



自然と、人に出会う旅。
山っていいですね。

P.2～4 特集 元気な土からの恵み。

西会津ミナラル野菜。

P.5 新しい町議会議員14人が決定

P.6～7 認定ごども園 基本設計 中間報告

P.8～9 介護保険の費用負担が変わります

P.10 マイナンバー制度が始まります

P.11 「マイマイガ」ホイホイの作り方



元気な土からの恵み。 西会津ミネラル野菜。



ミネラルは、体を動かすために欠かせない栄養素です。必要なのは微量ですが、不足すると人も野菜も健康を保てません。疲れやすく、抵抗力が落ちてきます。野菜も害虫がつきやすく病気を招き、日持ちも悪くなります。

ミネラル栽培では、土壌分析を行うことで土にあるべき量のミネラルを保ち、栄養バランスの取れた土で作物を育てます。そのため、西会津ミネラル野菜は、野菜本来のうま味、甘味が強く、日持ちするのが特徴です。

今月号では、このミネラル栽培に取り組む皆さんに話を聞きました。

ミネラル栽培と 西会津ミネラル野菜

町では、19項目にも及ぶ土壌分析に基づいて土壌改良、施肥管理した土で作物を育てることをミネラル栽培と呼び、収穫した作物をミネラル野菜と呼んでいます。土壌分析は、人間でいう健康診断です。畑の健康状態を知り、それをもとにミネラル成分をはじめ栄養バランスを整えることで、健康でおいしい野菜を栽培しています。

このミネラル栽培の原点は、平成9年に本町で開催された「第2回ふるさといきいき村づくり全国サミット」の基調講演「土と植物とのち」の中で、講師の中嶋常允先生が話した中嶋農法にあります。「健康な体は健康な食べ物から、健康な食べ物はミネラルを含んだ健康な土から」という中嶋農法の基本理念を学んだことで、町では平成10年から「健康な土づくり事業」を開始しました。

初めて土壌分析を行った町の畑は、長年使用していた化学肥料の影響で、窒素、リン酸、カリウムのバランスが崩れミネラル分が欠乏していたほか、土が硬く十分に根が張れない状態でした。分析結果に基づき、不足していた栄養素やミネラル分を

与え、過剰になっていた栄養素を減らし、土壌を柔らかくする改良材を加えました。土壌の栄養バランスを保つことは、偏った栄養の過剰摂取が誘因となる病害虫の発生を抑え、土壌を柔らかくすることは、作物の根の成長を促し広範囲からの栄養吸収を促進します。

作物の生育に必要なマンガンや鉄、銅、亜鉛、ホウ素などのミネラル分はごくわずかですが、作物が健康に生育するためには欠かせないのできかない成分です。必要なミネラル分を吸収した作物は、野菜が本来持っている病害虫への抵抗力が増して減農薬につながるとされ、また、生育期間が長くなり、収穫した野菜の日持ちが良くなると言われています。

ミネラル栽培における土壌分析は、栽培を始めてから最初の3年間は毎年、4年目以降は3年ごとに行います。1、2年目の分析費用は町が全額を補助、3年目は半額補助、4年目以降は生産者の負担で実施しています。

ミネラル栽培の普及

連作障害や収穫量の減少に悩む農家の畑などで土壌分析を行った結果、栄養バランスの偏り、ミネラル分の欠乏、根が張

りにくい硬い土壌が多く見受けられました。これらの畑を土壌分析に基づき改良したことで、病気にかかりにくくなり収穫量が安定し、農業所得の向上にもつながりました。このときから、ミネラル栽培の可能性が確信へと変わり、先進地視察研修や「健康な土づくり推進員」の育成講座を実施するなど、町のミネラル栽培普及の取り組みが始まりました。

にしいいづ健康 ミネラル野菜普及会

先進地視察研修や「健康な土づくり推進員」育成講座には多くの女性が参加し、ミネラル栽培に取り組み始めました。皆さんは、収穫した野菜を食べた家族や近所の人から「えぐ味が無くておいしい」「日持ちする」という声を聞き、今まで栽培していた野菜との違いを実感するようになりました。ミネラル野菜の持つ野菜本来のうま味、甘味を多くの人に味わってほしいという思いから、平成12年8月、ミネラル栽培に取り組む女性19名で「にしいいづ健康ミネラル野菜普及会」を発足しました。同月に開催した「健康ミネラル野菜市」は多くの来場者に好評で、その後は各種イベントや平成13年に開催された「うつくしま未



来博」などに出席し、積極的に普及活動を展開しました。会員が増え、生産量が安定してきた普及会は、平成14年、国道49号と隣接する現在の道の駅の駐車場にプレハブ直売所「にしいいづ健康ミネラル野菜市」をオープンしました。会員が当番制で検品や陳列、レジなどを担当しながらミネラル栽培の良

さを消費者に説明し、理解者を増やしてきました。消費者と直接触れ合うことで、消費者が求める品質や野菜の種類などを生産に反映させることができ、販売額は年々増加しました。平成16年に「道の駅にしいいづ」がオープンしてからは、施設内の「よりっせ」で、ミネラル野菜が目玉商品として販売されています。普及会では、学校給食や福祉施設の食事などで通年使用する玉ねぎやジャガイモ、ニンジンなどのミネラル野菜を会員が提供するなど、地産地消にも取り組んでいるほか、小・中学校の体験学習での農作業体験指導や、JA会津いいで青年部西会津支部との活動連携、視察研修、定期的な勉強会の実施など、さらなる飛躍に向けて、生産・販売以外の普及活動にも力を入れています。

これらの活動が評価され、平成25、26年には「豊かなむらづくり」農林水産大臣賞・福島県知事賞福島民友新聞社社長賞を受賞しました。平成27年7月現在の会員数は65名となっています。

普及会と連携する組織

普及会は、JA会津いいで青年部西会津支部や、町のパイプハウスリース事業を利用してミネラル栽培を実践する施設園芸者で組織する「にしいいづ施設園芸生産振興組合」、ミネラル野菜を首都圏へ出荷する「にしいいづ産直野菜出荷組合」、ミネラル野菜を加工、販売する「にしいいづ農林産物加工ネットワーク」と連携しながら活動しています。

ミネラル栽培の 一層の普及推進に向けて

普及会の活動目的は、健康な土を作り、その土で健康な野菜を作り、健康な野菜を食べて健康な体を維持することです。販売による農業所得の向上はもちろん、「ミネラル野菜を栽培すること」が「目的を持って働くこと」につながり、それが普及会の皆さんの生きがいになることを目標にしています。

ミネラル野菜を町のブランドとして確立した会員の皆さんは、自信を持ち生き生きと生産、販売を行い、積極的にイベントに

参加しています。

今後の課題は会員の高齢化と生産量の引き上げです。若い担い手の育成が急務であり、普及会では新会員の加入や新規就農者の積極的な参加を呼び掛けている。

町では、平成28年にオープン予定の「地域連携販売力強化施設」でのミネラル野菜販売強化に向け、普及会をはじめ関係団体との連携強化を図りながら、さらなるミネラル栽培の普及、生産拡大の推進に向け取り組みを進めます。

交流物産館よりっせに並ぶ
ミネラル野菜



普及会は会員を募集しています。みんなと一緒に無理せず楽しく、ミネラル栽培に取り組んでみませんか。

普及会は、その名のとおりミネラル栽培を広めるために発足した団体です。次世代を担う若い人をはじめ、多くの人に参加してほしいと思っています。

ミネラル栽培は、土壌診断や特別な肥料が必要で面倒だと感じるかもしれません。しかし、メリットも多いため、ぜひ取り組んでほしいと思っています。土壌診断は、「畑の健康診断」です。私が初めて土壌診断をしたときは、畑のリン酸やカリウムが過剰で、人間に例えると糖尿病の状態でした。ミネラル栽培を取り入れ、必要なミネラル分を加え土を適正な状態に保つことで、病害虫に強くなるとともに収穫量が安定しました。

普及会は、どんなときもみんなで和気あいあいと楽しみながら活動しています。会長の職も、会員の皆さんの協力によって支えられ務めています。

無理せず楽しく ミネラル栽培の普及に 取り組んでいきたい

INTERVIEW 1



にしあいづ健康
ミネラル野菜普及会
会長 武藤 佐代子 さん

INTERVIEW 3



J A会津いいで青年部
西会津支部
目黒 和人 さん

父を受け継ぎながら、 若い農業者を雇える 場所をつくりたい

長 男としていずれば父の農業を継がなければならぬと感じていました。警察官を志し新潟の専門学校に通っていましたが、ゆくゆく継ぐことになるのであれば、早めに継ぐのもひとつだと思い、農業の道に進む

ことを決意しました。滋賀の園芸専門学校に通い、茨城の種苗会社勤務を経て帰郷し、今年で就農して2年目です。

今は、普及会と連携した取り組みや、さまざまな視察研修などに参加して学んだ新たな栽培方法などを実践してみたいと思っています。特に、7月の研修で学んだ冬期間に行うネギの栽培方法は、今年の冬から実際に取り入れてみようと思っています。

私の家では、父が土、私が苗、母が加工というように、土づくりから出荷・加工まで家族みんなが携わっています。父の思いを受け継ぎながら規模を拡大し、将来的には農業生産法人のような会社組織をつくり、若い農業者を雇えるようになりたいと考えています。

INTERVIEW 4



J A会津いいで青年部
西会津支部
支部長 新澤 富一 さん

若 い人が農業に取り組むきっかけになるような経営モデルをつくりたいと思い、田んぼの畦畔に芝桜を植えて見て楽しむ農業を試したり、手間のかからない作物とその栽培方法を模索したりしています。理想は、子育て中で手が離せない母親でも、育児の片手間に楽しみながら栽培し、それなりの収入が得られるようなモデルです。最近、切り花にその可能性が見えてきました。栽培方法はまだ秘密ですが、これをきっかけに農業に取り組み若者が増え、その先の担い手不足の解消につなげていければと思います。

若い人が農業に 興味を持つような 経営モデルを模索

ト マトがとても甘く、苦手な私でもおいしく食べられたこと、それがミネラル栽培を始めたきっかけでした。この栽培方法で育てた作物は、味や日持ちが本当に違うと実感しています。私は、平成18年に普及会に加入しました。会員の皆さんはとても気さくで、すぐに打ち解けることができました。

一致団結して作業し、その後は楽しくわいわいと心地よい時間を過ごす
活動で全員が集まる機会は年に6回ほど、その度に楽しい時間を過ごしています。みんなで一致団結して作業が一気に終わるのはとても気持ちが良いです。終わったあとの休憩で皆さんと話をしながら情報を交換し合うのも、にぎやかで心地よい時間です。農業は、一人で作業に没頭することが多いので、こういった人と触れ合う時間があるというのが、普及会の良いところのひとつだと感じています。これからも、野菜の成長を楽しみながら、ミネラル野菜で町を盛り上げていけたらと思っています。

INTERVIEW 2



にしあいづ健康
ミネラル野菜普及会
庶務 結城 啓子 さん



▲ 新澤さんが独自の栽培方法で育てているひまわり

新しい町議会議員 14人が決定

任期満了に伴う町議会議員一般選挙の開票が6月28日に行われ、新しい町議会議員14人が決定しました。今回の選挙では、現職、元職、新人17人が14の議席を争いました。

投票率は85・18%

投票は、午前7時から町内20カ所の投票所で一斉に始まり、午後7時（中央投票所以外は午後6時）まで行われました。町民の皆さんにとって最も身近な選挙ということもあり、投票所には朝早くから大勢の人が投票に訪れました。

当日の有権者数は5,958人で、前回（平成23年）の6,455人と比べ497人の減となりました。また、投票率は85・18%と、前回の85・10%をわずかに上回りました。今回の選挙の有権者、投票者数および投票率は次のとおりです。



【投票結果】

	当日有権者数	投票者数	投票率
男	2,852人	2,443人	85.66%
女	3,106人	2,632人	84.74%
計	5,958人	5,075人	85.18%
開票結果	投票総数		5,075票
	有効投票総数		4,991票
	無効投票総数		84票

約2人に1人が 期日前投票を利用

平成15年の公職選挙法改正により設けられた期日前投票制度は、仕事や外出等の理由で投票当日に投票できない方が投票するための制度で、今回の町議会議員一般選挙では6月24日から27日まで実施されました。投票総数に占める期日前投票数の割合は年々増加傾向にあり、今回の選挙では49・10%の人が期日前投票制度を利用して投票しています。これは、前回（平成23年）の37・25%と比べ11・85%も増加していて、実に2人に

1人が本制度を利用してることになります。

新しい町議会議員が決定

開票は、午後8時からさゆり公園体育館で行われ、新しい町議会議員14人が決定しました。今回の選挙では、現職11人、新人3人が当選しました。

投票総数5,075票のうち無効投票が84票、有効投票総数は4,991票でした。候補者ごとの得票数は次のとおりです。

候補者別得票数

▽定数 14議席 「敬称略」

当 秦 貞継	571票	無新
当 伊藤 一男	517票	無現
当 清野 佐一	381票	無現
当 武藤 道廣	358票	無現
当 猪俣 常三	351票	無現
当 三留 正義	340票	無現
当 多賀 剛	322票	無現
当 三留 満	316票	無新
当 小柴 敬	267票	無現
当 長谷川 義雄	266票	無現
当 渡部 憲	257票	無現
当 薄 幸一	250票	無新
当 青木 照夫	244票	無現
当 荒海 清隆	220票	無現
当 小林 雅弘	205票	共新
当 斎藤 健	119票	無新
当 板垣 富士雄	7票	無元

※得票順に掲載

当選証書を交付

当選証書交付式は、6月29日に町役場で行われ、当選した新しい議員14名に町選挙管理委員会の薄上幸一委員長から当選証書が手渡されました。

議員の任期は、平成27年7月1日から平成31年6月30日までの4年間です。

議会構成

議長 武藤 道廣

副議長 青木 照夫

総務常任委員会

◎多賀剛 ○猪俣常三 秦貞継

長谷川義雄 三留正義 清野

佐一 武藤道廣

経済常任委員会

◎荒海清隆 ○伊藤一男 三留

満 薄幸一 小柴敬 渡部憲

青木照夫

議会運営委員会

◎清野佐一 ○荒海清隆 長谷

川義雄 伊藤一男 渡部憲

多賀剛

議会広報特別委員会

◎三留正義 ○三留満 薄幸一

秦貞継 青木照夫

※◎は委員長、○は副委員長、敬称略

認定こども園

基本設計 中間報告

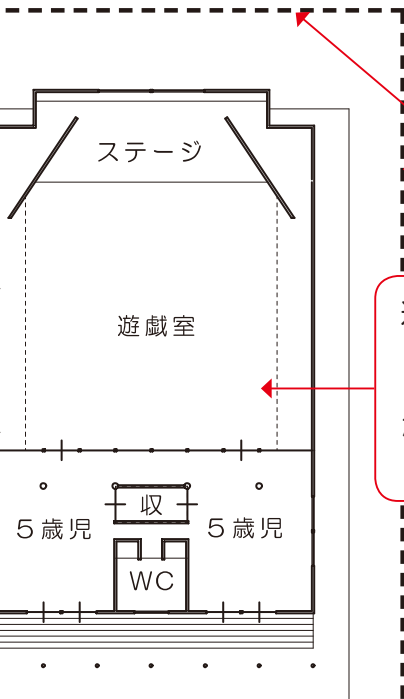
町では、平成26年11月27日に西会津町保育施設整備等審議会から答申を受けた「新たな保育施設整備の基本方針」に基づき、認定こども園新築事業の基本設計を進めています。これまで、基本設計を決めるためのワークショップを同審議会委員や保育士を交えて計4回開催し、間取りや雪対策などについて協議してきました。今月号では、現時点での基本設計の内容を中間報告としてお知らせします。

新たな保育施設整備の

基本方針

- 1 安全・安心な施設
- 2 保小連携を推進できる施設
- 3 子育て支援の拠点となる施設
- 4 環境との調和が図られた施設

- 設置場所は新西会津小学校の隣接地
- 定員200名の保育所型認定こども園
- 子育て支援センターや放課後児童クラブの併設
- 一時預かり保育など特別保育の実施



安全柵
敷地北側と東側には安全柵を設置します。

遊戯室
十分な広さを確保します。発表会など、さらに広く使いたいときは、5歳児室との仕切りを取り外すことができます。

◎安全・安心な施設

防災・防火・防犯対策はもとより、すべての子どもにも優しいユニバーサルデザインによる施設とし、段差や高さなどに配慮しています。

敷地の北側にはJRの線路があるため、安全柵を設置するとともに防音対策を行います。南側の町道森野4号線は、園児が安全に通園できるよう拡幅し、歩道を設置します。また、保護者の送迎に対応するため、駐車場を十分に確保します。屋根からの落雪など、雪による被害がないように屋根の形状や設備などを検討します。

◎保小連携を推進できる施設

小学校に隣接することで積極的な連携や交流を推進します。小学校の農園やビオトープなどを共有するとともに、日常的に小学生の姿を見ることで小学校への円滑な移行を図ります。放課後児童クラブの実施場所は、小学生が利用しやすいよう

小学校側に配置します。今後、保小連携のあり方について検討していきます。

◎子育て支援の拠点となる施設
子育てについての相談や情報提供などの援助を行うため、子育て支援センターを設置します。相談室や午睡室を設け、子育て世代の集いの場となる施設を目指すとともに、乳幼児健診や子育てに関する催しなどにも活用できるようにスペースを確保します。

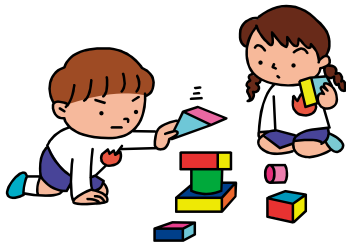
病児・病後児保育に対応するための部屋を設置します。

◎環境との調和が図られた施設
園舎は小中学校をはじめ周辺の環境に調和した色彩にし、また、バイオマスボイラーの設置や地元産材の活用など環境にやさしい施設とします。

廊下は、屋根のトップライトにより自然光が十分に差し込むよう設計し、天井を高くすることで夏場の熱を逃がして暑さを和らげる工夫をしています。

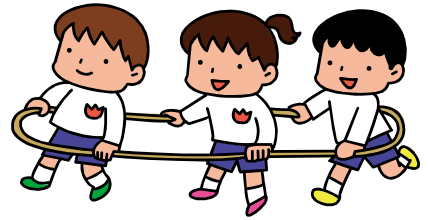
除雪しやすい外構施設の配置や、できるだけ簡単な園舎雪囲いの方法など、降雪への対策について検討していきます。

認定こども園新築事業は、本年度に設計と敷地造成工事を完了し、来年度に建築工事を行い、平成29年4月の開園を目指して



一時預かり室

一時預かり保育や延長保育を行います。出入口付近に配置することで、送迎に来た保護者が子どもの様子を確認できます。



調理室

すべての園児の給食をここで調理します。

光のアーケード

中央廊下は、トップライトにより自然光を十分に取り込みます。

病児・病後児保育室

感染予防のため出入口を別に設けています。

子育て支援センター

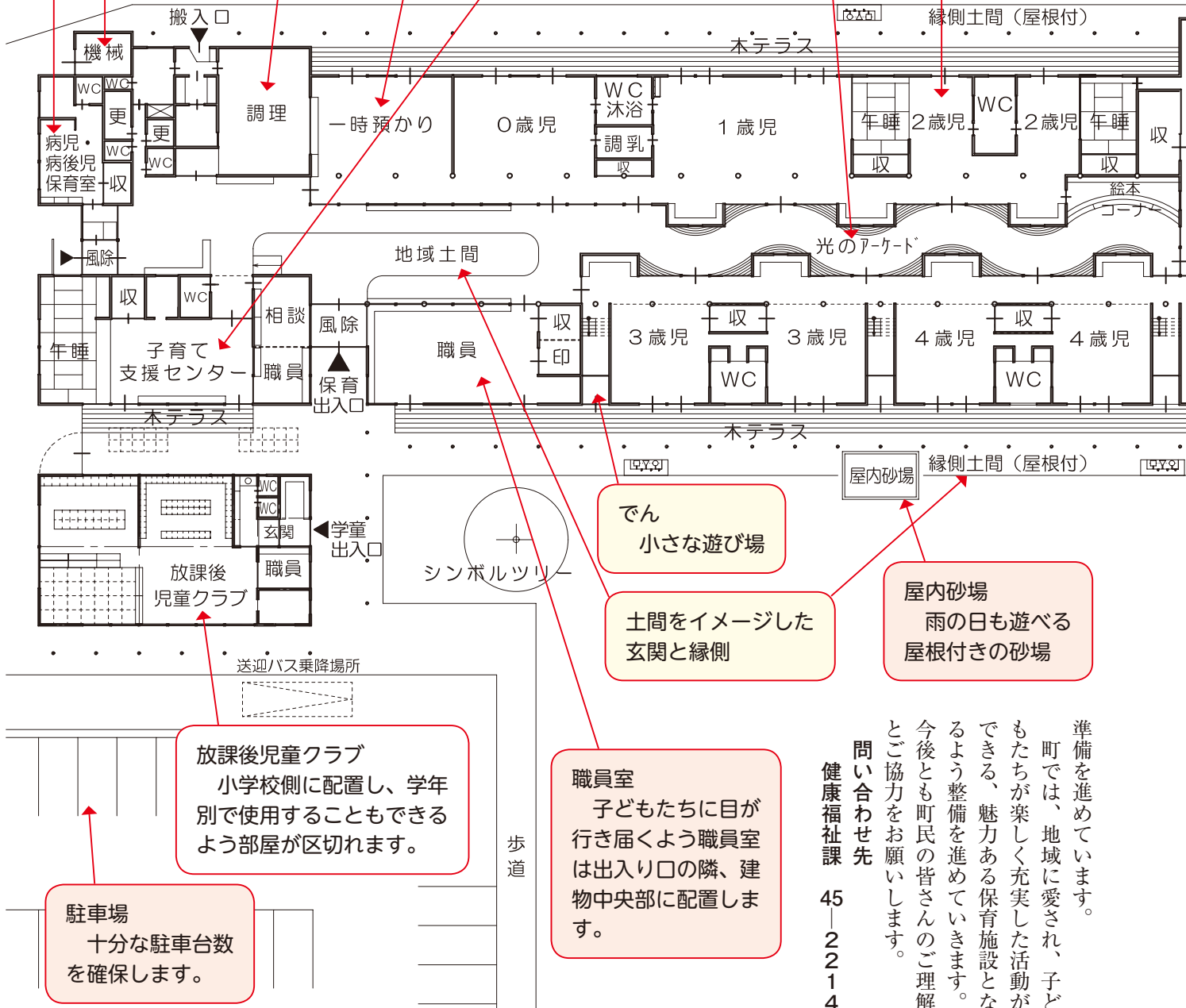
相談室や午睡室を設けます。乳幼児健診にも活用できます。

保育室

各部屋にトイレと収納を設けます。収納は移動することができます。

機械室

バイオマスボイラーで暖房します。



準備を進めています。
町では、地域に愛され、子どもたちが楽しく充実した活動ができるよう整備を進めています。今後とも町民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先
健康福祉課 45-2214

平成27年8月1日から

介護保険の費用負担が

変わります

進む高齢化により介護費用が増大する中、保険料の上昇を抑えながら今後も制度を維持していくため、介護予防や認知症対策の拡充と合わせて介護保険の費用負担が見直されました。これにより、本年8月1日からは①介護サービス利用時の負担割合、②高額介護サービス費の負担限度額、③特定入所者介護（予防）サービス費の支給要件などが次のように変更されます。



1

一定以上の所得がある場合、
介護サービスを利用したときの負担割合が
1割から2割に引き上げられます

介護サービス利用時の負担割合は、これまで所得にかかわらず一律にサービス費の1割でしたが、今回の見直しにより平成27年8月からは一定以上の所得がある場合2割に引き上げられることになりました。

判定基準は合計所得金額※1で、その額が160万円（収入が年金のみの場合は年額280万円）以上の場合に負担割合が2割となります。

ただし、合計所得金額が160万円以上であっても、主

な収入が事業収入や不動産収入といった年金収入以外の場合、実質的な収入が280万円に満たないケースがあることや、配偶者の年金額が少ないため世帯としての負担能力が低いケースがあることを考慮し、年金収入とその他の合計所得金額※2の合計額が単身で280万円未満、2人以上の世帯で346万円未満である場合の負担割合は今ままでおり1割です。

町では、7月31日までに要介護認定を受けている被保険者の皆さんに、負担割合が記載された「負担割合証」を新証と介護保険被保険者証と一緒に保管し、介護サービスを利用する際には必ず2つ一緒にサービス事業者に提出してください。

※1 「合計所得金額」とは、収入から公的年金等控除や給与所得控除、必要経費を控除した後で、基礎控除や人的控除などの控除をする前の所得金額をいいます。

※2 「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から年金の雑所得を除いた所得金額をいいます

【65歳以上の人が世帯に1人だけの場合】 Bは実質的な収入が239万円未満のため、1割負担に戻す

A 年金収入のみで収入額280万円の場合

年金収入280万円	合計所得金額 (年金収入280万円-120万円) ^{※3} =160万円
雑所得160万円 (公的年金等控除 ^{※3} 後)	年金収入と「その他の合計所得金額」の合計額=280万円 ⇒2割

B 年金収入79万円+農業所得160万円の場合

年金収入79万円 (年金による所得は0円)	合計所得金額 (農業所得) =160万円
農業所得160万円 (必要経費控除後)	年金収入と「その他の合計所得金額」の合計額=239万円 ⇒1割

【65歳以上の人が世帯に2人の場合】 Dは世帯収入が280万円未満のため、1割負担に戻す

C 年金収入が本人280万円、配偶者66万円の場合

配偶者：年金収入66万円	2人の合計所得金額 =計160万円
本人：年金収入280万円	2人の年金収入と「その他の合計所得金額」の合計額=346万円 ⇒本人2割 配偶者1割
雑所得160万円 (公的年金等控除後)	

D 年金収入が本人の280万円の場合

配偶者：年金収入なし	2人の合計所得金額 =計160万円
本人：年金収入280万円	2人の年金収入と「その他の合計所得金額」の合計額=280万円 ⇒本人1割 配偶者1割
雑所得160万円 (公的年金等控除後)	

※3 「公的年金等控除」とは所得を計算する際にあらかじめ決められた金額を年金収入から差し引くことができる制度で、Aの例の場合は120万円を差し引くことができ、残りが所得となります。

2

高額介護
サービス費の
負担上限額が
見直されます

介護サービス利用者の月々の負担の上限を設定している高額介護サービス費支給制度の支給基準が変わります。同一世帯内の65歳以上の人の収入が現役並み所得相当（課税所得※4 145万円以上）である場合、その世帯の負担限度額が従来の37,200円から44,400円に引き上げられることになりました。

ただし、同一世帯内に65歳以上の人が一人のみで、その人の収入が383万円未満の場合はあらかじめ町に申請することで従来の37,200円となります。65歳以上の人が2人以上で、その収入の合計額が520万円未満の場合も同様に申請することで従来の限度額となります。対象となる場合は役場から案内しますので、忘れずに申請しましょう。

※4 「課税所得」とは、合計所得金額から基礎控除や人的控除などをした後の所得金額をいいます。

高額介護サービス費 負担上限額判定の流れ

ステップ1

同一世帯内に課税所得145万円以上の65歳以上の人がいるかどうか

- いない場合 → 従来と同様
- いる場合 → 44,400円(月額) ステップ2へ

ステップ2

- 65歳以上の人が1人で、その人の収入が383万円未満
→ 申請することで37,200円(月額)
- 65歳以上の人が2人以上で、収入の合計が520万円未満
→ 申請することで37,200円(月額)
- 上記以外 → 44,400円(月額)



区分	負担の上限(月額)
現役並み所得に相当する65歳以上の人がいる場合	44,400円(世帯) 新設
世帯内のどなたかが町民税を課税されている場合	37,200円(世帯)
世帯の全員が町民税を課税されていない場合	24,600円(世帯)
<ul style="list-style-type: none"> • 高齢福祉年金を受給している場合 • 前年の合計所得金額と公的年金等収入額の合計が年間80万円以下の場合 	24,600円(世帯) 15,000円(個人)
生活保護を受給している場合	15,000円(個人)

3

食費、部屋代の負担軽減の
基準が見直されます

介護保険3施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）やショートステイを利用する低所得者を対象に行っていた食費・部屋代の負担軽減は、在宅で暮らす人や保険料を負担する皆さんとの公平性を高めるため見直されることになりました。この見直しにより、世帯分離をしても配偶者が町民税を課税されている場合や、預貯金などの資産が一定額を超える場合は対象から外れることになりました。判定の基準額は、預貯金などの資産の合計額が単身の場合

合1,000万円、配偶者がいる場合は合わせて2,000万円、市町村窓口への申告が必要です。不正に負担軽減を受けた場合には、それまで受けた負担軽減に加え最大2倍の加算金（負担軽減額と併せて最大3倍の額）の納付を求めることがあります。



項目	確認方法
預貯金 預貯金などに含まれるもの	通帳の写し
有価証券	証券会社や銀行の口座残高の写し
金・銀など、時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の口座残高の写し
投資信託	銀行・信託銀行・証券会社などの口座残高の写し
タンス預金	自己申告



マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の分野で効率的に個人情報を確認するための12桁の番号です。複数の機関に存在する個人の情報が同じ人の情報か確認できるため、行政手続きの簡素化など皆さんの利便性向上が期待できます。

マイナンバーの導入時期

マイナンバー(個人番号)は、今年10月に皆さん一人一人へお知らせし、平成28年1月から利用が始まる予定です。

マイナンバー導入による3つのメリット

①公正・公平な社会の実現

個人情報情報をマイナンバーで管理することにより、所得やほかの行政サービスの受給状況が把握しやすくなり、負担を不当に免れることや給付を不正に受けることを防止するとともに、本来に困っている人にきめ細かな支援を行えるようになります

②国民の利便性の向上

各種申請時に必要な添付書類を削減できるなど、行政手続きが簡素化され、住民の皆さんの負担が軽減されます。また、行政機関が持っている自分の情報を確認したり、行政機関からさまざまなサービスのお知らせを

受け取ったりできるようになります。

③行政の効率化

行政機関や地方公共団体などでのさまざまな情報の照合、転記、入力などに要する時間や労力が大幅に削減されます。複数の業務間での連携が進み、作業

情報連携で、より良い暮らしへ

マイナンバー

社会保障・税番号制度

が始まります

の重複など無駄な時間の削減が期待できます。

マイナンバーの利用範囲

マイナンバーは、国の行政機関や地方公共団体などで社会保障、税、災害対策の分野で利用されます。このため、年金や雇

用保険、医療保険の手続き、児童手当その他福祉給付、確定申告や税の手続きなどで皆さんにマイナンバーの提示をお願いすることになります。

また、税や社会保障の手続きでは、事業主や保険会社が個人に代わって手続きを行う場合が



◆マイナンバー制度

全国共通ナビダイヤル

☎0570-20-0178

◆内閣官房ホームページ

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

あるため、勤務先をはじめとした民間企業にもマイナンバーを提示する必要があります。

さらに、講演や原稿の執筆を依頼して報酬を支払う場合は、報酬から税金の源泉徴収をしなければならぬため、こうした外部の人からもマイナンバーを

提示してもらう必要があります。

個人情報の安全・安心の確保

マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の続きのために国や地方公共団体、勤務先、金融機関、年金・医療保険者などに提供されるものです。こうした法律で定められた目的以外にむやみに他人に提供することはできません。他人のマイナンバーを不正に入手したり、マイナンバーを取り扱っている人が他人に不正に提供したりすると処罰されます。

また、マイナンバーは、「特定個人情報保護委員会」という第三者機関が管理を監視・監督するほか、通信時における番号の暗号化やアクセス制限、法律に違反した場合の罰則強化など、国では個人情報を保護するためさまざまな措置を講じています。

平成29年1月からは、マイナンバーを使用して自分の個人情報やどのようになり取りされているかを自分で確認できる「情報提供等記録開示システム」が稼働する予定です。このシステムには、自分のマイナンバーを含む個人情報をいつ、誰が、なぜ提供したかを確認できる機能

のほか、自分の個人情報の内容確認機能や一人一人に合った行政サービスのお知らせを受け取る機能が入る予定です。

通知カードと個人番号カード

今年10月以降に、マイナンバーをお知らせする通知カードが皆さんに配布されます。また、平成28年1月以降には、さまざまなことに利用できる個人番号カードが申請により交付されます。個人番号カードには、氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーなどが記載され、本人の顔写真が表示されます。身分証明書として利用できるほか、カードのICチップに記録された電子証明書をを用いて、e-Tax(国税電子申告・納税システム)をはじめとする各種電子申請が行えます。

個人番号カードに付くICチップには、カード表面に記載された情報や電子申請のための電子証明書が記録されますが、所得情報や病気の履歴など、機微な個人情報は記録されません。そのため、個人番号カード一枚からすべての個人情報が分かっってしまうことはありません。

◆問い合わせ先
町民税務課 ☎45-2215



マイマイガ ホイホイの作り方

住宅などのマイマイガ卵産被害を軽減

昨年引き続き、町内でマイマイガが大量に発生しています。マイマイガは、7月下旬から8月にかけて成虫となり、通常は木の幹などに卵を産みつけます。しかし、異常発生すると、林からあふれた成虫が住宅地にある街路灯の支柱や住宅の壁などに卵を産みつけるようになります。マイマイガは、特に水銀灯の光や白色の外壁を好む傾向があると言われていています。

マイマイガの飛来を避けるには、一時的に外の照明を落としたり、LED照明をはじめ紫外線の少ない電球に交換したりすると効果的ですが、照明を消すことでそのほかの光が目立ち、住宅の窓などに集まってしまう場合も見受けられます。

そんなときは、今回紹介する「マイマイガホイホイ」を活用してマイマイガを一カ所に集めることで、住宅の壁に卵を産みつけられるなどの被害を軽減することができます。

◆準備する物◆

- 容器＝両手で持てるくらいの大きめのものを用意してください。
- 照明＝誘蛾灯が効果的です。無い場合は青色系の光で紫外線を多く出し、できるだけ光の強いもの(LED照明以外のもの)を使用してください。
- 台所用洗剤＝下水道などに捨てることを考え、生分解性の高いものを用意してください。
- 取っ手付きのザル＝集まったマイマイガをすくい集めるのに使います。



◆作成手順◆

1. 用意した容器に半分ほど水を入れます。
2. 洗剤の濃度が2%になるように調整しながら洗剤液を作ります(10リットルの水に対して200ミリリットルの洗剤を入れる)。
※薄すぎると洗剤液から逃げ出すことがあります。濃度は3%を超えない範囲で調整してください。
3. 容器の近くにライトを設置して完成です。
※ライトの光が外壁などに当たらないように工夫してください。

◆注意点◆

- ① 設置した光が建物に当たると、そこにもマイマイガが集まってしまいます。注意してください。
- ② 周辺は暗くした方が効果的です。
- ③ マイマイガの死骸は可燃ごみに出してください。
- ④ 使用した洗剤液は、絶対に川などに捨てないでください。10倍程度の水で薄めてから下水道などに流すようにしてください。
- ⑤ 雨天時は漏電や感電に十分注意してください。

役場裏駐輪場に設置したマイマイガホイホイ。誘蛾灯を使用しており、一晩で大量のマイマイガを捕獲できました。



マイマイガホイホイの作成例。ライトは柱などに固定し、45度程度の角度をつけて上向きに設置することで、広範囲からマイマイガを集めることができます。

災害時の応援協定を締結

6月26日、町では、西会津建設業組合、株式会社南栄通商、県石油業商業組合西会津支部と災害時における各種応援協定を締結しました。この協定は、大規模な災害が発生した際の被害拡大防止と早期復旧を目的に、迅速かつ円滑な応急対策を図るため結んだもので、災害対応に係る作業員や使用する資機材のレンタル、燃料確保などを優先的に行う内容となっています。伊藤町長は「災害発生時にいち早く対応し、被害を最小限に食い止めるため協力をお願いします」とあいさつしました。[写真=左から伊藤町長、齋藤俊雄西会津建設業組合副組合長、三留淳南栄通商西会津営業所長、五十嵐章二県石油業商業組合西会津支部長]



けん引式車いす補助装置を寄付

7月14日、大和ハウス工業株式会社福島支社藤井秀雄購買課長が町役場を訪れ、けん引式車いす補助装置JINRIKIを町に寄付しました。JINRIKIは、大和ハウス工業株式会社がベンチャー企業と提携して拡販を図る福祉器具で、車いすに装着すると人力車のようになり、坂道や悪路でも介護者がけん引しやすくなります。藤井購買課長は、「創業60周年を迎えられたお礼として福島県の59市町村と県を合わせた60カ所に寄付しています。町の福祉に役立ててください」とJINRIKIを手渡しました。伊藤副町長は、「災害時には、こういった器具が非常に有効です。町民福祉に役立てていきます」と謝意を述べました。

産地直送 宮古島のマンゴーフェア

町では、沖縄県宮古島市と結んだ友好都市協定が今年で10年を迎えることを記念し、7月11日から12日の2日間にわたり「宮古島のマンゴーフェアin道の駅」を開催しました。フェアでは、先着20人に特別価格でマンゴーを販売する早割タイムセールや、マンゴーを賞品にしたじゃんけん大会を実施したほか、ミネラル野菜シロップを使ったかき氷などを販売し、多くの来場者にぎわいました。12日には西会津町在住の三線奏者「智奈者」が歌と演奏を披露し、沖縄の音楽で来場者を楽ませました。宮古島を直撃した台風の影響で当初の予定より少ない販売数量となってしまいましたが、2日間で合計約300kgのマンゴーを販売しました。



福祉の歩み60年 受け継ぐ絆

町社会福祉協議会の設立60周年記念式典が、7月20日、西会津中学校多目的ホールで行われました。会長の伊藤町長は、「これまでの福祉の歩みを受け継ぎ、会員相互の絆を深めるとともに将来を見据え、真心込めて福祉のまちづくりをさらに進めていきます」とあいさつしました。式典では、協議会の進展に大きく貢献した10人に感謝状が贈呈され、小学生、中学生、高校生による社会福祉についての作文とポスターの優秀作品表彰と作文発表が行われました。

式典終了後は、笑点でおなじみの三遊亭小遊三さんによるチャリティー寄席が行われ、生で聞く噺家の軽快な落語に会場は笑い声で包まれました。

健康づくりは・朝が・いちばん

受けよう健診 生かそう健診結果

町では、平成22年度から「健康がいちばん！」をキャッチフレーズに「食」、「運動」、「健(検)診」の3つの柱を相互に連携した健康づくりを推進しています。今年度スタートした健康増進計画では、昨年実施したアンケート調査の結果をもとに「朝」をキーワードにした生活習慣の改善に向けて取り組んでいます。

健(検)診を受けた後は検査結果を振り返り、朝の時間を使って生活習慣を見直してみましよう。

健診はお済みですか？

町では、7月28日から8月21日までの平日に旧西会津小学校をはじめ町内各所で総合健診を実施しています。総合健診は年齢ごとに県民健康診査(16～29歳)、基本健診(30～39歳)、特定健診(40～74歳)、健康診査(75歳以上)に区分され、このうち特定健診は、国民健康保険や社会保険、共済組合などの医療保険者が加入者に対して実施しています。いっどこで実施しているかを加入している医療保険者に確認し、きちんと受診しましょう。

また社会保険の被扶養者であ

健診結果をチェック

血圧が高くなった
血圧が高い状態が続くと、血管に負荷がかかって破れやすくなります。塩分を控えましょう。

中性脂肪が高い
LDLコレステロールが高い
HDLコレステロールが低い
血管が詰まりやすい状態です。肉を食べる量を減らし、魚や野菜を増やしましょう。特に青背の魚が効果的です。

血糖値が高くなった
余分な血糖が多いと、血管壁のタンパク質と結びついて変成し、血管のしなやかさを失わせてしまいます。腹8分目を心がけ、摂取エネルギーを適量に保ちましょう。

異常がなかった
昨年の値と比べてみましょう。

朝測定のススメ

1日の生活リズムの起点である朝の血圧や体重を測定することで、体調をチェックしてみましょう。続けて記録すると、生活習慣を振り返るきっかけになります。

血圧は通常寝ている間は低く、目覚めてからゆっくりと上昇します。しかし、中には血圧が朝急激に上がったたり、夜間も高いままだったりする場合があります。朝の血圧が高いことを「早朝高血圧」と呼び、このような状態は心臓や脳などに負担をかけてしまいます。この「早朝高血圧」は、健診ではわからないため、起きてから1時間以内に自分でチェックすることが大切です。

体重は食事や時間帯によって

変化するため、毎日同じ条件で測定することが大切です。食事や排便の影響を受けないよう、朝起きたらすぐに測定し、毎日記録することで適正体重を目指しましょう。

応援します！
あなたのいきいきライフ

町では、保健師と管理栄養士が、面接、電話、メール、手紙などを通して、日ごろの生活に合わせた実践的なアドバイスをしています。

健康づくりは、より良い生活を送るための手段であり、長い目で見ながら時々振り返ることが必要です。いきいきと生活できるよう、できることから生活習慣の見直しに取り組んでみませんか。

INTERVIEW ～健康づくり紹介～



健診後の「ヘルスアップ教室」に参加してから生活習慣が変わったという中島壽彦さん(上野尻)に話を伺いました。

◆健診結果を生かしています

「教室に参加する前は、健診を受けても結果の見方がわかりませんでした。教室で健康について教えてもらったことをきっかけに、生活習慣を見直そうと思いました」

◆食事と運動に気を付けています

「教室の運動実技は、いつもの畑仕事と違うせいか気持ちよく感じました。それからはなるべく歩くように意識しています。また、コレステロールを下げるのに野菜が大事だと聞き、欠かさず食べるようになりました」

◆町民の皆さんへ一言

「健康づくりは、1日3食規則正しく食べることが基本です。忙しい中、毎日料理を作るのは大変ですが、5年後10年後の体のことを考えて、ぜひ若いうちから気を付けてください」

る場合は、医療保険者が発行する受診券を持参することで、町の特定健診を無料で受診できることもあります。

胃がん、大腸がん、肺がんの各種がん検診は、事前に連絡することで特定健診と同じ日に受診することができます。がん検診は、加入している保険にかかわらず、年齢に応じた検診を無料で受診できます。

健(検)診は、自分の健康状態を知る大切な機会です。年1回、必ず受診しましょう。

◆問い合わせ先
健康福祉課 健康支援係
☎45-4532

調理時間
約10分

さっぱり夏野菜の彩りごはん

トマトの酸味とごま油の香りで食欲増進

さっぱりトマトと ふわふわ卵の 簡単お手軽 ランチ

25

材料 (4人分)

ごはん	600g
トマト	1個
長ネギ	1本
キュウリ	2本
モヤシ	1袋
卵	4個
牛乳	大さじ4
ごま油	小さじ4
塩	小さじ1/2
こしょう	少々

作り方

- ① トマトは一口大に切り、長ネギはみじん切りにする。
- ② キュウリは千切り、モヤシは茹で、ごま油小さじ1と塩ひとつまみでそれぞれ下味を付ける。
- ③ 卵に残りの塩、牛乳を加えて混ぜる。
- ④ フライパンにごま油小さじ2を熱し、長ネギを加えて炒める。トマトを入れ、こしょうを振り、③を加えて大きにかき混ぜ、半熟状になったら火を止める。
- ⑤ 器にご飯を盛り、味付けしたキュウリとモヤシを添えて④を盛り付ける。



チャレンジ!!

シリーズ

食育

暑い夏こそ しつかり食べる

●夏バテを予防して元気に過ごす



暑

日は汗をかくことで余分な熱を放出し、体温を一定に保つように、私たちの体には環境の変化に適応して体を常に一定の状態に保つ仕組みがあります。これを担っているのが自律神経です。この自律神経のリズムが、冷房の効いた室内と暑い外気の温度差などで乱れると、疲れがたまる・だるい・食欲がないなどの症状が見られます。

また、夏は汗をたくさんかきますが、汗は体に必要なミネラル分も一緒に排出してしまいうため、かきすぎると体調不良になってしまいます。他にも、暑さで胃腸の消化機能が低下して食欲不振になったり、暑いからと言って冷たい飲み物を飲みすぎたりすると胃腸が冷え、ますます食欲が無くなってしまいます。

夏バテ予防 食生活のポイント

- ・ 一日3食、規則正しく主食、主菜、副菜がそろった食事を心掛けましょう。特に涼しい朝にしっかりと食べる習慣をつけると、1日のリズムをつくる上で効果的です。
- ・ 旬の野菜をたっぷり食べましょう。
- ・ 香辛料や香味野菜、酸味などを使って食欲を増進しましょう。
- ・ 冷たい飲み物と食べ物の取り過ぎに注意しましょう。特にジュースやアイスは糖質の取り過ぎにつながります。のどが渴いたら水を飲みましょう。

トマトやキュウリは生のまま食べるとビタミンCが失われません。夏のビタミンC補給にオススメです。



夏バテ予防のエース！ビタミンB1、ビタミンCが不足しないよう食事の取り方を工夫しましょう。

ビタミンB1 (肉、牛乳、豆類)：糖質を分解してエネルギーに変える働きを持つビタミンです。そうめんやお茶漬けといった簡単な食事や、デザート・ジュースなど糖質の多いものはビタミンB1を消耗し、不足しやすくなります。

ビタミンC (野菜、果物)：皮膚や粘膜の健康を維持する働きがあり、ストレスが多いときに多く消費されます。夏は暑さがストレスになるため、体はビタミンCを多く必要としています。

5地区対抗球技大会

ソフト群岡、バレー野沢が3連覇



7

月5日、5地区対抗球技大会をさゆり公園で開催し、男子はソフトボール、女子は家庭バレーボールで熱戦を繰り広げました。

30歳以上を対象として実施したソフトボールは尾野本、群岡、奥川の3チームが出場し、総当たり戦で試合を行いました。試合は、群岡チームが尾野本、奥川チームをそれぞれ12-10、18-16で下し、見事3連覇を達成しました。

家庭バレーボールは野沢、尾野本、群岡、奥川の4チームが出場し、トーナメント戦で試合を行いました。野沢チームと群岡チームの決勝戦は、群岡チームが第1セットを先取したものの、2、3セットを野沢チームが連取し、逆転で優勝しました。こちらも見事3連覇を達成しました。結果は次のとおりです。

▼ソフトボール

優勝〓群岡 準優勝〓尾野本

▼家庭バレーボール

優勝〓野沢 準優勝〓群岡



▲家庭バレーボール優勝 野沢チーム

▲ソフトボール群岡チームの橋谷田主将が選手宣誓

▲ソフトボール優勝 群岡チーム



町民バトンタッチ

みとめ ゆか
三留 由香さん [西平]

みとめ ゆうこ
三留 優子さん (7月号) からメッセージ

いつもアクティブで尊敬しています！これからもよろしくお願いします。

あなたの趣味は？
スポーツ・読書

特技は？
マラソン・ソフトボール

熱中していることは？
子育て

最近感動したことは？
鼓笛隊で演奏を頑張る子どもの姿に感動しました

自分を一言で表現すると？
世話焼き

あなたのモットーは？
継続は力なり

これからやってみたいことは？
名古屋国際女子マラソンに一度は出てみたい

次の方を紹介してください
S・Sさん (上野尻)

大切なものは？「ソフトボールのグローブとマラソンのシューズは私の大事な相方です」



町民 ギャラリー

まんさく俳句会

[7月例会]

石段や杖になりたり白日傘
夏の空ことばにならぬ友の声
赤翡翠しやうひん確かに聞きし目覚めかな
北窓はいつも飯豊嶺青田風
手捻りのにはか陶芸かたつむり
百姓のひと雨欲しし小玉ねぎ
ばら一輪ばら一輪に朝の雨
くづし字の社の句碑や花あやめ

相原 芳子 (九町内)
斎藤 京子 (上野尻)
佐藤 ミエ子 (一町内)
橋谷 田季美 (一町内)
長谷川 清子 (下小屋)
矢部 弘子 (中町)
和久井 正己 (十町内)
渡部 米子 (三町内)

聞いて！ わたしの夢

ここでは西会津中学校の生徒の皆さんに、自分が思い描く夢や目標を話してもらっています。

今月は卓球部の部長を務める3年・齋藤峻りょうさんです。



わたしの夢——

「僕は、まだ将来の夢がはっきりと決まっていません。でも、車やバイクのエンジンなど、機械に興味があるので、そういったものをつくる職業に就きたいと考えています。目先の目標は、志望高校に合格することです。受験生として今何をすべきかを考えたときに、周りの人たちの頑張りに驚き、自分が何もしていなかったことでとても焦ってしまいました。もっと高校受験を真剣に考え、受験勉強を頑張りたいと思っています」

努力していること——

「学校での学習を家庭学習に生かせるように、一時間一時間の授業を大切にしています。また、長文対策のため本を読むようにしました」

未来の自分に一言——

「大変なときでも諦めず希望を持って頑張ってください。納得できる行動をとってください」

まちの人口 ～7月1日現在～ (前月比)

人口	6,998人	(-6人)
男	3,364人	(-5人)
女	3,634人	(-1人)
世帯	2,751世帯	(+2世帯)

戸籍の窓口 ～6月受付分～ (敬称略)

お誕生おめでとう

加藤 未^み来^くちゃん 賢一・悦子 6町内
白岩 大^ま和^とくん 道晃・純子 芝草

ご結婚おめでとう

高橋 一起 5町内
磯部 可奈 7町内

お悔やみ申し上げます

渡部 三四士 (70) 淳一 父 芝草
山形 榮司 (79) 貞子 夫 徳沢
佐藤 トク (101) 信光 母 白坂
橋谷田 英子 (94) 敬三 母 漆窪
井上 祐悦 (69) 智恵子 夫 漆道
猪俣 一夫 (84) 及川俊子 弟 小山

町議会
臨時会
報告

7月9日と17日に臨時会が開かれ、次の議案が原案のとおり可決されました。

◆平成27年度町一般会計補正予算(第2次)＝地域連携販売力強化施設へのバイオマスボイラー設置に要する費用など2千190万円を増額(9日可決)

◆財産の取得＝ケーブルテレビ施設文字放送・緊急L字放送設備購入および認定こども園新築事業に係る用地の取得(9日可決)

◆監査委員の選任＝議会議員選任の監査委員小柴敬さんの選任に同意(9日可決)

◆地域連携販売力強化施設整備工事請負契約の変更契約＝地盤改良などの追加工事が必要となったため工事請負金額を増額(17日可決)

鈴木弘さん「瑞宝単光章」受章



鈴木弘さん(下野尻)が春の叙勲で瑞宝単光章を受章し、7月3日、伝達式が町役場で行われました。式では、伊藤町長が立ち会いのもと、鏡敬文会津地方振興局長が鈴木さんに勲記と勲章を伝達しました。

鈴木さんは、昭和36年に消防団に入団し、以来37年の長きにわたり消防人として町民の皆さんの安全・安心の確保に尽力してきました。平成4年から6年間は第3分団長を務め、団員の消防技術向上をはじめ組織強化などに貢献しました。[写真＝右から伊藤町長、鈴木弘さん、妻の和子さん、鏡敬文会津地方振興局長]

Thank you

エレン
Ellenさん

平成25年8月から外国語指導助手として町の語学教育の推進や国際交流活動に力を尽したエレン・ハントリー(Ellen Huntley)さんが、任期を満了し退任することとなりました。

町では、7月16日にエレンさんの送別会を町公民館で開催し、別れを惜しむとともに新たな活躍の場への旅立ちを祝福しました。エレンさんは、「たくさんのやさしい人たちに出会うことができ、とてもうれしく思っています。西会津町での経験を生かし、韓国でも頑張っていきます」と謝辞を述べました。今後は韓国の水原(スウォン)大学に就職し、教壇に立つことになっています。



以下は広告です。内容については、広告主へお問い合わせください。

有料広告を募集しています

紙面に掲載する有料広告を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

- ◆大きさ 1枠当たり縦4.0cm×横8.5cm
- ◆掲載料 1枠当たり5,000円/月

【問い合わせ先】

企画情報課・情報政策係 ☎45-4536

第53回いいでの集いから

7月24日から26日の日程で開催された第53回いいでの集いには、町内や県内のほか、奈良、京都、大阪や北海道などから約50名の登山愛好者が参加しました。参加者の皆さんは、登山を通して飯豊連峰の豊かな自然美を探勝するとともに、参加者同士の交流を深めました。



[写真]①参加者全員での記念撮影／②③④親睦を深める参加者／⑤ニッコウキスゲ／⑥オトメユリ／⑦ハクサンコザクラ／⑧クルマユリ／⑨ゴゼンタチバナ／⑩シラネアオイ／⑪チングルマ／⑫ミツバノバイカオウレン／⑬宿泊した切合小屋の管理人長谷川伸平さん(左)と佐藤正弘さん(右)／⑭救急警備のため参加し、持ち前の明るさで場を盛り上げた増子祐哉巡查／⑮飯豊本山を目指す参加者／⑯濃い霧と強風吹きすさぶ中、飯豊の難所「御秘所」を力強く進む参加者／⑰登山道から望む飯豊連峰／⑱参加者の投票で選ばれた「いいでの王様」笹川満さん(右)と「いいでの女王」岩下愛さん(左)／⑲はるばる賞に選ばれた北海道旭川市からの参加者藤沢美代子さん(左)と古川信江さん(右)／⑳下山した参加者になめこ汁を振る舞う弥平四郎集落の皆さん

今月の表紙

3日目にしようやく絶好の登山日和となり、切合小屋を後に下山する皆さん。今回のいいでの集いは悪天候のため本山小屋までとなりましたが、飯豊の自然は行きと帰りで全く違う顔を見せ、参加者は、「飯豊が来年も来てほしいと言っているようだ」と早くも決意を新たにしていました。

