

社会保険にいがた 10

一般財団法人新潟県社会保険協会

2021
NO.902



- 国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です
- 11月はねんきん月間です ●忘れていませんか?今年度の健康診断
- <今月の健康情報>「早食い」をやめて健康アップ!
- 年金ライフプランセミナー開催

Contents ●「施設利用助成券」・「代金助成チケット」追加配付のご案内など



ブナ

十日町市



朝夕、肌寒く感じることの多くなったこの季節。秋の訪れを知らせるかのように、ブナの木は鮮やかな緑色から黄色や橙色へと葉を染めていきます。ブナは北海道から九州まで、広い範囲の低山帯に分布する落葉広葉樹。ブナの森の土壌は雨や雪などの水分をたっぷりと蓄え、その土壌の水分をたくさん吸収した木々はしっかりと根を張り、洪水や土砂災害から森を守ってくれているのです。



十日町市では市の木に指定され、樹齢約100年の木々が一面に生い茂る、美人林でも知られています。春夏秋冬でその表情を

変える美人林は、らは紅葉が見頃。作品の中に迷い込めるな美しさで、思わずです。そしてこの時期になると、たくさんの種子を実らせるのも特徴のひとつ。栄養価が高く、森に住む動物たちの大切な食糧となり、数年に一度は食べ切れないほどの大豊作を迎えるといわれています。これにより、翌年は森の動物の数が増えますが、いつも通りの数の実をつけると、動物の数は元通りに。森の生態系を育み、災害などから私たちの生活も守ってくれているブナ。その雄大で美しい姿と特徴から、森の女王といわれるのも納得です。

11月中旬かまるで芸術作品の中に迷い込んだかのような息を呑むほどの

※紅葉の時期は、気象状況などにより変わります。

会員事業所 インタビュー Vol.28



株式会社
湯沢グランドホテル
代表取締役 兼 女将
村山 桂子 様

健康のために行なっていることは?

ホテル内の移動はエレベーターを使わずに階段で上り下りをしています。それから1日2回、愛犬の散歩が日課です。散歩コースにきつい坂道がありますので、自然と下半身のトレーニングになっています。

御社のお仕事は?

JR越後湯沢駅より徒歩2分。創業88年の温泉旅館です。お越しいただいたお客様との出会いを大切に、心のこもったお料理とおもてなしをお届けする。湯沢グランドホテルはそんな温泉旅館を目指しています。

