

加茂市防災・市民情報配信...

加茂市防災・市民情報配信サービ  
ス

4時間前・📍

加茂市内クマ出没情報  
11月4日（水）午前7時頃、大字宮寄上地内小  
乙の字三場の中丸橋を渡った先の約100m付近  
にクマの痕跡があり、鳴き声が聞こえるとの通  
報がありました。  
再度出没の可能性がありますので十分にご注意  
下さい。

この出没情報について  
注意文書を早急に出没地区と周辺地区の全戸に  
配布します。  
その他の地区には月2回の文書配布時に回覧で  
お知らせします。

PC、スマートフォン等PDFファイルが閲覧可  
能な方は併せてご確認ください。

【加茂市HPクマ情報】

（これまでの出没情報と位置図）

<http://www.city.kamo.niigata.jp/section/norin/>

\*今回の速報が反映されるまで時間差がありま  
す。

👍 いいね!

💬 コメントする

🏠 シェア

GIF

😊

コメントする...

## 加茂市防災・市民情報 配信サービス、始動。

（関連記事は 11 ページ）

### ◆主な内容

- 公立保育園の今後の方針について……………②③
- 令和2年度加茂市スポーツ協会表彰式 ……④⑤
- ニューストピックス ……………⑥⑧
- 消費生活情報……………⑨⑩
- お知らせ ……………⑪⑬
- 歯の健康……………⑭⑮
- ぴよぴよ（子育て支援センターおたより)…⑯
- 暮らしのカレンダー……………⑰
- 加茂の風土記 ……………⑱

# 公立保育園の

## 今後の方針について

加茂市長 藤田明美



高柳保育園については、既に報道等でご存知の方もいらっしゃると思いますが、今年度末をもって休園することといたしました。昨今の少子化の影響により園児数が減少し、1ヶタとなる年が続いたことが主な理由です。これまで、保護者の皆さま、地域の皆さまに対し説明会を開催いたしました。様々なご意見がある中で、休園についてご理解を示してください。心より感謝申し上げます。

### 高柳保育園設立の経緯

高柳保育園は自然豊かな環境の中で、地域の方々の多くのご理解とご協力があつて成り立ってきた保育園です。休園にはなりますが、多くの皆さまに設立の経緯を知っていただきたいと思ひます。

昭和50年4月1日の高柳保育園開園以前、七谷地区は約700世帯、

3,500人の人口で、小学校就学前の子どもは約240人でした。当時、七谷地区には定員90名の私立七谷保育園があり、昭和45年秋に30名分が入園できるように増設を行いました。入園の申込みが増え、毎年入園できない子が続出して、毎年少子化の傾向が顕著になってきました。また、私立七谷保育園に近接し、約30名定員の私立無認可保育園もありました。が、位置及び整備資金等で認可移行に支障があり、昭和47年度限りで閉鎖してしまいました。

そこで、七谷地区で新たな保育園を建設するにあたり、**①七谷保育園の第2次増築**、**②小規模制新設**、**③へき地制新設**などを検討しましたが、いずれも位置、敷地、制度または保育内容低下等の支障があり、高柳保育園新設以外に解決策がないことが確定いたしました。

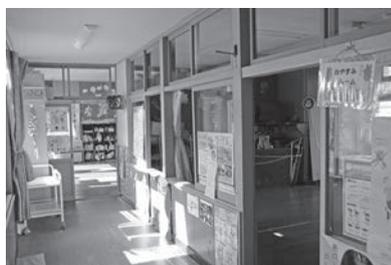
高柳保育園新設にあたっては、地域の方が土地を提供していただき

加茂市立 高柳保育園



設備及び構造	
敷地面積	1,347.23㎡
構造	木造平屋建
建物面積	360.263㎡

各室一覧			
保育室	2	医務室	1
遊戯室	1	事務室	1
乳児・ほふく室	1	調理室	1



り、建設することができました。建設後は子ども達のために桜並木や付近の川などの自然環境整備も協力してくださいました。こうしたようやく地域の宿願解決と福祉向上が実現したのです。そのような環境の中、開園から令和2年3月までの間、702人の子ども達が巣立っていきました。

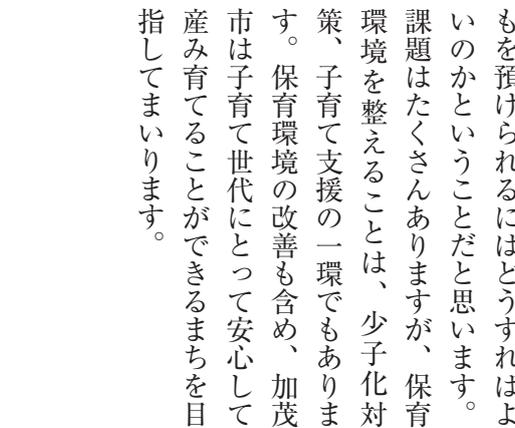
昭和50年4月の高柳保育園開園以降は、園内の草刈りやこいのぼり、額、時計などの備品の寄付、盆踊り大会の実施などはすべて地域の方々が行ってくださり、また園の行事はすべて地域と一体となつて実施し、地域の方々に愛され続けてまいりました。



加茂保育園



西宮保育園



芝野保育園



西加茂保育園

※市内にはこのほか、私立の保育園、幼稚園、認定こども園があります。

以上のように設立を切望され、地域に愛された保育園を休園することは大変心苦しいことです。しかし、子ども達にとってどのような保育環境がよいのかを一番に検討し休園を決定いたしました。加茂市といたしましては転園することになる園児、保護者の皆さまになるべくご負担をかけることのないよう準備を進めてまいります。

また休園後の園舎につきまして、他園からの園外保育の場として、コミュニティの集会の場として使っていただきたいと考えています。どうか高柳保育園の休園についてご理解くださいますようお願い申し上げます。

## 加茂保育園について

加茂保育園については、令和3年度末に閉園、西宮保育園に統合する予定です。加茂保育園は昭和39年に建設され、公立保育園の中で一番古く老朽化が進んでいること、園児数が近年減少傾向にあることが閉園の理由です。加茂保育園は西宮保育園と距離が近く、小学校区も同じことから西宮保育園への統合の方針を示しました。

保護者、関係者の皆さまの中には不安を感じる方もいらっしゃると思います。今後、保護者の皆さまを対象に12月に説明会を開

催し、ご理解をいただけるよう丁寧な説明とご意見を聞く姿勢を心がけてまいります。

## 公立保育園の「今後」

その後の加茂市の公立保育園のあり方については、来年度完成する総合計画に沿って検討することになります。保育環境の改善、子どもの減少、保育士の確保、処遇改善、園舎の老朽化が公立保育園の当面の課題です。

そして、公立保育園のあり方を検討する過程で一番考慮しなければならぬことは、子ども達にとってより良い保育環境とは何か、保護者の方々がより安心して子どもを預けられるにはどうすればよいのかということだと思います。課題はたくさんありますが、保育環境を整えることは、少子化対策、子育て支援の一環でもあります。保育環境の改善も含め、加茂市は子育て世代にとって安心して産み育てることができるまちを目指してまいります。

# 令和2年度 加茂市スポーツ協会 表彰式



表彰を受ける人や関係者の席は、感染拡大防止のため一定の距離を開けて配置されました

10月30日、勤労者体育センターで加茂市スポーツ協会の表彰式が行われました。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、多くの関係者が参加する加茂市総合体育大会の開会式は行わず、表彰式のみを行いました。

式典では特別スポーツ功労者（1人）、スポーツ功労者（5人）、優秀指導者（1人）と昨年度からの優秀競技者（9団体、28名）が表彰されました。表彰された方々は次のとおりです。（敬称略）

## 【特別スポーツ功労者章】

▼水信健（加茂市体育協会会長として市の各競技団体の育成強化に尽力・新潟県スポーツ協会理事として県レベルのスポーツ増進に寄与）

## 【スポーツ功労者章】

▼近藤誠司（加茂市野球連盟の要職を歴任。各種野球大会の運営に多年にわたり献身的努力を払い連盟組織の維持・発展向上に尽力）



謝辞を述べる水信健さん

▼青野克志（加茂市野球連盟の要職を歴任。各種野球大会の運営に多年にわたり貢献。とりわけ審判部の運営に尽力）▼野口福治（審判員として40年にわたり加茂市野球連盟審判部の運営、若手審判員の指導・育成に尽力）▼石田友蔵（加茂市ゲートボール協会の組織拡大・発展に尽力）▼梅田正則（加茂市ゲートボール協会の維持・発展に尽力）

## 【優秀指導者章】

▼弦巻妙子（加茂市家庭婦人バレーボール連盟発足当初からバレーボールの普及、技術・競技力向上に尽力）

## 【優秀競技者章（団体）】

▼加茂ジュニア陸上スポーツ少年

団3・4年女子（2020年度第10回新潟県小学生陸上競技選手権大会で共通3・4年女子4×100mリレー第3位）▼ひらり（バレーボール）（2019年度新潟県ママさんバレーボールことぶき親善大会で第1位）▼須田ジュニアバレーボールクラブ（第39回新潟県スポーツ少年団総合体育大会第35回バレーボール大会で準優勝）▼加茂（ゲートボール）（第32回全国健康福祉祭和歌山大会ねりんピック紀の国わかやま2019ゲートボール交流大会に出場）▼七谷ファイターズ（ゲートボール）（第28回新潟県ジュニアゲートボール選手権大会で第2位）▼加茂体操クラブ小学生男子団体（令和元年度新潟県体操競技ジュニア新人大会兼第20回全国小学生体操大会新潟県予選会で小学生男子団体総合優勝）▼はなみずき（太極拳）（第22回武術太極拳フェスティバル大会で団体戦第1位）▼加茂市立若宮中学校体操部（第50回新潟県中学校総合体育大会体操競技で団体総合第3位）▼KamORG（新体操）（令和元年度北信越ジュニア体操選手権大会新体操女子で団体競技第3位）

【優秀競技者章（個人）】

■柔道▼佐藤優斗（第22回BSN少年柔道選手権大会で6年生40kg級第3位）

■ソフトテニス▼齋藤彩華（第21回新潟県小学生ソフトテニス学年別大会で優勝）▼三村乙葉（第21回新潟県小学生ソフトテニス学年別大会で優勝）

■陸上競技▼鶴巻陽太（全国中学生陸上競技大会2020新潟県予選会で男子100m第2位）▼亀山翼（第40回北信越中学校総合競技大会陸上競技で男子1年1500m第3位）

■水泳競技▼有本翔真（第52回北信越高等学校選手権水泳競技大会で男子4×100mメドレーリレーに出場）▼坂井凧（第52回北信越高等学校選手権水泳競技大会で男子4×100mメドレーリレーに出場）

▼吉田稜太（第52回北信越高等学校選手権水泳競技大会で男子100m背泳ぎに出場）▼難波若那（第2回日本社会人選手権水泳競技大会で女子100m自由形に出場）▼土橋聖（第2回日本社会人選手権水泳競技大会で女子200m平泳ぎ第8位）

▼阪井栞（第52回北信越高等学校選手権水泳競技大会で女子4×

100mメドレーリレーに出場）▼土橋輝（第74回国民体育大会いきいき茨城ゆめ国体水泳競技大会で女子4×100mフリーリレーに出場）

▼阪井鈴（第40回北信越中学校総合体育大会水泳競技大会で女子200m背泳ぎに出場）

■体操競技▼田邊奏佑（令和元年度新潟県体操競技ジュニア新人大会兼第20回全国小学生大会新潟県予選会で個人総合第1位、タンブリング・円馬・鉄棒第1位、跳馬・平行棒第2位、つり輪第3位）

▼五十嵐遥都（令和元年度新潟県体操競技ジュニア新人大会兼第20回全国小学生大会新潟県予選会で個人総合第3位、鉄棒第2位、タンブリング第3位）▼捧陽正（令和元年度新潟県体操競技ジュニア新人大会兼第20回全国小学生大会新潟県予選会で円馬・跳馬・平行棒第3位）▼坂上ここ（令和元年度新潟県体操競技ジュニア新人大会兼第20回全国小学生大会新潟県予選会で個人総合第3位、跳馬・平均台第2位）▼保倉秀翔（2019年北信越ジュニア体操選手権大会体操競技で個人総合第3位、平行棒第1位）▼平岡達典（2019年北信越ジュニア体操選手権

大会体操競技で跳馬第1位）▼青柳勇舞（令和元年度第40回北信越中学校総合競技大会体操競技に出場）▼飯岡亮多（令和元年度第40回北信越中学校総合競技大会体操競技に出場）

■グラウンドゴルフ▼西須フミ（第75回国民体育大会・第6回グランド・ゴルフ新潟県予選大会で女性の部第3位）

■太極拳▼栢森茂昌（2019年度第29回新潟県武術太極拳選手権大会で24式太極拳60歳以上男子の部第1位）▼大湊ユリ子（第24回にいがたねりんピック太極拳大会で70歳以上女子の部第2位）▼永井直子（第24回にいがたねりんピック太極拳大会で65歳以上69歳以下女子の部第2位）

■新体操▼松井日花（第50回新潟県中学校総合体育大会新体操大会で個人競技の部第1位）▼能勢柚花（令和元年度北信越ジュニア体操選手権大会新体操新潟県予選会で個人総合第5位）▼小林心花（令和元年度北信越ジュニア体操選手権大会新体操新潟県予選会で個人トップ第1位）

第20回加茂市長杯

冬鳥越クロスカントリー

大会結果

期日 9月27日

会場 冬鳥越スキーガーデン

周辺周回コース

出場・完走者数 28人

【2kmコース】

▼小学生男子の部①岩澤春樹②佐藤輝明③岩澤侑樹▼小学生女子の部①山崎夢夏②山崎美紅③佐藤佑香▼壮年女子の部①皆川敬子②出戸梨奈

【3kmコース】

▼中学生男子の部①亀山翼②井口晴空▼壮年男子の部①大橋孝司②善養寺貴洋③玉田広芳

【5kmコース】

▼一般高校男子の部①目黒健太②佐藤美教③佐藤歩輝



# NEWS TOPICS

## 元横綱・日馬富士公平さん来市！（10/5）

元横綱の日馬富士公平さんが引退後に母国のモンゴルで開校した小中高一貫校の「新モンゴル日馬富士学園」へ、日馬富士さんの呼び掛けに応じて、加茂市が市内公共施設での不用品を寄附しました。日馬富士さんはそのことについて直接お礼を伝えに10月5日、藤田市長を表敬訪問しました。学園では、子どもたちにモンゴルと日本の懸け橋となってほしいという思いから、日本語でのあいさつや、日馬富士さんが相撲で学んだ礼節、道徳、しつけ（躰）などを教育に取り入れているそうです。



## 加茂市総合計画審議会を開催しました（10/9）

加茂市のこれからをかたちづくる「加茂市総合計画」の審議会が、9日に文化会館小ホールで開催されました。

総合計画は市長が諮問し、その内容を審議会（有識者や公募の市民などが委員）が答申します。審議会では、市民ワークショップでの意見や情報も、資料として取りあげられます。こうすることで、市民による市民のための手作りの総合計画となります。

1回目の9日は各委員への委嘱状の交付と、藤田市長が審議会へ諮問書を渡しました。また、この日の議題は策定方針やスケジュールなど、基本的事項についてでした。



あなたの街の VIPシティホール

知って得する  
お話がいっぱい！

**VIPシティホール 西加茂**  
加茂市栄町2-11  
☎0256-52-4999

**いき！いき！終活のススメ**

終活ってなに？ 終活ってどうすればいいの？  
にわかりやすく丁寧に説明します。

参加無料！

12/13 (日)

11/19 (木)

**VIPシティホール 加茂**  
加茂市千刈2丁目309-1  
☎0256-53-4999

＜スケジュール＞

9:40～	受付
10:00～11:00	健康体操
11:10～12:00	終活セミナー
12:00～13:00	コーヒータイム

※個別相談も承ります。

イベントのご参加は事前予約が必要です。各ホールにお気軽にお問合せ下さい。

【有料広告】

## 加茂桐たんす祭2020 (10/9~11)

「今年はソーシャルディス“たんす”でお願いします。」というキャッチコピーは、ダジャレではなく今年初企画の「桐たんす屋巡り」に繋がります。普段はあまり見ることのない参加6社の工房を、期間中に特別に見学できるというものです。また、メイン会場の産業センターでは人気商品や新作商品などを一堂に集めた直売会を実施しました。

参加社の茂野克司さんは「ここで直接買う人や、後で詳しく打合せをする人など、直売会には様々なお客様がいらっしゃいます。一般的に家具の特注品は『高い』と思われていますが、桐たんすは元々一つ一つが手作業品なので、特注してもあまり割高にはならないんですよ。」と話してくれました。

直売会ではたんすの他に、建具や桐の米びつ、積み木、マウスパッドなど、多種多様な品が展示されていました。



## 加茂の旬を全国へ <sup>にいたか</sup>「新高」出荷式 (10/19)

加茂の梨「新高」の出荷式がJAにいたか南蒲の加茂地区集出荷場で行われました。非常に大きく、甘くておいしい日本梨の新高。郵便局のカタログギフト「信越ふるさと会」の今年の受注数は昨年と同じ時期と比べると約15%少ない、1,932箱（10月19日出荷分）だそうです。

加茂の農家の皆さまが大事に育てた新高梨は、全国発送の準備のため、長野にある日本郵便株式会社信越支社へ安全運転で送られました。

期日 11月3日  
会場 勤労者体育センター  
【中学生の部】  
①加茂中学校 ②七谷中学校 ③田上中学校



バレーボール

第63回  
総体結果



## 新潟県交通災害共済 ～交通災害に遭われた方へ～

見舞金請求はお済みですか？

治療継続中でも交通災害を受けた日から起算して1年を経過した場合は、請求できませんのでご注意ください。

新潟県市町村総合事務組合

【有料広告】

## 市民音楽祭が開催されました（11/1）

第45回市民音楽祭が開催されました。午前10時30分から第一部、午後1時から第二部を行い延べ401人の音楽ファンが訪れました。

挨拶で藤田市長は「新型コロナウイルスの影響で、文化活動やイベントが制限され、多くの方が練習場所の確保や発表の場を探すのが困難だったと思います。今日は日ごろの成果を発表して欲しい」と出場者への思いを語り、会場のお客さんには「声援ではなく大きな拍手で応援しましょう。秋晴れの日を音楽で楽しんでいただきたいと思います」と話していました。

第一部（バレエ・ヒップホップ・フラダンス・レクダンスなど）では、小さいお子さん連れが目立ち、出演する家族や友達の発表を楽しみに見に来ていました。第二部（ピアノ、合唱、合奏、吹奏楽など）ではプロ顔負けの素晴らしい演奏や合唱の数々に、会場からは大きな拍手が送られました。



## か も が み す き ば 「加茂紙漉場」で紙漉き体験（11/5）

上町の加茂紙漉場で、七谷中学校3年生が地元七谷産楮こしぞを100%使った紙漉きを行いました。

講師から説明を受けながら、生徒は紙漉きの原料が入った容器に「けた」と「す」を奥から手元に入れてすくい上げる作業などを行い、A3サイズの和紙1枚をおよそ3分で漉いていきました。

このほか、楮から和紙の原料を作る体験や、冬鳥越スキーガーデンに自生している楮などの見学も行いました。

## 借金返済・契約トラブルに関する相談会 (法律専門家による無料相談)

消費者金融（サラ金）やクレジット等借金で不安や悩みを抱えている方、契約トラブルでお悩みの方を対象に、法律専門家による無料相談会を開催します。

これらの問題は法律専門家に相談することによって解決できます。

抱え込まず、まずはお気軽にご相談ください。

**期日：12月2日(水)**  
**時間：18:00～21:00**  
**会場：加茂市役所**



**事前予約受付：11月30日(月)まで**

**※必ず事前予約が必要です**

＝事前予約の受付・お問い合わせは＝  
加茂市商工観光課消費生活相談窓口

☎0256-52-0080（内線132）まで

**★当日は臨床心理士による「こころの健康相談会」も  
同時実施しております**

**【困ったときの相談窓口】**

消費者ホットライン



**188(イヤヤ)**

※最寄りの消費生活センターなどの相談窓口につながります

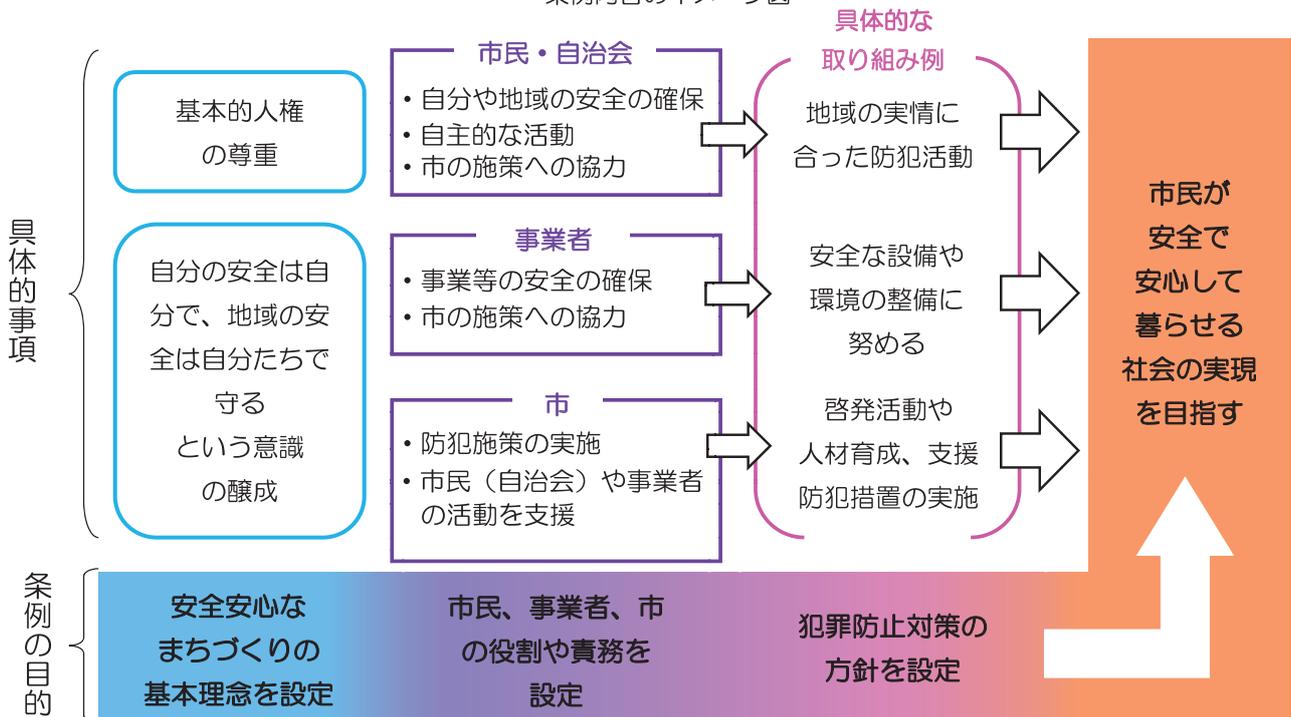
# 消費者被害を見守りで防止しましょう

## 「加茂市犯罪のない安全・安心なまちづくり条例」が制定されました

(令和2年10月6日 公布・施行)

一人ひとりが力を合わせて犯罪のない安全・安心なまちづくりを目指します

条例内容のイメージ図



条例本文をご覧になりたい方は、加茂市ホームページ（URLは以下の通り）でご覧いただくか、加茂市役所総務課へお越しください。

URL <http://www.city.kamo.niigata.jp/section/soumu/anzenanshin/>

担当：加茂市総務課総括係 電話 0256-52-0080(内線 321)

### ～消費者トラブルを防ぐには、周囲の方による見守りも非常に大切です。～

高齢者は「お金」「健康」「孤独」の3つの大きな不安を持っているといわれています。悪質業者は言葉巧みにこれらの不安をあおり、親切にして信用させ、年金や貯蓄などの大切な財産を狙っています。高齢者は自宅にすることが多いため、電話勧誘販売や家庭訪問による被害にあいやすいのも特徴です。

#### 【アドバイス】

家族や周囲の人が、日ごろから高齢者の様子に気をつけることが大切です。離れて暮らしている場合は、なるべく頻りに連絡を取っておき、帰省の際などには不審な書面や、大量の商品、困っている様子等がないか確認するようにしましょう。少しでも気になることがあれば、本人から詳しく話を聞き、早めに相談しましょう（消費者ホットライン 188）。

発行：加茂市商工観光課 消費生活相談窓口 電話 0256-52-0080(内線 132)

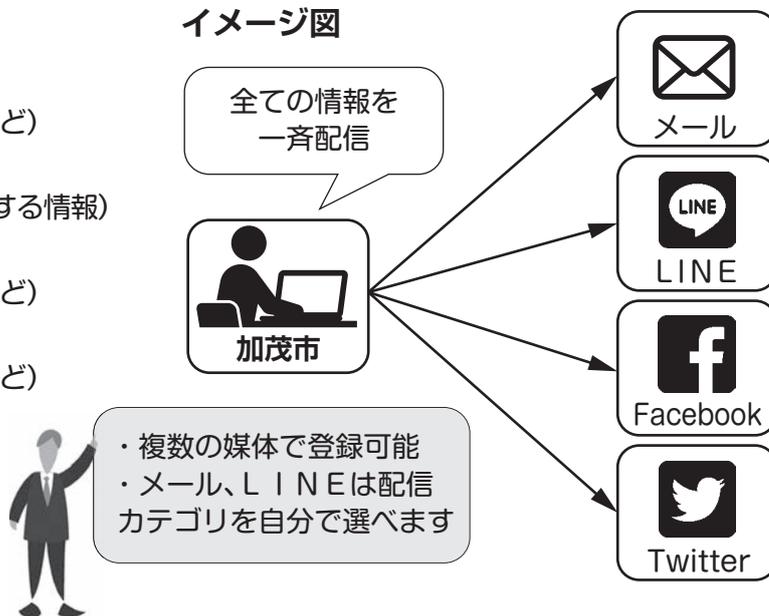
## 登録型情報配信サービス「加茂市防災・市民情報配信サービス」開始

メールやSNSなどで市の情報をお伝えする手段として、登録型情報配信サービス「加茂市防災・市民情報配信サービス」の運用を開始しました。市から防災、気象・地震、鳥獣出没などの情報を配信します。登録は無料ですので、是非ご利用ください。

### 配信カテゴリ

- ・防災情報  
(災害の発生、避難に関する情報など)
- ・気象・地震情報  
(気象警報や震度3以上の地震に関する情報)
- ・感染症情報  
(感染症に関する情報、注意喚起など)
- ・防犯情報  
(不審者の発生、特殊詐欺の情報など)
- ・鳥獣出没情報  
(クマ、サルなどの出没情報など)
- ・その他行政情報  
(その他の市政に関する情報)

### イメージ図



### 登録方法

 <h4>メール</h4> <p>①二次元コードを読み取るか、直接次のアドレスへ空メールを送信。t-kamo@sg-p.jp ※迷惑メール対策の設定をしている場合、「@sg-p.jp」からのメールを受信許可する設定をしてください。</p> <p>②自動返信メール内の「登録用URL」を押す。 ③利用規約を確認の上「メール配信に同意する」を押す。 ④配信カテゴリを選択し「次の画面に進む」を押す。 ⑤入力内容を確認し「入力内容を登録する」を押す。</p>	 <h4>Twitter (ツイッター)</h4> <p>①Twitter アプリをインストールし、アカウントを作成。 ②上記二次元コードを読み取り「加茂市役所_広報」をフォロー。</p>
 <h4>Facebook (フェイスブック)</h4> <p>①Facebook アプリをインストールし、アカウントを作成。 ②上記二次元コードを読み取り、「加茂市防災・市民情報配信サービス」をフォロー。</p>	 <h4>LINE (ライン)</h4> <p>①右記二次元コードを読み取る。 ②友だち追加の画面から、「追加」を押す。 ③LINEに「登録用URL」が記載された通知からアクセス。 ④利用規約を確認の上、「同意する」を押す。 ⑤配信カテゴリを選択し、「確認画面へ」を押す。 ⑥入力内容を確認し、「登録」を押す。</p>

### ご利用の注意点

- ・お使いのスマートフォン、携帯電話の設定についての不明な点は、各携帯電話会社にお問い合わせください。



### 問い合わせ

本サービスについて 総務課防災係 (☎内線 321)  
各種 SNS について 総務課広報広聴係 (☎内線 327)

## 性暴力被害相談

### 休日も受け付け

性暴力被害を誰にも相談できずに悩んでいませんか。「性暴力被害者支援センターにいがた」では、専門の女性相談員があなたの話を聞き、希望に添った支援を行います。休日も相談を受け付けています。まずは電話でご相談ください。秘密は固く守られます。

**専用電話** ☎05-281-1020  
**相談時間** ▼月曜～木曜 午前10時～午後4時 ▼金曜～日曜、祝日（年末年始を除く） 午前10時～翌日午前10時

詳しくは、にいがた被害者支援センター（新潟県県民生活課内 ☎025-281-2131）まで。

## はかりの無料検査を受けてみませんか

体温計と家庭用はかり（取引・証明以外用）の無料検査を実施します。

はかりの正確性の保持と適正計量把握するため、検査を受けてみませんか。



**日時** 11月27日（金）  
 午前10時～午後3時30分  
 （正午～午後1時を除く）

メッセージを添えて申し込みください。

**日時** 12月31日（木）午後8時から田上町（羽生田駅西、本田上）で打ち上げ

**花火代金** 1万1千円

**申し込み** 12月14日（月）までに

除夜の花火を打ち上げる会事務局

茂野さん ☎57-3610、

<https://www.kamono.com/joyano-hanabi/>。

第34回「除夜の花火」打ち上げ者を募集しています。一生の記念に残るあなただけの花火を打ち上げてみませんか。名前・住所を含め48文字以内の

## 除夜の花火 打ち上げ者募集



**会場** 市役所相談室1

**対象計量器**

① 一般家庭用のはかり（ヘルスマーター・キッチンスケール等）

② 一般家庭、医療機関、学校、幼稚園・保育所の体温計（赤外線、耳式、高性能のものは対象外です）

**問い合わせ** 商工観光課商工振興係（☎内線132）

## シクラメンの鉢植え販売



花と緑をいっばいにする会の活動

で、シクラメンの鉢植えを販売します。家庭用や、ちよっとしたブレント用はいかがですか。

**日時** 11月27日（金）午前10時～午後1時※なくなり次第終了。

**場所** 中央コミセン、下条コミセンの各玄関前の2箇所。

**価格** 一鉢800円

**問い合わせ** 加茂市花と緑をいっばいにする会事務局（環境課内 ☎内線132）

## 図書館の相互利用拡大

### 12月から新潟・五泉でも



新潟広域都市圏連携事業の一環で、新潟市・五泉市それぞれの図書館と相互利用協定を締結しました。これにより12月1日（火）から三条市、燕市、田上町、弥彦村に加え、新潟市と五泉市の図書館（室）で図書等を借りることができます。

登録方法や貸出期間・貸出冊数は、各図書館の規則によって異なります。なお、加茂市立図書館の貸出カードを他市の図書館では使用できません。

**問い合わせ** 市立図書館（☎53-3500）

## 休日当番医 9:00～17:00

月日	当番医	☎
11/22(日)	服部クリニック	53-4680
23(月・祝)	徳友医院	53-0167
29(日)	須田医院	41-5025
12/6(日)	星野内科医院	41-4141
13(日)	小池内科消化器科クリニック	53-3355
20(日)	吉田内科医院	57-7511

## 農業用軽油取引税免税証 交付申請のお知らせ

令和3年度、農業用軽油取引税免税証を申請する農家の方は、販売店（農業協同組合、石油販売業者等）での申請手続きをお願いします。

**申請期限** 12月11日（金）

**申請場所** 各販売店（農業協同組合、石油販売業者等）

**必要書類** 耕作面積証明書（農業委員会にて交付）、免税軽油使用者証交付申請書、印鑑

**問い合わせ** 三条地域振興局県税  
部課税課免税軽油担当（☎3612206）

## 下水道事業

### 受益者負担金

3期分は30日まで



納期限は11月30日（月）です。忘れずに納入してください。土地の売買などで受益者の変更があったときは「受益者変更申告書」を、

受益者が住所などを変更したときは「受益者住所変更申告書」を上水道課へ提出してください。

■納入は□座振替で

下水道事業受益者負担金の納入には、納め忘れないように「□座振替」をお勧めします。□座振替依頼書は、上下水道課や市内各金融機関、JA各支店、郵便局の窓口にあります。

**問い合わせ** 上下水道課庶務係（☎内線331）

## マイナンバーカード

### 受け取りは市民課

マイナンバーカードの交付申請をすると約1か月後に「個人番号カード交付案内」（はがき）が届きます。カードを受け取る際は「通知カード」と本人確認書類（運転免許証、保険証などはがきに書かれた書類）をもって市民課窓口にお越しください。

なお、12月29日（火）から1月3日（日）はカードの受け取り・更新ができません。

**問い合わせ** 市民課市民係（☎内線112）

## もし、「クマ」と出会ってしまったら

- ・騒がず、走らず、クマと向き合ったままゆっくり後退しましょう。
- ・万一、クマが襲ってきたら、地面に伏せ両手で首の後ろをガードして頭や首など急所を守ってください。

山にクマがいることは  
当たり前です



### クマと出会わないために

- ・地域の出没情報に注意しましょう。
- ・極力、単独行動は避け、鈴やラジオなど音の出る物で自分たちの存在を知らせましょう。
- ・薄暗い時間帯の行動は避けましょう。

### クマを引き寄せないために

- ・生ゴミや、不要となった農作物・果物はクマのエサとなります。人家の周りや農地に放置せず適切に処理してください。
- ・ヤブや茂みを刈り払うなど、クマが出没しにくい環境整備を進めましょう。

新潟県ホームページ<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/kankyokikaku/1319666477308.html> をもとに作成

## 中小企業大学校研修と 受講料補助制度

下表のとおり、研修が開催されます。申し込みは、中小企業大学校三条校（☎38-0770）へ。また、市では中小企業大学校三条校などの研修受講に対し、中小企業研修受講料補助金制度を設けています。

受講前に商工観光課商工振興係（☎内線132）にお問い合わせください。

テーマ	期間	受講料
実践で学ぶ5Sと目で見える管理（1月）	1/14~15 2/9~10	39,000円
企業ブランド力強化の考え方・進め方	1/19~20	22,000円
経営トップセミナー2	1/27~29	16,000円
コミュニケーション活性化講座	1/21~23	32,000円

# 歯の健康

今年は新型コロナウイルス禍のせいでいつもと違う生活を強いられて、気がついたらもう9月（原稿作成時）です。広報かもに掲載される頃にどのような状況になっているかはわかりませんが、今回は診療室ではあまり話さないお話、でも感染予防に役立つお口に関わる話題をご紹介します。

## 「飲み物は後からね」

、食事中の水分は必要ですか？

コロナなどの経口感染症では、菌は汚染した食べ物などと一緒に口から人体に侵入します。ただ、人が食べ物をよくかんで細かくしてから胃に送り込むと、強酸である胃液に充分さらされた菌は死滅します。でも水分を取りながら食事をする、人はついついかまずに飲み込む「流し込み食べ」をし



がちになります。おまけに水分によって胃液の濃度が薄まって殺菌能力も低下しますので、生き残った菌が小腸まで達し、病気を引き起こしてしまいます。

テレビで日曜夕方に放送される「サザエさん」をご覧ください。そこで家族で食卓を囲むシーンが出てきたらよく観察してみてください。ちゃぶ台の上には汁物はあっても飲み物はありません。お茶はお茶碗を片付けた後に、ちゃぶ台

にならんでいます。家族の食卓の変遷を研究している岩村暢子氏によると、近年の傾向として指摘されているのは、料理とともに麦茶や清涼飲料水などが並ぶ食卓の急増でした。

ただでさえ、現代人は柔らかいものを嗜好するようになってきて、かむ回数が減っています。それに加えて「流し込み食べ」まで習慣化したらどうなるでしょうか？感染症の危険性が増すだけでなく唾液の分泌量が少なくなると、口臭、口臭、歯並びの悪化にもつながります。

「飲み物は後からね」と、飲む順番を変える。まずはそこから始めてみませんか。

## 「マスクの下、口が開いていませんか？」

、食事中の水分は必要ですか？

マスクをするとう十分な空気が入りにくくなるので、マスクをしていると口が開きがちになります。したがって常にマスクをかけてい



ると、口呼吸の癖がついてしまわないかと心配しています。

中国から、新型コロナウイルス感染者の半数に口腔乾燥があるという論文がでております。口が乾く原因として①口呼吸で乾燥するのか？②血圧降下剤など、薬によって唾液の出しが悪いのか？③舌や口を動かさないから唾液が出ないのか？④涙腺、唾液腺など全身の外分泌腺が破壊されて、ドライアイやドライマウスなどの乾燥症状が出現するシェーグレンなどの免疫の問題があるのか？⑤肺炎や発熱でより多量の空気を取り入れるための反応として口が乾いているのか？などが考えられます。いずれにせよ、口が開いていると口の中は乾燥します。乾燥していると、味を感じる味蕾や乳頭などで凸凹している舌の表面は、ウイルスが増殖



す。ポイントだと思いま  
すことが感染予防の  
たぐさんの唾液を出  
物理的作用によって  
などの運動をして、

さらに「あいうべ体操」（後述）  
す。それゆえ鼻呼吸は大切です。  
細菌が肺に入ることを防いでいま

うな仕組みになっています。  
菌がなかなか肺まで到達しないよ  
な防御システムが備わっていて、  
胞や粘液、上咽頭などのさまざま  
を高いと、鼻の中には線毛細  
が高くなります。一方、鼻で呼吸  
と重症化します。口呼吸では新型  
新型コロナウイルスが直接、肺に入る可能性  
となっていてます。当然、肺に入る

しやすくなります。そして僅かに  
残る唾液の中にはウイルスがたく  
さんいるかもしれません。しかし  
唾液がたくさん出ると、ウイルス  
が薄まると同時に、無意識に唾液  
をゴックンして口の中にウイルス  
を留めています。胃に送ればウ  
イルスは死滅してしまいます。  
新型コロナウイルスは、いかに重症化

## やってみよう！「あいうべ体操」

～ 呼吸は生まれてから死ぬまで一時も休むことなくしなければなりません ～

1日の呼吸回数は何と2万回。それを鼻からする鼻呼吸なのか、口からする口呼吸なのかで驚くほど体が変わっていきます。

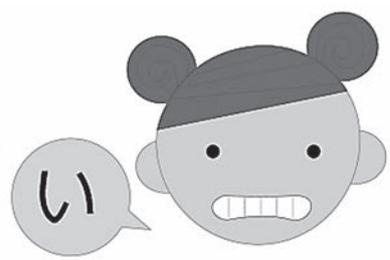
あいうべ体操とは、口呼吸を鼻呼吸に改善していく簡単な口の体操です。いつでもどこでも誰でもできる「あいうべ体操」は食後に10回、1日30回を目安に地道に続けると、舌力がついて自然と口を閉じることができるようになります。自然に鼻で呼吸ができるようになると、アレルギー性疾患等の症状が改善していくなど、口呼吸の改善はあらゆる病気の原因治療につながります。

あいうべ体操のやり方は、次の4つの動作を順にくり返します。声は出しても出さなくてもかまいません。

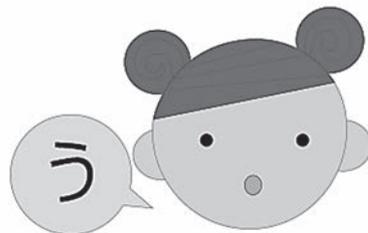
(1)「あー」と口を大きく開く



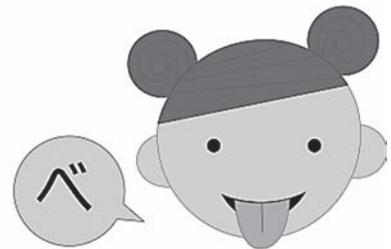
(2)「いー」と口を大きく横に広げる



(3)「うー」と口を強く前に突き出す



(4)「べー」と舌を突き出して下に伸ばす



(1)～(4)を1セットとし、1日30セットを目安に毎日続けます

参考：みらいクリニック院長内科医今井一彰先生のHP (<https://mirai-iryuu.com/aiube/>)

# ひよびよ

2020年12月・2021年1月号  
子育て支援センターおたより 第124号

あそびの広場（子育て支援センター）は、乳幼児とその保護者が一緒に遊ぶ場所です。おもちゃ、絵本なども自由に利用できます。どうぞ気軽に遊びに来てください。育児のお悩みにはスタッフ（保育士）が応じます。



ひよびよ など

## クリスマス会 ～新潟経営大学公開講座事業～

日時：12月10日(木)10:20～10:50  
場所：乳幼児あそびの広場  
内容：当日のお楽しみ♪  
その他：▼事前予約が必要です(親子20組)。お申込みは乳幼児あそびの広場へ。▼当日はクリスマス会のため午前9時から午後1時まで一般利用が出来ません。ご了承ください。

## のスキンケア



冬は気温が低く空気が乾燥していて、肌荒れが気になる季節です。皮膚の表面がガサガサになると、保護機能が失われトラブルが多くなります。お風呂上がりの就寝前と朝の着替えのときに保湿剤を塗って、皮膚の乾燥を防ぎましょう。毎日続けることがポイントです。

イベント	日時	場所	内容
クリスマス会	12月10日(木) 10:20～10:50	乳幼児あそびの広場 	新潟中央短期大学の学生さんがあそびの広場にやって来ます。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。
身体計測 健康相談	12月4日(金) 1月7日(木) 9:30～11:00 (受付)		身長、体重を測りましょう。 管理栄養士、助産師が相談に応じます。
<b>NEW</b> すくすく相談	11月18日(水) 12月16日(水) 1月20日(水) 9:30～10:30 (受付)		お子さんの成長に関すること、子育ての疑問やお悩みなど、気軽に相談しましょう。 保健師または看護師が相談に応じます。 
絵本のへや	12月11日(金) 1月8日(金) 10:30～10:50		みんなで絵本や紙芝居 折り紙を楽しみましょう。
体重を測れる日	毎週木曜日 10:00～11:00		体重を測りましょう。 赤ちゃんも測れます。 

### 子育て支援センター お問い合わせ

- ・乳幼児あそびの広場 神明町2丁目6番27号 ☎0256-57-0341
  - ・須田憩いと遊びの広場 大字後須田661番地1 ☎0256-53-2078
- ・開館日 日曜～金曜日、祝日  
・時間 午前9時～午後5時  
・休館日 土曜日、12月29日～1月3日

**マチイロ**

スマホで  
広報紙



「広報かも」は加茂市ホームページまたは行政情報アプリ「マチイロ」からもご覧になれます。

数年前に「洪水のリスクを回避できる場所を」との思いもあり、山あいの場所に新居を構えたのですが、その時は熊のリスクを考えていませんでした。まさか今年こんな（しかも近所に！）熊が出るとは…。普段のリスク管理を見直す、良いクスリになりました。（小）

### 編集後記



・親指と人差し指で輪を作り、ゆらゆら揺らしながら下へおろします。



今回の手話：雪

やってみよう！手話

# 暮らしのカレンダー 11月・12月

11月 <b>24</b> (火) 先勝	・補聴器相談 市役所相談室4 11:00~12:00 ・休館 (図書館、文化会館、温水プール)	30 (月) 先勝	・休館 (図書館、民俗資料館、各コミセン)
25 (水) 友引	・行政相談 市役所相談室1 9:00~11:30 ・心配ごと相談 市役所相談室4 9:00~15:00 ・法律相談 (社会福祉協議会 ☎52-6667へ予約) 市役所相談室3 13:00~16:00 ・こころと身体の健康相談 市役所健康課 13:00~16:00	12月 <b>1</b> (火) 友引	・休館 (文化会館、温水プール)
26 (木) 先負	・なんでも健康相談 ゆきつばき荘 9:30~11:30 ・読もう、語ろうイギリス文学 市立図書館 10:00から	2 (水) 先負	・心配ごと相談 市役所相談室4 9:00~15:00 ・大人の影絵スタンドワークショップ 市立図書館 13:30から
27 (金) 仏滅	・古典文学の集い・万葉集 市立図書館 10:00から	3 (木) 仏滅	・けんこう栄養相談会 (予約は前日までに健康課 ☎内線165へ) ゆきつばき荘 13:30~16:30 ・大人の影絵スタンドワークショップ 市立図書館 13:30から
28 (土) 大安		4 (金) 大安	
29 (日) 赤口	☎休日当番医 須田医院 ☎41-5025 9:00~17:00 ・休館 (民俗資料館)	5 (土) 赤口	・休館 (民俗資料館)
		6 (日) 先勝	☎休日当番医 星野内科医院 ☎41-4141 9:00~17:00 ・総体 体操競技 体操トレーニングセンター 10:00から ・休館 (民俗資料館)

※加茂美人の湯 営業日は金曜日、土曜日、日曜日、祝日。

## 大人の影絵スタンドワークショップ

あなただけの作品を作ってみませんか。

日時 12月2日(水)、3日(木)の午後1時30分~3時30分  
(午後1時開場) ※どちらか1日

会場 市立図書館視聴覚室 参加費 無料

持ち物 筆記用具※影絵スタンドで使いたいデザインがあれば各自で用意。定員 各日10名(先着順)

申し込み 市立図書館(☎53-3500)

※11月17日(火) 午前10時受け付け開始

小学5・6年生(男・女)

※市内体育施設にある参加申込書に記入し、12月11日(金)必着で申し込みください。新型コロナウイルスの拡大等により、中止になる場合があります(参加費は返却できません)。

問い合わせ 加茂市陸上競技協会担当船久保さん(☎090-1861210635)



## 第42回元旦マラソン大会

### 参加者を募集

新春恒例のマラソン大会に参加しませんか。

日時 1月1日(金・祝) 午前10時スタート

※受付は午前9時~9時40分

集合場所 市民体育館

参加料 千円(保険料等含む)

種目 ▼4.9kmの部 一般・高校男子 ▼2.8kmの部 一般男子(40歳以上)、一般・高校女子、中学生(男・女)、小学3・4年生(男・女)



うまこし

# 馬越遺跡の木棺墓 平安時代の墓

これまで市内でいくつかの奈良・平安時代の遺跡が発掘調査され、建物や井戸などが多く確認されているが、墓と断定できる遺構は非常に少ない。

県内では、飛鳥時代に古墳へ追葬されたものや奈良時代では火葬後の遺骨を蔵骨器に納めて埋葬される事例が確認されている。平安時代には土器を棺としたものや木棺に納めたもの、墓穴に直に埋葬したものなどがある。

ここでは下条の馬越遺跡で調査された平安時代の木棺墓を紹介す

る。墓と考えられる遺構は四基あるが、そのうち二基(①・②)は

平面形(上から見たかたち)が隅の丸い長方形で、穴の大きさも、それぞれ①が長さ二〇四cm×幅七八cm、②が長さ二三〇cm×幅七八cmと近似する。

①の穴からは長さ一三六〜一七五cmのスギ材の板や部材が十五点出土し、これらは組み合わされ箱形をなしていたものと推測される。②の穴からは長さ二〇〇cm前後の木材が穴の長軸に平行し、長さ五〇〜六五cmの木材がそれに直交す

る形で出土した。ともに木棺と考えられる。

また、被葬者へ供えたと考えられる①から櫛が一点、②から完形の土師器の椀がそれぞれ出土した。さらに、①の穴を埋めた土壌を分析したところ、リン酸の含有量が高い結果が得られ、遺体が埋葬された可能性が裏付けられた。

①・②の年代はともに、土器から九世紀後半〜十世紀初頭頃である。①は八世紀中頃には畑地として利用された場所にあるが、ともに建物から離れた集落内に単独で設けられている。

関東地方を中心とした研究成果によると、集落内に単独で埋葬される事例は集落の中核となる人物が被葬者と推測できるとされ、①・②はともに馬越遺跡の集落を同じ頃に主導した人物が葬られた可能性がある。

この木棺墓から生前に活躍した集落の安寧を祈り、見守り続けたリーダーの姿が想起される。

(伊藤秀和)

## 加茂の風土記



写真1 馬越遺跡木棺墓①



写真2 馬越遺跡木棺墓②

**広報加茂**

**広告募集**

イベントや、お店の紹介などのPRに、広報かも、お知らせ版の有料広告を活用してみませんか!

問い合わせ:総務課広報広聴係 ☎52-0080

**都市計画費寄附金**

▼佐藤美穂子様から 9,040円

市内小中学校・保育園・幼稚園へ

▼小柳建設株式会社様から

図書カード26万円分(図書カードは市内各小・中学校、保育園、幼稚園、認定こども園へ贈られました。)



あじとん

人口のうごき	11月1日現在	世帯 10,221 (-8)	人口 26,259 (-37)
	男 12,791 (-7)	女 13,468 (-30)	( )内は前月比
	(10月異動分)	出生 12 (男5 女7)	死亡 38 (男16 女22)
		転出 48	転入 37