

■ Photo report  
鮫川小学校春季大運動会

■ 特集  
どちらの未来、選びますか？  
— 特定健診が始まります —

## ぼく・わたしの夢

〔第103回〕  
鮫川小学校6年生の児童に将来の夢を教えてくださいました。



鮫川のよさを伝えたい!

大森一葉さん

ぼくは、鮫川村のよさを伝える人になりたいと思います。理由は、パソコン教室に通っていることがきっかけです。パソコン教室では、ホームページなどの作り方を学んでいます。ぼくは学んだことをもとに、大好きな鮫川村を全国にアピールすることができるよう、ホームページなどを作りながら、伝える人になりたいと思います。これからもパソコン教室でたくさん学びたいです。



夢をかなえるために

阿久津颯太さん

ぼくは将来、天文物理学者になり星や銀河について研究し、今まで人類の知らなかったことを発見したいと考えています。宇宙についてたくさんを知りたいので、ぼくは今、宇宙や星に関する図鑑や物理の本などを使って調べることができています。大好きな宇宙について調べると、とても楽しく勉強になります。これからも、宇宙や物理について学習を深めていきたいです。

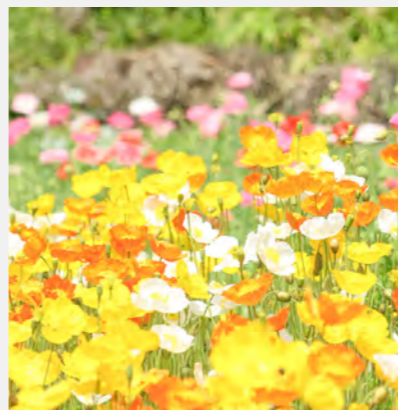


有能社員になる!

関根 峻さん

ぼくの夢は、有能社員になることです。理由はアニメを見てあこがれたことがきっかけです。できるだけ早く会社に入社して、いい仕事がたくさんできるようにしたいです。有能社員になるため、パソコン教室でITパスポートをとれるように頑張っています。ITパスポートをとると会社に入社しやすくなると聞いたので、家でもたくさん学習に取り組み、有能社員になれるようにがんばります。

### 今月の表紙 / 道路脇のポピー (滑石地内)



滑石地内の道路脇の花壇を彩る見事なポピーの花。その色鮮やかで可憐な姿は、道行く人の心を癒してくれます。この美しい景色の裏側には、丁寧に手をかけて世話をしている方々の存在があります。その温かな思いにも感謝したいです。

毎日フルスイング

次び！盛り切る人材!

勝負場集

令和9年度職員採用候補者試験

☑ 一般事務(大卒) … 2名

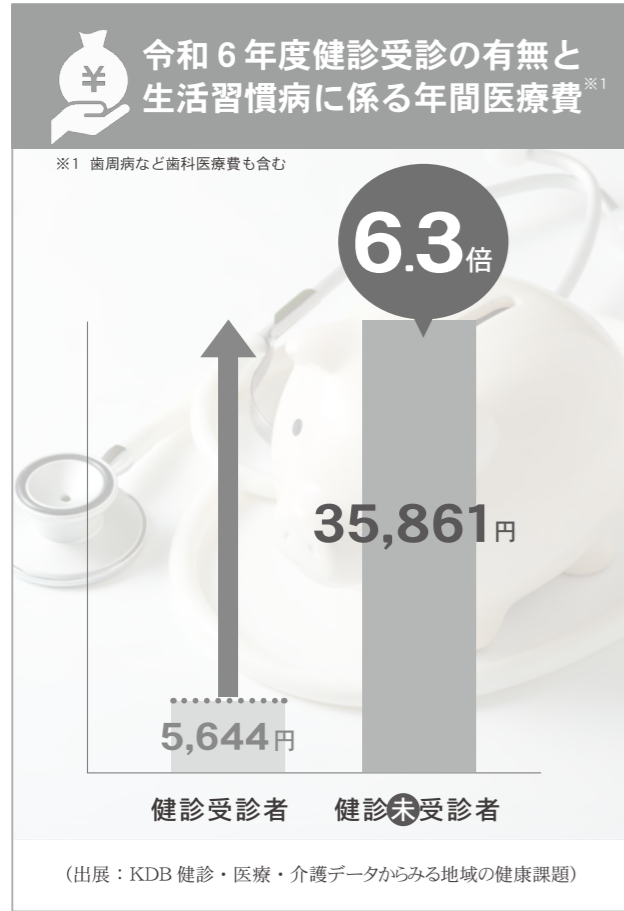
▲詳しくはこちら



晴天の下、5月16日(土)に開催された令和8年度鯨川小学校春季大運動会。熱のこもった応援合戦から始まり、各学年の徒競走、低学年によるマツケンサンバ、高学年による鼓笛パレード、全校リレーなど全15種目が行われました。一進一退の競技の結果、赤組200点・白組203点という大接戦で今年の運動会は幕を閉じました。

PHOTO REPORT  
令和8年度鯨川小学校  
春季大運動会

【図①】



さらに、国民健康保険における年間の医療費を比較してみると、平成30年度に比べ令和6年度にはおよそ1億円増加しています。それに伴い、一人あたりの医療費も増加しています。(図2参照)

医療費の内訳を見ると、脳梗塞・脳出血、狭心症・心筋梗塞などの医療費が増加してお

**年間医療費が1億円増加**

令和6年度に実施した特定健診を受診した人・しなかった人の生活習慣病にかかる1年間の医療費を比較したところ、その差は6・3倍にもなることが分かりました。(図①参照)

特定健診を受診し、生活習慣病を防ぐことが、医療費にも反映されることがデータからも明らかになっています。

**将来の健康への投資**

年に一度特定健診を受診することで、自分の体の状態を確認することが出来ます。それは、将来健康で暮らす自分への投資になるのです。

り、これらの病気の多くは、生活習慣病が原因として挙げられます。

【図②】

※2 診察・検査・手術・投薬などに係る費用 (出展：ヘルスサポートラボ)

	平成30年度	令和6年度
村の医療医療費(年額)	2億4,610万円	3億3,143万円
一人あたりの医療費(月額)	29,335円	36,720円

およそ1億円増

**介護の原因**

今年も住民総合健診の時期になりました。皆さんは毎年健診を受診しているでしょうか。介護が必要となる人の原因の、およそ9割は生活習慣病であるとされています。そして、生活習慣病はメタボリックシンドローム(以下、メタボ)に深く関わりがあることが分かっています。

特定健康診査(以下、特定健診)とは、メタボの「予防・改善重視」に着目した健診です。遺伝性疾患に対し、生活習慣病は自分の行動次第で、予防・改善が期待できます。そして、生活習慣病の前段階であるメタボを自覚することは、健康な自分の体を守ることはもちろん、医療費の増加を防

**介護の原因**

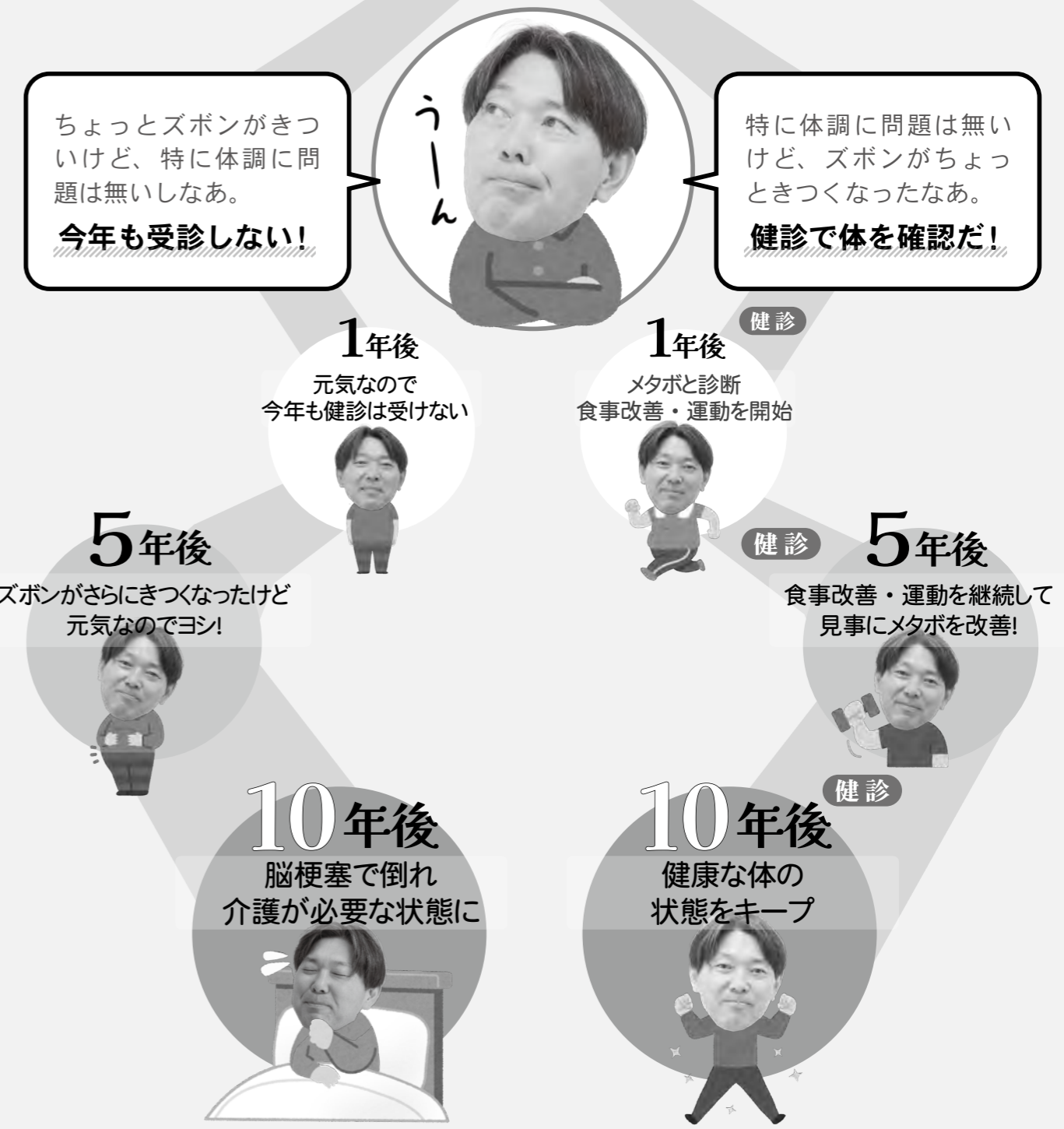
**生活習慣病につながるメタボに着目**

ぐことにもつながります。

**健診未受診の場合**

およそ1億円増

**特定健診のお知らせです**



**どちらの未来、選びますか。**

特定健診は、日本人の死因の多くを占める生活習慣病と深く関わりのある「メタボリックシンドローム」に着目した健診です。まずは自分の体の状態を知ることから始めましょう。

## メタボと肥満はちがいます。

メタボは臓器の周りに脂肪が付いた状態です。脳血管疾患や心臓病など大きな病気に直結するリスクがあります。一方肥満はBMIが25以上あっても血压や血糖などが正常値である状態です。

### メタボの条件

腹囲 … 男性 85センチ以上、女性 90センチ以上  
…………… 3つのうち2つ当てはまる ……………  
 血压 … 上 130 以上、下 85 以上  
 血糖 … 空腹時血糖 110 以上  
 脂質 … 中性脂肪 150 以上または  
 HDLコレステロール 40 未満

### 眼底検査

脳の血管の状態を唯一チェックできる検査です。動脈硬化が起きているか確認できます。また、緑内障の発見もできます。

### 心電図検査

最も簡単に心臓の様子を確認することができる検査です。脈の乱れはないか、心臓の筋肉の動きは大丈夫かをチェックします。

### 血液検査

肝機能、脂質異常、糖尿病など病気のリスクを早期発見できる検査です。血液は食生活で変化します。



### 身体測定

身長・体重・腹囲  
 肥満度 (BMI) や内臓脂肪の蓄積などをチェック。健康管理や予防に役立つ重要な指標です。

### 血压測定

血液が血管にかかる圧力が分かります。自覚症状が出にくい高血圧などの症状の早期発見につながります。

### 尿検査

腎臓が正常に機能しているかをチェック。腎臓は自覚症状が出にくいため病気の早期発見につながります。

## 特定健診で何が分かるの？

前頁で説明したとおり、介護が必要になる人のおよそ9割が生活習慣病であると言われていいます。多くの生活習慣病は初期の自覚症状がまったくありません。特定健診を受診することで隠れた生活習慣病を早期発見し、重症化を予防することができます。

村では、国民健康保険に加入している40歳～74歳の人を対象に特定健診（75歳以上の人は後期高齢者健診）を行っています。毎年健診を受けて、自分の生活習慣病の発症リスクや健康状態を確認しましょう。

## 令和8年度住民総合健診

日程 7月12日(日)～17日(金)

会場 公民館

7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)	7月16日(木)	7月17日(金)
富田 日曜希望者	赤坂東野 石井草	赤坂中野 <small>※胃がん検診不可</small>	赤坂西野 <small>※胃がん検診不可</small>	渡瀬 青生野 <small>※胃がん検診不可</small>	西山

※指定地区での受診が難しい人や、胃がん検診不可の該当地区で胃がん検診を希望する人は、別日に受診してください。

問 住民福祉課健康係 ☎ 49-3112

Q1 特定健診は  
 どんな人が対象？

国民健康保険に加入している、40歳から74歳の人が対象です。  
 75歳以上の人は後期高齢者健診を受診します。

Q2 費用はいくら  
 かりますか？

自己負担 **500円**  
 個人で検査をするとおおよそ1万円かかります。  
 後期高齢者健診（75歳以上）は**無料**です。

Q3 病院に通院しているから  
 受診しなくても大丈夫？

病院の血液検査では、同じ検査でも病気に関わる検査しかしていません。また、特定健診の結果をかかりつけの医師に見せることで、よりの確な指示にもつながります。



今年度もまめで達者な村づくりがスタート

今年度大豆作付面積は 15.2 ㌖

5月14日(木)に公民館で第1回大豆・エン麦栽培者研修会が行われ、生産者およそ20人が参加しました。講師に福島県南農林事務所農業振興普及部の大橋技師を迎え、昨年度の実績や大豆の有機栽培のポイントなどが説明されました。

また研修会終了後には、筋力づくり教室運動サポーターによる健康体操を行い、大豆栽培に向けた心と体の準備を行いました。

今年の作付面積は15.2㌖の予定で、栽培された大豆は全量村が買取り、手まめ館で特産品として加工・販売されます。

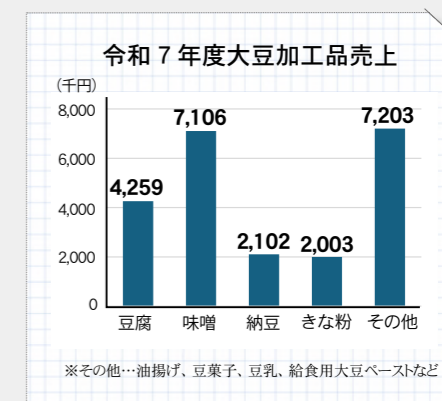
問 産業振興課農林畜産係 ☎ 49-3113

●令和7年度(令和6年度産)大豆加工品実績

- ・販売実績およそ22,670千円
- ・10.9トンの入荷量に対して製造利用料14.5トンの不足分は在庫で対応



▲熱心に講演を聞く参加者



農作物被害防止のため — 鳥獣被害対策実施隊を任命

猟友会 24 人を実施隊員に委嘱

4月22日(水)に役場村長室で、鳥獣被害対策実施隊員任命交付式が行われました。猟友会東白川支部鮫川分会長を務める湯坐好郎さんに宗田村長が委嘱状を手渡し、併せて隊長に任命しました。

宗田村長は「村の農業、景観保全のためにも対策をお願いしたい」と支援を求めました。湯坐隊長は「農家、住民、農作物を守るため、精一杯職務に励みたい」と話しました。

実施隊は、イノシシなどの有害鳥獣による農作物や人的被害防止のため、捕獲や駆除などを行います。村猟友会に所属するメンバー24人が実施隊員に委嘱され、任期は令和10年3月31日までの2年間です。

問 産業振興課農林畜産係 ☎ 49-3113



▲委嘱状を受け取る湯坐さん

村は、新たに狩猟免許を取得する人に対し、助成金を交付しています。詳しくは、産業振興課農林畜産係にお問い合わせください。



活動費最大50万円を県が支援  
不法投棄ゼロに向けて

不法投棄は、有害物質による環境汚染や景観の悪化、害虫の発生などをもたらすとともに、新たな不法投棄を引き起こすなど、私たちの生活環境に大きな影響を及ぼす問題です。

このような不法投棄に対して、県では未然防止、早期発見などに取り組み地域住民団体の活動を支援する「地域ぐるみ監視体制づくり支援事業」を実施しています。

対象

- 次の①～③のいずれかに該当する団体
- ① 行政区、自治会などの地域的な活動を行っている地域住民団体
  - ② 地域づくり団体などの民間団体
  - ③ ①・②の団体が新たに組織した協議会、実行委員会など

応募条件

- 以下の3つの活動のうち、2つ以上の活動を行うこと
- ① 不法投棄防止の啓発活動：チラシの作成・配布など
  - ② 監視パトロール活動：不法投棄されやすいような場所の見回り
  - ③ 地域環境整備活動事業：ポイ捨てされたごみの片付けや看板の設置など
- 補助金額  
最大50万円  
(補助率10/10)

募集期限

令和8年10月30日(金)交付にはこのほかにも条件があります。詳しくはお問い合わせください。



詳細はこちら



問 県南地方振興局環境課  
☎ 0248-23-1421

農耕作業用自動車に  
ナンバープレートは付いていますか？



農業用のトラクターや田植え機、一般・建設用のフォークリフトなどは公道走行の有無にかかわらず、軽自動車税の課税対象となり、**ナンバープレートを付けることが義務付けられています。**

現在、ナンバープレートが付いていない農耕作業用自動車をお持ちの場合は、メーカー名、車台番号(製造番号)が記載されている証明書(販売証明書、契約書など)を持参し、役場総務課税務係でナンバープレートの交付手続きをしてください。

問 総務課税務係 ☎ 49-3111

区分	小型特殊自動車	
	農耕作業用	その他
種類	<ul style="list-style-type: none"> <li>・農耕作業用トラクター</li> <li>・コンバイン</li> <li>・田植え機</li> <li>・農耕作業用薬剤散布車</li> <li>・マニュアルブレッダ</li> <li>・農耕作業用トレーラ(被けん引のもの)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フォークリフト</li> <li>・ショベルローダ</li> <li>・タイヤローラ</li> <li>・グレーダ</li> <li>・ロータリー除雪自動車など</li> </ul>
税額	2,000円	5,900円



## 東京圏の大学生の 県内就職・村内移住を支援

村は、東京圏の大学または大学院を卒業した学生が、福島県内へ就職かつ鮫川村に移住した場合、地方就職にかかる交通費および転居に係る費用を支援します。

※東京圏：東京都、埼玉県、千葉県および神奈川県（条件不利地域を除く）

### 支援金額

【交通費】 福島県内での採用選考に要した往復交通費（上限8,000円）。ただし、福島県外での採用選考の場合は、往復交通費に要した実費の2分の1の範囲内（上限8,000円）

### 【移転費】

鮫川村への移住に要した運送費。移住に要する必要最低限の実費であることを証明できる場合はその金額とする。証明できない場合は66,

000円を上限とする。

### 対象

▼移住に関すること  
・卒業年度において東京圏に在住しており、対象の大学など（原則4年以上）を卒業していること。ただし、交通費については在学中の場合も対象とする。

・鮫川村に移住し、5年以上継続して居住する意旨がある人

### ▼就業に関すること

勤務地が福島県内に所在する企業などに、対象大学などを卒業してから1年以内に就職していること。

申請にはこのほかにも条件があります。詳しくは村ホームページをご確認ください。



詳細はこちら

☎ 産業振興課企画商工係

49-3113

## 除草作業や樹木の伐採など行います シルバー人材センター

生涯現役社会の実現のため、長年培った知識や経験、技術を生かし、生きがいづくりと地域社会の福祉。地域活性化に貢献することを目的に、シルバー人材センター事業が行われています。

### 仕事を依頼するには

シルバー人材センター事務局（村商工会内）に申し込みます。作業場所や内容、時期、予定人数などを確認します。

### 費用の目安

▼機械除草：10,395円 / 日  
▼急傾斜地や湿田など

の機械除草：12,012円

／日 ▼チェーンソーを使用する作業：13,591円 / 日

▼一般農作業：8,490円 / 日など

※いずれも事務費・消費税込

支払方法

月末締めで翌月10日に請求書を発行します。支払いはコンビニ、指定口座での振り込みまたは事務局に現金でお支払いください。

☎ 村シルバー人材センター事務局（商工会内）

49-2171



## 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。



## 福島県の将来を担う産業人材を応援

## 奨学金の返済を県が支援

福島県の将来を担う産業人材を確保するため、県内の民間事業所に正規職員として所定の年数就業し、福島県に定住する人を対象に、奨学金の返済を県が支援します。

### 募集期間

令和8年6月30日まで

### 応募方法

応募方法、提出様式などは県雇用労政課のホームページに掲載しています。必ず確認のうえ、応募してください。

### 対象

【大学生など：40人】

▼日本学生支援機構の奨学生（二種または二種）の貸与を受けている人

▼令和8年度に大学などを卒業し、翌月1日から起算して6か月以内に県内事業所に正規社員として就職し、5年以上福島県内で勤務・定住することを予定している人

※公務員は対象外

※この他にも条件があります

【既卒者：10人】

▼日本学生支援機構の奨学生（一種または二種）の貸与を受けており、応募時点で返済残額があり、かつ滞納額がない人

▼応募時点で福島県外に在住している人

▼令和9年3月31日時点で35歳未満の人

※この他にも条件があります

### その他

補助金額には上限がありません。詳細は雇用労政課のホームページをご覧ください。



詳細はこちら

☎ 県商工労働部雇用労政課

024-521-7290



未来をつくる学び舎をみなさんとともに

## 義務教育学校等建設に関する 住民説明会

地域住民、保護者の皆さんに義務教育学校等建設への理解を深めていただき、幅広い意見を求めるため住民説明会を開催します。

説明会では、建設計画の経緯、義務教育学校の配置計画、予算などの説明を行います。村の未来をつくる大切な事業になりますので、皆さんのご参加をお待ちしています。

☎ 村教育委員会（義務教育学校等開設準備室）

49-3151

### 説明内容

- ✓ 義務教育学校等建設に係る進捗状況など
- ✓ 予算（建設費用、村の負担割合）
- ✓ そのほか村政全般に対するご意見なども受け付けます

6/27(土) 28(日)

時間 午後2時～

場所 公民館大集会室

対象 村民・保護者

\*両日、説明内容は同じです。  
\*申し込みは不要です。直接会場にお越しください。

- ✓ 今後のスケジュール
- ✓ 意見交換、質疑応答



### さめがわの春を満喫

第27回さめがわふるさと春まつりが開催

5月3日(日)～6日(水)にかけて、今年も村内各所でイベントが行われる「さめがわふるさと春まつり」が開催されました。手まめ館での春市や鹿角平でのバーベキュー祭り、飲食店での特別メニューの提供やバイキングなどが行われ、村内は多くの来場者でにぎわいました。5日に手まめ館で行われた村民有志によるゲリライベントでは、大地の妖精ゆうきくんが登場し、訪れた子どもたちを喜ばせました。



①手まめ館で太鼓演奏を披露 ②ゲリライベントにゆうきくんが登場 ③多くの釣り人でにぎわう釣り大会



家族と賀寿を喜ぶ関根さん(右下)

### 満100歳おめでとうございます

関根ヨシさん(大平)に賀寿贈呈

5月18日(月)に関根ヨシさん(大平)が満100歳を迎え、自宅で賀寿贈呈式が行われました。宗田村長から賀寿・祝金・花束が贈呈され、村老人クラブ連合会会長の前田三郎さんから賀寿と花束、西山長生会会長の坂本忠雄さんから祝金の手渡されました。ヨシさんは96歳までゲートボールで活躍し、子ども5人、孫10人、ひ孫13人に恵まれています。

### 交通安全を願って

交通安全鼓笛パレードを実施

村交通対策協議会与と棚倉地区交通安全協会鮫川支部主催の交通安全鼓笛パレードが、5月21日(木)に開催されました。雨天のためトレーニングセンターでの開催となりましたが、パレードを一目見ようと多くの地域住民と保護者が駆けつけました。鮫川小学校の全校児童が参加し、校歌や「上を向いて歩こう」を堂々と演奏。ドライバーの心に交通安全を呼びかけました。



見事な演奏を披露した児童



激励金を受け取った中川西さん(中央)

### 東北大会での活躍に期待

硬式野球・中川西さんに激励金を交付

4月22日(水)に役場村長室で「第49回春季東北大会三栄カルディオカップ大会」に出場する、福島南部チーム所属の中川西陽悠さん(石井)に激励金が手渡されました。中川西さんのポジションはセカンドで、チームのキャプテンも務めています。4月25日(土)に行われた盛岡北(岩手)との初戦は、3-1で惜敗となりましたが、これからの活躍にも期待です。

### 新1年生を歓迎

鮫川小学校が館山公園でなかよし遠足

4月24日(金)に館山公園で、鮫川小学校(丹内哲史校長)のなかよし遠足が行われました。児童は縦割り班に分かれ、山頂で宝探しや鬼ごっこ、だるまさんがころんだなどのレクリエーションを楽しみました。レクリエーション後は、晴天の下、班ごとにお弁当を仲良く食べ、新一年生との仲を深めました。6年生が優しく1年生の手を引く様子が印象的でした。



山頂でお弁当を楽しむ児童



大きな口でいちごを頬張る園児

### イチゴおいしいね

さめがわこどもセンター園児がイチゴ狩り

4月30日(木)・5月1日(金)に、さめがわこどもセンター(渡辺明美園長)の園児がイチゴ狩りを体験しました。今年も園児の保護者である小松孝次さんが営むイチゴ農園を訪れ、ゆうやけベリーを思い思いに摘み取りました。「こんなに大きいイチゴがあるよ!」と保育者や友達に見せながら、楽しそうにたくさんのイチゴを夢中で食べていました。

### ベスト4を目指して

還暦軟式野球・矢吹さんらに激励金を交付

5月12日(火)に役場村長室で「第31回太田市長旗争奪東日本還暦軟式野球大会」に出場する、棚倉城クラブに所属する矢吹一男さん(真坂)と関根政一さん(西野内)に板垣副村長から激励金が手渡されました。矢吹さんは「ベスト4を目指し頑張る」と力強く目標を語りました。5月16日(土)に行われた桐生0B野球クラブ(群馬)との初戦は、9-2で惜敗となりました。



激励金を受け取った矢吹さん(中央)

# Book

図書街話

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

## ないもの、あります

著：クラフト・エヴィング商会  
 (筑摩書房)



「ないもの」を売る店の一番人気、「左うちわ」。使い方は簡単、左手で扇ぐだけ。だけど一度扇ぐのをやめしてしまうともう効果が出ないのでご注意。「堪忍袋の緒」「転ばぬ先の杖」など、「ないもの」を扱うこのお店は、使い方や注意点を懇切丁寧に教えてくれます。興味深い説明を楽しんでみて。もちろんフィクションです。

## 季節が好きなわたしとマダム

著：にいざかにいこ (KADOKAWA)



何気なく巡って行く季節をもっと楽しみたい！春夏秋冬それぞれの四季を感じ、作って食べて笑って、季節と暮らせばどんな日常も特別になる。やさしいタッチのイラストのコミックエッセイで作ってみたいくなる季節ごとのレシピがたくさん！見ているだけでも癒される一冊です。

第3土曜日は  
 家族一緒に読書の日  
 ←新着図書はこちら

＼ よろしくお願ひします /

## 地域おこし協力隊です



ひきの ようすけ  
**引野 陽介** (40)

📅 令和8年4月22日着任

📍 千葉県出身

📄 前職は産廃リサイクル業の営業。

### □ 活動テーマ・・・有機農業推進コーディネーター

学校給食に鮫川産の、特に有機農産物をより多く使用するための調整業務を行います。生産者・手まめ館・給食センターなど各方面に対し、課題の共有や解決策の提案、実際に手足を動かす実務の一翼を担うなど、できることは何でもしていきます。

### □ 活動にあたりひと言

まずはコーディネーター的活動が中心になりますが、ゆくゆくは生産者として村の農業にかかわり、村に根を下ろしたいと思えます。その為、まず皆様に「こいつは使える!」とっていただき、村の一員として受け入れていただけるよう尽くします。青い作業服で活動しています。ぜひお気軽にお声掛け下さい!

野球は左投左打。打つほうはまだそこそこいけるはず。あと鉄道模型に興味ある方も是非♪

☎ 産業振興課農林畜産係 ☎ 49-3113

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 齋須信子 ☎ 49-2123

稲の上虫を探してつばめ飛ぶ

宗田 稔

### 投稿句

丘に立ち村わずかにし眺む吾に仲間は  
 しきり帰りを急かす 服部 啓一  
 田植機が水面に映る空を踏み布を織  
 るがに苗を植えゆく 須藤 幸子

このたび日本大学を卒業し、SMC株式会社に就職しました。西山で生まれ育った私にとって、自然豊かな鮫川村での生活は大きな支えであり、多くの思い出が詰まっています。地域の方々に温かく見守っていただきながら成長することができ、感謝の気持ちでいっぱいです。  
 大学では機械工学について学び、専門知識だけでなく、人との関わりや挑戦することの大切さも学ぶことができました。これからは社会人として責任を持ち、学んできたことを活かしながら、地域や会社に貢献できるよう努力していきます。

## 村民【随想】リレー — 334

### 一社会人として 高木 利緒さん

たいと考えています。  
 趣味は海外サッカー観戦とファクションです。休日には試合を見たり、洋服を見に行ったりしてリフレッシュしています。  
 これからも鮫川村でのつながりを大切にしながら、一社会人として成長していきたいと思えます。今後ともよろしくお願ひいたします。  
 次号は、前田一成さん(前田)にバトンタッチ!

### 俳句 (鮫山吟句)

ダブルレインボー苗箱を積んで行く  
 渡辺 家造

青嵐館山吟行空近し

山本 恵子

田水引く側溝深し流れかな

服部 啓一

新緑や風に途切れる鳥の声

鍋木 重正

新緑の館山山頂風強し

齋須 信子

### 短歌 (鮫山吟句)

新緑の館山登り風強し眼下の田水風  
 波が立ち 赤坂 和子

先人の語る俗界現代も変わらぬ景色  
 山里の初夏 藤田智枝子

## 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お求めで、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ください。

■ふるさと納税・寄付 [ 4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…25件

・寄付

[ 金員 ] 教育振興のため

… 南商事株式会社 棚倉アローボウル 阿久津ノブ子

■今月の納税

・村県民税第1期

・国民健康保険税第1期 … [ 納期限: 6月30日 ]

・介護保険料第1期

## デマンド交通「さめばす」

(予約専用) ☎ 070-3791-0488

## 年金相談・手続きには 予約が必要です

予約受付専用電話

☎ 0570-05-4890

(平日午前8時30分～午後5時15分)

年金事務所の窓口では、待ち時間なく相談・手続きができるよう、予約をお願いしています。

自分の年金請求手続きや年金額についての相談、家族が亡くなった際の手続きなど、来所する場合は必ず予約のうえ相談するようにお願いします。予約の際は、基礎年金番号通知書や年金手帳、年金証書など基礎年金番号がわかるものをご準備ください。

## 家族介護者交流会 「リフレッシュ日帰りバスツアー」

日々の介護から少し離れて、自分のココロと体をリフレッシュしてみませんか?

**開催日時** 令和8年6月25日(木) 午前8時15分集合～午後5時解散予定

**行先** いわき市方面(小名浜港クルージング、トマト収穫、ら・ら・ミュウなど)

**対象者** 自宅で家族の介護をしている人(要介護・要支援・事業対象者の認定を受けた人が家族にいたり、同居・別居は問いません)

**参加費** 3,000円(昼食代・体験料など含む)

**定員** 20人 ※定員になり次第締め切り

**申込期限** 令和8年6月15日(月)

**申込み** 村地域包括支援センターまたは担当ケアマネージャーまでご連絡ください。

☎ 村地域包括支援センター

☎ 0247-29-1233

## トレセンプールの利用は 6月9日(火)から

令和8年度のトレーニングセンタープールは以下のとおり利用を開始します。利用の際は、係員の指示に従いプール使用上の注意を守り、ケガのないように利用ください。

**日時** 令和8年6月9日(火)～9月6日(日) \*6月9日(火) 午前10時にプール開きを行います。

**利用時間** ①午前の部: 午前9時40分～午前11時30分 ②午後の部: 午後1時～午後4時50分

**夜間プール** 令和8年7月18日(土)～8月24日(月) / 午後7時～午後8時50分

**休館日** 毎週月曜日・祝日・8月12日(水)～8月15日(土)の夜間

**その他** 夏休み期間中(7月18日～8月24日)は月曜日・祝日も利用できます。

☎ トレーニングセンター ☎ 49-3295

## 第35回歯っぴりライフ 8020 募集中!

歯・口の健康は、食事や日常会話の楽しみなど、生活を営むうえで重要な役割を担っています。そこで福島県と福島県歯科医師会では、「80歳で20本の歯を残そう」を生涯の健康目標とする8020運動の一環として、十分機能している歯を20本以上保持している80歳の人を対象に認定証を交付します。

**対象** 福島県内に住民票があり県内に住んでいる人 / 令和8年6月30日時点で80歳の人 / 十分機能している自分の歯が20本以上ある人 / 氏名を行政機関・報道機関へ公表できる人

**募集期間** 令和8年6月30日(火)まで  
**応募方法** 募集期間中にかかりつけ歯科医院(福島県歯科医師会会員に限る)に応募することを申し出て、歯と口の健診を受けてください。

※鮫川歯科診療所は福島県歯科医師会会員ではありませんのでご注意ください。

☎ 県保健福祉部健康づくり推進課

☎ 024-521-7640

☎ 県歯科医師会

☎ 024-523-3266

## COPDに気を付けましょう

COPD(慢性塞性肺疾患)とは?

COPDとは、たばこの煙を主とする有害物質が原因で肺の動きが弱くなってしまふ病気です。令和5年度の調査では全国に38.2万人もの患者がおり、そのほとんどが適切な治療を受けていません。

見過ごされがちな症状

初期症状は無症状の人もあり、症状が進んでも風邪や年齢のせいだと思ひ、見過ごされがちです。

## COPDチェック

- 階段を上るとゼイゼイ息切れする
- 風邪でもないのにいつも痰やせきがでる
- 朝起きてすぐ痰がからむ
- 速く歩くと辛い

▲ひとつでも当てはまるとCOPDの疑いがあります

COPDの人は、骨粗しょう症や心血管疾患などを併発する可能性が高くなります。チェックに一つでも当てはまる人は医療機関の受診をおすすめします。

☎ 住民福祉課健康係 ☎ 49-3112

## 公用車・消防車両への 有料広告掲載が始まりました

村は今年度より、公用車および各地区の消防車両へ有料広告の掲載を始めました。広告掲載により得られる収益は、防災活動を担う消防団の資機材などの整備に充てられます。地域の安全を一層強化するため、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

☎ 総務課 ☎ 49-3111

詳細はこちら



暮らしのカレンダー

6/1	月	交通事故ゼロ・歩行者優先の日	西山
2	火		健康
3	水	手まめ館定休日	中野
4	木		渡瀬
5	金		
6	土	親子遠足(年中・年長)	
7	日	環境美化の日 和田医院 ☎33-2012	
8	月	3~4か月児健康診査 お母さんの口腔健康相談	東石
9	火		健康
10	水		乳保
11	木		
12	金		西野
13	土		
14	日	さわやか高原ロードレース 大木医院 ☎33-2424	
15	月	シルバー交通安全の日	富田
16	火		健康
17	水	手まめ館定休日	青生野
18	木		
19	金	心配ごと相談	
20	土		
21	日	夏至 深谷クリニック ☎33-3223	
22	月		
23	火		健康
24	水	やまぶきの会	
25	木		
26	金		
27	土		説明会
28	日	健康づくり夏季球技大会 車田病院 ☎43-1019	説明会
29	月		
30	火		健康
7/1	水	交通事故ゼロ・歩行者優先の日 手まめ館定休日	中野
2	木		渡瀬
3	金		

戸籍の窓 ※4月届け出分・敬称略

お誕生 住所氏名月日保護者

おくやみ 住所氏名月日年齢

人の動き

人口	2,693人 (-5)
男	1,395人 (-1)
女	1,298人 (-4)
世帯	1,022戸 (-2)

5/1現在 ( )は前月比

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 赤坂東野 石井草	赤坂西野 西山	全村	青生野	富田 渡瀬

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  
6月の担当は鮫川中学校の4人です。



写真右から  
鈴木光祐さん  
青戸優輝さん  
五十嵐暖さん  
森田蒼生さん

乳保 やまゆり乳児室・保育室 ママカフェ

地区 筋力づくり教室 説明会 義務教育学校等建設に係る住民説明会

健康 健康運動教室 / 会場 ▶ 保健センター(会議室)

日時: 毎週水曜 午後1時30分~

タイムスケジュール	内容	時間
午後1時30分~	肩こりほぐしヨガ	30分
午後2時05分~	リフレッシュヨガ vol.1	//
午後2時40分~	カラダ整えヨガ	//
午後3時15分~	肩こりほぐしヨガ	//
午後3時50分~	リフレッシュヨガ vol.1	//

教育委員会便り

第1回 今年のさめがわこどもセンター / 幼稚部の紹介



年長児(5歳児)13名です。自分の好きなことを思いきり楽しむ10人の元気な男の子と、やさしくしっかりした3人の女の子のクラスです。憧れの年長児になり、小さい子に頼られることや、みんなの中心となって過ごすことに喜びを感じながら、毎日元気に過ごしています。お昼寝のない生活にも少しずつ慣れ、今は散歩先でカエルなどの生き物を見つけたり、みんなで鬼ごっこをしたりして楽しく過ごしています。



さくら組(年長)



あやめ組(年中)

年中児(4歳児)7名です。外で遊ぶことが大好きな元気いっぱいのクラスです。キックボードを使い園庭を走り回ったり、ジャングルジムやブランコに乗って友達と会話を楽しんだりしながら、大好きな友達と一緒に園生活を送っています。最近、散歩先での生き物探し、カエルの卵やオタマジャクシの観察、たんぽぽの綿毛飛ばしや草花摘みなど、この時期ならではの自然と触れ合いながら過ごすことに夢中になっています。

年少児(3歳児)10名のクラスです。新しい環境にも慣れてきました。生き物が大好きで園庭や散歩先でオタマジャクシやカエルを捕まえて観察したり、室内では絵の具での色水作りやままごと、ブロックなどで友達や保育者と一緒に好きな遊びを楽しんだりしています!また、友達が泣いていると頭をなでてあげたり、困っているときには助けてあげたりしてくれるやさしい子どもたちです。



こすもす組(年少)

問 教育委員会 ☎49-3151