

ヤマト

広報

No.642

2014年(平成26年)

10.1

1975年(昭和50年)4.1創刊



伝説の大蛇現る

第27回 えちごせきかわ大したもん蛇まつり

*関連記事は2～6ページに掲載

8月29日～31日

第27回 えちごせきかわ大したもん蛇まつり

世界一の大蛇 ここに登場

じゃー!

大したもん蛇まつり幕開け！



今年で27回目を迎えた「えちごせきかわ大したもん蛇まつり」が、8月29日から31日までの3日間、盛大に開催されました。期間中は、花火大会や大盆踊り大会、そして大蛇パレードと、村内外から大勢の皆さんにご来場いただき、大変ありがとうございました。

小さな村でも、村民みんなが一致団結し、これだけのまつりができるということを改めて示すことができた3日間となりました。



熱いあつい3日間がいよいよスタート！

29日は蛇喰集落のありのの碑で安全祈願祭が行われ、村関係者やありのの会、女川集落区長らが参列。また、地元の子どもたちが大勢参加し、ミニ大蛇パレードも行いました。

30日の花火大会には約1万5千人が来場。夜空に打ちあがる花火と迫力ある音に酔いしれていました。



ギネス認定！世界一の太蛇パレード



大蛇パレードに1万人が来場！

31日に行われた大蛇パレードでは、天候が心配されましたが当日は快晴！約400人の担ぎ手によって大蛇は生き返り、1万人の観客に感動と興奮を与えました。担ぎ手の皆さん、ご苦労さまでした。

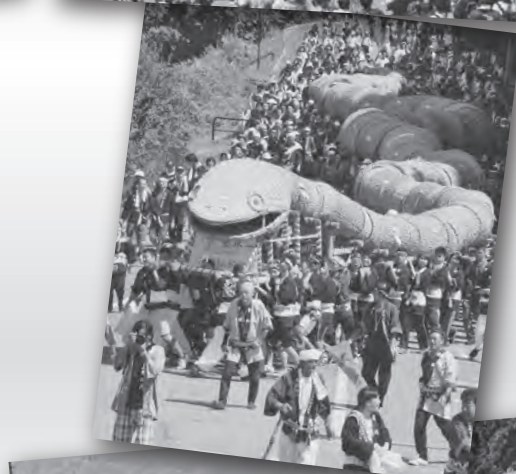


グループおりの
会長 三須 真さん
(下関)

今回の大蛇パレードは、あれだけ多くの観客に来ていただき、大変やりがいがありました。見せ場を作ることができたと思います。長い間、まつりに関わらせていただいているのですが、これまでで一番楽しかったですし、沸き上がる観客の姿に感動しました。

また、担ぎ手の皆さんご苦労さまでした。大きなケガ等もなく、皆さん楽しめたと思います。関川村は今年、誕生60周年を迎えましたが、今年の大したもん蛇まつりは本当に最高でした。

ありがとうございました。



また帰ってきます！ 関川村×国際ボランティア学生協会IVUSA



すべて出し切った！最高の4日間

国際ボランティア学生協会IVUSAが大したもん蛇まつりに参加し、今年で11年目を迎えました。今回は約200人の学生が帰村。OB・OGも大勢駆けつけてくれました。村には4日間滞在し、大したもん蛇まつりのほかにも、さまざまなボランティア活動を展開。解散セレモニー後の涙には、学生たちの充実感が漂っていました。



国際ボランティア学生協会
IVUSAリーダー

上野 涼子 さん
(立命館大学4年)



関川村の皆様、私たち学生185名を今年も受け入れて下さりありがとうございました！今回は大蛇パレードの他にも東桂苑での涼みブースや、大蛇と1000人の記念撮影などの学生企画を実施し、予想以上の大盛況で自分自身も驚いています。

大六村長をはじめ、多くの方々に協力していただいた今回の活動、学生の元気やパワーが少しでも村の力になっていると嬉しいです！暑い暑いあの日を忘れません！

学生を代表して、心からありがとうございました！また帰ります！

今年のまつりを振り返って ～参加者の声～

大したもん蛇まつりには、ほとんど毎年参加していますが、今年は厳しい暑さでなく、例年に比べ担ぎやすかったと思います。パレード終了後に撮影した集合写真は一体感があってとても良い思い出になりました。これからは、村の若い人たちになるべく参加してもらい、地域の活性化につながれば嬉しいです。

高橋 廣一さん
(小見)



大島



聡さん
(上野新)

集落からも大勢参加してくれたので良かったです。重くてしんどかったですが、パレードコースには大勢の観客がいて大変盛り上がっていたので嬉しく思いました。まつりが終わってから、ラジコンヘリで空撮した動画を見ましたが、すごい迫力でした。



中村 華梨さん
(関川中2年・上関)



大したもん蛇まつりに参加して今年で2回目です。昨年よりも重いところを担いだので肩が痛かった。担いでいるときは、だいぶふられて怖かったですが、観客が盛り上がっていたのでやりがいがありました。来年は今年以上にまつりを楽しみたいと思います。

宮崎 遥奈さん
(IVUSA学生)



パレードは暑くて重くて大変でしたが、それ以上に応援してくれた皆さんの温かさを感じました。担ぎ手の熱意を感じながらゴールした時は思わず感動してしまいました。

学生最後の年に大蛇を担がせていただきありがとうございました！



今年もたくさんの
ご寄付をいただきました
**大蛇パレード浄財
182,042円**
ありがとうございました

えちごせきかわ大したもん蛇まつりに、大勢の皆さまにご協力いただきありがとうございました。花火大会・盆踊りは、内外の方々からご寄付をいただき、1万5千人の人たちに楽しんでいたできました。

恒例の大蛇パレードは、各集落村民の方々をはじめ、国交省、自衛隊、村上信用金庫、共栄電工、三条下田などの団体や村外の方々にも担いでいただきました。関川中学校の皆さんは昨年に続いて全校参加でした。IVUSA、200名を超える学生の方々は、大蛇担ぎだけでなく、4日間滞在し、村内各地域で活性化活動していただきました。

パレード見物1万人。関川村発足60周年にふさわしい「まつり」になりましたこと、ありがたうお礼申し上げます。



大したもん蛇まつり・御礼

大会会長 平田 大六

10月1日(水)から10月31日(金) 高齢者交通事故防止運動



～ ひろげよう 長寿社会へ 無事故の輪 ～

■ 県警察本部長・
県交通安全協会会長表彰
— 50年無事故無違反 —
▽小倉三千年(上関)
— 40年無事故無違反 —
▽阿部ムツ子(大島)

優秀運転者表彰(敬称略)

交通安全功労者表彰(敬称略)
■ 村上警察署長・村上地区交通安全協会会長表彰
▽五十嵐一男(上川口)



▽菅原 昭(下関)
— 30年無事故無違反 —
▽故須貝謙一(湯沢)
▽須貝敏子(高田)

運動の重点

横断歩行者の保護

平成25年中に県内で発生した高齢者の交通死亡事故死者62人のうち、23人の方が歩行中に亡くなっています。このうち、道路横断中が21人と最も多くなっています。

夜光反射材の活用

平成25年中に県内で発生した交通事故死者107人のうち、高齢者の夜間事故の死者は52人でした。

夜間、歩行中の高齢者の死者は13人で、このうち夜光反射材や反射材用具を身につけていた方はほとんどいませんでした。

外出する際は、明るい服装を心掛け、夜光反射材などを活用し、ドライバーに自らの存在を知らせましょう。

早めのライトの点灯と上向き・下向きのごまめな切替え

夕暮れ時は交通事故が増加する傾向にあります。秋から冬にかけては日没が早まりますので、早めにライトを点灯しましょう。

のき 会 議 動

9月定例村議会

9月の定例村議会が、9月11日から24日までの14日間の会期で開かれました。ここではその主なものを紹介します。

報告

■平成25年度健全化判断比率及び資金不足比率の報告

*— 地方公共団体財政健全化法に伴い報告するものです。

▽実質公債比率 10・4 %
▽将来負担比率 23・4 %

決算認定

■平成25年度関川村各会計・水道事業会計の決算認定

*— 平成25年度の一般会計と9の特別会計、水道事業会計の決算について報告するものです。

なお、詳細については広報せきかわ11月号でお知らせします。

計画の変更

■過疎地域自立促進計画の一部変更

*— 関川中学校のグラウンド整備事業について、平成26年

度から過疎対策事業債の対象となつたため、計画に加えるものです。

補正予算

■一般会計(第3号)

*— 歳入歳出それぞれ700万円を追加し、総額46億7740万円となりました。

■簡易水道特別会計(第1号)

*— 歳入歳出それぞれ343万円を追加し、総額5913万円となりました。



高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用の一部助成について

平成26年10月1日から、高齢者肺炎球菌ワクチンが予防接種法に基づく定期接種となります。村では定期接種と任意接種の対象者の方に、接種費用の一部を助成します。

接種対象の条件（定期接種・任意接種ともに共通）

- ・接種日において、関川村に住所を有する方
- ・過去に高齢者肺炎球菌ワクチン（23価：ニューモバックスNP）接種を受けていない方

定期接種の対象者

- ・平成26年度において、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方
- ・平成26年度に限り、100歳以上の方
- ・60歳以上65歳未満の人で、心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある方

任意接種の対象者（定期接種対象以外の方）

定期接種の対象者以外の方について、村が接種費用の一部助成します。

- ・定期接種の対象外となる満65歳以上の方
- ・平成26年4月～9月の間で、すでに接種された方（ただし接種日時点で65歳以上の方）

接種助成の方法（定期接種・任意接種ともに共通）

◇自己負担 4,000円（村助成額 3,929円）＊生活保護受給者の方は、自己負担なし

◇助成方法

①村の委託医療機関で接種する場合

- ・ワクチン接種後に、医療機関で自己負担4,000円を支払ってください。

②村の委託医療機関以外で接種する場合

- ・ワクチン接種後に、医療機関で自己負担額を支払ってください。

（定期接種は4,640円。任意接種は7,929円全額）

後日、接種済証、接種費用が確認できる領収書、印鑑、振込先通帳を持参のうえ、役場住民福祉課に申請してください。

③平成26年4月～9月の間で、すでに接種された場合

- ・ワクチン接種日時、接種費用が確認できる領収書、印鑑、振込先通帳を持参のうえ、役場住民福祉課に申請してください。

◇村の委託医療機関

10月1日全戸配布のチラシをご覧ください。



◇問い合わせ先 住民福祉課健康介護班 ☎ 64 - 1 4 7 2

「国民健康保険・後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.6 ジェネリック医薬品を上手に利用しましょう

ジェネリック医薬品とは？

ジェネリック医薬品は、最初に作られた薬（先発医薬品）と同じ有効成分を含み、ほぼ同等の効能・効果を得られる低価格な医薬品です。

ジェネリック医薬品にすると どんなメリットがあるの？

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と比べて価格が安いのが特徴です。

先発医薬品をジェネリック医薬品に変更することで、患者さんにとっては、効能・効果が同等の薬を使いながら、薬代を減らすことができるというメリットがあります。

また、医療費も削減されることから医療保険制度の安定的な運営も期待できます。

安いけど、薬の効き目や 安全性は確かなの？

ジェネリック医薬品の有効成分は、これまで先発医薬品において使用されていて、その成分の有効性や安全性は確認されています。

また現在、製造・販売されているジェネリック医薬品は、国において厳格な審査を受けていて、先発医薬品と効き目や安全性が同等であると承認されています。

ジェネリック医薬品を使用するには？

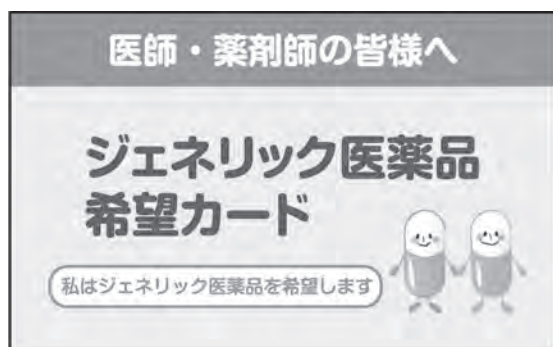
処方せんにある「後発医薬品への変更不可」の欄に医師のサインがなければ、ジェネリック医薬品に変更が可能です。

ジェネリック医薬品に切り替えるときは、医師や薬剤師に薬の効果や副作用など、今使っている薬と異なる点について詳しく確認しましょう。

「ジェネリック医薬品希望カード」を活用しましょう！

医師や薬剤師に「ジェネリック医薬品希望カード」を提示して希望を伝える方法もあります。

下のカードは、住民福祉課福祉保険班にも用意しています。



詐欺に 気をつけましょう！

最近、市町村職員を装い、高齢者を狙った医療費還付金詐欺事件が多発しています。不審な電話があったら、一人で判断せずに周りの人に相談しましょう。

徒歩で全国一周！ 村にも滞在し村民とふれあい

徒歩で日本一周に挑戦しているのは神奈川県藤沢市出身の戸高寛さん（25歳）。昨年4月に神奈川県を出発し、太平洋側を北上。北海道を周り、現在、日本海側を南下中です。8月末に村を訪れ、大島集落に4日間滞在。知人の家に宿泊しながら、花火を鑑賞し、大蛇を担ぎ、大島集落の夏祭りに参加するなど村民とふれあいました。

元々、地域おこしに興味があった戸高さんは、学生時代に何度か海外旅行を経験。その中で、日本のことを全く知らないと感じ、日本一周を決断しました。

戸高さんは「実際に歩いてみて、その地域でいろいろな伝統文化があっておもしろい国だと思った。やる前には想像していなかった出会いもたくさんあった」とこれまでの旅を振り返っていました。ゴールの予定まであと2年。戸高さんの旅はまだ続きます。



▲大島集落で趣味のウクレレを披露する戸高さん(写真左)



いのちを大切に 園児らが丸山大橋で花植え

9月22日、丸山大橋をフラワーロードにしようと、村内保育園児らによる花植えが行われました。これは、NPO法人ホップステップげんき（平田ゆかり代表・下関）と村の共催で、いのちの大切さを考えようと県の自殺対策推進月間に合わせ行われた事業。当日は、園児のほか、一般村民や村内施設の利用者など約100人が参加しました。

この日のために、村民や村内企業の皆さんから『元気になれるメッセージ』を寄せ書きしてもらったプランターを40個準備。園児らは、サルビアやペチュニアなど色鮮やかな花をプランターに移し替え、全長175mある丸山大橋に並べました。

主催者の平田ゆかりさんは「ここは風光明媚な場所なので、いい思い出を作り、明日からまた頑張ろうと元気になって帰ってもらえるような場所にしたい」と話していました。

瀬賀百花さん（開志国際高1年・下関）が、9月9日に松ヶ峯カントリー倶楽部（上越市）で開催された第17回新潟県女子アマチュアゴルフ選手権へ出場し、見事初優勝を飾りました。

同選手権では、前半を2アンダーで折り返すと、後半も1つスコアを伸ばし、トータル3アンダーの69でラウンドし初優勝。また、瀬賀さんは、優勝者に与えられる女子プロゴルフツアーの「2015ヨネックスレディースゴルフツアー」への出場権も獲得しました。

2015

ヨネックスレディース出場決定

県女子アマチュアゴルフ 選手権で優勝！



第1回 にいがた旅館総選挙



入社6年 渡辺 栞さん（下関） 『旅館女子部門』人気投票で第1位！

このたび開催された「第1回にいがた旅館総選挙」で、ホテル泉慶（月岡温泉）に勤める渡辺栞さんが旅館女子部門で見事第1位に輝きました。にいがた旅館総選挙は、新潟の観光を盛り上げたいと県内の旅館で働く従業員にスポットを当て、インターネット投票によりナンバー1スタッフを決める選挙のことで、県旅館ホテル組合青年部の主催。元々、人と関わるのが好きだという渡辺さんは、地元高校を卒業後、ホテル泉慶に入社。入社6年目を迎えた

今は、客の出迎えや見送りのほか、宴会の仕事などフロントサービスを担当しています。勤務中に心がけていることは『笑顔』。何よりも笑顔を大切にし、子どもとは目線を合わせ会話を楽しんでいます。渡辺さんは「優勝を聞いたときはビックリしました。周りの反応もすごかったです。お母さんが一番喜んでくれました。これからは、月1回のサービス研修で学んでいる和装での立ち振る舞いや基本動作などを活かし、頑張りたい」と話していました。

やさしい心が一番大切だよ ～関川中学校でいじめ問題講演会～

9月11日、関川中学校でいじめ問題講演会が行われ、同校全校生徒のほか、関川小の5・6年生児童、保護者など約300人が参加しました。

講演会は、村の地域人権啓発活動活性化事業の一環で、関川中の「いじめ見逃しゼロプロジェクト」に合わせて行われたもの。当日は、NPO法人ジェントルハートプロジェクト（横浜市）の小森美登里さんが講師を務めました。



小森さんは、今から16年前、当時15歳の娘・香澄さんをはじめが原因による自殺でなくした遺族。いじめで死に追い詰められた香澄さんのメッセージを伝えたいと、全国各地で講演を行っています。

小さいころから明るく元気で友達も多く、小・中学校の頃はクラスのムードメーカーだった香澄さんは、家族旅行で行ったサイパンの海が大好きな女の子でした。あこがれの吹奏楽部に入りたいと高校に入学。夢に満ちた楽しい高校生活が始まるはずでした。入学から約3か月が過ぎた頃、香澄さんの様子がおかしいことに気づきました。原因はクラスメイトであり、同じ吹奏楽部員からのいじめ。香澄さんが自ら命を絶つたのはそれから間もなくのことでした。当時のことを『生き地獄だった』と振り返る小森さんは講演の中で「人は誰でも自由の翼をもって生まれてきている。この翼をお互いに大切にしよう」と話していました。

つてほしい。自分と同じ人なんていないけど、自分と違うところも認め合うことでいじめはなくなると思う」と子どもたちに訴えました。

関川中の大島英さん（2年・上野新）は「いじめている人やいじめられている人のそばに寄り添ってあげることが大切だと感じた。いじめは絶対にあつてはならないと思う」と話していました。

講演の最後に小森さんは子どもたちにメッセージを伝えました。『やさしい心が一番大切だよ』これは、香澄さんが亡くなる4日前、夜道でお母さんに呟いた言葉です。

窓の外には 《詩：小森香澄》

窓の外には夢がある
夢のとなりには自然がある
自然の上には空がある
空の上には星がある
未来の向こうに愛がある
愛の中には心がある

この詩は、香澄さんが9歳のときに書いたもの。香澄さんの死後、この詩に曲をつけた。CDのジャケットには大好きだったサイパンの海の写真が使われている。

平成26年度 秋季消防演習・定例表彰式

9月7日、ふれあいど〜むを会場に秋季消防演習と定例表彰式が行われました。

演習では放水訓練を行い、表彰式では優良消防団員や退職者などに表彰状や感謝状が贈られました。



優良消防団員表彰

※敬称略

《日本消防協会会長表彰》

― 精勤章 ―

竹内 勝義 (桂)

《県消防協会会長表彰》

― 功績章 ―

船山 勝 (打上)

松田 雅人 (下関)

須貝 博毅 (大島)

須貝 圭介 (高田)

《県知事・県消防協会会長、

村長表彰》

― 精勤章・功労賞

(30年以上勤続) ―

平田 均 (上関)

伊藤 政徳 (沼)

《県知事・県消防協会会長表彰》

― 精勤章 (20年以上勤続) ―

渡邊 信彦 (上関)

須貝 圭介 (高田)

大島 克巳 (上野新)

本間 雅彦 (安角)

板越 隆志 (幾地)

伊藤 広行 (上関)

渡邊 晃夫 (沢)

横山 正人 (下関)

渡邊 栄稔 (高田)

須貝 敏徳 (高田)

小池 正明 (高田)

《県消防協会会長表彰》

― 精勤章 (10年以上勤続) ―

阿部 幸一 (大島)

市井 浩明 (山本)

須貝 秀仁 (湯沢)

高橋 俊 (高瀬)

須貝 敬介 (中束)

伊藤 俊勝 (下関)

清水 琢磨 (下関)

渡邊 浩之 (上関)

河内 孝文 (沢)

須貝 祐介 (荒川台)

高橋 兵栄 (下川口)

高橋 正弘 (大石)

高橋 健夫 (金俣)

鈴木 潤 (蛇喰)

《県消防協会

岩船地区支会長表彰》

― 功績章 ―

齋藤 好雄 (南赤谷)

渡邊 信彦 (上関)

渡邊 賢一 (下関)

阿部 幸一 (大島)

長野 孝義 (上土沢)

中村 正男 (上関)

石山 隆一郎 (上関)

堀 和広 (湯沢)

高橋 俊 (高瀬)

八幡 忠隆 (片貝)

川又 健一 (鮎谷)

平田 尚幸 (滝原)

平田 勝彦 (桂)

佐藤 雅史 (松ヶ丘)

《村長表彰》

― 平成25年度退職者

(10年以上勤続) ―

竹内 勝義 (桂)

和田 崇 (勝蔵)

山口 悟 (蛇喰)

阿部 達也 (大島)

須貝 重雄 (中束)

加藤 匡智 (打上)

山口 徹 (辰田新)

平田 和好 (辰田新)

野本 誠 (大島)

近 利行 (大島)

高橋 正弘 (大石)

大沼 建吾 (上土沢)

五十嵐 伸治 (上関)

堀 正利 (湯沢)

新野 清 (片貝)

田村 寿幸 (平内新)

中束 修一 (中束)

山口 征樹 (蛇喰)

菅沼 俊康 (中束)

鈴木 克己 (南中)

伊藤 正志 (南中)

― 勤続章 (25年以上勤続) ―

佐藤 義明 (蔵田島)

《村消防団長表彰》

― 勤労章 ―

佐藤 薫 (下関)

平田 武史 (下関)

近 浩之 (大島)

渡邊 悠 (上関)

渡辺 隆 (上関)

五十嵐 岳裕 (高瀬)

渡邊 雅紀 (沢)

須貝 吉衛 (桂)

須貝 敬介 (中束)

津野 敏 (宮前)

大島 勉 (上野新)

新野 健 (南赤谷)

富樫 吉栄 (下土沢)

前田 智博 (鮎谷)

須貝 出 (高田)

平田 澄人 (滝原)

大島 毅彦 (上野新)

― 勤続章 (15年以上勤続) ―

渡邊 賢一 (下関)

菅原 健 (片貝)

渡邊 雅紀 (沢)

新野 健 (南赤谷)

富樫 吉栄 (下土沢)

前田 智博 (鮎谷)

須貝 出 (高田)

平田 澄人 (滝原)

須貝 直明 (中束)

大島 毅彦 (上野新)

学校からのお知らせ

今月は関川小学校からの紹介

「全校地域探検」が行われました！

9月17日(水)に「全校地域探検」が行われました。統合する前の5つの小学校の校区を1年ごとに順番に歩き、それぞれの地域のよさを知り、郷土を愛する心を高めるのがねらいです。今年度は旧女川小学校区を歩きました。

当日は、34名の保護者ボランティアの方とともに、青空班ごとに励まし合いながら歩いたり、楽しくお弁当を食べたりと、仲良く活動する子どもたちの姿がたくさん見られました。

秋晴れのもと、有意義な1日となりました。



新しい電子黒板が入りました！

この度、関川村のご配慮により、新しい電子黒板6台と、タブレット50台が配備されました。特に、電子黒板は89インチもの大きさです。職員も子どもたちもその大きさに驚いています。

これで、すべての普通学級教室に電子黒板が置かれることになりました。今後も、子どもたちの学習意欲を喚起し、学力を向上させるために、学年の発達段階に応じて、積極的にICT機器を活用していきたいと思います。

※ ICT=Information and Communication Technology



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】

《測定月日 9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	0.053	0.050	13:30	晴れ時々くもり
	関川小学校	0.093	0.080	13:40	〃
	関川中学校	0.090	0.077	17:00	〃
	関川村役場	0.087	0.070	17:10	〃
	運動公園	0.080	0.073	14:10	〃
上関	ゆ〜む	0.077	0.067	13:55	〃
四ヶ字	辰田新集落センター	0.083	0.070	13:15	〃
霧出	大島保育園	0.083	0.073	10:40	〃
七ヶ谷	安角ふれあい自然の家	0.070	0.060	14:30	〃
	大石ダム	0.113	0.100	14:50	〃
九ヶ谷	金丸ふれあい自然の家	0.080	0.070	16:00	〃
	鷹の巣温泉駐車場	0.097	0.070	15:20	〃
川北	川北ふれあい自然の家	0.087	0.063	12:00	〃
	高田ふるさと会館	0.073	0.063	10:55	〃
湯沢	高瀬ふるさと会館	0.080	0.070	16:45	〃
女川	女川保育園	0.073	0.060	11:20	〃
	中東集落センター	0.090	0.077	11:40	〃
測定結果	最大値	0.113	0.100		
	最小値	0.053	0.050		
	平均値	0.083	0.070		
	前年同月値(参考)	0.088	0.075		

皆さんからの情報提供 お待ちしております！

広報せきかわでは、取材に来てほしい、こんなことを取り上げてほしいなど、皆さんからの情報提供をお待ちしています。

また、ご意見やご感想、ご要望などございましたら、どしどしお寄せください。

【連絡先】総務課総務班 ☎64-1476





健康せきかわ21 いきいきライフ

スポーツの秋です

～ 体を動かして、からだも気分もスッキリ! ～

村では、健康づくりとして運動習慣の定着を推進しています。その取り組みや運動教室について、一部紹介します。個人の健康づくりに役立ててください。

◆午後3時のラジオ体操無線放送

村民の方からは「体操を毎日続けると、体の調子がいいね」「全身のいろんな所を使った体操なんだってね」という声が聞かれる一方、「放送は聞こえてくるけど、していない」という声もあります。身近にできる優れた体操ですので、時間をみつけて健康づくりに役立てましょう。

◆村民会館の健康教室

健康教室は通年開催しています。夜の部があり、1回無料体験や途中参加も可能です。「また来週ね!」の声が継続のきっかけとなっています。ぜひ健康づくりにご活用ください。

- ①「美ユティ・ボディ・ウェイブ教室」(毎週金曜日 19:30～20:30)
- ②「ズンバゴールド」(毎週火曜日 昼の部 9:30～10:20、夜の部 19:30～20:30)
- ③「骨盤体操」(毎週火曜日 10:30～11:30)

【問い合わせ先】村民会館 ☎64-2134

(いずれも有料、会場は①が村民会館休養室、②③が村民会館大ホール)

◆村民健康ウォーキング

次回は11月に計画しています。今後、全戸配布チラシでお知らせする予定です。

◆介護予防教室「地域ファンルーム」

要介護状態になる要因には、病気のほかに衰弱、転倒・骨折、関節疾患などの「生活不活発病」があります。これは運動機能の低下に関係しています。老化のサインに早く気づき、体の機能を維持・向上させること、つまり「介護予防」が重要です。

今年は、月2回上関地区・霧出地区(大島集落、その他の霧出郷集落)・下関地区の方を対象に「地域ファンルーム」という介護予防教室を実施しています。住み慣れた地域でいつまでも自分らしく暮らし続けるため、参加者みんなで頑張っています。

【問い合わせ先】地域包括支援センター ☎64-1473

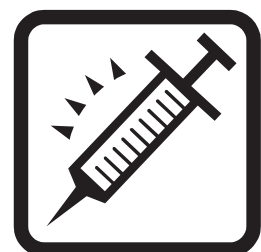
お子さんの定期予防接種についてのお知らせ

母子健康手帳などで接種歴を確認しましょう。

接種が完了していない定期予防接種があれば、お子さんの体調が良いときに、有効期限内に接種しましょう。

※定期接種の対象年齢を過ぎると自己負担となります。

【問い合わせ先】住民福祉課健康介護班 保健師 ☎64-1472



関川村包括支援センター通信 ⑤1

地域包括支援センター 役場庁舎内1階 ☎64-1473

健康で長生きするには食生活が大切です

日頃の食生活を振り返ってみませんか？

高齢期は低栄養になりやすくなります。普段の食生活を振り返ってみて「ご飯と漬物だけ」「ご飯とみそ汁だけ」などで済ませていませんか？このような食生活が続いていると栄養バランスが偏り、低栄養状態になってしまいます。

そして、低栄養をきっかけに様々な問題が起きてきます。例えば、栄養不足になることで体力、免疫力が低下し、筋肉の減少、骨が弱まります。そのため、風邪をひきやすくなり、転倒し骨折する可能性も高くなります。また、足腰が弱くなることから外に出るのがおっくうになり、閉じこもりにもつながります。

このように低栄養と一言で言っても体に及ぼす影響は多くあります。そのために低栄養予防が必要です。まずはバランスの良い食事



を心がけましょう。高齢期になれば「粗食で良い」と思われがちですが、そうではありません。肉や魚、卵、大豆製品のタンパク質や野菜、乳製品などいろいろな種類の食材を食べることが低栄養を予防するためには大切です。

また、食事を楽しむことで食欲もわき、よくかんで食べることで消化を助け、体にも吸収しやすくなります。自分自身の食生活を時々振り返りながら低栄養にならない食生活を心がけていきましょう！

健康講座

117

増え続ける大腸癌

小さな傷で治せる手術法があります

新潟県立坂町病院 外科 須藤 翔

喜ばしいことに、私達日本人の平均寿命は順調に伸び続けています。しかし高齢化が進むにつれ、増えている病気もあります。その代表が癌（がん）です。中でも、特に増加しているのが「大腸癌」です。現在、胃癌について2番目に多い癌となっています。

大腸癌は、進行してしこりが大きくなると、腹痛や便に血が混じるといった症状がでてきます。しかし、癌が小さいうちはほとんど症状がないため、なかなか気づくことはできません。癌を早期に発見するためには、大腸癌検診がとても重要です。

大腸癌検診では、便にふくまれるわずかな出血（便潜血といいます）を調べることで、癌の可能性を判断します。この検査で「癌の可能性がある」

と判断された場合には、大腸カメラで腸の中を観察し、癌が実際にあるかどうかを確かめます。ごく早期の大腸癌や、ポリープ（ほうっておくと癌になる可能性がある）は、大腸カメラを使って取り除くこともできます。もし、大腸カメラで取り除けない大きさの癌が見つかった場合には、手術を行う必要があります。

大腸癌の手術は、以前はおなかを大きく切る「開腹手術」が一般的でした。しかし最近では、腹腔鏡（ふくうきょう）という直径わずか5〜10ミリメートルの高性能カメラを使った「腹腔鏡手術」が主流になってきています。開腹手術では見えにくかった細い血管なども拡大して見ることができ、こまやかな手術が可能となります。また腹腔鏡手術は

おなかに小さな穴をいくつか開けるだけで手術ができますので、痛みが少なく入院も短くなります。

腹腔鏡手術にはさまざまな長所がありますが、現時点では全ての病院でこの手術が受けられるわけではありません。特別な器具が必要ですし、手術を行う医師にもある程度のトレーニングが求められます。当院では、平成20年から大腸癌に対する腹腔鏡手術を行っています。もちろん、全ての患者に腹腔鏡手術が行なえるわけではありません。しこりが非常に大きい場合などには、開腹手術をおすすめする場合もあります。ですが、当院で今年これまでに行った大腸癌手術の9割が、腹腔鏡手術でした。

患者の体の状態は、一人ずつ全て異なります。当院では、手術治療だけでなく薬の治療もふくめ、患者一人一人に最適な治療を行うように、日々心がけています。

*このコーナーへの問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111



元気いっぱいのプレーに 会場大盛り上がり!

～ 高齢者体育 レクリエーション大会 ～

9月4日、今年で40回目を迎えた高齢者体育レクリエーション大会が村民会館アリーナを会場に行われました。主催は村と関川地区老人クラブ協議会（吉田明雄会長・下関）

で、当日は村内14の老人クラブから、約270人が参加。開会式では、前年度優勝の高田親和会を代表し、須貝勝さんが「友愛と健康保持を図り、最後まで明るく楽しくプ



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

◆問い合わせは村民会館へ
☎ 64-2134

- 大会結果
- ▽優勝 高田親和会
 - ▽準優勝 大金老人クラブ
 - ▽第3位 鯉江沢 老人クラブ
 - ▽第4位 大島高砂会
 - ▽第5位 安角・鮎谷
 - ▽第6位 上関長寿会

レーします」と力強く選手宣誓を行いました。大会は、全6種目を競う各クラブ対抗戦。選手の白熱したプレーに拍手や歓声が沸き上がりました。渡邊キノイさん（沢）は「若い頃は走れたのに、足がつりそうです。男性と一緒に肩を組んで走って楽しかった」と笑顔がこぼれていました。



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是非ご利用ください!!

この本よんで!!

「おふろでじゃぶじゃぶ」
フィリス・ゲイシャイトー Eウ



ふんわり、ほんわか、いいきもち。
親子でふれあう幸せな時間です。

今月の1冊

「数字マニアック」
デリック・ニーダーマン 410ニ



1~200までの数字について、名前だけは聞いたことがある数字理論からあっと驚く計算の不思議、ありとあらゆる数字トリビア集、著者の偏執的といえるほどの、数への「愛」が詰まっています。



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 ……4 (土) 19(日)
大島～片貝～大石 方面 ……11(土) 26(日)

18日はは

おはなしのかい
毎月第3土曜日です

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!

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



齋藤瑞綺さん

(下関保育園保育士・上関)

今年の4月から関川村の保育士に採用された齋藤瑞綺さんに話を聞きました。

ー保育士になろうと思ったきっかけは？

保育園が好きで、楽しいことをしてくれる先生も大好きで、そんな頃から保育園の先生になるのが私の夢でした。憧れの先生が私の中でずっといて、先生に追いつくにはまだまだ遠いですが、少しずつでも近づけるよう学んでいきたいと思います。

ー学生時代から変わったことは？

一番は体調面を気にするようになりました。今はまだ覚えることがたくさんあるので日々の食生活や睡眠時間などを管理し、仕事に支障が出ないように気をつけています。また、物事を計画的に進めるよう努力しています。

ー今、夢中になっていることはありますか？

休日に家族や友達と買い物や映画に行ったり、音楽が好きなのでライブに行くことに夢中です。写真を撮ることも好きなので、きれいな景色や友達と良く撮っています。とにかく楽しいことが大好きでいろいろなことでリフレッシュしています。

ー村民の皆さんにひと言お願いします。

たくさんの自然の中で温かい方々に囲まれ、毎日充実した日々を過ごしています。まだまだ分からないことも多く、力不足な私ですが、皆さんに信頼してもらえる保育士になれるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いします。



※3人とも、BSN少年柔道選手権県大会(11/1)に出場

▽第2位 高橋 葉菜 (大石)

▽優勝 小池 優佳 (下関)

15年生女子無差別級1

▽第3位 須貝 旺生 (高田)

15年生男子37kg以下級1

■会場 小須戸武道館

■期日 9月7日

BSN少年柔道選手権
下越地区予選会

第17回

記録 1 m 15 cm

▽第6位 池田 聖鈴 (6年・下川口)

15・6年共通女子走高跳1

山崎 彩水 (4年・下関)

大島 千空 (4年・上野新)

池田 鈴桜 (4年・下川口)

高橋 怜奈 (3年・下関)

記録 1分05秒60

大会結果

*敬称略

第4回

県小学生陸上競技
選手権大会

■期日 8月31日

■会場 デンカビッグスワン
スタジアム

■成績

13・4年共通男子800m 1

▽第3位 傳 和磨 (4年・大島)

記録 2分42秒37

▽第6位 岡田 慧斗 (4年・下関)

記録 2分48秒93

16年男子1500m 1

▽第2位 高橋 礼人 (6年・下関)

記録 4分54秒63

▽第4位 船山 陽大 (6年・勝蔵)

記録 4分54秒75

13・4年共通女子800m 1

▽第1位 山崎 彩水 (4年・下関)

記録 2分47秒60

13・4年共通女子4x100mリレー1

▽第2位 関川スポーツ少年団

じっくり心をこめて

スロー フード

127



ヘルシーきんぴら

火の通りを均一にするため、材料はすべてせん切りにしましょう。

赤唐辛子の辛みが効いて、薄味でもおいしく食べられます。

《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)

- ・れんこん 1/3本 ・えのきだけ 1袋
- ・ピーマン 3個 ・しらたき 1/2袋弱
- ・にんじん 1/3本 ・いりごま 小さじ2と2/3
- ・赤唐辛子 適量

【A】

- ・酒 小さじ2 ・しょうゆ 小さじ2
- ・みりん 小さじ2

作り方

- ① れんこんはせん切りにして水にさらし、水気を切る。ピーマン、にんじんは同じ長さのせん切りにする。
- ② えのきだけは根元を切り落として半分の長さに切りほぐす。しらたきは熱湯でさっとゆで、食べやすい長さにする。
- ③ フライパンにごま油と赤唐辛子を入れて軽く炒め、れんこん、にんじんを加えてしばらく炒める。えのきだけ、しらたき、ピーマンの順に加え炒め、【A】で味を調え、いりごまを振って仕上げる。

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

人生はいつでも今もわかい風

せみしぐれ 今日も一日 なきつづく

大塚 沖正 (下川口)

むさし野の秋はやわらな雲うごき

献立てて過ごせる秋の彼岸かな

秋深し 釣瓶落し や日灯る

畳屋の体が動く 秋日和

横山 一正 (東京都)

短歌

広いもんだ関川村も雲海の

上に顔出すエブリサシ岳

大塚 沖正

(下川口)

庭先に亡き夫に似る地蔵様

草取る吾に微笑むがごと

須貝 恵美

(高田)

落ち鮎の季節となりて落ち着かず

モ少し稲を刈らねばならぬ

佐藤 庄七

(愛広苑)

水泳の成果は必ずありぬべし

泳ぎがとても好きと言う君

渡辺千恵子

(上関)

関川俳句の会作品

盆帰省どっと集いてさつとひき

渡辺しづい

夏ばてや泥鰌に元氣もらいけり

渡辺しづい



大したもん蛇まつい 盛り上がりました！

8月31日に行われた『大したもん蛇まつい』にIVUSA学生約200人が担ぎ手・運営側として参加させていただきました。雨が降るかもしれないと言われていましたが、そのような心配ありませんでした。

村の方と一緒に大蛇を担いだ学生に話を聞いてみました。「まつりに参加している全体的な人と、関川村の方が作り出している一体感に包まれて。そんな中で担いだ大蛇は、熱気・迫力が本当に凄くて、ゴールした後の達成感は忘れられません。4日間ありがとうございました！」

(法政大学1年 岩田郁也)

◆私たち学生が企画したもののとして、このまつりに参加した人全員（1000人！）で記念写真撮影を行いました。また、子ども企画として東桂苑を使わせていただき、竹でスタードームを作るなど、子どもたちも思いっきり、楽しむことが出来ました。



この撮影を企画した学生の一人に話を聞いてみました。

「祭り参加者1000人の写真を撮るという無謀な集合写真企画。集まってももうように呼びかけた時、大勢の方がすぐに動いてくださいました。そういう些細なことに温かさを感じられるのが関川村だなと実感しました！」

(立命館大学2年 吉田奈央)

◆さらに、村民会館で行われた大交流会には122人の村民の方に参加していただけました。お互いにとって濃い時間になったと思います。交流会を運営した学生に話を聞いてみました。

「100人を超える村の方が来てくれたということを実感し、関川村とIVUSAの繋がりの深さに感動しました！」
(高崎県立大学3年 浜田大地)

◆最後に！『関川大したもん蛇まつり活性化活動2014』が、初めての関川☆という初々しい1年生からのコメントです！

「今回初めて関川に行って、大したもん蛇まつりに携わることができ、とっても嬉しかったです。村の自然の豊かさや、村の方の温かさに感動し、刺激のある4日間でした。最高の4日間をありがとうございました！」
(拓殖大学1年 長島あすか)

関川村の皆さん、行ってきます！またいい子になって帰ってきます！

世きかわ文芸

浜登顔海風荒き日となりぬ
人数は乏しけれども盆踊り
港ピア涼しき夕べのフラダンス
夕涼み浚渫船の帰港かな
大蛇出て夏の終りを締め括り
夏休み想い残して子等帰京
一雨がほしいと大根種を蒔き
新聞のチラシ多しや秋の朝
通院や釣瓶落しの夜道かな
秋の蝶地を這うように飛び去りし
夏帽子押さえて渡る峽の橋
明け方の風のほどよく網戸から
清流に鮎釣り竿の並びをり

渡辺しづい
渋谷 くに
渋谷 くに
渋谷 くに
南 セツ
南 セツ
南 セツ
青木 慶一
青木 慶一
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵
青木 慶一
青木 慶一
伊藤 久恵
伊藤 久恵
伊藤 久恵

せきかわ山柳会作品「冒険」「予約」

農捨てて心弾ませネオン街
梅雨明けを知らせて又も大暴れ
ご先祖に済まぬ放置田虫の宿
大蛇祭謂れ知らない人かつぐ
朝夕の風に夏負け元氣出し
思い出せぬ人が声かけ盆帰省
山登り頂上クリアでバンザイを
予約だと安心している待ち時間
コウロギの声が早々秋を告げ

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

戸籍の窓

● 8月16日～9月15日までの届出 ●

お誕生おめでとうございます

りょう 諒 ちゃん (男) 打 上
横山 仁・香緒莉さん
じん 仁 ちゃん (男) 宮 前
渡辺 貴良・史さん
こころ 心 那ちゃん (女) 下 関
倉澤 健太・未紅さん
ゆい 結 人ちゃん (男) 湯 沢
堀 慎太郎・梢さん

すえながくお幸せに

{ 高 橋 昌 孝 さん 上 関
(渡 邊) はるか さん (下 関)

ごめい福をお祈りいたします

五十嵐アイ さん	90歳	上 関
川村 竹雄 さん	88歳	深 沢
新野 千代 さん	87歳	金 丸
菅沼美佐子 さん	55歳	中 東
山田 久 さん	91歳	上 関
伊藤 一孝 さん	50歳	下土沢

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8月末現在 ()は前月対比

世 帯 数	1,998世帯 (-2)
総 人 口	6,237 人 (-5)
男	2,976 人 (-2)
女	3,261 人 (-3)

(転入	3 人	転出	4 人
出生	5 人	死亡	9 人

編集室から

▶先日、下関保育園で娘の運動会がありました。保育園の運動会も今年で最後。どうしてもリレーのアンカーがしたいと運動会前から話していましたが、本番でもアンカーとして頑張って走っていました。見事大役を務めたと思います。保育園生活もあと約半年。一日一日を大切にたくさんの友達と最高の思い出を作りたいと思います。(あ)

キラリ輝く☆せきかわっ子たち vol.35

今月は、スポ少バレーボール部でキャプテンを務めている渡邊楓華さん(6年・下関)を紹介します!

お父さんが経験者で、小さい頃からボールをさわっていた楓華さんは小学1年生からバレーボールを始めました。積極的にチームメイトに声を掛けることを心がけている頼れるキャプテンです。



⑥ チームメイトから見た楓華さんは?

- ・学校ではみんなを笑わせてくれるけど、バレーボールになるときびしい
- ・明るくて面倒見がいい
- ・頭がいい

⑥ 監督の八幡良市さん(ハツロ)から楓華さんへ

キャプテンとして部員をよくまとめています。実力もあり将来が楽しみな選手。中学に行っても活躍してほしい。

⑥ 10年後の自分は?

小学校の先生になるのが夢なので、大学で勉強していると思う!



まわりのみんなに負けないようバレーも勉強も基本をしっかり頑張りたい!

わが家の

人気者

ゆ り 夢 来 ちゃん(7歳)
り く 遼 空 くん (5歳)

石田 幸夫さん 絵 美さん (下関)



しっかり者でちょっぴりおてんばな夢来。体を動かす事が大好きです。野球に習字に頑張っています。ヤンチャだけど甘えん坊な遼空。夢来に負けないようにイロイロと頑張っています。パパとキャッチボールをしている2人はとってもカワイイです♡こんな2人はわが家の宝物です☆