

灯影

主な内容

- 特集 結東の石垣田と地域おこし協力隊... 2-5
- つなんまちかどスケッチ 8-9
- 中津川運動公園インフォメーション... 10



結東の石垣田に 地域おこしの灯がともる



1



3



2

先人達が遺した石垣田
それを偲ぶ為にともされた
2000本のキャンドル
浮かび上がった『結東の灯影』

- 1 石垣田全体がライトアップされ、静かな空気、優しい時間に包まれた。
- 2 地域の方や募集で集まったボランティアによりキャンドルが設置されていく。
- 3 定期的に保存会が休耕田の草刈りをしている。

石垣田を守る

もともとこの地区は石が多く、開墾が困難であったため水田はありませんでした。

ところが江戸時代後期に全国で相次いで起こった大飢饉により、津南でも特に秋山郷が大きな被害を受けました。そんな時、この結東を救ってくれたのが現在の小千谷市(片貝)の佐藤佐平治翁おきなです。佐平治翁に助けられた村人は、やがて飢餓対策のため、この石を切り出して石垣を築き水田を造り始めました。これが、全国的にも珍しい、石垣で出来た棚田の始まりです。

しかし今では、集落の高齢化が進み、休耕田が徐々に増えてきました。管理されないことで石垣が崩れるなど、全国農村景観百景にも選ばれたこの棚田の景観が危ぶまれてきました。

そのような状況を悲しみ、歴史あるこの石垣田を、後世へと残していくという仲間が集まり石垣田保存会「けつと」が発足しました。

草刈りなどをボランティアで行い、休耕田の管理をしながら、魅力あるこの石垣田をもっと多くの人に知ってもらおうと昨年からは石垣の夜のライトアップを始めました。それが「けつと」のほかげです。



津南町 地域おこし協力隊
ひらき ゆい
平木 結さん

この春、一人の女性が秋山郷に越してきました。
彼女の名前は`結`。
地域おこし協力隊の彼女が`結びたい`ものとは…?



津南に来たときに泊まっていた、かたくりの宿(結東)

なぜ津南だったのか？

最初に津南町に来たのは2010年ころだったでしょうか。テレビで芸術祭の話がでたのをたまたま見て、行ってみようって。

3年に一度の「大地の芸術祭」ではない時にはじめて津南に来てみたんです。はじめながら、津南でいいところだね。と家族と話してました。母が上越の出身で、それから、何度か新潟に来るときに津南に足を運んで、かたくりの宿さんへ泊まってこの自然を満喫しました。

芸術祭がなかったら、津南の存在を知らないままでしたね。

昨年の夏には、芸術祭のボランティアガイド、こへび隊に入って地域の方と一緒に芸術祭を盛り上げる活動をしていました。その時、姉が地域おこし協力隊の募集を見つけてくれて、津南は知っているとこだったので、やってみようと思募しました。

名前も「結」ですし、なんだか運命的なものを感じますね。

地域おこし協力隊って？

平成21年に総務省が人口減少や高齢化等の進行が著しい地方において、地域外の人材を積極的に誘致し、その定住・定着化をはかる目的で設置された制度。平成24年度、全国における隊員は600名以上に及ぶ。

主な活動は「地域おこしの支援」

具体的には地方自治体が都市住民を受け入れ、地域おこし協力隊員として委嘱し、一定期間以上、農林業の応援や水源保全・監視活動、住民の生活支援などの各種地域協力活動に従事してもらいます。



ライトアップするためのろうソクを一つひとつカップへ

津南にきて驚いたことは、 4月に雪が降ったこと！

3月の終わり頃にこちらに引越してきたんです。東京を出てくるときは、桜が満開だったんですよ。それが津南に来てみたらまだ雪がたくさんあって(笑) まだ雪があるって驚き半分、うれしさ半分。そして、4月に入ってから雪が降ってびっくり。

そんなことから始まった津南での生活は、あつという間でした。集落の方から歓迎会をしていただいたり、お花見をしたり。なんだか四季がはつきりしていて素敵だなあと感じます。

最近では、結東の石垣田の保存会にも入らせていただきました。草刈り機をはじめ使ってみたのですが、毎日新しい事ばかりでたのしいです。

今年で2回目になる「けつとのほかげ」もはじめて見させていただくのでわくわくしていました。お手伝いもさせていただきました。

こういったイベントに参加することで、いろいろな人と触れあえ人と人が出会うことによって、新しい事が生まれることを実感しています。ちょうど、大学の専攻が「人間社会学」というもので、とつづきづらいな前をしています。実

際は、野菜を作ったりとにかくいろいろな事を勉強しました。

今の活動は学校の延長みたくです。こういった地域を盛り上げる活動にも積極的に参加していきたいですね。



作業を終えたあと、近所のお家で一緒にご飯。地域に少しずつとけ込んでいるようだ

今一番好きなのは、山菜です。

本当に津南は、食べ物がおいしいって思います。特に山菜は大好きです。山菜採りにも連れて行ってもらいました。漬物もご飯も全てがおいしいです。

そんな食卓を囲むときに会話にならなくなってくるのが方言。最初はとま

どいました。今は方言を覚える日々です。方言って、東京にはないので。こちらに来て、最初何を言っているのかわからなくて。集落の中を散歩するときに声をかけてもらうんですけど、会話しているときもよく分からなくて。いつかは方言が自然に出てくるようになりたいなって。一緒にご飯をいただいた時に、話にも出たのですが、同じ津南の中でも集落によって方言が違います。ますます気になります。



集落行事も積極的にお手伝い

2013.5 Vol.1

創刊号

〈作成〉
地域おこし協力隊
平木 結

けっとう
しんぶん

Facebookページも作りました!
<http://www.facebook.com/tsunan.kyouryokutai>!

ごあいさつ

初めまして。この度は「けっとうしんぶん」に目を通し
いただき、ありがとうございます。
私は今年の4月から津南町の地域おこし
協力隊として、結東集落で活動している平木と
申します。集落の中で地元の方と一緒に、集落を
盛り上げていきたいと思っています。その活動のひとつ
として、この「けっとうしんぶん」を発行することにしま
した。月に1回程度、結東や津南での出来事
をお伝えしていきたいと思ひます。
また、協力隊としての活動等を日々書いていますので
始めましたので、こちらもよろしくお願ひします。
アドレスはPC・スマホ・携帯等ともに
<http://tsunankyouryokutai.blog.fc2.com/>
です。

お花見
がありました!

5月5日子どもの日、結東集落にてお花見がありました。
天気にも恵まれ、あたたかい日差しの下、集落の方に
まぎって私もバーベキューをいただきました。
今年の津南の桜は、鳥につぼみを食べられてしまい、
花の数は少なかつたのですが、
それでもやはり桜を見ると、春が
きたんだなあと実感します。

お知らせ

『けっとうのほかげ』開催!!
結東集落の石垣田に、約2000個ものキャンプを
灯し、田植えの終わ、た水田をライトアップさせます。
当日は三味線などの演奏もあり、幻想的な空間が
味わえます。みなさん是非遊びに来て下さい!

〈場所〉 結東石垣田
〈日時〉 6月8日(土)
19:00~ キャンド9点まで
〈お問い合わせ〉 津南町地域振興課 025-765-2114

月一回発行を目指しているけっとうしんぶん。全部手書きというこだわり

若い力がどんどん
入ってきてほしい

津南では協力隊員がまだ一人で、お隣の十日町市では17人の方が協力隊として活動しているそうです。津南も、もっと隊員が増えたら、私も心強いですし、それが町おこしにつながるのかなあと思っています。

津南の地域おこし協力隊第1号になつたわけですが、何をやるにしてもまだ、手探りです。ほかの地域に入っている協力隊の方にどういった活動をしているか、聞いてみたいなあと思っています。



当時泊まったかたくりの宿の管理人さんには今もお世話になっている



facebook やブログでも積極的に情報を発信している

そんな中始めたのが、「けっとうしんぶん」や「Facebook」などの広報活動だ。やはり情報発信は大切だ。今の私に何が出来るかはまだ漠然としていますが、この津南のゆつたりとした時間が好きです。とにかくいろいろなものに参加して、まずは津南を知っていく事からはじめたいです。

今は、結東を中心として、秋山郷の地域おこしをお手伝いしていますが、ゆくゆくは津南町各地にこういった協働体制が出来ればいいなあと思います。

どうしたら、この津南の良さを、もっと多くの人に知ってもらえるのか。試行錯誤の日が続きますね。

の載り情報
暮らしの満
暮情報

見て・知って・得をする！ かわらばん



応急手当講習会を 開催します

十日町地域消防本部では、地域の救命率向上を目指し、毎月、応急手当講習を開催しています。

- 会場 十日町地域消防本部 三階講堂
- 救命入門コース
- ・日時 7月9日(火)・10日(水)・11日(木)
- 申し込み・問い合わせ
十日町地域消防本部
TEL 757・1558

※詳しくは毎月「お知らせ版・わが家の生活力レンダー」に掲載しています。

狂犬病予防注射は お済ですか？

狂犬病予防法で、毎年1回狂犬病予防注射を受けることが義務付けられています。平成25年度の集合注射は終了しましたので、まだ未接種の場合は、早めに動物病院で接種してください。

■予防注射ができない場合
病気や高齢により健康に不安がある犬、体調が悪い犬は予防注射を接種すること

ができない場合があります。獣医師が狂犬病予防注射の接種不可能と判断した場合は、獣医師発行の「狂犬病予防注射実施猶予証明書」を税務町民課へ提出してください。

- 犬が死亡した場合
税務町民課へ届出が必要です。認印と鑑札(犬を登録した際に交付されたもの)・注射済票をお持ちのうえ(紛失の場合はなくても可)、お越しください。
- お問い合わせ
税務町民課 町民班
TEL 765・3113

つつが虫病に 注意しましょう

新緑の頃やお盆過ぎ、更には晩秋まで注意が必要です。つつが虫病とは、つつが虫病は、産まれながらに病原体を持つている特別なツツガムシの幼虫に刺され、ヒトの体内にその病原体が入った時に発病する感染症です。

初めの症状は、ひどい風邪とよく似ています。体がだるく、食欲がなくなり、

次いでひどい頭痛や、さむけと共に、39度以上の高熱が出てきます。4、5日目になると、胸や背中から腹部にかけて赤褐色の直径2〜3ミリメートルの発疹が現れ、その後、腕や顔にも増えていきます。この頃までに適切な治療を受ければ、早々に熱が下がり、早く治ります。しかし、治療が遅れたり適切でないときは、高熱が続く、肝臓や腎臓の機能が侵され、脳炎の様な症状が起こることもあります。重症化すると、数カ月間の入院が必要となったり、死亡してしまうこともあります。

■つつが虫病の予防について
ツツガムシは身体に取り付いても、すぐに吸いつくのではなく、適当な場所を探し回ります。また、病原体が体内に入るまでには、6〜10時間近い時間がかかります。この時間を利用して、衣類や身体についているかもしれないツツガムシを取り除くのが有効です。

- ツツガムシは大きさ03ミリメートル以下のごく小さい虫で、肉眼で見つけることはほとんど不可能です。次のとおり注意しましょう。
- ・田畑、山林、河川敷等では、できるだけ素肌を出さない。
- ・帰宅したときは早めに着替える。
- ・着替えた衣類は室内に持ち込まない。
- ・または、すぐ洗濯する。(着替えた衣類からはい出たツツガムシが、家族に取り付くおそれもあります。)
- ・山林、河川敷等から帰宅したときは、

速やかに入浴し、念入りに身体を洗います。刺される前に洗い流してしまうのが決め手です。

■症状が出たら
田畑や、やぶ等に入った1〜2週間後に高熱が続いたり、全身に発疹が現れたり、特有の刺し口を見つけた場合は医療機関に受診しましょう。

■お問い合わせ
福祉保健課 健康班
TEL 765・3114



ツツガムシ特有の刺し口

平成25年度 第2回認知症相談会

今年度2回目の専門医による認知症相談会を開催します。

相談を希望されるかたは事前に福祉保健課保険班までお申し込みください。

- 日時 7月18日(木) 午後1時〜4時
- 会場 津南町役場
- 相談対象者 本人及び家族
- 相談医師 ほんだ病院院長 稲月 先生
- 相談料 無料
- 申込締切 7月11日(木)
ただし、定員(4名)がありますので、定員になり次第、締め切らせていただきます。
- その他 今年度、同相談会をあと2回予定しております。
- お申し込み・お問い合わせ
役場福祉保健課保険班
TEL 765・3114

警察官募集

警察官を次のとおり募集します。

■受付期間

7月5日(金)～8月15日(木)

■試験日程

第1次試験 9月22日(日)

■受験資格

○警察官A(大学卒業者)

昭和58年4月2日以降生まれで、大学卒業者または平成26年3月31日までに卒業見込みの者

○警察官B(大学卒業者以外)

昭和58年4月2日～平成8年4月1日までに生まれた者で警察官Aの受験資格がない者

■採用予定日 平成26年4月

■お問い合わせ

十日町警察署(☎752・0110)または新潟県警ホームページをご覧ください。

2013年度のお得な国策を案内!! 2013年度 住宅補助金制度セミナー

今年の住宅の補助金制度の目玉である『木材利用ポイント事業』と『地域型』ブランド化事業』と『ふるさと越後の家づくり事業』を中心に、その他お得な補助金について丁寧にご説明させていただきます!!

これを聞かないと損するかもしれません!!是非この機会に、ご参加ください!!

■日時 7月13日(土) 午後1時30分～3時

■場所 サンクロス十日町 2階視聴覚室

■参加費 無料

■人数 先着42名

■お問い合わせ

魚沼木材協同組合

☎757・8657

第7回ほくほく探検隊 参加者募集!

特別列車「ゆめぞら」に乗って、ほくほく線をまるごと探検しよう!

●保護者の皆様へ

「ほくほく探検隊」は、地域の未来を担う子どもたちに地元の鉄道「ほくほく線」の歴史と存在意義を楽しく学んでもらい、将来にわたって利用していただきたいと願って、新潟県十日町地域振興局が開催しています。

北越急行株式会社のご協力により、普段はみる事ができない見学体験を用意いたしました。ぜひいっしょにご参加くださいませよう、お願い申し上げます。

■開催日 7月20日(土)

■集合時間

しんぎ駅…午前9時

十日町駅…午前9時

まつだい駅…午前9時30分

■解散時間 集合駅に戻って解散します。

しんぎ駅…午後3時29分

十日町駅…午後3時31分

まつだい駅…午後3時45分

■参加できる人

十日町市と津南町の小学生

※かならず保護者といっしょに参加してください。小学生未満のお子様は参加できません。

■参加費 ※『お弁当』付き!

大人 2,100円

小学生 1,400円

■人数 45組(90人)

※申し込みが多数のときは抽選となります。

■お申し込み締め切り

7月5日(金)

■お申し込み・お問い合わせ

新潟県十日町地域振興局 企画振興部

☎757・5517

高校卒業予定者の 求人はハローワークへ

新潟労働局・ハローワークでは、新潟県ほか関係機関と連携して、6月7月を「学卒者求人確保強化月間」と定め、平成26年3月新規学卒予定者及び未就職卒業者を対象とする求人の確保を強化することとしています。

事業主の皆様におかれましては、学卒者の応募機会の拡大についてご理解とご協力をお願いします。

■お問い合わせ

十日町ハローワーク

☎757・2407

平成25年8月採用 津南地域衛生施設組合臨時職員募集

■職種及び採用予定人員

ごみ処理施設運転補助員 1名

■応募資格

(1)普通自動車免許を有する者

(2)パソコンでワード・エクセルの基本操作ができる者

■採用の方法 書類審査及び面接

■面接期日

7月中旬に津南地域衛生施設組合口で実施する予定です。面接の日時、場所については決定次第受験者に通知します。

■申込期間及び場所

(1)申込期間

平成25年6月20日から平成25年7月10日まで

日まで

※郵送の場合は、締切日の消印のあるものまで有効として受付します。

(2)申込場所

新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡戊2013番地
津南地域衛生施設組合 総務係

☎765・3495

■受験手続

(1)申込方法

市販されている履歴書に所要事項を記入、押印し、写真縦4cm横3cm6ヶ月以内に写した物1枚を貼り提出してください。

※この試験の実施に際して収集する個人情報、この採用試験のために必要な範囲のみ利用します。

NEWS
01

いざ、という時の備えに

— 5月22日 信濃川水防訓練 —



つなん まちかど スケッチ

Tsunan Event Sketch.



津南町十日町地区の防災活動の一環で、消防や消防団と合同で水防訓練を実施しました。大雨による河川の氾濫や堤防の決壊を想定し、毎年1回大規模な訓練をしています。

NEWS
02

リアルスプラッシュマウンテン! 水が気持ちいい!

— 6月9日 第4回千曲川信濃川リバーフェスティバル —

今年で4回目を数えるこのイベント、もともとは水量の少ない川にサケが上ってこれるように川を見つめ直そうという取り組みから生まれました。

栄村の横倉から津南の下船渡本村までのコースは、川幅の狭い急流とそれによって削られた断崖で出来ています。水面から見上げた景色は、普段見られない風景の連続です。来年はみなさんもいかがですか？



岨滝(そたき)の崖壁付近を通るラフティング



難所を越え、笑顔を見せる参加者たち(上郷逆巻付近)



急流を乗り越え、ゴールを目指す(下船渡本村付近)

6月は運動会月間！

— 各地で熱い戦いが繰り広げられました —

芦ヶ崎小



みんなで祝った140周年

外丸小



保護者も騎馬として加勢する騎馬戦

中津小



地域の方も大勢参加したじゃんけんボーリング

芦ヶ崎小



こどもにだって負けてない！地区対抗大人の本気リレー。優勝は赤沢チーム

上郷小



長距離走は保護者と一緒に走ります

津南小



力走する1・2年生と、それを見守る先輩達

中津小



借り物競走で突如あらわれた異星人におじいちゃんも啞然

中津川運動公園 インフオメーション

町公民館では、中津川運動公園を会場に運動不足の解消や町民の交流を図るために、イベントを企画しています。たくさんの方の参加をお待ちしています。
参加申し込みや問い合わせは総合センター（TEL765・5776）へお願いします。

ゲートボール愛好者全員集合!! 町民健康づくりゲートボール大会

町内ゲートボール愛好者が一堂に会し、競技を通じて健康、体力づくりと親睦を深めませんか。参加チーム大募集です。

■日時

7月16日(火)午前8時30分

■会場

中津川運動公園(荒天時：サンビレッジ)

■チーム編成

・原則として集落単位とするが、近隣集落でチームを組むことも可能

・1チーム、競技者5名以上7名以内

■参加費

1チーム 1,000円

■申込締切

7月8日(月)まで。

■その他

当日、希望者には保健師による血圧測定を行います。

新しいコースを駆け抜ける!! 町民マラソン大会参加者募集

今年の町民マラソン大会は、新しくなった中津川運動公園を舞台に、津南中等教育学校を発着とする新しいコースです。走る距離も昨年とは少し変わりますが、日頃の練習の成果を試す絶好のチャンスです。川風が心地よい運動公園内を駆け抜け、気持ち良い汗を流しましょう。

■日時

7月14日(日) 午前9時～選手受付

9時30分～開会式

津南中等教育学校及び中津川運動公園

■会場

津南中等教育学校及び中津川運動公園

9時30分～開会式

■種目

小学生1・2年男女 1.5 km

小学生3・4年男女 1.5 km

小学生5・6年男女 1.5 km

中学生・高校生・一般 2.5 km

一般(高校生を除く) 1.5 km

一般(高校生を除く) 1.5 km

■参加費
500円
■申込締切
7月5日(金)まで

日頃の運動不足を解消?

壮年・婦人ナイターソフトボール大会

野外でスポーツに親しむ機会の少ないお父さんお母さん、ソフトボールで体を動かして汗を流してみませんか?

■日程

7月22日(月)～24日(水)

予備日：25日(木)・26日(金)

※参加チーム数により2日間で終了することもあり

中津川運動公園野球場

町内在住者で男子40歳以上の者、女子は既婚者又は30歳以上の者。

■会場

中津川運動公園野球場

■参加資格

町内在住者で男子40歳以上の者、女子は既婚者又は30歳以上の者。

■チーム編成

・原則として集落単位

・試合中は9名のうち3名以上の女子を必ず含むこととする。

■参加費

1チーム 1,000円

■監督会議及び抽選会

7月18日(木) 午後7時30分

津南町総合センター

■申込締切

7月12日(金)まで。

予告!!



8月4日(日)は中津川運動公園へ!

陸上長距離 マラソンで 有名な千葉真子さんがやって来ます。

当日は講習会や楽しいイベントが盛りだくさん!!

詳細は7月5日に配布予定のチラシをご覧ください。

病院歳時記

熱中症にならないために脱水への対策

町立津南病院 石川 眞一郎

熱中症の季節となりました。汗をかいて水分が失われると血液はドロドロとなり血管が詰まりやすく、重大な病気を起こしやすいと言われていきます。脱水は「熱中症」の前触れですが、高齢の方はのどが渇かないことが多く、意外と脱水に気づきません。トイレへ行く回数が減る、血圧が下がる、脈拍数が増えるなども重要な目安ですが、一番わかりやすいのは体重減少です。

そこで毎朝、体重測定を励行して下さい。普段の快調な時の体重を、必ず記録に残しておいてください。その値よりも減っていたら、その日は何度も体重計に乗り、目標に近づくまで水分、塩分の補給をして下さい。体重が1キログラム減少していたら、1リットルの水分が失われています。大地に散水してもすぐ乾いてしまうことからわかるように、自分では充分補給したと思っ

ていても不足していることが少なくありません。塩分の補給は梅干し、塩昆布、漬物、煎餅、味噌汁、昆布茶などで良いでしょう。

ただし、普段から塩分や水分の制限を示されている方では、目標体重に復帰したら、厳しい塩分・水分制限を復活させてください。

年金コーナー

【年金記録の確認について】

(黄色の封筒)が届いていたら...

4 月号のこのコーナーでもお知らせしましたが、年金機構から黄色の封筒が届いている方は、ぜひとも開封をお願いいたします。年金機構が管理している持ち主がわからない年金記録について、氏名、生年月日、性別等が一致していて、持ち主の可能性が高いかたに『あなた

の記録ではないですか?』とたずねる内容のお手紙です。これらの記録が確かに自分のものと確認が取れると、年金額に反映されます。手紙には、加入期間が書かれています。昔の記憶をたどるのは簡単なことではないですが、次のようなことがわかれば、ご記入いただき、返送していただきたいと思えます。

- ◎ その期間にお勤めしていた会社名
- ◎ その期間の勤務地や住んでいた場所

これらがわかればベストですが、例えば、具体的な会社名を憶えていなくても、建設会社といった、織物関係の会社だった、などおおよその職種でも結構です。また『東京の〇〇区あたりの会社』『転勤で千葉に居た頃と一致する時期』など、記憶していることを全て記入してください。

返信後は改めて年金機構から通知がきますのでお待ちください。何枚も文書が入っていると億劫になってしまうかもしれませんが、役場の窓口や年金相談でも対応しますのでご利用ください。

【お問い合わせ】

- ・ 六日町年金事務所
TEL 025-716-0802
- ・ 税務町民課町民班
TEL 765-3113

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、このコーナーでご紹介します。(敬称略)

- 4200日 藤ノ木キミ(堂平)
- 4100日 桑原ミサオ(豊郷)
- 3800日 中村子エ子(堂平)
- 1300日 中島陽子(陣場下)
- 1200日 大倉榮子(小下里)、大倉欽一(小下里)
- 1100日 大倉一郎(小下里)
- 900日 大倉マツイ(小下里)、大倉健一(小下里)
- 500日 福原孝子(外丸)
- 400日 涌井和子(割野)
- 300日 上村夕季(小下里)
- 200日 渡辺秀子(正面)、久保田ナツ(小下里)、高橋幸枝(秋成)
- 100日 板場基(割野)、大倉乙都(小下里)

主な運動:ラジオ体操、体幹トレーニング、水中運動、健骨体操など

議会コーナー

<実施された行事>

- [5月]
 - 24日 新潟県特別豪雪地帯市町村協議会総会(三条市)
 - 28日 全国町村議長・副議長研修会(東京)
- [6月]
 - 4日 議会運営委員会
 - 4日 全員協議会
 - 12日 平成25年第2回津南町議会定例会開会
 - ~14日 県外視察(総文福祉常任委員会)
 - 20日

<今後予定されている行事>

- [6月]
 - 25日 新潟県議長会臨時総会(粟島浦村)
 - ~26日
 - 28日 十日町地域広域事務組合議会臨時会
 - 29日 町消防団新団旗樹立式
- [7月]
 - 12日 全員協議会
 - 16日 津南地域衛生施設組合議会
 - 18日 会津美里町議会視察来庁



「おいで、一緒に行こう」

森 絵都 / 著 文芸春秋 ¥1,150円(税別)

残された動物を救うべく、原発 20 キロ圏内へ向かった女性たち—被災地に無償の愛を注ぐ人々の姿を描く。

梅雨の時期になりました。雨が降り、外出する気分でないときは本を読んでみませんか？

さて、今月の1冊では、今なお続く、原発問題を取り上げた1冊を紹介しました。単身、福井県や東京都から飛び込み、人の見たくない部分に触れ、何度も泣きながらも必死で命と向き合う彼女たち。裕福というわけでもなく、母親でもありません。それでも助けるために行動する。考えさせられる1冊です。

次は、この時期に読みたい本を紹介しつづけます。

『おこだでませんように』

くすのき しげのり / 作 小学館

小学校1年生の主人公は、家でも学校でも毎日怒られています。そんな主人公の七夕の願い事は…。作者の体験がもとになっている絵本です。



ケネス・グレアム / 作
中川千尋 / 訳 徳間書店

雨やどりで寄った図書館。カタツムリを追いかけて奥へ奥へと進んでいくと、そこには部屋の中なのに雨が降る「雨ふる本屋」がありました。本はすべて雨でできているのだといえます。雨が降らなければはじまらなかった冒険の物語です。

『のんきなりゅう』



日向 理恵子 / 作 童心社

さわやかな夏の午後にお散歩をしていると、人々に恐れられている竜と出会います。ですが、この竜は他の竜と違って…。イギリスで100年以上読み継がれてきた竜と男の子の心温まる友情物語です。

図書室カード再発行手数料について

図書室カードが新しくなりました。



新規利用者については無料でカードを作成しますが、再発行は200円の手数料が掛かりますのでご了承ください。

今までのカードをお持ちのかたは、そのままお使いいただけます。

休館日

6月24日・7月29日

休館日は毎月最終月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日火曜日)となっております。

Pen Relay

本とわたし

井ノ上 朱里さんから紹介する本

『ながい坂』

著者/山本 周五郎 出版社/新潮文庫

飯吉 俊郎さん(谷内ファームハイツ)

この度、私が紹介させていただく本は、時代小説です。

私と時代小説との初めての出会いは、中学生の時です。父が誕生日の時にプレゼントしてくれました。それまでは、活字を敬遠しがちでしたが、それからは、夜ふかしをしまつほど、本を読むことが好きになりました。

今では読書は趣味の一つです。そのおかげで、多くの小説と出会ってきました。その中でも特に私が好きなのは、山本周五郎の『ながい坂』です。

『ながい坂』の主人公小三郎は、下級武士の生まれでしたが、本人の意志と努力で城代家老にまで出世します。

主人公の小三郎が、「出世したい」と強く心に決意したのは、八歳の時の出来事でした。いつも釣りに行く途中で渡っていた橋が、その脇にある家老の家の都合で取り壊されてしまったのです。

短歌

砂丘

五六羽の白き翼のゆうゆうと
 蒲原平野を北に飛びゆく
 嫁ぎたるわが住む津南の山山を
 見ぬまま父は早く逝きたり
 トンネルに車列のランプ赤く続き
 黒き海へと引き込まれゆく(東京湾トンネル) 恩田 久美子
 車椅子に座りし義母に手際よく
 君は着付けし帯締めくれぬ(孫の結婚式) 丸山 直子
 雪残る櫛の林の小径ゆき
 絵の中の赤のふかき語りぬ
 求めたる竹ざるはややいびつなれど
 心はづみて生蕎麦を盛りぬ
 白寿なる紫田トヨさんの詩集読み
 「くじけないで」に勇氣貫へり
 父亡き後わが頼り来し叔父逝きぬ
 体の一部剥き取らるごと
 一日づつ編みてマフラー作るわれ
 思ひは熱くバザーに参加す
 庭の椅子にゆつくり腰かけ骨密度
 低き体に春陽浴びる
 田植済みたる水面に隣り家の
 灯二つと赤き月映ゆ
 指揮棒に合はせぬごと蛙鳴き
 代掻きし田に風渡りゆく
 小さき灯の連なり遠く延びゆきて
 島の汀(なみ)の形を成せり

貝澤 圭子
 関谷 郁子
 久美子
 直子
 恒代
 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

山吹の色鮮やかな黄と緑
 コップに差しぬ一枝折りて
 春の風いまだ冷たく弱き陽に
 しかと耐え咲く黄木蓮の花
 コルセットひねもす付けて早や五年
 間欠跛行(はこ)変ることなし
 夕暮れの淡雪降る中白鷺の
 低く大きく飛び立ちて行く
 南天の枝の茂みの雀の巢
 観察するよと子等意気込みて
 個人……
 暖かき心つつまれ職員と
 ホームの暮らし明るかりけり(ネット平会) 清水 貞子

岩すげ俳句会(五月)
 余生などなく畑を打つ種を蒔く
 上棟の重機の伸びる春の空
 桜散る逆縁の子の七七忌
 葉桜や喜寿を最後のクラス会
 轉りを聞き分けてゐる目覚めかな
 声高の方が我が家に来る燕
 決めかねてゐる献体や月朧
 初音かと朝刊に眼鏡おく
 こころもち上着大きめ入学児
 黄水仙問ひかけるよに風にゆれ

富沢 キミ
 板場 寛
 滝沢 義正
 柳沢 チヨ
 島田 眞之
 渡舟
 芳司
 酔花
 冬詩子
 貞
 兎月
 れい子
 房良
 妙
 壽子

その日以来、小三郎は学問と武芸に精を出します。子供にとつて動くはずがなく、いつでも渡れると信じていた橋が家老の家の都合で取り壊されたこと、またそれを誰も非難しなかったことが許せなかったのです。「こういう事が平然と許される世の中を変えたい」という一心で武芸と学問に精進します。

小三郎の努力のいかにもあつて異例の出生世を続ける主人公ですが、その度に重圧にくじけてしまひそうになります。しかし小三郎は「おれは、自分で選んだ道を自分の足であるきだしているんだ、なにが重荷だ、」と自分を叱咤します。そうしてついに小三郎は、自分の選んだ道、長い坂を登りつめます。

小三郎の自分の人生に対する責任感、「自分の選んだ道だから」とい聞かせてあらゆる困難を受け入れる前向きな責任感に、私は感銘しました。「ながい坂」は私にとつて大切な本です。これからも大切に読みたいと思います。

次は、小杉卓生さんをご紹介します。



地域包括支援センターです

「みんなの介護保険」

①

介護保険制度の紹介

平成12年からスタートした介護保険は、高齢者のかたを中心に広く認識されていますが、制度の具体的な中身については、まだまだ認識されていないのが現状です。そこで、介護保険についてあらためてご案内していきたいと思えます。

☆介護保険のしくみ

介護保険は、みなさんがいつまでも安心して暮らせるようにするための制度です。40歳以上のかたが加入者として保険料を、国・県・市が法で定められた負担分を出し合い、介護を必要とするかたがサービスを利用できるしくみになっています。

○介護保険の被保険者は、年齢で2つに分けられます。
・65歳以上の方（第1号被保険者）

現在の状況がよくわかる家族などでも大丈夫です。
65歳以上のかたは介護保険証をお持ちください。

40歳～64歳（第2号被保険者）のかたは、介護申請が可能な病気（特定疾患）かどうかまずは事前に電話などで確認いただき、該当するようであれば、現在加入している医療保険証をお持ちになり、申請してください。

○要介護認定
介護が必要かどうかの審査・判定が行われます。

・訪問調査
町の認定調査員が自宅などを訪問し、全国共通の調査票をもとに本人や家族から、心身の状況や介護の状況について聞き取り調査を行います。

・主治医意見書
かかりつけ医（主治医）から心身の状態について意見書を作成してもらいます。（町から依頼します。）
・一次判定
調査票や主治医の意見書の結果をコンピューターに入力して一次判定を行います。

・二次判定
十日町市と共同で設置している介護認定審査会にて一次判定の結果などをもとに最終的に審査・判定します。

○認定結果
申請してからおおむね30日以内に介護認定結果通知書と認定結果が記載された介護保険証が送付されます。

結果が送られてきましたら、「要介護状態区分」「支給限度額」「認定の有効期間」、あわせて送付される添付書類を確認しましょう。

「要介護状態区分」
非該当から要介護5までの結果が表示されます。

「支給限度額」
在宅で介護保険サービスを利用する場合、要介護ごとに1ヶ月に利用できる限度額が定められています。限度額を超えてサービスを利用したときは、全額自己負担となります。

また、サービス利用にかかる食費や居住費は全額自己負担となります。

「認定の有効期間」
認定の有効期間は『6か月』の場合と『12か月』の場合があります。

○要介護状態区分、支給限度額は下記のようになっています。

・要介護状態区分と支給限度額
※支給限度額は保険給付（9割）と自己負担（1割）を足した金額となります。

要介護状態区分	支給限度額(1か月)
要支援 1	49,700円
要支援 2	104,000円
要介護 1	165,800円
要介護 2	194,800円
要介護 3	267,500円
要介護 4	306,000円
要介護 5	358,300円

次回は、実際に介護サービスを利用する際の手続きや介護保険サービスの種類などについて紹介する予定です。

は〜い
保健師
で〜す



熱中症をあなたでなくならせよう

み なさんはじめまして。この4月か
ら保健師になりました。樋口清蘭
(ひぐちさやか)と申します。一日でも
早く、皆様のお役に立てるような保健師
になりたいと思いますので、どうぞよろ
しくお願いいたします。

さて、日が長くなり、カエルの鳴き声
もあちらこちらから聞こえてきて、夏の
訪れを感じる今日この頃ですが、体調は
いかがですか。

これからの時期に気をつけなければい
けないのは、やはり熱中症です。熱中症
の発生は7〜8月がピークで、梅雨明け
など急に暑くなった日は危険性大です。
熱中症を防ぐためのポイントをおさえて、
暑い夏を乗り切りましょう！

※こまめな水分と塩分補給

のどの渇きを感じたときには、すでに
かなりの水分が失われています。のどが
渇く前にこまめに水分を補給しまし
ょう。また、汗をかいた時には、スポ
ーツドリンクなどで塩分も補給しまし
ょう。

※疲れがたまったら要注意

疲れがたまっていると体の体温調節がう
まくいかに、熱中症になりやすくな
ります。体調の優れないときは無理をせ
ず、しっかりと休息をとるようにしまし
ょう。

※屋内にも危険は潜んでいる

実は、日常生活で起こる熱中症の約半
数は、室内で起きています。窓を開け
たり、クーラーをつけたりして室温を下げ
ましょう。節電も大切ですが、我慢し
すぎず、快適な温度で過ごしましょう。

※熱中症かな？と感じたら

めまいや立ちくらみ、筋肉のこむら返
り、拭いても拭いても汗が出る…こんな
症状が出はじめたら、涼しい環境に移動
しましょう。水分・塩分を補給し、首筋・
脇の下・股の付け根を冷やしてください。
さらに頭痛や吐き気、だるさなどの症状
が現れたら、すぐに医療機関を受診しま
しょう。

対応が遅くなると、命をおとす危険も
ある熱中症。周りの人とお互いに注意し
あいながら、熱中症を予防していきま
しょう。

健康づくり ア・ラ・カルト

自分自身の健康管理に 役立ててみませんか？

〓 健骨体操指導者・水中運動アシスタント 募集の案内 〓

町 では寝たきり0事業
の一つとして水中運
動教室・健骨体操教室を
実施しています。

高齢になっても自分の事
が自分で出来る生活を続
けるために、筋力や骨力の低
下を防ぎ・認知症を予防す
ることもできる体操として勧め
ていることのできる体操として勧め
ています。

町ではこれらの体操を実施する上
で、お手伝いいただく健骨体操指導者と水
中運動のアシスタントを募集しています。
現在活躍して下さっているお二人の
声をご紹介します。

〇健骨体操指導者 小島伸子さん

「自分で膝を痛め100日間の入院
をし、筋力が低下していました。そん
な時健骨体操の話があり自分自身が元
気になりたいと思い、指導者養成講座
を受けました。実施している中でこの
体操が体に良い事を実感しました。具
体的には膝に水が溜まらなくなり、風
邪をひきやすかったが今はめつたにひ
かなくなりました。また、代謝が良
く

なり冷え性も気にならなくなりました。
教室のなかで自分自身の体験を通して、
骨も筋肉もいくつになっても変わって
いく事を伝えていきます。

まず自分自身が元気になりたい人に
お勧めしたいです。」

〇水中運動アシスタント 樋口美智子さん
「60歳のころお話しがあり、自分自身
の健康づくりのために始めました。人
生経験豊富な参加者の皆さんや、若い
ちとの会話は、自分の知らない知識を
得る場となり、とても勉強になります。
教室のなかで行っている健骨体操は、体
で覚え、ひとりでも行えるようになり
ました。仲間と一緒に楽しく続けてお
り、生活の張りになっています。」

関心のある方、実施してみたいとい
うかたは左記までご連絡ください。
【問い合わせ・お申し込み】

参加要件 町内在住の20代から60代のかた
申込み締切り 平成25年7月10日
申込み先 福祉保健課健康班

健骨体操・水中運動担当

TEL 765-3114

6月は「食育月間」です。

毎年6月が「食育月間」と定められ、食育に対する理解を深め、健全な食生活を実践する人を育てる食育の推進が求められています。

食育って？

食育基本法では次のように位置づけられています。

- 生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきものです。
- さまざまな体験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

子どもたちをはじめ、私たちが心身の健康を保ち、生涯にわたっていきいきと暮らすためには、何よりも「食」が大切であり、生きる上での基本となります。そして、家族で食卓を囲みコミュニケーションをとることで、食事が楽しい団らんのある場となり心も満たされます。

津南町は、豊かな自然の中で、おいしい津南産のコシヒカリをはじめ、高原野菜や山菜、きのこなど四季折々の食材がとれます。こうした地元の食材を使用し

ながら食卓を彩ることにより、安全で季節感のある、より豊かな食事を作ることができます。

このようなことから、町民一人ひとりが生活習慣をはじめ、「食」について改めて意識を高め見つけ直し、健全な食生活を実践する力を身につけることが大切です。

食育の日(19日)

のぼり旗を掲げます

食育に関心を持っていただけるよう、さまざまなお店でのぼり旗を掲げます。



食育の日を知っている人は56%
まだまだ知らない人が多い実態です。

食生活改善推進委員による「親子クッキング」

保育園児と保護者を対象に実施しています。園で収穫した野菜を使ったり、簡単にできるおやつや料理を作ります。子どもたちは、野菜の皮をむいたり包丁で刻んだりフライパンで炒めたり。みんなで一生涯命作って、できあがったものは嫌いな野菜もペロリと食べられます。



目がいた〜い！と言いながら、
玉ねぎのみじん切りも
がんばります！

早寝・早起き・朝ごはん！ 「朝ごはん食べていますか?」

忙しい朝ですが、これから一日ががんばるための活動エネルギー源を補給しましょう。

朝ごはんは元気のもと

- 脳に栄養(エネルギー源)を送ります。
- 体温が上昇し、体が目覚め、活発に活動しやすくなります。
- 便秘予防
- 早起きの生活リズムの確立

小さい時から規則正しい生活リズムと食習慣を身につけることが大切であり、小・中学校では、バランスのとれた朝ごはんを食べることを習慣づけるため「朝ごはん食べたカード」に取り組み、保育園でも早寝・早起き・朝ごはんの取り組みを行っています。

お父さん、お母さん朝ごはん食べてる？

しかし、近頃は、お父さん、お母さん、20代から40代の働き盛り世代の欠食が多い実態があります。子どもだけでなく、家族みんなが「朝ごはんを食べる」ことを習慣づけたいものです。

今日はお父さんも一緒に調理をします。



Tapで いこう!!

Tap(タップ)始動

Tapの活動は体を動かす事業だけでは
ありません。心を落ち着かせて趣味を見
つけてみませんか?

届けたい。あの人に:
はじめての「絵手紙教室」開催

「絵手紙に興味はあるけど、絵心ないし
なあ...」そんな方のために初心者向けの
絵手紙教室を開催します。

自分の想いを絵と文字にして大切な
人に心を込めて絵手紙を描いてみませんか?
みなさん、お気軽にご参加ください。

■日時 ①6月27日(木) ②7月4日(木)
両日ともに19時30分〜21時

■場所 町文化センター 1階研修室

■料金

Tap会員…ピンクまたは黄色チケット
ト1枚+300円
非会員…800円

■定員 各回15名

■内容 絵手紙の基礎を学び、暑中見舞
いの絵手紙を5枚作成します。

■持ち物 絵手紙を持ち帰る袋・描いて
みたいもの(夏野菜・花など)

■締切り ①6月24日 ②7月1日

■申込み問合せ
NPO法人Tap事務局(総合セン
ター内)TEL765・5776



絵手紙には季節の野菜や花を題材
にして言葉を添えます。

各保育園で親子の体力づくりに
取り組んでいます

Tapは町で行っている「いきいき大好
き津南町推進委員会」の活動である「幼
児体力づくり教室」と「親子元気アップ教
室」に協力しています。

子どもたちは青空の下、津南の自然を
感じ、ダイナミックにそして元気いっぱい
に遊んでいます。

Tapではそんな子どもたちと家族を
フォローアップするため独自に「キッズわん
ぱくランド」を開催します。この機会に子ど
もといっしょにおもいっきり遊びましょよ。

■日時 6月27日(木)、7月11日(木)
16時30分〜17時30分

■会場 総合センター

【えいごであそぼよ】

■日時 6月30日(日)、7月7日(日)
10時〜11時

■会場 総合センター

津南石造物散歩

193

つまり石仏の会

文責 桑原和位

オカネサマ(庚申供養)五

昔は大きな集落では、いくつもの庚申
講中がありました。その集落では、オオ
ド・コド・マゴドなどと呼んでいました。
「オオド」と呼ばれる講中では、膳椀を収
納する箱の扉に、「大頭」とか「大戸」とか
「大徒」とか「大当」と墨書きされていたの
を見せられました。その折に、大頭は
集落で早く庚申講中を立ち上げた集まり
であり、比較的裕福な家の集まりであつ
たことから、旦那衆の講だと話され、つぎ
にできた講中は「コド」となるとの事でした。
また、オカネサマを「モル」とも話され
ました。モルとはどんな漢字を当てての
かお聞きしましたら、およそ次の「守る」
と「盛る」二つになりました。守るは信仰
心を強調したのでしようし、盛るはオカ
ネサマの賑わいを表現したのでしようか。
庚申供養の両面を表現したものとして適
切な言葉でしょう。

書に書かれているのを読みました。
庚申供養を言葉から尋ねてみますと、
昔から信仰の深さを短い言葉で適切に表
現してきたものだと思つて思いました。
日本では、ずっと昔から今日まで干支
によって年月日を数える習慣があります
が、庚申はその中のカノエサルの日を、親
類や親しい友の家に寄り合つて、徹夜で
祭りをしてきました。

干支の庚申(カノエサル)の日が庚申供
養の日です。61日目ごとに廻つて来る日
を「庚申様を守る(盛る)」と呼んでいたよ
うです。また、この日を「庚申様の当たり
日」とも呼んでいました。その年の最初の
庚申日を「初頭(ハツド)」と呼び、初春の
めでたさの中の庚申供養であり、一年最
後の庚申供養を「シマイド」と呼び、1〜
2品御馳走を盛つたものだと、先達の著

僅か7〜8十年前までは、庚申日の夜
の集まりは大きな行事でした。集落では
主だった家々は参加していました。その
日は勤行の後は夜どおし眠らずに話を
したり、物を食べたりにして明かすので
から、女や子どもにも忘れられない日で
あつた事でしょう。

現在では、オカネサマを祀る講中は、祭
祀の仕方が変化しつつも、ごくごく少な
くなつてしまいました。

青面金剛



津南町 船山



農村地域生活アドバイザー 阿部 和子 (美穂)

皆さん、こんにちは。山々が色濃くなって農業の忙しい季節になってきました。

新企画がスタートしましたが、私は食にこだわりたいと思い、料理レシピを書きます。

今回紹介するのは、野菜を使用する「塩ケーキ＊ケーキサレ＊」です。ポイントは、今が旬のアスパラが入ることです！

「ケーキサレ」とは

フランス料理の一種。塩味のケーキのこと。(お惣菜ケーキ、甘くないパウンドケーキ。)おやつではなく、食事の一部として温かい状態で食されることが多いようです。

甘くないケーキなので、現代の健康ブームにピッタリかもしれません♡

【材料(20cmのパウンド型1個分)】

玉ねぎ50g、パプリカ(赤)80g、ベーコン100g、オリーブ油小さじ1、塩小さじ1/4、粗びき黒こしょう少々、アスパラ150g、卵3個、【A】塩小さじ1/2、サラダ

油50cc)、【B】ピザチーズ50g、粉チーズ30g)、【C】米粉150g、ベーキングパウダー小さじ1/2]

【作り方】

- ・(1)玉ねぎ・パプリカ・ベーコンは1cm角切りにする。
- ・(2)フライパンにオリーブ油を熱して(1)を入れる。塩、黒こしょうをしてしんなりするまで炒める。
- ・(3)アスパラは少し斜め切りにし下ゆでをする。
- ・(4)Cを合わせてふるっておく。
- ・(5)ボウルに卵を溶きほくしてハンドミキサー(または泡だて器)で白っぽくなるまで混ぜる。Aを入れてさっと混ぜ合わせ、Bを加えてさらに混ぜる。
- ・(6)Cと(2)(3)を入れて、ゴムべらでさっくり混ぜ合わせる。
- ・(7)型にオリーブ油(分量外)を塗って(6)を流し入れる。180度のオーブンで45分ほど焼く。途中、表面に焼き色が付いたらアルミホイルをかけて焼く。季節の野菜を入れることでケーキと言うより食事としても食べられます。ためしてみてくださいね♪

昨年12月の広報つなびに、津南町の若い人の未婚化、晩婚化について結婚相談員と広報担当者として協力し特集を掲載しました。皆様もお読み頂いたと思います。25歳から45歳の町民のうち、約4割が独身で、男性は二人に一人、女性は三人に一人が独身という結果でした。

一般的な要因として、若者の仕事や収入が安定していないことがあると言われていますが、それだけでなく、比較的安定した仕事や収入があっても未婚、晩婚化は進んでいます。

特に津南町では、独身者の男性512人に対して女性が292人と非常に女性が少ないということも、未婚晩婚化に拍車をかけているのではないかと思います。女性の仕事場が少ないということにも繋がっているのかもしれない。

新潟県のM市が実施した未婚晩婚の原因を尋ねたアンケート結果をみますと、理由の上位①番目は、束縛されずに自由



に生きたい②番目には、一人でも十分に充実した生活ができる③番目には、対人関係が煩わしく、苦手である、です。まさにこういった理由が上位を占め、やっと④番目に、フリーターなど所得が低いから⑤番目に、異性と知り合う機会が少ない、となっています。相談員としてはとても残念なことですが、無関心という気がないという理由が多いようです。

確かに、昨今は価値観が多様化することを良しとしていることも事実であり、結婚、結婚とこちらの価値観を無理やり押し付けることもできない時代です。

しかし、今が良ければ、それで全て良しとは言えないはずです。将来のことも考えておかなければなりません。一人より、二人でいた方が、幸せになれる確率はずっと高くなると思います。でも、若い人の話を聞くと、なぜか結婚に対しての先入観が偏っているようにも思えてなりません。

ですから、独身の人が「目から鱗が落ちる」ような、アイデアを結婚相談員として考えていかなければならないと思っています。

昨民間会社に委託して行った「男性に対しての意識改革講座」がとても好評でした。

今後は民間の会社の知恵やノウハウなども利用しながら、新鮮な企画を提案したいと思います。

農業委員会窓

昨年から取り組んできた 米粉の販売経過をお知らせします。

農業委員会では、米の消費拡大として津南産コシヒカリ100%の米粉を作り昨年からは販売してきました。

この1年間で約670袋（500g入り）が販売され、

「津南産の米粉が手に入りうれし。」

と購入者からも好評をいただいています。

新鮮安全おいしい。

さて、この米粉の裏話を紹介しましょう。農業委員会で取り組んでいる米粉は100%津南産です。なぜ100%と言えるかといえば、農業委員が自分で作ったコシヒカリを使っているからです。さらに、手間がかかりますが、いい状態でご家庭に届くように、必要最低限の量しか製粉しません。ですから、あまりたくさん在庫がありませんので、お店に並んでいるところを見かけ

たら、迷わずお手にとってください。

近くでは、JA津南で販売しています。

一袋二袋の愛情仕上げ

極め付けは、製粉された米粉の袋詰めからラベル貼りまで、農業委員が手作業で行っています。

最近では、さまざまな米粉がお店で手に入るようになりましたが、「安心安全」と「手作業」の「米粉」は他では手に入りませんよ。

米粉を使ったおすすめレシピは、「津南の旬レシピ集」(1,500円)にも掲載されています。ぜひお試しあれ。

おいしい米粉は
いかがですか



大地に生きる



大口貴裕さん(33歳)、紗奈ちゃん、亜紀さん

現在、水稲(4.7ha)ユリ切花(7万本)を生産しています。就農して11年目になりましたが、まだまだ未熟なことばかりです。

この先、時代がどのように流れていくかはわかりませんが、家族の手も借り自分の目指すところへ向かって日々精進していきたいと思えます。

埼玉県狭山市民の皆さんと 田植え農業体験

津南町農業委員会では、友好交流都市である埼玉県狭山市の皆さんが、田植えを体験できる事業を行っています。

今年は、28名、7組の市民の皆さんが津南を訪れ、新緑の山々を望む大井平の圃場で田植え体験を行いました。

お昼には、炊き立ての津南産コシヒカリと山菜や、旬のアスパラを堪能していただき、参加された市民の皆さんがたはとても、満足されていました。

田植え体験では、農業委員の指導のもと、横一列になって手植えで丁寧に苗を植えていき、



↑裸足になって田植えを行う参加者の皆さん

田植え農業体験

なかには、転んでしまうかたもいて、泥だらけになりましたが、楽しい1日を過ごされました。

今回植えた苗は、農業委員会で管理し、秋には、稲刈り体験を行い、収穫されたお米は、狭山市民農業祭で参加者に配られる予定です。



→参加された佐久間さんご一家。お子さんたちは泥んこになりました。ながら田植えを体験しました。

参加者に感想を 聞いてみました!!

今回はじめて農業体験に参加された佐久間さんご一家は、「とても楽しかったです。お昼のご飯も、家で食べているものよりおいしくてびっくりしました。田植えが終わってからのいただいた津南牛乳もおいしくて帰りに買って帰ろうと思えます。(笑)来年も参加してみたいですね。」と感想を語ってくださいました。

参加者の中には何度も津南に来られているご家族もあり、農業委員による農業を通じた体験活動が定着してきています。

戸籍の窓

おめでとう
おさいます (出産)



- 藤ノ木 美結(太田新田) 直さん
由美子さん
- 金子 さくら(相吉) 清志さん
有沙さん
- 中村 将太(田中) 孝将さん
瞳さん
- 生越 陽人(正面) 幸雄さん
曜子さん
- 涌井 樹(相吉) 拓磨さん
智子さん
- 福原 健人(外丸) 太さん
麻里さん
- 涌井 遥人(正面) 匠さん
綾子さん
- 桑原 穂佳(大割野) 良明さん
歩美さん

すえながく
おしあわせに (結婚)



- 石澤 孝司さん(亀岡)
- 石橋 五月さん(新潟市)

おくやみ
もうしあげます (死亡)



- 島田 保正さん (72歳・足滝)
- 滝澤 幸恵さん (43歳・正面)
- 大口 トクさん (98歳・芦ヶ崎)
- 小野澤ウメノさん (91歳・卯ノ木)
- 桑原 静さん (82歳・大割野)
- 関沢 ミイさん (93歳・正面)
- 藤ノ木梅政さん (85歳・中深見)
- 金子 タイさん (93歳・相吉)
- 小島 ジョンさん (85歳・芦ヶ崎)
- 中沢 キユさん (88歳・中深見)
- 山田 榮一さん (73歳・所平)
- 涌井 ヨシさん (88歳・中子)
- 瀧澤 キミさん (87歳・陣場下)
- 金子 トメさん (96歳・相吉)

夜の撮影に初めて行って
きました。真っ暗な中、そこ
には口ウソクの明かりとカ
エルの大合唱。時が過ぎるの
を忘れました。それにしても
夜の写真は撮るのが難しい
ですね。☺

広報
編集室

●『津南学』第2号刊行のお知らせ

大好評をいただいております『津南学』の第2号が刊行されました。津南の自然・文化・民俗・歴史など、津南の魅力を凝縮した1冊です。



『津南学』第2号

なじよもんや文化センター、歴史民俗資料館などで、1,500円(税抜き)でお買い求めいただけます。

●第1回 ジオパーク・ミーティング参加者募集 7月6日(土)13:00～

見玉大久保公園集合→穴藤の川原・タル山の滝などジオサイトを数か所まわるツアー後、「めざせ！ジオパーク」座談会(バーベキューをしながら意見交換・情報交換)を行います。お申込みは、なじよもんまで
参加費:ジオツアー 無料 座談会 2000円 主催:ジオエッグ 協催:津南町教育委員会

●「第3回新潟県内博物館等友の会サミット2013inなじよもん」 6月29日(土)12:30～6月30日(日)7:30

県内6博物館の友の会が参集し、交流を深めます。交流の宴「縄文夜祭」は、翌朝まで続く楽しいイベントです。(友の会会員以外の参加も大歓迎です!)仮眠者は、竪穴住居の無料利用可能。寝袋貸出有り(200円)



縄文夜祭の様子

参加費:[第1部] 友の会サミット 無料 [第2部] 「縄文夜祭」 2,000円

●夏季期間アルバイト募集!!

夏季期間、なじよもんのお手伝いをして下さる方を募集します。興味がある方は、なじよもんまでご連絡下さい。(025-765-5511)

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

7月 【なじよもん ☎ 765-5511】

日時	プログラム	金額	対象	
6日(土) 9:00～11:00	水辺の生物観察会(野外)	500	低学年から	
7日(日) 9:00～11:00	身近な葉草(野外)	400	低学年から	
13日(土) 13:30～15:30	苔玉作り	500	低学年から	
14日(日) 13:30～15:30	アングン編み	1,000	中学年から	
15日(月) 10:00～12:00	そば打ち	800	中学年から	
20日(土)	9:00～11:00	雑穀草取り(野外)	無料	低学年から
	13:30～15:30	土器作りパートⅡ	600	高学年から
21日(日)	9:00～15:30	龍ヶ窪の水年代測定(野外)	800	高学年から
	13:30～15:30	陶芸(釉かけ) ※6/16の陶芸参加者のみ	無料	中学年から
23日(火)	19:00～21:00	星空観察会(野外)	300	低学年から
	10:00～15:30	こだわりの勾玉作り	600	低学年から
27日(土)	16:00～	カラムシの刈り採り(野外)	無料	高学年から
	8:30～	カラムシのおかき(野外)	300	高学年から
	13:30～15:30	簡単!米粉のお菓子作り	800	低学年から
28日(日)	10:00～15:30	勾玉作り	500	低学年から
	10:00～12:00	木のうちわ作り	500	低学年から
	13:30～15:30	土器作りパートⅡ	600	高学年から
29日(月)	10:00～15:30	勾玉作り	500	低学年から
	10:00～12:00	和紙のうちわ作り(絵手紙)	500	低学年から
	13:30～15:30	土笛作り	500	低学年から
30日(火)	10:00～15:30	勾玉作り	500	低学年から
	10:00～12:00	藍刈りと藍の生葉の叩き染め	1,000	低学年から
	13:30～15:30	土器作りパートⅡ	600	高学年から
31日(水)	10:00～12:00	藍刈りと藍の生葉の叩き染め	1,000	低学年から
	13:30～15:30	土器作りパートⅡ	600	高学年から
10:00～15:30	勾玉作り	500	低学年から	

※友の会の皆さんは半額です。

津南町の人口

■人口10,665(-15) 男5,179(-6) 女5,486(-9)

6月1日現在()内は前月比

■世帯数3,626(4) ■転入/14 ■転出/18 ■出生/5 ■死亡/16 ■婚姻/4