市報とおかまち　平成22年（2010）February　第117号
TOKAMACHI
2.10

だんだん

人命と貴重な文化財を守るために

文化財防火デーの1月26日㈫、博物館で避難訓練が行われました。職員は来館者を避難させると同時に、県内唯一の国宝「火焔型土器」を迅速に運び出す訓練も行いました。訓練には消防署から消防車やはしご車も出動。人命や文化財を守るために、参加者たちは緊張のおももちで訓練に臨んでいました。

愛称「だんだん」は、方言のあいさつ「だんだんどうも」、「河岸段丘・棚田」、「ステップアップ」などを表しています。

主な内容

- 雪の国のおはなし③ …… 2-3
- 協働のまちづくりフォーラム …… 4
- 全国大会出場選手激励壮行会 …… 5
- 申告の準備はお済みですか ほか …… 6-7
- 地域の風～支所からのたより～ …… 8-9
- ときめきネットワーク／元気予報 ほか …… 10-11
- まちの話題TOPICS／観光交流都市 …… 12-13
- お知らせ・ガイド …… 14-15
- ジュニア芸術祭―十日町小学校― …… 16

協働のまちづくりモデル事業

雪の国のおはなし

その3

密着！除雪オペレーターの一日

雪が降った朝、通勤通学の時間までに道がきれいに除雪されています。それを支える人たちは、何時から作業し、どんな一日を過ごしているのでしょうか。

今回は、松之山地区除排雪作業共同企業体の皆さんに協力してもらい、除雪オペレーター（除雪機械の作業員）に密着取材しました。

一日の始まりは午前3時

㈱高橋組の除雪オペレーター村山末男さん（坪野・50歳）の朝は早く、午前3時過ぎには家を出て除雪センターへ向かいます。

到着するとすぐに除雪機の暖機運転を行い、その間にオペレーター全員で打合せです。15分後、それぞれの除雪機に乗車。村山さんは乗り慣れたタイヤドーザに乗り込みます。

誇りと優しさが除雪の心

村山さんの受け持ちは主に上鰕池と中尾など数集落で、移動も含め約30㎞の区間。除雪作業は一見豪快な光景に見えます。でも、作業中は左手と足でタイヤドーザの運転を行い、右手は3つのレバーを操作し、常に変化していく雪質と路面状況に合わせて排土板を微調整しなければならない、とても繊細な作業です。

1集落の作業時間は約2時間。移動を含めて5時間休みなく、この細かい作業が続きます。

除雪作業は市民の通勤・通学時間に間に合わせなければならず、限られた時間の中で効率的に行われる作業はまさに職人技です。

そのうえで村山さんは、なるべく各住宅の玄関近くに雪のかたまりが残らないように、細心の注意を払って作業していました。「やるからには、地域の皆さんから喜んでもらいたいですからね」。笑顔で語る村山さんの言葉に、迷いはありません。

きれいに除雪された道路に、職人の誇りと優しさが見てとれました。

1日17時間作業も

この日（1月8日㈮）は雪が少なく、8時過ぎには作業が終わりましたが、雪が多いと10時を過ぎることもあります。その場合は、除雪センターに戻って遅い朝食を済ませるとすぐまた除雪作業に戻り、1日の作業時間が15時間になるときもあるそうです。ひと冬で80～100日間タイヤドーザに乗ることもあります。

この日村山さんは、朝食と休憩を済ませると、通常業務のある小谷の工事現場へと向かいました。

なお、1月13日㈬から14日㈭にかけてドカ雪が降ったときは、休憩を挟んで17時間以上除雪作業が続いたそうです。

すべてを支える センター長

除雪センター長（松之山地区除排雪作業共同企業体長）の滝沢正秀さん（天水越・55歳／㈱高橋組）は、除雪作業員の束ね役であるとともに、松之山地域全体の円滑な除雪作業を、昼夜を問わない対応で支えています。

センター長の一日は、作業員たちよりも1時間半以上早い深夜1時半に始まります。まず地区内をパトロールし、除雪が必要かどうかを調べます。3時前には除雪センターの部屋を暖めてお湯を沸かし、3時から約30人の除雪作業員全員に電話連絡を始めます。4時からの除雪作業に間に合わせるためです。

電話☎電話の24時間

朝と昼の作業員への電話連絡に加え、ひっきりなしに電話が入ります。除雪作業を請け負う各業者や役所からの連絡、さらに市民からの問合せや苦情などで、その後の対応も加わります。

緊急の場合は休日にも電話が入るそうで、「昼も夜も電話に追い立てられる（笑）」毎日。冬期間は、気を抜けるときがありません。

【豆知識】何㎝降ったら出動？

冬期を通じて10㎝以上で出動と決められています。朝は3時、午後の出動は11時の時点で判断します。判断は降雪量だけでなく、県の降雪予報などを参考に、最終的にセンター長が経験に基づき決めます。基準時以降にドカっと降ることもあるからです。

〈取材を終えて〉

除雪オペレーターもセンター長も、市民の交通確保のため、早朝から深夜まで働いています。取材してそのことが分かると、今までとは違った気持ちで通行できるようになりました。これまで、「ブルが来るのが遅い」なんて思ったこともありましたが、皆さんの苦労を知り、ホントに感謝、ありがたい気持ちになりました。

■**問合せ**　総合政策課協働のまちづくり推進室　☎757―3693

雪のひとくちメモ③

高校生と協働 新しい雪の国へ

高校生オペレーター養成講座？

お、将来の除雪オペレーターを養成するための高校生研修か？

いえいえ、実はこれは、高校生による除雪現場取材風景です。

雪の国のおはなしは、さまざまな切り口で雪国生活を考えていくシリーズですが、編集委員会メンバーは、平均年齢40うん歳。「これだと、大人の目線に偏ってしまう」「もっと若い人の目線が必要」…という話になりました。

日ごろ通学で雪道を歩く高校生には、市民の除雪マナーはどう映っているのか、雪国の生活をどう感じているのか。大人にはない視点で雪を考えることは、とても大切です。

除雪センターを突撃取材

で、白羽の矢が立ったのが、全国高等学校総合文化祭新聞部門に5年連続参加の実績がある、県立松代高等学校の新聞委員会。

「いっしょに取材しませんか」とお誘いしたところ、「ぜひとも」ということでジョイントすることになりました。

さっそく、部活動の一環として除雪センター長を協働取材。「どうしてこの仕事を選んだんですか？」「ほかにやれることがなかったんだよ」（笑）。というような高校生の取材ならではのやりとりも出て、大人たちもにっこり、そして納得。

これから、高校生も取材陣として活躍します。ご期待ください。

十日町市

協働のまちづくりフォーラム2010

～つながりから広がりへ～

協働のまちづくり事業のこれまでの成果を確認し今後の展開を考える機会として、2月28日㈰に「協働のまちづくりフォーラム2010」を開催します。

企業を経営しながら70以上の地域貢献事業を実施している女性経営者の講演と、協働のまちづくりモデル事業の報告や協働のまちづくりの今後の広がりを考える意見交換など、実践に基づく講話や報告です。さまざまな分野に生かせる内容ですので、大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

■まちづくり講演（70分）

いま地域活動が利益を生む
～企業経営と社会貢献のベストマッチング～

◎講師：野老（ところ）真理子氏

「公共的な課題はだれが解決していい」と70以上の地域貢献事業を続ける女性経営者。実践から見えてきた市民・地域・企業・行政の果たすべき役割とは…。

企業が地域の中で成り立つためには、そこが豊かになり、選んでくれるお客様が増えることが一番です。

地域で起こる問題や課題の解決を目指すのは、そこで仕事をする企業として当然のこと。「やれることはやろう！」と、みんなで分担しながらやっています。（野老氏）

■協働セッション（110分）

いま広がりのとき
～モデル事業の成果と新たな展開～

◎運営：市民・市職員合同プロジェクトチーム（発表・意見交換）

協働のまちづくりモデル事業に取り組んでいる市民・関係者が、その成果とこれからの展開について熱く語ります。

○協働のまちづくりモデル事業の実践報告

○協働のまちづくりの広がりを考えるアドバイザー

野老真理子氏（講師）

コーディネーター

寺川重俊氏（寺川ムラまち研究所代表取締役）

●**会場** 市民会館大ホール

●**日時** 2月28日㈰ 午後1時30分～5時（開場1時）

●**入場料**：無料

●**主催**：十日町市／協働のまちづくり推進プロジェクトチーム

●**問合せ**：総合政策課協働のまちづくり推進室 ☎757―3693 Eメール：t-sogo@city.tokamachi.lg.jp

※会場の駐車場が狭いため、自動車での来場はできるだけ乗り合わせをお願いします。

野老真理子氏（ところまりこ）

大里綜合管理㈱ 代表取締役社長

平成７年、母が経営する千葉県大網白里町の不動産管理会社を代表取締役として引き継ぎ、3人の子育てをしながら業績を伸ばす。社員・スタッフ35人、年商６億。

駅や道路の清掃、交通整理、花の植栽、社屋を開放しての学童保育・寄席・コンサート・公開セミナー・コミュニティレストラン、エコバスツアー、100㎞歩きイベントなど、70以上の地域貢献事業を展開。結果として収益を上げている。

全国大会に34選手が出場

（高校生は、既に大会現地入りのため欠席）

１月28日㈭、十日町保健センターで平成21年度冬季全国大会出場選手激励壮行会が開催されました。会場には中学生15人の選手が出席し、各学校の代表選手が全国大会に向けての決意を述べました。県中学校スキー大会で男女ともに優勝した、吉田中学校の尾身勇気選手（３年）は、「１人でも多く上位入賞できるように頑張りたい」と意気込みを語りました。

全国大会出場選手
（敬称略）

第47回全国中学校スキー大会
2月3日㈬～6日㈯ 岩手県八幡平市

クロスカントリースキー

尾身勇気、酒井正善、春日耀介、柳大地、小澤幹、柳里穂、春日愛由実、高橋楓、酒井梨奈、齋木愛里紗、児玉倫花、児玉美希、佐野涼香（以上吉田中）、服部達暉（中里中）、田村和基（下条中）

アルペンスキー

山本政則（中条中）、小泉健太郎（下条中）

第59回全国高等学校スキー大会
2月2日㈫～7日㈰ 北海道札幌市

クロスカントリースキー

宮沢大志、中嶋崇仁、児玉翔平、小林洋介、藤ノ木光、佐藤友樹、大平芽生、西川綾（以上十日町高）、半戸健太、柿崎祐司、安部拓也、太田祐貴、田中正輝、長谷川悠、高橋麻弥、中嶋紋菜（以上十日町総合高）

アルペンスキー

金沢陽（十日町総合高）

応援に来てください 「KARHU-CUP（カルフカップ）」開催します

第30回十日町クロスカントリースキー大会「KARHU-CUP」を開催します。スキーシーズンを締めくくる春季サーキット大会として、ジュニアから大学一般・壮年の選手たちが一同に会し、クラシカル競技とフリー競技を競います。

■**日時・種目**
3月13日㈯ クラシカル競技
14日㈰ フリー競技
（いずれも午前9時30分開始）

■**会場** 吉田クロスカントリー競技場

■**その他**
出場選手も募集しています。詳しくは問い合わせてください。

○**申込み・問合せ** 2月26日㈮までに、申込書（問合せ先に配置）に参加費（成年・壮年4,000円、高校生3,000円、小・中学生2、000円）を添えて市スキー協会「KARHU-CUP十日町CCスキー大会事務局」（吉田クロスカントリーハウス内☎752―3103）

申告の準備はお済みですか

申告相談には、事前に必要書類などを準備してお出かけください。

◎営業・農業などの事業を営んでいる人は、収入や必要経費が分かる帳簿や領収書、それに基づいて作成した収支内訳書が必要です。**収支内訳書は事前に作成し、持参してください。**

◎医療費控除を受ける人は、領収書などを基に計算した「医療費の明細書」を事前に作成してください。

年金受給者の皆さんへ

収入が公的年金のみの人で、年金保険者への「扶養親族等申告書」が提出されなかったため、扶養控除などを受けないまま市・県民税が課税される場合があります。

扶養控除などの申告が必要と思われる人は、市・県民税の申告をお願いします。

申告相談日程・会場

（相談は期間中の月～金曜日に行っています）

期　間	受付時間	地　域	会　場
2月16日(火)～3月15日(月)	午前9時～正午 午後1時～4時	十日町	十日町保健センター
		川西 中里 松代 松之山	各支所庁舎

※詳しくは市報1月25日号をご覧ください

■**問合せ**
税務課市民税係 ☎757―3716
川西支所市民課税務収納係 ☎768―4956
中里支所市民課税務収納係 ☎763―2507
松代支所市民課税務収納係 ☎597―2221
松之山支所市民課税務収納係 ☎596―3152

申告書の作成は国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」で！

画面の案内に従って金額などを入力すると、税額などが自動計算され、所得税・消費税の申告書や青色決算書などを作成できます。

作成したデータは、e-Tax（電子申告）を利用して提出することもできます。

e-Taxを利用して申告すると…

◆**最高5,000円の税額控除が受けられます**

平成21年分の確定申告を、本人の電子証明書を添えて申告期限内にe-Taxで行うと、所得税から最高5,000円の控除を受けることができます（平成19年分または20年分の確定申告でこの控除を受けた人は受けられません）。

◆**添付書類の提出を省略できます**

医療費の領収書や源泉徴収票などは、その記載内容を入力して送信することで、提出・提示を省略できます（確定申告期限から3年間は書類の提出や提示を求められることがあります）。

◆**還付金がスピーディー**

e-Taxで申告された還付申告は早期処理しています。

※詳しくは国税庁ホームページ（http://www.nta.go.jp）で確認してください

問合せ　十日町税務署　☎ 752-3181

土地開発公社財産【栄町住宅団地】を販売します

◆**物件**：土地一区画　183・76㎡
十日町市字中沢子319番16ほか2筆
※現状有姿渡し

◆**入札最低価格**：980万円
※共同利用の融雪用井戸あり

◆**資料の閲覧期間・申込み期限・場所**
3月10日(水)まで　午前8時30分～午後5時30分（土・日曜日、祝日を除く）
財政課管財係（市役所2階）

◆**入札（即日開札）**
日時：3月12日(金)　午後1時30分～
会場：十日町保健センター（市役所隣）2階　集団検診室

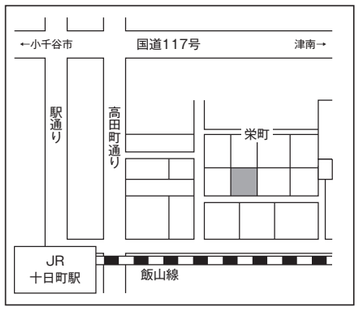
◆**現場説明**
希望する人は、問合せ先へ申し込んでください。閲覧期間内は随時受け付けています。

◆**入札保証金**：免除

◆**契約保証金**
売買価格（落札価格）の10％を1週間以内に納入してください。土地代金の一部に充当します。

◆**売買代金の納入**
落札価格のうち、保証金として支払った価格を除いた残額を、契約の日から3か月以内に振り込んでください。

◆**問合せ**
財政課管財係
☎757―9914



農業用軽油に係る免税証交付申請などの一斉受付を行います

軽油引取税の免税を受けるには、免税軽油使用者証及び免税証の交付を受ける必要があります。昨年免税証の交付を受けた人には別途案内を送付していますので、案内に記載されているとおりに手続きをしてください。交付申請日と交付日が異なりますのでご注意ください（即日交付は行いません）。

■**申請受付日時**：3月2日(火)～4日(木)　午前9時～正午、午後1時～4時
■**交付日時**：3月16日(火)・17日(水)　午前9時～正午、午後1時～4時
■**受付・交付場所**：十日町地域振興局（妻有町西1・2）
■**問合せ**：南魚沼地域振興局県税部十日町収税課　☎757-5513

【免税軽油使用者証交付申請（新規・有効期間更新）】
免税軽油使用者証は、2年ごとに更新の手続きが必要です。22年10月31日まで有効な使用者証の交付を受けている人は、今回の手続きは不要です。
■**必要書類**：①県収入証紙（1人450円）②商業登記簿謄本（法人のみ）③印鑑④免税対象機械の販売証明書（販売店で発行）及びカタログ

【免税証交付申請】
■**必要書類**：①耕作面積証明書（農業委員会で交付）②印鑑③免税軽油（共同）使用者証

【注意事項】
⑴各申請書・誓約書などは会場に用意してあります。
⑵今回の受付で、春耕・秋耕・収穫など一連の農作業に係る免税証を交付します。
⑶免税対象機械を新規・変更登録する場合は、当該機械の販売証明書（販売店で発行）とカタログを持参してください。
⑷県収入証紙は、第四銀行・北越銀行・大光銀行・県信用組合・地域振興局内売店で販売しています。
⑸次に該当する場合は、使用者証を交付できないことがあります。
・使用者証及び免税証の返納を命ぜられ、その日から起算して2年を経過しない場合
・国税または地方税の滞納処分を受け、その処分の日から起算して2年を経過しない場合
・国税や地方税などに関する法令の規定で一定以上の刑に処せられ、一定の期間を経過しない場合
・「免税軽油の引取り等に係る報告書」を提出していない場合

まつだいステーション

松代支所
☎597-2220

「松代相撲」盛大に千秋楽
90周年記念を祝う！

大正9年に始まった松代相撲（在天法人大日本松代相撲協会主催）は、今年で90周年を迎えました。ラジオもテレビもない時代、一日遅れの新聞を頼りに、降りしきる雪の中のささやかな楽しみの一つとして始められたと伝えられています。

松代相撲は、国技館で行われる大相撲初場所中入り後の取り組みから勧進元で選んだ10番の勝敗を予想し、当たった数を15日間の合計で競います。今年は、9部屋総勢214人の力士が参加し、国技館の取り組みに、そして1点に一喜一憂しました。

東横綱　川端山清関による土俵入り

千秋楽の1月24日㈰には、まつだいふるさと会館常春ホールで盛大に千秋楽行事を挙行。15日間の長丁場を優秀な成績で乗り切った得点上位の二力士がめでたく東西の横綱となり、本物顔負けの土俵入りを披露しました。松代相撲協会理事長の松田川こと高橋芳平さん（85歳）は、「参加力士は昭和51年の521人をピークに減っていましたが、ありがたいことにここ何年かは増えています。先人の思いを忘れることなく、大切な文化をこれからも守っていきたい。盛大に100周年が迎えられるように、大勢の皆さんから参加いただき、大いに楽しんでもらいたい」と話していました。

なかさとファンクラブ通信

中里支所
☎763-3111

気軽に運動、みんなで楽しく
中里総合クラブYO―BE

日常の生きがいづくりと地域の健康づくりの場の提供を目的に、おとし設立された非営利団体「中里総合クラブYO―BE」。「いつでもどこでも　だれとでも　いつまでも」という理念のもと、2月に計画している「スノーボード教室」や会員からの要望で始まった「マタニティヨガ」、「いきいき体操」など多彩なプログラムが組まれ、盛んな活動が行われています。特に、音楽に合わせてシャドーボクシングのようにパンチやキックを繰り出す「キックボクササイズ」は、中里地域ではYO―BE設立前からおなじみのプログラム。毎回10人ほどの皆さんがさわやかな汗を流しています。

ヒップホップダンス教室皆さん楽しんでいます

1月23日㈯に行われた「ヒップホップダンス教室」では、高校生を中心に15人ほどが2時間のプログラムを体験。参加者の皆さんは、「仲間を増やしてダンスを続けたい」とダンスの奥深さに魅せられたようでした。同教室は毎週木曜日午後7時30分～9時30分にユーモールで開催されています。

今後は「お父さんのためのメタボダイエット教室」などを計画しているそうで、同クラブは運動を通じて地域の交流拠点となっています。

◆**問合せ**：中里総合クラブYO―BE　☎761―7474

松代の自然 60
アカミズとアオミズ

山の中の日の当たらない湿地や沢筋に入ると、アカミズと呼ばれる柔らかい草が密生していて、それを鎌で優しく刈り取るか爪で摘むかして採ってきます。みずみずしい茎が柔らかく赤みを帯びているのでアカミズと呼びますが、イラクサ科の多年草でウワバミソウが正式和名。『うわばみ』という大蛇でも出そうな所に生えているというのですが、実際は蛇には関係ない湿地です。料理が簡単なので人気があり、一か所で大量に採れるので発見さえすれば毎年採れます。葉の付け根に丸いムカゴができ、落ちて新株を生やすので集団化します。

アカミズとアオミズ

アカミズによく似ていて、茎全体が淡い緑色のアオミズは、同じイラクサ科の多年草でヤマトキホコリというのが正式和名。トキホコリという当地にはない植物に似ていることから、山に生えるトキホコリです。アカよりも小型で柔らかく、味は淡白。料理も簡単なのでアオの方が上等ですが、茎がもろいので採取には刃物が必要です。仲間同士ということで混生している場所もあります。図画ではほとんど見分けがつきませんが、実物は初心者にも簡単に見分けられる自然の贈り物です。

（文と絵　高橋八十八）

「雪国のかたち―藁（わら）と道楽神」展 関連イベント

①藁の造形教室

わらで作品を制作している村上裕介さんを講師に、小さな馬やトンボなどのわら細工を作ってみませんか。

日　時：2月20日㈯・21日㈰
午前10時～午後3時（随時受付）

②越の道祖神どんど焼き（公開制作）

長野市篠ノ井にある越という集落では、小正月に行う道祖神どんど焼きで「オスガタ」と呼ぶ約3.5mのわら人形をまつります。越の皆さんによる公開制作は必見！

日　時：2月20日㈯
午後1時～

■参加費：どちらも雪アートプロジェクト入場券が必要

■会場・問合せ
まつだい農舞台
☎595-6180

雪原キャンドルを成功させよう！ ボランティア募集

なかさと清津スキー場で3月13日㈯に開催される「雪原カーニバルなかさと2010」。メーンイベントの雪原キャンドルには、多数のキャンドル用カップが必要で、多くの皆さんの協力があって初めて成功できます。そこで、次の日程でカップ作りのために中里支所大会議室を開放します。作業は簡単ですので、仲間同士で気軽にご参加ください。都合のつく時間だけでも、ぜひご協力をお願いします。作成されたカップは、カーニバル当日にゲレンデに設置され、幻想的な光の世界を演出します。

■日　時：3月3日㈬～5日㈮　午前9時～午後8時
■会　場：中里支所3階大会議室
■作業内容：テープとカッターを使い、紙コップを細工します。道具類はすべて用意します。
※申込み不要、直接会場においでください。
■問合せ：雪原カーニバルなかさと実行委員会（中里支所地域振興課内）☎763-2511

一個一個が手作りなんです

どっこり中里 たから探し
本屋敷編

信濃川の左岸に位置する本屋敷集落は、本屋敷と小沢の2地域からなります。この集落にある慈眼寺は約400年前に誕生。現在は齋藤馨爾（けいじ）さん（68歳）が27代目の住職を務めています。このお寺は、保育園がないころは農繁期に託児所の役割を担い、冬場は雪のため自宅から通学できない小・中学生の寄宿舎として利用されていました。3月に行うだんごまきでは、前日に集落のお母さんたちが集まり、赤・黄・緑を組み合わせたカラフルなだんごを手作りしています。近年では、芸術祭の期間、お堂で作品の発表会を行ったり、お堂を休憩所として開放したりしました。地域の皆さんから“みんなのお寺”と親しまれています。

まかれるだんごとだんごまきの様子

ときめきネットワーク 56

今はいろいろなことを覚えるとき

鈴木　彰 さん
1984年生
㈱村山興業勤務

先月の田邉誠さんからのバトンタッチ。

現在の会社に就職して3年になります。冬期間は主にダンプを使った除雪や排雪の仕事、それ以外の時期は重機を使った土木や解体工事の仕事をしています。小さいころから大型のダンプや重機に乗りたいと思っていました。ダンプの運転は気を使う作業で大変ですが、いろいろ学べる今の仕事に満足しています。

数年前の中越沖地震のときには、家屋の解体で柏崎に行きました。すみかを失い、困った人がたくさんいる中、崩れかかっている家を解体して、復興の一翼を担うことができて、人の役に立つ喜びを感じました。

休みの日は、子どもと遊んでいることが多いですね。家族や友人といっしょに、ゆっくり温泉につかり、おいしい物を食べに行きたいです。運転も好きなので、将来はトラックの長距離ドライバーになって、全国を走り回りたいなんて夢を描いています。

エコ生活チャレンジ 10

リサイクルのすすめ ―キャップを集めて、地球に愛を！ 子どもたちに愛を！―

市民生活課環境政策室　☎757-3740

《キャップ回収でワクチンに生まれ変わる流れ》

個人
キャップ（ポリプロピレン）を集める。
※シールなどははがしてください

スーパー・コンビニなど
キャップを回収する。

再資源化事業者
キャップを買い取る。

売却益
キャップ400個で10円になります。

NPO法人　エコキャップ推進協会（ECOCAP）
NPO法人　世界の子どもにワクチンを日本委員会（JCV）

ワクチンを購入
ポリオワクチンは1人分20円「キャップ800個で1人の子どもの命が救えます」

発展途上国の子どもたちにワクチンを提供

日常生活の中で飲料水をはじめ、さまざまな容器として使われているペットボトル。そのペットボトルのキャップは一般のごみに混ぜてしまうと焼却処分され、二酸化炭素（CO_2）の発生源になります。その量はキャップ400個で3,150グラムのCO_2が発生します。また、埋立て処分されると土壌を汚染し、私たちが住む地球環境を破壊することになります。

地球温暖化が心配されている中で、キャップを再資源化することによりCO_2の発生を抑制することができます。また、キャップの売却益で発展途上国の子どもたちにワクチンが届き、命を救うことができれば、それは国境を越えた未来への贈り物になります。

あいどるキャッチ 56

前澤　優和 ちゃん
まえざわ　ゆわちゃん
平成18年３月28日生まれ
松之山　（写真左）

カラオケが大好きなゆわちゃんは、おばあちゃんが作ってくれたはおりとはかまを着て、弟のとわちゃんといっしょに氷川きよしの歌を毎日歌っています。おじいちゃんと3人で、集落の秋祭りでも歌いました。

宮澤　玲香 ちゃん
みやざわ　れいかちゃん
平成20年１月３日生まれ
南台　（写真右）

大好きなゆうたお兄ちゃんといっしょに、おいかけっこをしたり風船で遊んだり、元気いっぱいに遊んでいます。この冬は家族みんなでベルナティオのキッズパークに行って、初めてのソリをたくさん楽しみました。

元気予報

各種検（健）診の申込みが始まります
～自分流　楽しく続ける　健康づくり～

◎平成22年度各種検診申込書を配布します

2月末に各世帯に「各種検診申込書」を配布します。これは、市の検診の申込書であるとともに、皆さんの受診状況を把握する大切な調査です。受診希望の有無にかかわらず、3月8日(月)までに、市政事務嘱託員などに提出してください。

各種検診の詳しい内容や申込書の記入方法は、申込書に同封する案内でご確認ください。

◎健康診査（住民健診）の申込み

①40～74歳の人

生活習慣病予防を目的に、『特定健康診査・特定保健指導』を各医療保険者（国保、協会けんぽ、共済組合など）が実施しますので、申込みの必要はありません。4月以降に各医療保険者から、健診会場・検査項目・自己負担などの受診方法が示されますので、確認のうえ、適切に健診を受けましょう（医療保険者によっては、市の住民健診会場で受診できない場合がありますのでご注意ください）。

②16～39歳の人、75歳以上の人

健康診査（住民健診）を希望する人は、申し込んでください。

◎胸部レントゲン検査・各種がん検診などの申込み

どの医療保険の人でも、対象者は受けることができます。希望する人は、申込書に同封する案内をよく読んで申し込んでください。

健康診査（住民健診）の検査項目

身体計測（40～74歳は腹囲測定あり）、血圧測定、検尿、血液検査（脂質・血糖・肝機能・貧血）

※一定基準の中で、医師が必要と認めた場合のみ、心電図・眼底検査を実施します。

★自分の健康づくりのために、年1回は必ず健診を受けましょう。

問合せ　健康支援課成人保健係　TEL757-9764

まちの話題 TOWN TOPICS

このコーナーは、まちの話題や活動などを紹介しています。情報がありましたら、総務課広報広聴係（☎757-3112）へ、気軽にお寄せください。

地域全体で支えよう　認知症サポーター養成講座

１月18日㈪と22日㈮の２日間、十日町保健センターで市職員を対象とした認知症サポーター養成講座が開催されました。認知症はだれでもなる可能性のある病気で、85歳以上の４人に１人は症状があるといわれています。認知症サポーターは、認知症の人や家族を見守り、できる範囲で生活の手助けをする応援者です。２日間で81人が参加した今回の講座では、十日町市認知症キャラバン・メイトの皆さんを中心とした寸劇で認知症の症例や対応方法などを分かりやすく説明。さらに、総合窓口に認知症の人が来た場合を想定した実践練習も行い、参加者の知識を深めました。受講後には、サポーターの印となるブレスレット「オレンジリング」が参加者全員に配られました。

ネージュスポーツクラブ子育て勉強会

１月９日㈯・10日㈰、千手中央コミュニティセンターでネージュスポーツクラブ子育て勉強会が開催されました。講師は子どもの脳の発達を研究している、小児科医で文教大学教育学部教授の成田奈緒子さん。勉強会には２日間で延べ191人の市民が参加しました。２日目には「脳とこころの子育て」と題した講演会が行われ、成田さんは子どもたちの健やかな成長のための環境づくりを「脳科学」の視点から詳しく解説。「早ね、早おき、朝ごはん」は心と体のバランスをコントロールする脳内物質セレトニンをたくさん分泌させると説明し、規則正しい生活の重要性を説いていました。

宝木塚（ほうきづか）・十日町交流会

１月30日㈯・31日㈰の２日間、東京都葛飾区宝木塚（ほうきづか）小学校の子どもたち約70人が十日町市を訪れ、雪遊びを体験しながら地元の子どもたちと交流しました。冬の体験交流会は今年で８回目となります。松之山公民館のグラウンドでは「雪のタワーづくり」やリレーなど雪上運動会をしたり、森の学校キョロロではスノーシューやそり遊びなどを体験したりしました。最後は「スポーツ雪合戦大会」で盛り上がり、雪国の遊びを満喫した２日間の体験交流会となりました。

めざせ！観光交流都市 とおかまち⑲

～十日町市の地域文化で「おもてなし」～

観光交流課　☎757-3100

今回は、十日町市の観光振興コーディネーターで、㈱JTBパブリッシング・るるぶFREE「私の旅レシピ」編集長の香月（かつき）千秋さんに、十日町市の観光振興に向けてのアドバイスを伺いました。

うまさぎっしり新潟

ポスト新潟DCのシンボルマーク

１月15日㈮に松之山地域で行われたすみ塗りに参加した香月さん

平成18年８月から十日町市観光振興コーディネーターを務める香月千秋さん。観光業界の第一線で活躍する視点から、市の観光振興の助言や指導に当たっています。また、旅行雑誌編集長の立場から十日町市の山菜や温泉などの観光素材を、るるぶFREE「私の旅レシピ」誌面でPRしていただいています。このほか、市や観光協会の職員に研修を行うなど積極的に観光誘客の取り組みに協力してもらっています。香月さんに地域の魅力の伝え方についてアドバイスしてもらいました。

～十日町の宝物を情報発信する～

十日町市を訪れてまず感じたことは、この地域の広い意味での豊かさと温かさです。食や季節の行事、自然、風景、温泉などいろいろありますが。そして何より、ここに住んでいる皆さんが、一番の魅力と思います。

このような宝物が、十日町市の観光資源ですが、どうすればほかの地域の人たちに伝わり、十日町市ならではの「おもてなし」になるのか。それは、この部分が地域の宝物で、観光資源になると全体で認識して共有し、情報発信をしていくことに尽きると思います。今、市内のあちらこちらで、いろいろな人が地域の宝物を再発見したり発信しようとしたりしています。新潟デスティネーションキャンペーンなどをきっかけに、ここ数年でこの動きが活発になってきたように感じて、うれしく思っています。宝物が地元にあって、それが観光資源になるという認識が広まってきているのだと思います。

～伊豆のしにせ旅館にて～

先日、伊豆のあるしにせ旅館に泊まったときのことです。その宿では、毎朝、地域に伝わる季節の野草茶を部屋へ届けるサービスをしています。おかみが自ら収穫して煎じ、届けて回るのです。伝統の風習で、地元の野草茶と温泉の相乗効果をぜひ体験してほしいから始めたということです。しかし、おかみがさびしそうに言うには、昨今、このサービスをうるさがり、断られることもあるとのこと。「せっかくの気持ちが伝わらないのでは、残念でしょう」と言いながら、感じたことがあります。それは、「伝わらない」のではなくて、「伝えていない」のではということです。伝統の風習だから、だけではありがたくないし、説明が足りないのだと思います。

～伝えていくことの大切さ～

これからは、どうしてこれが宝物なのかを説明して伝えていく段階だと思います。伝えていくのは、次の世代へでもあるし、地域から地域へでもあります。十日町市をこれから訪れて好きになってほしい人たちは、異なる文化圏からやって来ます。だから、地域の宝物がいかにすごいものなのかを、今の何倍も説明することが、「おもてなし」につながると思います。そして、説明も丁寧に解説するというだけの意味ではなく、新しいキャッチフレーズをつけたり、異なる分野の観光資源を合わせて提案したり、などの工夫が不可欠だと感じています。ちょうど、和食にワインが新鮮だったように。これからも新しい視点から模索していくことが重要と考えています。

この土地で採れた山菜の味は絶品！魅力的な観光資源となる地域の素材です

GUIDE

お知らせ・ガイド
市役所 TEL 757-3111

GUIDE 催し講座

上級救命講習会

管内初の上級講習会です。心肺蘇生やAEDの取り扱い、外傷の応急手当など、実技を中心に習得します。受講条件はありません。参加者には修了証を発行します。●**日時**＝3月7日(日)午前8時30分～午後5時30分●**会場**＝十日町消防署●**定員**＝先着20人●**受講料**＝無料※動きやすい服装で参加してください●**申込み・問合せ**＝3月4日(木)までに十日町地域消防本部警防課救急係（☎757―1558）

ハローパパママ学級

健やかな赤ちゃんを産み、育てていくための教室です。●**日時**＝3月4日(木)・16日(火)午後1時～3時30分●**会場**＝十日町保健センター（市役所隣）●**対象**＝妊婦さんと家族（初日はパパもぜひ参加してください）●**参加費**＝無料●**申込み・問合せ**＝2月25日(木)までに健康支援課母子保健係（☎757―9759）

手作りみそ体験教室

農家のお母さんが、地場産の手作りみそ加工を教えます。●**日時**＝3月5日(金)午後1時30分～3時・6日(土)午前9時30分～10時30分・7日(日)午前9時～正午※できる限り3日間続けて参加してください（1日だけの参加も可）●**会場**＝四季彩館えぷろん（JA十日町本店敷地内）●**参加費**＝2、500円（材料費）※みそ5kg持ち帰り●**定員**＝先着20人●**講師**＝農村地域生活アドバイザーかたくりの会●**持ち物**＝エプロン、三角きん、マスク●**申込み・問合せ**＝2月19日(金)までに農林課6次産業振興室（☎757―3120）

講演会「地球環境を見据えて、私たちがすべき地域づくり」

さまざまなNGO活動にかかわる田中優さん（未来バンク事業組合理事長）の講演会です。●**日時**＝2月20日(土)午後1時30分～3時30分（開場1時）●**参加費**＝無料●**定員**＝先着100人※保育預かり(定員20人程度)もあります●**会場・申込み・問合せ**＝2月19日(金)までに長岡療育園（☎0258―46―6611）

耐震実験&工作会

小学生とその家族を対象とした出前耐震講座です。紙で模型を作って耐震実験をしてみませんか。●**日時**＝2月20日(土)午後1時30分～3時30分●**会場**＝キナーレ●**参加費**＝無料●**問合せ**＝(社)新潟県建築士会中魚沼支部事務局（十日町商工会議所内☎757―5111）

十日町体力づくり支援センター 春の体験教室

どなたでも参加できます。詳しい教室内容や送迎バスについては問い合わせてください。●**期間**＝3月1日(月)～29日(月)●**参加費**＝期間中4回受講：5、000円、回数無制限：8、000円●**申込み・問合せ**＝十日町体力づくり支援センター（☎758―3343）

長岡療育園 発達講座

日常生活で感染症にかからないための注意点や予防対策などを学びます。●**日時**＝2月20日(土)午後1時30分～3時30分（開場1時）●**参加費**＝無料●**定員**＝先着100人※保育預かり(定員20人程度)もあります●**会場・申込み・問合せ**＝2月19日(金)までに長岡療育園（☎0258―46―6611）

GUIDE 募集

十日町ソフトボールクラブ選手（男子）募集！

十日町ソフトボールクラブは、県を代表するチームを目指して2009年に結成しました。ソフトボールが好きな人や興味を持っている人など、いっしょに目標に向かって練習に励んでくれる選手（男子）を募集しています。毎週練習をしていますので、気軽に見学に来てください。今後は、5月の全日本選手権大会新潟予選をはじめ、各種大会への参戦を目標に練習をしていく予定です。●**申込み・問合せ**＝十日町ソフトボールクラブ・村山（☎090―3318―9320）

フォーラム 火焔街道往来2010

新潟市・長岡市・十日町市・津南町で構成する信濃川火焔街道連携協議会では、「世界の中の火焔土器（ヨーロッパ編）」と「火焔土器文化の周辺」をテーマに記念講演とシンポジウムを開催します。

■**日時・会場**
①2月27日(土) 午後1時30分～5時／長岡商工会議所
②2月28日(日) 午前10時～午後3時30分／県立歴史博物館
■**参加費**：無料　■**定　員**：各日先着150人
■**講　師**：小林達雄さん（国学院大学名誉教授）、サイモン・ケーナーさん（英国セインズベリー日本芸術研究所副所長）、今福利恵さん（山梨県教育庁）ほか
■**申込み**：2月24日(水)（必着）までに、希望日・住所・氏名・電話番号を記入したハガキかFAXを下記へ送付
〒940-0072長岡市柳原町2-1　長岡市立科学博物館
☎0258-32-0546　FAX0258-36-7691
※詳しくは、信濃川火焔街道連携協議会ホームページ（http://www.kaen-kaido.com）をご覧ください
■**問合せ**：博物館　☎757-5531

公営住宅入居者募集

●**募集期間**＝2月15日(月)～3月1日(月)※入居資格など条件の詳細は問い合わせてください●**申込み・問合せ**＝克雪維持課建築住宅係（☎757―9935）

地域	物件		間取り	家賃（月）	募集戸数
十日町	谷内丑住宅	昭和59年度建築 鉄筋コンクリート造3階建	6帖2室、4.5帖1室、DK	16,800円～25,000円	1戸
	黒沢市営住宅	昭和46年度建築 簡易耐火造2階建	5帖1室、3帖1室、DK	8,200円～12,200円	1戸
松代	善宗塚住宅	昭和52年度建築 簡易耐火造3階建	6帖1室、4.5帖2室、DK	12,000円～17,900円	1戸

(社)十日町地域シルバー人材センター 市施設管理者募集

●**募集人数**＝若干名●**対象**＝満58～64歳の人●**任用期間**＝原則として1年間●**勤務場所**＝サンクロス十日町など●**選考方法**＝書類審査など●**申込み・問合せ**＝3月1日(月)までに、履歴書を(社)十日町地域シルバー人材センター（☎758―4809）

GUIDE その他

22年度学校体育施設開放事業のご案内

市内小・中学校（指定校）の体育館やグラウンドなどを主に夜の時間帯、スポーツ活動のために開放します。4月1日からは使用料が発生します。●**申込み・問合せ**＝スポーツ振興課（☎752―3103）または川西・中里・松代・松之山公民館

消費者ホットライン

全国統一の番号で消費生活相談窓口につながる「消費者ホットライン」が始まりました。番号は0570―064―370で、固定電話・携帯電話のどちらでも利用できます。市内から電話した場合、月～土曜日は「新潟県消費生活センター」に、日曜日は「国民生活センター」に接続されます。消費生活の悩みは、一人で抱え込まずに消費者ホットラインをご利用ください。●**問合せ**＝市民生活課環境政策室（電話757―3740）

戸別所得補償モデル事業 農業者説明会

農林水産省北陸農政局新潟農政事務所による説明会を行います。●**日時**＝2月25日(木)午後1時30分～3時30分●**会場**＝クロス10●**対象**＝市内の農業者・農業関係者●**申込み・問合せ**＝2月15日(月)（必着）までに、申込書（申込み先に配置）を農林課農業振興係（☎757―9922）または各支所農林建設課

だんだんトーク日程一部変更のお知らせ

市報1月10日号で『だんだんトーク』の日程をお知らせしましたが、2月18日(木)に中里地域で開催予定の時間が変更となりました。変更後の日時・会場などは次のとおりです。●**日時**＝2月18日(木)午後7時～8時●**会場**＝中里総合センター●**対象区域**＝田沢第3地区振興会(干溝、荒屋、山崎、桔梗原、通り山、芋川新田の6集落)●**問合せ**＝総務課広報広聴係（☎757―3112）

寄付ありがとう

1月25日届出分まで（敬称略）

●**とおかまち応援寄附金へ**＝池田春夫（田川町3）佐野比呂史（稲荷町3東）滋野大介（野口）福原昭彦（新座3）蕪木金一（上川町）遠藤八十一（本町5）古澤郁夫（本町1下）登坂健二郎（駅通り）児玉義昭（稲葉）長谷川吉徳（上新田4）長谷川真利（上新田4）西方勝一郎（上川町）阿部彰次郎（寿町4）南雲和浩（田中町）馬場浩一（高田町5）樋口誠（土市4）本間敬（山本町1）池田和彦（稲荷町西）市村均（本町3）長谷川辰雄（上新田4）柳政太郎（南新田町1）生越徹（下条栄町）徳永正和（新潟市）菅原茂（新潟市）石山毅（新潟市）藤田英雄（小千谷市）矢沢富雄（長岡市）星名誠二（大阪府吹田市）根津万寿夫（東京都板橋区）春日寛（東京都武蔵野市）春日恒子（東京都武蔵野市）庭野議隆（東京都港区）小幡和徳（千葉県佐倉市）田口泉（群馬県藤岡市）池毅彦（福岡県福岡市）十日町砂利㈱（小泉3）十日町舗材㈱（小泉3）十日町生コン㈱（小泉3）㈲登坂コンタクトレンズ研究所（駅通り）
●**社会福祉施設へ**＝矢口邦治（昭和町4・木工品〈干支44個〉）
●**つくし園へ**＝イオンリテール㈱ジャスコ十日町店（パーソナルMDシステムほか）
●**情報館へ**＝柳謙二（六箇山谷）㈶地方行政総合研究センター（大阪府大阪市）
●**博物館へ**＝渡辺ひろ（学校町2）

あすこたね

▼90年という長い歴史を誇る「松代相撲」。ラジオもない大正9年から始まったと聞き、先人のアイデアに感心しつつ、当時の生活や苦労に思いをはせた初場所千秋楽でした。とばくは禁止であると警察に言われても、かけ行為はしていないことを力説して継続が認められたなどの苦労話もお聞きしました。初場所15日間のあいさつは決まって「何点だっけ？」。そんな言葉のやり取りが、寒さや除雪作業を少しでも軽減してくれているように感じます。▼大正9年は第1回国勢調査が行われた年で、その当時20あった町村（人口計76、089人）が合併や編入を経て現在の十日町市に。早いもので新市誕生から5年が過ぎようとしています。先人たちはどんな思いで私たちを見ているのでしょうか。

（佐）

▼市報では、市内で頑張っている人を取り上げ紹介するコーナーがあります。本号の全国大会出場選手激励壮行会もその一つ。取材でこのような子どもたちと触れ合っていると、なにげに大会優勝とかいう言葉が出てきます。学生時代、へたれ運動部員で優勝とは無縁の私としては、本人の絶え間ない努力があるにしろ、それをいともたやすく実行することにすごさを感じます。学級崩壊なる言葉が当たり前に出てくる今日、自己を律し目標に向かってひたむきに頑張る若者がたくさんいます。今を大切にして、支えてくれる周りの人に感謝しながら、十日町市を しょって立つ人に成長することを期待しています。

（ふ）

■発行/十日町市役所 〒948-8501 新潟県十日町市千歳町３丁目３番地
E-mail t-somu@city.tokamachi.lg.jp URL http://www.city.tokamachi.niigata.jp TEL.025-757-3112 FAX.025-752-4635
■編集/総務課広報広聴係

ジュニア芸術祭

56

十日町小学校

はあとちゃんとブランコをしたいな

春川夏音（かのん）さん（１年）

やぎの「はあとちゃん」とブランコをしたらたのしいなと思いました。お友だちもいっしょにあそんでたのしそうです。はあとちゃんのほそい目をよく見てかきました。

たまごからおしろが生まれたよ

小杉広輝（ひろき）さん（２年）

おしろのまわりには、大きなはしゃみずうみがあってとてもにぎやかなまちができました。まちのようすを見ているぼくもいます。楽しい絵になってよかったです。

おうえんだん

大平昂耶（こうや）さん（３年）

運動会で力いっぱい応援をしているところです。まちがえたところをぬりなおしたり、色を重ねたりしてかきました。かべの色を工夫してぬりました。

宇宙うさぎがやってきた！

関川朋弥（ともや）さん（４年）

金紙をくしゃくしゃにしてはり、「うさぎ星」が細かく光るようにしました。光る色紙と絵の具を組み合わせて、想像した宇宙うさぎの絵を工夫できたと思います。

にじの世界へ飛んでいけ

久保田真琴（まこと）さん（５年）

にじとチョウが重なるところを切るのがむずかしかったです。にじの色をチョウの好きな花がらにしました。チョウがにじの世界に飛んでいくようにしました。

大好きな十小

田村百絵（ももえ）さん（６年）

花に日が当たっているように、影をつけるところが大変でした。明るい感じの十小になって良かったです。この校舎ともお別れなので、いい記念になりました。

市民の動き

■人　口　60,662人（−89）男　29,702人（−37）　女　30,960人（−52）
■世帯数　20,020世帯（−11）１月末現在（　）は前月からの増減