

お知らせ

トレセンプールは 9月11日(日)まで

9月11日(日)の利用をもって、村農業者トレーニングセンタープールの利用を終了します。

■問い合わせ 村教育委員会教育課
☎49・3151

村内を走るバスで 通学する高校生を補助します

村では、村内を走る生活路線バスの維持確保を目的に、「村営バスあおぞら号」と福島交通の「宝木経由鮫川線」「塙・鮫川線」の3路線について、鮫川村に住所があり、定期券を購入して通学する高校生の通学定期運賃の50%を補助する「通学定期運賃補助事業」を今年4月から行っています。

この補助を受けるには役場に申請書を提出し登録する必要があります。

村内の生活路線バスを維持するため、対象となる方はぜひご利用ください。詳しくは役場企画調整課までお問い合わせください。

■問い合わせ 村企画調整課 ☎49・3115

村芸術鑑賞事業 音楽公演

日時 9月27日(火)午後1時30分～午後3時
場所 鮫川小学校体育館
演目 ビバームジカ「よっこぴの歌」を歌おう

■問い合わせ 村教育委員会教育課
☎49・3151

災害・避難情報が 提供されます

村では、9月からNTTドコモの携帯電話を利用した緊急速報「エリアメール」が配信され、「災害・避難情報」が提供されます。

役場の電話番号 0247-49-3111(代表)

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

教育委員会	49-3151
	FAX 49-3152
図書館[FAX兼] (村歴史民族資料館内)	49-3106
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
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
9月30日(金)
固定資産税 第3期
国民健康保険税 第4期
介護保険料 第4期

◆お知らせ2

9月9日は「救急の日」

9月4日(日)～10日(土)は救急医療週間です。救急車の安易な利用が増えると、本当に困っている人の妨げになります。救急車の適正な利用をお願いします。

◎119番通報するときは「落ち着いて」「ゆっくり」「はっきり」と通報してください。以下の4点をあわせて伝えましょう①住所、番地、世帯主/②目標物/③わかる範囲で急病、けがの詳しい状況/④自分の名前、電話番号

■問い合わせ 榎倉消防署鮫川分署 ☎49-2119

平成23年度 自動車税の課税について

県では、現在、東日本大震災に伴い、平成23年度自動車税の定期課税を延期していますが、原子力災害区域に係る一部市町村を除き、次の日程で課税を実施します。なお、この間に車検有効期間が満了する自動車については、平成22年度の納税証明書(平成23年10月30日まで有効)で車検を更新することができます。

納税通知書の発付日 9月7日(水)

納期限 10月31日(月)
■問い合わせ 県南地方振興局県税部 ☎0248-23-1519

個人事業税の定期課税延期について

県内で事業を営んでいる方を対象とした個人事業税は、通常8月31日(第1期分)までと、11月30日(第2期分)までの2回に分けて納付することになっていますが、今年度課税分については、東日本大震災に伴う納期限などの延長措置により、納税通知書の発付を延長しています。

具体的な課税時期については、確定次第お知らせします。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

鮫川たんぽぽの家感謝祭開催

日時 9月10日(土) 午前10時30分～午後2時30分

場所 社会福祉法人鮫川福祉会鮫川たんぽぽの家(赤坂西野字岡田)

内容 音楽と踊りの祭典やおいしいうどんを低価格で提供、このほか焼き鳥、ジュースなどの露店

■問い合わせ 社会福祉法人鮫川福祉会 鮫川たんぽぽの家 ☎49-2022

自衛官各種採用試験のお知らせ

募集種別 ①看護学生/②防衛大学校/③防衛医科大学校

受付期間 9月5日(月)～30日(金)

試験日・会場 ①10月22日(土)/②11月5日(土)・6日(日)/③10月29日(土)・30日(日)・郡山市労働福祉会館

■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

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	2	18
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	1	1
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	3	19

発生件数：7月11日～8月10日
累計：1月1日～8月10日

◆いきいき健康通信

文/村住民福祉課福祉係 蛭田みゆき保健師 ☎49-3113

「疲れしているのに眠れない」、
「うっ病になると約90%の方が
うつ病になる」と関係
が発展していく恐れがあります。
改善することが病気の改善につな
がる一方、放置するとうつ病に
■睡眠不足と睡眠障害
糖尿病などの生活習慣病、パー
キンソン病や認知症などの中枢
神経疾患、喘息などの呼吸器疾
患、心筋梗塞などの循環器疾患
が挙げられます。睡眠障害を改
善することが病気の改善につな
がる一方、放置するとうつ病に
■睡眠不足と睡眠障害
糖尿病などの生活習慣病、パー
キンソン病や認知症などの中枢
神経疾患、喘息などの呼吸器疾
患、心筋梗塞などの循環器疾患
が挙げられます。睡眠障害を改
善することが病気の改善につな
がる一方、放置するとうつ病に

「眠れてる？」を合言葉に
睡眠不足や不眠を軽視せず、
眠れていることをお互いに確認
し合いませんか。また、不眠の
心配がある方には積極的に専門
機関への受診を勧めましょう。

①睡眠不足：不適切な生活環
境や不規則な睡眠習慣で十分
な睡眠が得られない状態
②睡眠障害：生活環境や規則
的な睡眠習慣でも精神、身体
神経などの病気のために不眠
や日中の強い眠気などの問題
がある状態
■睡眠障害を引き起こす病気は？
代表的なものとして高血圧や
糖尿病などの生活習慣病、パー
キンソン病や認知症などの中枢
神経疾患、喘息などの呼吸器疾
患、心筋梗塞などの循環器疾患
が挙げられます。睡眠障害を改
善することが病気の改善につな
がる一方、放置するとうつ病に

「夜中に目を覚ましてしまっ
「朝早く目覚めてしまっ」など
睡眠障害をきたします。特に休
日も含め、『2週間以上眠れな
い』ことが毎日続く場合には、
うつ病のサインかもしれません。
■睡眠キャンペーンとは？
日本は平成10年から12年連続
で自殺者が年間3万人(交通死
亡事故者は1万人)を超え、自
殺大国と言われるほど、諸外国
と比べ自殺者が多い国です。そ
の中でも中高年の男性の自殺が
最も多く、うつ病が起因してい
ることが少なくありません。し
かし、うつ病の症状は本人の自
覚しにくいものも多く、家族や
周りの人が気づきにくい傾向が
あります。
そのような中で最も自覚しや
すく、周囲が気づきやすいもの
は「不眠」です。『2週間以上
継続する不眠』の早期発見が、
うつ病の早期発見、早期治療、
ひいては自殺予防につながりま
す。「睡眠」の問題を切り口と
して「うつ病のサイン」に気づい
ていただくこと、早めに専門機
関へ受診を促すことがキャンペー
ンの目的です。

9月は自殺予防月間 自殺対策の
「よく眠れていますか？」
■なぜ人は眠るのでしょうか？
眠ることには大切な理由があ
ります。
①脳と心身の疲れを取り除く
(体温の低下、脳への血流量
の減少により疲労を解消する)
②夜12時から3時の時間帯には
細胞を再生・修復する新陳代
謝の作用がある成長ホルモン
が活発に分泌される
③免疫力を高める
④ストレスを取り除く
⑤情報の整理と記憶を脳に記録
される作業を行う
■睡眠不足と睡眠障害
睡眠不足：不適切な生活環
境や不規則な睡眠習慣で十分
な睡眠が得られない状態
②睡眠障害：生活環境や規則
的な睡眠習慣でも精神、身体
神経などの病気のために不眠
や日中の強い眠気などの問題
がある状態

「夜中に目を覚ましてしまっ」
「朝早く目覚めてしまっ」など
睡眠障害をきたします。特に休
日も含め、『2週間以上眠れな
い』ことが毎日続く場合には、
うつ病のサインかもしれません。
■睡眠キャンペーンとは？
日本は平成10年から12年連続
で自殺者が年間3万人(交通死
亡事故者は1万人)を超え、自
殺大国と言われるほど、諸外国
と比べ自殺者が多い国です。そ
の中でも中高年の男性の自殺が
最も多く、うつ病が起因してい
ることが少なくありません。し
かし、うつ病の症状は本人の自
覚しにくいものも多く、家族や
周りの人が気づきにくい傾向が
あります。
そのような中で最も自覚しや
すく、周囲が気づきやすいもの
は「不眠」です。『2週間以上
継続する不眠』の早期発見が、
うつ病の早期発見、早期治療、
ひいては自殺予防につながりま
す。「睡眠」の問題を切り口と
して「うつ病のサイン」に気づい
ていただくこと、早めに専門機
関へ受診を促すことがキャンペー
ンの目的です。

◆お知らせ1

この補助を受けるには役場に申請書を提出し登録する必要があります。

村では、9月からNTTドコモの携帯電話を利用した緊急速報「エリアメール」が配信され、「災害・避難情報」が提供されます。

9月17日から開催される「第5回市町村対抗福島県軟式野球大会」に鮫川村チームが出場します。
試合日(予定) 9月24日(土) 第2試合(午前9時45分試合開始)
会場 あづま球場(福島市)
対戦相手 二本松市チーム
■問い合わせ 村教育委員会教育課
☎49・3151

毎月8日は「歯の日」
毎月8日は「歯の日」として、子どもたちがむし歯予防を防災無線で呼びかけます。
9月放送を担当するのは、
鮫川中学校
矢吹ゆかりさん(3年)
北條 瑞希さん(3年)

「エリアメール」は、主に緊急地震速報に利用されていますが、鮫川村の災害情報や災害時における避難情報も配信します。受信には、携帯電話の受信設定が必要となりますので、詳しくは、NTTドコモホームページ(http://www.nttdocomo.co.jp/)をご覧ください。
■問い合わせ 村総務課総務係 ☎49・3111

第5回市町村対抗福島県軟式野球大会
初戦の相手は
二本松市チーム
9月17日から開催される「第5回市町村対抗福島県軟式野球大会」に鮫川村チームが出場します。
試合日(予定) 9月24日(土) 第2試合(午前9時45分試合開始)
会場 あづま球場(福島市)
対戦相手 二本松市チーム
■問い合わせ 村教育委員会教育課
☎49・3151

結核は過去の病気ではありません。人から人にうつる感染症で、自分が結核と気付かず周りにうつしてしまうことがあります。早期発見、早期治療により治すことができます。
症状 長引く咳(2週間以上)、タ
ンがでる、長引く微熱や体のだる
さ、体重減少、胸の痛みなど
予防 生後6か月までに必ずBCG
予防接種を受けましょう。/年1
回は定期的に健診を受けましょう。
■問い合わせ 県南保健福祉事務所
感染症予防チーム ☎0248-2
2-6405

●お誕生おめでとうございます

(7月届け出分・敬称略)



なかがわさい ひなと
中川西 陽悠・男
平23.7.10生
住所…茅
保護者…吉栄・美穂



たむら か
田村 のど椀・女
平23.7.10生
住所…戸草
保護者…淳・恵



すずき こうすけ
鈴木 洸祐・男
平23.7.17生
住所…鍛木田
保護者…洋一・恵美子

●おくやみ申し上げます

(7月届け出分・敬称略)

住所氏名月日年齢
中山 蛭田 梅雄 7.6 82歳

●人の動き 8/1現在・()は前月比

人口 **4,100** 人(-4)
男 **2,025** 人(-4)
女 **2,075** 人(±0)
世帯 **1,171** 戸(-1)

●寄付・寄贈 (7月受理分・敬称略)

- 社会福祉事業のために[金員]…蛭田 伸二(中山)
- ひだまり荘に[マスク]…ユニ・チャームプロダクス株式会社福島工場(関忍工場長)
- 各小学校の教育振興のために[ゴム製ドッジボール]…住友生命保険相互会社福島支社(宮崎茂福島支社長・郡山市)

※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

■震災の影響により、8月1日付で教職員の人事異動がありました。今月号では、赴任された先生方に、村の印象などをインタビューしました。改めて村が自然豊かであることを実感しました。(須藤)

9 生活情報カレンダー
月1日～10月8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
◎おおひら整形外科クリニック(棚倉町) ☎33-9468 ●村民ゴルフ大会…8:00スタート/白河国際カントリークラブ 第1日曜日は環境美化の日	●図書休館日 ●トレセン休館日
11	12
◎塙厚生病院(塙町) ☎43-1145 ●親子読書教室…10:00～[歴] ●トレセンプール終了	●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
18	19 敬老の日
◎木村医院(矢祭町) ☎46-3528	◎あらまちクリニック(棚倉町) ☎33-8018 ●図書館休館日 ●トレセン休館日
25	26
◎東館診療所(矢祭町) ☎46-3165 ●村消防団秋季検閲…8:30	●図書館休館日 ●トレセン休館日
2	3
◎大木医院(棚倉町) ☎33-2424	●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

◎=休日当番医 [歴]=歴史民俗資料館

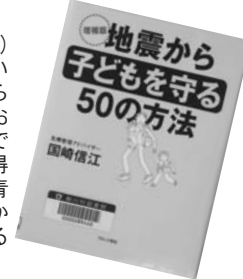
Book

図書の缶詰

図書館からおすすめの本をご紹介します
鮫川村図書館(村歴史民俗資料館内) ☎49-3106



赤おに
(浜田廣介著、ブロンズ新社)
人間と仲良くしたい赤おにのために、自ら悪人を買ってでる青おに。青おにのおかげでたくさんの友だちを得た赤おにでしたが、青おにがどうなったのか気になって尋ねてみると…。名作絵本です。



地震から子どもを守る50の方法
(国崎信江著、ブロンズ新社)
「巨大地震に向けて、今すぐ備えたい7つの方法」を紹介。細かな調査と研究の中で編みだした50の防災対策マニュアル。自宅で、外出先でのそれぞれの対処法や本当に必要な備えまで…。家族で読みたい1冊です。

火	水	木	金	土
		9/1 ◆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) ●はかり定期検査…13:30～15:30[公]	7 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…15:30～/鮫川小 ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●やまゆり保育室[こ]	8 歯の日 ◆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]	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) ●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…15:30～/鮫川小 ●やまゆり乳児室[こ]	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]	16 ●社会学級村外旅行	17 ●敬老会…10:00～[トレ]
20 ◆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] ●農業委員会総会 ●心配ごと相談…13:00～15:00[公]	21 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…15:30～/鮫川小 ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●秋の交通安全運動(～30日)	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]	19 秋分の日 ◎和田医院(棚倉町) ☎33-2012 ●図書館休館日 ●トレセン休館日	24 ●親子運動会[こ]
27 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面) ●乳がん検診[保] ●村芸術鑑賞会…13:30～/鮫川小	28 ◆送迎バス運行日(中野・東野方面) ●おはなしの森…15:30～/鮫川小 ●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] ●郡小学校陸上大会…/棚倉町	30 ●村税など納期限	10/1
4 ◆送迎バス運行日(西野・西山・富田方面)	5 ◆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…15:30～/鮫川小	6 ◆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	7 ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保]	8

[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