

とおかまち

Public Relations

市報



8/10 2013

平成25年 8月10日号

No.201

松之山トピックス
今年で最後の
「薪のある狂言——真夏の笑い祭典——」
(2～3ページ)

主な内容

特集

4 ●オレンジリング(認知症)

ピックアップニュース

8 ●包括支援センターの紹介

10 ●中活計画の紹介

12 ●観光写真コンテスト審査結果

13 ●水道事業のお知らせ

連載コーナー①

14 昭和のとおかまち／元気予報／キラメキワークス

16 タウントピックス

18 お知らせ・ガイド

連載コーナー②

24 熱中・夢中／和顔愛語／イクメンカジダン

26 ジュニア芸術祭



人間国宝
野村 万作さん

廃校に孫や弟子と合宿に來たことがきっかけで訪れ、松之山の人のつながりができて、この地域が好きになりました。大規模ではないけれどたくさんの方が協力して手づくりの企画を実施し、松之山の名物になっていたの、これで終わるのは残念です。関係者の皆さんの努力に感謝しています。お客さんは素直な反応を示すので、やっていて演じがいがありました。堅苦しさを抜いたおらかな、自然の中の自然の笑いが舞台と観客席の交流で成り立っていました。



真夏の笑い祭典実行委員長
高橋 樹男さん

10回の開催を目標に地元有志で始めましたが15回も続くとは当時誰も想像していませんでした。ここまでの道のりは決して平坦ではなく、綱渡りの連続でした。支えてくださった多くの皆さんに感謝します。松之山地域は観光産業が大きなウエイトを占めています。「温泉地といえば松之山」ということをいつでも思い浮かべてもらうよう、今回のような取組みを通じての情報発信が大事だと考えています。

今年で最後の「薪のある狂言——真夏の笑い祭典——」

■問合せ…松之山支所地域振興課
☎596-3131



①



④



③



②



⑦



⑥



⑤

①辺りが暗くなる頃、狂言が始まります ②表情の変化で会場の笑いを誘う万作さん ③息のあった演技で物語に引き込まれます ④レーザーアートの斬新な演出 ⑤お客さんの顔からは笑いが絶えません ⑥伊崎善之さんの龍笛 ⑦ソプラノ歌手の新南田ゆりさん

7月13日(土)、松之山の上の能楽堂(松之山)にて、定期公演としては最後となる「薪のある狂言——真夏の笑い祭典——」が開催されました。周りに溶け込むような茅葺きの舞台が幽玄な雰囲気漂わせる会場は、最後の公演を鑑賞しようとする約700人の観客で埋め尽くされました。夕暮れから闇夜に変わり、薪の灯りが力強さを帯びるなかで祭典が始まりました。今回新たな演出として行われた雅楽の楽器「龍笛」の演奏とオペラ歌手の独唱で幕を開け、一気に会場をみやびやかな世界に誘いました。続いて、人間国宝・野村万作さんなどによる狂言が演じられました。狂言の演目は、野村萬斎さんが演じる「棒縛」と、野村万作さんが演じる「苞山伏」。野村万作さんをはじめ「万作の会」の皆さんによる妙技が観客を魅了しました。公演終了後には、最後となった真夏の笑い祭典を惜しむかのように会場から大きな拍手が送られました。

「真夏の笑い祭典」は、平成9年に公演が始まり、15回目となる今年で一旦終止符を打ちます。最後となるひとときを観客も出演者も噛みしめていました。

■普段の生活の中での変化が、認知症のサインです

認知症の症状は、日常生活上のちょっとした変化として表れることが多いです。周囲の人が気付いたときには、症状が思った以上に進行していることが少なくありません。「ちょっと変だな」というサインを見逃さず、次のような行動が見られたら認知症を疑いましょう。

日常生活から
認知症を見つける手がかり

問診票

よく見られる症状をチェック。
該当項目の左の空欄に○印をつけてみましょう。

4 個○が付けば軽度認知症の疑い	
1	無表情・無感動の傾向がみられる
2	ぼんやりしていることが多い
3	生きがいを覚えているふうがない
4	根気がまったく続かない
5	発想が乏しく、画一的になる
6	一日や一週間の計画が、自分で立てられない
7	3つ以上の用事を、同時に並行して片づけられない
8	反応が遅く、動作がもたもたしている
9	同じことを繰り返し話したり、尋ねたりする
10	相手の意見を聞かない
さらに 4 個○が付けば中等度認知症の疑い	
11	何度教えても日付があやふやになる
12	身だしなみに無頓着になる
13	今までできていた、家庭内の簡単な用事ができない（洗濯物の整理、草取りなど）
14	ガス・風呂の火・電気の消し忘れ、水道の締め忘れが目立つ
15	料理がうまくできず、味つけが変になる
16	薬をきちんと飲めないの、家族が注意する必要がある
17	季節や目的にあった洋服を選べない
18	昨日のできごとをすっかり忘れる (たとえば昨日の老人会での出来事を忘れるというのではなく、老人会のあったことそのものを忘れてしまう)
19	お金や持ち物のしまい場所を忘れて「盗まれた、処分された」と騒ぐ
20	簡単な計算もできない

※「ボケは防げる・治せる」㈱エイジングライフ研究所発行から引用
※市が認知症の早期発見のために用いている二段階方式の問診票より



早期発見・早期治療が大切です

認知症の原因によって、生活の注意点や治療・介護の方法が違ってきます。軽度認知症は、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると健康な時間を長くすることができます。

「認知症かもしれない」と思い当たることがあったら、早めに医療機関を受診しましょう。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。必要に応じて専門の医療機関なども紹介してもらえます。

市では、月1回「もの忘れ相談会（日時・会場は市報の毎月25日号に掲載）」を行っています。物忘れが心配、どこに相談したらよいか分からないなど困っていたら、ぜひ利用してください。

気付く

身近な病気である認知症をどのようにして気付くことが出来るのでしょうか。大切な家族の変化に早く気付くためには、「認知症のサイン」を知っておくことが大切です。

広げようオレンジリングの輪

～いま認知症を考える～

オレンジリングとは、認知症を理解し、支える人が付ける認知症サポーターの証のことです。市では、オレンジリングをつけている人を増やすこと、つまり、認知症サポーターを増やして互いに支え合う地域づくりを進めています。

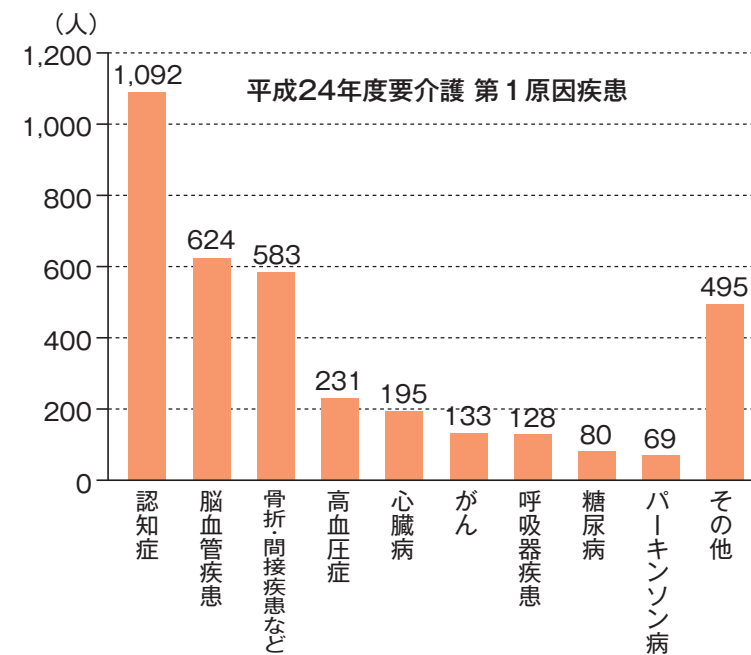
身近で認知症になった人と接したことはありますか。あなたの家族が認知症になったらどのように向き合いますか。身近な病気である認知症を考えましょう。



認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きの悪くなったためにさまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障の出ている状態を指します。いったん獲得された知的機能が低下し、記憶力・見当識（時間や場所、人を識別できること）・判断力・計画力などに、継続して障がいが出ます。進行すると、さまざまな障がいから普通の生活を送ることが困難になります。

■認知症の人は年々増加しています
平均寿命が年々伸びていく日本は、本格的な高齢社会に突入しています。それに伴い、認知症の人も増加傾向にあり、このままでは2025年には認知症の高齢者は470万人に達すると推計されています。
認知症になる一番の要因としてあげられるのは、「年をとること」です。85歳以上の高齢者4人に1人が認知症にかかるともいわれており、認知症はとも身近な病気といえます。



■介護保険認定の第一位が認知症
市の平成24年度の介護保険認定者は3,630人です。その主治医の意見書によれば、要介護原因の第一位は認知症です。他の疾病を大きく引き離し、全体の30.1%です。

知る

まずは、認知症が私たちにどうやってだけ身近なのか、知ることからはじめましょう。

見守る

見守る・支えるためにできること、心得ておくことを、介護体験者の声を参考にしながら考えてみましょう。

■認知症になった家族を見守る・支えるということ

認知症は症状が進行すると、大切な思い出や自分らしさを奪ってしまう病気です。自分の家族が認知症になってしまったら、見守る側にはどんなことがあるのでしょうか。体験者に語ってもらいました。

見守る側の

3つの心得

認知症を、家族ぐるみでしっかりと理解をする

認知症に関する本を読んだり、講座を受講したりするなど、認知症の特徴や対応方法を学びましょう。キャラバン・メイト主催の「認知症サポーター養成講座」を受けることで理解が深まります。

地域包括支援センターに相談する

家庭だけで抱え込まないことが大切です。まずは相談しましょう。今までの経験をもとに、介護者の気持ちに寄り添った助言・アドバイスが受けられます。

友人など心許せる人と気晴らしをする

介護と向き合っていると、どうしてもストレスがたまります。ストレスは、介護者自身の心と体の健康を損い、介護者が病気になることも少なくありません。普段から気心の許せる人と時間を過ごし、ストレス解消に努めましょう。

インタビュー 介護経験者に聞く



Aさん（女性）
市内在住・67歳

●義理の両親が同じ時期に認知症に

私の夫の両親が、ほぼ同じ時期に認知症になりました。子どもの教育ローンを返し始めた矢先に、仕事を辞め、介護に専念しなければいけなくなり、生活費のやりくりが大変になりました。

●一変した生活のリズムに自分まで壊れそうに

徘徊があり、常に行動を監視し、昼夜関係なく私の名前を呼ぶようになりました。そのため自律神経失調症や不眠症を患い、自分自身が壊れる一歩手前までいきました。

●夫やその兄妹からなかなか得られない理解

私は、医師からの指導や本を読んで、認知症というものを勉強し、理解するよう努めました。仕事に忙しい夫や、別居している夫の兄妹には、なかなか認知症を理解してもらえませんでした。義理の両親は、私がお金を勝手に使った、意地悪をした、暴力を振るったということもあり、何も知らない夫やその兄妹は私を責めることもあり。家族からの心の支えがないということがどれだけ辛いことか思い知らされました。

動く

家族が認知症になってから動くのではなく、普段からいざというときの準備をしましょう。キャラバンメイトが分かりやすく伝える「認知症サポーター養成講座」を、ぜひ利用してください。

認知症サポーターとは

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を、自分のできる範囲で暖かく見守り支えていく応援者のことです。例えば、友人やその家族が認知症になったとき、相手の気持ちを理解するよう話しかけたり、隣近所の人にあいさつ、声かけをするなど、できる範囲の手助けでサポートする人のことです。

キャラバン・メイトが楽しくお伝えします！

キャラバン・メイトは、認知症サポーターを養成する「認知症サポーター養成講座」を開催し、講師を務める人たちです。市では現在、100人がキャラバン・メイトとして登録しています。

※キャラバン・メイトになるには、所定の研修を受講し、登録する必要があります

認知症サポーターになるには

「認知症サポーター養成講座」を受講すれば誰でも認知症サポーターになることができます。養成講座は、認知症の基礎知識やサポーターとして何ができるかなどについて、寸劇などを通して分かりやすくお伝えします。地域の集会所や職場、学校でも開催します。最寄りの地域包括支援センターまたは福祉課おとしより相談係に問い合わせてください。



樋熊はるえさん
（新座第4の2・64歳）

寸劇で笑いを取ることも、認知症の人やその家族の手助けにならんだと思えば、やりがいあるよね。ボランティアは、自分が楽しくなきゃできないよね。



「認知症サポーター養成講座」の寸劇は会場の笑いが絶えません。楽しく受けてもらって、認知症のこと、まずは覚えて帰ってもわないとね。笑ってもらうことで、私たちも元気をもらっています。

大塚千恵子さん（高原田・66歳）



認知症の人やその家族が、その人らしい生活を送るためには、介護者だけでなく家族や近所、友人など、多くの人のさまざまなサポートが必要です。「認知症サポーター養成講座」を受講すると、認知症を正しく理解でき、「認知症サポーター」の証である「オレンジリング」がもらえます。認知症の人とその家族も安心して暮らせる地域の輪を広げましょう。

認知症に関する相談は、福祉課おとしより相談係または3つの地域包括支援センター（8～9ページ参照）に気軽にご連絡ください。



市では、見守り・支え合う対応として、介護している家族に対し、介護方法の知識や介護者の健康づくりや交流を行う「家族介護教室」や高齢者が定期的に集まり認知症の予防するための「認知症予防教室」を実施しています。ぜひ参加してください。





地域包括支援センターからお知らせ

住み慣れた地域で安心して暮らすためのサポートを行います

●問合せ：福祉課おとしより相談係 ☎757-9758

ご利用ください！
地域包括支援センター



住み慣れた地域で安心して暮らしていただけるように、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から、高齢者やその家族を支えています。
高齢者本人や家族、地域住民、ケアマネジャーなどから受けた悩みや相談を、適切な機関と連携して解決に努めています。

地域包括支援センターは、高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点です。

介護や健康のこと (介護予防ケアマネジメント)

- 要介護認定の申請を頼みたい
- 体調が悪く寝たきりへの不安がある
- 「非該当」と判定されたが体力に自信がない など

悩み・疑問・相談ごとを一人で抱え込んでいませんか？



権利を守ること (権利擁護)

- 財産管理に自信がなくなった
- 虐待にあっている方がいる
- 虐待をしてしまう
- 悪質な訪問販売の被害にあったなど

地域包括支援センターの

大きな4つの役割



こんなとき
お役に立ちます！

さまざまな相談ごと (総合相談)

- 高齢者自身の生活・健康の心配ごと
- 家族の介護疲れ、悩み
- 近所の一人暮らしの高齢者のことなど

社会福祉士・保健師・主任ケアマネージャーなどが中心となり、お互いに連携をとりながら、総合的に高齢者を支えます。



暮らしやすい地域のために (包括的・継続的ケアマネジメント)

- 退院後、介護保険サービスを継続して利用したい など

地域包括支援センター 三好園しんざ



担当地域 十日町、新座、大井田、中条、下条
所在地 新座甲609番地2
電話番号 750-5380

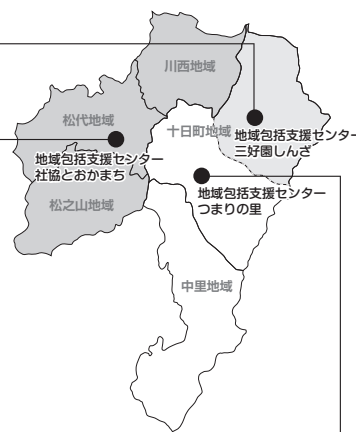


村山 朱美さん

祖母に教わったことが、今の私の仕事の糧になっています。皆さんからもっと包括支援センターを知ってもらいたいです。5人で力を合わせ、地域の高齢者の安心を支えます。気軽に相談してください。

●平成24年度の地域包括支援センターへの相談件数などは…

相談延件数	11,436件
うち電話	5,457件
うち訪問	4,389件
うち来所	391件
相談者	11,436件
うち本人	5,176件
うち家族	2,366件
うち関係機関	3,763件



市内の3つの地域包括支援センターを紹介しします

地域包括支援センター つまりの里



担当地域 川治、六箇、吉田、水沢、中里
所在地 新宮乙195番地3
電話番号 758-2324



小宮山武嗣さん

私たちの担当エリアは、中心市街地から山間部まで広範囲となっています。相談内容は同じような話もありますが、その地域ならではの話もあります。どんな些細なことでも相談対応をしていますので、どうぞ気軽に相談してください。フットワークも軽くお宅に訪問させていただきます。ワンストップサービスの対応を心掛け、お客様の手を煩わせないように努めています。

地域包括支援センター 社協とおかまち



担当地域 川西、松代、松之山
所在地 松代3559番地6
電話番号 597-3805



馬場 茂寿さん

困りごと、心配ごとは誰もが持っていると思います。安心して生活できるようお手伝いさせていただきますので、もっともっと地域包括支援センターを利用ください。

自分だけではない！
ホッとしました

私は地域包括支援センターの紹介で認知症の家族のつどいに初めて参加しました。私はそれまで自分の事をずっと「鬼嫁」だと自分自身を責めていました。しかし、同じように介護に悩み苦労している人たちの話を聞き、苦労しているのは自分一人ではない、「鬼嫁」だと思ひこんでいるのは自分だけではないと知りホッとしました。そして、肩の荷が下り、とても救われた気持ちになりました。一人で抱えこまず、自分の気持ちを話したり、他の人の話を聞いたりすることが、介護を続けていく上でとても大切ということを学ぶことができました。

市川ちよ子さん
(松代・62歳)



中心市街地活性化基本計画の紹介②

中心市街地を活性化するための取り組みを紹介します

●問合せ：中心市街地活性化推進室 ☎757-3691

課題 3 市民によるまちづくり活動の活性化

- 市民活動・交流のための拠点を重点的に整備するほか、市民のまちづくり活動への支援を強化し、地域コミュニティの活発化を図る必要があります。

【基本方針：3】

いきいきとまちづくり活動ができるまち

目標 3：活動する人を増やす

〔目標達成のための主要事業〕

- ◆市民活動の拠点をつくる
 - ・（仮称）十日町市市民文化ホール・中央公民館整備事業
 - ・市民活動センター・まちなか公民館整備事業
- ◆市民活動を支援する
 - ・コミュニティガーデン整備
 - ・市民の健康づくり推進事業
 - ・中心市街地活性化基金による市民活動支援事業



市民活動の拠点をつくるイメージ



目標指標

文化、活動施設の利用者数及び屋外活動者数（平成29年度の年間）

課題 2 にぎわいの創出

- 人口減少・少子高齢化に伴い、今後需要が増大すると予想される子育て世代や高齢者の支援を目的とした生活利便施設を整備する必要があります。
- 商店街の中に新たな商業施設や案内機能などを整備するとともに、新しい魅力を掘り起こし、中心市街地内の回遊性と商店街のにぎわいを創出する必要があります。

【基本方針：2】

歩いて楽しいまち

目標 2：訪れる人を増やす

〔目標達成のための主要事業〕

- ◆憩いの場をつくる
 - ・老人デイサービス施設・子育て支援施設整備事業
 - ・市民交流センター整備事業
 - ・ラポート周辺地域活性化整備事業
- ◆楽しく歩く環境をつくる
 - ・キナーレ南側進入路整備事業
 - ・石彫プロムナード活用事業
 - ・まちなか「花の情報マップ」作成事業
 - ・（仮称）産業・文化発信館整備事業
 - ・中心市街地にぎわい力アップ事業
 - ・中心市街地まちと個店の魅力掘り起こし事業
 - ・中心市街地情報板設置事業
 - ・「とおかまちナビ」サービス事業
- ◆まちなかにアクセスしやすくする
 - ・中心市街地駐車場整備事業
 - ・大型公益施設に付帯する駐車場整備事業

目標指標

歩行者・自転車通行量（平成29年度平日）

課題 1 まちなか居住の促進

- まちなか居住を促進し、生活環境の魅力を向上させるため、市民の除雪の負担を軽減する支援策や、居住促進のための支援策などを拡充するほか、人口減少・少子高齢化に対応した居住施設を整備する必要があります。

【基本方針：1】

雪国でも快適で安心して暮らし続けられるまち

目標 1：暮らす人を増やす

〔目標達成のための主要事業〕

- ◆安心して快適に暮らす
 - ・サービス付き高齢者住宅・ファミリー向け都市型住宅の整備事業
 - ・まちなか居住共同住宅供給事業
 - ・克雪すまいづくり支援事業
 - ・まちなか住み替え促進事業
 - ・まちなか居住重点地区の居住促進（土地区画整理事業完了地区）
- ◆安全で快適に移動する
 - ・道路消雪施設整備事業
 - ・歩道照明設置事業
 - ・細街路整備事業



十日町駅西一帯

集合住宅への分譲
個人住宅への分譲
克雪すまいづくり支援



目標指標

人口の社会動態（平成25～29年）



前回（市報7月10日号）は、全国や市の中心市街地の現状と活性化の必要性を説明しました。今回は、このことを踏まえ、課題から導き出された方針や目標、そのための主な事業を紹介します。

基本理念：
「新たなにぎわい」に満ちた
「魅力あるまち」の創造

安心
安全
ときめきのまちづくり



【旧田倉跡地活用】サービス付き高齢者住宅・ファミリー向け都市型住宅、老人デイサービス施設・子育て支援施設完成イメージ



【旧娯楽会館跡地活用】（仮称）産業・文化発信館事業完成イメージ

水道事業の平成24年度下半期の業務状況と25年度予算をお知らせします

●問合せ：上下水道局事務係 ☎757-6531

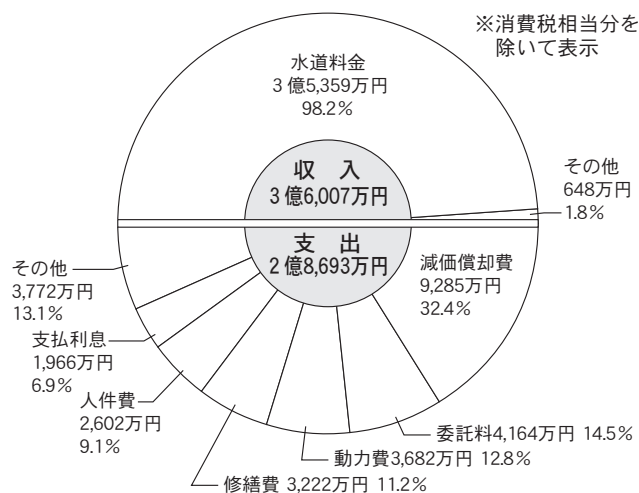
24年度下半期の業務状況

給水業務量の状況 平成24年10月1日～25年3月31日

区 分	24年度 下半期	23年度 下半期	前年度比	
			増 減	比率(%)
給水戸数(栓)	12,188	12,207	△19	△0.2
給水量				
総 数(m ³)	1,830,599	1,811,266	19,333	1.1
一日平均(m ³)	10,031	9,898	133	1.3

損益計算書

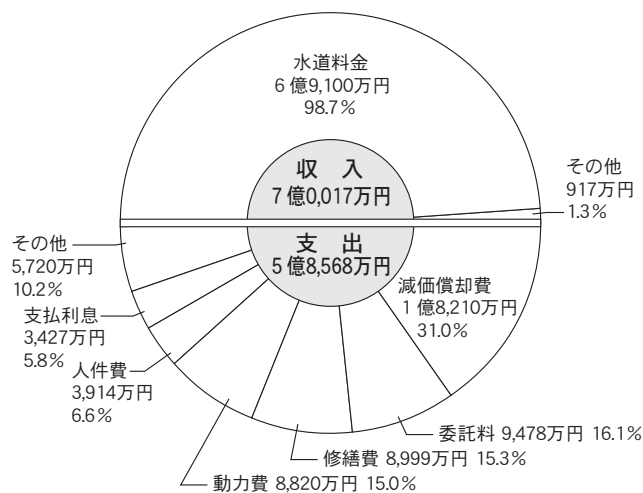
平成24年10月1日～25年3月31日



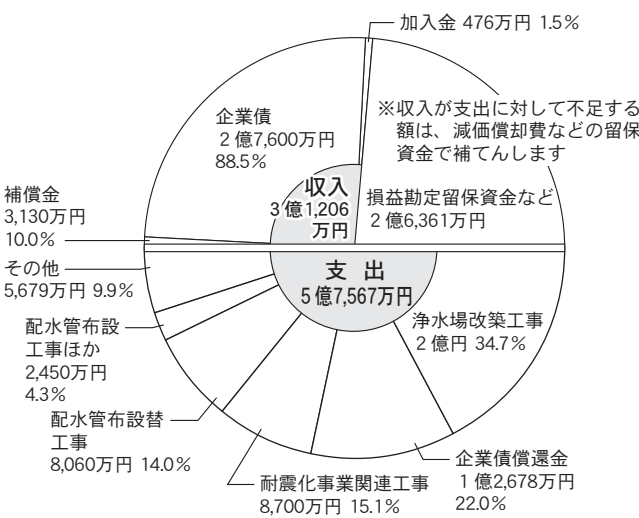
25年度予算

業務の予定量：給水戸数11,478戸、年間総給水量3,474,000m³、一日平均給水量9,518m³

収益的収入及び支出



資本的収入及び支出



家の外に
水道をお持ちの
皆さんへ

これから暑い時期を迎え、自宅や作業所などの外に設置されている水道の利用が増えることが予想されます。外の水道の管理は、持ち主が責任を持って行ってください。第三者に勝手に水が使われても、料金を減免できる規定はありませんので管理には十分注意してください。使わないときは蛇口のハンドル部分を外すなどの対策をお願いします。

元気・明るく・斬新な作品が数多く集まりました

●問合せ：(一社)十日町市観光協会 ☎757-3345



推薦

星に願いを！

外山 満 (弥彦村)

市の自然景観・イベント・文化財など観光資源をテーマとした写真コンテストに、市内外から101人290点の応募がありました。7月10日(水)本町分庁舎で行われた審査結果をお知らせします。

審査結果(敬称略)

応募作品から推薦1点、特選2点、入選8点などが選ばれました。結果は次のとおりです。

- ◎入選 ※50音順
- ・入澤 稔夫 (見附市)
 - ・江部 堅市 (南魚沼市)
 - ・小野 正宏 (群馬県沼田市)
 - ・金澤奈緒美 (津南町)
 - ・小島奈美江 (燕市)
 - ・茂野誠一郎 (十日町市)
 - ・藤田 寿夫 (十日町市)
 - ・和田 明子 (十日町市)

2

会新潟ふるさと村アピール館 (新潟市)

1

会中央公民館

作品展を開催します

日8月20日(火)～9月8日(日)午前9時～午後10時

日9月18日(水)～10月3日(木)午前9時～午後5時

のろしに包まれて

小林 修武 (群馬県沼田市)

特選

成人の日

佐藤吉晴 (魚沼市)

特選

■これまでに貸し出した施設
キナーレ明石の湯、市役所ロビー、クロステン、北越銀行など

市内外を問わず貸し出しを行いますので、気軽に上記まで問い合わせください。

■貸し出し条件
・貸し出し期間は2週間
・運搬・展示は申請者が行ってください
・無人施設での展示は不可
・夜間施設ができる施設とし、盗難・破損があったときは申請者が弁償してください

■額の寸法(枚数) ※写真は全て額に入っています
・全紙618ミリメートル×520ミリメートル(12枚)
・半切493ミリメートル×400ミリメートル(1枚)

入賞作品を展示しませんか
来訪者などに十日町市を紹介するため、写真コンテストでの入賞作品を無料で貸し出します。ロビーやエントランスに入賞作品を展示しませんか。



上村 沙由美さん（岩野・19歳）

事務部門で、お客様への爽やかな電話対応などで活躍中。

若者×若者 キラメキワーカーズ

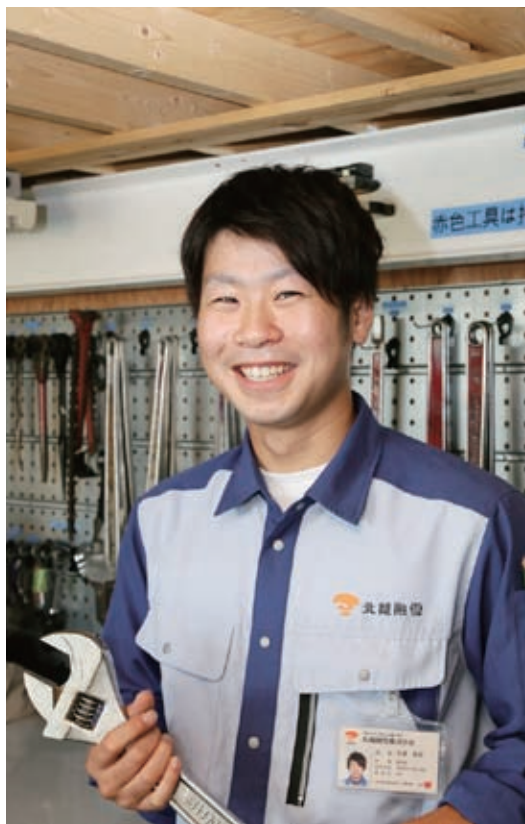
語る 仕事・会社・十日町市への思い

十日町市の仕事人

■問合せ

産業政策課

☎757-3139



大津 俊也さん（本町7-2・19歳）

先輩の指導を受けながら、融雪設備の設置工事などを担当。

昭和とおかまち

No.53

■撮影時期：昭和40年頃

■撮影場所：松之山植木屋旅館

松之山の観光特産品「野鳥こけし」を制作しているコマです。昭和36年に考案され、冬期間の内職として広まりました。当時の写真からも野鳥こけしの品質の高さが伺えます。

現在でも、一羽一羽手作りの野鳥こけしが松之山地域の特産品として温泉街やインターネットで販売されています。



野鳥こけしづくり

■問合せ：松之山支所地域振興課 ☎596-3131

元気予報

日本脳炎の予防接種を受けましょう

●日本脳炎とは

日本脳炎ウイルスの感染で起こります。豚の体内で増えたウイルスが蚊によって媒介され感染します。ただ、感染した人が全て発症するわけではなく、ごく一部の人が高熱・頭痛・嘔吐・意識障害・けいれんなどの症状を示す急性脳炎になります。地域によっては、約80%以上の豚がウイルスに感染しているとされています。

また、日本脳炎は中国、ベトナム、タイ、インドなど南・東南アジアを中心に現在も年間1万人以上の患者が死亡していますので、海外に出かけた際は十分気をつけてください。

問合せ 健康支援課母子保健係
TEL757-9759

●予防するには

日本脳炎は、一期（初回接種2回と追加接種1回）の計3回と二期の1回の予防接種を受けることで、十分な免疫を獲得することができます。

また、ウイルスを保有した蚊にさされないように、屋外へ出かける際は長袖・長ズボンを着用したり、露出した肌に蚊よけ剤を使用するなど、十分に注意する必要があります。

●定期予防接種の対象者

日本脳炎予防接種は、接種後に重い病気となった事例をきっかけに平成17年から平成21年まで接種を控えていましたが、現在は通常通り受けることができます。このため、次の対象者は日本脳炎の予防接種を十分に受けていない可能性があります。母子健康手帳を確認し、まだ接種が完了していない人は早めに受けましょう。

◇平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人

対象者は、20歳未満まで接種を受けることができます。また、接種の履歴が不明な人は、健康支援課へ問い合わせてください。

ものづくりの姿や対応の良さが印象的でした

大津さん―工事の様子を見学したときに、物を作り上げる姿がとてもかっこよく見え、自分も作ってみたいという気持ちになりました。上村さん―企業見学のときに、社員の皆さんが私の目を見てあいさつしてくれて、優しく接してもらったことで、この会社に入社したいと思いました。

早く一人前に

大津さん―融雪設備の設置を担当しています。先輩の指示どおりに機器の配線や据え付けが出来たときの達成感は何とも言えません。覚えることで頭がいっぱいですが、早く先輩のように施工できるようにになりたいです。

上村さん―メンテナンス関係の事務部門で、工事の工程に合せた資材の発注などの業務を行っています。これからは、工事の知識も習得し、よりの確な発注ができるようになりたいです。

優しいまち・おいしいまち・楽しい会社

大津さん―工事でお客様のお宅に伺ったときに、ごご家庭でも優しく接していただき感謝しています。

上村さん―私のおばあちゃんのお米・野菜がとてもおいしいです。この環境が大好きです。

大津・上村さん―毎年恒例の親睦行事が多く、社員のコミュニケーションも取れ、まるで家族のような楽しい環境で仕事をしています。

協力企業

■北越融雪株
・屋根融雪など
・十日町市尾崎
・従業員数23人
・☎757-5300



中越地域を中心に住宅の融雪業務を手掛け、エコなペレットストーブの販売もしています。

入り

表彰おめでとうございます



知事表彰
(交通安全優良事業所・団体)

十日町市老人クラブ連合会 中里地区

平成8年から高齢者の交通事故の防止のため積極的に取り組み、中里地域の交通死亡事故ゼロ2,000日に貢献するなど尽力されました。会長の石澤實さん（荒屋・84歳）は、「日頃から仲間同士での声掛けが成果につながりました。これからも絆を大切に交通安全に取り組みたいです」と話しました。



雑巾で象をつくるぞう！

7月20日(土)：越後妻有里山現代美術館[キナレ]

「大地の芸術祭の里 越後妻有2013夏」関連事業の、「大地を包む～繊維からの再考」展がスタートしたこの日、大きな象のクッションに雑巾を縫い付けるワークショップ「ぞうきんぞうたち」が開催されました。総勢約30人の参加者は、好きな模様や色の布をチクチク縫いながら会話や作業を楽しんでいました。「ぞうきんぞうたち」ワークショップは、企画展会期中随時実施しています。



ネージュくんの田んぼアートを見に来てね

7月31日(水)：飛渡第一小学校付近

「食と農を考える飛渡の会」が制作したネージュくんの田んぼアートが見頃を迎えています。同会は、生産者を含め飛渡地区有志約30人で結成され、食と農をテーマにした地域活性化を目的に活動しています。田んぼアートは「飛渡地区に少しでも興味を持って、足を運んでくれる人が増えてほしい」との思いから取り組みました。会長の大津貴夫さん（魚之田川・39歳）は「秋には、手刈りで収穫するイベントをするのでたくさんの人から参加してほしいです」と話していました。

越後田舎体験で 信濃川ラフティングツアー

7月22日(月)：信濃川

越後田舎体験で十日町市を訪れていた東京都港区立六本木中学校の生徒約50人が信濃川ラフティングを楽しみました。はじめてラフティングをする生徒が多く、スリルあふれる激しい流れや信濃川の雄大な景色に感動し、大満足の日でした。



和の空間を彩る花々

7月28日(日)～30日(火)：まつだい郷土資料館



まつだい生け花の会が生け花展を開催しました。床の間や通路などに飾られた花々は、きらびやかなものからおしとやかなもの、籠に生けたものや木を台座にしたものなどどれも個性豊か。古民家を再生した館内によく調和し、和の空間に花を添えていました。



新潟県あじさいサミット開かれる

7月14日(日)：八箇あじさい公園、旧八箇小学校

県内から6団体が集い、八箇の満開のあじさいを鑑賞した後、会議と活動の意見交換をしました。それぞれ目的は違いますが、あじさいを通して地域をPRすることに取り組んでいます。約70人の参加者は、あじさい公園の広さや数の多さに感嘆し、さらに「妻有のおしん像」などにも関心を示していました。（📷風間栄光さん）



なかさとマップを手に中里をめぐろう

7月30日(火)・中里商工会館

中里商工会青年部が中里の魅力を発信するための「なかさとマップ」を作成しています。マップは、手に取りたくなるような中里の魅力がたくさん詰まっています。8月中にお披露目する予定です。



夕涼みミニコンサート

7月15日(月)：中尾神社



布川地区で活動する地域おこし協力隊の小野彩さん（中尾・45歳）の企画で夕涼みミニコンサートを開催しました。歴史ある神社の境内に澄み渡るギターの音色と歌声で、集まった70人の観客は夏の夕暮れのひとときを美しい音楽とともに過ごしました。

第17回 やまて・中条夏交流

7月27日(土)～29日(月)：岡山県総社市山手地区



中条小学校6年生の児童の訪問団が、岡山県総社市山手地区を2泊3日で訪れ、夏の交流を行ってきました。児童は山手小学校6年生の自宅でホームステイを行い、吉備路歴史散策や福山登山、そして白桃の収穫体験などを通して、山手地区の文化や歴史に触れながら、交友を深めてきました。

新潟県・十日町市総合防災訓練を実施します

県と市が合同で実施し、1,000人が参加する大規模な訓練です。“防災の今”を知ることができる、またとない機会です。

日 9月1日(日)午前9時～午後0時30分

会 市総合体育館・西小学校ほか

内【訓練】各種救出・救助訓練、応急医療・救護訓練、多数遺体取扱訓練、動物同行避難訓練、緊急情報伝達訓練ほか

【展示】特殊車輛、資機材、防災に関するグッズ

【体験コーナー】地震・降雨・3D土石流などを体験できる装置、サバイバルクッキング、濃煙通過体験

●訓練に関しての連絡事項

・市総合体育館・武道館は

午後1時から開館します

・博物館・情報館は通常どおり開館しますが、

駐車場と施設の屋上などは総合防災訓練で使用します

・訓練に伴い、総合体育館および西小学校周辺の道路で交通規制を行います。また、一般車両は会場内に乗り入れできません

※内容の詳細は、8月25日発行の消防だより「火の用心」をご覧ください



総合防災訓練当日は緊急情報伝達訓練を行います

①エフエム緊急告知受信機による情報伝達訓練

午前9時00分に各家庭に配置したFM緊急告知受信機を起動させ、訓練情報を放送します。スイッチを切っていても、一時的に起動し最大音量で訓練情報が流れます。

②十日町あんしんメールによる情報伝達訓練

午前9時05分ころから、十日町あんしんメールサービスに登録している携帯電話などへ、訓練情報を配信します。

③携帯電話『エリアメール』・『緊急速報メール』による情報伝達訓練

午前9時05分ころから、携帯電話（スマートフォン含む）へ訓練情報を配信します。※機種によってはマナーモードにしているても電話が鳴動しますので、ご注意ください。

問 防災安全課 (☎ 757-3197)

マイタウン・コンサート

県内外で活躍する「新潟ARS NOVA」メンバーのコンサートをお贈りします。



トランペット
藤井裕子さん



マリンバ
本間美恵子さん



ソプラノ
山下尚子さん



ピアノ
品田真彦さん



ホルン
宮野大輔さん

日 9月7日(土)午後2時～※開場午後1時30分

会 市民会館

¥500円（全席自由）※中学生以下無料

●チケット販売場所＝中央公民館・各地区公民館・情報館

問 生涯学習課 (☎ 757-8918)

ふる里の大事な行事である

第1回 十日町市民盆踊り大会

催し・講座



～お知らせ・ガイド～

盆踊りを楽しみましょう。子どもへのプレゼントや夜店もあります。

日 8月16日(金)午後6時～10時

会 ほくほく線駅西広場

問 十日町市民盆踊り大会実行委員会・根津 (☎・F 757-8877)

【夏宵の行灯茶もつこの宴】

飲食をしながらほくほく通りを歩いて楽しみます。

日 8月17日(土)午後5時～

会 ほくほく通り（松代）

¥2,000円（料理食べ放題）

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

題・2ドリンク付き）

問 「山ノ家」カフェ&ドミトリ (☎ 595-6770)

【おらこでオキナワ展】

沖縄で活躍している松代出身陶芸家の展示会です。

日 8月20日(火)まで午前10時～午後5時

会 おらこ（松代商店街内）

問 工房綾 (090-4581-1191)

【十日町ジュニアウィンドアンサンブル 夕涼みコンサート】

浴衣で「花は咲く」「女々しくて」などを演奏します。

日 8月24日(土)午後6時～

会 キナール

¥無料

問 片桐 (☎ 757-9980)

【やまゆ講演会・懇談会】

萌黄色の美しい繭を作る蚕について学びませんか。

日 8月24日(土)午後2時～4時

会 千手中央コミュニティセン

¥無料

講 梶浦善太さん（信州大学繊維学部教授）

他 午後7時から節黒城キャン
プ場にてライトトラップ実
演あり※2,000円程度
で夕食・宿泊できます
問 高橋 (☎ 090-6790-4182)

【十日町「モ姉妹都市交流」コンサート Musica a Staffetta - 音楽のつなぐ】

姉妹都市のコモ市（イタリア）から7人の奏者が訪れ、ハープの演奏をします。南中学校吹奏楽部も参加します。

日 8月24日(土)午後3時30分～4時30分※開場3時

会 市民会館

¥無料

問 十日町コモ姉妹都市交流協会（十日町商工会議所内 ☎ 757-5111）



【アイルランド民謡と 日本歌曲のタビ】

日 8月28日(水)午後7時～※開場6時30分

会 千手中央コミュニティセン

¥全自由席2,000円、ペア券3,500円（当日1人あたり2,500円）

●出演者Ⅱ樋口由佳里（ソプラノ）、金子浩（リュート）

●チケット取り扱いⅡクラージュ・イトー楽器

問 クラージュ (☎ 757-8636)

【2013 ハートフル・コンサート】

コーラス5グループのコンサートです。出演団体全員での大合唱や、来場者との全体合唱も予定しています。

日 8月31日(土)午後2時～※開場午後1時30分

会 千手中央コミュニティセン

¥500円※高校生以下無料

申・問 川西公民館 (☎ 768-2308)、がちょうの会・小野塚 (☎ 090-5

広告掲載

地域と暮らしと人をデザインする

www.facebook.com/10city.flowerhome

十日町市中条甲 921 番地 1

お問合せ 0120-550-208

株式会社

フラワーホーム



※市では広告を募集しています。詳しくは秘書広報係まで
市報とおかまち 平成25年8月10日号

523—8595)

【男女共同参画推進セミナー 「子供に寄り添うには」】

ひきこもりなど、子どもが抱える問題への周囲の関わり方を考えてみませんか。お茶飲み座談会もあります。

日 9月7日(土)午後2時～

会 中央公民館

¥300円

定 20人

講 吉原寛さん（新潟県教育センター指導主事）

申・問 フォルトネット・代表

関口 (☎ 752-4306)

【水辺の学校の活動の お知らせ】

【アレチウリ駆除作業】

アレチウリとは、在来植物の生育を脅かす外来植物です。在来植物を守るアレチウリの駆除に協力をお願いします。

日 9月7日(土)午前7時～8時30分※小雨決行

●集合場所Ⅱ信濃川河川敷水防公園駐車場

●作業場所Ⅱつまりっ子ひろ

第4回 情報館まるごと体感フェア

8月17日(土)～25日(日)

テーマ
情報館で
ふるさと
再発見

充実したイベントや豊富な情報館資料の活用で、「ふるさと」を掘り起し、思いを深めてください。ほかにたくさんのイベントがあります。情報館・各分室へ問い合わせてください。

本物にふれる喜び～フェアならではの目玉企画～

- 〈共通〉☎90人
- 【間かせ屋。けいたろう 絵本ライブ】
プロの「読み聞かせ師」けいたろうさんが情報館にやってきます。幼児から大人まで、それぞれに絵本の楽しみ方を伝えます。
☎8月17日(土)午後2時～4時
¥無料
- 【安田正利・小説読み語り】
劇団民藝のベテラン俳優による読み語り。目を閉じると、物語の情景が浮かんできます。
☎8月18日(日)午後2時～3時30分
¥500円
- 演出＝山本周五郎『三年目』、見川鯛山『婆っば』
- 【金原亭馬生ふるさと寄席】
江戸っ子の11代目馬生さんにとって、十日町市は第二のふるさと。持ち前の上品な芸で江戸の粋を語ります。
☎8月25日(日)午後2時～3時30分
¥500円

情報館で、ふるさと再発見

- 【写真展 むかしの十日町～諏訪町・波間家資料展～】
大正末期から昭和初期の十日町の暮らしを撮った約50点の写真と昔の絵はがきを展示します。波間家資料初公開となる展示です。
☎期間中の毎日
- 【シンバあちゃんのむか～し、むかし】
エフエムとおかまちでおなじみの長津シンさんの昔話と紙芝居。
☎8月19日(月)午後2時～3時
- 【伝説・民話からさぐる私たちのふるさと】
昔の言い伝えから、ふるさとの物語を甦らせる活動を続ける星名敏夫さんのお話。
☎8月21日(水)午後7時～8時30分
- 【エッセイコンテスト入賞作品発表】
「ふるさと」をテーマにしたエッセイコンテストの入賞作品を発表します。
☎期間中の毎日

情報館の楽しさを体感

- 【心和ますミニコンサート】
地元音楽愛好家によるコンサート。普段は静かな情報館に音楽が流れます。
☎8月17日(土)、18日(日)、24日(土)、25日(日)いずれも午後1時～1時30分
- 【情報館の裏側大公開】
普段は入れない情報館の裏側を探検しましょう。
☎期間中の毎日午前11時～正午
- 【オリジナル情報館カード作成】
情報館登録カードが、あなただけのカードに変身。
☎期間中の毎日午前9時～午後5時
- ☎特 自慢の写真やデータ
- 【大切な本、もっと大切に！フィルムコート体験】
自分の大切な本に保護フィルムを掛け、大切に保存しましょう。
☎8月17日(土)・18日(日)・24日(土)・25日(日)午後1時～5時
- ☎特 高さ30センチメートル程度までの本を2冊

こどもたち、情報館に集まろう

- 【小さなムシをさがしてみよう】
自作の「吸虫管」を使って、木の葉や石の下の小さな昆虫を探してみましょう。
☎8月20日(火)午後1時30分～3時30分
☎定15人
- 【夏休み子ども映画会】
☎8月24日(土)午前11時～正午
- ☎肉 ロビンソン・クルーソー無人島の冒険ほか
- 【夏やすみおはなし会ウィーク】
☎8月17日(土)～25日(日)午前10時30分～11時
- 【2013夏スペシャル おはなし会】
☎8月17日(土)午前10時～11時
☎会 千手中央コミュニティセンター
- ☎肉 人形劇・ミュージックパネル・ジャグリングなど
- 企画・出演＝おはなしの会「ふきのとう」
- 〈共通〉
☎会・☎情報館 (☎750-5100)

- ば（妻有大橋右岸たもと）
他 汚れてもいい服装（長袖、長ズボン）で、軍手、長靴を用意してください
- 【第12回信濃川水辺の楽校】
信濃川付近の水生生物や植物・昆虫・野鳥を観察します。講師の解説もあります。
☎9月7日(土)午前10時～正午
※小雨決行※受付9時30分～
- ☎会 つまりっ子ひろば
¥200円
- ☎他 「観察ガイド」を1冊400円で販売
- ☎申 小・中学校経由で配布したチラシ内の申込書を、事務局まで持参
- ☎☎9月4日(水)
〈共通〉
- ☎他 いずれも、当日の天候や信濃川の水量により中止する場合があります
- ☎問 水辺の楽校活用協議会事務局（建設課信濃川・清津川対策係内 ☎757-3198）

- ☎千手発電所を一般公開します
普段は入れない発電所が毎年子どもでにぎわいます。
- ☎☎9月7日(土)午前10時～午後3時※雨天決行、荒天中止
- ☎会 J R 東日本千手発電所
☎内 発電所見学・ミニSL乗車、輪投げなどのアトラクション、屋台など
- ☎問 信濃川発電所 (☎0258-82-2702)
- ☎NICOカフェ
県の産業を元気にするため、創業や新事業展開、市場開拓などを支援する相談をしています。※要事前予約
- ☎☎9月10日(火)午後1時30分～4時※各社30分程度
- ☎会 本町分庁舎
¥無料
- ☎☎9月5日(木)
☎申・☎間にいがた産業創造機構企画・総務グループ (☎025-246-0038)
- ☎追悼 刀匠 天田昭次
天田地鉄Ⅱ究道の先の光
- ☎☎9月29日(日)まで
●開館時間＝午前9時30分～午後5時（入館は4時30分まで）
- ☎休 毎週火曜日

信濃川ラフティング 参加者大募集！！

信濃川でこの夏特別な思い出を作りましょう。家族や団体での参加もできます。

- ☎☎8月21日(水)午前9時～、午後2時～
8月28日(水)午前9時～、午後2時～（計4回）
- 集合場所＝ミオンなかさと
- コース＝ミオンなかさと～城之古または妻有大橋周辺
- 所用時間＝約3時間

ラフティング・インストラクター 養成講座・募集

- 川の魅力を伝える講師になりませんか。
- 日程＝9月～11月の平日で計10日間程度
- ☎肉 日本ラフティング協会（RAJ）のインストラクター資格取得に向けた講座
- ☎会 市内の信濃川など
- ¥12,300円（税込）
- 募集人数＝若干名※参加者多数のときは、選考があります
- 参加条件
- ・全日程必ず参加してください
 - ・資格試験は合格するまで受験してください
- （試験15,500円）
- ・資格取得後は、市内でのラフティングツアーに極力協力してください
- ☎☎9月6日(金)午後5時
- ☎☎申・☎任意の用紙に氏名・年齢・連絡先（住所・電話番号・メールアドレスなど）・職業・受講しようと思った理由を記入し、郵送・FAX・電子メール（t-kanko@city.tokamachi.lg.jp）のいずれかで〒948-0082十日町市子226番地1観光交流課観光企画係（☎757-3100、☎757-2285）



- ☎☎対 小学校4年生以上※小・中学生は保護者同伴
¥5,000円（保険料・温泉込）※市民特別価格
- ☎☎定 各回35人（定員）
- ☎他 当日の様子を撮影し広告で使います
- ☎☎☎8月21日分：16日(金)午後5時まで
8月28日分：23日(金)午後5時まで
- ☎☎申・☎観光交流課観光企画係（☎757-3100）

●500円、小・中学生200円

●他8月31日(土)・9月1日(日)いずれも午後2時から、刀匠宮入小左衛門行平師による作品解説会開催

●会・関星と森の詩美術館(☎752-7202)

募集

十日程産業フェスタ2013
参加事業所募集

技術力や製品など産業を広く紹介するイベントです。
日10月19日(土)・20日(日)
会クロスステッチ・キナーレ
対企業PRコーナー・飲食コーナーへの参加事業所
申・関十日程産業フェスタ2013実行委員会(十日程商工会議所内☎757-5111)

優れた文化・芸術を楽しく鑑賞しましょう。
日9月1日(日)午前7時発着午後7時40分着(予定)

十日程市芸術協会主催
第24回 美術館鑑賞ツアー

優れた文化・芸術を楽しく鑑賞しましょう。
日9月1日(日)午前7時発着午後7時40分着(予定)

市民ハイキング参加者募集

日9月15日(日)午前6時出発
●目的地 安達太良山(福島県)
●定先着45人
●申込用紙を市総合体育館へ提出
●他9月10日(火)午後7時から総合体育館で説明会
●受付期間 8月15日(木)〜9月5日(木)
●関十日程市山岳協会・滝沢(☎090-2244-6177)

くらし・相談

越後妻有農産物直売所スタンプラリー2013開催中

ミオンなかさと・ニューグリーンプシア津南のペア宿泊券など当たります。参加直売所は、市ホームページで確認できます。
日9月16日(敬老の日)まで

催し・講座

募集

福祉・健康

子育て

スポーツ

くらし・相談

宇都宮美術館・栃木県立美術館など

●定先着40人
●申はがきに住所・氏名・電話番号を明記の上、中央公民館「美術館鑑賞ツアー」係
●関芸術事業部・中条(☎090-8771-5176)

9月入校生募集

事務系デュアルシステム科1期

●期間 9月18日(水)〜平成26年2月14日(金)平日午前9時30分〜午後4時10分
●会十日程パソコンカレッジ
●対就職のために専門知識、技能を習得したい人
●定無料※テキスト代など自己負担あり
●申ハローワーク十日程
●日9月2日(月)
●関県立魚沼テクノスクール(☎025-794-2410)

受講生募集

在職者訓練(技能向上コース)

●参加方法 応募用紙に、参加直売所配置のスタンプを3店分集め、必要事項を記入の上、直売所設置の応募箱に投函するか、50円切手を貼付の上、実行委員会事務局まで郵送
●他抽選は10月上旬の予定です
●関越後妻有農産物直売所スタンプラリー実行委員会事務局(クロスステッチ内☎757-2323)または農林課農業企画係(☎757-120)

新潟Uターン情報誌を無料送付します

県内企業の採用動向や就職ガイダンスなどのお知らせを掲載した情報誌「新潟Uターン情報」「新潟生活」を登録した保護者の自宅へ年3回、無料で送付しています。
●申・関ポータルサイト「ニイゲット」(<http://www.niget.jp>)または新潟県県民生活課(☎025-280-5112)

参議院議員通常選挙 十日程市の結果

第23回参議院議員通常選挙が7月21日(日)に行われました。即日開票の結果、新潟県選出議員選挙で塚田一郎氏と風間直樹氏が当選しました。開票結果などをお知らせします。

●関十日程市選挙管理委員会 (☎757-3191)

○新潟県選出議員選挙

	候補者名(党派)	得票(全体)	得票(十日程市)
当	つかだ 一郎(自由民主党)	456,542	15,797
当	かざま 直樹(民主党)	204,834	6,297
	森 ゆうこ(生活の党)	165,308	3,966
	米山 隆一(日本維新の会)	107,591	1,770
	にしざわ 博(日本共産党)	60,317	1,784
	わたなべ 英明(社会民主党)	46,101	967
	安久 みよこ(無所属)	15,612	368
	おごせ 寛明(幸福実現党)	5,188	419

投票状況

	当日有権者数	投票者数	棄権者数	投票率
県選出	48,793	32,070	16,723	65.73%
比例代表	48,793	32,072	16,721	65.73%

※比例代表選出議員選挙で同姓または同名の候補者がいた場合、その姓だけや名だけが記載されたような票は、それらの候補者の得票として案分されるため、小数点以下の得票が生じます

○比例代表選出議員選挙

政党名	得票(十日程市)
自由民主党	14,147.685
民主党	4,991.928
公明党	2,606.566
日本共産党	2,477.313
日本維新の会	2,050.411
みんなの党	1,536.714
社会民主党	998
生活の党	988
緑の党グリーンズジャパン	225.689
幸福実現党	216.833
みどりの風	174.675
新党大地	173.167

参加企業募集

魚沼地域ビジネス交流会

●開催日 10月24日(木)
●堀之内体育館・公民館(魚沼市)
●対交流会参加企業・製品展示ブースの展示希望企業
●日9月13日(金)
●申・関魚沼地域ビジネス交流会実行委員会事務局☎025-792-9753

福祉・健康

受講者募集
介護職員初任者研修

【旧ホームヘルパー2級】
日9月3日(火)〜12月14日(土)
会十日程福祉会法人本部ほか
定4万円※テキスト代含む
定30人
●受付期間 8月10日(土)〜8月31日(土)(必着)
●申・関申込用紙(市役所・ハローワーク・法人内各事業所配置)を十日程福祉会(☎761-7340)

中央公民館成人講座
こころの健康講座

【認知症予防のお話と認知症予防エクササイズ】
日9月6日(金)午後2時〜4時
講有田正知さん(中条第二病院医師)、椎野慎祐さん(介護老人保健施設きたはら介護福祉士)
【薬剤師に聞く!薬の正しい使い方】
日9月20日(金)午後2時〜3時
講鈴木裕さん(鈴木薬局薬剤師)
【安らぎお茶飲み会〜悩みやストレスをはきだそう〜】
日9月27日(金)午後2時〜4時
講十日程地域振興局健康福祉部
部
《共通》
定30人
●定無料
●日9月2日(月)
●会・申・関中央公民館(☎757-5011)

小堀 良次さん（蒲生・90歳）



元気なお年寄りを紹介し、健康の秘けつなどをうかがいます。

わがん あいご 和顔愛語 ～はつらつ おじいちゃん～

12

趣味は週に2回のゲートボールという良次さん。頭と体を両方使うゲートボールのおかげで、どこも痛いところがなく健康を維持しています。梅雨時期は雨で練習ができず、心待ちにする日を過ごしていましたが、夏の炎天下でもゲートボールをするため、その暑さに体を慣らすトレーニングに励んでいました。晴れあがった夏空の下での仲間とのプレーを楽しみます。

我が家の

イクメン☆カジダン

17

我が家のイクメン☆カジダン募集中！家事育児に取り組んでいる写真と紹介文をお寄せください。
申込み・問合せは企画政策課秘書広報係 ☎757-3112

「イクメン」とは育児を楽しんでいるメンズ（男性）、「カジダン」とは家事に積極的な男性のことです。そんな我が家自慢のイクメン・カジダンを紹介します。

わが家の

パパ…春日誠さん（西本町3・35歳）



2人の娘にお願いされると決して嫌と言えないパパ。子どもの身支度や保育園の送り、そして朝・晩の歯みがきと何でも協力してくれる優しくて自慢のパパです。（ママより）



わが家の

パパ…春川俊弥さん（田川町2・29歳）

明るく楽しく子育てや家事をしてくれます。子どもと幸せそうにおやつを食べる姿を見ると自然と笑ってしまいます。これからも仲良く過ごそうね。（お母さんより）

▼この編集後記を書いている7月下旬は雨降りの日々が続いています。この市報が発行される頃には梅雨も明け、夏らしい気候になっていることでしょう。

▼やっぱり夏といえば夏野菜。私の家でも自家製のきゅうりやトマトが食卓に並びます。夏野菜には利尿作用のあるカリウムが多く含まれ、排泄する際には体内の余分な熱もいっしょに出ていくそうです。夏野菜で体温が下がる。世の中よくできていますね。

▼夏野菜もいですが、夏の十日町は冷たいイベントが盛りだくさんです。11日には室野城川ダム公園で、14日には大蔵寺高原で、15日には清田山キャンプ場でそれぞれ「真夏の雪まつり」が開催されます。冬に煩わされた雪も夏になれば最高の清涼剤に早変わり。開催日時と催しが異なるので、すべて回ってみたいかがでしよう。

▼そろそろお盆を迎える準備で忙しい日々と思います。子どもの頃、お盆に家族でお墓参りに出かけ、このときばかりは先祖を近く感じ、どんな人だったのか思いを巡らせていたように思います。

▼市内では故郷へ帰省された人だけでなく、大地の芸術祭の里「越後妻有2013夏」をはじめ、お盆の期間にはさまざまなイベントが市内の各地域・施設で開催されています。市報やホームページなどでイベントをご確認いただき、帰省されてのご親戚や友人と誘い合わせて、十日町の魅力を堪能するイベントに出かけてみてください。



あすこたね

活動を紹介したい団体を募集しています
ひとサポ ☎761-7444

「松代地域には魅力がたくさん。その良さを地域外の人が体験し、感動することで、地元の皆さんにもあらためて感じてもらえれば」と話すのは、松代に昨夏オーブンした「山ノ家」カフェ&ドミトリの主人、池田史子さん（東京と松代の半々居住実践中）。地元有志と地域外の人の思いが共鳴し、活動が始まりました。

昨年は、地域の人たちと茶もっこ（お茶飲み）ができる場所のマップを作りしました。今年は、「茶もっこウォーク」と題したイベントを5か所の拠点で企画しています。8月17日(土)には、2回目となる「夏宵の行灯茶もっこの宴」を開催。伊沢和紙を使った「手作り行灯」を、交流の明かりとして灯し、通り沿いのおいしい料理と飲み物で、楽しみながら松代の真夏の宵をそぞろ歩きする企画です。

提案した若井明夫さん（松代・65歳）は「ほくほく通りでワクワクするようなことが増えるので、楽しみにしてほしいです。」とこれからの活動に思いを込めます。



7月27日(土)、「夏宵の行灯茶もっこの宴」に使う行灯を作るワークショップを開催しました。できあがった行灯は、ほくほく通りのお店の前に灯され、来訪客を迎えます。

イベントに向けて打ち合わせをするメンバーの皆さん。次々とアイデアが浮かんでいきます。



行灯は、地元の伊沢和紙を使用。これからも地域の素材を使用したり、人と地域をつなげたりするようなワークショップを開催する予定です。



このとき 熱中&夢中

市民活動ネットワークひとサポが、旬な人・団体を紹介します。

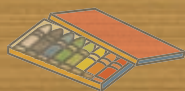
65

チーム茶もっこ

良さを生かしてほくほく通りを元気に

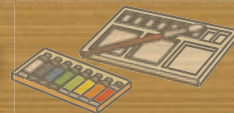
チーム茶もっこは、松代地域のほくほく通りを盛り上げるために、松代を愛する地域住民と松代に魅力を感じる地域外の人で結成されました。マップを作ったり、飲食をしながらの交流イベントを企画したりと、交流を通して地域の魅力を再発見する活動で盛り上げようと意気込んでいます。

◆問合せ…「山ノ家」カフェ&ドミトリ ☎595-6770



ジュニア芸術祭

上野小学校
98



運動会で、親子玉入れをしました。私は赤組でした。赤い玉が入るように思いきり投げました。赤組は2回負けたけれど、とっても楽しかったです。



たのしかったおやこたま入れ

土田ゆづきさん（1年）



包み紙を見たら、しまいました。だからシマウマにしました。シマウマの上に乗っているのが私です。野原を走ったら、風が吹いて気持ちがいい様子を描きました。



まぼろしのシマウマ

高橋 ^{わかな} 和奏さん（2年）



サッカーでシュートを決めた田口 ^{かける} 翔大さん（3年）



学校ではじめてシュートを決めたときのかっこうです。サッカー選手が履いているようなスパイクを作ろうと思って、本物と同じように作りました。



文字と笑顔が入るようにデザインしました。文字は習字みたいに丁寧な字で書くことをがんばりました。いろいろな笑顔を描いたところがお気に入りです。



笑顔いっぱいTシャツ

高橋 ^{みづき} 海月さん（4年）



土台をしつかり作って、たおれないようにしました。かべにつるせるように、輪を作りました。針金をペンチで曲げるのが大変でしたが、上手にできました。



つるしタワー

上村 ^{こうや} 昂也さん（5年）



トランプの国のねこ
上村 ^{ゆい} 由唯さん（6年）



右のレバーを回すと上のトランプやネコが動きます。すると、ネコがトランプの国を冒険しているように見えます。箱の中にもトランプのマークをつけて工夫しました。

