



## 悪い鬼を追い払え！

2月3日、かみこあに保育園で豆まきが行われ、いじわるの鬼やだらけの鬼など、心のなかの悪い鬼を追い出しました。

### 主な内容

10P  
15P  
16P～17P

奨学金のお知らせ  
会計年度任用職員募集について  
職員給与等の公表



地域の安全、安心を誓う

# 交通・防犯指導隊 安全祈願祭及び査閲式

1月11日、上小阿仁村生涯学習センターで、北秋田地区交通指導隊連合会と、北秋田地区防犯指導隊連合会との安全祈願祭と査閲式がそれぞれ開催されました。

神事では、隊長はじめ、関係者が玉串奉てんを行い地域の安全と無事故を祈願しました。査閲式では、中田村長、津谷北秋田市長、青野北秋田警察副署長が査閲官を務め、参加した両隊員を激励しました。

それに対し、交通指導隊は「地域住民の願いである交通事故死ゼロを、関係する機関や団体などとの連携を



図りながら、子どもと高齢者の交通事故防止、飲酒運転の根絶、シートベルトとチャイルドシートの正しい着用徹底に取り組みます。」と決意表明しました。

防犯指導隊は「地域住民の願いである犯罪被害ゼロを、住民の防犯意識の高揚のため、見守り活動、特殊詐欺被害防止活動、防犯啓発活動に継続的に取り組みます。」

隊員は指揮官の合図で一斉に敬礼や規律のとれた行動を行い、北秋田地区、上小阿仁地区が一丸となり、活動の更なる展開に誓いを新たにしました。



## 令和2年度 交通災害・不慮の災害共済の加入について

令和2年度の交通災害共済と不慮の交通災害共済への加入のご案内です。

加入申込書は、各集落の「交通安全母の会」代議員の皆さんに、全戸へ配布・回収をお願いいたしますので、ぜひご加入ください。

### ■災害共済とは

加入者が道路上において交通災害（運転・同乗・歩行中等問わず）により、入院・通院した日数に基づいて共済金が支払われます。

・不慮の災害

加入者が不慮の災害（作業中の事故、スポーツ・レクリエーション中の事故等）により、入院した日数に基づいて共済金が支払われます。

### ■加入資格

上小阿仁村に住んでおり、住民基本台帳に登録されている方

### ■共済期間

令和2年4月1日～

令和3年3月31日

※年度途中で加入した場合は、加入した日の翌日～

共済期間の末日

### ■共済掛金（年額）

交通災害	1人	3,000円
不慮の災害	1人	7,000円

### ■災害共済金

		交通災害共済	不慮の災害共済
死亡		1,000,000円	600,000円
後遺障害の程度に応じて		1,000,000円～	600,000円～
		500,000円	300,000円
傷害	入院1日	2,000円	1,100円
	通院1日	800円	対象外

その他、詳しくは加入申込書と一緒に配布されるパンフレットをご覧ください。

ご不明な点がありましたら、役場総務課総務財政班までお問い合わせください。

### ●問い合わせ先

総務課 総務財政班

☎(77)2221

# 冬季は火災に注意を心がけて 文化財防火デー

1月25日、水無集落の山神社で、文化財防火デーに伴う火災発生訓練が行われました。

文化財防火デーは、文化財を火災、震災その他の災害から守るため、国民一般の文化財愛護に関する意識の高揚を図ることを目的としています。

昭和24年1月26日に法隆寺金堂の壁画が焼損したことをきっかけに定められ、この日を中心として全国的に文化財防火運動が行われています。



住民による初期消火対応



消防団員による放水

訓練では、地域住民と村消防団員、北秋田市消防署上小阿仁分署職員が参加し、山神社を火元に見立てて通報・初期消火・火災防衛など火災発生時における一連の行動を行いました。

冬期間は1年の内で最も火災が発生しやすい時期です。火の取扱いには充分注意して火災ゼロの村づくりを目指しましょう。

# 上小阿仁村と秋田林業大学校との 協定が結ばれました

1月29日、コアニティーにおいて「上小阿仁村村有林における秋田林業大学校の利活用に関する協定の締結式」が行われました。

秋田林業大学校では、社会や企業が求める専門的な技術を持ち、地域を支える若い林業技術者を養成するため、平成27年度から開講しています。

上小阿仁村は森林が総面積の94.5%を占め良質の森林を有しており、林業大学校の研修の高度化と村の林業の活性化を図るため村の村有林において秋田林業大学校の実習を行うこととなりました。



秋田林業大学校は、来年度からコアニティーに宿泊して森林調査・測量、森林施業など、高品質材生産、低コスト・高効率な生産システム、路網設計・作設、経営計画策定など、高度な実習を行う予定です。

調印に先立ち中田村長が「上小阿仁村は昔から林業で栄えてきました。しかし近年では価格の低迷、後継者不足などで環境が悪化してきています。山林計画の作成、高度な人材の育成が村の林業の活性化につながります。村で実習を行い、村の林業の活性化につながることを期待しています」とあいさつしました。

# 生涯学習センター だより



☎60-9000  
(こゝに電話)

## 第32回上小阿仁村長杯 中学校女子バスケットボール 「万灯火大会」開催

3月20日(金)春分の日、健康増進トレーニングセンターを会場に、「第32回上小阿仁村長杯中学校女子バスケットボール万灯火大会」が開催されます。  
上小阿仁中学校を含む8チームが参加して、熱戦が繰り広げられます。  
午前9時から試合開始となり、万灯火点火前の午後5時頃に終了する予定です。皆さんの応援をよろしく願います。

## 新春囲碁大会 結果

新春恒例の新春囲碁大会が1月5日(日)に保健センターで開催されました。  
大会には11名の参加があり、対局を楽しみました。  
結果は次のとおりでした。

優勝 八柳 清美さん(沖田画)  
準優勝 小林 悦蔵さん(北秋田市)  
第三位 加賀 隆寛さん(北秋田市)

## 公民館講座募集!

自分が興味のあることや、学んでみたいことがございましたら、お気軽に生涯学習センターまでご連絡ください。

開催回数や開催場所など、開催要件については教育委員会生涯学習班にお尋ねください。(講師については予算の範囲内での対応となります。)講座をきっかけにしてサークル作りや自主活動をするなど、地域の輪を広げましょう。

※不明な点は生涯学習センターまでお尋ねください。

### ● 問い合わせ先

上小阿仁村生涯学習センター

☎(60)9000

## 書き初め体験教室を 開催しました

1月18日(土)にかみこゑに大学生活の一環として、書き初め体験教室を生生涯学習センターで開催しました。一般の参加もあり計12名が新年の書き初めにチャレンジしました。



集中しています



講師の山田亜希子氏を囲んで

## 上ノ岱スキー場からの お知らせ

ヒュッテ、リフト開放時間は次のとおりです。多くのご利用をお待ちしています。

### 【月～金曜日】

午後1時～午後8時30分

### 【土曜日】

午前9時～午後8時30分

※午後8時の時点で利用者がいない場合は、閉場します。

### 【日曜・祝祭日】

午前9時～午後4時30分

・吹雪など悪天候の場合は、閉場する場合があります。  
・Tバーリフトなど、場内施設を利用する際には、必ず管理人の許可を得てから、安全に使用するようお願いします。

### ● 問い合わせ先

上ノ岱ヒュッテ

☎(77)2722

上小阿仁村生涯学習センター

☎(60)9000

## かみこあに総合型クラブ スマイル活動予定

### 卓球のつどい

毎週火・木曜日  
午前9時30分～  
午後7時30分  
トレーニングセンター

### バレーボールのつどい

毎週水曜日 午前9時～  
毎週金曜日 午後7時30分～  
トレーニングセンター



### ユニカールのつどい

毎週木曜日 午後1時～  
地域センター体育館  
(旧小沢田小)

### 太鼓のつどい

2月19日、3月4日、  
3月11日(水)  
午後7時～  
生涯学習センター



## 交流大会のお知らせ

### 教育長杯卓球大会

2月18日(火)  
午前9時～  
トレーニングセンター

卓球・バレーボール・ユニカール・太鼓のつどいは公民館社会体育委託活動が含まれます。  
参加希望者はトレーニングセンターへお問い合わせください。

### 問い合わせ先

かみこあに総合型クラブ事務局  
☎(77)2044



## としよかんだより

開館時間は午前9時～午後7時です。  
★ひとり5冊まで、14日間貸出しております。  
★貸し出しの際は「図書利用カード」が必要ですので忘れないでください。

### 【新刊のお知らせ】



門井慶喜、柳家喬太郎など

『柳家喬太郎バラエティブック』は、秋田市、大館市での独演会の好評も記憶に新しい人気落語家の半生を入念なインタビューでたどる本です。  
『スタン・ゲッツ 音楽を生きた』は天才と称されたテナー・サクソ奏者の評伝の初の邦訳です。  
訳者は、ジャズ・マニアとしても一目を置かれている村上春樹で、あとがきによれば、彼にとつてのスタン・ゲッツは、個人的にいちばん思い入れのある音楽家だそうです。  
『自由は死せず』は直木賞作家の門井慶喜が、板垣退助の生涯を5年の歳月をかけて描き切った大作です。

その他にも、  
○妻のトリセツ (黒川伊保子)  
○危機と人類 (ジャレド・ダイアモンド)

○言葉USAXXL(町山智浩)  
○#KUTOO 靴から考える本気のフェミニズム(石川優実)  
○ニットデザインノート (野口光)

○交通誘導員ヨレヨレ日記 (柏耕一)

○バンド (クリップハイブ) (大沢在昌)

○キンモクセイ (今野敏)

○希望という名のアナログ日記 (角田光代)

など、多数入荷しました。  
個人的には、雨宮まみ『まじめに生きるって損ですか?』、雁須磨子『あした死ぬには』がおすすりめです。

### 【ご不要の本、お引き取りします】

ご家庭に不要の本がありましたら、図書館にお持ちください。お引き取りします。登録するか、リサイクルコーナーに置くか、廃棄するかの判断は図書館にお任せいただくこととなります。ご了承ください。

### 休館日のお知らせ

\* 2月11日(火)建国記念日  
\* 2月23日(日)天皇誕生日  
祝日のため休館いたします。

## こあにカフェ

地域の皆さん、どなたでも気軽に安心して立ち寄ることのできる集いの場所です。一足早い春を音楽でお届けします。お誘いあつてご参加ください。

◆日時 令和2年3月10日(火)  
 午後1時30分～3時  
 時間内の出入りは自由

◆会場 上小阿仁村保健センター

## ◆内容

第1部 午後1時30分～

♥音楽療法

「春のミニ音楽会」音楽で一足

早い春を感じよう

音楽療法士 田口諒也氏

第2部 午後2時30分～

♥ゆつくりカフェタイム

♥個別相談

社会福祉協議会のケアマネー

ジャー・看護師・保健師

◆参加費 100円

◆送迎を希望される方は、3月6日(金)までご連絡ください。

## 令和2年度 村の健(検)診事業について

令和2年4月以降の村の集団健(検)診について、左記のとおり、計画しております。胃がん検診は、これまでと時期が異なりますので、ご確認ください。

詳細については、3月下旬～4月上旬にかけて、住民の皆様にご案内いたします。

## 健(検)診日程

◆胃がん検診(5日間)

..4月22日(水)～4月28日(火)

◆特定・後期高齢者・一般健診、

胸部総合・結核検診、

大腸がん検診、前立腺がん検診、

肝炎ウイルス検診(5日間)

..6月2日(火)～6月7日(日)

◆子宮がん・乳がん検診(2日間)

..8月21日(金)、9月9日(水)

※小沢田学区のみ

◆骨粗鬆症検診(1日間)

..9月9日(水)

◆委託先

秋田県総合保健事業団

## 受け忘れていた予防接種はありませんか？

### 【高齢者肺炎球菌感染症】

肺炎の中でも最も原因になりやすい「肺炎球菌」による感染症を予防するため、対象となる年度においてのみ、予防接種の公費助成が受けられます。(今年度対象の方には年度始めに個別通知してあります。)

### ◆対象者

左記表をご確認ください。

平成31年度(令和元年度)の費用助成の対象者	
※過去に接種したことがある方は対象外です。	
65歳の方	昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生の方
70歳の方	昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生の方
75歳の方	昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生の方
80歳の方	昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生の方
85歳の方	昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生の方
90歳の方	昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生の方
95歳の方	大正13年4月2日生～大正14年4月1日生の方
100歳以上の方	大正8年4月2日以前 生の方

◆接種会場 県内ほとんどの医療機関で接種することができます。

### ◆助成額

1回につき、3000円の助成。接種費用は医療機関により異なり、接種費用から助成額を引いた分を医療機関に支払うこととなります。

### 【成人の風しん抗体検査・予防接種】

対象となる方(昭和37年4月2日生～昭和54年4月1日生の男性)には、7月1日付けでクーポン券を郵送してあります。

### 【お子さんの予防接種】

○インフルエンザ 実施期間…令和2年2月29日(土)まで

※13歳未満のお子さんは、十分な効果を発揮するためには原則2回の接種が必要です。

左記の予防接種については、対象者へ年度初めに個別通知しています。

○MR(麻しん・風しん)第2期

○二種混合予防接種

○日本脳炎第2期

4月からの新生活にむけて、接種し忘れていないか母子健康手帳を確認し、未接種のものができるだけ3月末までに接種しましょう。予診票等が無い方は、健康推進班へお知らせください。

# 平成31年 上小阿仁村の出生と死亡

平成31年・令和元年（1月～12月）の出生と死亡についてまとめましたので、お知らせいたします。出生と死亡は、村の健康づくりの大切な資料となります。

## ①出生数

	人数
男の子	2人
女の子	5人
全体	7人

## ②男女別の死亡者数と死亡時の平均年齢

	死亡者数	平均年齢
男性	25人	80.4歳
女性	23人	87.3歳
全体	48人	83.7歳

## ③主な死因

	27年(人数)	28年(人数)	29年(人数)	30年(人数)	31年・元年(人数)
1	肺炎(13)	がん(15)	がん(13)	がん(14)	心疾患(11)
2	がん(9)	肺炎(14)	心疾患(12)	心疾患(13)	がん(10)
3	心疾患(5)	心疾患(6)	肺炎(12)	肺炎(10)	肺炎(8)
4	脳血管疾患(5)	老衰(5)	老衰(7)	老衰(5)	老衰(8)
5	その他(19)	その他(14)	その他(16)	その他(21)	その他(11)

### 31年・元年の がん死亡内訳

男性8人、女性2人

- ・肺がん
- ・胃がん

など

## “循環器疾患”予防のためにできること

平成31年・令和元年の死因は、心疾患が最も多く、次いでがん、肺炎となっていました。

代表的な循環器疾患として、脳血管疾患（脳梗塞や脳出血）、心疾患（心筋梗塞や心不全）があります。その原因の一つに『高血圧』があり、循環器疾患にかかった方のうち、男性で約5割、女性で約3割の方が高血圧であることが分かっています。

日本高血圧学会では、「高血圧治療ガイドライン2019」をまとめ、生活習慣の改善目標をうたっています。ご自身の生活を振り返り、日々の健康管理に気をつけましょう。

### 「循環器疾患予防のための7つの生活習慣の改善目標」

1. 塩分は1日6g未満に
2. 野菜や果物を積極的にとる
3. 魚（多価不飽和脂肪酸）を積極的にとる
4. 適正な体重維持
5. 定期的な運動習慣
6. 適正な飲酒
7. 禁煙（受動喫煙を受けない）



### ☆知っていますか？ ～高血圧の基準～

高血圧治療ガイドラインで定められている高血圧の診断基準は **140/90以上**です。

2019年のガイドラインの改正では、降圧目標（正常血圧）が130/80未満に引き下げられました。（130～139/80～89の血圧は、『高値血圧』と言われ、『高血圧』の一步手前の状況です。）

# 地域おこし協力隊

日誌

58



杉浦編

もう2月になり、もつと雪がたくさん降るのかなと思いきや今年あまり降らない年のようで少し拍子抜けをくらってる今日この頃です。

雪かき回数も去年に比べるとだいぶ少なく、楽なことは良いのですがちよつと冬らしくないなど：毎年異常気象、異常気象と騒がれています。これも異常気象の一つなのでしょう。なににせよ四季はしっかりと感じられる天候であつてほしいものです。

今年も去年と同様、お正月は地元のお知りで過ごしてきました。27日の仕事終わりに車を走らせて、ゆつくりゆつくり帰っているのはやはり南に向かっているからでしょうか？距離を進ませることに気温が温かくなつていき、愛知にここころには窓を全開にしているほどでした。一か所にとどまっているとなかなか感じませんがやはり季節や地形、環境によってその土地の特徴があるんだなと思ひました。

人もそうですが、同じ「雪」というものに対しての考え方も違つ

ていて、雪が降ると雪かきしなきゃいけないから嫌だと考える人たちもいれば、雪が降るといろいろな行事やイベントが開けるから楽しいと考える人たちもいます。いろんな人の話を聞く中で自分は後者の考え方で生きていきたいなと思ひました。何かあるから嫌だ、ではなく何かあるから楽しい、そういう考え方をしていればおのずと人生は楽しくなつていくだろうなとそんなことを考えながら家に帰りました。

地元では親や兄弟と話したり、友達と飲みに行つたしてしつかりリフレッシュしてきました。

今年自分にとっては変化の年。初詣では良い変化になることを祈願しながら、今年一年も頑張ると決意を新たにしてきました。



## 国民年金のお知らせ

### 退職時は国民年金の手続きを

国民年金の被保険者となるのは原則60歳までですが、厚生年金保険に加入できるのは、70歳までです。

したがって60歳以上で正社員・正職員として勤めていた人は厚生年金保険に加入していますが、退職後は年金制度への加入はなくなります。

一方で、60歳未満で退職した人は国民年金保険の第一号被保険者となる手続きを行う必要があります。これは退職日の翌日から14日以内に市区町村の窓口で手続きします。

忘れてはならないのは、これまで配偶者（妻・夫）が厚生年金保険の被扶養者となつていた場合です。この場合、配偶者は第三号被保険者でしたが、配偶者も同時に第一号被保険者となる手続きを行わなければ、退職後、配偶者は年金に入っていないことになり、将来年金額が減つてしまつたり、最悪な場合は被保険者期間が足りずに年金がもらえなくなつたりする恐れもあります。

### 国民年金保険料を納付書で納めている方へ

忙しくて国民年金保険料を金融機関やコンビニで支払う時間がないという方は、便利な口座振替やクレジットカード納付がお勧めです。

### 3つのお得

- ① 金融機関等へ行く手間が省けます。
- ② 保険料の納め忘れがありません。
- ③ 口座振替は前納割引で、さらにお得！

（クレジットカード納付の割引額は納付書と同額です。）

### 口座振替前納制度

口座振替の振替方法は5種類からお申込みできます。

- ① 2年前納（4月～翌々年3月分）
- ② 1年前納（4月～翌年3月分）
- ③ 6か月前納（4～9月分、10月～翌年3月分）
- ④ 当月分振替（早割）納期より1か月早く口座振替する方法
- ⑤ 翌月末振替 ※割引なし

### 申込方法

納付（変更）申出書に記入が必要です。お問い合わせください。

前納制度①②③の申込締切は、令和2年2月28日（必着）

なお、保険料の一部免除については口座振替の前納制度は利用できません。

### お問い合わせ

鷹巣年金事務所 ☎(62) 1490  
住民福祉課住民福祉班 ☎(77) 2222