

やまちゃん 広報

No.726

2021年(令和3年)

10.1

1975年(昭和50年)4.1創刊

勇往邁進 ～仲間と共に栄光をつかめ～

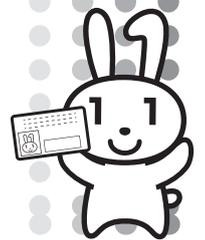


信に
愛に
美に
在りし
心

関川中学校体育祭 モザイク画 (9月11日)

10月から
本格運用開始

マイナンバーカードが健康保険証と して利用できるようになります！



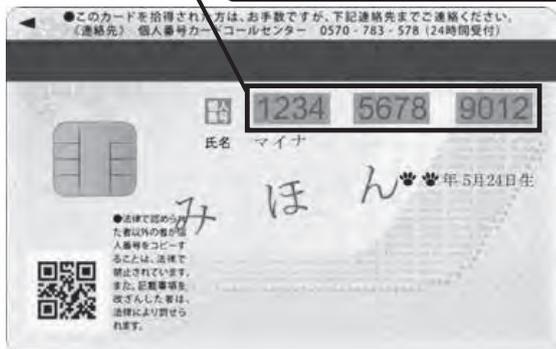
●マイナンバーカードとは

マイナンバー（個人番号）が記載された顔写真付きのプラスチック製のカードです。マイナンバーのほかに、氏名・住所・生年月日・性別が記載されています。

本人確認のための身分証明書として利用できるほか、自治体サービス、e-Taxによる確定申告等の電子証明書を利用した電子申請等、さまざまなサービスにもご利用いただけます（マイナンバーカードと電子証明書には有効期限があります）。



《表面》



《裏面》

マイナンバーを見られても
個人情報盗まれません

●マイナンバーカードを健康保険証として使うには？

健康保険証として利用するには、まずマイナンバーカードの申請が必要になります。すでにマイナンバーカードをお持ちの場合は、スマートフォンやパソコンで「マイナポータル」の「健康保険証利用の申込」から事前登録を行ってください。なお、手続きについては役場住民税務課でも行うことができます。

●コンビニで使えるの？



このステッカー・ポスターが貼ってある医療機関・薬局で使えるようになります。
※医療機関・薬局によって開始時期が異なります。利用できる医療機関・薬局については、厚生労働省のホームページで公開しています。

●コンビニで使うの？



医療機関や薬局でマイナンバーカードをカードリーダーにかざすだけで使えます！
※かざした後、顔写真で本人確認を行います。

POINT!

1 より良い医療が可能に!

本人が同意をすれば、初めての医療機関でも、特定健診情報や今までに使った薬剤情報が医師等と共有でき、より適切な医療が受けられるようになります。



※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。
※薬剤情報は2021年10月開始(予定)。

POINT!

2 自身の健康管理に役立つ!

マイナポータルで、2021年10月までに、自分の特定健診情報を順次閲覧できるようになり、2021年10月(予定)から自分の薬剤情報を閲覧できるようになります。



※特定健診情報の閲覧は、医療保険者によって開始時期が異なります。

POINT!

3 オンラインで医療費控除がより簡単に!

マイナポータルで、2021年11月(予定)から自分の医療費通知情報が閲覧できるようになります。

また、2021年分所得税の確定申告から、医療費控除の手続きで、マイナポータルを通じて医療費通知情報の自動入力が可能となります。



POINT!

4 手続きなしで限度額を超える一時的な支払が不要に!

限度額適用認定証がなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。
※自治体独自の医療費助成等については、書類の持参が必要です。



POINT!

5 医療保険の資格確認がスムーズに!

カードリーダーで顔写真を確認すれば、スムーズに医療保険の資格確認ができ、医療機関や薬局の受け付けにおける事務処理の効率化が期待できます。



POINT!

6 医療費の事務コストの削減!

医療保険の請求誤り等が減少することから、医療保険者等の事務処理コストが削減でき、持続可能な制度運営につながる見込みです。



POINT!

7 健康保険証としてずっと使える!

就職や転職、引越をしても、マイナンバーカードを健康保険証としてずっと使うことができます。医療保険者が変わる場合は、加入の届出が引き続き必要です。



所要時間は
約15分

この機会にマイナンバーカードを作りませんか?

村ではマイナンバーカード関係(申請・マイナポータル・マイナポイント等)のサポートができるよう、平日の開庁時間中だけでなく毎月第2・第4木曜日(8:30~19:00まで)の延長窓口のほか、最終日曜日(8:30~12:00)に休日窓口を開設しています。

※延長窓口は前日までに予約が必要です。休日窓口は予約不要となっています。

カードの交付
手数料は無料

【持ち物】

- 1 個人番号カード交付申請書(通知カードといっしょに送付されたもの)
※無い場合は役場で再発行できます。
- 2 本人確認ができるもの(運転免許証、健康保険証など)
- 3 本人が来ない場合は証明写真(本人が来る場合は、役場で撮影できます。)

お問い合わせ先 役場 住民税務課住民環境班 ☎64-1471

新型コロナワクチン接種実績見込みについて

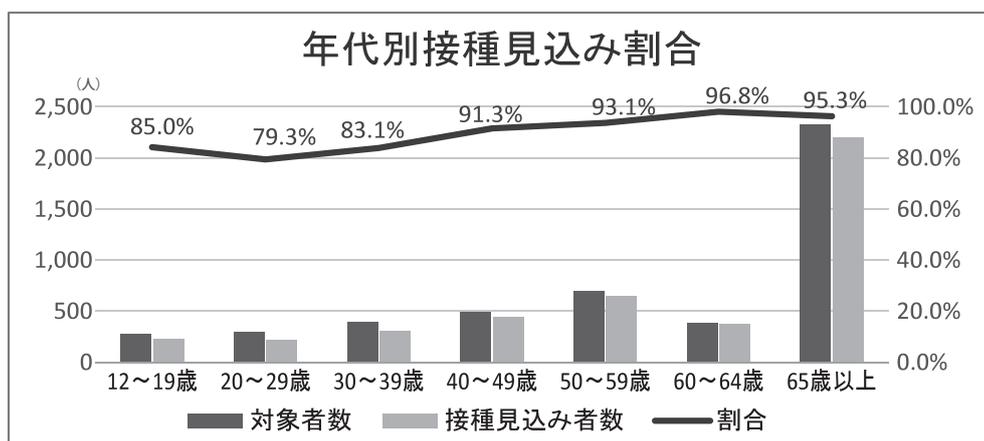
村では、4月末から新型コロナワクチン接種を進めてきましたが、11月中には対象者の92%の方の2回目接種が完了する見込みです。各年代とも高い接種率となっています。

なお、インターネット予約の受付は9月15日で終了していますが、接種を希望される方は、役場コールセンターへ連絡し、早めに予約をお願いします。

【年代ごと対象者等】

年 代	対象者数	接種見込み者数	割 合
12～19歳	314	267	85.0%
20～29歳	328	260	79.3%
30～39歳	408	339	83.1%
40～49歳	493	450	91.3%
50～59歳	667	621	93.1%
60～64歳	405	392	96.8%
65歳以上	2,274	2,167	95.3%
計	4,889	4,496	92.0%

- ・対象者数は9月15日時点のものです。
- ・接種見込み者数は、9月14日までの接種実績に、9月15日以降の接種予定者（予約者）を加えたものです。
- ・接種実績は、1回以上の接種を受けた方となっています。



- ・各年代において高い割合でワクチン接種を受けていることが分かります。
- ・特に、60歳以上の方の接種割合が非常に高く、95%を超える見込みです。

◇新型コロナワクチン接種が終わっても感染予防対策はしっかり行いましょう

新型コロナワクチン接種は、感染予防効果や重症化予防の効果が認められています。しかし、接種を受けた後でも新型コロナウイルスに感染した事例が報告されています。

感染しないため、感染を広げないため、大切な人を守るためにも、マスクの着用や手指消毒、うがい、3密（密閉・密集・密接）の回避など、これまでと同様に感染予防対策をしっかり行うことが大切です。

人と会うときは

- ・十分な距離を保つ
- ・混雑している場所や時間を避ける
- ・屋外でも密集、密接を避ける

飲食するときは

- ・少人数、短時間で（大声は避ける）
- ・ガイドラインを守ったお店で
（アクリル板の設置、消毒、換気の徹底など）
- ・テイクアウトやデリバリーの利用を！

■問い合わせ先

新型コロナウイルス感染症に関すること
 新型コロナワクチン接種（予約等）に関すること
 新型コロナワクチン接種後の副反応等の相談

健康福祉課 健康推進班 TEL 64-1472
 役場コールセンター TEL 75-5667
 新潟県新型コロナワクチン医療健康相談窓口
 TEL 025-385-7762

村長室から

今月の話題は、脱炭素社会についてです。最近耳にする機会が増えたという方もいるかも知れませんが、脱炭素社会とは、地球温暖化を進行させる二酸化炭素の排出量をゼロに抑える社会のことをいいます。

私たちが暮らしていく中で、二酸化炭素は多く排出されています。それは、自動車やエアコンなど身近なものから、企業が製品を作るために機械を動かすことまで、幅広く存在します。これらの二酸化炭素の排出量を減らす一方、森林などによる吸収量を増やすことで相殺し、二酸化炭素の排出量を『実質ゼロ』にするのが脱炭素社会です。これは、世界的な流れであり、わが国でもその取り組みを加速させています。

国連の報告によれば、異常気象といわれる近年の猛暑や豪雨、台風の大化型などは、地球の温暖化によるものだといわれています。脱炭素社会の実現は、この温暖化の進行を食い止めることにつながります。

緑の山々に囲まれた関川村とは無関係のようにも思いますが、異常気象は村の基幹産業である農業に大きな影響を与えるほか、過去に水害や豪雪に見舞われた経験のある当村においては無視できない問題です。気候変動による災害を減らし、村の自然環境や住民の生活を守る、村にとっては大切な取り組みとなります。

脱炭素社会への取り組みでまずあげられる

のが、再生可能エネルギーの活用です。身近なところでは、太陽光パネルでの発電事業があります。村有地等の空き地を東京の企業に貸し出している事例がすでにありますし、一般家庭の屋根や空き地を利用した取り組みもみられます。

また、風力発電の動きもあります。わかぶな高原スキー場の跡地の尾根沿いに設置しようというもので、実績のある大手企業が事業を行うものです。今後、地権者等関係者で実現に向けて具体的な協議を行うこととしていきます。

そのほか村では、太陽光パネルの設置が可能な村の施設を調査し、可能な施設から取り組みを始めたいと考えているところです。

脱炭素社会を実現するためには、村民一人ひとりの取り組みも必要です。地球温暖化を身近な問題として捉え、太陽光など再生エネルギーの活用、省エネ家電への切り替えや省エネリフォーム等のほか、マイスプーンの持参やごみの減量など、身近なところから取り組みを始めましょう。

村でも脱炭素社会に向けて、村がすべきこと、村ができることを、村民の皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。

【問い合わせ先】

総務政策課 観光・地域政策室

TEL 64-11478

メールアドレス

kanko-seisaku@vill.sekikawa.lg.jp

断熱・省エネ給湯キャンペーン

新潟県では、10月から12月末までの間、自宅の窓の断熱改修や高効率給湯器の交換・新規設置をした方を対象に、抽選で賞品が当たるキャンペーンを実施します。

●キャンペーンの対象製品

○窓の断熱改修（新築住宅は対象外）

- (a) 内窓（二重窓・二重サッシ）の設置
 - (b) 窓ガラス交換（単層ガラスから複層ガラスへの交換）
 - (c) 外窓交換（単層ガラスから複層ガラスへの交換）
- 高効率給湯機の設置（交換・新規設置ともに対象）

- (d) エコキュート（電気ヒートポンプ給湯器）の設置
- (e) エコジョーズ（潜熱回収型ガス給湯器）の設置
- (f) エコフィール（潜熱回収型石油給湯器）の設置
- (g) ハイブリッド給湯機
- (h) ヒートポンプ・ガス瞬間式併用型給湯器）の設置
- (h) エネファーム

（家庭用燃料電池コージェネレーションシステム）の設置

(i) 上記給湯器を利用した暖房・床暖房システムの設置

●応募方法

ホームセンターやガスショップなどに応募はがきを配付しています。対象製品を購入された方に応募はがきが渡されますので、はがきで応募いただくか、はがきに記載されているQRコードからウェブ応募が可能です。

詳しくは、県ホームページをご確認ください。

<https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kankyo/z1100insulation.html>

●実施期間

10月1日～12月31日

（応募は令和4年1月10日まで）

【問い合わせ先】

新潟県県民生活・環境部環境企画課地球環境対策室

TEL 025-280-5150

令和3年度 村消防団定例表彰

令和3年度定例表彰された皆さんを紹介します。

今年も新型コロナウイルス感染防止のため、表彰式・消防演習は行われず、優良消防団員や退職者などに贈られる表彰状や感謝状は地元消防団から渡されます。

表彰された皆さん、おめでとうございます。

今後も私たち村民の生命・身体・財産を守るため、ますますのご活躍を期待します。

表彰状・感謝状

を授与された皆さん

※敬称略

《消防庁長官表彰》

— 功績章 —
高橋 治彦（金 俣）

《日本消防協会会長表彰》

— 勤続章（30年以上勤続） —
丹内 佳久（金 丸）

《県知事表彰》

— 功績章 —
三須良一郎（下 関）
渡邊 喜和（小和田）
近 和也（朴 坂）

《県消防協会表彰》

— 功績章 —
渡邊 一史（下 関）
渡邊 真一（上 関）
近 和也（朴 坂）
内山 巧（南 中）

《県知事・県消防協会会長 表彰》

— 精勤章（20年以上勤続） —
高橋 広太（上土沢）

渡邊 一史（下 関）
渡邊 清人（下 関）
田村 聖（下土沢）
市井 紀宙（上土沢）
佐藤 雅史（松ヶ丘）
津野 敏（宮 前）

《県消防協会会長表彰》

— 精勤章（10年以上勤続） —
安部 輝彦（下 関）
渡邊 周平（下 関）
渡邊 雅行（勝 蔵）
田村 健（大 島）
田村 亮（下土沢）
富樫 直希（下土沢）
横山 正明（久 保）
五十嵐 僚（上川口）
須貝 仁哉（高 田）
高橋 広幸（小 見）

《県消防協会 岩船地区支会長表彰》

— 功績章 —
渡邊 清人（下 関）
市井 紀宙（上土沢）

田村 貴史（平内新）
津野 敏（宮 前）

《村长表彰》

— 令和2年度退職者（10年以上勤続） —

船山 勝（打 上）
伊藤 啓助（松 平）
渡邊 賢一（打 上）
加藤 貴光（内須川）
平田 好一（松 平）
伊藤 賢（中 束）

— 勤続章（25年以上勤続） —

中村 篤（高 瀬）
渡邊 健（上 関）
八幡 忠隆（片 貝）
本間 康（安 角）

《村消防団長表彰》

— 勤労章 —

伊藤 幸樹（下 関）
山口 憲一（辰田新）
新野 桂太（南赤谷）
山口 政則（辰田新）
近 元樹（大 島）
田村 聖（下土沢）
駒沢 涼太（鍛江沢）
渡邊 悠（上 関）
渡邊 浩之（上 関）
山本 裕史（松 平）
村田 豊（宮 前）
大滝 一也（深 沢）

— 勤続章（15年以上勤続） —

東 圭一（下 関）
大沼 正利（上 関）
堀 慎太郎（湯 沢）
津野 正樹（湯 沢）
横山 誠（安 角）
須貝大次郎（高 田）
近 和也（朴 坂）
大島 勉（上野新）
高橋 勝幸（深 沢）
照井 崇史（深 沢）
石谷 広之（小和田）
松坂 嘉人（小和田）



Fitness Studioコラッシェ 開館までのスケジュール

- 令和元年度 道の駅リニューアル計画始動
- 令和2年度 健康増進施設整備決定
- 令和3年度 健康増進施設建設工事着工

5月



8月 名称「Fitness Studio コラッシェ」決定

9月末 竣工

10月26日 竣工式
プレオープン予定



健康増進施設名称決定の 記念品贈呈式

9月21日、健康増進施設の名称決定に伴う記念品の贈呈式が行われました。
関川村健康増進施設の名称にはたくさんの応募がありました。大勢の人に気軽に利用してほしいという思いが込められています。伊藤さんには、村長から記念品として村特製グッズが贈呈されました。

学校からのお知らせ

今日は関川小学校からの紹介

感染症対策を行い授業参観・引き渡し訓練を実施

9月3日に授業参観と引き渡し訓練を実施しました。保護者の皆さんにお子さんの普段の授業の様子を見ていただく機会は、今年度になって今回が初めてでした。検温やマスクの着用をはじめ、内履きをお持ちいただいたり、児童数の多い学級では廊下から参観をしていただいたりと感染症対策にご協力をいただきました。

引き渡し訓練では、感染症対策として混雑を避けるために教室に向かう廊下と教室から戻る廊下を分けて実施しました。地震等の災害時に限らず、熊の出没等で引き渡しを行う場合があるかもしれません。その際に、コロナ感染と

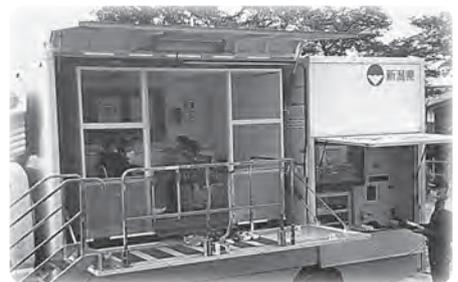


いう二次被害が起こらないよう、今後も練習時から工夫をして行いたいと思います。

4年生・5年生が起震車体験

4年生は防災教育の一環で「地震」に関する学習を授業で行いました。そして9月1日に村上市消防本部の皆さんのご協力のもと、起震車で震度6強の揺れを体験しました。また、テントの中に吸っても安全な煙を充満させ、その中を歩く体験もしました。昨年度、コロナ禍で体験ができなかった5年生も参加しました。

今回の体験を生かし、もし本当に地震が起こったら、落ち着いて適切な対応ができることを期待します。



光の大したもん蛇が出現 七ヶ谷ふれあいイルミネーション～夏のきらめき～



8月9日から28日まで、安角ふれあい自然の家（旧安角小学校）のグラウンドでイルミネーションが開催されました。

このイルミネーションは、七ヶ谷体育協会がコロナ禍で郷民運動会が開催できないことから、代わりのイベントとして企画したものです。

最終日となった28日には、グラウンドに大したもん蛇をデザインしたイルミネーションが準備され、花火が打ち上げられました。また、校舎内では五十嵐地大さん（上川口）によるピアノコンサートも行われました。

冬のイルミネーションとはまた違った幻想的な光と癒しの音色が、七ヶ谷を彩りました。

今年の夏の思い出



輝く青春の1ページ
仲間と共に支え合い、駆け抜けた体育祭

▼ 青軍



では、初めに青軍が難易度の高いダンスを披露。次に赤軍が大きな声で応援歌を歌い、両軍それぞれが練習を重ねたパフォーマンスで体育祭を盛り上げました。

また、各軍の得点には反映されない生徒会種目として、今年は部活動対抗リレーが行

▼ 赤軍



奏楽部はタンバリンといった各部活動に関連した物を使い、フリー部は通学用のカバンを背負って走りました。保護者の皆さんも楽しそうに観覧していました。

今年は観覧者数を制限するなど新型コロナウイルス感染症対策を徹底しての開催となった体育祭でした。この日のために練習に励んできた生徒たちは、応援、競技、それぞれ担当した仕事に真剣に取り組んでいました。

われまじた。吹奏楽部・ソフトテニス部・バレー部・野球部・卓球部・バスケット部・柔道部



▲ 部活動対抗リレー

9月11日、関川中学校で体育祭が開催されました。

当日は天候にも恵まれ、生徒たちは赤軍と青軍に分かれて各競技で競い合いました。

午後からの応援合戦



9月17日、関川村民会館大ホールで、木管四重奏によるマイタウン・コンサートが開催されました。このコンサートは地域の皆さんに音楽に親しんでもらおうと公益財団法人新潟県文化振興財団と関川村教育委員会が主催したものです。

木のめくもりを感じる マイタウン・コンサート

コンサートでは、新潟県ゆかりのブロの演奏家4名による演奏が披露されました。フルート、クラリネット、オーボエ、ファゴットのそれぞれの楽器の音色の違いやハーモニーが会場全体に響き渡りました。演奏される曲目には誰もが知っている歌謡曲やクラシックなどがあり、来場者は美しい音色に耳を傾けていました。

▶チエロに似た低音が特徴のファゴット



米寿のお祝い 村から記念品を贈呈

9月20日の「敬老の日」に合わせて、加藤弘村長と角幸治副村長が17日、今年度米寿を迎えられた皆さんのお宅を訪問し、祝状と記念品を贈呈しました。

この日お祝いを受けた藏田市太郎さん、はな子さん夫婦（下関）に元気の秘訣を伺うと「ストレスをためないようにすること。朝は決まった時間に起き、牛乳を1杯必ず飲むことです」と市太郎さんは話してくれました。はなさんは「今は趣味程度ですが、畑での野菜作りです。冬野菜を育てているので収穫が楽しみです。二人そろってお祝いをいただき大変ありがたいです」と笑顔で話してくれました。



今年の米寿該当者は、昭和8年4月1日から昭和9年3月31日生まれの方で63名です。おめでとうございます。

歴史館で 日本画展始まる

歴史とみちの館村民ギャラリーでは、企画展として9月18日から12月12日まで「伊藤航子 日本画展」を開催します。



岩絵の具を使った日本独特の絵画・日本画を長年趣味で描かれていた伊藤航子さん（下川口）の作品約30点を展示。実際に作品作りで使用されている岩絵の具等の画材やスケッチなども展示されています。なお、見学されて芳名帳にお名前を書かれた方には作品の入った「日本画展記念しをり」を1つプレゼントいたします。

展示作品の入れ替えもありますので、ぜひ期間中に何度も足を運んでください。

関川村長選挙

村では、任期満了に伴う関川村長選挙を次の日程で行います。

投票日：12月19日(日) 告示日：12月14日(火)

立候補者説明会

- とき 11月18日(木) 13時30分から
- ところ 村民会館 会議室
- その他 説明会の当日、立候補届出書類等を配付します。

●問い合わせ先
村選挙管理委員会
(総務政策課内)
☎64-1446

選挙公営制度が拡大されました

公職選挙法の一部改正によって選挙公営制度が拡大され、今回の村長選挙から選挙運動費用の一部を村が負担(公費負担)することになりました。

この制度は、選挙に立候補しやすい環境を整備することを目的としています。これに伴い村長選挙に加えて、新たに村議会議員選挙にも供託金制度が導入されました。

【新たに選挙公営の対象となったもの】

●選挙運動用自動車の使用

【限度額(1日当たり①・②のどちらか)】

① 個別契約方式

自動車借入費用 15,800円
燃料代 7,560円
運転手雇用費用 12,500円

② ハイヤー方式 64,500円

※ハイヤー方式とは、自動車借入、燃料代、運転手雇用を一括して契約する方式です。一般乗用旅客自動車運送事業者と運送契約を行います。

●選挙運動用ビラの作成

【限度額の計算式(村長選挙)】

$7円51銭/枚 \times 5,000枚 = 37,550円$

※公職選挙法の一部改正に伴い、選挙運動用ビラの頒布が解禁されました。
※村議会議員選挙の場合、枚数は1,600枚です。

●選挙ポスターの作成

【限度額の計算式】

$(526円6銭 \times 73箇所^* + 310,500円) / 73箇所^*$
 $= 1枚当たり4,781円$

73箇所^*…令和元年関川村議会議員選挙の際のポスター設置箇所数です。

●供託金制度 村長選挙、村議会議員選挙の供託金は、以下のとおりとなります。

村長選挙 50万円 村議会議員選挙 15万円

候補者の得票数が下記の供託物没収点に達しない場合、供託金は没収となり、上記に係る公費負担も受けることができません。

【供託物没収点】 村長選挙の場合 有効得票総数の10分の1
村議会議員選挙の場合 有効得票総数を議員定数で除したものの10分の1

運行エリアは下関地区と坂町地区 皆さんぜひご利用ください



今月は、えぶり号の運転手の渡部純江さん(高瀬)を紹介します。

① 勤務曜日は？

月曜、水曜、金曜です。

② いつも運転で気を付けていることは？

えぶり号の利用者は高齢の方が多いため、やさしく運転することを心がけています。

③ 運転していて良かったことは？

自分自身、村内のいろいろなところを知ることができて良かったです。また、お客様から降りるときにお礼を言われるとうれしいです。



えぶり号を利用するには、利用日の前日までに事前予約が必要です。皆さんどうぞご利用ください。

【予約先】 荒川タクシー ☎ 64-1042

(前日までに電話予約が必要です)

【問い合わせ先】 役場 総務政策課 観光・地域政策室

☎ 64-1478



10月1日～31日

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～



運動の重点

高齢運転者の交通事故防止

県内の高齢者の交通事故死者数は、17年連続で全交通事故死者数の半数を超えています。

また、令和2年の高齢運転者による交通事故死者数も全死者数の37.5%を占めており全事故に占める割合は依然として高い状態です。高齢ドライバーは、夜間の運転は控えるなど、より安全性の高い運転に努めましょう。運転免許センターでは、運転に不安や危険を感じている高齢者やその家族からの相談を受け付けています。

道路横断時の安全確認と夜光反射材の積極的な活用

年齢を重ねると若いころに比べ視野が狭くなります。道路を横断する際は確認する方向に体をしっかり向けるとともに遠くまで見るなど安全を十分確認して、横断歩道を渡りましょう。

また、外出するときは、夜光反射材などを積極的に活用し、ドライバーに自らの存在を早めに知らせましょう。

早めのライト点灯とこまめな切り替え

夕暮れ時は交通事故が増加する傾向にあります。ドライバーは早めにライトを点灯し、自らの存在を知らせるとともに十分に安全確認をしましょう。

また、ライトは上向きが基本です。道路環境に合わせてこまめに上下を切り替えましょう。

使用されていない広報無線の戸別受信機はありませんか？

広報無線の戸別受信機は、村が皆さんへ「貸与」している機器となります。引っ越しや村外への転出等によって不要となった戸別受信機は、必ず役場へ返却してください。

平成23年（2011年）の入れ替えから、ちょうど今年で10年となります。「音が聞こえない」等の修理依頼やお問い合わせが大幅に増えてきているのが現状です。

限られた財源を有効に活用できるよう、使用されていない戸別受信機は必ず返却をお願いします。



放送が聞こえないな?と思ったときは

まずは、

- ・電源スイッチが「入」になっているか。
- ・電源・アンテナケーブルが緩んでいないか。
- ・音量調節ボリュームが「小」になっていないか。
- ・屋外アンテナが設置されていない場合、本体のロッドアンテナを伸ばしてみる。

を確認してください。それらが全て問題無ければ、本体の電源を1度落として、数分後に電源を再投入（再起動）してみてください。その後何日か様子を見て、症状が改善されるかご確認ください。アンテナケーブルの緩みは、外部アンテナを設置している方のみ確認してください。

それでも改善されない場合は、下記事項をご確認ください。

- ・ご自身で設置場所を変更されていた場合は、1番初めに設置した場所へ戻す。
- ・近くに大型テレビ、冷蔵庫、電子レンジ等がある場合は、家電と受信機本体を離してみる。

戸別受信機は、電波の状態を測定し「最も良好な場所」に設置しています。しかし季節的な要因や周囲の環境の変化等で電波状態が変動し、放送がうまく受信できなくなることもあります。

「一時的に放送が受信できていないだけ」という場合もありますので、しばらく様子を見てください。それでも症状が改善されない場合は、役場へお問い合わせください。

緊急時の使用のために

乾電池の定期的な交換をお願いします！

戸別受信機は「停電時に使用する」「緊急時に持ち出して使用する」といった場合を想定し、乾電池でも使用することができます。緊急放送を聞き逃さないように、年に1回程度必ず乾電池の交換を行ってください。

乾電池の交換方法は、お手元の取扱説明書をご確認ください。

-RV8602型：5ページ目

-RV2000型は6～7ページ目

※注意事項

- 1 緊急放送受信時は、音量調整に関係なく最大音量で放送が流れます。
- 2 乾電池での動作中は、乾電池ランプが赤く点灯します。
乾電池が消耗している場合は、乾電池ランプが赤く点滅します。
- 3 緊急時に持ち出して使用する場合は、アンテナを必ず伸ばしてください。避難先の電波状況によっては、うまく受信できない場合があります。

取扱説明書はこちらから！

取扱説明書を無くされた方は、村ホームページからダウンロードできます。取扱説明書以外にも、戸別受信機に関する情報を掲載していますので、ご確認ください！

戸別受信機 取扱説明書のダウンロード先 URL：<http://www.vill.sekikawa.niigata.jp/life/8/3907/3904/index.html>

問い合わせ先 役場 総務政策課 総務班 ☎ 6 4 - 1 4 7 6

国民健康保険・後期高齢者医療保険からのお知らせ

交通事故にあったときは市町村と警察に届け出をしましょう

○交通事故にあったとき

交通事故など第三者の行為によってケガや病気をした場合でも、お住まいの市町村へ届け出をすることによって保険証を使って診療を受けることができます。この場合、国保・後期医療保険が一時的に医療費を立て替え、あとで相手方（加害者、保険会社等）に請求することから、必ず届け出をしてください。

○届出に必要なもの

- ①第三者行為による傷病届
- ②事故発生状況報告書
- ③同意書
- ④交通事故証明書
- ⑤保険証
- ⑥ハンコ
- ⑦人身事故証明書入手不能理由書（④が物件事故の場合）

★相手方（加害者、保険会社等）から治療費を受け取るなど、示談を済ませてしまうと、保険証が使えなくなる場合があります。

★ケガの程度が軽くても、安易な判断をせず、必ず相手の氏名・住所・連絡先・保険会社などを確認し、すみやかに警察に連絡しましょう。

Q&A 交通事故等で保険証を使うとき

1. 保険証を使った場合、どのようなメリットがありますか？

第三者の行為による傷病の治療に保険証を使用すると、保険診療となり、保険証を使わない場合（自由診療）と比べて医療費の自己負担額が低くなります。

2. 自損事故の場合も届け出が必要なの？

自損事故の場合でも、保険証を使用するためには届け出が必要です。なお、自損事故の車等に同乗していた方が保険証を使用して治療を受ける場合にも、同様に届け出が必要です。

3. 自転車同士、自転車と歩行者のケガでも届け出が必要なの？

自転車同士や自転車と歩行者によるケガでも、相手がある事故の場合には届け出が必要です。

「認知症の方を介護する」 ご家族の支援について

認知症の方を介護するなどの家族のことも次の4つの心理ステップを踏みながら移り変わっていくと言われています。

ステップ1 物忘れなどを年のせい、病気のせいと理解できず、「いったいどうしたの？」と戸惑い、「そんなはずはない」と現実を否定します。
ステップ2 認知症の理解が不十分なため「なぜ？どうして？」と混乱し、本人に振り回されて、怒りや拒絶の気持ちが起こります。

ステップ3 ステップ2を繰り返すうち「病気だからしかたがない」と割り切り、あきらめる気持ちになります。
ステップ4 認知症の本人があるがままに受け止めることができるようになります。

介護者の心理は、ステップ1から4へスムーズに移り変わるわけではなく、1から2、3から2に戻ったりと状況や環境によって変化します。最

もつらいステップ2は、ひとりで我慢するのではなく、医療や介護サービスを受けながら乗り切れることも大切です。

村では、在宅介護支援センター「垂水の里」が介護を一人ですべて対応し、男性介護者を対象として、「関川村男性介護者の集い（ごいっしょクラブ）」を約3か月に1回開催しています。介護の悩みや愚痴を話したり、介護に関する情報提供など行っています。初めての方もぜひ集いに参加してみませんか？

「ごいっしょクラブ
問い合わせ先」
在宅介護支援センター
垂水の里
☎60-4077

*参考資料…認知症になった家族との暮らしかた（監修…認知症の人と家族の会）

健康講座

197

「ご存じですか？」

「睡眠時無呼吸症候群」

新潟県立坂町病院 検査科 菊池 美紀

「お父さんのいびき、すごく大きいよね」とか、「テレビつけたまま、寝てたよ」とか、「寝てる時、呼吸止まってたけど」とか、ご家族に言われたことはありませんか。居眠り運転が原因の事故のニュースや電車の運転士がウトウトしている動画を見たことはありませんか。

これらに関連する「睡眠時無呼吸症候群」という言葉を聞いたことはありませんか。文字どおり「眠っている間に何回も呼吸が止まる病気」なのです。潜在患者は成人男性の約3〜7%、成人女性の約2〜5%と考えられています。睡眠中に10秒以上の呼吸停止が起こります。重症になると、1分以上も呼吸が停止します。それが一晩に何回も起こるのです。呼吸が止まると血液中の酸素濃度が徐々に低くなり、このままでは危険

と判断した脳から「起きて呼吸をしろ」という指令がでます。そのため、ぐっすり眠ることができず、慢性的な睡眠不足の状態になります。日中いつも眠い・居眠り運転を起こしそうな状態・起床時のだるさといった症状が出ます。また、眠気のために記憶力や集中力、作業効率が低下し、仕事に支障をきたすことも少なくありません。放っておくと高血圧や動脈硬化など、心臓・脳の病気を引き起こす危険性も増加します。

しかし、適切に検査、治療を行えば決して怖い病気ではありません。検査は簡易検査と精密検査の2種類があります。

簡易検査は自宅で就寝前に小型の検査機器を取り付け、そのまま寝るだけです。眠っている間の呼吸の有無と、血液中の酸素の濃度を記録しま

す。これで睡眠時無呼吸症候群が疑わしいかどうか、また、軽症か重症か調べます。その後、必要に応じて精密検査を行います。

精密検査は病院に1泊入院して検査をします。心電図や呼吸のセンサーのほか、頭、顔、足にもセンサーを取り付けた状態で眠っている間の記録を行います。

睡眠時無呼吸症候群と診断されたら治療を行います。代表的な対症療法として「経鼻的持続陽圧呼吸療法（CPAP法）」があります。就寝時、鼻にマスク（酸素マスクのようなもの）を装着します。マスクにつながった機械から空気を送り込んで呼吸の補助を行います。

事故につながるないように、運送会社やバス会社では運転手が定期的に検査をしているところもあるようです。もし、家族からのご指摘や、気になる症状がございましたら、かかりつけの医師にご相談してください。

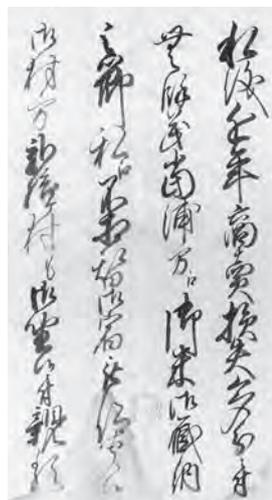
*このコーナーへのお問い合わせは、県立坂町病院へ。
☎62-3111

「江戸時代わが村の暮らし」⑤

小見と海老江の意外な関係

「歴史とみちの館」所蔵・平田家文書を読む

（村歴史文化財調査委員 渡辺 伸 栄）



老江の御蔵へ納めます。その後、日本海回船の千石船に積み込んで大阪や江戸へ送ります。

荒川河口の海老江には湊があつて、出船入船、大繁盛の地でした。その住人宇八郎から、小見村宛に出された貸付依頼状、写真はその冒頭部分です。

商売で大損失を出してしまひ余儀なく、当浦へ御米御蔵納の節に私の家を御宿にしてゐる二十村から、一村一両ずつ貸付お願いできれば家を存続できますので何卒と、懇願の書状です。

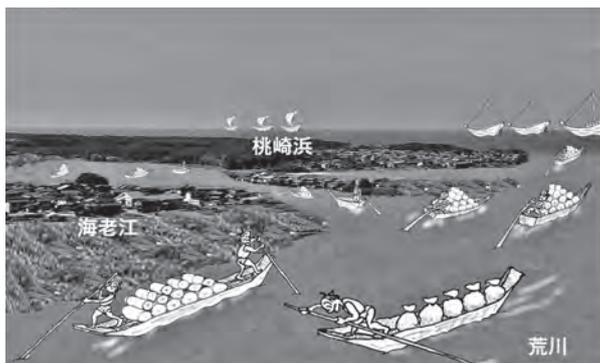
御米御蔵納の際の宿とは何のことでしょうか。調べてみると、そこに江戸時代の大変な納税の仕組みが隠されていました。

村々の年貢米は一旦近くの郷倉に集め、翌春、川舟で海

老江の御蔵に無事納まるまでの管理監督は代官所だ

けでなく、意外にも納税者である農民側の責務でもあつたのです（村史五三〇頁）。それで、岩船郡・蒲原郡の各地区代表庄屋たちは組合を作り、海老江と新潟と江戸に二人ずつ、納税が完了するまで長期出張する当番を決めていました。千石船に乗り込む当番もありました。

年貢米の輸送費こそ幕府持ちですが、それ以外の出張滞在経費は農民側の負担です。手土産、諸手当まで含めもろもろ、費用は多額になりました。出張費用の減額を取り決めた代表庄屋二十一人の連名押印文書も残っています。経費捻出方法に関係する文書もありました。



海老江湊詰当番だった小見村庄屋平太郎宛に、江戸納当番の中条組小荒川村庄屋が出した、江戸出張費用先渡金二十五両の領収書もあります。海老江滞在の当番は会計も担当していたようで、宇八郎の家はそんな当番庄屋の宿だったのです。

さてそれで、肝心の貸付依頼はどうなったかです。地元の話では、宇八郎家は絶えることなく、つい近年まで存続したそうです。

長い付き合いがあつて、願ひは叶えられたのでしょうか。良かったですね。

関係文書の原文と解説は歴史館に展示してあります。

行政に関する相談は行政相談委員へ

10月18日から24日は行政相談週間です。総務大臣から委嘱された行政相談委員が、皆さんから行政（国・県・村）に対する苦情や意見などをお聴きして、問題の解決を促進するとともに、それらの意見をもとに行政運営の改善を図るため、関係行政機関に対して通知するなどの仕事を行っています。

村では、次のとおり行政相談を開催します。相談は無料で、秘密は堅く守られます。

くらしの行政相談

- とき 10月21日(木) 9時30分～11時30分
- ところ 村社会福祉センターいきいきほくむ
- その他 予約の必要はありません。

くらしの行政相談会場での相談のほかに、村役場1階、村民会館、社会福祉センター入口に行政相談ボックスを設置しています。

お気軽にご相談ください。



行政相談ボックスは「キクワン」が目印

行政相談委員制度は60周年を迎えます

●問い合わせ先

役場 総務政策課総務班

☎ 6411476

●関川っ子卒業生インタビュー

今年の夏も関川村に帰ることは叶いませんでした。2年連続で夏の関川村に帰ることができず、大蛇を見たことがあるIVUSA学生も少なくなってきました。

魅力ある関川村を後輩たちに語り継いでいきたいと思っています。そこで昨年ご卒業された先輩方にインタビューをしました！卒業生の現在や関川村での思い出を語ってもらったので、その思いをご覧ください！

★江野本 杏花さん



○関川村で参加した活動

- 全部！
- ・大したもん蛇まつり
 - ・七ヶ谷雪ほたる
 - ・大石どもんこまつり
 - ・フィールドワーク

○現在のご職業

旅行会社で、修学旅行や校外学習の営業・企画・添乗など。

○関川村での思い出

関川村の皆さんと出会い、たくさんお話しできたこと。社会人になって、関川村の皆さんの温かさ、面白さ、優しさ、行動力の素晴らしさを身にしみて実感しています。

○一言

関川村の皆様、お久しぶりです！社会に出た今、関川村での経験が、思いもしない形でさまざまな場面で生かされており、改めて感謝の気持ちでいっぱいです。そして何より、皆さんの温かい笑顔と村のために頑張っている姿を思い出すだけで、たくさんの勇気をもたらしています。今度は『良い子』ではなく、『立派な社会人』として関川村に帰れるように、精進して参ります！

ます！また会える日を楽しみにしています！

★木原 優成さん



○関川村で参加した活動

- ・大したもん蛇まつり
- ・大石どもんこまつり
- の計5回！

○現在のご職業

建設会社の現場監督

○関川村での思い出

一昨年のどもんこまつり。暖冬などさまざまな困難を乗り越えての開催。そして、現地の方からいただいた「今年も開催できて良かった」の言葉は一生の宝物です。

○一言

関川に行けてなさすぎて充電（大洋盛）なくなりました（笑）

村民会館図書室

図書室の窓から

秋晴れの心地よい季節となりました。お出かけもいいですが、自宅でまったり、家族で読書タイムはいかがですか？いろいろな本を読んで心の栄養を増やしましょう。

NEW!!

『「織細さん」の本』 武田 友紀(著)

疲れやすいあなたはきっと「織細さん」。「まわりに機嫌の悪い人がいるだけで緊張する」「相手が気を悪くすると思うと、断れない」「細かい事まで気づいてしまい、仕事に時間がかる」そんな「織細さん」たちから、人間関係も仕事もラクになったと大評判。HSP(とても織細な人) 専門カウンセラーによる実践テクニック集。



これよんで!

「かなしみがやってきましたきは」

エヴァ・イーランド(著)

かなしみは、とつぜんくることがあるよ。きみのあとをついてまわって、べったりくっついてきたりして。誰にでもやってくる「かなしみ」。息ができなくなる「かなしみ」。そんな気持ちにそっと寄り添って、とっておきの絵本。子どもから大人まで。



今月の図書館バス

9日(土)、24日(日)

にじ色と汽車のメロディーが目印です♪

16日(土)はおはなしの会

絵本の読み聞かせとプチ工作

上野新にある「光兔こども館」で開催!

時間は、10時30分からです。ブルーベリーのみなさんが贈る、ステキなおはなしの世界。ご家族みんなでおいでください。無料です。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。また、体調の悪い方は参加をお控えください。

毎週水曜日がお休みです。平日13時～17時15分まで、土・日・祝9時～17時まで開館しています。

大会結果

* 敬称略

第23回 下越ジュニア ソフトテニス大会

■ 期日 8月22日

■ 会場 グリーンパークあら
かわ総合運動公園
テニスコート

■ 成績

— 女子の部 —

準優勝

石井 凜 (6年・下関)

兼田 一織

(6年・中条スポ少) 組

第23回 新潟県小学生 ソフトテニス学年別大会

■ 期日 9月19日

■ 会場 小千谷市白山運動
公園テニスコート

■ 成績

— 6年生の部 —

第3位

石井 凜 (6年・下関)

兼田 一織

(6年・中条スポ少) 組

※北信越小学生ソフトテニス
インドア大会出場権獲得

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

しょうま
奨 真ちゃん (男) 下 関
佐藤 健太・良子 さん

ひなと
大向翔ちゃん (男) 桂
稲家 大輝・未来 さん

ごめい福をお祈りいたします

秋元 幸次 さん	92歳	上 野
佐藤 賢二 さん	85歳	下 関
池田 シズ さん	89歳	下川口
池田 市藏 さん	94歳	下川口
小林ハルイ さん	95歳	下 関
田村 トヨ さん	94歳	下土沢
平田 コト さん	77歳	桂

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

令和3年8月末現在 ()は前月対比

世帯数	1,872世帯 (-2)
総人口	5,212人 (-10)
男	2,509人 (-6)
女	2,703人 (-4)

(転入 7人 転出 9人)
(出生 1人 死亡 9人)

編集室から

▶ 中学校の体育祭はコロナウイルス感染症対策として観覧者が制限されていました。体育祭を楽しみにしていたけれど、観覧することが叶わなかったご家族や卒業生たちもいたと思います。今年の体育祭の様子が少しでも伝わればと思い、今月号に掲載しました。

▶ 各種競技のほか、大きなモザイク画やパネル、応援合戦は見ごたえがあるものでした。生徒たちにとって記憶に残る体育祭となったと思います。お疲れ様でした。(み)



実りの秋
稲刈りから
はさがけへ



▶ 約20日間天日干しすること、お米が美味しくなります。

フォトギャラリー



当館は「にいがた安心なお店応援プロジェクト」の認証をうけて営業をしております。

安心して いろいろなシーンでご利用くださいませ

会席膳 ¥5,000～¥7,000(税別)

ご相談・ご予約随時承ります。



光兎の宿
あらがわ荘

TEL 64-2118

▶ こちらは有料広告です

あなたに直撃



高橋 沙和さん
(大石)

この4月から関川村の職員に採用された高橋紗和さんに話を聞きました。

①関川村役場を希望した理由は？

去年まで東京で子育てをしていました。2人目が生まれてから、都会を離れてゆったりした環境で子育てをしたいと思うようになり、地元である関川村に移住しました。役場を希望した理由は、いつも温かく見守ってくださる地域の方々に貢献できる仕事がしたいと思ったからです。

②普段、心掛けていることは？

感謝の気持ちを忘れないように心がけています。日常が当たり前ではないことを時々思い起こすようにしています。

③今、夢中になっていることは？

本を読んだり、海外ドラマを見るのが好きです。子どもが生まれてから趣味の時間が作れていませんが、余裕が出たら再開したいと思っています。趣味ではありませんが、夢中というところ、もうすぐ2歳になる息子の片言のおしゃべりやオリジナルソングが可愛くてたまりません。

④村民の皆さんに一言お願いします。

教育課の生涯学習班で放課後子ども教室などを担当しています。最近子どもたちに顔を覚えてもらえて、とてもうれしいです。村の生涯学習に貢献できるように頑張ります。よろしくお願いします。



9月11日、関川中学校の体育祭で披露された赤軍と青軍のパネル。夏休み期間中、各軍の生徒たちが大きなパネルの製作に取り組みました。



赤軍は忍耐力と力強さを表現した赤へこ。青軍は大きな迫力のあるクジラをそれぞれ大きなパネルに描きあげていました。

フォトギャラリー



わが家の人気者

かいり 海里ちゃん(6歳)

新野 康弘さん 智美さん(金丸)



むらさき色とラーメンが大好きで、虫と大きな音が苦手な海里。ひとりっ子であまえん坊だけど、保育園ではしっかり者のお姉さん!?わが家の人気者であり宝物です。いつもニコニコ、素直でまっすぐ、心も身体も大きく成長していくのが楽しみです。