

世に 広報

No. 760

2024年(令和6年)

8.1

1975年(昭和50年)4.1創刊



戊辰戦争から明治維新、大きな戦争を経て関川村の誕生、羽越水害…。渡邊家住宅は、人々の営みをずっと見守り続けてきました。

昭和63年、若者を中心に村民一丸となって創った祭りが“えちごせきかわ大したもん蛇まつり”でした。

発足70周年を迎えた関川村。これからも村民一丸となって、前に進んでいきます。

1954
→2024

関川村誕生70周年

さまざまな困難を

乗り越えて…

昭和29年8月1日に関谷村と女川村が合併し、新村「関川村」が誕生してから70周年を迎えました。

時代は昭和から平成、令和へと移ってきました。平成の村の出来事は令和元年5月号で特集していますので、ここでは昭和と令和にスポットを当てて振り返ります。



1954 (昭29)

1955 (昭30)

1957 (昭32)

1958 (昭33)

1959 (昭34)

1960 (昭35)

1961 (昭36)

1962 (昭37)

1963 (昭38)

1964 (昭39)

1965 (昭40)

新村関川村発足(人口12,285人、村長職務執行者は新野三助氏)／関川村開庁式(役場の位置は大字下関912番地1とし、女川支所を大字上野新202番地に置く。支所の管轄区域は大字上野新・若山・小和田・上新保・中束・蛇喰・南中・宮前・朴坂とする)／村長選挙執行、新野三助氏当选／関川村役場新庁舎竣工式

村議会議員選挙／(議員定数26人・投票率92・49%)／第8回国勢調査で人口11,968人となる

関川村役場女川支所廃止

村長選挙執行、富樫栄八氏当选

村議会議員選挙執行(投票率92・5%)

第9回国勢調査人口11,528人となる

関川村商工会設立／荒川峡観光協会設立／田麦千刈に送電開始／関谷森林組合と女川森林組合が合併し関川森林組合となる

故富樫栄八村長村葬執行／村長選挙執行(無投票) 渡辺万寿太郎氏当选 県下各地に記録的大雪(38豪雪)。長岡など20市町村に災害救助法適用される／川北小学校上の沢分校が金丸小学校の分校となる

荒川峡観光協会改組発足／第19回国民体育大会春季大会山岳競技の関川村入山式行われる／新潟地震(マグニチュード7・5)／東京オリンピック大会開催

一般国道113号線指定／第10回国勢調査人口10,568人



1966 (昭41)

1967 (昭42)

1968 (昭43)

1969 (昭44)

1970 (昭45)

1971 (昭46)

1972 (昭47)

1973 (昭48)

1974 (昭49)

1975 (昭50)

1976 (昭51)

1978 (昭53)

1979 (昭54)

1980 (昭55)

1981 (昭56)

1982 (昭57)

関川村土地改良区と霧出郷土地改良区合併認可、関川村土地改良区となる
／故渡辺万寿太郎村長葬執行／村長選挙執行(無投票)佐藤正夫氏当選
羽越大水害。死者行方不明32名、住宅全壊227戸、半壊494戸、流出144戸、被害総額約177億円／大島へき地保育所開所／下関保育所増築／女川へき地保育所開所

荒川水系1級河川に指定／郵便番号実施959-32となる

大島へき地保育所を廃止し、大島保育所新築により開所

村長選挙執行(無投票)佐藤正夫氏当選／第11回国勢調査9,559人となる

関川村公民館竣工／村議会議員選挙執行(議員定数26名↓22名、投票率93・69％)／女川へき地保育所閉鎖、女川保育所開所

米坂線蒸気機関車廃止／第23回全国植樹祭の折、天皇・皇后両陛下御来

村、関川村公民館で御休憩、荒川台お野立所で羽越大水害復興状況を御視

察になられる／沼小学校大内淵冬期分校廃止

関川電報電話局開局し、ダイヤル式自動電話となる

村長選挙、佐藤正夫氏無投票当選

七ヶ谷へき地保育所開設／村広報「せきかわ」創刊／村議会議員選挙

(投票率95・88％)／第12回国勢調査人口8,928人

七ヶ谷へき地保育所、七ヶ谷保育所として認可／広域簡易水道竣工式

(48年5月着工、事業費5億1,100万円)

下関で気温39・0度を記録／大石ダム竣工式(昭和47年5月着工、事業

費172億円)／村長選挙執行、稻家重雄氏当選(投票率94・33％)

村章、村の木(モミジ)、村の花(ユリ)を制定／役場庁舎の竣工式と

新村発足25周年記念式典を併せて盛大に挙行／村議会議員選挙執行(投

票率95・4％)

保健センター、診療所竣工(545・5㎡)／第13回国勢調査実施(人口

8,638人 世帯2,092)

中東で大規模地滑り発生(藤沢川左岸。最大長550m、最大幅400

m、面積15ha、崩壊土量300万㎡)／財団法人関川村自然環境管理公社

設立／下関保育所新築竣工式

「保育所」を「保育園」に名称変更／村文化協会設立／緑の少年団結成
／稻家重雄氏村長2期目就任



1992年夏季オリンピック
 平成を振り切る

[illegible]

広報せきかわ 2019・5月号 4

特選
平成を振り返る

[illegible]

5 区報せきおわ 2019・5月号

2018(令元)

2019(令2)

2020(令3)

2021(令4)

2022(令5)

新潟山形地震(午後10時22分発生、M6.7、関川村震度4、村上市山北地区震度6強)

大相撲鍛山部屋所属の下関出身・王輝(本名・小池一輝)が十両昇進。村上岩船圏域初となる関取が誕生した

健康増進施設「コラッシエ」が竣工し竣工式を行う／任期満了に伴う村長選挙執行され、加藤弘氏が無投票で再選

洪水発生。前日からの豪雨で気象庁は午前1時5分、関川村と村上市に「大雨特別警報」発令。荒川上流の山形県小国町にも午前2時41分発令さらに午前4時5分胎内市にも発令。各自治体は「緊急安全確保」を発表。しかし線状降水帯通過で増水した。湯沢、高田集落などでは床上浸水が多発し、河川堤防、道路、農地などに大きな被害があった

越後下関駅が無人化となる(令和4年8月豪雨で米坂線被災。代行バス運行が続く)／民法改正により成人年齢が18歳になったため、成人式に代わる「二十歳を祝う会」を村民会館で開催／4年ぶりに第33回大したもん蛇まつりを実施

村の発展に尽くされた

功績をたたえて

令和6年度自治功労表彰

永年にわたり村の教育・文化、社会福祉や産業振興などに御尽力いただいた方々が「自治功労者」として表彰されます。これは、村の「ほう賞条例」に基づくもので、一年おきに表彰式を行っています。今年度の表彰式は、8月1に行われました。

教育・体育・文化



河内 宗さん
(沢)

*ー平成23年10月から令和6年3月までの12年5か月間、教育委員として教育振興に尽くされました。

社会福祉



田村 與一さん
(下土沢)

*ー平成20年10月から現在に至るまでの16年間、保護司として社会福祉の向上に尽くされました。
(現職)



石山 キンさん
(下川口)

*ー平成24年1月から令和6年3月までの12年3か月間、人権擁護委員として社会福祉の向上に尽くされました。



須貝 信夫さん
(高 田)

*ー平成22年12月から現在に至るまでの13年8か月間、民生児童委員（令和元年12月から現在まで、関川村民生児童委員協議会会長）として社会福祉の向上に尽くされました。
(現職)



近 祐治さん
(上 関)

*ー平成22年12月から現在に至るまでの13年8か月間、民生児童委員として社会福祉の向上に尽くされました。
(現職)



横山 富男さん
(勝 蔵)

*ー平成22年12月から現在に至るまでの13年8か月間、民生児童委員として社会福祉の向上に尽くされました。
(現職)



渡邊 隆治さん
(小和田)

*ー平成22年12月から現在に至るまでの13年8か月間、民生児童委員として社会福祉の向上に尽くされました。
(現職)



産業振興



中倉 虎治さん
(辰田新)

＊―関川村商工会役員として26年11か月（昭和56年8月から昭和63年5月までと平成2年5月から平成11年5月までは理事、平成24年5月から令和6年5月は会長）、うち会長としては12年間在職し、商工会組織の発展と村の商工業の振興に寄与されました。

＊―大沼康子さんが活動を開始した地域の茶の間の活動を平成16年から支援。冬場は会場前の除雪や、一人暮らし世帯への配食サービスへの野菜や米の提供、一人暮らしの高齢者宅の除雪作業を行うなど、地域の社会福祉の向上に尽くされました。
(地域からの推薦による表彰)



山口 正夫さん
(上土沢)

特別職



伝 信男さん
(大 島)

＊―平成21年12月から令和5年7月までの13年8か月間、村議会議員として地方自治の発展に尽くされました。



佐藤 修一さん
(朴 坂)

＊―平成27年4月2日から令和6年4月1日までの3期9年間、教育長として教育振興に尽くされました。

王輝関の化粧まわし 歴史館に展示中

6月28日付けで現役を引退した小池一毅「王輝」さんの化粧まわしを、せきかわ歴史とみちの館村民ギャラリー「昔の遊び展」に合わせて特別展示しています。

展示期間 7月27日(土)
～9月23日(月)

開館時間 10:00～16:00

(毎週月曜日は休館。月曜日が祝日の場合は翌日)



写真提供：(有)いわふね新聞社

＊―平成23年8月から現在に至るまでの13年間、村議会議員として地方自治の発展に尽くされました。
(現職)



菅原 修さん
(片 貝)

＊―平成23年8月から現在に至るまでの13年間、村議会議員として地方自治の発展に尽くされました。
(現職)



平田 広さん
(滝 原)

＊―平成25年、大相撲鍛冶山部屋に入門。最高位十両13枚目まで昇進。令和6年6月28日付けで引退。通算成績 231勝192敗34休
村民に大きな希望を与えてくれるとともに、関川村の名を全国に広めてくださいました。



小池 一毅さん
(元十両 王輝)

感謝状

中学校の部活動の新たなステージ

休日部活動の段階的な

地域移行・地域クラブ活動の試行

中学校の部活動は、生徒がスポーツや文化・芸術活動に親しむ機会や異なる学年集団で目標に向かって活動する中で社会性を培い、責任感、自

己肯定感等を育てる多様な学びの場です。

昔から小学生が中学校生活で楽しみにしていることのひとつが部活動です。

しかし、様々なメディアで報じられているように、近年は部活動を取り巻く課題が顕在化・深刻化してきました。

国からは中学校の休日部活

動を段階的に「地域移行」する方針が令和4年に示され、令和7年度末までの達成を目指すことになりました。

関川村でも本年度から国の「地域スポーツクラブ活動体制整備事業」に参加し、

取組を進めているところです。

■問合せ 役場教育課

☎ 64-1491

たくさん

課題がありそう？

○運営費（保険料、指導者への謝礼等）を納入することになります。移行期間中はできるだけ押さえる方針です。

○けがへの対応、コンプライアンスの順守等、指導者も

参加生徒も保護者も安心できる管理体制の構築が必須です。

○練習会場はしばらくの間は現在と同じですが、交通手段の検討が必要です。

○各地域クラブの実態により、他市町村の地域クラブへの参加も視野に入れておく必要があります。

○これらの課題は、「関川村地域クラブ活動推進協議会（小池稔会長）」で協議していきます。



なぜ変わるの？

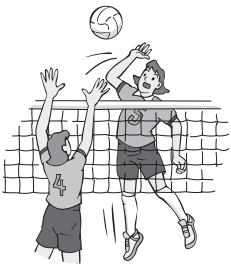
○生徒数が減少し、「募集停止・廃部」となり、やりたいと思っている部活動がなかったり学校単位でチーム編成が困難になったりしています。

○学級数の減少により、正規教員も減少。競技経験のない教員が指導する部もあります。このことや教員の長時間労働が教職を目指す大学生等の減少にもつながっています。

地域クラブとは？

○地域の子どもたちを地域で育てるクラブ活動です。

○方針は「競技力向上や試合の勝敗のみにこだわることなく人間形成の醸成を目指した活動」です。（関川中学校部活動方針の継承）



指導者は？

○地域の方々になります。

○スポーツの指導者、各競技のサークル等に参加している方、その他、指導を希望する教員等です。（現在交渉中）

○参加・不参加は生徒の希望になります。したがって学校部活動と違う地域クラブに参加することも可能等、選択肢が広がります。

今後の予定は？

○関川中にあるバスケット、バレー、ソフトテニス、卓球、柔道を発足させます。

○9月から1回程度、休日に行なわれる学校部活動に地域指導者と顧問の先生が合同で指導にあたる予定です。実施日は各部の計画によります。

○その後は、各地域クラブの実情に応じて活動します。

○吹奏楽部は、令和7年度から前述のような形で進めていく予定です。

保険証更新のお知らせ

(国民健康保険または後期高齢者医療保険加入中の方へ)



● 8月1日から保険証が変わります

8月1日からは新しい保険証をお使いいただくことになります。(申請手続きは不要です。)

新しい保険証は7月末までに郵送していますが、8月になっても保険証が届かなかったり、保険証の記載事項に誤りがあったりした場合は、健康福祉課福祉保険班までご連絡ください。

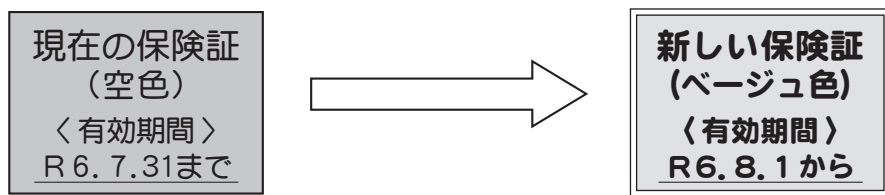
また、12月2日から新たな紙の保険証は発行されなくなります。マイナ保険証の利用をご検討ください。

なお、マイナ保険証を持っていない方には、紙の保険証の有効期限(令和7年7月31日)以降も引き続き、医療を受けることができるよう「資格確認書」が交付される予定です。

1 国民健康保険保険証

○新しい保険証は **ベージュ色** です。

保険証は1人1枚(カードサイズ)で、世帯分をまとめて世帯主あてに7月下旬に郵送しています。



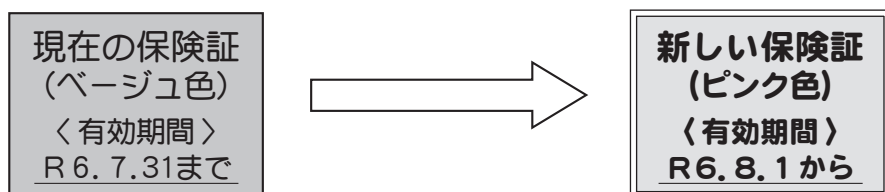
● 限度額適用認定証の更新

8月以降も認定証が必要な方は更新の手続きが必要になりますので、忘れずに申請してください。

※マイナンバーカードを保険証として利用する場合は、限度額適用認定証がなくても医療機関の窓口での支払いは限度額までとなります。(限度額適用認定証の申請は不要です)

2 後期高齢者保険証

○新しい保険証は **ピンク色** です。



● 医療費の自己負担割合について

毎年、同一世帯の後期高齢者医療制度の被保険者の前年中の所得に応じて、医療費の自己負担割合を判定しています。新しい保険証に記載されている自己負担割合(1割 または 2割 もしくは 3割)は、8月1日から適用となる医療費の自己負担割合です。

問い合わせ先 役場 健康福祉課 福祉保険班 ☎ 64-1472

2種目で大会新記録での優勝 船山勝雄さん

5月19日に新潟市陸上競技場で開催された第42回新潟マスターズ陸上競技選手権大会。クラスM85（85歳以上）で、船山勝雄さん（勝蔵）が400mと800mの2種目で大会新記録で優勝しました。

おめでとうございます。

【記録】 400m 1分43秒59

800m 3分54秒62

船山さんは、9月1日に富山県で開催される北陸マスターズ陸上競技選手権にも出場されるそうです。

北陸大会での健闘も期待しています。



第1回 関川BBCカップ大会開催 村内企業からの協賛を受けて

6月23日、村民会館アリーナでバスケットボールの大会・第1回関川BBCカップ大会が開催されました。

この大会は、関川BBC（バスケットボールクラブ）の主催で初めて開催したもので、10チームが参加。第1回の優勝チームはD・ROCKS、準優勝がチーム霧出、第3位が高校専門学生チームでした。

また、この大会には村内の企業・団体から協賛をいただいて開催されました。

協賛された企業、団体などは、次のとおりです。

- 田村自動車整備工場
- (有)須貝電器
- 下越生コン建設㈱
- 霧出体育協会
- ゑびすや旅館
- ㈱SHK
- 須貝ひっこ&JIN

大会結果

*敬称略

下越地区中学校体育大会

《ソフトテニス》

【団体】 4位 ⇒ 県大会出場

【個人】 石井 凜（3年・下関）

近 梨里菜（2年・上関）ペア

ベスト4 ⇒ 県大会出場

《卓球》

【団体】 予選リーグ敗退

【個人】 石谷 鼓太郎（3年・小和田）

ベスト8 ⇒ 県大会出場

《水泳》 小島 透哉（2年・下土沢）

100m自由形 4位 ⇒ 県大会出場

50m自由形 4位 ⇒ 県大会出場

《陸上競技》 須貝 来翔（3年・下関）

1500m 決勝進出ならず

《バスケットボール》 1回戦で敗退

《野球》 2回戦で敗退 ※村上東中、荒川中との合同チームで出場

《バレーボール》 3回戦で敗退

《柔道》

【団体】 1回戦敗退→敗者復活戦に出場するも敗退

【個人】 安部 涼音（1年・下関） 5位

河内 昊（1年・沢） 7位

新潟県中学校総合体育大会

《ソフトテニス》

【団体】 初戦敗退

【個人】 石井 凜（3年・下関）

近 梨里菜（2年・上関）ペア ベスト16

《卓球》

【個人】 石谷 鼓太郎（3年・小和田） 初戦敗退

《水泳》 小島 透哉（2年・下土沢）

100m自由形・50m自由形

決勝進出ならず



きれいなあらかわ 保育園児が花文字で

6月24日、小見橋下流の荒川堤防に関川なないろ保育園のぞう組さん（年長）が「きれいなあらかわ」の花文字を植栽しました。

時折、小雨がちらつくあいにくの天候でしたが、園児14人が羽越河川国道事務所の職員などの指導を受けながら、あらかじめ文字の形に掘った穴に1,200株のペコニアを植えて花文字を完成させました。

この花文字、いったん花が散ったように見えたが、植えたペコニアが定着すると、また元気に花を咲かせるとのこと。

国道113号脇、水防倉庫下流側の堤防にあります。



地球温暖化… バイオマスプラスチック… 関川小4年生が学ぶ

7月4日、関川小学校4年生を対象にした環境学習の授業がありました。

この日の講師は、関川村のごみ指定袋を制作した㈱バイオマスレジジンマーケティングの杉原さん。

「地球温暖化防止に向けて私たちができること」と題して、地球温暖化の仕組みや現状、バイオマスプラスチックを使うことで石油から作る素材を減らす取り組み、お米由来のバイオマスレジジン（村の指定ごみ袋の素材）製品が温室効果ガスの排出の低減や石油資源の使用を抑制すること、フードロスの削減のつながることなどを学びました。

授業を受けて、「お米からいろいろなものが作られていてびっくりした」や「環境にやさしいマークがついているものが身近にもたくさんあることがわかった」といった感想がありました。



保育園に5万円を寄付 村上信用金庫から ボールプールの購入に…

6月28日、村上信用金庫から関川なないろ保育園に5万円を寄付していただきました。

これは、村上信用金庫で取り扱っている未来応援定期積金「すまいる」の発売を記念して、未来を担う子供たちの育成に役立ててもらうため、募集契約額の0.05%相当額110万円を、村上市、関川村、粟島浦村の保育園・幼稚園22施設に5万円ずつ寄付していただいたものです。

村では、7月の臨時議会で予算化し、ボールプールを購入することにしました。

ありがとうございました。

お詫びと訂正

広報せきかわ7月1日号で次のとおり誤りがありました。

◇ ◇

5ページ「大したもん蛇まつり」ステージイベント、お笑いステージの出演予定者中「ケビンス」。
正しくは **ケビンス**

16ページ「キラリ輝く☆せきかわっ子たち」も記事中「石山 依里香さん」のフリガナ。正しくは

石山 ^{えりか} 依里香さん

◇ ◇

また、6月1日号10ページ「健康講座」薬剤師さんのお名前「小松 由莉香」。正しくは

小松 友莉香

お詫びして訂正します。

今年も楽しい納涼会に!!

首都圏在住関川村人会



首都圏在住関川村人会の納涼会が7月13日、東京新潟県人会館で開かれました。

村からは加藤村長と小澤村議会議長も出席。

集まった80人余りの会員の皆さんは、久しぶりの再会に、話が弾んで…。



災害協定を締結

新潟県産業資源循環協会新発田支部と

7月2日、新潟県産業資源循環協会新発田支部（支部長・曾根剛さん、曾根建設株式会社）と村が「災害時における災害廃棄物の処理等の協力に関する協定書」の締結式を行いました。

この協定では、

- ①災害廃棄物仮置場の管理運営
- ②災害廃棄物の収集及び運搬
- ③災害廃棄物の処分

などについて、村から要請があったときは、必要な人員、車輛、資材等を調達し、村が実施する災害廃棄物の処理等に可能な限り協力するということです。

令和4年8月の豪雨災害のときも、災害廃棄物の収集運搬や処分について、新発田支部

だけでなく産業資源循環協会の加盟企業の皆さんに多大なご協力をいただきました。

この協定書の締結により、災害廃棄物の処理がさらに円滑に、迅速に実施できることが期待されます。



能登半島地震の教訓を活かす

関川村防災フォーラム開催

7月7日、村と社会福祉協議会の共催による防災フォーラムが村民会館大ホールで開催

れ、100人余りの参加者が集まりました。

この日の基調講演はNPO法人にいがた災害ボランティアネットワーク理事長の李仁鉄さん、テーマは「能登半島地震の支援を通して、地域の私たちにできることを考える」。

広域的に甚大な被害を受けた能登半島地震でのボランティア活動の難しさ、日ごろからどのように備えるべきか：などについて、現地での活動に基づいてお話ししていただきました。

また、新潟市社会福祉協議会西区社会福祉協議会事務局長・阿部正さんからは、能登半島地震での新潟市西区災害ボランティアセンターの活動実践について報告がありました。

センターの運営協力者が約600人もあったこと、日ごろからの関係団体とのネットワークの重要性などについて報告がありました。

土砂災害などに備え

集落防災説明会 中束集落で開催



7月20日、中束集落の皆さんを対象にした集落防災説明会が集落センターを会場に開かれました。

参加者は16人でした。

高野防災専門員から中束地区の土砂災害に関する特性や避難のタイミングと住民の避難行動などについて説明。

災害時にどのように避難するか、避難場所はどこが適当かなど、意見交換も行いました。

今月は関川中学校からの紹介

関川プライドの継承と新たな挑戦

【1年生鷹ノ巣校外学習】

ここ近年は雨のため現地で行うことができなかった「鷹ノ巣校外学習」を、今年度は晴天にも恵まれ、6月4日に3年ぶりに現地で開催できました。鷹の巣キャンプ場をお借りして、カレー作りや散策、レクリエーションなどを行いました。カレー作りは、薪に火をつけるところから始めました。多少野菜が固かった班もあったようですが、協力してどの班も自分たちが作ったおいしいカレーに大満足でした。子どもたちは、関川村の大自然の中で、楽しい思い出をたくさんつくることができましたようです。



【いじめ見逃しゼロスクール集会】

6月18日に生徒会主催の「いじめ見逃しゼロスクール集会」が行われました。生徒会が行った事前アンケートで、いじめについてどのようにとらえているかを全体で共有しました。その後、各学級で、「いじめのない学校にするために関川中学校が力を入れていくべきこと」をテーマに話し合いました。「思いやりの気持ちをもって接し、お互いに認め合う」、「コミュニケーションを増やす」などの意見を出し合い、真剣に話し合いに参加していました。

第2回目の集会は、11月7日に関川小学校5・6年生と一緒に実施する予定です。



村のわだい

渡邊邸で“ゆかた茶会”

前座敷と新座敷の茶室で…

7月13日の午後、渡邊邸で31回目となる「ゆかた茶会」が渡邊邸で開かれました。



この日は、関川村文化協会茶道連盟に加盟する千家不白流素苑会・渡辺素苑社中（代表・渡辺道子さん）と茶道石州流・阿部社中（代表・阿部輝子さん）の二席で、お茶がふるまわれました。

渡辺社中は坪庭を望む前座敷茶室で、阿部社中は通常非公開の新座敷の茶室で…。

当日は梅雨の中休みでそれほど暑くもなく、それぞれの茶席に130人ほど、合わせて260人が古（いにしえ）の空間で、静かにお茶を楽しんでいました。秋には、村民茶会も開かれる予定です。

戦死病没者を悼んで

合同慰霊祭挙行政

7月9日、関川村遺族会（会長・近甲威さん）主催の戦死病没者合同慰霊祭が村民会館



大ホールでしめやかに挙行政されました。

光鬼神社の宮司さんによる神事、遺族会会長、村長、村議会議長の追悼の言葉に続き、遺族や関係者全員が献花して、亡くなった方々を悼み、祈りを捧げました。

健康講座

230

ウォーキングで健康維持

坂町病院 リハビリテーション科

理学療法士 大谷 尚子

8月に入り、ひととき厳しい日差しが照りつけておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。暑さとコロナの影響で外出控えが続き、運動不足になっていませんか？

活動量の低下は血圧や血糖を上昇させ、生活習慣病など様々な病態を引き起こす原因となります。コロナやその他の感染症の感染予防を続けながらも日頃の運動量を確保するために、少し涼しい風が吹き始めたら、まずは近所のウォーキングから始めてみてはいかがでしょうか！

☆運動の効果

運動をすることで得られる効果は、筋肉量・骨密度の上昇、肥満や血栓形成の減少、免疫機能の向上などが挙げられます。これらの機能が改善すると、高血圧、高脂血症、糖尿病などの代表的な生活習慣病の予防・改善だけでなく、がんや感染症、認知症の予防効果も証明されています。また、歩数の中で下の表にあるような早歩きの間を設けることも有効です。

特に高齢者にとっての歩行は、起き上がり動作とともに日常生活の中で比較的早く低下する能力です。生活の中で歩行を運動として積極的に行うことは、日常生活動作障害に対する初期予防活動として有効であり、運動量の向上は寝たきりや死亡率の減少に効果があると言われています。

☆歩数と病気の関係

歩 数	早歩きの間	予防（改善）できる可能性のある病期・病態
4000歩	5分	うつ状態の改善
5000歩	7.5分	認知症・心疾患・脳卒中 要支援、要介護状態の改善
7000歩	15分	がん（結腸がん、直腸がん、肺がん、乳がん、子宮内膜がん）動脈硬化、骨粗鬆症、骨折
7500歩	17.5分	サルコペニア、体力低下（特に75歳以上の下肢筋力や歩行速度）
8000歩	20分	高血圧、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドローム
9000歩	25分	高血圧、高血糖
10000歩	30分	メタボリックシンドローム（75歳未満の場合）
12000歩	40分	肥満

運動するとき心がけることとして、【なんとか会話が出来る程度】での負荷量が強すぎず無理のない範囲で実施するようにしましょう。そして、朝にウォーキングをする方が多いかもしれませんが、1番良い時間帯は夕方16～18時の体温が1番上昇する時間です。朝は水分が足りてなくそのまま運動するのは脱水症になる危険性が高く脳卒中や心疾患を発症する可能性も出てくるため注意しましょう。また、朝に運動する方はしっかり水分を摂り、準備運動を行ってから家を出るようにしましょう。

*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。 ☎ 62-3111

関川村包括支援センター通信 108

地域包括支援センター 役場庁舎内1階 ☎ 64-1473

「認知症は 予防できる？」

認知症は誰にとっても身近な脳の病気です。2040年には、65歳以上の5人に1人が認知症を発症すると推測されています。

さて、これをすれば「認知症にならない」という予防策はありません。しかし、ライフスタイルの改善により、認知症発症のリスクを減らすことは可能です。

また、「何をするか」ではなく、どう刺激ある日常を送るかが重要です。

刺激ある日常生活の一つとして、脳の活性化があります。脳の活性化にはいろいろな方法がありますが、何をするにしても大切なことは、楽しく行うことです。

①快刺激で笑顔に。心地よい刺激や笑うことは意欲をもたらす脳内物質（ドーパミン）が放出されます。

②コミュニケーションで安心。知人や家族と楽しい時間をもつことが大切です。

③役割・日課を持つ。人の役に立つことを日課に取り入れることが、生活を充実させ、認知機能の維持に役立ちます。

④ほめる・ほめられる。ほめても、ほめられてもドーパミンがたくさん放出され、活動意欲が高まります。

無理のない範囲で、本日から脳活性化の4原則を試してみませんか？

問い合わせ先

関川村役場健康福祉課
地域包括支援センター
せきかわ

☎ 64-1473（直通）



【予約先】 荒川タクシー ☎64-1042

(前日18時まで要予約)

●利用日、便、氏名、世帯主名、住所、降りる場所、
帰り便の利用の有無をお伝えください。

運行曜日 (祝日と年末 年始を除く)	月・木	下関・四ヶ字・霧出 湯沢・川北・女川
	火・金	上関・七ヶ谷・九ヶ谷
	水	全地区

下関の 停車場	関川診療所、佐藤内科小児科医院、せきかわ調剤薬局、 関川ファミリー歯科阿部医院、松村歯科、コメリハー ド&グリーン関川店
坂町の 停車場	原信、アコス、荒川中央クリニック、あらかわ歯科クリ ニック、佐野医院、上田眼科、県立坂町病院

時刻表	便	村 内 便				坂 町 便				
		行き(下関行)		帰り(自宅行)		行き(坂町行)		帰り(自宅行)		
		自宅発	下関着	下関発	自宅着	乗継場所発	坂町着	坂町発	乗継場所着	自宅着
1便		8:30	9:00	9:30	10:00	→ 9:10	9:30	9:30	9:50	10:30
2便		10:00	10:30	10:30	11:00					
3便		11:00	11:30	11:30	12:00	→ 11:40	12:00	12:00	12:20	13:00
4便		12:00	12:30	12:30	13:00					
5便		13:00	13:30	14:00	14:30					
6便		14:30	15:00			→ 15:10	15:30	15:30	15:50	16:30
7便		15:00	15:30	15:30	16:00					
8便		16:00	16:30							

【片道料金】 村内便：回数券1枚(300円相当)

坂町便：回数券2枚(600円相当)

※現金の場合は、村内便500円、坂町便1,000円

・障害者手帳をお持ちの方と同伴者、小学生は半額

【問い合わせ先】

役場 地域政策課 地域振興班 ☎64-1478



新潟県の
支援制度を紹介

「新潟県雪国型ZEH等導入促進補助金」申請受付中

受付期間：令和7年1月31日(金)まで

新潟県では、省エネ住宅「雪国型ZEH※」の導入を行う者に対し補助金を交付し、県内全域での脱炭素化を推進します。

※新潟県の基準として定めた、国のZEH基準よりも高断熱で、気密性が確保された住宅のことです。断熱性能、気密性能、太陽光発電設備を定めています。

・補助対象者 県内で雪国型ZEHの基準を満たす住宅を新築等する者
県内で住宅に新たに設備を設置する者

・補助対象設備 住宅…雪国型ZEH
設備…太陽光発電設備、蓄電池、地中熱設備



補助金の詳細については、ホームページをご覧ください。

<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/kankyoseisaku/0583945.html>

【お問い合わせ】 新潟県 環境局 環境政策課カーボンゼロ推進室

☎025-280-5472

受付時間：9:30～12:00、13:00～16:00(土・日・祝日を除く)



フライパンで ピザ焼いて…

やまゆり大学、6月の講座はパン作り教室。挑戦したのは、「ピザと栃の実入りあんぱん」でした。

講師は吉田美香さん。栃の実入りあんぱんはオーブンで焼きあげましたが、ピザはフライパンを使って焼きました。

どちらも「たいへん美味しかった」です。



自分を見つめ 将来を考えるきっかけに ※未来のハローワーク

7月4日、村民会館アリーナで未来のハローワークが開催されました。関川小学校の6年生と関川中学校の生徒全員が対象。

様々な職業の方から直接お話を聞いたり体験をしたりすることで「仕事」への理解を深め将来のイメージや夢を持つこと。会社や事業所、そこで働く方の魅力を学び、関川村やそこで働くことの良さを見つけること…が、未来のハローワークのねらいです。

はじめに「消防の日常」と題して村上市消防本部のお二人に講演をしていただき、その後にグループに分かれて参加事業所のブースを回り、説明を受けました。

どのブースでも、子どもたちは真剣なまなざしで、説明に聞き入っていました。

この日参加していただいた事業所の皆さんには、社会貢献の一環としてご協力していただきました。

今回、参加していただいた事業所は次のとおりです。（順不同）

- ありがとうございました。
- ▷下越生コン建設株式会社
 - ▷関川村社会福祉協議会
 - ▷関川村自然環境管理公社
 - ▷関川村森林組合
 - ▷女川ハム工房
 - ▷株式会社辻井製作所新潟工場
 - ▷グローバルウェーブ・ジャパン株式会社新潟工場
 - ▷アバナード株式会社
 - ▷有限会社丸重商店
 - ▷村上市消防署関川分署
- ※村の保健師・管理栄養士も参加させてもらいました。



課題は多いが 環境を整えてやりたい ※部活動地域移行合同研修会

8ページでも紹介した中学校部活動の地域移行に向けて、関係者の合同研修会が開催されました。

主催は、地域クラブ活動推進協議会。この協議会は、村スポーツ協会や文化協会、スポーツ少年団やPTAや学校関係者等で組織されたものです。

当日の研修会の内容を簡単に紹介します。

○日時及び会場
7月11日（木）の～む



生涯学習 情報ステーション

広報せきかわ「お知らせ版」とあわせてご覧ください

◆お問い合わせは教育課へ
TEL 64-1491



○講師、発表者

- ・県保健体育課副参事
桑原 文博さん
- ・村スポ少バスケット指導者
渡邊 悠さん
- ・前村上東中サッカー部顧問
関川中教諭 國井 郷史さん

○参加者

- ・スポ少指導者、スポーツ推進委員、卓球クラブ、部活動指導員、学校運営協議会、中学校職員とPTA代表他（36人）

○参加者の感想

- ・県や他市の進んだ取組を聞いてよかった。
- ・指導者確保、生徒数で設置クラブも限定的。現実的には近隣地区のクラブと合同か？
- ・課題が多いが、環境を整えてやりたい。

※これからも協議会の活動や部活動の地域移行について紹介していきます。

不作の年は、入会山いりあいやまの木が頼り

「歴史とみちの館」所蔵・平田家文書を読む

(村歴史文化財調査委員 渡辺 伸栄)

入会山

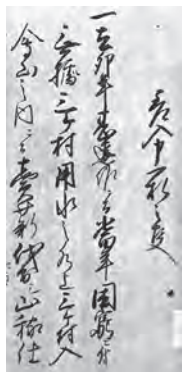
村々が農業を営む上で、入会山いりあいやまは欠かせない場所でした。日常生活のための燃料は勿論、牛馬の飼料や田畑の肥料もそこから得ていました。樹木だけでなく、青草や落葉も重要な資源だったのです。

入会山は、村の共同利用地です。荒らさないように決まりを定め、計画的に利用していました。

とりわけ、滝原、上野山、小見三ヶ村の入会山は、農業用水を引く川の水源涵養地でしたから、むやみに木を切ることのないよう厳重に保護していました。

不作の年

文化四（一八〇七）年は、米が不作の年でした。小規模農家は、生活困窮に陥りました。



それで、やむなく三ヶ村の入会山の木を伐つて、薪まきにして売り出すことを願ひ出ました。願ひ出たのは三ヶ村の木伐り人十七名です。

条件として、「薪売り用は申すに及ばず焚き用の分も、二分通り差し出すつもり」とあります。

焚き用とは自家用のことでしょうか。二分通りとは、二割を三ヶ村に差し出すという意味のようです。

翌年二月、三ヶ村はこの願ひを承諾しました。それを受けて、十七人と三ヶ村の村役人は次のような取り決めを結びました。(写真の文書)

川流し

「伐り出した木のうち、引ノ沢を川流しする分についても二分通り差し出すこと」

「もし、川流しの木が用水の堰に当たって破損させてしまったら、三ヶ村中から全員人足に出て修復し、用水の支障が出ないようにすること」



川流し(鉄炮流し)の図

臨時にせき止めた川の水を一挙に流して、木を下流に押し流す川流しは、山で伐った木を運び出す方法としてよく行われていました。

全員が人足に出るということとは、収益は村人みんなに分配するからでしょう。

山は抛り所

文書の終末に「二割を錢で差し出すのは、以前からのやり方だ」とあります。

不作凶作で困ったときには、入会山の木を頼りにして、そこからの収益を困窮農民と村とで八対二で分け合う仕来りだったのでしょうか。

入会山は、困ったときの大事な拠り所であったわけですね。

〈原文と解説は歴史館に展示、又は、下のQRから〉



図書室の窓から

村民会館図書室



暑い暑い夏本番がやってきました。この夏の過ごし方の参考になる本が図書室にはたくさんあります。ぜひ、涼しい図書室に本を探しに来てください！

これよんで！

『ちょっとこわいメモ』 北野 勇作 作

こわがりのゆうとくんはちょっとこわくて、とてもふしぎなできごとにあつたばに、できごとをメモに書いて「ちょっと」こわいだけなんだと自分に言い聞かせます。4つのお話が入った短編集です。



今月の一冊

『天気のことわざは本当に当たるのか 考えてみた』 猪熊 隆之 作

「ツバメが低く飛ぶと雨」「暑さ寒さも彼岸まで」など、昔から言い伝えられてきたことわざの根拠はあるのか？本当に予測できるのか？という疑問に山岳気象予報士がお答えします。



今月の図書館バス

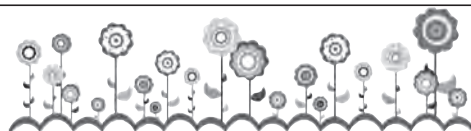
10日(土)

虹色と汽車のメロディーが目印です！



8月の「おはなしの会」はお休みです。

次回は、10月にGOGO!!食堂で開催予定です。ぜひ遊びに来てくださいね！



毎週水曜日がお休みです。平日13時～17時15分まで、土・日・祝9時～17時まで開館しています。



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

◆2024「大したもん蛇まつり」IVUSA学生インタビュー

先月に引き続き、「大したもん蛇まつり」に参加するIVUSA学生にインタビューしました！

●質問内容

- ①楽しみなことは？
- ②どんな活動にしたい？
- ③最後に一言

◎松本瞬（まつもとしゅん）
日本大学2年



①大したもん蛇まつりに参加することが一番楽しみです！！今から待ちきれません！！！！

②この夏一番暑い、熱気迸る活動

③班長として、松本瞬一個人として関川村を盛り上げて、この夏の最高気温を更新させたいと思います！！

◎小塚流加（こづかるか）
東洋大学4年



①お祭り！地域のおっちゃんたちとワイワイ騒ぐぞ〜

②地域の人からまた来てほしい！と言われる活動。そして隊員も来てよかった、また来たい！！と思う活動。

③初めての関川！！メラメラと

燃やします。

●IVUSAからのお知らせ

【大交流会2024】

村民会館にて、学生110人が主催する大交流会を行います！

☆詳細☆

日程：8月25日（日）

時間：18時30分〜21時（予定）

※受付時間18時（予定）

場所：村民会館アリーナ

参加費：1000円

（現時点での値段なので変更の可能性があります）

◆今年でIVUSAが関川村に行かせてもらうようになってから20年になります！そんな節目を祝いながら、学生一同楽しい企画を準備中なので是非足を運んで下さい！

皆さんの参加をお待ちしています！

悩みを抱えたとき、つらい気持ちになったとき、

誰かに話してみませんか？ あなたを支える相談窓口

内 容	機 関	受付時間	電話番号
総 合 相 談 (生活全般の悩み)	関川村社会福祉協議会	平日（祝日除く）9:00~16:00	0254-64-0111
	新潟県パーソナル・サポート・センター	平日（祝日除く）9:00~17:00	025-250-5160
こころの悩み	村上保健所	平日（祝日除く）8:30~17:15	0254-53-8369
	新潟県こころの相談ダイヤル	毎日24時間	0570-783-025
	役場 健康福祉課 健康推進班	平日（祝日除く）8:30~17:15	0254-64-1472
学 校 の 悩 み	新潟県いじめ・不登校等相談電話	毎日24時間	025-258-1212
	役場 教育課 学校教育班	平日（祝日除く）8:30~17:15	0254-64-1491

●その他の相談機関は、
新潟県ホームページ
「各種相談窓口」で検索



●厚生労働省相談窓口
「まもろうよ こころ」では、
SNSやチャットで相談ができます



戸籍の窓

● 6月16日～7月15日までの届出 ●

お誕生おめでとうございます

あおば
空陽葉ちゃん(女) 宮 前
近 聖太・こゆきさん

ごめい福をお祈りいたします

河内 次男 さん 88歳 大 石

広報に載せてほしくない方は届出の際、窓口にお申し出ください。

人の動き

令和6年6月末現在 ()は前月対比

世帯数 1,813世帯(－9)

総人口 4,740人(－18)

男 2,292人(－8)

女 2,448人(－10)

(転入 3人 転出 9人)
(出生 2人 死亡 14人)

編集室から

▶ 関川村発足からの村の出来事、村の歴史文化財調査委員でもある佐藤忠良さんが編纂(へんさん)された歴史年表から引用させていただきました▶ 現在、歴史文化財調査委員会では、平成以降の村の出来事を整理し、関川村史の追補版として全戸配布する予定で作業を進めています。年表だけではなく写真やコラムも入れて、読みやすいものになる予定です。令和6年度内に完成とのこと。本紙では紹介できなかった平成以降の出来事、ゆっくり振り返っていただければと思います。▶ 6月下旬から夕日とホテルの写真の撮りたいと思っていたのですが、今年はリタイヤしてしまいました。来年こそは！(Mako.)

えちごせきかわ大したもん蛇まつり

8/25(日) ステージイベント

10:00～ キッズダンス ハピネス

10:30～ お笑いステージ①

オープニング MC/チカコホンマ
ケビンス
Everybody
スクールゾーン
エンディング

11:20～ えちごせきかわ太鼓龍泉会
～大蛇到着後～

お笑いステージ②

ケビンス

12:30頃 福まき



みんな、来てよネ!!

8/15 二十歳を祝う会

8月15日開催の二十歳を祝う会。

アトラクションには、小・中学校時代にお世話になった5人の先生が駆けつけてくれます。また、お二人からはビデオメッセージを寄せていただきます。

みんなで集まって、あのころの事を語り合いましょう。

8月15日(木)

10:00～ 受付

10:30～12:00

村民会館大ホール



※9:15からの「未来ミーティング」にも、ぜひ参加してください。

せきかわ「出会い」の架け橋に

～真面目な出会いのお手伝い～

安心の婚活のプロ講師による事前セミナーも開催

▽お申込みはこちら▽

男性事前セミナー：9月7日(土) 11時～12時30分
(関川村商工会内にて)

イベント当日：9月29日(日) 13時からスタート
(高瀬温泉 高橋屋観山荘にて)

募集概要：25歳から45歳の独身男女各10名
男性 5,000円 / 女性 2,000円

【主催】関川村商工会青年部(関川村下関110-2 ☎64-1341土日祝休み)



▶こちらは有料広告です

あなたに直撃



キッチンカーじゃ〜む
渡辺 愛華さん
まな か

今月は、4月から道の駅「関川」でオープンしたキッチンカー「じゃ〜む」の渡辺愛華さん（大島）に話を聞きました。

①キッチンカー「じゃ〜む」、やろうと思ったきっかけは？

関川村はいいところなので、もっと人が入って盛り上がったらいい、そのきっかけが自分だったらいいなと思って…。村だけでなく、他のところでも活動できるので、キッチンカーにしました。

②販売しているのが「大蛇焼き」や「大蛇クレープ」。

関川村と言ったら「大蛇」だと思うので、もっとアピールしたいと思って…。富山の人に型を作ってもらったのですが、この型になるまでだいぶ時間がかかって…大変でした。

③これからの抱負は？

これから9月とか10月に、村上市とかでのイベントに出店させてもらう機会があるのですが、もっと関川村への観光客の流入促進につながっていったらいいなと思っています。

季節限定のメニューもたびたび出していますが、もっとお客様に喜んでもらえる商品を創っていきたいです。

フォトギャラリー



五輪の年の「霧出オリンピック」

霧出コミュニティでは6月30日、「霧出オリンピック」と名づけ「グラウンドゴルフ」の大会を開催しました。子どもからお年寄りまで、一足早い「オリンピック」を楽しみました。

わが家の人気者

いっくん(8歳)
樹希
結希ちゃん(5歳)

横田 洋樹さん 千賀さん(宮前)



ゲーム大好き、愛猫（ムサシ）が大好きな樹希。明るく元気で、お友達が大好きな結希。二人共、お友達と仲良く優しい心のまま育ちますように。二人の成長をずっと見守ってるよ。