



広報 たがみまち

町がな

2025
令和7年

9

No.670

あなたと行政とをむすぶ“情報誌”

9月20日以降、順次
調査書類をお届けします



令和7年 国勢調査 が始まります



センサスくん



みらいちゃん

町に住んでいる皆さんが
調査の対象となります。
調査への回答は郵送
またはインターネット回答で!

 国勢調査 2025



令和7年国勢調査



国勢調査員が皆さんの自宅に伺い、調査票を配布します

国勢調査は令和7年10月1日現在、日本国内に住む全ての人(外国人も含む)・世帯が調査対象となります。5年に1度行われる日本で最も重要な調査です。調査へのご協力をお願いします。

※ご回答いただいた内容(個人情報)については、厳格に保護されます。

※国勢調査に従事する者には、統計法による守秘義務が課せられています。

調査の流れ

回答期限:10月8日(水)まで

調査票を
各世帯に配布



9月20日(土)～

インターネット回答 

回答期間:
9月20日(土)*～10月8日(水)

郵送提出 

回答期間:
10月1日(水)～10月8日(水)

調査員へ提出

回答期間:10月1日(水)～10月8日(水)

回答期間内にご提出が確認できない場合は10月17日(金)以降に調査員が回答のお願いに伺います。

※調査期日(令和7年10月1日)より前に回答された方で、回答内容に変更があった場合には再度ログインの上、修正をしてください。

かんたん・便利な「インターネット回答」がおすすめです

- 24時間いつでもかんたんに3ステップで回答できます。(①アクセス②ログイン③回答)
- スマホからの回答は、QRコードを読み取ることで簡単にログインできます。IDやパスワード(アクセスキー)の入力は不要です。
- スマホ・タブレット・パソコンからいつでも回答できます。
- 回答いただいた情報は、厳重なセキュリティで保護されているので安心・安全です。

9月20日から調査票を配布します

9月20日頃から国勢調査員が皆さまの世帯をお伺いし、調査票を配布します。

◆調査員がお聞きすること

調査の説明を行い、調査票の配布をするために必要な以下①～③の事項を確認します。

- ①世帯員の人数(男・女) ②世帯主の方のお名前 ③回答方法

◆世帯の方が不在の場合

皆さまとお会いして調査ができるよう、何回か訪問させていただきますが、それでも世帯の方とお会いできない場合は、郵便受けへ調査票を入れて配布します。郵便受けのご確認をお願いします。



調査内容について

- ◆調査の期日 令和7年10月1日現在
- ◆調査の対象 令和7年10月1日現在、田上町内にふだん住んでいる全ての人と世帯（外国の方も含む）
- ◆調査の内容 『世帯について』と『世帯員全員について』全17項目。所要時間は約10分。
 - ・『世帯について』…世帯の種類、世帯員の数、住居の種類、住宅の建て方の4項目
 - ・『世帯員全員について』…氏名、男女の別、世帯主との続き柄、出生の年月、配偶者の有無、国籍など13項目

国勢調査をよそおった詐欺や不審な調査にご注意ください

- ・国勢調査では、金銭を要求することはありません。また、銀行口座の暗証番号やクレジットカード番号をお聞きすることはありません。
- ・国勢調査の調査員は、その身分を証明する顔写真入りの「国勢調査員証」を携行しています。
- ・国勢調査をよそおった不審な訪問者や、電話・電子メールなどにご注意ください。不審に思われた場合は、役場総務課政策推進室までご連絡ください。



調査についてのお問い合わせは国勢調査コンタクトセンターへ

調査の内容、記入の仕方などが分からない場合、下記の連絡先までお問い合わせください。

国勢調査コンタクトセンター（総務省統計局）

ナビダイヤル **0570-02-5901**

IP電話の場合 **03-6628-2258**

- ◆設置期間 9月16日（火）～11月7日（金）まで
- ◆受付時間 午前9時～午後9時（土日祝日にもご利用になれます）

※おかけ間違いのないようご注意ください。

※ナビダイヤルの通話料は、固定電話・携帯電話いずれの場合も所定の料金となります。

問い合わせ：役場総務課 政策推進室 ☎57-6222

いつもの暮らしに、

受診で早期発見!

がん検診

を。

秋の健(検)診のお知らせ

まだ健(検)診を受診していない方に、秋実施の各種健(検)診をご案内します。町が実施する健(検)診は、今回お知らせする日程で今年度最後となりますので、是非ご検討ください。

◆各種健(検)診について (会場：保健センター)

※年齢については令和8年3月31日時点でお考えください。

		特定健診 (国保・後期高齢 加入者)	特定健診 (社保等 被扶養者)	胸部 レントゲン 検査	胃がん 検診	大腸がん 検診	子宮がん 検診	乳がん 検診	前立腺 がん検診	肝炎 ウイルス 検診	骨粗鬆症 検診
対 象	19~39歳	●	●		●	●	●			・40歳の方 ・41歳以上 で過去に 受診して いない方	・40歳以上 で節目年 齢*の方
	40~49歳	●	●	●	●	●	●				
	50~69歳	●	●	●	●	●	●	●			
	70~74歳	●	●	●	●	●	●	●			
	75歳以上	●		●	●	●	●	●			
	性 別	男性/女性	男性/女性	男性/女性	男性/女性	男性/女性	女性のみ	女性のみ	男性のみ	男性/女性	女性のみ
内 容		・問診、身体計測、 尿検査、血圧測定、 腹囲測定、血液検査、 診察 ・心電図、眼底検査 (40~74歳の方で、 医師から指示があった 方のみとなります。)		・問診 ・胸部X線 検査	・問診 ・胃部X線 検査 (バリウム)	・問診 ・便の潜血 検査 (2日法)	・問診と 視診 ・子宮頸部 の細胞診	・問診 ・マンモ グラフィ 検査	・問診 ・血液検査	・問診 ・血液検査	・問診 ・骨密度 検診
料 金	19~69歳	無 料	39歳以下： 800円	無 料	1 検診につき800円						
	70歳以上	無 料	40歳以上： 受診券に 記載の通り です。	無 料	1 検診につき500円						
	その他						21歳:無料	41歳:無料		節目年齢*:無料	
備 考		39歳以下の方及び後期 高齢医療保険加入者は、 基本健診の対象となる ため、腹囲測定と診察 は含まれません。					加茂病院 でも11月 に施設検 診を実施 します。		検診当日に申込みとなります。 ※節目年齢は、5歳刻みの年齢の ことをいいます。 (例：40,45,50,55,60,65,70……歳)		

◆日程について

※混雑防止のため、日時を地区で指定させていただきます。

種 別	月 日	受付時間	対象地区	備 考
特定健診 胸部レントゲン検査	10月8日(水)	午前9時~11時	羽生田学区	
	10月9日(木)		田上学区	
胃がん検診 大腸がん検診	10月23日(木)	午前8時~10時30分	全地区	
	10月24日(金)			
子宮頸がん検診 乳がん検診	11月1日(土)	午前9時~11時 午後1時~2時	田上学区	受診をご希望された 方には9月第2週の 区長配布にてご案内 を配布します。
	11月4日(火)			
	11月5日(水) ※骨粗鬆症検診同日実施			

◆その他

- ・骨粗鬆症検診は11月5日(水)のみ実施となります。骨粗鬆症検診に限り、田上学区・羽生田学区どちらでも受診できます。
また、今年度より受診対象者が変更となりましたので、上記の表「◆各種健(検)診について」をご確認ください。
- ・大腸がん検診は11月1日(土)以外の日程であれば、他の健(検)診と併せてご提出いただけます。
- ・申し込みをしていない方で、受診を希望される方は、役場保健福祉課までお電話ください。
- ・詳細は町ホームページをご確認ください。

〈特定健康診査〉



〈がん検診〉



問い合わせ：役場保健福祉課 保健係 ☎57-6112

9月21日は「認知症の日」世界アルツハイマーデー ～あなたの地域で 認知症とともに いきいきと暮らす～

認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできること、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら希望をもって自分らしく暮らし続けられる町を目指します。

田上町の認知症支援

おれんじカフェ	<p>認知症の人やその家族、地域の人、専門職など誰もが気軽に参加でき、相談や情報共有ができる場です。いずれも、介護老人保健施設晴和会田上園で開催されます。</p> <p>◆日時 9月30日（火）、11月25日（火） 午前10時～11時</p> <p>4月から11月の第1土曜または第2土曜に保健福祉課主催のカフェも開催しております。詳細については、保健福祉課までお問い合わせ下さい。</p>
認知症ケアパス	<p>認知症の発症予防から人生の最終段階まで、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスなどを受けられるのかの流れを示したものです。役場保健福祉課内に設置してある他、田上町のホームページからもダウンロードできます。</p>
認知症初期集中支援チーム	<p>認知症の人やその家族に対して、適切な医療サービスや介護サービスを紹介したりするために、チーム員が自宅を訪問して一定期間（おおむね6か月以内）集中的に支援します。対象となる方は…</p> <p>40歳以上の自宅で生活している認知症の人や認知症が疑われる人で</p> <ul style="list-style-type: none"> ・認知症の診断を受けていない人や治療を中断している人 ・適切な医療や介護サービスを受けていない人 ・医療や介護サービスを利用しても症状が悪化し対応に悩んでいる人
認知症サポーター養成講座	<p>認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成し、認知症にやさしい地域づくりに取り組んでいます。地域での集まりや企業に出向いて講座を開催します。</p>
認知症理解のための講演会	<p>年に1度、専門家による認知症に対する理解を深めるための講演会を実施しています。</p>
認知症予防教室（元気はつらつ教室）	<p>人との交流、脳機能活性化のプログラムを実施することで、認知症の予防、進行を抑えることを目的とした教室です。</p>

アルツハイマー月間の取組

- ◆テーマカラーのオレンジのライトアップを実施します。
 - ・交流会館：9月20日（土）～28日（日）午後6時～9時
 - ・みんなの茶の間「つなぎが～家」（吉田新田丁290-2）：9月13日（土）～10月13日（月）午後6時～8時30分
- ◆テーマカラーのオレンジの花（マリーゴールド）をみんなの茶の間「つなぎが～家」で育てました。

認知症は早期発見・早期治療が大切

認知症は、早期発見・早期治療が何より大切です。早く治療を始めることで、進行を遅らせることができたり、場合によっては症状が改善することもあります。また、中には認知症と間違われやすい病気（うつ病、せん妄など）の場合もあります。「認知症かも？」と思ったら、早い時期に相談窓口にご相談したり、医師の診察を受けましょう。

相談窓口

田上町地域包括支援センター（町役場保健福祉課）
（時間）毎週月曜から金曜午前8時30分～午後5時15分（祝日、年末年始を除く）
（電話）57-6112

新潟県認知症コールセンター
（時間）毎週月曜日から金曜午前9時～午後5時（祝日、年末年始を除く）
（電話）025-281-2783

問い合わせ先：役場保健福祉課 福祉係 ☎57-6112



全国大会出場おめでとう!



JVA第28回 全国ヤングクラブバレーボール大会

会場：和歌山ビックホエール・ビック
ウエーブ 他(和歌山県)

種目：バレーボール女子

町内選手

棚橋 彩織さん、齋藤 奏羽さん、
宮川 七海さん、青木 麻那さん



JVA第44回 全日本バレーボールクラブ選手権大会

会場：照葉積水ハウスアリーナ(福岡県)

種目：バレーボール女子

村越 千紘さん



第41回若葉カップ 全国小学生バドミントン大会

会場：向日市民体育館(京都府)

種目：クラブ対抗団体戦(男子の部)

井上 拓真さん



善意をありがとう



白石 浩様より、身体に障がいのある方々の力になりたいという思いから、障がい者支援の基金としていただきたいということで、100万円をご寄附いただきました。

温かいご寄附、誠にありがとうございました。



8/9
(土)

第47回田上団九郎まつりが開催されました

第47回田上団九郎まつりが道のたがみ駐車場 特設会場で開催されました。前日までの雨により、天気が心配されていましたが、当日は天候に恵まれ、約6,000人もの方々が訪れました。

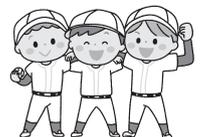
町民ピアガーデンのほか、田上甚句保存会によるオープニング太鼓や子どものだ自慢、ダンスパフォーマンスなど様々なイベントが行われました。来場者の方からは「大人も子どももみんなでイベントを楽しめて良かった。」「次はパフォーマンス側をしたい！」との声が聞こえました。



8/15 ~ 17
(金) ~ (日)

板橋区成増地区・田上町少年少女スポーツ交流会

8月15日から2泊3日の行程で、東京都を会場として東京都板橋区成増地区と田上町の児童交流会が開催されました。田上町からは、田上ベースボールクラブの児童9名が参加し、1日目は、野球博物館の見学、東京ドームでプロ野球を観戦。2日目は、成増地区の児童と親善野球を行い、チームの垣根を越えて互いに交流を深めました。



INFORMATION お知らせ

田上町役場
☎57-6222
(代表電話)

■各課直通電話です。

- 総務課 ☎57-6222
- 地域整備課 ☎57-6223
- 産業振興課 ☎57-6225
- 農業委員会 ☎57-6226
- 町民課 ☎57-6115
- 保健福祉課 ☎57-6112
- 教育委員会 ☎57-6114
- 会計課 ☎57-6116
- 議会事務局 ☎57-6300
- 田上町交流会館 ☎47-1201

**令和7年度田上町生活応援券
はお早めにお使いください**

田上町生活応援券の利用期限は、9月30日(火)までとなっております。まだ、ご利用されていない方は、お早めにご利用ください。

▼問い合わせ

- 役場産業振興課 商工観光係 ☎57-6225
- 町商工会 ☎57-2291

**来月(10月)は
児童手当の支払月です**

10月期(8~9月分)の児童手当の支払日は、10月6日(月)です。

認定月が9月の方は、9月分のみを支給となります。ご指定の口座をご確認ください。

※児童手当とは、次代の社会を担う児童の健やかな成長を支

援する目的として、全部又は一部を町に寄付することができます。ご関心のある方は、保健福祉課までご連絡ください。

▼問い合わせ

- 役場保健福祉課 保健係 ☎57-6112

**子宮頸がんワクチン接種
についてのお知らせ**

子宮頸がんワクチンの定期接種対象年齢は12歳から16歳の方です。今年度16歳を迎える方、子宮頸がんワクチンの接種をご希望の方は、令和8年3月31日までに3回目の接種を終えるようにお願いたします。令和8年3月31日を過ぎると定期接種の対象になりません。できれば、9月末までに1回目の接種を受けられることをおすすめします。なお、子宮頸がんワクチン接種は、義務ではありません。ワクチンの効果や副反応等のリス

クを確認の上、かかりつけ医と相談し、接種をご検討ください。

▼問い合わせ

- 役場保健福祉課 保健係 ☎57-6112

**令和7年度
田上町消防団訓練演習**

▽実施日時 10月12日(日)

午前8時~11時30分

▽実施場所 田上町役場

▽内容

- ・開会 午前8時
- ・各種訓練 午前8時20分~(通常点検、部隊訓練、中継送水訓練・地上式消火栓部署訓練)

※午前6時30分に各分団ポンプ置場でサイレンを吹鳴します。

雨天時、訓練内容を一部変更し午前9時30分から田上町交流会館で実施します。

▼問い合わせ

- 加茂地域消防本部 警防課 ☎52-1770
- 加茂地域消防署 田上出張所 ☎57-5300

**火災以外での消防車両の
サイレン走行について**

火災のほか、様々な場面で消防署の車両がサイレン走行します。救急現場への支援、救助活動、その他調査出動等でサイレンを吹鳴します。

出動内容については、テレガイド(52-1233)でお知らせしています。

▼問い合わせ

- 加茂地域消防本部 警防課 ☎52-1770

**地域学習センター休館日
のお知らせ**

10月3日(金)~10日(金)

は蔵書点検のため、地域学習センターへの入館はできません。※返却ポストは蔵書点検期間中もご利用いただけます。

▼問い合わせ

- 地域学習センター ☎57-4378

**第39回県央地区
動物愛護フェスティバル**

▽日時 10月5日(日)

午前10時30分~午後1時

▽会場 かんきょう庵(三条市)

▽内容

- ・スポーツドッグ模範演技
 - ・ポニーとのふれあい
 - ・動物健康なんでも相談 など
- ※駐車場には限りがありますので、乗り合わせでご来場ください。

▼問い合わせ

- 県央動物愛護フェスティバル実行委員会事務局 ☎36-2366

有料広告

水回り、電気のことなら

- 一級電気工事施工管理技士事務所
- 一級管工事施工管理技士事務所
- 一級土木施工管理技士事務所

志田電気(株)

TEL 57-2068 FAX 57-2328



有料広告

庭の手入れ・家事の手伝い・その他何でもご相談ください

生活サポートセンター

けあーず

あ!こんなとき!!
お電話ください

たけのこたすけ

田上町大字川船河1330-5

e-mail:care-s@goo.jp tel 0256-57-1055 fax 0256-57-1056



マイナンバーカード業務休止及び時間外窓口日の変更について

9月24日(水)の時間外窓口及び9月25日(木)の終日は、システム機器の入替えのため、マイナンバーカードに関する手続きを行うことができません。

◆手続きを行えない業務

- ・マイナンバーカードの申請及び交付(再交付申請を含む)・マイナンバーカードを利用した転入・転出届
- ・マイナンバーカードの暗証番号初期化(ロック解除含む)・電子証明書の更新
- ・その他、マイナンバーカードに関するすべての業務

9月24日(水)の時間外窓口については、閉庁する代わりに臨時日を設けます

臨時日 9月22日(月)午後5時30分～7時

※マイナンバーカードに関する業務の受付は閉庁時間の15分前まで

※マイナンバーカードの申請及び再交付申請、マイナンバーカードを利用した転入・転出届は対応しておりません。

問い合わせ：役場町民課 住民係 ☎57-6115

10月1日は『法の日』

「法の日」週間

「くらしの無料相談所」を開設します

毎日の暮らしの中で起こるさまざまな心配ごとや悩みごと、人権に関する問題などについて、各分野の専門家が相談に応じます。相談は無料で、秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

◆日 時 10月3日(金) 午後1時～4時

◆会 場 田上町交流会館 研修室(2階)
※予約不要

問い合わせ：役場町民課 住民係 ☎57-6115



地域の見守り
活動実施中

2月・9月は「新潟県高齢者見守り強化月間」

新潟県では、ひとり暮らし高齢者や認知症高齢者が増加する中、毎年9月及び2月を「新潟県高齢者見守り強化月間」と定めています。高齢者を県民総ぐるみで見守り、支え合う地域づくりに向け、町でも地域の高齢者を温かく見守りましょう。

問い合わせ：役場保健福祉課 福祉係 ☎57-6221

有料広告

潤歯科

歯を抜いたままにいませんか？

入れ歯の痛みをガマンしていませんか？

ネット予約 24時間OK!

治療から審美までじゅ～なんに対応します

0256-46-8822 AM 9:00-12:00 PM 15:00-18:30

田上町原ヶ崎新田2019-4 [休診]月・日・祝 (土曜のみ17:00まで)

田上町のやさしい歯医者の家

ご来院が難しければこちらからお伺いいたします

電気・水道・ガス工事、リフォーム等
なんでもお気軽にご相談ください♪

電気・上下水道給排水・ガス・浄化槽・IT・家電

(有)滝沢電気商会

田上町大字田上丙 1360 (湯田上)

☎ 57-2361 FAX 57-5071

有料広告

定額減税を十分に受けられなかった方への給付金(不足額給付)のご案内

令和6年度に実施した「定額減税」で、十分に減税できないと見込まれた方には、すでに令和6年度に「調整給付」として給付金が支給されています。これは、令和6年度の税額が確定する前に、見込みの金額としてお渡ししたものです。

しかし、年の途中で収入が大きく変わったり、扶養親族が増えたりして、結果的にお渡しした「調整給付」だけでは足りなかったという方がいらっしゃいます。

そんな方のために、「足りない分」を改めて給付するのが、今回お知らせする「不足額給付」です。また、定額減税や調整給付の対象外になった方のうち、特定の条件に合致した方も「不足額給付」の対象となる場合があります。対象となる方は以下の「支給対象者」をご覧ください。

なお、**支給対象者には9月中旬に案内文書を送付します**。詳しくは案内文書をご確認ください。

支給対象者

田上町で令和7年度個人住民税課税対象となっている方（原則として令和7年1月1日に田上町に住民登録がある方）のうち、次のパターンのどちらかに該当する方が対象となります。

ただし、合計所得金額が1,805万円を超える方は対象外です。

パターン1

令和6年分所得税および定額減税の実績額が確定したのちに、本来給付すべき所要額と当初調整給付額との間で差額が生じた方が対象です（当初調整給付は令和5年所得を基にした推計額を用いて算定）。不足額を1万円単位で切り上げて支給します。

支給対象者の例

- ・子どもの出生等、令和6年中に扶養親族が増えた方。
- ・令和6年中の就職等により所得が大きく増加し、令和6年分所得税は課税であるが、令和6年度住民税所得割は課税されない方。
- ・令和6年中の退職等により所得が減少し、令和6年度住民税所得割は課税であるが、令和6年分所得税は課税されない方。
- ・当初調整給付後に令和6年度住民税課税額に修正が生じ、令和6年度住民税所得割額が減額になった方。

パターン2

以下のすべての要件を満たす方が対象です。原則として4万円が支給されます。

支給要件

- ・令和6年分所得税及び令和6年度住民税所得割ともに定額減税前税額がゼロ。
- ・税制度上「扶養親族」の対象外（青色事業専従者、事業専従者（白色）、合計所得48万円超）。
- ・令和5年度または令和6年度に住民税非課税世帯もしくは均等割のみ課税世帯ではない方。

※令和6年中に海外から転入された方はお問い合わせください。

※「不足額給付」の支給対象になると思われるものの、案内文書が届かない場合はお問い合わせください。

問い合わせ：役場町民課 税務係 ☎57-6115

有料広告

田上町暮らし応援リフォーム補助金申請代行致します

住宅屋根・外壁の塗装
リフォーム工事等、お見積・相談
ご相談ください！
無料

(株)渡翔塗装

田上町大字田上丙3000-4 (中店)
TEL 57-3993 FAX 64-7811



中学(数・英) 高校(数) 体験 500円
入塾金 15000円 月謝 20000円
(1回90分/月4回)

近づいてます!!
舟長受験が
公道 R834

【完全マンツーマンの個人塾】
～本田上・ひまわり歯科さん近く～
TEL 070-4315-8163

あおぞら塾

有料広告

差別や人権侵害につながる身元調査はやめましょう

身元調査とは、結婚や就職などの際に、本籍、出生、家族構成や家族の仕事、国籍、思想、信条などの情報を自ら、または調査会社などに依頼して、本人の知らないところで、戸籍謄本や住民票を取得したり、知人や近隣の人に聞くなどして調べることです。

このような身元調査は、プライバシーの侵害や結婚差別、就職差別などの人権侵害につながるおそれがあります。身元調査を「しない」、「頼まない」、頼まれても「断る」という姿勢が大切です。

なお、町では戸籍謄本や住民票が不正取得された場合の早期発見が期待できる「本人通知制度」を実施しています。

◆本人通知制度に登録しませんか？

本人通知制度とは、事前に登録した人の住民票の写しや戸籍謄本などを本人の代理人や第三者に交付した場合に、登録者本人に対して、その事実をお知らせするものです。

※この制度は第三者から登録者の写し等の請求があった場合に、交付の可否を登録者に確認したり交付できないようにする制度ではありません。

・本人に通知する内容

- ・ 交付した年月日
- ・ 交付した証明書の種別と通数
- ・ 交付請求者の種別（本人等の代理人、代理人以外の第三者の2区分）

・対象となる証明書

- ①住民票の写し、住民票記載事項証明書、削除された住民票の写し
- ②戸籍の附票の写し（削除されたを附票含む）
- ③戸籍謄本・抄本、戸籍記載事項証明書（削除された戸籍を含む）

・登録の手続き

【登録に必要なもの（本人が申請する場合）】

- ①登録申込書（総合窓口、ホームページにあります）
- ②本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカードなど）
写真入りの証明書類がない人は、資格確認書、年金手帳、年金証書など2点

問い合わせ：役場町民課 住民係 ☎57-6115

有料広告

大家好（皆様、こんにちは）中国語夜間学習会

中国語初心者・学習者、中国映画愛好者歓迎！
自分の学力に合わせて自然と中国語を身に付ける
少人数制グループレッスン、15クラス、体験無料

- ①中国語基礎（文法、聴力と日常会話）
- ②中国映画、連続ドラマでリスニングを鍛える
- ③孔子『論語』シリーズ講座（20篇492節）
- ④子ども中国語（ディズニー中国語シリーズ）

主催者：独学クラブ『学宝』
<https://www.gakuho-club.com> 詳細な内容
E-mail: info@gakuzi.com お気軽にご連絡下さい

有料広告

介護と仕事との両立はうめこの郷へ
働くご家族に便利な介護利用ができます



支援案内



田上町羽生田48

ご相談は 47-0880

サルによる被害を防ぐために

サルによる被害を防ぐためには、サルの生態について理解し、地域で協力して効果的な対策をすることが重要です。

サルの被害は、下の表に示されるように出没頻度や被害状況によってレベル分けがされています。レベルが高いほど被害が深刻で、対策が難しくなり、人間に追い払われることなく畑で農作物を食べられると学習したサルは、人慣れが進み、人家に侵入する恐れがあります。

人慣れをさせないためにも、サルを見たら追い払いを行い「人間は怖い」「人里に近づくのは危険だ」とサルに学習させることが大切です。地域ぐるみでの追い払いにご協力をお願いします。

<加害レベルと被害対策の基準> (農林水産省ホームページを参照)

レベル	農地への出没・被害	人慣れ 生活環境被害	被害対策	
			被害防除	環境整備
1	・数頭がまれに出没	・人の姿を見ると逃げる	・追い払い	・藪の除去 ・野菜くずなどエサとなるものの除去
2	・定期的に出没 ・クズ野菜や農作物を採食		・追い払い ・重要な農作物は電気柵の設置	・藪の除去 ・野菜くずなどエサとなるものの除去 ・戸締りの徹底
3	・ほぼ1年を通じて群れが出没 ・農作物を採食	・人を識別する ・追い払わない限り逃げない	・複数人による追い払い ・電気柵の設置 ・接近警戒システム	
4	・群れが頻繁に出没 ・農作物に甚大な被害を与える	・人家の庭先に出没		
5		・人家に侵入 ・人から物を奪う ・サルにおびえる人を見ると「人間は怖い」と学習し、威嚇してることがある		

◆ 収穫時期の野菜や果物は、早めの収穫をお願いします ◆

サルは学習能力が高い動物です。おいしいと感じた食べ物は、手に入れるために何度もしつこく挑戦します。また、8月7日から11月30日まで新潟県よりクマ出没警戒警報が発表されています。クマの誘因物にもなるため、柿や栗など早めの収穫をお願いします。



～電気柵の購入・設置費用を補助しています～

田上町では、農作物被害を防ぐための電気柵購入・設置費用を補助しています。サルから畑や家庭菜園を守るには、電気柵が有効な手段です。電気柵の購入についてご相談のある方は、産業振興課へご連絡ください。

問い合わせ：役場産業振興課 農林係 ☎57-6225

有料広告

大好評!

カーポート・フェンスその他

自社施工で安心 おまかせください
無料で見積もり致します

JCB カードの他、各種クレジットカード
がご利用いただけます

無料通話 0120-474-518

親切丁寧!

スカイガーデン

田上町羽生田 19-1 (TEL)0256-47-4518 担当酒井 090-2419-1628

好評につきキャンペーン期間延長中
ご成約の方に粗品プレゼント



雨の日に
大活躍!

※写真はイメージです

有料広告

事業者向け補助金制度のお知らせ

起業創業事業補助金

町内で創業される方を対象に創業に要する経費の一部について支援を行います。

◆補助額

- ①創業に関する支援として50万円
- ②建物に関する支援として50万円
- ※補助率は補助対象経費の2分の1以内とします。①②は併用できます。

◆対象経費

- ①創業に関する支援・・・増改築費、設備及び備品の購入費、試作費、事業用車両の購入費
- ②建物に関する支援・・・創業に関する空き店舗などの増改築、賃貸借等に係る経費

販路開拓支援事業補助金

販路の拡大などを行うための広告等の経費に対して支援を行います。

◆補助額

補助対象経費の2分の1以内
上限20万円

◆対象経費

広告掲載費、パンフレット印刷費、ホームページの作成・リニューアル費、見本市等への出店費用、商品開発・改良に係る経費など販路拡大に関する費用

◆募集期間

募集締切 11月28日（金）

※書類審査及び審査会を経て交付対象者を決定しますので、申請した方すべてが補助対象になるわけではありません。

※予算がなくなり次第終了します。

※これまでに販路開拓支援事業補助金の交付を受けた方は補助金の対象外となります。

専門家派遣事業補助金

にいがた産業創造機構（NICO）が行う専門家派遣事業の利用に係る経費に対して支援を行います。

◆補助額

1回につき15,000円
(1事業者年間5回まで)

◆対象経費

NICOが行う専門派遣事業の利用に係る経費

上記の補助金の活用をお考えの方は、役場産業振興課までお問い合わせください。
補助金申請前に事業に着手した場合、補助金の対象外になりますので、ご注意ください。

問い合わせ：役場産業振興課 商工観光係 ☎57-6225

世 渡英商店 田上工場 アルバイト募集

仕事内容 / 餅（イタモチ・イタゴハン）製造・ネット販売補助など

勤務地 / 株式会社 渡英商店 田上工場（田上町大字田上丙3002-1）

期間 / 9月中旬から2026年6月くらいまで 週に2、3日程度

募集人数 / 2～3名 資格 / 18歳以上

時間 / 朝7：45から昼12時くらいまで。（基本は午前中）

給与 / 時給1100円（熟練度次第で、2026年1月から1200円）

*現在、在籍のアルバイトさん約10名は、全員1200円です。

お問い合わせ / ☎ 0256-57-3201 担当 渡辺（詳細は、面接時）



有料広告

有料広告

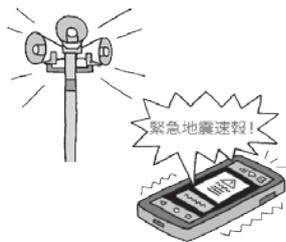
シェイクアウト訓練を実施します

町民の皆さまには、訓練当日、自宅やお出かけ先で地震の揺れから身を守る安全行動の実施をお願いします。

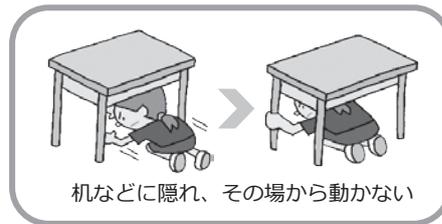
- ◆日 時 10月5日(日) 午前10時
- ◆場 所 ご自分のいる場所(自宅やお出かけ先など)

【シェイクアウト訓練とは?】

地震の揺れから身を守る安全行動(まず低く、頭を守り、動かない)を身に付ける訓練です。訓練開始時間に、訓練に伴う緊急地震速報(緊急速報メール)が発信されますので、その場で『1分間』訓練に参加してください。



〔地震の揺れから身を守る安全行動(例)〕



田上町防災訓練(避難訓練:羽生田地区対象)を実施します

- ◆日 時 10月5日(日) 午前10時5分頃から正午まで
- ◆開設避難所 羽生田小学校
- ◆訓練対象地区 羽生田1・2・3・4区、清水沢1・2区、青海地区
- ◆訓練内容 住民避難訓練、避難所設営訓練

！注意！

- ・訓練当日、町内全域に、緊急地震速報と避難所開設情報を発信します。
(緊急地震速報:午前10時、避難所開設情報:午前10時5分)
- ・緊急地震速報と避難所開設情報は、避難訓練対象外の地区にも発信されますので、ご了承ください。また、実際の災害とお間違えのないようお気を付けてください。

問い合わせ: 役場総務課 庶務防災係 ☎57-6222

「就学援助制度」のご案内

就学援助制度とは、経済的理由や家庭事情により就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に対して、学用品費や給食費等の経費の一部を援助する制度です。

- ◆対象者

令和6年度に次の措置を受けた方で、経済的理由により児童・生徒の就学が困難と認められる場合や生活状況が極めて悪いと認められる方

 - 生活保護法に基づく保護の停止・廃止を受けた方
 - 町民税の非課税・減免または固定資産税の減免を受けた方
 - 国民健康保険税の減免・徴収の猶予または国民年金保険料の減免を受けた方
 - 児童扶養手当の支給等を受けた方
- ◆申請手続き

児童・生徒の在籍学校(小・中学校)に申請書を提出してください。
※申請は随時、受付けています。
※申請書・案内書類は教育委員会、学校に用意してあります。
- ◆認定

申請内容について関係機関の助言等をいただき町教育委員会で認否を決定した後、申請者に結果を通知します。

問い合わせ: 町教育委員会 学校教育係 ☎57-6114

令和7年度 糖尿病予防教室 **そう快健康教室**

**参加者
大募集!**

健診結果はいかがでしたか？町では今年も「糖尿病」をテーマにした教室を開催します。食事の基本的な知識や、お家で出来る運動体験、バランスの良い食事の試食もあります。
毎日を健康で過ごすため、日々の生活の振り返りに、ぜひお気軽にご参加ください。

No.	日 時	内 容
①	10月14日 (火) 午後1時30分～4時	・糖尿病専門医によるお話「糖尿病の基礎知識について」
②	10月30日 (木) 午後1時30分～4時	・食事の基本について ・お家でできる運動体験① 
③	11月13日 (木) 午前10時30分～午後1時30分 ※開始時間が異なりますのでご注意ください。	・お家でできる運動体験② ・バランスの良い食事について (試食があります!!)
④	11月27日 (木) 午後1時30分～3時30分	・おやつ、お酒のとり方について ・お家でできる運動体験③
⑤	12月11日 (木) 午後1時30分～3時30分	・1食の献立を作ってみましょう ・教室の振り返り、まとめ

※日程や内容は変更になることがあります (お申込みの方には後日改めてご案内いたします。) ※なるべく全日程でのご参加をお願いします。

◆対 象 おおむね74歳以下で、食事・運動・健康のことが気になる方 (参加多数の場合、初めての方を優先させていただきます)

◆会 場 保健福祉センター (役場となり) ◆参加費 300円 (試食代として)



申込・問い合わせ: 役場保健福祉課 保健係 ☎57-6112

椿 寿 荘 イベント だより

たがみバンブーブー 2025開催

開催期間: 9/13(土)～10/13(月)
(期間中水曜日も開館します)



(写真は2024年のものです。)

時間: 18時～20時30分 (最終入館 20時15分)
料金: 田上町民 ・平日 500円 ・土日祝日 800円
他市町村民 800円
中学生以下無料

※チケットは、椿寿荘売店でご購入ください。
※田上町民は入館時、在住証明ができる免許証や保険証などをご提示ください。

**絵本をもとに、
のほほん(本)しませんか!!**



大人を対象にした絵本の読み語りの会を開催します。コーヒーやお菓子付きで、気軽に絵本の読み語りを聞いたリ自分の好きな絵本についておしゃべりしたりします。

- ◇日 時: 9月20日(土) 9:30～11:00
- ◇持ち物: ご自分のおすすめの絵本(なくても大丈夫!)
- ◇定 員: 10名 (定員になり次第締め切ります)
- ◇参加費: 1,000円 (入館料、お茶お菓子代込)
- ◇申込方法: 「絵本テント すだち」のInstagram DM
または下記椿寿荘売店へ

今後の予定 ※靴下の着用をお願いします。

イベント名	期 日
津軽三味線と民謡の夕べ	10月18日(土)
母屋・椿寿荘同時鑑賞会	10月25日(土)
秋のお茶会	11月23日(日)

・10/25と11/23のランチはお休みさせていただきます。

椿 豪農の館 椿寿荘 (ちんじゅそう) 無料駐車場有 毎週水曜は休館日 (10・11月を除く)
〒959-1502 南蒲原郡田上町大字田上丁2402-8 Tel/0256-57-2040 Fax/0256-47-1003 [椿寿荘だより](#) [検索](#)

マチを好きになるアプリ



マチイロ

スマホ・タブレットでご覧いただけます

行政情報アプリ「マチイロ」を導入しています。このアプリをダウンロードすることで、皆さんのスマホやタブレットに最新の「きすな」が届きます。ぜひご利用ください。(利用料は無料ですが、通信料は利用者の負担となります。)

利用方法

1. 「マチイロ」をダウンロード
2. 性別や生年月日を入力し、お住まいの地域を「田上町」に設定
3. 毎月第2金曜日「きすな」が自動配信されます



ダウンロードはこちらから

ハロウィンジャンボ5億円
(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)



この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円
9月19日(金) 2種類同時発売!

発売期間 9/19(金)～10/19(日)

公益財団法人新潟県市町村振興協会

有料広告

町長室から

田上町長

佐野 恒雄

九月とは言え、残暑厳しい暑さが続いています。今年
は梅雨入りしてから、ほとんど雨の降らない日が一カ
月近く続くという異常気象の中、稲作をはじめ農作物の
被害が心配され、地域によってはダムの水位が極端に低
下し、水不足が心配される事態になった地区も幾つかあ
りました。

それでも九月に入ってようやく雨も降り始め、ほっと
した半面、当町においては大きな被害の報告はなかった
ものの、県内では佐渡や下越地区の一部において線状降
水帯の発生によって水害が発生する事態となりました。
また、九州地方においては、土砂崩れの発生等で亡くな
られた方も居られ、多くの家で浸水被害に遭われまし
た。

災害に遭われた皆様に心からお見舞いを申し上げます
と共に、一日も早く元の生活に戻られますことを願わず
にはられません。

そんな中、八月九日には第47回田上団九郎まつりが開
催されました。コロナ禍で中止していたまつりが昨年単
独再開され、好評だったことから今年も引き続き開催さ
れたものです。ビアガーデンとステージイベント、伝統
の田上甚句による大盆踊り大会がメインの団九郎まつり
でしたが、奇跡的に当日は快晴に恵まれ、昨年よりはる
かに多い約6,000人程の方々が来場下さいました。
アットホームな雰囲気で大いに盛り上がり、夏の一日を
楽しんでもらうことができました。特に子供たちの楽し
そうな笑顔が印象的で、田上町ならではの、コンパクト
な町ならばこそできる事かなと思っています。町民の皆
様、事業所の皆様から今年も沢山の寄付を頂きました。
そして多くの祭り関係者の方々の深いご理解、ご協力が
あればこそと改めて感謝を申し上げます。本当にありが
とうございました。

しばらくは残暑厳しい日々が続きます。くれぐれ
もご自愛のほどお願い申し上げます。

田上町多目的交流施設 **9月** ※毎月第2火曜日は定休日です。
※イベント内容は都合により変更する場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
	1 カレーライスの日 カレーの ライス 大盛無料	2 ポイント2倍 食堂の 生ビール 100円引き	3 ラーメンの日 ラーメン 大盛無料	4 うどんの日 うどん類 大盛無料	5 ポイント2倍 食堂の 生ビール 100円引き	6 お風呂切り替わり日 本日より あじさいの湯→女性 ごまどうの湯→女性
7 生ビールの日 食堂の 生ビール 100円引き	8 蕎麦の日 蕎麦類 大盛無料	9 休館日	10 ラーメンの日 ラーメン 大盛無料	11 カレーライスの日 カレーの ライス 大盛無料	12 ポイント2倍 食堂の 生ビール 100円引き	13 お風呂切り替わり日 本日より あじさいの湯→女性 ごまどうの湯→男性
14 ハイボールの日 食堂の ハイボール 100円引き	15 敬老の日 うどんの日 うどん類 大盛無料	16 ポイント2倍 食堂の 生ビール 100円引き	17 ラーメンの日 ラーメン 大盛無料	18 蕎麦の日 蕎麦類 大盛無料	19 ポイント2倍 食堂の 生ビール 100円引き	20 お風呂切り替わり日 本日より あじさいの湯→女性 ごまどうの湯→女性
21 生ビールの日 食堂の 生ビール 100円引き	22 ハイボールの日 食堂の ハイボール 100円引き	23 秋分の日 ポイント 生ビール 100円引き	24 ラーメンの日 ラーメン 大盛無料	25 カレーライスの日 カレーの ライス 大盛無料	26 毎月26日は 風雲の日 食堂の生ビール 100円引き	27 お風呂切り替わり日 本日より あじさいの湯→女性 ごまどうの湯→男性
28 ハイボールの日 食堂の ハイボール 100円引き	29 カレーライスの日 カレーの ライス 大盛無料	30 お客様感謝デー ポイント 2倍				

M&A
まちがいさがし

絵の中に7つのまちがいが
あります。みつけられるかな？

**7つ全部見つけたら
護摩堂野菜
プレゼント!**

※締切は2025年9月末日です

あさひ道の駅
たがみ

【ショップ】9:30~17:00
【食堂】10:00~16:00
【情報発信 休憩施設棟】24時間
【電話】0256-47-0661

バンブーの後は、湯田上温泉も楽しんで

たがみバンブー2025開催! 9/13(土)-10/13(月・祝)

最新情報はこちら



今月のおもちゃ病院の診療案内

壊れて動かなくなったおもちゃを修理します。技術料は無料です。修理の際、部品代が発生する場合は事前にご相談いたします。

- ◇日 時 9月28日(日) 午後1時～3時 おもちゃ病院にいがたHP
- ◇会 場 コミュニティセンター
- ◆問い合わせ：おもちゃ病院にいがた
川口 弘昭
☎57-3389、090-5219-2816



点訳ボランティアのための点字講習会開催のご案内

目の不自由な人が情報を得るための手段の一つが点字です。点字は自宅で、スキマ時間で出来るボランティアです。点字のQ&Aや体験談、あるある話を聞くひと時を過ごしませんか？

- ◇日 時 10月5日(日)、19日(日)
午前10時30分～正午
- ◇会 場 加茂市上条コミュニティーセンター
2階会議室
- ◇持ち物 筆記用具
- ◇申込締切 9月30日(火)
- ◆問い合わせ：加茂ともしびの会 藤田 ☎53-0425

参加者募集「第16回プチフレンドリーコンサート」

どなたでも参加できる楽しいピアノのコンサートです。ご参加お待ちしております。

- ◇日 時 12月7日(日)
- ◇会 場 交流会館 多目的ホール
- ◇参加費 1人2,000円
- ◇応募締切 10月4日(土)
- ◆問い合わせ：音楽指導者の会 丸山 ☎57-4744

令和7年度 音声訳ボランティア研修会

広報などを読んで録音し、目の不自由な人に届ける音声訳ボランティア育成の研修会で、主に文章を読みます。初心者の方大歓迎です！

- ◇日 時 11月8日(土)、22日(土)
午前10時～正午
- ◇会 場 加茂市図書館 2階和室
- ◇講 師 吉倉 千恵氏(日盲社教認定音声指導員)
- ◆申込・問い合わせ：加茂ともしびの会 音声訳部
久我 ☎52-1299

司法書士無料相談週間

新潟県司法書士会では、10月1日の「法の日」にちなんで、会員各事業所において下記のとおり、無料で相談をお受けします。

- ◇期 間 10月1日(水)～7日(火)
- ◇時 間 各事務所執務時間内
- ◇会 場 県内各司法書士事務所
- ◇内 容 市民生活一般に関する法律相談(登記、訴訟、相続、成年後見、多重責務、悪徳商法等)
- ◇相談費用 無料
- ◆問い合わせ：新潟県司法書士会 ☎025-244-5121

空き家問題【電話無料相談会】

町内、近隣市町村にある管理に困っている空き家はございませんか？お気軽に相談ください。

- ◇日 時 平日(月～金曜日)午前9時～午後5時
※ご相談は電話にて承ります。
- ◆相談・問い合わせ：一般社団法人みどり福祉会
羽生田乙635番地15
(たがみ行政手続事務所内)
担当 泉、曾根 ☎64-7199

交通マナーNo.1地域を目指す一般財団法人 加茂地区交通安全協会

交通マナー 今月の重点テーマ シートベルト・チャイルドシートで 子供の安全を守りましょう。

<h3>二 川 柳</h3> <p>(敬称略、順不同)</p> <p>雨降らず蛙、蚯蚓も干乾びる 川之下 藤村 紀子</p> <p>山の荒れ川水のどろ色ふる雨に 湯川 阿部 聆子</p> <p>トンボ舞い太鼓の響き遠ざかる 本田上 ころころ</p>	<h3>二 短 歌</h3> <p>(敬称略、順不同)</p> <p>計ら然る徒然の日々思い侘ぶ 我が人生の人遣りならず 川之下 藤村 紀子</p> <p>あちこちに八月花火遠花火 やぐら太鼓の盆踊りなつかしむ 湯川 阿部 聆子</p>	<h3>二 俳 句</h3> <p>(敬称略、順不同)</p> <p>秋の声護摩堂山のそこかしこ 本田上 田辺ささのは</p> <p>焼岳へ君と行きたし雲の峰 川之下 藤村 紀子</p> <p>あぶら蟬ぬけがら少ななくも少な 湯川 阿部 聆子</p>
--	--	---



7/26~8/25届出分、敬称略

※掲載を希望しない方は、役場町民課(総合受付)までお申し出下さい。

赤ちゃん誕生

- 羽生田 田村 依千華 (凌大・友雅)
- 原ヶ崎 大関 佑和 (圭佑・玲央奈)
- 羽生田 熊倉 紬 (基起・理絵)
- 清水沢 小熊 莉緒 (翔太・明日香)

おくやみ

- 下吉田 小林 誠 (36)
- 上横場 中丸 貞敏 (67)
- 本田上 乾 登志夫 (68)
- 下横場 小柳 忠久 (83)
- 下吉田 椿 雅夫 (84)
- 山田 小嶋 政義 (93)
- 下吉田 田浦 善雄 (79)
- 羽生田 諸橋 菊市 (82)
- 上野 小泉 コノエ (95)

ハートマッチにいがた in 田上町

1対1の出会いをサポートする会員制の婚活マッチングシステム「ハートマッチにいがた」の臨時サポートセンターを開設します。

- ◇日時 9月27日(土) 午前10時30分~午後4時
- ◇会場 田上町交流会館 2階研修室
- ◇対象 次の要件を全て満たす方
 - ①結婚を希望し、自ら努力する20歳以上独身の方
 - ②県内に在住・在勤している方、または県内への居住を希望する方
 - ③インターネットやメールを使用できる方
- ◇登録料 1万1千円
 - ※町民の方に登録料の補助制度があります!
- ◇申込み ハートマッチにいがたホームページからお申込みください。
 - ※利用には事前予約が必要です。
- ◆問い合わせ:にいがた出会いサポートセンター ☎025-384-4151



こくさいがみたままつり

国際田上竹祭 たがみバンブーブー2025

- ◇会期 9月13日(土)~10月13日(月・祝)
- ◇会場 【有料会場】たがみバンブーブー竹林、椿寿荘
【無料会場】道の駅たがみ、羽生田駅前
- ◇協力施設 湯田上温泉(ホテル小柳、わか竹、末廣館、初音)、湯っ多里館
- ◇時間 ライトアップ 午後6時~8時30分
 - ※竹林入場は午後8時15分まで
 - ※道の駅会場のみ午後11時まで

屋間:バンブーブー竹林 ロープアスレチック (土日祝限定) (有料)

【時間】午前10時~午後3時

※小学生以下は保護者の同伴が必須です。

- ※料金等詳細につきましては、右記QRコードよりご確認ください。
- ◆問い合わせ:たがみバンブーブー実行委員会 田上町商工会 ☎57-2291



コンロ火災!!
あなたの注意で防げます

- ①調理中は、その場を絶対離れない
もし、その場を離れるときは必ず火を消してください。
- ②コンロやその周りはいつもきれいにしてください
油污れをそのままにしておくと、コンロの火が燃え移る危険があります。
- ③電磁調理器(IH)コンロも絶対に安全ではありません
誤った使い方や対応機器以外の調理器具を使うと火災が起こるおそれがありますのでご注意ください。



ローソク・線香による
火災にご注意ください

お彼岸の時期は、多くの方がお墓参りをするため、ローソク・お線香の残火によって墓地周辺から出火する火災が発生しています。

火の取り扱いには、十分ご注意ください。

- ・お墓の周囲に刈り取った草などがある場合は、事前に除去する
- ・残火が枯草に燃え移り、山火事となる場合があるため、ローソク・お線香を使ったあとは、完全に火を消す



問い合わせ:加茂地域消防本部 予防課 ☎52-1770

たがみの彩時記

こどもお茶会・体験教室

7月30日(水)、交流会館3階茶室でこどもお茶会・体験教室が開催されました。この教室は町の「楽茶会」の方々が主催で、子ども達にお茶を気軽に楽しんでもらいたいという思いから今回初めて開かれたそうです。

教室では、たててもらったお茶を味わったり、自分でお茶をたてる体験をしていました。「なかなか出来ない体験ができて楽しかった」、「苦いけどおいしい」との声が聞こえました。



皆さんからのご投稿記事お待ちしております。

■たがみの彩時記 投稿記事あて先/ 〒959-1503 田上町大字原ヶ崎新田3070番地 田上町役場総務課 ☎57-6222 メールアドレス t2223@town.tagami.lg.jp

健康づくりのためのワンポイントコラム



健康な体は運動と食事から!今月は食事について紹介します。教えてくれるのは新潟薬科大学応用生命科学部教授の松本 均先生です。



松本教授

きのこは低カロリーながら私たちの健康に役立つ栄養がたくさんです

【秋の味覚、きのこにはビタミンDが豊富】

暑い夏もようやく一息ついて、秋の味覚が楽しみになる季節になりました。

その中で、おすすめなのは、きのこ類です。

以前も紹介しましたが、きのこ類は、ビタミンDを多く含み、カルシウムの吸収を促進して、高齢者では「骨粗鬆症」の予防になります。お魚など、カルシウムを多く含む食品と一緒に食べるとより効果的です。

特に干しシイタケは、干されることでより、ビタミンDが増加しています。また、きくらげやマイタケもビタミンDを豊富に含んでいるのでおすすめです。さらに、きのこ類を油で炒めると、ビタミンDの吸収性が上がることがわかっています。野菜炒めにきのこを加えるなど工夫してみてください。

ビタミンD



講師:新潟薬科大学 応用生命科学部 松本教授 問 役場保健福祉課 ☎57-6112

今月の納税

◆国民健康保険税 (第3期)

※納税は便利な口座振替がおすすめです!

町の人口 (8月31日現在)

世帯数 4,222 世帯 (前月比) +7

人口 10,436 人 (前月比) -13

休日当番医のお知らせ

- ★午前9時~午後5時まで受付です。
★急患のみご利用ください。
★受診の際は、必ず電話で連絡をしてから来院ください。



Table with 3 columns: 日 に ち, 当番医院名, 電話番号. Rows for 9月 and 10月.

【編集後記】

表紙から3ページにかけてお知らせしていますが、今年は国勢調査の年です。国勢調査へのご理解とご協力をお願いします!

スマホから広報紙をご覧ください!

【マチイロで検索】



Android



iOS