

奉 祝  
御 大 礼  
令和元年

今月号の表紙

菊まつり

日本有数の菊花展覧会。  
今年の風景花壇のテーマは『奉祝御大典』で、  
色とりどりの菊で華やかに飾られていました。



12月  
2019  
vol.1151

# 台風19号からの教訓

## 大河津分水路特集

「洪水」・「越水」・「浸水」・「決壊」・「氾濫」。今回の台風19号の影響で、弥彦村で発生する恐れがあった被害です。これらの被害は、「大河津分水路」がキーワードとなります。

このページでは、台風19号の影響で大河津分水路がどんな状況に陥っていたかを信濃川河川事務所 室永武司 所長へインタビューした内容を紹介いたします。

——大河津分水路はどのようなときに氾濫・決壊の危険がありますか

所長 皆さんは、信濃川がどんな川かご存知ですか。信濃川は、長野県千曲川や新潟県の魚野川流域を持っています。その下流に大河津分水路があります。すなわち、上流である長野県や魚野川流域で大雨が降ると大河津分水路にも影響を及ぼします。皆さんの中には、弥彦村での大雨が怖いと思っている方もいらっしゃると思いますが、長野県や越後三山で大雨が降った時も危ないという認識を持っていないと対策を間違えてしまう可能性があります。

——晴れているのに、水位が上がるのはなぜですか

所長 皆さんは、大河津分水路が危険になるのは、長野県や魚野川流域で大雨が降った場合、降った直後ではなく『時間差』があることを知っていますか。長野県での大雨は「半日」。魚野川流域での大雨は「4時間」。この時間を目安に、大河津分水路が一番危険な状態になることを覚えていてください。今回、弥彦村が避難準備情報を発令したのが、台風19号が過ぎた後、被害も無く、皆さんが安心していただけるのはこのためです。上流が危ない時、それは皆さんも危ないということになります。

台風19号についてお話をいただく  
信濃川河川事務所 室永武司 所長

# 弥彦村防災メールに登録しましょう

## ハザードマップをご確認ください

### 防災関連情報の入手先

#### インターネットなどによる情報

##### 【新潟県防災ポータル】

新潟県内の各種防災に関する情報を集約したサイトです。



また、右のQRコードより、携帯端末版サイト「緊急・防災情報」が見れます。



##### 【SNS】

ツイッター／Facebookなど

#### メール配信による情報

##### 【弥彦村防災メール】(要登録)

緊急時の避難情報、気象情報、土砂災害情報等を配信中。



##### ※登録方法

下記のアドレスにメールを送ります。  
右上のQRコードからも送れます。  
宛先: yahiko1-ent@pwa.e-msg.jp  
件名: 記入の必要はありません  
本文: 登録する名前を入力します

1分以内に確認メールが届きます。

確認メールに記載されている名前を確認し、すぐにそのまま返信します。

登録完了メールが届けば、手続きは完了です。

##### 【緊急速報メール】(登録不要)

携帯電話事業者が無料で提供するサービスで、対象エリア内の対応端末に一斉配信されます。

#### テレビ・ラジオによる情報

##### 【テレビ】

■データ放送  
リモコンの「i」ボタンを押すことで、常時最新の気象や災害の情報が見れます。

##### 【FM放送】

- NHK FM(82.3MHz)
- FM新潟(77.5MHz)
- FM PORT(79.0MHz)
- 燕三条FM(76.8MHz)

##### 【AM放送】

- NHK 第一(837kHz)
- NHK 第二(1593kHz)
- BSN(1116kHz)

—— 情報収集のため、川の様子を見に行くことは必要ですか

所長 絶対に行かないでください。新潟県は、12日の夜中に台風が最接近し、13日の午前中には晴れ間が広がっていました。今回、台風も過ぎ去り晴れ間が広がっていたため、現地へ確認に行く方が非常に多かったです。しかし、河川の水位上昇は継続しておりまして。晴れても水位上昇が止まるとは限りません。皆さんの身の安全に加えて、消防等の関係機関が現場確認をすることができなくなりますので、河川には絶対に近づかないようにしてください。

—— 堤防は、越水しなければ、安心して大丈夫ですか

所長 川の水位が高ければ、堤防が危険な状態になっていることを理解してください。晴れていても川の水位が高いままだと堤防が傷め続けられているということですので。この状態が続くことで、堤防内に水が入り込み、外へ水が流れ始める「漏水」による被害も忘れてはいけません。「漏水」は、堤防内の弱い部分に水が流れ込む「浸透」が続き、そこから水が漏れ出し、堤防を崩壊させてしまいます。

川の水が、堤防を越えないから大丈夫ということではなく、川の水位が高い状態が続いているだけで、堤防が崩れる危険性があることを覚えていてください。

—— 弥彦村にとっての大河津分水路の存在とはどのようなものですか

所長 皆さんにとって、長野県や魚野川流域での大雨が大河津分水路まで到達する時間差は、大変貴重なものです。この時間差は、水害に対して「備える」・「避難する」ための時間として使えます。日頃から、ハザードマップで自宅が危険なのかを確認し、水害時はまず高台にある避難所への避難を心がけてください。加えて、自治体の避難情報が無くとも、自主避難する意識が大切です。



令和元年10月13日の大河津分水路の様子  
(ケンオードットコム提供)

防災に関するお問い合わせは  
総務課 防災交通防犯係

94-3131

## 12月3日から9日は「障害者週間」です！

国民の間に広く、障がい者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障がい者が社会・経済・文化・その他のあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的とした週間です。この機会に、障がい者の自立と参加に対するより一層の理解とご協力をお願いします。

### ■ヘルプマーク・ヘルプカードを無料配布しています

村内在住の援助や配慮が必要な方が対象です。

このマークを着けている人を見かけたら、電車やバス等で席を譲る、困っていたら声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。また、ヘルプカードを提示されたときは、記載内容に沿った支援をお願いします。



### ■補助犬の同伴について、皆様のご理解とご協力をお願いします

身体障害者補助犬法で公共施設や公共交通機関をはじめ、病院、ホテル、飲食店やスーパーなど様々な場所で補助犬を受け入れることが義務付けられています。

補助犬は、人に危害を与えたり、物理的な損害を与えたりすることがないように訓練を受けています。また、健康管理や衛生管理もされているのでご安心ください。

☎ 福祉保健課 94-3133

## 自分のプライバシーを守るために 「本人通知制度」に登録しましょう！

戸籍謄本・住民票等が不正に取得され、身元調査に使用される人権侵害事件や、振り込め詐欺、ストーカー行為などの犯罪に悪用される事件が全国で起きています。

### ■本人通知制度とは

事前に登録した人の戸籍謄本・住民票等の写しを代理人や第三者に交付した場合に、証明書を交付した事実を通知する制度です。この制度により、戸籍謄本・住民票等の不正な請求の抑制を目指しています。

※第三者などに証明書を交付しないというものではありません。

自分のプライバシーを守るために、また、さまざまな人権侵害を許さないために「本人通知制度」に登録しませんか？

☎ 住民課 94-3132

## 同和問題とは

同和問題とは、日本社会の歴史的発展の中で形づくられた身分階層構造に基づく差別により、日本国民の一部の人々が長い間経済的、社会的、文化的に低位の状態を強いられ、日常生活の上でいろいろな差別を受けるなど我が国固有の重大な人権問題です。

残念ながら、現在でも差別問題やインターネット掲示板への差別を助長するような書き込みがなされるといった事案が発生しています。

同和問題解決のためには、理解を深める必要があります。お互いの人権を尊重し合う社会を築いていきましょう。

☎ 総務課 94-3131

日～10日  
週間

12月10日は「人権デー」です。日本では、12月4日から10日までの1週間を「人権週間」と定め、広く人権思想の普及を図るさまざまな活動が行われています。今もなお、同和問題をはじめ、女性・子ども・高齢者・障がいのある人に対し、様々な人権問題が存在しています。この機会に、改めて人権について見つめ直し、関心を持ってみませんか。

人権問題に関するご相談は 住民課 94-3132  
障がい者差別に対するご相談は 福祉保健課 94-3133  
同和問題に関するご相談は 総務課 94-3131

## 人権に関する法律が施行されています！

平成28年4月1日に「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」（障害者差別解消法）が、同年6月3日に「本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律」（ヘイトスピーチ解消法）が、同年12月16日に「部落差別の解消の推進に関する法律」が、それぞれ施行されました。

これらは不当な差別をなくし、人権が尊重される社会の実現を目指したものです。差別や偏見に基づく行為は、人々に不安感や偏見を与えるだけでなく、人の人格や尊厳を傷つけるものであり、決して許されないものです。私たち一人ひとりが、法律の趣旨を十分に理解し互いを思いやることで、差別のない社会の実現に努めていきましょう。

### ■法律について

#### 「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」

すべての人が障がいの有無によって分け隔てることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現を目指す法律です。

#### 「本邦外出身者に対する不当な差別的言動の解消に向けた取組の推進に関する法律」

日本に住む日本以外の出身者や子孫に対する不当な差別的意識を助長・誘発し、地域社会から排斥することを扇動するような言動の解消を目指す法律です。

#### 「部落差別の解消の推進に関する法律」

現在もなお部落差別が存在し、情報化の進展に伴ってその状況に変化が生じていることを踏まえうたうで「部落差別は許されないもの」という認識のもと、部落差別のない社会の実現を目指す法律です。

また、障がい者差別、外国人差別、部落差別に限らず、「そのうち差別はなくなる」と何もせず放っておくのではなく、あらゆる差別のない人権が尊重される社会の実現に向けて、私たち一人ひとりが人権意識を高め、誤った考えや偏見に惑わされないようにしましょう。

☎ 法務省の人権擁護機関では、同和問題（部落差別）やさまざまな人権問題についての相談を受け付けています。ご利用ください。

ナビダイヤル みんなの人権110番 0570-003-110

# 12月4 人権

### 人権をテーマとした映画「彼らが本気で編むときは、」の上映会を行います

時 11月30日(土) 午前10時～12時20分

所 NEXT21 6階 新潟市民プラザ（新潟市中央区西堀通6番町）

#### ■上映作品

「彼らが本気で編むときは、」

（平成29年製作 監督：荻上直子 主演：生田斗真）（字幕あり）

～親に育児放棄された少女、その叔父、叔父の恋人であるトランスジェンダーの女性の3人が、共同生活の中でそれぞれの幸せを見つけるまでの人間ドラマ～

定 200名（入場無料・申込先着順）

申・問 新潟県福祉保健部福祉保健課 人権啓発室 025-280-5181

### 「人権を大切にする県民のつどい」を開催します

時 12月7日(土) 午前11時～午後2時45分

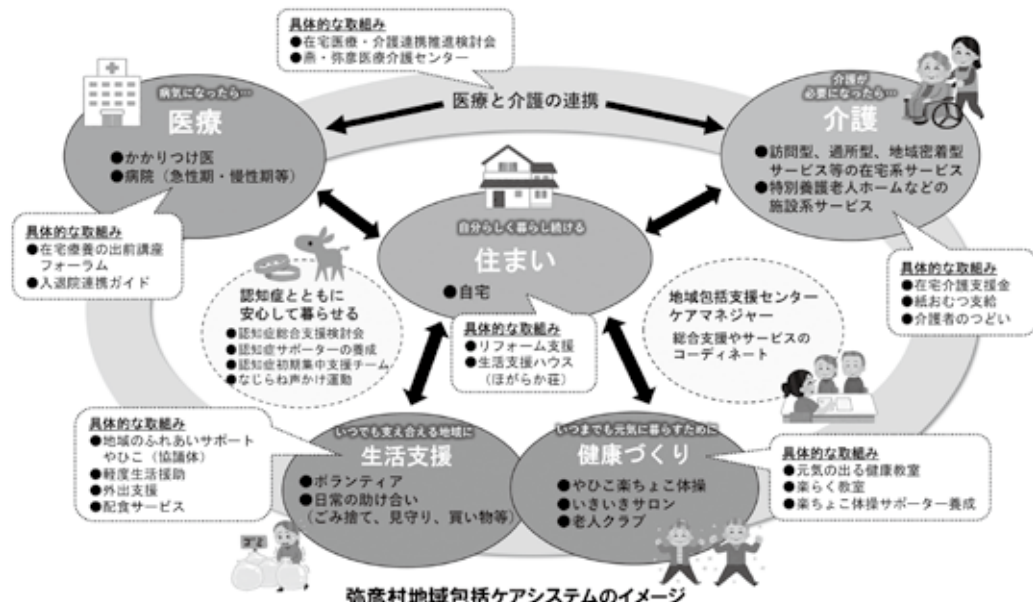
所 アピタ新潟西店（新潟市西区小新）

内 人権擁護委員によるパネルシアター、  
盲導犬デモンストレーション、  
新潟アルビレックスBC選手によるトークショーなど  
（申込み不要）

他 12月1日(日)～7日(土)まで、同会場にて  
各種人権課題のパネル展を開催します。

問 新潟県福祉保健部福祉保健課 人権啓発室 025-280-5181

# 医療や介護が必要になっても、望む生（逝）き方を表明でき、専門職と共に考え 人生最期まで暮らせるように — 弥彦村地域包括ケアシステム① —



## ○地域包括ケアシステムとは

団塊の世代が後期高齢者（75歳以上）になる令和7年以降、医療・介護の需要は増大することが見込まれています。そのため、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるように、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が連携して地域全体で支え合える仕組みである「地域包括ケアシステム」の構築を推進しています。弥彦村でも各分野で様々な取り組みを進めています。今回は、医療と介護の連携推進に向けた事業についてご紹介します。

## ○在宅医療・介護連携推進事業とは

弥彦村では、医療や介護の両方が必要になった方でも安心して自宅や地域で暮らし続けられるよう、医療機関や介護事業所等の協働・連携体制の整備に取り組んでいます。医療や介護の専門職の連携、医療や介護サービスの提供体制を整備するため、燕市、燕市医師会と共同で「燕・弥彦医療介護センター」を設置し、コーディネーターを平成28年に配置しています。燕・弥彦医療介護センターでは、地域の医療・介護関係者などからの在宅医療・介護に関する相談支援、研修会やフォーラム等の事業を行っています。

## ○信頼できる人と人生最期をどう生（逝）きたいか話し合いましよ

命の危険が迫った状態になると、約7割の人が医療・ケアなどに関しての意思決定判断が困難になり、自分の望みを人に伝えることができなくなると言われています。そこで、自分らしく最期まで生き、より良い最期を迎えるために、あらかじめ元気なうちから最終段階の医療・ケアの方針について、家族や医療・ケアチームと共に繰り返し話し



▲令和元年度医療・福祉・介護フォーラムの様子



▲出前講座の様子

合い、共有すること（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）が重要視されています。弥彦村でも、最期まで望む生（逝）き方ができるよう、医療・介護の専門職、住民、それぞれを対象にさまざまな取り組みを行っています。

## 〈医療・介護専門職を対象とした事業〉

### ■意思決定支援研修会

医療や介護の専門職等を対象とし、事例を通じて実践的にご本人の意向を叶える技術を学ぶ研修会です。

## 〈住民を対象とした事業〉

### ■医療・福祉・介護フォーラム

今年度は、がんの緩和ケアに携わる医師である高宮有介先生をお招きし、人生の最終段階における医療とケアの在り方や、がんという病気を通じて生と死を考え、自分自身がどう生（逝）きたいかを住民と専門職並びに行政が共に考える機会を設けました。

### ■出前講座

地域の集まりの場（サロン等）に燕・弥彦医療介護センターの看護師や社会福祉士が出向き、在宅療養に関する講話を行っています。  
興味がある方は、左記までご連絡ください。

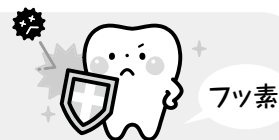
### ■問合せ

燕・弥彦医療介護センター 0256（77）8856



# 大人のむし歯調査にご協力を

## —2020年フッ化物洗口50年の歴史—



「子どもたちに丈夫な歯（図1）を」との願いを込めて昭和45（1970）年弥彦小学校で「フッ化物洗口」が開始されてから来年で50年です。その後、新潟大学歯学部（境 脩 チーム）による年2回の学術調査が行われ、“フッ化物洗口を開始した後に新しく生えてきた歯の方がより効果的”、との特徴が見出され、昭和53（1978）年より村内すべての保育園でも実施されました。

フッ化物洗口を就学前から開始し、小学生になった子どもたちのむし歯数データが図2の棒グラフに示されています。小学1年生から6年生まで、学年ごとに3本の棒グラフが示されています。フッ化物洗口を開始した年度（1970年）の結果が1番左の棒グラフで、まだフッ素の効果が全くない時のデータです。真ん中の棒グラフは4歳よりフッ化物洗口を開始した子どもたちが小学生になった時（1989年）のデータで、これらの比較を6年生で見ると約1/4に減少していることが分かります。

さらに右の棒グラフ、1番低いむし歯数を示しているデータ（1996年）があります。6年生でもむし歯数はほとんどゼロに近い値となっています。これは、フッ化物洗口に加え、溝の深い奥歯に対する予防処置：“シーラント”の効果を示しています。当時“シーラント”は新しいむし歯予防方法とされていたものです。ちょうど弥彦小学校では、保健室に歯科診療室が併設されることになり、その診療室で計画的なシーラント予防が実施できたのです（1989年）。同予防方法はその後新潟県と県歯科医師会によって受け入れられ、全県下に普及し、また現在では全国の歯科医院で一般的に実施してもらえる診療項目となっています。

さて、フッ素は子どもの時に実施することが大切、と考えるあまり、「むし歯予防は子どもの時にしっかり実施しておけば一生大丈夫!」、と勘違いしてしまいがちです。しかしむし歯ができる危険な落とし穴は生涯のいつでも散らばっています。一般に、成人・高齢者はむし歯や治療歯をたくさん持っています（図3）。45～54歳では有病者率：99.5%、平均むし歯数：13.3本（うち抜けた歯：1.5本）（2016年国民調査）となっています。では実際に、日本一むし歯の少ない状態で過ごした弥彦村や新潟県内の子どもたちが、「大人になってなおむし歯が少ないか?」、という疑問が残されています。フッ素は歯や骨の栄養素ですから、子どもの時に十分でも大人になって栄養不足になったら病気になることと同じ、とする方が妥当だと世界の歯学専門家たちは考えています。生涯にわたって安定したフッ素の適正環境を提供する方法として、水道水のフッ素によるむし歯予防（水道水フッロリデーション）が推奨されています（WHO）。

（元日本大学松戸歯学部教授 歯学博士 小林清吾）

### ●大人のむし歯調査について

学童期のフッ化物洗口の効果の持続性や新たなむし歯予防対策の必要性を明らかにするため、成人の方を対象にした実態調査を来年行います。調査は学童期にフッ化物洗口を実施した人だけでなく、村外から転入された方にも、ご協力をお願いします。

図1



図2

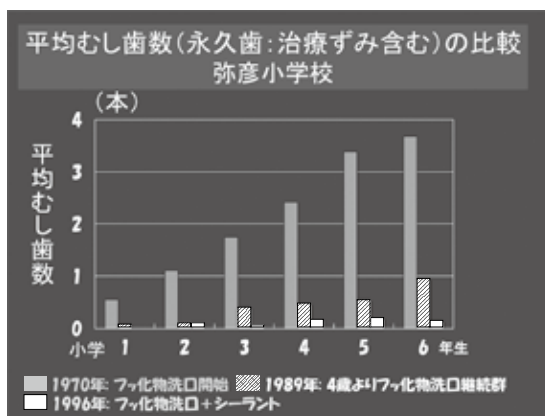


図3



# 後期高齢者医療制度のよくある質問 Q & A

## 1 75歳になると私の保険はどうなるの？

回答： 75歳の誕生日から、自動的に後期高齢者医療制度に加入となり、手続きは必要ありません。  
 なお、後期高齢者医療制度の保険証が使えるのは、75歳の誕生日からです。保険証は、誕生日の前にお手元に届くように郵送します。



## 2 保険証を紛失したのですが、どのように再交付を受ければよいですか？

回答： 保険証を紛失・破損した場合には、住民課の窓口で再交付申請をしてください。

◎申請に必要なもの：印かん、窓口に来られる方の身分証明書（運転免許証など）、マイナンバーがわかるもの

## 3 コルセット・補装具などの治療用装具の購入費は、保険の対象になりますか？

回答： 治療上必要のあるコルセット・補装具などの治療用装具を購入した場合は、いったん全額を本人が支払います。あとから、住民課の窓口で申請すると、自己負担割合1割（現役並み所得者は3割）を超えた金額が、療養費として払い戻されます。

◎申請に必要なもの：医師の証明書（指示書）、領収書、本人名義の預金通帳、印かん、保険証、マイナンバーがわかるもの

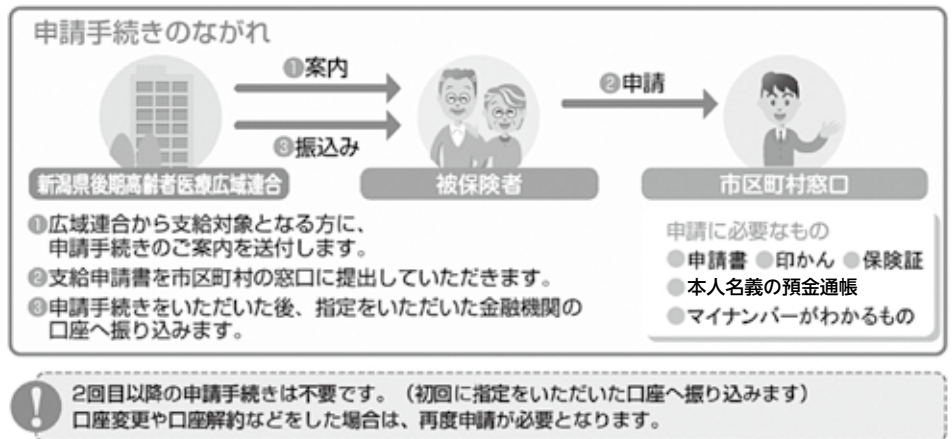
## 4 医療費が高額になったのですが、払い戻しは受けられるのですか？

回答： ●高額療養費

複数の病院を受診されている場合や同じ世帯に被保険者が複数いる場合などで、1か月（同じ月内）の医療費の自己負担額が、定められた限度額を超えた場合は、その超えた額が支給されます。支給見込みがある方には、診療月の約3か月後に、新潟県後期高齢者医療広域連合から支給申請案内を送付しますので、申請書に必要事項を記入し、住民課に提出してください。2回目以降は、初回に指定された口座へ振り込まれます。

●外来年間合算

自己負担割合が1割の方で、1年間<sup>※1</sup>のうち、外来診療分の医療費の自己負担額<sup>※2</sup>の合計が、14万4千円を超えた場合はその超えた額が支給されます。すでに口座登録がある方には11月15日に支給されています。申請が必要な方には、11月中旬に広域連合から支給申請案内を送付していますので申請書に必要事項を記入し、同封されている返信用封筒で返送してください。  
 ※1 毎年8月から翌年7月  
 ※2 高額療養費を差し引いた後の自己負担額



## 5 保険料を年金から納めていますが、口座振替に変更できますか？

回答： 保険料の納め方は、手続きにより口座振替に変更することができます。  
 口座振替への変更を希望される場合はお申し出ください。手続きをいただくと年金からの納付が中止され、口座振替により納めていただくこととなります。  
 （納付いただく保険料の総額は変わりません）

◎手続きに必要なもの・・・振替口座の預金通帳、通帳の印かん

## 社会保険料控除について

納めた保険料額は、所得税や住民税の申告の際に社会保険料控除の対象となります。

- ・年金からの納付……………年金受給者本人に適用
- ・納付書・口座振替による納付……実際に負担した方に適用

●ご注意ください

ご家族の口座からの納付に変更した場合、世帯全体の所得税や住民税の税額に影響が生じる場合があります。



# こんなお手伝いができます！ シルバー人材センター

弥彦村シルバー人材センターには、豊かな知識と経験をもった元気なお年寄りがたくさんいます。お気軽にお問い合わせください。

## 【こんな仕事ができます】

- ① 除草作業、草取り
- ② 農作業（田植え補助）
- ③ 庭木の手入れ（剪定、冬囲い、庭掃除）
- ④ 軽易な大工仕事
- ⑤ ふすま、障子、網戸の張り替え
- ⑥ 賞状、宛名書き
- ⑦ パソコン文書作成
- ⑧ チラシ配布（封入れ、発送作業）

## 【会員募集】

弥彦村シルバー人材センターでは、一緒に働いてくれる仲間を募集しています。あなたの経験と知識を活かしてみませんか？各種講習会も実施していますので、未経験の方も大歓迎です。まずはお気軽にお問い合わせください。

■問合せ 弥彦村シルバー人材センター 94-5144

企業・団体・家庭の皆様からのご依頼をお待ちしています



## 年金相談

国民年金の付加年金について

**Q** 現在、国民年金に加入し保険料を納めています。が、「付加年金」とはどんな年金ですか？

**A** 「付加年金」とは、通常の国民年金保険料（月額16,410円/令和元年度）に加えて、付加保険料（月額400円）を納めた方が、将来、老齢基礎年金に上乗せして受け取ることのできる年金です。付加年金額（年額）は、2000円×付加保険料納付月数となります。

例えば、付加年金に1年間加入した場合、納付する保険料は、4000円×12か月＝4,8000円となり、受け取る付加年金額は、2000円×12か月＝24,000円（年額）となります。

このように、付加年金は2年以上受け取ると、納めた以上の年金が受け取れることとなります。

**Q** 付加保険料を納めたいのですが、注意する点などを教えてください。

**A** 一般的に国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者が、付加年金保険料の納付を申し出た月の分から納めることができます。（農業者年金に加入されている方については、本人の希望の有無にかかわらず加入時から納付が必要となります。）

ただし、次の方は付加保険料を納めることができません。

- ① 保険料の免除（全額免除・一部免除・納付猶予・学生納付特例）の承認を受けた方
- ② 国民年金基金に加入されている方
- ③ 65歳以上の特例任意加入をされている方

なお、産前産後免除では、所得にかかわらず保険料の免除をする制度のため、免除期間であっても付加保険料を納めることができます。

11（い）月30（みらい）日は「年金の日」です！

年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、三条年金事務所にお問い合わせください。

### 問合せ

三条年金事務所  
住民課  
0256(94)3132  
0256(32)2239

# Village Topics

ビレッジ・トピックス

## 1 Topics

### 新潟県菊花展覧会

11月1日から24日まで、彌彦神社境内で新潟県菊花展覧会（通称…菊まつり）が開かれました。

新潟県、新潟県教育委員会、新潟県菊花連盟の共催で、その規模、施設、出品数、品目の多様なことで、日本有数の大展覧会として毎年好評であり、盛んです。例年、愛好者から続々と出品され、その点数も4000鉢にのぼり、すっかり秋の風物詩として全国的にも知られ、大勢の観菊者で賑いをみせました。



▲菊が飾られる彌彦神社

## 3 Topics

### 彌彦小学校創立50周年

10月26日に彌彦小学校で創立50周年記念式典が開かれました。式典では彌彦小学校の歴史を振り返る映像が大スクリーンに映されたり、児童が見つけた彌彦小学校のいいところが発表されたりしました。また、スクールバンド部とOB・OG・彌彦中学校吹奏楽部との演奏、彌彦山太鼓の披露、全校合唱により多くの方で50周年を祝いました。



▲全校児童による歌（振付）の披露



## 2 Topics

### 伊彌彦米 彌彦神社奉納式

伊彌彦米がブランド化して4年目の収穫を迎え、10月31日に彌彦神社への令和元年産伊彌彦米等の奉納式が執り行われました。村をはじめ農業関係者一同でおやひこさまのお恵みに感謝するとともに、来年産米の豊穣を祈念しました。



▲奉納式の様子▶



## 4 Topics

### 中学校 合唱コンクール

10月19日に彌彦中学校で合唱コンクールが開かれました。スローガン「花咲け合笑、令和最初の歌声が響く〜」のとおり、学年合唱やクラス合唱で生徒たちの素晴らしい合唱が披露されました。PTA合唱には生徒たちから盛大な拍手が送られていました。



▲最優秀賞を受賞した3年3組

# 5

Topics

## 第45回弥彦村 高齢者スポーツ大会



10月16日にサン・ビレッジ弥彦で弥彦村高齢者スポーツ大会が行われ、各老人クラブに所属する多くの方が参加しました。

高齢者の心身の健康保持と積極的に生きがいを高めることにより、高齢者の福祉増進を図ることを目的とした本大会も45回目となりました。

笑いとお喋りが渦巻く中、今年度の優勝チームは大接戦の末「山崎郷仲よしクラブ」でした。おめでとうございます。



▲白熱のボウリング競走

# 7

Topics

## 優良読書グループ 県表彰受賞



第73回読書週間期間中に、やひこえほんの会が優良読書グループの県表彰を受賞しました。

平成8年に結成され、毎月子育て支援センターで、また年に複数回夢の木はうすで、実施している読み聞かせイベント、弥彦小学校への訪問事業、村外保育園への出張ボランティア活動などが評価されました。



▲やひこえほんの会の皆さん

# 6

Topics

## 自主防災組織防災訓練

10月13日(走出)20日(観音寺)27日(大戸)に、自主防災組織による防災訓練が行われました。万が一に備えようと各地区の方が積極的に参加し、消防士や増田防災管理官の講話や講習会では多くの質問が寄せられ、防災に関する意識を高めました。

「防災訓練は、何をしたら良いのだろうか...」と、悩んでいませんか。そんな時は、総務課防災交通防犯係までお気軽にお問い合わせください。



▲消防士による防災講習(観音寺)

# 8

Topics

## 農業まつり

### くふるさと弥彦秋まつり2019



10月27日に役場駐車場で農業まつりが開かれました。豪華景品が当たる子ども抽選会やお楽しみラッキー抽選会で盛り上がり、採れたての新鮮な野菜を求めて、朝早くから多くの人で賑わいました。



▲賑わう農業まつり



▲子ども抽選会で景品をゲット

# 医療機関のかかり方

被保険者の皆さん一人ひとりの健康管理や受診マナーへの取り組みが、保険税の上昇を抑えることにつながりますので、医療機関を利用するときは、次のことを心がけましょう。皆さんのご協力をお願いします。

## ○かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

病気になったとき、日頃の健康に不安を感じたときに医療の相談ができる、かかりつけ医を持つことが大切です。気になる症状があれば、まずはかかりつけの医師に相談しましょう。お薬のことはかかりつけ薬局に相談しましょう。

## ○「はしご受診」はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。「はしご受診」は重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を与えてしまう心配がありますし、医療費の増加につながります。

## ○柔道整復師（整骨院・接骨院）では保険適用にならない場合があります

施術の内容によって行為が限定されています。健康保険の適用が認められないものについては、全額自己負担となりますので、施術前にしっかりと確認しましょう。

### 保険証が使える場合

- ・骨折・脱臼・捻挫
- ・打撲・挫傷（肉離れ）

※骨折・脱臼については医師の同意が必要です（応急処置を除く）

※骨・筋肉・関節のケガや関節の痛みで、その負傷原因がはっきりしているときも保険証が使えます。

### 保険証が使えない場合（全額自己負担となります）

- ・単なる肩こり・筋肉疲労
- ・内科的原因からくる疾患
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・症状の改善が見られない長期の施術
- ・加齢からくる症状

## ○休日や夜間の受診の前に考えてみましょう

休日や夜間に軽症の方の救急医療への受診が増え、緊急性の高い重症の方の治療に支障をきたしています。休日や夜間に開いている救急医療機関は、緊急性の高い重症の方を受け入れるためのものであり、割増の医療費が設定されています。受診する際は、平日の診療時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。

## ○薬のもらい過ぎに気をつけましょう

薬は用量や用法を守って服用しましょう。薬の飲み合わせによっては、副作用が生じる場合があります。薬局で渡される「お薬手帳」の利用や、服用中の薬を医師や薬剤師に伝えるなどして、薬の重複や飲み合わせを確認してもらい、不要な薬をもらわないようにしましょう。

## ○ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、先発医薬品と同じ有効成分で製造・販売され、同等の効き目があると国が認めた医薬品です。一般的に低価格で提供されるため、多くの場合、みなさんのお薬代も安く済みます。医師や薬剤師に利用について相談しましょう。

■問合せ 住民課 医療保険係 94-3132



# 冬は高血圧に気を付けましょう

寒くなると身体は体温を逃さないように血管を収縮させるため、血圧が上がりにやすくなります。また、暖かい場所から急に寒い場所へと移動するなど、温度差が大きくなるために血圧の変動が起こります。日ごろから血圧が高い人は、脳卒中や心筋梗塞などの思わぬ事態につながることもあるので特に注意が必要です。血圧が正常の人でも、高血圧予防のために以下のような生活をこころがけましょう。

## ○血圧の急激な変動を防ぐ

外出時はもちろんですが、室内でも暖房のきいた部屋からトイレや廊下、浴室などの暖房が不十分な場所へ移動する時も注意が必要です。温度差をなるべく少なくするため、以下のような工夫をおすすめします。

- ・起床時、布団から出る前に室内を暖める
- ・入浴時は脱衣所を暖め浴室との温度差を少なくし、長湯はしないようにする(水分補給も忘れずに)
- ・寒い屋外に出るときはしっかりと防寒対策をする
- ・トイレ内や便座を暖めておく

## ○家庭で血圧測定をする

高血圧は自覚症状がないことも多く、1回の測定で判断することもできません。そのため日ごろから家庭でも血圧測定をして普段の血圧を正確に把握することが大切です。

高血圧で受診をしている人も、家庭での血圧を測定し受診時に測定記録を見てもらいましょう。

## ○お酒は適量に

過剰なアルコールは血圧を上げます。1日1合以内、週に2回は休肝日を設けましょう。

## ○禁煙をする

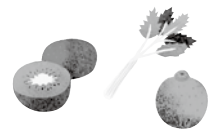
タバコに含まれるニコチンは血管を収縮させ、血圧を上げます。禁煙をお勧めします。

## ○十分な休養と睡眠をとる

過労や睡眠不足は血圧を上げます。十分な休養をとり、身体とこころを休めましょう。

## ○塩分の摂りすぎに気を付け、野菜や果物を積極的にとる

塩分は周囲の組織から水分を引き込むため血液量が増え、血管にかかる圧力が増し、血圧が上がります。冬はクリスマスや忘新年会などのイベントも続き、食生活が乱れがちです。普段以上に減塩を意識しましょう。また、野菜や果物に含まれるカリウムは、塩分(ナトリウム)を体外に出し、血圧の上昇を抑える働きがあります。野菜は1日350g(小皿5~6皿分)、果物は自分のこぶし2個分程度を摂りましょう。



※腎臓疾患の方は主治医に相談しましょう。

## ○身体を動かす

運動は血圧を安定させる効果があります。少しずつでも、無理のないペースでこまめに身体を動かしましょう。

※高血圧や心臓疾患等で受診している方は、運動の程度について主治医に相談しましょう。また、寒い場所での運動は身体に負担がかかりますので、無理をしないようにしましょう。

## ○太りにすぎに注意する

体重が増えると体内の水分量と血液量が増え、血圧が上がります。

自分のBMIを知り、適正体重(BMI18.5~24.9)を維持しましょう。

※BMI: 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)



## 血管いきいき講座 ~血管の老化(動脈硬化)を防ぐ~

健康の秘訣は「血管を若く保つこと」。高血圧や高血糖、脂質異常をそのままにしておくと、血管の老化が進み、突然大きな病気を起こしてしまいます。血管の老化を防ぐ方法を、健康運動指導士と管理栄養士が運動と食事の面からサポートします。自覚症状のない血管の老化に早めに気づき、健康的な生活を始めましょう!

**時** ①12月16日(月) 午前9時30分~11時30分 ②12月23日(月) 午前10時~12時30分




**所** 保健センター ※内容により、開始、終了時間が異なります。動きやすい服装でお越しください。

**持** 特定健診結果書、運動靴、タオル、筆記用具、水分補給の飲み物、眼鏡(必要な方)

**料** ②のみ300円(昼食代)

■問合せ 福祉保健課 健康推進係 94-3133

# INFORMATION

 催し・講座
  健康・子育て
  募集・採用
  役場から
  消防から
  趣味・スポーツ
  図書室から

時日時 所会場 対対象 定定員 内内容 師講師 料料金 持持ち物 切切り 申申込 問問合せ

## あなたの家に サンタクロースがやってくる!

商工会青年部員がサンタクロースに扮してご家庭を訪問し、保護者が用意されたプレゼントを無料配布いたします。

**時** 12月24日(火) 午後6時30分～7時30分予定

**対** 小学生未満のお子様がいる家庭(村内限定)

**期** 12月9日(月)

**申・問** 弥彦村商工会 94-2272

## もの忘れ・ストレス相談 精神保健相談

もの忘れ・ストレス相談(こころの相談)

**時** 12月3日(火) 午後1時30分～3時

**所** 保健センター

**担当** 長岡 心の健康相談室 今井橋男室長  
(精神保健福祉士)

※予約制ですので、事前に下記までお申し込みください。

**精神保健相談**

**時** 12月6日(金) 午後1時30分～3時

**所** 弥彦村役場

**担当** 佐瀧荘 青山雅子精神科医師

※予約制(定員3名)ですので、事前に下記までお申し込みください。

**申・問** 福祉保健課 健康推進係 94-3133

## マイナンバーカード更新手続きには ご予約を!!

マイナンバーカードやマイナンバーカード電子証明書の更新のご案内が有効期限を迎える前に届きます。

更新希望の方は前日までに手続きのご予約を住民課までお願いします。

**問** 住民課 住民係 94-3132

## 令和元年度燕市認知症支援セミナー 「認知症の予防と共生」

認知症に関する正しい知識や、支援方法の理解を深めるため、セミナーを開催します。

- ・認知症の発症を遅らせるためには?
- ・認知症になってもこれまで通りの暮らしを続けるためには?  
認知症の最新情報を専門医が分かりやすくお伝えします。

**時** 12月7日(土) 午後1時20分～4時(午後0時45分開場)

**所** 分水公民館(燕市分水新町2丁目5-1)

**内** 燕弥彦認知症初期集中支援チーム活動報告  
講演「認知症の予防と共生」

**師** 国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
長寿医療研修センター長  
遠藤 英俊 先生

**対** どなたでも(申し込み不要)

**料** 無料

**主催** 燕市/共催 弥彦村

**問** 燕市 長寿福祉課 0256-77-8157



## やひこえほんの会 「えほんの会でクリスマス!」

**時** 12月4日(水) 午前10時～11時 **所** 夢の木はうす

**内** 人形劇/手遊び/えほん/楽しいおやつ

**問** えほんの会 高橋 94-2502

※参加申込は必要ありません。当日親子で会場へどうぞ。

## からだところの健康相談


**時** 12月9日(月) 午前9時30分～11時

**所** 保健センター

※事前に予約するか、当日直接お越しください。

**問** 福祉保健課 健康推進係 94-3133


以下のスペースは有料広告です



### セレモニー椿

新潟県の家族葬・小規模葬なら  
安心価格のコミコミプラン  
サービス・消耗品・仏具等全て含む価格で安心。  
(ご飲食・返礼品・宗教費用は除く)

二日葬 **55万円** (税別)  
 一日葬 **40万円** (税別)  
 火葬式 **25万円** (税別)


24時間対応  

**0120-108-401**  
 ceremony-tsubaki.jp

### 家族葬/小規模葬に適した 専用ホール


30名程度までのご葬儀に最適な空間をご用意。

### 安心のライフエンディング 総合サポート


ご自身と残されるご家族のために安心の  
ライフエンディングを。



お通夜振舞会場



控室



メイン会場

セレモニー椿 よしだ  
西蒲原郡弥彦村峰見355-1

セレモニー椿 つばめ  
燕市東太田6194-1

新潟県内全8ホール



## 彌彦観光ぼらんていあガイド募集

「彌彦観光ぼらんていあガイド」は、ガイドブックでは得られない彌彦の良さや見どころをより多くの方に知っていただきたいと平成16年5月にスタートし、観光シーズンを中心に大勢の方をご案内してきました。

新たにガイドとなる方を募集しています。観光案内を通じて年齢・性別を超えた楽しいふれあいの場を持ちませんか。

＜ぼらんていあガイド養成に向けた勉強会を開催！＞

**時・所** 2月25日(火) 午後2時～ 弥彦村商工会館  
3月24日(火) 午後2時～ 弥彦村商工会館  
4月28日(火) 午後2時～ 一の鳥居

**内** 彌彦神社周辺へお越しのお客様の案内

**申・問** (一社)彌彦観光協会 94-3154



## 令和2年度沖縄「平和の礎」追加刻銘について

沖縄県糸満市の平和祈念公園内に、沖縄戦で亡くなられた全ての方々の氏名を刻んだ記念碑「平和の礎」があります。

まだ刻銘されていない該当の方は、追加刻銘ができますのでお問い合わせください。

■該当者 昭和19年3月22日から昭和21年9月7日までの間、沖縄県区域及び南西諸島周辺において、沖縄戦が原因で亡くなられた方

✕ 12月17日(火)

**問** 住民課 住民係 94-3132

新潟県福祉保健課援護恩給室 025-280-5180



## 借金でお悩みの方へ

多額の借金で悩んでいませんか？一人で悩まずご相談ください。相談費用無料、相談時間や回数の制限もありません。相談される方の秘密は固く守ります。匿名でも可。

**時** 月～金曜日(祝日除く)

午前8時30分～12時・午後1時～4時30分

※新潟財務事務所での面談相談も可能です。

(事前予約制)

**問** 財務省関東財務局新潟財務事務所

多重債務相談窓口 025-281-7508



## 介護者のつどい

**時** 12月21日(土) 午後1時30分～3時30分

**所** 保健センター

**問** 弥彦村 地域包括支援センター 94-1030

※12時30分から和室を開放しています。お昼ご飯を持って、どうぞくつろぎに来てください。

※ご本人の参加もできます。別室にてスタッフが付き添いいたします。



## あなたも参加してみませんか！ レインボー水中体操教室

水の特性を活かして、水中で筋肉や骨を強くする運動を行います。水中では無理なく楽に体を動かすことができるため、足の筋力がつき転倒予防にもつながります。

**時** 1月9日～3月26日の3か月間 毎週木曜日

午前10時45分～11時45分

**所** ビジョンよしだ

¥ 教室受講料3か月コース 3,000円

※初めての方はお試しが出来ます。1回券400円

※その他に施設利用料が必要です。詳細は下記までお問い合わせください。

**持** 水着・水泳帽・タオル・お茶などの飲み物

※新たに参加を希望される方で、送迎が必要な方は申込をお願いします。

**申・問** 送迎あり 福祉保健課 健康推進係 94-3133

✕ 1月6日(月)

送迎なし ビジョンよしだ 93-6600



## 献血にご協力を!!

新潟県赤十字血液センターの献血バスが下記の日時にやってきます。多くの皆様のご協力をお願いします。

(400mlのみの受付となります)

また、骨髄バンクのドナー登録受付も実施します。ご登録よろしくをお願いします。

**時** 12月16日(月) 午後2時30分～4時

**所** 役場大ホール及び駐車場

**問** 新潟県赤十字血液センター

献血推進課 025-230-1703

福祉保健課 健康推進係 94-3133

以下のスペースは有料広告です

### 小学生で「有段者」を目指すなら

年長・一年生が最も発達する時期です！  
幼児からの基礎計算トレーニング

(無料体験 お気軽にお申込み下さい。)



「おとなの部」  
(資格取得・脳トレ)  
も募集中!

弥彦そろばん教室

—詳しくは、ホームページで— 電話でもお問い合わせください。

弥彦そろばん教室 検索 TEL 080-5680-4139 (小島)

### 内職スタッフ急募！幅広い年齢の方が活躍中！

◆主な作業

スタンプの組立・検品など

簡単な作業です

◆勤務時間

週2～3日から ※委細面談

1日2～3時間でOK!

◆勤務地

美山工房内(在宅可)

随時見学OK!

お気軽にお問合せ下さい

株式会社 Swing

弥彦村美山 6509-1

TEL 0256-94-5845



## マイナンバーカード交付 夜間・休日窓口 案内

マイナンバーカード交付の夜間・休日窓口を行います。  
※交付は完全予約制です。前日までに予約がない場合は  
行いません。

■交付窓口 住民課

時 (夜間) 12月11日(水)、25日(水) 午後5時15分～7時  
(休日) 12月14日(土) 午前9時～12時

■受取方法

マイナンバーカードを申請した方には、1ヶ月程度で交  
付の案内ハガキを郵送します。必要書類をお持ちのうえ、  
本人が住民課にお越しください。

※詳細はマイナンバーカード総合サイトを  
ご覧ください。

(<http://www.kojinbango-card.go.jp>)

問 住民課 住民係 94-3132



## けいりん会館一般開放 (無料)

競輪選手が宿泊するけいりん会館(上泉)では、競技が  
開催されない冬期間に一般開放を実施しています。ぜひこ  
の機会に施設の見学と大きなお風呂やサウナ風呂をお楽  
しみください。

なお、お風呂のご利用時間は男女別とさせていただきます。

■一般開放日 12月15日、1月19日、2月16日、3月15日  
(すべて第3日曜日)

入浴できる時間

	10時	11時	正午	1時	2時	3時	4時
男性							
女性							

※タオルは持参してください。

※ゴミは必ずお持ち帰りください。

※私物は自己管理をお願いします。

問 公営競技事務所 94-2066

弥彦けいりん会館 94-4517

## 各種無料相談会の案内

相談会	日時	会場	主な相談内容
行政相談会	12月5日(木) 午後1時～3時	役場1階 住民相談室	行政への意見、 要望、苦情など
司法書士に よる相談会 ※要予約	12月12日(木) 午後1時～3時	役場1階 第1会議室	登記、債務、 成年後見などの 法律相談
ふれあいな んでも相談	12月19日(木) 午後1時～4時	役場1階 住民相談室	日常の様々な不安 や心配事など

※司法書士による相談は事前に予約が必要です。予約は

**さくらまち司法書士事務所 (電話0256-63-4984)**

まで直接ご連絡ください。

予約時間 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時

問 福祉保健課 94-3133

## 農業用軽油引取税免税証の 交付申請について

農業用軽油引取税免税証を農家の方が交付申請される  
場合は、販売店(農業協同組合、石油販売業者等)から関  
係農家分をとりまとめて一括交付申請することができます。

令和2年分の免税証交付を希望される方は、販売店で  
の申請手続きをお願いします。

所 各販売店(農業協同組合、石油販売業者等)

持 ・免税証交付申請書(販売店で一括)

・耕作面積証明書(農業委員会で交付)

・その他(免税軽油使用者証交付申請書、印鑑等)

※ 12月12日(木)

※農業用免税軽油使用者証の新規交付及び更新となる方  
は、申請時に手数料として450円分の新潟県収入証紙  
が必要です。

問 新潟県三条地域振興局県税部

課税課 免税軽油担当 0256-36-2206

## 巻税務署からのご案内

令和元年分の決算説明会を下記のとおり開催いたします。

■e-Tax用ID・パスワード取得会

時 12月16日(月) 午後2時～4時

所 燕市産業会館2階第2研修室  
(燕市吉田東栄町14番12)

対 希望者

■消費税課税事業者決算説明会

時 12月17日(火) 午後2時～

所 燕市産業会館2階第2研修室  
(燕市吉田東栄町14番12)

対 消費税課税事業者

■青色申告決算説明会

時・対 12月18日(水) 午前10時～ 営業所得者  
午後2時～ 農業所得者

所 燕市産業会館2階第2研修室  
(燕市吉田東栄町14番12)

■白色申告決算説明会

時・対 12月19日(木) 午前10時～ 営業所得者  
午後2時～ 農業所得者

所 燕市産業会館2階第2研修室  
(燕市吉田東栄町14番12)

※説明会は2時間程度です。なお、会場への直接のお問  
い合わせはご遠慮ください。

マイナンバーカードのほか、e-Tax用のIDとパスワード  
を利用して、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コー  
ナー」からもe-Taxを行うことができます。

上記会場において、ID・パスワードを取得できますので、  
ぜひご利用ください。(取得には申告者ご本人の運転免許  
証などの本人確認書類が必要です。)

問 巻税務署 個人課税第一部門

0256-72-2357 (部門直通)





## 年末年始のごみ・し尿の収集について

### ■ごみ収集

年末年始のごみ収集については、ご家庭に配布してあります「ごみ収集カレンダー」のとおりです。

12月

月日	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)
区分			可燃ごみ	可燃ごみ

1月

月日	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
区分	休み			可燃ごみ	

※必ず午前8時までにステーションに出してください。

### ■粗大ごみ収集

1月中は、粗大ごみの戸別収集は実施しません。直接の持ち込みを希望される方は、建設企業課へご相談ください。

### ■資源回収

1月は各地区リサイクルステーションでの資源回収は、実施しません。2月9日(日)から再開します。牛乳パック及び乾電池は役場大ホール側玄関に回収ボックスが設置してあります。

### ■し尿の汲取り

12月28日(土)から1月5日(日)までは、収集できません。(申し込みは、早めをお願いします。)

☎ 建設企業課 環境対策係 94-1022



## 第17回地域交流ゲートボール大会結果

時 10月12日(土) 所 サン・ビレッジ弥彦 アリーナ

■結果 優勝 峰見B 準優勝 峰見A  
3位 弥彦



## 第60回村民野球大会結果

時 10月14日(月・祝) 所 村営陸上競技場、野球場

■結果 優勝 大戸V 準優勝 YJL  
3位 麓二区



## 第24回村民マウンテンボール大会ライオンズクラブ杯

時 10月20日(日) 所 村営陸上競技場

■結果 優勝 竹内 繁雄(峰見) 54打  
準優勝 石川 幸(川崎) 57打  
3位 清水 英人(大戸) 57打  
ホールインワン 竹内 繁雄(峰見)



## 秋季村民将棋大会結果

時 10月20日(日) 所 弥彦総合文化会館

■結果 優勝 石川 幸康(大戸)  
準優勝 斉藤 富男(弥彦)  
3位 小林 勝美(中山)



## 令和元年(平成31年)分の年末調整や確定申告は正しく行いましょう!

### ①他の親族と扶養控除等の重複はありませんか。

同じ人を2人以上で扶養控除の対象とすることはできません。たとえば、夫婦両方で同じお子さんを扶養親族とすることはできません。

### ②控除対象の配偶者や扶養親族は一定以下の所得ですか。

配偶者や扶養親族の本年中の所得金額が38万円(給与収入のみの場合103万円)を超える場合には扶養(配偶者)控除を受けることはできません。

また、平成30年分から、所得者本人の本年中の所得金額が1000万円(給与収入のみの場合1220万円)を超える場合には、配偶者控除を受けることができないこととされました。

### ③配偶者控除が受けられなくとも、配偶者特別控除を受けられる場合があります。

配偶者の本年中の所得金額が38万円を超え123万円以下(給与収入のみの場合103万円超201万6千円未満)で、所得者本人の年間の所得金額が1000万円以下の場合には、配偶者と所得者本人の所得金額に応じた配偶者特別控除を受けることができます。

### ④親族の年金から特別徴収(天引き)された介護保険料や後期高齢者医療保険料を控除対象としていませんか。

親族の年金から特別徴収(天引き)された介護保険料や後期高齢者医療保険料は年金の受給者自身が支払ったものであるため、所得者本人の社会保険料として控除することはできません。

既に年末調整がお済みの方は、扶養の要件や控除の内容を再度ご確認ください。控除誤りが判明した場合には年末調整の再調整を行うか、または確定申告を行う必要があります。

☎ 税務課 住民税係 94-3134



## おでかけきららん号年明けの予約について

1月6日(月)からの予約は、2週間前の12月23日(月)から順次受け付けします。ご利用の際は早めにご確認ください。※1月14日(火)からの予約は通常通り1週間前からとなります。

☎ おでかけきららん号予約センター 77-7888  
総務課 企画財政係 94-3131



## 第52回 田辺杯争奪柔道大会

時 10月13日(日)

所 新潟市巻体育館

■結果 中学校1年男子個人  
無差別 第3位 橋本晴翔

小学生、中学生ともに柔道を通じての目的、目標を持ち稽古しています。ぜひ体験にお越し下さい。

☎ 弥彦柔道教室 武石 080-2024-8812





日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	高齢者総合生活支援センター休館日 血液再検査 (9:00~)	赤ちゃんマッサージ教室③ (10:00~) リズム体操 (10:00~) こころの相談 (13:30~) 婦人のスポーツ広場 (13:30~)	男性料理教室 (10:00~) やひこえほんの会 (10:00~)	楽しく教室⑧ (10:00~) 婦人のスポーツ広場 (10:00~)	けんこつ体操の会 (10:00~) ひばりの会 (10:00~) 精神保健相談 (13:30~) 元気の出る健康教室 (14:00~)	子どもわくわく教室 (10:00~) マタニティスクール (13:15~)
8	9	10	11	12	13	14
	高齢者総合生活支援センター休館日 総合文化会館休館日 健康相談 (9:30~)	レクダンス (9:30~) 赤ちゃんマッサージ教室④ (10:00~) 婦人のスポーツ広場 (13:30~)	すこやか体操 (10:00~) お誕生健診 (12:45~) 古文書クラブ (14:00~) マイナンバーカード交付夜間窓口(要予約) (17:15~19:00)	おもちゃライブラリー (9:30~) 楽しく教室⑨ (10:00~) 芸能クラブ (10:00~) 婦人のスポーツ広場 (10:00~)	けんこつ体操の会 (10:00~) 歯科訪問診査 (13:30~) 元気の出る健康教室 (14:00~)	マイナンバーカード交付休日窓口(要予約) (9:00~12:00)
15	16	17	18	19	20	21
	高齢者総合生活支援センター休館日 血管いきいき講座① (9:30~)	赤ちゃんマッサージ教室おざらい会 (10:00~) 子育て相談 (10:00~) リズム体操 (10:00~) 婦人のスポーツ広場 (13:30~)	1歳半健診 (12:45~) 2歳・2歳半歯科健診 (13:00~) 歯科健診とフッ素塗布 (13:15~)	芸能クラブ (10:00~) 婦人のスポーツ広場 (10:00~)	離乳食相談 (9:45~) けんこつ体操の会 (10:00~) ひばりの会 (10:00~) 元気の出る健康教室 (14:00~)	介護者のつどい (13:30~)
22	23	24	25	26	27	28
	高齢者総合生活支援センター休館日 総合文化会館休館日 血管いきいき講座② (10:00~)	レクダンス (9:30~) 婦人のスポーツ広場 (13:30~)	すこやか体操 (10:00~) マイナンバーカード交付夜間窓口(要予約) (17:15~19:00)	婦人のスポーツ広場 (10:00~)	おもちゃライブラリー (9:30~) 元気の出る健康教室 (14:00~)	高齢者総合生活支援センター休館日 総合文化会館休館日
29	30	31	<p><b>納期限のお知らせ</b> 問 税務課 94-3134</p> <p>12月2日(月) 12月27日(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・国民健康保険税 第5期</li> <li>・後期高齢者医療保険料 第5期</li> <li>・介護保険料 第8期</li> <li>・固定資産税 第3期</li> <li>・国民健康保険税 第6期</li> <li>・後期高齢者医療保険料 第6期</li> <li>・介護保険料 第9期</li> </ul> <p>毎週月曜日は午後7時まで納税できます(祝・休日は除く)</p>			

保健センター 役場 弥彦村役場 サン・ビレッジ弥彦 家庭 各家庭 文化 文化会館 美術 弥彦の丘美術館 改善 農村環境改善センター 会館 総合文化会館 体育 弥彦体育館  
 支援 高齢者総合生活支援センター 観山 観山荘 コミ 弥彦村総合コミュニティセンター 夢 夢の木はうす 工房 さらめき作業工房 地域 地域交流センター 中学 中学校体育館  
 簡支 公民館簡支館 桜井 桜井の里 分水 分水の里 住民課・税務課延長窓口 特筆事項

## やひこけりん 電話投票番号21# 開催日程表 2019年12月

★セダーハウス及びロイヤルルームのみで発売

12月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
	別府記念	平塚	佐世保記念									広島記念			大宮	大垣FI	伊東温泉記念				前橋FI					立川FI					
前橋FI	平塚	豊橋FI	立川FI								千葉FI			FI						奈良FI				防府FI							
	FI	FI	ガールズ								in川崎										ガールズ				ガールズ						

凡例: 本場開催 GⅡ以上場外 GⅢ場外 FI場外 本場ミッドナイト ナイター場外 ガールズ ...ガールズケイリン実施

# 戸籍の窓

10月16日～11月15日 届出分

敬称略

## お誕生おめでとうございます

誕生日	住所	新生児名	性別	保護者
10.11	麓	小林 未和	女	治 夫
11. 7	弥彦	丸山 陽愛	女	博 司

## おくやみもうしあげます

ご逝去	住所	故人	年齢	世帯主
10.16	平野	五十嵐マキ子	79	信之
10.26	弥彦	丸山 貴	66	本人
10.27	井田	遠藤 佐市	86	本人
10.28	麓	山岸 寅雄	90	本人
11. 1	井田	山際 郁夫	67	本人
11. 2	川崎	石川 安治	71	本人
11. 2	走出	武石 俊雄	80	本人
11. 3	平野	小林 誠	90	本人
11.11	走出	高倉フミ子	90	芳憲

※戸籍の窓は、掲載の承諾をいただいた方を掲載しています。

## 人口のうごき

令和元年10月31日現在			
●人	□	8,019 (-15)	
		(うち外国人27)	
	男	3,897 (-13)	
	女	4,122 (-2)	
●世帯数	2,751 (-1)		
●出生	2	●死亡	13
●転入	9	●転出	13

## 編集後記

日に日に寒くなっていくこの時期、木々も色鮮やかに色付き、冬支度を始めています。紅葉の名所である弥彦公園もみじ谷も色鮮やかな世界となり、菊まつりにも負けず、連日多くの人が足を運んでいました。ライトアップされた紅葉は非常に幻想的で一見の価値あります。㊦

## 除雪作業にご協力をお願いします ～路上駐車は除雪作業の妨げとなります～

今年も冬将軍到来の季節となりました。円滑で安全な除雪作業を行うため、皆さまのご協力をお願いします。

■除雪車の出動は車道で積雪10cmを目安とし、午前2時出動となります。なお、歩道除雪は、20cmを目安として出動します。

■路上駐車は除雪作業の妨げとなり、その部分だけ除雪できなくなります。近隣住民の迷惑にもなりますので、自動車又はその他除雪作業に障害となる物を道路上に置かないください。

■出入口の雪は各戸で処理してください。その際、雪を道路に捨てないでください。消雪パイプの道路も道路には捨てないでください。なお、高齢者世帯等で雪の処理が難しい場合は、各集落内で協力するなどして処理してください。

■午後2時～3時、午後4時～5時の2時間は、節電のため消雪パイプが停止します。故障ではありませんのでご理解をお願いします。

細心の注意で除雪作業を行っておりますが、時間の制約もありご迷惑をおかけすることも多々あると思われます。

皆さまのご理解ご協力をお願いいたします。

☎ 建設企業課 土木管理係 94-1022

## 休日当番医

	12月1日(日)	県立吉田病院	燕市吉田大保町 92-5111
	12月8日(日)	本間医院	燕市地藏堂 98-2350
	12月15日(日)	高橋整形外科 クリニック	西蒲区押付 70-4020
	12月22日(日)	いわぶち整形外科 クリニック	燕市吉田 92-1354
	12月29日(日)	新潟白根総合病院	南区上下諏訪木 025-372-2191
	12月31日(火)	新潟市急患診療 センター	中央区紫竹山 025-246-1199
休日 夜間 診療	内科・小児科・歯科 休日 9:00～17:00 夜間19:00～22:00	西蒲原地区 休日夜間急患 センター	西蒲区巻甲 72-5499
	内科・小児科・ 外科・整形外科 休日 9:00～12:00 13:00～16:30 土曜14:00～16:30 夜間19:00～22:00	県央医師会 応急診療所	三条市興野 0256-32-0909

※都合により変更になる場合があります。

☎ 弥彦消防署 94-3152



発行/弥彦村役場 〒959-0392 新潟県西蒲原郡弥彦村大字矢作402  
☎0256-94-3131 FAX 0256-94-3216  
ホームページアドレス <http://www.vill.yahiko.niigata.jp>  
Eメールアドレス [yahiko@vill.yahiko.niigata.jp](mailto:yahiko@vill.yahiko.niigata.jp)  
編集/総務課企画財政係 発行日/令和元年11月25日

# やひこ 散歩ノート

## 弥彦村名誉村民称号贈呈式 令和元年度弥彦村自治功労者表彰式



### 名誉村民

(順不同・敬称略)

新派俳優

はなぶさ

英 太郎 (弥彦)

洋画家

つよし

鈴木 力 (新潟市)

### 自治功労者 感謝状の部

(順不同・敬称略)

樋浦 祐一郎 (麓一区)	社会福祉事業高額寄附
諸橋 愛 (燕市)	児童福祉事業高額寄附
橋本 京典 (麓一区)	教育振興事業高額寄附

### 自治功労者 表彰の部

(順不同・敬称略)

小柳 信義 (峰見)	峰見区長 10年	後藤 靖子 (走出)	保健委員 10年
諸橋 建志 (川崎)	川崎区長 10年	笹川 由美子 (矢作)	保健委員 10年
小笠原 義秋 (弥彦)	弥彦6区町内会長 12年以上	狩野 純代 (川崎)	保健委員 10年
武石 信子 (弥彦)	保護司 12年	阿部 朗子 (弥彦)	保健委員 10年
丸山 一美 (境江)	保護司 12年	阿部 朗子 (弥彦)	食生活改善推進委員 10年
稲葉 登一 (上泉)	国民健康保険運営協議会委員 10年	品田 沙喜 (弥彦)	献血 50回以上
岡 敏江 (弥彦)	保健委員 10年	五十嵐 敬吾 (弥彦)	文化財保護審議会委員 10年以上
板垣 洋子 (弥彦)	保健委員 10年	五十嵐 敬吾 (弥彦)	文化芸術振興審議会委員 10年以上
村井 容江 (弥彦)	保健委員 10年	吉田 良弘 (弥彦)	文化財保護審議会委員 20年 (再表彰)
樋口 米子 (弥彦)	保健委員 10年	本間 英伸 (弥彦)	スポーツ推進員 20年 (再表彰)

### 村長席から

今年も残すところ一か月ちよつととなりました。この時期、冬の積雪が心配になります。同時にカマキリの巣の高さが気になります。昨年十一月初めに我が家の庭先、地面から三十七センチメートルのところに見つけました。気象庁から暖冬となるエルニーニョ現象の予報も出ていたこともあり、「雪は少ない」と判断しました。実際降雪量は少なく助かりました。

カマキリの巣の高さと積雪量の関係は「ある」「ない」両方の説があります。私は生物の持つ種の保存本能から「ある」と思っています。

今年是我が家のウッドデッキの屋根の下、地面から約三メートルのところに二メートルほど離れて二つありました。念のため近所の人にも聞いてみました。柿の木の下四メートル近い枝の先にありビックリした。軒下三メートル近くに見つけた。いずれもこれまでに見たことのない高さだった、と教えてもらいました。

カマキリの巣は野鳥の餌となるので、発見されやすい高所には作らないとされています。それにもかかわらず、高所にあるという事は大豪雪の恐れも、と不安になります。念のためインターネットでこの冬の積雪予報もチェックしました。暖冬予報でした。

国の消防庁から送られてきた首長の「危機管理の心得」に①疑わしい時は行動せよ②最悪事態を想定して行動せよ③空振りには許されるが見逃しは許されないうとあります。大豪雪を想定した対策をとります。

弥彦村長 小林豊彦