

広報まき

2-10

如月2004

Vol.900

田辺町長

就任あいさつ

車道の準備は、お済みですが、
鳥インフルエンザO&A
シリーズ「昭和を探して」
谷町農業関係表彰
腰痛・肩こり体操でリフレッシュ

「再生・巻町」を目指して



田辺町長 就任あいさつ

1月21日の就任当日、議場で町職員に訓示する田辺町長

1月21日に町長に就任いたしました。これからの町政運営に当たりまして、町民の皆さんのご期待に答えられるよう一生懸命がんばりますので、なにとぞ、よろしくお願ひいたします。

すでに、多くの町民の皆さんもご承知のことと思いますが、私たちが暮らす現在の巻町は、昭和30年（1955）1月、旧巻町と漆山村・峰岡村・松野尾村・角田村・浦浜村が合併し、「新生・巻町」が誕生したものです。

そして、先人たちの大きな努力によって国や県の出先機関が設置されるとともに、県立高校4校と県農業大学校を有した、まさに明治時代から続く西蒲原の「郡都」であり、「自然に恵まれた豊かな文化都市・巻町」として発展を続けてまいりました。

また、高速交通体系の整備により北陸道「巻・湯東インターチェンジ」が開設されるとともに、国道116号や海岸部を走る国道402号などを中心とした道路網などの社会資本整備が進む中で、「郡都・巻町」のさらなる発展を多くの町民は期待していたところです。

しかし、ここ数年の巻町は、あまりにも「原発問題」にこだわりすぎた町政運営が行われてきたように思われ、巻町の進むべき方向や、将来の展望が全く見出せない状況に陥っている気がしてなりません。

したがって私は、「再生・巻町」を目指して町民の皆さんに次の「三つの約束」をいたしました。

一、「巻町産業経済」の活性化を図ります。

一、「町民が主人公」の開かれ

た町政を実現します。

一、「住んでよかった！」と思われれる巻町をつくりたい。

町民の皆さんのご支持を頂き、町長に就任させて頂いた私の使命は、この約束を一つ一つ着実に、そして実現するために最大限の努力をするこ

とだと思えます。

そんな中で、就任早々、地元の前津、佐藤両県会議員のご高配により、平山県知事はじめ両副知事や出納長と面談することができました。その席上では今後の指導と協力を強くお願いし、「あたたかい言葉」を頂戴することができました。

そして、周辺の市町村長を表敬訪問させて頂く中で、特に、湯東、岩室両村長に対しては「深く陳謝」申し上げるとともに、あわせて、西川町長に対しても、一部事務組合の関係を今後とも円滑に推進できるようにお願いしてまいりました。

また、町民の代表である巻町議会議員の皆さんとは「車の両輪」のような関係を形成しながら、議会と行政がお互いの立場で「巻町の発展」を最重要課題に掲げ、1月30日に最初の議会全員協議会を開

催させて頂きました。

その席上では、課題となっている町立巻病院や消防事務組合の現状と今後のあり方について説明させて頂き、また、市町村合併の問題や産業経済の活性化を討議する場として、それぞれ「特別委員会」を議会に設置して頂くよう要請したところです。

今後の町づくりに大きく影響する市町村合併の問題につきましては、町民の声が最大限反映されるよう努める所存です。したがって、町民の皆さんに「巻町の現状」を理解して頂くため「合併問題等懇談会」を開催し、皆さんのご意見を伺います。

また、産業経済の活性化を目指す一施策として、巻町の基幹産業である農業の振興策を検討する「巻町農政対策本部」を設置することといたしました。

いずれにいたしましても、巻町における諸問題、課題等につきましても町民の皆さんのご意見を伺い、「開かれた町政」運営を肝に銘じながら、今後の町づくりに邁進する所存です。どうか町民の皆さんのご支援、ご協力を心からお願いいたします。

合併問題等懇談会を開催します

町では現在、合併問題、町立巻病院の赤字問題、消防業務の体制、今後増加するクリーンセンターの維持費、産業経済の活性化など様々な問題を抱えています。これらの諸問題を町民の皆さんに説明し、町の現状を理解して頂くため、次の日程により「合併問題等懇談会」を開催します。この懇談会は町長が直接説明し、町民の皆さんから率直なご意見を伺って、町の方向付けに活かしていきたいと考えています。18歳以上の多くの皆さんの参加をお願いします。

【合併問題等懇談会日程表】

月日	会場	時間	対象地区
2月15日(日)	四ツ郷屋分館	午後1時	四ツ郷屋
	越前浜ふれあいセンター	午後4時	角田浜・越前浜
2月22日(日)	巻町保健センター	午後1時30分	1区～13区・赤館・堀山団地・東6区・グリーンハイツ・桔梗ヶ丘・中郷屋・葉萱場・割前・東汰上・羽田・安尻・下和納
	巻町公民館3階小ホール	午後4時	
2月26日(木)	ふるさと会館	午前9時30分	五ヶ浜
2月28日(土)	松野尾集落開発センター	午後1時	松野尾地区
2月29日(日)	入徳館野外研修場	午後1時	松郷屋・平沢・福井・峰岡・舟戸・上木島・下木島・鷺ノ木・天神町
	漆山地区公民館	午後4時	漆山地区
3月2日(火)	竹野町集落開発センター	午後7時	竹野町・平成団地・前田・仁箇・布目・稲島・伏部・すばる台ニュータウン

* 会場によって開催時間が異なりますので、ご注意ください。

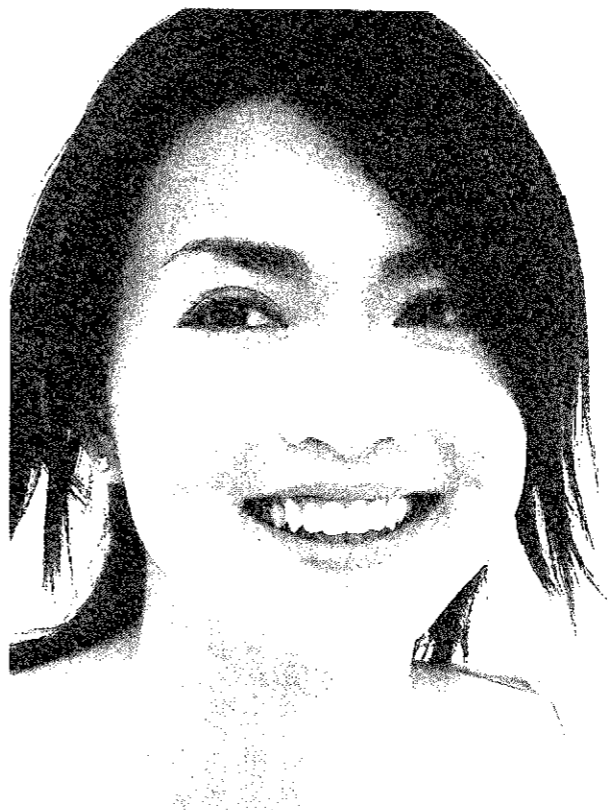
* 対象地区によって会場の指定がありますが、都合がつかない場合は、都合のよい会場にお越しください。

●問合せ 総務課 市町村合併問題担当 ☎72-3131(内線220)

申告の準備は、お済みですか？

いよいよ所得税、町・県民税の申告シーズン。所得税の確定申告は、2月16日(月)から始まり、申告・納付の期限は3月15日(月)ですが、期限間近になると申告会場が大変混雑し、長時間お待ち頂くこともあります。申告書はできるだけ自分で書いて、早めに申告を済ませましょう。

今年も、自分で。
25歳、長谷川京子。



確定申告

窓口が混雑で、自分で書いて、お早めに。

申告と納税は、期限内に

3月15日(月) 3月31日(水)

ホームページアドレス <http://www.nta.go.jp>

正しく申告・納税を
所得税は、自分の所得の状況を最もよく知っている皆さん自身が、税法にしたがって自分の所得と税額を正しく計算し、期限内に申告・納税するという「申告納税制度」を採用しています。昨年一年間の所得と税額を正しく計算し、早めに申告と納税を行ってください。

確定申告が必要な人

次に該当する人は、確定申告をしなければなりません。
● 事業をしている場合、不動産収入のある場合、土地や建物を売った場合などで、平成15年中の所得金額の合計額から、配偶者控除などの各種控除を差し引き、その金額を基として計算した税額が配当控除額と定率減税額との合計額を越える場合

● 給与所得者で、給与収入の合計が2,000万円を超える場合、給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える場合など

● 確定申告をする必要のない給与所得者でも、医療費控除、住宅借入金(取得)等特別控除などを受けることができるときは、確定申告をすれば源泉徴収された所得税が還付されることがあります。詳しくは問合せください。

納税は期限内に

確定申告による所得税の納期限は、申告期限と同じ3月15日(月)です。納期限までに最寄りの銀行や郵便局、巻務務署

で納税を済ませてください。
納期限までに納付しなかった場合には、納期限の翌日から完納の日までの間の延滞税を本税と併せて納付する必要がありますので、ご注意ください。振替納税についても、残高不足などで振替できなかった場合には、同様に納期限の翌月から延滞税がかかります。

振替納税をご利用ください

所得税の納税方法に、振替納税の制度があります。振替納税は、預貯金残高を確認して頂ければ、金融機関や税務署に出向く必要がなく振替期日に自動的に納税できるので大変便利です。
振替納税を希望される場合は、3月15日(月)までに預貯金先の金融機関、税務署に「口座振替依頼書」を提出してください。

所得税・消費税確定申告相談

● 実施期間 2月16日(月)～3月15日(月) (土・日を除く)
● 相談時間 午前9時～正午・午後1時～5時

会場 巻務務署2階会議室

● その他 消費税については、3月31日(水)まで(祝日を除く)相談を行っています。また現在、還付申告相談を実施中です。ご利用ください。
● 問合せ 巻務務署 ☎722355

町・県民税の申告

所得税の確定申告をすれば、町・県民税の申告書を提出する必要はありません。なお、所得税の確定申告の必要がない人

でも「平成15年中に収入があり、平成16年1月1日現在、巻町に住所のあった方」については、町・県民税の申告が必要です(給与所得者を除く)。

2月18日(水)から「納税相談」

町では、所得税の確定申告期にあわせて、下記の日程により「共同納税相談」を行います。

- 納税相談に必要なもの
- 所得税や町・県民税の申告書
- 印鑑(認印)
- 平成15年中に納入した生命保険料・損害保険料の支払証明書、国保保険料のお知らせハガキ、国民年金の「領収証書」など。医療費控除を受けられる方は医療費の領収書など
- 源泉徴収票(所得税の還付申告をする場合は必ず必要です)
- 事業所得がある方は、平成15年中の収支明細(帳簿など)
- 障害者手帳
- 通帳(所得税の還付申告や振替納税依頼に必要です)
- その他必要と思われる書類

● 申告書の記載は「自書申告」で
申告期間中は、相談会場が大変混雑します。あらかじめ必要なものを用意し、「自書申告」をお願いします。

● 農業所得の申告
「農業所得の収入金額のお尋ね」が町から送付された方で未提出の場合は、至急提出をお願いします(共同納税相談時

に提出されてもその場で計算できません。また、農業所得の収支計算への移行については、スケジュール表等でお知らせしています。期限までの移行をお願いします。

● 国民年金保険料は「社会保険料控除」が受けられます

昨年中に支払った国民年金保険料は、申告の際、全額が社会保険料として控除されます。納付額は、社会保険庁発行の「振替通知書兼領収済通知書」「領収証書」または通帳などで確認してください。納付額がわからない場合は、三条社会保険事務所 ☎0256322239へ問合せください。

● 介護認定を受けている方は「障害者控除」を受けられる場合があります

障害者手帳の交付を受けていなくても、申請により介護認定で寝たきりや重い痴呆の状態であると判断された方は、障害者控除対象者として認定書が交付され、「障害者控除」の適用が受けられます。詳しくは、高齢福祉保健課 ☎723131 または介護保険相談室 ☎735075へ問合せください。

● 協力をお願いします

「共同納税相談」期間中、税務課職員及び申告に使用する資料は相談会場に配置します。このため、役場窓口での納税相談には応じられませんので、ご了承ください。

また、国民健康保険税などの納入金額の問合せは、納税相談期間前をお願いします。

町の共同納税相談の日程

月日	相談時間	相談会場	対象地区
2月18日(水)	10:00~15:00	四ツ郷屋分館	四ツ郷屋
	10:00~15:00	ふるさと会館	五ヶ浜
2月19日(木)	9:30~15:00	JA越後中央角田支店	角田浜
2月20日(金)	9:30~15:00		越前浜
2月23日(月)	9:30~16:00	JA越後中央松野尾支店	松野尾(浦組・下組・前組・町組・興業一・興業二)・新月
2月24日(火)	9:30~15:00		大原・松山
2月25日(水)	9:30~16:00	JA越後中央峰岡支店	稲島・伏部・すばる台ニュータウン
2月26日(木)	9:30~16:00		竹野町・平成団地・前田
2月27日(金)	9:30~15:00		仁箇・布目
3月1日(月)	9:30~15:00	入徳館野外研修場	福井・峰岡・舟戸
3月2日(火)	9:30~15:00	峰岡地区公民館	松郷屋・平沢・上木島・下木島・鷺ノ木・天神町
3月3日(水)	9:30~16:00	JA越後中央漆山支店	漆山1の丁~8の丁・東町
3月4日(木)	9:30~16:00		潟頭・桜林・栄町・並岡・馬堀(上組・中組・十二原)
3月5日(金)	9:30~16:00	馬堀(高畑・下組・西下組)・河井・柿島・山島・庚午団地	中郷屋・葉萱場・割前・羽田・東汰上・安尻・下和納
3月8日(月)	9:30~16:00		1区~3区・赤館
3月9日(火)	9:30~16:00	巻町公民館2階研修室	4区~10区
3月10日(水)	9:30~16:00		11区~13区・堀山団地・東6区・グリーンハイツ・桔梗ヶ丘
3月11日(木)	9:30~16:00	巻町公民館2階研修室	町全域
3月12日(金)	9:30~16:00		
3月15日(月)	9:30~16:00		

*各地区の相談日で都合の悪い方は、3月12日からの「巻町公民館」会場にお越しください。

● 問合せ 税務課 町民税係 ☎72-3131 (内線186~188)

鳥インフルエンザQ&A

ベトナムやタイなどで死者が出るなど、新たな問題となっている「鳥インフルエンザ」。日本でも79年ぶりにウイルスが確認されました。今回は、厚生労働省が公表している鳥インフルエンザの内容をお知らせします。

Q1：高病原性鳥インフルエンザとは、どのような病気ですか？

トリもA型インフルエンザウイルスの感染を受けますが、トリのウイルスはヒトのインフルエンザウイルスとは異なつたウイルスです。鳥類のインフルエンザは「鳥インフルエンザ」と呼ばれ、このうちウイルスの感染を受けた鳥類が死亡し、全身症状などの特に強い病原性を示すものを「高病原性鳥インフルエンザ」と呼びます。鶏、七面鳥、うずら等が感染すると、全身症状をおこし、神経症状（首曲がり、元気消失等）、呼吸器症状、消化器症状（下痢、食欲減退等）等が現れ、鳥類が大量に死亡することもまれではありません。

Q2：これまでにどのような国で発生していますか？

香港(H5N1型：1997年、2003年)、米国(H5N2型：1983年、2000

3年)、オランダ(H7N7型：2003年)、ドイツ(H7N7型：2003年)、韓国(H5N1型：2003年)、ベトナム(H5N1型：2004年)

等世界各地で発生しています。日本では、1925年以来発生はありませんでした。

Q3：これまでにヒトに感染した例はありますか？

1997年香港においてH5鳥インフルエンザに18人が感染、6人が死亡していますが、ヒトからヒトへの感染はありませんでした。2003年2月、同じく香港においてH5鳥インフルエンザウイルス感染が2人で確認され、うち1人は死亡していますが、その後の感染の拡大はありませんでした。2003年3月4月オランダではH7鳥インフルエンザウイルス流行の際に、防疫に従事したヒトを中心に数人のヒトが結膜炎を、十数人インフルエンザ様症状を呈しました。死亡した獣医師1人の肺から

鳥インフルエンザウイルスH7N7が分離されており、家族内でのヒトからヒトへの感染が疑われています。

Q4：どのようにヒトに感染するのですか？

これまでのところ、香港などのように店頭での生きたニワトリの小売りが一般的な地域において発生した感染事例や、防疫業務に携わった人の感染事例など、まれにトリからヒトへの感染は見られた（数十例ほど）ものの、ヒトからヒトへの感染についてはオランダで疑わしいとの報告がわずかにあるのみです。またヒトが鳥インフルエンザウイルスの感染を受けるのは、病鳥と近距離で接触した場合、またはそれらの内臓や排泄物に接触するなどした場合が多く、鶏肉や鶏卵からの感染の報告はありません。

Q5：ヒトにはどんな症状がでますか？

オランダの例(H7型)では結膜炎が主な症状でしたが、一



厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp>
国立感染症研究所 <http://idsc.nih.go.jp>

Q6：ヒトではどのような予防方法がありますか？

鳥インフルエンザに対する有効なワクチンは、現在のところありません（研究、開発が行われています）。万が一の感染を避けるために、また付着したウイルスを他の地域のニワトリに拡げないために、鳥インフルエンザの流行が見られている鶏舎などへの出入りは、用事のない限り避けてください。用事があつて鶏舎に出入りするときは、手袋、医療用マスク、ガウン、ゴーグルなどの着用、手洗いの励行などの、基本的な感染予防対策が必要です。

Q7：ペットでニワトリや小鳥を飼っていますが大丈夫ですか？

これまでの科学的知見によれば、鳥インフルエンザが鶏やアヒルの他にも、色々な種類のトリに感染することが知られています。国内で鳥インフルエンザが発生したために、これまでペットとして家庭などで飼育していたトリが直ちに危険になるという事はあ

りません。

トリや動物は、ヒトへの感染の有無は別として、ヒトとは異なるウイルスも、ヒトと共通のウイルスも保有することが知られています。

トリに限らず、動物を飼う場合は、動物に触った後は手を洗うこと、糞尿は速やかに処理して動物のまわりを清潔にすることなどを心がけることが重要です。また、動物の健康状態に異常があつた場合は獣医さんに、飼い主が身体に不調を感じた場合は早めに医療機関を受診することも大切です。

Q8：ヒトのインフルエンザワクチンは鳥インフルエンザに対して有効ですか？

現在使用されているヒトのインフルエンザワクチンは、ヒトの間で流行しているAソ連(H1N1)、A香港(H3N2)、およびB型に対して効果のあるもので、H5やH7などの鳥インフルエンザに対しては効果がありません。

Q9：鳥インフルエンザにヒトが感染した場合、どのような診断方法と治療方法がありますか？

鳥インフルエンザはヒトで

流行しているソ連型(H1N1)や香港型(H3N2)とは異なるウイルスに属するものです。

ヒトのA型インフルエンザウイルスの診断に使う迅速診断キットで、鳥インフルエンザウイルスを検出することは可能ですが、どの型のウイルスに感染したかの判断は、分離されたウイルスの抗原解析や遺伝子の検査など、さらに細かい解析を行う必要があります。

A型インフルエンザの治療に用いられている抗インフルエンザウイルス薬も、鳥インフルエンザに効果があるといわれています。

Q10：鶏肉や鶏卵を食べて、感染することがありますか？

食品としての鳥類（鶏肉や鶏卵）を食べることによつて、ヒトが感染した例はありません。

Q11：高病原性鳥インフルエンザウイルスが存在した鶏肉や鶏卵を食べて大丈夫ですか？

我が国では、これらの病原性の高い鳥インフルエンザは、家畜伝染病予防法上、家畜伝染病（法定伝染病）として位置づけられており、発生した

場合は、鳥の間での拡大を防ぐために発生時の届出、隔離、殺処分、焼却又は埋却、消毒等のまん延防止措置が実施されることとなります。

したがって、これらの感染鳥やその卵が食品として市場に出回ることはありませんし、Q10のように、食品としての鶏肉、鶏卵などからの感染はないと考えられます。なお、インフルエンザウイルスは、加熱（75℃で1分）により死滅します。

Q12：山口県の事例への対策は、どのようなものでしょうか？

今回の事例では、ニワトリでの高病原性鳥インフルエンザの発生が確認されたものであつて、ヒトへの感染は確認されていません。現在、農林水産省では、以下のような、家畜防疫の観点での対応を進めています。当該農場の飼養鶏全羽の殺処分、消毒

・半径30km以内の区域の周辺農場における移動の制限、疫学調査の実施

また、厚生労働省では、ヒトへの感染の防止や、万が一の患者の発生に備え、以下の対策を進めています。

これまで、鶏肉や鶏卵の摂取によるヒトへの感染は報告されていないものの、念のため、当該農場に対し、出荷された鶏卵の自主回収、関係者の健康状態の確認、感染防御の徹底を指導。万が一、患者が発生した場合に備えて、医療機関などに高病原性鳥インフルエンザが疑われる患者に関する情報提供の協力要請など、迅速な情報の把握。このような取組を通じて、ヒトの健康被害の発生防止に努めています。

Q13：外国でも発生していると聞きますが、海外旅行は大丈夫ですか？

国内での旅行や移動はどのように？

現段階では、鳥インフルエンザウイルスの発生を理由に発生国への渡航の自粛、中止などの必要はありません。また、国内の旅行、移動も同様に、鳥インフルエンザウイルスの発生を理由にその土地への旅行や移動の自粛、中止などの必要はありません。ただし、不用意、無警戒に流行地の生きた鳥類のいる施設への立ち寄り、接触などは行わない方がよいでしょう。

鶏肉や鶏卵を食べることでヒトが感染した例はありません。



ぬくもり

変わらないもの
残したい技
伝えたい口

●リポーター／西田健司
NPO法人「紅のお茶」理事

昨日の夜から雪が降り続き、今朝も一面、真っ白となった。雪景色はやっばりキレイだ。山の木々が白く化粧するのを見ると、胸がキュンとする。昭和を探して第5回目は「福井」。会場はかやぶきの家、田庄屋佐藤家。中に入ると、囲炉裏の火が赤々と燃えていた。煙の香りが、なにか懐かしかった。

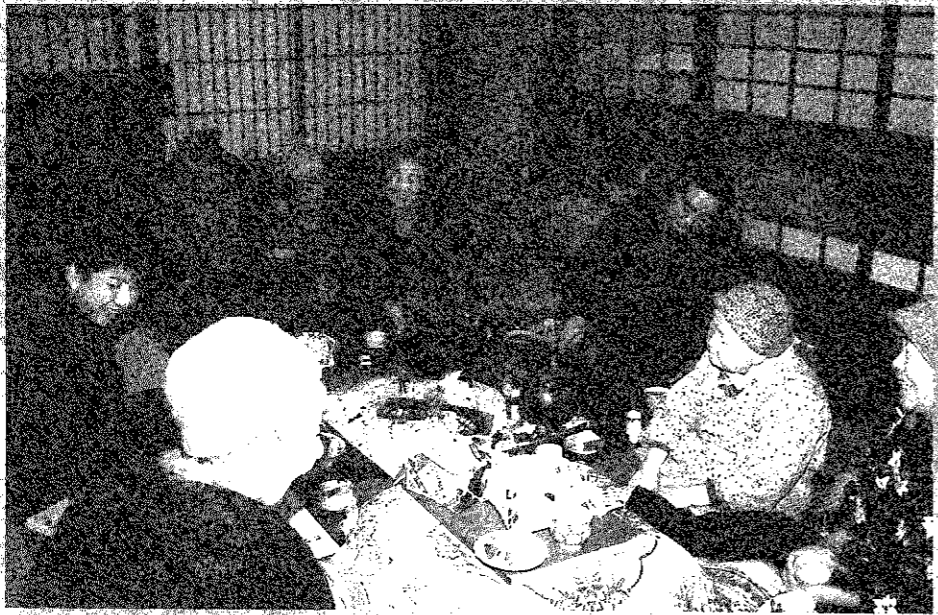
囲炉裏端に腰を下ろすと、お茶が出てきた。ただのお茶ではなかった。ドクダミ茶。ドクダミの葉と茎を乾燥させたもの。なんとも体にやさそう。でも味はどうなんだろう。おそろおそろ、茶碗を口に運ぶ。ん？これは結構うまいぞ、意外といける。なんだか、紅茶とウーロン茶を混ぜ

1日です。ほかに食べるものなかったのか？そう、なかったのである。子どもの（大人も）おやつといえば、サツマイモ、かたもち、そしておむすび。子どもたちは、腹が減っては囲炉裏のサツマイモをかじっていた。また、囲炉裏の下はサツマイモの貯蔵場所となっていた。サツマイモは寒いのが苦手だ。ある程度の温度がないと低温障害を起こしてしまう。だから囲炉裏の下に貯蔵していたんだそうだ。昔の人の知恵だね。

福井の田んぼも、昔は湿田だった。3月、ひざの上まで水につかりながらの田打ちは、あまりの冷たさに足が馬鹿になって（麻痺して）冷たいかどうかわからなくなるほどだ。

「手つないで歩きたかった」って、おばあちゃんは言った。そうだよ。やっばりデートはそうでなくっちゃ。結婚シーズンは農繁期を避けた11月か12月。ちよびり肌寒いけど、家の窓は全開。村中の人が花嫁さんを見に来るからだ。旧庄屋佐藤家裏にある資料館に、そのときの写真が残っていた。花嫁さんを囲む、村の人々。

笑って、泣いて、怒って、そして喜んで。囲炉裏は、その家族のすべてを見てきた。



たという。田んぼ仕事は重労働だった。田植えが終わるまでに5、6kgくらい体重が減ったそうだ。ここでも生活の中心は田んぼだったが、それに加えて、福井には山もあった。杉を切っては売り、また植林した。苗木を背中にしょって、山の上まで上がるのが大変だったと、しみじみ話してくれた。また、杉を伐採したあとには、スイカを植えたという。山で作るスイカ。どんな味なんだろう。海の近くのスイカとは、また違うんだろうな。

今回は、昔の結婚について話も聞いた。デートも満足にできなかった時代。結婚相手のほとんどは親が決めていた。「デートはどういうところに入ったんですか？」

「田んぼだこて」(笑) として、たとえ夫婦でも、離れて歩いてきたのだという。並んで田んぼに行こうものなら、近所中で「あそこにあんなや、あまちゃん(女つたらし)らのう」と笑われたそうだ。

「あれ？花嫁さんは？」花嫁さんがいない。なんと、花嫁さんは、燗番(かんばん)といって、お客様に出すお酒を温めているのがその日の役目だったという。昔の結婚式は、「花嫁さんお披露目の会」だった。

3日間続いた結婚式が終わると、新婚気分もつかの間、労働力としての日々が待っていた。農作業、食事の支度、子育て。遠くから来た嫁さんにとっては、それはそれは大変だったろう。でも大変だからこそ、一緒に作業し、会話を重ねる中で嫁さんはすぐに家族の一員となっていった。

昭和の時代、大変なことが多かった。田んぼ仕事も出仕事も重労働だった。しかし、家族のつながりがあった。力をあわせて田んぼを耕し、囲炉裏を囲んで、その日の出来事を皆で語り合った。

「ぬくもり」 そんな言葉を改めて意識した雪の日だった。



腰痛・肩こり 体操でリフレッシュ 運動しま専科 Vol.7

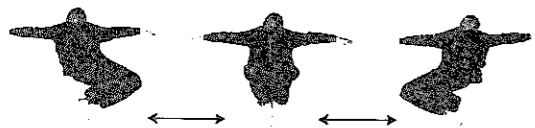
～巻町体育指導委員が贈る運動に関するアドバイス～

腰痛・肩こりでお悩みの方は多くいらっしゃると思います。特に冬は血行が悪くなり腰痛・肩こりをおこしやすくなります。少しでもこの痛みを軽減するための体操をして、リフレッシュしましょう。

腰痛体操

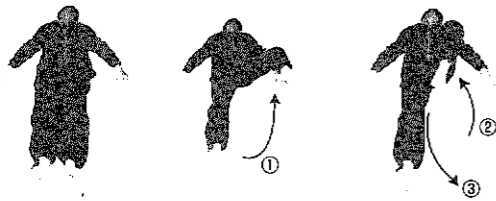
悪い姿勢や長時間同じ姿勢を続けて仕事をしていると、腰の筋肉は硬くなりやすくなります。軽い体操で固まった筋肉をほぐし血行を良くし、新陳代謝を高め改善しましょう。

① 腰とおしりの側面を強くする体操



あお向けになり、両足を揃えてひざを立てます。顔を上に向けたまま肩が床から浮かないようにして、両ひざを左右交互にゆっくり倒します。

② 股関節の動きをよくする体操



両足を伸ばし、あお向けになります。片方の足のひざを外側へ大きく回して引きつけ戻します。

③ 腰と背中マッサージ



ひざを抱え、胸へ引きつけ背中全体で前後にゆっくりころがります。

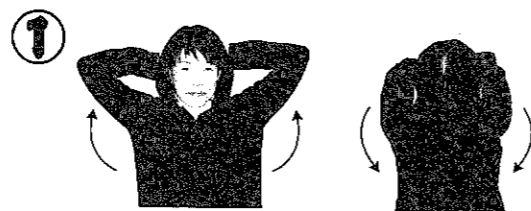
あなたは腰痛予備軍？○×チェック

1. 寝並びや、噛み合わせが悪い
2. ベッドが柔らかい
3. 細かいことを気にする
4. 身体が堅い
5. いつもきつい下着を着ている
6. 肉料理が好きだ
7. 長い時間、同じ姿勢で仕事をしている
8. 休日は家でゴロゴロしている

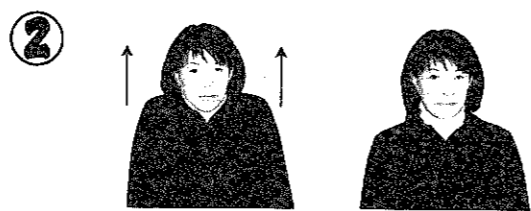
2項目以上・・注意 5項目以上・・赤信号

肩こり体操

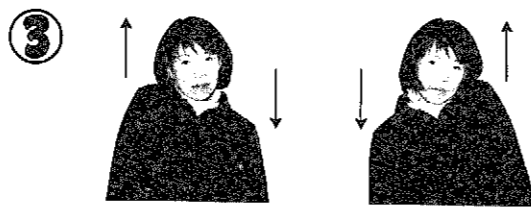
肩がこると、首筋から肩にかけて筋肉が硬くなり、張って重苦しく感じたり鈍い痛みを感じます。日々の生活に簡単ケアを取り入れ、肩こり予防&解消しましょう。



両手を頭の後ろで組み、息を吸いながらひじを開き、胸を張ります。息を吐きながらひじをすぼめ、あごを胸につけるように背を丸めて前に倒します。



首をまっすぐに保ちながら、両方の肩をしっかりとすくめ、サッと脱力しておろします。



右肩を上げたら、左肩を下げる要領で、左右交互におこないます。

■アドバイザー 体育指導委員 長谷川 真理

母なる
巻町の風

はぐくむ

大地の恵み

農業は、巻町の基幹産業のひとつ。町では、農業生産技術の向上を主な目的として、主要な作物ごとに優良生産者を表彰しています。その中から、最近表彰が行われた品目について紹介します。

■「越王おけさ柿」品質共進会

平成15年度に農協に出荷している生産者を対象に、経営面積別に70ア未満の第1部門と、70ア以上の第2部門に分け、全出荷に占める大玉果実の割合、早期出荷の割合、収穫量などを総合的に判断しました。

- 第1部門(経営面積10ア以上70ア未満)
- 1位 石山一・文子(仁箇)
 - 2位 八尾坂政一・光子(仁箇)
 - 3位 本間哲・真由美(稲島)

- 第2部門(経営面積70ア以上)
- 1位 寺澤秀雄(竹野町)
 - 2位 大橋忠義・順子(仁箇)
 - 3位 野村義孝・則子(東汰上)

■「いちじく」品評会

平成15年度に農協に出荷している生産者を対象に、園地審査及び品質審査、全出荷に占める大玉果実の割合、収穫量などを総合的に判断しました。

- 1位 玉木和助(竹野町)
- 2位 上原精一・ハル(竹野町)
- 3位 上原研一・ヨシ(竹野町)

■「すいか」ほ場品評会

巻町のすいかの収穫は、6月上旬から7月いっぱいまで続きます。平成15年度からは、最も早く収穫されるハウス作型を対象とした品評会を実施しました。ほ場での生育状況に出荷実績を加味した結果は、次のとおりです。

- 1位 高杉健司・まり子(四ツ郷屋)
- 2位 横山道男・ゆり子(新月)
- 3位 山川豊昭・雪子(越前浜)

■「やわ肌ねぎ」共進会

10ア以上を栽培している生産者を対象として、ほ場での生育状況と出荷実績を総合評価した共進会の結果は、次のとおりです。

- 1位 八尾坂又之助・ミヨシ(松野尾)
- 2位 山川重俊・良志美(大原)
- 2位 山川一男・タケ(新月)
- 3位 藤田幸男・和子(布目)
- 3位 石田勝・百合子(松山)
- 3位 小出正子(松野尾)

■「越のかがやき米」コンクール

見渡す限り美田が広がる蒲原平野。町の農業の基幹である稲作は、米余りの時代から米価の低迷や生産調整が続き、その経営は厳しさを増しています。このため、生産者の皆さんは優良産地としての生き残りをかけ、品質向上に懸命な努力を続けています。

今年度は冷夏の影響で全国的に不作の年となりましたが、巻町では、県・西蒲原郡平均を上回る品質となり、1等米比率は76.8%を確保することができました。次年度以降も生産者・関係機関一丸となって、他産地に負けない高品質の米づくりを目指します。

●第1部(耕作面積3ア以上)

- 1位 有坂茂・祐美子(3区)
- 2位 佐藤雅志・清子(東汰上)
- 3位 小林隆治・純子(4区)
- 3位 河村茂・ます美(松山)
- 3位 高村春雄・由美子(下和納)

●第2部(耕作面積1ア以上3ア未満)

- 1位 内藤良介・孝子(割前)
- 2位 石崎一敏・真由美(稲島)
- 3位 長谷川浩成・光子(松山)
- 3位 真島克之(葉巻場)
- 3位 小林寅雄・幸江(東町)



募集

「巻町民4人制ソフトバレーボール大会」参加者募集

と き 2月29日(日)
午前9時開会式
ところ 巻西中学校体育館
参加資格 町民及び町内勤務者
チーム編成 男女各2人ずつの男女混合チーム(女性のみでも可)
エントリーは、1チーム8人まで監督は、選手を兼ねられる。
参加費 1人500円(保険料を含む)
申込方法 生涯スポーツ課にある申込書に必要事項を記入のうえ、2月20日(金)までに参加費を添えて申込みください。(受付は、平日の午前8時30分～午後5時)
申込み・問合せ 生涯スポーツ課 ☎73-3131(内線251)

「スキー&スノーボードツアー」イン石打丸山参加者募集

と き 3月13日(土)、14日(日)(1泊2日)
3月13日(土)午前6時30分 役場正面玄関前集合
ところ 石打丸山スキー場
対象 レベルアップを目指す高校生以上の経験者
募集人数 20人(先着順)
参加費 15,000円(1泊2食・リフト券・交通費・レッスン代・保険料を含む)
日程 1日目 レベルアップ教室 2日目 フリー滑走
申込方法 生涯スポーツ課にある申込書に必要事項を記入のうえ、2月27日(金)までに参加費を添えて申込みください。(受付は、平日

- 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
固定資産税…第4期
国民健康保険税…第10期
納期限…3月1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。

の午前8時30分～午後5時
主催 巻町協会
申込み・問合せ 生涯スポーツ課 ☎72-3131(内線251)

「アルカディア合唱団」(社会教育認定団体)募集
昭和49年から活動している混声合唱団です。現在の団員は女性15人、男性4人です。合唱をやりたい方、年齢・男女・経験は問いませんので、ぜひお越しください。
練習日 毎週月曜日
午後7時30分～9時15分
練習会場 巻町公民館3階小ホール
その他 詳細は問合せください。
申込み・問合せ アルカディア合唱団代表 田辺伸五郎さん ☎73-2554

「放送大学」4月入学生募集中
放送大学は、いつでも、どこでも、だれもが学べるテレビ・ラジオで授業を行う正規の大学です。
募集学生 ●教養学部全科目生 進科生・科目生 ●大学院修士科目生

午後7時30分
ところ 巻町公民館2階和室
演題 昔話の紙芝居(4話)「関の大蛇」・「心算の幽霊」・「犬に呑まれた嫁」・「おととひ」
参加費 無料
問合せ 社会教育課(巻町公民館) ☎72-3329

出願期間 2月29日(日)まで
資料請求・問合せ 放送大学新潟学習センター ☎025-228-2651

三条テクノスクール 4月入校生募集
募集内容 ●OA事務科(6か月訓練)20人 4月8日(木)～9月28日(木) ●CAD科(6か月訓練)15人 4月7日(水)～9月30日(木)
募集期間 3月10日(木)まで
対象 職業訓練を受けて再就職を希望している方
※募集案内は三条テクノスクールまたはハローワーク巻にあります。
問合せ 県立三条テクノスクール ☎0256383464

親子で講座「思いやりの心を育む性教育」
この子どもたちの体の成長は、

お知らせ

新潟都市圏の将来像を考へるシンポジウム開催

新潟都市圏のさらなる発展・活性化を図るためには、いかに、農業・工業・観光などの様々な分野の視点から、皆さんのご意見をお願いします。
と き 2月22日(日)
午後1時30分～4時30分

「市民講座「昔話の紙芝居」」

巻町の方言を使った昔話の紙芝居です。
と き 2月26日(木)

町民緑化講習会

と き 2月26日(木)
午前9時30分～11時30分
(現地受付 午前9時)
ところ 新潟青苗センター(松野尾)
※会場まで送迎バスを運行します。
巻町公民館駐車場を午前9時に出発します。

町民福祉課社会福祉係

2月10日(火)は児童手当の振込み日です
通帳を確認してください(10月～1月分が支給されます)。
問合せ 町民福祉課社会福祉係 ☎72-3131(内線165)

3B体操教室参加者募集!

- 一般町民対象 3月8日(月)・15日(月)・22日(月)【3回シリーズ】 午前9時30分～11時30分
- 親子(祖父母)対象 3月13日(土)・20日(土)【2回シリーズ】 午後1時30分～3時30分

- ところ 町営体育館
- 講師 日本3B体操協会公認指導者
- 参加費 無料
- 服装 運動のできる服装・内履き・タオル・飲み物
- 申し込み方法 生涯スポーツ課で用意します。いずれの教室も3月3日(水)までに生涯スポーツ課へ申込みください。当日参加も大歓迎です。
- 申し込み・問合せ 生涯スポーツ課 ☎72-3131(内線251)

3B体操とは?
3Bとは使用する3つの手具、ボール、ベル、ベルターのそれぞれの頭文字を取って名づけられました。3B体操は、ポップスから演歌までの音楽に合わせて、みんなで楽しく体を動かし、肩こり、ストレス、運動不足を解消し、骨粗しょう症を予防します。初めの方もどうぞ気軽に参加ください。

24時間受付・相談無料
電話健康相談室
(0120)834-011
医師・看護師が応じます。

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
2月15日～29日

外科 15日 県立吉田病院(吉田町:☎92-5111)
22日 神原医院(分水町:☎97-5111)
29日 しまがきクリニック(巻町:☎73-1312)

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)

申込み・問合せ
 申し込み・問合せ
 生活環境課 交通防災係
 ☎73131 (内線143)

善町郷土資料館からのお知らせ
 郷土資料館では、昔ながらのさまざまな農具を展示しています。小・中学生をはじめ皆さん、ぜひご来館ください。また唐箕をお持ちの方、ご連絡をお願いします。
 展示期間 4月30日(金)まで
 問合せ 郷土資料館
 ☎726757

お知らせ

年間500円で助け合い 交通災害共済に加入を
 交通災害共済は、年間500円の加入金で、交通事故に遭った時、最高120万円の見舞金を支給する相互扶助の制度です。万一の事故に備え、家族で加入しましょう。
加入資格 善町に住所のある方
共済掛金 1人 年間500円
共済期間 4月1日から翌年3月31日までの1年間
加入方法 2月10日迄の広報まきと一緒に配布された申込書に掛金を添えて区長・班長に申込みください。

寝たきり者等の喀たん検査を実施します
 結核患者の早期発見及び他者への感染防止のため、寝たきり者等の喀たん検査を実施しています。
実施期間 3月16日(火)まで
対象 寝たきり等で、胸部検診を受診できない方
受付方法 電話での申込みを受け付け後、喀たん容器を送ります。容器が届いたら、それにだんを探り、代理者が保健センターへお持ちください。
提出日 毎週月曜日の午前9時～午後5時
 ・毎週火曜日の午前9時～正午
 (いずれも祝日を除く)
問合せ 善町保健センター
 ☎727100

平成16年4月から 産業廃棄物税を導入します
 県では、「資源再生・ごみ半減戦略」に基づき、産業廃棄物の発生抑制やリサイクル、適正処理を推進することにより、「循環型社会」の実現を目指しています。税収は産業廃棄物の対策費用に充てられます。皆さんのご理解と協力をお願いします。
税の名称 産業廃棄物税(法定外目的税)

「都市計画区域の整備・開発及び保全の方針」の案に関する公告 縦覧のお知らせ
 県では、「善町市計画区域の整備・開発及び保全の方針(II都市計画区域マスタープラン)」の策定にあたり、次のとおり都市計画案の公告・縦覧を行います。
 なお、この都市計画案について意見のある方は、縦覧期間満了の日までに新潟県に意見書を提出することが出来ます。
内容 「善町市計画区域の整備・開発及び保全の方針」
縦覧日時 2月13日(金)～2月27日(金)(土・日を除く) 午前8時30分～午後5時15分
縦覧場所 役場企画開発課・善町木事務所計画調整課
問合せ 県土木部都市局都市政策課都市計画係
 ☎02522805429

納税者 県内の最終処分場に搬入された産業廃棄物の排出業者または中間処理業者
納税額 県内の最終処分場の産業廃棄物の搬入量1トンあたり1,000円
税収の使いみち
 ①産業廃棄物の発生抑制及び再生利用の促進
 ②産業廃棄物の最終処分場の設置促進
 ③その他産業廃棄物の適正な処理施策の推進
問合せ
 ●税の目的や税収の使途に関すること
 県産業物対策課
 ☎02522805163
 ●税の仕組み
 県税務課
 ☎02522805046
 県税のホームページ
<http://www.pref.niigata.jp/kenzei/>

住宅用地を売却します
 所在地 善町大字善字土膳郷屋乙1726番地4
分譲目的 住宅用地
面積 443㎡
価格 1㎡当り31,762円
売却方法 原則として一括売却
応募期間 2月23日(日)まで
 応募多数の場合は抽選となります。
申込み・問合せ
 用地管財課 用地管財係
 ☎723131(内線281)

将棋冬の陣(団体戦)結果
 1月25日(日) やすらぎ会館
 ■松組 優勝
 竹野 福一・伝川 末吉
 上沢田 謙・山岸 礼一
 松永 福治・村松 治夫
 小林 修三
 ■梅組 優勝
 高井 寿夫・高橋 一男
 桑原 昭二・佐藤 勝巳
 石黒 孝・中西 次郎
 田辺 昭三・吾縣 栄

売却案内図

町 民生活カレンダー
 2月
 16日～29日 (□=時間 ■=会場)

16月	○郷土資料館休館日 ○得雲荘休館日
17火	
18水	●介護保険相談 □午前10時～午後5時 □ふれあい福祉センター ■じよんのび館休館日
19木	●心配ごと相談 □午前10時～午後1時 □役場1階相談室 ★町立善病院外来診療休診日
20金	
21土	★役場閉庁
22日	○郷土資料館休館日 ▶休日救急当番医 (12ページ参照)
23月	○郷土資料館休館日 ○得雲荘休館日 ◆ママのなんでも相談 □午前9時30分～午後4時 □保健センター ◆離乳食相談会 □午後1時20分集合 □保健センター
24火	
25水	●介護保険相談 □午前10時～午後5時 □ふれあい福祉センター ◆心の健康相談会 □午後1時30分～3時 □保健センター 住民課窓口 時間延長 (午後7時まで)
26木	●心配ごと相談 □午前10時～午後1時 □役場1階相談室 ◆2歳児歯科健診 □午後10時20分集合 □保健センター ★町立善病院外来診療休診日
27金	◆もうすぐお誕生ひろば □午前9時30分集合 □保健センター ◆3・4か月児健診 □午後1時20分集合 □保健センター
28土	★役場閉庁
29日	○郷土資料館休館日 ▶休日救急当番医 (12ページ参照)

赤ちゃんの健康のために
 会場/保健センター
 ☎72-7100

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 15年8月生まれの乳児
とき 2月23日(月) 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 14年1月生まれの幼児
とき 2月26日(木) 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

〈歯科健診受診時のお願い〉
 昼食後は歯を磨き、以後何も食べさせないでください。

もうすぐお誕生ひろば
対象 15年3月生まれの乳児
とき 2月27日(金) 午前9時30分集合
内容 身体計測(希望者)、保健師の相談、親子遊び、離乳食の指導
持ち物 母子手帳

3・4か月児健診
対象 15年10月生まれの乳児
とき 2月27日(金) 午後1時20分集合
内容 内科健診、股関節の脱きゆう検診、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
ころころ広場カレンダー(2月16日～29日)
 □どんぐりの舎 ☎72-6240

2月16日(月)・17日(火) 身長・体重計測
 □随時

18日(水) 親子遊びの会(体操遊び)
 □午前10時30分～11時30分

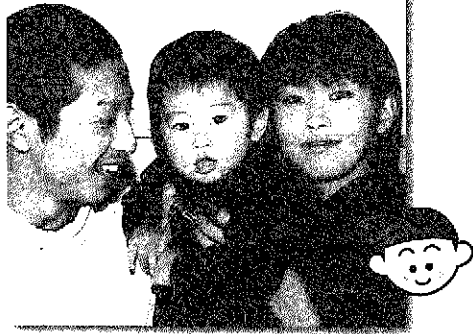
19日(木) ベビーちゃんようこそデー
 □午後1時30分～3時

25日(水) 親子お誕生日会
 □午前10時30分～11時30分

26日(木)・27日(金)
 入園準備講習会(MY袋作り)
 □午後1時30分～4時

まちの にゅーぶえいす

小出 迅くん [松野尾町組・1歳4か月]



●パパ：高寛さん ●ママ：花奈さん

●名前の由来：この子がママのお腹にいるとき、「じん」と名づけてほしいと強い力を感じたので。元気で活発で運動のできる子になるように。

●名付け親：パパとママ

●最近のお気に入り：ラーメン、白いご飯、バナナ。リズムをとること、近くの公園で遊ぶこと。

●両親からのメッセージ：元気で、明るくおもしろい子に。また、「ありがとう」と「ごめんなさい」がきちんと言える子になってね。

チャームポイントは「えくぼ」で、元気いっぱい『じんたん』。たくさん遊んだ後はやっぱり、だんだん眠くなってきて……。でも最後は、最近できるようになった「バイバイ」できちんと見送ってくれました。

お誕生 おめでとう

(1月16日～31日届出分)

名	前名	誕生日	保身番号	行政区
山本	泰生	1.10	良行・明美	松野尾下組
梅澤	美雪	1.12	秀雄・直子	東6区
阿部	希奈	1.16	正人・代史	3区
長谷川	結歩	1.16	繁市・陽子	馬堀上組
高村	海里	1.17	健太郎・理恵	松野尾町組
八木澤	真理子	1.18	剛・明美	4区
小熊	康莉	1.19	正人・祐子	福井
山下	莉央	1.20	晃一・奈々	越前
石田	葉結	1.20	淳一・容巳	中郷
関森	夢叶	1.21	明・康子	前田
坂井	ひより	1.22	洋之・由紀恵	前田
小林	翔馬	1.23	彰宏・香	安

ぞめいづを お祈りします

(1月16日～31日届出分)

名	前名	七くわつ日	年齢	行政区
市橋	徳市	1.15	90	新月地
高島	國一郎	1.18	76	平成
丸山	和夫	1.19	72	福井
佐藤	静子	1.20	77	1区
内藤	直木	1.21	80	8区
川村	秀章	1.23	39	舟戸
五十嵐	イシ	1.24	86	瀧頭
山下	サダ子	1.25	84	越前
小川	スツ	1.29	91	前
岩波	熊一	1.30	78	3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」「ぞめいづをお祈りします」欄は、掲載の同意があった方を記載しています。

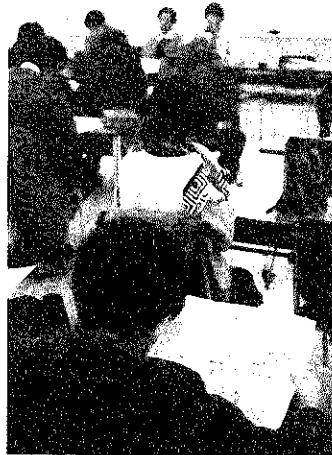
いよいよ今秋から、下水道の供用開始

～巻地区「下水道住民説明会」～

私たちが自然環境を守るためにできることの一つに「下水道」整備があります。下水道は、私たちの生活によって汚れた水をきれいにし、川に戻します。「住みよい環境と豊かな自然をよみがえらせる」、それが下水道の役割です。

巻町の下水道は平成6年度から事業に着手し、市街地の一部区域（事業認可区域129.9㌔）において年次的に整備が進んでいます。この下水道は、西川流域下水道（西川処理区）として整備され、町の処理場は持たずに、新潟市笠木地内の県の終末処理場で、西川流域と中之口川流域の市町村（1市4町5村）分の汚水を共同で処理する「流域下水道方式」です。

現在、県が整備している西川流域の幹線工事も順調に進み、今年巻町に到達する予定で、市街地の一部区域では今年10月から、下水道の供用を開始する予定となりました。このため、下水道の供用が始まる巻地区を対象に、1月29日から2月3日にかけて住民説明会を開催しました。



説明会では、上下水道課の担当者が今後の手続きの進め方や料金などについて説明。説明の後には、「自宅の工事は、いつごろから始めればいいのか」「工事費用はどれ位かかるのか」など出席者から多くの質問が出されました。

町では今後も広報などを通じて、下水道の情報を皆さんにお伝えする予定です。下水道の詳しい内容については、上下水道課下水道係（☎72-2164）へ問合せください。

ご厚意に感謝します

富井 章さん（3区）から、町に10万円の寄付を頂きました。ありがとうございました。

編集後記

五つる

2月に入り、立春は過ぎても、まだ寒いころ。降雪もあるし、風もまだ強い。寒気によって凍ることを「五(い)つる」という。この季語には、もっとも厳しい冬の語感がある。

最近の我が国は、凶悪事件が日常茶飯事のように起こる。人の感覚も毎日の事件に麻痺し、その内容に驚愕する度合いも少なくなっている気がしてならない。事件が起こると同じように、実はこうした「心が五つる」状態が一番恐ろしい。人の痛みが分かる心あたたかな日本人は、だんだんと少なくなってしまうのだろうか。

2月11日は「建国記念の日」。この日は戦前紀元節といい、四方拜、天長節、明治節とともに四大節として祝われた。「日本書紀」にある神武天皇が即位した日を陽暦に換算した日である。戦後、さまざまな論議を呼んだが、昭和41年に国民の祝日に復活した。自衛隊のイラク派遣も本格化し、日本の真価が問われている。日本国とは何か、日本人とは何なのかを改めて考えてみたい。（表紙の写真：五つる五ヶ浜の滝）