平成13年8月 広報 Vol. 570

さめうら

8

August 2001



健康について、私はこう考える。

あなたは「健康」についてどう考えますか。
そう問われたら、あなたはどう答えますか。
人それぞれに考え方はさまざまでしょう。
今月は、坂本恵司さん、藤田初枝さん、
そして、生方隆子さんの３人に
健康について語っていただきました。
じっくりとご覧ください。



Keiji Sakamoto



Hatsue Fujita



Takako Ubukata



特集◉

健康を語る。

特集◉

健康を語る。

私はこう考える ①



心配するより受けて安心。健診は我が家の年中行事です。

坂本恵司さん

大字富田字反田在住・76歳

最近は、家内と一緒にインゲンの出荷に忙しい毎日を過ごしています。家内が収穫作業、私が選別作業と出荷を担当。私が選別作業をしている間に、家内が朝食の準備をします。二人で役割を分担しているんです。

インゲンは約七アールの畑で作っています。そのほかに水田が三〇アールほどあります。目標を持って、結構楽しんでやっています。

健康維持のために、ジョギングやウォーキングなどで体を動かしている人が多いと思いますが、私の場合、仕事で体を使っています。適度に体を動かすこと、それがいいんでしょうね。

やっぱり、いくつになっても楽しく働けるということが一番ですね。そのために、健康管理には十分気をつけています。もちろん、住民健診は家内と一緒に毎年受けていますよ。そして、健康状態の変化を知るために、毎年の健診結果票をきちんと保管しています。自分の健康管理の記録ですからね、捨てるわけにはいかないですよ。

胃がん検診では再検査ということもありました。胃炎の兆候があったんです。再検査の結果は「異常なし」。そうすると安心するんですよ。受けないで心配するより、受けて安心したほうがいいじゃないですか。我が家では、健診は年中行事になっているんです。

日常生活では、塩分は控えめ、アルコールはほどほどに。「少々のお酒は薬だから」と、少しの晩酌を楽しんでいます。人によって違うでしょうが、私の場合、ビールなら一本で終わりにします。

私は、今年の四月から村の老人クラブ連合会長を務めています。責任のある仕事ですから、ボケ防止にもなっていると思います。これも健康でなければ務まりませんよね。病気になっている暇なんかないですよ（笑い）。

〔談〕



「健康で働けることが喜びです」と、奥さんのトシエさん（写真右）と一緒に農作業に励む**恵司**さん

私はこう考える②

家族の健康を考えて、台所に立ちたいと思ってます。

藤田初枝さん
大字赤坂西野字本坂在住・65歳



健康づくりのためには、きちんとした食生活が必要だと思います。偏った食事、食生活の乱れが、現代の病気をつくる原因になっているからです。子どものころからの「食」の教育は、これからますます重要になるのではないでしょうか。

私は、食生活改善推進員「ひまわりの会」のメンバーとして活動しています。

ひまわりの会は、「私たちの健康は私たちの手で」を目標に、「食」を通した健康づくりを推進しています。平成八年にボランティア組織として結成されました。今年で六年目になります。会員は村の栄養教室の修了生で、現在は二十九人が活動しています。主に、地域での料理講習会や母と子の料理教室などを行っています。地道な活動ですが、少しでも地域の役に立ちたいと考えています。自分の生活の経験を通して得たこと、栄養教室で学んだことなどを地域の人たちに伝えていきたいですね。まずは、「お向かいさん、お隣さんへ」。これが私たちの合言葉なんです。



初枝さんが会長を務める「ひまわりの会」。「母と子の料理教室」などを開催し、地域に根ざした活動を展開しています

私が栄養教室に参加したのは、健康について学んでみようと思ったからです。そして今、ひまわりの会で活動していますが、講習会が好評だったときは本当にうれしいですよ。それから、ひだまり荘での奉仕活動で、「おいしいよ」の言葉とともに笑顔が返ってきたとき、やってよかったって思いますね。あの笑顔が最高の励みになるんです。これからも、元気で長生きの村づくりのために協力していきたいですね。

健康づくりの基本は、栄養・運動・休養といいます。栄養の部分である食生活は、私たち女性が中心となって考えなければならないのではないでしょうか。

私は常に、家族の健康を第一に考えて台所に立ちたいと思ってます。家族の健康を守るのは、主婦の役目だと思っていますからね…。

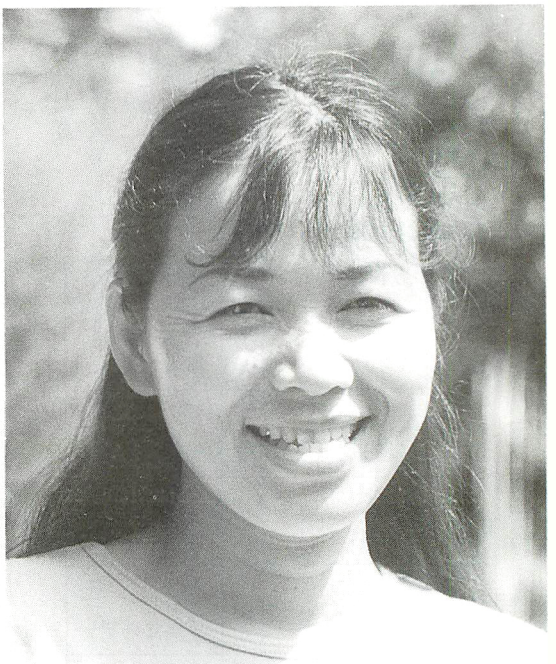
〔談〕

特集◉
健康を語る。

私はこう考える ③

今、子育て真っ最中。家族のため、自分のため、健康について考えたい。

生方隆子さん
大字赤坂中野字道少田在住・40歳



今年の五月に、かぜをひいて寝込んでしまったんです。家族にはずいぶん迷惑をかけてしまったなあって反省しました。子どもの健康を守るべき親が、まず健康でなければならないって、改めて思いましたね。

私には、七歳の息子と六歳の娘の二人の子どもがいます。健康について考えるようになったのは、子どもができてからですね。そして、平成八年に義父が病気で亡くなったことで、ますます健康管理に注意するようになりました。

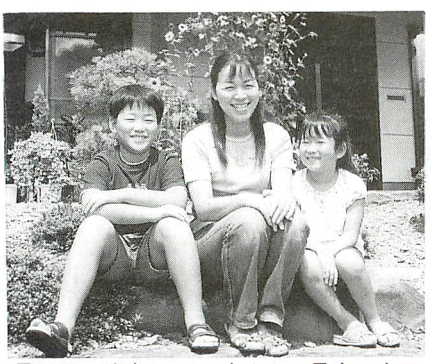
最近、息子が太り始めてきたんです。肥満は病気の元になるといわれていますので、食事には気を遣っていますよ。体を鍛えようと始めた少林寺拳法も頑張って続けています。

私も体を動かすのは好きですから、バレーボールで汗を流しています。スポーツでストレスを解消しながら、同時に仲間づくりもできる。地域でのふれあいを持ちながら、心豊かに生活したいと思っています。

友達から聞いた話なんですが、私と同じ年代の子育て中のお母さんが病気で入院したり、亡くなったりしてるんです。残された子どもはかわいそうですよね。そんな話を聞くと他人事には思えなくて、健康であることの大切さを実感します。

先日、子宮がん検診を受けたときに、若い年代の受診者が少ないことに驚きました。子宮がん検診の対象年齢は三十歳以上。若いお母さんたちも受けた方がいいですよね、万が一のために。

私も今年から、村の基本健康診査の対象になりました。今は四十歳以上が対象ですが、もっと若いうちから受けられるようにしてほしいですね。


長男の一真(いっしん)くん、長女の小百合ちゃんと一緒に

今、子育て真っ最中。だからこそ、家族の健康に気を配りながら、自分の健康についても、これまで以上に考えていきたいと思います。〔談〕

住民総合健診が始まります

■問い合わせ　健康福祉課健康係　☎49-3111(内線235)

九月四日(火)から十二日(水)まで、住民総合健康診査(基本健康診査、結核・肺がん・胃がん・大腸がん、口腔歯科検診)を行います。最寄りの会場で受診してください。

各種検診の受診録は、五月に実施した健康管理世帯調査(検診希望調べ)で、受診を希望された方に配布しています。受診を希望されなかった方でも、対象年齢であれば受けることができますので、事前に健康福祉課健康係までご連絡ください。

なお、今年度、人間ドックを受けた方は、受診する必要はありません。

日程・会場　別表のとおり(午前七時三十分～九時三十分受付)

送迎バス　会場までの送迎バスを運行します。乗車場所・時間などについては、先に配布した「さめがわ健康だより」第百六十七号をご覧ください。

内容

基本健康診査

▼検査内容…身体測定、血圧測定、尿検査、耳打診、血液検査、眼底検査、心電図検査▼**対象**…四十歳以上▼**受診料**…五百円(七十歳以上の人および六十五歳以上で一定の障害がある方は無料)

結核検診

▼検査内容…胸部X線撮影▼**対象**…十六歳以上▼**受診料**…無料

肺がん検診

▼検査内容…胸部X線撮影▼**対象**…四十歳以上▼**受診料**…無料

胃がん検診

▼検査内容…X線撮影▼**対象**…四十歳以上▼**受診料**…五百円(国保加入者、七十歳以上の人および六十五歳以上で一定の障害がある方は無料)

大腸がん検診

▼検査内容…便採取▼**対象**…四十歳以上の希望者▼**受診料**…五百円

口腔歯科検診

▼検査内容…デジタル口腔撮影と歯科衛生士による個別指導▼**対象**…四十歳以上五十歳未満の希望者▼**受診料**…五百円

▼実施日…九月九日(日)



■住民総合健康診査日程表

月日(曜)		対象地区	会場
9月	4日(火)	青生野渡瀬のうち越虫地域	青生野集落センター
	5日(水)	渡瀬(越虫地域を除く)	渡瀬区集落センター
	6日(木)	富田	富田小学校体育館
	7日(金)	西山	西山区集落センター
	9日(日)	赤坂中野のうち新宿・道少田地域、口腔歯科検診受診者	農業者トレーニングセンター
	10日(月)	赤坂中野(新宿・道少田地域を除く)、赤坂東野・石井草のうち石井草・官代・広畑地域	農業者トレーニングセンター
	11日(火)	赤坂東野・石井草(石井草・官代・広畑地域を除く)	農業者トレーニングセンター
	12日(水)	赤坂西野	赤坂西野区民センター

特集◉

健康を語る。

健診は生活習慣の通知票。結果はあなたの努力しだいですよ。

文／保健婦・蛭田みゆき



身体の状態を知る

「病気にならず、一生健康で暮らしたい」。私たちが共通に持っている望みだと思います。しかし、病気になりたくなくてもなってしまう方もいます。

日本人の死亡原因のほとんどを占めるがん・脳血管疾患・心疾患などの生活習慣病は、早期発見・早期治療によって、かなりの確率で治せる病気となってきています。その反面、これらの病気は自覚症状が現れないことが多く、気づかないうちに進行してしまうことが少なくありません。そこで欠かせないのが健診です。

健診の効果としては、

①病気の早期発見・早期治療に役立つ…症状が現れない早期に病気を見つけ、治療することができれば治る確率が高くなります。

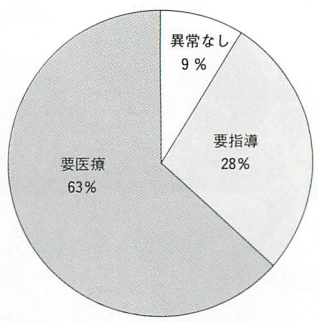
②継続して健康状態を確認できる…私たちの身体は日々刻々と変化しています。昨年「異常なし」だったからといって、今年も「異常なし」とは限りません。定期的に健診を受けることで、現時点での身体の状態を知ることができます。

③生活習慣改善の契機となり、健診結果を健康づくりに役立てることができる…健診によって現時点での身体の状態が「異常なし」「要指導」「精密検査や治療を要する」のどれであるか判定されます。それによって保健指導や栄養指導が行われたり、日常生活で気をつけなければならないことが浮き彫りになったりします。

健康管理の出発点に

健診は自分の健康管理の出発点とも言えますので、受けるだけでなく、その結果を生かすことが大切です。

学生時代は学力の通知票に一喜一憂したかも知れませんが、健診は一年間の生活の積み重ねの成果が現れる、いわば生活習慣の通知票のようなものです。自分の生活を振り返るために健診を受け、健康管理に役立ててはいかがでしょうか。



なんと9割が健康に「異常」

上のグラフは、昨年の基本健康診査の判定結果です。受診した1,134人のうち「異常なし」と判定されたのは、わずか101人（９％）。残りの1,033人（91％）は「要指導」または「要医療」となり、9割が健康に何らかの異常を抱えているという結果になりました。しかし、「要指導」「要医療」と判定されても、その後の努力しだいで改善することができますので心配することはありません。まずは、自分の身体の状態を知るために、受診することが大切です。

むらのできごと

広報にあなたの写真が載りましたら、さしあげますのでご連絡ください。
（☎49－3111　内線214）





農村の生活を学ぶ

東京の明星学園中が体験学習

東京都の明星学園の中学２年生約50人が７月17日から３泊４日の日程で村を訪れ、ほっとはうす・さめがわに宿泊しながら体験学習を行いました。

生徒たちは、村の人たちの指導を受けながら、わら細工やそば打ち、餅つきのほか、自然観察や農作物の収穫などを体験。農村の生活や自然環境について学び、充実した４日間を過ごしました。

未来博でもがんばります

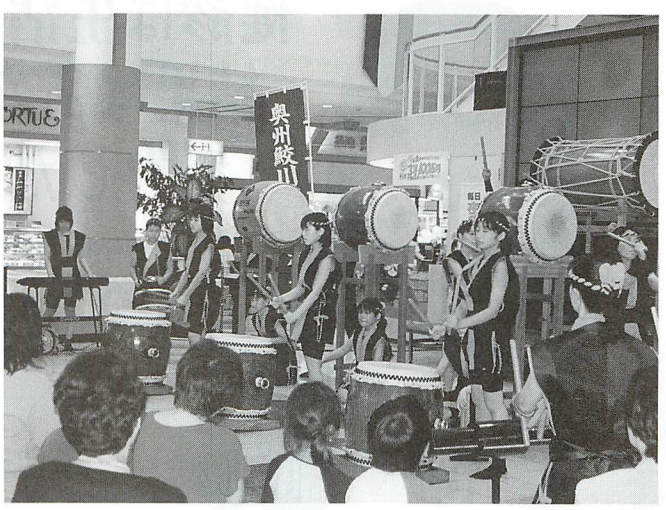
茨城県潮来市で「強滝太鼓」を披露

七月二十二日、奥州鮫川太鼓保存会の皆さんが茨城県潮来市にあるショッピングセンターのイベントに招かれ、「強滝太鼓」の演奏を披露しました。

会場には大勢の観客が集まりました。また、演奏が始まると買物客も足を止め、力強い太鼓の響きに耳を傾けていました。

強滝太鼓は、九月三十日に「うつくしま未来博」でも披露されます。

「未来博でもがんばります。ぜひ、見に来てください」と保存会の皆さん。





輸入物には負けません

宇都宮から菌床しいたけ栽培視察

７月10日、栃木県宇都宮農協管内のしいたけ生産者など約30人が、村菌床しいたけ生産組合の運営状況を視察に訪れました。

一行は、西山字鍛治平にある菌床しいたけ生産施設を見学したあと、阿久津栄二さん方（赤坂西野字滑石）の作業場を訪問。阿久津さんが経営方針について、また、組合長の我妻佐利さん（西山字落合）が菌床しいたけ導入の経緯や共同作業による運営について説明しました。我妻さんは「良質のものを作れば、輸入物には負けません」と力強く話しました。

「キラリ」と光る受賞

富田小が「よい歯の学校」優秀校に

「みんなのがんばりが認められました」と喜びを噛み締めているのは、富田小学校の皆さんです。

むし歯をなくそうと、学校と家庭が一体となって取り組んでいることが評価され、「福島県学校歯科保健優良校表彰「第四十五回よい歯の学校表彰」で、県下九十校の応募の中から「優秀校」に選ばれました。

まさに、子どもたちの歯のように「キラリ」と光る受賞です。



村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす・村政とぴっくす



県民税連続完納で感謝状

本村では、個人県民税が昭和37年度から39年間連続完納となり、７月30日に福島市で開かれた納税功労者等知事感謝状贈呈式で、佐藤知事から感謝状が贈られました。この連続完納記録は県内１位を誇り、その功績が高く評価されたものです。



交通安全テント村

７月16日、夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動の一環として「交通安全テント村」が宿ノ入交差点で実施されました。交通安全協会鮫川支部の主催で、鮫川駐在所などが協力。ドライバーに風船やチラシを配り、安全運転を呼びかけました。

村民リレー 随想
39人目

宗田 純子 さん

Junko Souta

大字赤坂東野字広畑在住



■純子さんってこんな人！

そうた・じゅんこ　昭和30年生まれ。宗田ガソリン店の看板娘(？)。趣味を尋ねたところ「スポーツや音楽鑑賞と言いたいけれど、なかなか時間がとれなくて…」と、家業の切り盛りに多忙な様子です。

笑顔で生きていきたい

学生時代から「新聞を毎日読みなさい」「テレビのニュースはみなさい」と父親に言われていました。しかし、ほとんど実行することはなく勉強不足の私でしたが、大変ありがたいことに、これまでお客様から政治・経済・教育・最近の事件まで教えていただくことが数多くありました。商売をしていてよかったなあと思うときでもありますが、思いがけない凶悪な事件に関する話題には、本当に心が痛みます。

身近な問題では、若い人の村離れがよく話題になりますが、私は、若い人の労働力と年配の人の経験と知恵とで助け合いながら、夢のある楽しい生活ができたら素晴らしいと思います。「どなたか、何とか若い人たちが村で生活したいと思える魅力ある村にしてください」と願わずにはいられません。私は立派なことができる能力はありませんが、お手伝いできることは頑張ってみようと考えています。

毎日の生活では、素直に誠心誠意接していきたい。そして、多少悩みがあっても、多少疲れていても、できるだけ笑顔で生きていきたいと思っています。

［次は、森康治さん（赤坂東野）にバトンタッチ！］

俳句

万緑や慈母観音を仰ぎ見る　金沢　暁舟
同じ川日課となりぬ釣り九月　中井　恒峯
山城の礎石のくぼみ夏陽濃し　矢部　正子
夏椿戦さ終りし日を思う　山本　朗史
散歩道つい口をつく演歌かな　鈴木　友蔵
蛍と共に仰ぐ満天の星　斎須　信子
緑なす山襞縫いて雲立ちぬ　北條素人坂
空梅雨や乾草取りのはかどれる　小山田清哲
薔薇の香を乗せ来る風に小鳥舞う　黒田　寿香
ほたるぶくろポンと幼い夢鳴らす　山本五十鈴

短歌

くちなしの花を鉢ごと求め来し妻の気心押し量りおり　鷺野谷　満
一つ木に紅と白との咲く鉢に木瓜（ぼけ）の名のあり買わずに帰る　大平　太平
草中に季節違えず小さくも咲きいて匂う山薊の花　蛭田　光江
残花には無情と知るも鋏入れ来年に備う鉢の皐月の　森　芳子
食物の遺伝子機械に分かるという何故に示さぬその良し悪しを　蛭田　浩市
農作業無事に終えたり明日も又

図書の缶詰

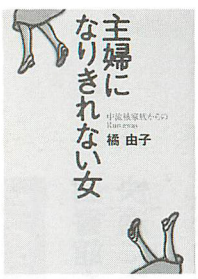
鮫川村図書館　☎29－1150

今月のおすすめ



『おねしょの名人』
山田真・柳生弦一郎作　福音館書店

おねしょをしたことがありますか。たぶん、お父さん、お母さんもみーんな思い出があるはず…。さて、どうしておねしょをするのかな。おしっこはどうやってでるのか。ふしぎやぎもんに答えてくれます。



『主婦になりきれない女』
橘　由子著　ブロンズ新社

家事は好きですか。本当は心のどこかで「私は主婦になりきれない」と感じていませんか。どの程度そう感じるかによって表面に出す言動が違ってきます。その「なりきれなさ」が限界を超した著者の体験記です。

図書館は、午前９時から午後６時まで開いています。

9月の休館日

SAMEGAWA LIBRARY

確認してからでかけてね。

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	③	4	5	6	7	8
9	⑩	11	12	13	14	15
16	⑰	⑱	19	20	21	22
23/30	㉔	㉕	26	27	28	29

○印が休館日です。

ズームアップ人 HUMAN

「鮫川の野草」をまとめた

鈴木　一　さん



左から鈴木さん、西成さん、増田さん

身近な植物を一冊に

大字富田字鍬木田の鈴木一さんは、大妻女子大学の西成典子教授らとともに村内でみられる草花をまとめた「鮫川の野草」を発行し、話題になっている。

「自然環境に興味を持つ人が増えている反面、身近な植物を知らない人が多いのでは…」。自然保護協会の自然観察指導員を務める鈴木さんは、以前からそう感じていたという。そうした中、村の都市交流事業で知り合った理学博士の西成教授と意気投合。「村内の野草を一冊にまとめてみよう」と、昨年の春から作業に取りかかった。

鈴木さんが、時間をみつけては草花の写真を撮影。西成教授の監修で、和歌山大学客員教授の佐藤元昭さんと埼玉県職員で「和光の植物ガイド」を監修した増田裕さんが解説を担当した。

千五百部作製した「鮫川の野草」はフルカラーで、身近に見られる野草を中心に二百三十二種類を写真と解説をつけて紹介。花期や花の色、生育場所などを春・夏・秋の季節ごとに分かりやすくまとめている。

「わずか一年で作り上げるのは大変でしたが、完成品を見ると感無量です」。鈴木さんは満足気に笑みを浮かべた。



フルカラーで232種類の植物をまとめた「鮫川の野草」

頑張りますと遺影に告げる　増子　紗久
荒波を承知で漕ぎ出しし小泉丸舵を今更返せるものか　関根　儀光
忍びつつ鳴くほととぎす沢の辺に幾度鳴けども亡母は還らず　中川西美好
峰を越え実家に帰りし嫁の頃今も偲ばす盆太鼓の音　関根　瑞恵
金文字となりし「久慈の郷」名付け親ホームの壁に甦り来る　松本　由起
ゆるし合うこころの友のありまさばわが残生の幸というべき　須藤美代子
山里の夕暮に鳴く蜩は哀愁おびて秋の気配す　松本　一郎
数を頼み数に溺れる民主々義何時まで続く引張り凧は　前田　栄美
神のみ前にわれは座し息子の婚儀の嬉びに満ちて　前田喜三子
わが家のインコ夫婦は夜昼を代るがわる卵抱きいる　水野　フク
雨の来ぬ猛暑続きに野菜みな生気失い枯死も寸前　岡部　シゲ
われよりも一歳若く急逝の君は議員も半ばなりしに　北條　平
干天に恵みの雨降り甦る豆の畑のわれは草引く　鈴木　クニ
荒れし田に八十路のわれは草を刈るばさりばさりと憂断つごとく　関根　一好

みんなのページ

PAGES FOR EVERYBODY

村民の皆さんが作るページです。
村づくりに関する意見、質問、提案(アイディア)
感激した話、ほほえましい話など……
ハガキや封書、ファックスでお寄せください。
ただし、中傷や営利を目的としたものは
ご遠慮ください。
「テーマにひとこと」も下記のあて先へ。

●

〒963-8401　大字赤坂中野字新宿39-5
鮫川村役場「広報さめがわ」みんなのページ行
☎49-3111（内線214）　FAX 49-2651

声 Voice

図書館をもっと快適にできませんか？

私は、図書館を利用する村民の一人です。今年のこの猛暑に快適な場所と思い、図書館に足を運んだところ、冷房設備もなく大変驚きました。

私は、近隣の図書館も利用していますが、どこの図書館でも一年中快適に利用することができます。

鮫川村の図書館は、ほかの地域の図書館に比べて利用者が少ないような気がしますが、室内の冷暖房設備などをもう少し充実させれば、もっとたくさんの方々が利用するのではないでしょうか。

私個人の意見ですが、図書館の運営に生かしていただければと思います。

（匿名・31歳・女性）

■お答えします

図書館をご利用いただきありがとうございます。

図書の利用については、これまで歴史民俗資料館図書室をご利用いただいておりましたが、立地条件などの問題から、利用される方に大変ご不便をおかけしておりました。

このようなことから、旧農協事務所の建物を購入し、一日も早く村民の皆様にご利用いただくため、まずは一階部分の図書室のみを改修し、図書館としてスタートしたところです。

図書室については今年度に各種備品を整備し、さらに今後は、多様な学習ニーズに対応できるよう、情報メディアに対応した機能を含め、二・三階も整備していく計画です。

このたび、ご意見をいただきました冷房設備につきましても、これらの計画とあわせ、現在検討しておりますので、ご理解をお願いいたします。

（教育委員会教育課）

◎ご連絡ください

役場窓口の「みんなの意見箱」に、無記名で「店をもっと増やしてほしい」とのご意見が寄せられました。内容についてお伺いしたいことがありますので、投書された方は総務課・広報担当までご連絡ください。

◎お願い

投書の際は、その内容について確認する場合がありますので、住所・氏名は必ずお書き添えください。広報紙への掲載は、希望によりペンネームや匿名とします。

退任

ありがとうホ先生

See you again

昨年の八月から語学指導助手として中学校で英語の指導に当たっていたホ・サン（Ho Thanh）先生が、一年間の任務を終えて出身地のアメリカ合衆国に帰国しました。

一年前、「頑張って日本語を覚えたい」と英語で話していたホ先生ですが、この一年間で習得した日本語で、最後の取材に応じてくれました。



アメリカに帰国したホ先生

みんなの伝言板 MESSAGE BOARD

催し

■奥の里山 in 遠ケ竜
ニジマス釣り・つかみどり大会

主催…遠ケ竜若衆会／**日時**…９月９日（日）午前７時＝釣り開始、午前10時＝つかみどり開始／**場所**…遠ケ竜ふれあい公園／**参加費**…大人1,500円、子供（中学生以下）500円
◎詳細…遠ケ竜若衆会会長・森元良（☎0247-49-2719）

プレイガイド

■堀内孝雄コンサート

日時…11月２日（金） 18:30開演／**場所**…棚倉町文化センター「倉美館」／**入場料**…6,000円（全席指定）、９月９日（日）午前９時から電話予約受付開始
◎詳細…倉美館（☎0247-33-9610）

■和太鼓演奏のパイオニア
林英哲コンサート

日時…９月27日（木） 18:30開演／**場所**…郡山市民文化センター／**入場料**…一般席4,800円、車椅子席2,400円
◎詳細…郡山市民文化センター（☎024-934-2288）

募集・案内

■鮫川天文愛好会会員募集

鮫川天文愛好会では、初心者・経験者を問わず、会員を募集しています。興味のある方はご連絡ください。
◎詳細…鮫川天文愛好会事務局（村企画調整課、☎0247-49-3111、内線222）

■独身男女交流
あいのりバスツアー参加者募集

主催…県南地区青年交流実行委員会／**期日**…９月29日（土）・30日（日）１泊２日（午前６時30分、棚倉町役場集合。途中乗車「あいのり」もＯＫ。乗車場所についてはご相談ください）／**行き先**…１日目＝横浜中華街とお台場、２日目＝東京ディズニーランドorシー／**対象**…18歳以上の独身男女（高校生は除く）／**定員**…男女各15名／**費用**…15,000円／**募集期限**…９月14日（金）
◎申し込み・詳細 事務局（棚倉町役場商工観光課内）☎0247-33-2111、または実行委員・関根（村農業委員会事務局内）☎0247-49-3111・内線245

地域の催しの案内、仲間づくりの呼びかけなど、掲載希望記事を募集します。総務課総務係（広報担当）までご連絡ください。



スマイル・すまいる・スマイル・すまいる・スマイル・すまいる・スマイル

うつくしま 未来博情報

90市町村ふれあいパーク

鮫川村の出展は９月25日から最終日の30日まで。未来博の終盤、鮫川村の魅力を大いにアピールします。

■展示（９月25日～30日） わら細工の実演・体験コーナー（亀宝会）、産品販売と観光ＰＲ

■催事（９月30日） 江竜田の獅子舞（江竜田獅子舞保存会）、強滝太鼓（奥州鮫川太鼓保存会）

うつくしま未来博来場促進補助事業

県では、うつくしま未来博へ15名以上で入場する団体に対し、交通費の補助を行っています。

■補助対象団体 公民館活動団体、保育所、幼稚園、子供会、ＰＴＡ、福祉施設・団体、老人クラブ、ボランティア団体、ＪＡ、商工会、企業の親睦団体

■対象事業 未来博会場への交通費など（バス借上料、参加者保険料、燃料代、代理店手数料、駐車料、運転手人件費など）

■補助率 事業費の１／２以内

■締め切り ９月28日（金）

■その他 同一団体の複数入場も補助対象とします。

申し込み・問い合わせ
村企画調整課（☎49-3111、内線221）

※「テーマにひとこと」コーナーは休みます。次号では「高齢者に感謝」をテーマに、あなたのひとことを募集します。８月31日（金）が締め切りです。

ホ先生からのメッセージ

村を離れるのは本当にさみしいです。

鮫川村での生活は、とても楽しいものでした。村の人たちはとても優しくて、友達もたくさんできました。思い出は語り尽くせません。今、村を離れるのは本当にさみしいです。

鮫川村の皆さん、一年間という短い期間でしたが、本当にありがとうございました。お体に気をつけて、元気にお過ごしください。

（ホ・サン）

※後任のヘザー・レーイラ・リアード先生については、次号で紹介します。

いきいき生活、応援します。

く・ら・し・の

情報

Information

電話番号
Telepone

役場	☎ 49 - 3111(代)
	FAX 49 - 2651
教育委員会 教育課	☎ 49 - 3151
	☎ 49 - 2247
図書館	☎ 29 - 1150
公民館	☎ 49 - 2247
農業者トレーニングセンター	☎ 49 - 3295
鮫川幼稚園	☎ 49 - 2358
学校給食センター	☎ 49 - 2113
鮫川保育所	☎ 49 - 2056
渡瀬保育所	☎ 49 - 2050
国民健康保険診療所	☎ 49 - 2028
交流施設 ほっとはうす・さめがわ	☎ 48 - 2555
高齢者総合福祉センター ひだまり荘	☎ 49 - 3600
村民保養施設 さぎり荘	☎ 49 - 2205

催し

臨時託児所あります
婦人講座（中央教室）

村公民館と村婦人会では、婦人講座（中央教室）の参加者を募集しています。女性のための講座です。ぜひご参加ください。

日時 9月1日（土）午前9時30分～11時30分

場所 村公民館

対象 一般成人（女性）および婦人会員 30人程度

内容 ▼講話「絵本の好きな子に育てるには」（講師…鮫川保育所・青砥ハツ子所長）▼エアロビクスで心身ともにリフレッシュ（インストラクター…安達郡白沢村在住・安斎陽子さん）

参加費 無料

申し込み 8月24日（金）が締め切りです。村公民館へ申込書を持参するか、電話で申し込んでください。

その他 臨時託児所を設けますので、お子様連れでも参加できます。

■**問い合わせ** 村公民館☎49－2247

助成

チャイルドシートの購入費を助成します

平成12年4月1日から、6歳未満の子どもを自動車に乗車させる場合、着用が義務付けられたチャイルドシート。

村では、「チャイルドシート購入費助成事業」を実施し、購入費の一部を助成しています。

助成対象 原則として村内に住所がある6歳未満の乳幼児の親族とし、助成は乳幼児1人につき1回のみとします。

助成額 購入価格の2分の1。ただし、100円未満は切り捨てとし、助成は1万円を限度とします。

申請手続き 購入費助成申請書（役場総務課にあります）に購入の際の領収書を添付し、総務課総務係に提出してください。助成金は申請者本人の口座に振り込みますので、口座番号が分かるようにしてきてください。

■**問い合わせ** 総務課総務係☎内線211

参議院議員通常選挙

村の投票率は78.95％

7月12日(木)公示、7月29日(日)に投票が行われた第19回参議院議員通常選挙（参議院福島県選出議員選挙、参議院比例代表選出議員選挙）の村の投票率は、前回（平成10年7月12日執行）の84.03％を5.08ポイント下回る78.95％でした。

各投票区別の投票率は次のとおりです。

参議院議員通常選挙投票率

投票区	投票率（%）		
	男	女	計
鮫川	74.90	74.22	74.56
西野	81.18	81.19	81.19
西山	79.79	79.32	79.55
富田	82.53	82.47	82.50
渡瀬	75.74	76.65	76.22
青生野	82.58	77.78	80.19
戸草	86.08	83.33	84.62
大房	90.59	87.36	88.95
計	79.38	78.54	78.95

案内

敬老会

長寿をお祝いする「平成13年度鮫川村敬老会」を次により行います。ぜひ、ご参加ください。

- **とき** 9月15日（敬老の日）午前10時開会
- **ところ** 農業者トレーニングセンター
- **対象者** 昭和7年9月15日以前に生まれた方（招待状を送付します）

問い合わせ
健康福祉課福祉係
（☎内線 236）

法律なんでも無料相談

日時 9月9日(日) 午前10時～午後3時
場所 白河市「メガステージ白河店・エルス館」
内容 登記の手続き、土地境界などの問題、地代・家賃の供託の問題、戸籍・国籍の問題、お年寄り・子どもの虐待、いじめ・体罰、離婚等夫婦間の問題、家庭内暴力等家庭内の問題などについて、法務局職員が相談に応じます。相談は無料で秘密は守ります。

◎問い合わせ
福島地方法務局白河支局
☎0248-22-1201

平和を愛する人が欲しい。

自衛官等募集

- **募集種目** ①一般曹候補学生（18歳以上24歳未満の男女）②曹候補士（18歳以上27歳未満の男女）③2等陸・海・空士（18歳以上27歳未満の男女）
- **受付期間** 8月6日(月)～9月7日(金) ただし、2等陸・海・空士の男子については、年間を通じて受け付けています。
- **その他** 応募方法、試験期日、入隊(校)時期などについて詳しくは募集事務所まで。

問い合わせ
自衛隊福島地方連絡部白河募集事務所
☎0248-24-0372

テーマは「汗」

写真展さめがわ点描 作品募集

- **テーマ** 汗（働く人、スポーツに打ち込む姿など）
- **応募資格** 鮫川村民、鮫川村出身者、鮫川村内勤務者
- **作品** カラープリント4ツ切サイズの一枚写真で、1人3点まで応募できます。
- **応募締め切り** 平成13年10月末日（9月に応募用紙を配布）
- **賞** 最優秀賞1点、優秀賞2点、入選数点
- **その他** 作品は、第54回村文化祭で展示します。

問い合わせ
企画調整課 企画振興係
（☎内線 221）

介護保険

65歳以上の方の保険料

軽減措置は9月で終わります

平成12年4月にスタートした介護保険制度。もうすぐ1年半になろうとしています。この制度では、65歳以上の方の保険料について、制度への理解をいただきながら段階的に負担していただくため、平成12年4月から9月までの半年間は無料、平成12年10月から13年9月までの1年間は本来の保険料の半額に軽減されてきました。

この軽減措置は今年の9月で終わり、10月からは本来の額を納めていただくことになりますので、ご理解とご協力をお願いします。

なお、保険料を一定期間滞納すると、介護サービスを受けた際に費用をいったん全額自己負担していただく場合がありますので、忘れずに納めましょう。

■**問い合わせ** 総務課税務係☎内線217

税金

不動産を取得したとき

不動産（土地や新・増築した家屋、既存建物）を取得したときには「不動産取得税」が課税されるのをご存じですか。

この税金は、不動産を取得したときに一度だけ課税されるもので、取得が有償・無償であることや売買・交換・贈与・寄付などの別、また、登記の有無も問いません。

なお、公共収用による代替取得の場合や住宅の敷地を同じ名義で取得したときなどは、税額が減額される制度もあります。

■**問い合わせ** 県南地方振興局県税部課税課直税係☎0248-23-1517

財産を相続したとき

相続や遺贈（遺言によって財産を譲ること）によって、亡くなった人の財産をもらったときには「相続税」がかかります。相続税は、所得税などと違って私たちが一生のうちに何度も経験するものではありませんが、日常生活の中でよく話題になる税金の一つです。

なお、亡くなった方の正味の総遺産額が、基礎控除額の範囲内であれば相続税はかかりません。

相続税の申告と納税の期限は、相続開始の日（死亡した日）の翌日から10カ月を経過する日です。また、申告書の提出先は、被相続人の住所地の税務署となります。

■**問い合わせ** 白河税務署☎0248-22-7111

児童福祉

■児童扶養手当■

児童扶養手当は、父と生計を同じくしていない児童がいる家庭に対し、児童の母や母に代わってその児童を養育している人に支給されます。また、父と生計を同じくしていても、父の心身に重度の障害がある場合には支給されます。

■**受給資格**　次のいずれかに該当する18歳未満の児童（心身に一定の障害があるときは20歳未満）を監護している母、または母に代わって児童を養育している人に支給されます。

①父母が離婚した後、父と生計を同じくしていない児童　②父が死亡した児童　③父が重度の障害の状態にある児童　④父から1年以上遺棄されている児童　⑤父が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童　⑥父の生死が1年以上明らかでない児童　⑦未婚の母の児童　⑧棄て子などで生まれたときの事情が不明である児童

■**手当の額**　①児童1人のとき…全額支給42,370円、一部支給28,350円　②児童2人のとき…全額支給47,370円、一部支給33,350円　③児童3人以上のとき…3人目から1人増えるごとに3,000円を加算します。

※手当の額は、申請者と同居親族の所得により全額支給または一部支給に分けられます。

■**請求権の時効**　支給事由発生の日から5年を経過しても請求がない場合は、請求権が喪失します。

■特別児童扶養手当■

特別児童扶養手当は、身体または精神に障害がある児童を家庭で監護または養育している人に支給されます。

■**受給資格**　身体や精神に障害がある20歳未満の児童を監護している父もしくは母、または父母に代わって児童を養育している人に支給されます。ただし、児童が肢体不自由児施設や知的障害児施設などに入所している場合や障害を理由として厚生年金などの公的年金を受けることができる場合は支給されません。

■**手当の額**　①重度障害児童…月額51,550円　②中程度障害児童…月額34,330円

健康福祉課福祉係　☎内線236

年金

受給者が死亡したとき

年金を受けている人が死亡したときは、遺族の人が14日以内に「年金受給権者死亡届」を提出しなければなりません。届け出が遅れると、死亡後も年金が支払われ、過払いとなった年金は、あとで遺族の人から返してもらうことになります。このようなことにならないように、届け出は速やかに行ってください。

また、年金は死亡した月の分まで受けることができます。まだ受け取っていない年金があるときは、生計を同じくする遺族の人が請求することができます。このときは「未支給年金請求書」を年金受給権者死亡届と一緒に提出してください。なお、未支給年金を請求することができる遺族は、①配偶者、②子、③父母、④孫、⑤祖父母、⑥兄弟姉妹の順で上位の人になります。

届け出先　▼国民年金受給権者の死亡…役場住民課国保年金係▼厚生年金保険受給権者の死亡…社会保険事務所

持参するもの　死亡した人の年金証書、請求者の印鑑、請求者の預金通帳

■問い合わせ　住民課国保年金係☎内線234

案内

金融公庫の住宅ローン返済方法が変更できます

現在、住宅金融公庫の住宅ローンを返済中で、最近の不況に伴う失業や収入の減少などで返済が困難な方に対して、次のような返済方法の変更を行っています。

▼返済期間の延長（最長10年）
▼元金措置期間の設定（最長3年）
▼元金措置期間中の金利引き下げ

取り扱い期間　平成14年3月末日まで

■問い合わせ　住宅金融公庫東北支店☎022-227-5003、または返済中の金融機関の相談コーナー

相談

■心配ごと相談・行政相談

▼**日時**…9月20日（木）午前10時～午後3時（心配ごと相談では、午後1時から弁護士が相談を受けます）▼**場所**…村公民館◎**詳細**…心配ごと＝村社会福祉協議会（☎49-3600）、行政＝総務課総務係（☎内線214）

納付

▼村県民税＝第2期分
▼国民健康保険税＝第3期分
▼介護保険料＝第3期分
▼国民年金保険料＝8月分
◎**納期限**…8月31日（金）

※納期内に納めましょう。口座振替の方は、残高確認をお願いします。

寄付

▼**社会福祉事業のために**（金員）…高坂博（西）松崎義一（岩野草）▼**図書館に**（書籍・ビデオテープ）…少林寺拳法福島鮫川スポーツ少年団（写真）

※**6月21日～7月20日受理分・敬称略**



6月23日、少林寺拳法福島鮫川スポーツ少年団の皆さんが、図書館オープンを祝い、少林寺拳法に関する書籍とビデオテープを図書館に寄贈しました。

休日当番医

8月26日(日)	
東白川中央病院(棚倉町)	☎33-3263
金沢医院(矢祭町)	☎46-2312
三瓶胃腸科医院(石川町)	☎26-1234
9月2日(日)	
藤田医院(棚倉町)	☎33-2013
東舘診療所(矢祭町)	☎46-3165
中島病院(石川町)	☎26-3415
9月9日(日)	
あらまちクリニック(棚倉町)	☎33-8018
石川医院(塙町)	☎43-0003
田中内科医院(石川町)	☎26-3333
9月15日(土)	
緑が丘診療所(棚倉町)	☎33-9468
中島医院(塙町)	☎43-0373
大野病院(石川町)	☎26-1181
9月16日(日)	
杉山胃腸科外科皮膚科(棚倉町)	☎33-7551
木村医院(矢祭町)	☎46-3528
中島病院(石川町)	☎26-3415
9月23日(日)	
和田医院(棚倉町)	☎33-2012
車田病院(塙町)	☎43-1019
中島病院(石川町)	☎26-3415
9月24日(月)	
勝田医院(棚倉町)	☎33-3008
塙厚生病院(塙町)	☎43-1145
大野病院(石川町)	☎26-1181

ごみ収集日

―9月―

■江竜田～中野町～福原～鍬木田～広畑～新宿～道少田～大塩
・可燃物…3.6.10.13.17.20.27
・不燃物…7.21

■さぎり荘～村営住宅赤坂中野団地
・可燃物…3.6.10.13.17.20.27
・不燃物…5.19

■鮫川中学校
・可燃物…3.6.10.13.17.20.27
・不燃物…6.20

■関下～越虫～青生野小～世々麦～葉貫～戸草～蕨ノ草～中沢～関口
・可燃物…5.12.19.26
・不燃物…5.19

■真坂～押目～酒垂～塚本～荻ノ沢～折戸～水口～官沢
・可燃物…5.12.19.26
・不燃物…6.20

■官代～遠ケ竜～大石草～大根屋敷～内ケ竜
・可燃物…5.12.19.26
・不燃物…7.21

■東前田～大久保～鬼越～赤柴～沼野沢～岩野草～薄ケ久保～石井草
・可燃物…5.12.19.26
・不燃物…28

※ペットボトル用指定袋は、不燃物と同じ日に収集します。

HEALTH ADVICE 健康アドバイス 保健婦の



蛭田みゆき 保健婦

幼児歯科健診を行います

1歳と2歳が対象です

人が楽しく健康に生きるために「食」は欠かせない要素の一つです。おいしく食べるときに欠かせないもの、それは、おいしい食材、家族や友達との楽しい会話、そして健康な歯です。何でもおいしく食べるためには、まず自分の歯や歯ぐきをきちんと手入れすることが大切ですが、小さいうちはすべて自分で手入れをするのは難しいので、両親や家族の力が必要になります。

村では「さめがわ歯科医院」の協力をいただき、歯が生えはじめる1歳と乳歯が生えそろう2歳の時期に健診を行い、健康で丈夫な歯を育てていくお手伝いをします。対象のお子さんには受診票を郵送または10か月児健診・1歳6か月児健診時に渡しますので、誕生日を迎えたら健診を受けるようにしましょう。

■

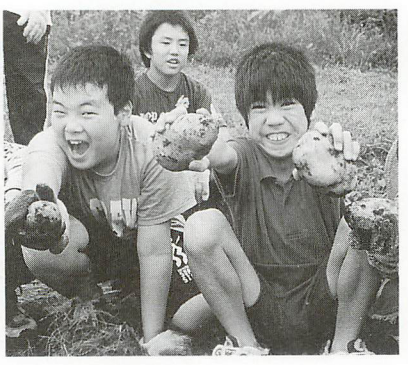
●健診をしてくれる歯医者さんと歯科衛生士さんからのメッセージです。

▼歯科医師・小松正三先生

むし歯にならないようにするために、ぜひ知っておいていただきたいことがあります。それは当たり前だと思うでしょうが、砂糖がむし歯をつくるということです。例えば、キャンディ・キャラメル・チョコレート・ジュース・乳酸飲料などはすぐに歯に悪いと思いつくでしょう。しかし、これらに一切砂糖が入っていなければむし歯になることはほとんどないのです。また、このようなものだけではなく、砂糖はいろいろな食品に添加されています。だから歯ブラシでの清掃が重要になるのです。砂糖を摂ったら（食べたら）歯みがきをするようにしましょう。

▼歯科衛生士・前田春美先生

「乳幼児のむし歯は親の責任」と言われ続けています。しかし両親は外に働きに出て、日中は祖父母が育児に携わっている家庭が多いことでしょう。このような現状から、家族全員でかかわっていかなければ、むし歯予防は難しいと考えられます。そこで、歯の健診には日中保育している方も一緒に来ていただき、お子さんの口の中を見たり、歯みがきの仕方（寝かせみがき）やおやつについて話を聞いていただきたいと思います。



今月の表紙PHOTO

8月2日、長井進一さん方(青生野)の畑で、山村留学「明日飛(あすび)学園」の子どもたちがジャガイモ掘りを体験しました。子どもたちは、大きなジャガイモに歓声を上げながら、収穫の喜びを味わっていました。

お誕生

6月21日～7月20日届け出分



北條（ほうじょう）　七海（なな）
平13.6.12生
住所／岫長
保護者／浩二



藤田（ふじた）　彩那（さな）
平13.6.15生
住所／本坂
保護者／正義



近藤（こんどう）　祐吾（ゆうご）
平13.7.2生
住所／上耕地
保護者／正幸

おくやみ

6月21日～7月20日届け出分

住所	氏名	月日	年齢
西	高坂　ツネ	6.30	96歳
岩野草	松崎　ミツ	7.18	80歳

人の動き

7月1日現在・（）は前月比

人口	4,756人	（＋2）
男	2,368人	（±0）
女	2,388人	（＋2）
世帯	1,108戸	（＋2）

※お誕生・おくやみ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。

広報さめがわ
平成13年8月（通巻570号）
■発行／福島県鮫川村
■編集／鮫川村役場総務課
〒963-8401
鮫川村大字赤坂中野字新宿39-5
☎0247-49-3111／FAX0247-49-2651
■印刷／佐藤印刷所（塙町）

セピア色の思い出 ㉕



昭和27年3月

分校で和裁を習った仲間たち

提供／中川西ユワ子さん（大字石井草字森ノ前・68歳）

今から50年前、塙高校鮫川分校（現在の東白川農商高校鮫川分校）の季節生として11月から4月までの期間、和裁を習いに通い、大池先生、小川先生、大槻先生の指導のもと、技術の習得に励みました。「裁縫ができないと嫁に行けない」と言われていたこの時代、和裁は女性にとって大変重要な意味を持っていました。この写真は、卒業記念に季節生一同で撮影したものです。年齢はさまざまでしたが、みんな仲が良く、姉妹のような付き合いをさせていただきました。（中川西）

後記 編集

▼先日、宮城県丸森町の方から電話がありました。「広報さめがわ」を見て鮫川村に興味を持ち、ぜひ訪れたいという話でした。▼その方は、過疎化が進む山間の集落に住んでいて、三十人ほどで地域づくりに取り組んでいるとのこと。平成五年に子どもが一人も生まれないというショッキングな出来事がきっかけで、グループを結成したそうです。▼自分が住む地域を良くしたい。そのために鮫川村を参考にしたい。その熱意に心を打たれました。▼実は、その方は丸森町の役場職員。ですが、職員としてではなく、一町民として村を訪れたいとのこと。私も、一村民として村を案内したいと思います。（舟木）