」）の減少が見込まれ、次の(1)～(3)のすべてに該当する世帯（または人）

- (1) 主たる生計維持者の令和3年の事業収入等のいずれかが、前年（令和2年）に比べて3割以上減少する見込みであること
- (2) 主たる生計維持者の前年（令和2年）の合計所得額が1,000万円以下であること
- (3) 主たる生計維持者の合計所得金額のうち減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年（令和2年）所得額の合計が400万円以下であること

なお、項目1、2のいずれにも該当する世帯は、減免額の大きいものを用する。

【介護保険料】の場合

1. 新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った第1号被保険者

※「重篤な傷病」とは、1か月以上の長期間の治療。

2. 新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入（以下、「事業収入等」）の減少が

見込まれ、次の(1)及び(2)に該当する第1号被保険者

(1)主たる生計維持者の令和3年の事業収入等のいずれかが、前年(令和2年)に比べて3割以上減少する見込みであること

(2)主たる生計維持者の合計所得金額のうち減少することが見込まれる事業収入等に係る所得以外の前年所得額の合計が400万円以下であること
詳しくは町ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ

税務町民課 税務班
TEL 765・3113

旧優生保護法による

優生手術などを受けたかたへ

一時金支給のお知らせ

※この記事は「広報つなん令和元年6月5日号」に掲載したものの再掲となります。既に支給を受けたかたは対象外ですのでご注意ください。

平成31年4月24日の旧優生保護法一時金支給法施行に伴い、優生手術などを受けたかたに一時金が支給されます。

■対象となるかた

次の①または②に該当するかたで、現在、生存されているかたが対象となります。

①昭和23年9月11日から平成8年9月25日までの間に、旧優生保護法に基づき優生手術を受けたかた。(母体保護のみを理由として手術を受けたかたは除きます)

②①のほか、同じ期間に生殖を不能にする手術または放射線の照射を受けたかた。(母体保護や疾病の治療を目的とするなど、優生思想に基づくものでないことが明らかな手術などを受けたかたを除きます)

■請求手続き

・新潟県の窓口で請求書を提出してください。(郵送による提出も可能です)

・請求書や添付資料(診断書・領収書)の様式は、厚生労働省のホームページに掲載しているほか、新潟県のホームページでも入手できます。

・請求期限は、平成31年4月24日(法律の施行日)から5年以内です。

■支給金額

・一時金の額は320万円(一律)です。
・支給決定後、ご指定の金融機関の口座に独立行政法人福祉医療機構から振り込まれます。

■お問い合わせ

○新潟県 旧優生保護法一時金受付・相談窓口
TEL 025・280・5197

受付時間

午前8時30分～午後5時30分
(土日祝日と年末年始を除く)。

○厚生労働省 旧優生保護法一時金電話相談窓口
TEL 03・3595・2575

受付時間

午前9時30分～午後6時
(土日祝日と年末年始を除く)。

○福祉保健課 健康班
TEL 765・3114

津南地域衛生施設組合

年末年始開業日

津南地域衛生施設組合の年末年始の開業日をお知らせします。皆さんのご理解ご協力をお願いします。

■ごみ処理業務

年末年始のごみの持ち込み(直接搬入)は、次のとおりです。

○12月26日(日)
日曜開業日 午前8時45分～正午、午後1時～4時45分

○12月27日(月)、12月28日(火)
平常開業

○12月29日(水)
年末開業日 午前8時45分～正午、午後1時～4時45分

○12月30日(木)
年末開業日 午前8時45分～正午、午後1時～4時

○12月31日(金)～1月3日(月)
休業

○1月4日(火)～
休業

平常開業

※詳しくは、ごみカレンダーをご覧ください。

■し尿処理業務

し尿の汲み取り作業は、次のとおりです。

○12月28日(火)まで
平常業務

○12月29日(水)～1月3日(月)
休業

○1月4日(火)～
平常業務

■火葬業務

津南斎場は、次のとおりです。

○12月30日(木)まで
平常業務

○12月31日(金)
午前のみ業務

○12月31日(金)午後～1月2日(日)
休業

○1月3日(月)～
平常業務

■お問い合わせ

津南地域衛生施設組合
TEL 765・3495

※12月31日(金)から1月3日(月)は、電話対応はできませんのでご了承ください。

「部落差別解決推進法」を ご存じですか

部落差別解消推進法の施行から5年が経過します。

「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な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。

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、結婚の反対や、就職や日常生活のうえで様々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、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。

あらためて、この法律の目的を考え、お互いを認め、大切にし、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

募集

IT活用基礎科

令和4年1月入校生募集

■対象

パソコンやIT分野の知識・技能を習得し、就職を希望する人

■期間

令和4年1月27日(木)～5月26日(木)

■時間

平日 午前9時～午後3時40分

■会場

キャリア・ステップ魚沼教室

(魚沼市佐梨631番地2)

■定員

14人

■受講料

無料

■お申し込み先

自己負担あり

■お申し込み先

ハローワーク十日町

■お問い合わせ

県立魚沼テクノスクール
Tel 025・794・2410



移住定住の とりくみ



地域おこし協力隊ユーチューバーが津南の暮らしを発信中

皆さん、「つなすみチャンネル」をご存じですか？町では、地域おこし協力隊ユーチューバーの南雲一人さんが、津南町での暮らしの様子を動画で配信しています。

南雲さんは、小千谷市出身、令和2年にさいたま市から家族6人で津南町へ移住しました。動画は、町の公式移住サイトに掲載したり、移住セミナーで放映していますが、もちろん、津南在住の皆さんも楽しめる動画となっています。知らなかったというかたはぜひ、「つなすみチャンネル」で検索してください！



つなすみチャンネル
QRコード



地域おこし協力隊
ユーチューバー 南雲さん

企業紹介動画を発信しています

町では、町内企業の情報を積極的に発信するため、企業紹介動画の作成費の補助を行っています。完成した動画は、企業が独自のPRに活用できるほか、町公式移住サイト「津南で田舎暮らし」のしごと紹介ページに掲載されます。



移住ポータルサイト「津南で田舎暮らし」
しごと紹介ページ

また、町公式ユーチューブアカウントにも掲載していますので、津南を離れて暮らす就活中のお子さんにもご紹介ください。

企業の皆様におかれましては、本補助事業の受付を随時行っていますので、ぜひご利用ください。

■お問い合わせ

観光地域づくり課
Tel 765・5454

私が糖尿病!?・・・そこから始まった取り組み

中深見 田中ふみ子(六十八歳)

今年の6月、3か月に1回の定期受診時に主治医から「検査の結果、血糖値が急上昇しています。このままでは薬を飲む必要があります。」と言われました。

それまでも、受診時や人間ドックで、さまざまな検査数値が徐々に上昇していたので気にはなっていましたし、糖尿病の怖さ(免疫力の低下や合併症など)や大変さは分かっていました。

そのようなこともあり、今までは、やらなければと思っただけでもなかなか行動に移すことができませんでしたが、一念発起して、健康管理をしていこうと決意しました。

まず取り組んだことは、朝晩に体重測定をし、記録に残すこと、それから食生活を見直すことです。お茶碗に山盛りのご飯をまず食べてからおかずを食べていたのですが、資料等を調べてみた結果、タンパク質と野菜のおかずや汁物を食べてからご飯を食べるようにしたり、今まで早食いだっただのをやめて、ゆっくり時間をかけてよく噛むように心がけるようにしたら、おのずとご飯の量が減っ

ても満足感が得られるようになりました。

また、楽しみの一つであった、夜寝る前のおやつをやめました。家族が寝た後、一人でコーヒーを飲みながら菓子などを食べていましたが、これについては医師からもだめだと言われたのでやる決心をしました。

7月からは、ウォーキングを開始しました。最初は30分くらいから始めて、徐々に1時間に延ばしていきました。特に、時間を決めずに空き時間に歩くことにしました。仲間と一緒に歩く人もいますが、自分の場合は、一人で好きな時間に歩く方が継続できると思いました。

継続していると歩くのが楽しくなり、一日のうちの空き時間を見つけるようになってきます。また、家にいるとどうしても食べ物を口にする機会が増えますが、空き時間にウォーキングするようになると、食べる時間もなくなり、また、食べたいたとも思わなくなりました。

このような取り組みの結果、10月には、体重が10kg減り、血糖値も良くなっていました。8年前に退職してから体重が5kgふえてしまいました。先日、現職時代に着ていたスーツが着られる



ようになっただけでうれしかったです。5kg減量した時点で、娘からは、「あごのラインが変わってきた」と言われ、10kg減量したら友人からもやせたねと言われるようになりました。

元々、自分は、やると決めたこととはとことんやり通す性格なので、今回、血糖値上昇というきっかけで、行動に移すことができ継続できたのだと思います。

これからの時期、外で歩くのは大変なので、リバウンドしないように、クアハウス津南のトレーニングジムに通うつもりです。自分には歩くことが一番性に合っている気がします。できればクアハウスの営業時間を延ばしてもらえれば助かります。

また、今年の11月1日から5日まで文化センターで「健康フェア2021」が開催され、11月3日に行われた「測定会」に参加しました。インボデイ測定(注) 体水分・たんぱく質・ミネラル量等を分析し、栄養状態などを評価する検査で、体内部位別の筋肉量や脂肪量がわかる検査に興味があり、一度体験してみたかったので申し込みました。

他にも、血管年齢測定(注) 血管の老化度がわかる検査 やベジチェック測定(注) 野菜の充足度がわかる検査 があり、検査結果について説明してもらいましたが、それぞれの結果はそれなりではないので良かったです。このような機会はぜひ継続してもらいたいと思いました。



健康フェア測定会の様子



冬に気をつけたい 病気と事故

雪が降り始める時期になりました。冬は高齢者にとって危険が多い時期です。みなさんが津南の厳しい冬を健康かつ安全に過ごすために、家の環境づくりや外出時の注意点を覚えておきましょう。

◆家庭内で「ころぶ」事故に注意！

★居間の環境チェック

- 電源コードやこたつ布団などが歩く場所にはみだしている
- 床に新聞紙やチラシが出しっぱなし
- 夜、階段やトイレまでの通路が暗い

加齢に伴い、足腰の筋力や体のバランスをとる平衡感覚が衰えるなど生活機能が低下して、フレイル(※)が進行しやすくなります。その結果、安全そうな家庭内でも、段差につまづいて転んだり階段から落ちたりと、事故が発生しやすくなるので注意が必要です。

※フレイル…高齢期の心身の衰弱をあらわし、進行すれば介護が必要になる可能性が高まりますが、適切な対処で回復や改善が見込める状態です。

◆引き続き、感染症対策を！



★セルフチェック

- 外出先から戻っても、手洗い・うがいをしない
- 体調が悪いときでも、用事があれば無理をしてでも出かける

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザは冬時期の流行が心配されています。抵抗力の低い高齢者は感染した場合に重症化しやすいので、特に注意が必要です。同時に、肺炎球菌による肺炎にも注意しましょう。

手洗い・うがいの徹底、定期的な換気など日常生活での予防対策をとりましょう。体調の悪いときは自宅で過ごすことも大切です。

◆急激な温度変化による「ヒートショック」ご存じですか？

★脱衣所・浴室の環境チェック

- 居間は暖房が効いているが、脱衣所や浴室は寒い
- 熱いお風呂に長く浸かることが好き
- 体調が悪くても、またお酒を飲んだ後でもお風呂には必ず入りたい
- お風呂に入るときに、声をかける家族がいない



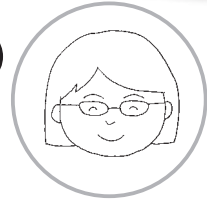
暖房のない、冬の脱衣所と湯船との温度差は30℃以上にもなります。急激な温度変化からおこる血圧の変化により、倒れてしまう可能性があります。これを「ヒートショック」といい、特に冬場の入浴時に多く発生します。

温度差を減らすために、脱衣所を安全な暖房器具で暖める、浴室は温かいシャワーをかけて暖める、お湯につかる前にかけ湯をして体を慣らすなどの対策をとりましょう。また、湯船の温度も41℃以下にし、10分以上浸かる際は注意しましょう。

体調が悪い時やお酒を飲んだ後は入浴を控えることも大切です。

いきいき、
大好町
南

今月は
星名由紀子
保健師



糖尿病から
糖尿病性腎症から
慢性腎不全!!

今日から始める 重症化予防

1 Stop!! 糖尿病

糖尿病になると、血液中で糖分（血糖）が異常に増え、全身の血管を傷つけます。

細い血管が傷つくとは？

- 1 神経障害**
神経がダメージを受けて、手足のしびれやこむら返り、立ちくらみをおこすこともあります
- 2 糖尿病性網膜症**
目の網膜の血管が傷つき、視力が低下します。重症化すると失明に至ります。
- 3 糖尿病性腎症**
腎臓の糸球体（血液をろ過する働き）が傷つき、もとに戻らなくなりま

す。重症化すると透析や腎臓移植が必要になります。

太い血管が傷つくとは？

- 1 壊疽・慢性閉塞性動脈硬化症**
感覚が鈍くなる神経障害、動脈硬化による血行障害、免疫力低下による感染で、重症では下肢の切断が必要になることがあります。
- 2 脳梗塞**
脳の血管が詰まり、顔のゆがみ、腕の麻痺、ろれつが回らない等の症状が発症時に見られます。重症では後遺症として症状が残ります。
- 3 虚血性心疾患（狭心症・心筋梗塞）**
心臓の冠動脈が詰まって、胸痛や息苦しさ等の症状が見られ、手術が必要になります。

2 Stop!! 糖尿病性腎症

糖尿病の診断を受けていなくても、健診の結果「血糖値が高め」「糖尿病の疑いがある」と判断された時点で、糖尿病性腎症（慢性腎臓病の一種）の危険は高まっています。

糖尿病の重症化予防をすると同時に、腎臓機能の低下を防がなくてはなりません。少しでも早い対処が重要です。血糖値に心配のあるかたは、次のような生活習慣を心がけてみましょう。

食生活習慣

- 塩分・糖質の摂りすぎに注意する
- 食事は野菜類を先に食べる
- 「休肝日」でアルコールを休む
- 腎機能が低下している場合は、医師とタンパク質摂取量を相談する

運動習慣

- できるだけ乗り物を使わずに歩く
- 日常生活で体を動かす習慣をつくる
- 腎機能が低下している場合は、医師と運動強度を相談する

歯周病予防

高血糖状態は歯ぐきの血管を傷め、細菌への抵抗力を低下させます。

- 定期健診で歯周病の早期発見をする
- 適切な歯みがき習慣を身に付ける

禁煙

喫煙は蛋白尿や末期腎不全のリスクを高めます。

- 家族や周囲に禁煙宣言する
- 禁煙外来の受診

慢性腎臓病（CKD）の進行 ※GFR値：糸球体ろ過量（正常は100）

CKD ステージ	CKD ハイリスク群 CKD ステージ1 CKD ステージ2	CKD ステージ3	CKD ステージ4	CKD ステージ5
推算 GFR 値 (mL/分/1.73m)	90 以上 89 ~ 60	59 ~ 30	29 ~ 15	15 未満
腎臓の働きの程度				
症 状	<ul style="list-style-type: none"> ● 自覚症状がほとんどない ● たんぱく尿が出る ● 血尿が出る 	<ul style="list-style-type: none"> ● 夜間に何度もトイレに行く ● 血圧が上昇する ● 貧血になる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 疲れやすくなる ● むくみが出る 	<ul style="list-style-type: none"> ● 食欲が低下する ● 吐き気がする ● 息苦しくなる ● 尿量が少なくなる
治療法	生活改善 食事療法 薬物療法			透析療法 腎移植などの準備

3 Stop!! 慢性腎不全

糖尿病性腎症は自覚がないまま進行し、ある段階になると機能を回復できなくなり、慢性腎不全を発症します。生活習慣を見直し、必要な治療を受けるようにしましょう。

■お問い合わせ

福祉保健課 健康班
Tel 765・3114

地域おこし協力隊だより



森 瑞絵

こんにちは。三箇地区担当の森です。春が来て、暑い夏を越し、紅葉の秋を楽しんでいると、まるで去年の雪景色は幻だったように思うこともありましたが、そうそう、これが雪国津南のはじまりだ、と窓の外を眺めます。

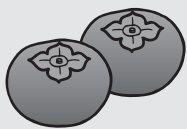
秋の深まった頃、ちらほらと、各家の軒先に吊るされ始めた柿。ふと足を止めると、ころんころんと繋がった様子が後ろのコンクリート壁に影となつて映しだされています。たかだか影ですがなんだか可愛いなあと思っていると、あつという間に曇つて消えてしまいました。写真撮れば良かったな…まあ、次通つたときに！と再出発。また歩いていると他の家にも干し柿がゆらゆら。秋の風物詩が羨ましく、食べたいーという思いはもちろん、我が家にも吊るしたいーという思いが湧いてくるのです。

10月、辰ノ口集落では鳥獣被害対策の会議が開かれました。鳥獣対策の専門家のかたと集落内を歩き、田畑や果樹の現状を地図に書き込んでいきます。住民の人たちも「思っていたより柿の木があるんだな。」と再認識。手付かずのまましていると熊もやっ

てくるというので、実をもぐか、剪定するか、対策が必要とのことでした。すでに熊が通つたであろうけもの道も出来ており、対策は早いに越したことはないと感じました。

そんなある日、「柿もぎするけど見に来ない!？」と1本の電話。早速行ってみると、家族総出の柿もぎ大会が開かれていました。周りは畑ばかりで静かな場所に、にぎやかな笑い声が響いています。この時期になると1本の柿の木に人が集まる、昔はよくある光景だったのでしょか。今では少なくなつたかもしれませんが、実際にその光景が目の前にあると思うと、わーわーとせわしなくも楽しそうなやりとりがずっと続いて欲しいなと思わずにいられます。ただ、いただいた柿は皮を一つずつむいて干し柿に吊るしてみると、家の中にころんころんと影がゆれました。

12月。思い出したように冷凍庫から干し柿を取り出して一つ味見。「これも熊対策!」なんて思いながら、甘くなつた干し柿を2個、3個とほおばりたいと思います。



農業の豆知識

令和3年11月27日(土)、国内最大規模を誇る米のコンクールである「第23回米・食味分析鑑定コンクール・国際大会in富士山」が静岡県駿東郡小山町にて開催されました。

当日は、新型コロナウイルス感染状況を考慮し、無観客での開催となりました。

なお、令和5年度には、津南町で「第25回米・食味分析鑑定コンクール・国際大会inつなん(仮称)」が開催される予定となっております。

出品結果

■コンクール全体の出品数

5, 141 検体

令和元年度 5, 137 検体

令和2年度 4, 755 検体

■津南町からの出品数

120 検体

令和元年度 38 検体

令和2年度 87 検体

■入賞者

大型法人部門(50ha) 金賞

農事組合法人グリーンアース津南

(2年連続受賞)

※金賞が部門内最高賞となります。

「第23回米・食味分析鑑定コンクール・国際大会in富士山」出品結果

■お問い合わせ

農林振興課 農林班

TEL 765-3115



↑農事組合法人グリーンアース津南の皆さん



令和4年度に向けて 津南町農業施策に関する建議提出

令和3年11月8日(月)

農業委員会
の窓

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大により、全国的に米価が下落するなど、農業分野でも大きな打撃を受け、生産意欲の衰退が危惧されています。また、昨年後半より影響が出始めたウッドショックは外国依存の危険性をあらわにし、これが農産物等の食糧であったらと考えると想像を絶するところ です。

近年、農地が小面積であることや大型農業機械が利用できないこと、高齢化などが原因で農地の遊休化が進んでいます。小規模農地を区画整理により優良農地として再生することが重要だと考えます。

問題は山積していますが、さらなる津南町農業の発展のために、日頃から地域農業を見守る津南町農業委員会から町へ農業施策に関する建議を提出しましたので、概要をご紹介します。



↑藤ノ木穂会長職務代理(左)と涌井直会長(中央)が建議書を町長へ提出

「津南町には他の地域にはない自然界の恵みがある」

稲作振興対策

- 認証制度の継続と気象変動に強い津南産米の知名度強化
魚沼米の更なるブランド力強化。「津南産米」として知名度向上を図っていくため、食味、品質の安定化と認知度向上(ネーミング統一化)。津南産コシヒカリのPRと販売戦略計画を検討する体制の早期立ち上げ。

新たな品種を町で品質比較、試験等の取り組みや気象変動に強いお米の生産のための堆肥施用に対する助成制度継続。

- 中山間地直払いや多面的機能支払など
国補助の有効活用

町では事務支援システムを導入し、事務の簡素化が図られたが、まだなお継続困難な集落があるため、広域的な地域の事務処理を担う請負組織の法人化に向けた支援。



畑作振興対策

- 基幹作物栽培の推進と新品目への取り組み

新たな有望品目への取り組みと農産物のブランド化の推進、契約栽培の拡大。テレビ等のマスメディアの有効活用やさまざまな情報ツールを駆使して効率的な発信の仕組みづくり。雪下にんに続く雪を利用した新しい野菜の研究を官民一体での取り組みと雪下作物の除雪費補助。

- 有害鳥獣など駆除対策の強化

クマやイノシシ用のワナの増設や大型ワナの導入、猟犬を活用した有害鳥獣対策の導入。猟友会会員を増やすために資格取得後にかかる費用補助や活動の継続可能な補助制度創設。

- 畑地の輪作体系の確立

畑作の生産力を高めるための輪作体系の確立とバランスの取れた輪作体系の検討。システムの早期稼働。

畜産振興対策

- 家畜排泄物処理と家畜伝染病の未然防止対策への
適正指導の実施

地域の生活環境へも配慮した適正管理の指導。国内や近隣県で発生しているCSF(豚熱)や家畜伝染病の未然防止対策。

- 耕種農家と畜産農家の連携による堆肥処理対策

堆肥施用は優良農産物生産を図る上では欠くことができない資源のため、農地への還元が図られる対策と支援。

担い手・農地集積対策

- 後継者への支援体制の強化

担い手農家の後継者が希望をもって就農できるような町単独の支援。一戸一法人や兼業農家を含めた中規模農家への支援。

- 後継者への支援体制の強化

基盤整備に伴う集落営農、または集落を超えた組織経営体による農地集積などの講演会、成功事例の情報発信。基盤整備後の負担軽減もしくは負担ゼロ施策の検討。

その他

- 農業労働者対策

新規就農者・外国人技能実習生の窓口の検討。新規就農者や従事者の住居の確保のため、移住定住プロジェクトチームと連携し検討。県と町、JAが連携し、人材派遣の取り組み。

- スマート農業の推進

令和2年度、3年度の実証プロジェクトのデータを分析検証し、結果に基づく町の支援策を明確にし、年齢や性別を問わず営農できるスマート農業の取り組みを要望。

- 畑営農継続可能な圃場修繕

圃場の修繕等の補助事業創設。

ブックタイム BOOK TIME

広報ライブラリー

12月 - 師走 -



総理の夫 First Gentleman 愛蔵版

原田 マハ

20XX年、第111代総理大臣に相馬凛子が42歳の若さで就任。鳥類学者の夫・日和は、「ファーストジェントルマン」として妻を支えることを決意。妻の奮闘の日々を、後世に遺すべく日記に綴る。高く支持される相馬内閣に、陰謀の魔の手が迫る。痛快&感動の政界エンターテインメント。

・：噂のひまわり号
熱烈ファンに遭遇?・・・
前任の図書担当からも聞いていた移動図書室ひまわり号の熱烈なファンに私もようやく遭遇することができました。それは津南小学校の2年生の子たちでした。

早いもので今年も締めくくりの時節となりました。あつという間に時がたち、今年も終わろうとしています。早くも図書担当風巻が書き始めて8回目となりました。不慣れで稚拙な文章ですが、公民館図書室の情報を届けるべく一杯頑張っています。これから温かい目で見守ってください。それではよいお年を！

・：図書室の基本情報・・・
※図書室を利用の際は、「マスク着用」、「長時間利用の回避」を配慮いただくとともに、必ず「入室者記入用紙」を記入の上ご利用ください。

これは11月にひまわり号で津南小学校に行った時の話です。写真の子たちが自由帳にひまわり号の絵を描いていました。とても上手でした。またサインを求められ、なかなかほっこりしました。いつまでもひまわり号を好きで利用していただきたいものです。

12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】

- 『ハラスメント言いかえ事典』
朝日新聞出版
- 『文藝春秋オピニオン2022年の論点100』
文藝春秋
- 『人間愚痴大全』
小学館集英社プロダクション
- 『ボーダーライト』
今野 敏
- 『幻の旗の下に』
堂場 瞬一
- 『らんたん』
柚木 麻子
- 『楽園の鳥』
阿部 智里

【子どもの本】

- 『ニルスのふしぎな旅』
セルマ・ラーゲルレーフ
- 『10歳からの考える力が育つ20の物語』
アスコム
- 『きれいな字のみみつ』
小学館クリエイティブ
- 『No.1きちんと日常のマナー&自分を守るルールまとめnote』
日本文芸社
- 『はらぺこサンタのクリスマス』
はらぺこめがね
- 『ポンポとポコポ冬のぎょうじ』
かなざわ まこと
- 『パンタン6ぴきいうこときかない』
のぶみ
- 『じゅうにしどていくの?』
すとう あさえ

■休館日

12月27日(月)～1月3日(月)
1月31日(月)



↑カラーで紹介できないのが残念です

短歌

砂丘

鉢植えの山茶花の蕾数えては

「全部咲けよ」と夫は声かく

江村美智代

孫たちにハンドメイドでエプロンを

手伝う姿思い浮かべて

北村まさ子

蕎麦の花白く愛らし隙間無く

植えられ咲きて畑輝く

小島香代子

ひらがなを覚えて吾子の役代わり

絵本めくりて読み聞かせくるる

江村大輔

朝からの雪降り止みて日の射せば

柔き温もり肌に浸みくる

津端恵子

暗がり何を何か過ぎゆく気配して

盗人萩のひとつ落ちいる

貝澤圭子

家中の余分な物を始末せり

すつきりきつぱり今日から生きん

関谷郁子

菅首相の退陣の報載る新聞紙に

仕込みし鮭の粕漬包む

恩田久美子

「雪影」は仄かな優しき光なり

短歌を続ける決意の名となる

丸山直子

師の心受け継ぎわれら「雪影」を

友と暮らしの歌を作らむ

小野寺恒代

縦横に光弾けし闇の中
線を描きて花火の消ゆる

高橋春枝

手の痺れ日毎に感じ哀しかり
己の年齢顧みつつも

内山キク

井戸水の落つる音以外何も無く
掻き消し雪は深深と降る

麻績初恵

わが顔を求めて泣く子抱きたれば
涙の顔で笑ふ嬰兒（歌集「われ越えてゆけ」より）

滝沢勝枝

終日を雨と風でうす暗く
ライトをつけた車が行き交う

風巻京子

鈍色の冬空なりし吾が里の
母その森は深く静もる

鈴木綾子

長生学園

巻き初めしキャベツの中に青蛙
昼夜動かす息をひそめて

中村武子

冬空に裸木の黒きシルエット
一番星も瞬き初めぬ

島田真之

俳句

岩すげ俳句会（十一月）

荒海や夕日を縫ふて雁わたる

千年雄

芋を掘る集める妻はよく動く

渡舟

団栗を握り園児の駆け寄りぬ

芳司

秋の蠅とまる急須の温みかな

房良

父植えし金木犀のぞく窓

壽子

冬蜂の威嚇の羽を震はする

緑

好きだった矢筈薄を供花とせり

れい子

目の痛み長い一日そぞろ寒
退院を待ちてりハビリ九月尽

フミニ子
妙

＋ 病院歳時記

生活習慣病と骨粗鬆症

総看護師長 風巻眞理子

8月から骨粗鬆症に関連する記事を掲載してきました。

内容は「骨粗鬆症と骨密度検査」「フレイルと運動」「骨を強くする食事」「治療薬」についての話でした。今回は「生活習慣病」との関連についてお話をしたいと思います。

生活習慣病である2型糖尿病や慢性腎臓病は骨代謝に大きな影響を及ぼすと言われていきます。また、生活習慣病と骨粗鬆症は、病因・病態に共通性があり、生活習慣病自体を是正することで骨粗鬆症の改善効果も期待されるという報告があります。

生活習慣病の患者さんにおいては、骨粗鬆症治療による骨折防止がとくに重要です。なぜなら骨折をすることで日常生活動作の低下がおき、その結果、生活習慣病の病態も悪化してしまうという悪循環を招くからです。

血糖コントロール不良の2型糖尿病のかたや慢性腎臓病を有するかたは、医師と相談のうえ、骨密度検査やレントゲン検査等で骨の状態をチェックしてみてはいかがでしょうか。



Annuity corner 年金コーナー

国民年金保険料の納付免除・猶予制度のお知らせ

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合、保険料の納付免除・猶予制度があります。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発生します。(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起きますと、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。

また、失業等によって保険料を納付することが困難になったものの、免除申請を忘れていたかたや未納期間のあるかたは、一度ご相談ください。

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めることはありません。

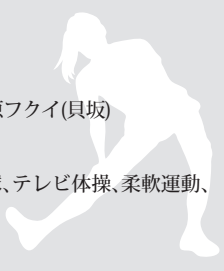
【お問い合わせ】
 ・六日町年金事務所
 TEL 025-716-0008
 ・税務町民課 町民班
 TEL 765-3113

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)

- 4000日 和久井かつ子(大割野)
- 2200日 福原幸子(外丸)
- 2400日 板場喜恵子(辰ノ口)
- 1900日 涌井直治(団野団地)
- 800日 桑原理恵(貝坂)
- 300日 篠原花子(外丸)
- 200日 石橋一枝(割野)、桑原フクイ(貝坂)
- 100日 江村トシエ(美雪町)

主な運動:エアロビクス、卓球、テレビ体操、柔軟運動、ウォーキング他



議会コーナー

＜実施された行事＞

- [11月]
 - 24日 一般質問の切日
 - 30日 第5回臨時会
 - 30日 十日町地域広域事務組合臨時議会(議長・広域事務組合議会議員)
- [12月]
 - 1日 議会運営委員会
 - 1日 全員協議会
 - 1日 令和4年度建築要望回答会
 - 8日~10日 第4回津南町議会定例会
 - 14日 長生学園閉園式(議長)

＜今後予定されている行事＞

- [12月]
 - 27日 津南地域衛生施設組合臨時会(議長・組合議会議員)
- [1月]
 - 5日 新潟県町村議会議長会議(議長)
 - 6日 議会運営委員会
 - 6日 全員協議会
 - 9日 町消防出初式(全議員)



本年もありがとうございます

マスクの着用や手指消毒など新しい生活様式が当たり前になってきた令和3年も新型コロナウイルス感染症の影響により、様々な活動に制限がありました。そのような中、町民の方々から教室等への参加やクアハウス津南の利用をしていただき、コロナ禍でも理念である「つながり」を感じることができました。改めて感謝いたします。

来年も変わらぬご愛顧をいただけてますようお願い申し上げます、歳末のご挨拶とさせていただきます。

■年末年始の予定(総合センター)

- ・エアロビクス 12月27日(月)まで
- ・卓球 12月27日(月)まで
- ・ロコチャレ 12月28日(火)まで

※新年は1月5日(水)から通常開催

■クアハウス津南

・12月30日(木)まで午後2時からの通常

営業です。

- ・12月31日(金)、1月2日(日)、3日(月)は開館時間10時、閉館時間午後5時となります。

※元旦は休館となります。

ノルディックウォーキング参加者募集

雪が積もるこの季節。Tapでは津南町総合センター体育館を会場にノルディックウォーキングを開催します。ウォーキングよりもエネルギー消費量が約20%アップするノルディックウォーキング。冬場の運動不足解消にもってこいです。初めての方も大歓迎！暖かいこたつも魅力的ですが、運動で筋肉を燃やし体の深部から温まりませんか？終了後にはホットドリンクのサービスもあります。なお、希望者は開始前にインボディー測定も実施しています。ご自身の筋肉や脂肪量など知りたい方！ぜひご利用ください。

■日程 1月26日(水)

午前9時～10時 インボディー測定

(会場：役場 希望者のみ)

午前10時15分～11時30分

ノルディックウォーキング

(会場：津南町総合センター)

■内容 簡単な体力測定も実施します。

■料金 330円

■お問い合わせ

津南町総合センター内

Tap事務局 TEL 765・5776

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12月15日(水)に送付したものです。

大雪警報が発令中です

新潟地方気象台によると、現在津南町に発表されている大雪警報は16日にかけても継続して発表される見込みです。県内では除雪作業中の負傷事案も発生しています。除雪作業の際は注意して作業をお願いします。また、交通情報を確認し、時間にゆとりを持ってお出かけください。今後も最新の気象情報に留意していただきますようお願いいたします。

津南町役場総務課 (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

戸籍の窓

おめでとぅ ございます (出産)

- 佐藤 楓(割野) 洸太さん
成美さん
- 縫殿 小崎(卯之木) 健二さん
香苗さん
- 本山 咲乃(反里) 暁仁さん
宏美さん

すえながく おしあわせに (結婚)

- 桑原 雄一さん(正面) }
関谷まどかさん(赤沢) }
- 村山 智也さん(栄村) }
佐藤 由夏さん(中野市) }
- 桑原 和弥さん(貝坂) }
中島 萌香さん(兵庫県) }
- 村山 大樹さん(割野) }
上村 桃栄さん(十日町市) }

おくやみ もうしあげます (死亡)

- 高橋 キヨさん (107歳・見玉)
- 大島 弘さん (85歳・貝坂)
- 中田 之司さん (90歳・惠福園)
- 鈴木 重次さん (95歳・船山新田)
- 中澤 糸子さん (88歳・中深見)
- 恩田 シンさん (98歳・鹿渡)
- 津端 茂子さん (90歳・鹿渡)
- 中沢 明子さん (68歳・越手)
- 大平 美恵さん (44歳・割野)
- 桑原 巳徳さん (78歳・陣場下)
- 瀧澤まさいさん (79歳・結束)
- 石橋キヨミさん (85歳・貝坂)
- 山田ヨシキさん (97歳・朴ノ木坂)
- 中田 レイさん (90歳・船山)
- 石田 常治さん (83歳・反里)
- 桑原 貞雄さん (87歳・秋成)

表紙の写真
津南町の除雪車が勢ぞろい。冬の交
通は除雪隊の皆さんが守っています。

この紙は
再生紙を
使っています

広報編集室
冬がやってきました。皆さんは津南町防災メールを登録していますでしょうか。大雪警報などの情報も発信していますので、登録がまだのかたはぜひ登録をお願いします。

村山 拓也

●第12回Myコレクション展

会期:令和4年1月15日(土)~2月27日(日)
入場料:無料
外国のコイン、ご当地カレー、日本アニメーションのセル画など、楽しいコレクションが集まりました。
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。



昨年のMyコレクション展の様子

●「カラムシのストラップ」体験

日時:1月10日(祝) 10:00~11:00
体験料:500円
対象:小学3年生~大人
貴重なカラムシの糸でストラップを作ります。



カラムシのストラップ

●「鹿角のリングアクセサリ」体験

日時:1月30日(日) 10:00~11:00
体験料:600円
対象:小学1年生~大人
リング状の鹿角を磨いてアクセサリを作ります。



鹿角のリングアクセサリ

●『津南学』第10号刊行のお知らせ

津南の自然・文化・民俗・歴史などの魅力を凝縮した『津南学』の第10号が刊行されました。
なじよもん・文化センター・歴史民俗資料館などで、1,500円(税別)でお買い求めいただけます。



『津南学』第10号

●学校の思い出の品はありませんか？

なじよもんでは、かつて津南町にあった学校や分校の思い出の品を集めています。
例えば学校名が入った記念の湯呑みや手ぬぐい・制服・校章など、ご寄贈いただけるものがありましたら、ぜひご連絡ください。

●津南町歴史民俗資料館 冬季休館のお知らせ

津南町歴史民俗資料館は、12月28日(火)~3月10日(木)を休館いたします。

●年末年始休館日のお知らせ

なじよもんは、12月28日(火)~1月4日(火)を休館とさせていただきます。
来年も皆さまのお越しをお待ちしています。

1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	
9日(日) 9:30~11:30	スノーシュー ~なじよもんの森へ~	500	低学年以上	
10日(月) 10:00~11:00	カラムシのストラップ	500	中学年以上	
16日(日) 10:00~12:00	スノーシューとせんべい焼き	500	低学年以上	
23日(日) 10:00~12:00	琥珀の勾玉づくり	1,200	10才以上	
30日(日) 10:00~11:00	鹿角のリングアクセサリ	600	低学年以上	

津南町の人口

■人口9,072(-26) 男4,394(-16) 女4,678(-10)
12月1日現在()内は前月比
■世帯数3,476(-4) ■転入/7 ■転出/18 ■出生/1 ■死亡/16 ■婚姻/5



広報つなぐ No.726 ■令和3年12月23日発行 ■発行/津南町役場 〒949-8292
FAX 025(765)4625 ■ホームページ/ https://www.town.tsunan.niigata.jp/ ■電子メール info@town.tsunan.niigata.jp ■編集/総務課総務班

TEL 025(765)3111(代)