

やまもと

広報

No.658

2016年(平成28年)

2.1

1975年(昭和50年)4.1創刊



道の駅関川林の駅ゆめ
1997年(平成9年)7月14日開業
300万人目
2016(平成28)年1月3日16時17分
新潟市中央区
山田翼様(5歳)
おめでとーうございませう

御礼
おかげ
入館者
300
万
山田翼様
達成

道の駅関川林の駅ゆめ
ゆめ
達成
300万人のお客さま
山田翼様
おめでとーうございませう

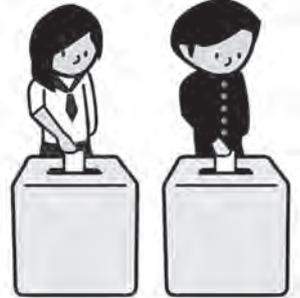
ゆ〜むオープンから19年目
入館者300万人達成!



18歳以上選挙権を学ぼう!

選挙権年齢を20歳以上から18歳以上に引き下げる改正公職選挙法が平成27年6月19日に公布され、平成28年6月19日に施行されます。施行後初めて公示される国政選挙から適用となるため、平成28年夏の参議院議員通常選挙で適用された場合、全国で有権者に加わる18歳、19歳の数は約240万人と見込まれています。関川村でも約200人が有権者として加わることが見込まれます。

そこで、どうして18歳以上に引き下げられるのか、新有権者となる若い方からの意見を交えて、選挙について学びましょう。



Q 選挙権年齢を18歳以上に引き下げたのはなぜ?

18歳・19歳をはじめとする、若者の力を社会・政治が必要としています!

日本は少子高齢化、人口減少社会を迎えています。この状況において、日本の未来を作り担う存在である10代にも、より政治に参画していただきたいと考えています。また、より早く選挙権を持つことにより、社会の担い手であるという意識を若いうちから持つていただき、主体的に政治に関わる若者が増えて欲しいと思います。

Q 世界の選挙権年齢はどうなってるの?

現在、世界各国の選挙権年齢は「18歳以上」が主流!

国立国会図書館(平成26年)の調査では、世界191の国・地域のうち、9割近くが日本の衆議院にあたる下院の選挙権年齢を「18歳以上」と定めています。また、選挙権年齢は、ヨーロッパの国々を中心にさらに引き下げを進める動きが活発化しており、オーストリアでは既に「16歳以上」への引き下げが行われています。また、ドイツやノルウェーなどでは、特定の州や地域で16歳以上への引き下げが行われています。

Q インターネット選挙運動!

有権者も情報を発信できます!

18歳以上(有権者)になれば選挙運動ができます。SNSやブログなどの様々なインターネットツールを利用して、特定の候補者の当選を目的とした活動もできるようになります。

なお、候補者本人や政党等以外は電子メールを利用した選挙運動はできません。

各国の選挙権年齢	
25歳	アラブ首長国連邦
21歳	シンガポール、クウェートなど
20歳	カメルーン
19歳	韓国
18歳	米国、英国、イタリア、ドイツ、フランス、ロシアなど多数
17歳	東ティモールなど
16歳	アルゼンチン、オーストリア、キューバ、ブラジルなど

選挙管理委員長に聞く



関川村選挙管理委員会 伊藤 敏 委員長

今回の選挙権年齢の引下げによって、ますます若い世代が政治に関心をもち、積極的に政治に参加することが期待されています。

選挙とは、私たちの代表を選び私たちの意見を政治に反映させるためのものです。

私たち一人ひとりが選挙に関心を寄せ、選挙をもっと身近なものにしましょう。誰に投票していいかわからないと悩む方も多いと思いますが、自分が関心のある事に対し政党がどのような考えを持っているか、調べ、考え、家族と話し合う事から始めてみたらどうでしょうか。

投票は、自らの自由な意思により行うものです。最終的には自らの判断で投票する候補者を決めて投票することが重要です。



平成27年 国勢調査結果

村の人口は5,835人 世帯数は1,846世帯

続く高い減少率

今回の調査では、前回（平成22年）調査に比べて、人口が603人減って、5835人となりました。減少率は9・4%で、県内市町村中、2番目となる高い減少率となりました。

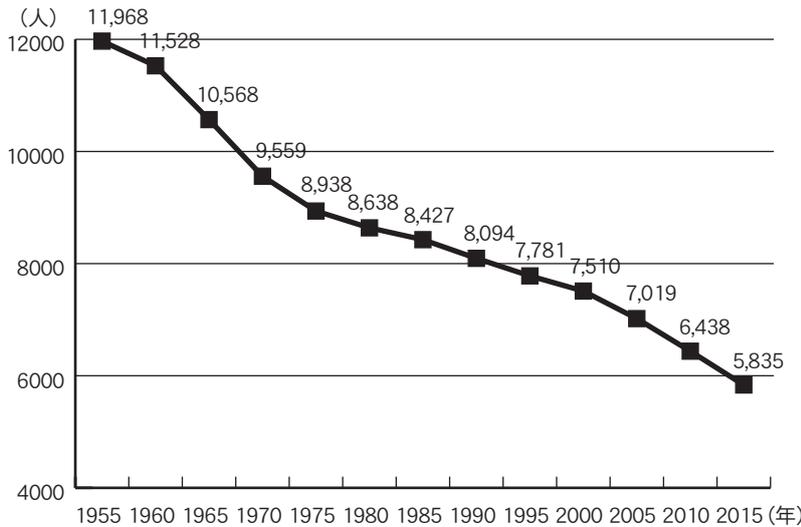
世帯数は1960年の調査をピークとして減少傾向にあり、5年前の調査との比較では95世帯減って、1846世帯となりました。1世帯の平均人数は3・16人で、前回調査に比べて0・16ポイントの減となりました。

村上市岩船郡の各市村の状況をみると、人口は村上市岩船郡全体では4563人の減少。6万8668人となりました。世帯数でも全体で23世帯の減となっています。県全体の人口は、6万9352人減って、230万5098人となりました。また、今回の調査から導入されたインターネット回答世

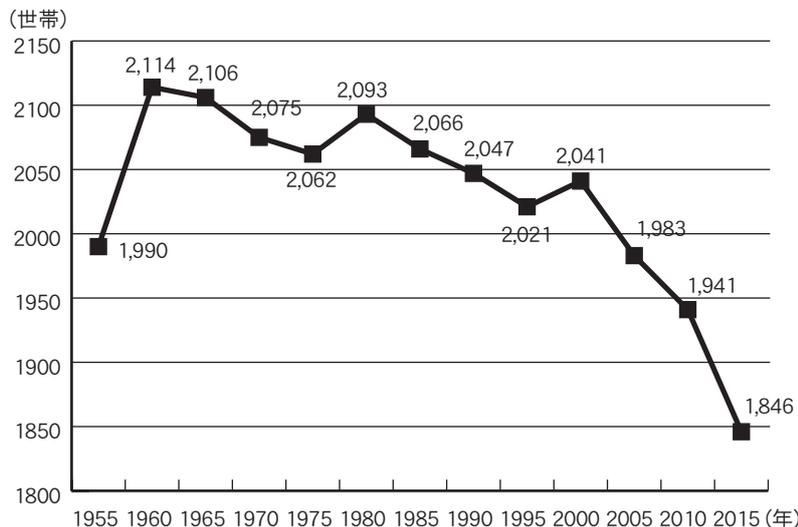
平成27年10月1日現在、全国一斉に行われた「平成27年国勢調査」の人口と世帯数について、概数がまとまりましたので報告します。
調査へのご理解ご協力、大変ありがとうございました。

世帯数は、636世帯で3割を超える割合でインターネット回答を利用いただきました。

人口の推移



世帯の推移



調査結果は、県が発表した速報値です。人口や世帯数、集落別人口は、村の独自集計によるものですので、後日、総務省統計局から発表される数値と異なる場合があります。あらかじめご了承ください。

なお、男女別人口や年齢人口、労働力の状態などの詳しい数値は、総務省統計局から発表され次第お知らせします。また、県のホームページには県内市町村の調査結果が掲載されています。

関川村のホームページのリンク集からご覧ください。

<http://www.vill.sekikawa.niigata.jp/>



集落別の人口と世帯数

集落名	人口	5年前との比較	世帯数	5年前との比較	集落名	人口	5年前との比較	世帯数	5年前との比較
下 関	1,102	-53	389	3	高 瀬	234	-3	77	-9
上 関	441	-78	151	-15	沢	112	-15	27	-3
辰 田 新	146	-21	50	-3	湯 沢	258	-7	46	-3
打 上	80	5	21	1	松 平	59	-11	18	-2
勝 蔵	80	0	23	-1	滝 原	50	-11	17	0
南 赤 谷	90	5	24	2	上 野 山	29	-2	8	0
内 須 川	35	-2	11	0	小 見	92	-20	32	-3
山 本	53	3	19	-1	小見前新田	12	-6	5	0
幾 地	50	-5	17	0	平 内 新	66	-5	17	-1
鋤 江 沢	100	-9	26	-2	高 田	269	-29	78	-1
上 土 沢	248	-17	82	2	桂	69	-1	25	0
下 土 沢	56	-5	18	-1	松 ケ 丘	28	-6	7	0
大 島	355	-55	110	-10	上 野 原	10	-3	5	-1
蔵 田 島	35	-4	12	-1	深 沢	84	-14	21	-4
久 保	38	-10	11	0	上 野 新	117	-19	28	-3
鮎 谷	65	-19	25	-3	若 山	40	-15	14	-2
金 俣	49	-5	20	1	上 野	51	0	15	0
大 石	106	-7	31	-2	小 和 田	92	0	30	-1
安 角	74	-9	22	-3	中 束	120	-11	38	-4
上 川 口	43	-4	14	1	田 麦 千 刈	37	-10	12	-1
下 川 口	94	-1	31	-3	蕨 野	22	-1	5	0
荒 川 台	31	-4	10	1	上 新 保	20	-7	5	-3
大 内 淵	7	-5	4	-2	蛇 喰	80	-10	23	-1
片 貝	61	-17	22	-7	南 中	107	-16	31	0
間 出	16	-3	6	-1	宮 前	102	-9	33	1
沼	53	-17	22	-6	朴 坂	77	-8	23	0
金 丸	68	-21	24	-3	合 計	5,835	-603	1,846	-95
八 ツ 口	22	-6	11	-1					

村上市・岩船郡および近隣市町村等の調査結果

	人口	5年前(H22)	比較増減	世帯数	5年前(H22)	比較増減
関 川 村	5,835	6,438	-603	1,846	1,941	-95
村 上 市	62,463	66,427 (29,186)	-3,964	22,139	22,058 (10,655)	81
旧荒川町		(10,678)	-		(3,509)	-
旧神林村		(9,385)	-		(2,631)	-
旧朝日村		(10,621)	-		(2,973)	-
旧山北町		(6,557)	-		(2,290)	-
粟島浦村	370	366	4	173	182	-9
郡 市 計	68,668	73,231	-4,563	24,158	24,181	-23
胎 内 市	30,209	31,424	-1,215	10,062	9,901	161
新 発 田 市	98,635	101,202	-2,567	34,081	33,445	636
聖 籠 町	14,066	13,724	342	4,312	3,950	362
新潟県全体	2,305,098	2,374,450	-69,352	848,199	839,039	9,160

※村上市の()数値は、旧町村単位の数値です。

国勢調査 村の人口当てクイズ

当選

桑原千津子さん
小池 一文さん

多数の応募をいただいた「村の人口当てクイズ」は、桑原千津子さん(新潟市)と小池一文さん(兵庫県)が当選しました。

村の国勢調査人口は58

35人で、桑原さんは582人(14人の差)、小池さんは5816人(19人の差)と予想。応募いただいた中で、正解に最も近い2名となりました。

桑原さんと小池さんには村の商品券をさしあげます。おめでとうございました。

入居者を募集します

共同賃貸住宅 (ニューメゾン下関Ⅰ)



広報せきかわ11月号でお知らせしました、共同賃貸住宅「ニューメゾン下関Ⅰ」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。

- ◆名称 ニューメゾン下関Ⅰ
- ◆所在 関川村大字下関106番地1
- ◆募集戸数 世帯向け3戸(3LDK) 居住面積約89㎡
- ◆構造 木造2階建てメゾネットタイプ・オール電化(駐車スペース2台分、物置あり)
- ◆家賃 月額 50,000円
- ◆敷金 家賃の3ヶ月分 150,000円
- ◆入居資格
 - ・入居日において配偶者(事実上婚姻関係と同様の事情にある者、婚約者を含む)を有する世帯であり、夫婦のいずれかが40歳未満であること
 - ・定住を目的とし、入居後に住所をおくこと
 - ・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
 - ・地域の活動に参加すること
 - ・ペットの飼育をしないこと
 - ・暴力団員(暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律第2条第6号に規定する暴力団員)でないこと

- ◆入居者負担 家賃・電気料・上下水道料・公益費・灯具など
- ◆入居予定 平成28年4月1日(金)
- ◆申込期間 2月1日(月)～
2月29日(月)
8時30分から17時15分まで
※募集戸数を超えた時は、抽選となります。

【問い合わせ・申し込み先】
建設環境課地域整備班
TEL 64-1479

日本年金機構からのお知らせ

ご存知ですか？国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して保険料を納めることにより、満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限りられます)。

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も、国民年金に任意加入することができます。詳しくは、新発田年金事務所国民年金課へお問い合わせください。

国民年金保険料は口座振替がお得です

国民年金保険料の納付には、口座振替がご利用になれます。

口座振替をご利用いただくと、保険料が自動的に引き落とされるので金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、とても便利です。

また、口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される早割制度や、現金納付よりも割引額が多い6カ月前納・1年前納・2年前納もあり、大変お得です。

口座振替をご希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参のうえ、ご希望の金融機関または新発田年金事務所国民年金課へお申し出ください。

【問い合わせ先】新発田年金事務所 国民年金課 ☎0254-23-2120

「後期高齢者医療制度」のお知らせ

Vol.9 お口の健康について

一生おいしく、楽しい食生活を送るために、歯は欠かせないパートナーです。
お口の健康は、食生活だけでなく、体調にも影響します。
お口の健康をチェックして、いきいきとした生活を送りましょう！



☆お口の健康をチェック！

たくさん当てはまる方ほど、お口の働きが低下しています。
あなたのお口は健康ですか？
定期的に歯科健診を受けることも大切です。

① 固いものが食べにくい
② お茶や汁物等でおせることがある
③ 口がかわきやすい
④ 薬が飲みにくくなった
⑤ 話すときに舌がひっかかる
⑥ 口臭が気になる
⑦ 食事にかかる時間が長くなった
⑧ 薄味がわかりにくくなった
⑨ 食べこぼしがある
⑩ 食後に口の中に食べ物が残りやすい
⑪ 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられない



★やってみよう！ お口の体操★

- ① リラックスして、深呼吸。鼻から息を吸い込んで、口をすぼめてゆっくりはきます。
- ② 首を回して、ゆっくり後ろを振り返ります。左右両方やりましょう。耳が肩につくように、ゆっくり首を左右に傾けます。ゆっくり首を回してください。左右両方やりましょう。
- ③ 肩をすぼめるように上にあげます。その後、力を抜いて肩を下げます。
- ④ ほおをふくらませたり、すぼめたりします。
- ⑤ 口をとがらせて息をはきます。口を横に広げて「イー」といいます。
- ⑥ 舌をべーと出します。出した舌を左右にふります。上下にも振ってみましょう。



高齢者を狙ったマイナンバーや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。

祝日本一!

近 裕崇選手(大島出身)
ひろたか

天皇杯 全日本バレーボール
選手権大会初優勝!



バレーボールのV・プレミアリーグ豊田合成トレフェルサに所属し、レギュラーメンバーとして活躍している近裕崇さんが、バレーボールの日本一決定戦、「天皇杯・皇后杯全日本バレーボール選手権大会」に出場し、チームの初優勝に貢献しました。

前回王者JTサンダーズとの対戦となった決勝戦。第1セット終盤、豊田合成トレフェルサが徐々にリードを広げ、最後は近選手が押し込み、セットを先取します。勢いづいた豊田合成

トレフェルサは、セットカウント3-1で初優勝を果たしました。

近選手は、「天皇杯だからとか、決勝戦だからと意識せず、いつも通りに試合



▲優勝インタビューを受ける近選手
(写真提供：近敏一さん(大島))

も首位の豊田合成トレフェルサ。チームのリーグ初優勝に向かってがんばる近選手の活躍に目はなせません。

現在、V・プレミアリーグに入れるよう心がけたのが良かったと思います。会社の皆様、チームをサポートして下さっている皆様、ファンの皆様、恩師の方々、そして家族に恩返しが出来て良かったです。本当にありがとうございます。喜びと感謝の気持ちを語ってくれました。

大島保育園で
小正月行事「団子の木飾り」

1月15日、大島保育園で小正月行事の『団子の木飾り』が行われました。これは、昔から伝わる行事に親んでもらおうと毎年行われているもので、園児の祖父母もボランティアとして参加。当日は、祖父母と一緒に紅白の団子づくりを体験した後、ミズキの木に団子や事前に園児が焼いたせんべいのほか、その年の豊作を願い稲穂に似せたぬいごなどを飾りました。

伝空海くん(大島)は「おばあちゃんと一緒に出来てうれしかった。団子づくりも上手にできました。団子を飾った木がとてもきれいでした」と笑顔を見せていました。最後に、ケガや病気などをしないようにみんなで団子の木を拝みました。



交通事故も申(去る)年に!
交通安全指導員初出動



村の交通安全指導員の出動式が1月8日、役場前で行了なりました。

出動式で、平田村長が「交通死亡事故が全国的にも、村上署管内でも減少してきていますが、交通事故ゼロの村になるよう、さらなる協力をお願いします」とあいさつ。

吉田尋良主任指導員は、「今年は申年。よく見る申、よく聞く申、よく話し合う申になって、交通事故も申(去る)年にしましょう」と新年の抱負を語ってくれました。

また、指導員の皆さんから、最近の事故形態などについての意見交換や今後の活動内容について、話し合いが行われました。その後、交通安全指導車で村内広報巡回を行い、交通事故防止をあらためて呼びかけました。

- 交通安全指導員の皆さん(順不同。敬称略)
- 吉田 尋良(大島) 伊藤 卓弘(下関)
- 小山 泰喜(大内瀬) 大沼真理子(上土沢)
- 須貝紀代美(蛇喰)

高橋ミヤさん(鉾江沢) 自治功勞(高齢者)表彰



このたび、村のほう賞条例に基づき、12月28日で満100歳の誕生日を迎えられた高橋さんに表彰状と記念品が贈られました。

高橋さんは、現在は垂水の里に入所しています。当日は、職員の手作りによるくす玉が準備され、高橋さんがくす玉を割ると入所者や職員のみなさんが拍手で祝福。大正4年生まれの高橋さんは、長生きの秘訣を聞かれると「毎日の食事が大好きで、嫌いなものなくなんでも食べることです。みなさんにお世話になって100歳を迎えられてありがとうございます」と笑顔で答えてくれました。

村内の100歳以上は、1月25日現在で高橋さんを含め5人となりました。

受賞おめでとうございます。

旭日単光章を受章 高橋長作さん(大石)



村議会議員を4期16年務められた高橋長作さん(大石・88歳)が、このたび旭日単光章を受章され、12月24日に役場応接室で伝達式が行われました。

高橋さんは、昭和54年に村議会議員に初当選以来、その豊富な経験と卓越した識見から地域活性化に多大な貢献をしました。また、平成5年の議員4期目のとき副議長に就任し、議会の円滑な運営に努め、適切な意見を述べられるなど地方自治の発展をもたらしました。

平田大六村長から書状と勲章の伝達を受けた高橋さんは、「大石ダム竣工式の翌年に議員になった時のことを思い出します。皆さんの支えがあって今回の受章となりました。ありがとうございます」とお礼と感謝の言葉を述べていました。

受章おめでとうございます。



平成9年7月にオープンしてから19年目を迎えた「桂の関温泉ゆ〜む」。1月3日、入館者が300万人に達しました。

記念すべき300万人目に来館したのは、新潟市在住の山田翼さん5歳。この日は、お母さんの実家である上関に帰省中で、お父さんと一緒に大好きなゆ〜むへ。2歳の時からゆ〜むを利用していているという翼さんは、「ゆ〜むの露天

風呂とジャグジーの泡が好き。300万人目になれてうれしい」と喜んでいました。お父さんの榮さんは、「15年以上前から通っていて、年間4、5回来ます。これからも通い続けたいです」と語ってくれました。山田さんには、理事長である平田村長から記念品として、お祝いの色紙と新米コシヒカリ5kg入りのミニ俵、女川ハム・もちの詰め合わせやお酒が贈られました。

(1ページ表紙に写真)

オープンから19年
ゆ〜む入館者300万人達成!

ゆ〜む入館300万人達成まで

平成9年7月18日	オープン
平成14年8月20日	100万人
平成17年11月5日	150万人
平成21年5月3日	200万人
平成24年10月20日	250万人
平成28年1月3日	300万人

「関川村消防団協力事業所表示制度」スタート



全国的に、地域防災の中核的存在である消防団の団員数が年々減少しており、地域の防災体制が憂慮されています。これに関し、団員の約7割が被雇用者ということもことから、被雇用者が入団しやすく、かつ団員として活動しやすい環境の整備が求められています。

そこで、関川村でも平成27年12月10日に「消防団協力事業所表示制度」を導入しました。この制度は、勤務時間中の消防団活動への便宜や従業員の入団促進など、事業所としての消防団への協力が、事業所の社会貢献として広く認められるものです。これにより事業所の信頼性が向上するとともに、事業所の協力により地域防災体制の一層の充実が図られます。

なお、消防団協力事業所には、左記の表示証が交付されます。

村内表示証交付事業所名	認定月日	村内表示証交付事業所名	認定月日
(株)石山建設	平成27年12月10日	(有)加賀屋電気	平成27年12月18日
(有)高橋建材	平成27年12月10日	(株)渡辺組	平成27年12月18日
(株)大藤組	平成27年12月10日	(株)丸勝建設	平成27年12月21日
(株)丸弥組	平成27年12月17日		

※下記基準のいづれかに適合が必要です。

認定条件（協力内容）

- ① 消防団員が3人以上、又は副部長以上の職にある従業員を雇用している事業所等であること。
- ② 従業員の消防団活動について積極的に配慮している事業所等であること。
- ③ 災害協定を締結している事業所等、又は災害時等に事業所の資機材等を消防団に提供する等の協力をを行う事業所等であること。
- ④ その他消防団活動に協力することにより、地域の消防防災体制の充実強化に寄与していること。



ちぐら館前のWi-Fi搭載型飲料自動販売機の概ね30m圏内で、スマートフォンなどによるインターネット利用時、Wi-Fiに接続すると通信料が無料になるものです。昨年末から利用可能となり、ゆくむ館内の一部でも利用することが可能です。

(公財)自然環境管理公社では、ちぐら館前にWi-Fi搭載型飲料自動販売機を設置しました。これは、道の駅利用者の利便性を図るため設置されたもので、ここから道路情報や道の駅情報、地域観光情報など均一なサービスを提供するものです。

新潟県内では、38カ所ある道の駅のうち、14カ所で無料Wi-Fiが利用できるようになっていきます。また、この自動販売機は、「災害対応」にもなっており、災害による停電時に手動で発電をすることができ、スマートフォンなどの充電も可能となります。



▲ちぐら館に貼付されているマーク

ちぐら館に無料Wi-Fi
(無料公衆無線LAN)を設置

(公財)自然環境管理公社は、「全国的に飲食店や商業施設では導入が進んでいます。足湯などで休憩しながら、道の駅スポットを利用してもらいたい」と話していました。

学校からのお知らせ

今月は関川小学校からの紹介

道徳の授業を参観して いただきました！

12月4日(金)の授業参観において、全学級で、人権教育、同和教育に関する道徳の授業を参観していただきました。

子どもたちは、学年に応じた資料をもとに人権について考え、「差別を許してはいけない」「相手を思いやって行動しなければならない」といったことを再確認することができました。

保護者の方に参観していただいたことで、家庭でも人権について考えるよい機会になったことと思います。今後も家庭や地域と連携して人権教育、同和教育を推進してまいります。



収穫祭を行いました！

12月16日(水)、5年生は米作りでお世話になった指導者、ボランティアの皆様をお招きして、収穫祭を行いました。

収穫したお米で作ったおにぎりやのり巻きなどを食べながら楽しく歓談し、お米クイズや出し物で盛り上がり、出席された方々も大変喜んでくださいました。

子どもたちは、1年間の米作りを通して、貴重な体験をすることができました。お世話になった皆様に心から感謝申し上げます。



人権擁護委員を紹介します



渡邊のり子さん(沢)



田村健一さん(平内新)

1月1日付けで、田村健一さん(平内新 ☎ 64-1546)と渡邊のり子さん(沢 ☎ 64-2726)が人権擁護委員に就任されました。

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、「人権擁護委員法」に基づき、様々な分野の人たちが、地域の中で人権思想を広め、人権が侵害されないように配慮して、人権を擁護していくために啓発・相談などの活動を行います(相談は無料で、秘密は固く守られます)。

村の人権擁護委員は3人で、石山キンさん(下川口 ☎ 64-1194)も活動されています。

相談の受付は、常設相談所として「新潟地方法務局村上支局」や「各委員」が相談を受け付けているほか特設相談所として、年3回程度、村内の公共施設などで相談所を開設しています(特設相談所の開設は、随時、広報紙でお知らせします)。

※人権相談は人権擁護委員へ

新潟地方法務局村上支局(☎ 53-2390)でも随時受け付けています。

いきいきした職場環境実現の ためにストレスチェックを 受けましょう！

労働安全衛生法の改正により、平成27年12月1日から、労働者50人以上いる事業所では、毎年1回、ストレスチェックを実施することが義務付けられました。従業員のみなさんはチェックを受けて、ストレスの状態を把握しましょう。

※ストレスチェック制度をはじめとするメンタルヘルス対策に関する詳細は下記アドレスをご覧ください。

<http://kokoro.mhlw.go.jp/etc/kaiseianeihou.html>

こころの目

検索

【問い合わせ先】

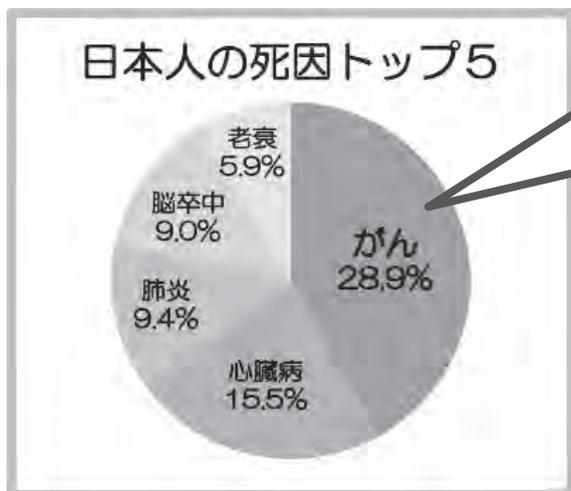
新潟労働局健康安全課 ☎ 025-288-3505

暮らしの中に、 “がん検診”を!

健康せきかわ21 いきいきライフ

1981年から、ずっと変わらず日本人の死因の第1位である“がん”。日本人の約2人に1人はがんにかかると言われています。今回は、わたしたちにとってとても身近な病気であるがんについて、少し紹介させていただきたいと思います。

【日本人の死因】 (H26)



日本人の約3割の人が、がんで命を落としています。

かつての死因第1位の脳卒中を抜いてから、がんは30年以上続けて死因のトップであり、今でもその数は増え続けているのが現状です。

ちなみに、部位別の死亡者数 (H26) は…

<男性>

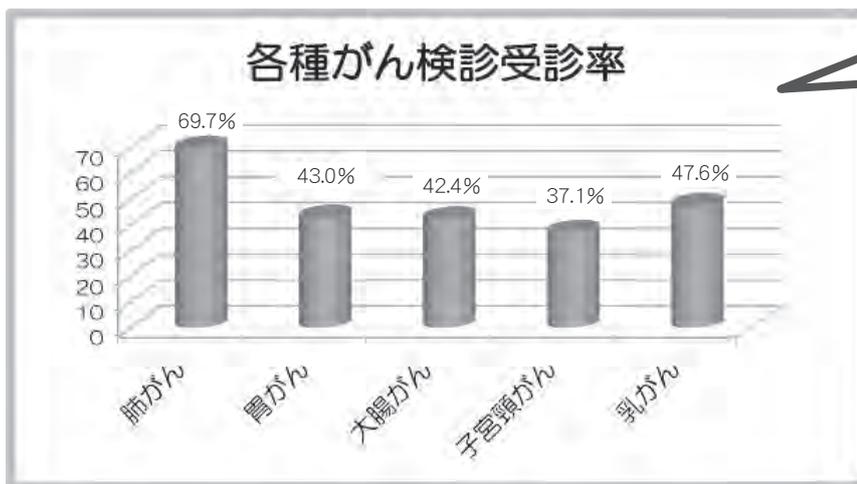
1位：肺がん、2位：胃がん、3位：大腸がん

<女性>

1位：大腸がん、2位：肺がん、3位：胃がん

となっています。

【関川村のがん検診受診率】 (H26)



肺がん検診以外、すべて受診率は50%を下回っています。特に、男女ともに死因の第3位以内に入っている胃がんと大腸がん、若い世代で罹患率が高い子宮頸がんの受診率が低い傾向となっています。

★後悔しないために…

「症状がないから大丈夫」、「家族にがんの人はいないから自分はがんにはならない」、「まだ若いから平気」そう思っている人はたくさんいるのではないのでしょうか？でも、がんは誰もがかかる可能性のあるとても身近な病気です。早期のがんは自覚症状がほとんどないため、気付かぬうちにがんが進行してしまう可能性もあります。ですが、がんによっては早期発見・早期治療により生存率が100%近くになることもあります。今やがんは不治の病ではありません。

面倒がらず、怖がらず、ご自身の健康のためにぜひがん検診を受診してください。

関川村包括支援センター通信 59

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」

新潟県では、2月、9月を高齢者見守り強化月間と定め、高齢者を県民総ぐるみで見守り、支え合う地域づくりを行っています。

村では高齢化率が約38%と上昇しており、特に日中は高齢者のみで過ごす世帯が多くなっています。また、地域コミュニティの希薄化など、高齢者を見守る体制が脆弱になっている状況もあります。そのため、元氣な高齢者が支援の必要な高齢者を見守る体制がより一層重要になっているといえます。

積雪の影響や野外での活動が減るこの時期に、一人ひとりができることを考えてみませんか。

《高齢者自身ができること》
・元氣であることを発信する（電話をかける、カーテンを開ける）
・危険な作業は一人で行わ

ない（屋根の雪下ろしなど）

・億劫がらずに外出する

・困ったときは、我慢せずに協力を依頼する

・温度変化に注意する（入浴など）

《地域ができること》

・あいさつなどの声かけ

・さりげない見守り（電気がついていないか、カーテンが開いているか）

・異変を察知（ポストに郵便物がたまっている、不自然な服装やけがをしている）

《企業の方ができること》

・見守り活動の協力

いつもと様子が違うと感じたときは、民生委員、地域包括支援センターにご連絡ください。お知らせいただいた方の秘密は固く守られます。

健康講座

131

温水洗浄便座で痔の症状緩和

県立坂町病院 外科 富田 広

皆さまご存知の通称「イボ痔」は医学用語では「痔核」と呼ばれており、肛門が腫れ

あがり、痛み、出血、脱出、かゆみといった症状を来た状態です。日本人の3人に1人が罹患しているとも言われる、一種の国民病です。医療機関では外科、消化器外科、肛門科といった診療科がその診療にあたっており、坂町病院では私も外科が診療させて頂いております。

痔核を悪化させないようにするために日常生活で気を付けることとしては、便秘にならないようにする、排便時過度に息まないようにする、長時間の座位は避ける、刺激物の摂取を控えるといったことがあげられますが、その他に患部を清潔にする、こすらないようにする、冷やさないよ

うにするといったこともあげられます。

ところで近年日本国内では、温水洗浄便座が急速に普及してきており、日本における世帯普及率は内閣府の消費動向調査によりますと1992年に14%であったものが、2000年41%、2008年68%、2015年75%と増加しております。温水洗浄便座を使用することにより、従来のように排便後痔核に付着した糞便を紙でこすり取り、その際に粘膜を損傷するということが無くなり、患部も清潔になり、痔核の症状の緩和につながるのではないかと思います。私は坂町病院に就任して12年になります。外来診療をしていて、10年前と比べると痔核の患者さんがかなり減ったように感じています。その原因

として温水洗浄便座の普及が大いに関係しているのではないかと考えています。また、痔核で外来に受診された患者さんもほとんどは温水洗浄便座未使用の方であり、使用している方は病院を受診するほど悪化しなくてすんでいるのではないのでしょうか。

秘かに痔核でお悩みの方はたくさんおられるかと思いますが、もし温水洗浄便座を使用していないようでしたら、薬物療法を行う前にまずは温水洗浄便座を使用してみることをお勧めいたします（私は関連業者さんから宣伝するよう頼まれたわけではありません）。ただし注意点としては、症状が軽快しない場合は「痔だと思っていたら実は大腸癌だった」ということもあり得ますので、医療機関への受診が必要です。



*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。

☎62-3111



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



絵本の世界を楽しもう!

心を育てる 読み聞かせ

～ おはなしの会 ～



1月16日に村民会館図書室で「おはなしの会」が行われ、2歳の子どもから大人まで、10人が絵本の読み聞かせを楽しみました。
おはなしの会は、毎月第3土曜日に開催しています。お

はなしの会は、ブルーベリー(須貝紀代美代表・蛇喰)の皆さんが、絵本に親しんでもらおうと平成17年から始めました。ろうそくを使って幻想的な世界を作りだし、絵本の読み聞かせを行います。



▲プチ工作を楽しむ参加者

この日は、4冊の絵本が読まれ、子どもたちを笑顔にしていました。その後には、ペーパー芯を使ってギフトボックスを作るプチ工作を楽しみました。
伊藤瑠那さん(小学5年・下関)は「絵本の読み聞かせが楽しくて、4年生から参加して今日が16回目です。その後の工作もいつも楽しみにしています」と話してくれました。
ブルーベリーの須貝紀代美さんは、「もつと大勢の子どもに参加してもらって、小さい頃から本に親しんでもらい、本の楽しさを感じてもらいたいです」と語っていました。

図書室の窓から

村民会館図書室

節分で豆まきをしたり、恵方巻きを食べた次の日はもう立春。立春とは名ばかりですね。新潟県立図書館から借受け本300冊、貸出期間は3月23日までです。この機会に是非、ご利用ください。

この本よんで!!

「のはらキッチンへびどうぞ」
まはら三桃・作



さやかは洋食のレストラン「のはらキッチン」のひとり娘です。月に2回キッチンカーで総合病院にでかけます。かんじゃさんたちにおいしい料理を食べて元気になってほしいとはじめたサービスなんだけど、ん?おしごとのお話シリーズコックさん編です。

今月の1冊

「わが心のジェニファー」
浅田 次郎



日本びいきの恋人、ジェニファーから結婚を承諾する条件として日本へのひとり旅を命じられたアメリカ人青年ラリー。慣れない日本で、独特の行動様式に戸惑いながら旅を続けるラリー。そんな中、自分の秘密を知ることとなる…。浅田次郎文学の新たな金字塔!



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 …… 7(日) 20(土)
大島～片貝～大石 方面 …… 14(日)

20日(土)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。

あなたに直撃 153



仲澤 周平さん

(関川村役場総務課)

このたび新潟県との「相互派遣交流」で関川村役場総務課に勤務する仲澤周平さん(県職員)に話を聞きました。

―村ではどんな仕事をされていますか？

総務課企画財政班で村の主要計画の策定や公共交通施策などに取り組んでいます。他課に属さない業務も幅広く扱うため、色々な経験をさせていただいています。業務を通して、村内や役場全体が見渡せるので大変勉強になります。

―もうすぐ1年が経過しますが県との違いは？

基本的な仕事の進め方に違いは感じませんが、村は意思決定のスピードが速いように思います。上司への説明や決裁もスピード感があり、仕事がやりやすく感じます。

また、役場職員がコミュニティ活動や消防団活動などに積極的に参加しているところが印象的です。

―今、夢中になっているものはありますか？

12月に娘が生まれ、子育てに追われています。自分の時間は減りましたが、長い人生の中で子育て期間は短く、貴重な経験だと思っています。娘と一緒に成長していけたらと思っています。オムツ交換やミルク作りなど基本的なことはできるようになりました。

―村民の皆さんにひと言お願いします。

日頃あたたかく接していただき、ありがとうございます。もう少しの間お世話になりますが、他の役場職員と同じように接していただけると嬉しいです。



感動の光の世界を味わってみませんか？

2/7は「七ヶ谷雪ほたる」

冬の恒例行事となった「七ヶ谷雪ほたる」が今年も盛大に開催されます。主催はタランペクラブ(加藤克徳代表・鮎谷)。

約1000個の雪灯ろうが辺り一面を幻想的な世界へと一変させます。会場では、玉こんにゃくの無料サービスやもちつきも行いますので、ぜひご来場ください。

当日は、国際ボランティア学生協会(IVUSA)の学生たちも大勢参加します。お楽しみに！

【日時】 2月7日(日)

●雪灯ろう作り 13時30分から

●雪灯ろう点火 16時30分から

【場所】 安角ふれあい自然の家グラウンド

13日(土)は、大石ダム湖畔県民休養地で「第11回おいしい・どもんこ祭り」も開催されます。

大会結果

*敬称略

第61回 村上市

元旦マラソン大会

■ 期日 1月1日

■ 成績

―小学3年生以下女子の部―

(種目 2km)

▽第1位 岡田玲那

(1年・下関)

記録 9分31秒

※大会新記録



―小学6年生以下女子の部―

(種目 3km)

▽第8位 高橋怜奈

(4年・下関)

記録 13分20秒

じっくり心をこめて

スロー フード

143



大根と人参の皮のきんぴら

皮も無駄なく使えるエコレシピです。シャキシャキとした触感が癖になる1品です。

《今月のご紹介》

関川村食生活改善推進員 の皆さん

材 料 (4人分)

- ・大根の皮 150g ・人参の皮 150g
- ・ごま油 大さじ1 ・しょうゆ 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1 ・七味唐辛子 少々 ・黒ごま 少々

作り方

- ① 大根の皮と人参の皮は縦にせん切りにする。
- ② 鍋にごま油を熱し、①を入れて炒める。油が回ったらしょうゆ、砂糖を加えて汁気がなくなるまで炒める。
- ③ 器に盛り七味唐辛子と黒ごまを振る。

せきかわ文芸

俳句・山柳

俳句

川面から昇る寒ざり 月氷る
初日の出 拝めぬ時わ うんまかせ
集落が かすんで見える 雪すだれ

大塚 沖正 (下川口)

初時雨 去りて 天空 西に富士

朝の日に ものの芽みんな 躍りでる

初午や 稲荷の峰や 春浅し

春暁や 日ざしに 青き 菜のひかり

横山 一正 (東京都)

短歌

団子撒き和尚の音頭ではじまった
やれもせやれもせ百万遍

佐藤 庄七
(愛広苑)

正月の部屋に六歳と十歳は
茶を点て初春を寿ぎにけり

渡辺千恵子
(上関)

関川俳句の会作品

ストーブに手をかざし見る年を見る

渡辺しづい

冬ざれや病む手に重き広辞苑

渡辺しづい



国際ボランティア学生協会
IVUSA 通信

総勢150人で
関川村に

帰ってまいります!

今月、関川村で行われる3つのお祭りのお手伝いをさせていただきます。今年行う企画はまだお楽しみですが、昨年度の活動をここで紹介させていただきます☆

1、七ヶ谷雪ほたるまつり

おまつりの運営のお手伝いの他、子どもたちを対象にした雪製のスイカ割り、村の学生とIVUSA学生の座談会などを行いました。

2、えちごせきかわ雪まつり

昨年初めての開催だったこのおまつり。主要イベントであるスノーフラッグ選手権に仮装して参加させていただきました!おまつりの翌日には関川小学校で

の防災授業や高齢者施設でレクリエーションも行いました。

3、大石どもんごまつり

おまつりの中でバレンタイン企画や宝探し企画を行ったり、交流会を開催し村の方とじっくりお話しできる場を設けさせていただきました。

事前勉強会

3つの活動で知識や意識を共有するため、東西それぞれで勉強会を行いました。関川村とIVUSAのこれまでのかかわりや活動の軌跡をおさらいできたのはもちろん、卒業生の方々からお話を伺うこともでき、各々期待とやる気がより高まっていったように見えました。



リーダーから一言

今回3つの活動を束ねるのは、学生みんなのお母さん(のような存在)のこの人です!



「今回、リーダーをさせていただいてあります法政大学4年の畑田茉衣と申します。私は関川村での活動で多くのことを学び、経験しました。関川村は私にとって大切な場所です。いつも温かく迎えてくださる村の方々に少しでも笑顔と元氣をお届けできるよう、学生延べ150人で精一杯頑張ります!!」

学生一同、関川村の方々にお会いできるのをとても楽しみにしております!様々な企画をもって伺いますので、ぜひおまつりにご参加ください。

せきかわ文芸

せきかわ山柳会作品「年の瀬」

冬將軍来たかと体ひきしめる	平田	千恵	生きて居るあかし雑煮も無事に食む	渡辺しづい
元氣ですね声掛けられる歳になり	平田	千恵	晴れひと日得した気分の年用意	伊藤 久恵
吹雪く日は殊更北の子を思う	平田	千恵	早ばやと予定書き込む初暦	伊藤 久恵
雪降らず帰省の子等も見当たらず	南	セツ	初詣振舞酒にほんのりと	伊藤 久恵
二年参り雪なく靴音にぎやかに	南	セツ	新年の新聞チラシの多きかな	青木 慶一
歳用意しながら聞いている歌合戦	南	セツ	初貯金カイロの景品まじりたる	青木 慶一
九十の声を聞いても人事に	南	セツ	地蔵様冬支度して冬帽子	青木 慶一
新年に富士山眺め手を合わせ	本間	イミ	雪が来てストーブのまわり人が寄り	南 セツ
病んでみて親身の介護に涙する	本間	イミ	用意したお年玉袋そのままに	南 セツ
振り返り日々の暮しに憂いなし	本間	イミ	ドンドヤキ去年の厄を焼き払い	南 セツ

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

ゆうま 優馬ちゃん(男) 南赤谷 齋藤 竹規・志子さん
ゆき の 雪乃ちゃん(女) 平内新 田村 貴史・真奈美さん

すえながくお幸せに

{ 高橋 祐輔 さん 鉦江沢 (富山県)
{ (中島) 理絵 さん
{ 近大也 さん 大島 (胎内市)
{ (川崎) 笑夢 さん
{ 池田 恭平 さん 下川口 (聖籠町)
{ (長石) 佳織 さん

ごめい福をお祈りいたします

伊東 ノブ さん	90歳	下 関
内山 久雄 さん	91歳	大 島
小池 イシ さん	95歳	下川口
渡邊 勝平 さん	77歳	小和田
渡邊ミツエ さん	81歳	高 田
須貝與五平 さん	91歳	高 田
近 美津子 さん	79歳	蛇 喰
伴田 トミ さん	90歳	辰田新
津野 トラ さん	89歳	蔵田島
佐藤 リツ さん	94歳	下 関
大沼 スイ さん	76歳	大 島
山口 進 さん	73歳	蛇 喰

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27年12月末現在 ()は前月対比

世帯数 1,981世帯(-5)
総人口 6,042人(-22)
男 2,885人(-10)
女 3,157人(-12)

(転入 2人 転出 10人)
(出生 1人 死亡 15人)

編集室から

▶今月は、冬のイベントがたくさん行われました。暖冬少雪の予報により心配された雪も十分降り積もりました。セケ谷雪ほたる、えちごせきかわ雪まつり、おおいしどもんこ祭りと行われますので、ぜひみなさん雪を楽しみましょう。
▶2月3日は節分です。一年の厄払いと福を授かるよう大きな声を出して、豆まきをしようと思います。(と)

キラリ輝く☆せきかわっ子たち vol.51

今月は、スポ少バレーボール部で新キャプテンに指名された鈴木ことみさん(5年・下関)を紹介します!



お姉さんがバレーボールをやっていて、その姿に憧れて、小学3年生から始めました。キャプテンをやったことみさんは、監督から指名を受けた時、すごく嬉しかったそうです。新キャプテンは、明るい笑顔と大きな声で練習を盛り上げていました。

⑥メンバーから見たことみさんは?

- ・ポジティブ!
- ・いつも元気で声がでる
- ・やさしい
- ・笑顔がかわいい!

⑥監督の八幡良市さん(ハツロ)からことみさんへ

お姉さん2人より、甘えん坊な所はありますが、これからキャプテンとして、チームをしっかりまとめてください。

⑥10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!



チームの目標は
県大会出場!

わが家の人気者

る な 流月ちゃん(6歳)
はる と 陽斗くん(5歳)

小川千秋さん(下関)



流月はしっかり者で優しくて手伝いも沢山してくれる女の子。陽斗はやんちゃで甘えんぼでトミカが大好きな男の子。2人共ママの大切な宝♡ケンカもするけど賑やかで笑いがたえない家の中。これからは元気いっぱい笑顔いっぱい過ごすね♡