さめがわ

［広報］

2
February 2014
第718号
平成26年2月1日発行
（毎月1日発行）

Public Relations SAMEGAWA

Special Feature – Beans

豆（まめ）



Special Feature — Beans

豆まめ



二月三日は「節分」です。
豆をまき、一年の無病息災などを祈願します。
「豆」といえば、鮫川村では「大豆」をキーワードに
村づくりを進め、今年度で十年を迎えました。
今月号では、村の特産品である「大豆」に
スポットを当て、その魅力を探ります。

その❶　大豆に秘められたパワーを知ろう！

大豆のチカラ

「大豆は体に良い」といわれていますが、
具体的にどのような力が大豆にあるのか。
管理栄養士の菊地さんに聞きました。



村住民福祉課健康係
菊地妙子管理栄養士

大豆は「畑の肉」栄養豊富な優れもの

大豆は、食品を主な働きごとに分類した「四つの基礎食品群(※)」のうち、第二群に含まれます。第二群の食品には、大豆・大豆製品のほか、肉・魚が当てはまります。動物性の肉・魚に並び、第二群に分類されている大豆は「畑の肉」と例えられることがあります。

第二群の食品は、体をつくるために必要なたんぱく質の供給源となり、骨や筋肉、血液などをつくったり、その働きを維持するためのエネルギー源となります。

私たちの体の約十五パーセントはたんぱく質でできています。たんぱく質は、神経伝達物質となり脳を活性化させるほか、免疫抗体として抵抗力をつけるなどの働きをします。成長期の子どもの体をつくる上では、特に必要不可欠な栄養素です。また、たんぱく質は常に古いものから新しいものにつくり換えられるので、子どもから大人まで必要なものです。

このように、大豆には体をつくる上で基本となる重要な栄養素が多く含まれています。大豆に含まれる主な栄養素は、たんぱく質のほか、脂質、カリウム、カルシウム、鉄などがあります（表1参照）。また、肉や魚と異なり、大豆には食物繊維が含まれているほか、カルシウムやマグネシウム、リンなどのミネラルが多いことが特徴です。優れた食品なので、毎日食べることをおすすめします。

適切な量を知ってバランスが取れた食事を

しかし、健康に良いとされる大豆でも、過剰にとることは逆効果です。大豆の一日の目安量は、八〇カロリー。ゆで大豆に換算すると、約四十五グラムです。これよりも多くなると、たんぱく質や脂質をとり過ぎてしまい、悪化すると生活習慣病のリスクとなる場合があります。その他の大豆製品の目安量は、表2のとおりです。これを参考に、食卓に取り入れてみましょう。

また、大豆が分類されている第二群の食品以外の第一、第三、第四群の食品と組み合わせて、栄養バランスがとれた食事を心がけることが大切です。

鮫川村では、昔から大豆が作られ、郷土食としても大切にされてきた食品です。鮫川村の澄んだ空気ときれいな水と土で育てられた新鮮な大豆を若い世代の人たちにも食べてもらいたいと思います。

大豆に多く含まれる主な栄養素

たんぱく質…免疫力をつけ、体をつくる材料となる
脂質…エネルギー源であり、細胞の膜をつくる材料となる
食物繊維…老廃物を体外に出す手助けをする
カリウム…体内のナトリウム濃度のバランスを整える
カルシウム…骨や歯をつくるために必要
鉄…赤血球の構成成分として、全身に酸素を運ぶ

■表1　大豆の1日の目安量（ゆで大豆45g）に含まれる栄養素

栄養素	たんぱく質	脂質	食物繊維	カリウム	カルシウム	鉄
含有量	7.2g	4.0g	3.2g	257mg	31.5mg	0.9mg

■表2　大豆・大豆製品の1日の目安量（80㌔カロリー当たりの量）

食　品	大豆（ゆで）	豆腐（木綿）	納豆	きな粉	油揚げ
目安量	45g	110g	40g	18mg	31.5mg
	1/2カップ	1/3〜1/4丁	1パック	大さじ2杯強	1枚
食　品	豆乳	生揚げ	凍み豆腐	おから	枝豆(ゆで)
目安量	130g	55g	15g	70g	60g

豆知識　※「4つの基礎食品群」…食品を主な働きごとに分類したもの。■第1群…栄養バランスを完全にする食品群。乳、乳製品、卵など。■第3群…体の調子を良くする食品群。ビタミンCやカロテン、食物繊維が豊富なのが特徴。野菜（きのこや海藻類も含む）、芋類、果物など。■第4群…力や体温となる食品群。大切なエネルギー源で、余分にとった分は蓄えられる。穀類、砂糖、油脂、菓子など。

その❷　簡単大豆料理を家庭でも作ってみよう！

大豆の食べ方いろいろ

健康に良い大豆を
さらに気軽に食べるために
簡単に作れる大豆料理を
食生活改善推進員さんに
教えていただきました。



今回、大豆料理を教えていただいた食生活改善推進員「ひまわりの会」の皆さん

カブとお豆のスープ

優しい味付けで飽きがこない
短時間で作れる簡単スープ



ビーンズポテト

洋風にもなる大豆料理
子どもから大人まで好きな味



大豆と芋がらの煮物

大豆料理の定番
懐かしい味に心もほっこり



みんなで一緒に楽しみながら大豆料理を作っています



澤口めぐみさん
楓佳さん **夏芽**ちゃん **琴音**さん
(青生野字世々麦)

めぐみさんと琴音さんが一緒に考えた「まめコロ」は、学校給食センターが募集した「給食レシピコンテスト」で入賞した大豆料理で、砕いた大豆とサケ缶を混ぜ合わせたコロッケです。実際に学校給食として子どもたちに提供され、人気の献立となっています。澤口さんの家では、子どもたちが大豆をつぶす手伝いをするなど、子どもたちと一緒に楽しみながら、大豆を食卓に取り入れています。



豆の触感がポイントの「まめコロ」

これからも自家製味噌を作り続けたいです



遠藤愼一郎さん　**美智子**さん
(渡瀬字上耕地)

愼一郎さんは高校卒業後、家業の農業、味噌としょうゆ作りを手伝い始めました。そのころは、どこの家庭でも大豆を栽培し、味噌などに加工していたといいます。味噌は、大豆の量に対して、麹が少なく塩が多めだったため、今の味噌よりもしょっぱかったそうです。「調味料を自給自足していた技術は素晴らしい。これからもできる範囲で続けていきたい」と、今年も味噌を仕込む予定の遠藤さんご夫妻。自家製味噌で作ったみそ汁は、お孫さんたちも喜んで食べてくれると笑顔で話してくれました。

作り方
❶ベーコンを1㌢角、カブをくし型、カブの葉を2～3㌢に切る。
❷鍋にバターを入れ、ベーコンとカブを炒める。そこに水を入れ、カブの葉と大豆を加える。
❸煮えたら、コンソメスープの素、塩、コショウで味を調える。
❹器に盛ってパセリを散らして出来上がり。
【オススメ】
牛乳と香り付け程度のニンニクを加えてもgood！

材料(5人分)
大豆……200g
カブ……300g
ベーコン……100g
バター……10g
水……5カップ
コンソメスープの素……2個
塩、コショウ……少々
パセリ……少々

作り方
❶オリーブオイルを入れ熱したフライパンにベーコン(細切り)とニンニク(みじん切り)を入れ、弱火にかける。ニンニクの香りがしてきたら、ジャガイモ(1㌢角に切る)を加えて炒める。
❷赤唐辛子、大豆、大豆のゆで汁、さらに水をひたひたになるまで入れてふたをして煮る。
❸ケチャップ、ソースを加え、汁気がなくなるまで火にかける。
❹塩、コショウで味を調え、小ネギを入れて火を止める。

材料(5人分)
ゆで大豆……100g
ジャガイモ……1個(120g)
ベーコン……2枚
ニンニク……1片
大豆のゆで汁……適量
赤唐辛子……1/2本
オリーブオイル……小さじ1
ケチャップ……小さじ1
ウスターソース……小さじ2
塩、コショウ、ネギ……少々

作り方
❶大豆は一晩水に浸けておく。
❷大豆以外の食材は、大きさをそろえてさいの目に切る。
❸それぞれの食材をサラダ油でよく炒め、好みの味になるように調味料で味を調えて煮込む。

材料(10食分)
大豆……180g～200g
芋がら……40g
凍み豆腐……20g
コンニャク……175g
シイタケ……50g
ゴボウ……100g
ニンジン……100g
サラダ油……少々
【調味料】
砂糖、しょうゆ、みりん、酒、煮干し粉……適量

「手・まめ・館」では、村内生産者が「手まめ」に育てた大豆をこだわり抜いた製法で加工し、販売しています。「手・まめ・館」スタッフの石井さんに人気の大豆加工品を紹介していただきました。

達者の味噌（そば麹）

そば麹を使った珍しい一品。味噌汁などにすると、ほのかにそばの風味が漂うオリジナル商品です。

きな粉

粒子が細かいので、お湯などに溶けやすいと評判です。ヨーグルトに混ぜる食べ方が人気。



味噌カレー

達者の味噌を使用したレトルトカレー。ご飯にかける以外にも、さまざまな料理に活用できます。

豆菓子

いり豆のほか、味噌、砂糖、黒砂糖で味付けしたものがあります。手軽に食べられるので人気。

達者の納豆

小粒は「こすず」、大粒は「ふくいぶき」を使用。地豆を使い、手作りにこだわった商品です。

べよう！

大豆加工品をご紹介

PLUS

村農産物加工・直売所「手・まめ・館」の食堂では、「達者の豆腐」や「達者の味噌」をはじめ、大豆加工品をふんだんに使ったランチが提供されています。

また、喫茶店「手まめＣａｆｅ」では、きなこクリームパンやきなこクッキーなどが販売されています。このように、村特産の大豆を生かした商品が数多くあります。



「達者の豆腐」や味噌豆、豆腐入りハンバーグなど、大豆加工品がふんだんに使われた日替わりランチ

今回、ご紹介した大豆加工品は、「手・まめ・館」のほか、村民（みんな）の店「すまいる」でも一部購入することができます。また、お客様の希望金額に応じた村特産品のギフトセットもご用意いたしますので、お中元やお歳暮などの贈答用にもご利用いただけます。



「手・まめ・館」スタッフ
石井美香さん

達者の豆腐

１番人気の商品。テレビに取り上げられたこともあり、村外から買い求めるファンも多くいます。大豆の味が生きている自慢の一品です。この「達者の豆腐」を使用した油揚げ、厚揚げ、がんもどきも高い人気を誇っています。

達者のしょうゆ

昔ながらの木製大桶で１年間かけて天然醸造したしょうゆです。豊かな風味とコクが特徴。

豆乳

村内産大豆「ふくいぶき」を100％使用。添加物などが入っておらず、大豆本来の味を楽しめます。

達者の味噌（米麹）

加熱や化学処理による発酵止めをしていないので、麹菌が生きた甘口の田舎味噌です。



その❸　村内産大豆を使用した大豆加工品を食べ

鮫川村特産の

所得申告相談

2月17日㈪から3月14日㈮まで

問村総務課総務係
☎ 49-3111

村では、2月17日（月）から3月14日（金）まで、役場2階「正庁」で所得の申告相談を行います。

この申告相談は、平成25年分の所得を申告していただくもので、平成26年度の村県民税や国民健康保険税の課税の基礎となります。該当する方は指定された日（左表を参照）に申告してください。

■申告が必要な方

平成26年1月1日現在、村内に住所があり、次のいずれかに該当する方

①農業や営業などの事業を営んだり、地代、家賃、配当、譲渡などの所得がある方

②給与所得のほかに事業や配当、不動産などの所得がある方

③給与所得者のうち
・2カ所以上の事業所などから給与の支払いを受けた方
・平成25年中に退職した方や年末調整を受けていない方
・給与のほかに年金や恩給、報酬などの所得がある方

④国民健康保険に加入している方

⑤生命保険金などを受け取った方（満期や解約を含む）

⑥所得税から住宅ローン控除額を引ききれなかった方（平成11年から平成18年末まで、または平成21年から平成25年末までに入居した方）

■持参するもの

申告の際には、次のものが必要になります。書類不足などで受け付けできない場合もありますので、書類の確認をお願いします。

①印鑑・筆記用具および収入支出が確認できる預金通帳

仮設焼却施設再稼働に向けて確認運転

平成25年８月29日に発生した仮設焼却炉破損事故について、昨年11月14日、環境省主催で村民を対象とした住民説明会が実施されました。

説明会での意見を反映した再発防止対策および緊急時の連絡方法をまとめ、12月４日に村仮設焼却炉監視委員会（以下、「村監視委員会」）へ報告がありました。

村監視委員会では、緊急時の連絡体制を整備し、運転再開により放射性廃棄物の減容化を図ることが必要との意見がありました。

村と環境省の協議により、昨年12月13日に修理・改修工事が開始され、１月末までに工事は完了しました。２月からの確認運転は、有識者委員会の指導・助言を受け、機械の調整を行う予定です。

その後、排ガスを採取し、放射性セシウム濃度測定などを実施し、分析結果を村監視委員会に報告し、公表した後に本格運転に入る予定です。

村監視委員会では、毎週金曜日に施設周辺の空間線量を測定しています。なお、測定結果と確認運転の内容などについては、環境省ホームページで公表しています。

■施設周辺の空間線量（1月24日実施）　［μSv/h］

モニタリングポスト測定値	測定箇所	測定値
	仮設焼却炉入口	0.09
	青生野小学校	0.11
	朝日山登山道入口	0.10
	青生野肥育組合	0.11
	鹿角平観光牧場	0.08

仮設焼却炉周辺の測定値	測定箇所	測定値
	施設東側120m	0.10
	施設南側120m	0.14
	施設西側120m	0.13
	施設北側120m	0.14
	仮置場看板付近	0.09
	石久保線起点	0.15
	石久保線終点	0.13
	和協管理棟付近	0.13

問 村地域整備課環境係☎４９-３１９６

■所得申告相談日程

会 場 役場２階「正庁」

時 間 午前９時～午前11時30分
午後１時～午後４時30分

月	日	曜日	行政区	対象地域（組名）
2月	17	月	青生野	江堀、青生野、西谷地、世々麦、姿平
	18	火	青生野	丸谷地一・二、大平、大犬平一
	19	水	赤坂西野	切払上・東、名下一・二、茅、茅南、蕨平、本坂、滝、仁田、草牛
	20	木	赤坂西野	酒垂新・旧、石神、火打石、岫長、虹ヶ沢、荻ノ沢
	21	金	赤坂西野	滑石、上、中、西、浅屋敷、前折戸、塩倉一・二
	22	土		申告相談は行いません
	23	日	予備日	指定日に申告できなかった方
	24	月	富田	前沼、彦次郎一・二、日和田、反田一・二
	25	火	富田	鍬木田一・二・三、二反田一・二、中沢一・二・三
	26	水	西山	戸倉、赤柴、菅田、菅ノ目、水口一・二、大沢
	27	木	西山	落合、大平、追木、折戸、後折戸、余所内
	28	金	西山	西野内、宝木、押野、岩野草上・下、大久保
3月	1	土		申告相談は行いません
	2	日		申告相談は行いません
	3	月	渡瀬	江竜田元・上・新、大戸中、下
	4	火	渡瀬	中山、木之根一・二・三、中野町、上耕地、越虫
	5	水	渡瀬	福原一・二、田苗下、田尻一・二、関口一・二・三、座場見
	6	木	赤坂東野・石井草	広畑一・二・三・四・五、滝ノ下、蕨ノ草、芦ノ草、木戸沢、大竹下・上、前田
	7	金	赤坂東野・石井草	戸草下・上、新立、葉貫、唐露、大石草、遠ヶ竜前・後、大根屋敷
	8	土		申告相談は行いません
	9	日	予備日	指定日に申告できなかった方
	10	月	赤坂東野・石井草	中内、大房、楢久保、官代下・上、石井草、内ヶ竜上・下
	11	火	赤坂中野	新宿一・二・三・四・五・六・七、宿ノ入、道少田一・二・三・四・五、中野団地
	12	水	赤坂中野	大塩一・二・三、官沢一・二、馬場、鬼越
	13	木	赤坂中野	真坂東・下・上、取上、薄ヶ久保、前田一・二
	14	金	予備日	指定日に申告できなかった方

※日曜日の予備日（２月23日、３月９日）は混雑が予想されますので、できるだけ指定日においでください。なお、指定日以外に来られる場合は、指定日の方を優先しますのであらかじめご了承ください。

②不動産所得、山林所得がある方は売買契約書または明細書
③生命保険料、建物共済などの払込証明書
④国民年金加入者は、社会保険料（国民年金保険料）控除証明書
⑤医療費控除を受けようとする方は医療機関の領収書など（平成25年中に支払ったもの）
⑥障害者控除を受けようとする方は身体障害者手帳など
⑦口座振替を利用する方は金融機関・口座番号がわかるものおよび届け印

また、申告する所得の種類によっては、次の書類も持参してください。

▼農業所得
・収入支出を記帳してあるもののおよび領収書など
・肉用牛売却所得の免税措置を受ける方は売却証明書

▼給与所得
・源泉徴収票（原本）または事業主の発行する給与・賃金の支払証明書など

▼営業・その他の事業所得
・営庶業等所得調査表
・収入支出を記帳してあるもののおよび領収書など

なお、税務署から申告書を送付された方は申告当日に持参してください（未記入のまま結構です）。

■相談時間の短縮にご協力を

領収書などが未整理のため書類の作成に時間がかかる場合があります。事業所得や農業所得を申告される方は経費ごとに、医療費控除を受ける方は医療機関・個人ごとに整理・集計をお願いします。

相談会場には多くの方が訪れますので、スムーズな申告にご協力ください。

有機たい肥「ゆうきくん」村内全戸に無償配布します

昨年9月に完成した良質な有機たい肥「ゆうきくん」を村内全戸に無償配布します。安全にこだわり丹精込めて作りましたので、安心してご使用ください。なお、すべてのたい肥は放射性物質検査を行い、国が定める基準値400ベクレルを厳格化し村独自の基準値を200ベクレルと定め、それ以下であることを確認して出荷しています。

配布数量　1戸当たり小袋たい肥（40リットル）2袋

配布方法　配布する引換券を村農産物加工・直売所「手・まめ・館」または村豊かな土づくりセンター「ゆうきの郷土」に持参し、たい肥と交換してください。なお、「手・まめ・館」においては、お手数でも各自で積み込みを行ってください。　※障がい者や高齢者のみの世帯については、配達も可能ですので役場農林課または「ゆうきの郷土」にお問い合わせください。



ゆうきくん
豊かな土づくりセンター「ゆうきの郷土」のイメージキャラクター。有機たい肥「ゆうきくん」を通して、鮫川村の良さを全国にアピールするために頑張ります。

引き換え期間　2月15日（土）～3月30日（日）
※「手・まめ・館」は3月5日（水）を除く午前9時から午後6時まで、「ゆうきの郷土」は平日の午前9時から午後4時までの時間に引き換えてください。

主な使用方法　▼菜園、花壇…1平方メートル当たりたい肥5リットルから8リットルを散布し、土とよくかき混ぜてください。▼鉢、プランター…5号鉢（直径15センチ）にたい肥約1カップ（200ミリリットル）、長さ65センチのプランターにたい肥約1リットルを土とよくかき混ぜてください。

問　村農林課☎49－3114／村豊かな土づくりセンター「ゆうきの郷土」☎49－3474

鮫川村名誉村民
佐藤大助氏が逝去

名誉村民の佐藤大助氏が、12月22日逝去されました。享年88歳でした。

佐藤氏は、昭和61年、大田区議会議員として活躍されていた中、「東京鮫川会」の発起人として都内の友人・知人に働きかけ発起人会を立ち上げました。その後、昭和62年に「東京鮫川会」が発足。結成総会の席上で満場一致により初代会長に選出され、以降、連続6期11年間にわたり会長を務め、その後は名誉会長として、東京鮫川会の発展に尽力されました。

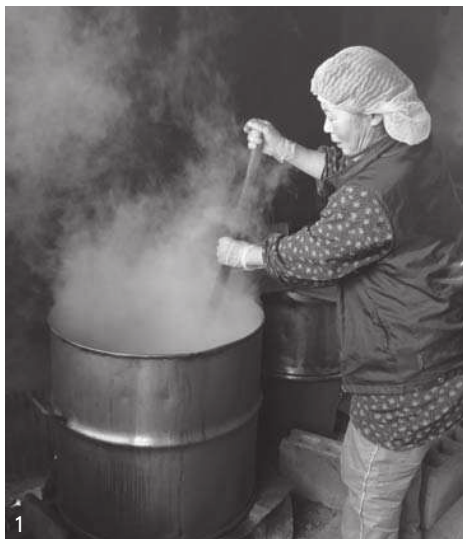
また、東京鮫川会発足の翌年から、会員や首都圏の住民に働きかけ「ふる里探訪ツアー」を開始し、鮫川村の交流人口拡大に寄与されました。さらに、東京鮫川会総会に首都圏在住で村と交流のある大学教授や実業家などを招待し、村づくりへの支援・協力を要請するなど、ふる里鮫川村の振興のために多大なるご尽力をいただきました。

ここに、生前の功績に対し、敬意と感謝の念を表し、心よりご冥福をお祈り申し上げます。



moe・ryoku／緑のふるさと協力隊・遠山陽子さんの鮫川村体験記


2


1

鮫川村の保存食 凍み餅作りに初挑戦

一一月に入り、協力隊としての生活もあと一カ月ちょっと。などと考える頭も凍ってしまいそうな寒さと日々格闘しています。凍った道がおっかないですが、気を付けて残り一カ月ちょっと頑張っていきます。

二月と言えばバレンタイン。毎年、日頃の感謝を込めて作っている私は、今年も何かしら作る予定です。今年は鮫川村のものを使って作れたらなぁと考え中。どこかにアイディアが落ちていないですかね。

先日、凍み餅作りに挑戦させていただきました。ゆだったお湯にゴボッ葉の粉末と重曹を一緒に入れあく抜きをするのですが、その湯気が目に染みて涙が止まりませんでした。おまけに、あく抜きしたお湯は、これから染物でもするのかというほどの茶色に。水で何度洗っても完全にきれいにならないほどすごい色なのに、このゴボッ葉を餅と一緒につくときれいな緑色になるのだから不思議です。ついたお餅は、細長くのばして型に入れてくし形に。なぜくし形なのか不思議ですが、昔からとのことなので謎のままです。くし形にした凍み餅はひもで結んで、気温が低い日の日暮れごろに日の当たらない所にぶら下げてしみさせます。それを繰り返して、水分がなくなりカッチカチになったら完成。あとは水で戻して食べるだけ。今から完成が楽しみです。

そのようにして作る凍み餅ですが、岩手県一関市の東山という所で活動している協力隊からこんな食べ方があると…。それは凍み餅をそのまま食べるという食べ方！　協力隊は全国にいるので、その土地のいろいろな食べ物の話が出ることは度々あるのですが、同じ食べ物でこうも食べ方が違うものかと驚きました。現物を見ていないので見た目の違いは分からないのですが、本人いわく「かめばかむほど味わい深く、また、中にゴマや豆が入っているものもあり、素朴ながらもどこかほっとするような、そんな食べ物」とのこと。鮫川村の凍み餅と違うのは分かっていますが、凍み餅が完成したら、歯が欠けない程度にやってみようかとひそかに考えています。


3


4

1. 凍み餅作りを教えていただいた関根のぶ子さん（余所内）。ゴボッ葉のあく抜き作業をしています。
2. あく抜きをしたゴボッ葉の分量を量って、このあと餅と一緒につきます。
3. つき上がった餅を型に入れてくし形にします。
4. 餅を一つ一つひもで結んで、しみさせる準備が整いました。



1

第66回鮫川村成人式

新成人57人が大人の仲間入り

第六十六回鮫川村成人式は一月十二日、村公民館で行われ、新成人五十七人（男性二十七人、女性三十人）が大人の仲間入りをしました。

式では、新成人を代表して高坂和樹さん（赤坂西野字上）に成人証書、青戸可奈子さん（富田字前沼）に記念品が大樂村長から手渡されました。

大樂村長が「大きな夢や高い目標に向かって頑張ってほしい。そして、生まれ育ったふるさとの鮫川村をいつまでも見守ってもらいたい」と式辞を述べたあと、前田村議会議長が祝辞を述べました。続いて、遠藤明日香さん（渡瀬字木之根）が誓いのことばを述べ、自覚と責任ある社会人になることを誓い


3


2

INTERVIEW

夢は大きく、会社をつくりたい

水戸桂介さん　西山字押野



まだ「成人」になったという実感はあまりありませんが、成人式を迎えることができて、素直にうれしいです。夢は大きく持って、将来は自分の会社をつくりたいと思います。あとは、「酒飲み」をしたいです。

親元を離れて、一人暮らしをしてみたい

関根愛美さん　赤坂東野字戸草

社会人として大人の仲間入りをしたので、これから仕事も生活面も一生懸命取り組みたいです。また、現在は実家で生活しているので、1度は親元を離れて1人暮らしをして、1人でもしっかりと生活できるようになりたいです。



自分の意志をしっかり持って行動したい

矢吹潤平さん　赤坂中野字大塩



現在、大学で長距離をやっているので、これからの目標としては、フルマラソンの大会などに自主的に出場して、好記録を目指したいです。また、自意志をしっかりと持って行動したいと思います。

落ち着きをもって生活したい

笹島千秋さん　青生野字姿平

今日、成人式を迎えて「大人」になれたという意味では、とてもうれしいです。成人になったので、これからは気持ちを引き締めて、「しっかりしなきゃ」という思いです。普段から、落ち着きをもって生活したいと思います。







ました。また、生方一真さん（赤坂中野字道少田）、飯島涼香さん（赤坂中野字東前田）、鈴木美穂さん（赤坂東野字大石草）の三人が感想文を発表。両親や恩師、友人への感謝の気持ちや成人としての決意などを話しました。続いて、奥州鮫川太鼓保存会による祝いの太鼓が披露され、新成人を祝福しました。

式終了後には、出席者全員による記念撮影。久しぶりに再会した同級生や恩師と写真撮影や談笑する姿が多く見られ、会場には新成人の晴れやかな笑顔が溢れました。



1. 出席者全員で記念撮影。これが思い出の一枚となる　**2.** 恩師との再会に、思い出話に花が咲く　**3.** 成人の門出を祝う太鼓演奏　**4.** 成人証書と記念品を受ける高坂和樹さん（写真右）と青戸可奈子さん（写真左）　**5.** 同級生との再会を喜び、写真撮影　**6.** 誓いのことばを述べる遠藤明日香さん

学生たちがピザ石窯作りに挑戦
東京農業大学里山景観保全活動


粘土で窯を形作る学生たち

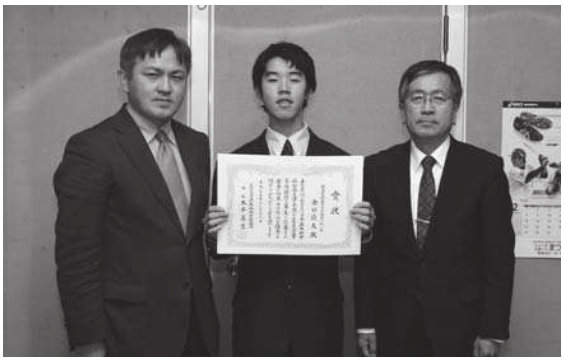
東京農業大学の第84回里山景観保全活動は12月20日から22日までの３日間、村内で行われました。今回の活動には、学生26人が参加。「手・まめ・館」の敷地内にピザ作り体験などができる石窯を製作しました。石窯は３月に完成する予定です。

園児たちが伝統行事を体験
こどもセンターで小正月行事「団子さし」


ミズキの枝に餅を飾る園児たち

こどもセンターで１月15日、小正月行事の団子さしが行われました。子どもたちは臼（うす）ときねで餅つきをしたあと、小さく切り分けた餅を丁寧に木の枝に飾り付けました。また、ついた餅はネギ餅などにして食べ、無病息災を願いました。

山火事予防を呼びかける
金田さんが日本森林林業振興会長賞を受賞


表彰状を手にする金田さん（写真中央）

日本森林林業振興会が募集した「平成25年度山火事予防ポスター用標語」で修明高校鮫川校1年の金田優太さん（江堀）の作品が同会長賞を受賞しました。伝達式は12月16日、同校で行われ、金田さんは「森林を大切にしてほしいという思いを込めて考えた」と話しました。

憧れのプロ野球選手と一緒に
根本朋久選手が子どもたちに野球指導


バントを教える根本選手（写真左）

日本ハムファイターズの根本朋久選手を招いた野球教室は12月23日、村農業者トレーニングセンターで行われました。村スポーツ少年団学童野球部員約30人が参加し、バント指導を受けたほか、根本選手のピッチングを間近で見る貴重な経験をしました。

村政TOPICS

文化財を守るために火災防御訓練を実施

文化財防火デー火災防御訓練は一月十九日、赤坂中野字取上地内「東堂山・阿弥陀如来像堂」付近で行われました。

訓練には、棚倉消防署鮫川分署員や村消防団員など関係者約五十人が参加。放水訓練が行われ、消防団員らは真剣な表情で訓練に臨んでいました。


放水訓練を行う消防団員

人権擁護委員に佐藤文夫さん(新任)

平成二十六年一月一日付で、人権擁護委員に佐藤文夫さん(赤坂西野字火打石)が法務大臣から委嘱されました。任期は、平成二十八年十二月三十一日までの三年間です。

村では、佐藤さんのほか、津田彰夫さん（渡瀬字木之

無火災への誓い新たに
平成26年村消防団出初め式

平成26年鮫川村消防団出初め式は１月４日、村公民館で行われ、今年１年の無火災を祈願しました。

出初め式に先立ち、消防車両３台の車両交付式が行われました。続いて、消防車両による村内分列行進で火災予防を呼びかけたあと、通常点検と水勢披露が行われました。

式には、幹部団員や来賓など約130人が出席。無火災祈願の黙とう、村長あいさつ、団長式辞に続き、無火災分団と優良団員に表彰状が贈られました。

▶**無火災分団表彰**（　）内は分団長名…第２分団（関根正男、石井幸一）第３分団（石井栄伸、赤坂浩幸、大森敏雄）▶**優良団員表彰**…[第１分団]芳賀雄一、鈴木隆寛、矢吹和浩　[第２分団]我妻正紀、高木順一、円谷政幸　[第３分団]蛭田和彦、坂本実





上…通常点検を受ける幹部団員
左…無火災分団と優良団員の表彰が行われた出初め式

振り込め詐欺にご注意
社会学級第６講座・閉級式



振り込め詐欺防止を呼びかけた紙芝居

社会学級第６講座は12月19日、村公民館で行われました。講座では、振り込め詐欺防止のための紙芝居などが披露され、注意を呼びかけました。また、講座終了後に行われた閉級式では、皆勤賞や修了証書などが授与され、１年間の活動を振り返りました。

今年１年の無病息災を願う
真坂地区で正月伝統行事「とり小屋」



毎年恒例となった「とり小屋」

真坂三矢会（矢吹浩美会長）が主催する正月の伝統行事「とり小屋」は１月12日、真坂農村公園で行われました。笹竹などで作った小屋に、正月飾りや古いお札などを納めて供養。参加者は今年１年の無病息災、五穀豊穣を祈願しました。

村政TOPICS

特産品販売で村の魅力をアピール

全国町村会主催の「町イチ！村イチ！2014」が一月十一日、十二日の二日間、東京国際フォーラムで開かれました。

農協、商工会、村で構成する「ふる里振興協議会」が参加。村特産品を販売したほか、飲食スペースでは、「味噌カレーうどん」を提供するなど、鮫川村の魅力をアピールしました。



多くの来場者でにぎわった会場



人権擁護委員に委嘱された佐藤さん

根）と水野きよ子さん（赤坂中野字宿ノ入）が委嘱されています。電話相談も行いますので、気軽にご相談ください。

村民【随想】リレー ―― 187

関根涼佳さん

ぽかぽかな愛情

鮫川村に住み始めて、はや五年が過ぎようとしています。住み始めたころお腹の中にいた娘も大きくなり、お姉ちゃんになりました。今は家族四人になり、毎日騒がしく忙しいですが、楽しい日々を過ごしています。こうやって前に進んでこられたのも、鮫川村に住んだおかげかなぁなんて、この文章を書きながら思いました。

鮫川村に住み始めたころ、初めての土地での暮らし、初めての子育てなど不安がたくさんありました。正直、何でこんな所に来ちゃったんだろうなんて思ったこともありました。でも、不安な生活の中で手を差し伸べてくれたのは鮫川村の人たちでした。子育てを応援してくれるこどもセンターの先生や保健師さん。悩みをとことん聞いて、励ましてくれる友人たち。子どもたちを見守り、温かい声をかけてくれる住民の方々…本当にたくさんの人たちに支えられて今日までこられたと思います。

まだまだ、大変な事や悩む事などたくさんあると思いますが、きっと鮫川村でなら大丈夫って思えます。住んで五年、まだまだ半人前の鮫川住民ですが、「鮫川村の愛情＝一度感じたら忘れられないコタツのようなあたたかい気持ち」を私も誰かにあげられたらいいなと思います。

■

次は、生田目宏好さん（赤坂東野字広畑）にバトンタッチ！



せきね・さやか●昭和57年２月生まれ。西山字水口在住。塙厚生病院（塙町）勤務。趣味は雑貨集め。日々、笑顔を心掛けている。

SAYAKA SEKINE

俳句

門松や駅長ねこのお出迎え　中井　恒峯
寒入に合わせる如く寒波来　北條素人坂
汚染水儘ならずして年迎う　松本　精一
お年玉孫の笑顔の正座かな　前田　縫子
朝の居間座して一息白く吐く　黒田　寿香
降る雪や真砂女句集のことはじめ　土　竜庵
着ぶくれて登校する子の布袋　山本　恵子
初暦ボランティア日程書き入れる　鈴木　米子
初せりや袋の中でグーチョキパー　斎須　信子
「今でしょ」の気構えもなく年迎う　山本五十鈴

短歌

土づくり冬田の施肥ににんまりと微笑む如し畦の蒲公英　鈴木イミ子
雑草を除り害虫も捕りやるわが畑の夢を叶えて大根太る　水野　珠子
体力を作ると云わる旬のものささげを籠に満たして帰る　佐藤　春枝
還らざる親切なるとさりげなく周囲にしつつ心明るし　須藤　幸子
確かなる声を聞きおり夢の中出て来る亡夫のやさしかる影　関根　瑞恵
幾十年作りつづけし田の稔りかがよう如し十六夜の月　溝井　清乃

さめがわを彩る集い 23

民謡を次世代に歌い継いでいきたい



鮫川村渡瀬民謡会

大森茂会長／会員10名

鮫川村渡瀬民謡会は月二回、歌と三味線の講師である大滝栄二さん(塙町)と尺八演奏者の京條英征さん(巡ヶ作)を招いて練習をしています。民謡は人々の暮らしの中から自然に生まれ、歌い継がれてきたもので、楽譜はありません。教本には歌詞だけが書かれ、曲調などは先生から教わり、繰り返すことで身につきます。

歌の節が難しく奥が深い民謡は、同じ曲を長年歌い続けても飽きないといいます。また、思い切り声を出すことで活力がみなぎると魅力を教えてくれました。また、会は経験年数や年齢に関係なく、団結力があります。「あまり歌えなくても、みんなと顔を合わせて話しをすることが楽しくて休む気にならない」と、練習の出席率がいいのも特徴です。

若い人にも気軽に参加してもらい、民謡を次世代に伝承していきたいと活動を続けています。

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

正妻　慶喜と美賀子（上下）
(林真理子著、講談社)



「わしは将軍にはならん。どんなことになってもならぬつもりだ」。幕府と朝廷の関係が激しく揺れる幕末、京から江戸へ嫁いだ１人の姫がいた。公家の姫から「最後の将軍」の妻となった美賀子の生涯を通して徳川幕府の崩壊を描いた歴史小説。

アタマとカラダが冴える 東大おやつ教室
(東大料理愛好会著、新潮社)



現役東大生たちが考案した「能力アップおやつ」でおいしく受験に勝とう!

おやつは我慢するものではなく、子どもたちの脳と健康の味方。食事では不足しがちな栄養素を補い、偏差値とやる気まで上げる驚きの51レシピ集。

第３土曜日は 家族一緒に読書の日

農という日のきびしさに耐えて来て今やすらかな余韻に浸る　矢吹　定子
酢漬けして香をたのしまむ菊の花今年も真黄に咲き誇りたり　坂本　伊紀
靖国は日本の神内閣が参拝するに言訳など要らぬ　一　平　子
初日の出家族揃って庭に立ち拝せば深き絆を感じる　石井　幸子
爽やかな初日に祈れば幸せの授かる思えに心の和む　須藤シツエ
只独り齢かさねての幾年ぞ何故生きるのか自問自答す　松本　一郎
恙なく子や孫曾孫と新年を迎えられまず感謝一杯　前田喜三子
年頭に願いを込めて筆を取りまずは健康第一として　関根ヨネ子
元日の夜の満月薄雲に被われながら地の雪照らす　藤田千代子
又来るねもみじのような手を出してその手の温もり今も残れる　関根ハナヨ
輝ける大地を照らしつ昇りくる初日に幸の多かれと祈る　関根　富久
今年こそ気張って行くぞと仰ぐ空エールのそそぐ輝く初日の　板橋　源良
初春の明るい陽射しに誘われて香り豊けし蕗の薹を摘む　関根キヌ子
里の春一つ増えたと宝物笑顔で集う新年もまた　矢吹　一二
豊かなる暮らし続かむ願い込め家族揃いて初日に祈る　北條　平



「今回の大根は育ちが悪かった」と話す久男さん。しかし、スーパーに並ぶものよりも大きく立派です。

寒さが厳しいこの時期、凍み大根を作るには最適です。約十年前から作っているという長井久男さんは、多いときでは「手・まめ・館」に五千本出荷していました。また、学校給食に使われていたこともあります。

大根を栽培している家庭では、凍み大根を作ることが多く、久男さんは親が作っているのを見て、作り方を覚えました。

大根を洗ってから皮をむき、二つ割りにします。ひもを通して、ビニールハウスの中で約四十日間、しみさせてから天日乾燥させます。そのあと、ストーブの火力で三時間程度、乾燥させて完成です。この火力乾燥をすることで、カビが生えにくくなり、夏までもつといいます。「凍み大根作りで最も大切なことは、完全に乾燥させること」と話す久男さんのひと工夫です。

「自家消費用だとそこまでやらないけど、商品として出すからにはある程度ボリュームがあって見た目が良く、カビが生えにくく長持ちするものを出したい」と自分が納得したものを作っています。

あなたの光る技
キラり
Vol.19



きれいに皮をむくこともポイント。皮が残っていると均等にしみないといいます。

凍み大根作り
長井久男さん
ながい・ひさお／青生野字姿平／89歳

火力乾燥のひと手間を加えて自分が納得できるものを

若者の広場　No.110

Young Plaza

関根拓也さん

鮫川村は住みやすい場所



せきね・たくや
平成4年2月19日生まれ　21歳
O型　うお座
趣味は車いじり
西山字余所内在住

■今、夢中になっていることは何ですか？

車いじりが好きです。同級生の友達に車好きが多いので、興味を持ちました。

■これから新たにやってみたいことや目標はありますか？

車いじりをしていて、まだ自分ではできない部分もあるので、友達に教えてもらってできるようになりたいです。

■村に住んでいて感じることや現在の村について思うことはありますか？

鮫川村のいいところは、緑がいっぱいあるところだと思います。生まれたときからずっと住んでいるので住みやすいです。できれば、これからも鮫川村に住み続けたいと思います。

■鮫川村に要望などはありますか？

舗装されている道路が多いですが、まだ砂利のままの道もあるようなので、そこを直してほしいと思います。あとは、コンビニなどの店が増えれば、さらに住みやすくなると思います。

■

次は矢吹奈緒さん（赤坂東野字遠ヶ竜在住）の予定です。

学校だより

（112）

青生野小学校編

青生野小にキビタンが来た

十二月二日、青生野小学校に「キビタン」が来ました。震災以降、「ふるさと　ふくしま」への誇りや愛着を育むため、希望した学校を回っているとのことです。子どもたちはキビタンに触れたり一緒に踊ったり、大興奮！　ふなっしーに負けないかわいさのキビタンに、大喜びの一日でした。



日本一の遠藤千晶先生の琴にうっとり

十二月六日、授業参観の一環として、箏曲演奏会を実施しました。文化庁・県文化センター主催の「ふくしま次代を担う子どもの文化芸術体験事業」への応募がかない実現したものです。おいでいただいたのは、世界中で活躍し、コンクールで日本一の賞も受賞している箏曲演奏家・遠藤千晶先生です。子どもたちも保護者も教師も、美しい箏の音色にうっとりし、初めて見る演奏の技の巧みさにびっくりしました。とてもぜいたくな時間を過ごすことができた一日でした。



今年もウマく書けたよ！書き初め大会

一月十日、全校生での「書き初め大会」を実施しました。それぞれの課題を清書し、どの子も集中して取り組みました。そのあと、全校生が集まり鑑賞会を行いました。「とめ、はねがしっかりできていて上手」「バランスが取れていてすごい」など、良い点を具体的に交流し、実りある学びの時間となりました。

子どもたちの作品は校内に掲示してありますので、ご覧ください。



（文・写真／青生野小学校）

情報BOX

暮らしに役立つ身近な情報をピックアップ！

保健

献血にご協力ください

実施日　3月4日（火）
場所　役場前駐車場
時間　午前9時30分～午後1時、午後2時30分～午後5時

■献血対象者など

献血区分	200ミリリットル	400ミリリットル
体重	男性 45キログラム以上 女性 40キログラム以上	男女とも 50キログラム以上
年齢	男女とも 16歳～69歳	男性 17歳～69歳 女性 18歳～69歳
献血の間隔	男女とも 4週間後	男性 12週間後 女性 16週間後

※65歳以上の方は、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります
※血液が不足していますので、400ミリリットルの献血にご協力ください

問 村住民福祉課健康係☎49-3112

案内

税務職員を装った不審な電話にご注意

国税局や税務署の職員を名乗る者から電話があり、アンケートや年金受給調査と称して、年齢や家族構成、年金の受給状況、預金残高、口座情報などについて聞き出そうとする事例が発生しています。

不審な電話があった場合は、即答せず、相手の所属部署や氏名、電話番号を確認した上で電話を切り、最寄りの税務署にお問い合わせください。

問 白河税務署☎0248-22-7111

放送大学4月生を募集

放送大学では、平成26年度第1学期（4月入学）の学生を募集します。

放送大学は、テレビ放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学で、心理学・福祉・経済など幅広い分野について学べます。

出願期間　2月28日（金）まで
出願方法　放送大学福島学習センターに資料請求していただくか、放送大学ホームページから申し込んでください。

問 放送大学福島学習センター☎024-921-7471

自動車の登録・検査の手続きはお早めに

毎年、年度末の3月期は自動車の登録・検査の申請が多く、窓口が大変混雑し、手続きに時間がかかる場合があります。

名義変更や住所変更、車検などの手続きは2月中に行うなど、早期の申請をお願いします。

問 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

8日は歯の日

防災無線でむし歯予防を呼びかけます。

2月の担当は――

修明高等学校鮫川校保健委員会（1年）

佐川史歩さん



■電話番号

鮫川村役場（代表・総務課）
☎　0247-49-3111
FAX　0247-49-2651

住民福祉課	
健康係	49-3112
住民係・福祉係	49-3113
農林課	49-3114
企画調整課	49-3115
地域整備課	
建設係	49-3116
環境係	49-3196
農業委員会	49-3197
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
図書館	29-1150
農業者トレーニングセンター	49-3295
学校給食センター	49-2113
こどもセンター（保育園・幼稚園）	29-1010
国保診療所	49-2028
ほっとはうす・さめがわ	48-2555
手・まめ・館	49-2556
山王の里	48-2848

■鮫川村公式ホームページ
http://www.vill.samegawa.fukushima.jp/

■今月の納税
後期高齢者医療保険料:第7期
※納期限:2月28日(金)

information

労働

平成25年度卒業者等向け ふくしま大卒等 合同就職面接会

日時　3月10日（月）正午～午後3時45分
場所　県看護会館「みらい」（郡山市）
対象者　①平成26年3月に大学等を新規卒業予定の方／②平成23年3月以降に卒業して現在まで就職活動をしている方
内容　①事業所のブースにおける人事担当者との個人面談／②ハローワークなど各機関による職業相談・情報提供
その他　事前の申し込みは不要ですので、気軽に参加してください。
問　福島労働局職業安定課☎024-529-5396

平成26年度卒業者向け 大卒等合同企業説明会

日時　2月25日（火）午前10時～午後4時
場所　ビッグパレットふくしま（郡山市）
対象者　平成27年3月に大学等を新規卒業予定の方
内容　①事業所ブースにおける人事担当者による事業・職務内容の説明、今後の採用計画などの情報提供／②ハローワークなど各機関による職業相談・情報提供
その他　事前の申し込みは不要ですので、気軽に参加してください。
問　郡山新卒応援ハローワーク☎024-927-4633

相談

多重債務などの 無料相談窓口を設置

福島財務事務所では、借金を抱え、お悩みの方々からの相談に応じています。抱えている借金の状況をお聞きし、必要に応じて弁護士・司法書士などの専門家に引き継ぎます。相談は無料です。
また、「なりすまし詐欺」などに巻き込まれないよう、日頃から注意していただきたい内容などをわかりやすく説明する「金融犯罪被害防止等のための出前講座」を行っています。講演は無料ですので、気軽にお問い合わせください。
相談窓口　福島財務事務所理財課（福島市松木町13-2）／☎024-533-0064（多重債務相談窓口直通）
受付日時　平日の午前8時30分から午後5時15分
問　福島財務事務所理財課☎024-535-0303

税に関する無料相談会

日時　▼確定申告無料相談会…2月17日（月）午前10時～午後4時▼税の無料相談会…2月23日（日）午前10時～午後4時
場所　白河市産業プラザ・人材育成センター
問　東北税理士会白河支部☎0248-28-3563

県民健康管理調査 問診票「簡易版」を作成

県と県立医科大学では、震災後４カ月間の外部被ばく線量を推計する基本調査について、記入・回答しやすい問診票の「簡易版」を作成しました。

この簡易版は、避難などの移動回数の少ない方が利用できます。簡易版で回答できるかどうかは県立医科大学までお問い合わせください。なお、簡易版は役場住民福祉課健康係で準備していますので、気軽に申し出てください。

基本調査の結果は、一人一人にお知らせします。ご自身の外部被ばく線量を把握することは、長期にわたって実施していく甲状腺検査や皆さんの健康管理において目安となりますので、基本調査問診票「詳細版」または「簡易版」の回答が済んでいない方は提出することをお勧めします。

調査対象者　原則として平成23年３月11日時点で、福島県内に居住していた方
調査方法　▶記憶があいまいな場合は、わかる範囲で記入してください。▶記載された内容について、改めて確認させていただく場合があります。▶未成年者については、保護者の同意のもと実施してください。小学生以下については、保護者の方が記入してください。▶本調査への回答は本人の自由意志によるものです。回答をしなくても何ら不利益を被ることはありません。
調査結果の取り扱い　回答いただいた問診票は、施錠可能な場所に厳重に保管します。データは、個人が特定されない形で統計的に処理され、個人の氏名や回答内容が公表されることは一切ありません。
問　県立医科大学放射線医学県民健康管理センター☎024−549−5130（土・日・祝日を除く午前９時から午後５時まで）

February
2

㊡＝休日当番医　［公］＝公民館　［図］＝図書館　［保］＝保健センター
［ト］＝農業者トレーニングセンター　［こ］＝こどもセンター

火	水	木	金	土
				2/1
4 ◆送迎バス運行日 （西野・西山・富田方面）	5 ◆送迎バス運行日 （中野・東野方面） ●手・まめ・館休館日 ●筋力づくり教室… 10:00～15:00[保] ●おはなしの森… 16:00～[図]	6 ◆送迎バス運行日 （渡瀬・青生野方面） ●すまいる定休日	7 ●筋力づくり教室… 10:00～15:00[保]	8
11 *建国記念の日* ㊡東舘診療所（矢祭町） ☎46-3165	12 ◆送迎バス運行日 （中野・東野方面） ●やまぶきの会… 10:00～15:00[保] ●おはなしの森… 16:00～[図]	13 ◆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] ●やまゆり保育室[こ]	14 ●筋力づくり教室… 10:00～15:00[保] ●１日入園[こ]	15
18 ◆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]	19 ◆送迎バス運行日 （中野・東野方面） ●やまゆり乳児室[こ] ●１歳６カ月児健診・３歳児健診…13:15～[保] ●おはなしの森… 16:00～[図]	20 ◆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] ●心配ごと相談… 13:00～15:00[公]	21	22
25 ◆送迎バス運行日 （西野・西山・富田方面）	26 ◆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… 16:00～[図]	27 ◆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]	28 ●後期高齢者医療保険料納期限	3/1
4 ◆送迎バス運行日 （西野・西山・富田方面） ●献血 ●やまゆり保育室[こ]	5 ◆送迎バス運行日 （中野・東野方面） ●手・まめ・館定休日 ●やまぶきの会… 10:00～15:00[保] ●おはなしの森… 16:00～[図]	6 ◆送迎バス運行日 （渡瀬・青生野方面） ●すまいる定休日 ●筋力づくり教室… 10:00～15:00[保] ●やまゆり乳児室[こ]	7 ●筋力づくり教室… 10:00～15:00[保]	8

※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。

お誕生

12月届け出分・敬称略



五十嵐（いがらし）　翔（かける）・男
平25.12.25生
住所…広畑
保護者…武・恵美

おくやみ

12月届け出分・敬称略

住所	氏名	月日	年齢
大塩	矢吹ハナエ	12. 8	90歳
二反田	片野　良雄	12.15	75歳
真坂	金澤フミイ	12.19	90歳
福原	蛭田　一	12.23	81歳
上	津田　光雄	12.23	83歳
滝	須藤　久	12.24	86歳
戸草	関根　高市	12.29	91歳

人の動き

1/1現在・（　）は前月比

人口	**3,910**人	（± 0）
男	**1,960**人	（± 0）
女	**1,950**人	（± 0）
世帯	**1,167**戸	（＋ 2）

寄付寄贈

12月受理分・敬称略

■**社会福祉事業のために[金員]**…矢吹孝二（大塩）　片野智美（二反田）　金澤一四（真坂）　蛭田久美子（福原）　須藤かつ子（滝）　津田信一（上）　大竹眼科（石川町）　福島県立修明高等学校鮫川校・第14回山峡祭収益金

■**村の事業のために[金員]**…蛭田久美子（福原）

※お誕生・おくやみ・寄付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。

編/集/後/記

■今回、３つの大豆料理をご紹介しましたが、その他に６つ計９つの大豆料理を食生活改善推進員の皆さんに教えていただきました。すべて普段から家庭で作っているもので、ご家族にも好評ということでした。実際に私も味見をさせていただき、改めて大豆のおいしさを実感するとともに、皆さんのアイディアに感嘆するばかりでした。■大豆料理は、水で戻したり、ゆでるなどの下準備が大変という声が多く聞かれます。その中で、「あらかじめ水で戻した豆を保存してしておき、いつでも使えるようにしている」という豆知識を教えていただきました。皆さんも参考にしてみてはいかがでしょうか。　（前田）

ⓘ暮らしのカレンダー

日	月
2 ㊡あらまちクリニック（棚倉町）☎33-8018 *第1日曜日は環境美化の日*	**3** ●図書館休館日 ●トレセン休館日
9 ㊡和田医院（棚倉町）☎33-2012	**10** ●図書館休館日 ●トレセン休館日 ●３～４カ月児健診・お母さんの口腔健康相談…13:30～／塙厚生病院
16 ㊡大木医院（棚倉町）☎ 33-2424	**17** ●図書館休館日 ●トレセン休館日
23 ㊡金澤医院（矢祭町）☎46-2312	**24** ●図書館休館日 ●トレセン休館日
2 ㊡東白川中央医院（棚倉町）☎ 33-3263 *第1日曜日は環境美化の日*	**3** ●図書館休館日 ●トレセン休館日

平成26年2月1日発行（毎月1日発行）
第718号（昭和27年9月創刊）

発行／福島県鮫川村　編集／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十野字新宿39番地5



Happy Wedding File_08

鈴木伸一さん 皆貴子さん

赤坂西野字厥平／平成25年4月結婚

●**奥様の出身地はどちらですか？**・・・大阪府大阪市です。
●**２人が知り合ったきっかけは？**・・・お酒の席で知り合いました。お酒や食べ物の好みが合い、性格が似ていたせいか自然と親しくなりました。
●**出会ったときのお互いの第一印象は？**・・・（夫→妻）特に印象はありませんでした。　（妻→夫）「この人と結婚するんだ」と思いました。
●**子どもは何人ほしいですか？**・・・一人っ子よりは兄弟がいた方がいいと思うので、できれば２人ほしいです。「一姫二太郎」が理想です。
●**理想の家庭は？**・・・家に帰ってくるのが楽しくなるような明るい家庭をつくりたいです。家族でキャンプや旅行をしたいです。

こちら **村長室**

▼同級生は一生涯の宝物です。元日は四十二厄払い同級会、二日は三十三厄払い同級会、十一日は還暦祝同級会にお招きをいただき、お祝いの言葉を述べる機会がありました。人生の節目となるこれらの行事は、大変意義のあるものだと思います。久しぶりの再会に思い出話に花が咲き、また、友人のいろいろな人生に触れ、同級生同士が切磋琢磨する中で大いに元気をもらい勇気づけられる機会です。▼初老の会での中学時代恩師の話です。四十五歳で退職し、夢であった国際協力の舞台でジャイカのシニア海外ボランティアとして南米二カ国に合わせて五年間、現地教育関係者の支援活動に従事したこと、想像以上に充実したときを過ごし、今も国際協力分野で活動しているとのことでした。▼私たちの誰もが人生の節目に一度立ち止まり、再出発のごとく目指す方向性をはっきりさせることで、活気に満ち充実した人生が送れるはずとのお話には、学ぶものがありました。

大樂勝弘