

役場の電話番号
0247-49-3111 (代表)

- 【直通電話番号】
- 総務課 49-3111 FAX 49-2651
 - 住民福祉課 [健康係] 49-3112
 - [住民係・福祉係] 49-3113 FAX 49-2651
 - 農林課 49-3114 FAX 49-2112
 - 企画調整課 49-3115 FAX 49-3363
 - 地域整備課 [建設係] 49-3116
 - [環境係] 49-3196 FAX 49-3363
 - 農業委員会 49-3197 FAX 49-2112
 - 議会事務局 49-3198
 - 出納室 49-3199

- 【その他の機関】
- 教育委員会 49-3151 FAX 49-3152
 - 図書館 (FAX兼) 29-1150
 - 公民館 49-2247
 - 農業者トレーニングセンター (FAX兼) 49-3295
 - 学校給食センター 49-2113
 - こどもセンター (鮫川保育園・鮫川幼稚園) 29-1010 FAX 29-1012
 - 保健センター (地域包括支援センター) 29-1231
 - 国保診療所 49-2028
 - ほっとはうす・さめがわ (FAX兼) 48-2555
 - 手・まめ・館 49-2556 FAX 49-2445
 - 山王の里 48-2848 FAX 29-2033

今月の納税
11月2日(月)
村県民税 第3期
国民健康保険税 第5期
介護保険料 第5期

相談

秋の行政相談週間

10月19日(月)から25日(日)の1週間は「秋の行政相談週間」です。行政相談は、国や県、市町村などの行政機関や特殊法人の仕事に関して、困っていることや要望したいことなどについて相談に応じ、その解決をお手伝いするものです。



鮫川村行政相談委員
須藤 幸子さん
(赤坂東野字遠ヶ竜)
☎49-2717

行政相談委員は、いつも自宅や電話などで相談に応じています。また、県政巡回相談と合同で次により相談所を開設します。

日時・場所 10月8日(木) 午前10時～午後3時・村公民館
問い合わせ 村総務課総務係 ☎49-3111

福祉

献血にご協力ください

実施日 10月14日(水)
場所・時間 ①村農産物加工・直売所「手・まめ・館」駐車場：午前9時～午前10時30分、正午～午後2時 / ②役場前駐車場：午後2時30分～午後5時

■献血対象者など

献血区分	200ミリℓ	400ミリℓ
体 重	男性 45kg以上 女性 40kg以上	男女とも 50kg以上
年 齢	16歳～69歳	18歳～69歳
献血の間隔	男女とも 4週間後	男性 12週間後 女性 16週間後
献血時間	約10～20分程度	

※血液が不足していますので、400ミリℓの献血にご協力ください。
※65歳以上の方の献血は、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります

問い合わせ 村住民福祉課健康係 ☎49-3112

予防接種はお済みですか？ 定期予防接種対象の方および保護者の方

麻しんおよび風しんは病気にかけられた方はもちろんのこと、その周囲の方々にうつす恐れが高く、多くの健康被害を及ぼします。

定期予防接種は、接種できる期間が概ね一年間でもあるので、まだ受けていない場合には、対象年齢や予診票の配布方法を確認し、早めに接種しましょう。

接種方法で不明な点がありましたら、役場住民福祉課健康係までご連絡ください。

- 麻しんおよび風しん
- I期：1歳～2歳未満(保健師がお子さんの2～3か月訪問の際に配布)
 - II期：5歳～7歳未満(幼稚園生)(今年4月に郵送にて配布)
 - III期：12歳～13歳(中学1年生)(今年4月に中学校から配布)

ふくしま求職者 総合支援センター開設

県では、雇止めなどにより離職を余儀なくされた方など、求職者を対象とした生活・就労相談窓口を開設しましたのでご利用ください。

開設日時 毎週月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前8時30分～午後5時
開設場所 福島地域共同就職支援センター(郡山市島二丁目402)
問い合わせ ふくしま求職者総合支援センター郡山窓口 ☎024-995-5057

◆お知らせ2

全国一斉司法書士無料法律相談

10月1日は「法の日」です。福島県司法書士会では、登記や供託の手続き、訴訟書類の作成などについての無料法律相談会を行います。

相談内容 不動産の相続・売買などの登記、会社の設立などの登記、家事審判手続き、訴訟書類の作成など

日時 10月3日(土)午前10時～午後3時
場所 白河地域職業訓練センター(白河市)

問い合わせ 福島県司法書士会 ☎024-534-7502

筆界特定制度相談会開催

筆界特定制度は、土地の所有者などの申請により、法務局の筆界特定登記官が土地の現地における境界(筆界)を特定する制度です。福島県法務局では、同制度に理解を深めていただくため、筆界特定制度相談会を開催します。

日時 11月8日(日)午前10時～午後3時
会場 ビッグパレットふくしま(郡山市)
相談内容 土地の境界問題や筆界特定制度の利用に関することなど

相談担当者 法務局職員、土地家屋調査士

士
その他 事前予約は不要、相談無料。

問い合わせ 福島県法務局 ☎024-534-2048

大規模な土地取引には届出が必要

国土利用計画法では、土地の投機的取引や地価高騰を抑制するとともに、適正かつ合理的な土地利用の確保を図るため、一定規模以上の土地取引について、届出制度を設けています。

取引の形態 土地の売買や交換、営業譲渡、譲渡担保、代物弁済など

取引の規模 都市計画区域外の区域(鮫川村の場合)10,000㎡以上

届出者 土地の権利取得者(売買の場合であれば買主)

届出期限 契約締結日を含めて2週間以内

届出窓口 役場企画調整課

届出書類 届出書、土地取引にかかる契約書の写し、土地の位置を明らかにした地形図およびその付近の状況を明らかにした図面、土地の形状を明らかにした図面など

※届出の用紙は、役場企画調整課や県南地方振興局にあります。

問い合わせ 村企画調整課 ☎49-3115

空き家情報をお知らせください

村では、現在空き家を探しています。鮫川村に住みたいという方から空き家に関する問い合わせが多くなっています。ご自宅、ご近所などで空き家を貸してもいいという方がいましたら役場企画調整課までお知らせください。

問い合わせ 村企画調整課 ☎49-3115

鮫川村街頭犯罪発生状況
柵倉警察署 (☎33-3241)

対象犯罪	発生件数	累計
空き巣	0	0
忍び込み	0	0
出店荒らし	0	0
事務所荒らし	0	0
ひったくり	0	0
車上ねらい	0	3
無施錠	0	1
ガラス破り	0	2
鍵穴破壊	0	0
自転車・バイク	0	0
その他	0	0
自動販売機ねらい	0	0
部品ねらい	0	0
自動車盗	0	1
オートバイ盗	0	0
自転車盗	0	0
計	0	4

発生件数：8月25日～9月24日
累計：1月1日～9月24日

●「自分だけは大丈夫」という安易な気持ちを持たず、自主防犯活動を行いましょう。

◆いきいき健康通信

文/村住民福祉課健康係 蛭田みゆき保健師 ☎49-3112

季節の変わり目の体調管理に気を付けましょう

日中は日差しが強い日がありますが、朝、晩は涼しくなり季節の移り変わりを感じるようになってきました。この時期になると体調を崩しやすくなる方も多いため、気を付けましょう。

■人間の身体の仕組み「恒常性」 私たちの身体には、外の環境がどれだけ変わっても体内の環境を一定に保つ仕組みがあります。これを「恒常性」といいます。

例えば体温は、個人差はありますが、夏でも冬でも大体36度前後になるように保たれています。この「保つ働き」は「恒常性」は、脳の視床下部というところが司令塔となり、無意識のうちに行われています。

■なぜ季節の変わり目には体調を崩しやすいのか 季節の変わり目は、外の環境が大きく、また不規則に変わる時期です。「恒常性」の司令塔である視床下部がこの変化にすぐに対応することができないため、他の自律神経やホルモンにも影響を及ぼし、抵抗力や免疫力も弱まってしまつて体調を崩してしまいます。

また、日ごろの生活の疲れも視床下部の働きを弱める原因になります。食生活の乱れや睡眠不足などに加え、特に夏は暑く、冷房や冷たい飲食の摂り過ぎ、紫外線や日焼け止めなどで身体

には過度に負担がかかります。その影響が、季節の変わり目に食欲不振や胃腸不良、肌荒れや抜け毛などとなって表われるようになります。

■体調の変化への対策 視床下部の働きを意識的に高めるようにしていくことが望まれます。

- 1 気温の変化に対応する
少し寒いと思ったときに、すぐに身体を温められるよう、上着を携帯し、こまめに脱ぎ着をする。
- 2 粘膜を保護する
①刺激の強い飲み物や香辛料、タバコを控える。
②家の中の掃除をこまめに行い、ホコリを取り除く。


3 免疫力を高める
①ビタミンCを摂る。
例：柑橘類の果物、緑黄色野菜

季節の変わり目は体調を崩しやすい時期ではありますが、普段の生活の見直しや身体を休養させる節目の時期でもあります。普段から体調の変化に敏感になり、規則正しい生活を心がけるとともに、季節の変わり目になると体調を崩しやすいという方は、特にこの時期は普段以上に健康を意識した生活を送るよう


にしましょう。

●お誕生おめでとうございます

(8月届け出分・敬称略)

 たかぎ あゆの
高木 愛優音・女
平21.8.1生
住所…薄ヶ久保
保護者…善孝・優子

 せきね さあや
関根 咲綾・女
平21.8.12生
住所…水口
保護者…幸治・朋子

 きのうち けいと
木之内 慶斗・男
平21.8.16生
住所…木之根
保護者…佳輔・清子

●おくやみ申し上げます

(8月届け出分・敬称略)

住所氏名	月日	年齢
福原 芳賀ヨシイ	8.8	79歳
青生野 岡部 タカ	8.24	84歳
戸草 本郷 嘉信	8.26	77歳

●人の動き

9/1現在・()は前月比

人口	4,211人(-6)
男	2,076人(-4)
女	2,135人(-2)
世帯	1,154戸(+1)

●寄付・寄贈

(8月受理分・敬称略)

■社会福祉事業のために[金員]……小山田一成(反田)岡部照夫(青生野)本郷金一(戸草)渡邊敬(道少田)郡山ヤクルト販売株式会社・代表取締役長谷川進(郡山市)

鮫川ふるさとづくり寄附

(8・9月受理分・敬称略)

■自然環境の維持、保全及び整備に関する事業…大樂勝了(東京都練馬区)大樂尚弘(いわき市)大樂勝之(山形県山形市)
■教育、歴史文化の保存に関する事業…永山悦子(東京都多摩市)
■その他村長が認める事業…渡邊敬(道少田)

※お誕生・おくやみ・寄附欄への掲載を希望されない方は、届け出の際に申し出てください。

●編/集/後/記

■今月18日に鹿角平観光牧場で「うまいもの祭り」が開催されます。鮫川のうまいものが並び、いろいろなイベントも企画されていますので、みなさん足を運んでみてはいかがでしょうか。(須藤)

10 生活情報カレンダー
月1日～11月7日
※行事などの日程は都合により変更になる場合があります。

日	月
4	5
◎大木医院(棚倉町) ☎33-2424 大野診療所(石川町) ☎26-2615 ●親子読書教室	●図書館休館日 ●トレセン休館日
第1日曜日は環境美化の日	
11	12 体育の日
◎車田病院(埴町) ☎43-1019	◎金澤医院(矢祭町) ☎46-2312 ●図書館休館日 ●トレセン休館日
18	19
◎東白川中央病院(棚倉町) ☎33-3263 ●第22回高原の鮫川うまいもの祭り… 10:00～14:00/鹿角平観光牧場	●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●4か月児健診・BCG接種・お母さんの口腔健康相談…13:30～/塙厚生病院
25	26
◎おおひら整形外科クリニック(棚倉町) ☎33-9468 角田内科医院(浅川町) ☎36-2067 ●鮫川小さめっ子フェスティバル ●青生野小学習発表会	●図書館休館日 ●トレセン休館日
11/1	2
◎中島医院(埴町) ☎43-0373	●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●村税など納期限 ●鮫川村フォトコンテスト作品受付開始(～20日)

◎=休日当番医

Book

図書館の缶詰

図書館からおすすめの本をご紹介します
鮫川村図書館 ☎29-1150



ま、いっか
(浅田次郎著、集英社)
幸せを求めるうえにも苦悩から免れるためにも、笑顔は不可欠な要件である。楽しければ笑い、苦しければもっと笑い、どちらでもなければ自然に笑っていい。笑える。泣ける。ためになる。粋なオヤジの最新エッセイ



しあわせの子犬たち
(メアリー・ラバット著、文研出版)
子犬をもらいにやってきた一人ひとりをよく観察してみると、多くの人が心に何かの「傷」を負っています。おばあちゃんとエリザベスは、子犬たちの個性をうまく見分け、お互いが幸せになるように手助けします。生き物と暮らすことは、責任や苦勞もふえますが、それ以上にそばにいてくれるだけで心が休まります。

火	水	木	金	土
		10/1 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	2	3
6 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	7 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00～16:30[図] ●やまゆり保育室、らっこくらぶ[こ]	8 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●幼稚園秋の遠足 ●県政巡回相談…10:00～15:00[公]	9	10
13 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	14 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00～16:30[図] ●献血	15 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●やまゆり乳児室[こ]	16	17
20 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●心配ごと相談…13:00～15:00[保] ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	21 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●日常生活訓練事業(やまぶきの会)…10:00～15:00[保] ●らっこくらぶ[こ] ●おはなしの森…16:00～16:30[図]	22 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●保育参観デー[こ]	23 ●保育参観デー[こ]	24 ●鮫川中学校壇の岡祭 ●保育参観デー[こ]
27 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●女性健診(子宮がん検診・骨粗しょう症検診)…8:30～、13:00～[保]	28 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00～16:30[図] ●らっこくらぶ[こ] ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	29 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	30	31
3 文化の日 ◎木村医院(矢祭町) ☎46-3528 ●第14回少年の主張大会、第8回音楽発表会…9:30～[公]	4 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●らっこくらぶ[こ] ●おはなしの森…16:00～16:30[図]	5 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面) ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	6 ●やまゆり保育・乳児室、子育て講演会[こ]	7

[公]=公民館 [保]=保健センター [図]=図書館 [トレセン]=農業者トレーニングセンター [ほ]=ほっとはうす・さめがわ [こ]=こどもセンター