＃未来へつなぐ子育て応援宣言のまち

広報

いずもざき2月号

令和7年

2025
＃.597

飴獅子、舞う！
新たな福を呼び込むために

第7弾プレミアム商品券を販売します
詳細は最終P22をご覧ください

■ topics&information:P2～
・GOOD AGING IZUMOZAKI
ほか

■ 記者は見た:P16～
・地域おこし協力隊 石坂隊員退任
・伝統行事 飴獅子 ほか

GOOD AGING IZUMOZAKI

グッドエイジングとは、自分らしく歳を重ねるということです。
出雲崎町での生き生きとした暮らしが続けられるようにお手伝いします。

保健福祉課　介護高齢係　☎0258－78－2293

出雲崎町の高齢者見守り関連サービス

【民生委員の訪問】

対象者	75 歳以上でひとり暮らしの方
内　容	地区担当の民生委員がお顔をみに訪問します。
問い合わせ	保健福祉課　福祉係　☎ 0258-78-2293

【緊急通報装置】

対象者	65 歳以上でひとり暮らしの方 65 歳以上の方のみで暮らしている世帯
内　容	自宅の電話機に装置をつないで見守りします。 ・自宅内に設置したセンサーが異常を感知した際に、状況に応じてご家族や協力員への連絡、救急車の出動要請をします。 ・月１回コールセンターからご自宅へ電話し、健康状態等を確認します。
申込み	保健福祉課　介護高齢係　☎ 0258-78-2293

【救急医療情報キット】

対象者	65 歳以上の方
内　容	救急搬送時に必要な情報をひとまとめにして、冷蔵庫で保管します。 世帯に１本配布しています。
申込み	保健福祉課　介護高齢係　☎ 0258-78-2293

【配食サービス】

〇ふれあい給食（火曜日）

対象者	75 歳以上でひとり暮らしの方 75 歳以上の方のみで暮らしている世帯
内　容	毎週火曜日のお弁当配達の際に、お顔をみて手渡しします。 １食　300 円
申込み	出雲崎町社会福祉協議会　☎ 0258-41-7133

〇高齢者お弁当配達（木曜日）

対象者	65 歳以上で食事の用意にお困りの方
内　容	木曜日のお弁当配達の際に、お顔をみて手渡しします。 １食　300 円
申込み	保健福祉課　保険健康係　☎ 0258-78-2293

２月は新潟県高齢者見守り強化月間です

新潟県高齢者見守り強化月間は、地域全体で高齢者を見守ろうという県独自の取り組みです。

普段から行っているあいさつやさりげない手助けなど、地域の付き合いのなかでなんとなく気になることが「気づき」です。

小さな気づきのうちに対応することで、大きな困りごとになるのを防ぐことができます。皆さんの「気づき」をお寄せください。

※新潟県高齢者見守り強化月間リーフレットより

皆さんの「気づき」をお寄せください。

・出雲崎町保健福祉課
☎0258-78-2293

・出雲崎町地域包括支援センター
☎0258-41-7211

・出雲崎町社会福祉協議会
☎0258-41-7133

・各地区の民生委員

「子は宝」多世代交流館

きらり

～みんな寄らんば
みんなのきらり～

〒949－4342　町内大字米田395番地
☎0258-86-5580　FAX0258-86-6466
開館時間　平日　8:30～17:15
休日10:00～15:30

きらり公式
ウェブサイトにも
遊びに来てね☆

今月の予定

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
2月9日	10 よらん場 10:00～12:00	11	12	13 よらん場 10:00～12:00	14 みんなの保健室	15
16	17 ちょいトレ教室 10:00～11:30	18 いるか教室	19	20 ベビーマッサージ 10:00～11:00	21 よらん場 10:00～12:00	22
23	24	25 よらん場 10:00～12:00	26 おとな園 10:00～11:30	27	28 乳幼児健診 PM	3月1日
2	3 ヨガ・ストレッチ 10:00～11:30	4 よらん場 10:00～12:00	5	6 ♪きらり♪ フリーマーケット	7	8

きらり公式SNS‼
みんなチェックしてね♪

Facebook　Instagram　X (旧Twitter)　YouTube　LINE

きらりのおひさまルームは定期的に模様替えを行っております♪
遊具を変えたり、設置場所を交換したりと、少しずつ変化を加えつつ、成長に合わせて楽しんでいただいております♪

きらり写真館

ママとおひさまルームでいないいないばぁを楽しむ男の子。
トンネルの向こうにママの顔が見えると、嬉しそうに隠れては覗いて、満面の笑顔を何度も繰り返していました♪それを見てママもにっこり(*^^*)

☆みなさまのお越しをお待ちしております☆

児童手当支給日のお知らせ

問　保健福祉課　こども未来室（☎0258-86-5580）

児童手当２月期分（12月分・１月分）の支給日は、令和７年２月10日㈪です。

なお、令和６年10月の制度改正に伴い、令和６年12月期分から「児童手当支払通知書」の送付は廃止となりました。支給金額は、通帳の記帳などによりご確認ください。

支給額

児童の年齢	児童１人あたりの手当額	
	第１子・第２子	第３子以降
３歳未満	15,000円	30,000円
３歳から高校生年代	10,000円	30,000円

※第１子・第２子・第３子以降の数え方については、保護者に経済的負担のある大学生年代（22歳到達後、最初の年度末）までの子を含めて数えます。

スマートフォン講習会を開催します

問　総務課　地域政策室（☎0258-78-2290）

町では、スマートフォンの基礎を学び、インターネットなどに挑戦したい方へ向けてスマートフォン講習会を開催します。ぜひご参加ください。

開催概要

下記の講習内容で開催します。各コース少人数制で、スマートフォンのさまざまな使用方法などを学びます（町内在住の方限定）。

※１つの講習からも参加可能です

開催日時

・２月18日㈫　13:40～17:00
・２月19日㈬　 9:00～12:20

申込方法

・総務課 地域政策室までお申し込みください。

定員

・先着８名

受講料

・無料

持ち物

・筆記用具、ご自身のスマートフォン（所有していない場合は貸し出します）

会場

・出雲崎町中央公民館　視聴覚室

日程、内容

・以下の表のとおりです。

日程	対象者	講習内容
２月18日㈫	スマホ保有者向け	・インターネットを使ってみよう
		・新しくアプリをインストールしてみよう
		・デジタルリテラシーを身につけて安心、安全にインターネットを楽しもう
２月19日㈬		・地図アプリを使おう
		・メッセージアプリを使おう（LINE）
		・マイナポータルを活用しよう

令和7年度の新潟県交通災害共済の加入申込について

問 総務課 財政係（☎0258-78-2290）

加入申込書の配布方法及び加入手続きの変更について

令和７年度の会員募集から、全ての世帯に対して、加入申込書が郵送による配布方法へ変更となります。これまでのような行政区長を通じた配布方法ではなくなります。

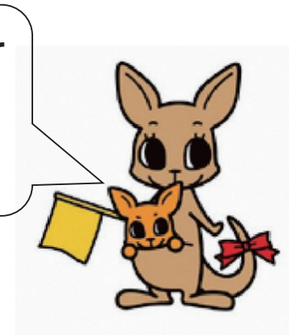
変更前	変更後
行政区長が各世帯に配布	出雲崎町役場が直接各世帯に郵送

なお、加入手続きにつきましても、以下のとおり変更となります。

■個人で申し込む

加入を希望されるご自身が金融機関（ゆうちょ銀行を除く）窓口へ加入申込書と会費を持参し、会員証を受け取る。

変更前	変更後
・行政区長が各世帯の加入申込書と会費を取りまとめ ・行政区長が取りまとめた加入申込書と会費を金融機関へ持ち込み、会費を納入。納入後に返却される会員証を会員世帯に配布。	・加入申込希望者が加入申込書と会費を直接金融機関へ持ち込み、会費を納入。会員証を受け取る。



加入申込書の発送時期

加入申込書は、令和７年２月上旬に発送します。

新潟県交通災害共済はこんな制度

「交通事故」によりケガをされた会員に対し、見舞金を支給する県内全市町村で行う県民相互救済の制度です。

年会費	ひとり年額 500 円です。 途中加入の場合も同額です。
見舞金	３万円（実治療７日）～ 150 万円（死亡）

■事前申込期間

・令和７年２月３日(月)～令和７年３月31日(月)

■共済期間

・令和７年４月１日(火)～令和８年３月31日(火)

てまりの会会員の皆さまへのお知らせ

～良寛生誕の地 出雲崎町～
芸術･文化交流の場
良寛記念館応援倶楽部
てまりの会

お知らせ てまりの会会員の皆様へ

会員特典共通商品券の使用期限は
令和7年2月28日です

商品券は良寛記念館・天領の里・心月輪でご利用いただけます

お問合せ先 良寛記念館てまりの会事務局 TEL0258-78-2370

税務署から確定申告のお知らせについて

書かない 確定申告
マイナンバーカードでe-Tax

すでに約70%の方がe-Taxで申告しています!!

- 確定申告には、ご自身のスマホ・パソコンから国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用するe－Taxが便利です。
  確定申告会場に出向かずにご自宅から確定申告ができますので、ぜひe－Taxをご利用ください。
- また、マイナポータルと e－Tax を連携（マイナポータル連携）すると、確定申告書の該当項目が自動入力されるため、医療費通知情報や寄附金受領証明書などを１件ずつ入力する必要がなく、書類の提出保存も不要となり便利です。
- さらに、給与所得や公的年金等の源泉徴収票なども自動入力の対象になります。
  なお、マイナポータル連携をご利用になるには事前準備が必要となりますので、お早めの準備をお願いします。
  この機会にぜひマイナポータル連携を使った e－Tax をご利用ください。

確定申告書等作成コーナーなら
金額等を入力するだけで
自動計算で申告書が完成！
作成コーナーの詳細はこちら

マイナポータル連携で
控除証明書等のデータが
自動入力できる！
※ご利用には事前準備が必要です
マイナポータル連携の詳細はこちら

申告に困ったときは

▶ 動画で見る確定申告
確定申告書等作成コーナーの操作方法などを動画でご案内

▶ チャットボット「ふたば」
ご質問したいことをメニューから選択するか、入力いただくと「税務職員ふたば」(AI)が回答

≪e－Tax・作成コーナーの操作などに関するお問合せ≫
「e－Tax・作成コーナーヘルプデスク」（℡0570-01-5901）
【受付】月曜日～金曜日（休祝日等及び12月29日～１月３日は除きます。）

➢ 所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場の開設について

○相談期間	２月 17 日（月）～３月 17 日（月）（土・日曜日、祝日を除く）
○受付時間	午前８時 30 分～午後４時（相談時間は午前９時から）
○会　　場	長岡税務署　３階会議室（長岡市千歳１丁目３番 88 号　長岡地方合同庁舎） ※　**確定申告会場の入場には、次の方法により発行される入場整理券が必要です。** ①　国税庁LINE公式アカウントを通じたオンラインでの事前発行 ②　会場で当日配付（配付状況により、相談受付を終了する場合がありますので、オンラインでの入場整理券の事前発行をお勧めします。） ※　確定申告会場では、マイナンバーカード方式によるスマホ申告を基本とした相談体制としております。マイナンバーカードと併せて２種類のパスワード（①署名用電子証明書用 英数字６～16文字、②利用者証明用電子証明書用 数字４桁）が分かるようにしてお越しください。

国税庁LINE
公式アカウント

町県民税の申告

問 町民課 税務係（☎0258-78-2292）

令和７年１月１日現在、出雲崎町に住所がある方は原則町民税・県民税の申告が必要です。

ただし、次の方については申告が不要です。

申告が不要な方

・所得税の確定申告をする方
・無収入の方のうち、配偶者控除や扶養控除の対象となっている方
・令和６年中の収入が給与のみで、年末調整を受けた方
・令和６年中の収入が公的年金のみで、扶養親族等申告書の提出をした方

申告会場

会場
・役場町民課税務係窓口

申告受付期間
・２月 17 日(月)～３月 17 日(月)　※土日・祝日除く

休日受付日
・３月２日(日)

町での申告受付は予約制です

予約受付時間　午前９時 00 分～午後４時 00 分まで（平日のみ）

予約方法
町民課税務係（☎ 0258-78-2292）に電話で予約してください。予約の際は、ご希望の期日と予約時間をお伝えください。※先着順ですので希望日時に添えない場合もあります。

申告予約時間

【午前の部】 8 時 40 分、9 時 30 分、10 時 20 分、11 時 10 分
【午後の部】 1 時 00 分、1 時 50 分、2 時 40 分、3 時 30 分

予約の確定
電話予約の際に、予約決定日時をお伝えします。
※予約された日時に来庁できない場合は、再度予約が必要となります。
※完成した申告書を提出するだけの場合は、予約は必要ありません。窓口でお預かりし、長岡税務署へ送付します。

町で受付のできない申告
次の申告は、長岡税務署での受付となります。町では受付できませんのでご注意ください。

・青色申告の方	・住宅借入金控除を初めて受ける方	・譲渡所得がある方
・繰越損失がある方	・雑損控除、雑損繰越がある方	・退職所得がある方
・昨年度以前の確定申告	・亡くなった人の確定申告	

■利用者識別番号をご確認ください
町の窓口で所得税の確定申告をする場合、確定申告書を税務署へ電子送信するため、【利用者識別番号】という16桁の番号が必要になります。なお【利用者識別番号】をお持ちでない方が窓口で申告をされる場合には、職員がその場で取得のお手伝いをさせていただきます。

● 申告に必要な書類

申告者全員		・申告者名義の口座番号がわかる書類 ・申告書、または申告のお知らせハガキ（送られてきた方のみ） ・マイナンバーおよび本人確認ができる書類
所得に関するもの	給与所得 雑所得（公的年金）	源泉徴収票
	営業所得、 農業所得、 不動産所得	収入金額と必要経費がわかる書類 ・収支内訳書　・帳簿、領収書など ・（農業所得のみ）農協の申告支援システムにより作成された資料
控除に関するもの	医療費控除	医療費の明細書・医療費通知 おむつ使用証明書※1など
	社会保険料控除	支払額がわかる書類
	生命保険料控除	控除証明書
	地震保険料控除	控除証明書
	障害者控除	障害の等級がわかる書類（障害者手帳、障害者控除対象者認定書※2など）

※1おむつ使用証明書
おむつ代が医療費控除の対象として認められるためには、医師が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。なお、２年目以降は、要介護認定を受けている場合のみ町が交付した「おむつ使用確認書」で控除を受けることができます。

※2障害者控除対象者認定書
要介護認定を受けている65歳以上の方のうち、身体や生活状況が障害者に準ずると認められる方については、障害者控除の対象になる場合があります。町で発行する「障害者控除対象者認定書」の提示が必要です。

【お問い合わせ】
町県民税に関すること
・町民課 税務係（☎0258-78-2292）
おむつ使用確認書、
障害者控除対象者認定書に関すること
・保健福祉課 介護高齢係
（☎0258-78-2293）

新潟県弁護士会による無料法律相談会を開催します

問 町民課 町民係（☎0258-78-2294）

新潟県弁護士会所属の弁護士が相談をお受けします。出雲崎町にお住まいの方はどなたでもご利用いただけますので、お気軽にご相談ください。

なお、相談は事前予約制となります。（秘密厳守）

日時
・２月27日㈭　午後１時30分～午後４時30分
（１人30分）

会場
・中央公民館　視聴覚室

費用
・無料

申込
・事前申込みが必要です。相談を希望される方は、２月25日㈫までに町民係までお申し込みください。
※当日の申し込みは受け付けられませんので、あらかじめご了承ください。

申込先
・役場 町民課 町民係（☎0258-78-2294）

相談内容
・家庭に関するもの（離婚、財産分与、認知、養育費、相続など）
・不動産に関するもの（借地、借家、不動産売買、隣家とのトラブルなど）
・損害賠償に関するもの（交通事故、医療事故、労働災害、慰謝料など）
・金銭に関するもの（賃金、売買代金、サラ金、クレジットカードなど）

町営住宅の入居者を募集しています

詳細はこちらから

問 建設課 管理係（☎0258-78-2296）

町営住宅の入居者を募集します。

住宅名
- ひまわりハウス（大字大門241番地1）
- 町家暮らし住宅（大字尼瀬370番地2）

募集戸数
- ひまわりハウス　３室（203、204 、302号室）
- 町家暮らし住宅　1戸

構造

〇ひまわりハウス　木造3階建　集合住宅
- 駐車場各部屋2台　消雪パイプ有り
- エレベーター完備

〇町家暮らし住宅　木造2階建　戸建住宅
- 100mほど離れた場所に駐車場２台分有り

家賃
- ひまわりハウス　44,000円～45,000円/月（駐車場代込）
- 町家暮らし住宅　30,000円/月（駐車場代込）

※どちらの住宅も家賃減免制度があります。

敷金
- 家賃2か月分

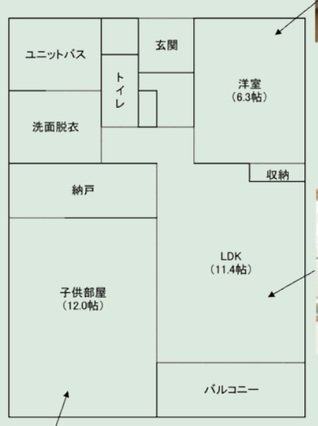
入居資格

①申込者を含む２人以上の同居親族の入居が必要です。
②申込者及び同居親族が暴力団員でないこと。
③税金及び諸料金に滞納がないこと。

その他
- ひまわりハウスは入居の年齢条件等があります。
  応募前の内見も可能です。
  詳しくはお問い合わせください。

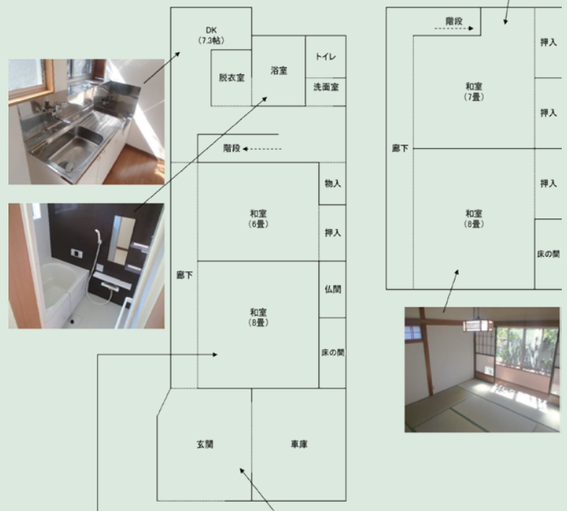
ひまわりハウス

ひまわりハウス



町家暮らし住宅

町家暮らし住宅



会計年度任用職員の募集

問 総務課 庶務防災係（☎0258-78-2290）

職種	必要な資格など	勤務場所	人数	報酬額（予定）	勤務時間	業務内容
事務補助	・パソコン操作ができる方(ワード、エクセル等) ・普通自動車運転免許	役場（農業委員会）	１名	月額 165,741円	・週5日 ・9時00分～17時00分 8.0時間（うち休憩1.0時間） ・休日：土、日、祝日、年末年始（イベント従事により休日出勤あり）	○各農地管理システムへのデータ入力、窓口対応等の事務補助
事務補助（登記事務）	・嘱託登記事務の経験 ・普通自動車運転免許	役場（建設課）	１名	月額 191,574円	・週5日 ・9時00分～17時00分 8.0時間（うち休憩1.0時間） ・休日：土、日、祝日、年末年始	○不動産の登記申請書類（所有権移転、分筆、地籍更正、権利設定解除）の作成及び申請作業
事務補助	・パソコン操作ができる方(ワード、エクセル等) ・普通自動車運転免許	多世代交流館きらり	１名	月額 142,064円	・週5日 ・9時00分～16時00分 7.0時間（うち休憩1.0時間） ・休日：土、日、祝日、年末年始（イベント従事により休日出勤あり）	○保育・母子保健業務及び施設管理業務の事務補助
保育士	・保育士資格（必須） ・子どもや保護者の相談業務に1年以上従事した経験 ・パソコン操作ができる方(ワード、エクセル等) ・普通自動車運転免許	多世代交流館きらり	１名	月額 197,806円	・週5日 ・8時30分～17時00分 8.5時間（うち休憩1.0時間） ・休日：土、日、祝日、年末年始（イベント従事により休日出勤あり）	○子育て親子の交流の場の提供と促進 ○子育て等に関する相談、援助 ○地域の子育て関連情報のSNSでの発信 等
施設管理員	・特になし	多世代交流館きらり	１名	時間額 1,127円	・週1～2日 ・8時45分～16時15分 7.5時間（うち休憩1.0時間） ・休日：平日、年末年始	○多世代交流館きらりの来館者対応（児童の見守り等）、受付・電話対応、清掃業務

任用期間
令和７年４月１日
～令和８年３月31日

受付期限：２月26日㈬　選考方法：書類審査及び面接により決定します。
※申込の状況等により、受付期限を早める可能性があります。
※詳細は町公式ウェブサイトまたはハローワーク求人情報をご覧ください。

女性のための電話と面接相談会

問 女のスペース・ながおか（☎0258-38-0456）　保健福祉課 福祉係（☎0258-78-2293）

ひとりで悩まないで

夫婦のこと、家族のこと、ひとりで悩んでいませんか？　女性を取り巻く相談にはどんな小さなことでも専門の相談員があなたと一緒に解決への道を考えます。まずはお電話ください。

●電話相談

相談電話番号
- ☎0258-38-0456（平日：10:00～16:00）

※水曜日のみ19:30まで延長

●面接相談（要予約）

相談日時
- ２月12日㈬　13:30～16:30
- ３月12日㈬　13:30～16:30

相談会場
- 中央公民館茶室

相談員
- NPO法人 女のスペース・ながおか

その他
- 費用は無料です。秘密は固く守られます。

マイナンバーカード・電子証明書の更新時期をご確認ください

問 町民課 町民係（☎0258-78-2294）

マイナンバーカードの有効期限は発行から10回目の誕生日までです（18歳未満で申請した場合は５回目の誕生日まで）。また、搭載されている電子証明書は５回目の誕生日までに更新が必要です。電子証明書が失効しているとマイナ保険証やコンビニ交付などのサービスを受けることができなくなります。

いずれの場合も国から有効期限通知書が届きます。有効期限の３カ月前から更新手続きができますので、役場町民課までお越しください。

○マイナンバーカードの更新

■窓口で申請する場合

【必要なもの】

・マイナンバーカード

・本人確認書類（運転免許証、資格確認書（健康保険証）など）１点

※マイナンバーカードを紛失された場合は、追加の本人確認書類および手数料が必要です。また、自宅外などでの紛失や盗難の際は、警察に遺失届・盗難届を出し、受理番号を控えてきてください。詳しくは担当係にお問い合わせください。

【交付方法】

・申請時に現在のマイナンバーカードを返納した場合は、約１カ月後に簡易書留等で自宅に郵送されます。

※マイナ保険証などで使う予定があり、交付時にマイナンバーカードを返納する場合は、窓口での交付となります。

■スマートフォン・郵送で申請する場合

・有効期限通知書に同封されている交付申請書の二次元コードを読み取ることで、スマートフォンから申請できます。または、顔写真を貼って郵送で申請することもできます。交付申請書がない場合は、担当係にお問い合わせください。

・約１カ月後、交付通知書が自宅に届きましたら、役場窓口までお越しください。

○電子証明書の更新

【必要なもの】

・マイナンバーカード

・①署名用電子証明書の暗証番号（英数字６桁以上）

・②利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字４桁）

・③住民基本台帳用の暗証番号（数字４桁）

※暗証番号を忘れた場合、再設定のためにマイナンバーカード以外の本人確認書類が必要になる場合があります。

申請時や交付時に設定した
暗証番号の控えがあると
スムーズに手続きができます。

国民年金保険料納付は口座振替が便利です

問 町民課 町民係（☎0258-78-2294）
長岡年金事務所（☎0258-88-0006）

国民年金保険料を口座振替で納付すれば、金融機関などに行く手間が省け、納め忘れも防止できます。

希望する方は、金融機関の届出印、通帳、基礎年金番号がわかるもの（基礎年金番号通知書など）をお持ちの上、町民課窓口、年金事務所または金融機関でお申し込みください。

また、電子申請に対応している金融機関であれば、スマートフォンのマイナポータルアプリからいつでも申請することができます。

※**４月から前納を希望する場合は２月末まで**にお申込みください。

振替方法　①～⑥の中から選べます。

月払い	①翌月末振替	毎月末日に、前月分の保険料が引き落とされます。
	②当月末振替（早　割）	毎月末日に、当月分の保険料が引き落とされます。 １カ月あたり、60 円の割引となります。※
前　納	③６カ月前納	４月末に４月から９月分、10 月末に 10 月から翌年３月分の保険料が引き落とされます。 ６カ月間で、1,160 円の割引となります。※
	④１年前納	４月末に４月から翌年３月分の保険料が引き落とされます。 １年間で、4,270 円の割引となります。※
	⑤２年前納 ⑥２年前納（４月開始）	４月末に４月から翌々年３月分の保険料が引き落とされます。４月開始を選択すると、初回振替時から当年度の３月分までは翌月末振替（割引なし）になります。 ２年間で、16,590 円の割引となります。※

※②～⑥の割引額は、令和６年度割引額です。令和７年度割引額については、２月下旬に決定します。

新潟県の最低賃金が改正されました！

問 新潟労働局賃金室（☎025-288-3504）

パートや学生アルバイトにも適用されます。必ずチェックしましょう！

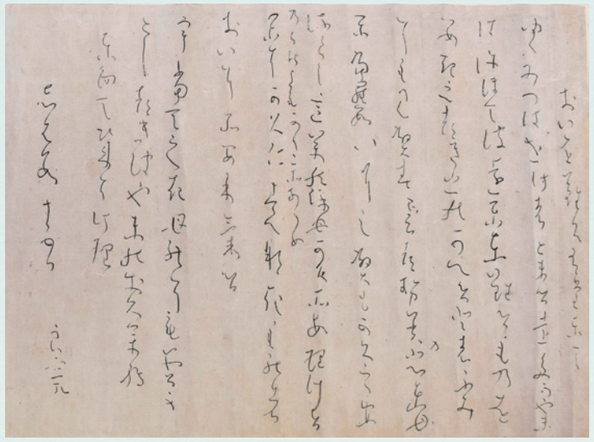
新潟県における最低賃金		時間額	効力発生日
新潟県最低賃金 ※県内で働くすべての労働者に適用されます！		985 円	令和６年 10 月 １ 日
特定（産業別）最低賃金	電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業最低賃金	1,005 円	令和５年 12 月 27 日
	自動車（新車）、自動車部分品・附属品小売業最低賃金	1,015 円	令和６年 12 月８日
	各種商品小売業最低賃金 （衣食住にわたる商品を小売する百貨店や総合スーパー等）	985 円	令和６年 10 月１日

※最低賃金に関するお問い合わせは新潟労働局賃金室（☎025-288-3504）または最寄りの労働基準監督署まで

良寛をたどる。

良寛遺墨長歌「老いを嘆くうたとて」（前半）

このコーナーでは、良寛記念館に所蔵されている良寛に関する作品をご紹介します。



原文

おいを難（脱字）久有
堂東て　由くみつは世け者と
末留を多可や末
は許ほてはを閑東難
留も乃を
安起之都き悲能可へ
留堂者ふみ
耳毛見弊春憂都勢美
乃悲東母
閑弊羅数い耳し弊も
可久之安
流らし意萬能餘母可
く所あ理ける

読み下し文

老いを嘆く歌とて
行く水は　堰けば止まるを　高山は　こぼてばおかとなるものを　秋の月日の返るとは　文にも見えず　空蝉の　人も帰らず　古もかくしあるらし　今の世もかくぞありける

意訳

「老いを嘆く歌と題す」

流れる水は、堰を設ければ流れを止めることが出来る。高い山は、崩せば小さな岡にすることが出来る。これらは大変苦労を伴うが、人の力で可能である。しかし、その書物にも寒い師走の月日が、心地よい秋の月日に戻ったことがある、と書かれているものは一冊もない。時の流れは、水の流れと違い、堰き止めることができないのである。そして、二つには「いのち」がある。いのちは、この世に生まれ出たならば必ず老いて病み、そして、いずれ死が訪れるのである。これには例外はなく、これまで亡くなった人が生き返ったと言う話を聞いたことは無い。これまで積み重ねた山（年齢）は、高山を崩して小さい岡にするように、歳を崩して小さい子どもに若返るということはできないのである。それらの事は、昔からそうであるように、今も変わらないのである。

解説

昨年、現長岡市七日市大庄屋であった山田英教氏よりご寄贈いただいた山田家家宝の巻子に収められている作品の一つ。良寛が四十代の時に山田家で書いたものである。良寛には珍しく、表題が付けられている作品である。良寛は自ら「歌人ではない」と言い、一般的に歌人が作品に表題をつけることに対し、あまり表題を付けなかった。良寛が表題を付ける場合は、その内容が生涯、自分の戒めになる事や訓ねられた問いへの答えとして書いた作品に多いようである。当作品も『老いを嘆く歌』と表題を付けていることから、親しかった山田家第五代当主山田権左衛門から「老い」ということについて問われたのだろう。それに応えたのが、当作品である。

先ず、良寛は「老い」ということを考えるにあたり、人の力で「出来る事」と「出来ない事」を、例を挙げて説明している。良寛は、人の力で出来る事として「水の流れを変える事」と「山を崩して岡にする事」の二つに相対して、人の力で出来ない事に「時の流れ」と「いのちの営み」を挙げている。そして、結論に「古もかくしあるらし　今の世もかくぞありける」と、昔も今も老いを嘆く人は大勢いたこと。また、その老いを嘆いた人の中で、老いを止めて若返ったという人がいたという話を聞いたことが無いこと。更に、そのようなことは書物にも書かれていないと説明している。

ここまでの説明で良寛は、この「問い」は権左衛門の個人的な問いとして出されたことであるが、この問いは自分自身の問いでもあり、また人間としての根本的な深い問いであることを、この作品を目にした全ての人に伝えているのである。（来月号後半に続く）

良寛記念館長

◎ 2月よりお休みをいただきます

2023年12月に出雲崎町6人目の地域おこし協力隊として着任し、早くも2年目に突入しています。（1年間の取り組みについては先月の広報に掲載されていますのでぜひご覧ください！）着任当初、出雲崎町には私を含め3人の協力隊がいましたが、この1年間で小畑さんが3年の任期を終えて退任し、石坂さんも1月末で退任しました。

私も、このたび第2子出産に伴う産育休をいただくことになりました。2月からお休みをいただき、産後の体調次第ですが夏頃の復帰を予定しております。

ちょうど時期的にこのお休みが地域おこし協力隊1年目の区切りとなります。復帰後はまた新たな気持ちで「まちのよろず屋になる」ために活動してまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

お休み中も出雲崎町にはおります。一度初心に戻って、仕事をしているとどうしても後回しになりがちな1人の出雲崎町民としての暮らしを楽しみたいと思います！

きたたに　みほ
北谷 美穂 隊員

Instagram
@MIHOK_IZM

Instagram
(子どもと出雲崎)
@KODOMO_IZUMOZAKI

ふるさと納税レポート

第2回事業者懇談会が開催されました

1月29日㈬に第2回ふるさと納税事業者懇談会が開催されました。

過去最高の寄附額となった12月までの現状を報告し、その背景で取り組んできたこと、今後の取り組みについて町総務課と三ツ目林式会社からの説明がありました。また、寄附額・件数増加に伴って見えてきた課題について、今後お互いが無理なく続けていける方法を提案し、後半には出雲崎の魅力を再認識するワークショップも行われました。

町内から9つの事業者の方にご参加いただいたほか、町プロジェクトチームのメンバーも参加し、みんなで今後のふるさと納税について考える機会となりました。

ふるさと納税は出雲崎の良さを全国にPRし、町を元気にするためのひとつのツールです。今後も、『100年後も元気に続いているまち』の実現のため、みんなでふるさと納税に取り組んでいきましょう！

地域おこし協力隊　北谷

▼飴獅子の力強く舞う様子に圧倒されました

妻入りの街並みに福を招く
伝統行事　飴獅子

1月11日㈯に海岸地区で、町の伝統行事の「飴獅子」が行われました。迫力のある獅子の姿をカメラに収めようとたくさんの写真家が集う中、尼瀬から羽黒町の妻入りの街並みを太鼓や笛、ほら貝の音色に合わせ勇ましく舞いました。各家庭を回り、家内安全、無病息災を祈願しました。

▼エールが送られ、受験生を勇気づけました

受験に向けて心をひとつに
高校受験　合格祈願記念品贈呈式

1月10日㈮に出雲崎中学校で、民生児童委員協議会による合格祈願記念品贈呈式が行われました。民生児童委員から受験本番へ向けてのエールとともに、安田瓦で作成された「すべらないお守り」と応援色紙が中学3年生に手渡されました。

▼本番の火事を想定し、放水を行う様子

出雲崎の文化財を守るため
町教育委員会　文化財防火訓練

1月24日㈮の「文化財防火デー」にあわせ、文化財防火訓練が行われました。今回の出火場所は良寛記念館を想定し、訓練を行いました。訓練開始とともに良寛記念館職員は消防への通報や町指定文化財の持ちだしを行った後、文化財調査審議会委員と一緒に水消火器で初期消火にあたりました。その後、消防関係者による放水が行われました。

▼園児が地域の方に折り紙の折り方を教えてもらっている様子

一緒にあそびを楽しもう
出雲崎こども園　伝承あそび交流会

1月14日㈫に出雲崎こども園で、伝承あそび交流会が行われました。園児だけでなく、保護者や祖父母を中心とした地域の方も参加し、園児と一緒に駒や折り紙など昔ながらのあそびを楽しんでいました。また、会の最後には、地域の方からあやとりを使ったマジックが披露され、園児たちは目が釘付けになっていました。

▼これまでの具体的な活動や今後の目標などを話していました

協力隊の活動を終えて
地域おこし協力隊　石坂隊員退任

12月27日㈮に地域おこし協力隊の石坂優(ゆう)隊員が退任のあいさつに訪れました。4年半、地域おこし協力隊として活動してきた石坂隊員は、「蔵と書をオープンし、出雲崎町の関係人口を増加させるとができた。これまで出雲崎で学んできたことを次の場所でも活かしていきたい。」と力強く語っていました。

▼全国大会に出場した中村さん(左)と押味さん(右)

全国大会での活躍を誓い
中村さん　押味さん　全国大会出場

12月25日㈬に中村皇世(おうせ)さんと押味蒼大(そうた)さんが来庁しました。2人は、柏崎・刈羽・出雲崎の小学6年生で結成された野球の選抜チーム「柏崎STARS」に選ばれ、県予選を勝ち上がり、全国大会の切符を手にしました。
1月11日㈯～13日㈪まで千葉県で開催された全国大会に出場し、日頃の練習の成果を発揮しました。

▼皆さんが安心して過ごせるよう、これからも地域を守ります

新たな決意！地域を守るため
出雲崎町消防団　出初式

1月5日㈰にふれあいの里で、出雲崎町消防団の出初式が行われました。式では、人員、姿勢、服装の点検が行われたほか、比金消防団長から年頭の訓示がありました。また、長年消防団として勤務した方へ表彰の伝達があり、南波第4副分団長が代表受領しました。

▼町長から本間さんへ賞状が手渡されました

歯科指導の功績を讃えて
本間さん　学校保健表彰

12月27日㈮に町長室で、学校保健表彰状が本間哲雄(てつお)さんに贈られました。本間さんは、学校歯科医として昭和63年から長年にわたり、学校歯科保健活動の普及と向上に多大な功績を残されました。本間さんは「皆さんのおかげもあり、学校保健表彰をいただくことができた。感謝したい。」と話していました。

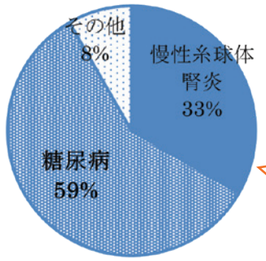
保健師、管理栄養士の 健やかに 幸せに だより

大切な腎臓はあなたが守る

出雲崎町は、慢性腎臓病(CKD)による人工透析患者数の割合が県内ワースト１です。透析治療は一度始まると一生続いていくもので、その後の生活に大きく影響します。町民の皆さんが健康でより良い生活ができるよう、町ではCKD対策の取組みを推進しています。

慢性腎臓病（CKD）とは？

尿の異常や腎障害の存在が明らかで、腎機能60%以下の状態が３ヶ月以上続いている状態のことです。自覚症状はほとんどありませんが、進行すると腎不全となり、人工透析が必要となる場合があるほか、脳卒中や心筋梗塞での死亡リスクも高まります。



町新規透析患者の原因疾患
（過去10年間：平成26年度～令和５年度）

○原因疾患で最も多いのは、糖尿病の合併症である「糖尿病性腎症」です。
○新規透析患者の90%以上が男性で、過去に治療中断のあった方が多くみられます。

CKD予防のポイント

高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防することが、CKDの予防にもつながります。できることから取組みましょう。

減塩 塩分のとりすぎは高血圧を引き起こします。高血圧はCKDの原因にもなります。できることから減塩に取組みましょう。

水分摂取 体が脱水の状態になると、腎臓に負担がかかります。こまめに水分をとるよう心がけましょう。

禁煙 タバコは血管を傷めます。細かい血管がたくさん流れている腎臓にとっては大きなダメージとなるので、まずは禁煙を！

バランスの良い食事 １日３回、主食・主菜・副菜のそろった食事を心がけましょう。食べ過ぎによる肥満を防ぐため、よく噛んで食べることも大切です。

適度な運動 １日10分でも、続けられる運動を取り入れましょう。家の中でテレビを観ながら、音楽を聞きながらできる「ながら運動」もあります。

３月９日㈰にCKD対策講演会を開催します（詳細は左ページ）。ぜひお申し込みください。

お知らせ

- ●急患診療
- ●医療電話相談
- ●慢性腎臓病（CKD）対策講演会

3/9㈰

慢性腎臓病（CKD）対策講演会

◇会場　中央公民館　講堂
◇時間　10：00～11：30
◇演題　知っていますか　糖尿病とCKDの甘い関係
◇講師　髙木内科クリニック
　　院長　髙木正人先生
◇申込　下記までお申し込みください。
　　申込締切　3月6日㈭

こちらからも申込できます

【お申込み・お問い合わせ】
・役場保健福祉課　保険健康係（☎0258-78-2293）

急患診療のご案内

◇内科・小児科・外科・歯科
【長岡市幸町２－１－１　さいわいプラザ内】

	診療科目	受付時間
休日・夜間急患診療所（☎0258-37-1199）	内　科	月～金曜（祝日除く）18:45～21:30
		日曜・祝日 9:00～11:30 13:00～16:30
	小児科 外　科	日曜・祝日 9:00～11:30 13:00～16:30
休日急患歯科診療所（☎0258-33-9644）	歯　科	日曜・祝日 9:00～11:30 13:00～15:30
中越こども急患センター（☎0258-86-5099）	小児科	月～土曜（祝日除く）18:45～21:30

■産婦人科は在宅当番制（日曜・祝日のみ）となりますので、詳細は休日・夜間急患診療所（☎ 0258-37-1199）までお問い合わせください。

◇二次病院の休日診療　（２月 10 日～３月９日）

	8:30～翌日8:30	お問い合わせ
２月24日㈪ ３月２日㈰	立川綜合病院	0258-33-3111
２月16日㈰ ３月９日㈰	長岡赤十字病院	0258-28-3600
２月11日㈫ ２月23日㈰	長岡中央綜合病院	0258-35-3700

※「二次病院」は一般の医院・診療所では対応できないような比較的症状の重い救急の患者さんが対象です。

夜間に救急車を呼ぶ？ 病院に行く？ 迷ったときは・・・

15歳未満のお子さん

小児救急医療電話相談

#8000

ダイヤル回線・IP電話・PHSからは 025-288-2525

相談時間　毎日（18時～翌朝８時）
相談内容　お子さんの急な発熱、けがなどに関する相談

【お問い合わせ】
新潟県福祉保健部地域医療政策課
（☎025－256－8924）

大人（概ね15歳以上の方）

救急医療電話相談

#7119

ダイヤル回線・IP電話・PHSからは 025-284-7119

相談時間　毎日（18時～翌朝８時）
相談内容　発熱、頭痛、腹痛、吐き気など急な病気やケガなどに関する相談

経験豊富な看護師などが医療機関の受診の必要性や、対処法などについて助言します。

※この電話相談は、診療行為ではなく、電話での助言により相談者の判断の参考としていただくものです。

建設リサイクルについて

建設事業に携わる者は、建設リサイクル法に基づき、再生資材化が容易な特定建設資材（コンクリート塊やアスファルト塊、木材など）の「分別解体」と「リサイクル」を積極的に推進することとなっております。

公共工事に限らず、一般家屋の解体などについても、適正な分別解体・再資源化を推進しておりますので、建設リサイクルにご理解とご協力をお願いします。

■お問い合わせ
・北陸地方建設副産物対策連絡協議会（☎0251－2801－8880）

国家公務員採用試験の日程について

人事院は2025年度に次の国家公務員採用試験を行います。

■総合職試験（院卒者・大卒程度）
・受付期間
2月3日㈪～2月25日㈫
・第1次試験日
3月16日㈰

■一般職試験（大卒程度）
・受付期間
2月20日㈭～3月24日㈪
・第1次試験日
6月1日㈰

■一般職試験（高卒者・社会人（係員級））
・受付期間
6月13日㈮～6月25日㈬
・第1次試験日
9月7日㈰

■申込方法
・インターネットにより行ってください。

申込は
こちらから

■お問い合わせ
・人事院関東事務局（☎048－740－2006）

「20代の婚活」の開催について

かしわざきめぐりあい事業として、20代向けの婚活イベント「20代の婚活」が開催されます。

■日時
・3月16日㈰　13時～16時

■会場
・西山ふるさと館（柏崎市西山町坂田717－4）

■対象者
・おおむね20代の独身の方（男女各10名ずつ）

※男性は3月2日㈰に開催される事前セミナー受講が参加条件です（過去に当会セミナーを受講した方は免除）。また、3月8日㈯に男性向け個別指導が行われます。

※3月2日㈰に、女性向けパーソナルカラー診断が開催されます。申込者のうち希望する方は、無料で受講できます。

※男性向け事前セミナー・個別指導および女性向けパーソナルカラー診断の会場は、いずれも西山ふるさと館です。

■会費
・男性3千円、女性2千円

■主催
・ソラヒト日和

空き家・空き地
ご相談ください
新潟県知事許可（1）第5709号
㈱中越建設 不動産部
☎ 0258-78-2191
（広告）

お客様の「困った…」を 良かった!! に。
灯油配達は 新潟サンリン におまかせ下さい!!
住宅関連 水周り リフォーム工事 快適住まいの何でも屋さん
この看板が目印です!!
新潟サンリン株式会社 ライフエイド出雲崎
ニイガタサンリン 0120-72-2130
（広告）

■申込方法
・二次元コードからお申し込みください。

申込は
こちらから

■申込締切
・2月28日㈮　17時まで
※応募多数の場合は抽選

■お問い合わせ
・ソラヒト日和（担当堀口）080－6718－1838（ショートメール可）

■後援
・刈羽村、小千谷市めぐりあいサポートセンター、出雲崎町

実技救命講習

心肺蘇生法、AEDの使用方法、止血法などについて学びます。修了した方には、普通救命講習Ⅰの修了証を交付します。

■日時
・3月2日㈰　10時～12時

■場所
・柏崎市消防本部3階講堂

■対象
・12歳（中学生）以上でeラーニング修了者、又は救命入門コース受講修了者

■定員
・50人程度（先着）

■申込
・3月1日㈯までに電話または二次元コードからお申し込みください。

申込は
こちらから

■その他
・詳細は、柏崎市ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ
・柏崎市消防署救急係（☎0257－24－1500）

俳句ポスト
（入選句）

大半は　桜落葉や　石の階　松井　広申　さん

海神や　色深くして　雪予報　藤田　幸子　さん

納税はお忘れなく!

今月の町税等の口座振替予定日は、
2月27日㈭です。
※再振替日は3月10日㈪です。

戸籍の窓

※戸籍の窓への掲載については、届け人の希望により掲載しない場合があります。
令和7年1月1日～1月31日
までの届出分・敬称略

追　悼

後藤　レイ	92	1.1	渉（諏訪本町）
安達知世子	91	1.10	辰　栄（稲　川）
細木　修	69	1.12	フミ（石井町2区）
安達　利彦	83	1.28	利　彦（船　橋）
小林マチノ	92	1.29	マチノ（特　養）

人口のうごき

人　口	3,871人	（－15）
男	1,876人	（－ 5）
女	1,995人	（－10）
世帯数	1,639世帯	（－ 4）
出生	0人	
死亡	9人	
転入	3人	
転出	9人	

令和7年1月31日現在住民基本台帳
（　）内は前月比

令和7年度　新潟県交通災害共済
年会費500円
2月より加入受付開始
交通災害共済は全市町村で行う助け合いの制度です。
役場総務課 財政係（☎78-2290）
（広告）

アルバイト募集
■仕事内容　ごみ収集ドライバー及び収集作業
・その他分別作業、依頼が入った住宅及び企業の片付け作業
・3勤4休
■勤務時間　8:00～13:00　■時給　1,000円
株式会社 フェニックス
TEL：090-5778-2453
（広告）

第７弾プレミアム商品券を販売します

問 産業観光課 商工観光係（☎0258-78-2291）

物価高騰の影響などを踏まえ、町民への生活支援及び町内事業者の活性化を図るため、プレミアム率100%の商品券を下記のとおり販売します。

また、特定の要件に該当する方には、プレミアム商品券を無料交付いたします。

プレミアム商品券

・１万円分の商品券（500円×20枚）を5,000円で１人１冊購入できます（現金のみ可）。

※委任状による代理購入も可能です。

購入引換券交付対象者

・令和７年１月31日（基準日）時点で本町の住民基本台帳に記録されている方。ただし、プレミアム商品券無料交付対象者には、購入引換券を発行いたしません。

※購入引換券は、原則再発行いたしませんので、ご注意ください。

商品券無料交付対象者

・上記対象者のうち、基準日において次のいずれかに該当する方。

①ひとり親家庭等医療費助成事業受給者の方

②町就学援助事業受給世帯で、小・中学校に通学する児童生徒およびその保護者の方

③令和７年４月１日までに18歳以下である兄弟姉妹が３人以上いる場合の３人目以降の兄弟姉妹

スケジュール（予定）

・２月10日　購入引換券を発送

・２月14日　無料分商品券を発送（注）

・２月15日～３月９日　商品券販売期間

・２月15日～６月30日　商品券利用期間

（注）配達には２週間程度かかる場合があります。

追加販売について

・商品券が売れ残った場合は追加販売を行います。

利用可能店舗

・店舗一覧を購入引換券及び無料商品券発送時に同封し、商品券利用期間中は、随時ホームページで更新します。

取扱店の募集

・町内で店舗を有する方は、プレミアム商品券取扱店となることができます。プレミアム商品券取扱店になるためには、町に申請が必要になります。詳しくは、ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。

次のものにはプレミアム商品券を利用できません！

①不動産及び金融商品

②換金性の高い金券および商品券などの有価証券

③取引に課せられる以外の国税、地方税などの公租公課

④金融機関への預け入れ

⑤たばこ

⑥公共料金（タクシー、てまりん、家庭ごみ指定袋及び家庭系粗大ごみ処理券を除く）

⑦町外の事業所が行う宅配便の運賃

⑧令和７年２月15日～６月30日までの間以外で行われた取引に関する支払い（期間外のガス料金等）

⑨その他公序良俗に反するもの

編集後記

今月号の表紙は飴獅子です。当日の撮影は、私がインフルエンザとなり、係の職員に行ってもらったのですが、写真を見ただけで獅子の迫力が伝わってきました。また、伝統行事を目に焼きつけようとたくさんの写真家が海岸に集まっていたそうです。町外の方から見ても見逃せない行事です。来年は現場で撮影しながら飴獅子の力強さを間近で体験したいと思います。

新年を迎え、１月は町内各所でさいの神が行われました。火を囲み、スルメやさつまいもを食べながら友達と談笑していたことが昨日のように思い出されます。

伝統行事を含め、出雲崎には魅力がたくさんあると改めて感じました。活気のある出雲崎を発信できるよう、頑張ります。（大矢）

とじる・保存する・しあわせ！
令和７年２月６日発行
◆発行・編集
出雲崎町　総務課
〒949-4392 新潟県三島郡出雲崎町大字川西140
☎（0258）78－3111　FAX 78－4483
https://www.town.izumozaki.niigata.jp