

Nyuzzen

No.714 広報入善



謹賀新年



新年のごあいさつ

入善町長 笹島 春人

新年おめでとうございます。町民の皆さんには、希望に輝く清々しい初春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、町の最大のテーマである「ストップ人口減少」を実現するための取り組みを本格的に展開した1年でした。ストップ人口減少に対する取

り組みは、大きく3つの柱に分けられます。1つ目の柱は、「子どもを産み育てやすい環境づくり」による出生数の増です。妊娠期から子育て期までの総合相談拠点である「子育て世代包括支援センター」をサンウエル内に開設したほか、親子で楽しむ新

イベント「にゅうぜん親子フェスタ」を初めて開催しました。保育所担当の看護師を新たに雇用するなど、安心して子育てできる保育体制を整備。結婚して子どもを産んでいただく環境を創出するため、2年目を迎えた結婚応援事業「それ行け！結婚プロジェクト」をさらに推進させました。

2つ目の柱は、「健康寿命の延伸」による人口の自然減の抑制です。

特定健診やがん検診などへの参加に対してポイントを付与し、楽しみながら健康づくりに取り組む「健康ポイント事業」を継続。各種予防接種への助成を拡充したほか、認知症サポーター事業への取り組みにより、認知症の人も暮らしやすい地域づくりを進めました。3つ目の柱は、「U・イターンの促進と地域活性化」による社会増

です。移住定住PRポスターなどを作製したほか、新婚世帯の新生活への助成制度を新設。海洋深層水活用による地域活性化の面では、近畿大学と合同でサクラマスの養殖試験を始めたほか、「入善深層水かき祭り」などの新イベントに取り組みしました。本年も「もっとうい街、住みよい入善」を合言葉に、3つの柱への取り組みをさらに強化し、地域活力の持続を目指します。そして、町の将来像である「扇状地に水と幸せがあふれるまち入善」を実現させるため、明るい未来に向けたまちづくりへ積極的に挑戦してまいります。新しい年も、皆さんにとって素晴らしい年でありませうお祈り申しあげ、年頭のごあいさついたします。

入善高校書道部の3人に 昨年を表す漢字を聞きました



●表紙の「賀正」を担当

水島りさ子 さん(右・2年・朝日町)
「動」…昨年は書道部長や生徒会活動に挑戦し、躍動した年だった

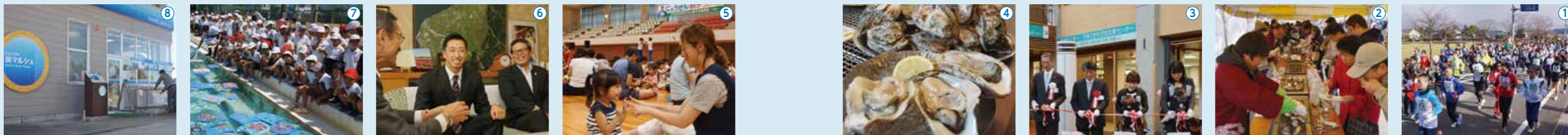
●2ページの「新年」を担当

杉原 菜那 さん(中・1年・入膳)
「望」…将来、自分が望む職業について考え抜いた1年間だった

●2ページの「謹賀」を担当

藤井 里帆 さん(左・1年・黒部市)
「夢」…医学療法士という自分の夢が見つかった

2016年 振り返って 町のアルバム



12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
▼9日 移住定住PRポスター発表 ▼20日 発電所美術館で展望塔のライトアップを開始	▼1日 ふるさと回帰年賀状を発売 ▼13日 にゅうぜん浜マルシェがオープン ▼16日 宇津木妙子さんが中学生に講演 ▼25日 近畿大学と合同でサクラマスの養殖試験を開始	▼23日 石井知事が4選/ザイを12人設置 ▼24日 移住定住アドバイザー	▼1日 取り壊される町中央プールのお別れセレモニーを開催 ▼1日 町若者と町長がまちづくりを語り合う「ふれあいトークにゅうぜん」を初開催	▼1日 入善観光案内所がうるおい館内にリニューアル ▼5日 町出身の志賀選手らが出場するリオ五輪が開幕	▼9日 親子の触れあいを楽しむイベント「にゅうぜん親子フェスタ」を初開催 ▼26日 町内全保育所で英語体験教室がスタート	▼9日 海洋深層水かきセンターが入善産岩ガキの出荷を開始 ▼19日 18歳選挙権がスタート	▼上旬 7農家が「入善ジャンボ西瓜」の新規栽培に挑戦	▼1日 新施策がスタート(新婚世帯の住居費補助、住みたいを応援する補助金に子育て世帯支援加算を追加、保育所児童の体調不良に備えて町に看護師を配置など) ▼9日 30日 にゅうぜんフラワールロードが第20回の節目 ▼14日 16日 熊本地震(震度7)が発生し、22日には町から支援物資を発送 ▼28日 子育て世代包括支援センターがサンウエル内にオープン	▼12日 初開催のイベント「入善深層水かき祭り」に、5200人が来場	▼27日、28日 ラーメンまつりに過去最多3万8千人 ▼28日 町防災講演会を開催	▼1日 第40回の節目となる「入善町元旦マラソン」に307人が参加



▲町長が「決婚」を促す



▲自己紹介カードも大切なPR



▲カキは女性に好評



▲入善牡蠣ノ星ではこれまでにパーティーを4回開催

高らかに「決婚」を宣言

「それ行け!結婚プロジェクト」で最初の夫婦が誕生

■2016年7月2日に開催した「高級カキで婚活パーティー」でカップルとなった佐藤洋輔さん(写真左・梶山)と佐伯真由美さん(右・上市町)。このほど入籍し、町の結婚応援事業「それ行け!結婚プロジェクト」によって結ばれた最初の夫婦となりました。高らかに「決婚宣言」した2人に、入籍までの経緯や婚活への思いを聞きました。



挑戦しないと 始まらない

出会ったきっかけである婚活パーティー。「当初は乗り気ではなかった」と2人は口をそろえます。

佐藤洋輔さんは、新潟県出身の30代。黒部市の製造会社勤務をきっかけに、梶山で1人暮らしをして3年目。ポスターで、パーティーの開催を知りました。共に申し込む予定だった同僚が、入善在住でなかったため、単身での参加を決意しました。

佐伯真由美さんは、上市町の実家に住む30代。新聞広告でパーティーを知りました。一緒に参加する予定だった同僚が年齢要件を満たしておらず、高級カキが食べられるならと1人で申し込みました。

パーティーは7月2日午後6時から、「入善牡蠣ノ星」で始まり、男性25人、女性31人の計56人が参加。

自己紹介は「お見合い回転寿司」。男女が向かい合って一列に並び、30秒で紹介を終えると男性が1人分移動。1周すれば異性全員と話せる仕

組みです。

自己紹介で気に入った異性を記入するアンケートがあり、回答で座席が決定。お互いの番号を記入していた2人は相席に。洋輔さんは「挑戦しないと何も始まらない」と勇気を出して話しかけ、2人は意気投合。めでたくカップリングが成立しました。

「決婚」は 結婚応援事業のおかげ

カップリング成立後、2人はお互いの連絡先を交換。連絡を取り続け、1週間後に富山市の富岩運河環水公園で初デート。洋輔さんからお付き合いを申し込み、真由美さんが快諾しました。

付き合う中で、自然と結婚観や将来を話し合うようになり、2か月で「決婚」。

「笑いが絶えない夫婦になりたい」と語る洋輔さん。真由美さんは「いつまでも仲良く手を繋げる関係でいたい」と笑顔を見せます。

町の結婚応援事業は次ページで紹介



あなたも「決婚」宣言を

「それ行け!結婚プロジェクト」が最初の一步を応援

町の結婚応援事業がスタートして以来、婚活パーティーなどを9回開催。計42組のカップルが成立し、そのうち1組が夫婦となりました。さらに多くの皆さんに「決婚」宣言していただくために、新年もさまざまなプロジェクトを用意しています。勇気を出して、結婚を決めるための最初の一步を踏み出してください。



Project 1 みんなでワイワイ

たこ焼きパーティー

第2回目の婚活サークルは、たこ焼きを作りながら、異性と交流できる新しいイベントです。アルコールの提供もありません。

- 場所 うるおい館
- 参加費 「男性」2000円 「女性」1000円
- 応募期限 1月16日(月)
- 募集人数 独身男女計24人
- 申し込み・問い合わせ 結婚・子育て応援課 少子化対策係 内線152



▲アツアツをみんなでめしあがれ

申し込みは町結婚応援サイトや電子メール、FAXで受け付けます。複数人で申し込む場合は、全員分の必要事項を記入して代表者名でお申し込みください。応募多数の場合は、抽選とします。

■ 日程 1月21日(土) 午後6時~8時30分 (午後5時30分までに集合)

Project 3

婚活スキルアップセミナー

大谷由里子さんが講演



▲大谷さんのワークショップも開催します

今回の婚活スキルアップセミナーの講師は、故横山やすし氏のマネージャーを務め、宮川大助・花子、若井こずえ・みどりなどを次々に売り出した「よしもと伝説の女マネージャー」大谷由里子さん。独身男性を対象に、自分磨きの大切さやコミュニケーションのポイントを伝授します。

- 日時 1月29日(日) 午後1時30分~4時30分 (受け付けは午後1時から)
- 場所 うるおい館
- 対象 20歳以上で独身の男性
- 募集人数 40人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込締切 1月25日(水)
- 申し込み・問い合わせ 結婚・子育て応援課 少子化対策係 内線152

Project 2

入善世話やき隊がお手伝い

お見合いサポート

お見合いから始まる恋だってあります。1対1での引き合わせによる出会いを求める人には、町と「入善世話やき隊」が連携してお見合い相手を紹介。お見合いサポートを希望する場合は、会員登録をお願いします。

■ 会員登録できる人 次の条件を全て満たす人
▽自ら努力して結婚しようとする25歳からおおむね50歳未満の独身男女
▽入善町に住んでいる人か結婚後に住む意思のある人
▽定職に就いているか安定した所得のある人(家事手伝いでも可)

す。申込書は、役場窓口で配布しているほか、「結婚・子育て応援サイト」からもダウンロードできます。

■ 登録時に持参するもの
▽印鑑
▽写真付きの身分証明書(運転免許証など)
▽健康保険証

■ 申し込み・問い合わせ 結婚・子育て応援課 少子化対策係 内線152

■ 会費 登録・入会は無料
※お見合い時の飲み物代などの実費はご負担いただきます

■ 申し込み 申込書に必要事項を記入、押印の上、結婚・子育て応援課まで持参するか郵送してください。簡単な面談を行った後、会員登録しま

- 1 申し込み
- 2 面談
- 3 登録
- 4 お相手の紹介
- 5 お見合い
- 6 意向確認
- 7 交際スタート
- 8 結婚

結婚応援メルマガを配信中!

町が主催する婚活イベントの情報や、婚活サポーター「入善世話やき隊」からの婚活応援メッセージをお届けします。登録無料。ドメイン指定受信などを設定している場合は下記を登録。
[@kosodate-nyuzen.jp]

メールやFAXで
申し込み・問い合わせ
結婚・子育て応援課
少子化対策係 内線 152
FAX 74-0067
MAIL kosodate@town.nyuzen.toyama.jp
「サークル申し込み」
①氏名 ②フリガナ
③郵便番号 ④住所
⑤生年月日 ⑥性別
⑦電話番号



地域の課題を確認し合う＝新屋会場

対話から

まちづくり懇談会
主な課題を紹介

始まるまちづくり

町民の皆さんの声をお聞きし、今後のまちづくりに生かそうと「まちづくり懇談会」が平成28年8月26日から11月11日まで、町内全10地区で開かれました。
懇談会では、移住・定住促進事業や、地域が抱えるさまざまな課題について、参加者と笹島町長らとの間で意見が交わされました。ここでは、各地区から出された主な課題を取り上げ、町の対応策と併せて紹介します。

横山会場 10月20日(木) 出席者42人

●大型商業施設やレジャー施設道の駅などを誘致できないか

▼大型商業施設の誘致は、町の人口規模などが小さいうえに、近年の人口減少の加速化などを考慮すると非常に厳しい。レジャー施設などは、若者が求める娯楽のニーズの把握を含め、検討したい。J.A.みな穂のあいさい広場は、道の駅ではないが、高い集客力を持つ。観光案内や休憩施設などの機能を付加して、道の駅の機能を担えないか検討したい【キラキラ商工観光課】

上原会場 10月18日(火) 出席者104人

●認知症の初期集中支援の取り組みや計画はあるか

▼国は、平成30年度までに全ての市町村における「認知症初期集中支援チーム」の設置を促している。チームのメンバーは、認知症の専門職を想定。役場や保健センターの職員が、研修などにより技術向上を図っている。医療・介護の専門機関との連携を強化するほか、認知症患者やその家族を初期段階から適切な支援につなげる体制づくりが進められている【健康福祉課】

小摺戸会場 9月27日(火) 出席者62人

●堤防沿いの桜並木を延長できないか

▼木の根などが原因で、遮水性や強度が損なわれる恐れがあるので、国土交通省は堤防沿いの植樹を認めていない。若栗新や浦山新のように、堤防の外側に盛土をして、木の根が堤防本体に張らないスペースを確保し、植樹する方法はある。しかし、構造物の移設や用地買収などが必要となうえ、樹木の手入れなどが必要で、地元の協力が不可欠である【建設課】

舟見会場 10月19日(水) 出席者74人

●舟見にパークゴルフ場を整備して魅力発信できないか

▼町内には、青野自然公園や入善浄化センターにもパークゴルフ場があることから、ニーズや効果、維持管理などを十分検討する必要がある。休耕田などの私有地での整備となれば、地権者や耕作者の理解も必要となり、地域の皆さんの意見も踏まえながら検討したい。舟見だけでなく、町全体の強みを見つめ直し、魅力発信を続けるよう努めたい【キラキラ商工観光課】

青木会場 10月25日(火) 出席者73人

●新たな高齢者向けの事業を展開できないか

▼多くの高齢者が参加する活動の実現には、ニーズを把握することが必要。栄養面を重視した料理教室や、体力面を重視した体操教室など、テーマをしぼることも効果的である。保健センターでは、「地域運動指導リーダー」の派遣や町オリジナル体操のDVDの貸し出しを実施している。有効に活用して、高齢者が集まる地域の集いの場を増やしてほしい【健康福祉課】

新屋会場 8月26日(金) 出席者65人

●介護サービス利用料の負担を軽減できないか

▼介護保険給付の自己負担額が、一定の限度額を超えた場合、超過分が支給される「高額介護サービス費」や「高額医療・高額介護合算制度」など、負担を軽減するためのさまざまな制度があり、その多くは国によって定められている。町の介護保険制度は、1市2町の組合による運営なので、独自に補助する場合は組合での協議が必要になる【健康福祉課】

野中会場 10月13日(木) 出席者42人

●親を対象にした婚活相談体制を構築できないか

▼町が実施した調査では、結婚の希望はあっても、婚活などの行動にでていない未婚者の現状が明らかとなった。町では結婚・子育て応援課の窓口や電話などで親からの相談に対応している。地域においては、婚活サポーター「入善世話やき隊」の皆さんにも相談して欲しい。こうした相談窓口を活用してもらえよう、PRを強化したい【結婚・子育て応援課】

飯野会場 11月11日(金) 出席者83人

●声崎地区の災害発生に備え町から避難の助言はあるか

▼声崎地区は水害時、「飯野小学校」や「飯野コミュニティ防災センター」までの避難が必要である。大雨などによる洪水時には、堤防が決壊したり、浸水したりする前に避難し終えることが大切。町でも「避難準備情報」や「避難勧告」などは空振り恐れず、早めに発令する体制をとっている。町には、自主防災組織に対する支援制度があるので活用してほしい【総務課】

梶山会場 10月27日(木) 出席者77人

●防災ラジオで該当地区のみ情報伝達できないか

▼防災行政無線の放送は、防災や行政の情報以外に、梶山、上原、飯野、新屋の4地区の同報無線利用者協議会が農事放送を流している。周波数が同一であるため、無線機の機能上、受信制限できない。平成34年度には防災行政無線のデジタル化が控えており、現在の防災ラジオは使用できなくなる。新たな情報伝達手段や、農事放送のあり方も検討する必要がある【総務課】

入善会場 10月3日(月) 出席者85人

●夜間の商店街のガラスはどう対策を実施するのか

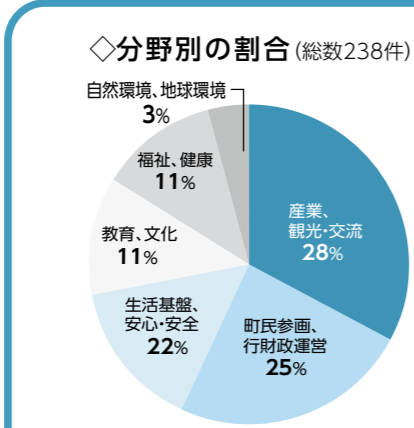
▼捕獲檻などで年間600羽以上駆除しているが、生息数は減少していない。ガラスは周辺農地などを餌場に、市街地はねぐらにしているだけと推測される。市街地では銃による駆除ができないので、ガラスが住みにくい環境を作ることが重要である。電線への鳥よけ対策も有効な手段であり、順次対応してもらえよう、電力会社などに働きかけたい【がんばる農政課】

意見カード から

まちづくり懇談会の各会場に参加者に配られた「ご意見カード」。懇談会で発言できなかったことなどを自由に書いてもらいました。その一部を紹介します。

◆主なご意見

- 移住支援を新築や改築、新婚に限定せず利用しやすい制度に。
- 新幹線ライナーの停車場を増やしてほしい。
- 入善町の地震や台風による被害の少なさをもっと発信すべき。
- 広報紙や町ホームページ、フェイスブックなどの情報発信を強化してほしい。
- 少子化で地域の祭りが無くならないよう支援してほしい。
- 公共施設に分かりやすい海拔表示を掲示できないか。
- 年中利用できる屋内プールの整備を計画してほしい。
- 東京五輪の合宿地として誘致活動をしてほしい。
- 元気な高齢者が社会参加して、生きがいを感じられる仕組みを作してほしい。



まちづくり懇談会の報告書は、2月に各地区の区長さんにお配りするほか、町ホームページでもご覧いただけます。

●問い合わせ 企画財政課 企画政策係 内線231

●まちのアルバム



これからもお元気で

泉さん、井田さんが100歳

12月8日、100歳を迎える2人を笹島町長らが訪問。花束や祝い状などを贈り、長寿を祝いました。入膳の泉義政さん(右)は、妻の文子さん(94歳)ら家族と共に自宅で祝いを受けました。紡績会社に勤務し、定年後は絵などを楽しみました。下飯野の井田ハツエさん(左)は、入所する老人保健施設・こぶしの庭で祝いを受けました。豆腐店を経営し、子ども5人に恵まれました。

約110^ヶのほ場を整備

古黒部地区で完成式典



古黒部地区で進められていたほ場整備工事の完工式が11月27日、同地区公民館で行われ、関係者ら約50人が今後の豊作を願いました。2004年度から14年度まで整備が行われ、大型農作業機械による農作業が可能なほ場や用水路を造りました。総面積は約110^ヶで、総事業費は約18億円。式典では、金澤正治地区ほ場整備組合長と石井隆一知事があいさつしました。

地域福祉を考える

障害者福祉事業所の見学ツアー



新川地区の障害者福祉事業所を巡る見学ツアーが12月6日、入善町や魚津市などで行われ、公募で参加した約40人が、地域福祉の現状を学びました。新川地区の2市2町が合同で開催し、4回目。見学コースは2通りを企画。入善町を出発するコースでは、道古の「工房あおの丘」や入膳の「ミルキーウェイ(写真)」などを訪れ、各施設での利用者の作業などを見学しました。



交流拠点が完成

中南地区自治会公民館の竣工式

青木の中南地区自治会公民館の竣工式は12月10日、現地で行われ、笹島町長や地域住民の皆さんが交流拠点の完成を祝いました。施設は木造平屋建てで、敷地面積660平方メートル、延床面積が1522平方メートル。総事業費は4590万円。一般財団法人自治総合センターが宝くじ社会貢献広報事業の一環として行う「平成28年度コミュニティ助成事業」を利用して整備されました。

この人

県代表エントリー選手として
全国駅伝大会に挑む

皆さんのまわりでがんばる「この人」の情報をお寄せください。

秘書広報係 ☎72-1100 内線201




森野 滉^{ひろし} 君(柗山・3年)

廣川 諒^{りょう} 君(青木・2年)

全国でベストを尽くす

富山商業高校の陸上競技部に所属する、柗山の森野滉君(3年)と青木の廣川諒君(2年)が、12月25日に京都府で開催される「全国高等学校駅伝競走大会」の選手としてエントリーされました。同大会は各都道府県大会の優勝高校47チームが、42・195^キを7区間のリレー走で競います。各チームは10人がエントリー。内7人だけが本番で走ることができます。県大会は、同部が2時間9分51秒の大会記録で13年連続22度目の優勝。チーム内競争が激しく、2人は県大会で走ることができませんでした。同部の山本正樹監督は「大会前にケガをした選手がいるので、チーム全員の力が必要」と部員を鼓舞します。森野君は、練習量で実力を伸ばした努力のランナー。「全国大会に出場できたら、自己ベストのタイムで走りたい」と意気込みます。廣川君は、安定したフォームを持つ、今後を期待されているランナー。「チーム目標である8位入賞に貢献したい」と笑顔を見せます。入善魂を胸に練習する2人のランナーに、皆さんの熱い応援をお願いします。

※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。

16月	
17火	 西部保育所の1月生まれ 吉田 悠輝くんが日づけをかきました
18水	
19木	
20金	⑤ニュースポーツ教室 19:30～ 総合体育館
21土	
22日	⑤第20回女子ふれあい会・第17回 メンズカップビーチボール大会 9:00～ 総合体育館 ④新春将棋大会 9:00～ 町民会館和室 ④新春黒東吟詠発表会 うるおい館
23月	
24火	
25水	
26木	
27金	④入善高校農業科「課題研究発表会」 13:50～ コスモホール
28土	●JAみな穂ふれあい雑煮まつり 10:00～ JAみな穂中央農業倉庫 ④コスモホールピアノ開放(~29日) ①11:00～②13:00～③15:00～ コスモホール
29日	④昭和の日セミナー 14:00～ 町民会館
30月	
31火	

ベニシアさん 講演会


～バランス良く日々を暮らす～



NHKEテレ
『猫のしっぽカエルの手』
にて好評放送中!

- 日時 3月25日(土)
午後2時30分開演
- 料金 全席指定
2,000円
- 問い合わせ 町民会館

コスモホール ピアノ開放



- 日時 1月28日(土)、29日(日)
2月11日(祝)、12日(日)
①午前11時～②午後1時～③午後3時～
(各100分間)
- 参加費 3,000円(1台)、5,000円(2台)
※参加には、事前申し込みが必要です。
- 問い合わせ 町民会館

※使用ピアノ:
スタインウェイ/ペーゼンドルファー
※1月7日(土)受付開始

出演者募集のお知らせ

ピアノ・フェスティバルの第1部でピアノを演奏する一般出演者を募集しています。大学生以下の学生が対象。詳細は、町民会館ホームページの募集要項をご確認ください。

- 募集期限 1月29日(日)
- 募集定員 20組
- 申し込み 町民会館

町民会館開館30周年 町所有美術品展




町民会館の開館30周年を記念して、町所有の美術品を展示します。ギャラリーの全展示スペースを使用して、過去最大級の町所有美術品展になります。この機会にぜひご覧ください。

- 会期 1月21日(土)～2月5日(日)
※会期中23日(月)、30日(月)は休館
- 会場 町民会館ギャラリー
- 料金 観覧無料
- 問い合わせ 町民会館

第39回 町民スキー大会

●期日 2月12日(日)
●会場 糸魚川シーサイドパレースキー場
●予定時間
受け付け 8:45～
開会式 9:30～
競技開始 10:30～



●種目 ジャイアントスラローム
▷小学生男子の部▷小学生女子の部
▷中学生男子の部▷中学生女子の部
▷一般女子の部▷青年男子の部(30歳未満)
▷成年男子の部(30歳～39歳)
▷壮年男子1部(40歳～49歳)▷壮年男子2部(50歳～59歳)▷壮年男子3部(60歳以上)▷スノーボードの部

※参加資格は入善町民、町スキー協会に加盟している団体に所属する人、町内に勤務する人です。詳しくは、1月中旬以降にお問い合わせください。

●申し込み 1月25日(水)までに、一般各都は総合体育館へ、小・中学生の部は各学校へお申し込みください。
※同日午後から郡体スキー大会を開催しますので、併せてご参加ください。

●問い合わせ 総合体育館

新春囲碁大会

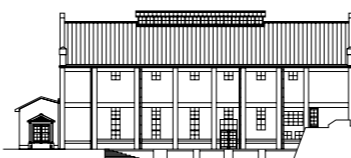
- 日時 1月15日(日)
受け付け 午前9時～
- 参加費 1,000円(昼食代含む)
- 会場 町民会館 和室

新春将棋大会

- 日時 1月22日(日)
受け付け 午前9時～
- 参加費 一般 1,000円
高校生以下 500円
(それぞれ昼食代含む)
- 会場 町民会館 和室

【発電所美術館のお知らせ】

下山芸術の森・発電所美術館は、2月下旬まで冬期休館します。3月上旬からは、収蔵品約40点を紹介する発美展を予定しています。



●休館中のお問い合わせ先
町民会館 ☎72-1105

スポーツクラブ入善 1月の受講生募集

応募多数の際はお断りする場合があります。会場など詳細はお問い合わせください。

●問い合わせ スポーツクラブ入善 ☎080(3749)8292

わんぱくスポーツ道場
7日(土)21日(土)…… 9:30～11:00

パワーヨガ教室
3日を除く火曜日 … 9:30～11:30
4日を除く水曜日 … 19:00～21:10

ズンパゴールド教室
毎週金曜日 …………… 10:50～11:50

ステップエクササイズ教室
4日を除く水曜日 … 14:40～15:40

かんたんピラティス教室
5日を除く木曜日 … 10:50～11:50

ピラティス教室
毎週土曜日 …………… 19:30～20:30

エアロ&ズンパ教室
3日を除く火曜日 … 20:00～21:00

レッツ!!スポーツ
18日(水)…………… 20:00～21:15

太極拳教室
4日を除く水曜日… 9:30～10:30

第17回 町書道小作品展

「自由な発想で書を楽しむ」をテーマに開催する書道小作品展。ことしも無審査の公募形式で、広く町民の皆さんから作品を募集します。

- 会期 2月11日(祝)～19日(日)
- 会場 町民会館ギャラリー
- 料金 観覧無料
- 問い合わせ 町民会館

【出品申込方法】
町民会館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、下記の日時に受け付けの上、搬入してください。出品者には記念品を贈呈します。

◇受付日時 (時間外の搬入は要連絡)
2月9日(木)午前9時～午後5時
◇受付場所 町民会館ギャラリー
◇出品料 無料
◇規格など
・大きさは半切りの3分の1以内
・展示スペースの都合上、出品数は一人2点前後をお願いします。
・高校生未満の作品はお受けしません。
・額や掛け軸などに表具し、すぐに展示できる状態で出品してください。
・賞状や実用書はお受けしません。

Joy Calendar お楽しみカレンダー 1月

⑤第41回町元旦マラソン大会 10:20～(受け付け 9:30～) 総合体育館前	1日
●年末年始の休館日 町民会館 12月29日～1月 3日 総合体育館 12月28日～1月 4日 発電所美術館 12月19日～2月下旬 うるおい館 12月31日～1月 1日 サンウェル 12月29日～1月 3日 浜マルシェ 12月29日～1月 3日 沢スギ自然館 12月28日～2月28日 ふれあい温泉 12月31日～1月 2日	2日 休
⑤冬季テニス教室(12日、19日、26日) 19:00～ 総合体育館	3日 火
④入善町消防出初式「裸放水」 10:00～ うるおい館前	4日 水
④平成29年新春を寿ぐ会 18:00～ うるおい館	5日 木
⑤町武道協会合同稽古初め 9:00～ 総合体育館 ④第69回入善町成人式 10:00～ コスモホール ④第28回新春俳句大会 10:00～ 町民会館研修室	6日 金
④入善女性団体連絡会 12:30～ うるおい館	7日 土
	8日 日
	9日 祝
	10日 火
④北朝鮮拉致問題啓発パネル展(~17日) 町民会館ギャラリー	11日 水
	12日 木
⑤第24回町室内ベタンク大会 9:00～ 総合体育館 ④連合富山新川地域協議会新春祝賀会 17:30～ うるおい館	13日 金
⑤町バレーボールスポーツ少年団 交流大会 9:00～ 総合体育館 ④新春囲碁大会 9:00～ 町民会館和室 ④こぶし吟詠会新年吟始め発表会 10:00～ コスモホール	14日 土
	15日 日

お知らせ

相談のコーナー

☎…日時 ④…場所 ⑤…問い合わせ先

総合相談

- 法律 ☎…18日(水) ※要予約 [相談員 弁護士]
障がい者 ☎…11日(水) ※要予約 [相談員 専門相談員]
成年後見 ☎…2月9日(水) ※要予約 [相談員 行政書士]
母子・父子・児童 ☎…24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 ☎…20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

生活・就労 ☎…11日(水) 午前10時～11時30分 [相談員 相談支援員]

自立支援・金銭管理 ☎…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。
④…健康交流プラザ「サンウェル」相談室
⑤…町社会福祉協議会 ☎72-5686

人権なやみ・行政

☎…10日(水) 午後1時30分～4時 [相談員 人権擁護委員・行政相談委員]
④…うるおい館会議室
⑤…住民環境課住民係 内線131

国民年金・厚生年金

☎…19日(水) 午前10時～正午、午後1時～3時
受付は午後2時30分まで
④…役場1階相談室 [相談員 年金事務所職員]
⑤…住民環境課住民係 内線132

教育

☎…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)
④…教育センター(うるおい館)
⑤…教育センター ☎72-0009

1月6日(金)うるおい館前

伝統の裸放水を披露

町消防団や消防機関が、二年の無火災を願って、「消防出初式」を実施します。
役場前で集合した後、入善町伝統の裸放水をうるおい館



前で披露します。各分団を代表して「まとい」を振る団員たちの勇姿に、皆さんの温かな声援をお願いします。

当日は、うるおい館の周辺道路に交通規制がかかりますので、ご注意ください。
日時 1月6日(金) 午前10時から裸放水
場所 うるおい館前
問い合わせ 入善消防署 ☎72-10135

案内 GUIDANCE

家族そろって走り初め 第41回元旦マラソン大会

新年も町元旦マラソンを開催します。体力にあわせて3つのコースがあり、参加無料で事前登録不要です。新春の走り初めに、家族そろって、ぜひご参加ください。
降雪などで中止する際は、当日午前8時40分に町防災行政無線でお知らせします。
日時 1月1日(祝) 開会式は午前10時20分から総合体育館。スタート時間は午前11時です。
コース ▼1・4・3コース ▼5の3コース

20歳の門出祝い 第69回成人式のご案内

新成人の門出を祝う「第69回成人式」が開催されます。式典、アトラクション、小学校区に分かれての記念撮影などを予定。参加する新成人は、成人式の案内はがきをご持参ください。
日時 1月8日(日) 午前10時～11時45分
場所 コスモホール
問い合わせ 教育委員会事務局 生涯学習・スポーツ係 内線354

要介護2以上は相談を 税控除の認定申請

65歳以上で要介護認定を受けている人は、所得税や町県民税の「障害者控除」「特別障害者控除」の対象になる場合があります。対象になるのは要介護2以上の人で、体の状態に応じた一定の基準で判定されます。

この控除を受けるには、対象者として認定申請が必要なので、税の申告前に健康福祉

源泉かけ流し、天然の化粧水
黒部川 明日温泉元湯
Baden Akebi
1月の休館日は17日(火)
予約・問い合わせ ☎78-2525

食育の知恵袋 129
7か月なら「アルギー」は赤ちゃんに最適!
いつかちゃん ストップ! 挑戦方法を守りましょう

卵 ゆで卵にして、黄身だけを少しずつおかゆに混ぜる
パン みみは固いので除き、細かくちぎって牛乳などで煮る
牛乳 飲用ではなく、ごはんやパンの煮汁として使用

初めて挑戦するときは体調の良い日を、選ぼう!
なせ?
ことしもヨロシク

県司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」とし、相続登記などの無料相談会を開催します。
日時 2月4日(土) 午前10時～午後3時
場所 ありそドーム研修室
問い合わせ 県司法書士会 ☎076(431)9332

町の請負工事などの入札参加資格の申請受付
町は、平成29、30年度で発注する請負工事などの入札参加資格申請を次の日程で受け付けます。詳しくは、町ホームページの「入札・公売情報サービス」で確認するか、左

年末年始は運休します 町内の公共交通
①町営バス「のらんマイカー」

課で手続きをしてください。対象になるかどうかの問い合わせは、電話ではお答えできません。お手数ですが窓口へお越しください。
■手続き 1月12日(木)から申請を受け付けます。本人か親族が申請できます。窓口に来る人の印鑑が必要です。
これまでに対象者として認定された人は、要介護度などに変更がない限り、再申請する必要はありません。
■申請・問い合わせ 健康福祉課 高齢福祉係 内線142

記へお問い合わせください。
■受付期間 2月1日(水)～28日(火) 土日、祝日除く
■申請・問い合わせ 企画財政課 管財係 内線223

みなで守ろう 「三不運動」
政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは法律で禁止されています。違反した場合は処罰されます。有権者が寄付を求めることも禁止されています。
「贈らない」「求めない」「受け取らない」の三不運動を守りましょう。
問い合わせ 選挙管理委員会事務局(総務課)内線211

②「入善新幹線ライナー」
③デマンド交通「ウチマエくん」
■運休期間 12月30日(金)～1月3日(火) ※運行再開は1月4日(水)
■問い合わせ ▼①②:キラキラ商工観光課 商工観光係 内線321 ▼③:ウチマエくん予約センター ☎72-5552

相続登記・遺言・成年後見 司法書士が無料相談会

新春うるおいぷるる～んコース実施中
カジュアル2,000円エステ
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

お掃除・お片付けにお困りの人 私たちにお任せください!
作業出張費 5,000円(税別)～ 広告を見た!で料金5%OFF
出張エリア 富山市・滑川市・魚津市・黒部市・入善町・朝日町
便利屋! お助け本舗 富山一番町店 ☎0120-818-365
住所 入善町黒部 2105-4 http://otasuke818.com

初回の相談は無料。気軽にお電話ください
板倉雄太 司法書士事務所
遺言作成、相続による不動産名義変更、法人設立、裁判所の手続きなどはお任せください
入善町梶山89番地14 ☎32-3306

お悩みスッキリ☆住まい快適化職人
彩泉
入善町小杉342番地 ☎78-0168
建具や窓の修理など、気軽にお電話ください!
障子・ふすま・らんま・ドア・窓ガラス・網戸・サッシ 神棚・風除室・カーテン・ブラインド など

町の工事発注状況

11月分 500万円以上のもの (金額は税抜き)

●請負金額	●予定価格	●落札率
入善統合…入善統合保育所(仮称)整備事業		
●入善統合 入善小学校グラウンド照明灯及び防球ネット移設工事	●…1,015万円	●…1,100万円
		●…92.3% (株)米澤電気商会
●入善統合 給水設備工事	●…1,335万円	●…1,386万円
		●…96.3% (有)上田管工事工業所
●入善統合 用排水路移設工事	●…1,260万円	●…1,302万円
		●…96.8% 五十里建設(株)
●園家山親水公園整備工事	●…1,685万円	●…1,699万円
		●…99.2% 竹田建設(株)
●下上野公園園路広場整備工事	●…1,150万円	●…1,168万円
		●…98.5% 大勝建設(株)
●下上野公園便益施設整備工事	●…650万円	●…669万9千円
		●…97.0% 大信建設興業(株)
●下上野公園遊戯施設整備工事	●…666万円	●…680万8千円
		●…97.8% (株)岡部

ふるさと納税に感謝します

11月10日～12月9日受け付け分
全国から計21件、81万5千円のご寄附をいただきました。
●ふるさと納税の申し込み、問い合わせ 総務課 秘書広報係 内線202

例月出納検査の結果報告

●検査対象 平成28年10月分の一般会計、特別会計の収支状況と現金の保管状況
●検査期日 11月24日(木)
検査の結果、誤りは認められませんでした。
入善町監査委員 米澤憲二郎 中瀬範幸

町営住宅の空室状況

●募集住宅と空室数

東町住宅(一般)	0戸	東町住宅(シルバー)	0戸
東町住宅(特定公共賃貸)	3戸	西町住宅(一般)	1戸
西町住宅(定住)	0戸	舟見住宅	10戸
新橋山住宅	8戸	駅南住宅	3戸

●募集期間 1月4日(水)～13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 住まい・まちづくり課 住宅・公園係 内線341・342

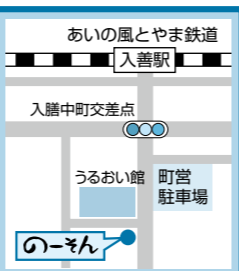
鮮魚・各種仕出し・お惣菜の店



オードブル・お刺身盛り合わせ・各種パック料理などをご自宅・ご指定の場所に配送いたします。
毎日のお惣菜・お刺身・焼き魚などもお気軽にご注文ください。

藤田鮮魚店 入善町入膳7117-10 ☎72-0140

まちなか屋のーそん



☎72-1988 新鮮野菜など販売 午前9時～午後5時営業

町内各地がライトアップ



▲駅前～うるおい館がライトアップ

●まちなかを彩る冬のイルミネーション
駅前を中心に街中を彩る「冬のイルミネーション」の点灯が12月12日に始まり、LED(発光ダイオード)電球が通勤通学者らの目を楽しませていきます。

●点灯期間 2月末まで
●点灯時間 午後5時～10時

さまざまなたまを食べ比べふれあい雑煮まつり

JANAみな穂では、第9回「ふれあい雑煮まつり」を開催します。地域伝承の雑煮や新感

●にゅうぜんシンボルイルミネーション
発電所美術館の展望塔では12月20日、1年を通じたライトアップが始まりました。頭頂部の色は四季に応じて変化。北陸新幹線から見られる観光スポットであり、町の新たなデートスポットとしてもPRします。平日や休日問わず点灯する予定です。
●点灯時間 4～9月11午後6～11時
10～翌年3月11午後5～11時
●問い合わせ キラキラ商工観光課 商工観光係 内線323

スマホで広報紙を読む無料アプリ「マチイロ」

スマートフォン(スマホ)用の無料アプリ「i広報紙」が、大幅にリニューアルして「マチイロ」になりました。スマホで「広報入善」が読める点はそのままだ、便利な機能を追加。旧アプリ「i広報」を利用していた端末は、更新により、自動でアプリ名が切り替わっています。

●場 所 JANAみな穂中央農業倉庫
●問い合わせ JANAみな穂 営農センター ☎74-2440
●アプリのダウンロードアプリを取得するには、「マチイロ」でインターネット検索するか、左記QRコードを読み込んでください。
●利用上の注意点 「マチイロ」には、アプリ内に町と関係ない広告が表示されます。広告内容に関して、町は一切の責任を負いません。利用は無料ですが、アプリのダウンロードなどにかかる通信費は別途発生します。
●問い合わせ 総務課 秘書広報係 内線201



救命手当てを学ぼう！ 上級救命講習を開催

新川地域消防組合では、多くのの人に素早い救命手当てで、暖房器具の給油などの際は、流出事故が起きないように気を付けましょう。油が側溝や河川に流がれてしまった場合は、すぐに左記の番号へご連絡ください。
●連絡先 ▼入善消防署 ☎72-0135
▼住民環境課 生活環境係 内線134

油の流出事故に注意しましょう

町では、皆さんに脳卒中に関する正しい知識を持っていただくため、参加無料の脳卒中予防教室を開催します。丸川病院の丸川浩平院長を講師に招き、脳卒中の予防法や治療法を学びます。参加を希望する人は、1月31日(火)までに左記へご連絡ください。
●日時 2月9日(木) 午後1時30分～3時30分
●場所 サウンエル研修室
●申し込み・問い合わせ 保健センター ☎72-0343

脳卒中予防教室に参加しませんか

AEDの使い方や学んでもらうため、無料の上級救命講習を開催します。参加を希望する人は1月17日(火)までに左記へお申し込みください。昼食は各自で準備し、動きやすい格好でお越しください。



▲使い方を確認

●同窓会にご利用ください 夢を書いた「立志箋」
入善ライオンズクラブでは、昭和60年度から毎年、町内の中学3年生が将来の夢を書いた「立志箋」を預かっていきます。
●問い合わせ 新川地域消防組合 ☎54-0119

●同窓会を開くときなどに、学校単位のお申し込みがあれば、立志箋を返却しています。返却を希望する場合は、事前に左記までご連絡ください。
●問い合わせ 入善ライオンズクラブ ☎74-2200

20歳になったら「国民年金」へ加入する手続きをお忘れなく!
国民年金は、日本に住む20歳以上、60歳未満の全ての人が加入します。老後の生活保障だけでなく、病气やけがで障がいが残ったとき、一家の働き手を失ったときなど、万一の場合にあなたや家族を守る制度です。
加入の手続きや保険料の納付を忘れると、年金を受け取れない場合があります。忘れずに加入の手続きをしてください。
対象となる人が20歳になる前に、日本年金機構から手続きの書類が届きますので、住民環境課窓口で申請してください。
学生の場合や、収入が少なく保険料の納付が困難な場合は、保険料の納付を猶予する制度がありますので、お気軽にご相談ください。
●問い合わせ 住民環境課 住民係 内線132

医療知ってるつもり!? 万一の交通事故! 届け出ることで健康保険が使えます
交通事故など、他人から受けた行為でけがや病気をした場合でも、加入する健康保険組合に届け出れば、健康保険を利用して医療機関を受診できます。人から損害を受けたときの治療費は本来、加害者が負担すべきものです。健康保険加入者が届出により保険で治療を受けた場合、健康保険組合が治療費を立て替えて医療機関に支払い、後で加害者に請求します。交通事故の場合、健康保険への届出には、警察が発行する「交通事故証明書」が必要で、万一の事故の際は、軽傷・重傷に関わらず、警察へ連絡しましょう。示談にしたときなどは、健康保険を使えない場合がありますのでご注意ください。
●問い合わせ 健康福祉課 医療保険係 内線145

新年ラッキーチャンス 1/5～1/31まで
お年玉特別企画
2017 年末 7777・8888 …60%引
2017 年末 1777・8888 …40%引
2017 年末 017 777・888 …50%引
2017 年末 5・7 …30%引
年末はがきをめくって当たったら当店でメガネ一式お買い上げの方に限り特別割引にてご奉仕いたします。その他の商品は30%引きです。(補聴器は除きます)
メガネ補聴器宝飾時計 (有)なかしま 入善町入膳5242 TEL 72-2311 FAX 72-5059

ます寿司・押し寿司・オードブルなど
たくみ
ます寿司販売の匠味
ご予約受け付け中 ☎74-0606
住所 入善町入膳5244
営業時間 午前9時～午後5時
定休日 水曜日

おめでとう

住所 保護者 性別 名前
 栲山 寶泉 裕介 男 葵生
 栲山新 大田 英樹 男 真土
 上野 草島 光一 女 杏南
 青木 西川 裕 男 汐穂
 上飯野 河端 大樹 男 蒼
 福島 朝倉 隆英 女 碧生
 栲山 松井 心希 男 澄葉
 君島 山根 潤 男 和彦
 栲山 高島 隼 男 功
 入膳 五十里武史 女 優花
 小摺戸 宮崎 真一 男 一輝

ご結婚

住所 氏名 住所 氏名
 小杉 上野 拓実 射水市 木谷 早智
 広島県 浅野 拓 今江 梅津 陽
 青島 大角 匡弥 射水市 黒崎 瞳
 栲山 山本 宏樹 砺波市 前田 桂奈

おくやみ

住所 氏名 年齢 世帯主
 芦崎 井田ミツエ 97 公行
 芦崎 池原 よき 93 利夫
 目川 西野 幸雄 88 本人
 中沢 橋場 健や 96 幸夫
 入膳 荻浦 立見 88 本人
 五郎八 林 信儀 83 本人
 君島 紺田 勝美 77 勝人
 芦崎 浅倉 ハナ 100 保寛
 入膳 北山 紀子 76 啓二
 吉原 道原 利雄 85 本人
 上野 上田 トエ 90 純一
 芦崎 井田アキエ 99 健一
 栲山 福澤智香子 95 本人
 舟見 小森 繁雄 96 洋一
 道市 泉 郁子 87 実
 青島 大角ミサイ 98 利子
 笹原 島瀬 榮一 78 本人
 入膳 柏原 正子 80 與始
 浦山新 中易 幸雄 81 本人
 横山 住久 忠勝 85 本人
 下飯野 山瀧サツエ 85 善寛
 上野 高口 明子 79 本人
 上野 米澤 伸泰 77 本人
 新屋 早川ヨシ子 90 修
 栲山 濱西ミチイ 95 ミエ
 上野 泉 なつゑ 92 忠
 入膳 窪野多壽子 65 雅紀
 東狐 川瀬 久義 96 本人
 入膳 杉原 榮子 86 本人
 吉原 徳井 ハマ 100 本人
 入膳 泉 朝子 83 和彦

(敬称略)

平成28年11月16日から
12月15日まで

平成28年11月16日から
12月15日まで

平成28年11月16日から
12月15日まで

1月の健康ガイド

健診は約2時間かかります [問い合わせ] 保健センター ☎72-0343

内容	日時	場所	対象・担当など	持ってくるもの
4か月児健診	26日(木) 13:00~13:45	サ	H28.9月生まれ	母子健康手帳 バスタオル
1歳6か月児健診	20日(金) 13:00~13:45	サ	H27.7月生まれ ※歯をみがいてきてください	母子健康手帳 アンケート バスタオル [希望者]フッ素塗布 料金230円
2歳児フッ素塗布	20日(金) 13:00~13:30	サ	H27.1月生まれ[希望者] ※歯をみがいてきてください	母子健康手帳 バスタオル
2歳児歯科健診	10日(火) 13:00~13:45	サ	H26.7月生まれ ※歯をみがいてきてください	[希望者]フッ素塗布 料金230円
3歳児フッ素塗布	10日(火) 13:00~13:30	サ	H26.1月生まれ[希望者] ※歯をみがいてきてください	母子健康手帳 アンケート バスタオル [希望者]フッ素塗布 料金230円
3歳児健診 (事前にご家庭で視力と聴力を検査し、アンケートを記入してください)	27日(金) 13:00~13:30	サ	H25.7月生まれ ※歯をみがいてきてください ※尿検査があります	母子健康手帳 アンケート バスタオル [希望者]フッ素塗布 料金230円
育児相談 離乳食相談	17日(火) 9:30~11:00	サ	乳幼児 ※10:00~ 専門家の集団 向け育児アドバイス ※心はぐくみ相談も受け付け[希望者]	母子健康手帳 バスタオル
にこにこ相談会	2月8日(水)	サ	[要予約] 専門スタッフが担当	—
健康相談	12日(木) 10:00~11:00	老	希望者 保健師が担当	—
リハビリ相談	11日(水) 9:30~11:00	サ	理学療法士などが担当	—
食事相談(糖尿病など)	随時	サ	[要予約] 管理栄養士が担当	—
こころの健康相談	16日(月) 15:00~17:00	厚	[要予約] 精神科医が担当	健康手帳
ひきこもり等 家族相談会	11日(水) 14:00~15:30	厚	保健師が担当 ※もの忘れなど、なんでも 相談を受け付けます	健康手帳
障がい者の生活相談	随時	む	精神保健福祉士が担当 [※新規の人のみ要予約]	—
メタボ予防 ヘルスクッキング	12日(木) 10:00~13:00	サ	予約は6日(金)まで	三角巾、エプロン タオル、参加費500円
パパとママの 育児教室	2月4日(土)	サ	パパ・ママになる人やその家族が 対象。前日までに予約が必要 ママになる人が対象。	母子健康手帳
プレママ教室	16日(月) 13:30~15:30	サ	予約は3日前まで	タオル、エプロン
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 身体に障がいがある人が対象 ※新規の人は事前に保健セ ンターに申請が必要	—

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)

1月の休日当番医

黒部市民病院内 ☎54-2211

新川地域救命センター
毎日24時間対応
(応急処置が必要な人が対象)

新川医療圏小児急患センター
毎日夜間 19:00~21:45
日曜日、祝日(土曜日除く)
9:00~12:00 14:00~17:00

下新川一次急患センター
毎日夜間 19:00~21:30
(診療科目は内科のみ)

電話相談のみ ☎076(433)3996

精神科救急情報センター
毎日24時間対応
(緊急に精神科の電話相談を希望する人が対象)

歯科休日当番医

1日(日)	米山歯科クリニック	☎24-7811	魚津市
2日(休)	加積野歯科医院	☎22-1108	魚津市
3日(火)	医療法人社団TDO ほんごう歯科診療室	☎32-5585	魚津市
8日(日)	やまざき歯科クリニック	☎22-8971	魚津市
9日(祝)	河村歯科医院	☎54-0210	黒部市
15日(日)	田中歯科医院	☎56-8040	黒部市
22日(日)	渡辺歯科医院	☎52-0164	黒部市
29日(日)	堀川歯科医院	☎54-1182	黒部市

健康宅配便

日常生活で高血圧を予防

●高血圧ってなに？

高血圧とは、血液が血管を通るときに圧力がかかり過ぎていて状態をいいます。心臓が収縮したときの「収縮期血圧」140mmHg以上で、拡張したときの「拡張期血圧」90mmHg以上であれば、高血圧の怖れがあります。

●高血圧になるとどうなるの？

高血圧の状態が続くと、心臓病や脳卒中、腎硬化症、心不全などの発症につながります。高血圧は自覚症状が無いので、定期的に検査することが大切。サンウェルや温泉などの各施設に設置された血圧計を利用して、日常生活の中で自身の血圧を把握しましょう。

●高血圧を予防するには？

・食塩量を減らしましょう

1日の塩分量は、男性8g未満、女性7g未満が目安。うす味にする、調味料は「かける」を「つける」にする、麺料理の汁は飲まない—など減塩を心掛けましょう。



・運動しましょう

ウォーキングなどの有酸素運動は、血圧を下げる作用があります。運動する時間がない場合は、買い物などの際に遠くの駐車場に車を止める、意識して階段を利用するなど、体を動かす機会を増やしましょう。

・禁煙しましょう

喫煙は、血管を収縮させる作用などがあり、高血圧になる一因といわれています。医療機関の禁煙外来や補助剤を活用して、無理のない禁煙に挑戦しましょう。

・急激な温度変化を減らしましょう

急激な体温の変化は、一気に血圧を上昇させます。冬期は、浴室やトイレを暖かくし、家の中での気温差を少なくしましょう。

[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 10:00~16:00

小学校の冬休み期間は学童保育を行うため、1月10日(火)までサークルを休みます。再開は1月11日(水)からです。

[わんわんサークル] 毎週水曜日 10:30~(1歳半~3歳対象)

[ぴよぴよサークル] 毎週金曜日 10:30~(0歳~1歳半対象)

●再開日のイベント

[日時] 1月11日(水)

10:30~ 絵本の読み聞かせ(1歳半~3歳対象)

10:45~ 出前保育(1歳半~3歳対象)

健康と福祉

写真は2歳児歯科健診に集まったよい子たち



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 11月1日~30日

●社会福祉事業資金へ

(敬称略)

住所	氏名	金額	備考
青木	木田 悦子	100,000円	亡夫 俊夫の供養に代えて
栲山新	大田 博久	100,000円	亡父 長次郎の供養に代えて
新屋	林 浩昭	100,000円	亡父 武雄の供養に代えて
浦山新	中易 基幸	100,000円	亡父 基一の供養に代えて
楽団Pluto		100,000円	10周年の感謝を込めて

●物品の部

(敬称略)

住所	氏名	品名
上飯野新	飯田とし子	未使用はがき30枚
グランドピース		日用雑貨など景品の一部
ダイナム入善店		日用雑貨など景品の一部
匿名		未使用はがき4枚、書き損じはがき1枚

●ふくしの扉

月1回でもOK! 「つくし号」運転ボランティア募集!

[内容] 利用者宅から病院などへの送迎

[依頼回数] 1~4回/月

登録除雪ボランティア募集!

[内容] 高齢者・障がい者世帯などの除雪

[依頼回数] 除雪依頼があった場合にご連絡します

●問い合わせ 入善町社会福祉協議会 ☎72-5686

Talk さわやかトーク

水島 ありさ さん (青木・22歳)



黒部市民病院で看護師として勤務し、1年半が経ちました。外科に配属され、ようやく仕事に慣れてきたところです。3交代なので、体力的に大変な面もありますが、同僚の皆さんと助け合いながら楽しく働いています。

入院された患者さんのケアが主な仕事です。毎日、コミュニケーションをとっていると、だんだん治っていく過程が分かるのでやりがいを感じますね。もっと勉強して技術を高め、後輩を指導できるような看護師になりたいです。

最近、温泉にはまっていて、休日は友人と温泉巡りに行きます。先日は、石川県能登町の旅館で、洞窟の中にある風呂を楽しみました。次回は、岐阜県の下呂温泉進出を計画。心と体を癒して、忙しい毎日に備えたいですね。

●「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。 秘書広報係 内線201

●お詫びと訂正
12月号4ページの「写真④」の説明に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。
●入善中女子バスケットボール部は5つの区間賞獲得
●入善西中女子バスケットボール部は3つの区間賞獲得
(総務課広報担当 小林和輝)

BOOKS INFORMATION

開館時間／午前9時30分～午後6時 入善町立図書館 ☎72-0180

1月の休館日／1日(祝)～3日(火)、9日を除く月曜日、10日(火)、31日(火)

お話のへや／毎週土曜日、午前10時30分から「絵本の読み聞かせ」を行います

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

●図書館の新刊 「ある夜のダリア(内館牧子)」「湖底の城 7巻(宮城谷昌光)」「居酒屋ぼったくり 6(秋川滝美)」「91歳、現役料理家の命のレシピ(城戸崎愛)」「手のひらの京(綿矢りさ)」「ファミリア創業者坂野惇子(中野明)」ほか多数

読み初めは図書館で！



図書館では、新年の開館日である1月4日(水)から、2つの読み初めイベントを開催します。じっくり読書を楽しめる年始は、ぜひ図書館をご活用ください！

●1本の福袋
同じテーマの本が3冊ずつ詰められた福袋を貸し出します。大人向け30袋、子ども向け30袋をご用意。1人あたり、どちらか1袋まで。無くなり次第、終了します。

●2文学賞受賞作品展
昨年、文学賞を受賞した話題の本を特集。1月29日(日)まで開催します。



上田 妃織 さん(桐山・7歳)

●おぼえの1冊
「キャベたまたんてい」「ゆうれいかいぞくの地図」
④三田村信行/金の星社

「キャベたまたんてい」が、ゆうれいと電話をしながら謎を解いていくお話。楽しい絵本なので、ぜひたくさんの人に読んでほしいです。将来の夢は保育所の先生。学校の勉強をがんばって、夢をかなえて、保育所の子どもたちに絵本を読んであげたいな！

編集室

笑顔の写真に感謝

昨年に引き続き、新年号は「笑顔の写真」が表紙。写真をお願いいただいた皆さん、ありがとうございました。写真と共に広報紙へ多くのエールをいただきましたので、紙面を借りて、厚く御礼申し上げます。新年の広報紙づくりに対する熱意で、お返しさせていただきます。

人口と世帯数 平成28年11月末現在

人口	25,534人 (+4)[-240]
男	12,229人
女	13,305人
出生	13
死亡	33
転入	61
転出	38
世帯数	8,941戸 (+18)[+55]

()は前月比 []は前年同月比 ・外国人を含みます



近畿大学×入善漁協×入善町

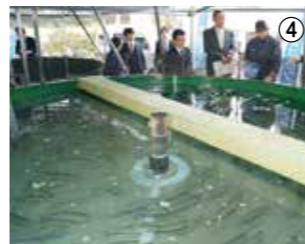
サクラマス養殖に深層水を活用

近畿大学水産研究所と入善漁協、町は11月25日、海洋深層水を使ったサクラマスの養殖試験に取り組みことを発表しました。深層水を利用したサクラマスの完全養殖は、商用として全国初といわれています。まずずしの原料となるサクラマスは、環境省の準絶滅危惧種に指定されており、県内漁獲量は近年、1ト未満という状況が続いています。

同研究所の富山実験場(射水市)では、2011年から海水によるサクラマスの養殖研究を開始。ことし10月には、人工親魚から採卵する完全養殖に成功しています。サクラマスは夏場の高水温に弱いいため、低水温で安定している海洋深層水の活用を同研究所が提案しました。

入善海洋深層水パーク内に実証プラントを整備し、11月中旬、下旬にふ化した稚魚約4千匹を育てるほか、15年に人工ふ化した個体約280匹を養殖。入善漁協が飼育管理し、18年までの3年分のデータを集めて、事業化を目指します。

海洋深層水パークで笹島町長、車正利入善漁協組合長と共に会見した家戸敬太郎場長は、「深層水を活用した増産技術を確認し、ブランド化を進めたい」と話しました。



①町長からの質問に車組合長(左)と家戸場長(右)が答える／②ふ化できなかった卵を除去／③ふ化したばかりの稚魚／④水温約2度の深層水を米飯工場の空調冷却に利用し、約12度に温めて養殖に使用する



竹島 千尋 さん
(入善高2)

パシフィック大学で日本語の授業に参加。日本人は、英語を難しいと感じている人が多い。逆に、日本人が当たり前に使っている言葉や発音が、アメリカ人には難しいのだと実感した。クラスで「ジブリ映画」の話をする時、ほとんどの大学生が知っていた。日本文化に興味があって、言語も学んでくれているのだから、日本人として誇らしく感じた。



松倉 匠利 君
(入善中2)

アメリカでの生活は、家でも靴を脱がないことやナイフとフォークだけで食事をするなど、文化の違いを感じる体験の連続だった。ホストファミリーに案内された観光地にも感動。アメリカ大陸横断を成した「ルイス・クラーク探検隊」がたどり着いたとされる海岸や100年以上続くティラムックチーズ工場など、アメリカの歴史を肌で感じる事ができた。



朝見 奈央 さん
(入善中2)

滞在先のスタッフ夫妻に3年間住んでいたアメリカ人で、奥さんが同県出身の日本人。家の中で靴を脱ぐなど、日本文化を取り入れており、自分の家のようだった。家族の一員として、接してくれた夫妻に感謝したい。2歳の娘、オフィアちゃんには、日本語と英語を教えているそうなので、どちらが先にバイリンガルになるかを競いたい。



廣多 結愛 さん
(入善西中2)

4人のホストファミリーの中でも、15歳のベルとは親友に。現地の英語は早く聞き取りづらかったけれど、日が経つにつれて少し理解できるようになったことが驚きだった。自分の思ったことを言葉にするのは、さらに難しくかったが、ホストファミリーに伝わったのでうれしい。ベルと会話をすると新しい目標ができたので、さらに英語を勉強したい。



道又 保乃香 さん
(入善西中2)

対面直後は、恥ずかしくてホストファミリーとあまり話せなかったが、お土産のポケモンのお菓子を渡すと、8歳と6歳の兄妹との距離が一気に縮まった。家では、ファミリーと折り紙に挑戦。身振り手振りを交えて折り方を伝え、みんなでペンギンを作れたことがうれしかった。お別れするときは、目を見て自分の気持ちを伝えることができ、成長を実感した。



①

驚きと感動のアメリカ

フォレストグローブ市 で学んできたこと

第25回町中・高校生姉妹都市使節団の13人(生徒10人、引率者3人)が10月28日から11月5日までの日程で、姉妹都市の米国オレゴン州フォレストグローブ市などを訪れました。

ホームステイや学校訪問などで、フォ市の皆さんとの触れ合いを通し、多くの驚きと感動を得た生徒たち。その一部を、生徒の感想文から紹介します。

人口約22,000人、面積15.23平方キロメートル。オレゴン州の主要都市ポートランドから西へ39キロメートル。農工一体のまちで、郊外にはワイン園や電子分野などの工場があります。



②



③

①パシフィック大学の日本語クラス生徒と書道で交流 ②ウエルカムパーティーでダンス「R.Y.U.S.E.I」を披露 ③ウエルカムパーティーで料理を囲む飯田さんとホストファミリー ④ハロウィーンで道又さんが「トリック・オア・トリート」



④

市役所で開かれたウェルカムパーティーでは、ダンスと歌を披露。楽曲は両方、日本語だったが、各ホストファミリーや関係者の皆さんは、とても喜んでくれた。歌やジェスチャーは国境を越えるが、英語を話せば、もっとアメリカを楽しめると思う。お世話になったホストファミリーとメールなどで連絡を取り続け、今後はさらに英語力を高めたい。



上田 愛里 さん
(入善高2)

フォ市のアームストロング中学校では、生徒がおしゃれな私服を着ていた。メイクをしている人やピアスを付けている人もいて、服装は自由そのもの。授業中は、教科書もノートも使わず、タブレット端末を用いていることに驚いた。自由過ぎて不真面目になるわけではなく、生徒は真剣に授業に参加。日本の中学校でも、取り入れられる部分があると感じた。



福島 沙帆 さん
(入善中2)

会話の全てが英語だったホームステイ先では、英語をもっと勉強しておけばよかったと痛感。でもファミリーの皆さんは、優しく明るく話を聞いてくれた。単語が聞き取れないときは、お互いにジェスチャーやイラストを用いて、諦めずに会話。自分の意見を人に伝える力の大切さを実感した。しっかり勉強して英語を学び、さらに自分の世界を広げるきっかけにしたい。



中内 莉乃 さん
(入善中2)

ホストファミリーには、自分と同じでゲームが好きな同世代の男の子がいたので、意気投合。庭でのトランポリンや乗馬、屋内ゴルフなど、さまざまな体験を共有した。最終日のハロウィーンでは、子どもたちの仮装や町の装飾などを見学し、日本よりはるかに力が入っていると感じた。今後も写真を送りあって、ホストファミリーと情報交換を続けたい。



飯田 庸介 君
(入善西中2)

初日のホストファミリーとの会話は、イエスカノーくらいしか話せない状態だった。姉からの「単語だけでも意味は伝わる」との助言を思い出し、2日目から挑戦。少しずつ会話がはずむようになり、多くの英語を覚えることも大切なのだ実感した。将来は英語を生かした職に就くことが目標なので、継続的に勉強して、語学力やコミュニケーション力を高めたい。



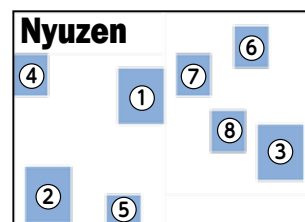
杉本 遼太 さん
(入善西中2)



子どもの笑顔があふれる新年号になりました

226 枚

■ 広報入善11月号で「笑顔の写真」を募集したところ、素敵な笑顔写真226枚が集まりました。たくさんのご応募ありがとうございました。入選者には後日、記念品を贈ります。
 [特選]・・・①～③ [入選]・・・④～⑧



☎939-0693 富山県下新川郡入善町入膳3255 ☎0765(72)1100 FAX.0765(74)0067
 入善町ホームページ <http://www.town.nyuzen.toyama.jp/> 入善町代表アドレス info@town.nyuzen.toyama.jp

● 広報紙に掲載されている写真をお分けします。秘書広報係(内線201)にお電話ください(18×13㌢・1枚150円) 印刷：池原印刷