

選挙 鮫川村議会議員一般選挙

私たちの暮らしに最も身近で直接関わりのある村議会議員の選挙を4月19日告示、4月24日投票で行います。

村議会議員一般選挙に立候補を予定している方に、立候補届出などに関する説明会を開催します。

なお、説明会当日に立候補を予定されている方に立候補届出書類などを交付します。

説明会日時・場所 3月23日(水)午後1時30分・村公民館大集会室
立候補ができる方 満25歳以上(昭和61年4月20日生まれ以前)で、村に引き続き3か月以上住所を有する日本国民の方
立候補の届出 4月19日(火)午前8時30分から午後5時まで/役場2階正庁
選挙の投票日 4月24日(日)午前7時から午後6時まで/村内7つの投票所

問い合わせ 村選挙管理委員会
☎49・3111

予防接種 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などの感染症は、感染すると多くの健康被害を及ぼし、周囲の方にうつす恐れがあります。

予防接種ができる期限は3月31日(木)までとなっています。

予防接種について不明な点や予約票がない方は、役場住民福祉課健康係までお問い合わせください。

- 各種接種の対象年齢**
- 麻しんおよび風しん
 - I期：1歳～2歳未満
 - II期：5歳～7歳未満(幼稚園児)
 - III期：12歳～13歳(中学1年生)
 - IV期：17歳～18歳(高校3年生相当)
 - 二種混合：11歳～13歳未満(小学生)

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

- 6年生**
- 日本脳炎
 - I期：3歳～7歳6か月
 - II期：9歳～13歳未満
- 問い合わせ** 村住民福祉課健康係
☎49・3112

お知らせ 平成23年度 村体育施設および村公民館使用 料減免申請書の提出について

村体育施設および村公民館を、年間を通して使用する団体で、使用料減免の対象となる団体を使用料減免団体として登録します。

減免を希望する団体は、次により使用料減免申請書(村教育委員会にあります)を提出してください。
提出期限 最初に使用する日の1週間前
提出先 村教育委員会教育課(村公民館内)
記入上の注意 使用予定期間は、平

鮫川村街頭犯罪発生状況
榎倉警察署 (☎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：1月22日～2月22日
累計：1月1日～2月22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。

人事異動

▼村選挙管理委員(2月2日付・敬称略)
委員長：前田榮(官代) / 職務代理者：岡部喜一郎(青生野) / 委員：齊藤一郎(吉台)、湯座和男(真坂)

◆お知らせ2

軽自動車および普通自動車の変更 手続・移転手続はお済みですか

軽自動車および自動車税は、4月1日現在に車両を所有している方に課税されます。そのため、名義変更や廃車、住所移転などの手続きが3月末までに行われていないと、前の所有者に課税されることとなりますので、該当する方はお早めに手続きをしてください。

税に関する問い合わせ ▶軽自動車税の課税内容に関すること…村総務課税務係/届出などの手続きに関すること…榎倉自家用自動車組合☎33-3028、または福島県軽自動車協会☎024-546-2577▶普通自動車の課税内容に関すること…県南地方振興局県税課課税課☎0248-23-1519/届出などの手続きに関すること…管轄する運輸局

問い合わせ 村総務課税務係☎49-3111

予備自衛官補募集

普段は企業などの一員として社会で活躍、いざというときは自衛官として貢献、それが陸上自衛隊の予備自衛官

補制度です。
受験資格 一般公募…18歳以上34歳未満/技術公募…18歳以上55歳未満
受付締め切り 4月6日(水)
試験日 4月15日(金)～18日(月)の間の1日
問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部白河地域事務所☎0248-24-0372

会社などを退職された方へ 国民年金の加入と納付を忘れずに

60歳未満で厚生年金や共済組合をやめた方は、14日以内に住所地の市町村の国民年金担当窓口で種別変更の手続きをして、国民年金保険料を納めていただくことになります。なお、扶養している配偶者(第3号被保険者)がいれば、同様の手続きのうえ、保険料を納めることとなります。届出の際には、印かん、年金手帳のほか、添付書類として退職証明書または離職票の写しなどの社会保険離脱証明書が必要です。また、失業による保険料の特例免除がありますので、申請される方は失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、

離職票など)をお持ちのうえ、手続きをしてください。

問い合わせ 村住民福祉課住民係☎49-3113、日本年金機構白河年金事務所☎0248-27-4161

引越相談所開設

引越シーズンのピークとなる3月、4月の2か月間、トラック事業者団体の福島県トラック協会では、県内7か所で「引越相談所」を開設し、電話などによる相談に応じます。緑ナンバーのトラックを利用しての引越や引越に伴うサービスについてお困りのことがありましたら、「引越相談所」へご相談ください。
相談時間(電話) 月曜から金曜日(祝日を除く)までの午前9時から午後4時まで

相談所連絡先 福島県トラック協会須賀川支部…☎0248-76-5923

その他 引越は下見(有料)、見積もり(無料)を的確に行うことが重要です。運賃やサービス内容についてよく打ち合わせしましょう。

問い合わせ 東北運輸局福島運輸支局輸送・監査部門☎024-546-0343

◆いきいき健康通信

村地域包括支援センター 前田春江社会福祉士 ☎29-1233

**介護予防でいつまでも自分らしく②
「生活不活発病」に注意しましょう**

■生活不活発病とは
使わない機能が衰えるということはよく知られています。生活不活発病は、生活が不活発(動かない)な状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことを言います。特に高齢の方や持病のある方は、生活不活発病を起こしやすい悪循環となりやすいため、早期に対応することが大切です。

▼悪循環を断ち切りましょう
生活不活発病が起きると、歩くことなどが難しくなり、疲れやすくなったりして「動きにくく」なり、「動かない」こととなります。生活不活発病はますます進みます。

▼筋力の衰えは意外と速い
普段健康な人でも体を動かさないと、筋力の衰えは意外と速く進行します。一日の安静によって生じた機能低下の回復には1か月以上かかると言われていています。

いつたん起こってしまつと回復するのは困難になります。そのため、生活不活発病は予防することが何より重要です。

■早めに気付いて対策を！
■予防のポイント
▼早く発見し早めの対応を
動作の不自由や体力の衰えは、「生活不活発病」によることとあります。また病気のためだと

思っている場合にも「生活不活発病」が加わっていることがありますので注意が必要です。

▼みんなで防ぎたい閉じこもり
一日何もしないで家の中に閉じこもっていると運動機能を低下させ、意欲を失くしてしまいます。

閉じこもりは寝たきりの前兆であると考えられています。家庭や社会の中で、高齢者が一定の役割を持ち主体的な生活を送ることに喜びを感じていくことができればよい配慮しましょう。

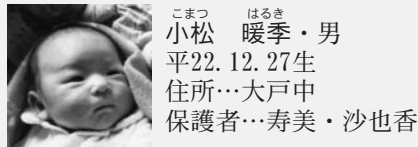
▼「動」の質を高めましょう
予防のためには、日常生活での活動性を向上させることが大切です。日中、体を横にせず自分でできることは自分で行い、家事や趣味などの活動や社会活動なども積極的にを行い、生活全般の活性化、社会活動の拡大を図ることが必要です。

▼進んで利用、人の輪、地域の輪
その人の状態にあつたさまざまな介護予防事業を積極的に利用して「生活不活発病」を予防しましょう。

地域包括支援センターでは、本人が行うことはできる限り本人が行うことを基本的な視点として、本人とともに出来ることを発見し、本人の主体的な活動や参加意欲が高められるよう支援していきます。

●お誕生おめでとうございます

(1月届け出分・敬称略)



こまつ はるき
小松 暖季・男
平22.12.27生
住所…大戸中
保護者…寿美・沙也香

●おくやみ申し上げます

(1月届け出分・敬称略)

住所氏名	月日	年齢
中山 芳賀 太司	1.4	86歳
落合 我妻 美江	1.13	80歳
欠下 舟木 ナカ	1.15	82歳
青生野 新妻 光江	1.15	86歳
樋久保 森 芳子	1.18	82歳
後田中 須藤 寅男	1.18	90歳
落合 我妻 イネ	1.21	84歳
遠ヶ竜 森 重壽	1.29	83歳

●人の動き

2/1 現在・()は前月比

人口	4,151人(±0)
男	2,057人(+3)
女	2,094人(-3)
世帯	1,171戸(±0)

●寄付・寄贈

(1月受理分・敬称略)

■社会福祉事業のために[金員]…芳賀敏彦(中山)我妻一(埼玉県久喜市)舟木秀一(欠下)須藤良孝(後田中)森元良(遠ヶ竜)

■ひだまり荘に[タオル]…中野長生会(矢吹友一会長)



タオルを手渡す中野長生会のみなさん

※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

■2月は、あっという間に過ぎ、日に日に春を感じられるようになりました■今月末には、館山公園ボランティア植栽作業が予定されています。ぜひ、記念植樹を館山公園に植栽してはいかがでしょうか。(須藤)

3 生活情報カレンダー
月1日～4月9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
6	7
13	14
20	21
27	28
3	4

☉=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



怒らない技術 (嶋津良智著、フォレスト出版)
怒らない技術を知れば仕事、人間関係、美容など大切な場面で役に立てると思います。
心や感情をコントロールすることの重要性と簡単な方法を伝える1冊です。



食費が減るおかず BEST500 (主婦の友社著・出版)
「食費がなかなか減らない…」と思っている方へ。食費減らしはおかず作りの腕を上げ、家計と家族に夢をもたらす主婦の大事な仕事です。本当に節約を助ける材料別おかずと晩ごはんの献立ヒント付きの本です。

火	水	木	金	土
3/1 ◆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) ●献血 ●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] ●やまゆり保育室[こ]	4	5 ●チャレンジスクール閉講式…9:00~[公]
8 ◆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]	9 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00~16:30[図] ●社会復帰支援事業(やまぶきの会)…10:00~15:00[保] ●やまゆり乳児室[こ]	10 ◆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]	11 ●鮫川中学校卒業証書授与式	12
15 ◆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]	16 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●筋力づくり教室…10:00~15:00[保] ●おはなしの森…16:00~16:30[図]	17 ◆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]	18 ●心配ごと相談…13:00~15:00[公]	19
22 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●幼稚園卒園式 ●各小学校修了式	23 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●各小学校卒業証書授与式 ●鮫川中学校修了式 ●おはなしポケットによるおはなしの森…16:00~16:30[図]	24 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面)	25	26
29 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面)	30 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…16:00~16:30[図]	31 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面)	4/1	2
5 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面)	6 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●各小・中学校入學式	7 ◆送迎バス運行日(渡瀬・青生野方面)	8	9

[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