

# 11月7日(水)・村民会館大ホール

## 第28回 雪シンポジウム



〈申込締切〉  
10/31

### 大勢の参加をお願いします

#### \*雪シンポジウムって？

雪を利用した活力あるまちづくりと、より明るい雪田文化の創生を目的として、毎年開催されているもので、28回目を迎えた今年は関川村を会場に開催されます。



### プログラム

|             |   |
|-------------|---|
| 9:45~10:15  | 受付                                      |
| 10:15~10:30 | 開会式                                     |
| 10:30~11:30 | 特別講演<br>「ほんとうの豊かさとは」<br>福島県飯館村 村長 菅野典雄氏 |
| 11:30~13:00 | 昼食休憩                                    |
| パネルディスカッション |   |
| 13:00~15:00 | 第1セッション<br>「屋根雪処理の対策を考える」               |
| 15:15~17:15 | 第2セッション<br>「雪の恵みを活かした地域活性化」             |
| 17:15~17:30 | 閉会式                                     |
| 18:00~20:00 | 交流会<br>(会場：相馬鮮魚店 会費：3,500円)             |

#### 雪シンポジウムに関する 問い合わせ先・申込先

総務課企画財政班 TEL 64-1476

申し込み期限 10月31日締切(上記まで電話で)

\*特別講演、パネルディスカッションは無料です。  
昼食を希望される方は、800円でお弁当(お茶付)を準備しますので、一緒にお申し込みください。



### パネルディスカッション

#### 第1セッション

##### 「屋根雪処理の対策を考える」

司会 齋藤紀良氏  
(新潟県建築住宅課参事)

総括 熊倉俊郎氏  
(長岡技術科学大学 准教授)

#### パネリスト

五十嵐由利子氏  
(新潟青陵大学短期大学部 教授)

平田公一氏  
(㈱平田鉄工所 代表取締役)

加藤義彦氏  
(関川村社会福祉協議会 事務局長)

安中憲一氏  
(新潟県地域政策課雪対策室 政策企画員)

#### 第2セッション

##### 「雪の恵みを活かした地域活性化」

#### 司会・総括

諸橋和行氏  
(㈱中越防災安全推進機構  
地域防災力センター長)

#### パネリスト

寺島義雄氏  
(NPO法人 まちづくり学校)

小山千寿子氏  
(えちごせきかわ温泉郷女将会代表)

高橋正衛氏  
(どもんこまつり事務局長)

池田麻奈美氏  
(NPO法人 国際ボランティア学生協会会員OG)

# 「国民健康保険・後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.6 上手なお医者さんのかかり方（その1）

お医者さんにかかる時、ちょっとした誤解や思い込みで治療が長引くことがあります。上手にお医者さんにかかれば、体調はきちんと回復し、必要以上の医療費がかかることもありません。

医療機関の受診や、薬局での薬の調剤の際には、以下のことに気をつけましょう。

## 「かかりつけ医」を持ちましょう！

「かかりつけ医」とは、病歴や健康状態などを把握して健康管理全般のアドバイスをしてくれるお医者さんのことです。

風邪などの軽い病気であれば、大きな病院でも身近な診療所でも治療内容はほとんど変わりません。診療所は待ち時間も短く、体への負担が軽減されます。

日ごろから、ご自分やご家族の健康管理につとめ、少しでも体調に異変を感じたら、早期に「かかりつけ医」へ相談・受診することを心がけましょう。

### 【ご注意ください】

大きな病院では、初診の患者さんは紹介状が必要で、紹介状なしで受診する場合は特別料金が発生する場合があります。

## 分からないことはお医者さんに確認しましょう

お医者さんの説明をよく聞いて、受診の疑問や不安を解消した上で治療にのぞみましょう。また、同様にお医者さんの質問にも隠さずに答えることも重要です。

## お医者さんの指示は守りましょう

自分の判断で処方された薬を飲まなかったり、薬の量を加減したりすることはやめましょう。

また、薬が余っているときは、お医者さんや薬剤師さんに相談しましょう。

