

## 七ヶ谷雪ほたるまつり

昨年は旧安角小学校の閉校記念行事「雪灯ろう祭」として行われました。今年度、村の地域活性化事業に採択され、新たに「七ヶ谷雪ほたるまつり」として生まれ変わり、大勢の観客を魅了。タランペクラブのメンバーや有志の皆さん、そして七ヶ谷地区の住民が一体となって作り上げたこの祭りは、見事に地域活性化事業の成果が表れた行事になりました。  
(関連記事は11ページに掲載)



# ただいま広報無線整備中

## 今月から取替作業も始まります

村では、現在、老朽化による広報無線の全面更新を進めています。これに伴い、使用する電波がデジタル化され、新しく機能が追加されます。新しい広報無線の機能と戸別受信機を取替作業について紹介します。



新戸別受信機

### 屋外拡声子局(屋外スピーカー)と役場などの通信が可能に

▶川北ふれあい自然の家に設置された再送信子局



これまでは、ハツ口のみ中継を設置していましたが、デジタル化に伴い村内5か所に再送信子局(中継局)を整備します。

また、屋外拡声子局を11か所から17か所(再送信子局含む)に増やすとともに、大規模避難所など9か所から、無線で役場や中学校と双方向通話(電話)ができるようになります。これにより、災害時に電話が使えなくなっても情報収集や伝達が可能になります。

### 親局を中学校へ移転

これまでの広報無線は電波を役場から発射していましたが、今回、親局を移転し、関川中学校から電波が発射されます。

これは、高台にあり耐震化された中学校に親局を置くことで、災害時に通信を確保できる確率が高くなるとともに、災害対策本部が中学校へ移った場合も広報無線の利用ができるためです。普段は役場から遠隔制御装置を利用して放送します。

また、コンピュータ音声による放送が可能となり、基本的にはコンピュータ音声で放送を行います。(消防本部からの火災発生放送はこれまでコンピュータ音声)

なお、1月中旬に中学校・役場・消防本部では機器の設置が完了し、すでに使用しています。これに伴い、定時のチャイムも変更しました。

### 屋外スピーカーは村内17カ所に設置しています

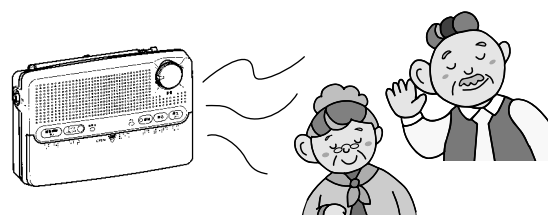
	地区	施設名等	双方向通話	再送信子局(中継)
1	上 関	関川中学校		
2	幾 地	幾地集落入口		
3	土 沢	土沢ふれあい自然の家(旧土沢小)	あり	あり
4	大 島	大島保育園		
5	大 石	大石集落公園		
6	安 角	安角ふれあい自然の家(旧安角小)	あり	あり
7	片 貝	片貝ふれあい自然の家(旧沼小)	あり	あり
8	金 丸	金丸ふれあい自然の家(旧金丸小)	あり	
9	ハツ口	ハツ口国有林内		あり
10	小 見	川北ふれあい自然の家(旧川北小)	あり	
11	高 田	高田地区ふるさと会館		
12	若 山	女川体力づくりセンター(旧女川中)	あり	
13	小和田	女川地区簡易水道水源		
14	中 束	中束集落開発センター	あり	あり
15	田 麦	田麦千刈生活改善センター	あり	
16	南 中	女川ふれあい自然の家(旧女川小)	あり	
17	宮 前	旧J A女川出張所		

### 戸別受信機に録音機能

戸別受信機は今までどおり、音量を下げていても火災などの緊急放送は最大音量で放送されます。

そして、新たに最大で40分録音することができるようになり、それまでの放送を聞き直すことができます。録音時間を超えた場合は、自動で古いものから削除され、新しいものが録音されます。

また、停電時の電源供給用乾電池は、単一電池のほか単二、単三も使用できます。



施工業者などが機器販売や取付費用を請求することは一切ありません。

## ジェイ アラート 全国瞬時警報システム(J-ALERT)

今回の広報無線の更新と合わせ、国の補助を受けてJ-ALERTの整備を行っています。運用開始は、3月中旬を予定しています。

### J-ALERTって？

弾道ミサイル情報など、対処に時間的余裕のない事態が発生した場合に、人工衛星を使って国からの情報を役場で受信し、自動で広報無線から放送するシステムです。

### J-ALERTによって伝達できる情報

- ・弾道ミサイルやゲリラ攻撃などの有事情報。
  - ・地震や気象警報など自然災害に関する情報。
- なお、村では有事情報の伝達を基本とし、自然災害に関する情報は状況をみながら広報無線で放送するようにしていきます。(市町村により伝達される情報が異なります)

## 戸別受信機取替作業

3月中旬から6月ごろまで実施

取替作業は集落単位でスケジュールを組んでいます。作業時期が近づきましたら、詳しい作業期間など、区長さんを通じて文書を配布します。

### 設置場所について

設置場所については、いくつか留意事項があります。事前に検討ください。

・録音した放送を聞くときに、再生ボタンを操作しますので、手の届く位置に設置することをすすめます。

・直射日光の当たる所や湿気の多い所、テレビの近くは避けてください。

・電源ケーブルの都合で、コンセントから3m以内の設置を検討してください。延長コードなどが必要な場合は、利用者側で準備してください。

注) 現在使用している戸別受信機は、電波が停止するため、取替工事完了後から使用できなくなります。



・コンセントは、他の電化製品と共用しないでください。

電波の受信状況などによって、希望される場所への設置ができない場合があります。その際は、設置業者とご相談ください。

### 外部アンテナについて

これまで、外部アンテナが必要なところなどで外部アンテナが必要になったり、外部アンテナを大きいものになければならなかったりする場合があります。これにより、建物の壁に穴を開け、外壁等にアンテナを設置したり、庭先にポールを建ててアンテナを設置したりすることがあります。

## お願い

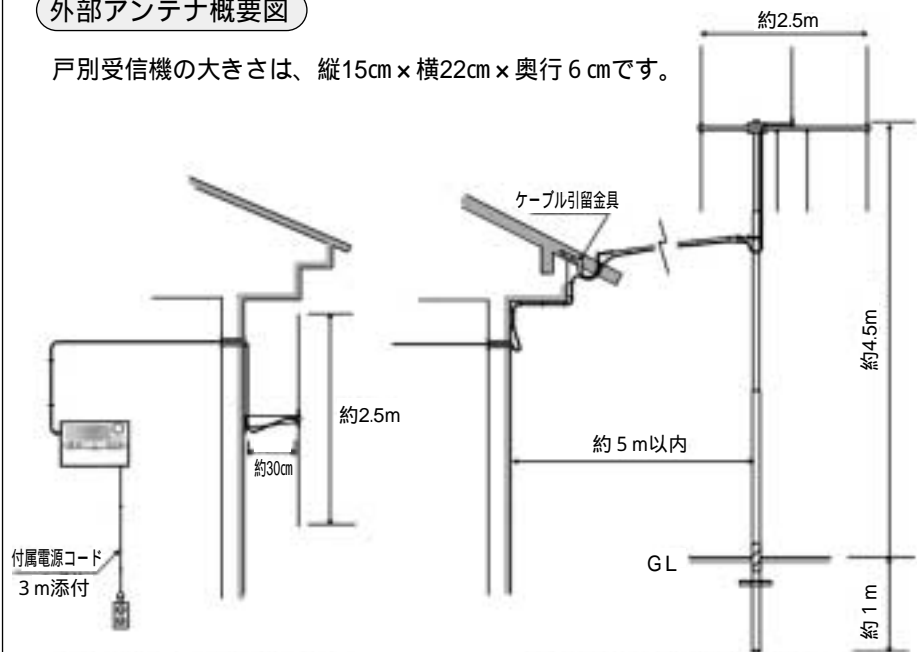
戸別受信機及び外部アンテナは、役場の備品として無償貸与することになります。故障や引越しの際は役場へご連絡ください。なお、電源及び乾電池交換については、利用者側の負担になります。

戸別受信機は、原則1軒に1台とします。1軒に2世帯が同居し、どちらの世帯からも申し込みがあった場合は、設置する際、どちらか一方の世帯として1台のみ設置します。

問い合わせ先  
総務課総務班 TEL 64・1476

### 外部アンテナ概要図

戸別受信機の高さは、縦15cm×横22cm×奥行6cmです。

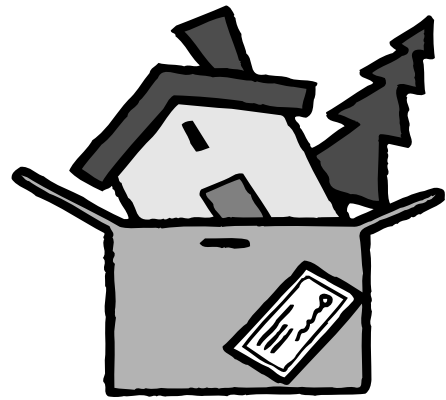


ダイポールアンテナ標準戸別受信機取付図

3素子八木型アンテナ標準戸別受信機取付図

# 3月は引っ越しの時期です

各種手続き  
お忘れなく



## 住所変更などに伴う手続き

内容	届け出の種類	届け出期間	届け出に必要なもの
村外から引っ越してきたとき	転入届	住み始めてから14日以内	届出人の印鑑 国民健康保険、 後期高齢者医療、 介護保険に加入している人は保険証 国民年金手帳 転入届をされる人は、以前住んでいた市区町村から発行された転出証明書 転出届の際に転出証明書を交付します 本人確認できるもの(運転免許証や健康保険証など)
村内で住所が変わったとき	転居届		
村外へ引っ越すとき	転出届	あらかじめ転出前に	

### 住所変更の手続き

住民福祉課住民班  
☎六四 一四七一

3月といえば・・・卒業、入学、就職のシーズンです。それにあわせて、引っ越しされる方も多いのではないのでしょうか。引っ越しの際に必要なものが、住所変更などの各種手続き。必要な手続きは住所変更だけではありません。そこで今回は、主な手続きについてお知らせします。

保険、国民年金の資格や給付、印鑑登録など日常生活と密接な関係がありますので、該当する方は、忘れずに手続きをしてください。

転入や転出など住所変更をされる場合、それぞれ手続きが必要になります。  
住民基本台帳(住民票)は、選挙人名簿の登録、国民健康

なお、犯罪の未然防止のため、各種証明書の請求時など窓口で本人確認を行います。本人確認ができるもの(運転免許証や健康保険証など)を必ずお持ちください。

### 上・下水道の手続き

建設環境課水道環境班  
☎六四 一四七九

上・下水道の手続きについて、転入や転出をされる場合、それぞれ届け出が必要になりますので、忘れずに手続きをしてください。

#### 転入の場合

加入や休止解除の申請が必要な場合があります。

#### 転出の場合

休止や廃止、名義変更などの申請が必要な場合があります。

なお、申請には印鑑が必要です。必ずお持ちください。



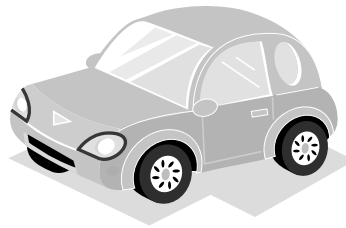
## 軽自動車等の届け出・問い合わせ先

車種	届け出・問い合わせ先
役場でできる手続き 原動機付自転車 (125cc以下) 小型特殊自動車 (農耕作業車を含む)	税務会計課税務班 ☎64-1451 廃車手続きの際、標識と印鑑をお持ちください。標識を紛失された場合は、てん末書と手数料300円が必要です。
役場でできない手続き 軽二輪車 (126cc～250cc)	新潟県軽自動車協会 (新潟市東区紫竹卸新町1927-16) ☎025-275-5704
二輪の小型自動車 (251cc以上)	北陸信越運輸局新潟運輸支局 (新潟市中央区東出来島14-26) ☎050-5540-2040
軽三輪車 軽四輪車	軽自動車検査協会新潟主管事務所 (新潟市東区紫竹卸新町1927-12) ☎025-275-5845

軽自動車税は、毎年四月一日現在において、原動機付自転車・小型特殊自動車及び二輪の小型自動車・軽自動車を所有している方に課税されます。廃車される場合や他人に譲渡される場合はもちろん、村外に転出される場合も届け出が必要になります。

**バイク・軽自動車の手続き**  
手続きは車種ごとに異なります。左表をご覧ください。

届け出を忘れると、毎年課税されることとなりますのでご注意ください。



## そのほかの手続き

電気・郵便物などに関する手続きも必要です。

### 電気

引っ越しの数日前に、管轄の営業所への連絡や引っ越し当日から使用できるよう確認しておく必要があります。問い合わせ先/東北電力コールセンター  
☎〇二〇 一七五 二六六  
なお、同社のホームページ

(<http://www.tohoku-epco.co.jp/callcenter/>)  
からも手続きが可能です。

### 郵便

最寄りの郵便局にある転居用の用紙に、新旧の住所を記載して郵便局へ提出してください。

### 運転免許証

引っ越し先で手続きが必要になります。新住所を所管する警察署または運転免許センターで手続きを行ってください。

# 国民年金からのお知らせ

## 国民年金の保険料免除制度について

国民年金には、所得が少なく保険料を納めることが困難な場合に、本人の申請によって保険料納付が免除される「保険料免除制度」があります。

この制度は、本人とその配偶者及び世帯主の前年の所得が一定の基準額以下の場合に承認され、保険料の全額が免除される「全額免除」のほかに、世帯の所得に応じて保険料の一部を納付して残りが免除される「一部納付(一部免除)」があります。「一部納付(一部免除)」には1/4納付、1/2納付、3/4納付の3種類があります。(一部保険料が未納の場合、その期間の一部免除は無効(未納と同じ)になります)

また、世帯主の所得が多いため保険料免除に該当しない場合でも、30歳未満の若年者の方については本人及び配偶者のみの所得で審査して基準を満たせば、保険料納付が猶予される「若年者納付猶予制度」がありますので、納付に困っている方は、下記まで問い合わせください。



国民年金に関する問い合わせ先 住民福祉課住民班 TEL 64-1471

介護保険の状況

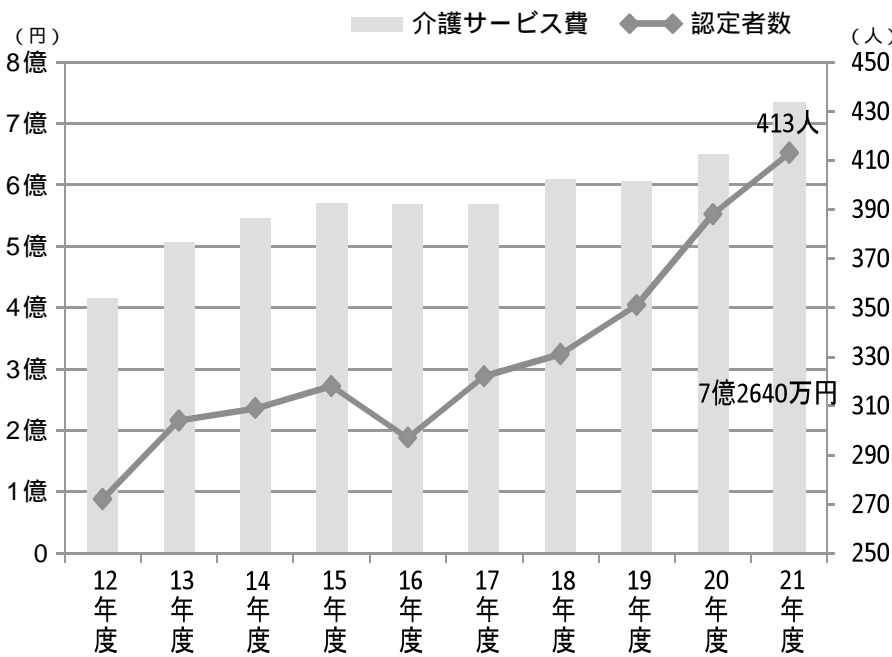
平成21年度の実績です

介護サービス費は前年度より約8千万円増の

**7億2千万円超**



村の認定者数と介護サービス費(村の総額)の推移



関川村の総人口に占める六十五歳以上の高齢者数の割合は、平成二十二年三月末現在で三四・五％。そのうち、介護認定を受けた方は、前年度(平成二十年度)から二十五人増の四百十三人。高齢者のうち約十八％が認定されている状況で、年々伸びている高齢化率に比例して増加傾向にあります。その中でも中度者(介護度2・3)の方が最も多く、全体の四七・七％を占めています。

また、介護サービス費は七億二千六百四十万円程度。認定者一人あたり約百七十六万円となりました。

みんなの希望に向かって

村民が感じる健康とは…

地域の茶の間のリーダーに「あなたが健康と考える状態を教えてください」と聞いたところ

「気持ちよく体が動く」「笑って暮らせる」「感動できる」「家族仲良く暮らす」「仲間とおしゃべりが楽しい」「お酒が美味しい」など、たくさん

の答えが返ってきました。一人ひとりの健康のイメージ(健康感)が具体的にとても分かりやすいうえ、身体もここ

ころも元気でないと達成できないものばかりで、改めて健康で暮らしていくという意味を発見した瞬間でした。

これからの介護予防

高齢になればなるほど、動きは遅くなり、目は見えづらくなり、物覚えも若い時のようにはいきません。高血圧で薬を飲んだり、膝が悪くて歩くのに杖が必要になったりする人が増えても当然。大切なのは、高齢になっても、今の自分に出来ること、今の自分がしたいことを家庭で、地域で、仲間と一緒に実現していく事が健康な暮らしを長く続

けていくコツだと思っようになりました。

村民の健康感こそが、これから私たちが実現していかなければならない目標です。

活動の輪を広げよう

今、各地の「地域の茶の間」では自分たちのできることを、自分たちがしたいことを実行し始めています。「運動で元気に!」「小物づくりで脳を活性化!」良く学び、よく話し、そしてよく笑い、そんな居場所が増えていくのはとても嬉しいです。

村も地域のつながりが大事にされる、そして、高齢者の笑顔があふれる村を共に目指します。

(地域包括支援センター 近 百合)



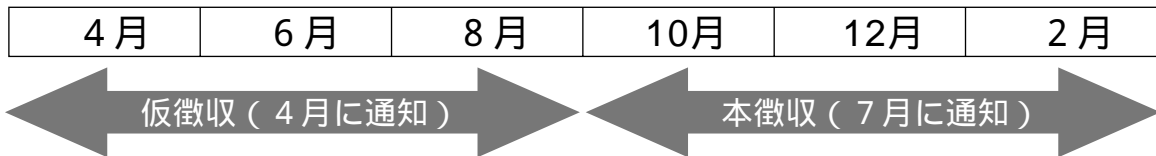
# 介護保険料の納め方は？

保険料の納め方は、年金の受給額によって以下の2通りに分かります。

## 特別徴収

老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金が、  
年額18万円以上の方 年金から天引きになります。  
老齢福祉年金、寡婦年金などは、対象となりません。

保険料が年金の支払月（年6回）に天引きになります。  
年度の途中で特別徴収の対象者として把握されると、おおむね6か月後から保険料が年金から天引きになります。



6月の村民税確定後に介護保険料の年額を決定します。そのため、4月、6月、8月は暫定の保険料での徴収となります。前年度の2月分と同じ保険料額となります。

前年の所得をもとに確定した年間保険料額から、仮徴収分を差し引いた額を3回で割ります。

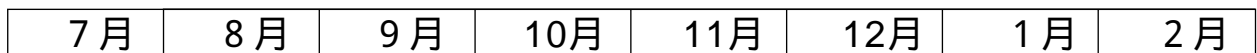
## 普通徴収

老齢（退職）年金、遺族年金、障害年金が、  
年額18万円未満の方 納付書あるいは口座振替で納めていただきます。

保険料を納期限までに納付してください。納期限は7月から翌年2月までの年8期となっています。

村から通知書と納付書を送付します。

関川村役場・村上信用金庫関川支店・にいがた岩船農協関川支店・第四銀行坂町支店・ゆうちょ銀行で納付できます。



前年の所得をもとに確定した年間保険料額を納期数（8期）で割ります。



### 便利で確実な口座振替を！

村収納機関（村上信用金庫関川支店・にいがた岩船農協関川支店・第四銀行坂町支店・ゆうちょ銀行）または関川村役場で手続きが出来ます。

下記のものをお忘れなく！

保険料の納付書    通帳    印かん(通帳印)

# 「後期高齢者医療制度」のお知らせ

## Vol.8 健康診査に関するQ&A

生活習慣病といわれる糖尿病や高血圧症、脂質異常症は、最初は症状がなくても心臓病、脳卒中などの重大な病気につながります。

後期高齢者医療制度に加入している方は、無料で健康診査を受診することができます。健康の保持増進と安心した生活を送ることができるよう、年に1回、健康診査を受診しましょう。

**質問1** 後期高齢者医療制度に加入することになりました。健康診査はどこで受診すればいいのですか？

【回答】 村で実施している集団健康診査を受診することができます( )。詳しくは役場住民福祉課に問い合わせください。がん検診等を同時に受診できる場合もあります。

なお、加入前に別の医療保険で健康診査を受診した方や職場などの定期健診、人間ドックを受診する方はあらためて受診する必要はありません。

医療機関で健康診査を受けることもできますが、全額自己負担ですので注意してください。

**質問2** 健康診査の内容を教えてください。

【回答】 健康診査の検査項目は次のとおりです。

問診(日頃の生活習慣の傾向を調べます)、身長・体重
血圧測定(心臓病、脳卒中などの原因となる高血圧を調べます)
脂質検査(血液検査。中性脂肪・コレステロール等、動脈硬化などの状態について調べます)
血糖検査(血液検査。血糖値等、糖尿病の早期発見のために調べます)
肝機能検査(血液検査。肝臓の状態について調べます)
腎機能検査・尿検査(腎臓の機能障害などの状態について調べます)
貧血検査(貧血症状の早期発見のために調べます)

**質問3** 現在、生活習慣病などで医療機関に通院中です。健康診査を受けることができますか？

【回答】 すでに医療機関で必要な検査を実施していると思われるが、医師と相談いただき、受診を希望される場合は、村で実施している健康診査を受診することができます。



# 入居者を募集します

## 若者向け住宅(メゾン下関)



広報せきかわ2月号でお知らせしました、若者向け共同賃貸住宅「メゾン下関」が3月中旬に完成します。村では、新規入居者の募集を行います。

募集戸数	Aタイプ(世帯向け)	5戸
	Bタイプ(単身向け)	7戸
規模	Aタイプ	3LDK(居住面積 約84㎡)
	Bタイプ	1SDK(居住面積 約43㎡)
仕様	オール電化住宅	
家賃	Aタイプ 月額	40,000円
	Bタイプ 月額	30,000円

### 入居資格

- ・入居日において満18歳以上満45歳以下の方で構成する世帯であること
- ・村内に住所があるか、または入居後、住所を置くこと
- ・保証人が県内居住者であること
- ・国税、地方税、公共料金等に滞納がないこと
- ・Aタイプは、配偶者または満18歳以下の同居する方を扶養していること
- ・入居期間は、入居者または同居者が満45歳に達した日の属する年度末までとする

入居者負担 家賃・電気・上下水道料等

入居予定 平成23年3月25日(金)以降

申込期間 3月7日(月)~11日(金) 8時30分から

17時15分まで

募集戸数を超えた時は、選考・抽選となります。

【問い合わせ先・申し込み先】

建設環境課地域整備班

TEL 64 - 1479

3月6日(日)

9時30分から17時まで  
内覧会を行います

## 防災意識を高めよう 関川小4年生が防災ポスターを作成

子どもの頃から防災に対する意識を持ってもらいたいと、関川小四年生の児童52人が、このたび防災ポスターを作成しました。子どもたちの作成した防災ポスターに村長賞や消防団長賞などが贈られましたので紹介します。(敬称略)

副村長賞



中村華梨(上関)

他に 平田 義朋(小見)  
富樫 あい(下土沢)が受賞

団長賞



三須 妃 姫(下関)

他に 渡辺 海咲(下関)  
駒沢 陸(鎌江沢)が受賞

村長賞



伊藤 佐和子(南中)

他に 橘 聡(湯沢)  
駒沢 愛(鎌江沢)が受賞

# 「無関心ではいられない」

## いじめに立ち向かおうプロジェクト集会 in 関川中学校

一月二十八日、関川中学校で「いじめに立ち向かおうプロジェクト」が開催されました。これは、安心して学校生活を送るにはどうすればいいのか全員で考えることを目的としたもので、関川中学生徒会が主催。集会には今春から新しく中学生となる関川小六年生も参加しました。

造（被害者・加害者・観衆・傍観者）をテーマにした自主製作映画「そんなことないよ！」の上映や、グループに分かれてのミニディスカッションが行われ、クラスごとの発表会では「被害者をひとりにしないこと」「傍観者へ呼びかけよう」「あいさつが飛び交う教室を作ろう」など様々な意見が出ました。



### ミニディスカッション

で司会を務めた市井浩太郎さん（三年・山本）は、「今回の全校集会を通して、みんなに勇気を持って仲裁者になってもらいたいと感じました。三月で関川中学校を卒業しますが、これからいじめの起きない学校であり続けてほしい」と感想を話していました。

村内の中学校が統合した平成十七年に始ま



った「いじめに立ち向かおうプロジェクト」。生徒会が中心となって進めてきたこのプロジェクトも今年で五年目を迎えました。

年間を通して、全校生徒でいじめを考え、いじめと向き合う。様々な意見を出し合い、その意見をお互いに尊重し合う。そうした活動で全生徒がいじめに関心を持つことで、より絆が深まり、いじめの起きない校風がつくられていくでしょう。



二月十五日、役場三階の議場で、関川小児童による「ミニ議会」が開かれました。

これは、社会科学習の一環で、政治を身近に感じようとして行われたもので、六年生四十九人が議員として出席。議事進行には、高橋八男議長、答弁に平田大六村長や佐藤忠良副村長、野沢専治教育長などが出席しました。

授業で新聞スクラップを行っている子ども議員の皆さん。以前、新聞に国勢調査の記事が掲載されていて、そこで村の人口減少率が県内で三番目に高いことを知りました。これ以上人口が減らないために、子どもたちから様々な提案が

## 「関川村のこれから」 について考えたい ～関川小児童によるミニ議会～

発表されました。農産物のブランド化や特産品の開発、旧校舎の活用方法、高齢者の生活しやすい村づくりなど十五の質問がありました。村長や教育長が答弁すると、子ども議員の皆さんはメモをとったり、再質問をして、村の現状や今後の取り組みについて学んでいました。

村の特産品について質問を行った河内保乃華さん（大石）は「村には、いくつかの特産品がありますが、他にどういったものがあるのか気になって質問しました。新しい特産品ができれば道の駅で販売してPRしてほしいです」と感想を話していました。

# これが近未来の教育！

## 関川小学校が「教育スクウェア×ICT」事業 対象校に選ばれました

平成二十三年度から、関川小学校で情報通信技術（ICT）を使った取り組みが始まります。これは、今後、ICTの活用が見込まれる教育分野で、様々な情報を収集したり検証することを目的として行われるもので、事業主体はN-TTグループ。

事業名は、「教育スクウェア（バイ）ICT（アイシーティー）」。

内容は、職員室と教室、学校と家庭を高速大容量通信（ブロードバンド）で接続し、算数・理科・社会科などの授業でデジタル教材を利用したり、児童にタブレット型端末機を貸し出し家庭学習に使用してもらうことで、実際の教育現場でどのような効果、問題があるのかを検証することです。事業期間は三年間の予定で、五年生が対象となります。



写真はイメージです

▶児童生徒が使用するタブレット型端末機

また、この取り組みは、児童にとって「安心・安全な環境で、楽しみながら学びを深めることができる」、「自分の個性や学習スタイルにあった学びができる」そして、先生にとって「自分でデジタル教材を作成できる」、「児童一人ひとりの個性や能力に応じた指導ができる」と

力に応じた指導ができる」となど、教育現場で求められるニーズや課題の解決にICTがどのように貢献できるのかが注目されています。事業内容については、三年間を通じて随時検討され、状況に応じた取り組みが行われる予定です。

事業を行うにあたり、昨年秋に完成した高速情報通信網（光ファイバ網）がこの取り組みを可能にする重要な基盤となりました。

今回、対象校として選ばれた自治体（小学校）は、関川村（関川小学校）の他に、秋田県八峰町（三校）鹿兒島県

与論町（三校）、神奈川県川崎市（一校）の全国で四自治体（公立小学校計八校）です。

この取り組みにあたり、保護者の皆さんにご面倒をおかけすることもあるかと思いますがご理解とご協力をお願いします。

# 大石どもんこ祭り&七ヶ谷雪ほたるまつり

二月十二日、大石ダム湖畔 県民休養地を会場に恒例となつた「おおいし・どもんこ祭り

り」が、大石・山と川に親しむ会（高橋八男代表）の主催で開催されました。

当日は、村内外から約三百人の方たちが訪れ、巨大どもんこや竹スキー、バナナボートなど冬の魅力を満喫していました。



▶どもんこ祭りに参加した国際ボランティア学生協会（I.V.U.S.A.）の大学生たち

二月二十日、安角ふれあい自然の家（旧安角小学校）で「七ヶ谷雪ほたるまつり」が開催されました。まつりはタランペクラブ（加藤克徳代表）の主催。杵差岳の麓に形成されている七ヶ谷地区の集落を約千五百個の雪灯ろうを使っ



会場のあちこちから「すい〜きれい」の音が聞こえてきました

て見事に表現しました。暗闇の中に浮かび上がる姿はまさに「雪ほたる」。訪れた大勢の観客を魅了しました。

# 第5回

## 「米坂線に乗って、 米坂線を写そう！」 フォトコンテスト入賞作品

「米坂線に乗って、米坂線を写そう！」フォトコンテストの審査会が2月14日に行われ、入賞作品が決定しました。

コンテストは、米坂線沿線市町村で組織されている米坂線整備促進期成同盟会（平田大六会長）の主催で毎年行われているもので、今年で5回目。撮影期間は1年間で、29名の方から66点の応募がありました。

\* 敬称略。作品はカラー写真です。

宇尾野  
智（阿賀野市）



優秀賞  
「夕日を背に」



最優秀賞  
「溪谷疾走」

齋藤 徹（飯豊町）

### 入選

「雪のクリスマス」



神尾 彰（米沢市）

### 入選

「鉄 橋」



小林 正 巳（上越市）

### 入選

「橋梁を行く」



高橋 光 弘（上越市）

### ご当地賞

「冬晴の昼下り」



山 中 英 一（山形市）

### ご当地賞

「新緑の米坂線」



磯 部 俊 雄（村上市）

### ご当地賞

「どちらへ？今泉まで」



坂 川 義 雄（新潟市）

先生から  
先生に



太田寛子さん

(関川小学校 栄養主査)

# 随想リレー

84

関川村勤務三年目を終えようとしている私は、  
松原（旧朝日村）に住んでいる私は、  
関川村勤務三年目を終えようとしている私は、  
松原から村上に出て、旧神林村、桃  
川峠を越えて関川村に入ります。樹木や  
草花を眺めることが大好きな私にとって  
四季折々にかもし出される樹木や草花の  
美しさに心がなごみ、至福の一時です。  
このコースのお気に入りには、鉞打峠に  
入る頃、私を迎えてくれる一本一本入念  
に手入れされ、スラリと伸びた美しい杉  
林。旧川北小学校の校庭に見事に咲く桜  
とつつじ。そして、目の前に広がる飯豊  
連峰、杵差岳、立烏帽子、とうとうと流  
れる荒川とそこに架かるオレンジ色の小  
見橋。絶景です。日々楽しく通勤してい  
る私です。

学校栄養士の仕事について早、三十八  
年目になります。私の願いは、やはり「子  
どもたちの心と体の健康」です。将来、  
生活習慣病で悩み、苦しむこと無く、健  
康で生き生きと生活をしてほしいと思  
います。お聞きになったことがあると思  
いますが、「早寝・早起き・朝ごはん」これ  
は、全国的に取り組みを行っているテー  
マです。この習慣を身に付けることが、  
子どもたちの「体力向上」「学力向上」  
「心の安定」そして生活習慣病の予防に  
つながると言われています。  
ぜひ、家族ぐるみで「早寝・早起き・  
朝ごはん」を「合言葉」にして取り組ん  
でほしいと願っています。

今回で「随想リレー」は終了します。



ご当地賞  
「鉄橋を渡る薫風」  
小笠原 弘  
(長井市)



ご当地賞  
「桜と列車」  
高橋 広行  
(南陽市)



ご当地賞  
「原風景の中を」  
渡辺 アツシ  
(福島市)



ご当地賞  
「深山の新緑」  
大湊 千広  
(米沢市)

\*紙面の都合でお名前のみ紹介します。

佳作 島貫一郎（飯豊町）・堀川明彦（郡山市）・遠藤一義（米沢市）・川上貞憲（村上市）・池田弘（米沢市）・近伸太郎（新潟市）・北川要（上越市）・酒井次生（米沢市）・阪野吉平（川西町）・田村朋寛（米沢市）

入賞作品は米坂線整備促進期成同盟会ホームページでもご覧いただけます。

<http://www.flowering.ne.jp/yonesaka/>

# 8020



## 健康せきかわ21

# いきいきライフ

「お口の健康づくりで快適な生活を目指しましょう」

「関川村歯科保健計画」に取り組みます」

県では早くから口の健康に対する取り組みを実施してきました。その結果、子どものむし歯は、九年連続で日本一少なくなっています。しかし、村では三歳・五歳児のむし歯の割合が県内一多くなっています。そこで、村では生涯を通じて口の健康づくりを広めるために、平成二十一年度から歯科保健計画の策定にとりかかり、計画づくりを進めてきました。

(計画は、平成二十三年三月に完成する予定です)

口の健康は、子どものむし歯予防だけではなく、私たちが毎日、何気なく行っている「よく噛んで食べる」「会話を楽しむ」「うれしい、悲しいなどの表情を表す」「息をする」などは、口の中が健康だからこそできることで、口の健康は全身の健康にもつながっています。

また、硬いものを噛める人ほど元気で暮らせることがわ

### 村民のみなさんをお願いしたいこと

自分の口や歯に関心をもち、毎日2回以上は歯みがきをしましょう。

歯ブラシや歯間部清掃用器具(デンタルフロス・歯間ブラシなど)を使って、歯や歯ぐき・入れ歯の手入れをしましょう。

むし歯予防のため、甘いものは控え、噛みごたえのある食べ物をしっかり噛んで食べましょう。

かかりつけの歯医者さんを見つけ、定期的に歯の健診やアドバイスを受けましょう。

村や地域の健診や健康イベントに参加しましょう。

介護が必要な人や障がいのある人の歯や口に異常がないか、周りの人が気付いてあげましょう。(食事の時にむせる、ぐらぐらする歯がある、お口の臭いが気になるなど)



かっています。高齢者にとつて、口の健康、歯の健康は生きがいにも通じるので、八十歳で自分の歯を二十本以上残そうという「8020(ハチマルニーマル)運動」を全国で呼びかけています。

今後、村では様々な機会に口の健康に関する講話や歯科

指導を行う予定です。生涯楽習広場では、歯科保健計画の紹介と、歯と口の健康に関する講演会を開催予定です。多数のご参加をお待ちしています。

問い合わせ先  
住民福祉課 保健師  
☎六四 一四七二

お口の中から  
健康づくり  
始めよう!

## 何かと忙しいこの時期… ストレスがたまっていますか

年度末から春にかけては、新しいスタートに向かって、準備をしたり、新たな環境に慣れようとしていたり、何かと忙しい時期に入ります。忙しさからくる疲れや、環境の変化に慣れようとすることで、心身ともにストレスを感じやすい時期です。また自分のことだけでなく、家族がそうした時期にある場合にも、心が緊張して、ストレスに感じることもあります。

この時期は、特に、体の疲れや、心の緊張をほぐす心がけが大切です。ここでは、手軽にできるリラククス方法について紹介します。

### 手軽にできる「体」のリラククス

- ・お風呂にゆっくりつかる  
(足湯、手をお湯につける、肩を温めるなど、部分的に温めることも良い)
- ・マッサージやストレッチをする  
(歩くことも、血流改善や気分転換になります)

・きちんと食事をとる

(ストレスに効果があるトリプトファンを含む食材を取り入れても良い。牛乳・チーズ・そば・シラス・バナナ・アーモンド・豆乳など)

・カゼ予防をしつかりする  
(ストレスがたまると、免疫力が落ちます。季節の変わり目でもあり、手洗い・うがい・加湿で予防しましょう)

### 手軽にできる「心」のリラククス

- ・ガムを噛む  
(噛むという適度なリズム運動が、平常心と集中力を維持させる、脳のセロトニン分泌を促す)
- ・お茶を飲む  
(リラククスできて、集中力や体力の回復になります)
- ・大変な時は、まず相談する  
(一人で抱え込んだり、頑張り過ぎないことも大切。早めに相談しましょう)

## 健康講座

76

### 肺がんについて

県立坂町病院 内科 浅野 良三

肺がんは近年急速に増加しており、日本では一九九八年以後、がんの中で死亡原因の第一位を占め、年間七万人が肺がんになり、六万人以上の方が亡くなっています。

症状としては、せき、呼吸困難、胸痛、血痰などが認められますが、無症状のことも多く、早期発見には定期的な検診が重要です。最近CT検査による検診が注目されていて、胸部X線写真では発見できないような早期の肺がんも見つかっています。

検診方法として、胸部X線写真、重喫煙の方には痰の細胞診断、CT検査が行われています。診断は主に気管支鏡と呼ばれる内視鏡を用いてがん細胞を採取します。同時に全身検査を行い、がんの進行

度を調べます。

治療方法は非小細胞がんと小細胞がんに分けて、進行度によって決定されます。非小細胞がんの場合は、早期に診断された場合、外科的切除により高率に治りますが、最近では負担が軽い胸腔鏡(内視鏡)による手術も行われています。どちらの手術法がよいかは、肺がんの大きさや進行度、肺がんのできた部位により異なります。手術ができない場合も、早期であれば粒子線治療や放射線照射で治すことが可能です。一方、遠くの臓器への転移やリンパ節転移のある進行したがんでは、放射線照射や抗がん剤の投与で、症状の改善と、ある程度の延命効果が期待できます。

しかし、進行肺がんについ

ては、現時点では、治る方の割合は多いものではありません。近年、分子標的治療薬と呼ばれる新しい薬が開発され、人によっては劇的な腫瘍縮小効果と延命効果が得られています。東洋人、女性、非喫煙者、腺がんの方に効果が現れやすいことがわかっています。

さらに肺がん細胞の遺伝子検査で遺伝子変異のある方に効果がみられることも分つてきました。一方、喫煙者、扁平上皮がん、男性では効果が乏しく、間質性肺炎の副作用がでやすいことが知られています。また、肺がんの発生に喫煙が強く関与することが証明されていて、現在、最も重要な肺がんの予防対策は禁煙の徹底です。いずれにしても、喫煙は今すぐ止めることが推奨されます。(日本呼吸器学会ホームページより)



\*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎六二 三一一

▶発表後に行われた意見交換会のようす



## よそ者・若者・バカ者の視点から

IVUSA(国際ボランティア学生協会)による  
地域活性化のための提案

学生たちが外部から見た村の良さを、もう一度村民の皆さんに再認識してもらいたいとの想いから実現したものです。学生たちから「雪かきを通して交流を深めたり、自衛隊や消防を対象に雪害訓練を実施してみるのはどうか」「伝統である猫ちぐらをビジネス展開するために、株式会社を設立し、村内の雇用を確保してはどうか」など、斬新なアイデアが全部で四つ提案されました。

IVUSA事務局の鈴木千春さんは「例えば、楽しいツアーでなく、厳しいツアーを企画し、他団体と差別化を図ることでオンリーワンの村になるのでは」と話していました。

「大石どもんこ祭り」に参加した国際ボランティア学生協会IVUSAの学生約三十人が、「地域活性化」をテーマにした企画の提案(プレゼンテーション)を二月十三日

に村民会館大ホールで行いました。プレゼンテーションには、学生たちの他に、役職員約三十人が参加。これは、



## 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

◆お問い合わせは村民会館へ  
TEL 64-2134



## 図書室の窓から

村民会館図書室

新しい季節に向けて、色々な準備に忙しい毎日を過ごされている方もいるのではないのでしょうか。3月は別れと旅立ちのとき…。でもその先には、新しい出会いと希望に満ちた明日が待っています。

### この本よんで!!

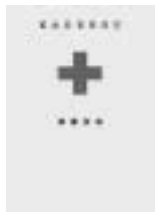
「もりのひなまつり」  
こいで やすこ さく エコ



森に住む子ねずみたちにお呼びされて、おひなさまたちは森の広場へ出かけました。動物たちが集まって、すてきなひなまつりが開かれました。

### 今月の1冊

「KAGEROU」(カゲロウ)  
齋藤 智裕 著 913サ



職を失い、ヤスオはビルの屋上から身を投げようとする、黒ずくめの服を着た不気味な男に引き止められます。命とは、人間の価値とは何か考えさせられる1冊です。



### 今月の図書館バス

にじ色と、「汽車」のメロディーが目印です。

女川～川北～沢 方面 …………… 13(日)  
大島～大石～片貝方面 … 5(土)・20(日)

13日(日)は **おはなしのかい**  
「エンジョイ!生涯学習広場」と同時開催!

ブルーベリーの皆さんが贈る、ステキなおはなしの世界…。ろうそくを使っての演出が幻想的です。家族みんなでの参加も大歓迎!無料です!

参加してくれた子どもたちにはかわいいシールをプレゼント!

祝日と毎週水曜日がお休みです。平日は13時～17時30分まで、土・日は9時～17時まで開館しています。



# あなたに直撃 95



渡邊 ななさん  
(関川中学校2年・上関)

関川中学校が取り組んでいる「いじめに立ち向かおうプロジェクト」に生徒会副会長として携わった渡邊ななさんに話を聞きました。

「いじめに立ち向かおうプロジェクト」を通して感じたことや気付いたことは？

いじめをなくすには、いじめを絶対許さないというクラスの雰囲気づくりがとても大切だと感じました。

このプロジェクト以外に、これから生徒会として取り組んでいきたいことは？

全校レクリエーションです。毎年行っていますが、昨年以上に回数を増やしたいと考えています。1～3年生全員でレクリエーションをすることにより、普段あまり話さない人とも話す機会が増えます。それも、いじめをしない雰囲気づくりになるので、もっと活発にしていきたいです。

4月から3年生になりますが、学校生活での目標は？

最上級生としての自覚を持つことです。生徒会活動や部活動など、引っ張ったりまとめたりする場面がたくさんあると思うので、しっかり取り組んでいきたいです。

それでは将来の夢は？

まだ決まっていませんが、高校・大学へ進学したいと思っているので、しっかり勉強していきたいです。そしてどのような職業についても通用する力をつけていきたいです。

## 「食品表示ウォッチャー」になってみませんか？

県では、普段の買い物の機会などを利用して食品表示の状況を確認し、県に情報を提供する平成23年度の「食品表示ウォッチャー」を募集しています。

### 対 象

県内在住の20歳以上の方で、研修会（4月下旬予定・平日）への出席が可能な方  
食品表示ウォッチャー経験者の方も可

募集人数 100人

募集期限 3月31日(木)

### 【問い合わせ先】

県食品・流通課 TEL 025 - 280 - 5743

## お家に眠っていませんか？

### 図書室の本

～ 本の返却にご協力ください ～

図書室では、約200冊の本が返却期限を過ぎても貸し出されたままとなっています。

下のようなバーコードと、背表紙に請求記号の記されたシールが貼ってある本は、図書室の本です。（番号はそれぞれ違います）



一度貸し出した記録は、返却されるまで残り続けます。返却期限が何年過ぎていても構いませんので、図書室へ返却してください。

## 大会結果

\* 敬称略

### 第23回

### 村民囲碁将棋大会

期日 2月11日  
会場 村民会館休養室

成績  
囲碁の部

優勝 大沼 剛(上土沢)

準優勝 渋谷 鐵男(上関)

第3位 佐藤 忠良(朴坂)

将棋の部 A

優勝 佐藤登志雄(大島)

準優勝 中東 光久(下関)

第3位 御簾納良平(下関)

将棋の部 B

優勝 安達 保弘(大石)

準優勝 伊藤 昌義(村上)

第3位 伊藤 武雄(下関)

### 第23回

### インドア

### ゲートボール大会

期日 2月16日

会場 村民会館アリーナ

成績

優勝 下関チーム

準優勝 女川上野チーム

第3位 蛇喰チーム

敢闘賞 光兔チーム

# じっくり心をこめて

## スロー フード

84



### 大根とにんじんのくるみあえ

根菜にくるみと豆腐のしっとりとした和え衣がよく合います。くるみの風味がアクセントになります。

青菜や山菜と和えてもおいしいです。

## 《今月のご紹介》

関川村食生活改善研究会の皆さん

### 材料 (4人分)

- ・大根 400g ・にんじん 200g
- ・くるみ 100g ・砂糖 100g ・豆腐 200g
- ・塩 少々 ・酢 少々

### 作り方

大根とにんじんは千切りにし、それぞれに茹でて軽く水分をしぼっておく。

豆腐はさっとゆでて、ふきんでしぼる。

くるみをすり、砂糖・塩・豆腐を加え、ごまだれを作り酢を少々入れる。

に、大根・にんじんを入れ加える。

## せきかわ文芸

### 短歌

少女期を共に子守し友徳び  
逢われることなく八十路に向かう

須貝 恵美  
(高田)

いとどしく吹雪ける音に堪え兼ねて  
あらぬ廊下に落つる梁塵

小池 啓子  
(下関)

穏かな節分を迎え福は内  
鬼の力も借りたい除雪

佐藤 庄七  
(愛広苑)

七人のおみな集いし部屋内に  
古稀祝うがに春日入りくる

渡辺千恵子  
(上関)

雪原のつづく田の面は霧がたち  
冷気ただよう凍みわたる朝

山口 藤枝  
(辰田新)

### 関川俳句の会作品

雪降し見上げて若さ欲しくなり

渡辺しづい

ブランコを揺らし合いたる日は昔

渡辺しづい

籠り居て為す事もなく冬日暮れ

南 セツ

鍋料理続く吹雪の夕餉かな

南 セツ



船山義次郎は昭和四年四月七日関川村下川口に船山堅松の二男として生まれた。関国民学校在学中、昭和十六年に当時一校に一人の健康優良児として県より表彰された。昭和十九年四月

# 近・現代 関川郷の人びと

執筆者：佐藤貞治（「せきかわ歴史とみちの館」館長）

## 船山義次郎

一日、日本国有鉄道片貝線路班に就職。昭和二十一年帰還を待ち侘びていた兄戦死の報が入り、国鉄を退職して船山家の跡継ぎとなつて農業に従事した。

昭和五十八年八月村民から推されて関川村議会議員に初当選し、以来三期十二年間の永きにわたり議会の円滑な運営に尽力。関川村議会総務厚生常任委員、会正副委員長の要職を歴任し、持ち前の優れた才知と適切な判断力、高邁な政治信念をもつて関川村の伸展と村民生活の向上に多大な貢献をした。昭和六十二年、かねてから公衆衛生、公共の福祉の見地から設置の要望があつた村営の墓地「白山霊園」の完成をみた。当霊園が完成に至るまでには船山義次郎が関係機関や議会関係者に対して設置の必要性を説明し理解を得るなどの功績によるところが大きい。また村民体育館、安角小学校新校舎などの教育関係施設の施工をはじめ、高齢者生活福祉センター「ゆづあい」の整備推進に積極的に尽力した。村の教育振興、環境衛生、社会福祉に資する各種社会資本の整備に事業推進役として果した功績は大きい。

船山義次郎はそのほか、民生委員、農業委員、農業共済組合理事など多くの公職を歴任し活躍した。そして下川口集落の総代

や区長を永きにわたつて務め、公平で公正な集落運営に取り組むとともに集落住民の融和推進に尽力した。特筆すべきことは昭和六十年頃から始めた下川口の郷土史の研究である。

下川口の庄屋を代々務めた彦右衛門家文書を譲り受け、独学で古文書を解読した。その成果をスクラム九ヶ谷だよりに「郷土史特集」として平成十一年から三回にわたつて発表。そして平成十七年に「大字下川口歴史探訪」「下川口と戊辰戦争」を著した。さらに平成十九年「下川口郷土史年表」をまとめ発表した。郷土史の研究に果した功績は誠に大きい。船山義次郎は少年時代から山が好きであつた。昭和二十七年友人と二人で杖差岳から飯豊連峰を縦走し雄大な景観に感動した。その経験を生かして杖差岳登山道や温平から北又岳までの道なりに参加し登山道の整備に尽力した。

平成二十二年十一月五日八十一歳でこの世を去つた。旭日単光章を授章。

主な研究文献

- ・ 大字下川口歴史探訪
- ・ 下川口と戊辰戦争
- ・ 下川口郷土史年表

船山家の系図

先祖：佐市郎 福太郎 堅松 義次郎 義雄

## せきかわ文芸

せきかわ川柳会作品「揺れる」「鼻」「雑詠」

寄鍋を囲む家族の温かき：	洪谷 くに
雪卸すんで安堵の深ねむり	洪谷 くに
朝市や大きな鱈の半身かな	青木 慶一
雪を消す毎日なれど春を待ち	青木 慶一
要するにマスクが隠す天狗鼻	渡辺しづい
南天の雪をけ散し小鳥逃げ	渡辺しづい
誘われて心が揺れる春の旅	南 セツ
へソクリに鼻をきかせる妻の勘	南 セツ
豪雪に春待ち遠し雪模様	平田 千恵
聞き上手心の揺れをさぐり出す	平田 千恵
大噴火自然の怖さ知らされる	本間 イミ
歳の神厄を包んで天高く	本間 イミ

## 戸籍の窓

● 1月16日～2月15日までの届出●

### お誕生おめでとうございます

いぶき  
新風ちゃん(男) 高田 須貝 文智・理恵さん  
とうや  
透哉ちゃん(男) 下土沢 小島 秀文・夕子さん  
はると  
陽斗ちゃん(男) 上関 伊藤 真洋・絵梨香さん

### ごめい福をお祈りいたします

横山 丑藏 さん	97歳	久保
豊田 興次 さん	70歳	小見
青塚 弘 さん	77歳	深沢
小笠原陸一 さん	88歳	上野新
沢田 ヨキ さん	92歳	大島
本間 清一 さん	83歳	安角
池田 トシ さん	92歳	下関
伊藤余次郎 さん	86歳	田麦千州
高橋 榮吉 さん	96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

平成23年1月末現在 ( )は前月対比

世帯数	2,040世帯	(-4)
総人口	6,651人	(-6)
男	3,173人	(-2)
女	3,478人	(-4)
(転入)	6人	転出 10人
(出生)	4人	死亡 6人

### 編集室から

▶時々、関川中学校へ取材に行くことがあります。いつも思うのですが、「おはようございます」「こんにちは」「ありがとうございます」と、挨拶が本当に素晴らしいと感心します。大きな声で挨拶されると、自然とこちらもそうなります。挨拶をされて嫌がる人はいないでしょう。挨拶は人に適度な心地よさを与え、そして自分にも、その心地よさが返ってきます。挨拶は「基本」です。これからも挨拶のきちんとできる大人でありたいと思います。(あ)

雪割草人気の一つに、多彩な花形があげられます。代表的な標準花、二段咲き、三段咲き、千重咲き、などに乙女咲き、丁字咲き、妖精咲きなど実に多彩な花形があります。それではオシベもメシベもない千重咲きはどのようにして作出するのでしょうか。まず、千重咲きの要素をもっている二段咲きや丁字咲き(どちらもオシベはありません)に標準花のおしべを交配します。そうして生まれたF1世代は、千重咲きの要素が劣勢遺伝のためほとんどすべて標準花になります。その後のF2世代で二段咲き親にもどし交配をしたり、F1世代でセルフ交配することにより、10～20%ぐらいの確率で千重咲きが作出されます。三段咲きの場合はメシベがないので、オシベを標準花に交配し、同様に2世代交配をおこないます。最初の開花に3～4年かかり、2世代の交配では6～8年かかります。このような長い年月をかけて、自分独自のオリジナル花を作出出来たときは趣味家として、本当に感動いたします。みなさんもぜひオリジナル銘花の作出に挑戦してみてください。

◆六聖園(富樫幸子・上関)



### 雪割草の交配



## わが家の人気者

いち は  
一葉ちゃん(6歳)  
そういちろう  
壮一郎ちゃん(5歳)  
たいせい  
泰生ちゃん(0歳)

渡邊 悠さん ひろみさん(上関)



はやく小学校でお勉強がしたいおねえちゃんの一葉。生き物ならなんでもこい。目の色が変わってしまいます壮一郎。とりあえず見よう見まね泰生。毎日ドタバタ喧嘩したり笑ったり、これからも好きなことをがんばってね!