

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

今月の納期
5月31日(月)
固定資産税

相談

福島さわやか行政相談
キャンペーン

行政相談委員は、総務大臣が委嘱するもので、国の仕事を始め、NTTなどの特殊法人の仕事についての苦情や意見・要望などを受け付け、その解決を促進するため相談に応じています。鮫川村担当の行政相談委員は、須藤幸子さんです。



須藤幸子さん
赤坂東野字遠ヶ竜160
☎49-2717

行政相談委員は、自宅や電話、紙でも相談を受け付けています。相談は無料で秘密を守りますので、お気軽にご相談ください。

■問い合わせ 村総務課総務係
☎49-3111

募集

のんびり歩こう
ウォーキング大会
参加者募集

主催 鮫川村教育委員会
日時 5月30日(日) 午前8時30分～受付
集合場所 渡瀬区民運動広場
コース 渡瀬地区内にある史跡や鮫池伝説発祥の地など約12キロを歩きます。

参加費 一人500円
締め切り 5月17日(月) までに村教育委員会「ウォーキング大会」係へお申し込みください。

■問い合わせ 村教育委員会教育課
☎49-3151

第20回さわやか高原
ロードレース大会参加者募集

主催 鮫川村体育協会
期日 6月20日(日) ※雨天決行

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	0
無施錠	0	0
ガラス破り	0	0
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	0
オートバイ盗	0	0
自転車盗	0	0
計	0	0

発生件数：3月23日～4月21日
累計：1月1日～4月21日

●一人ひとりが防犯意識を高めて安全で安心な地域をつくりましょう。

◆お知らせ2

県南地方振興局県税部から
自動車税の納期限は
5月31日(月)です

自動車税は、平成20年度よりコンビニエンスストアでも納めることができるようになりました。夜間・休日を問わず、いつでも納めることができます。なお、これまでどおり銀行などの金融機関や郵便局からの納付もできますので、必ず5月31日(月)までに納めましょう。また、一部のコンビニエンスストアでは、取り扱っていない場合がありますので、詳しくは、県南地方振興局県税部までお問い合わせください。

■問い合わせ 県南地方振興局県税部
☎0248-23-1519

第4回市町村対抗福島県軟式野球大会選手募集

9月19日から開催予定の「第4回市町村対抗野球大会」の鮫川村代表選手を募集します。

募集期限 5月28日(金)
申し込み 住所、氏名、生年月日を村教育委員会までご連絡ください。
募集人員 25人 ※定員になり次第、締め切ります。

参加条件 平成22年4月1日現在で、村内に住所がある社会人、または村外在住者で鮫川中学校を卒業している社会人

■問い合わせ 村教育委員会教育課
49-3151

危険物取扱者試験

試験の種類 甲種(全種類の危険物)、乙種(第1～6類)、丙種(ガソリン、灯油、軽油など)
試験日 6月26日(土)
試験会場 県立白河実業高等学校(白河市)

願書受付期間 書面申請…5月6日(木)～14日(金)、電子申請…5月3日(月)～11日(火)

受験資格 ▶甲種…大学などにおいて化学に関する学科を卒業した者/大学などにおいて化学に関する授業科目を15単位以上修得した者/乙種危険物免状を有する者/修士・博士の学位を有する者▶乙種・丙種…受験資格の制限なし

受験申請 白河地方広域市町村圏消防本部または柵倉消防署鮫川分署にある受験願書に必要事項を記入のうえ、(財)消防試験研究センター福島県

支部に提出してください。
その他 申請に必要な書類などについて詳しくは(財)消防試験研究センター福島県支部までお問い合わせください。

準備講習会 この試験にかかる準備講習会が白河地方広域市町村圏消防本部大会議室において、5月18日(火)、19日(水)の2日間予定されています。

■問い合わせ (財)消防試験研究センター福島県支部☎024-524-1474

◆いきいき健康通信

文/村住民福祉課健康係 鈴木芳子保健師

☎49-3112

「口と歯」の健康が全身の健康に影響します

歯は年をとったら抜けてしまつものと思いませんか?しかし歯の寿命は40年とも言われ、お手入れ次第で長持ちします。歯が無くなるのは、あくまでもむし歯や歯周病という病気が原因です。

■口が持つ素晴らしい機能

- ①食べ物をよく噛んで、味わいながら食べる
- ②食感や歯ごたえを感じる
- ③はつきりした発音で話せる
- ④おしゃべりを楽しく
- ⑤表情を豊かにする

■口や歯の健康状態が悪くなると、次のような症状や病気が発生します

▼糖尿病 歯周病は糖尿病を悪化させ、糖尿病の悪化は歯周病を悪化させるという悪循環の関係にあります。また、弱くなった歯ぐきから歯周病菌が血管へ侵入すると、狭心症や心筋梗塞につながります。誤嚥性肺炎(えんせいはい)は、口の中の細菌が一緒に肺に流れ込んで炎症を起こします。

▼胃潰瘍 歯周病が悪化するると、口内細菌が住みやすくなるため、胃潰瘍が悪化します。

▼骨粗しょう症 骨粗しょう症は歯を支える歯槽骨にも同様に起こります。歯周病の治療が骨粗しょう症の症状を改善することもわかっています。

▼不定愁訴(原因が特定されず病気とみなされない諸症状)かみ合わせが悪いと、あの位置がずれば、バランスを取ろうとして頭が傾きます。頭の傾きを支えようと、全身の筋肉が緊張し身体が歪み、肩こりなどが起こることがあります。

歯は年をとったら抜けてしまつものと思いませんか?しかし歯の寿命は40年とも言われ、お手入れ次第で長持ちします。歯が無くなるのは、あくまでもむし歯や歯周病という病気が原因です。

■問い合わせ 村体育協会事務局 (公民館内) ☎49-3151

お知らせ

■お問い合わせ 村教育委員会事務局 (公民館内) ☎49-3151

■問い合わせ 村教育委員会教育課 ☎49-3151

■「口腔ケア」の機能を保持

▼口腔体操…舌・唇・ほお・のどなどの筋肉を鍛えることができます

ア、口を閉じたままほおを膨らませたり、すぼめたり。

イ、口を開けて、舌を出したり、引っ込めたり。

ウ、舌を出して、上下左右に動かす

エ、口を閉じて、口の中で舌を上したり、下へ下へまわしたり。

▼口の手入れ…口腔内を清潔に保ちましょう。

ア、毎食後、必ず歯みがきを。イ、舌の上の白い汚れは(舌苔)口臭の原因になります。時々専用のブラシで磨きましょう。

ウ、入れ歯は必ずはずしてみがきましょう。歯の表裏だけでなく、パネや吸着させる部分もしっかり洗います。

エ、抗菌剤を含むうがい薬(洗口剤)でうがいをすれば、細菌の繁殖を抑え清潔を保てます。

生活で気をつけられることは、バランスの良い食事をしっかりと噛んで食べることや、姿勢を良くすること。たぐさんおしゃべりをすることや歌を歌ったり、早口言葉も効果的です。毎日の生活の中で、無理なくできることを増やしていきましょう!

■かかりつけ歯科医で定期健診 年に1～2回定期的に受診し、予防法や治療の相談をしましょう。

病気を予防し、自分が望む生活が続けられることが大切になります。いくつになっても「年のせい」とあきらめないで、できることから始めましょう!

いろいろへんないろのはじまり
(アーノルド・ローベル著、富山房)
昔、色がなかった時代。魔法使いが「あれをちょっぴり、これをちょっぴり…」混ぜ合わせて出来た「青色」。でも、青色だけを見ているとだんだん悲しい気持ちに…そして、黄色、赤色が作られて…色の美しさを教えてくれる楽しい絵本です。



絵本で子育て
(秋田喜代美、増田時枝著、岩崎書店)
子育てして、うれしかったとき、困ったとき、悲しかったとき、子どもといっしょに開けば、なんだかホッとして、また、がんばろうという気持ちにさせてくれる絵本が150冊紹介されています。



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

火	水	木	金	土
				5/1 ●ふるさと春まつり
4 みどりの日 ●車田病院(埴町) ☎43-1019 ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●ふるさと春まつり	5 こどもの日 ●金澤医院(矢祭町) ☎46-2312 ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●ふるさと春まつり	6 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面)	7 ●筋力づくり教室…10:00~15:00[保]	8
11 ◆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]	12 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00~16:30[図]	13 ◆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] ●やまゆり保育室[こ]	14	15
18 ◆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]	19 ◆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] ●おはなしの森…16:00~16:30[図] ●地デジ説明会	20 ◆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] ●心配ごと相談…13:00~15:00[公] ●やまゆり乳児室[こ] ●地デジ説明会	21 ●地デジ説明会	22 ●鮫川小春季大運動会
25 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●10か月児健診・お母さんの口腔健康相談…9:30~[保] ●1歳6か月児健診・10か月児健診…13:15~[保]	26 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00~16:30[図]	27 ◆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]	28	29 ●青生野小・青生野区民大運動会
6/1 ◆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]	2 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00~16:30[図]	3 ◆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]	4 ●保育参観デー[こ]	5 ●保育参観デー[こ]

[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

5 生活情報カレンダー

月1日~6月5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
2 ●東館診療所(矢祭町) ☎46-3165 ●ふるさと春まつり	3 憲法記念日 ●大木医院(棚倉町) ☎33-2424 ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●ふるさと春まつり
第1日曜日は環境美化の日	
9 ●東白川中央病院(棚倉町) ☎33-3263	10 ●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~/埴厚生病院
16 ●おおひら整形外科クリニック(棚倉町) ☎33-9468 ●親子読書教室	17 ●図書館休館日 ●トレセン休館日
23 ●埴厚生病院(埴町) ☎43-1145	24 ●図書館休館日 ●トレセン休館日
30 ●木村医院(矢祭町) ☎46-3528 ●ウォーキング大会	31 ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●固定資産税納期限

☎=休日当番医

●お誕生おめでとうございます

(3月届け出分・敬称略)



いしい けんせい
石井 憲成・男
平22.2.20生
住所…酒垂
保護者…大輔・琴乃



せきね みお
関根 心桜・女
平22.3.21生
住所…萩ノ沢
保護者…成人・沙緒里



たかぎ えいと
高木 瑛飛・男
平22.3.22生
住所…前押野
保護者…順一・綾子

●おくやみ申し上げます

(3月届け出分・敬称略)

住所氏名	月日	年齢
折戸 阿久津ヨウ	2.27	84歳
青生野 大森 嘉治	3.9	82歳
中 沢 円谷 鶴男	3.11	67歳
宿ノ入 石田 末子	3.12	101歳
小名沢 生田目タマ	3.25	97歳
関 下 藤田 ミネ	3.26	87歳
福 原 蛭田ミツ子	3.27	78歳
前 沼 岡部 アサ	3.31	89歳

●人の動き

4/1 現在・()は前月比

人口	4,174 人(-33)
男	2,060 人(-14)
女	2,114 人(-19)
世帯	1,161 戸(-1)

●寄付・寄贈

(3月受理分・敬称略)

■社会福祉事業のために[金員]……阿久津一男(折戸)大森嘉幸(青生野)石田穰(埼玉県所沢市)生田目一義(小名沢)藤田幸雄(関下)蛭田完治(福原)

※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

■今年の4月は、気温の変化により、桜の開花が遅く、桜に関する問い合わせには、とても苦労しました。■5月に入り、今年も「鮫川ふるさと春まつり」が村内7か所で開催されます。ゴールデンウィーク期間中は、各会場に足を運んでみてはいかがですか。(須藤)