［広報］ 鮫川村広報紙

さめがわ

3
2012 No. 695
平成24年３月１日発行



■ほっとニュース
ふるさと談義で親睦深める
里山の豊かな自然を満喫 ほか



［表紙写真］
菊地園長に心の鬼を追い出してもらう子どもたち／こどもセンター豆まき（２月３日）


受賞を喜ぶ(左から)父・中川西幸雄さん、峻來くん、担任の仁科先生、八代鮫川小学校長

中川西峻來(たから)くん(鮫小1年)が全国学校図書館協議会長賞受賞

第57回青少年読書感想文全国コンクール

鮫川小一年の中川西峻來くんが、第五十七回青少年読書感想文全国コンクール(全国学校図書館協議会、毎日新聞社主催)で全国学校図書館協議会長賞(優良賞)を受賞しました。

コンクールは毎年行われているもので、峻來くんは、小学校低学年の部(一、二年生)の課題図書四点の中から「エディのやさいばたけ」を選択。少年エディが、母親や妹と協力して野菜を育てていくという物語。この本を選んだ理由を聞くと「やさいが好きだったから」と峻來くんは笑顔で話してくれました。

表彰式は二月三日、東京都千代田区の東京会館で開かれ、受賞した峻來くんに賞状が贈られました。また、鮫川小学校(八代之宏校長)には「学校賞」が贈られました。

二月二十二日、役場村長室を訪れ、受賞を報告しました。


優勝を喜ぶ部員ら

村スポ少バレー部が県南地区大会で優勝

結成以来初の快挙

村スポーツ少年団バレーボール部は二月四日・五日の二日間、須賀川市で行われた「第二十一回福島県小学生バレーボール新人大会県南地区大会」に出場し、見事優勝を果たしました。

大会には、県南地区に所属する十四チームが出場。初日の予選リーグを二位で通過したバレーボール部は、翌日の決勝で郡山市の小山田バレーボールスポーツ少年団と対戦。見事勝利を収め、バレーボール部結成三十年来、初の快挙を達成しました。現在、三月四日に田村市で開かれる県大会に出場するため、選手一丸となって練習に励んでいます。

同バレーボール部はこのほか、昨年十二月に行われた「東西しらかわ大会」、一月の「中島あやめ杯」に出場し、いずれも優勝を収めています。

村内に設置してあるリアルタイム測定結果がホームページで閲覧できます

■村ホームページアドレス　http://www.vill.samegawa.fukushima.jp/





村内12地点に設置された
リアルタイム線量測定システム



■リアルタイム線量測定システム設置場所

東京電力福島第一原子力発電所の事故を受けて、文部科学省により、県内の学校や公園などにリアルタイム線量測定システム（上写真）が二七〇〇台設置され、村内にも十二地点（右図）で測定しています。

このほど、装置周辺の空間線量率のリアルタイム測定結果が文部科学省ホームページで公開されています。村ホームページ上の「空間線量測定結果を公開しています」からご覧ください。

■問い合わせ　村総務課総務係
☎49-3111

3月・4月は住民異動シーズン
届け出をお忘れなく

3月から4月にかけては、転勤や就職、進・入学などにより住民異動が多くなります。この時期、初めて住所を変更するという方も多いことでしょう。

正しい住所を届けていないと、国民年金や国民健康保険、児童手当などの給付が受けられなくなる場合があります。さらに、お子さんの入学などさまざまな影響が出てきてしまいます。

右の表に該当する方は、届け出の種類に応じて必要なものを持参し、役場住民福祉課窓口で異動の手続きを行ってください。

また、国民健康保険や国民年金に加入している方は、保険証や年金手帳も忘れずに持参してください。

■住所変更などの主な届け出

こんなとき	届け出の種類	届け出に必要なもの	届け出期限
村外から移ってきたとき	転入届	□転出証明書(前住所地で発行) □国民年金手帳(加入者のみ)	本村に来てから14日以内
村外へ移るとき	転出届	□国民健康保険証(加入者のみ) □印鑑登録証(登録者のみ) □転出先の住所	村外に移る前に
村内で住所を変更したとき	転居届	□国民年金手帳(加入者のみ) □国民健康保険証(加入者のみ)	引っ越した日から14日以内
世帯主が変わったとき	世帯主変更届	□国民健康保険証(加入者のみ)	変更した日から14日以内
加入している保険が変わったとき	取得届	□国民健康保険証(世帯に加入者がいる場合) □資格喪失証明書	異動した日から14日以内
	喪失届	□国民健康保険証 □新しい保険証	異動した日から14日以内

※印鑑はどの届け出にも必要ですので、忘れずに持参してください。

■問い合わせ　村住民福祉課住民係☎49-3113

年金制度が改正されます

■詳しい内容が知りたい方
▶白河年金事務所☎0248-27-4165
▶ねんきんダイヤル☎0570-05-1165
■過去に国民年金の未納があるかどうかを知りたい方
▶ねんきんネット☎0570-058-555

現在、国民年金保険料の納め忘れがある方は、平成24年10月1日から3年間に限り、過去10年分までさかのぼって納められるようになります。3年度以上さかのぼって保険料を納付する際は、加算金がかかります。

※毎月の国民年金保険料の納付は、原則として翌月末日までと定められています。納期限までに納められない場合、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できないことがありますので、滞納しないようお願いします。

取り扱いを

高額な外来診療を受ける皆さまへ

平成24年4月1日から高額な外来診療を受けたとき、限度額適用認定証や被保険者証などを提示すれば、限度額を超える分を支払う必要がなくなり、ひと月の医療機関などの支払いが一定の金額にとどめることができます。また、保険薬局、指定訪問看護事業者についても同様の取り扱いを受けることができます。

70歳未満の方と70歳以上の非課税世帯などの方は、事前に医療保険者から限度額適用認定証などの交付を受ける必要がありますので、詳しくは加入している医療保険者にご相談ください。

■問い合わせ　村住民福祉課住民係☎49-3113

3月は自殺対策強化月間です
早く気づいて！心の病気

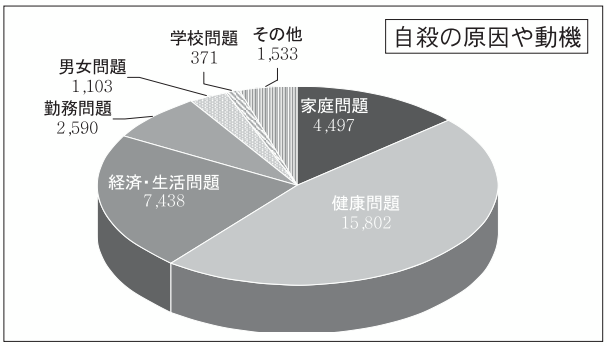
3月は、一年間の中で最も自殺者が多い月です。進学や就職、転勤や異動、転職などに伴う生活環境や人間関係、家庭内や職場内、社会での立場や役割などの環境の変化が大きくなる月で、精神面が極度に不安定になりやすいことが理由として考えられます。

■知っていますか？自殺の現状

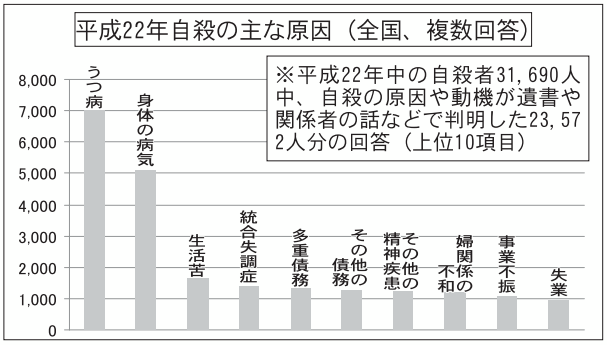
日本の自殺者数は、平成10年以降、12年連続して3万人を超え、深刻な社会問題となっています。

本人の遺書やメール、あるいは生前の言動によるもので裏付けがあったものを集計した結果、自殺の原因や動機は「健康問題」が最も多く、次いで「経済・生活問題」、「家庭問題」の順となっています。（図1）また、具体的な内容を見ると、自ら命を絶った人の多くは何らかの心の病気を抱えていたことがわかっています。（図2）自殺の原因や動機となった問題を含め、過度のストレスが心身にさまざまな影響を及ぼし、心の病気を引き起こして自殺に追い込まれることが推測されます。

【図1】



【図2】



■あなたと大切な人の命を守るために

心の病気は誰もがかかる可能性があります。身体の病気が早く気づいて治療をすれば早く治るのと同じく、心の病気も早くみつけて対処することで、悪化を防ぐことができます。

しかし、多くの人が病気であることに気づいていなかったり、治療を受けなかったりしています。自分や身近な人の様子が「いつもと違う」と感じたら、不調のサインかもしれません。できるだけ早く専門機関に相談するようにしましょう。

■自殺対策の取り組み

地域における自殺対策力の強化を図るため、県では「自殺対策緊急強化基金事業」として、市町村に補助金を交付しています。村では、この基金事業を活用し、平成23年度は次の取り組みを行いました。

◎小・中学校でのいのちの教育

命の大切さを伝える普及啓発事業として、いのちの大切さを伝える本やDVDを購入しました。これらは、各小中学校と村教育委員会で保管し、閲覧や貸し出し、また授業の題材として活用しています。

◎うつの自己チェックの啓発

うつの自己チェック表を印字したポケットティッシュを作成し、献血などの機会に配布します。

◎自殺対策強化月間に合わせたパンフレットを作成・配布

心の病気に関するパンフレットを各家庭に配布します。心の病気として多い「うつ病」「依存症」「統合失調症」の原因や症状、対応方法、心の不調に気づいたときの自分自身や身近な人たちができること、身近な相談機関の案内が掲載されています。

家族でご覧いただき、心の病気に理解を深め、心の健康づくりに、また自殺予防のためにご活用ください。

■問い合わせ　村住民福祉課福祉係☎49-3113



いのちの大切さを伝える学習

1
NEWS

ふるさと談義で交流深める
第26回東京鮫川会総会

第二十六回東京鮫川会総会は、一月二十八日、東京都の新宿住友ビルで行われました。

会員・村関係者など約八十人が出席。総会では、平成二十三年度事業報告および収支決算承認、平成二十四年度事業計画および収支予算について審議されたほか、任期満了による役員改選が行われました。

総会終了後、恒例の新年会が催され、ふるさと談義に花を咲かせながら親睦を深め合いました。

役員は次のとおりです(敬称略)。

▼会長…茨木勇(再・西山字大沢出身) ▼副会長(2名)…前田勝次(再・赤坂東野字前田出身) 市川三喜男(再・赤坂東野字滝ノ下出身) ▼監事(2名)…生田目靖雄(再・石井草字小名沢出身) 須藤春夫(再・赤坂西野字名下出身)



大勢の会員が出席した総会

2
NEWS

里山の豊かな自然を満喫
東京農業大学・第73回里山景観保全活動

東京農業大学の第七十三回里山景観保全活動は、二月十八日から二十日までの三日間、葉貫地内で行われました。

今回の活動には、東京農大生二十一人が参加。初日は、小林輝男さん(葉貫)の指導を受けながら、炭焼きに使うための木の伐採や炭焼き体験を実施。

二日目は、引き続き、前日の作業が行われたほか、葉貫地区の住民と一緒に、地区内の景観整備を行いました。

二日目の午後と三日目は、ほっとはうす・さめがわで、根本三郎さん(葉貫)、根本ノフさん(葉貫)の指導を受け、炭俵つくりを体験。縄もじりで縄を作った後、もじった縄で炭俵を丁寧に編みました。完成した炭俵は、ほっとはうす・さめがわに飾ってあります。


小林さんから炭焼きについて学ぶ学生


根本さんに指導を受けながら縄もじりを体験

3 NEWS
東石1チームが熱戦制す
第3回村長杯争奪クロリティー大会


得点を競い合ったクロリティー大会

村老人クラブ連合会主催の第三回村長杯争奪クロリティー大会は一月二十七日、村公民館で行われ、東石1チームが見事優勝しました。

大会には、村内の老人クラブから二十七チームが参加。予選リーグを勝ち抜いた九チームが決勝トーナメントで熱戦を繰り広げました。

成績は次のとおり。

①東石1チーム②中野6チーム③西野1チーム

4 NEWS
スキーを楽しむ
村公民館事業チャレンジスクール・第7講座


スキー教室に参加したスクール生

村公民館事業のチャレンジスクール第七講座「スキー教室」は一月二十八日、二十九日の二日間、北塩原村のグランデコスノーリゾートで開かれ、親子約四十人が参加しました。

同スクールは、小中学生とその保護者を対象に年九回行われているもので、七回目となる今回はスキー教室を開催。クラスを分けて指導が行われ、参加者は思い思いにスキーを楽しんでいました。

5 NEWS
お正月ゲームに夢中
こどもセンター「お正月ゲーム大会」


お正月ゲームを楽しむ子どもたち

さめがわこどもセンターの「お正月ゲーム大会」は一月二十四日に行われ、園児が「お正月ゲーム」を楽しみました。

はじめに、全員でわらべうた「おしょうがつはええもんだ」を合唱。続いて、コマ回しや大判かるたとり、すごろくみかんとりを実施。大判かるたとりでは、読み札が読み上げられると、子どもたちは、一斉に目当てのかるたまで走り、元気にかるたとりを楽しんでいました。

6 NEWS
万が一に備えて
「手・まめ・館」付近で火災防御訓練を実施


訓練を行う消防団員ら

火災防御訓練は二月二十六日、赤坂中野字巡ヶ作地内（「手・まめ・館」付近）で行われました。

訓練は、全国春季火災予防運動の一環として実施。「たばこの投げ捨てにより枯草に着火、山林に延焼拡大し、「手・まめ・館」に火勢が迫ってきた」との想定で、棚倉消防署鮫川分署と村消防団による訓練が繰り広げられました。訓練終了後には、消火器の取り扱い訓練が行われ、「手・まめ・館」職員や住民が真剣に訓練に臨んでいました。

みんなのページ

鏑木　卓弥さん
Takuya　KABURAGI

かぶらぎ・たくや● 昭和62年４月生まれ。西山字馬生田在住。東西しらかわ農業協同組合鮫川支店勤務。趣味…野球、ゴルフ。好きなこと…スポーツ観戦、飲食。抱負…よいこクラブの設立。



みんなのページは、
みなさんが参加するページです。
身近な情報をお寄せください。
〒963-8401
鮫川村大字赤坂中野字新宿39番地5
ＴＥＬ　0247-49-3115
ＦＡＸ　0247-49-3363
Eメールアドレス
kikaku@vill.samegawa.fukushima.jp
企画調整課企画振興係
「広報さめがわ担当」まで

村民［随想］リレー ⑯⑷
さめがわに生きる

鮫川村。・・・村。私は正直、この村に住んでいることにコンプレックスを感じていました。

私の住む鮫川村は、人口が四千人にも満たない、のどかな村です。この村に生まれこの村で育ってきた私ですが、高校時代まで、この村の素晴らしさを何一つ知らずに生きてきました。ただただ、何もないところに生まれてしまったと…。

そんな私の考えも年が大きくなるにつれて次第に変わっていきました。

大学に進学し、鮫川を離れてから強く感じたのは、この村の自然豊かな環境で育てられたということ、実はすごくぜいたくなことだったということです。都会にはない夜の静けさ、澄み切った空気。この自然すべてが誰にでも誇れる環境だったということに気づきました。

また、何より鮫川村の住民性が素晴らしいと思いました。人と人との絆が強く、良心的で協力的な人たちが多いということに、仕事柄日々、感動しています。地域行事も多く、一生懸命に参加するその姿もまた素晴らしいと感じています。

私はこの村に生まれ育ったことを誇りに思い、感謝し、これからも精一杯鮫川で生きていきたいです。■

次は、坂本清美さん（西山字岩野草）にバトンタッチ！

の中に国民の一般的な良識を反映させ、よりよい刑事司法を実現するために設けられているものです。審査の申立てには、費用は一切かかりません。また、申立人の秘密は硬く守られています。検察審査会の窓口では、申立てについての相談を受け付けていますので詳しくは郡山検察審査会事務局にお問い合せください。／問い合わせ…郡山検察審査会事務局☎024-932-5656

●平成25年歌会始のお題が決まりました　お題…「立」／詠進歌の要領…①お題を詠みこんだ自作の短歌で１人１首とし、未発表のもの。②用紙は、習字用の半紙を横長に用い、毛筆で自書する。③右半分にお題と短歌、左半分に郵便番号、住所、電話番号、氏名（本名、ふりがな）、生年月日、職業（具体的に）を縦書きで記入する。／詠進の期間…９月30日まで／送付方法…あて先は「〒100-8111宮内庁」とし、封筒に 詠進歌」と記入してください。／問い合わせ…宮内庁式部職あてに、郵便番号、住所、氏名を書き、返信用切手を貼った封筒を添えて、９月20日までに、直接お問い合わせください。

投　稿

●西山地区いきいき大学　２月19日に行われた西山地区いきいき大学の様子です。43人が参加。鮫川駐在所・伊藤巡査部長の講話を聞き、交通安全と防犯対策について学びました。



［写真提供・水野茂男さん（宝木）］

広報 文芸



弥生（やよい）

俳句

雛様も三人官女と孫の芸　中井　恒峯
厳寒に小鳥飛び交い希望（のぞみ）わく　黒田　寿香
青鷺のつばさ大きくとびたてり　小松　ハル工
「鬼は外」勢いつけた豆がとぶ　斎須　信子
白き魔物命奪いて降りしきる　鈴木　米子
被災地に復興の誓い新成人　山本　恵子
こだまする青竹破裂どんと焼き　土　竜庵
原発の電線跨ぐ雪の尾根　松本　精一
ドカ雪もここまで降れば手にあまる　北條　素人坂
きらきらと朝日を反す幹つらら　前田　縫子
凍てしまききょうも暮れたり峡の空　山本　五十鈴

短歌

邑一番の高齢となるわれにして思い出ばかりが日々の慰め　坂本　雪絵
検査済み風評被害もないという米食べて下され清水育ちの　鈴木　イミ子
竹島の抗議も出来ず野田さんは黙認したり韓国の支配を　前田　初
羽の強さ鳴く声にさえ変化なき小鳥にほっと安心のエール　遠藤　秀
信濃川大洪水に悩まさるも今は科学の粋を競うという　佐藤　春枝
風邪というハードル一つ越えにつつ迎えんとする米寿の坂を　柿沼　鯉乃
大雪の新年となるも掃き分けて何故か休まる心地に暮らす　須藤　幸子
平凡という幸せがあるのだと心にしたり被曝の世にて　水野　珠子
久々に見る孫の顔元気にて婆を忘れぬ無邪気な笑顔　関根　瑞恵
田や畑の耕作減るも楽しみに老は通いて手入れの日々に　溝井　清乃
今年亦畑の野菜を作りつつ自ら鍛える身の健康を　坂本　伊紀
石原新党実現するや弛みたる日本の箍を締め直す為　一平　子
厳寒と豪雪耐え来て仄かなる立春迎えこころ温もる　石井　幸子
叱られて泣く姉かばう弟の詰め寄る曾孫は婆に助けを　須藤　シツエ
安らかに家族に看取られ一好師召され天国粛々と発つ　杉山　磯子
召されては否応なしか旅発たん天寿の掟是も非もあらん　松本　一郎
清らなる真白き富士を仰ぎつつ中央道行く七草の朝　前田　喜三子
如月の凍てつく最中雪被り庭の木蓮花芽ふくらむ　藤田　千代子
短歌一筋「叱」と呼ばれ慕われし柔和な遺影まぶしく仰ぐ　関根　ハナヨ
立春を迎えこころも新たなる迷わず進まむ強く前向き　関根　富久
独り居の部屋にて繙く思い出の君が遺稿に叱となぞる　鷺野谷（ひとよ）　満
幸せとも語らずに逝きし兄一生亡き父に似て穏やかに眠る　板橋　源良
生業（なりわい）と思いて飼えし牛なれど競に引きゆく心切なし　関根　キヌ子
自然とは恐ろしい程強いもの厳寒よそに福寿草の芽吹く　矢吹　一二
粛然と師は召され逝く天国に数多の思いで残せしままに　北條　平

ふくふくの縁 Vol.10

緑のふるさと協力隊・原倫子さんの鮫川村体験記です。

最高の食べもののお話



臼の底には丸型（イメージ→●）が彫ってあって、太陽を表している。横には半円型（イメージ→◒）が彫ってある。この太陽と月がある臼でつくから、餅っていうのは、最高の食べものなんだよ…。このお話を聞いてから、餅の格が上がってしまった。餅を前にすると、天からの授かり物を頂いたようで、高貴な存在になってしまった。

昔の鮫川村では、月に１度は餅をつく機会があったそうだ。正月は、丸い一升ほどの大きな餅を、嫁様は背中にしょって子どもを連れて、徒歩で実家に帰っていたという。「重くて重くて大変だったけど、それでも家に帰りたかった」と言っていた。小正月には団子さし。私は、村行事では一番これが好きだ（九州にはなかった）。寒い雪の季節に、いち早く家に春が訪れたようで嬉しくなる。２月８日（針供養）、お雛様、子どもの節句、さなぶり、お盆、刈り上げ十日、毎月の23日（さんや様）。今では、便利な餅つき機を利用しているが、昔は杵臼だった。臼は、年輪が傾いて彫ると杵でついた時に剥がれてくる。だから、年輪が平らになるように彫るんだと。内横は卵型に彫る。ドツドツついた時に、自然に餅が横にそって盛り上がってから中心に落ちるようでないとダメなんだと。

最高の食べ物を受けとめる道具には、こんな仕掛けがありました。今度、餅をつく時は観察して見て下さい。きっと、お餅の格が上がることでしょう。

（文・写真／原倫子）

情報の泉 わくわく WAKU-WAKU

募集・案内

●予備自衛官補募集　普段は企業などの一員として社会で活躍、いざというときは自衛官として社会に貢献、それが陸上自衛隊の予備自衛官補制度です。／受験資格…［一般公募］18歳以上34歳未満、［技術公募］18歳以上53～55歳未満／受付締切…４月４日（水）締切日必着／試験日…４月13日（金）～４月16日（月）の指定された１日／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

●身近な法的トラブルお気軽に相談ください　日本司法支援センター「法テラス」は、法的なトラブルの解決に必要な情報やサービスの提供を受けることができます。法的トラブルを解決するのにどのような方法があるのかわからないといったときは、法テラスコールセンターまでお気軽に相談ください。福島地方事務所でも情報提供を行っています。／相談時間…平日＝午前９時～午後９時、土曜日＝午前９時～午後５時／問い合わせ…法テラスコールセンター☎0570-078374

●ごぞんじですか！検察審査会　検察審査会は、選挙権を有する一般国民から選ばれた11人の検察審査員が、いわば国民を代表して、検察官が被疑者を裁判にかけなかったこと（不起訴処分）のよしあしを審査することを主な仕事にしているところで、刑事手続

自然豊かで、子どもの施設がしっかりしていますね。



まつしま　あけみ
松島 明美さん(23歳)
[赤坂中野字宿ノ入在住]

誕生月　昭和63年９月
血液型　Ｏ型
星　座　おとめ座
趣　味　お菓子づくり、映画鑑賞

■仕事はどんなことをしていますか？
　育児をしながら実家の仕事の手伝いをしています。

■生活の中で心がけていることはありますか？
　子どもの食事の味付けを薄くしたり、野菜を中心としたメニューにするよう心がけています。

■休日はどんな風に過ごしていますか？
　休日は家族で買い物に出かけたり、家でのんびり過ごしたりしています。

■これからチャレンジしてみたいことはなんですか？
　家事と両立しながらパティシエの仕事に就きたいです。あとは、これから子どもと一緒にジョギングをしたいと思っています。

■村に住んでいて感じることや、現在の村についてどう思いますか？
　なによりも自然が豊かだと感じます。また、スクールバスの送迎があったり子どもの施設が充実していると思います。

■村に必要なもの、要望などはありますか？
　若い人が働ける場所が増えてほしいです。それと、今ある施設を利用するなどして、子どもを安心して遊ばせられるような場所ができるといいですね。

■

次は、松崎清訓さん(西山字水口在住)の予定です。

学校だより

(第89回)

鮫川小学校 編
八代　之宏 校長
児童 186人

縦割り班でガッツだぜ！

「いちについて、よーい　バーン。」下級生が上級生におんぶをしてリレーする「おんぶリレー」。普段はお掃除などで一緒に活動をしていますが、この日ばかりはお兄さんやお姉さんの背中におんぶしてコーンをまわりゴールイン。次のペアにタッチして競争しました。体育館の中は、氷点下の室温。でも、子どもたちは一位めざして本気になって走りました。

「いつもはきびしそうだけど、おんぶしてもらって走ったのがよかったです」「寒いのがいつの間にかどっかへ飛んでしまいました」などなど。この他二種類のゲームをしました。





そのうちの一つである「輪っかで一緒にゴール」では、二人ペアになってコーンを回ってゴールインをしました。

本校の目玉である縦割り班活動は子どもたちからとても好評でした。

（文・写真　鮫川小学校）

TOPICS

エゴマ優良耕作者を表彰

特産さめがわ合同会社主催「エゴマ収穫感謝祭」開催

エゴマの加工品開発や販売に取り組む特産さめがわ合同会社(関根政雄代表社員)主催のエゴマ収穫感謝祭は２月５日、村商工会館で開かれました。

エゴマ栽培者の栽培意欲向上や地域産業の活性化などを目的に耕作者や同社関係者など約80人が参加。優良耕作者表彰では、大平キヨ子さん(二反田)、佐藤美世子さん(森ノ前)に賞状と記念品が、関根代表社員から贈られました。

続いて、エゴマを使った強飯やとん汁、白菜・うどのサラダ、豆腐だんごなどの昼食会が開かれました。じゅうねんシフォンケーキなどのお菓子も並び料理を味わいながら交流を深めました。その後、語り部会による昔話や参加者全員参加の抽選会も行われ、楽しいひとときを過ごしました。





①エゴマ料理に舌鼓を打つ参加者／②関根代表社員から表彰を受ける佐藤さん

楽しく健康運動

村内７地区で健康体操教室



各地区で健康運動教室が開催されました

日頃の運動不足と生活習慣病の予防を目的とした「健康体操教室」が昨年11月から今年１月にかけて、村内７地区で開かれ、約130人が参加しました。

健康運動サポータービーンズヘルスの会(青戸良一会長)主催。はじめに健康運動サポーターによるレクリエーションなどが行われ、参加者同士で楽しく交流を深めました。続いて、ピラティスインストラクターの稲妻由紀さんから呼吸法や柔軟体操、ストレッチ、ピラティスなどの実技指導を受けました。参加者は、日頃の運動不足を実感し、楽しく和やかに運動していました。

梅の木の剪定(せんてい)方法を学ぶ

富田地区夢づくり協議会特産品開発事業部会「梅の木剪定研修会」

富田地区夢づくり協議会特産品開発事業部会の「梅の木剪定(せんてい)研修会」は２月19日、富田字彦次郎地内の観光梅園で開かれました。

研修会には、梅の栽培に取り組む区民10人が参加。県県南農林事務所の佐藤国男さんを講師に、主枝を３本とする基本樹形の剪定方法などを学びました。

同事業部会はこのほか、１月22日に会津若松市の山際食彩工房（山際博美代表）で梅の実を利用した特産品開発の研修を実施し、特産品づくりのヒントを探りました。



剪定方法を学んだ研修会

くらしの情報 Information
インフォメーション

◆お知らせ１

募集

フレッシュママ教室参加者募集

フレッシュママ教室は、お母さん自身が心のリフレッシュをし、自分自身の力を高め自信をもって育児に取り組めることを目的として開催します。

日時・場所　①３月６日(火)午前９時30分～正午・さめがわこどもセンター／②３月16日(金)午前９時30分～正午・村保健センター

対象者　３歳未満のお子さんがいる母親で２回とも参加できる方　※託児所を設けてあります

講師　高村寿子氏（自治医科大学地域医療センター公衆衛生学部門・名誉教授）

申込期限　３月２日(金)先着20人

申込方法　氏名・住所・電話番号・同伴するお子さんの人数と年齢を、役場住民福祉課健康係までご連絡ください。

■**問い合わせ**　村住民福祉課健康係☎４９-３１１２

税務

軽自動車および普通自動車の変更手続・移転手続はお済みですか

軽自動車および自動車税は、４月１日現在に車両を所有している方に課税されます。そのため、名義変更や廃車、住所移転などの手続きが３月末までに行われていないと、前の所有者に課税されることとなりますので、該当する方はお早めに手続きをしてください。

税に関する問い合わせ　▼軽自動車税の課税内容に関すること…村総務課税務係▼届出などの手続きに関すること…棚倉自家用自動車組合☎３３-３０２８、または福島県軽自動車協会☎０２４-５４６-２５７７▼普通自動車の課税内容に関すること…県南地方振興局県税部課税課☎０２４８-２３-１５１９▼届出などの手続きに関すること…管轄する運輸局

■**問い合わせ**　村総務課税務係☎４９-３１１１

お知らせ

平成24年度村体育施設および村公民館使用料減免申請書の提出について

村体育施設および村公民館を、年間を通して使用する団体で、使用料減免の対象となる団体を使用料減免団体として登録します。

減免を希望する団体は、以下により使用料減免申請書（村教育委員会にあります）を提出してください。

提出期限　最初に使用する日の１週間前

記入上の注意　使用予定期間は、平成24年４月１日以降の最初の使用許可申請書提出日から平成25年３月31日までとしてください。その他、詳しくは村教育委員会までお問い合わせください。

■**提出先・問い合わせ**　村教育委員会教育課☎４９-３１５１

自動車の登録・検査の手続きはお早めに

自動車の登録・検査手続きは毎年、年度末の３月に集中し、窓口や車検場が大変混雑します。手続きをお考えの方は、できるだけ早めに済ませてください。

■**問い合わせ**　東北運輸局福島運輸支局▼**登録関係**☎０５０-５５４０-２０１５▼**検査関係**☎０２４-５４６-０３４２

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。３月放送を担当するのは、

鮫川中学校・保育給食委員会

高久　幸恵（ゆきえ）さん（３年）

谷中　美月（みづき）さん（３年）

役場の電話番号

0247-49-3111（代表）

【直通電話番号】

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

【その他の機関】

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

◆お知らせ２

引越相談所開設

引越シーズンのピークとなる３月、４月の２か月間、トラック事業者団体の福島県トラック協会では、県内７か所で「引越相談所」を開設し、電話などによる相談に応じます。緑ナンバーのトラックを利用しての引越や引越に伴うサービスについてお困りのことがありましたら、「引越相談所」へご相談ください。

相談時間（電話）　月曜から金曜日（土日祝日を除く）までの午前９時から午後４時まで

相談所連絡先　福島県トラック協会白河支部…☎0248-27-3644

その他　引越は下見（有料）、見積もり（無料）を的確に行うことが重要です。運賃やサービス内容についてよく打ち合わせしましょう。

■**問い合わせ**　東北運輸局福島運輸支局輸送・監査部門☎024-546-0343

労働基準監督官採用試験

受験資格　①昭和57年４月２日～平成３年４月１日生まれの者／②平成３年４月２日以降生まれの者で、大学を卒業した者および平成25年３月までに大学を卒業する見込みの者、または人事院が同等の資格があると認める者

試験の程度　大学卒業程度

受付期間・申込方法　▶インターネット…４月２日(月)午前９時～４月12日(木)受信有効・インターネット申込専用アドレス【http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html】▶郵送・持参…４月２日(月)～４月３日(火)当日消印有効・人事院地方事務局、福島県労働局、労働基準監督署で受験申込書の交付を受け、郵送または持参してください。

採用予定者　労働基準監督Ａ(法文系)…約115名／労働基準監督Ｂ(理工系)…約25名

第１次試験　６月10日(日)午前９時～受付

■**問い合わせ**　白河労働基準監督署〒961-0074白河市郭内1-124☎0248-24-1391

春季全国火災予防運動・全国山火事予防運動実施

３月１日(木)から７日(水)は春季全国火災予防運動・全国山火事予防運動実施期間です。次のポイントに注意し、火災予防に努めましょう。

▶**３つの習慣**…①寝たばこは絶対やめる／②ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する／③ガスコンロなどのそばを離れるときは必ず火を消す

▶**４つの対策**…①逃げ遅れを防ぐために住宅用火災警報器を設置する／②寝具や衣類からの火災を防ぐために防炎品を使用する／③火災を小さいうちに消すために住宅用消火器などを設置する／④お年寄りや体の不自由な人を守るために隣近所の協力体制をつくる

■**問い合わせ**　棚倉消防署鮫川分署☎49-2119

鮫川村街頭犯罪発生状況
棚倉警察署（☎33-3241）

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	0	0
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	0	0
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	0	0

発生件数：１月26日～２月25日
累計：１月１日～２月25日

◆いきいき健康通信

文／村住民福祉課健康係　村山通子保健師　☎49-3112

前立腺肥大症をご存知ですか

前立腺肥大症は、六十歳以上の男性に多く見られる病気で、発症には、男性ホルモンと加齢などが影響で発症し、六十五歳以上の男性では二～三割を超える患者がいるといわれています。

■前立腺肥大症とは

前立腺は、膀こうの下部にある栗の実の大きさ程度の臓器をいい、男性の生殖器官の一つです。前立腺部分の尿道には、精巣から精子を運んでくる精管が開いているため、尿道は尿と精子の二通りの道になっています。

精液が通る場合は、前立腺から出される液体と精子が混ざった精液となり前立腺部の尿道に流れます。また、膀こう側へ精液が逆流しないように前立腺部の尿道が一時閉じて尿道へ出されるしくみになっています。その前立腺の内部が腫大（前立腺腺種）すると尿道が圧迫され尿道の抵抗が高まり排尿時の尿の勢いが悪くなります。

さらに尿道が圧迫・閉塞されると排尿困難や頻尿、尿切迫感、夜間頻尿などの刺激症状も現れ、尿がでなくなることがあります（尿閉）。

■症状

症状の進み方は次のとおりです。

▼膀こう刺激期…尿道などに不快感があり、尿意の切迫感、尿の出始めに時間がかかるなどの症状が現れます。

▼残尿発症期…前立腺腺種が大きくなり排尿困難が進むと膀こうに溜まった尿を排出しきれなくなり膀こうに尿が残ります（残尿）。残尿があると細菌感染や膀こう結石が出きやすく、血尿も現れます。飲酒や冷え、長時間の同一座りでいると突然尿閉が起こることがあります。

▼完全尿閉期…前立腺腺種が大きくなると膀こう排尿筋の収縮が起こり、残尿量が二〇〇～四〇〇ミリリットル以上になると膀こう内圧に負けて絶えず少量ずつの尿漏れがおこります。さらに進むと腎臓からの尿の流れも妨げられるため腎機能障害を起こすことがあります。

■治療

五十歳からの排尿困難がある場合は、前立腺肥大症と前立腺がんを疑います。

尿検査および腎検査や前立腺腺種の大きさ、各症状の重症度等により治療が行われています。腺種の大きさによりレーザー治療や手術などを行います。

また、尿道の圧力を緩和したり、前立腺腫大を縮小させるための薬物療法等による治療が行われています。

■前立腺肥大症の症状に気づいたら

前立腺肥大の気になる症状やつらい症状がある場合は、泌尿器科への受診をお勧めします。

また、前立腺肥大は、がんなどの鑑別が必要となりますので、症状が気になる方は、村の総合健診で実施する前立腺がん検診（ＰＳＡ血液検査）をご利用ください。

■前立腺肥大を予防しましょう

日頃の生活で次の事項を注意しましょう

・排尿を我慢しない
・便秘をしない食生活を
・適度な運動を続けましょう
・適度な水分を取りましょう
・過剰飲酒を控えましょう
・刺激の強い食事を控えましょう。

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（村歴史民俗資料館内）
☎49-3106



ホネホネ絵本
（スティーブン・ジェンキンズ著、あすなろ書房）
ヒトの手の指の骨は全部で27。そこに３つの長い骨をたすと腕が一本できあがり!!人のホネは全部でいくつでしょう？きめられた場所できまった働きをつねにしているホネ。さまざまな生き物のホネに焦点をあてた科学絵本です。



和菓子のアン
（坂木司著、光文社）
デパ地下の和菓子屋さんを舞台に、謎めいた出来事を解明していくストーリー。ひとつひとつに季節感があり、洒落（しゃれ）や遊び心がつまった和菓子をすぐに食べたくなる小説です。

火	水	木	金	土
		3/1 ◆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 ●献血 ●やまゆり保育室[こ]	3 ●チャレンジスクール閉講式…9:00[公]
6 ◆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] ●フレッシュママ教室…9:30～12:00[保]	7 ◆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]	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） ●10か月児健診・お母さんの口腔健康相談…9:30～[保] ●鮫川中学校卒業証書授与式	14 ◆送迎バス運行日（中野・東野方面） ●筋力づくり教室…10:00～15:00[保] ●おはなしの森…15:30～／鮫川小	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 ●フレッシュママ教室…9:30～12:00[保]	17
20 *春分の日* ㊡東館診療所（矢祭町）☎46-3165 ●図書館休館日 ●トレセン休館日	21 ◆送迎バス運行日（中野・東野方面） ●農業員会総会 ●おはなしの森…15:30～／鮫川小	22 ◆送迎バス運行日（渡瀬・青生野方面） ●幼稚園卒園式	23 ●各小学校卒業証書授与式	24
27 ◆送迎バス運行日（西野・西山・富田方面）	28 ◆送迎バス運行日（中野・東野方面） ●おはなしの森…16:00～[歴]	29 ◆送迎バス運行日（渡瀬・青生野方面）	30	31
3 ◆送迎バス運行日（西野・西山・富田方面）	4 ◆送迎バス運行日（中野・東野方面）	5 ◆送迎バス運行日（渡瀬・青生野方面）	6 ●各小・中学校入学式	7

［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

●お誕生おめでとうございます

（１月届け出分・敬称略）



関根（せきね） 知花（ちか）・女
平24.1.17生
住所…西野内
保護者…務・藍

●おくやみ申し上げます

（１月届け出分・敬称略）

住所	氏名	月日	年齢
戸倉	関根 福子	1. 4	87歳
広畑	有賀 華子	1. 6	89歳
新宿	大池 キン	1.13	85歳
楢久保	渡邊 ツメ	1.22	78歳

●人の動き

2/1現在・（ ）は前月比

人口	4,058人	（－ 5）
男	2,014人	（＋ 1）
女	2,044人	（－ 6）
世帯	1,171戸	（＋ 1）

●寄付・寄贈

（１月受理分・敬称略）

■社会福祉事業のために[金員]……有賀直吉（広畑） 大池義剛（新宿） 関根正典（埼玉県さいたま市）

■ひだまり荘に［手編みの帽子］…湯座建設株式会社（湯坐好郎代表取締役）

■ひだまり荘に［ゴミ入れ］…水野博和（広畑）

※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。

●訂正とおわび

本紙２月号５ページの受賞者名に誤りがありました。ここに訂正し、お詫び申し上げます。

（正）芳賀　育実さん　（誤）芳賀　育美さん

●編/集/後/記

■例年、春らしい陽気になるこの時期。寒い日がまだまだ続いています。■季節の変わり目は気温の変化が厳しく、風邪を引きやすいので注意してください。（須藤）

3 生活情報カレンダー 月1日～4月7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 ㊡木村医院（矢祭町）☎46-3528 *第１日曜日は環境美化の日*	**5** ●図書館休館日 ●トレセン休館日
11 ㊡あらまちクリニック（棚倉町）☎33-8018	**12** ●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 ㊡和田医院（棚倉町）☎33-2012	**19** ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●心配ごと相談…13：00～15：00[公]
25 ㊡大木医院（棚倉町）☎33-2424	**26** ●図書館臨時開館 ●トレセン休館日
4/1 ㊡金澤医院（矢祭町）☎46-2312 *第１日曜日は環境美化の日*	**2** ●図書館休館日 ●トレセン休館日

㊡＝休日当番医　［歴］歴史民俗資料館

TOPICS

話題

男女混成で西山ほっと、40歳以上では東石ライオンズが優勝

第13回村親善インディアカ大会

村体育協会（水野博和会長）主催の「第十三回鮫川村親善インディアカ大会」は一月二十九日、村農業者トレーニングセンターで行われ、男女混成の部で「西山ほっと」チーム、四十歳以上の部で「東石ライオンズ」チームが優勝を果たしました。

大会には、男女混成の部に十三チーム、四十歳以上の部に五チームが出場。予選リーグ、決勝トーナメントで熱戦が繰り広げられました。

また、大会に先立ち行われたスポーツ功労賞授与では、スポーツ振興に功績のあった功労者やふくしま駅伝で村チームに大きく貢献した監督や選手に特別功労賞が贈られ、受賞者を代表して阿久津光市さん（折戸）が謝辞を述べました。

また、二月十九日には第十三回東白川町村親善インディアカ大会が、矢祭町体育センターで行われ、郡内四町村から十五チームが出場。村からは四チームが出場し、「西山ほっと」チームが見事三位入賞しました。

功労賞受賞者および大会の成績は次のとおりです。









①②…熱戦が繰り広げられた村インディアカ大会／③スポーツ功労賞受賞者／④郡インディアカ大会で入賞した西山ほっとチーム

■受賞者（推薦者）・敬称略

▼功労賞…芳賀元子（赤坂中野区）本郷秀季（赤坂東野区）芳賀亨（渡瀬区）森田俊栄（青生野区）▼特別功労賞…阿久津光市（体育協会長）蛭田清代枝（同）緑川勝寿（同）目黒信一（同）坂本和也（同）高木勝人（同）藤田睦希（同）田子拓人（同）戸村侑司（同）遠藤一樹（同）

■大会成績

▼男女混成の部…①西山ほっと（西山）②西山２０１２（西山）③西野ファーマーズ（西野）▼四十歳以上の部…①東石ライオンズ（東石）②青生野Ｂ（青生野）③青生野Ａ（青生野）

広報 さめがわ　No.695［平成24年3月1日発行］
■発行・編集／福島県鮫川村役場企画調整課　〒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　■TEL 0247-49-3115
■FAX 0247-49-3363　■ホームページ http://www.vill.samegawa.fukushima.jp/　■Eメール kikaku@vill.samegawa.fukushima.jp