



高知県北川村役場
広報

またがわ

5

No. 549

May 2012



4月9日 北川小学校入学式

Contents

教職員人事異動	2
新採職員の紹介他	3
台湾のお茶（アンジェラ）	4
中岡慎太郎先生顕彰会だより	5
モネの庭からのお知らせ	6
保健だより	9
ご入園・ご入学おめでとうございます	10

北川村の人口・世帯数

平成24年3月31日現在（ ）は前月比

人口	1,432人（-12）
男	667人（-6）
女	765人（-6）
世帯数	649戸（-5）
昨年同期の総人口	1,458人 世帯数653戸

教職員の定期異動

教職員の定期異動（4月1日付）により次の先生方が赴任されました。新任の先生を紹介いたします。

- ①氏名
- ②出身地
- ③前任校
- ④担当学年など
- ⑤抱負

北川小学校



- ①原 孝幸
- ②香南市野市町
- ③東洋町立野根小学校
- ④研修指導員
- ⑤初めてのことでご迷惑をおかけすると思いますが、北川の子どものために一生懸命がんばりますので、どうかよろしく願います。



- ①渡辺 美香
- ②安芸市穴内
- ③安芸市立赤野小学校
- ④2・3年担任
- ⑤北川村は、いいところだと聞いていましたが本当にいいところです。環境の良さや人の温かさ、そして、4月9日に出会った子どもたちはかわいいです。2・3年の複式学級担任はとても不安ですが、北川小の子どもたちとな

ら何とかやっていけそうな気がします。元気に楽しく、やさしいの学級を目指します。どうぞよろしく願います。



- ①西山 加代
- ②香美市土佐山田町
- ③いの町立長沢小学校
- ④1年、2・3年の学級支援
- ⑤現1年生をしつかりした2年生に仕上げることに。

美しい北川村のために何か貢献したい。

北川中学校



- ①伊野 貴子
- ②香南市夜須町
- ③高知市立愛宕中学校
- ④1年団、家庭科
- ⑤早く北川中学校の一員になれるようにがんばります。

一緒に楽しみましょう！



- ①清岡 直樹
- ②安芸市
- ③安芸市立清水ヶ丘中学校
- ④1年団、数学
- ⑤北川中学校での出会いと今までの経験

を生かし、新たな気持ちで頑張りたいと思います。保護者、地域の皆さまよろしく願います。



- ①小松 浩和
- ②安芸市川北
- ③馬路村立馬路中学校
- ④1年団、社会
- ⑤「何事も全力で、最後まであきらめない」をモットーに、生徒とともに笑顔で頑張っていきたいと思いますので、保護者・地域の皆さまのご支援とご協力をよろしくお願いします。



- ①野邑 孝夫
- ②安芸市川北甲
- ③香美市立香北中学校
- ④3年団、音楽・美術
- ⑤北川中学校の生徒のみんなの良さをのびし、生き生きと活動できるように精いっぱい頑張りたいと思います。また、保護者・地域の皆さまの期待に応えられるよう全力を尽くしたいと思えます。どうぞよろしく願います。



- ①安岡 妙
- ②安芸市
- ③安芸市立清水ヶ丘中学校
- ④3年団、英語
- ⑤北川中学校に早く慣れ、生徒たちからパワーを分けてもらいながら、元気に

頑張っていきたいと思います。よろしく願います。



- ①澤部 裕貴
- ②高知市長浜
- ③高知市立旭中学校
- ④3年団、英語
- ⑤何事にも一生懸命、取り組みます。

◎転出された先生 北川小学校

- 富田 園先生 芸西小学校へ
- 岩崎 毅先生 元小学校へ
- 濱窪 摩祈先生 井ノ口小学校へ
- 仙頭 公子先生 馬路小学校へ
- 和田 幸恵先生

◎転出された先生 北川中学校

- 仙頭 佐江先生 退職
- 竹田 智保先生 退職
- 安岡 弘治先生 羽根中学校へ
- 小松 俊治先生 魚梁瀬中学校へ
- 入野 由美先生 田野中学校へ
- 川竹三千代先生 甲浦中学校へ
- 橋本真美子先生 吉良川中学校へ
- 川村 真司先生
- 西山 授華先生

高知県との人事交流

平成24年4月1日付で、高知県との人事交流により赴任された職員を次により紹介します。

- ①氏名
- ②出身地
- ③所属課など
- ④抱負



- ①森田 徹雄
- ②高知市
- ③産業建設課
- ④奈半利川沿いにある宿舎は、朝、驚

の声で目が覚める、自然に囲まれたすばらしいところです。ここでの単身赴任生活をしみながら、村民の皆様のために少しでもお役に立てますよう、頑張りますので、よろしく願います。



- ①井上 久美賀
- ②高知市
- ③地域支援企画員
- ④北川村担当

(海と魚)の職場にいましたが、今回初めて水産以外の仕事をする事になりました。北川村で色々なことを勉強したいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

北川村役場職員

平成24年4月1日付で、新規採用された職員を次により紹介します。

- ①氏名
- ②出身地
- ③所属課など
- ④抱負



- ①田所 和樹
- ②北川村
- ③産業建設課
- ④十年ぶりに北川村に戻ってきました

た。早く仕事に慣れるように精いっぱい頑張りたいと思いますのでよろしくお願い致します。

保健師紹介

中芸広域連合の人事異動に伴い、平成24年4月1日付で、赴任されました保健師を次により紹介します。

- ①氏名
- ②出身地
- ③抱負



- ①前田 未耶美
- ②馬路村
- ③昨年まで馬路村を担当していました。検診や集会所

人権擁護委員に 阿部 康彦 さん

北川村担当の人権擁護委員に本年3月末日をもって退任された竹村孝雄さんに替わり4月1日付で阿部康彦さんが法務大臣より委嘱されました。

この制度は、国民の日常生活の中で人権尊重思想の普及高揚を図るとともに、人権侵害による被害者を救済し、人権を擁護していくという考えから設けられたもので、法務局・地方法務局の職員とともに、人権侵害事件の調査処理、人権相談、人権啓発活動などを行っています。

人権相談は、北川村総合保健福祉センターで定期的に開設される相談所などで受け付けています。



活動、訪問等でお会いする機会が多いと思いますが、声をかけさせてください。また、お気軽にご相談ください。よろしく願います。

お問い合わせ先 常設相談 (全国共通人権相談ダイヤル ☎ 0570-003-110)

人権相談所
行政相談所
開設の

ご案内

今回の開催日

- 日時 5月9日(水)
午前10時～午後3時
- 場所 北川村総合保健福祉センター
相談室





台湾のお茶

お茶はテアニン（茶に多量に含まれるアミノ酸の一種）やカフェイン、ビタミンなどを含んでおり、頭をすっきりさせる働きや眠気覚まし、疲労回復、利尿などに効果のある健康的な飲み物です。日本人が日常的にお茶を飲んでいる習慣は日本に来て知りました。緑茶は多くの健康的な特性があり、お茶を飲むことを習慣にすることは健康にとってもいいことだと思います。日本では、がんや心臓病、現代の生活スタイルに起因するさまざまな病気の発病率がとても低い理由は、毎日お茶を飲んでいる習慣であると世界的にも評判になりました。

台湾でもお茶を飲む習慣があり、台湾茶葉の種類も豊富で台湾の代表的な特産品になりました。台湾では友人や会社を訪ねるときや家族と家にいるときは必ず話をしながらおいしいお茶を楽しみます。近年、台湾茶葉は、海拔1,000～1,500mの山中で栽培された茶葉の人気の高いそうです。山中は昼夜の温度差が大きい上、湿度も高く、霧が濃いため品質のよい茶葉が生まれました。ここで人気台湾茶の種類をご紹介します。

凍頂烏龍茶（トウチョウウーロンチャ）

台湾の中部（南投県鹿谷郷）が主な産地で、台湾茶の最高峰に称えられています。製茶の過程で「茶葉を揉む」作業があり、透明感のある黄金色や深い香り、余韻のある甘みが特徴です。

文山包種茶（ブンザンホウシュチャ）

台北県（文山区）一帯が最もよく、色はうっすらとした黄緑色で香りが高く、「茶の中の美人」とも呼ばれています。

鉄観音（テッカノン）

製法は烏龍茶に似ていますが、芳醇で喉に残る甘みが魅力です。

茉莉花茶（ジャスミンチャ）

天然の茉莉花によって香り付けされたものです。ほどよいジャスミンの香りに、緑茶のスッキリとした味わいがマッチして、とても気持ちのよい飲み心地です。

金萱茶（キンセンチャ）

香りが人気の金萱茶、香料で後付けしたものとは違い、自然の香りです。

または、桂花烏龍茶（天然の甘い香りが特徴）、東方美人（香りが高く、強い甘みと味わいが特徴）、港口茶（口に入れた瞬間は苦味を感じますが、追って甘みが特徴）、龍井（春と秋に作られる緑茶で、爽やかな感覚の広がり特徴）など台湾茶の種類がたくさんあります。茶葉によってお茶の煎れ方に違いがあります。台湾茶の煎れ方（入れ方）は難しいというイメージがありますが、実はお好きなように入ればよいのです。まず、ここで茶器をご紹介します。



そしておいしく飲める方法をご紹介します。

	1. 茶器を温める 茶壺に茶葉を入れます。茶葉の量は、お湯100ccにつき約2gです。茶葉は大きく膨らむので、入れすぎないようにしてください。沸かしたお湯（約95度）を茶壺に注ぎます。その後、フタをして1分半ほど蒸らします。（お好みで加減してください。）
	2. お湯を注ぐ 100℃近いお湯を茶葉全体にかかるように、なるべく高い位置から、茶壺のフチからあふれるまで注いでください。フタをして茶壺の上から湯を回しかけてください。茶葉が蒸らされて、茶のエキスがたっぷり染み出しますよ。
	3. 茶海にお茶を注ぎきる 1 煎目は約1分、 2 煎目は約1分15秒 3 煎目は約1分30秒 茶壺から茶海に、一気に移します。時間がたったら茶海に最後の一滴まで注いでください。
	4. お茶の聞香 茶海から人数分の聞香杯に注ぎます。聞香杯がないときは、直接茶杯に注ぎます。
	5. 杯に注ぐ 聞香杯から茶杯に移し変え、ひと口飲めば気持ちもほっと落ち着けて、聞香杯に残った香りを楽しんだ後、茶杯のお茶をいただきます。

高知イオンモールの1階でLupicia Fresh Teaというお茶を取り扱う店に台湾茶もありますので、機会があればぜひ台湾茶を体験してみてください。



中岡慎太郎先生顕彰会だより



1. BS TBSで「中岡慎太郎特集」5月10日(木)午後10時に放映

5月10日(木)午後10時～10時54分の時間帯に、BS TBSで「中岡慎太郎特集」が放映されます。同番組が、激動の混迷する幕末を明治維新まで導いた草もうの志士中岡慎太郎に着目して、3月28～29日に柏木の生家周辺に取材に訪れました。また、同番組には、中岡慎太郎子役に坂本雅治君(北川小4年生)、夕方の座談会に中岡慎太郎先生顕彰会員、村内外の方々や北川小中の子どもたちが出演しています。



演技指導を受ける坂本君



生家を出る



島村塾めざして歩く



「慎太郎を語る」座談会



遺髪墓地を取材



銅像前で取材

2. 北小花だんで桜・チューリップが満開

昨年8月28日(日)に北小児童・教職員と中岡慎太郎先生顕彰会が協力してつくった花だんに、チューリップや桜の花が満開になりました。



花が満開の花だん



満開のチューリップ



県民文化ホール前の和田副会長(中央)

3. 和田拓司副会長がNHKのど自慢「高知大会」に挑戦

中岡慎太郎と北川村をPRする目的で、和田拓司副会長が、3月18日(日)に放送の「NHKのど自慢高知大会」に、挑戦をしました。

多数の応募者の中から、250人に選ばれ、17日(土)の予選会に出場をしました。

力のかぎり「維新の若虎」を予選会で熱唱しました。

残念ながら本番の20人には選出されませんでした。満席の聴衆に、中岡慎太郎と北川村をPRしてきました。

中岡慎太郎先生顕彰会事務局からお知らせ

中岡慎太郎先生顕彰会事務局は、4月13日(金)から、毎週金・土・日曜日の午前10時から午後3時の時間帯に営業を行っています。

また、中岡慎太郎先生顕彰会の管理のもとで、共同作業所ホップあきも金・土に同事務所内で売店を開いていますのでご利用ください。

中岡慎太郎先生顕彰会事務局 ☎ 38-2413

イベント情報



◆4/21(土)～5/31(木) バラフェア
バラの開花時期に合わせて、各施設で趣向
を凝らしたバラフェアを開催予定

バラフェアに合わせて、
ギャラリー棟2Fで
「武市 育子パッチワーク展」を
開催いたします!!

モネの庭 からの お知らせ



春「はな」時間

はな
5月はいつもより少し早いAM8:07に開園いたします。
澄んだ空気と満開の花、モネの庭で
朝のお散歩はいかがですか？

【5月開園時間】
AM8:07～PM5:00
※お庭以外の施設はAM9:00オープン



【お問い合わせ】

北川村「モネの庭」マルモッタン
〒781-6441
高知県安芸郡北川村野友甲1100番地
☎0887-32-1233
FAX 0887-32-1243



Jardin de Monet Marmottan au Village de Kitagawa

お知
らせ

北川村合併処理浄化槽

設置整備事業について

私たちの身近な生活環境や、川や海などの自然を守るため、生活排水などの汚水はきれいな水にすることが大切です。このため北川村では、し尿や生活雑排水をきれいにする、『合併処理浄化槽』の設置を推進しており、その費用の一部を補助しています。

設置をご検討されている方は、早めに北川村役場住民課へご相談ください。

お問い合わせ先

北川村役場 住民課 環境衛生係 ☎ (8)32-1214

特定健診・がん検診を受けましょう!!

北川村特定健診・がん検診の日程は下記のとおりです。中芸地区町村でも受診できますのでお気軽にご相談ください。

健診(検診) 内 容	対 象 者	料 金	実施日・会場・受付時間			
			5月8日(火) 小島集会所	6月19日(火) 北川村 保健センター	7月24日(火) 北川村 保健センター	7月25日(水) 北川村 保健センター
特定健診	40歳以上	無 料	9:00~11:00		9:00~11:00 13:00~14:00	9:00~11:00
肝炎ウイルス検査	40歳以上で過去に検査を実施していない方	無 料	9:00~11:00		9:00~11:00 13:00~14:00	9:00~11:00
肺がん検診	40歳以上	無 料	8:30~11:00		8:30~11:00 13:00~14:00	8:30~11:00
胃がん検診	40歳以上	900円	8:30~10:00	8:30~10:00		
大腸がん検診 (容器配布)	40歳以上	300円	8:30~11:00	8:30~10:00		
前立腺がん検診	50歳以上の男性	300円	9:00~11:00		9:00~11:00 13:00~14:00	9:00~11:00

※大腸がん検診の容器回収日は、検診当日お知らせします。

特定健診 注意事項

- 対象は、国保加入者及び社保・共済等の被扶養者の方です。
- 健診会場には保険証をご持参ください。
- 生活保護法による被保護世帯に属する方も対象となります。
- 75歳以上で生活習慣病（糖尿病、高血圧症、脂質異常症等）の治療をしている方は、医師による健康管理を受けているため特定健診を受ける必要はありません。

特定健診は、下記の期間・対象者に限り、 医療機関でも受診できます

- 期 間：平成24年4月1日～平成25年3月31日まで
(事務処理の都合上受診券は12月31日までの期限としています。1～3月中に受診したい場合はお申し出ください。)
- 対象年齢：国保の被保険者のうち40歳から74歳までの方
- 料 金：無料(ただし受診券が必要です)
医療機関で受診を希望される方は、直接医療機関にお申し込みをして、受診券を役場まで取りに来てください。

乳がん・子宮がん検診が同時に受診できます！

		乳がん検診	子宮がん検診
対 象 者		40歳以上の女性	20歳以上の女性
実 施 日	会 場	集合時間	受付時間
5月23日(水)	小 島 集 会 所	8:30~9:30	8:30~9:30
	北川村保健センター	13:00~15:00	13:00~15:00
5月24日(木)	北川村保健センター	8:30~10:30	8:30~10:30

乳がん・子宮がん検診 注意事項

- 受診回数：2年に1回
- 料 金：600円
- *平成24年度より、生まれ年に関係なく検診料金の一部を助成し、一律600円で受診できます。
- *ただし、受診回数は2年に1回ですので、昨年度受診していない方は、ぜひ受診してください。

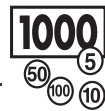


※次の方は、すべての検診料金が免除になります。

- (1) 75歳以上の方 (2) 生活保護法による被保護世帯に属する方 (3) その他村長が特に必要と認める方

【申込・問い合わせ先】北川村役場住民課

☎ (8)32-1214



年・金・だ・よ・り

20歳がスタート! 『国民年金』

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は国民年金に加入し、保険料を納めることになっています。

皆さんは、国民年金について考えたことがありますか? 「年金なんてまだ関係ない」と思っていないですか?

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障害が残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなど、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

ただし、加入の届け出や保険料の納め忘れがあると年金が受けられないこともあります。「あの時に…」と後悔する前に、国民年金に加入しましょう!

加入の手続きは、お近くの市町村役場の国民年金担当係へお尋ねください(20歳前に就職して厚生年金等に参加している方は、第2号被保険者となっていますので、加入手続きは不要です)。

問い合わせ先

北川村役場 住民課

☎(8)32-1214 まで

行事予定表

事業	実施年月日	実施時間	実施場所・引き取り場所
3歳児健診	5月9日(水)	(受付)13:00~	田野町保健センター
乳児健診	5月2日(水)	4カ月、6・7カ月児 13:00~ 10カ月、12カ月児 13:15~	田野町保健センター
野友介護予防教室	5月10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)	10:00~	北川村保健センター
加茂介護予防教室	5月11日(金)・18日(金)・25日(金)	10:00~	北川村農業センター
久府付介護予防教室	5月2日(水)・10日(木)・16日(水)・23日(水)・30日(水)	10:00~	北川村農村婦人の家
柏木・崎山介護予防教室	5月10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)	13:30~	柏木交流センター
野川さくら会	5月2日(水)・9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)	9:30~	野川交流センター
長山せせらぎ会	5月1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)	9:30~	長山交流センター
宗ノ上介護予防教室	5月10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)	13:30~	宗ノ上集会所
中部けんこうクラブ	5月11日(金)・18日(金)・25日(金)	9:00~	小島集会所
小川ふれんど	5月10日(木)	10:30~	菅ノ上集会所
島ばら会	5月17日(木)	10:00~	北部集会所
親子ふれあい広場	毎週月・木曜日	9:00~16:00	北川村保健センター
ゆずみどり	毎週木曜日		北川村保健センター

保健だより

今回は“眠り”についてご紹介します。ストレスも感じやすいこの時期。

睡眠が不足すると、いらいらしたり、眠くなったり、元気がなくなったりして、日常生活に悪影響を及ぼすことも…。

1日中、活発に動いた脳は、“眠り”によって休息します。そして、眠っている間に、体内では新陳代謝が高まり、免疫細胞が体内を点検するなど、体のメンテナンス作業が行われています。環境を整え、質の高い睡眠をとって、心身を十分に休めましょう。

＋睡眠の質を高めるために＋



毎日同じ時刻に起床して朝日を浴び、体内時計をスイッチオン！

「睡眠と覚醒」のリズムを整える、一番の方法は、朝起きたときに日光を浴びること。太陽光のもつ強い覚醒作用が、脳をパッチリ目覚めさせてくれるのです。

できるだけ同じ時刻に起床し、朝の光を全身で受けとめましょう。



午後3時前の20分ほどの短い昼寝でリフレッシュ！

短時間の昼寝で、作業能率もアップ！



ぬるめの入浴、音楽、香り、ストレッチングなどで就寝前にリラックス♪

眠る1～2時間前にリラックスする時間を持つことを習慣づけておくと、身体も脳も眠りの準備に入りやすくなります。好きな本を読んだり、音楽を聴いたり、ゆったりした気分でご過しましょう。

眠りにつくとき、体の深部の体温は、代謝量を抑えようとして低下します。体温が低下し安静状態になると自然に眠たくなるのです。お風呂に入ると、体の表面温度は上がるものの、逆に深部の体温は下がり内臓の働きも鈍くなります。入浴が深部体温を下げるキッカケとなり心地よく眠れます。



布団に入る3時間前には食べない！

代謝機能が低下している睡眠中に胃腸を働かせると、エネルギーがそちらに消費されるため、深い睡眠がとれなくなります。タンパク質や脂肪の消化には2～3時間要することを頭において、食事をする時間に注意しましょう。

▶睡眠と食欲の関係

睡眠不足になると、食欲を増進させる働きを持つグレリンという物質が分泌され、反対に食欲を抑えるレプチンが減少して食べ過ぎを招きます。要注意！！



短歌教室



山形より届きし便り 雪おろし
田村猪世子

買物のこと老はかなしと

社城 芳子

川沿いの県道行けば先ざきに

鶯しきりわれ誘うごと

大西 豊

這いながら鹿の網はる裏山の

穴あけくい打ち今日も暮れゆく

飛崎 幸子

杖いらず元気になりしうれしさよ

ミニデイに行く楽しみを待つ

浜渦美恵子

山桜 蕾ほんのり色づけば

幾度ともなく見上げてしまふ

ご冥福をお祈りします

氏名 年齢 地区 死亡月日

長田 精一	87歳	加茂	2月8日
岡島 卓央	71歳	野友角木	2月10日
小松 重清	85歳	木積	2月27日

ぞ入園・ぞ入学 おめでとうございます



みどり保育園
入園式

北川小
入学式



北川中
入学式

