

やまや

広 報

No.622

2013年(平成25年)

2.1

1975年(昭和50年)4.1創刊

子どもたちに 小正月の伝統行事を 伝え続けて13年

本間 利次さん 夫妻(松ヶ丘)
トシさん

*関連記事は7ページに掲載

注文殺到！最盛期むかえた猫ちぐらづくり



最近、マスクミ等でも取り上げられ、全国的に注目されている村の伝統工芸品「猫ちぐら」。今や、全国各地から毎日のように注文が入り、生産が追いつかない状況で手元に届くまで2年待ちという大盛況ぶりです。
 今月は、最盛期を迎えた猫ちぐらづくりを特集します。

猫ちぐらの由来

昔から、農家では幼児の子守の手間を省くために、安全性を考えてちぐらを作り使用してきました。このちぐらにヒントを得て、村おこしの一環として伝統工芸品「猫ちぐら」が誕生しました。

ひとつ作るのに約1週間 作り手の気持ち伝わる品

猫

ちぐらは、天日干しした稲わらを使用し、丁寧に編み込んで製作します。すべてが手作業で、ひとつの猫ちぐらを作り上げるのに約一週間もの時間がかかる

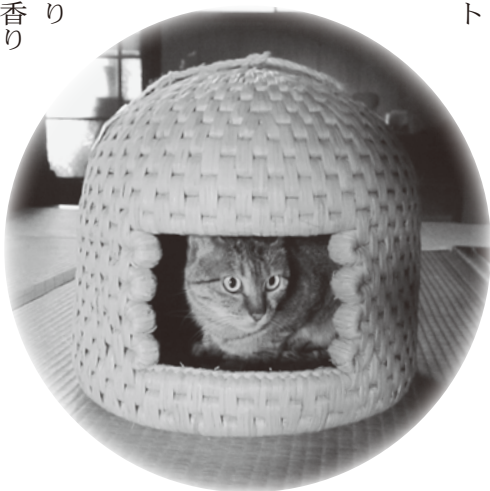
かります。時間をかけ稲わらを丁寧に編み込んでいく作り手の想いが込められています。

犬ちぐら・赤ちゃん用ちぐらも人気！

こ 数年のペットブーム、特に犬を飼っている人たちが多い今、犬ちぐらも人気があります。

猫ちぐらと比べ、入り口が広くなっているのが犬ちぐらの特徴です。

また、生まれたばかりの赤ちゃんを稲わらの香りとやさしいぬくもりの中で育



海外からも注目！

てたいと、赤ちゃん用ちぐらを求め、県外から訪ねてくる人も増えています。

猫

ちぐらは海外でも知られていて、最近では問い合わせが来ることも。昨年末には、コソボ共和国から地場産業の成功例を学びたいと大使館職員や関係者が視察に訪れました。

猫ちぐらづくりを始めたきっかけは？

東京から村へ戻ってきて、実際に猫ちぐらを見たとき「きれいだな」と感動しました。そこから「作ってみたい」と思うようになり、昨年の6月から始めました。

今、4個目の猫ちぐらに取り掛かっていますが、ひとつ作り上げるのに1か月半くらいかかります。まだまだですね。

経験や勘が必要になるので、そこが一番難しいし、簡単っていう人はいないと思います。

猫ちぐらづくりの魅力は？

説明書がないので、次こうしようと試行錯誤するところが魅力です。何もないところから、稲わらを編み上げて作り上げるのも本当におもしろい。自分の思い通りにできたときは楽しいし、嬉しいですね。

どういう気持ちで作業に取り組んでいますか？

作っているときは無心です。でも完成した時は「どういう人のところに届くのかな」とか「喜んでもらえるのかな」とか考えます。今まで作った中で思い通りにできなかったものもあったのでそれが心残りです。みんなは「上手だね」と言ってくれるけどまだまだです。

今後の課題は？

猫ちぐらをつくるだけでは食べていけませんが、ひとつの職業として成立すればもっとおもしろいと思うし、そうなったところを見てみたいです。

これからの目標は？

1から10まで全部を自分ひとりで出来るわけではないので、一日もはやく一人前になりたいです。

仕事をしながら猫ちぐらづくりに励む作り手最年少の本部祐太さん（29歳・南中）に話を聞きました。



スワシオ収録も
無事終わりました！



人気番組

「行列のできる法律相談所」で 放送決定！

猫ちぐらづくりの作業工程や作り手の皆さんの様子が人気番組「行列のできる法律相談所」（日本テレビ系列）で放送されます！

放送日時は、2月3日（日）21：00からの予定です。ぜひご覧ください。

猫ちぐらの会 伊藤マリさん（上関）

「同じちぐらを作っても、女性が作ったものは、女性らしいやさしさのある、温もりのあるものが出来上がり、男性が作ったものは、力強さを感じるちぐらに仕上がります。ちぐらの良さは、それぞれの作品に作り手の個性が出るところ。それは味があってとても良いことだと思います」

ちぐらの会では 作り手の募集をしています

一緒にちぐらを作ってみませんか？

ちぐらづくりに興味のある方であればどんなにでも結構です。お問い合わせは下記までお願いします。

問い合わせ先

地域文化交流施設ちぐら TEL 64-3311

入居者を募集します

若者向け住宅(第2期メゾン下関)

広報せきかわ11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月下旬に完成します。

村では、新規入居者の募集を行います。



- ◆募集戸数 Cタイプ(北棟) 3戸 } いずれも
Dタイプ(南棟) 3戸 } 世帯向け
- ◆規模 各タイプ 3LDK(居住面積 約89㎡)
- ◆仕様 2階建てメゾネットタイプ・オール電化住宅(駐車場2台分、物置あり)
- ◆家賃 各タイプ 月額 40,000円
- ◆敷金 家賃の3か月分 120,000円

◆入居者の資格

- ・入居日において満45歳以下の方で構成する世帯であること
- ・村内に住所がある方、入居後に住所を置かれる方
- ・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
- ・配偶者があること(結婚を予定されている方を含む)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
共益費・灯具など

- ◆入居予定 平成25年4月1日(月)

- ◆申込期間 2月1日(金)～3月6日(水)
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。

- ◆入居決定 3月12日(火)の予定

【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3日(日)
9時30分から17時まで
内覧会を行います

※当日、都合のつかない方はご相談ください。

冬の恒例行事となった「セケ谷冬の陣 雪ほたる」が、タランベクラブ(加藤克徳代表・鮎谷)の主催で今年も盛大に開催されます。

毎年、訪れる人々を魅了する雪ほたる。約1,500個の雪灯ろうが辺りを幻想的な世界へと一変させます。

当日は、玉こんにやくのサイビスや餅つき大会なども計画していますので、ぜひお越しください。

輝きを放つ無数の雪ほたるに感動するはずです!

【日時】

2月10日(日)

●雪灯ろう作り
13時30分から

●雪灯ろう点火
17時から

【場所】

安角ふれあい自然の家グラウンド

※雨天・荒天時は16日(土)に延期します

9日(土)は、大石ダム湖畔県民休養地で「第8回おおいし・どもんこ祭り」が開催されます。



「国民健康保険・後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.10 健康診査の受診について

国民健康保険・後期高齢者医療制度では、糖尿病などの生活習慣病の早期発見、重症化の予防を目的とし、皆さんの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、健康診査を実施しています。

皆さんの健康を維持していくためにも、日ごろからの健康管理に加えて、年に1回の健康診査を定期的に受診しましょう。

健康診査のながれ

基本的な健康診査のながれ



【① 受診案内の送付】

住民福祉課健康介護班から受診案内を送付します。（平成25年5月）

【② 健診を受診】

健診内容（実施期間・受診機関（場所））を確認して、健診を受けます。

健康診査を有効に受けるポイント

1 「1年に1回は健康診査を受ける」

病気の早期発見のため、定期的な健康診査を心がけましょう。

2 「再検査・精密検査の必要があれば必ず受ける」

病気が重症化する前に早期治療を行いましょう。

3 「自分の健診結果の内容を知っておく」

健診結果には必ず目を通して、自分の健康状態をしっかり把握しておきましょう。

健康相談を受けられます

住民福祉課健康介護班では、健康相談が行える窓口を開いています。健康相談なども活用して、心身の健康を維持しましょう。

ワンポイントQ & A

【Q】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。

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

関川小児童 被災地へ義援金を寄付



このたび、関川小5年生児童が被災地への義援金などとして20,000円を平田大六村長へ手渡しました。これは、同校児童が昨年収穫した「大したもん蛇米2012」の配布活動を新潟市内や堀と柳の秋まつりで行った際、被災地への義援金や体の不自由な方々への募金として協力を呼び掛け、その一部を寄付したものです。

手塚宇汰さん（上野新）は「このお金は、東日本大震災で被災した人たちや、体の不自由な人たちに届けてほしい。例えば、医療費の一部として使ってもらったり、被災地で生活している人たちの食糧などに使われたらうれしいです」と話していました。

今回寄付していただいたお金は、村社会福祉協議会から日本赤十字社などを通して被災地などに送金させていただきます。

食と健康の大切さを学ぶ ～関川中で食育出前講座～

1月21日から25日までの学校給食週間にあわせて、このたび関川中学校、関川小学校、大島保育園で食育出前講座が行われました。

これは、子どもたちに食と健康の大切さを知ってもらい、地産地消や生活習慣病予防について考えてもらおうと毎年行われているもので、健康せきかわ21の栄養・食生活部会の皆さんが計画し訪問しました。

1月22日に関川中学校で行われた講座では、全校生徒を対象にクイズ形式で問題を出題。食生活の知識や地産地消について学んだほか、朝食の大切さを生徒たちに伝えました。

給食委員長の新野鈴さん（2年・南赤谷）は「今日の講座を聞いて、朝食がとても大切だということが分かりました。これからは早起きして朝食をしっかり食べるようにしたい」と話していました。



食材はすべて地元産！

愛情たっぷりの 創作雑煮で村おこし

～第九回城下町しばた全国雑煮合戦～



1月13日に新発田市カルチャーセンターを会場に開催された「第九回城下町しばた全国雑煮合戦」に村温泉旅館組合（小山雄司組合長・大内洸）と村商工会観光部、村観光協会が共同で出店しました。出店は今年で3回目。

今回は、昨年のカレー雑煮に改良を加え、村の地鶏、牛肉、豚肉、しいたけを使った自慢の一品で、昨年の10月から準備を進めてきました。当日は、小雨が降りしきる中、約2万人もの来場者が詰めかけ、会場内は大混雑。10時のスタート直後から各ブース前には長い行列ができていました。

新潟市から来た男性は「関川村は有名な温泉地のひとつで元々興味がありませんでした。雑煮は3種類の肉がとても美味しく、カレーとのバランスも良かったです。本当に美味しかったです」とカレー雑煮を味わっていました。

結果、49店舗中13位と健闘。惜しくも昨年の9位を上回ることはできなかったものの、村の美味しい食材を十分PRできた1日となりました。

小正月の伝統行事 団子の木飾りを体験！

～関川小1年生児童～



小正月行事に親しもうと、1月16日、関川小学校で1年生児童43人が「団子の木飾り」を体験しました。

当日は、本間利次さん、トシさん夫妻（松ヶ丘）が子どもたちに団子作りやまゆ玉の飾り方を指導。子どもたちは初めての団子作りを楽しみました。

本間さんは「今、団子の木飾りを行う家庭はほとんどない。これは昔から伝わる伝統行事なので、子どもたちが大きくなったとき、自分の子どもに伝えてもらいたい。今日は、みんなに囲まれながら一

緒にできて嬉しかった」と話していました。

本間さんがこの日のために準備した高さ約3メートルのミズキの木には、まゆ玉やみんなで作った紅白の団子、せんべい焼き、折り鶴、そして子どもたち一人ひとりの願い事が書かれた短冊などが飾られ、立派な団子の木が完成。

渡邊梨乃さん（高田）は「団子作りが楽しかったです。みんなで飾ることができて嬉しかったし、できあがった木を見てきれいだと思いました。またやってみたいです」と喜んでいました。

気づいたら手を差し伸べよう 関川中いじめに立ち向かおう プロジェクト

1月25日、関川中学校を会場に「いじめに立ち向かおうプロジェクト全校集会」が開催され、関川中の全校生徒と関川小6年生児童が参加しました。これは、関川中からいじめをなくし、安心して学校生活が送れるようにと生徒会が毎年行っているもの。

集会では、生徒会役員が中心となって製作した自主映画「気づいてよ！」を上映。学級ごとにいじめの解決策を発表し、地域の皆さんから「思いやりの心を忘れないでほしい」「このプロジェクトを忘れずに役立ててほしい」などのアドバイスを受けました。

加藤一樹さん（3年・下関）は「この集会で一人ひとりいじめに対する意識が強くなったと思います。春からは新しい3年生が中心となって、いじめのない学校を築いていってほしい」と話していました。



巳年にちなんで 大蛇の陶板を製作寄贈



このたび、東京都在住の相羽辰郎さんから、今年の干支にちなんで、大したもん蛇まつりをモチーフにした備前焼陶板と絵馬が寄贈されました。

備前焼が趣味だという相羽さんは、一昨年の卯年からその年の干支に関係する全国各地のスポットや伝統あるまつりなどをテーマにした作品を製作。テレビで大したもん蛇まつりを知り、昨年8月、村観光協会の協力を得て日帰りで村を訪れ、まつりを見学し、自ら撮影した写真を見本に製作作業に取り組んできました。

相羽さんは「備前焼は繊細な作業なので、苦労したところもありましたが、少しでも何らかの役に立ってくれたら、そんなに嬉しいことはありません」と話していました。相羽さんからいただいた作品は、各種イベントなどで活用させていただく予定です。

あなたの気になる年金記録、もう一度ご確認を。

年金記録問題の解決に向けて、これまで「ねんきん定期便」などを送付し、ご確認をお願いしてきました。

しかし、いまだ約2,200万件の持ち主が確認できていない記録が残っています。

ご自身の年金記録に「もれ」や「誤り」があるのではとご心配のある方は、キャンペーンのパンフレットのチェックリストなどでご確認いただき、新発田年金事務所等にご相談ください。パンフレットは新発田年金事務所または役場住民福祉課で配布しています。

約9人に1人、年金記録が見つかっています。

若い頃に勤めていた
記録が見つかった

例：年額98万円→234万円

結婚前の旧姓の
記録が見つかった

例：年額43万円→154万円

名前の読み方が誤って登録
されていた記録が見つかった

例：年額0万円→137万円

「ねんきんネット」で ご確認を！

- 「未加入」となっている期間は要チェック。ご家族の助けを受けて年金記録を発見した方もいます。
- 平成25年1月末から、氏名や生年月日等を入力して、持ち主不明の記録の中にご自身の記録があるかどうか調べることができます。

受 付：月～金曜日（9：00～20：00）第2土曜日（9：00～17：00）

※祝日（第2土曜日を除く）はご利用いただけません。

問い合わせ：年金定期便・ねんきんネット専用ダイヤル

TEL 0570-058-555 ※050または070から始まる電話でおかけになる場合は03-6700-1144

HPアドレス：<http://www.nenkin.go.jp>

予防接種法による 定期予防接種についてのお知らせ

風しん麻しんMR（2～4期）・ 二種混合予防接種について

平成24年度の対象者で、まだ定期予防接種が済んでいない人は有効期限内に接種しましょう。

有効期限：いずれも平成25年3月30日まで

（※有効期限を過ぎると自己負担となります。）

また、3月30日は土曜日ですのでご注意ください

対象者について

（MR）2期…保育園年長児

3期…中学1年生

4期…高校3年生

（二種混合）小学6年生

【問い合わせ先】

住民福祉課 保健師 TEL 64-1472



人権擁護委員に
渡辺成一さん
（上関）

1月1日付けで、渡辺成一さん（上関・TEL 64-2063）が人権擁護委員に就任しました。

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱する無報酬の非常勤特別職です。任期は3年で、人権を守るための活動を行うほか、住民皆さんからの人権相談にも応じます。

村の人権擁護委員は2人で、石山キンさん（下川口・TEL 64-1194）も活動しています。

※人権相談は人権擁護委員へ。

新潟地方法務局村上支局（TEL 53-2390）でも随時受け付けています。

学校からのお知らせ

今月は関川小学校からの紹介

フリー参観日

大勢の保護者の皆さんに
おいでいただきました！

1月16日(水)は関川小学校「フリー参観日」でした。当日は、約200人の保護者の皆さんが来校され、朝から帰りまで一日を通した活動の様子を見ていただきました。午後から、6年生は日本女子大学から竹内龍人先生を講師に招き「イリキュージョンフォーラム」の授業を行っていただきました。錯覚の仕組みや効果などを色々な操作活動を通して学習し、子どもたちから驚きの声がたくさん上がっていました。



JRC委員会

「赤い羽根共同募金」を贈呈

例年、関川小学校JRC委員会では「赤い羽根共同募金よびかけ運動」を実施しています。昨年10月から全校の児童や職員に募金をよびかけてきました。

先日、集まった募金を村長にお渡ししてきました。子どもたちは、募金運動を通して自分たちのやってきたことが社会に役立つことを学び、充実した表情をしていました。



サーベイメーターによる放射線測定結果 (一般的な安全基準は0.16マイクロシーベルト以下)

【単位：マイクロシーベルト/毎時】

測定場所		測 定 値		測定月日 時 間	天 候
		地上10 cm	地上1.0m		
下関	下関保育園	0.090	0.080	1月11日 11：55	雪時々くもり
	関川小学校	0.100	0.087	1月11日 16：15	〃
	関川中学校	0.090	0.090	1月11日 16：25	〃
	関川村役場	0.093	0.087	1月11日 16：40	〃
上関	ゆ〜む	0.097	0.087	1月11日 16：00	〃
四ヶ字	辰田新集落センター	0.123	0.103	1月11日 11：40	〃
霧出	大島保育園	0.097	0.090	1月11日 9：30	〃
七ヶ谷	安角ふれあい自然の家	0.090	0.077	1月11日 13：45	〃
	大石ダム	0.093	0.073	1月11日 13：30	〃
九ヶ谷	金丸ふれあい自然の家	0.097	0.087	1月11日 15：00	〃
	鷹の巣温泉駐車場	0.123	0.100	1月11日 14：15	〃
川北	川北ふれあい自然の家	0.117	0.107	1月11日 11：25	〃
	高田ふるさと会館	0.097	0.077	1月11日 9：45	〃
湯沢	高瀬ふるさと会館	0.103	0.087	1月11日 15：40	〃
女川	女川保育園	0.080	0.057	1月11日 10：15	〃
	中束集落センター	0.107	0.080	1月11日 10：50	〃
測定結果	最大値	0.123	0.107		
	最小値	0.080	0.057		
	平均値	0.100	0.086		

みんなで守ろう！ 圏域の救急医療

～昼間に体調がおかしいと思ったら
早めにかかりつけ医を受診しましょう～

最近、「日中は用事があって忙しい」「日中は待ち時間が長い」などの理由で、日中の診察時間内に受診せず、夜間や休日の救急外来を受診する方が増えています。

このような状況が増えると、救急対応や医師に過大な負担がかかり、重症の患者さんへの対応が遅れ、過労によって翌日の診療に支障をきたすことになります。

可能な限り、通常の診療時間内に、かかりつけ医で受診しましょう。





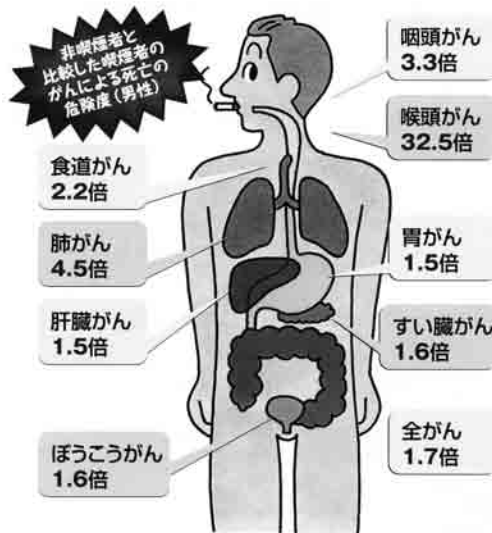
健康せきかわ21

いきいきライフ

たばこの害を正しく知り、 健康で快適な環境を目指しましょう！

たばこが引き起こす 病気って？

日本人の死因の第1位はがんですが、たばこは肺がんをはじめ多くのがんの発症に関わっていることが明らかになっています。肺がんは非喫煙者の4.5倍。さらにリスクが高いのは、喉頭がんで32.5倍にもなっています。たばこを吸っているとがん以外にも、狭心症や心筋梗塞、ぜんそく、気管支炎、胃・十二指腸潰瘍、歯周病、骨粗しょう症など多くの病気にかかりやすくなります。



たばこの煙には 有害成分がいっぱい!!

たばこの煙には4,000種類以上の化学物質が含まれています。その中には60数種類の発がん物質を含む多くの有害物質が含まれています。代表的な有害物質はニコチン、タール、一酸化炭素などです。



むし歯ゼロの子に ピッカピッカ賞！

3歳児健診で、むし歯が1本もなかった子どもたちに「ぴっかぴっか賞」が贈られました。

(順不同・敬称略)

【12月12日実施】

- | | |
|---------------|---------------|
| ▷ 阿部 颯太 (金丸) | ▷ 伊藤 心暖 (大島) |
| ▷ 渡邊 沙良 (沢) | ▷ 横山 真優 (蔵田島) |
| ▷ 石田 悠成 (下関) | ▷ 松田 暖大 (下関) |
| ▷ 五十嵐 喜大 (湯沢) | ▷ 渡邊 優菜 (高田) |
| ▷ 須貝 來翔 (高田) | |



たばこの煙は周囲の人や 胎児の健康にも害を及ぼします！

たばこを吸わない人が、知らないうちにたばこの煙を吸わされていることを「受動喫煙」といい、社会全体の問題になっています。たばこの有害物質は、ただよう煙に多く含まれているため、喫煙している人の近くにいと、健康を害する危険度が高くなります。1日20本以上喫煙する夫を持つ妻は、本人が喫煙していなくても肺がんて死亡する割合が喫煙しない人の妻の約2倍も高いことが分かっています。

受動喫煙を防止するために必要なこと

- ① 妊婦や子ども、病人の周囲では絶対に喫煙しない
- ② 歩行喫煙は他の歩行者の迷惑。ポイ捨ても絶対にしない
- ③ 飲食店やホテルでも全面禁煙を
- ④ 屋外であっても混雑した場所で喫煙しない

関川村包括支援センター通信④

地域包括支援センター 役場庁舎内1階 ☎64-1473

高齢者見守り強化月間

2月と9月は「新潟県高齢者見守り強化月間」です。

特に2月は雪のため閉じこもりがちになります。この時期に事故や孤独死などを防ぐために何ができるのか考えてみましょう。

◆高齢者自身ができること

①元気で生活していることを発信する

- ・自ら電話をかける
- ・郵便物を取りに行く
- ②助けを求める
- ・定期的に訪ねてくれる人を見つける
- ・困りごとを相談する

◆隣近所ができること

①見守り

- ・電気がついているか、ついたらままだ状態になっていないか
- ・郵便物がたまっていないか
- ・外へ出た形跡（足跡）があるか

②声かけ

・あいさつ

・困りごとや心配ごとがないか聞く

・回覧板はポストでなく手わたして

③ちょっとしたお手伝い

- ・自宅の除雪ついでに高齢者宅も
- ・買物ついでに必要な物がないか声かけ

◆遠方の方ができること

- ・定期的に電話をかける
- ・近所の方に見守りをお願いする
- ・無線通信機を内蔵したポットで見守り（携帯電話やパソコンで利用状況を確認することが可能）

☆見慣れない方がいたら

季節にそぐわない服装で歩いていたり、同じことを何度も聞いたりするなど様子がおかしい場合はご連絡ください。

健康講座

97

足を大切に

新潟県立坂町病院 内科外来看護師 川村浩美

寒くなりました。踵がかさかさにひび割れてしまった、そんな方はいませんか？

糖尿病や脳梗塞後遺症などで、足の感覚が鈍くなっている方、血行が悪くなっている方は、小さな傷に気付かず悪化させて下肢切断に至ることもあります。足を失う原因

の第1位は靴ずれ、第2位はやけどです。靴はサイズの合ったものを選び、外反母趾などがある方は整形外科にご相談ください。冬は特に低温やけに注意して、湯たんぽやアンカ・使い捨てカイロ等は布でくるみ直接肌に触れないようにして、長時間の使用は避けてください。

爪は円く切ると巻き爪になつてしまします。深爪をしないように少し角を残すつもりで平らに切つて、やすりで整

えましょう。

たこや魚の目は厚くなった皮膚が血行を悪くするため治りにくくなるので、皮膚を削る処置が必要です。でも自分でおこなつて傷をつけては大変！ぜひ皮膚科を受診しましょう。

水虫は症状に合った薬の選択が大切です。こちらも皮膚科を受診し、根気良く薬を続けてください。治つたと思つても2か月は薬を続けること、人に移さない為に足ふきマツトを別にするのも大切です。自分では足の裏は観察しにくいもの。ぜひご家族で互いの足の裏をチェックしてみてください。特にお年寄りの足には気を付けてあげて下さい。足は冷たくないか、色が変わっていないか、むくみや傷は無いかをチェックし、異

常を感じたらためらわずに医師や看護師にご相談ください。お風呂上がりにはクリームを塗って保湿し、大切な足を守つてあげて下さい。ちょっとした心使いが、あなたとあなたの大切な家族の足を守ります。

何か心配なこと・お困りなことがありましたら、いつでもお気軽に看護師にお声掛けください。



*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111



歩いて 体も心も健康に!

歩く!!健康教室

ウォーキングを通して健康づくりに励もうー現在、村教育委員会では、冬場の運動不足解消とふれあいどくむの有効利用を目的に「歩く!!健康教室」を毎週開催しています。

教室には、毎回約30人が参加。40分間のウォーキングを実施し、平均6,000歩から多い人で8,000歩を歩きます。



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

村スポーツ推進委員でもあり、日本体育協会公認スポーツプログラマーの佐藤清美さん(安角)は「ウォーキングを始めてから姿勢が良くなったとか、10分歩いて息切れしていたのが平気で40分間歩けるようになったといった声を聴くとすごくうれしいです。話をしながら歩けるのでストレス発散にもなっているみたいです」と話していました。

また、初回から一度も休まず参加している大沼剛一さん(上土沢)は「運動不足の解消が目的で始めました。ウォーキングを始めてから立ったままで靴下をはけるようになって驚いています。始めたころは男性が少なく心細かったですが、今では女性に囲まれ楽しんでいきます。これからもウォーキングやジョギングを続けていきたい」と汗を流していました。

「歩く!!健康教室」は3月末まで毎週水曜日10時からふれあいどくむで開催されています。ウォーキングを始めてみたい、運動不足を解消したい方など、ぜひ参加してみませんか。

申し込みは不要です。



図書室の窓から

村民会館図書室

暦の上ではもう春ですが、まだまだ寒い日が続きます。しばらくは春の気配を感じることは難しいかも?でも、天気の良い日は、散歩がてら是非図書室に寄ってみてください。お待ちしております。

この本よんで!!

「ひよこざむらい」
しばたかし 文 たなかしんすけ 絵



ある日、困っているすずめ達を助けたひよこざむらいは、一筋縄にはいかない問題に直面します。さて、それをひよこざむらいはどう解決するのでしょうか?

今月の1冊

「謎解きはディナーのあとで3」
東川 篤哉 著 913ヒ



宝生邸に眠る秘宝が怪盗に狙われる?次々と発生する難事件に、麗子ピンチ。しかしながら影山の毒舌と推理は絶好調!そして、ラストシーンは・・・



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。

高田～沢～女川 方面……………10(日)
大島～片貝～大石 方面……………2(土)17(日)

16日は おはなしのかい
みんなで来てね!!

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。



駒
沢
優
さん
(関川中学校2年・鎌江沢)

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」で、実行委員を務めた駒沢優さんに話を聞きました。

—プロジェクトに取り組んでみてどうですか？

このプロジェクトをやっていることで、いじめが少なくなっているのがうれしいです。いじめがあると学校生活が楽しくなくなってしまうので、ぜひいじめをゼロにしたい！今ではプロジェクトに参加して良かったと思っています。

—これからの課題や目標は？

関川中からいじめをなくすことです！アンケートをとってみると、いじめられていると答えた人が数人いたので、このままではいけない！と改めて感じました。これからいじめがなくなったとしても、この活動は続けていけるようにがんばります。

—今、夢中になっていることは？

音楽を聴くことです。私は毎日、音楽プレーヤーで音楽を聴いています。音楽が好きで吹奏楽部にも入りました。曲を聴いていると、いやされたり、気分が上がったり、いろいろな変化があってももしろいので夢中になっています。

—それでは将来の夢は？

まだ詳しくは決まっていませんが、パティシエールになりたいです。私の作った洋菓子を食べた人が、笑顔になるようなケーキを作りたいです。ですから、今のうちから勉強して、いいパティシエールになれるようにがんばりたいです。

がんばれ！関川っ子

このたび、青少年育成関川村民会議（伝信男会長・大島）から、全国大会及び北信越大会に出場する選手に記念品が贈られました。

— 全国大会出場選手 —

■サッカー

篠田 優花

(関川小学校6年・下関)



2月10日から11日に滋賀県で開催される「びわ湖カップ全国なでしこサッカー大会（U-12）」に出場。



— 北信越大会出場選手 —

■ソフトテニス

佐藤 由季

(村上高校1年・安角)



1月19日から20日に石川県で開催された第25回北信越高等学校ソフトテニス選抜インドア大会に出場。

大会結果

* 敬称略

第21回 県中学校新人 柔道体重別大会

■期日 12月16日
■会場 新潟市鳥屋野総合体育館

■成績

▽優 勝 小池 陽菜

— 女子 63 kg 級 —

(2年・下関)

▽第3位 高橋 孟

— 男子 73 kg 級 —

(2年・下関)

第5回

県中学校1年生 柔道体重別大会

■期日 1月14日
■会場 新潟市鳥屋野総合体育館

■成績

▽第2位 菅沼 芹華

— 女子 70 kg 超級 —

(1年・中束)

平成24年度

村上市岩船郡

中学校1年生

バレーボール大会

■期日 1月12日

■会場 朝日総合体育館

■成績

▽優 勝 関川中学校



じっくり心をこめて スロー フード

107



さといもの和風サラダ

さといもは子孫繁栄などの縁起のよい食べ物として正月やお祝いで食べられてきました。

つぶしすぎず少しかたまりを残した方がおすすめです。さっぱりと食べられます。

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材 料 (4人分)

・さといも 400g ・青ネギ 20g
・きざみのり 少々

【A】

・梅干し 中4個 ・かつお節 5g
・和風だし 小さじ2 ・しょうゆ 大さじ1
・白ごま 小さじ2

作り方

- ① さといもは水でよく洗い、蒸し器で竹ぐしがすつと通るくらいに蒸す。
- ② さといもの粗熱がとれたら手で皮をむく。
- ③ 皮をむいたさといもは2/3をマッシャーでつぶし、Aと和える。
- ④ とっておいた残りのさといもを加えて全部つぶしてしまわないようにさっくり混ぜ合わせる。
- ⑤ 器に盛り、小口切りのねぎと刻みのりをのせる。

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

つららよりしたたりおつる 初日かな

雪明りとぎれとぎれに 除夜のかね

大塚 沖正 (下川口)

物干の妻の手震へ 寒の朝

年賀読み 一年ごとに 年を追う

妻の味 去年と変らぬ 雑煮食べ

横山 一正 (東京都)

短歌

年明けに風邪引きをれば悔しくも

須貝 恵美

這い寄る曾孫を遠みつつおり

(高田)

仏壇に夫と子笑顔に寄り添うて

須貝 恵美

お前も来るかと 擲擲うような

(高田)

朝明り鎮守の社に額突いて

佐藤 庄七

お國の繁栄家族の無事を

(愛広苑)

大浴場みな静もりて 漁り火を
見つ首まで つかりていたり

渡辺千恵子
(上関)

関川俳句の会作品

枇杷の花見ながら 急ぐ夕支度

渡辺しづい

山門の頭に根付き花ハツ手

渡辺しづい

二度三度夢をつなぎし 夜長かな

渡辺しづい



■最近の活動

●2013年度

学生代表・学生役員選挙

12月16日、関東は国士舘大学、関西は立命館大学で2013年度学生代表・学生役員選挙が行われました。この選挙は、来年度のIVUSAの作り手、リーダーたちが決まる大切な場です。IVUSAは大学ごとに「クラブ」を作っているのですが、初めに、各クラブに分かれ、クラブ長、役員を決める選挙が行われました。

各クラブの選挙を終え、次にインターネット中継ができるUstream(ユー・ストリーム)を利用し、関東・関西同時に、学生代表選挙が行われました。

7人の学生代表立候補者

たちが、それぞれ自分たちのIVUSAに対する想い、これからの想いを立会演説で発表しました。来季のそれぞれ構想を聴き、会員たちも自分たちの代表を決めようと真剣に投票していました。

▶演説の様子



投票の結果、学生代表には、立命館大学3年石川貴将が選ばれました。

彼は、「21年目、『夢企画』に立ち戻るとき。一人ひとりの『夢』『挑戦』から、IVUSAの熱意は生まれます」と会員たちに熱く意気込みを語りました。これから、今回選ばれたリーダーたちの下、IVUSAは社会に挑戦し、新たな風を吹かせて行きます。

IVUSA学生の声



小笠原 大貴
(神奈川大学 4年)

Q 関川村での活動に参加しようと思ったきっかけは？

A 僕が最初、関川村での活動に参加しようと思ったきっかけは、友人に誘われて楽しそうだな、と思ったからです。

Q 参加前と参加後で変わった事は？

A 僕はこの活動に参加して「誰かの役に立てる嬉しさ」を実感しました。この活動をきっかけに、その他多くのボランティアに参加しようと思えたのです。

Q 今後関川村とどう関わっていききたい？

A 今後は休みを利用して「帰省」したいと思います。

せきかわ文芸

雪晴れて二輛電車の過ぎし音
マフラーで少し若さをとりもどし
わが思い胸にしまいて年を越す
熟る柿雪に枝垂れて過疎の村
冬晴れに一筋の白飛行雲
棒だらをコトコト煮込む師走かな
一統礼少し正座をくずしけり
車窓より今朝見し白鳥見当らず
年始め政治議論に加わらず
旧式にこだわる夫と年用意
お年玉用意し待てば子等の声
恙なき事も書き添え年賀状

洪谷 くに
洪谷 くに
洪谷 くに
伊藤 久恵
伊藤 久恵
青木 慶一
青木 慶一
青木 慶一
南 セツ
南 セツ
南 セツ

せきかわ山柳会作品「絵」「甘の」

床の間に祝い掛軸鶴が舞う
飯鮓の家伝の味を賞味する
千柿の甘き膾の味深め
一つ為せば一つ忘れて齢という
年毎に賀状の数が減ってくる
どっこいしょ又一つ越え八十路坂
若い気の頑張り笑う湿布薬
我を折れば妥協の線が甘く浮く
朝日受け絵に書いたよう銀世界
絵画展我が子の絵だけ目に入る
有名な絵として観れば名画なり
孫と飲む甘酒うまい握り炬燵

本間 イミ
本間 イミ
本間 イミ
南 セツ
南 セツ
南 セツ
南 セツ
平田 千恵
平田 千恵
平田 千恵
渡辺しづい
渡辺しづい
渡辺しづい

戸籍の窓

●12月16日～1月15日までの届出●
お誕生おめでとうございます

結衣ちゃん(女)	南中
伊藤政明・郁恵さん	
りょう 亮太ちゃん(男)	金丸
阿部真人・真紀子さん	
そう や 壮耶ちゃん(男)	深沢
駒沢勝明・久美子さん	
ゆめ の 夢乃ちゃん(女)	沢
堀直樹・はるみさん	
りゅう ま 龍真ちゃん(男)	下関
佐藤健太・良子さん	
あい と 愛斗ちゃん(男)	深沢
大滝一也・結香さん	
そう た 颯太ちゃん(男)	下関
小池祐樹・夏美さん	

ごめい福をお祈りいたします

田村千代さん	79歳	平内新
坂上キエ子さん	84歳	下川口
須貝ヨウさん	89歳	高田
伊藤ヨシエさん	79歳	勝蔵
山口かつさん	98歳	大島
山口幸夫さん	71歳	辰田新
渡邊鉄雄さん	97歳	下関
新野佐市さん	85歳	金丸
古川一雄さん	83歳	高瀬
中山ハルさん	87歳	上野原
秋元京子さん	84歳	上野
渡邊百子さん	79歳	下関
中東キクさん	99歳	蔵野
板越徹さん	62歳	幾地

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24年12月末現在 ()は前月対比

世帯数	2,027世帯(ー2)
総人口	6,488人(ー4)
男	3,081人(ー2)
女	3,407人(ー2)

(転入 10人 転出 4人)
(出生 3人 死亡 13人)

編集室から

▶広報誌を作ってもうすぐ丸3年を迎えます。毎回、特集やネタで頭を悩ませます。「やっと完成した～」ってホッとするのも束の間、次回号の作成が待っています…。白髪が増えてきたのもそのせいかもしれません。(笑)先日、阿川佐和子さんの「聞く力」という本を読みました。話の聞き方、話の引き出し方、あいづちの極意などおもしろおかしく書かれていてとても参考になりました。広報マンにとって大切なのは「取材力」。皆さんのところに取材でお邪魔した際には、たくさんの話を聞かせてください。いい話が引き出せるように自分らしく頑張ります。(あ)

キラリ輝く☆せきかわっ子たち vol.15

今月は、スポ少剣道部で活躍している須貝龍太郎さん(6年・大島)を紹介します!

小学2年生の秋から剣道を始めた龍太郎さん。心身が鍛えられるところに魅力を感じながら、何事にも負けない心を目指し練習に励んでいます。また、キャプテンとして常に大きな声を出すことを心がけています。



⑥ チームメイトから見た龍太郎さんは?

- ・おもしろくて、みんなを笑わせてくれる
- ・練習中、優しく教えてくれる
- ・いつも笑顔!



⑥ 指導者の市井謙太郎さんから龍太郎さんへ

困難にぶつかっても、あきらめずに解決していけるような強い心をもった人になってもらいたいと思います。

⑥ 10年後の自分は?

何事にもとらわれない大人になっていたい。

中学生になっても剣道を続け
県大会出場を目指します!

わが家の

人気者

りさ 理沙ちゃん(4歳)

菅井達也さん アキ子さん(下関)



関川村に転居して、3年が過ぎました。なんにでも好奇心旺盛な理沙は、動物やおさるのジョージが大好きです。「どうして」「なんで」を連発し、毎日答えに困っています。これからも興味ある事を、どんどん吸収し成長してほしいです。頑張れキュリアス理沙!