

あな
情
広報

まき

FINISH

FINISH

痴ほう予防、早期発見・早期対処の取り組み

痴ほうを予防する、
悪化させない。

vol.875

—昨年に開催した、痴ほう予防事業を効果的に展開する人材育成のための研修会には、97人が参加した。



痴ほうを予防する、悪化させない。

どこまで防げるか、くい止められるか。痴ほう予防、早期発見・早期対処の取り組み

「年をとっても痴ほうにだけはなりたくない」と思っている人は多いはず。それは、痴ほうになると人としての尊厳が失われかねない不安や恐怖を感じるからだと思えます。痴ほうという病気は、本人だけでなく、介護する家族にも大きな負担をかけます。負担を少しでも軽くするには、やはり早期発見が大事です。早く見つけることで、治らないまでも、進行を遅らせるなどの対処ができるのです。

■はじめに
高齢化社会を迎え、巻町では、65歳以上人口の総人口に占める割合が21・04%（平成14年4月現在）と、年々増加の傾向にあります。そのなかでも、介護が必要な方は793人（高齢者の人口の12・5%）で、さらに何らかの、痴ほうの症状が見られる方は653人（要介護者の82・3%）にものほり、多

くの介護者が、痴ほうの方への対応で苦勞されているのが現状です。今後も、痴ほう性高齢者は一層増加していくことが見込まれ、軽度の段階から早期の対応をしていく事が切望されます。しかしながら、痴ほう対策についてはなかなか有効な対応策がとられていないのが現状です。初期の痴ほうの段階で具体的に気軽に相談

できる専門的な相談窓口が少ない、痴ほう専門で質の高いサービスを提供してくれるところが少ない、痴ほう性高齢者への関わりについてスタッフや家族の研修の場が少ないなど多くの問題が見られます。このような中、町では巻保健所、巻地域福祉センター、西蒲原郡医師会、西蒲原歯科医師会の強力なバックアップを頂いて、厚生労働省の補助事業を受けることとなり、モデル町として「痴ほうの予防、初期痴ほうの早期発見・早期対処」を目的に、高齢者対策の重点事業として取り組んでまいりました。

その中では、次の6つの項目を重点として掲げ、各種事業を実施してきました。
①「健康寿命」を延ばし高齢期の生活の質を高める
②痴ほう予防推進のための地域づくり
③効果的な痴ほう予防事業展開のための人づくり

④初期痴ほう予防対策について、町民啓発のための事業を充実
⑤痴ほう予防の体制作り、施策化に向けた事業を充実
⑥家族支援の事業の充実

中でも目玉の大事業として、

1. 平成11年度は町民向けPRを目的に「痴ほう予防講演会」を実施
2. 平成12年度は痴ほう予防事業を効果的に実施していく「人材育成の研修会」実施と、「初期痴ほう予防対策マニュアル」を作成（国庫補助老人保健健康増進等補助事業にて実施）
3. 平成13年度は効果的な「痴ほう予防教室」の実施、痴ほう予防について町民PR用「パンフレット」の作成、「痴ほう予防の項目を重視した」スタッフ向け介護予防質問票の作成（国庫補助地域保健推進特別事業にて実施）

以上のように、事業を年次の実施してきました。今後もさらに内容を充実させて実施していく計画ですが、中間報告として現在までの活動内容をお知らせします。

1. 『健康寿命』を延ばし、高齢期の生活の質を高めるための事業

- 寝たきり・虚弱老人訪問歯科診療の実施（高齢福祉保健課に申込み）
- 「在宅医療等推進支援情報提供システム等を活用した介護予防訪問事業」の実施
65歳未満の糖尿病患者でハイリスクの方48人・延べ訪問実施回数100回
（平成13年度国保連合会補助事業）
- 地域型支援センターの介護予防訪問の充実 70歳以上の一人暮らし、高齢者世帯ほか
- 『もの忘れよろず相談会』の実施 年4回・精神科医師による相談
- 痴ほう予防教室『頭と体のすっきり教室』の実施 週1回・20回・5か月コース
- B型（地域主張型）リハビリ事業の充実で元気な老人づくり

2. 痴ほう予防推進のための地域づくり事業

- お茶のみ場、元気になる健康相談会の実施（各地区にて）
- 『地域ささえあい・学びあいネットワーク』をつくり、助け合いささえあう地域活動の実践
- 生きがいデイサービス事業の充実実施 地域福祉会主催
- B型リハビリ事業の充実 地域の方からお手伝いを頂き、町内9会場で実施
- A型リハビリ事業で、体のリハビリのメニューと頭のリハビリのメニューを充実させて実施
（保健センター会場） 年18回実施

3. 効果的な痴ほう予防事業展開のための人づくり事業

- 痴ほう予防事業を効果的に展開していく人材育成のための研修会の開催
5日間コース 参加者97人（平成12年度事業）
- 地域の中でセルフケア能力を高めるために『地域介護力アップ講座』の開催
地域の在宅ケアに携わっているスタッフ・ボランティアや家族の地域介護力アップをはかることを目的に実施（高齢福祉保健課・在宅介護支援センターと共催）
『老人性痴ほうの正しい理解とその予防』 精神科医師
『痴ほう性老人とのかかわり』 臨床心理士
『寝たきりにならない・させない為に～体を無理なく無駄なく動かすコツ』 理学療法士
『高齢者の口腔ケアで元気で長生き』 歯科医師
『介護者の腰とひざの悩みに答える』 整形外科医師
『保健・福祉・介護のサービスをうまく利用して楽々介護』 在宅介護支援センター
- 痴ほう性老人を抱える家族のための講演会を実施
『家族をボケさせないために』 静岡市 高齢者リフレッシュセンタースリーA 所長 増田末知子氏
- スーパーバイザー【スリーA 増田末知子氏】の指導により痴ほう予防教室の実施。効果的な教室運営を目指し、スタッフ育成を目的に実施
- 痴ほう予防の項目を充実させたスタッフ向け介護予防質問票の作成（平成13年度）

4. 初期痴ほう予防対策について住民PRのための事業の充実

- 痴ほう予防講演会～『痴ほうからのカムバック』
『ボケない老後のために～親も自分も』 スリーA 増田末知子氏
を実施し痴ほう予防の大切さについて町民にPR（平成11年度より毎年実施）
- 初期痴ほう予防について一般町民向けパンフレット作成（平成13年度）

5. 痴ほう予防の体制づくり・施策化にむけた事業の充実

- 初期痴ほう予防対策検討委員会の開催（平成12年度～平成14年度継続事業）
痴ほう予防対策の現状と課題について検討
初期痴ほう予防対策マニュアルを作成
健康巻21プラン策定に向けて住民ニーズ把握のための項目検討
痴ほう予防の視点を充実した介護予防の質問票の開発
- 初期痴ほう予防実践のためのスキル検討委員会開催（平成12年度）
それぞれの所属での痴ほう予防の取組みについて情報交換しながら、先駆的な内容について試行的に実践

6. 家族支援のための事業の充実

- 介護家族健康相談会の充実実施
- 家族支援のための訪問指導の充実（保健師や訪問看護師による）
- 家族のつどいや家族のための講演会を実施

痴ほうを予防する、 悪化させない。

高齢者リフレッシュセンター スリーA所長

●増田 末知子(ますだまちこ)さん

痴ほう予防教室、講演会などを通じて、巻町の痴ほう予防等事業に
関与するスーパーバイザー。静岡県立病院養心荘に勤務中、精神科の高
齢者対策に興味を持ち、アメリカ・オーストラリア・ヨーロッパ等の
高齢者対策の視察を数回実施。その後痴ほうをくいとめ、その人らしい
高齢者生活を過ごせることを目指して、平成14年1月に、軽症痴ほうに
対する脳活性化訓練施設スリーAを個人で開設。著書「ボケからのカム
バック」、平成9年静岡新聞社社会功労賞を受賞。静岡県浜岡町立
浜岡総合病院初代総婦長。

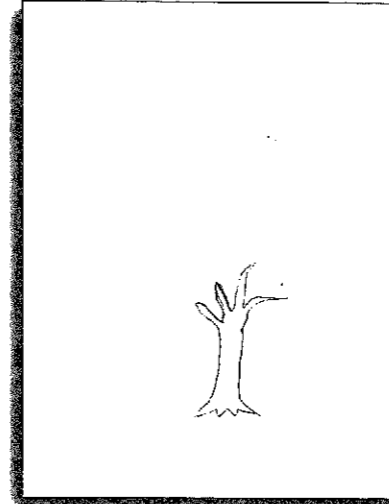


平成13年度巻町痴ほう予防教室 「頭と体のすっきり教室」は、こんな内容で実施しました。

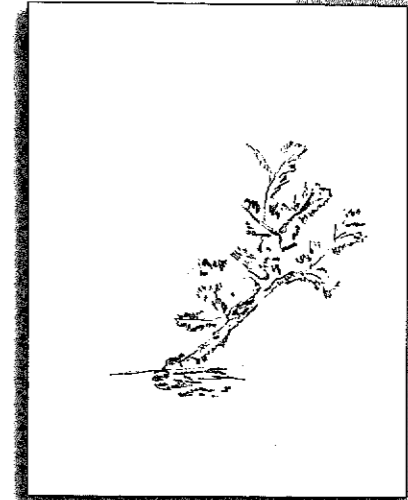
内 容	
教室の目標	<p><教室の目標></p> <p>① 明るくやる気が出て、自信を取り戻し、積極的な社会生活を目指す。</p> <p>② 脳を刺激することで脳の機能（記憶、理解、判断）を高める。</p> <p>③ MMSテストで2点から3点の上昇を図る。</p>
対 象	<p>前痴ほうの疑いがある人 13人（男性7人、女性6人）</p> <p>参加者には、目安を見る簡単なテストや聞き取りを行います。</p> <p>例えば もの忘れが激しい、同じ話をする、ぼんやりとすることが多い、やる気がない、めんどろがる、取り繕いが多い、おこりっぽい、寂しがる、外出したまらない、家事ができない、テキパキとこなせないなどの訴えのある方が参加しています。</p> <p>（必ずかかりつけ医と連絡をとり、許可と指示を頂いています。）</p>
スタッフ	<p>訪問看護ステーションと町と共催で実施</p> <p>看護師、介護福祉士、ホームヘルパー、保育士、ボランティア、高齢福祉保健課 保健師、看護師、在宅介護支援センタースタッフ 毎回従事スタッフ6～7人</p>
教室内容	<p>・毎回自己紹介（回想的手法） ○○のときは○○していた○○です。 ○○のころ○○に夢中になっていた○○です。</p> <p>・脳リハビリの内容 （楽しくメリハリをつけて、体と頭を使いながら興味を持たせ2時間集中させる）</p> <p>①リズム体操—リズムのトレーニングと記憶力の向上を促す。 お手玉送り、音楽に合わせて指、足の運動、拍子にあわせた歌や踊り、竹太鼓</p> <p>②ゲーム—楽しく参加、興味や理解を深める。（楽しみながら頭を使う総合学習） 風船バレー、風船サッカー、シーツ玉入れ、ジャンケンゲームなど</p> <p>③頭の体操—パズル、トランプ、花札、ビンゴゲーム、追っかけ将棋 文章を書く（最近思うこと、春になったら何をしたいかなど）</p> <p>④メインメニューは竹太鼓で、いろいろなところで披露・発表する予定。</p> <p><スタッフが心がけていること> 癒しのシャワーでかわります。 やさしく接する、寂しくさせない、ボディタッチを心がける（手を握る、肩を抱く、腕を組む）、よく褒める、よく話を聞く、笑顔でうなづく、スポットを当てる。</p>
参加者が こんなに 変化 しました。	<p>・服装や身だしなみがきちんとしてきた。</p> <p>・顔つきにしまりが出てきた。</p> <p>・参加者同士の会話が弾み、笑顔が多く見られ、表情が明るくなる。</p> <p>・参加時の動きにメリハリがつき、リズムにも乗れるようになった。</p> <p>・ジグソーパズル完成までの時間が短くなる。</p> <p>・参加者同士でお互いの心配、気配りやフォローができるようになる。</p> <p>・本人がとにかかく楽しい、何があっても参加すると教室を楽しみにしている。</p> <p>・家族も本人が明るくなった、話すことが多くなったと教室の効果を認めており、本人の教室参加について協力的である。</p> <p>・家族の話では、以前はまったく外出することがなかったが、教室生同士でお茶のみするようになる。</p> <p>・MMSテストの変化（点数の上昇1点から5点）が行動や参加時の状況の変化（改善）を裏付けた。</p> <p>・文章では、漢字を使うことが多くなり文脈や内容がしっかりしてきた。</p> <p>・樹木画を描かせたが、筆圧も太くしっかりし、全体に大きくバランスよく描けるようになった。</p>

教室参加者が、こんなに変化しました。（樹木画の講評）

教室開始前



教室終了時

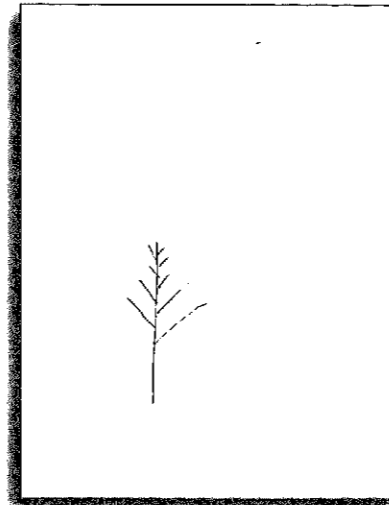


●「教室開始前の樹木画は大変小さく、萎縮した感じでした。筆圧も弱く自信がない様子。終了時の樹木画は中くらいの樹になりましたが、右に傾いています。土が出て、生きる力が出たことを示していると思います。全体が震えたように描いてありますが、文章は震えていないので、本人の場合、上手に描くことがこのような表現になったと思います」。（スリーA 増田末知子先生の講評）

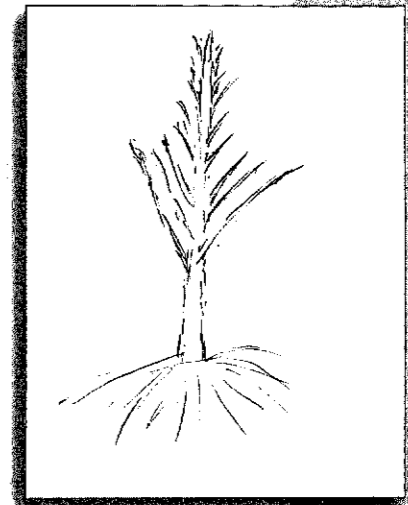
ご本人は教室をととても楽しみにしておられ、毎回の連絡を電話の前で心待ちにしているそうです。教室参加時も笑顔が多く見られ、表情も豊かで活気が出てきました。お手玉のリズムにも何とかついてこられるようになり、書く文字も筆圧が強くなり、漢字などもしっかり書くことができます。

【MMSテスト1点上昇】

教室開始前



教室終了時



●「教室開始前の樹木画は単線で葉も枝もなく、大変に小さく寂しそうな絵でした。終了時の樹木画は大きくしっかり描かれ、枝が伸びて幹も太く、根が張って生きる力が強くなったことを感じます」。（スリーA 増田末知子先生の講評）

ご本人は教室参加当初、控えめで自信がなさそうな様子でしたが、参加したことにより仲間ができて、よかったですと話します。表情に明るさが出てきて、声にも張りがあります。文章を書かせても筆圧がしっかりしてきて、最後の教室では、はっきりとした表現で「健康に留意することです」と記しました。

【MMSテスト3点上昇】

■町の痴ほう予防対策 今後の課題

今後は次の課題に重点的に取り組む必要がある。痴ほう予防対策をさらに充実させていく必要がある。

- ①痴ほうの人口の対策である。早期痴ほう性高齢者の早期発見、早期対応のための各種サービス（もの忘れよろず相談会、痴ほう予防教室・頭と体のすっきり教室、リハビリ教室、生きがいデイサービス、在宅介護支援センター）による相談、保健師や訪問看護師による相談や訪問指導）などの事業をさらに充実させ、それぞれの連携や調整を図っていきます。
- ②家庭や地域での痴ほう性高齢者に対する知識や理解がまだまだ不足しています。このため、町民の痴ほうに対する理解を促しながら、「早期発見」「早期対応」の重要性、「痴ほう予防の大切さ」と「痴ほう予防事業の内容や効果」についてあらゆる場面でPRしていく必要があります。
- ③痴ほう性老人を抱える家族の支援のための事業を充実していく必要があります。

④痴ほう性高齢者に対するケアを充実させたり、初期痴ほう予防事業を効果的に展開したりするためには、質の高い知識と技術や調整能力のある人材を育成していくことが重要です。その人材育成も推進していきます。

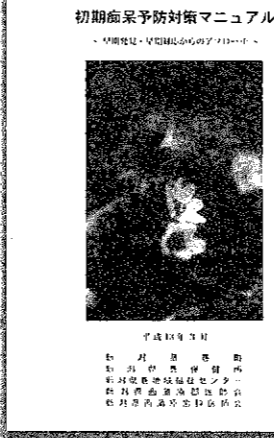
■おわりに

初期痴ほう予防事業に取り組んで3年目になります。今年度も国のモデル事業で内容を充実させ実施することで、一つの節目の年にしたいと考えています。

痴ほうの予防とは、治すことではなく痴ほうの早期発見、早期対処をしていくことです。それが進行をくい止め、悪化を先送りします。今後も本人、家族とも穏やかな生活が送れることを目指し、あたたかく、皆さんに期待される事業を実施していく予定です。

そしてさらに、「人と人とのネットワーク」、「パートナーシップ」、「参加、参画から協働へ」をキーワードに地域の皆さんの「福祉力」に注目し、その豊かさとおたたかさで「痴ほうや寝たきりにならないまちづくり・痴ほうになっても安心して暮らせる地域づくり」を推進していきたいと思えます。

痴ほうを予防する、悪化させない。



平成12年度に、モデル事業でマニュアルを作成しました。

●ボケと痴ほうの違い

誰でも年齢とともにもの忘れが多くなる。人の名前が出てこなかったり、眼鏡の置き場所を思い出せなかったりすることが頻繁になると、「ボケかな」と心配になるかもしれない。しかしこれは正常な老化現象。気に病むことはない。忘れないように意識すればもの忘れは少なくなる。これに対して、痴ほうは病気によって引き起こされるもの。

痴ほうは、体験した記憶がすっぽり抜け落ちて忘れてしまう。朝食のおかずを思い出せないのは単なるもの忘れだが、食べたことさえ忘れてしまうのは、痴ほうによるボケ症状の恐れがある。進行すると、自分がいる場所や時間の感覚もあやふやになる。行動の基本パターンも失われ、蛇口を締め忘れて水を出しっぱなしにしたり、風呂を空焚きしたりという失敗を繰り返し、日常生活に支障をきたすようになる。

『もの忘れ』について

もの忘れは、特に高齢になると誰にでもよくみられます。ただし、もの忘れの中にはだんだんとひどくなっていくものがあり、その場合は注意が必要です。そこで、次のような症状がないかどうかチェックしてみましょう。

- ① 職場や家庭で、今までできていた仕事や作業がこなせなくなった。簡単な計算の間違いが多くなった。(1ある 2ときどきある 3ない)
- ② 時間や場所の見当が不確かになった。慣れているところで道に迷った。(1ある 2ときどきある 3ない)
- ③ 同じことを言ったり聞いたりする。人と会う時間や約束を忘れる。最近のできごとが思い出せない。大切なものをなくしたり置き忘れたりする。水道やガスの元栓を開め忘れる。物の名前が出てこなくなった。(1ある 2ときどきある 3ない)
- ④ 今まで好きだった物に対して興味関心がなくなった。服装がだらしくなった。日課をしなくなった。身だしなみに気をつけなくなった。(1ある 2ときどきある 3ない)
- ⑤ ささいなことで怒りっぽくなった。以前よりもひどく怒りっぽくなった。(1ある 2ときどきある 3ない)

●各種痴ほう予防事業に関する問合せ

高齢福祉保健課
保健指導係

☎72-3131
(内線171~175)

介護者・家族のための講演会



●痴ほうの原因と予防

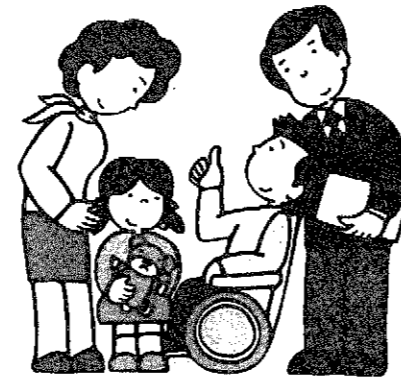
痴ほうの原因は、脳の退行性変化（アルツハイマー病痴ほう）、脳血管性変化（脳血管性痴ほう）などの病気によるもの。アルツハイマーの原因はいまも不透明だが、脳血管性痴ほうは動脈硬化の予防によって痴ほうを避けることも可能。まず重要なのが食生活。食材をバランスよく1日40品目以上とり、高コレステロール食品は避け、塩分も控える。適度な運動は内臓を活性化し、コレステロールを少なくする働きがあり、老化防止に効果がある。

痴ほうの二次要因には、身体、精神、環境の急激な変化が挙げられる。寝たきりになったり、視力、聴力が低下したりする身体的要因。孤立感や不安など生活環境の変化も痴ほうの引き金になる。お年寄りを孤立させないこと、生きがいをもてるようすることが大切だ。

平成15年4月から 支援費制度が始まります。

障害のある人が障害のない人と同等に生活し、共にいきいきと活動できる社会を目指す「ノーマライゼーション」の理念。こうした障害者福祉施策の流れの中で、福祉サービスの利用に関して、これまでのように行政がサービスの利用者特定し、サービス内容を決定する「措置制度」から、利用者本位の考えに立つ新しい仕組み「支援費制度」に移行することになりました。

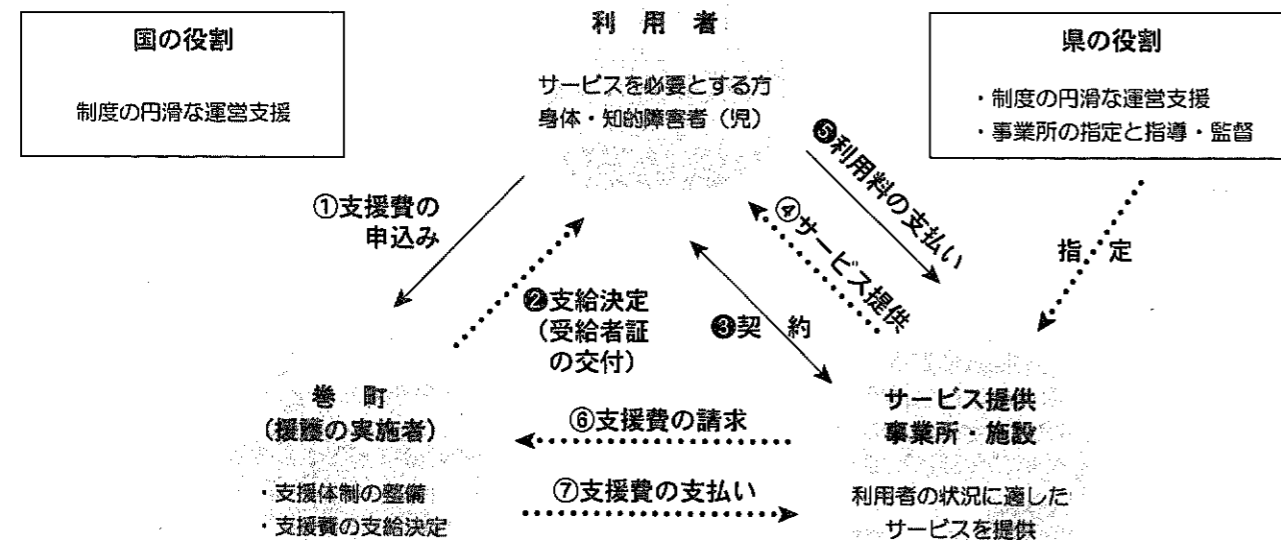
今回は、利用者である障害者の自己決定と自己選択を尊重する「支援費制度の仕組み」と「利用できるサービス」をお知らせします。



支援費制度の仕組み

支援費制度は、利用者とサービス提供事業所、町、国、県が協力して制度を支え合う仕組みです。また、直接の支援の実施は町が行います。

利用者はサービスを選択し、サービス提供事業所と契約してサービスを利用します。利用したサービスの費用は、町と利用者で負担します。(支援費とは、町が支払う費用のことです)



番号順に、申請から利用までが一連の流れになっています。今までと異なる箇所を●で表示しました。実線の矢印は、利用者が行う手続きです。

支援費制度 Q&A

Q. サービスを選ぶときに、事業所や施設のことはどのように知ることができますか。

A. 町民福祉課や在宅介護支援センターで聞くことができます。

Q. 支援費の対象とならないサービスは、どうなりますか。

A. 今までどおりの方法で、利用することができます。

支援費制度で利用できるサービス

支援費制度で利用できるサービスには、①在宅でサービスを受ける「居宅サービス」 ②施設に入所または通所して利用する「施設サービス」があります。

●居宅サービス

サービス名と内容	利用対象者
居宅介護 (ホームヘルプサービス) ホームヘルパーが自宅を訪問し、家事や身の回りの介護など日常生活のお手伝いをします。	身体や知的に障害がある人や子ども
デイサービス デイサービスセンターに通って、機能訓練やお風呂に入ったりしながら1日を過ごします。	身体や知的に障害がある人や子ども
短期入所 家族が病気や不在などのときに、短期間施設に入所して日常生活の支援を受けます。	身体や知的に障害がある人や子ども
地域生活援助 (グループホーム) 日常生活の援助を受けながら、共同生活を行います。	知的に障害がある人

●施設サービス

○身体に障害のある人が利用する施設

- ・身体障害者更生施設・・・リハビリを受けたり、自宅での生活ができるように訓練を受けるところ
- ・身体障害者療護施設・・・常時介護が必要な方が、リハビリを受けながら生活するところ
- ・身体障害者授産施設・・・仕事ができるようになるための必要な訓練や作業をするところ

○知的に障害のある人が利用する施設

- ・知的障害者更生施設・・・地域で生活するために必要な訓練や作業をするところ
- ・知的障害者授産施設・・・仕事ができるようになるための訓練を受けるところ
- ・知的障害者通所寮・・・働いている障害者が独立した生活ができるよう、手助けを受けながら共同生活するところ
- ・国立コロニー・・・障害の重い人が訓練や作業をするところ

意向調査を行います

9月中旬ころ、障害者手帳・療育手帳をお持ちの方に、支援費制度で利用できるサービスの「利用意向調査」を実施する予定です。対象者に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。(介護保険の対象となる65歳以上の方は除きます)

●問合せ 町民福祉課 社会福祉係(障害担当) ☎72-3131 (内線164)



ウォーキングは 楽し。

～講習会のお知らせ～

Walking

「最近、運動不足で・・・」「もう年だから・・・」と、体力の低下をあきらめていませんか？
今回、健康づくりの専門家、大島美枝子先生を講師に迎え、気軽に楽しくできるウォーキングの講習会を企画しました。効果的なウォーキングのポイントや実技指導、簡単にできるストレッチングなど、盛りだくさん。ぜひお気軽にご参加ください。

●日時 9月29日(日) 受付 午前8時30分から(正午終了予定)

●会場 町営体育館～矢川ふれあい公園周回

●講演 「自分流ウォーキングのすすめ」大島美枝子先生

●ウォーキング講習会スケジュール(予定)

- 8:30 ・集合
- 8:30～9:15 ・受付・血圧測定・健康チェック
- 9:15～9:30 ・講話「ウォーキングを始める前に」
- 9:30～9:45 ・準備運動
- 9:45～10:10 ・ウォーキング実技講習(前半)
- 10:10～10:20 ・休息(給水ポイント) *給水は参加者各自でご用意を
- 10:20～10:45 ・ウォーキング実技講習(後半)
- 10:45～10:55 ・整理運動
- 11:00～11:45 ・講演「自分流ウォーキングのすすめ」
- 11:45～12:00 ・オリエンテーション

*雨天の場合は、町営体育館で実技指導となります。
*参加費は無料です。当日はウォーキングのできる服装でご参加ください。
*参加申込みは、当日会場で受け付けます。

●問合せ 生涯スポーツ課 ☎72-3131(内線251)

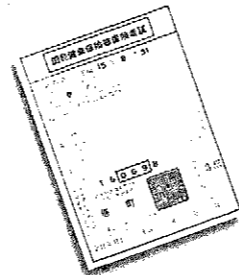


講師プロフィール
大島 美枝子(おおしま みえこ)

1985年、東海大学体育学部体育学科卒業。カネボウにおける健康分野のバイオニアとして、社内の健康管理・企業フィットネスを推進する。ドイツ滞在中にウエルネスの先進地であるヨーロッパ各地を回り、フィットネス施設の視察、実際のトレーニング指導の研究を重ねる。現在、企業や健康組合などにおける健康づくり教育の講師として活躍中。

国民健康保険からのお知らせ

9月1日から、保険証がピンク色に変わりました。



国民健康保険と退職者制度の保険証(はだ色)は8月31日で有効期限が切れ、9月1日から「ピンク色」の保険証に新しく変わりました。

新しい保険証は、国保加入世帯に直接郵送(配達記録郵便)しましたので、内容の確認をお願いします。変更や訂正がある場合は、保険証と印鑑を持参のうえ住民課窓口に出しをしてください。

また、この新しい保険証は、平成15年8月31日までの1年間使用するものです。汚したり、紛失したりすることのないよう大切に使用しましょう。

10月1日から、高額療養費の限度額が一部変わります。

高額療養費の自己負担限度額

医療費の負担が下記の限度額を超えたとき、申請により、超えた分の払い戻しを受けられます。

※国保係に申請してください。

住民税課税世帯	上位所得者	139,800円 さらに、実際にかかった医療費が699,000円を超えた場合には、超えた分の1%の額を加えます。
	上位所得者以外の人(一般)	72,300円 さらに、実際にかかった医療費が361,500円を超えた場合には、超えた分の1%の額を加えます。
住民税非課税世帯等の人		35,400円

*上位所得者とは、基礎控除後の総所得金額等が670万円を超える世帯の人をいいます。

4回目以降の自己負担限度額

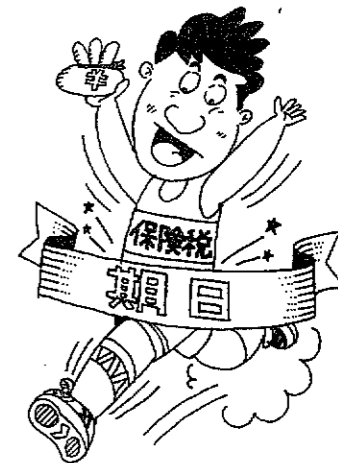
同じ世帯で12か月間に4回以上、高額療養費の支給を受ける場合、4回目からは限度額が下がります(多数該当)。

住民税課税世帯	上位所得者	77,700円
	上位所得者以外の人(一般)	40,200円
住民税非課税世帯等の人		24,600円

気をつけよう、保険税の納め忘れ

保険税を滞納すると・・・

- 督促を受けたり、延滞金が増額されたりする場合があります。
- 有効期間の短い「短期被保険者証」が交付される場合があります。
- 保険証の代わりに「被保険者資格証明書」が交付される場合があります。この場合、医療費はいったん全額自己負担になります。
- 国保で受けられる給付の全部または一部が差し止められます。
- 国保で受けられる給付の全部または一部が滞納保険税にあてられます。



保険税の納付は、便利な口座振替で

口座振替にすると、納付期日にあわせて金融機関から自動的に保険税が支払われますので、納め忘れがありません。保険税の納付には、便利で確実な口座振替をご利用ください。



●問合せ 制度に関すること 町民福祉課 国民健康保険係 ☎72-3131(内線161)
保険税の納付に関すること 税務課 収税管理係 ☎72-3131(内線181)

70歳以上の皆さんへ

平成14年10月から
お医者さんのかかり方が変わります。



70～74歳の方

昭和7年9月30日以前に生まれた方は、老人保健で医療を受けます。
昭和7年10月1日以降に生まれた方は、75歳になるまでは引き続き現在加入している医療保険で医療を受けます。

75歳以上の方

- 昭和7年9月30日以前に生まれた75歳未満の方（以前から老人保健で医療を受けている方）も該当します。
- 65歳以上で一定の障害のある方（町から通知します）。

お医者さんにかかるとき

一般の医療保険です

国民健康保険、職場の健康保険などで医療を受けます。一部負担は75歳以上の方と同じです。

老人保健です

老人保健で医療を受けますが、加入している医療保険（国保・健保など）の資格はそのままです。

医療受給者証などは

高齢受給者証を送付します。

高齢受給者証には窓口での負担割合（1割あるいは2割）が示してあります。
※70歳の誕生日の翌月（1日生まれの方は誕生月から）から該当になります。国民健康保険に加入している方は町から受給者証を送付します。職場の健康保険に加入している方は各健康保険が発行しますので、詳しくは各健康保険におたずねください。

新しい医療受給者証を交付します。

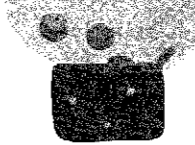
医療受給者証には窓口での負担割合（1割あるいは2割）が示してあります。新しい受給者証は9月下旬に皆さんの手元に届くようにお送りします。
今までの受給者証は10月1日以降無効となります。
古い受給者証は新しい受給者証を送る際、返送用の封筒を同封しますので、それに入れてお返しください。

所得段階によって負担が異なります

あなたの所得は



窓口での自己負担は



一定以上の所得のある方

同一世帯の70歳以上の方の中で、判定基準所得以上の方が1人でもいる世帯は「一定以上所得者の世帯」となり、同一世帯の70歳以上の方全員が一定以上所得者となります。

2割

一般の方



1割

低所得の方 （住民税非課税世帯の方）

- Iの方
同一世帯の世帯員全員が住民税非課税で、かつ世帯員全員の所得が0円の方
- IIの方
同一世帯の世帯員全員が住民税非課税の方

1割

自己負担の限度額は

1か月の医療費が高額になった場合には、申請して認められると、自己負担限度額を超えた分があとから支給されます。
※老人保健では同一世帯の老人医療受給対象者を合算できます。
※該当の方には町から通知をします。

外來（個人ごと）	自己負担限度額（外來+入院）
40,200円	72,300円+ 医療費が361,500円を超えた場合は、超えた分の1%を加算 ※過去12か月間に4回以上入院にかかる高額医療費（療養費）の支給があった場合、4回目以降は40,200円

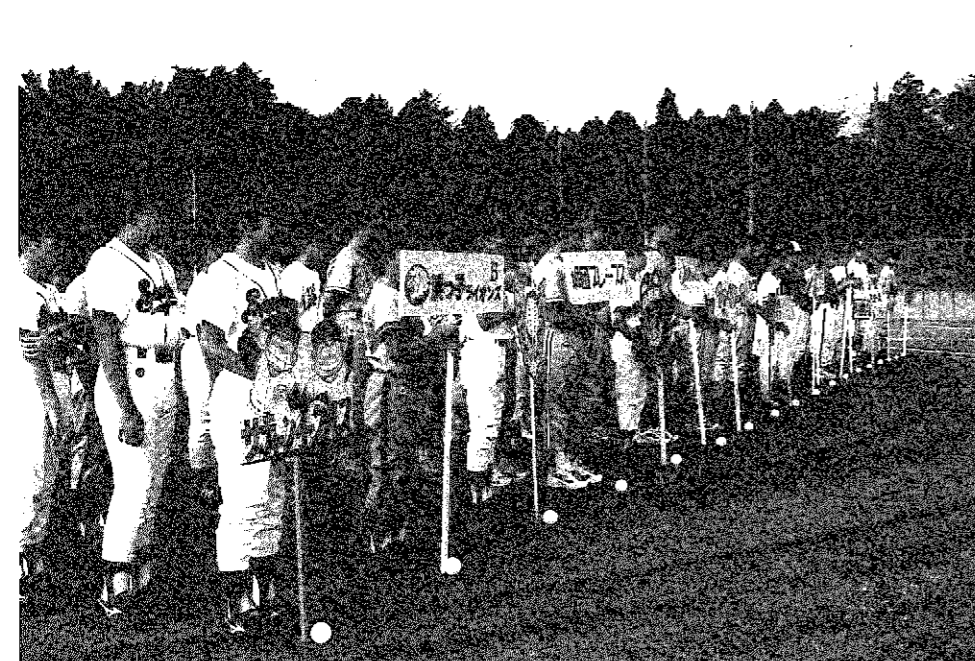
外來（個人ごと）	自己負担限度額（外來+入院）
12,000円	40,200円

外來（個人ごと）	自己負担限度額（外來+入院）
IIの方 8,000円	24,600円
Iの方	15,000円

※低所得の方は事前に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の申請が必要となりますので、該当すると思われる方は町へ申請・問合せください。

■食事代は別に定額を自己負担します。

●問合せ 高齢福祉保健課 高齢福祉係 ☎72-3131 (内線178) ●



第27回
巻町少年野球大会

浜っ子ライオンズ優勝!

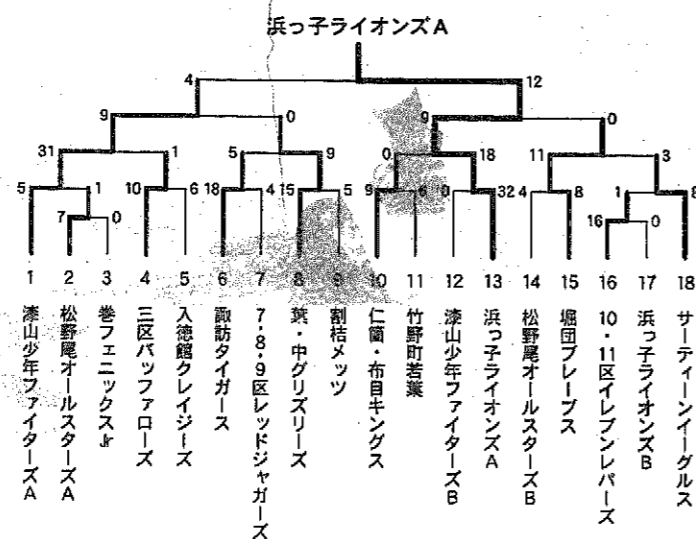
12年ぶり、4回目

8月17日・18日の二日間、城山運動公園を会場に「第27回巻町少年野球大会」が開催されました。(町体育協会主催)

今年は、町内各地から18チーム、約270人の小学生が参加して、熱戦を繰り広げました。決勝戦は、激戦を勝ち抜いた漆山少年ファイターズAと浜っ子ライオンズAが対戦。強力打線が爆発した浜っ子が12対4で漆山をくだし、12年ぶり4回目の優勝を飾りました。

【大会の結果】

- 優勝 浜っ子ライオンズA
- 準優勝 漆山少年ファイターズA
- 3位 堀団ブレーブス
- 3位 葉・中グリーズ



2002 越後七浦トライアスロン大会

兼 第7回北陸ブロック選手権・第7回新潟県トライアスロン選手権

晩夏の越後七浦路を「鉄人」たちが駆ける。8月25日、今年で10回目となる「越後七浦トライアスロン大会」が越前浜を中心に開催された。個人の部には146人、3競技をリレーでつなぐ部門には28チームが参加。県外勢90人を含む230人が、己の限界に挑む。



SWIM 1.5km
BIKE 40km
RUN 10km



男子総合

- 1位 山口 俊宗 (東京都)
- 2位 寺尾 洋志 (巻町)
- 3位 水口 一春 (富山県)
- 4位 畑田 雄太 (福井県)
- 5位 渡邊 育夢 (巻町)
- 6位 丸山 茂 (上越市)

女子総合

- 1位 沢田 愛理 (北海道)
- 2位 荒井 佳子 (小出町)
- 3位 内山 文 (富山県)
- 4位 佐藤 歩 (五泉市)
- 5位 藤田 智弥 (富山県)
- 6位 紙谷 知里 (石川県)

リレー

- 1位 チームZ-1安田スペシャル
- 2位 もしもしカメさん
- 3位 TEAM一心桜組

エージ (年代別)

- 40代・男子 大谷 淳 (埼玉県)
- 40代・女子 早川 笑子 (西川町)
- 50代・男子 斉藤 義雄 (埼玉県)
- 50代・女子 白石えり子 (五泉市)
- 60代・男子 斉藤 健 (村松町)

活躍した巻町の選手たち

招待選手として出場した寺尾洋志さん(東6区)は、男子総合で2位に入賞。惜しくも4連覇はならなかった。渡邊育夢さん(四ツ郷屋)は、同5位に入賞。40代のエージクラスに出場した高野隆一さん(13区)は、同クラス2位に入賞した。



(上)バイクで疾走する渡邊さん
(中)力走する高野さん
(右)笑顔でゴールする寺尾さん





巻町の皆さん、お元気ですか！

東京えちご巻町会
TOKYO通信

～下町情緒をお供に、屋形舟遊覧～

Vol.2

この日を楽しみに、浅草の船着場に集まった参加者は46人。総会のような審議事項もなく、歌舞伎町フェスタのようなお手伝いもなしで、ひたすら川面を渡る風に頬をなぶらせながら、おしゃべりしたり、高歌放吟にまかせようというのですから、誰も彼もがニコニコ顔です。

首都圏西蒲原会の吉田貞次会長と加藤全宏事務局長が参加されましたが、これもご来賓としてはなく一般参加であり、会員とその縁者が主体の内々の集い。それが細長い船内に膝つき合わせて居並び、笑い合い、手拍子を打つての親密な時間を共有したわけですから、会員同士のスキンシップは、ぐんと高められたと言つていいでしょう。

池田会長のあいさつ、吉田西蒲原会会長の乾杯の音頭もそこそこカラオケの熱唱が始まり、蔵前橋、両国橋、隅田川大橋、永代橋、中央大橋などは、眺めるまでもなくあつという間に通過。勝間橋を過ぎて、お台場公園にかかるレインボーブリッジに近づいたところで、やっとなカメラを手にした何人かがレンズを船外に向け始めました。空は曇りがちながら天気の良い心配

7月28日(日)、隅田川に舟を浮かべて酒杯を手に歓談し、日ごろの憂さや暑さを吹き飛ばそうと「東京えちご巻町会」(池田孝一郎会長)の納涼企画イベント「屋形舟遊覧」が行われました。

土田副会長が中締めをし、首都圏西蒲原会加藤事務局長が三々七拍子で締めくくる直前まで、カラオケが鳴り止むことはありませんでした。

なお、このイベントでは、阿部恵美子副会長、石山義雄理事、小嶋武雄監事の三人が幹事団を形成、また、カラオケの進行役を大久保雅士事務局長が担当して、手作りプロジェクトを進めましたが、今後もイベントごとにプロジェクトチームをつくって企画の遂行を図っていく予定です。



飲んで、食べて、和やかなひととき

第3回子どもフォーラム in まきのお知らせ

巻町教育委員会では、「明日を見つめ、一人一人がかがやこう」をテーマに、第3回子どもフォーラムを開催します。

このフォーラムは、町内の小・中学生一人一人が、今までの自分を振り返り、考えていること、取り組んでいることなどを話し合ったり、意見を交わしたりして、参加者が学校で、巻町でかがやいていけるようになるために行うものです。

- 日時 10月3日(木) 午後1時30分～午後4時
- 会場 巻町文化会館、巻町公民館、町営体育館
- 参加者 町内小学校6年生、中学校2年生、保護者、各種青少年育成団体関係者、地域住民等
- 内容 第一部 開会式
第二部 パネルディスカッション(4部会)
第三部 閉会式
- 主催 巻町教育委員会、青少年育成巻町民会議、巻町小中学校PTA連絡協議会



●全国中学校体育大会

8月17日から近畿各地で行われた全国中学校体育大会で、巻西中学校勢が大活躍しました。滋賀県長浜市で行われた女子ソフトテニスでは、齋藤愛実さん(3年・中郷屋)・村井歩さん(3年・中郷屋)ペアが個人戦で準優勝。京都市で行われた陸上では、若杉麻衣子さん(3年・12区)が女子走り高跳びで堂々の3位に入賞しました。

齋藤・村井ペアは、15日から新潟市で開催される天皇杯に出場。若杉さんは、ジュニアオリンピック、高知国体に出場します。みんな、がんばれ！

齋藤愛実さん(右)と村井歩さん

若杉麻衣子さん

●個人戦

○3年生以下の部

- 1位 真島 翔 (加治川村)
- 2位 保莉 伸宏 (黒崎)
- 3位 種村 征俊 (黒崎)
- 4位 白井 祐氣 (五泉市)
- 5位 内藤 嵐士 (巻北小2年)

○4年生の部

- 1位 樋口 創一 (五泉市)
- 2位 山際 将貴 (白根市)
- 3位 佐藤 実 (五泉市)
- 4位 川村 竜郎 (白根市)

○5年生の部

- 1位 松澤 拓哉 (五泉市)
- 2位 中野 亘 (加治川村)
- 3位 高橋 拓也 (新津市)
- 4位 平野 史成 (加治川村)
- 5位 堂谷 弘頌 (巻町わんぱく相撲育成会・巻北小)

○6年生の部

- 1位 鈴木 一寿 (五泉市)
- 2位 田中慎太郎 (白根市)
- 3位 佐藤 峻平 (加治川村)
- 4位 阿部進之助 (巻町わんぱく相撲育成会・巻南小)
- 5位 齋藤 大輝 (巻町わんぱく相撲育成会・巻南小)

●団体戦

- 1位 五泉市相撲連盟A
- 2位 五泉市相撲連盟B

●わんぱく相撲大会

8月18日、愛宕神社境内で「第9回巻町わんぱく相撲大会」が行われました。(巻町わんぱく相撲育成会主催)

夏の日差しが照りつけるなか、巻町ほか各地から参加した60人のチビッコ力士たちは、熱闘を繰り広げました。結果は次のとおりです。

●町民将棋大会の結果

8月25日 やすらぎ会館

●一組

- 優勝 山森 昌 (角田浜)
- 2位 塩谷 晴一 (割前)
- 3位 伝川 末吉 (13区)

●二組

- 優勝 石川 一夫 (東6区)
- 2位 新田 彰 (角田浜)
- 3位 長谷川繁市 (10区)

●三組

- 優勝 小林 芳樹 (13区)
- 2位 阿部政行 (グリーンハイム)
- 3位 大湊 昭次 (峰岡)



●ホタルの幼虫を放流

「ほたるの里」づくりを進めている福井地区。このほどホタルの生息地を広げようと町に働きかけ、じよんのび館南側に広がる町有地の一角に三つの新しい池を造成。8月24日には、この新しい池に「ほたるの里自然学校」の小学生15人ほどがゲンジボタルの幼虫を放流しました。

ほたるの里自然学校は、地元での自然を学ぶため様々な活動を行っています。その一環として6月下旬にホタルを採集・産卵させ、ふ化した幼虫をこれまでに大事に育ててきました。

池に到着した子どもたちは、近くの用水路で採ってきた幼虫のえさとなるカワナナを池いっぱいにもいた後、幼虫をそつとやさしく放流しました。

福井地区では、この池をホタルだけにではなく、トンボやメダカなどがすむビオトープにした考えです。



「ほたるの里」づくりを進めている福井地区。このほどホタルの生息地を広げようと町に働きかけ、じよんのび館南側に広がる町有地の一角に三つの新しい池を造成。8月24日には、この新しい池に「ほたるの里自然学校」の小学生15人ほどがゲンジボタルの幼虫を放流しました。

ほたるの里自然学校は、地元での自然を学ぶため様々な活動を行っています。その一環として6月下旬にホタルを採集・産卵させ、ふ化した幼虫をこれまでに大事に育ててきました。

池に到着した子どもたちは、近くの用水路で採ってきた幼虫のえさとなるカワナナを池いっぱいにもいた後、幼虫をそつとやさしく放流しました。

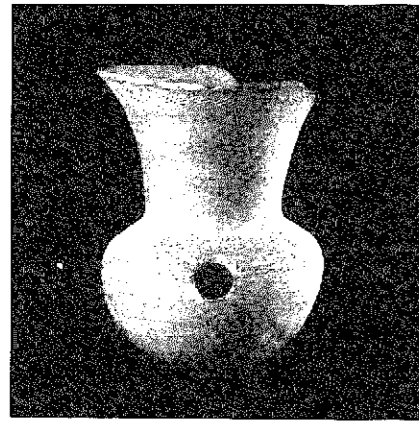
福井地区では、この池をホタルだけにではなく、トンボやメダカなどがすむビオトープにした考えです。

●本来の生息系が保たれた空間「ビオトープ」

最近よく耳にする「ビオトープ」。ビオトープ(Biotope)とは、「自然の状態で多様な動植物が生息する空間」という意味のドイツの造語です。広い意味で捉えれば森や海などもビオトープといえますが、一般的には「人間が生活・活動するところ」というただし書きがきます。

近年は生物・環境保全の関心が高まり、建築や土木をはじめ農業、教育、造園など様々な分野でビオトープという概念が登場します。ビオトープは、自然の生息系を保持していく上で欠くことのできない構成単位なのです。





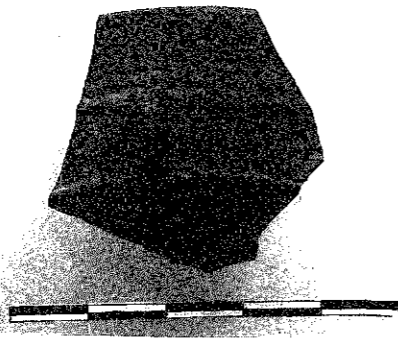
甕

西暦400年ころ、縄文土器以来続く野焼きによる軟質の焼き物に加え、新たに窯を利用して高温で焼く硬質の焼き物、須恵器が生産されるようになります。この須恵器は朝鮮半島に系譜がたどれ、轆轤(ろくろ)や窯の利用からはその生産に専門集団が携わったと考えられています。

■御井戸遺跡の須恵器
現時点で4個体認められます。一つはほぼ完形品で、胴部側面1箇所に丸い孔があった壺形のもの(甕)です。高さは約13.4cm、口の径は約11cmで、口の直下と胴部中程には横方向に波状の文様を

描いています。孔には木製の筒状のものを挿して、液体(酒?)を注ぐのに利用したと考えられています。形態から古墳時代後期前半(約500~550年)ころのものだと判断できます。

もう1点は破片資料ですが、口の部分に把手をもった碗(わん)で、脚が下に付くと考えられます。これも口の部分に波状の文様が描かれています。他にも底の丸い碗が2個体分検出されています。これら3点は古墳時代中期後半(450~500年)ころのものと考えられます。



脚付きの碗

■須恵器の広がり
初期の須恵器生産はほぼ畿内でのみ行われていたようですが、やがて地方にも広まります。東日本では、早い所は450年ころから開始しますが、多くは500年ころから今と最も古の須恵器は600年代の終りころのもので、より古い窯が今後見つかる可能性はあります。が、県内の古墳時代の須恵器はその多くを搬入品に頼っていたと考えられます。

東日本で須恵器が日常用の土器として一般に普及するのはおよそ奈良時代からで、約700年以降のことです。それまでは希少品で、古墳の副葬品や祭祀、権威の誇示などに主として利用されていた。

■御井戸遺跡の盛衰

古墳時代前期(250~400年ころ)に日本海経路の中継地として県内で最も繁栄した蒲原平野ですが、400年ころを境に古墳の築造が途絶えるようになります。集落も同様で、400年前後には蒲原平野のほとんどの遺跡で急激な衰退や断絶が見られます。一方で、それまで古墳の無かった南魚沼で有力な古墳が出現するなど、従来の体制を揺るがす大きな変化

山谷古墳の被葬者の系譜にあたり、長い伝統をもつ御井戸の首長がいち早く望んで手に入れた須恵器が、結果的には近い将来における本格的な変革の到来をいち早く伝える物であったのは皮肉といえるのかもしれない。

巻町教育委員会 社会教育課

相田 泰臣



いにしへの
Part2 風

おいと
御井戸遺跡出土の須恵器
すえき

がこの時期起こったと考えられます。

しかし御井戸遺跡では400年代前半の資料も多く見られ、この時期に著しい衰退はせず、拠点集落として引き続き機能していたと考えられます。ただし、時代の変化の波は角田山ろくにも次第に押し寄せていました。その後、御井戸遺跡も急激な衰退を迎えます。それは須恵器の時期と重なる中期後半から後期前半のことです。

脚付きの碗の類例
(新潟県金崎古墳出土)

高齢ドライバーの皆さんへ

あなたの安全運転、再点検しませんか?

9月21日~30日は、「秋の全国交通安全運動」です。期間中は、「高齢者の交通事故防止」と「シートベルトとチャイルドシートの着用」の二つを全国的な重点事項として、地域の実情に合った交通事故防止活動が展開されます。

秋の全国交通安全運動



増えています!
高齢ドライバーの交通事故

自動車大国ニッポン。いまや自動車保有台数は七千万台を超え、ドライバーの数も年々増えています。それに伴って、交通事故の発生件数も増えてきています。特に、最近目立っているのが、高齢ドライバーによる事故です。

高齢者(六十五歳以上)の死亡交通事故の原因で一番多いのは、歩行中に事故に遭うケースですが、自動車乗車中の事故がそれに次いで多くなっています。近年の傾向をみると、歩行中の事故で亡くなる高齢者の数が横ばいなのに対し、自動車乗車中の事故で亡くなる高齢者の数は年々増えているのです。



高齢ドライバーの
運転特性を理解しよう

高齢ドライバーの事故が増えている背景には、社会の高齢化の進展とともに高齢ドライバーが多くなってきたことがありますが、もう一つ、高齢者自身の身体機能の変化が大きく影響しています。

高齢になるにつれ、視力や反射神



安全運転できているか
講習会などでチェックを

経、判断力、集中力、体力などは次第に低下してきます。そのため、運転に必要な情報をキャッチし、正確に選択判断し、運転操作するという安全運転の基本ができにくくなってくるのです。

自分では安全運転しようと思っても、そうした行動ができなければ、思わぬ結果を招いてしまいます。

自動車事故から自分を守り、第三者への被害を防ぐためにも、まず、高齢ドライバー自身が自分の年齢層の運転特性を理解し、自分自身の安全運転の再チェックをすることが大事です。警察署などでは、定期的に高齢ドライバー講習会などを実施していますので、ぜひ一度、参加することを勧めます。

また、高齢者以外のドライバーの皆さんも、高齢ドライバーの運転特性を理解し、より一層の安全運転を心がけましょう。

クルマに乗るときの約束です シートベルトとチャイルドシート

「自動車に乗るときにはシートベルトを着用する」。ドライバーはもちろん一緒に乗車する人も守らなければならない、安全のためのルールです。

シートベルトは、万一、自動車乗車中に事故に遭ったとき、体にかかる衝撃を抑え、命を守るために不可欠なものです。シートベルトを着用しているかないかで、乗車中の事故の危険度は格段に違います。シートベルトの着用率のアップに伴い、自動車乗車中の事故の致死率は下がっており、平成13年には10年前の2分の1にまで減少しています。

車のシートベルトは小さな子どもの体格に合いません。6歳以下の子どもには、チャイルドシートを着用させることが義務づけられています。子どもの発育に応じたチャイルドシートに乗せて、乗車中の安全をしっかりガードしましょう。



- 巻町役場 ☎72-3131
- 町立巻病院 ☎72-3111
- 巻消防署 ☎72-3309
- 上下水道課(浄水場) ☎72-2164
- 巻町文化会館 ☎73-2219
- 巻町公民館 ☎72-3329
- 巻町教育委員会 ☎73-2000

今月の納税
国民健康保険税 …第5期
納期限…9月30日(月)
※期限内の納入をお願いします。
納税は便利な口座振替で!
※口座振替の用紙は巻町税務課、金融機関に用意してあります。手続きには通帳と印鑑(通帳に使用のもの)が必要です。
※保険税の口座振替で世帯主変更があった場合は、口座振替依頼書で変更手続きをお願いします。

募集

介護老人保健施設「横の里」臨時職員募集

職種 看護師
募集人数 1人
応募資格 看護師または准看護師の免許を有し、年齢40歳以下で1日8時間勤務可能な方
勤務先 巻町介護老人保健施設「横の里」
申込方法 履歴書・資格免許証の写しを病院庶務課へ提出していただく。
※詳しくは問合せてください。
申込み・問合せ
町立巻病院 庶務課庶務係
☎723111 (内線206)

「自然観察教室」参加者募集

対象 巻町国民健康保険に加入して30歳から80歳までの女性で、日ご家庭で食事作りをすることがある方
とき 10月6日(水)
午前9時30分～午後1時30分
開催センター
講師 J.A.越後中央西郡管轄センター
テーマ 『カロリー控えめおいしい料理』
持ち物 三角巾、エプロン
参加費 3000円
定員 先着30人
申込期間 9月10日(火)から9月30日(日)
申込み・問合せ
保健センター ☎7271000

す昆虫や植物をとおして、見落とされていた発見や感動がぎゅぎゅと見つかります。また、ふれ合いの場としての自然を体験することができます。ぜひご参加ください。
とき 9月29日(日)
午前9時～正午
ところ 上堰瀧公園管理棟前集合
内容 『ネイチャーゲーム』
自然とのふれあいプログラム。五感を通して自然を感じることが出来る他、もだけの場合は保護者が送迎していただきます。
定員 9月20日(金)まで申込みの親子20人
(応募少数の場合は、開催されないことがあります)
参加費 無料
講師 山田 三枝さん(自然観察指導員)、他自然観察指導員1人
申込み 巻町公民館(社会教育課) ☎723329

まきまちよさこい隊募集
さあさあ一緒に踊ろうよ、さわやかな汗流しませよ。
とき 9月30日(月)・10月7日(月)・11月11日(月)・11月25日(月)・12月2日(月)
午後7時30分～8時30分
ところ 巻町公民館小ホール
講師 関崎栄子さん(燕市においてよさこい踊りを指導)
対象 男女問わずどなたでも先着30人
参加費 無料
持ち物 汗ひきタオル
服装 動きやすい服装、運動靴
申込み・問合せ
巻町公民館(社会教育課) ☎723329
締切り 9月24日(火)

農業大学校平成15年度学生募集
● 願書受付
○ 地域推薦 平成14年10月1日から28日：試験日 同年11月8日
○ 高校長推薦 平成14年10月15日から28日：試験日 同年11月8日
○ 前期一般入校 平成14年12月9日から20日：試験日 平成15年1月10日
○ 後期一般入校 平成15年2月17日から3月7日：試験日 平成15年3月17日
※資料請求等、詳細は農業大学校 教科科へ ☎723141

24時間受付・相談無料
電話健康相談室
(0120)834-011
医師・看護師がお答えします。
相談の前に市町村コード番号を伝えてください。個人名を言う必要はありません。
市町村コード番号
巻町 15345

休日救急当番医
9月16日～30日
外科 16日 しまがきクリニック(巻町：☎73-1312)
22日 高橋整形外科クリニック(西川町：☎70-4020)
23日 淵東けやき病院(淵東村：☎86-3515)
29日 桑原医院(巻町：☎72-2221)
内科・小児科・歯科 西蒲原地区休日夜間急患センター(東6区：☎72-5499)

「おとなのこと」も「グラウンドゴルフ大会」

「健全な青少年は家族から、家族のきずな強化に主眼をおいた大会です。」
とき 10月5日(土)
午前8時30分～午後1時
※小雨決行、雨天中止
ところ 城山運動公園 芝生広場
持ち物 昼食(豚汁等の用意あり)
募集人数 大人と小・中学生のペア50組(1000人)
参加費 1人1000円(保険料)
申込み方法 9月25日(水)まで、電話かファックスで申込みをいただきます。住所・氏名・年齢・学年・電話番号を明記してください。
申込み・問合せ
巻町公民館 ☎724532
FAX ☎724532

第1回 健康づくりのための料理教室 参加者募集
対象 巻町国民健康保険に加入して30歳から80歳までの女性で、日ご家庭で食事作りをすることがある方
とき 10月6日(水)
午前9時30分～午後1時30分
開催センター
講師 J.A.越後中央西郡管轄センター
テーマ 『カロリー控えめおいしい料理』
持ち物 三角巾、エプロン
参加費 3000円
定員 先着30人
申込期間 9月10日(火)から9月30日(日)
申込み・問合せ
保健センター ☎7271000

頭と体のすっきり教室
この教室は明るく、やる気が出て、自信を取り戻し、積極的な社会生活を送ることを目指し、企画しました。
主に右脳を刺激し、痴ほうを予防することを目指します。
スワップ一回、心からお待ちしていますので、ぜひ参加ください。
とき 10月18日からの毎週金曜日 午後1時30分～3時30分
開催センター ☎7271000

のりまき目標、まき目標コンテスト作品募集
爽やかな秋、巻町産のおいしい「のり」を利用したコンテストを実施します。あなたの家庭で作っているおいしいのりまきやアイデアを駆使した創作的な「のりまき」を教えてください。見事に入選された方には賞品を贈呈。また、11月3日に行われる農業祭で皆さんに紹介・試食してもらいます。
応募先 J.A.越後中央西郡管轄巻町支部(越後中央西郡管轄センター内)
〒953-0072
巻町大字蔵ノ木1725
☎722205 FAX 722219
(応募はFAXでも可)
条件 簡単に安く、誰でも作れるのりまきを願います。作り方のわかりやすいレシピを必ずつけてください。(これは、作品の写真・イラストなどでも添

福祉保健課係に申込みください。
その他 必ず事前に主治医と連絡をとりつけてください。
参加費 一回につき2000円(主催者代、保険料つき)
送迎希望の方は別途送料を頂きます。
問合せ 高齢福祉保健課 ☎723131

親子チャレンジセンター オリジナルブレザー作り

系統きの血に絵を描いて、世界でたった一枚の血を作ってみませんか?

とき 10月5日(土) 午前10時30分～11時30分
ところ どんぐりの舎
講師 新潟県青少年研修センター 指導講師
参加費 血(直径16cm)一枚700円
持ち物 手ひきタオル
対象 幼児～お年寄りまででなだても30人
申込み締め切り 9月27日(金)
申込み・問合せ 子育て支援センター(どんぐりの舎)
TEL: FAX 72-6240

県立テクノスクール 平成15年度生徒募集

募集科目
高等学校卒業生対象科(推薦選考及び一般選考)も実施
校名
○新潟テクノスクール
NC機械科、自動車整備科、電気システム科
○上越テクノスクール
自動車整備科、メカトロニクス科、ホテルビジネス科、OA事務科
○三条テクノスクール
メカトロニクス科(新設)

工業デザイン科(新設) 十日テクノスクール

電気施設科
義務教育修了者以上対象科(一般選考のみ実施)
○三条テクノスクール
生産システム科(新設)
○魚沼テクノスクール
建築科・左官科

募集受付期間
推薦選考(高等学校卒業生対象科のみ実施)
9月17日(火)から10月1日(火)まで
一般選考 10月16日(水)から10月30日(水)まで
選考日
推薦選考 10月9日(水)
一般選考 11月13日(水)
※詳しくは問合せください。
新潟テクノスクール
TEL: 025-247-7361

両親学級(1回目)参加者募集

初めてパパ・ママになる皆さん、もうすぐやってくる赤ちゃんのために、ぜひご参加ください。
とき 9月26日(木)
午後7時20分～9時
(午後7時10分までに集合)
ところ 保健センター
対象 出産予定日が平成14年

12月～平成15年3月末までの初産を迎える夫婦 先着20組

内容 ビデオ学習・妊婦検体体験ほか
申込み・問合せ
高齡福祉保健課
健康づくり係・保健指導係
TEL: 72-3131
(内線172-5175)

原風景ミニシアター2002

忘れかけたやさしい風景が巻であります。
自分たちで巻町の絵葉書を作ろうプロジェクト
趣旨 この町に住む自分たちの手で自慢の絵葉書を作ります。作ったら、そのハガキを壁で使って、町内外の友だちに、息子や娘に、父や母に、恋人に、便りを書きましよう。
応募規定 テーマ 巻町の風景
巻町内の風景であれば、なんでもOKです。
企画 カラープリント2Lサイズ以上四つ切以下、水彩画等A4～A3サイズ
応募締め切り 10月11日(金)
提出先 まきん家
(8区・仲江通り)
入選発表 11月3日(日)
公民館等にて展示する予定です。
問合せ NPO法人

虹のおと 西田さん

TEL: 73-1267
E-mail: info@makinet.jp

巻高校「地域の声を聞く会」

巻高校では、地域に開かれた学校を目指して皆さんから学校の実態を良く知ってもらい、同時によい良い巻高校の創造を目指して、意見等を頂くため、次により標記の会を開催します。
とき 10月5日(土)
午前9時30分～11時30分
ところ 巻高校 会議室
※参加は自由ですが、人数把握のため電話でご一報をお願いします。
たくさんの方の皆さんのご参加をお待ちしています。
問合せ 県立巻高校
TEL: 72-2351

弁護士による無料相談会開催

弁護士による無料相談会を行います。お気軽にお越しください。
とき 10月10日(木)
午前9時～正午
ところ 役場第三会議室(3階)
相談担当 藤田弁護士
申込期限 事前申込みが必要です。

9月27日(金)定員になり次第締め切り

申込み・問合せ
総務課 庶務行政係
TEL: 72-3131
(内線214・215)

みぎのりかたフェスティバル

美術展の作品およびCD・CDジャケットの参加者を募集します。
ところ 11月26日(火)～12月1日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)
終了日発表
CDジャケット発表
ライブ長岡 2F特別会議室
「つやね」
(長岡市寺尾町3-15)
11月27日(水)午後1時30分～午後4時まで
募集内容 <美術展>美術作品
絵画、書道、写真、陶芸
<CDジャケット発表>文芸作品 短歌、俳句
音楽発表 歌唱、器楽発表、踊り
応募資格 応募者は、県内に在住し、身体障害、知的障害または精神障害のある方とします。応募は美術作品、文芸作品、音楽発表ごとにそれぞれ一人(またはグループ)1点とします。

福祉の職場 臨時出張相談

新潟県福祉人材センターでは、人材が必要な福祉施設等に対し

就業希望者の紹介等の求人相談を行います。また、福祉の職場への就業希望者を対象に、仕事内容や必要な資格の取得方法、就職活動などについての求職相談を行います。予約は必要ありませんのでお気軽にご利用ください。
とき 10月9日(水)
午前10時～午後3時
ところ 三条総合福祉センター
(三条市東本成寺2番1号)
相談内容 県福祉センターによる求人・求職相談、資格取得等の相談、登録及び情報提供
問合せ 新潟県社会福祉協議会内 新潟県福祉人材センター
TEL: 025-281-5523

新潟県不妊相談センター無料相談

不妊等でお悩みの方に専門医師が個別に面接相談を行います。事前に電話でご予約下さい。相談は無料です。
●新潟大学医学部附属病院会場
新潟大学医学部附属病院産科婦人科(新潟市旭町通1-754)
面接相談日 毎週火曜日、午後4時～6時
同病院産科婦人科学教室に事前予約が必要です。(予約受付:平日午前10時～午後4時)
TEL: 025-225-2184
メールでの相談もできます。
sodan@nod.nigata-u.ac.jp

「妊娠・出産・子育て情報ホームページ」開設のお知らせ

○妊娠・出産・子育てに関する様々な情報が盛りだくさんです。
○新潟県のホームページからアクセスできます。新潟県ホームページ「暮らしの情報」妊娠・出産・育児」○新潟県ホームページURL: http://www.pref.nigata.jp/

胸部レントゲン 検診結果のお知らせ

5月27日(月)から6月7日(金)の基本健康診査と同時に実施した胸部レントゲン検診の結果、通知のなかった方は「精密検査の必要なし」と判定されました。お知らせが大変遅くなりました。お知らせも、年一度はレントゲン検診を受けましょう。
問合せ 高輪福祉保健課
TEL: 72-3131
(内線172-5175)

点検・整備しないとあぶないよ

国土交通省では、10月を「自動車点検整備推進運動強化月間」として、全国的に運動を展開します。

クルマは、使用により磨耗・劣化し機能低下するものです。快適なカーライフは適切な点検整備によって実現します。

公証通関に伴う無料相談

とき 10月1日(金)から10月7日(木)までの1週間(土・日休み)
午前9時30分から午後3時30分(15分まで)
新潟公証人役場
〒951-8531 新潟市天神1-1-1
025-240-2610

10月は「土地月間」

生まれる笑顔 育つ未来 (土地活用を考えよう)

一定面積以上の土地取引には届出が必要。国土利用計画法では、国土の適正かつ合理的な土地利用の確保を図るため、法定面積以上の土地取引を行った場合、契約締結日(予約を含む)から2週間以内の土地の所在する市町村を経由して都道府県知事に届出をすることを義務付けています。

届出事項: ①土地売買等の当事者の土地の所在②土地の利用目的④土地の対価など
法定面積: ①市街化区域2,000㎡以上②市街化区域を除く都市計画区域5,000㎡以上③都市計画区域以外の区域10,000㎡以上
※個々の取引面積は小さくても、土地の総面積が右記の面積以上になる場合には、届出が必要になります。

なかつたり、偽りの届出をする

と、法律により罰せられることがあります。

問合せ 新潟県土木部用地・土地利用課土地利用対策係



シニアはいつら健康教室(転倒予防教室)を開催します

「私は転ばない」と自信をもちたいですか?老化は足元からやってくる。楽しい運動で足腰を鍛え、はつらつとした毎日を過ごせる身体づくりをしましょう。次のごり教室生を募集します。対象 60歳以上で、足腰の筋力低下を感じている人
とき 下の表をご覧ください。
ところ 漆山地区公民館
参加費 1回につき300円(予定)
定員 30人(要申込み)
締切り 9月19日(木)
その他 主治医より運動を禁止されている人はご遠慮ください。申込み、内容についての詳細と問合せは高齢福祉保健課まで
025-280-5396
72-3131

Table with columns: 期日, 内容, 時間. Rows include dates from 9/27 to 11/30 and activities like health checks, stretching, and strength training.

就業構造基本調査 10月1日を基準に実施します

この調査は、就業しているか、就業していないかどうか、就業していない場合はどのような希望をもっているかなどを明らかにするものです。この調査結果からは国民の就業や不就業の詳しい状況が把握でき、国や県が雇用対策を実施する際の重要な指標となります。

調査対象地域: 町立巻病院、東6区の一部、上木島、大原新田、松野尾下組、前田団地の6調査区です。各調査区から15世帯を無作為に抽出・調査します。



子宮がん検診の日程訂正
8月25日でお知らせした子宮・乳がん検診の日程に誤りがありました。次のとおり訂正してお知らせします。
(調) 9月2日(日)~11月29日(金)
(正) 9月9日(日)~11月30日(土)
問合せ 高齢福祉保健課 健康づくり係・栄養指導係
025-280-5396
(内線) 71-1175

町民生活カレンダー 9月 16~30日

Main calendar table with columns for dates (16th to 30th) and events such as '得雲荘休館日', '介護保険相談', '心配ごと相談', etc.

赤ちゃんの健康のために 会場/保健センター

離乳食相談会
お子さんの離乳食について心配されているお母さん。栄養士、保健師が相談に応じます。
対象 平成14年3月生まれの乳児
とき 9月24日(火)
午後1時20分集合
内容 離乳食のすすめ方、身体計測
持ち物 母子手帳、バスタオル

2歳児歯科健診
対象 平成12年8月生まれ
とき 9月25日(水)
午後1時20分集合
内容 歯科健診、歯磨き指導、身体計測、保健師の問診、栄養指導
持ち物 母子手帳、歯のアンケート

14年度から、お子さんと一緒に同伴者の方も歯科健診が受けられます。(希望者)
希望される方は、昼食後は歯を磨き、以後何も食べないでください。

3・4か月児健診
対象 平成14年5月生まれ
とき 9月26日(木)
午後1時20分集合
内容 内科健診、股関節の脱きゅう検診、身体計測、保健師の問診、離乳食の指導
持ち物 母子手帳、バスタオル

子育て支援センター
こころ広場カレンダー(9月16日~30日)
ところ: どんぐりの舎
17日(火) 身長・体重計測
18日(水) あおぞら広場
25日(火) 親子お誕生日会
26日(水) 読み聞かせの会
30日(月) わくわくランチデー

まちの にゅーふえいす

横山 ^{だい き}大輝くん [新月：1歳]



●パパ：大介さん ●ママ：紀子さん

- 名前の由来：何事も頑張って大きく輝いてほしいので。
- 名付け親：両親
- 最近の：プール、ブランコ、お姉ちゃん遊ぶこと。お気に入り 踊ったり、手拍子したりが得意。
- 両親からのメッセージ：健康で元気に育ってね。

面倒見のいいお姉ちゃんと、大好きなプール遊び。交互にホースをもって水がかかってもへっちゃらサ。お母さんの「いいお顔は？」という言葉で、ぼつちりいい顔を決めてくれました。

*このコーナーに出て頂ける1歳前後のお子さんを募集しています。詳しくは、企画開発課 広報広聴係へご連絡ください。

Topic

秋の使者 ~アキアカネ~

暑かった夏もようやく終わり、いよいよ秋の訪れです。秋と言えば、さわやかな空に無数に飛び交う赤トンボが思い起こされますが、このトンボの本当の名前は「アキアカネ」。

平地では9月ごろから急に多く見られるようになりますが、実はアキアカネの成虫は6月ごろには既に羽化しているのです。アキアカネの場合は、平地や丘陵地にある田んぼや浅い池、河川敷の水たまりなどで幼虫（ヤゴ）が育ちます。成虫になったアキアカネはオレンジ色をしていて、体も柔らかく弱々しい感じがします。しかし、意外と飛ぶ力は強く、その後まもなく山を目指して飛び立ちます。



梅雨があけ、真夏の日

が照りつけるころにはアキアカネは山に移動してしまうため、平地で見かけることはありません。山でエサをとり成熟したアキアカネは、秋風の吹くころ赤くなって次から次へと山から里へと降りてきます。平地に降りてくる時に、大きな群れを作って人を驚かせることがあり、赤トンボの大発生などと騒がれますが、それがアキアカネの秋の大移動です。平地に戻って来るころのアキアカネは体ががっしりして、オスのしっぽは真っ赤で赤トンボらしくなっています。平地に戻ったアキアカネの大きな仕事は子孫を残すことなのです。

ご厚意に感謝します

巻町民チャリティゴルフ大会実行委員会（加藤弘明代表）から、文化・スポーツ振興基金に寄付を頂きました。ありがとうございました。 ●金 178,000円

●お詫びと訂正

8月25日号「まちのにゅーふえいす」の名前に間違いがありました。お詫びして訂正します。
【誤】服部 楓花ちゃん 【正】服部 楓夏ちゃん

お誕生

おめでとう

(8月16日～31日届出分)

名前	誕生日	保護者	行政区
田 邊 翔平	8. 6	文一郎・なおみ	9 区
大 竹 萌花	8. 7	智也・美由紀	仁 箇
坂 田 智哉	8. 9	博之・好美	堀山団地
鷺 尾 皇朱	8.11	貴幸・朗子	東 6 区
笹 口 千愛	8.12	晃・幸代	桔梗ヶ丘
高 橋 歩	8.24	英幸・志津	すばる台ニュータウン

ごめい福を

お祈りします

(8月16日～31日届出分)

名前	亡くなった日	年齢	行政区
田 村 トミ	8.14	87	桜 林
野 澤 ヨキイ	8.19	91	13 区
本 間 マヨ	8.23	83	7 区
内 藤 松江	8.23	91	漆山4の丁
大 岩 子ヨ	8.23	67	1 区
中 原 倉吉	8.25	88	松野尾浦組
長谷川 政治	8.27	74	前 田
金 子 ユリ子	8.28	75	5 区

*「個人情報保護条例」を施行したことに伴い、「お誕生おめでとう」「ごめい福をお祈りします」欄は、掲載の同意があった方を記載しています。

しゃっせーちゃんす -表紙のはなし-

秋 風

越後七浦トライアスロン大会は、大会関係者をはじめ地域の皆さん、多くのボランティアに支えられています。選手それぞれが自分の限界に挑む姿は美しいものがありますが、それも大会を陰で支える人々の力があってこそ。今年も様々な分野でたくさんの協力がありました。

この大会が終わると、巻町にも秋の気配が漂い始めます。9月初旬は、まだまだ残暑に悩まされる日もありますが、それでも朝方や夕暮れときなど、ふと秋が感じられるようになります。やがて、夜がだんだんと長くなり、朝夕が冷え込み、露の降る日も現れるようになると、秋気が舞ってきます。

そんな秋の訪れを、二十四節気では「白露」といい、新暦の9月7日前後がその時期にあたります。このころには、それまで生暖かった風にも冷たさが加わってきます。

石山の 石より白し 秋の風 芭蕉