



第5回 鮫川小学校だより

鮫川の川・水・魚 ～鮫川マスターになろう～

3年生の総合学習の授業で鮫川の源流を見学に行きました。地域の方々に教えて頂いたことや自分たちで調べたことをまとめて発表することもできました。 文／鮫川小学校

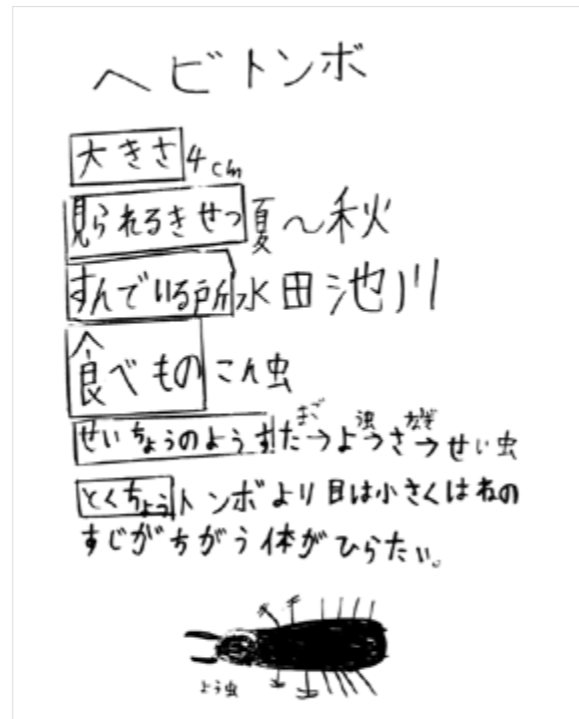
源流の場所は、旧青生野小の近くの姿平の山中。「土から染み出ている水は20年前の雨水などが染み出ているんだよ」と齋須寛一さんを中心とする地域のボランティアの皆さんに教えてもらい、実際に触れてみると「何で冷たいのだろう」「この水飲めるのかな」と新たな疑問も出てきていました。



鮫川の水生生物調査にも行き、鮫川村の川・水・魚について知ることができました。川にいる水生生物の多さや「きれいな川」を示す



「ヤマメ・カジカ」がいることに驚きながらも楽しく探索することができました。



見つけた生き物をみんなの前で発表しました

【健康小話】

文：住民福祉課

保健師のつぶやき

- For Your Health -

- 第10回 -

【正しい姿勢で健康に】

姿勢や動かしている筋肉を意識して 体操してみましょう

正しい姿勢では、足の土踏まずと耳を結ぶラインがまっすぐになります。肩甲骨を背骨の方に寄せるように意識してみましょう。立位で両手が太ももの脇にまっすぐに付かず、前に付く場合は姿勢を見直しましょう。

姿勢改善に役立つ「ラジオ体操」

ラジオ体操は第一が3分、第二が3分半と短時間でできる運動です。朝、からだを動かす前のウォーミングアップとしての効果が期待できます。また、からだの末梢からもみほぐされ、全身の血行が良くなるため、肩こりの改善や呼吸機能の促進、消化器の動き



の改善、腰痛予防などの効果があり、姿勢の改善にもつながります。大事なことは、指先までしっかり伸ばすことと、動かしている筋肉に意識を集中することです。

全身運動の習慣を身につけましょう

健康の保持増進のためにはラジオ体操だけでなく、日頃から正しい姿勢を意識した全身運動で、上肢、下肢を動かし、前屈、後屈、ひねり、屈伸などの関節運動ができる体操を行うことも大切です。村内で実施している「いきいき百歳体操」もおすすです。

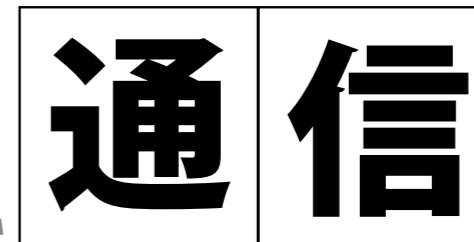
広報【お知らせ版】



発行／鮫川村 編集／総務課 ☎ 49-3111 F A X 49-2651

Eメール soumu@vill.samegawa.fukushima.jp

令和元年9月15日発行 / 第209号



鮫川へようこそ！ ハナ先生

2年間語学指導助手を務めたミシェル先生の後任として、新たにカナダ出身のモハムド・ハナ (Mohamoud Hanna) 先生が着任しました。ハナ先生からのメッセージを紹介します。

私の名前はモハムド・ハナです。私はカナダの首都である、オタワで生まれ育ちました。カナダの家には母と、弟、妹、兄がいて、私が長女です。私は家族が大好きで、私たちはみんなとても親しいです。私の母が家で話す言語はソマリア語なので、私たちはフランス語、英語、そしてソマリア語の3カ国語を話します。

私はオタワ大学で勉強し、2019年の夏に学士課程を修了しました。大学では、心理学と言語学を専攻していました。学生のころは子どもや青年期の発達障害、障害のある人もない人も一緒に支え合うインクルーシブ教育、学習障害などについて研究をしていました。

私が好きなことは新しいことに挑戦することや旅行、映画鑑賞などです。

私は8月5日に JET プログラムで日本に来ました。ここでの生活をとても楽しみにしています！

(原文)

My name is Hanna Mohamoud and I am born and raised in the Canadian capital called Ottawa. I am the eldest daughter in my family. In my house, in Canada, I have a mother and three siblings. I have a little brother, a little sister and an older brother. I love my family very much and we are very close. My mother's tongue is Somalian so at home, we speak three languages: French, English and Somalian.

I studied at the University of Ottawa where I completed my bachelor's in the summer of 2019. I did French double honours in psychology and linguistics. While being a student, my research interests were: behavioural disorder in children and adolescents; social inclusion in access to education; intellectual and developmental disabilities. With that said, I believe that my skills include but are not limited to interpersonal skills and being adaptive to a new environment.

My personal interests involve trying new activities, travelling and watching movies.

I came to Japan through the JET programme on August 5th and I look forward to my year here!



モハムド・ハナ先生

カナダ オンタリオ州 オタワ市出身。24歳。鮫川村で小・中学生の英語指導などを行います。

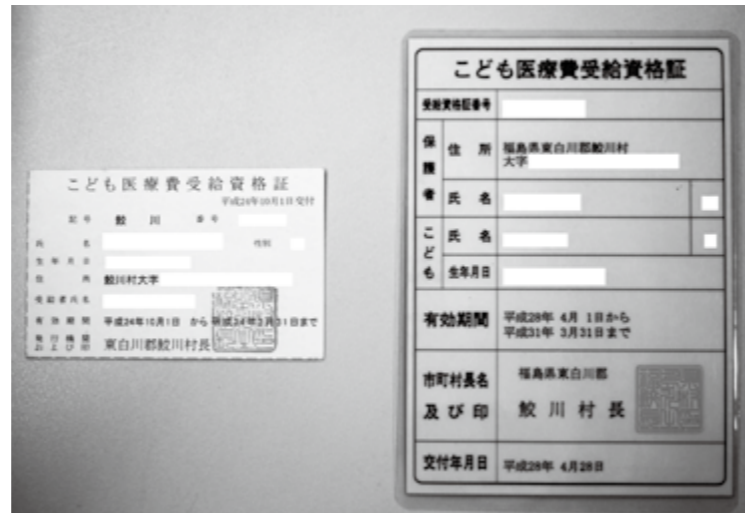
こども医療費受給資格証の更新

お手元の資格証の確認をお願いします

平成24年10月1日に子ども医療費助成に関する規則が改正されました。そのため、改正前(平成24年9月30日以前)に生まれたお子さまの受給資格証をお持ちの方は受給資格証の更新が必要となります。

お手元の受給資格証の交付日をご確認いただき、平成24年9月30日より前の場合は、新しい受給資格証を交付しますので、村住民福祉課健康係までご連絡ください。

問 村住民福祉課健康係 ☎49-3112

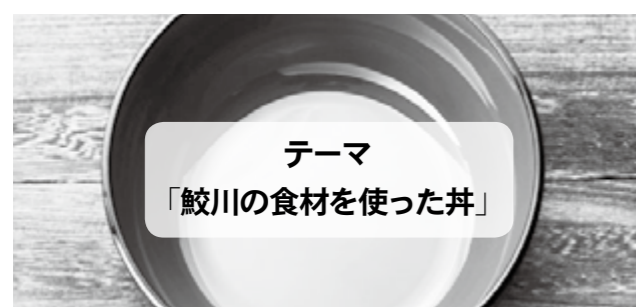


写真右の大きいものが新しい受給資格者証です。以前の資格者証(写真左)をお持ちの方は、更新をお願いします。

こども医療費助成制度

0歳から18歳までのお子さまが、病気やけがで医師の治療を受けたとき、保険診療による負担金や入院時の食事にかかる費用(入院時食事療養費定額負担金)を助成する制度です。助成を受けるためには、村が発行する「こども医療費受給資格証」が必要です。

誰でも参加 OK! グランプリ賞金5万円 さめがわ井コンテスト開催



募集期間 **10月1日(火)~10月18日(金)**

村の食材を活かした特産品開発のためのアイデアを募集します。入賞作品は、学校給食や食堂で提供予定。審査では「提供のしやすさ」もポイントになります。申込方法などコンテストの詳細は、村ホームページまたは手まめ館などの村施設に配置されたチラシにてご確認ください。

問 村農林商工課商工観光係 ☎49-3113

「農業日誌」「ファミリー日誌」「新農家暦」令和2年版 予約受付中!

農業日誌 (B6版) 1,540円 (税込み)

その日の出来事を短く記入します。農作業時間なども記入できる日記帳です。最新の農業情報や、各県の郷土料理なども掲載。実用性抜群の農家に欠かせない1冊です。

ファミリー日誌 (B5版) 1,540円 (税込み)

農業の記録や日々の思い出を日記欄にたっぷり記入できる大判サイズです。

新農家暦 A5版 550円 (税込み)

1年の備忘録として最適。「12か月暦」「農作業歴」「生活便利メモ」など、月ごとの農作業に役立つ基本情報が満載。

購入を希望される方は、10月31日までに村農林商工課へお申し込みください。発行は11月中旬頃になります。

問 村農林商工課農政係 ☎49-3113

旧優生保護法 該当者へ一時金

旧優生保護法による優生手術などを受けた方へ

国では、平成31年4月24日に成立した「旧優生保護法一時金支給法」に基づき、優生手術などを受けた方に一時金を支給しています。県では、一時金請求のほか、請求手続きに関する質問・相談に保健師や相談員が対応しますので、ご連絡ください。

問 旧優生保護法に関する相談窓口 ☎024-521-8294

福島地方法務局 富岡町で業務再開

東日本大震災発生後、福島地方法務局富岡出張所は同局いわき支局内に移転して業務を行っていましたが、本年10月15日(火)から業務を行う場所を富岡町に戻し、業務を全面再開することとしました。

場所 双葉郡富岡町小浜554-7 (いわき支局移転前と同じ)

☎0240-22-3052
その他 いわき支局内での業務は10月11日(金)まで行います。
問 福島地方法務局総務課 ☎024-534-1983

全国一斉開催! 法務局休日相談所

日時 10月6日(日) 10時~16時
場所 福島地方法務局(福島合同庁舎内)

相談内容 不動産・商業登記の手続き、家庭内の問題、風評被害による人権問題など。
※相談は無料です。

問 福島地方法務局総務課 ☎024-534-1941

県中・県南地区 不妊セミナー

不妊の悩みや疑問に答えます

本セミナーでは妊娠のメカニズムや不妊の原因、治療に関する正しい知識を得ることができます。不妊に悩む方が納得のいく

選択ができることを願って、ご参加をお待ちしています。

日時 10月5日(土) 13時35分~14時35分

場所 県中保健福祉事務所

講師 福島県立医科大学学生殖医療センター長 菅沼亮太 医師

申し込み 9月30日(月)までに、下記の問い合わせ先へ電話でお申し込みください。

その他 講話後、先着3組で個別相談の時間を設けています。希望する方はお申し込みの際に、ご確認ください。

問 県中保健福祉事務所児童家庭支援チーム ☎0248-75-7810

村の交通事故発生状況 (1/1~8/31)

発生件数	3件
死者数	0人
傷者数	3人
物件事故	36件

国道で工作物などに衝突する事故が多発しています。速度を控えめに、前をよく見て運転しましょう。

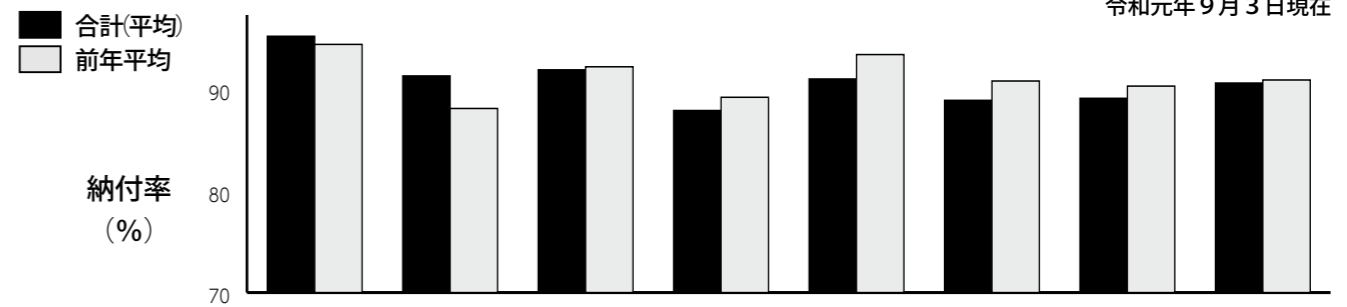
問 棚倉警察署地域交通課 ☎33-0110



納税だより

村総務課税務係 ☎49-3111

令和元年9月3日現在



税目	行政区	赤坂西野	西山	赤坂中野	東石	富田	渡瀬	青生野	合計
合計(平均)		95.2	91.3	91.9	87.9	91.0	88.9	89.1	90.6
前年平均		94.4	88.1	92.2	89.2	93.4	90.8	90.3	90.9
前年比		0.8	3.2	▲0.3	▲1.3	▲2.4	▲1.9	▲1.2	▲0.3
税目									
軽自動車税		95.3	94.3	94.1	93.0	96.3	94.1	93.9	94.3
固定資産税		96.5	95.3	95.0	93.8	93.4	97.2	89.9	95.0
村県民税		93.6	88.2	90.0	80.6	82.6	80.9	89.6	86.1
別国民健康保険税		94.0	86.4	88.7	85.4	89.3	79.8	87.3	86.9

● 今月の納付 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)・後期高齢者医療保険料(第2期) 納期限 **9月30日(月)**