

広報入善

Public Relations
2014
March
No.680

3



おいしい「生チョコ」になあれ

児童センターでは2月8日、バレンタインデーに備えて「生チョコ作り教室」が開かれ、児童7人が笑顔で取り組みました。

町の新キャッチフレーズ

じゅわ〜と
にゅぜん

Contents 今月の主なメニュー

- 2 命のためにできること
- 8 カンボジアで学んできたこと
- 14 バスケット県選抜チームの2人

渡す練習も
するのじゃ!



命 のために できること



日 本の年間自殺者数が一昨年、15年ぶりに3万人を下回りました。しかし依然として年間2万7千人以上の人が自ら命を絶つています。私たちは3万人という数字上の区切りにとらわれがちですが、自ら命を絶った一人は、誰かにとってかけがえない大切な存在なのです。

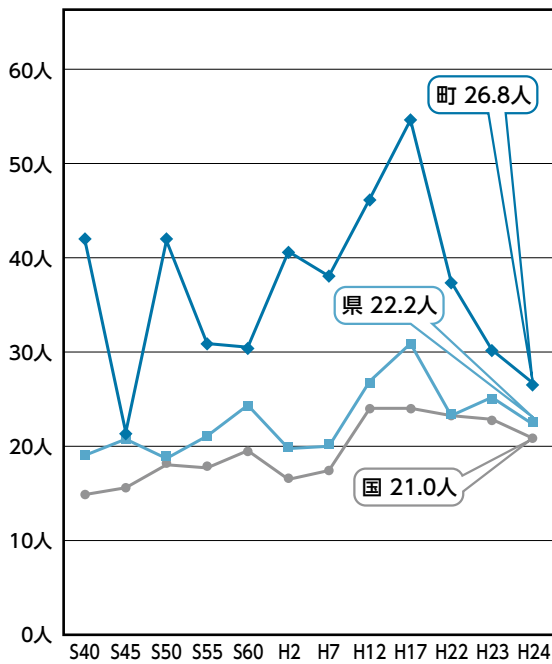
平成20年から24年までの町内の年間自殺者数の平均は10・2人。一人の自殺は、亡くなった人に関係する5〜6人に深刻な心理的影響を与え、といわれており、町内でも年に50人以上が自殺による影響を受けています。決して人ごとではありません。

長い間「個人の問題」とされてきた自殺。しかし、自殺の多くは死を強いられているのであり、自ら積極的に死を選んでいるわけではないのです。生きる道を選択できるだけの支援を得られれば、多くの人は自殺ではなく生きる道を選ぶはず。

自殺の多くは社会や地域の支援によって、防ぐことができます。

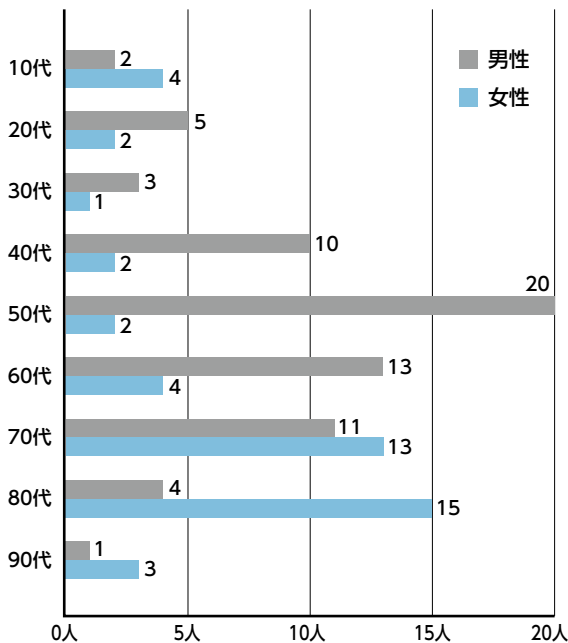
あなたやあなたの大切な人の命を守るために「できること」は何か考えていきましょう。

【表1】人口10万人当たりの自殺死亡率



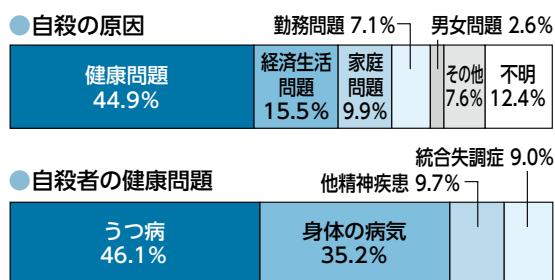
※厚生労働省「人口動態統計」、県「保健統計年報」、町「保健統計」から

【表2】町内 性別と年代ごとの自殺者数 (平成14年～23年の合計人数)



※厚生労働省「人口動態統計」から

【表3】自殺の原因と自殺者の健康問題



※警察庁統計から

2万7千人を超える人が 毎年、自らの命を絶つ日本

自殺の現状を学ぶ

統計で知る「人ごと」ではない自殺

社会の支援体制が変化 自殺者数は減少傾向に

日本の自殺は、平成10年に急増し(平成9年の金融不安が原因といわれる)、3万人を超えてからも対策がとられない状況が続いていました。社会問題として扱われ、対策が動き始めたのは平成18年。

「自殺対策基本法」が制定され、自殺を防ぐための社会基盤の整備が進んできました。細かい自殺統計を公表、全国の先駆的な取り組みをモデル化、対策財源の確保—など。対策の効果が表れ、自殺者数は平成21年から減少し始め、平成24年には、自殺者数が3万人を下回りました。

対策は進んでいるが 年間、町民より多くの自殺者

平成25年は2万7276人(警察庁暫定値)が自殺で亡くなっています。これは入善町の人口(平成26年1月現在は2万6403人)より多い人数で、1日に約75人が自殺で亡くなっている計算になります。人口10万人あたりの自殺者数を表す「自殺死亡率」は、アメリカの2倍、イギリスの3倍という非常事態です。

富山県よりも高い 入善町の自殺死亡率

平成24年の自殺死亡率を比べると、全国の自殺死亡率は

21人で、富山県は全国を上回る22・2人。入善町は26・8人とさらに多い自殺死亡率です(表1)。

町の性別と年代ごとの自殺者数(表2)では、50代男性の働き盛りや、70〜80代女性の高齢者が多いことが特徴で、「自殺」は入善町においても大きな社会問題となっています。

強いられた選択 背景には悩み苦しむ心

自殺の原因で最も多いのは、病気や障がいなどの「健康問題」で、次に失業や倒産、長時間労働などの「経済・生活問題」です。そのほかにもさ

まざまな悩みにその人自身の性格や家庭の事情、地域、職場などが絡み合って自殺に至ると考えられています(表3)。

自殺者の多くには何らかの心の病があったといわれており、中でも「うつ病(気分障がい)」が最も多いとされています。うつ病患者のうち、医療機関で治療を受けている人は、4人に1人しかいないことが問題を深刻化させています。

うつ病などの影響によって正常な判断ができなくなると、追い詰められ自殺しか解決策がないと思ってしまう傾向が強まります。多くの自殺は本人の意思ではなく、心理的に追い込まれた末の強いられた選択なのです。

うつ病かもと思ったら

「うつ病」は普通の病気 迷わず専門機関へ

うつ病治療が一番の自殺対策

うつ病は誰でも かかり得る普通の病気

うつ病は、およそ15人に1人がかかるという脳の機能障がいの一つで、心に強いストレスを受けたときに、それが引き金となり起こります。日常生活で大きな刺激を受けることで、誰でもなる可能性があります。

あります。

うつ病は意欲の減退、判断力の低下などの精神症状のほか、睡眠障害、肩こりなどの身体症状がでる「こころ」の病気です。マイナス思考や悲観、無価値観、自責感などを生じ、冷静に考えられない状態になりやすく、自殺という選択をとりやすいとされています。

もしかして、うつ病？ そんなときは早めに受診

「自分で感じるサイン（表1）」に多く当てはまるなど、うつ病が疑われるときは、かかりつけ医や精神科医などに早めに相談しましょう。

治療には、服薬やカウンセリングが行われます。回復には症状の程度により数カ月〜1年以上の時間が必要ですが、早期に気付き、受診することで、早い回復につながります。

【表1】自分で感じるサイン

- 悲しい、憂うつな気分、沈んだ気分
- 何事にも興味がわかず楽しくない
- 気力、意欲、集中力の低下を感じる
- 疲れやすく元気がない
- 寝つきが悪く、朝早く目が覚める
- 食欲がない。または過食気味
- 心配ごとが頭から離れない

インタビュー

同じ悩みを抱える人が 話し合う環境が必要



心の広場とやま（毎週木曜日 午前11時～）
☎090 (1555) 7267

心の広場とやま

代表 西田 ^{みのる}実さん (45)



魚

津市出身の西田実さんは、そううつ病とアルコール依存症を克服した経験を生かし、うつ・気分障害交流サークル「心の広場とやま」の代表を務めています。

東京の不動産会社に勤めていた西田さんが「そううつ病」と診断されたのは38歳。朝から晩まで働き詰めで心の病に気づかず、酒で紛らわしていたため、アルコール依存症も併発していました。

故郷の魚津市で入院。退院後もひどいうつ状態が続き、3年半の闘病生活で何度も自殺を考えたそうです。

「詩の創作をきっかけに自分と向き合うことができた」と語る西田さん。

現在、心理カウンセラーの資格を持つ西田さんは「当時の自分は、ポジティブな自分を取り戻そうと、もがくばかりで、本当の自分と向き合うことができていなかった」と振り返ります。

「そのときは社会のうつ病の認知度が低く、気軽に相談できるような支援体制ができていなかった。同じ悩みを抱える人が集い、話をできる場所が必要だった」と明るく話す西田さん。

毎週木曜、うつ病経験者らと共に富山駅前のカフェに集います。「もっと社会に浸透するよう続けていきたい」と笑顔がこぼれます。

悩みの相談を受けたら

気づき、声をかけ、話を聴き
つなぎ、見守る

あなたにもできること

あなたにもできる
ゲートキーパーという役割

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけて話を聴き、必要な相談窓口につなげて、その後の経過を見守る人のことをいいます。町では自殺させない地域や組織、仕組みを作るためにゲ

ートキーパー養成講座を実施。これまでに養成されたゲートキーパーは69人です。

ゲートキーパーに必要な
自殺予防5つのキーワード

【表2】 周りの人が気づくサイン

- うつ病の症状（気分が沈む、不眠など）
- 酒量が増す
- 仕事の負担が急増、大きな失敗、職を失う
- 職場や家庭のサポートが得られない
- 価値あるもの（職、家族、財産など）を失う
- 自殺を口にする
- 自殺未遂におよぶ

- ① **気づく** 自殺を考えている人は、「本当は生きたい」とサイン（表2）を発しています。身近な人は、サインに気づき次の行動につなげましょう。
- ② **声かけ** 相手が悩んでいることに気づいたら声をかけ、自殺のおそれを感じたら、はっきりと自殺の意思を確認しましょう。
- ③ **傾聴** 本人の気持ちに尊重し、真剣に耳を傾けましょう。
- ④ **つなぎ** 保健センターや精神科医などの専門家に相談するよう促します。
- ⑤ **見守る** 専門家につないだ後も、温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう。



魚津緑ヶ丘病院（魚津市大光寺287）
【日中】 ☎22-1567 【夜間】 ☎22-3131

インタビュー

皆さんが
命の防波堤になって

魚津緑ヶ丘病院
院長 葛野 洋一 さん (59)



入

善町で精神科にかかりたい場合は、魚津市まで行かなくてはなりません。専門機関の助けが必要な人にとって、この距離は大きな壁。

そこで町民の皆さんがお互いにゲートキーパーとなり、気づき、声をかけ、話を聴き、支援機関につなぎ、見守ることが必要になります。

特に難しいのは「傾聴」すること。まず皆さんに知ってほしいのは、「自殺したい」と打ち明けられたら、「この人なら、私の絶望的な気持ちを真剣に聴いてくれるはずだ」との思いから自分が選ばれたのだということ。相手の気持ちを真正面から受け止めてください。

気をつけなければならないのは、解決やアドバイスを求められていないということ。励ましたり、無理に行動を促したり、人と比較したりすることも行わないでください。

十分に時間をかけ、相手の話を「ただ」聴いてください。ポイントは「あいつちをうつ」「相手の言葉を繰り返す」「沈黙が続いてもあわてない」ということです。

もちろん皆さんは専門家ではありません。確実に精神科受診につなぐことが大切です。また自分自身が心身のバランスを崩さないように気を付けましょう。

皆さんが命の防波堤となり、地域でお互いを支えましょう。

自死遺族の思い

自殺しないで欲しい理由 遺された家族の思い

県心の健康センター「グリーンフケア相談」

遺族に接するときは 心に寄り添って

自殺で遺された遺族には、大切な人を亡くした衝撃や悲しみ、怒り、自責など、さまざまな感情の変化が起こります。また、周りの人の偏見や誤解から、心が追い込まれ、心の病や後追いなどにつながる



梅林さんの講座に多くの人が心打たれる

することも少なくありません。

もし、あなたの周りの人が自死遺族であるときは、相手の気持ちに寄り添う姿勢で接し、ゆったりと話を聴いてあげましょう。「がんばって」などの励ましや、安易な慰めはしないように注意します。

自死遺族に対する心のケア 「グリーンフケア相談」

富山県心の健康センターでは、自死遺族に対する「グリーンフケア相談」として、精神科医などの専門相談員が話を聴きしています。出向いて話す気分になれる人などは、電話でも相談ができます。

また、自死遺族同士で体験や気持ちを分かち合う自助グループ「風の道 富山」などに参加することも、気分を軽くする方法の一つです。

(左ページ下表に電話番号)

夫

が自ら命を絶つたのは、ちょうど17年前の平成9年2月16日。人生何が起るかわからないですね。

私の家は、私たち夫婦と夫の両親、中学1年生と小学5年生の娘の6人家族でした。平成9年はバブルが崩壊して間もないころ。夫は土建業を営んでいました。

当時、私は幼稚園の教諭をしていて、自分の仕事が忙しかったので、夫の仕事がうまくいっていないことを心配す

る余裕がありませんでした。夫は仕事の書類を持って、12日に失踪。16日に雪山の車の中で発見されました。

その日から長い間、家から出ることができませんでした。食事もできない。眠れな

い。職場復帰もできない。何度も死のうかと思いましたが、自分が死んだら娘2人は、両親が共に自殺したという運命を背負うことになりました。それだけはだめだという思いで自殺を思いとどまることができました。

自分が夫の死を受け止めて、社会復帰した後、同じ思いをする人を一人でも救いたいと思うようになり、今は自

死遺族会の代表をしています。

今は生きづらい時代で、自死遺族はこれからも増えていきます。そんな中で、自死遺族が集まって話をできる場所が増えてほしいですね。

同じ自死遺族の話を聴くらしいしか、してあげられることはないですが、人と人が話して少し笑うことで、明日一日生きる力が湧いてきます。

皆さんには、自死遺族の気持ちを知ってもらいたい。自殺した後に遺された家族がどんな気持ちになるのかを。

日本は自殺者が多い国ですが、できる限りのことをして、あたたかい社会をみんなで作っていききたいですね。

インタビュー

人と人が笑うことで 明日の生きる力になる

福井県自死遺族アルメリアの会

代表 梅林 厚子^{あつこ}さん (57)



悩みごとの相談窓口はこちら

支え合いの自殺予防 「つなぐ」窓口を案内します

悩む人へ・悩みを「つなぐ」人へ

それぞれの悩みごとに応じた
専門家に相談しましょう

ば、「自殺ゼロ」の入善町が
実現できるはずですよ。
それぞれの悩みによって相
談する専門家は違います。

気づき、声をかけ、話を聴
き、必要な支援につなぎ、見
守る。悩みを抱えた人がす
ぐに専門家に相談できるよ
う、支え合う活動を広げま
しょう。皆さん一人一人が「命の
ためにできること」を続け

悩む人へ・悩みを「つなぐ」人へ
の相談窓口を紹介。どこへ相
談してよいかわからない場合
は、保健センターへご相談く
ださい。

こころの健康セミナーを受講して



杉本 信一さん (小摺戸)

身近な人が自殺をした経験がない。もし自分が自死遺族だったら、その体験を人に話せないだろうと思った。



善田 亮平さん (入膳)

自殺を考える人や自死遺族の気持ちは聴いてみなければわからないので、良い経験になった。



柳澤 敦子さん (一宿)

自死遺族の梅林さんの体験談を聞き、自死遺族の痛みを理解することの難しさを実感した。



あなたはひとりじゃない。お話を聞かせてください

入善町保健センター ☎72-0343 (午前8時30分～午後5時15分 ※土、日、祝日は休み)

●心の健康全般に関する相談	
県新川厚生センター	☎52-2647
富山県心の健康センター	☎076(428)1511
●自死遺族のグリーフケア相談 ※「風の道 富山」を含む	
富山県心の健康センター	☎076(428)1511
●多重債務・消費	
町住民環境課(生活相談窓口)	内線132
富山県消費生活センター(金融相談)	☎076(433)3252
富山県消費者協会	☎076(432)5690
入善警察署(生活安全課)	☎72-0110
●福祉の相談 (児童、医療、障がい、虐待相談など)	
町健康福祉課	内線141~145
●アルコール薬物について	
富山ダルク	☎076(407)5777
●子どものための相談窓口	
子どもほっとライン	☎076(443)0001

●職場におけるメンタルヘルス	
メンタルヘルス対策支援センター	☎076(441)6671
魚津地域産業保健センター	☎22-0318
●児童に関する相談	
富山県児童相談所(子育てテレフォン)	☎076(422)5110
●教育に関する相談	
町教育センター	☎72-0009
富山県総合教育センター	☎076(444)6320
●配偶者などの暴力に関する相談	
富山県女性相談センター	☎076(465)6722
●人権相談	
町住民環境課住民係	内線131
●子どもからおとしよりまでのなんでも相談シルバー110番	
高齢者総合相談センター	☎076(441)4110
●電話カウンセリング	
富山カウンセリングセンター	☎076(492)6635

カンボジアで 学んできたこと



本 年度の町中学生カンボジア王国派遣事業の使節団15人（生徒12人、引率者3人）が、昨年12月22日から27日までの日程で、カンボジア王国シエムリアップ州を訪れ、日本とは異なる生活文化に理解を深めました。

現地では日本語を学ぶ山本日本語教育センター（山本日本語学校）の学生や、地元小学校の子どもたちとの触れ合いを通して、多くのことを学んだ団員たち。ここでは生徒の感想文からその一部を紹介します。



▲山本日本語学校の学生の案内で市内散策

Profile

カンボジア王国

人口 約1,480万人(2008年)
面積 約18万1千平方キロメートル
首都 プノンペン
日本との時差 マイナス2時間



カンボジア王国は、ベトナムとタイ、ラオスに接する東南アジアの国。国民の約9割がクメール人（カンボジア人）。気候は熱帯モンスーン気候に属し、雨期にはまとまった強い雨（スコール）が降る。

アンコール・ワットなどの世界遺産で有名な同国は、13世紀までインドシナ半島の大半を支配するなど繁栄の一途をたどっていた。だが、周辺国の攻撃で国力が衰退すると長い植民地時代を迎える。1953年に独立するものの権力争いによる内戦が繰り返され、90年代半ばまで紛争は絶えることがなかった。

アンコールワットなどの遺跡を楽しみにカンボジアへ行った。しかし胸を打たれたのは、遺跡の美しさではなく、出会った子どもたちの笑顔だった。貧しさに負けないまぶしい笑顔を見習い、恵まれた環境に甘えることなく生活したい。

入西中
2年 澤田 彩^{あや}さん



笑顔に心打たれる



入善中
2年 大島 実^{みほ}脩^ゆさん

共に発展したい

トンレサップ湖で水上生活する人や舗装されていない道路など、カンボジアはまだ発展途上で豊かではない。でも出会う人は笑顔で、生きる喜びがあふれていた。日本で多くの人に今回の体験を伝え、両国が発展していく力になりたい。

水上で生活する現地の人、過酷な生活環境のなか、生きる喜びに満ち溢れた笑顔をしていた。カンボジアは貧しさに負けない強い国だと思ふ。日本の恵まれた生活環境に甘えずに、現地の人に負けないくらい強く生きていきたい。

強く生きる人間に



入善中
2年 中林 果^{かほ}歩^ほさん



使節団の日程

- 12月22日(日)**
入善町を出発 韓国経由でカンボジア王国シェムリアップ州へ
- 23日(月)**
アンコールワット遺跡などを視察
フンセンワットスワイ中学校で生徒と交流
フンセンクルース小学校で児童と交流
- 24日(火)**
アンコールトム遺跡、トンレサップ湖などを視察
- 25日(水)**
バンテアイスレイ寺院、タブローム寺院などを視察
- 26日(木)**
山本日本語学校で現地学生と交流
シェムリアップ州を出発
- 27日(金)**
入善町到着 役場で解団式

町 さん(さいたま市在住)では道市出身の泉英明の寄付を受け、平成18年度から毎年カンボジア王国派遣事業を実施しています。同事業には、古里の中学生に、異文化体験を通して国際理解力を高めてもらいたいという泉さんの思いが込められています。

団員は現地でアンコールワットなどの遺跡群を訪れ、同国の悠久の歴史を学ぶとともに、長い内戦で疲弊した傷跡の数々を目にします。

遺跡の周りには、学校に通っていない子どもたちが観光客に群がり物売りをします。また、シエムリアップ近くの湖では、水上生活をする住民を目の当たりに。小さな舟で観光船に近づき、子どもたちがお金を稼ぎます。

自分の生活のために必死に働く子どもたちの姿に団員たちは言葉を失いました。



▲紙風船作りなどで小学校児童と交流



▲中学生と息の合った縄跳び



入善中
2年

横川 奨君

真剣さを見習う

驚いたのはカンボジアの小学校で、教壇を机がわりに勉強する児童。大きな声で先生に質問し、真剣に勉強に取り組んでいた。カンボジアに比べて日本の教育環境は恵まれている。恵まれた環境に甘えず、現地の児童を見習ってがんばりたい。



理解する姿勢が大切

入西中
2年

荒田 瑠香さん

日本の遊びを現地の小学校の児童・生徒に紹介。理解してくれるだろうかと不安だったが、言葉はわからなくても身振り手振りで伝わることを知った。世界にはいろいろな人がいるが、偏見を持たずに相手を理解する姿勢の大切さを知った。

交流を発展させたい



入西中
2年

志摩 千尋さん

現地の小学生の元気なあいさつがうれしかった。日本の遊びで交流し、言葉が通じなくても、笑顔でお互いの心がつながったと思う。たくさん日本の人にこの小さなつながりを伝え、カンボジアと日本の交流を発展させていきたい。



▲書道を見よう見まねで学ぶ



▲トンレサップ湖で生活する住民



▲現地の遊びに熱中する生徒



本当の心の豊かさ

入西中
2年

日俣 七虹さん

カンボジアの人々には、豊かになり過ぎた日本で失われつつある、本当の心の豊かさがあった。笑って明るく過ごせる心を見習いたい。貧しくても元気いっぱい、現地の人々の姿を日本に伝え、カンボジアに興味を持ってもらいたい。



意欲を伝えたい

入善中
2年

徳光 廉太郎君

小中学校では折り紙などで交流。言葉が通じなくても心が通じた。子どもたちの目は輝き、意欲的に折り紙に取り組んでくれた。この前向きな姿勢が日本にあるだろうか。学んだことを発信して、現地の意欲を伝えていきたい。

日本に笑顔の精神を

学校で勉強できる子どもがいる一方、水上で生活し観光客への物乞いで生計を立てる子どももいて、貧富の差に衝撃を受けた。さらに驚いたのは、どの場所でも出会う子どもも笑顔だったこと。カンボジアの笑顔の精神を日本に広めたい。

入善中
2年

中村 里穂さん



今の生活に感謝

現地の生徒は家族の生活のために働いており、わずかな時間しか勉強ができない。日本の生徒は勉強できる多くの時間があり、食にも物にもお金にも困らない生活をあたりまえだと思っている。恵まれた生活に感謝の気持ちを持ちたい。



入善中
2年 鬼原 さくらさん

学校生活に目標を

山本日本語学校の学生は、夢や目標を持って学校に通っていた。日本の生徒は、頭のどこかで「通わされている」と思っていないだろうか。家族に「通わせてもらっている」ことを自覚して、目標を持って学校生活に挑戦していきたい。



入西中
2年 山本 真綾さん

相手を思いやる

日本の遊びを現地の小学生に身振り手振りで説明。言葉を通じない分、相手の気持ちを理解しようと、お互いに思いやることができた。カンボジアで学んだ思いやりの姿勢を日本でも続け、相手の気持ちを理解できる人間になりたい。



入西中
2年 藤田 真穂さん

団員

員は23日、市内にあるフンセンワットスワイ中、フンセンクルース小の2学校を訪れ、生徒や児童と交流。

緊張した面持ちの団員は、まぶしいほどに輝く現地の子どもたちの笑顔に、すぐに心を開き、日本とカンボジアのゲームで交流を深めました。そこには、身ぶり手ぶりを交えて積極的に英語で話し掛ける団員の姿がありました。

また、26日の山本日本語学校との交流では、日本語を学ぶ学生たちの案内で近くの市場を見学。団員は初めて見る品物に驚き、日本との違いなどを学生たちに伝え、お互いの文化に理解を深めました。

こうして団員は、現地の交流で芽生えたかけがえのない「友情」を手に入れました。

自らの暮らしのためにと、小さくても必死に働く子どもたちや、明日を夢見てひたむきに勉強にいそしむ若者たちの姿と向き合い、さまざまなことを感じ取った団員12人。

カンボジアで学んだこと―

一人一人の学びはきつと今後の人生に生かされ、豊かな心を育む糧となるに違いありません。



フンセンクルース小で記念写真

※観覧料などが必要なイベントもあります。詳しくはお問い合わせください。



「入善町歩こう会」で一緒に歩きませんか

入善町歩こう会は、新入会員を募集しています。「心身ともにさわやかに歩こう」をモットーに、毎年4月～11月に月1回開催。町内外の片道4～5kmのコースを休憩や食事を交えながら楽しく歩いています。皆さんも、季節ごとに移りゆく景色を楽しみながら一緒に歩いてみませんか。

初回は4月27日(日)午前8時30分、総合体育館前に集合。運動公園周辺のフラワーロードを散策します。

- 会費 入会金 1,000円
年会費 1,000円
- 申し込み 尾谷善政 ☎74-0937
竹内秀夫 ☎72-0276

入善町合併60周年 うるおい館開館5周年 記念事業



藤原 紀香

「アフガニスタンやカンボジアの状況を多くの人に知らせたい」という女優の藤原紀香さんの意志により開催される写真展・講演会がうるおい館で開催されます。

- 問い合わせ うるおい館 ☎72-0123

— チャリティー写真展 —

- 日時 2月22日(土)～3月16日(日)
午前10時～午後5時
- 場所 うるおい館 多目的ホール
- 入場料 300円 ※中学生以下は入場無料

— チャリティー講演会 —

- 日時 3月9日(日) 午後3時～
 - 場所 うるおい館 イベントホール
- ※チケットの販売は終了しました。

スポーツクラブ入善

3月度受講生募集

- ④…会場は総合体育館
スポーツクラブ入善でご確認ください。
- 問い合わせ スポーツクラブ入善
☎080-3749-8292
- ④わんぱくスポーツ道場
8日(土)、22日(土) …… 9:30～11:30
- ④パワーヨガ教室
毎週火曜日 …… 10:00～11:00
毎週水曜日 …… 19:00～20:00
20:10～21:10
- ④ズンバゴールド教室
毎週金曜日 …… 10:50～11:50
- ④ステップエクササイズ教室
毎週水曜日 …… 14:40～15:40
- ④かんたんピラティス教室
毎週木曜日 …… 10:50～11:50
- ④ピラティス教室
毎週土曜日 …… 19:30～20:30
- ④エアロビクス教室
毎週火曜日 …… 20:00～21:00
- ④レッツ!!スポーツ
5日(水)、19日(水) …… 20:00～21:15
- ④はじめてのビューティフル・フラ
毎週木曜日 …… 20:00～21:00

ゴルフ教室 受講生募集

町ゴルフ協会では、皆さんのゴルフ技術向上をお手伝い。ゴルフを始めたい人やレベルアップしたい人は、ぜひご参加ください。




- 日程 4月7日～5月19日までの
毎週月曜日(全6回) 19:00～21:00
※5月5日(月)は休み
- 場所 インターゴルフクラブ(黒部市)
- 募集コース
▷小学生コース(先着10人)
町内小学生の新4年生～6年生
▷一般コース(先着10人)
町内に住む人や町内で勤めている人で、ゴルフ初心者
- 受講料(練習球代、保険料を含む)
▷小学生 6,000円
▷一般 9,000円
- 申し込み 3月4日(火)～16日(日)まで、総合体育館で受け付け

Joy Calendar

お楽しみカレンダー 3月

④入善カップバレーボール中学生大会 8:30～ 総合体育館	1 土
④第22回おたのしみ卓球大会 8:30～ 総合体育館 ④マリア・ジョアン・ピリス ピアノリサイタル 15:00～ コスモホール	2 日
	3 月
	4 火
④冬季テニス教室(13日、20日、27日) 19:00～ 総合体育館	5 水
	6 木
④入善西バドミントン交流大会(スポ少) 8:30～ 総合体育館 ④発美展 Hatsubi(～30日) 9:00～ 発電所美術館 ④災害救援ボランティア研修会 13:00～ うるおい館 ④高島音楽教室リトル・コンサート 13:15～ コスモホール	7 金
	8 土
④町スポーツ少年団卓球教室 8:30～ 総合体育館 ④コスモホール3月のピアノ開放 ①11:00～②13:00～③15:00～ コスモホール ④藤原紀香チャリティー講演会 15:00～ うるおい館	9 日
	10 月
④コスモホール3月のピアノ開放 ①11:00～②13:00～③15:00～ コスモホール ④J.C「子ども達の笑顔のために」 講師：佐久間レイ 19:00～ うるおい館	11 火
	12 水
④あぐり陶遊会作陶展(～16日) 9:00～ 町民会館ギャラリー ④町所蔵品展(～30日) 9:30～ 町民会館ギャラリー2F	13 木
	14 金
④新川地区高等学校冬季バレーボール大会 8:30～ 総合体育館 ④町スポーツ少年団バレーボール教室 10:00～ 総合体育館	15 土

カルチャー&スポーツイベント情報

16日	<ul style="list-style-type: none"> 第14回歌と踊りの桜まつり 13:00~ コスモホール
17月	 <p>芦崎保育所の3月生まれ 井田 凌くんが 日づけをかきました</p>
18火	
19水	
20木	<ul style="list-style-type: none"> キンボール教室 19:30~ 総合体育館
21祝	<ul style="list-style-type: none"> 町連合婦人会結成60周年記念式典 13:30~ コスモホール 第18回雪翠展 (~23日) 9:30~ サンウェル
22土	<ul style="list-style-type: none"> コスモホール3月のピアノ開放 ①11:00~②13:00~③15:00~ コスモホール
23日	<ul style="list-style-type: none"> 第23回町バドミントン交流大会 8:30~ 総合体育館 労災職業病「無料・健康相談」 10:00~ うるおい館 入善名水寄席 円楽・三平二人会 15:00~ コスモホール
24月	
25火	<ul style="list-style-type: none"> コスモホール3月のピアノ開放(~26日) ①11:00~②13:00~③15:00~ コスモホール
26水	
27木	
28金	
29土	<ul style="list-style-type: none"> 町消防団春季訓練 13:20~ 役場庁舎前ほか
30日	<ul style="list-style-type: none"> 箏のしらべ 13:30~ コスモホール
31月	<p>問い合わせ</p> <ul style="list-style-type: none"> 町民会館コスモホール ☎72-1105 総合体育館 ☎74-2500 下山芸術の森・発電所美術館 ☎78-0621 うるおい館 ☎72-0123

入善名水寄席 円楽・三平二人会

●日時 3月23日(日) 午後3時開演
●料金 全席指定
S席3,000円/A席2,500円
●問い合わせ 町民会館



◀三遊亭円楽



林家三平▶

マリア・ジョアン・ピリス ピアノリサイタル

2009年、圧倒的な存在感で強烈な印象を残した入善初登場から5年。ピリスによる伝説的名演はシューベルト畢生の傑作とともに再現されます。お聴き逃しなく!

●日時 3月2日(日)午後3時開演
●料金 全席指定
S席6,000円/A席5,500円
●問い合わせ 町民会館



入善町 所蔵品展 五分五分

ごぶごぶ

町所蔵の549点の美術品から5%(五分)にあたる27点を展示。今回は気軽に5分程度でアートに触れることができるよう、展示する機会の少ない概ね20号以下の平面作品を1作家1点ずつ選びました。「あの有名作家の作品がわが町に!」という発見もあるかも。

●会期 3月13日(木)~3月30日(日)
●観覧時間 午前9時30分~午後5時
●会場 町民会館ギャラリー 2階
●料金 無料
●問い合わせ 町民会館

●発電所美術館企画展● 発美展 Hatsubi



コスモホール 3月のピアノ開放

好評につき、日時を追加します。

●日時 3月25日(火)、26日(水)
①午前11時~(100分間)
②午後1時~(100分間)
③午後3時~(100分間)
(3月9日(日)、11日(火)、22日(土)は受付終了)
※使用ピアノ:(どちらか選択)
スタインウェイ/ベーゼンドルファー

●料金 参加費3,000円(1回)
※参加するには、事前申し込みが必要です。
●問い合わせ 町民会館

美術館収蔵品約40点を展示し、発電所美術館の過去19年間の企画展を振り返ります。さまざまな素材や技巧、作家の世界観に触れることができ、企画展開催時とは、また違った作品の魅力や奥深さを楽しめます。2年ぶりとなる発美展をどうぞご覧ください。

●会期 3月8日(土)~3月30日(日)
●休館 月曜日、祝日の翌日
●開館時間 午前9時~午後5時
●料金 一般200円、高大生100円
中学生以下無料
●問い合わせ 発電所美術館

西中バスケットボール部の2人が 全国大会の県選抜チームに選出

ここでは、みんなでつくるページです。情報をお寄せください。秘書政策係 ☎72-11100 内線201

西中の誇りを胸に 全国制覇に挑む



橋本 大弥君 (左) チームの司令塔とよばれる「ガード (G)」
根建 拓己君 (右) 得点を取る役割の「フォワード (F)」

入善西中学校2年

橋本 大弥君 (木根 まさひろ)

根建 拓己君 (東狐 たくみ)

—富山県代表として一試合一試合に全力を尽くし、夢の全国制覇に挑みたい—

中学バスケの全国大会「ジュニアオールスター」(第27回都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会)の富山県選抜チームに、入善西中学校2年の橋本大弥君と根建拓己君が選ばれました。

県選抜に入れるのは12人だけで、同校から県選抜メンバーを輩出するのは2年連続。西中バスケット部はミニバスで経験を積んだ生徒が多く、県の試合でも毎回「優勝候補」とよばれる強豪チームです。

バスケット部で2人を指導する能登一昌監督は「小学校から積み重ねた連携プレーで、全国でも輝いてほしい」と活躍を願います。

1月から県の合同練習に参加し、汗を流す2人。県選抜キャプテンの大役を任された橋本君は「声を出してみんなを盛り上げ、チームの絆を強くしたい」と語ります。根建君は「要所で得点が取れるように連携をみがきたい」と闘志を燃やしています。

大会は3月28日から都内などで開幕。県選抜チームは予選リーグ2試合を戦い、決勝トーナメントを目指します。

補聴器相談会

3/13(木)
AM10:00
~PM5:00

補聴器の専門相談員が、あなたの「聞こえ」についてアドバイス。ご使用中の補聴器の調整・点検も無料でいたします。尚、ご一報いただければ送迎いたしますので、お気軽にお申し付け下さい。

メガネ
補聴器
宝飾
時計

(有)なかしま

補聴器はシーメンス

入善町入膳
5242

TEL 72-2311

第29回 明石農機魚津店・入善店合同

2014
新川広域

ビッグフェア

優良中古農機 69台

3月7日(金) 8日(土) 9日(日)
魚津蛇田倉庫特設会場





地場産食材ふんだんに

JAみな穂 ふれあい雑煮祭り

地場産食材を使った雑煮が並ぶ「ふれあい雑煮まつり」が2月1日、入膳の中央農業倉庫であり、大勢の家族連れらが、各店自慢の一杯の味に舌鼓を打ちました。祭りはことしで6回目。入善、朝日両町の農産物加工グループなど8店が出店し、フクラギが入った雑煮や無料のいのしし鍋などに人気が集まりました。会場にはぜんざいや甘酒、漬物なども並び、買い求める人でにぎわいました。

豊作祈り わらを編む

ジャンボ西瓜「さん俵」作り



入善ジャンボ西瓜を包む「さん俵」作りが最盛期を迎え、1月31日に小杉のスイカ農家、高見薫さん(60)方で作業が行われました。さん俵は出荷の際にスイカを包むわらの編み物で、収穫を終えた秋から、2月末にかけて作ります。生産組合で作る1万6千枚(スイカ8千玉分)のうち、高見さんは約2千枚を製作。「好天に恵まれ、糖度の高いおいしいスイカになってほしい」と話します。



いつまでもお元気で

谷田さんの満100歳を祝う

2月20日に満100歳の誕生日を迎える谷田ハナさん(新屋)を祝って2月19日、町長らが谷田さん宅を訪問しました。家族ら約10人が見守る中、米澤町長らから祝い状や花束を受けた谷田さんは、「長生きできたのは家族のおかげ」と感謝の気持ちを表しました。今でも家の周りの草むしりをする谷田さん。「自然のままに生きることが大切」と長生きの秘けつを語ります。

山仕事の安全祈願

やまがみしや 舟見・山神社の山神様祭り



江戸時代から続くとされる「山神様祭り」が2月9日、舟見の山神社で行われ、森林関係者ら約30人が山仕事の安全を祈願しました。祭りは全国的に珍しい神仏混交の伝統行事で、山仕事が始まる2月と、山の恵みに感謝する11月に行われます。この日は、笛と太鼓の神楽に合わせ藤保内神社の高邑吉房宮司(よしむら)が祝詞を奏上。参加者が玉串をささげた後、十三寺の入井寛道住職(かんどう)が読経しました。

【予防注射の日程表】

4月3日(木)	
舟見交流センター	9:00~ 9:40
農村婦人の家(野中)	10:00~10:20
新屋公民館	10:30~11:10
小摺戸公民館	11:25~11:40
上原保育所横の広場	13:00~13:40
広域働く婦人の家(青木)	14:00~14:30
JAみな穂西部支店(飯野)	14:50~15:30
入善漁業協同組合(芦崎)	15:50~16:20
4月4日(金)	
漁村センター(横山)	9:00~ 9:30
柗山公民館	9:50~10:30
入善分団消防屯所	13:00~14:30

飼い主のマナーを守ろう

- ①犬のふんは必ず持ち帰りましょう
- ②犬の鑑札・狂犬病予防注射済み票は、犬の首輪に付けましょう
- ③犬の放し飼いはやめましょう

●**狂犬病予防注射**
 ことしは4月3日(木)、4日(金)に左表の場所と時間で集団接種を行います。

犬の飼い主の皆さんは、生涯に一度の「犬の登録」と、毎年の「狂犬病予防注射」を受けさせる必要があります。

●**犬の登録**
 愛犬が生後90日を過ぎたら、住民環境課で登録手続きをしてください。飼い主がいることを示す「犬の鑑札(犬を見分ける札)」をお渡しします。犬が死亡したときや飼い主が変わった場合、引越したときもご連絡ください。

▼**登録料** 3000円

※登録は、狂犬病予防注射の各会場でも受け付けます。

■**問い合わせ** 住民環境課 生活環境係 内線134

狂犬病予防注射・犬の登録のお知らせ

相談のコーナー

回…日時 場…場所 問…問い合わせ先

総合相談

- 法律** 回…19日(水) ※要予約 [相談員 弁護士]
- 障がい者** 回…12日(水) ※要予約 [相談員 専門相談員]
- 成年後見** 回…4月10日(木) ※要予約 [相談員 行政書士]
- 母子・父子・児童** 回…25日(火) [相談員 母子・父子自立支援員兼家庭児童相談員]
- 心配ごと** 回…28日(金) [相談員 心配ごと相談員]

●時間は各午後1時30分~3時30分

●**自立支援・金銭管理** 回…月~金、午前9時~午後4時 [相談員 町社協職員]

※住宅改造相談、生活福祉資金相談も承ります。
 場…健康交流プラザ「サンウェル」相談室
 問…町社会福祉協議会 ☎72-5686

●**人権・行政** 回…4日(火) 午後1時30分~4時 [相談員 人権擁護委員・行政相談委員]

場…うるおい館会議室
 問…住民環境課住民係 内線131

国民年金・厚生年金

回…20日(木)午前10時~正午、午後1時~3時
 受付は午後2時30分まで
 場…役場1階相談室(相談員 年金事務所職員)
 問…住民環境課住民係 内線132

消費生活

3月の「県相談員の消費生活相談」はお休みです
 問…住民環境課生活環境係 内線132

教育

回…毎週月~金曜日 午前9時~午後5時
 (時間外は留守番 ☎72-2331 をご利用ください)
 場…教育センター(うるおい館)
 問…教育センター ☎72-0009
 町PTA相談室 ☎72-2331(月水金の午後)

町営住宅空室状況

- 募集住宅と空室数**
 東町住宅(一般) 3戸
 東町住宅(シルバー) 0戸
 東町住宅(特定公共賃貸) 1戸
 西町住宅(一般) 12戸
 西町住宅(定住) 12戸
 舟見住宅 4戸
 新柗山住宅 1戸
 駅南住宅 1戸
- 募集期間**
 3月3日(月)~14日(金)
 (土、日、祝日を除く)
 ※多数のときは抽選
- 申し込み・問い合わせ**
 建設下水道課
 住宅・公園係
 内線333・334

例月出納検査結果報告

- ◆**検査対象**(平成25年12月分) 一般会計、特別会計の収支状況と現金の保管状況
- ◆**検査期日** 1月21日(火)
- ◆**検査結果** 検査調査記載の計数と、関係諸帳簿・証拠書類の計数審査を行った結果、各会計、歳入歳出外現金とも誤りは認められなかった。
 入善町監査委員 米澤憲二郎 大橋美椰子

案内 GUIDANCE

みらーれTVの放送などが
 工事で一時中断します

みらーれTVは、左記の日程で光回線の保全工事を行います。工事中はテレビとインターネットが利用できなくなります。工事終了後、インターネットに接続できない場合は、ケーブルモデムの電源(コンセント)を抜いて、リセットしてからお使いください。

■**工事日時と対象となる地区**
 ①3月5日(水) 入善、新屋、柗山、舟見、野中
 ②3月11日(火) 入善、新屋、柗山、舟見、野中
 ③3月12日(水) 横山を除く

町議会3月定例会日程

4日(火)		※本会議(提案理由説明)
12日(水)		※本会議(代表・一般質問)
13日(木)	10:00~	※本会議(一般質問、質疑、委員会付託)
14日(金)		総務常任委員会
18日(火)		産業教育常任委員会
20日(木)	13:30~	※本会議(討論・採決)

※本会議はみらーれテレビで中継されます。

く全地区
 ■**工事時刻** 午前1時~午前6時ごろの予定
 ■**問い合わせ** みらーれTV ☎74-19321

食育の知恵袋 95

春は別々の季節...さみしい...
まあちゃん...悲しいの?

うん...冬に食べたお鍋におでん...お別れなんてあ〜恋しいよ〜

「句」の食べ物はおいしいし、栄養価も高いから冬だけじゃなく積極的に食べてね

夏は王様がおいしいそうだね...
フオ?

■問い合わせ 食育・栄養指導係 内線 357

4月1日から**消費税は8%**になります
次の料金が対象になります

- 簡易水道料金
- 下水道使用料

※詳細は町ホームページでご確認ください。

■問い合わせ 建設下水道課 給排水管理係 内線341

高校や大学の奨学生 希望者は申し込みを

町は山本育英奨学資金、町育英奨学資金による平成26年度奨学生の希望を受け付けます。教育委員会事務局に申し込みください。申込期間は4月1日(火)〜5月23日(金)です。

※経済環境の変化などで修学困難となった生徒や学生のため、年度途中に追加募集をする予定です。

学用品などの就学費用を支援します

町は小中学校に通う児童・生徒のうち、経済的な理由で就学にお困りの人を対象に、

- 対象** 大学に入学するかなら、大学の学費の支払いが困難な人(親が町内に居住のこと)
- 金額** 在学中1ヵ月に付き5万円をお貸しします。返済期間は卒業後15年以内。無利子。
- 高校生** (町育英奨学資金)
- 対象** 高校、高等専門学校に入学するかなら、大学の学費の支払いが困難な人(親が町内に居住のこと)
- 金額** 在学中1ヵ月に付き5千円を支給します(返済する必要はありません)
- 申し込み・問い合わせ** 教育委員会事務局 学校教育係 内線351

- 大学生** (山本育英奨学資金)
- 対象** 大学に入学するかなら、大学の学費の支払いが困難な人(親が町内に居住のこと)
- 金額** 在学中1ヵ月に付き5万円をお貸しします。返済期間は卒業後15年以内。無利子。
- 高校生** (町育英奨学資金)
- 対象** 高校、高等専門学校に入学するかなら、大学の学費の支払いが困難な人(親が町内に居住のこと)
- 金額** 在学中1ヵ月に付き5千円を支給します(返済する必要はありません)
- 申し込み・問い合わせ** 教育委員会事務局 学校教育係 内線351

学校の体育施設を開放 利用団体は会議に出席を

町は平成26年度の学校体育施設(体育館、グラウンド)開放利用を希望する団体を対象に、団体代表者会議を開きます。各団体の代表は出席ください。平成26年度からの新規利用希望団体の代表者も出席をお願いします。

- 会議日** (施設ごとに開催) ▽体育館 3月7日(金) ▽グラウンド 3月11日(火)
- 時間** 午後7時30分
- 場所** 総合体育館の研修室
- 問い合わせ** 教育委員会事務局

学校に必要な学用品などの費用を支援します。希望する人は学校と相談の上、申請書を学校へ提出してください。

- 問い合わせ** 教育委員会事務局 学校教育係 内線351 または、各学校へ

中央公民館利用団体の登録を受け付けます

町民会館は、中央公民館で生涯学習活動を行う利用団体の登録(平成26年度分)を受け付けます。登録、承認された団体は、公民館使用料の全額免除や5割減免などの特例が受けられます。

- 申込方法** 町民会館に備え付けの申請書に、会員名簿を添えて申し込みください。
- 使用料免除などの開始日** 3月21日(祝)までに申請して登録された団体は、4月1日から適用されます。それ以後の申請は、登録された日からの適用となります。
- 申し込み・問い合わせ** 町民会館 ☎72-1105

町民会館は、中央公民館で生涯学習活動を行う利用団体の登録(平成26年度分)を受け付けます。登録、承認された団体は、公民館使用料の全額免除や5割減免などの特例が受けられます。

- 申込方法** 町民会館に備え付けの申請書に、会員名簿を添えて申し込みください。
- 使用料免除などの開始日** 3月21日(祝)までに申請して登録された団体は、4月1日から適用されます。それ以後の申請は、登録された日からの適用となります。
- 申し込み・問い合わせ** 町民会館 ☎72-1105

注意

町内で、なりすまし詐欺と思われる不審な電話が相次いでいます。子どもや孫を装った不審な電話に気を付けてください。

■**問い合わせ・相談** 住民環境課 住民係 内線132

価格以上のサービスと満足感!

何回来店されても

¥2,100 (税込)

エステルーム forest フォレスト

■**問い合わせ** (担当 野坂)
TEL 080 (3044) 1136
住所 入善町下飯野151-8
営業時間 午前10時〜午後8時
定休日 第2・4日曜日

パソコン・スマートフォンで困ったらお電話ください

パソコン診療所 浜ちゃん

下り最大通信速度は1ギガバイト!

TEL 090(3290)2065

住所 入善町古黒部2105-4 (国道8号線沿い、フィッシング浜ちゃん店内)

■**特徴** 電話で24時間受け付け

インターネット回線の開設を受け付け中!

(担当) 浜西

電車通勤に便利な 駅前駐車場お貸しします

JR入善、西入善の両駅前にある町営駐車場を通勤者の皆さんにお貸しします。希望者は申し込みください。料金は月額3500円で、貸出期間は4月1日～来年3月31日まで。年間を通して利用する人を対象とします。

●入善駅前の町営駐車場

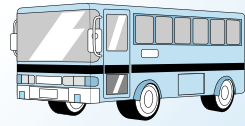
■区画数 33区画（申し込み多数のときは抽選）

■申込期間

3月1日（土）～12日（水）

■申込先 町商工会

☎7210163



「春を探しに行こう」がテーマ

みずはくツアーの参加者を募集します

- 日時 3月15日（土）午前10時集合（午後3時ごろ解散）
- 集合 大辻や（旧黒部あるべん村）
- 定員 先着25人 ※弁当持参
- 参加料 500円（小学生以下は無料）
- 申し込み・問い合わせ

黒部川扇状地フィールドミュージアム事業推進協議会
☎090(8262)4985

※うるおい館前の中央駐車場と、駅南住宅横の西駐車場はいつでも受け付けます。

●西入善駅前の町営駐車場

■区画数 55区画（先着順）

■申込先 駐車場管理人の米島こよしさん宅（西入善駅前の米島商店 ☎7210579）

いつでも受け付けます。

■問い合わせ 農水商工課

商工振興係 内線317

スポーツ安全保険の加入受け付けが始まりました。子どもからお年寄りまで5人以上のグループが加入できます。補償内容は賠償責任保険や傷害保険などがあります。

■保険料（1人当たり）

▽一般 1850円▽中学生以下 800円か1450円

▽65歳以上 1000円

■保険期間 4月1日～来年3月31日までの1年間

■問い合わせ 総合体育館

☎7412500

スポーツ保険加入で 安心・エンジョイ

県民カレッジ講座の受講者を募集します

■申込先 町商工会

☎7210163

募集します。

講座内容、申込方法など詳しくは、問い合わせください。

■募集締切 3月23日（日）

※各講座の定員を超えた場合は抽選（初めての人を優先）

■申し込み・問い合わせ 県民カレッジ新川地区センター

☎2214001

とれたて入善 まちなか屋

- 営業日 毎週火～土曜日（日、月曜日は休業）
- 営業時間 午前10時～午後5時
- 販売品 地場産野菜、農産物加工品、魚介類、総菜、調味料など
- 問い合わせ TEL.74-1815

募集します。

講座内容、申込方法など詳しくは、問い合わせください。

■募集締切 3月23日（日）

※各講座の定員を超えた場合は抽選（初めての人を優先）

■申し込み・問い合わせ 県民カレッジ新川地区センター

☎2214001

募集 RECRUITMENT

↓

町内の学校で勤務 臨時調理員を募集します

■勤務場所 町の小中学校

■応募締切 3月31日（月）

■申込方法 市販の履歴書に必要事項を記入し、教育委員会事務局へお持ちになるか、郵送してください。調理師免許の有無は問いません。

■問い合わせ 教育委員会事務局食育・栄養指導係

内線357

医療知ってるつもり？

進学や卒業、就職など 保険証の手続きは 14日以内に！

進学や卒業、就職、退職などで、住所の変更や国民健康保険（以下、国保）の加入、離脱などの異動がある人は、異動日から14日以内に必ず届け出をお願いします。

●こんなときは届け出を
▽就職で新たに社会保険に加入した▽退職などで社会

保険が切れた▽社会保険の扶養家族になったーなど

●手続きをするには
手続きは住民環境課窓口で行います。必要なものは申請によって異なります。

▽国民健康保険証▽離職票や資格喪失証明書▽新しい保険証▽在学証明書▽年金証書▽印鑑ーなど。事前にお問い合わせください。

■問い合わせ 住民環境課
住民係 内線131
健康福祉課医療係係
内線145

年金だより

退職する場合は 年金切り替えを 忘れず行いましょう

厚生年金や共済年金に加入するサラリーマンや公務員が、60歳未満で退職する場合は、国民年金へ切り替える必要があります。60歳未満の扶養される配偶者がいる場合は、本人と同様に切り替えが必要です。

手続きをしないと、障がい年金などの手続きができない

なくなる場合があるので、忘れず行いましょう。

年金の切り替え手続きは、役場住民環境課の窓口で行います。①本人と扶養家族の健康保険が切れた日の分かる書類（会社で発行された資格喪失連絡票など）

②年金手帳③認め印ーをお持ちください。手続きをすれば、退職した翌日から国民年金加入となり、納付書もさかのぼって送付されます。

■問い合わせ 住民環境課
医療係 内線132

●杉沢の沢スギを守るためのボランティア

「沢スギお助け隊」を募集します

町教育委員会では「杉沢の沢スギ」の保護活動を行うボランティアを募集しています。申し込みは不要。作業当日に現地へお越しください。
日時 3月2日(日)、9日(日)、16日(日)
 午前9時～11時



沢スギの環境を守るのじゃ

- 集合場所 沢スギ自然館
- 内容 杉の葉拾いなど
- 用意していただく物 ①軍手 ②長靴 ③汚れてもよい服装(長袖・長ズボン)
- ほ場整備前の沢スギの写真なども募集

「杉沢の沢スギ」の保全管理の参考にするために、ほ場整備前の沢スギの写真を提供していただける人や情報を提供して下さる人を随時募集しています。写真のサイズは問いません。左記までご連絡をお願いします。
問い合わせ 教育委員会事務局文化係 内線355

町の工事発注状況

1月分 500万円以上のもの

●…請負金額 ○…予定価格 ◎…落札率

下水道…入善町公共下水道事業

(金額は税抜き)

- ◆下水道 入善東部処理区分第126工区工事
●…1,590万円 ○…1,624万8千円 ◎…97.9%
中山建設株
- ◆下水道 入善西部処理区分第333工区工事
●…1,490万円 ○…1,523万3千円 ◎…97.8%
大勝建設株
- ◆下水道 入善西部処理区分第334工区工事
●…1,590万円 ○…1,629万円 ◎…97.6%
高田建設株
- ◆横山們山新国道線改良工事
●…554万円 ○…571万1千円 ◎…97.0%
御橋本工業
- ◆道市上野線水路工事
●…988万円 ○…999万2千円 ◎…98.9%
吉原建設株
- ◆小杉們山線水路工事
●…958万円 ○…977万8千円 ◎…98.0%
飯作組
- ◆青木地内水路改修工事
●…560万円 ○…570万1千円 ◎…98.2%
石川建設株
- ◆飯野交流・防災センター(仮称)建設地
●…780万円 ○…819万円 ◎…95.2%
五十里建設株
- ◆企業用地造成工事
●…1,550万円 ○…1,585万6千円 ◎…97.8%
大勝建設株
- ◆新川2期線消雪用施設更新工事
●…535万円 ○…540万8千円 ◎…98.9%
藤田工業株
- ◆コスモホールトイレ改修工事
●…707万円 ○…712万7千円 ◎…99.2%
西川管機株

技術専門学院新川
4月入校生を募集

- 募集科・訓練期間 ▼住宅リフォーム科内装コースⅡ6カ月間 ▼ビジネス実務科パソコン・経理コースⅡ4カ月間
- 定員 各科20人
- 申込期限 3月27日(木)
- 申込方法 ハローワーク魚津に願書を提出してください。
- 問い合わせ 県技術専門学院新川センター(黒部市三日市) ☎52-0251

裁判所で働きませんか?
採用試験があります

受験案内は裁判所ホームページに掲載されるほか、最寄りの裁判所で配布します。詳しくは問い合わせください。

試験区分と受験資格

	総合職(院卒者)	総合職(大卒程度)	一般職(大卒程度)
区分	法律・経済 人間科学	法律・経済 人間科学	
受験資格	30歳未満で 大学院修了 か修了見込みの人	21歳以上30歳未満の人 ※21歳未満でも大学卒業、卒業見込みの人は 受験可能	

■受験申込

▽インターネット申し込み
4月2日(水) 午前10時～14日(月)▽郵送申し込み
4月2日(水)～4日(金)

■第1次試験日 6月1日(日)

■問い合わせ

富山地方裁判所事務局総務課
☎076(421)6319

JANAみな穂庭木教室の
受講者を募集

JANAみな穂では庭木の手入れに役立つ講習会を行います。

■講習期間 4月4日(金)～12月5日(金) 計7回

■場所 JANAみな穂管農センター12階会議室

■受講料 年会費3500円

■申込期限 3月28日(金)

■申し込み・問い合わせ

JANAみな穂管農センター庭木教室事務局
☎7412440

買い物にお困りの人を支援!

みな穂あいさい便

食料品・日用品をお届け!
注文・受け取り・支払いまで、
すべて自宅でできます!



- 営業日 毎週月・火・木・金曜日
- 年会費 1,000円(配達1回ごとに100円かかります)
- 問い合わせ TEL 080(3749)4831 FAX 74-0997

黒部川明日温泉元湯 源泉かけ流し、天然の化粧水



パート・アルバイトを募集中
未経験の人でも大歓迎!!

配膳係、清掃係、調理補助
空いた時間をうまく活用しませんか

3月の休館日は18日(火)です

ご宿泊、日帰り入浴、各種宴会にご利用ください。

●予約・問い合わせは☎78-2525

バーデン明日

健康宅配便

3月1日～7日は「子ども予防接種週間」

お子さんの予防接種状況を再確認

子どもの予防接種は、正しい時期や回数で接種することで、感染症の防止や軽減に効果があります。お子さんが正しく全ての予防接種を受けられるように「母子健康手帳」の記録を確認しましょう。

●接種費用助成の期限にご注意ください

下記の2つの接種は3月31日(月)まで費用が無料です。期限を過ぎると全額自己負担になるのでご注意ください。

麻しん・風しん混合(MR)2期

- 対象 平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ
(3月1日現在 保育所の年長児)

※1期の予防接種は、生後12カ月～生後24カ月のお子さんが対象です。麻しんや風しんは、1歳～2歳の間にかかる可能性が高いため、1歳の誕生日を過ぎたら早めに1期の接種を受けましょう。

二種混合(ジフテリア・破傷風)

- 対象 平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ
(3月1日現在 小学校6年生)

※対象者には平成25年5月に個別通知しています。

●予防接種に持っていくもの

- ・予防接種予診票
- ・母子健康手帳
(手元にないときは、保健センターで再発行できます。)

●3月の予防接種は2日間です

	1日(土)		2日(日)	
	午前	午後	午前	午後
坂本記念病院 ☎72-5555	9:00~12:00	13:30~17:00	休	休
宝田医院 ☎74-2288	8:00~12:00	休	9:00~12:00	13:00~15:00
山本クリニック ☎74-0110	9:00~12:00	休	休	休
米澤医院 ☎72-0039	8:30~12:00	休	休	休

●問い合わせ 保健センター ☎72-0343

児童センター

開館時間/9:30~18:00
☎72-1990

●ふれあい広場 月～金曜日 10:00～

▷わんわんサークル 毎週水曜日 10:30～(1～3歳対象)

▷ぴよぴよサークル 毎週金曜日 10:30～(0～1歳対象)

●「出前保育」

保育士さんといっしょに手遊びを楽しみましょう。

○日時 3月5日(水) 10:30～(1～3歳対象)

●「ベビーマッサージ」

愛情すりすりで、お子さんとスキンシップ。

○日時 3月7日(金) 10:30～(0～1歳対象)

●「ママと一緒にリトミック」

ピアノに合わせて遊び、集中力を養いましょう。

○日時 3月12日(水) 10:30～(1～3歳対象)

3月14日(金) 10:30～(0～1歳対象)



写真は2歳児歯科健診・3歳児フッ素塗布に集まったよい子たち

健康と福祉

入善町役場 ☎72-1100

健康交流プラザ サンウェル内
保健センター ☎72-0343
社会福祉協議会 ☎72-5686

入善町地域包括支援センター
☎74-1073

入善児童センター ☎72-1990

善意の窓

あたたかいご芳志に感謝いたします。

入善町社会福祉協議会・入善町善意銀行 1月1日～31日

●物品の部

(敬称略)

氏名	金額
新川厚生センター	使用済み切手50g

ふくしの扉

●平成26年度ボランティア活動保険の受け付けが始まります！

町社会福祉協議会では、ボランティア活動中の事故に備えるため、保険加入をお勧めしています。

○掛け金 300円/年

○補償期間 4月1日～翌年3月31日

○補償される例



活動中にケガをして入院



活動に向かう途中の交通事故



弁当で食中毒になり入院



誤って他の人にケガをさせた



誤って物を壊した

●申し込み・問い合わせ

入善町社会福祉協議会 ☎72-5686

入善町ボランティアセンター



ボランティアマスコット
「にゅうぜんハーディー」

(敬称略)

おめでとう

平成26・1・16から
2・15届け出まで

住所	保護者	性別	名前
古黒部	谷 智洋	男	琉来
上野	杉田 雅史	女	まな歩
舟見	羽黒 智	女	ゆま菜
八幡	清水 厚	男	しゅう太
横山	高島沙有佳	男	ゆう仁
吉原東	武村 尚志	男	たか尚
青木	上田 和徳	女	こころ心
青木	鍋谷 徹	女	あま唯
小摺戸	宮崎 真一	女	ゆまい
青木	杉本 真也	女	まま綾
袖沢	佐々木卓也	男	あさ蒼
小摺戸	伊林 康介	女	あずさ梓
青島	三浦 航	男	だい季
墓ノ木	村中 祐樹	男	なな星
上野	道又 正行	女	まま緒

ご結婚

平成26・1・16から
2・15届け出まで

住所	氏名	住所	氏名
新屋	藤田 翔信	朝日町	廣田 桂子
入膳	平柳 淳	青島	富山和可奈
古黒部	赤川 多聞	魚津市	高三真由子
櫛山	松井 心希	櫛山	大谷 里奈

おくやみ

平成26・1・16から
2・15届け出まで

住所	氏名	年齢	世帯主
入膳	山崎 秋安	80	本人
下山	熊野 高義	88	本人
東狐	竹田 榮一	81	本人
東狐	大井 周一	92	本人
青木	松本 武信	71	峰雄
神子沢	高畠 與一	89	本人
小摺戸	舟根はるゑ	92	本人
田中	田中 信一	64	本人
藤原	飛弾 忠吉	86	本人
高瀬	岩田 嘉顯	82	本人
福島	松島よりひ	89	利一
上野	廣岡壽美枝	62	本人
櫛山新	初田 喜則	63	本人
下飯野	塚田アキエ	89	邦男
神子沢	濱田サツ子	86	本人
横山	松永 克志	66	本人
上野	草切 ノブ	96	本人
荒又	青木 拾視	63	本人
入膳	四十物浪江	68	孝義
入膳	城崎 信正	76	本人
吉原	上原ハツエ	89	志夫
蛇沢	瀧本 清博	57	本人
入膳	上田 肇	46	清作
藤原	池原 ソメ	87	本人
福島	松島和喜子	80	涉
墓ノ木	腰本 政子	64	哲二

3月の健康ガイド

	内容	日時	場所	対象など
乳幼児健康診査 石時間で受付	◎4カ月児健診	20(木) 13:00~13:45	サ	H25.11月生まれ バスタオル持参
	◎1歳6カ月児健診	7(金) 13:00~13:45	サ	H24.9月生まれ アンケートとバスタオル持参
	☆2歳児フッ素塗布	7(金) 13:00~13:30	サ	H24.3月生まれ 希望者
	◎2歳児歯科健診	4(火) 13:00~13:45	サ	H23.9月生まれ
	☆3歳児フッ素塗布	4(火) 13:00~13:30	サ	H23.3月生まれ 希望者
	◎3歳児健診	14(金) 13:00~13:30	サ	H22.9月生まれ アンケート持参 尿検査有り
	◎育児相談離乳食相談	18(火) 9:30~11:00	サ	乳幼児 希望者 心はぐくみ相談 バスタオル持参
	にこにこ相談会	12(水) 14:00~16:00	サ	事前に予約が必要 専門スタッフによる
	健康相談	6(木) 10:00~11:00	老	希望者 保健師による
	リハビリ相談	5(水) 9:30~11:00	サ	希望者 理学療法士などによる
相談	食事相談(糖尿病など)	随時	サ	事前に予約が必要 管理栄養士による
	こころの健康相談	随時	厚	事前に予約が必要 精神科医による
		19(水) 9:30~11:00	サ	希望者 保健師による ※もの忘れ何でも相談も受け付けます
	ひきこもり等家族相談会	5(水) 14:00~15:30	厚	希望者 精神保健福祉士による
	障がい者の生活相談	随時	む	希望者 担当職員による
教室	メタボリック予防ヘルスクッキング	13(木) 10:00~13:00	サ	7日(金)までに予約が必要
	リハビリ教室機能訓練	第1・3木曜日 9:30~11:30 第2・4水曜日 10:00~11:30	サ	疾病、外傷などの後遺症で身体に障がいのある人(希望者)

サ…健康交流プラザ「サンウェル」 厚…新川厚生センター ☎52-2647
老…老人福祉センター ☎72-1740 む…新川むつみ園 ☎78-1140(夜間☎78-1131)

※◎印の健診などには母子健康手帳を持参 ※健診は約2時間かかります
※幼児健診及びフッ素塗布では歯科診察がありますので、歯をみがいてきてください
※1歳6カ月児健診時、フッ素塗布(歯)を希望者に行います。その後、半年ごとに計5回行います
☆フッ素塗布には、母子健康手帳、タオル、フッ素代と歯ブラシ代(230円)を持参
※育児相談では、10時から専門家(月により異なる)による集団向け育児アドバイスがあります
※健康相談には健康手帳を持参

3月の休日当番医

当番医は変更になることがあります。
最新情報は町ホームページ
「休日当番医」でご確認ください。

2日(日)	宝田医院 ☎74-2288	歯科ミントクリニック ☎076(471)5533 滑川市
9日(日)	中川医院 ☎72-0336	医療法人社団網谷歯科医院 ☎076(475)8400 滑川市
16日(日)	新田眼科 ☎72-0078	荒川歯科クリニック ☎076(475)8600 滑川市
21日(祝)	あわの産婦人科医院 ☎72-0588	やご歯科医院 ☎076(475)6910 滑川市
23日(日)	米澤医院 ☎72-0039	岩峠歯科医院 ☎076(483)1118 立山町
30日(日)	坂本記念病院 ☎72-5555	荒井歯科医院 ☎076(473)3110 立山町
新川医療圏 小児急患センター		診療時間 ・夜間(年間を通じて毎日) 19:00~21:45 ・日曜日・祝日(土曜日を除く) 9:00~12:00、14:00~17:00 場所 黒部市民病院内 ☎54-2211
精神科救急情報センター (電話相談)		☎076(433)3996(24時間対応) 緊急に精神科の相談を希望する人が対象で、一般的な悩みごとなどはお受けできません。治療中の人はまず主治医に相談ください。

Talk さわやかトーク

わかさ ゆきえ
若狭 幸恵さん(芦崎・23歳)



京都教育大学を卒業し、昨年4月から黒部市で小学校の教師をしています。子どもが大好きで、大学の実習で小学生の笑顔を見て、教師こそ天職だと感じました。同僚の先生方に助けられながら、毎日楽しく教壇に立っています。

担任しているのは3年生23人。一人一人を自分の子どもだと思って指導しています。まだ慣れないことばかりで大変ですが、児童と共に成長して、小学校生活を楽しみ思い出で輝かせてあげられる先生になりたいですね。

休日は「入善西ミニバスケットボール女子」のコーチをしています。同チームには、自分自身も小学生のころに所属しており、監督も当時のまま。チームの子どもたちの元気な姿を見ると、原点に帰ってがんばろうという気持ちになりますね。

●「さわやかトーク」にでませんか！ 高校卒業から20代独身男女の皆さん、気軽にお電話ください。お待ちしております。 秘書政策係 内線201

BOOKS INFORMATION 図書館インフォメーション

開館時間／午前9時30分～午後6時 入善町立図書館 ☎72-0180

3月の休館日／月曜日、28日(金)

貸し出し／図書：何冊でもOK(雑誌は前の号)、カセット・CD・ビデオ：2点まで

●図書館の新刊 「カイシャ語(福田稔)」「老人漂流社会」「むしくいノート(ムシモアゼルギリコ)」「インフェルノ(ダン・ブラウン)」「鴨川食堂(柏井寿)」「ひこばえに咲く(玉岡かおる)」「天使の柩(村山由佳)」「貴族と奴隷(山田悠介)」「大江戸ドクター(和田はつ子)」

図書館で新生活の準備を



春は穏やかな陽気と共に、新しい生活や環境が訪れる出会いの季節。図書館ではさまざまな場面に役立つ本で、今春に新生活を迎える皆さんを応援します。

▼「伝える力」 〓 相手を引きつけ、分かりやすく自分の意見を伝えるための極意を池上彰さんが指南します▼「ちよい大人力検定」 〓 学生の日常に訪れるさまざまなピンチを賢く乗り切るためのテクニクが詰まった一冊▼「たかこさんのほめられ弁当」 〓 春からお弁当作りを始める人にオススメ！みんなが喜ぶ定番弁当のお手軽レシピやアイデアレシピを紹介します。

●お金の1冊 「お金の1冊」 このみひかる作/あかね書房 たくさんさんのジャンボな迷路がでてくる楽しい本。何度挑戦しても、ゴールできないペーじがたくさんあって難しいです。あきらめたときは、二人で「おはじき」で遊びます。迷路を忘れてリラックスタイム、また挑戦するぞ。



坂口 春斗君左、煌斗君 (上野・4・7歳)

人口と世帯数 平成26年1月末現在

人口●26,403人(-28)[-322]
 男：12,616人(-15)[-157]
 女：13,787人(-13)[-165]
 世帯数●8,905戸(-2)[+5]

()は前月比 []は前年同月比 ・外国人を含みます

編集室

今月のご報告▼本年度の県広報コンクールで「広報入善」が特選となり、全国に推薦されました▼多くの皆さんに祝福の言葉をいただきますが、選ばれたのは昨年2月号で、前任者の作った広報紙。高波から5年経過を機に災害への備えを啓発した内容です▼来年も「広報入善」が特選をいただけるよう前任者の魂を受け継ぎ、「皆さんと共に作る広報紙」を目指して挑戦していきますので、ご協力をお願いします

高波から5年