

[広報]

# さめがわ

Public Relations  
SAMEGAWA

1

January  
2026 No.861  
令和8年1月1日発行

[広報]

さめがわ

何事もウマくいく年に



令和8年1月1日発行(毎月1日発行)

第861号(昭和27年9月創刊)

発行・福島県鮫川村 編集・鮫川村役場村づくり推進室

〒963-8401 福島県東白川郡鮫川村大字赤坂中野字新宿39番地5

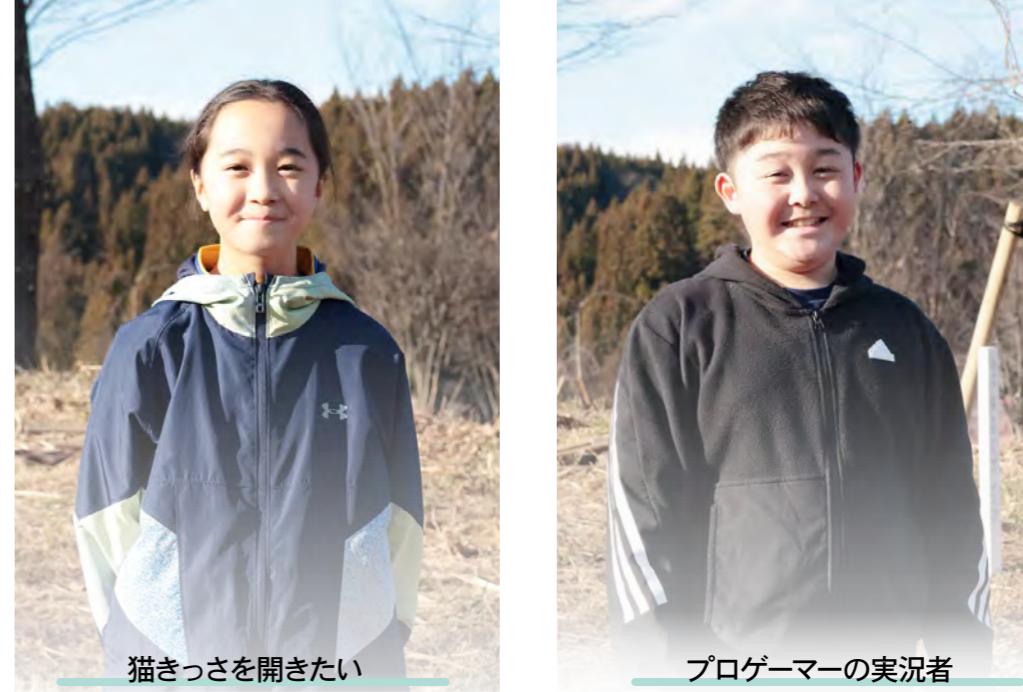
## ぼく・わたしの夢

[第101回]  
鮫川小学校6年生の児童に夢や目標を教えてもらいました。



猫きっさを開きたい

根本 芽依さん



プログラマーの実況者

鈴木蒼真さん

わたしの将来の夢は、いつも猫と一緒にいれる猫きっさのお店を開くことです。私は猫が好きです。他にも猫好きな人がたくさんいるので、猫きっさを開けば多くの人が喜ぶと思ったからです。いろいろなきっさ店で勉強して、お店の経営の仕方を学びたいと思います。また、大学などにも行って勉強したり、調理師免許も取りたいと思います。

ぼくの将来の夢は、プログラマーの実況者です。ゲームのクリアの仕方が分からぬで困っていた時、動画でクリアの方法を分かりやすく教えてくれる人がいました。その通りにやつたら簡単にクリアでき、この人はすごいと思ったからです。ぼくも大人になつたらプログラマーの実況者になって、難しそうなステージのクリアの方法をみんなに教えたいです。

## 今月の表紙 / 明けましておめでとうございます



北條八千琉くん(水口)

4兄妹の末っ子の八千琉くん。「やちくんはこうすると笑うんだよ」とお姉ちゃんとお兄ちゃんが、おもちゃ片手に撮影を手伝ってくれました。陽の光に照らされた白くてふわふわのほっぺが、宝物みたいに輝いていました。元気に大きく育ってね。

## SNSでも情報配信中

村公式アカウントはコチラ



Facebook



Instagram



Line

## 編集後記

■皆さんにアイデアをいただき2つのコーナーをスタートしました。「ぎゅつ、として。」ではその名のとおり、ぎゅつとしている写真を掲載します。ぎゅつしてくれる方を募集中です。今は少し恥ずかしいかもかもしれませんが、数年後にはきっと素敵な思い出になるはずです。■今年は午年。馬のように力強く前進していく年にしてください。本年もよろしくお願いいたします。(藤田)

# 将来に向かって 希望が持てる村に



鮫川村議会議長  
**前田武久**  
MAEDA TAKEHISA

新年明けましておめでとうございます。村民の皆様には、健やかに新年を迎えたことと、心よりお慶び申し上げます。

昨今の長引く原油価格、諸物価の高騰により、厳しい経済状況が、今もなお続いている状況にあります。

このような状況の中、昨年を振り返りますと、将来を担う村の宝である子どもたちの活躍がありました。スポーツや文化活動において、東北大会、さらに全国大会に出場し功績を残しております。また、福島県縦断駅伝競走大会では、連続出場を果たし健闘された鮫川村チームの選手の方々から勇気と感動をえていただきました。

村民が安心安全に暮らせる生

活環境を確保するには、生活道路の整備等が必須だと思います。村ではそれらに応え、村内各所で工事が進められております。その中で大規模な地すべり災害となつた内ヶ竜滝ノ下線がまもなく復旧し、今春開通の見通しなつております。

現在、村の一大事業として取り組んでおります義務教育学校等の建設につきましては、5年前の令和3年6月から始まつた村学校教育検討会を皮切りに、翌年の9月から幼保小中教育検討会の名称で村長から教育委員会に諮問されました。令和3年度17名、令和4年度は18名の委員を募り委嘱されました。検討委員会を令和4年度から令和5年1月31日まで、延べ8回、そ

のほか先進事例視察研修を実施しました。令和4年度末にそれまでの検討結果をまとめ、具現化に向け新たな組織（仮称・幼保小中教育連携協議会）を令和5年4月に設立、村へ報告する旨が最終協議会に提示され、その会が終了となりました。

令和5年度以降の協議会の協議内容、協議日数については承知しておりますが、村長から、要請を受け全員協議会を開催し数回にわたり説明を受けております。

小中学校の校舎は数年後、法定耐用年数に達し、施設の機能、性能を確保することは難しいとのことであります。議会としても建設に向け、2か年間行政視察研修を実施し、村に提言して

# 将来を見据えた 持続可能な村づくりを



鮫川村長  
宗田雅之  
SODA MASAYUKI

新年あけましておめでとうございます。新たな年の初めを迎える、村民の皆様には健やかにお過ごしのこととお慶び申し上げます。平素は村政運営に対しましてご理解と、ご支援を賜り心から感謝を申し上げます。

さて昨年は、義務教育学校建設用地選定に向けて、村有識者などで構成する幼保小中教育連携協議会、職員によるプロジェクトチーム、そして議員の皆さんに検討いただき最終的な建设用地を青少年広場に決定いたしました。

また、本年におきましては、文部科学省の地方教育アドバイザーからのご助言、義務教育学校開校準備のため新たに県に指導主事を要請、さらには保護者

の皆さんとコミュニケーションをとりながら教育内容の充実を図り、子どもたちにとつてより良い教育環境の整備を図つてまいります。

すます災害が甚大化する中で、災害時の対応・対策は住民の命に関わりますので、村として起こうとした災害を想定し、災害に対する早期情報システムの検証、住民への教育や啓発、防災訓練、地域コミュニティの強化など計画的に進めてまいります。

結びに、将来に向かつて希望が持てゆとりや豊かさが少しでも実感できる村づくりのため、村と一体となつて、進めてまいります。

令和8年が皆様にとりまして幸多からんことを祈り、新年のあいさつといたします。

のほか先進事例視察研修を実施しました。令和4年度末にそれまでの検討結果をまとめ、具現化に向け新たな組織（仮称・幼保小中教育連携協議会）を令和5年4月に設立、村へ報告する旨が最終協議会に提示され、その会が終了となりました。

令和5年度以降の協議会の協議内容、協議日数については承知しておりますが、村長から、要請を受け全員協議会を開催し数回にわたり説明を受けております。

小中学校の校舎は数年後、法定耐用年数に達し、施設の機能、性能を確保することは難しいとのことであります。議会としても建設に向け、2か年間行政視察研修を実施し、村に提言していいるところです。

農者の拡充など、持続可能な有機農業を柱とした地域づくりを進めています。

していけるよう 医療 介護  
福祉の充実、デマンド交通の運  
行、防犯・防災対策、集合住宅  
の検討を重ねてまいります。

## オーガニックビレッジ推進のメリット

オーガニックビレッジを推進し、安心・安全な農作物を作ることは、村の基幹産業である農業の振興を図るだけでなく、地域のブランド力向上や私たちの健康、里山景観の保全など、関連するさまざまな分野において相乗効果を生み出す可能性があります。



- ✓ 豊かな土壌の中で微生物の力を借りて育つため、ミネラルやビタミンなどを多く含む
- ✓ 自然や健康を重視する特色をPRすることで、環境意識の高いブランドイメージを構築

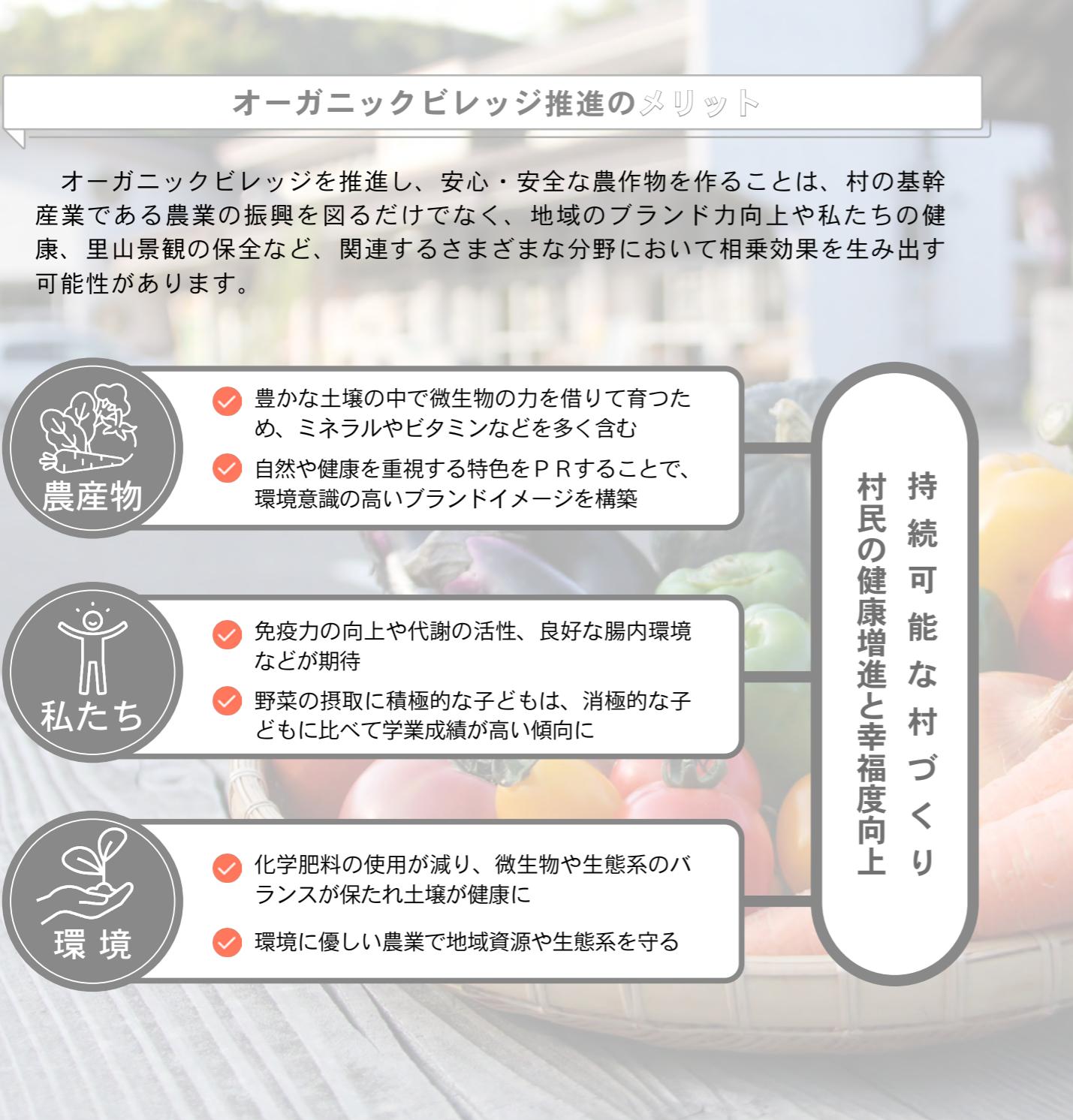


- ✓ 免疫力の向上や代謝の活性、良好な腸内環境などが期待
- ✓ 野菜の摂取に積極的な子どもは、消極的な子どもに比べて学業成績が高い傾向に



- ✓ 化学肥料の使用が減り、微生物や生態系のバランスが保たれ土壌が健康に
- ✓ 環境に優しい農業で地域資源や生態系を守る

## 持続可能な村づくり 村民の健康増進と幸福度向上



●オーガニックビレッジ  
有機農業の拡大に向けて、生産から消費まで一貫した取り組みを、農業者や住民などが地域ぐるみで進める市町村。

持続可能な村づくりと  
健康増進・幸福度向上を目指す

次世代につなげる持続可能な村づくりと、村民の健康増進・幸福度向上による持続可能な村づくりの3つを理念に掲げます。

取り組みをさらに加速させるため、オーガニックを核とした新たな挑戦「オーガニックビレッジ」を令和7年11月2日に宣言しました。これは県内で3番目となる取り組みです。

## これまでの取り組みをさらに加速 「オーガニックビレッジ」を宣言

村は、これまでの村づくりを活かしオーガニックビレッジを推進することで、持続可能な村づくりと有機農業を通じた村民の健康増進と幸福度の向上を図ります。



平成17年には、生産した大豆の6次化の拠点施設として「手・まめ館」をオープン。作って・食べて健康になる大豆を中心とした村づくりを開拓してきました。

### 環境に優しい 地域循環システムを構築

平成20年には、地域循環システム「バイオマスヴィレッジ構想」を公表しました。この構想では、環境に優しい地域循環システムを構築するため、村に豊富に存在するバイオマス資源（家畜のふん尿やもみがらなど）を活用した安心・安全の村づくりを示しています。

平成25年には、バイオマス資源活用の拠点施設として「鮫川村の安心・安全な農業と資源のきれいな水、そして、豊富な畜産資源を活かし作った上質なたい肥。鮫川村の安心・安全な環境で生産された農産物を生産、販売することは、それを消費する村民の健康増進にも直結しています。

人は生きるために食事をします。食べ物から栄養を摂ることで体が作られるため、何を食べるかは健康にとって大切です。「ゆうきの郷土（さと）」で作られた良質な肥料を使用し農産物を作ることは、農薬や化学肥料を可能な限り減らすことにつながります。つまり、安心・安全な農産物を作るためには、土づくりが重要となります。

### 安心・安全な農産物は 土づくりから

高齢化による医療費の削減や手不足による遊休農地の解消、基幹産業である農業の振興を目指し、村は平成16年に「まめで達者な村づくり」の取り組みをスタートさせました。

村豊かな土づくりセンター『ゆうきの郷土（さと）』をオープン。村内の畜産農家から出たたい肥やもみがらなどを活用した良質な有機肥料の生産などを行っています。

国では「みどりの食料システム戦略」に基づき、耕地面積に占める有機農業の割合を2050年までに全体の25%、100万haとすることを目指しています。

村は、これまでの資源循環の

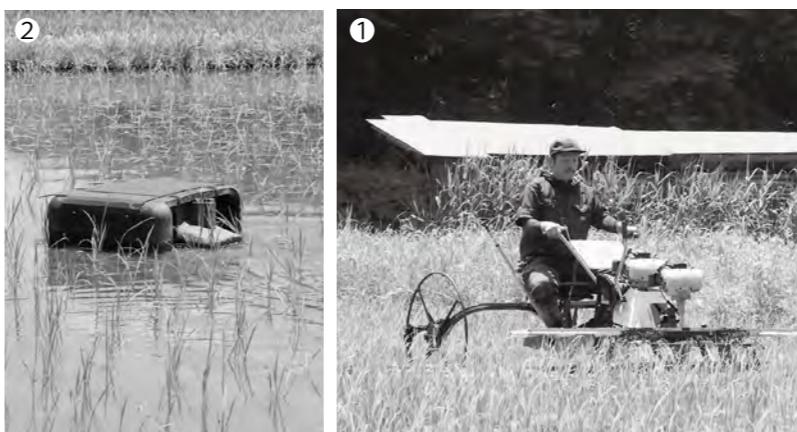
### オーガニックを核とした 新たな挑戦



▲宗田村長と宣言を行った地域貢献団体ちびレンジャーの子どもたち

# オーガニックビレッジ宣言で描く 未来へつなぐ持続可能な村づくり

有機農業を推進するうえで、雑草や病害虫の問題などの栽培管理が大きな課題です。こうした課題の解決をサポートしながら村民の皆さんと一緒に、持続可能な村づくりに向けて取り組みます。



化学肥料や農薬をなるべく使用しないで農作物を育てた場合、雑草の管理や病害虫の駆除など、栽培管理に非常に多くの労力とコストが必要になることが想定されます。また、有機栽培は手間がかかるわりに、慣行栽培に比べると収量が上がらない傾向があるとも言われます。これらの具体的な対応策として主に3つの取り組みを開示します。



## 1 栽培技術習得の場を提供

有機農業を推進するにあたり技術をどのように習得するかは大きな課題です。村は、専門家

による有機農業栽培技術講習会を実施し、知識を要する栽培技術の習得の場を提供します。

## 2 有機栽培マニュアルを作成

中山間地域における有機栽培マニュアルを作成し、有機農業を始めやすい環境整備を行います。また、モデルほ場を村内で選定し、土壤分析を行うことで、たい肥などを与えるタイミングや量などもマニュアル化します。

## 3 スマート農業を検証

モデルほ場において、雑草の管理に除草ロボットや乗用除草

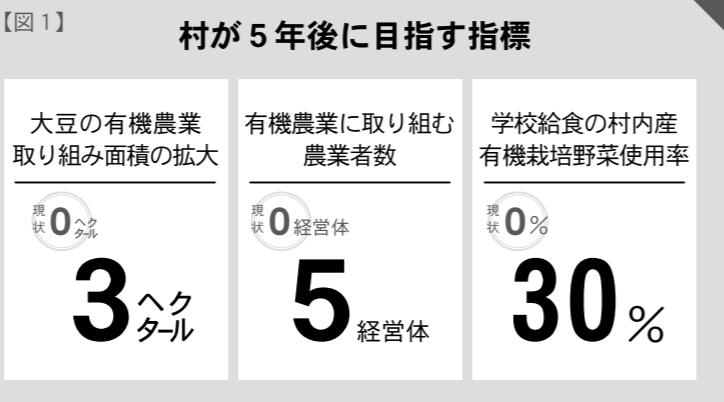
機などのITを活用したスマート農業を試験的に行い、省力化を目指します。

## 4 ミニ家庭菜園運動を展開

農業になじみのない家庭にも有機農業を身近に感じてもらうため、村民を対象にミニ家庭菜園運動を展開します。新鮮で安全な野菜を自分で育て、収穫しそうことは食育にもつながります。

## 持続可能な村づくりを

令和6年度末時点での村内にお



いて、日本の有機農産物の基準を定めた有機JASによる有機栽培を行っている人はいません。今後の有機農業を推進していく指標として、3つの指標(図1参照)を村は5年後の目標として掲げています。村全体でオーガニックビレッジを推進していくためには、行政だけでなく、村民の皆さん一人ひとりの有機農業への理解が必要不可欠です。オーガニックビレッジは、私たちの大切なるさとを守り次世代につなげていくための取り組みです。持続可能な村づくりと一緒に進めましょう。

## Interview

### 中山間地域の模範であり、全国に誇れる取り組み

清流、豊かな自然、田園が織りなす美しい里山を守り、未来へつなぐ鮫川村の取り組みは、中山間地域の模範であり、全国に誇れる大変素晴らしい取り組みあります。県は、令和7年12月に「ふくしまオーガニックビレッジ連絡会議」を設立し、オーガニックビレッジ実現を全面的に協力しており、県南農林事務所では鮫川村の取り組みを引き続き支援してまいります。村民一体となって、有機農業を核とした持続可能な村づくりにまい進していただき、豊かな食生活による村民の健康と元気溢れる子どもたちの成長とともに農業・農村が発展するよう一緒に頑張りましょう!



福島県県南農林事務所  
会田充茂所長

## 有機農業栽培技術講習会を開催

有機農業の推進を図るため、専門家を招き有機農業の講習会を開催します。皆さんのご参加お待ちしています。

講師 日本有機農業普及協会  
代表理事 小祝政明氏

場所 公民館

対象 村民

日時 ①令和8年1月28日(水)

1部 午前10時~

2部 午後1時30分~

②令和8年1月29日(木)

午前10時~

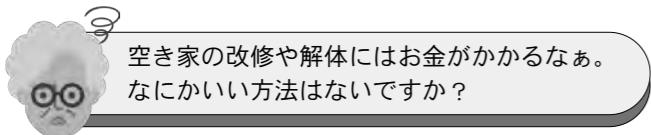
内容 ①水稻・大豆(野菜)の有機栽培に関する講座②家庭菜園向け講座

申込み ▶申込用紙を提出(チラシを全戸配付します) ▶右記QRコードからオンラインで申し込み

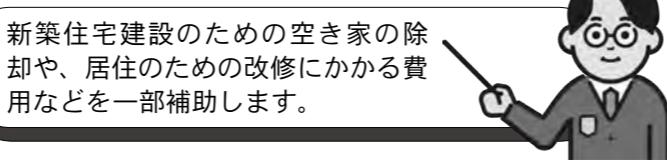


農林商工課農林畜産係  
☎ 49-3113

## 助成制度を活用する



空き家の改修や解体にはお金がかかるなあ。  
なにかいい方法はないですか？



### Renovation 改修

居住のために空き家を購入・賃貸する場合、改修やハウスクリーニング、残置物を処分する際に発生した費用の一部を補助します。

▶対象…移住者、子育て世帯、新婚世帯など

### Removal 除却

新築住宅建設のため、空き家の解体や残置物の処分および庭木の剪定などを行った際に発生した費用の一部を補助します。

▶対象…移住者、子育て世帯、新婚世帯など

### Investigation 調査

空き家の所有者や相続予定者などが、空き家の状況把握や市場価値を明確にするために行った調査費用の一部を補助します。

▶対象…所有者、相続予定者、購入予定者など

空き家問題をみんなで解決



# 空き家

適正管理でむらの  
安心・安全を守ろう



## 空き家が年々増加しています

近年、地域における人口減少や高齢化、社会的ニーズの変化、既存住宅の老朽化などに伴い、空き家は年々増加しています。特に適正な管理が行われていない空き家は、防災上・衛生上・景観形成上、地域住民の生活環境に深刻な影響を及ぼしています。

空き家は「住んでいないから関係ない」のではなく、周囲の迷惑にならないためにも適切な管理が必要です。

### 危険性 1



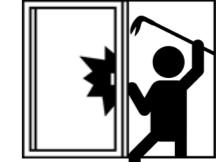
老朽化や倒壊の危険性

### 危険性 2



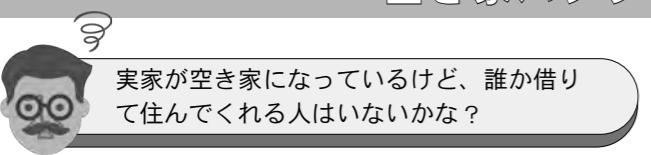
衛生面の悪化

### 危険性 3

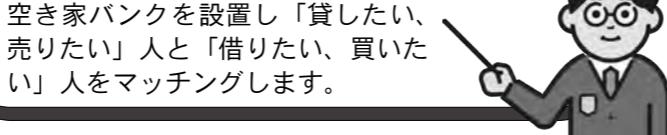


不法侵入など犯罪が増加

## 空き家バンクを活用する



実家が空き家になっているけど、誰か借りて住んでくれる人はいないかな？



### 空き家バンク制度

#### 登録対象となる地域

☑ 村内全域

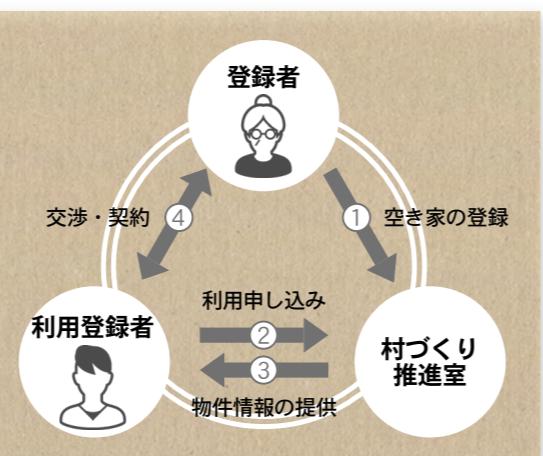
#### 登録対象となる物件

☑ 登記済みの物件であること

☑ 建築基準法に違反しない物件であること

※昭和 56 年以前に建築された木造住宅の場合、耐震診断の判定で 1.0 以上を有する必要があります。

※耐震診断が必要な場合、村地域整備課で耐震診断士を派遣し費用の一部を補助します。



## お持ちの空き家、適切に管理していますか

空き家問題は今、関係がなくとも、相続などにより突然空き家を所有することもあります。

建物は、適切に管理をしないと傷んでいきます。所有者・管理者の不適切な管理により他人に損害を与えた場合、責任を問われる場合もあります。周辺の生活環境に悪影響を及ぼさないよう、なにか起きる前に適切な管理を行いましょう。

- ☑ 定期的な清掃や管理チェックを実施
- ☑ 家族や親せきと相談し、売却・賃貸活用を検討
- ☑ 司法書士や行政書士などに早めに相談

### 損害賠償の例

建物や敷地内の工作物により第三者へ危害を加えた場合、民法の規定により損害賠償が必要となる可能性があります。

#### モデルケースの試算例

#### 家屋倒壊による隣接家屋の全壊・死亡事故（想定）

►郊外、3人家族死亡の場合

**20,860**

万円

物件損害 1,500 万円  
人身損害 19,360 万円

※公益財団法人日本住宅総合センター「空き家発生による外部不経済の実態と損害額の試算に係わる調査」をもとに作成

### 問い合わせ

村づくり推進室

☎ 57-6332

✉ suishin@vill.samegawa.fukushima.jp



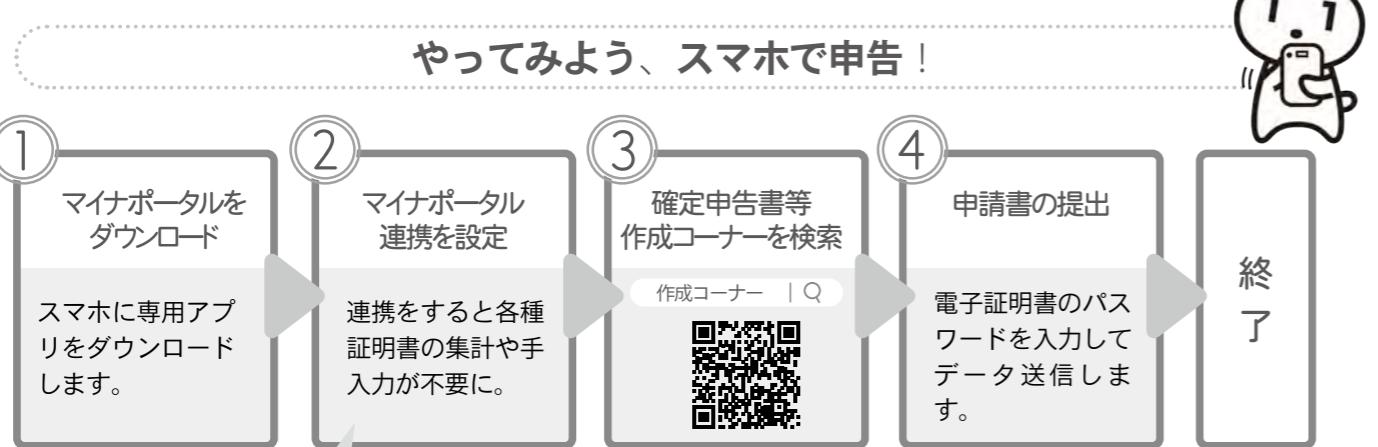
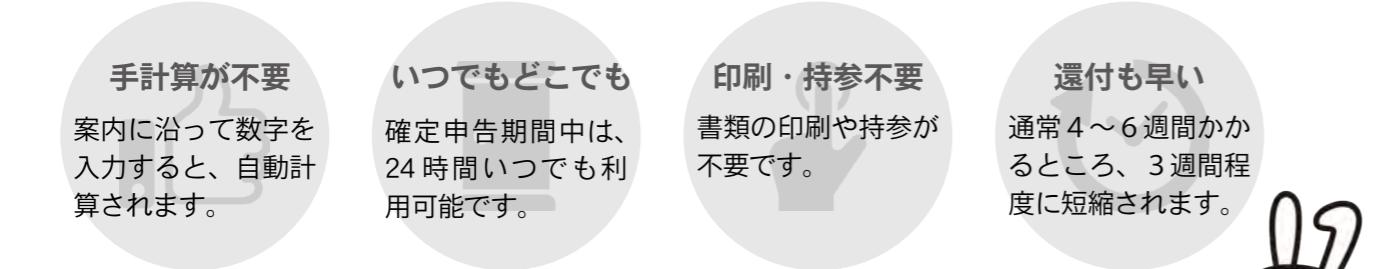
◀詳しくはこちら

# 税の申告、準備できていますか？

## TOPICS / お手持ちのスマホで申告ができます

確定申告は、お手持ちのスマートフォンやパソコンから「e-Tax」を使って自宅で手続きができ、年々利用者が増加しています。今年はぜひe-Taxで申告してみましょう。

※マイナンバーカードの発行や証明書等データの自動入力機能を使う場合は手続きが必要です。お早目の準備をお願いします。



マイナポータルの連携で以下の項目が自動入力されます。

### 収入関係

- 給与所得の源泉徴収票<sup>※1</sup>
- 公的年金等の源泉徴収票
- 株式の特定口座年間取引報告書

※1 勤め先がe-Taxで提出している必要があります。

※2 控除証明書などの発行主体によっては自動入力機能が使えるようになるまで数日を要する場合があります。

### 控除関係

- 医療費・ふるさと納税
- 生命保険・地震保険
- 社会保険料
- iDeCo・小規模企業共済掛金
- 住宅ローン控除関係

事前にマイナポータルでの連携が必要です。詳しくは国税庁ホームページご覧ください。



### 電話による申告相談もご利用ください

▶ e-Tax・作成コーナーヘルプデスク

電話番号 0570-01-5901

受付時間 平日午前9時～午後5時

▶ チャットボットでも相談ができます

AIを活用した税務相談チャットボット「ふたば」では24時間質問を受け付けています。



チャットボット  
「ふたば」



詳しくはこちちら

令和8年2月13日(金)から確定申告がはじまります。

所得申告相談会の日程は、広報さめがわ2月号でお知らせします。

余裕を持って申告の準備をしておきましょう。



### 申告に必要なもの

#### 共通

- 個人番号の確認ができる書類（マイナンバーカードなど）
- 本人確認ができる書類

#### 申告することで還付や追徴となる人

- 口座番号が確認できるもの（預金通帳など）  
…マイナンバーに紐づけた公金口座を希望することもできます

#### 給与所得者・年金受給者の人

- 源泉徴収票（原本）

#### 農業・営業・不動産所得などがある人

- 収入金額と必要経費が確認できる書類  
…収支内訳書を作成してご持参ください。

#### 雑収入・一時所得がある人

- 収入金額と必要経費が分かる書類（証明書など）

早めの準備をお願いします。



総務課税務係  
宇佐見主査

- ▶立木などの販売は、契約満了の年ではなく、収入があった年に申告が必要です。
- ▶肉用牛の販売がある人は「売却証明書（原本）」が必要です。成牛（親牛）の販売についても申告する必要があります。また、削蹄や市場への輸送費などの領収書も確認します。あらかじめ取引先（相手方）から交付を受けて、申告する際に他の領収書と一緒に持参してください。**領収書がないものは経費に算入できません。**
- ▶予定納税がある人は、納税した金額が分かるものを持参してください。
- ▶譲渡所得（土地の売買など）や株式所得について、一部税務署で対応させていただく場合があります。

第2回鮫川村  
インスタフォトコンテスト

#さめがわいいとこ

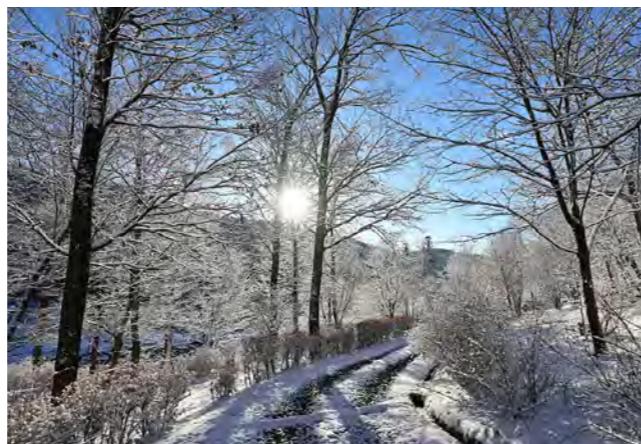
結果発表

INSTA PHOTO CONTEST  
2025



特選 / 鮫川村長賞

「秋彩の強滝」 @ 524hiroshi



入選 / 福島民報社賞

「新緑の涼」 @ spicy\_future

入選 / 福島民友新聞社賞

「冬の散歩道」 @ greenjaws

鮫川村には心のどこかで懐かしさを感じる場所や風景が今も残っています。人と自然が織りなす美しい村の日常風景の写真を通して、村の飾らない日常の魅力を広く周知するため、「村の日常を感じる風景」をテーマに第2回インスタフォトコンテストを開催しました。

11月14日に行われた審査会で、応募総数118件の中から選ばれた作品を紹介します。今年の審査会には修明高校の2年生3人がインターんで参加してくれました。



入選 / 白報社賞

「秋、自然を楽しむ」 @ r.aksk.r



入選 / さめがわ豆新聞社賞

「森のささやき、僕の冒険」 @ niga713\_ru\_ei



佳作 / 修明高校賞

①「しぶんぎ座流星群」 @ kaita0725 ②「官沢のお堂のヤマユリ」 @ asahigasaki ③「無題」 @ xiongtianxingxiong

佳作

④「無題」 @ mikomoko21 ⑤「紫陽花咲くころ」 @ tatuya2013312 ⑥「強滝遊歩道」 @ ni\_nyo2 ⑦「月夜の散歩」 @ daizu\_daisuke

## 民生委員・児童委員を委嘱

任期満了により、民生委員・児童委員および主任児童委員が一齊改選しました。委嘱状交付式が12月12日（金）に行われ、厚生労働大臣および福島県知事委嘱状が宗田村長から伝達されました。任期は令和7年12月1日から令和10年11月30日までの3年間です。

民生委員は、行政および社会福祉関係機関と連携し、担当地区の生活上の相談や福祉サービスの情報提供などを行います。また、民生委員は児童委員を兼務し、児童および妊産婦などの福祉の増進や児童の健全育成の環境づくりにも携わります。

主任児童委員は、学校などの機関および担当地区の民生委員と連携しながら、村全域の児童の生活上の相談に携わります。

なお、改選に伴い退任された方々は次のとおりです。長

きにわたり社会福祉の増進のためご尽力いただきありがとうございました。▼白坂勝徳（1期）、佐藤和子（1期）、本郷敏子（2期）、近藤昌子（1期）、矢吹政徳（2期）、宗田

純子（1期）、佐藤博（1期）、青戸頼美（2期）、松本一治（2期）、芳賀精治（2期）

問住民福祉課福祉係  
☎ 49-3112

石井智子・新（赤坂西野）  
舟木良一・新（赤坂西野）  
水野一美・再（西山）  
大竹とし子・新（西山）



民生委員・児童委員（敬称略）



主任児童委員



## 償却資産は申告が必要です

忘れずに申告しましょう

### ■ 償却資産の対象

固定資産税は、土地や家屋のほか事業で使用する構築物、機械器具や備品など減価償却費として計上されています。償却資産を所有している人は、法律に基づき毎年1月1日現在の所有状況を申告することが義務付けられています。

なお、前年度申告した人は役場から申告書を送付していますが、新たに償却資産を取得された人は申告書を送付しますのでご連絡ください。

### ■ 申告書の提出期限

令和8年1月30日（金）

問総務課税務係  
☎ 49-3111

資産の種類	細目
構築物	たい肥舎、施設補修工事、施設周辺の舗装など
機械および装置	加工修理などに使用する機械および装置、印刷機、太陽光発電施設など
車両および運搬具	フォークリフト、パックホー、ローダーなどの特殊自動車、自転車など（自動車税、軽自動車税が課税される資産は除く）
工具器具および備品	机、金庫、椅子、テレビ、パソコンなど

## 大規模な土地取引には届け出が必要です

大規模な土地の取引（売買など）をしたときは、国土利用計画法により、契約締結日を含め2週間以内に、買主が土地の利用目的および取引価格などを届け出る必要があります。

県は、その利用目的が公表されている土地利用に関する計画に適合しているかなどを審査し、場合によっては利用目的の変更を勧告することができます。

また、届け出をしなかつたり、偽りの届け出をしたりす

る」と罰則が科されることあります。

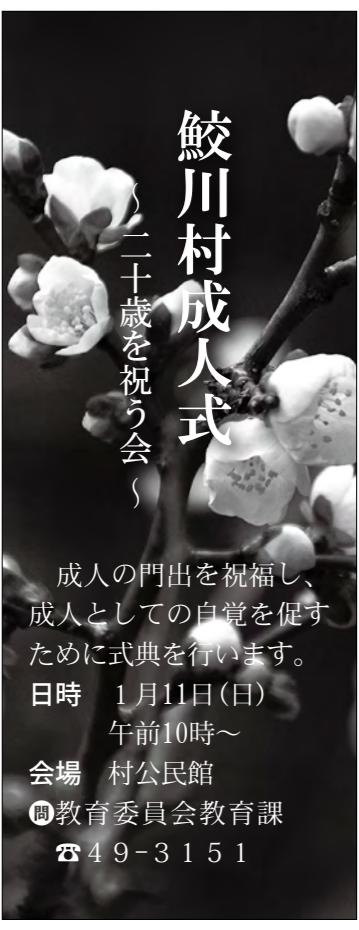
### 問合せ・届出窓口

村づくり推進室村づくり推進係  
☎ 57-6332



### 村内企業求人情報

村内における最新の求人情報を、下記QRコードからいつでも確認できます。



成人の門出を祝福し、成人としての自覚を促すために式典を行います。

日時 1月11日（日）

午前10時～

会場 村公民館

問教育委員会教育課

☎ 49-3151



狙いを定めてボールを投げる参加者

## 熱戦を制したのは新宿チーム

### 第3回カロッチャ大会

村老人クラブ連合会(前田三郎会長)の第3回カロッチャ大会が、12月3日(水)にトレーニングセンターで行われ、会員およそ80人が参加しました。競技はさめがわスポーツクラブの協力のもと行われ、参加者はチームごとにボールを投げ合い、円の中央にボールが転がると歓声が上がっていました。▶優勝=新宿▶準優勝=西野A▶3位=真坂、西山B

## 午後4時になります

### 冬休みの声は鮫川小6年の松崎大翔さん

12月24日から1月7日までの冬休み期間中、夕方に流れている防災無線の放送は、毎年鮫川小学校の6年生がアナウンサーを務めています。今年の冬休みの声は松崎大翔さんです。録音を終えた松崎さんは「家で練習をした成果が発揮できました」と話してくれました。放送は冬休み期間中毎日午後3時50分に流れます。村民の皆さんも規則正しい生活を心がけましょう。



しっかり練習し録音に臨んだ松崎さん



義援金を手渡す芳賀委員長(中央)と須藤副委員長(左)

## 被災地に思いを寄せる

### 大分市佐賀関の大規模火災に義援金

12月18日(木)に村赤十字奉仕団の芳賀伊津子委員長と須藤幸子副委員長が役場村長室を訪れ、11月に発生した大分市佐賀関の大規模火災に対する義援金5万円を日赤鮫川村分区を通して寄附しました。村赤十字奉仕団では「もったいないプロジェクト事業」としてアルミ缶の回収・換金を行っており、その収益を被災地などへの寄附に活用しています。



宗田村長から表彰状を受け取った湯坐さん(右)

## 人命救助に感謝

### 湯坐達雄さんに表彰を授与

村は、11月に大字赤坂中野字道少田地内で発生した車両火災および建物火災において人命救助をおこなったとして、湯坐達雄さん(新宿)に鮫川村表彰を授与しました。湯坐さんは、運転手を車両からいち早く救出するとともに、その後発生した火災の初期消火にも他の住民と協力し、延焼の拡大を防ぎました。12月18日(木)、役場村長室で表彰状が授与され、宗田村長が感謝を述べました。



美しい歌声を披露したコーラスさめがわ

## 日頃の活動成果を披露

### ふる里文化芸能発表会

村ふる里文化芸能クラブ主催の「ふる里文化芸能発表会」は11月30日(日)に村公民館で行われ、文化団体や個人が日頃の活動の成果を披露しました。奥州鮫川太鼓保存会の力強い太鼓でスタートし、コーラスさめがわ、鮫川吟誦会の詩吟、藤若会の日本舞踊、鮫川唱和会がカラオケをそれぞれ披露しました。手拍子が起こる場面もあり、会場は盛り上がりを見せました。



元気いっぱいに発表した園児

## 歌や劇を元気に発表

### こどもセンターでお遊戯会

さめがわこどもセンター(小針富子園長)のお遊戯会は12月6日(土)、同センター体育館で開かれ、子どもたちが練習の成果を元気に発表しました。クラスごとの劇では、少し緊張した様子の子どもたちでしたが、大きな声と動きで役を演じ切りました。また、年長児は歌と合奏、得意技などを披露し、子どもたちの成長した姿に保護者から大きな拍手が送られました。



植樹した木を背景に笑顔の6年生

## 大人になったら見に来てね

### 卒業を控えた子ども達が記念植樹

12月10日(水)館山公園で、鮫川小学校6年生と鮫川中学校3年生が記念植樹を行いました。植樹にあたり鮫川小の内谷真桜さんと鮫川中の中川西愛那さんが代表でありさつし、中川西さんは「大人になって、この木の前で再会できることを願って植えたい」と述べました。植樹アドバイザーの水野春雄さんと齋須寛一さん指導のもと、子どもたちは4本のしだれ桜を植樹しました。



お米を受けとり笑顔の生徒

## 「満点」で受験を制す

### JA東西しらかわが合格祈願米を贈呈

12月11日(木)にJA東西しらかわの菊池組合長が鮫川中学校を訪れ、受験を控える中学3年生に合格祈願米として祈祷したみりょく満点米を贈りました。菊池組合長は「体調に気をつけて夢に向かって頑張って」と激励しました。生徒を代表して受け取った中川西愛那さんと永山智晴さんは「栄養をつけて受験にのぞみます」とお礼の言葉を述べました。

# Book

## 図書の缶詰

図書館からおすすめの本をご紹介  
鮫川村図書館☎ 29-1150

### 本を読んだことがない32歳がはじめて本を読む

著: かまど (大和書房)



読書とは学校の授業でする「お勉強」であり、そんな「お勉強としての読書」が苦手な男が、友人の助けを借りながら読書をする、ただそれだけの本です。文を音読しながら、作品と対話し、感想を口に出しながら読み進む彼の姿には「こんな本の読み方があったのか」と感心します。本を読む人も、読まない人にもおすすめです。

### 朝の自分時間で人生はうまくいく 最高の朝とおだやかな夜をつくる45の習慣

著: 枝野 俊明(主婦と生活社)



お正月に立てた目標が三日坊主で終わってしまった…。やりたいことはあるけど自由な時間がない。習慣づけたいことがあるが続かない。そんな人にこそ読んでほしい。禅僧・枝野俊明が、朝の自分時間で心と暮らしを整え、無理なく習慣を続けるコツを禅語を交えてやさしく教えてくれます。1年のスタートにぴったりの一冊です。

第3土曜日は  
家族一緒に読書の日  
←新着図書はこちら

## むし歯のない子

令和7年度第2回の3歳児歯科健診で、むし歯のなかったお子さんは4人でした。



湯座侑菜ちゃん  
( 真坂 / 勇太・真美 )



赤坂來美ちゃん  
( 中野町 / 淳・典子 )

毎日、イヤイヤせずに歯みがき  
がんばったね。



清水咲来くん  
( 葉貴 / 大翼・奈々 )



北條茉陽ちゃん  
( 水口 / 隆弘・千春 )

じっくり磨かってくれるので、助  
かっています。

甘いお菓子をいっぱい食べない  
ように気をつけ、歯みがきもが  
んばりました。

2人になつて寂しさはもちろん、難じたのはとにかく家の仕事がなんと多いことか! 姉は昨年まで元気に畑仕事をしていたので、今年から私も慣れないながらも鍬を握り、草むしりや草刈りをしていると、休日だけでは夫婦二人でこなすのは大変で、改めて高齢になつてからも家を維持していくてくれた、舅と姑に感謝しています。

2人になつて寂しさはもちろん、難じたのはとにかく家の仕事がなんと多いことか! 姉は昨年まで元気に畑仕事をして、今年から私も慣れないながらも鍬を握り、草むしりや草刈りをしていると、休日だけでは夫婦二人でこなすのは大変で、改めて高齢になつてからも家を維持していくてくれた、舅と姑に感謝しています。

### 村民【随想】リレー — (329)

## のんびり元気に鮫川ライフを 北條 美子さん

な先生です。皆に質問責めにして、一つの作物の育て方を教えてもらうのがとても楽しいです。おかげさまで「力タギルって何ですか?」から始まつた私の畑1年生も、自宅用の野菜を貯える位になりました。村中の畑の先生と私の中にあります。「農家の娘」のDNAに感謝です。それから感じたのは、景観を守る為の草刈りの大変さです。今はまだ「草刈りは辛くても楽しい修行」ですが。いずれ自分が高齢になればとも作業は出来ません。鮫川村の里山の景観維持には、人口減少対策やボランティアに頼るばかりではなく、雇用も生み出し、低コストの仕組みが出来れば良いと思います。

今は、夫婦二人と猫二匹、ご近所の助けと見守りに頼りながら、のんびり元気に鮫川ライフを過ごしたいと思います。

次号は、岡部颶馬さん(大塩)にバトンタッチ!

### 投稿句

祈ること健康寿命を睦月には

菩提寺の毎年実る銀杏は先祖敬う証  
しかな

立冬で湯舟に浮び柚子香る

蛭田 昌一

宗田 稔

奥の鮫川文芸クラブでは、会員を随時募集しています。初心者の方も大歓迎です。入会前に句会・短歌会を見学することもできます。  
詳しくはお気軽にお問い合わせください。

奥の鮫川文芸クラブ  
会長 斎須信子

☎ 49-2123

我庭を彩ふ小さな菊芋水  
スマホ越し孫に声かけ年酒酌む  
赤坂 和子  
藤田智枝子  
生み育て苦労し老いて老施設百寿祝ふ  
ちぐはぐな夫婦の会話ままならず遠  
くなりおる座布団の距離  
赤坂 和子  
服部 啓一  
藤田智枝子  
大の字に干された服が風ふけば自由  
も寒星の声  
赤坂 和子  
服部 啓一  
藤田智枝子  
自在に青空かける

須藤 幸子

2002年に49番目のリレー走者で参

加してから、早いもので、当時生まれた

娘も、今年の春に社会人となりました。

23年前に6人になり賑やかになつた家族

も、子供2人が進学で家を出てから、昨

年末に舅が、その半年後に舅を追うよう

に姑も旅立ち、主人と2人きりになりました。

ほうじょう・よしこ●大字赤坂  
西野字押目在住。趣味は夫婦で畑  
仕事と日帰り温泉。

限界の村が熊呼ぶ冬林檎  
山本 恵子

渡辺 家造

産土の鎮魂の闇牡丹焚火  
服部 啓一  
鎌木 重正  
斎須 信子

スマホ越し孫に声かけ年酒酌む  
赤坂 和子  
服部 啓一  
藤田智枝子  
大の字に干された服が風ふけば自由  
も寒星の声  
赤坂 和子  
服部 啓一  
藤田智枝子  
自在に青空かける

俳句



# 情報BOX

暮らしに役立つ身近な情報をピックアップ！



## 鮫川村役場

(代表・総務課) ☎ 0247-49-3111  
FAX 0247-49-2651

災害時対応電話  
☎ 49-3302・☎ 49-3303

■開庁時間 平日 8時30分～17時15分  
住民票や所得証明書などを求めで、業務時間内の来庁が難しい人は、事前に電話をいただければ時間外でも対応が可能です。土日祝日の交付はできませんのでご了承願います。

■ふるさと納税・寄付 11月受理分  
※村社会福祉協議会への寄付は除く  
・ふるさと納税 … 72件

■今月の納税  
・後期高齢者医療保険料第6期 【納期限: 2月2日】

デマンド交通「さめばす」  
(予約専用) ☎ 070-3791-0488

## 水郡線「昼間集中工事」により列車の一部が運休します

水郡線において、線路設備などの修繕・改良・強化の促進と、これらの工事への従業員の作業環境の改善・働き方改革実現のため、「昼間集中工事」を実施しています。

工事期間は、一部列車が運休となります。利用の際はご注意ください。

### ▶常陸大子駅～磐城石川駅間

期間 ①令和8年1月14日(水)・15日(木)  
②令和8年3月10日(火)～12日(木)

時間 午前9時50分～午後2時

※その他にも上菅谷駅～常陸太田駅間でも工事に伴う運休が生じます。

※運休および区間運休に伴うバスまたはタクシーによる代行  
運転は行いません。  
(詳細はこちら)



### 20歳になつたら国民年金に加入しましょう

国内に居住する20歳から60歳までのすべての人には、国民年金に加入することが義務付けられています。

20歳到達時に対象者へ日本年金機構から案内通知が送付されます。※厚生年金に加入している人を除く

●令和7年度国民年金保険料（第1号被保険者）…月額 17,510円

#### 【保険料の支払いが困難な場合】

学生納付特例制度や免除・納付猶予制度を利用することで保険料が免除になる場合があります。詳しくはお問合せください。(詳細はこちら)



問住民福祉課住民係 ☎ 49-3112

問白河年金事務所

☎ 0248-27-4161

問ねんきんダイヤル

☎ 0570-05-1165 (ナビダイヤル)



### スマホで確定申告!申告書作成会場を開設(白河税務署)

申告書作成会場では、スマホとマイナンバーカードを使用して自分で申告書などを作成していただきます。マイナンバーカード(暗証番号: 数字4桁、英数字6～16文字)を忘れずに持参してください。

なお、事前相談を希望する人はLINEによる事前予約をお願いします。



国税庁LINE

開設場所 白河市産業プラザ人材育成センター2階講堂

開設期間 令和8年2月16日(月)～3月16日(月)

開設時間 午前9時～午後4時

その他 提出のみの人は、郵送または白河税務署(本庁舎)に提出してください。

問白河税務署

☎ 0248-22-7111 (代表)

※音声案内で「2」番を選択してください。



## 生きることは食べること

生きていくうえで、食事から栄養を適切な量を摂ることは大事なことです。今月号では野菜の食物繊維から生まれる「短鎖脂肪酸」に注目して解説します。

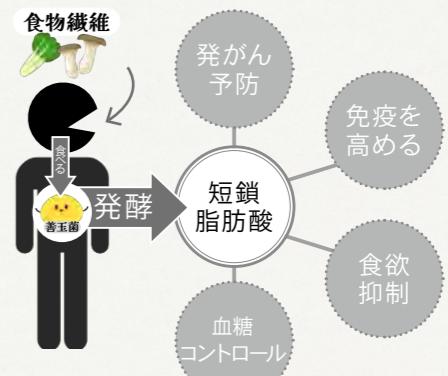
### 今月のテーマ — 短鎖脂肪酸のはたらき

#### 肥満の予防や改善に効果のある短鎖脂肪酸

野菜の食物繊維がお腹に入ると、腸内の善玉菌により発酵され「短鎖脂肪酸」という物質に変わります。短鎖脂肪酸は血液によって全身に運ばれ、**体のいたるところで良い働き**をしてくれることが分かっています。

例えば脳の視床下部では、短鎖脂肪酸が「満腹ですよ」と知らせることで、食欲を抑制するホルモンの分泌を促します。また、すい臓ではインスリンの分泌を調整し、**肥満の予防・改善や糖尿病の予防**に効果があります。

他にも、がん細胞の増殖を抑え、発がん予防の効果や免疫を高め風邪を引きにくくする働きもあります。



### 野菜を1日350グラム食べましょう

短鎖脂肪酸は食品には入っていない物質で、食物繊維から作られます。食物繊維は、緑の濃い野菜(ブロッコリー、ほうれん草、水菜など)に多く含まれます。

成人の1日の野菜摂取量は**350グラム以上が目標**とされていますが、生野菜で350グラムを吃るのは大変です。茹でたり、炒めたりしてカサを小さくすると食べやすくなります。工夫して野菜を吃るようにしましょう。

#### 野菜摂取のポイント

- ✓ 葉物野菜やブロッコリーなどを茹でて常備する
- ✓ 冷凍野菜を使い、汁物や煮物に入れてプラスする
- ✓ 汁物に野菜をたっぷり入れる
- ✓ お弁当や惣菜を吃るときはサラダを追加する
- ✓ 外食では単品料理より品数の多い定食を選ぶ

野菜の小鉢や具だくさんの汁物1皿でとれる野菜の量 : およそ 70 グラム



八宝菜や野菜炒めなど野菜の多い料理は1皿で**小鉢2皿分**の野菜がとれます。

バランスのよい食事を心掛け、食品から必要な栄養を摂取するようにしましょう。

問住民福祉課健康係 ☎ 49-3112

## i 暮らしのカレンダー

1/1 木	元日 / 手まめ館定休日	○ あらまちクリニック 交通事故ゼロ・歩行者優先の日	☎ 33-8018
2 金	手まめ館定休日	○ つちやクリニック ☎ 43-2250	
3 土	手まめ館定休日	○ 東館診療所 ☎ 46-2312	
4 日	環境美化の日 消防団出初め式 / 手まめ館定休日	○ 和田医院 ☎ 33-2012	
5 月	官公庁仕事始め		
6 火			
7 水			
8 木	第3学期始業式 (幼稚部、小・中学校)	健 鮫	
9 金			
10 土			
11 日	成人式～二十歳を祝う会～	○ 大木医院 ☎ 33-2424	
12 月	成人の日	○ 深谷クリニック ☎ 33-3223	
13 火	手まめ館定休日	○ 西山 ○ 保	
14 水	やまぶきの会 シルバー交通安全の日	○ 乳 ○ 保	
15 木	小正月団子さし (こどもセンター)	○ 健 鮫 ○ 中野	
16 金	心配ごと相談	○ 渡瀬	
17 土			
18 日	3か月児健康診査	○ 車田病院 ☎ 43-1019	健 鮫
19 月	お母さんの口腔健康相談		東石
20 火			
21 水			
22 木			
23 金	年長児保育参観日 (こどもセンター)	○ 西野	
24 土			
25 日	文化財防火デー火災防御訓練	○ おおひら整形外科 ☎ 33-9468	
26 月			
27 火			
28 水			
29 木			
30 金			
31 土	環境美化の日 / ニュースポーツ大会	○ 堀厚生病院 交通事故ゼロ・歩行者優先の日	☎ 43-1145
2/1 日			
2 月			

### 戸籍の窓 ※ 11届け出分・敬称略

お誕生	住 所 氏 名 月 日 保護者
	お誕生はありませんでした。
おく やみ	住 所 氏 名 月 日 年 齢
	赤小名 長久保一進 11.15 94歳
	真坂 緑川利雄 11.22 78歳
人の動き	人口 2,744人 ( 0 )
12/1現在	男 1,424人 ( 0 )
( )は前月比	女 1,320人 ( 0 )
	世帯 1,033戸 (+1)

### 診療所送迎車運行日 ※予約は前日まで

曜日	月	火	水	木	金
地区	赤坂中野	赤坂西野	全村	青生野	富田
	赤坂東野	西山			渡瀬
	石井草				

### NOTE

#### 毎月8日は歯の日です

防災無線で虫歯予防を呼びかけます

1月の担当は学校給食センターです。



栄養教諭(県)

菊池夏美さん

#### あおぞら号昼バス運行日

#### やまゆり乳児室・保育室

#### 筋力づくり教室

#### ママカフェ

#### 健鮫運動教室 / 会場▶公民館

1月 9日 (金) 12時～3時 …お腹シェイプ、ストレッチエクササイズ  
1月 15日 (木) “ …骨格リセットエクササイズ、腰痛予防ストレッチ  
1月 19日 (月) “ …快眠のための瞑想ヨガ、ヨガ

び  
ぎゅつ、として。

ハグは愛情表現のひとつです。また、ハグすることでストレスが軽減したり、免疫力が向上するなど体にも良いこともあります。大切な人と、家族と、友人と「ぎゅっ」としませんか。

vol. 1

今月 び  
ぎゅつ、としたのは  
北條 春陽ちゃん・未来くん  
茉陽ちゃん・八千琉くん

4人で仲良く助け合って、元気に育ってね。  
(お父さん・お母さんより)

問 村づくり推進室情報広報係  
☎ 57-6332  
✉ suishin@vill.samegawa.fukushima.jp



### 大切な家族を紹介しましょう あなたの自慢のペット 広報に掲載しませんか

広報さめがわでは「我が家のペット自慢」に掲載していただける写真を募集します。大切な家族の一員を村民の皆さんに紹介しませんか？たくさんのご応募お待ちしております。

申込方法 電話・メール・LoGo フォーム

- 必要事項 ▶飼い主さんの氏名・住所・連絡先
- ▶ペットの名前・種類・性別
- ▶ペットの自慢を盛大にしてください  
(例) ハンモックで上手に寝れます！など



詳細はこちら



【問合せ】村づくり推進室情報広報係

☎ 57-6332 ✉ suishin@vill.samegawa.fukushima.jp