

やまちゃん

広報

No.637

2014年(平成26年)

5.1

1975年(昭和50年)4.1創刊

満開の桜を楽しみながら 健康づくり

第9回 村民健康ウォーキング

* 関連記事は5ページに掲載

あなたなら何ができますか？



お届けお昼ごはん

支



運転ボランティア

力



配食ボランティア

絆



雪おろしボランティア

結



地域の茶の間ボランティア

地域を支える大きな力
『ボランティア』

地域の中で大きな力、大きな存在となっているボランティア。現在、約100人の地域ボランティアの皆さんが活躍しています。村と村社会福祉協議会では、住み慣れた地域で安心して暮らせるために、住民がお互いに助け合い、自らが地域ボランティアとして参加する福祉の環境づくりを進めています。

知っていますか？

村にはこんなボランティアがあります

無償ボランティア

- ①福祉施設内でのボランティア
(お茶出し・話し相手・整髪・囲碁・将棋・踊り・歌・シーツ交換など)
- ②施設内外でのボランティア
(民謡・踊り・カラオケなど)
- ③施設などの花壇・畑の手入れ
- ④子どもたちの遊び相手・昔の遊び伝授
- ⑤「地域の茶の間」の手伝い
- ⑥通院のための運転ボランティア



有償ボランティア(ささえあい事業)

- ①お届けお昼ごはん
(月曜日から土曜日まで)
- ②雪下ろし
- ③玄関前の雪払い・道つけ
- ④ごみ出し
- ⑤片づけ
- ⑥電球交換
- ⑦買い物代行
- ⑧病院・薬局からの薬とり代行
- ⑨広報などの朗読(音訳)
- ⑩障がい者の居場所づくり



こんな活動
しています！

声の広報を届けたい…《音訳ボランティア》

視覚障がいのある方に「声の広報」を届けようと、平成24年にスタートした音訳ボランティアは現在6人の地域ボランティアが登録しています。

毎月、広報せきかわやお知らせ版が発行されるたびに集まり、聞く人の立場に立って、分かりやすいように写真やグラフなどの説明方法を確認。その後、音訳作業を行っています。

お知らせ版であれば1日かからない作業も、広報本紙となると丸2日もかかるほど大変な作業。音訳の作業は交代しながら原稿を読み上げ、数人で協力して行っています。完成した「声の広報」はCDとなって、郵便局の協力のもと村社会福祉協議会から郵送で利用者に届けられます。

◎音訳ボランティアを行っている大島京子さん（上野新※写真右）

「最初は読むだけと思っていましたが、研修を受けて奥が深いことを知りました。すごくやりがいがあります。相手の立場に立って表現するように心がけていますが、利用者の声を聞きながら、もっといいものを作っていきたいと思います」

◎『声の広報』を利用している佐藤賢二さん（下関）

「声の広報を毎月楽しみにしています。以前のカセットテープに比べCDは音が良い。ボランティアの皆さんはCDを聞く人たちのことを考え、すごく気を使ってくださっているんだと思います。地域の人たちが読んでくれるので、声を聞くだけで親しみがわきます。本当に感謝しています」



通院に困っている人の力になりたい…《通院のための運転ボランティア》



足腰が弱く公共交通機関の利用が難しい人や、車の運転ができない高齢者の通院を支援しようと、平成15年にスタートした通院のための運転ボランティアは、現在2人の地域ボランティアが登録しています。

活動の内容は、自宅から村内にある医療機関までの送迎で、村社会福祉協議会の軽ワゴンを使用し、月に2日程度の活動を行っています。現在、ボランティアの数に応じて支援を行っていますが、村のニーズに応えるためには、まだまだボランティアの数が不足している状況です。

今後、利用者も増えることが予想され、協力いただけ

るボランティアの確保が課題です。

（※通院のための運転ボランティアを利用するには、いくつか条件があります。具体的な内容については村社会福祉協議会 ☎64-0111へお問い合わせください）

◎運転ボランティアを行っている津野良明さん（下関）

「村では以前から一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が多かった。そして交通の便も良くはない。足が悪く、バスを利用できない高齢者も多くいたので、そんな人たちの力になりたいと思って始めました。運転ボランティアの登録は少ないので、自分の範囲内で出来る人がいれば、ぜひ協力してほしい」

◎運転ボランティアを利用している伊藤三平さん（南中）

「南中から下関までタクシーを使えば往復で5,000円ほどかかるので、送迎してもらって本当に助かっています。車を降りても危険な場所があれば見守ってくれるのでありがたい。とても親切で感謝しています」

ボランティアセンターではこんなことを考えています



◎障がいを持った人たちが自由に社会参加できるような居場所づくりを

障がいがあっても生きがいを持って生活し、穏やかに楽しく過ごせる村でいられるように、村にある社会資源を有効に活用し、お互いに支え合える環境づくりを進めます。

◎子育て中の親の孤立を防止し気軽に集まれる場所づくりを

村内には子育て支援のサロンもなく、自主活動をしている団体はひとつしかありません。子育て環境の充実を強化するために、村外から嫁いだ人たちや子育て中の親の孤立を防止し、親同士が気軽に集まれる環境づくりを進めます。

◎災害ボランティアの基盤づくりを

昨今、地震や台風などの自然災害が多く発生する中で、災害ボランティアの存在は大きな力となっています。昔ながらの「結」のつながりも時代とともに薄れてきているからこそ、災害ボランティアの基盤づくりに取り組まなければいけません。

新たな取り組み！

手話ボランティア養成サークルまもなくスタート

▶手話講座のようす



聴覚に障がいを持った人たちの生活を支援しようと手話ボランティア養成サークルがまもなくスタートします。サークルの開設にあたり、今年1月から3月までの3か月間、手話講座を開催しました。講習会は全20回で、村内から手話を学びたいと12人が受講。

今後、月に1～2回のサークル活動を行い、手話ボランティアの養成に努めていきます。



地域ボランティア募集しています！

村社会福祉協議会では、随時、地域ボランティアを募集しています。「少しならお手伝いできるかも！」「やってみようかな」という方、この機会に地域ボランティアに登録してみませんか？

なお、登録申込書は村社会福祉協議会にあります。



DVDを貸し出します！

村社会福祉協議会では地域ボランティアの活動をまとめたDVD「ささえあい地域づくり 絆」の貸し出しを行っています。

興味のある方は村社会福祉協議会までお問い合わせください。(☎64-0111)



ささえあいの村づくりには若い力が必要です

「歩いて健康!大したもん蛇コース」を歩こう! 手軽なウォーキングから始めてみませんか?

4月19日、歩くきっかけづくりを目的とした第9回 村民健康ウォーキングが開催され、村内外から約50人が参加しました。歩いたコースは、県健康ウォーキングロードにも認定されている「歩いて健康!大したもん蛇コース(全長5km)」。

ふれあいど〜むをスタートし、清流荒川や荒川土手沿いに咲き誇る満開の桜を眺めながら、参加者はそれぞれのペースでウォーキングを楽しみました。

参加者の佐藤袈裟之さん(下関)は「今回初めて参加させてもらいました。多くの知人に会え、楽しくゴールすることができました。初めての人もこれを機にウォーキングを始めてくれたら」と話していました。

ウォーキングは、うつ病予防など心の健康づくりにも効果があると言われています。ぜひ始めてみませんか。



▲清流荒川の土手沿いを歩く参加者。約1時間かけコース内をウォーキングし、心地よい汗を流しました

▶設置された案内表示



このたび、「歩いて健康!大したもん蛇コース」内に案内表示を設置しました。設置場所は新湯蔵橋地点(湯沢集落)で、村民から要望があったため設置したものです。

5月に入り、ウォーキングには最高の季節を迎えます。健康づくりのために、ぜひご活用ください!



村の健診や村民健康ウォーキングに参加して スタンプをためよう!

～平成26年度 にゃん吉健康スタンプラリー実施中～

今年度も「にゃん吉健康スタンプラリー」を実施しています。昨年度は62人の参加がありました。村の健康づくりや健診説明会などに参加するたびにスタンプを押します。

- 対象は、20歳以上の村民の方です。
- スタンプ4個ごとに賞品がもらえます。
- イベント年間予定表とスタンプカードは、各イベント会場又は役場住民福祉課で配布しています。

例えば、特定健診、胸部検診、特定健診結果説明会、村民健康ウォーキングでスタンプが4個集まります。

がん検診なども受診して賞品2個も夢ではありません!



ぼくが
目印にゃ。

【スタンプラリーの問い合わせ先】
住民福祉課 健康介護班 ☎64-1472

下関交番&上野新駐在所に配属になりました



上野新駐在所
渡 邊 隆 弘 巡査

今回の春の異動で、上野新駐在所に配属となりました渡邊と申します。

前任地は佐渡西警察署で2年間勤務しておりました。駐在所に勤務するのは初めてですが、上野新駐在所管内の方々をはじめ、関川村に住まれている方々全員の安心と安全を守るために精一杯努力していきます。

今年の2月に入籍した妻共々、今後ともよろしくお願い申し上げます。



下関交番
石 川 一 真 巡査

千葉県警察を退職し、4月に新潟県警察村上警察署下関交番で勤務することになりました石川と申します。新潟県巡査としての初の勤務地が、地域住民との絆が強い下関交番であることを大変嬉しく感じております。また、警察官としての初心を振り返り、新たな気持ちで勤務していきたいと考えております。

関川村の皆さまが、安全・安心を実感できるよう、努力して参りますのでよろしくお願いいたします。

5月1日(木)から31日(土)は 『自転車安全月間』です

自転車も事故を起こせば加害者に…

道路交通法上、自転車は「車両」の一種（軽車両）です。自転車であっても、法律に違反して交通事故を起こすと、刑事上の責任を問われたり、また、相手にケガを負わせた場合は、民事上の損害賠償責任も発生します。

～「自転車安全利用五則」を守ろう！～

- 1 自転車は車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用

▶ 関川小学校で行われた
自転車教室



『安全運転を心がけて』 交通安全指導所で呼びかけ

春の全国交通安全運動に合わせ、4月12日、川口橋のチェーン着脱所に交通安全指導所が開設されました。当日は、村上地区交通安全協会関川支部、村の交通安全指導員、村上警察署など約30人が参加。「安全運転を心がけてください」と啓発チラシなどを配布し、約100台のドライバーに交通安全を呼びかけました。

村上警察署の服部克博署長は「交通安全運動は警察の活動だけでは限界があるが、皆さんの地道な活動が基盤となっている。こういう活動を通して交通安全を徹底していきたい」と話していました。

交通事故に遭わないよう、起こさないよう
安全運転を心がけましょう。また、シートベルトやチャイルドシートを徹底しましょう。

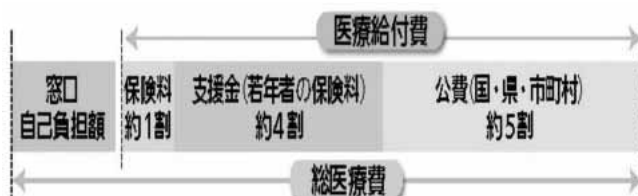
「後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.2 保険料の納め忘れはありませんか？

後期高齢者医療制度は、被保険者一人ひとりから保険料を納めていただき、ケガや病気になった方などを高齢者の方を含めた社会全体で支えている制度です。

皆さんから納めていただく保険料は、皆さんの医療費などを支払う後期高齢者医療制度を運営するための大切な財源となります。

これからも健全な医療保険制度を維持していくためにも、保険料は忘れずに納めましょう。



保険料の納め忘れはありませんか

保険料は、被保険者の医療費などに充てられる貴重な財源です。特別な事情がなく保険料を納めないと、給付に制限がかかることがあります。ご自分のため、みんなのために保険料を忘れずに納めましょう。

また、保険料の納付には、便利で確実な口座振替をお勧めしていますが、口座振替の手続きを行っていても、実際に口座振替が開始になるまでに1～2か月かかり、その間の保険料が納め忘れになることがありますので、ご注意ください。

なお、火災などの災害や所得の著しい減少など、特別な事情により保険料の納付が困難なときは、申請により保険料の徴収の猶予や減免を受けられる場合がありますので、お早めに住民福祉課福祉保険班にご相談ください。

保険料の納付に口座振替をご利用ください

【保険料を納付書で納めている方（普通徴収）】

納付書で納めている方は、口座振替にすると保険料の納め忘れの心配や、納期のたびに金融機関に行く必要がなくなり大変便利です。なお、口座振替への手続きは、金融機関窓口にお申し込みください。

【口座振替への 手続きに必要なもの】

- 振替口座の預金通帳
- 通帳のお届け印
- 保険証

【保険料を年金から納めている方（特別徴収）】

年金から納めている方でも、手続きにより年金からの納付を中止し、口座振替による納付に変更することもできます。

口座振替への手続きは、住民福祉課福祉保険班にお申し出ください。

※ご家族の口座からの納付に変更した場合、社会保険料控除は、実際にご負担した方に適用されます。これにより、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合がありますので、十分ご注意ください。

教育委員会 教育長 野沢 専治	教育課	教育課長 新野 秀樹	学校教育班 ☎64-1491 班長 新野秀樹(兼)	小林 誠 横山 迪子	教育委員会への方針を立案、学校管理運営等、学校教育全般
			生涯学習班 ☎64-2134 班長 安久 昭男	小池 毅 渡辺 一洋 齊藤 準 石山 洋介 伊藤 大助	生涯学習、社会教育、社会体育
			関川小学校	(学校管理士) 高井 新二 (調 理 師) 山口 明美 田島 美香	
			関川中学校	(学校管理士) 鈴木 利彦 (調 理 師) 佐藤 千恵	
			歴史とみちの館 (文化財保護) 館長 渡辺 忠次 (非常勤)		

農業委員会(農林振興班内) ☎64-1447	事務局長 伊藤 保史	渡邊 浩一 吉田 尚史	農地の異動処理・指導、農業者年金 農家の環境改善対策、農業振興地域 整備計画、担い手対策
--	----------------------------------	-------------	--

監査委員(議会事務局内) ☎64-1494	(書記) 佐藤 充代 小池由美子	行政事務が適正に執行されているかを 厳正に監査
---	------------------	----------------------------

選挙管理委員会(総務班内) ☎64-1476	書記長 平田 誠	(書記) 加藤 善彦 富樫佐一郎 菅原 道典 小島 盛康	各種選挙の執行事務、明るく正しい 選挙の推進等
--	--------------------------------	---------------------------------	----------------------------

固定資産評価審査委員会(議会事務局内) ☎64-1494	書記 佐藤 充代	固定資産税の課税対象となる土地や家屋などが、適正に評価されているかを審査	
--	--------------------------------	--------------------------------------	--

▶物産の写真。村自慢の特産品が
たっぷり入っています！



みなさまのご親戚・ご友人をご紹介します！
ふる里会事務局から、入会案内と村のパンフレット等を無料でお送りいたします。
この機会にぜひ、いで湯の関川ふる里会をご利用ください。お待ちしております。

【問い合わせ先】

役場農林観光課いで湯の関川ふる里会事務局
☎ 6 4 - 1 4 7 8

昭和58年に発足し、のべ1万人近くの会員の皆様にご入会いただいた「いで湯の関川ふる里会」は今年度32年目をむかえました。現在会員を募集しています。
首都圏に住んでいる方や関川村出身の方でなくても年会費3万円で誰でも入会でき、年4回(6月・10月・12月・2月)の季節に合わせた特産品の発送と、村の温泉旅館宿泊割引や観光施設の割引などが受けられます。
ご入会後の物産発送先の変更も可能ですので、4回とも別の方に送ることもできます。

いで湯の関川ふる里会会員大募集

大切な人に、村の特産品を送りませんか？

村のしくみをご案内します

平成26年4月1日現在

村議会議長 高橋 八男	議 会 事 務 局 ☎64－1494		事務局長 佐藤 充代	小池由美子		議会の庶務を処理し、議会の自主的な活動を確保するための事務を担当		
	総務課	総務課長 平田 誠 参 事 伊藤 隆 加藤 善彦	総務班 ☎64－1476 班長 加藤 善彦	富樫佐一郎 米野 哲弘 木島 恵理 大沼 明	駒沢 菅原 小島 伊藤 良子 道典 盛康 敏	条例や規則の立案審査、消防防災、交通安全、人権、統計調査、村有財産管理、広報広聴、他課に属さない事務		
			企画財政班 ☎64－1476 班長 野本 誠	熊谷 吉則 佐藤 信一	大島 祐治 石田 友和	財政、総合計画、地域活性化対策、自立改革事務		
			新エネルギー対策室 ☎64－1476 室長 伊藤 隆	小田 康裕		太陽エネルギー、バイオマスエネルギー、その他地域エネルギーに関する事務		
	税務会計課	税務会計課長 会計管理者 井上 廣栄	税務班 ☎64－1451 班長 伊藤 和義	石栗 孝子 野沢 尚史 平田 友一 須貝 佳苗	市井 隆範 須貝 克幸 佐藤 義矩	村税の課税と納税に関する事務、土地台帳と地籍図の保管整理、国土調査事務		
			会計室 ☎64－1451 室長 伊藤和義(兼)	秦 玲子	高橋はるみ	一般会計・特別会計などの納税・支払事務、有価証券の出納保管、決算事務		
	住民福祉課	住民福祉課長 地域包括支援センター長 関川診療所事務長 船山 久治	住民戸籍班 ☎64－1471 班長 中束 正子	加藤 龍 小島こづ恵	市井 章子	戸籍・住民登録、国民年金		
			福祉保険班 ☎64－1471 班長 田村久美子	荒木 好子 渡辺 輝章 渡辺 凌一	瀬賀 豪 野沢 茜	学童保育、児童手当、障害福祉、国民健康保険、後期高齢者医療制度、乳幼児・ひとり親家庭・心身障害者等医療給付、高齢者福祉		
			健康介護班 ☎64－1472 班長 須貝 博子	稲垣 暁美 船山 豊 高橋みなみ 川村 華子	相馬 清子 佐々木沙織 竹田 涼花	介護保険、保健師活動、村民の健康管理対策		
			地域包括支援センター ☎64－1473 班長 佐藤 恵子	島津 心	佐藤 敦美	高齢者の総合相談・介護予防事業		
			保 育 園	下関保育園 ☎64－1277 園長 菅原百合子	田村 泰子 平田 寛幸 齋藤 瑞綺	堀 香織 柳川 茜 須貝 静花	川崎 朋子 平田 るみ 中束美和子	米野裕美子 古川小百合
				子育て支援センター 野本真紀子		学童保育（※臨時職員対応）		
				大島保育園 ☎64－1233 園長 伊藤 厚子	阿部 真澄	佐藤 優衣	井上 顕嘉	横山 秀子
				女川保育園 ☎64－0535 園長 長 里美	渡辺 寿子	渡辺 友子		
			関川診療所		☎64－1051 所長 太田 昌幸	渡辺めぐ美	松本久美子	川俣千絵子
	農林観光課	農林観光課長 農業委員会事務局長 伊藤 保史 参 事 稲家 誠	農林振興班 ☎64－1447 班長 板越 昌生	渡邊 隆久 佐藤 正和 近 和則 渡辺 俊	渡邊 浩一 前田 智博 加藤 悠 吉田 尚史	農業の振興、農業のイメージアップ対策、有害鳥獣対策、農地利用計画、内水面漁業の振興、農地農道整備、林業振興、村有林管理、林道整備		
			商工観光班 (村観光協会) ☎64－1478 班長 稲家 誠	田村 清洋	渡部 竜也	商工業の振興、観光振興、金融対策、自然保護、鉱業対策、労働雇用対策、村有温泉施設の管理運営		
	建設環境課	建設環境課長 渡辺 丈夫 参 事 高橋 賢吉	地域整備班 ☎64－1479 班長 高橋 賢吉	須貝 出 須貝 崇	市井謙太郎	道路、橋梁、河川、建築、公営住宅、道路除雪、災害復旧事業		
水道環境班 ☎64－1479 班長 河内 信幸			富樫 吉栄 長谷川健太	瀬賀 元子	上水道・簡易水道の施設管理、下水道の維持管理、環境衛生、廃棄物対策、公害対策			



下関保育園入園式

4月4日、村内保育園で入園式が行われ、新たに42人の子どもたちが入園しました。下関保育園には、33人の子どもたちが入園。保護者と一緒に笑顔いっぱい初登園の日を迎えました。年長児から「一緒に散歩に行きましょう。元気に保育園に来てください。みんなで待っています」と歓迎された新入園児。たくさんの友達に囲まれながら、毎日元気に過ごしています。



期待と希望を胸に抱き

入園・入学の春



関川小学校入学式

桜の開花を間近に控えた4月8日、関川小学校で入学式が行われ、今年は30人の児童が入学しました。在校生や先生たちから温かい拍手で迎えられ入場した新1年生を、6年生の代表児童が「分からないことがあったらいつでも相談してください。これから一緒に仲良く登校しましょう」と歓迎。少し緊張気味でしたが、しっかりとあいさつや返事のできる立派な新1年生でした。



関川中学校入学式

また、この日は関川中学校で記念すべき10回目の入学式が行われ、47人の新入生が入学しました。式では、生徒会長の津野莉来さん（3年・高瀬）が「期待と不安でいっぱいかもしれませんが、一緒に新たな伝統を築き上げていきましょう」と歓迎。新入生を代表して小田桜生さん（下川口）が「たくさんの行事を成功させられるよう頑張っていきたい」と誓いの言葉を述べました。

村の方言わかるかな？

近 美千代さん(幾地) 遊び心満載のおもしろかるた製作中



村の言葉にもっと親しんでほしい……こんな願いを込めて、近美千代さんは村の方言を使ったおもしろかるたの製作に取り組んでいます。その名も「関川むらことば(笑)かるた」かあちゃん遊ばで！(仮称)」。もともと村の方言に興味があり、書き溜めていたものを作るたにしようと、一昨年からかるたづくりがスタートしました。読み札は近さんが考え、絵札は近さんの友人でイラストレーターのおたまこさん(三条市)が担当。方言を使い、村の日常やふるさとを感じる季節の風景がユーモ

アたっぷりイラストで描かれている遊び心満載のかるたで、子どもから高齢者まで幅広い年代で楽しめる内容となっています。近さんは「読み札には英語訳もついているので、中・高校生にとって、おもしろ味があると思います。学校や老人施設でのレクリエーションなどでも使ってもらいたい。方言で村が盛り上がる嬉し」と完成を心待ちにしていました。むらことばかるたは、今年の夏までには完成し、販売も行う予定です。

キラリと光る村づくりを参考にしようと、4月17日、鹿児島県東串良町議会の議員12人が視察研修のため来村しました。東串良町は、人口約7,000人の町で、財政規模は当村とほぼ同じ。平成の大合併には参加せず、自立のまちづくりを進めています。

当日は、渡邊邸や道の駅周辺を視察後、役場内で村議会議員や村職員と研修会を実施。研修会では、村職員が村おこしの目玉「大したもん蛇まつり」ができた経緯のほか、コミュニティ組織への活動支援、若者向け住宅の整備、教

育スクウェアICT事業などについて説明。また、健康づくりの取り組みについても紹介しました。中でも、村民の自由な発想や提案を村づくりに活かそうと始まったキラリと光る地域活性化事業の説明に、東串良町の議員は熱心に耳を傾けていました。

東串良町議会の田之畑稔議長は「地域づくりは、行政と住民が一体でなければならぬ。村民の提案を村づくりに活かしている関川村に感謝しました。関川村の多様な村づくりを今後活かしていきたい」と話していました。

魅力あるまちづくりとは？ ひがしくしらちょう 鹿児島県東串良町議会が 視察に来村



地域の安心安全を守るため 今年度の活動がスタート ～村消防団辞令交付式～

4月6日、ふれあいど～むを会場に村消防団の辞令交付式が行われ、幹部や新任団員など約100人が参加しました。

式では、平田均団長（下関）が、新任団員31人を含む80人に辞令を交付。「4月から消防団組織が一部改編されたが、各隊の消防団活動に協力していただきたい」と激励しました。

式終了後には、規律訓練や車載無線交信訓練を実施。また、村上市消防関川分署員によるポンプ操法講習会も行われ、団員はその説明を熱心に聞いていました。

**春季消防演習・ポンプ操法競技会は
5月18日(日)・ふれあいど～むを会場に行われます。
熱い声援をお願いします!**



106人の団員で元気にスタート 村スポーツ少年団入団式

平成26年度スポーツ少年団入団式が、4月6日、村民会館大ホールを会場に行われ、団員や保護者など約150人が参加しました。

式では、船山勝雄本部長（勝蔵）が「関川小学校の約半数の児童はスポーツ少年団に加入していない。一人でも多くの仲間を増やすよう呼びかけてほしい」と挨拶。

また、団員を代表して、ミニバスケットボール部に所属している沢田涼輔くん（6年・大島）が「スポーツを通じ健全な体と心を養い、支えてくださっている人たちに対して感謝の気持ちを忘れず、日々頑張っていきたい」と誓いの言葉を述べました。

今年度は新たに22人の子どもたちが入団。7種目、総勢106人の子どもたちが夢に向かって元気いっぱい活動しています。

緊急時の情報をいち早くお知らせします ～公共情報コモンズ運用開始～

公共情報コモンズとは？

災害発生などの緊急時に、村民みなさんの安心・安全にかかわる情報をいち早く発信することを目的とした新たな情報提供のための基盤です。

情報を発信する「情報発信者（地方自治体など）」と、その情報を住民に伝える「情報伝達者（放送事業者・通信関連事業者など）」がこの情報基盤を利用することによって、効果的な情報伝達を実現しました。

いつでもどこでも情報入手が可能！

発信された情報は、全国の情報伝達者に一斉に配信され、住民はテレビやラジオ、携帯電話、インターネットなど様々なメディアを通じてリアルタイムに情報を入手することが可能となります。

地上デジタル放送を利用する場合

NHKなどのデータ放送（防災情報）をご覧ください。

インターネットを利用する場合

Yahoo! JAPANホームページ>Yahoo! 天気・災害>避難情報をご覧ください。

スマートフォンを利用する場合

Yahoo! 防災速報（無料アプリ）をダウンロードしてご利用ください。

▶Yahoo! 防災速報のダウンロード
はこちらから



▶ヤフー・防災速報のイメージ画像



【問い合わせ先】 総務課総務班 ☎64-1476

障がいに関する相談は「相談支援事業所」へ

相談支援事業所は、障がいのある方や家族からの相談に応じて、情報提供、福祉サービスの提供及び利用支援、関係機関との調整を行う窓口です。お気軽にご相談ください。

相談支援事業 浦田の里

対象：身体障がい・知的障がい・障がい児
難病

住所：村上市岩船231-1

電話：53-3673

受付：月～金曜日 9時～17時

地域生活支援センター はまなす

対象：身体障がい・知的障がい・精神障がい

住所：村上市瀬波中町10-1

電話：50-7104

受付：金・土曜日を除く毎日 8時～17時

村の障がい者相談員を紹介します

障がい者などの福祉に関する相談に応じ、情報提供及び助言、村との連絡調整を行います。

▶新野サヨさん(右)
新野タカ子さん(左)



相談先：地域活動支援センターさくら工房
☎64-1400

学校からのお知らせ

今月は関川中学校からの紹介

平成26年度 九の郷ウォーキング 一緒に気持ちいい汗を 流しませんか

昨年からはじめた九の郷ウォーキングを開催します。生徒の心身を鍛えることとお互いに協力し合い、励まし合うことを目的に実施します。全長23.5kmのコースを全校生徒で歩きます。

【日時】 5月17日(土)

※雨天の場合18日(日)に延期

8:30関川中学校スタート、
16時の最終完歩をめざします。

【コース】

関川中→上関地下道→温泉橋→土手→「ゆうあい」裏→滝原→小見→松ヶ丘入口→松ヶ丘同心舎→鉾打峠→深沢→女川農村公園→小和田集落開発センター→蕨野→蕨野入口→JA倉庫→宮ノ前Aコープ→高田ふるさと会館→高田橋土手→橋場→南赤谷→勝蔵→学校



【お願い】

- ◎ 囲んである場所のトイレを借用させてください。
- ◎ 1日かけて村内を歩きますので、生徒を見かけたら、ぜひ声援をお願いします。



参加者募集中!

◎ 生徒と一緒に歩いてみたい方は、関川中学校
(☎64-1063 担当:中西) まで連絡ください。

サーバ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】

《測定月日 4月11日》

測定場所		測定値		測定時間	天候
		地上10cm	地上1.0m		
下関	下関保育園	0.080	0.077	15:15	曇り
	関川小学校	0.087	0.080	15:30	〃
	関川中学校	0.083	0.080	16:15	〃
	関川村役場	0.070	0.070	16:30	〃
	運動公園	0.090	0.083	15:45	〃
上関	ゆ〜む	0.087	0.063	16:00	〃
四ヶ字	辰田新集落センター	0.087	0.077	12:00	〃
霧出	大島保育園	0.093	0.073	10:00	〃
七ヶ谷	安角ふれあい自然の家	0.087	0.070	13:15	曇り時々雨(雪)
	大石ダム	0.120	0.110	13:30	〃
九ヶ谷	金丸ふれあい自然の家	0.090	0.077	14:30	〃
	鷹の巣温泉駐車場	0.093	0.070	14:00	〃
川北	川北ふれあい自然の家	0.100	0.080	11:45	曇り
	高田ふるさと会館	0.083	0.067	10:15	〃
湯沢	高瀬ふるさと会館	0.077	0.070	15:00	〃
女川	女川保育園	0.080	0.067	10:40	〃
	中東集落センター	0.103	0.083	11:20	〃
測定結果	最大値	0.120	0.110		
	最小値	0.070	0.063		
	平均値	0.089	0.076		

野焼きは禁止されています!

ダイオキシン類排出抑制と廃棄物の適正処理の観点から、『廃棄物の処理及び清掃に関する法律』が改正され、一部の例外を除き廃棄物を焼却することの禁止(野焼き禁止)と、廃棄物焼却炉の構造基準が強化されました。このためほとんどの小型焼却炉が、平成14年12月1日から使用禁止になりました。

廃棄物の野焼きは原則として禁止され、違反すると5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金又はその併科に処せられます。

【問い合わせ先】

建設環境課水道環境班 ☎64-1479





健康せきかわ21 いきいきライフ

春です。各種健康診査の季節になりました！

みなさんは、1年に1回、健康診断（健診）を受けていますか？

初期の生活習慣病は自覚症状がほとんどなく、健診を受けて初めて気づくことがあります。健診を受けることで病気の早期発見、早期治療が可能となります。健診を受けて、自分の健康状態をよく知り、結果を日常生活に活かしていくことが大切です。

*** ～ 健康は自分の宝。家族の宝。地域の宝。～ ***

村では、5月から特定健診をはじめ各種がん検診がスタートします。自分のため、家族のため、地域のためにも1年に1回は各種健康診査を受診しましょう。

今年度の村の健（検）診スケジュール（集団健診のみ）をお知らせします。

健（検）診スケジュール（集団健診のみ）		
5月 ※7月12日（土）に 未受診者検診あり	特定健診	同時開催
	肺がん検診（胸部レントゲン）	
	前立腺がん検診	
	肝炎ウイルス検診	
6月	子宮頸がん検診	同時開催
	乳がん検診	
7月	胃がん検診	同時開催
	大腸がん検診	

村の健（検）診は年齢制限などありますが、個人負担も少なくフォローも充実していて、大変お得です。2月に各種健（検）診申込み調査票により、村の健診を申し込まれた方には、5月初めに5月実施の健診受診票をお届けします。忘れないよう受診をお願いします。

健（検）診の詳しい日程などについては「広報せきかわお知らせ版」に掲載しますのでご覧ください。



高橋	高橋	小島	伊藤	須貝	杉野
文都	理奈	透哉	陽斗	悠比	輝斗
（湯沢）	（湯沢）	（下土沢）	（下関）	（桂）	（上関）



3月7日に行われた3歳児健診で、おし歯が1本もなかった子どもたちに「ピッカピッカ賞」が贈られました。（順不同・敬称略）



おし歯ゼロの子に
ピッカピッカ賞！

保健師の担当地区についてお知らせします

今年4月から川村華子保健師が新たに加わりました。

保健分野（健康づくり・各種健診・赤ちゃん健診・子育て支援など）を担当する保健師は、下記の4人で各地区を担当します。

健康懇談会や家庭訪問など、できるだけ地域へ足を運ぶよう頑張りますので、健康に関する相談など、ぜひお気軽に声をかけて下さい。

地区担当保健師一覧表

保健師	稲垣 暁美	佐々木 沙織	高橋 みなみ	川村 華子
担当地区	下関	上関 湯沢 九ヶ谷	四ヶ字 七ヶ谷 女川	霧出 川北

よろしく願ひします



住民福祉課
保健師 川村 華子

はじめまして。4月1日から関川村役場に採用になりました川村華子です。住民福祉課に配属になり、霧出、川北郷地区を担当させて頂くことになりました。

分からないことばかりでまだまだ頼りないですが、早く仕事を覚えて住民の皆さんのお役に立てるよう頑張ります！見かけた時は気軽に声をかけて下さい。よろしくお願いします。

健康講座

112

高血圧のお話

新潟県立坂町病院院長 鈴木 薫

春になると健康診断の時期が近付いてきます。「健康診断で測ると血圧が高くでる」という方が結構います。普段の血圧が正常の場合は、健康診断会場である程度血圧が高く出ても問題ありません。慣れない場所ですぐに移動しながら検査を受ける。血圧があがっても無理はありません。血圧が高いのでは？と心配すると益々あがります。もちろん上の血圧が160 mmHg以上もある場合は別ですが、健康診断会場だけで高い血圧は心配ありません。

血管の場合は腎不全になりやすくなります。高血圧の場合、将来脳や心臓、腎臓等の重い病気になる危険性が高くなるから治療が必要なのです。

血圧を測る場所によつて目標とする血圧は変わります。医療機関で測る場合、上は140 mmHg、下は90 mmHg未満です。家庭で測る場合、一日2回は測つて下さい。朝起きて1時間以内と夜寝る前の2回です。オシッコをした後でユツタリとした時に測つて下さい。目標は、上は135 mmHg未満、下は85 mmHg未満です。血圧はちょうど良い日もあれば高めの日もあります。人間は生きていますので疲れていたり、寒かったりすれば血圧はあがります。特に朝の血圧は高くなります。一日一日の血圧の値はあまり

気にせず、一週間の内の大部分で上が140 mmHg、下が90 mmHg以下なら良しとします。80歳以上などお年寄りの場合は上が150 mmHg以下ならまず大丈夫です。家で測るには血圧計が必要です。高価な血圧計はいりません。腕で測るタイプならどの血圧計でもあまり問題になりません。毎日測る事が大事です。

血圧が高い場合はどうしたら良いでしょうか？塩分を減らしましょう。散歩などをして痩せましょう。太っていると血圧があがります。お腹が凹むと確実に血圧は下がります。散歩をすると血管が若返ります。お薬は確実に飲みましょう。家で測つた血圧の記録を医者に見せて指導を受けましょう。まず自分で出来る事を確実にする事が大事です。



*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111



遊びを通してたくさん学ぼう

今年度も元気にスタート

平成26年度 放課後子ども教室開校式

4月15日、川北ふれあい自然の家で5年目を迎えた放課後子ども教室の開校式が行われ、児童やサポーターなど約100人が参加しました。

式では、野沢専治教育長が「この教室には、いろいろな楽しいことがいっぱいあるので、サポーターと一緒に遊びも遊びも最後まで頑張ってください」と

と挨拶。児童を代表して高橋礼人くん（6年・下関）が「約束ことをしっかりと守り、一年間楽しく遊びましょう」と誓いの言葉を述べました。式終了後には、平田大六村長が講師を務め、紙ヒコーキづくり挑戦。完成した紙ヒコーキを飛ばす子どもたちの表情には笑顔があふれ、飛ばした紙ヒコーキの行方を最後まで目で追っていました。



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

今年度から祝日も図書室を開放します。新刊図書・雑誌・マンガコーナーも充実させていきますので、ぜひご利用ください!!

この本よんで!!

「あんちゃん」
高部晴市 Eタ



弟の自慢のあんちゃんをおおらかで魅力的に描いている絵本です。

今月の1冊

「ドーナツを穴だけ残して食べる方法」
大阪大学ショセキカプロジェクト編 002ド



自分ならどう答えるだろうか。そんなことを考えながら読むのがお奨めの本です。



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。

高田～沢～女川 方面……………18(日)
大島～片貝～大石 方面……………10(土)25(日)

17日は おはなしのかい
毎月第3土曜日です

絵本の読み聞かせとプチ工作!

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。



長谷川 健太さん
(関川村役場 建設環境課・下関)

今年の4月から関川村の職員に採用された長谷川健太さんに話を聞きました。

－社会人となって今の気持ちは？

今は、これから始まる！という気持ちです。いざ始まってわからない所だらけですが、上司の方がとても優しく教えてくれています。まだまだ、私の出来ることは少ないですが、少しずつ覚えてしっかりこなしていきたいです。

－普段、心がけていることは？

挨拶をしっかりとすることです。村民の方々にはもちろん、今は教わる事が多い私は、特に上司の方に対して「ありがとうございました」など、元気に言えるよう心がけています。

－今、夢中になっていることはありますか？

夢中になっているのは野球です。小さい頃から10年以上続けてきて、今は本気で取り組めるような形ではありませんが、野球をはじめスポーツに携わっていきたくので、持っている技術を自分が教えることができたらと思っています。

－村民の皆さんにひと言お願いします。

入ったばかりで分からないことがとても多く、ご迷惑をおかけすることがたくさんあると思いますが、一生懸命早く仕事を覚え、力になれるよう頑張りますのでよろしくお願いします。

新潟県労働委員会の委員による 労働トラブル相談会開催します

労働者、事業主を問わず、労働委員会の委員が労使間の問題解決に向けてアドバイスします。

ご相談に応じる者は、労使関係に豊富な知識や経験がある公益委員（弁護士など）・労働者委員（労働組合役員など）・使用者委員（会社経営者など）です。

▶開催日時／5月25日（日）13時30分～16時

▶開催場所／新潟県庁16階 新潟県労働委員会

▶内 容／解雇・賃金未払い・退職金・パワハラなどの労使間のトラブル

▶申し込み／県労働委員会事務局総務課
☎025-280-5546

事前にお問い合わせください。事前連絡がない場合、お受けできないことがあります。



お笑い日本「かやってくる！」 第14回 歌とおどりと笑いの饗宴

毎年恒例となった「歌とおどりと笑いの饗宴」が今年も盛大に開催されます。

歌あり、踊りあり、笑いありと内容盛りだくさんとなっていますので、大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

（主催は、せきかわ笑楽会／川又政男会長・鮎谷）

◆日時 6月1日（日）

10時開演

◆会場 村民会館アリーナ

◆会費 3,000円（昼食付）

◆内容 津軽圭助一座によるお笑い

シヨ－

◆その他

・村内の方はバスでの送迎があります

・定員は500人

◆問い合わせ先

せきかわ笑楽会 川又政男
64-2876（自宅）
090-1473014259

※前売り入場券の受付も行って
います。（携帯）



じっくり心をこめて スロー フード 122



ぱぱっとカンタン朝食メニュー♪ 元気もりもり納豆丼

ちりめんじゃこにも塩気があるので、入れすぎには注意しましょう!!
おうちでのランチにもおすすめです♪

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材 料 (1人分)

- ・ごはん 茶碗1杯分 ・納豆 1パック
- ・オリーブオイル 小さじ1弱
- ・ちりめんじゃこ ひとつまみ ・小ねぎ 少々
- ・焼き海苔 1/4枚

作り方

- ① 納豆のパックを開け、その中にオリーブオイルを入れてよく混ぜる。焼き海苔は適当にちぎっておく。小ねぎは小口切りにしておく。
- ② 茶碗にご飯を盛り、①の納豆と小ねぎ、ちりめんじゃこ、ちぎった焼き海苔をのせ、付属のタレを全体にまわしかけたら出来上がり。

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

ねむる日に 目ざめる月や 天の川
春よ春 待ってるよりも 連れてこい

大塚 沖正 (下川口)

雪解田 ひかりきらきら 銀のなみ
水温む 落合川に 子等遊び
午祭 伏見の里に 春の声
道あるく 割れ目継ぎ目に 春の草

横山 一正 (東京都)

短歌

山肌に白くのこれし残雪も
春風吹いて緑色ます

大塚 沖正
(下川口)

雪割草このひととせの気配りを
見せる人あり覧に来る人も
ゆうあいの職員優し誕生日にと
吾写されて折鶴の中

佐藤 庄七
(愛広苑)
須貝 恵美
(高田)

しだれ梅ひと枝折りて供えれば
春が来たかと夫の声する
赤き服着ることなしと除けども
ふたたび戻る引き出しの中

須貝 恵美
(高田)
渡辺千恵子
(上関)

関川俳句の会作品

降り止みし桜並木の朝の影

渡辺しづい

関川村とiVUSAの つながいをふり返る

2004年、関川村出身学生の熱い想いをきっかけに、私たちiVUSAと関川村の関係は始まりました。夏には、村の一大行事であるえちごせきかわ大したもん蛇まつり、また冬には大石どもんご祭りや七ヶ谷雪ほたるのお手伝いをさせていただいて、昨年の秋には「The MATSURI SAMMIT in 関川村」のサポートスタッフとしてもかわらせていただきました。

私たちiVUSAは関川村の方々とのお会いを通して、貴重な経験をさせていただく中で、人としての温かさ・新たな発見にたくさん出会いました。この関係も



昨年度に、10周年という節目を迎えさせていただき、「学生として関川村にできること」を、今後の活動でさらに追及し、村の活力に繋げていきたいと思っています。

また、私たちがより戦略的に関川村の活動を行うため、そして経済的な面から地域活性化に貢献するため、iVUSAの中に10年目にして初めて年間のチームが組まれました。



2014年度 関川プロジェクト戦略 運営チームリーダーより

はじめまして。今年から関川チームが結成され、この1年間チーム長を務めることになりました立命館大学4年生上野涼子です。

今まで行っていたまつりを盛り上げることだけでなく、この10年間でできた多くの繋がりを活かして年間を通して様々なことに挑戦して行こうと考えています。

学生の力は微力ですが、iVUSAのできる限界まで力を尽くして行きますので、時に見守り時に協力していただけると嬉しいです！

この1年間またよろしく
お願いします！



世きかわ文芸

雪消えし田の面に白鳥群りぬ
彼岸会や雪を踏まずに墓参かな
いとほしき我が家の雛を旅に恋う
床の間に活けし紅梅散る風情
雪囲いはずせる部屋に春日射す
水音に春の鼓動の聞こえ来る
黄水仙色なき春に競い咲く
日の光を借りて山々春色に
無情にも蕾をたたく春嵐
春早し手順とまどう農作業
雪残る畑に早々草青し
水音も春や吊り橋渡り来て
背を伸ばし猫の目細く春のどか
菖蒲湯の香り豊かや浸りけり

渡辺しづい
渡辺しづい
渋谷くに
渋谷くに
伊藤久恵
伊藤久恵
南セツ
南セツ
青木慶一
青木慶一
青木慶一

せきかわ山柳会作品「重の」「減の」「雑詠」

太り過ぎまずダイエットの食生活
ドクターに宣告されて病知る
紅一点庭にこぶしが咲き誇る
少雪で凌ぎ良い冬ありがとう
言にくい話に口が重くなる
増税がまたも波立て重く来る
値上がりの嵐吹く春気が重い
重い口酒の力で軽くなる
何もせずじっとしても減るおなか
九十才生きた言葉だ重く聞く
皿数が減った我が家の消費税
一〇〇点は重かったねと頭撫で

本間イミ
本間イミ
本間イミ
平田千恵
平田千恵
渡辺しづい
渡辺しづい
渡辺しづい
南セツ
南セツ
南セツ

戸籍の窓

● 3月16日～4月15日までの届出 ●

お誕生おめでとうございます

はるか 遙 花ちゃん (女) 蕨 野
中東 哲夫・恭子 さん
れい 玲 依ちゃん (女) 大 島
近 浩之・美和 さん

すえながくお幸せに

{ 横 山 友 希 さん 若 山
(須 貝) 汐 里 さん (胎内市)
{ 大 塚 拡 さん 大 島
(渡 辺) 真 希 さん (村上市)

ごめい福をお祈りいたします

伊藤 勝夫 さん	71歳	沼
小路 正男 さん	83歳	深 沢
板越 チエ さん	82歳	幾 地
近 タツエ さん	92歳	辰田新
須貝 謙一 さん	67歳	湯 沢
小山喜久雄 さん	95歳	大内渕
佐藤 庄助 さん	83歳	大 島
木村 靈秀 さん	86歳	大 島
須藤ヨキイ さん	80歳	大 島
八幡 彌輔 さん	81歳	八ツ口
近 ミトリ さん	99歳	上 関
市井 ジン さん	97歳	山 本

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26年3月末現在 () は前月対比

世 帯 数	2,009世帯 (±0)
総 人 口	6,304 人 (-17)
男	3,008 人 (-9)
女	3,296 人 (-8)

(転入 23人	転出 34人)
(出生 2人	死亡 8人)

編集室から

▶ 今月は春季消防演習・ポンプ操法競技会が行われます。毎晩、練習に励む選手の皆さん、そして選手を指導する団員の皆さんお疲れ様です。本番まであと少し！ケガに注意しながら頑張りましょう！家族への感謝も忘れずに！

▶ これからGWを迎えます。遠出される方もいると思いますが、くれぐれも交通事故には気を付けましょう！ (あ)

キラリ輝く☆せきかわっ子たち vol.30

今月は、関川中剣道部で部長を務めている小池優弥さん(3年・田麦千刈)を紹介します！

先輩がやっていたこともあって、小学5年生から剣道を始めました。「剣道は心が鍛えられる」と話す優弥さんは、練習中、大きな声を出すことを心がけているしっかり者の部長です。



⑥ チームメイトから見た優弥さんは？

- ・意外と足が速い
- ・責任感が強い
- ・やるときはやる男！

⑥ 顧問の本間章彦先生から優弥さんへ

責任感があり、工夫しながら剣道部をまとめています。これからの大会でその成果があらわれるよう、もうひと踏ん張りがんばろう！

⑥ 10年後の自分は？

子どもたちに剣道を教えられような人になっていきたい！



3年生最後の大会なので、先輩たちの記録を超えるよう頑張りたい！

わが家の

人気者

とう ま 統 真 ちゃん(5歳)

平田和好さん 恵里さん(辰田新)



ニコニコわが家の元気印！家では変顔をしたり面白い踊りを踊ったり、家族はいつも元気をもらっています。年長さんになり、張り切って支度するようになりました。日々成長していく姿を見守っていくのが楽しみです。

この一年楽しい思い出をたくさん作ってね！