

市報  
とよかまち

1/25 No.255  
1997年・平成9年

■発行/十日町市役所  
〒948新潟県十日町市千徳町3丁目3番地  
TEL 0257-57-3111 FAX 52-4635  
■編集/企画人専任広報広聴係

- ▷特集 8年度、大好き十日町会の事業——2-8
- ▷8年度の運動発掘調査——4-6
- ▷VOICE UP——6-7
- ▷お知らせ・インフォメーション——8-10
- ▷健康・保健コーナー——11

# 市民書初



～書道で精神統一  
第2回市民書初大会～

関係記事は5ページをご覧ください。

お知らせします

# 8年度、大好き十日町会の事業

## ●会の目的

交流を通して

すてきなふるさとづくり

「大好き十日町会」が発会して、この4月で7年が経過します。会では、「交流を通してすてきなふるさとづくり」をしようと、8年度も会報の発行をはじめ、各種イベントを開催するなど様々な活動を行っています。また、運営委員会では「十日町ファン」をますます増やすための努力をしています。市民の皆さんのご協力をお願いします。この紙面では昨年行われた事業の報告をします。

## 上半期に行った事業（4月～9月）

### 上野公園花見ツアー

（4月7日）

交流事業の第一弾は、8年度もこのツアーで始まりました。首都圏の会員と市民との交流を目的に開催している花見会、今回4回目を迎えました。年々参加者数が増え、今回は2百人を超える大盛況でした。

一昨年の雨とは打って変わり晴天の上野公園花見会場。会長の本田市長のあいさつで始まり、岡村さんの「天神囃子」が出るころには盛り上がりも最高潮。カラオケあり、抽選会ありで楽しい一日となりました。また、今回の花見会では事前に連絡を取り合い、会場を利用して同級

### 転入者の集いを応援

（4月19日）

会や親族会をした参加者もあつたとか。こんな一石二鳥の利用方法もあるんですね。

3月、4月は年間を通して転入の最も多い時期。縁あつて



クライマックス、十日町小唄の輪踊り

### 第13回森林の市に参加

（6月7日～9日）

十日町市に転入してきた人たちを一堂に集め、市の概要などを紹介している「転入者の集い」を応援しています。運営委員が会に参加し、転入者に様々なアドバイスを行うなど、エスコート役を務めました。

林野庁が山村住民と都市住民との交流を図る目的で、昭和59年から毎年開催しているイベントです。会場は東京代々木公園



B地区。

会では、クロス10と一緒に参加し市内の物産を販売するとともに、会のパンフレットを配布するなど、十日町市のPRを行うてきました。

### 第6回少年野球交流大会

（8月10日）

大会は、市内から市長杯ベスト4、県内から4チーム、県外から2チームの合計10チームを迎え、炎天下の笹山野球場とサンスポーツランド野球場を会場

に行われました。

一昨年より参加が2チーム増えた今大会、ちびっ子たちの気迫に満ちた好ゲームが展開されました。決勝戦は市長杯を制した「新座ジャイアンツ」と、「中条龍王」との間で行われ、接戦の末、「新座ジャイアンツ」が初優勝を飾りました。また、試合終了後は、妻有大橋下の河川敷で行われていた「大好き信濃川SNOW&WATERフェスティバル」にも参加。バーベキューや雪遊びなどで交流を深めました。

## 大好き信濃川SNOW&WATERフェスティバル

(8月10日～12日)

このフェスティバルはイベントの効率性と入場者の増加をねらい、昨年まで単独イベントと



大盛況/魚のつかみどり

して開催していた「大好き夏まつり」と「白雪フェア」をドッキングさせ、さらに信濃川の水問題を公開討議する「信濃川シンポジウム」を同時開催したものです。信濃川と雪をテーマに行われた数多くのイベントに、延べ1万7千人の人数がありました。皆で楽しんだ3日間、信濃川の再生と河川敷の有効利用が、このイベントを契機にますます進むものと思われま

### こんなことも

#### やってきました

- 4月には、「あてまフォーラム」のメンバーとともに東京電力本社、鹿島建設本社を訪れ、会のPRを行いました。
- 5月には、物産会員(55人)に春の物産を発送しました。
- 8月には、「十日町おまつり」に参加。運営委員が明石万灯

をかつぎました。  
■ 季刊誌、月刊紙の発行を定期的に発行しています。また、市

## 下半期中間までの事業 (10月～12月)

### 中条龍王が越谷に遠征 (11月3日・4日)

第6回少年野球交流大会の夜、妻有大橋下の河川敷でバーベキューを食べながら話し合われた越谷遠征が実現し、中条龍王チームが埼玉県越谷市の黒田私設球場で、地元の4チームと交流試合を行いました。

キャプテンの福岡千晃君は「相手チームは一年間に80試合もするそうです。雪が降らないから一年中試合ができるんです。それが、とてもうれしかったです。野球を通してできた友達と仲良くしていきたい。僕たちは今年で卒業ですが、これからも小さい子供たちに野球を教えたいです。交流の源になってくれた大好き十日町会の役員の皆さんありがとうございます」と話していました。

外会員へ市報の発送を行っています。

が開催されている、東京ドーム近くの「後楽園飯店」でにぎやかに開催されました。出席者は140人。

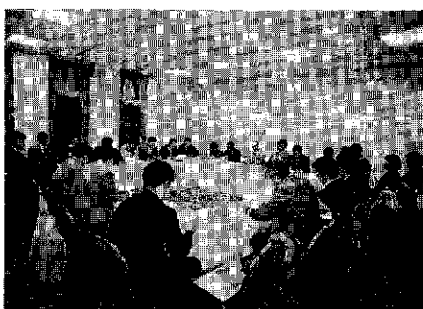
まず、会長の本田市長が「ほくほく線」の開通で一段と近くなる十日町をPR。乾杯の後は、地酒とそばに舌鼓を打ちながら、なつかしいよもやま話に花が咲きました。また、中間ではミス雪まつりによる「ほくほく線」と「当間高原リゾート」の紹介があったり、十日町の名産品が当たる抽選会があったりして、会場はいやおうなしに盛り上がりました。そして、最後には今回初参加となった十日町市舞踊協会の皆さんによる十日町小唄の指導が行われ、参加者全員で輪踊りを行いました。

### 運営委員会研修会 (11月25日・26日)

これからの「大好き十日町会」に期待される役割、活動方針などを前向きに、本音で意見交換するため、「当間高原リゾート」を会場に研修会を行いました。テーマは、他の地域活動グループとの相互交流と連携、会に

望むこれからの交流イベントの在り方、会の活動の方向性と交流の輪の拡大についてです。当日は、「あてまフォーラム」や「2005年委員会」の委員の方々からも参加していただきました。そして、それぞれの活動の現況や今後の活動の方向性などを発表していただき、意見交換を行いました。

こういう研修会での意見などを参考に、会の活動の方向性をチェックしていきます。



活発な意見が飛び交います

### 今後のスケジュール

- 2月15日・16日には、参与市民雪まつり見学ツアーを開催します。
- 2月末には、物産会員に冬の物産を発送します。
- 時期は未定ですが、インターネットを開設するための準備を進めています。

# 先人のくらしのかわり…

## — 平成8年度の遺跡発掘調査 —

平成8年度に十日町市教育委員会が発掘調査をした遺跡は、11遺跡にのぼります。それらは、県営ほ場整備事業、リゾート開発事業、区画整理事業の工事に先立って行われています。

昨年は、多い時で80人以上の作業員の人たちにより発掘調査が進められ、貴重な遺物や遺構が姿を現わしました。その代表的な遺跡について紹介します。

### 野首遺跡

野首遺跡(下条上新田地区)

は、信濃川と飛渡川の合流地点にほど近い飛渡川右岸に位置しています。以前から地元の人たちが農作業をしていると、畔から土器や石器がのぞいているという情報や採集資料が寄せられていた遺跡です。



石組垣のようす

今回の発掘以前にも平成元年に、送電線の鉄塔工事に伴い調査され平安時代及び中世の遺物や遺構が見つかっていました。

今回の発掘調査は、平成8年3月中旬から10月下旬までの約7か月間にわたり、前回調査区域より北方の約6300平方メートルの範囲が調査されました。

その結果、連日スーパリーの袋にして約50〜100袋という大量の縄文土器や石器などの遺物が出土し、住居跡や炉跡、配石基などの遺構が数多く見つかります。

土器は、表面に付けられた文様から縄文時代中期から後期(今から約5千年〜約3千年前)のものが大部分で、この中には、火焔形土器や王冠形土器などの深鉢形土器や急須に似た注口土器などがあります。石器には石鏃、石槍、搔器、

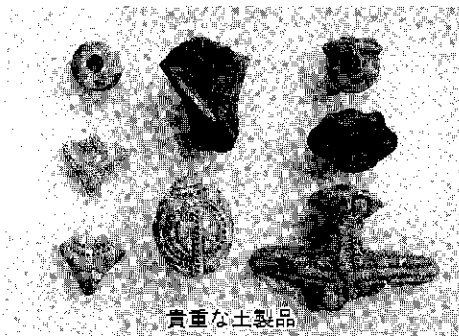
三脚石器、打製石斧、石皿、磨石、石核、石鏃、釣り針、石棒、刺片などがあります。

このほかにミニチュア土器、土製耳飾り、三角形土偶、スタンプ形土版、土偶なども発見され、十日町市における発掘史上最大の遺物出土量を記録しました。

遺構では、竪穴住居跡が10棟、掘立柱建物跡が3棟のほか、石で組んだ炉、平らな石を敷き詰めた配石基、食料の貯蔵に使用されたと思われる巨大なフラスコ状土坑などが発見されました。

野首遺跡は、縄文時代中期には集落として、後期には墓地として使われていたようです。

また、長野県産と思われる黒曜石の原石が出土したことから、かなり遠方の地域との交流があったものと考えられます。



貴重な土製品

### アドウアさん 一日警察署長でPR



「110番の日」の1月10日(金)、十日町市国際交流員のアドウア・カスターニョさんが一日警察署長を務めました。署長室で榎本副署長から一日署長の辞令を受けた後、アドウアさんが現金入れのバックを盗まれたという想定で、同署の公衆電話から県警本部に英語で緊急通報をしました。

その後、署員とセンタークロスで「何かあったら110番してください」とパンフレットを配りました。体験後、「少しは十日町市のお役に立ててうれいんです。とっても良い思い出になります」と話していました。

### 例年になく少雪の中 にぎやかに節季市



十日町の冬の風物詩、節季市が1月10・15・20・25日と諏訪町通りを会場に行われ、大勢の人出でにぎわいました。特に15日は、休日ということもあって早い時間から家族連れなどが繰出し、福を招く縁起物として人気の「チンコロ」は、11時前には売り切れ。節季市の主役、竹細工、わらぼし、かんじきなども売れ行きは好調のようでした。また、この節季市は市外にも知名度が高く、長岡や新潟などからのお客もたくさんいます。さらに、カメラマンやテレビ局も入るなど、十日町市のPRにも一役かっています。



# 島 A 遺跡

島 A 遺跡(中条島地区)は、県道中条田川線の東方で、しつぷ川右岸の傾斜地に位置しています。6月中旬から約3か月間にわたり約2千平方メートルの範囲が調査されました。

その結果、縄文土器や石器などの遺物や住居跡、土坑、柱穴などの遺構が見つかっています。土器は、その文様などから縄文時代中期(今から約4500年前)が中心です。

また、土器の破片の中には、割れ目をつなぎ合わせるために開けられた補修孔と呼ばれる孔をもち、一度壊れた土器を再利用しようとしたものもあります。

石器は打製石斧、磨製石斧、石皿、石鏃、剣片、石核、凹み石などがあります。石皿は写真



発見された石皿

のように部分的なもので、側面に2本の溝が彫られています。遺構では、竪穴住居跡が2棟、柱穴が約20基、土坑などが発見されました。土坑の底からは、板状の炭化物が見つかっています。

島 A 遺跡は、前述の野首遺跡や笹山遺跡に地理的に近く、また同時期に人が生活した可能性もあり、今後の遺物の研究により3遺跡の関係が分かるようになるかもしれません。



# 白井田 A 遺跡

白井田 A 遺跡(新座地区)は、東小学校的の北東約250メートルに位置しています。6月初めから約1か月半にわたり約700平方メートルの範囲が調査されました。

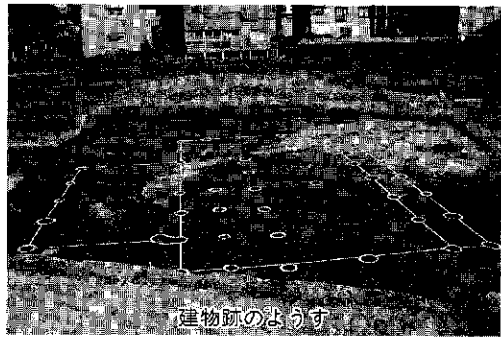
その結果、陶磁器類や渡来銭などの遺物のほか建物跡や柱穴列や集石などが見つかっています。

陶磁器類は、土師質土器(通称かわらけ)、珠洲焼、越前焼、瀬戸美濃焼、青磁など、室町時代(今から約400年〜500年前)のもので、遺構では、建物跡が4〜5棟に集石が1か所見つかっています。

建物跡の中で大きなものは、東西方向を長軸とする3間×7

間(7m×14・5m)の大きさで、南側に廂が付き、北側に張り出し部分を持っています。柱穴の分布を見ると数回の建直しが行われていたことが分かります。

また、発見された遺物が当時としては希少価値の高いもので、相当有力な武士が住んでいたのでしょう。



建物跡のようす

# 9年の発掘調査

平成9年度の発掘調査は、下条員ノ川の寿久保遺跡をはじめ上原新町の原田B遺跡など11遺跡にのぼります。これからも十日町市にとって貴重な発見があるかもしれません。

今まで知られていなかった過去の十日町市の姿が、発掘調査によって徐々に浮かび上がってきます。

# 市書道協会主催 市民書初大会



昨年に続き「市民書初大会」が1月19日(日)、クロス10大ホールを会場に行われ、小・中学生を中心に約200人の参加がありました。開会式終了後、参加者は与えられた課題に向かい精神統一し、一筆一筆でいいいに書き上げていきました。また、表彰式に先立ち岡村会長は「昨年に比べて一段とうまくなりました。そこで、最初は全員には予定ではなかった赤紙を全員にはりました」と講評しました。

小・中・高校生の全作品は、1月22日(水)〜26日(日)までの間、市民会館ギャラリーに展示され、一般公開されます。

# お父さん奮闘 新そばづくり



1月19日(日)、「縄文そばの会」の皆さん37人が昨秋に収穫した、そば粉で新そばづくりに励みました。平成5年度から始まった中条地区公民館の活動です。公民館近くに耕作していない畑があったのに目を付け、「十日町生そばまつりに負けない、手づくりのうまいそばを食べよう」と、何人かのお父さんたちが言い出したのが始まりです。

昨年8月20日に種まき、11月3日に刈り入れ作業を行い、製粉して35kgになりました。経験を積んでいるのでお手のもの。こねて、切つて、ゆでて、腹十二分に味わいました。

# VOICE UP

今月のテーマは、「私たちの地域の小正月行事」です。

2月25日号のテーマ

「十日町雪まつりの印象」

第48回十日町雪まつりを訪れた、県外からのお客様の声を聴きます。雪まつりや十日町市にどんな印象を持ったのでしょうか？

◆投稿される方へ はがきや来庁などいずれの方法でも構いません。なお誌上匿名は構いませんが、お名前、住所、電話番号だけは明記してください。

◆送付先 2月10日(金)までに企画人事課広報聴係(〒948十日町市千歳町3-3 ☎57-3111内線213)

## 地域の小正月行事…その1(大井田地区) ほんやら洞広場と雪上カルタ大会



大井田地区「ほんやら洞広場」は、今年22回目を迎えました。主催するのは青年の会。昭和50年前後、昔は各家庭や町内でやっていた「ほんやら洞」や「鳥追い」という小正月行事が消えつつありました。これではいけない、地域の小正月行事を子供たちに残してやりたい、という

気持ちが開催のきっかけです。

最初は「ほんやら洞」と「鳥追い」だけだったんです。それが年々エスカレートして、今の形になりました。そば、豚汁、甘酒などはほとんどが地域の業者からの寄付で、お客様に無料で提供しています。また、2回の「餅つき」も行い、その場で食べてもらっています。

会のメンバーは約30人。42歳の厄年を過ぎるとOBになりました。後継者不足も若干はありますが、いい雰囲気です。この行事を楽しみにしている子供たちがたくさんいます。この先も、今の子供たちが自分の子供に、この行事をおして「古き良き地域の伝統行事」を引き継いでいってほしいと考えています。



雪上でのカルタ大会はここだけ

また、15日午前には「雪上カルタ大会」が行われます。これは、地区公民館運営委員会が主催するものです。地域の歴史や風物詩を後世に残そう、との発想から始まりました。当日は、縦60cm、横40cmのカルタを雪上に置き、大人も子供もカルタ取りに夢中になります。雪国ならではの楽しいゲームです。読み句は地域に広く公募したもので、全世帯に家庭用のカルタとして配布されています。

## 故郷

とおかまちが  
いちばんいい

⑩

山田 健男 さん  
(大好き十日町会会員)

千葉県千葉市中央区末広5-1-11 (市内小泉出身・66歳)

十日町の日本一は魚沼産コシヒカリ。火焔形土器の姿に表れる高度な生活文化、そしてなによりもうれしい雪国の人情深さ。家族で年6回くらい泊まりで木の芽採り、ワラビ採りに出かけます。4年生から文通している丸山元三君ご夫妻、浦井博君、酒井久子さんありがとう。今年には待望の「ほくほく線」が開通し、無限の発展を約束してくれるものと期待しています。雪まつりも家内と出かけるべく、楽しみにしています。ふるさと十日町はんざい、ばんざい。

十日町を離れて53年。父は信士に勤務、16年10月ビルマへ出征、17年10月マラリアにて戦病死。18年3月(吉田小3年)、同級生と別れ母の実家の千葉に転居後、ふるさとをしのいでいました。一年の担任は太田優子先生、学芸会の思い出は桃太郎役のセリフを忘れ、鬼役の酒井喜一君に小声で教えてもらったこと。大好き十日町会は、ふる里創生にヒッターの会。創立時、同級生の当時市総務部長の浦井博君から教えてもらい、家族ぐるみで入会。イベントにも参加、大掛かりな企画と準備の影には運営委員の皆さんの大変な努力があると思います。皆さんの汗と努力が継続され、会の発展と十日町をしのんでいる人たちを楽しませてくださることに感謝しています。



1年おきにやっているクラス会

地域の小正月行事…その2 (新水)

## ドウラクジンとハネツケージ



久保田俊作さん

変なんですよ。今年は葉を60束使いました。中の芯は、秋に集めておいた杉葉です。昔はこの家でも玄關の両脇に大きな門松を立てていたもんだから、その松を芯にしたんです。

今年のオンピルも調子良く上がったから、豊作になると思うし、家庭でも地区でも心配事は起こらないと思いますよ。

このドウラクジンは、今朝8時から作り始めたんですよ。私の子供のころから、ここ(十社大明神)でやっています。昔はもっと大きいのを作ったんですが、今はコンバインで刈るもんですから葉を集めるのが大

山鳥や雉を使います(3枚の羽を胴のうつぎの木に差し込む)。

雪が少なくて毎年やっている田圃でできないので、今年は堂の前ですることでしたんです。

羽根の胴はうつぎの木、羽は山鳥や雉を使います(3枚の羽を胴のうつぎの木に差し込む)。



羽子板は雪下ろしのコシキ

羽の油が抜けるので毎年作り替えているんです。不思議なもので、良く飛ぶ羽根と飛ばない羽根があるんですね。ずっと昔から伝え行われてきたもんですから、大切な財産です。ですから我々も伝えていかなければなりません。ありがたいことに市の文化財(平成7年3月指定)にもしてもらったわけですから。



阿部恭之さん・1974年 牛

## 青春ネットワーク

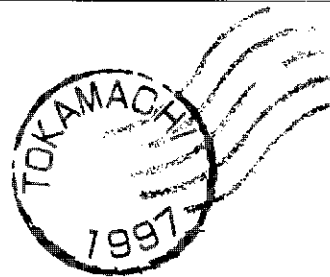
樹木室内勤務・22歳

青春は何事にも一生懸命で、前も後ろも分からない状態。年をとってから気付くものなんだと思います。今は色々なことと興味があり、全力でぶつかっていています。

高校を卒業後、現在の職業に就きました。仕事は楽しいですよ。身に付けていて、絶対に損にならない仕事だと思っています。休日は、仲間や彼女とスキーやスノーボードを楽しんでいます。夏場は、昨年仲間で作った野球チーム(ピストンズ)で草野球です。

新しい年を迎えました。今年できるかどうかは別にして、一度車で日本一周したいですね。毎年仲間ですれず貯金をして、2~3泊の車旅行に出かけています。去年は、裏磐梯に行ってきました。気兼ねをしない仲間との旅は最高です。性格ですか、短気ですがままだと思えます。でも、くよくよ考えたりしないサッパリした性格です。根に持たない方なんです。

※すでに将来を決めた人がいると言う阿部さんの紹介で、今回は高橋理奈さんにバトンタッチ。



## 十日町市・東京事務所

〒104 東京都中央区銀座4の10の12  
銀座サマリヤビル5階  
TEL 03-35461725 FAX 03-35461725

### 雪の話題を

#### 事務所から

紹介はありませんでしたが、これからも各方面に売り込みが必要だと感じています。さて、新しい年を迎え、在京の人たちとの会話の中で「深雪観音」の話が出ます。詳しい話は、このコーナーの担当

ほくほく線の開業まであとわずかになりました。まだまだ知名度が低く、これからもPRに力を入れる必要があると思います。事務所のすぐ近くに新潟日報の東京支社があり、事務所の活動についての取材を受けましたが、その辺が話題となりました。広くもない事務所ですが、ほくほく線開業の大きなポスターを2枚もはっています。外出時のカバンの中にも、関係するパンフレットは欠かせません。ところで「ジパング倶楽部」という名前をご存知の人も多いと思います。この会報誌の1月号に十日町雪まつりの秘話が巻頭5ページにわたって特集されています。このジパング倶楽部は、JR6社の共同事業で会員数は60万人を超えています。会報誌の発行部数は85万部とのこと。今回は雪まつり秘話ということで、残念ながらほくほく線の



### 相談コーナー

- ①交通事故相談 2月10日(月)
- ②定例行政相談 2月14日(金)
- ③巡回内職相談 2月21日(金)  
午前10時～午後3時  
会場：市民相談室
- ④高齢者職業相談  
毎週月曜日～金曜日  
午前9時～午後4時  
会場：高齢者職業相談室
- ⑤法律相談  
2月13日(休) 小林 彰 弁護士  
2月27日(休) 櫻井陽一 弁護士  
午前10時～午後3時  
会場：市役所市民相談室  
電話で市民課へ予約してください。

### 地域資料をご提供ください

今年、念願の「情報館(仮称)」の建設に取りかかります。情報館は、図書だけでなく、いろいろな資料、情報を提供する「新しい形の図書館」です。したがって、地域資料、特色資料も重要な資料になります。地域資料とは、この地域で作られた資料、この地域に関して記述されている資料のことで、具体的には次のようなものです。

- ▼歴史：自分史、町内史、団体史、社史、文化財、民俗
- ▼報告書・統計：活動報告書、調査報告書、統計資料
- ▼美術：作品集、写真集
- ▼文芸：個人またはグループの文集、句集・歌集、同人誌
- ▼その他：その地域が主要な舞台になっている著作、この地域の人(在住者、出身者等)を扱った著作

「地域」の範囲は、市内だけでなく松代町、松之山町を含む新広域圏が主ですが、場合によっては県全体に関するものも含まれます。特色資料としては、情報館では雪、織物に関する資料を収集します。いずれも、図書に限らず、パンフレットや一枚紙の資料も含まれますし、これからは音声映像資料も大切になってきます。

これらは発行部数が少なかったり、関係者だけに配布されたものであつたりして、なかなか収集が困難です。そこで、町内やご家庭に地域資料、特色資料が保存されていたら、ぜひ情報館にご寄贈ください。既に情報館にあるものでも、一つの資料について最低2部必要ですし、ものによっては各地区公民館ごとにほしいものもあります。例にあがっていないものでも、これはというものがありましたらご寄贈願います。

問合せ：情報館建設準備室(☎52-5011)十日町市公民館内)

くらしに役立つ  
**テレホンガイド**  
☎52-7111

**テレホンサービス**  
☎十日町市観光情報 57-0600  
☎くらしのダイヤル 025-285-7000

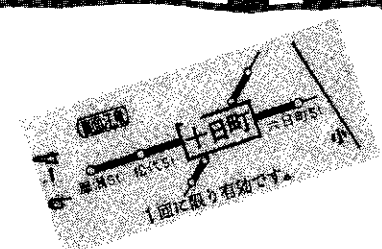
### 出 かけませんか

#### 第2回十日町彫刻会展

■日時：1月29日(休)～2月4日(休)  
(月曜日休館) ■場所：市民会館キヤラー■入場料：無料■内容：会員8人による作品展(公募展の入賞作品を含め、新作も出品予定) ■問合せ：十日町市公民館(☎57-5011)

#### おもちゃ図書館

子育てについての悩みなどがありましたらお気軽にご相談ください。  
■日時：2月6日(休)・20日(休)午前9時～11時30分 ■場所：勤労青少年ホーム ■問合せ：社会福祉事務所福祉係



ほくほく線の旅 16  
**ほくほく線**  
ヘルシーなお味噌  
「峠のわが家」  
(東頸城郡松代町)

難攻を極め、世界の注目を集めた標高911mの鍋立山(なべたちやま)は松代町で一番高い山です。今回はその鍋立山近くの峠集落の話題をお届けします。

今から13年前、昭和59年に108年の輝かしい伝統を残して峠小学校が閉校。その一角で生活改善を目指す主婦グループが手づくりお味噌の生産を始めました。

大豆の種まきから収穫、味噌の仕込み、販売、保存のための味噌庫の管理など、すべて4人の元気な主婦が手作業で行い、「味噌は毎日食べるもの、「峠のわが家」はつくり手の顔や材料が見えて安心」と各地で好評を博しています。

最近の研究で、味噌には皮膚の色素メラニンの合成を抑える成分が含まれていることがわかりました。さらに、その原料の大豆は「畑の牛肉」といわれるほどの高栄養食品として成人病対策にも有効です。また、大気中の80%の窒素ガスを根瘤菌(こんりゅうきん)と共生して固定し、たんばく質などに生合成するとされています。

甘味とコク、手づくりが自慢の「峠のわが家」は、ほくほく線まつだいの駅の売店が芝峠温泉でお買求めください。





●三情報(年金・保健)

◆児童手当をご存知ですか 児童手当は、児童の健全な育成と資質の向上を目的に支給される手当で、3歳未満の児童を育成し、前年の所得が一定未満の人に対し、申請した翌月から支給されます。●受給手続き、受給資格があると認められる人は、まだ児童手当を受けていない人は、次のものを持参し手続きをしてください。①健康保険証②印鑑③養育者(父親)の口座が分かるもの(公務員・教員は各所属庁へ申請) ●10月～1月分の振込は平成8年10月～9年1月分の手当を2月10日(月)に指定の口座に振り込みます。

支給対象	支給期間	支給金額(月額)
第1子以降	3歳未満	5,000円
第2子		5,000円
第3子以降		10,000円

(平成4年1月改正)

●問合せ 市民課年金係

◆公営住宅入居者募集

●募集住宅 ①黒沢富貴住宅3戸(6畳1室・3畳1室・台所、12,300円…2戸、6畳3室・3畳1室・台所、26,300円…1戸) ②田川市営住宅1戸(6畳2室・5畳1室・台所、26,800円) ③八幡田市営住宅1戸(6畳2室・5畳1室・台所、29,400円) ●募集期間 1月24日(金)～2月12日(水) ●問合せ 建設課建築住宅係

◆届出はお済みですか? 第3号被保険者の「特例届」 第3号被保険者の特例の届出は3月末までです。いまままでに第3号被保険者の届出がされていなかった期間や、届出が遅れたため保険料納付済期間とみなされなかった期間について、特例の届出を行えば、第3号被保険者制度ができた昭和61年4月以降の第3号被保険者に該当したすべての期間が、保険料納付済期間とみなされます。

◆税金の事前還付説明会 ●日時 2月3日(月)・4日(火)午前10時から午後1時30分からの2回 ●場所 リクロス10 ●持参する物 (共通) ①印鑑 ②筆記用具 ③計算器具 ④預貯金の口座番号が分かる書類、年金受給者: ①年金の源泉徴収票 ②年金以外の収入がある場合は、その所得金額が分かる書類 ③各種保険料控除証明書、医療費控除を受けられる人: ①給与

◆ダニ検査による居住環境相談 ●日時 2月18日(火)・25日(火)午前9時～11時 ●場所 十日町保健所 ●その他 電話相談は随時受け付け ●問合せ 十日町保健所 ☎57-2440

●三情報(税)

◆税の事前還付説明会 ●日時 2月3日(月)・4日(火)午前10時から午後1時30分からの2回 ●場所 リクロス10 ●持参する物 (共通) ①印鑑 ②筆記用具 ③計算器具 ④預貯金の口座番号が分かる書類、年金受給者: ①年金の源泉徴収票 ②年金以外の収入がある場合は、その所得金額が分かる書類 ③各種保険料控除証明書、医療費控除を受けられる人: ①給与

所得の源泉徴収票 ②医療費の領収書・証明書 ●問合せ 十日町税務署 ☎52-3181

◆税理士による還付申告無料相談 関東信越税理士会十日町支部では、還付申告無料相談会を行います。事前に電話連絡の上お出かけください。 ●日時 2月12日(火)～14日(金)午前9時30分～午後4時 (連絡先)

●三情報

氏名	所在地	電話
酒井栄一	南新出町2	57-8421
大口康幸	津南町	57-2542
中村 稔	西寺町	57-8482
水落信市	寿町2	57-2548
高橋重実	美雪町3	57-8750
高橋重厚	津南町	57-2542
中村 亨	西寺町	8442
水落正樹	高庄町2	3921
戸田守多	川西町	68-2569
中沢善知	津南町	66-2317
宮内 孝	七軒町	52-3813
和久井 工	本町6-1	52-2073

◆ほくほく線の試乗会 ●日時 3月8日(土)・9日(日) ●使用車両 H K 100型普通電車(2両編成) ●コース A Gまでの7コース ●定員 各コースとも10人(ただしF・Gコースは55人) ●応募方法 一般公募です。2月19日(必着)で官製はがき住所、氏名、年齢、電話番号、希望日及び希望コースを記入して北越急行(〒946-66南魚沼郡六日町大字六日町137-2)へ。 ●問合せ 地域開発室北越北線対策係 ●当選者には乗車整理券を送ります。当日持参し

福祉の窓

福祉機器の上手な利用

「福祉機器」という言葉はなじみの薄い言葉ですが、何らかの障害を持つ人が日常生活を自立して快適に暮らすための道具のことであり、また、介護のための便利な道具も意味します。

福祉機器は便利です

障害を持つ人の入浴や食事、排泄をはじめとして、移動や床周りなど日常生活に利用できる様々なものがあります。

例えば、電動ベッドや車イス、ポータブルトイレ、杖や歩行器、失禁用パンツや紙オムツなど多種多様です。もちろん介護する側から考えられるものもたくさんあります。

最近では福祉先進国からの輸入や国内でも技術開発が盛んに行われています。

◎上手に利用しましょう

障害を持つ人の自立は大切なことです。自立の喜びは生きていることの喜びにもつながります。介護の手が助かることも大きな励みになります。

スプーン一本が自立を生み出すこともあります。道具を上手に利用して、自立を促しましょう。



福祉機器展示コーナー

◎大切なのは選び方

障害の程度や自立能力、住環境、介護者の介護力など様々な角度から総合的に判断して、用途や体にあつた福祉機器を選ぶことが大切です。

介護支援センターでは、福祉機器の展示や相談、助言を行っています。

◆介護支援センター 三好園 ☎56-2134  
◆介護支援センター つまりの里 ☎58-2050

## 2月交通安全キャンペーン

12月中の交通事故発生状況 ( )累計

年	発生件数	負傷者数	死者数
8年	28(253)	31(293)	2(6)
7年	19(206)	25(236)	0(5)

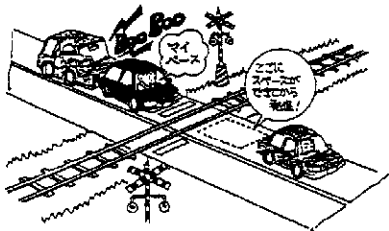
### 交差点や踏切では 細心の注意を

冬期間は雪のため交通環境が悪化し、人や車の確認がむづかしくなります。

ドライバーは、交差点ではスピードをゆるめ、踏切では一時停止をして安全確認を確実に行いましょう。また、見通しの悪いところでは必ず窓を開けて、目と耳で安全確認をしましょう。

さらに、夕方は早めにライトを点灯しましょう。

- 向かい側に自分の車のスペースができてから進入してください



◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

### 訂正とお詫び

1月10日号の「じょうずに描けたね」に掲載した岩田佳奈子ちゃん、岩田佳奈ちゃんの名を誤りでした。訂正してお詫びします。

てください。

◆公立高等学校定時制課程・通信制課程生徒募集 ●募集する学校▼

定時制：船江、西新発田、新発田南、五泉、長岡西、三条、小千谷、小出、六日町、十日町、高田南、高志、明鏡、▼通信制：新潟、高田南、明鏡、▼通学内容等：出願する高等学校②、学習内容等：出願する高等学校③、その他：県教育庁高等学校教育課(☎265-5511)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

▼スノーウェディング「白銀ロマン」 スノースノーウェディング「白銀ロマン」です。今年もまた、夢をお届けします。雪上での永遠の誓い。●日時：2月14日(金)午後8時45分～▼雪上茶席：幻想的な雪庭園、一時の静寂。地元社中による御手前を琴の音色の中で。●日時：2月15日(土)・16日(日)▼ほんやりどう：大きなほんやりどうの中で、餅や甘酒を。雪国ならではの風情をお楽しみください。●日時：2月14日(金)・16日(日)※問合せ：十日町青年会議所(保坂・十日町商工会議所内☎57-5111)

◆第48回雪まつり協賛「じばさんまつり」 ●日時：2月15日(土)午前9時～午後9時30分、16日(日)午前8時30分～午後6時●場所：クロス10内容：①お土産販売コーナー②ふるさとの民芸実演コーナー③きもの振り出し市ほか●問合せ：クロス10(☎57-2323)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

### スポーツ・レクリエーション

◆第12回

十日町4時間トライアルレース

●日時：2月8日(土)・9日(日)●場所：笹山クロスカントリースキーコース●募集定員：①個人：250人②リレー：50チーム●参加費：個人：2千円(小・中学生の部千円)リレー：6千円(小・中学生の部千円)●申込み：1月31日(金)までに参加費を添えて十日町4時間トライアルレース事務局(中条地区公民館内☎52-2748)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

◆発行してまず「アマチュア無線交信証」 十日町アマチュア無線クラブでは、当間高原リゾートのPRを兼ね、「アマチュア無線交信証」を発行していただきます。ご利用ください。また、9月1日に十日町市で行われる県の防災訓練に協力してもらえらるアマチュア無線者を募集しています。

◆問合せ「真霜由紀夫(上原新町・☎57-5694)

# Sports

### ●スポーツをしているとき

水を飲んではいけない？

従来スポーツは、身体の内レニングとともに口渇きに耐えることが精神的なトレーニングとされ、練習中に水を飲むことを禁じていました。しかし、十分な水分補給が体温調節には必要で、熱中症などの事故予防にも重要です。脱水状態では運動能力が低下し、良い成績が出せないことが実験で証明されています。

### ●脱水状態で

がんばっていませんか？

高温状態で正常な人とすでに脱水状態になった人に水を与えてみました。すると水分補給が十分でなくすでに脱水状態になっている人は汗の量が増加し、十分に水分を補っている正常な人は汗の量が増えませんが、すでに脱水状態

態になっていて必要な汗が出ていなくて、水を飲むことにより必要な汗が出るということです。このような人は、体温もすでに上昇し、疲れているので運動能力も低下しているわけです。

### ●吸収されやすい

組成の水とは？

一般的に発汗により脱水が生じた後に自由に水を飲ませても、汗で失った水分を摂取することはできません。これは水だけを飲むと血液のイオン濃度が薄まって、これ以上水が飲めなくなるためです。さらに血液を元に戻すために、尿として水を出します。

汗の量が体重の2%までであれば、水だけでも問題ありませんが、それ以上の汗をかいた場合には、イオンを補給することが必要です。

胃から少しでも早く腸へ移行し、吸収されやすい組成の水を摂るには、0・2%程度の食塩と2・3%の糖を含んだものが最適です。

結局水分補給は早めに、100〜200cc程度の水をこまめに摂ることです。気温の高い時や激しい運動時には、飲水休憩を取り、事故防止と練習効果の向上に役立ててください。



## 2月の乳幼児健康診査

事業名	期日	受付時間	対象児
3歳児健診 <small>(3歳6か月児が対象です)</small>	20日 (木)	午後1時10分 ～1時45分	5年8月 生まれの幼児
1歳6か月児健診	13日 (木)	午後1時10分 ～1時45分	7年8月 生まれの幼児
4か月児健診 ならびに 育児学級	26日 (水)	午後1時10分 ～1時30分	8年10月 生まれの乳児
2歳6か月児 身体測定	18日 (火)	午前9時30分 ～10時15分	6年8月 生まれの幼児
10か月児 身体測定	19日 (水)		8年4月 生まれの乳児 <small>(3歳未満児)</small>

会場は保健センターです

※1歳6か月児、3歳児健診の幼児は、歯科健診がありますので、歯をきれいにみがいて来てください。(3歳児健診は尿検査もあります)  
 ※4か月児健診に来られない人は、小児がん(神経芽細胞腫)尿検査セットを保健衛生課に取りに来てください。  
 ※平成5年9月生まれの幼児の保護者へ  
 3歳児健康診査では視覚検査を実施します。3月の健診対象者に検査セット等を送付しますので、2月15日を過ぎても届かない人は、保健衛生課保健衛生係まで連絡してください。

## 2月の健康相談

会場	期日	時間
保健センター	3・10・17・24日(月)	午前9時～11時30分
新座コミュニティセンター	18日(火)	午前9時～11時30分
大井田コミュニティセンター		午後1時30分～4時
川治地区公民館		午前9時～11時30分
北和会館		午後1時30分～4時
就業改善センター		午前9時～11時30分
山谷集会所	20日(水)	午後1時30分～4時
飛渡地区公民館		午後2時～4時
羽根川荘	21日(金)	午前9時～11時30分
水沢地区公民館		午後1時30分～4時
平成園		午後1時30分～4時
中条地区公民館	28日(金)	午前9時～11時30分
北原集落センター		午後1時30分～午後4時
下条地区公民館		午前9時～午後4時

※血圧が心配、食事療法を知りたい、心に悩みがあるなどの人は、どうぞご相談を。  
 ※健康手帳をお持ちの方はご持参ください。

## 乳幼児健康診査の受診が変わります

出生届の時に交付した乳児一般健康診査受診票(医療機関で無料で1回健診が受けられる券)は、平成9年4月からの母子保健法の改正により変更になります。ご利用については

### 看護婦、理学療法士 修学資金貸付金

応募資格：看護婦、理学療法士等を養成するもので、卒業後十日町市内においてその業務に従事しようとする人。教育委員会の奨学金を受けたい人。  
 額：貸付金額1月額2万5千円  
 提出書類①貸付申請書(保健衛生課にあり)②学業成績表③健康診断書④保証書  
 申し込み・問合せ：保健衛生課保健衛生係

## 成分献血が変わります

現在皆さんからご協力いただいている成分献血は、血しょう成分献血と血小板成分献血の二つがあります。しかし、輸血用の血小板が不足しているため、1月から血小板成分献血だけになりました。そのため、成分献血にご協力していただく人の条件が次のようになります。  
 条件①男女とも体重が50kg以上の(変更前男45kg以上、女40kg以上)



## 2月の献血車

輸血用血液の安定確保のため、今後とも献血への一層のご理解とご協力をお願いします。

- ◆全血献血
  - 日時：2月16日(日)午前10時～正午 午後1時～3時
- ◆成分献血
  - 日時：2月5日(水)
  - 場所：十日町市役所(雪まつり)

※成分献血は、事前に保健衛生課に申し込んでください。所要時間は約60分です。

## むし歯のないよい歯の子

12月の3歳児健診を受けた子44人

よい歯の子	住所	保護者
樋口和希	(新宮2)	宏和
榎澤大地	(大黒沢2)	宏
小笠原尚志	(四日町中原)	雅幸
東拓巳	(馬場4)	卓伸
宮内翔	(梅沢)	弥之
関口明世	(本町1上)	一夫
庭野千春	(江道)	春夫
山田結花	(新座1)	健二
上村亜梨沙	(貝ノ川)	功等
高橋瑠美	(稲荷町2)	
古澤知奈美	(北鑑坂3)	吉徳
小宮山悟	(本町7-1)	弘之
遠藤可奈子	(幸町)	和好
永井友哉	(太田島1)	修子
高橋ゆりか	(錦町2)	藤幸

よい歯の子	住所	保護者
篠原絵梨	(新座4)	一郎
小海亮	(土市2)	亨
岩田直樹	(中条新田)	武
庭野真光	(稲荷町2)	篤浩

## 2月の休日救急医

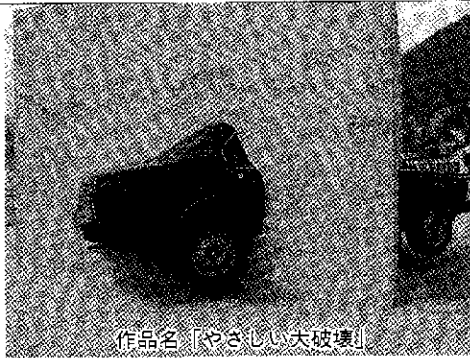
2日(日)	長山医院(津南町)	☎66-2877
	中条病院(北原)	☎57-3018
9日(日)	大坪医院(四日町新田1)	☎57-6100
11日(火) 建国記念日	第二藤巻医院(川西町)	☎68-2018
	津南病院(津南町)	☎65-3161
16日(日)	上村病院(中里村)	☎63-2111
23日(日)	田中外科医院(田中町本通り)	☎52-2403

# Buon Giorno! COMO-TOKAMACHI

偉大な芸術家、イコ・パリスイ氏

クリスマスや年末のイベントの喜びと希望に満ちたこの時期に、コモの全市民は悲しみに沈んでいます。この間、コモ市の偉大な建築家、イコ・パリスイ氏が亡くなったからです。パリスイ氏は1916年にパレルモ（シチリア州の州都）に生まれ、5歳の時に絵画教師の父とともにコモ市に引越して来て、その後ずっと住み続け生粋のコモ人になりました。パリスイ氏は優れた先生に師事し芸術を学び、1937年にカメラマンとしてデビューし評価を得ました。その後48年にはパリで開かれた装飾芸術家展示会に前衛的な家具を発表しました。

イタリアの代表的な芸術家たちと活動をともし、50年



作品名「やさしい大破壊」

から60年代にかけてはカメラマン、また画家として活躍しながら写真と絵画の芸術性を深く極めていきました。この芸術への探究心により、さらに斬新的な作品へと広がりを見せ、現在の前衛芸術作品が生まれました。パリスイ氏の作品はローマの現代芸術国立美術館、ミラノの近・現代芸術バビリオン、パリのポンピドゥ・センターなどに展示されています。もちろんコモの市立絵画館にも展示されており、コモ市民はいつでも見ることができます。

<カルロ・ギェルメッティ記>

※日本語訳は国際交流員アドゥア・カスターニョさん。イタリア語の翻訳等の相談がある方は企画人事課広報広聴係へご連絡ください。

## 大雪!?

総合マクト



## スクールNOW

### 心と心をつなぐ交流活動

東小学校

№.10



東小学校では、「交流」をキャッチフレーズに友達との輪を広げる活動や学校と地域の結び付きを深める活動を行っています。

#### — 友達との輪を広げる活動 —

運動会では、上級生と下級生が一緒になり手を取り合い障害物を越えるなど、励まし支え合い競技に参加しました。また、異学年間の集会活動や年3回の給食交歓会などを通し学年間の絆を深めています。

#### — 地域の文化を学ぶ交流活動 —

昨年の文化祭では、地域の人たちから、地域に伝わる昔話を聞いたり、ちんころ・わら細工作りなどを教えてもらったりしました。自らやってみるにより、その技術の巧みに新たな感動を覚えました。左の写真はその活動の様子です。

#### — 心と心の交流（花のプレゼント） —

飼育栽培委員会が育てた花を地域の一人暮らしのお年寄りにプレゼントしています。みんなで心の通い合う地域にしようと努力を始めています。

毎年この時期になると、全国の小学校から「雪国の暮らし」についての資料請求が多くなります。こちらの用意している冊子「雪国とおかまち」もさることながら、意外と人気があるのが「市報とおかまち」です。よく読むと、冊子以上にタイムリーな情報が得られるというわけで、冬期発行分を送って欲しいという要望もあります。こんな思いがけないところで市報を活用していただいていると知って、たいへんうれしく思いました。実際に、市報を何回分か子供たちに読んでもらい、そこから雪国ならではの工夫を探すのだそうです。ふだんあたりまえだと思っていることも、視点を交えたとすばらしい発見になるんだなあと思えました。

## ホットひと息

### 編集・集・室

#### 十日町市民の願い

雪の国のきもの田で  
今日よりすばらしい  
明日を夢みて  
今日に限りない  
感謝をささげ  
今日を人々のために  
働けることを  
念じてやまない

#### 市の木

