

にしあいつ



サクラ咲いた、笑顔ほころぶ

P.2～3 特集 続・若者まちづくり

プロジェクトの取り組み

P.4～5 ほかほか春爛漫。

隠れたお花見スポットを探す

P.6～9 平成26年度 予算

続・若者まちづくり

プロジェクトの取り組み

特集

町内の若者がアイデアを出し合い、地域活性化に向けた事業を企画、実践する「若者まちづくりプロジェクト会議」。町では内容をリニューアルし、今年度は「起業へ向けた実践コース」、「町を盛り上げる入門コース」の2コースで活動が展開されます。今月は4月号に引き続き、これまでのプロジェクトの取り組みについて、「イベント」、「観光」のグループで活動した2人に取材しました。

interview 1

日常の何気ない素材を生かした イベントで、西会津の魅力を高め、 多くの人に知ってもらえる町に

最終的には、若者受けする「かき氷」と、旬の地元の野菜を活用するという理由で「大根おろし」に決定し、町のイベントの中で開催することにしました。

メンバーが集まって打ち合わせを重ねましたが、何も決まらないことが幾度もあり、イベント内容を決めるまでには時間がかかりました。また、県外在住のグループリーダー・荒海正人さんとテレビ電話で打ち合わせをしたこともありました。

西会津といえは「これ」というもの、また、季節ごとのさまざまなイベント案を出し合い、最終的には、若者受けする「かき氷」と、旬の地元の野菜を活用するという理由で「大根おろし」に決定し、町のイベントの中で開催することにしました。

何度も打ち合わせを繰り返すうちにメンバーの団結力が高まり、イベント参加者をはじめ、いろいろな人との出会いもありました。活動を通して、見方によって日常の何気ない素材が観光資源になること、当たり前すぎて、そうした資源が生かされていくことに気付き、同時に、やれば実現できることを実感しました。今後もプロジェクト会議に参加し、西会津の魅力を高めるような活動を続けていきたいと思っています。

少

子高齢化が進んで若者が少なくなる中で、私たちが若者らしいイベントを企画・運営することで地域に変革を起こしたい、という思いでイベントグループは活動してきました。具体的には、西会津雪国まつりで「かき氷早食い選手権」を、西会津ふるさとまつりでは「すりすりんびつく（大根をすりおろし早食いを競う）」をそれぞれ初めて開催しました。

き氷」と、旬の地元の野菜を活用するという理由で「大根おろし」に決定し、町のイベントの中で開催することにしました。

ほとんどのメンバーにとってイベントの開催は初めてで、試行錯誤しながら準備を進めました。参加者を集めるため、柳津町の冬まつりでPR活動を行いました。



齋藤 えりかさん[芝草]

さいとう・えりか



平成25年2月の西会津雪国まつりで初めて開催した「真冬に熱闘！かき氷早食い選手権」では、20名の参加者が、雪が降りしきる中、震えながらかき氷を口に運んで競い合い、雪国まつりは盛り上がりました。



大森 茂樹さん〔磐梯町〕

おおもり・しげき

interview 2

自然、食、歴史、文化、人、暮らし さまざまな資源をフル活用し、 西会津を元気にする

町

を活性化し、元気にしたい、そのために交流人口を増やす観光について考え、西会津が誇る自然や食などの資源を使ったモニターツアーを企画・実施し、誘客につなげようと観光グループは活動してきました。

ツアーに参加できる対象は、消費をけん引する活動的、行動的な女性とし、観光から移住、定住に結び付くよう町の魅力をしっかり伝えることを意識しました。ツアーの名称は、ターゲットを女性にしたことから「ヘルシー&ビューティー女子旅まるごと西会津ツアー」に決定しました。

内容を考える上では、体験や地域のひととの触れ合いを重視しました。参加者は初日、ブルーベリーの収穫体験、栄川酒造の見学、さらに、そば打ちなどを

体験し、女性が営む農家民宿に宿泊しました。翌日は、草木の繊維を使った自然織りを体験した後、国際芸術村に1日限定でオープンした出張イタリアンレストランで、ぜひたくに西会津の食材を味わいました。

これら盛りだくさんのプログラムは、何度も打ち合わせを行い、観光資源を活用した体験メニューのアイデアを出し合い、女性の視点で組み立てました。新聞やフェイスブックで参加者を募集した結果、すぐに定員に達し、郡山市、福島市、会津地域から幅広い年代の20人が参加しました。

ツアー当日は2日間ともグループのメンバーがスタッフになり、添乗員、ガイド役、各種体験活動の補助役などをこなし、自ら観光の実践者としてかわりました。

自分のアイデアを商品化したツアーを実施し、自ら参加者をもてなすことでメンバーは人とのつながりと達成感を得ました。このように若者が自主的に町の将来を考え活動する取り組みは、ほかの地域には無く素晴らしいと感じます。今回のツアーでは何より地元の良さ、国際芸術村の可能性を再認識しました。ツアー後、再び国際芸術村を訪れた参加者がいて、西会津のファンになってもらえたようです。

観光グループでは、このほか、町の観光、若者まちづくりプロジェクトをPRするため、女性が旅する西会津をテーマに15秒のテレビCMをつくり、KFBふくしまの元気応援CM大賞に応募しました。

西会津町には、まだまだ隠れた観光資源、宝物があります。また、本物の田舎暮らしが残っています。さらに、磐越自動車道のアクセスの良さにも高い可能性があります。今回のモニターツアーを、本ツアーにもっていきけるように、もっと内容を練り上げ、そして、多くの人に訪れてもらい、地域のひとと交流してもらおうことによって地域が元気になり、やがて、訪れる人たちが町に移住するようになっています。

女子旅まるごと西会津ツアー2日目、参加者は、国際芸術村に1日限定でオープンした出張イタリアンレストランで西会津の食材の味を堪能しました（平成25年6月）。



ぽかぽか春爛漫。 隠れた お花見スポットを 探す

厳しく長い冬を乗り越え、ようやく穏やかな季節を迎えました。

春を鮮やかに彩り、人々の目を楽しませ、心を和ませる桜は、古くから日本人にとって特別な花です。

桜といえばソメイヨシノですが、日本にはヤマザクラ(山桜)、エドヒガン(江戸彼岸)など9種を基本に、変種を合わせると100以上の品種が自生するといわれています。

開花時期は品種によってさまざま、早春に咲く寒桜系から、ソメイヨシノなどの彼岸系、八重桜、晩春に咲く菊桜という順に楽しむことができます。開花時期は標高によっても差があり、標高が100以上上がるごとに2、3日遅れて咲きます。桜前線が日本列島を北上し、本町で





▲野沢・下條の普賢象桜^{ふげんぞう} [町指定重要文化財・天然記念物]。品種はエドヒガンで、樹幹空洞部に白キツネが生息していたと言い伝えられる。推定樹齢は約500年。住民から「化け桜」「千歳桜」と称される会津でも有数の老巨木。



▲山田川沿線の桜並木(山浦)。平成9年に高揚塾が奥川に千本の桜を植えようと、希望集落に桜の苗を配ったことをきっかけに、山浦集落では独自に桜の里山づくりを進め、現在、約100本の桜が山田川沿いをピンクに染める。
[写真提供=三瓶純一さん(山浦)]



▲群岡・石割桜(群岡字立石の新堤手前に自生)。その名のとおり石を割って幹が生え出ているように見える。
[写真提供=小川光さん]



写真=上野尻発電所上流の桜並木 [平成21年4月18日撮影、齋藤善行さん(上野尻)提供]



は例年4月下旬ごろから見ごろを迎えます。

県内には三春の滝桜、福島の花見山などの名所がありますが、町内にも人々を魅了する花見スポットがあります。上野尻発電所周辺、さゆり公園、山田川沿線(山浦)、丸山公園(中ノ沢)などです。満開から1週間程度と開花期間が短く、はかない桜ですが、これらのスポットは地元の人たちなどの手で守られてきました。

このほかにも地元の皆さんしか知らない隠れた桜、ビュースポットがあると思います。今年はそのような穴場スポットを探してみたいかがでしょうか。そしてぜひ町にお知らせください。

広報5月号を作成している4月16日の時点では、まだ桜は咲き始めだったため、今年の満開の様子を掲載できませんでした。

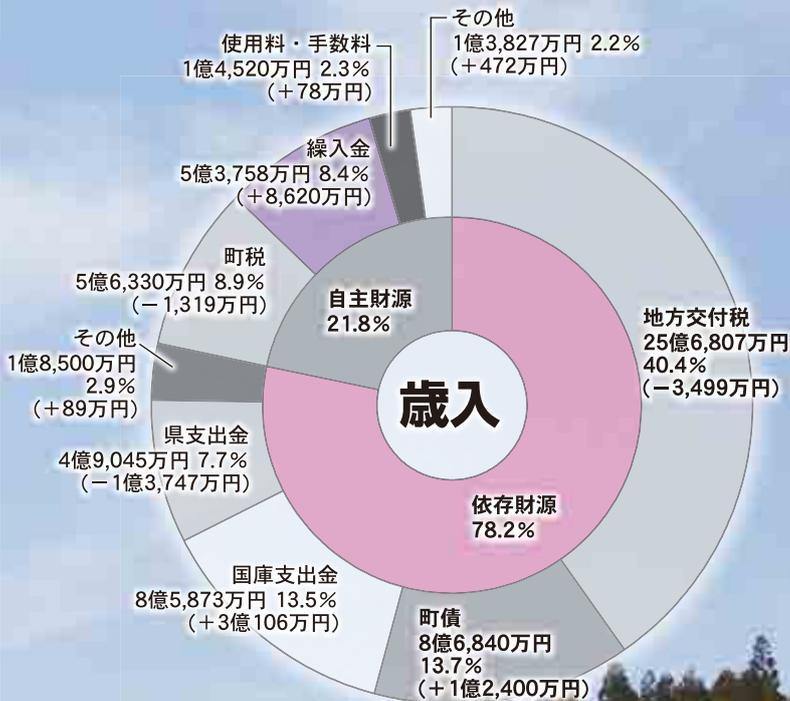
平成26年度

予算

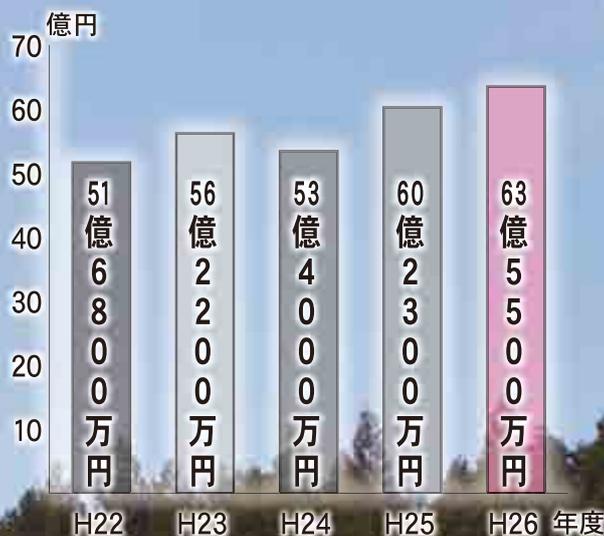
「みんなの声が響くまち」の実現に向け

重点目標

- ① 地域経済の活性化
- ② 教育の振興と人材の育成
- ③ 健康づくりと安全・安心



一般会計当初予算額の推移



※歳入、歳出とも%は総額に占める割合、()は対前年度増減額

国の動き

政府は、東日本大震災からの復興・再生、東京電力福島第一原子力発電所事故による風評被害の払拭などを最優先としつつ、強い経済の再生なくして財政再建はないとの認識のもと、早期のデフレ脱却による強い経済の実現を目指しています。また政府は、経済の再生により社会保障の財源確保が可能であると判断し、4月1日から消費税を5割から8割に引き上げました。

成に向け本格的な段階に入ることから、健全な財政運営を行うため、中長期的な財政計画を策定し、財源の重点的、効果的な配分に努めるとともに、国、県の予算編成や税制改正などの動向を注視しながら情報を収集し、「みんなの声が響くまち」を基本とした町総合計画に掲げる「こころ豊かな人を育むまちづくり」、「豊かで魅力あるまちづくり」、「人と自然にやさしいまちづくり」、さらに、「町の憲法である「まちづくり基本条例」が目指す協働によるまちづくりの実現に向け、引き続き安定した持続可能な行財政運営の構築を目指す方針で予算編成を行いました。

重点目標

平成26年度も前年度同様、常に町民の皆さんの視点に立って、「住んでみたい、行ってみたい町へ」の基本的な考え方のもと、定住促進と交流人口の拡大を総合的かつ強力に推進し、町勢が一層伸展するよう、特に、「地域経済の活性化」、「教育の振興と人材の育成」、「健康づくりと安全・安心の推進」の3点を重点目標にしています。

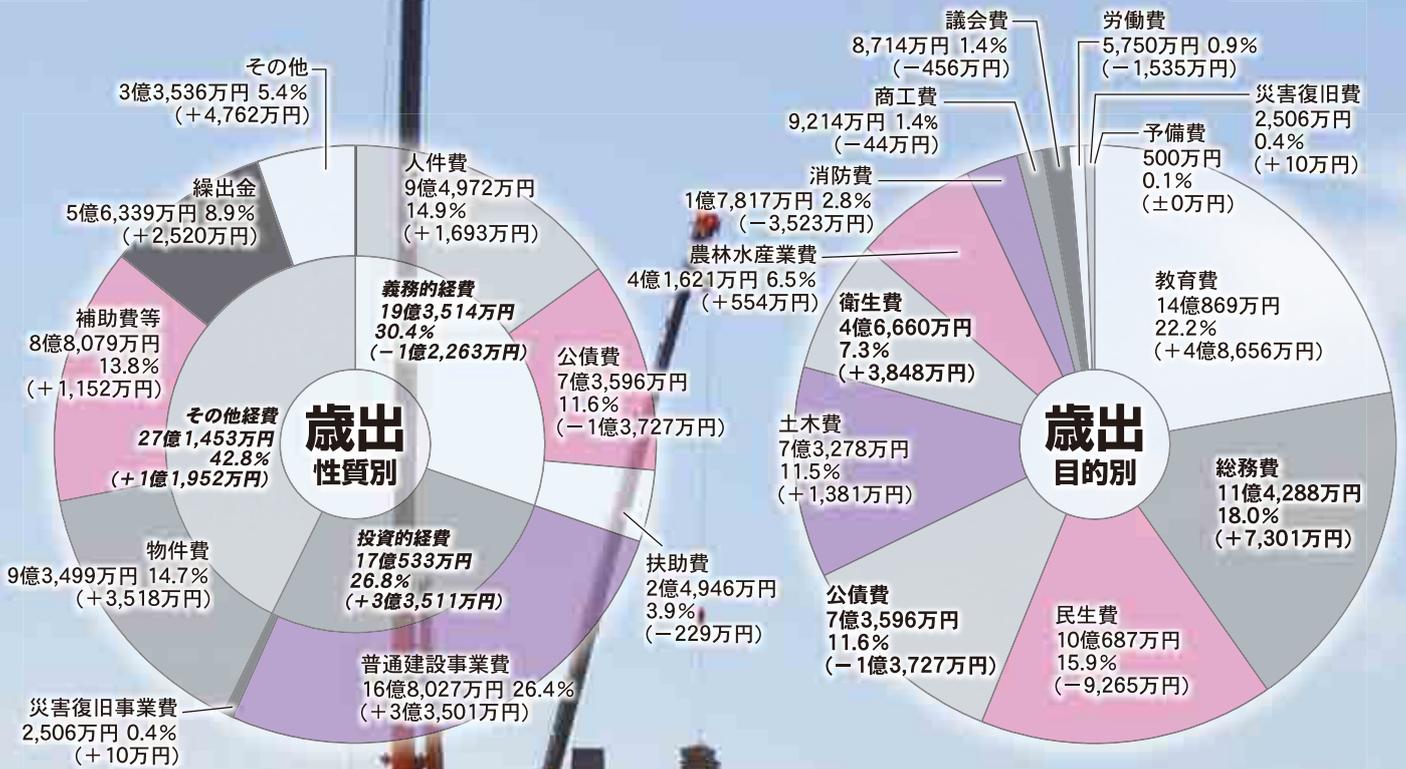
町の予算編成方針

町では、平成26年度の予算編成にあたり、復興・再生に向けた事業はもとより、大規模な西会津小学校新校舎建築工事が完

一般会計 63億5500万円

町では、町総合計画の基本理念「みんなの声が響くまち」に基づく、①こころ豊かな人を育むまちづくり、②豊かで魅力あるまちづくり、③人と自然にやさしいまちづくりの3つの柱に沿って計画的に事業を進めています。

この総合計画に基づき編成した平成26年度一般会計当初予算の総額は、63億5500万円で過去最大の予算額になりました。今月号では平成26年度予算の概要についてお知らせします。



用語解説

一般会計：福祉や教育、土木などの一般的な事業を行うための町の基本になる会計。
依存財源：国や県などから交付されるお金。
自主財源：町が自ら収入することができるお金。
地方交付税：一定水準の行政サービスができるよう町の財政状況に応じて国から交付されるお金。
町債：道路の改良や施設の整備などを行う場合、その資金として借り入れたり、地方交付税の代わりに不足財源を補うため借入るお金。

繰入金：基金(積立金)や特別会計から入るお金。
公債費：道路改良や施設整備などを行う際に借りたお金の返済金。
人件費：町長をはじめ職員員の給料・手当、議会議員や各種審議会委員の報酬など。
扶助費：児童手当や障がい者支援費など児童や高齢者、障がい者福祉に要するお金。
普通建設事業費：道路の改良や施設整備、高価な備品購入に要するお金。
物件費：消耗品の購入費や委託料、旅費など。
補助費等：負担金や補助金など町が交付するお金。
繰出金：基金(積立金)や特別会計に入れるお金。

主な事業

平成26年度の大規模な事業は、西会津小学校の新校舎建築工事や明神橋の耐震補強工事などです。また今年度は、町制施行60周年を迎えるため、記念事業の実施、さらに町総合計画の後期基本計画の策定に取り組みしていきます。

地域経済の活性化では、ミネラル農産物の生産拡大、道の駅に整備する販売力強化施設の実設計、企業誘致戦略の策定に取り組みします。

教育の振興と人材の育成では、子育て支援の拠点となる新たな施設整備に向け平成26年度中に

施設の基本設計を行うほか、不妊・不育治療費を助成する「このとりサポート事業」を実施します。このほかの主な事業は次ページのとおりです。

特別会計等

町では一般会計のほか、11の特別会計等で事業を行っています。その予算の総額は32億6千11万円となりました。特別会計等では、上下水道の整備や運営をはじめ、後期高齢者医療、国民健康保険、介護保険などの運営を行い、町民の皆さんの快適な暮らしや健康を守っていきます。(会計ごとの予算額は9ページに掲載)

主 業
な 事

※【新】は平成26年度新規事業

こころ豊かな人を育むまちづくり 教育の振興と人材の育成	
保育所運営事業	1億6,051万円
保育施設整備基本設計	1,000万円
出産祝金(第3子以降)	290万円
放課後児童クラブ事業(ひだまりこどもクラブ)	819万円
子育て医療費サポート事業(18歳までの医療費無料化)	2,130万円
乳幼児家庭子育て応援金(2歳までの幼児を家庭で保育する保護者に月額1万円を支給)	720万円
【新】こうのとりのサポート事業(不妊・不育治療費を助成)	132万円
給食センター厨房機器購入	1,404万円
西会津小学校 校舎新築事業(平成26年度完成)	7億8,642万円
【新】西会津小学校 太陽光発電設備設置	3,976万円
【新】西会津小学校 バイオマスボイラー設置	6,034万円
【新】西会津小学校 グラウンド・ピオトープ整備	3,240万円
【新】西会津小学校 外構整備(周辺環境等整備)	7,942万円
【新】西会津小学校 備品整備	2,000万円
スポーツ大会参加補助金(ふくしま駅伝・市町村対抗野球等)	267万円



▲新校舎の完成を待ち望む西会津小児童

豊かで魅力あるまちづくり 地域経済の活性化	
新規就農者あんしんサポート事業	84万円
新規就農者ステップアップ支援事業(経営安定支援)	761万円
園芸ハウス(7棟)・菌床栽培用ハウス(ボイラー4台)整備	2,500万円
農林産物等加工施設整備(設備機械設置)	200万円
【新】ミネラル栽培農産物生産拡大事業(調査・分析、機械等導入、生産拡大補助金等)	373万円
【新】広葉樹林再生事業	1,400万円
【新】観光協会補助金(新たな観光協会の育成支援)	650万円
【新】企業誘致戦略計画策定	330万円
活力ある地域づくり支援事業(地域づくり・地域おこし団体の支援)	300万円
「こゆりちゃん」を活用した町イメージアップ事業	134万円
銚子の口整備事業(公衆トイレ整備)	613万円
【新】観光パンフレット作成事業	184万円
地域おこし協力隊配置事業(3名配置)	1,024万円
定住住宅整備費補助金(45歳未満の若者、町への移住者に対する住宅支援、住宅団地購入費支援)	1,150万円
携帯電話鉄塔整備(杉山地区)	1,408万円



▲冬も菌床栽培を行うハウス(柴崎)



▲橋屋そば祭り実行委員会が昨年初めて開催した「そばの花ウォーキング」

町民1人当たりの支出額 一般会計予算

※平成26年4月1日現在の住民基本台帳人口7,219人を基に算出

教育費		総務費		民生費		公債費		土木費	
195,137円		158,315円		139,475円		101,948円		101,507円	
	小中学校、給食センター、公民館などに要する経費		役場の維持管理、選挙、ケーブルテレビ、温泉施設などに要する経費		高齢者・障がい者・児童などの福祉全般に要する経費		借入金(町債)の返済に要する経費		道路整備や除雪、町営住宅管理などに要する経費
衛生費		農林水産業費		消防費		商工費		議会費	
64,634円		57,655円		24,681円		12,763円		12,071円	
	予防接種や検診、ごみ処理、環境対策に要する経費		農林業の振興、基盤整備に要する経費		喜多方広域消防や消防団、消防施設に要する経費		商工業の振興や観光事業に要する経費		議会運営に要する経費



▲健康がいちばん! 2013inにしあいつ



▲奥川地区ミニデイサービス事業



▲予約に応じて運行するデマンドバス



▲昨年度の町道下野尻端村線・舗装工事

人と自然にやさしいまちづくり 健康づくりと安全・安心	
健康がいちばん推進事業(食と運動と検診の普及・啓発)	526万円
各種検診事業(胃がん・子宮がん・乳がん・肺がん・大腸がん検診、基本健診、特定健診)	2,078万円
インフルエンザワクチン接種事業(65歳以上高齢者費用助成)	988万円
小児用肺炎球菌等ワクチン接種事業(子宮頸がん・ヒブ、小児用肺炎球菌ワクチン)	543万円
4種混合ワクチン接種事業(ジフテリア・破傷風・百日咳・ポリオワクチン)	351万円
精神保健事業(精神デイケア・にこにこサロン相談所運営)	282万円
高齢者の生きがい対策事業(老人クラブ・高齢者スポーツ活動支援)	519万円
地域ふれあいセンター運営事業	1,043万円
集落支援員配置事業(2名配置)	375万円
【新】 コミュニティー育成事業(自治区が維持管理する街路灯・防犯灯のLED化補助)	116万円
町民バス車両整備(15人乗り1台更新)	473万円
町民バス運行事業(デマンドバス・路線バス運行費)	8,736万円
町道野沢柴崎線道路整備事業(3号橋下部工工事)	1億1,000万円
町道漆窪線道路整備事業(改良舗装)	5,500万円
町道寺ノ上線道路整備事業(改良舗装)	2,500万円
町道真ヶ沢3号線道路整備事業(用地補償・改良舗装)	3,000万円
【新】 町道小学校線道路整備事業(改良舗装)	1,400万円
町道下條線(支線)道路整備事業(改良舗装)	1,000万円
林道岩井沢橋ノ木平線開設事業	2,107万円
【新】 林道泥浮山線改良事業	1,200万円
町道明神橋線耐震補強工事(明神橋)	1億50万円
簡易水道施設整備事業補助金(下安座・屋敷集落営簡易水道整備)	1,963万円
原町ポケットパーク整備事業(物件調査・用地補償)	3,125万円
町内観光案内サイン設置事業	155万円
計画の推進 効率的・効果的な行政の推進と健全財政	
【新】 西会津町総合計画・基本計画(後期)策定	100万円
庁舎整備基金への積み立て(役場新庁舎整備に向けた基金[預金]への積み立て)	1億円
【新】 役場新庁舎整備事業(移転する新庁舎の実施設計)	3,000万円

特別会計

保険料や使用料などの特定の収入がある会計で、収入の使い道が決まっている会計など

特別会計名	予算額	前年度比
工業団地造成事業	8,868万円	0.0%
商業団地造成事業	1,301万円	0.0%
住宅団地造成事業	1,227万円	△12.8%
下水道施設事業	2億760万円	△3.5%
農業集落排水処理事業	1億1,097万円	5.0%

特別会計名	予算額	前年度比
個別排水処理事業	5,453万円	△3.4%
後期高齢者医療	1億202万円	△0.9%
国民健康	9億5,211万円	△7.8%
事業勘定		
保険	2億7,191万円	△6.5%
診療施設勘定		
介護保険	11億433万円	10.7%
簡易水道等事業	8,305万円	△15.2%
水道事業	1億5,997万円	8.3%
収益的収支		
会計	9,966万円	8.1%
資本的収支		

ミネラル野菜普及会に「豊かなむらづくり顕彰」

県、福島民友新聞社が、むらづくりや農業生産活動の実践で優れた団体をたたえる今年度の「豊かなむらづくり顕彰」で、にしあいづ健康ミネラル野菜普及会(武藤佐代子会長、会員59名)が、むらづくり部門に輝きました。同普及会は平成12年に設立以来、健康な土づくりによるミネラル豊富な野菜栽培の普及拡大、野菜のブランド化、健康のまちづくりへの協力、給食食材供給による食育などに取り組んできました。こうした実績が高く評価され、「豊かなむらづくり全国表彰」への推薦も決まりました。表彰式は3月26日に福島市で行われ、同日、武藤会長(写真左から3人目)らが町役場を訪れ伊藤町長に受賞を報告しました。



橋屋橋建設工事の安全を祈願

3月25日、町道野沢柴崎線「橋屋橋建設工事」の安全祈願祭・起工式が現地で行われ、伊藤町長や関係者が鍬入れを行い工事の安全を祈願しました。

現橋屋橋の上流側に新たに建設される橋屋橋は、橋長185m、幅員が車道6m、歩道1.5mで、本建設工事では河川中央部に橋脚1基、野沢側の陸地に橋台1基が約3億8千万円で整備されます。工事は、町の財政状況や高度な施工技術が必要になることから福島県が代行して実施します。起工式では伊藤町長が「利便性の向上、町民生活の安全安心確保のため一日も早い完成を願います」とあいさつしました。

災害時の物資供給に関する協定を締結

町とNPO法人コメリ災害対策センター(新潟市、捧賢一理事長)の「災害時における物資供給に関する協定」締結式が3月28日、町役場で行われました。この協定は、地震、風水害などの大規模災害時に、町が必要な物資を迅速かつ円滑に確保することを目的に結びました。協定締結によりコメリ災害対策センターは、日用品をはじめ、作業用具、飲料水、冷暖房機器などの支援物資を町の要請に基づき避難所などに優先して供給します。

締結式では伊藤町長と株式会社コメリ福島地区本部の二宮茂実ゾーンマネジャー(写真右)が調印し協定書を交わしました。



西平公衆トイレの完成を祝う

昨年10月から建築工事を進めてきた西平公衆トイレが3月25日に完成し、関係者がテープカットを行い待望の落成を祝いました。

町では、年間およそ7万人が訪れる如法寺鳥追観音の駐車場の公衆トイレを今年度、総事業費2,075万円で新築し建て替えました。

式では伊藤町長が「本格的な観光シーズン前に完成し、交流人口の拡大に大いに寄与するものと期待します」とあいさつしました。武藤道廣町議会議長、西平、四岐両自治区長、地権者、工事関係者、地元の皆さんが出席しました。

さらに減塩、健康寿命を伸ばす

「食生活改善」と「食育」を一体的に推進

町では、早くから「食」の重要性に着目し、食生活の改善に積極的に取り組んできました。これまで食生活改善推進員養成講座を修了した方は303名に上ります。

町では今年度、52名の皆さんを食生活改善推進員に委嘱し、食生活の改善と食育を一体的に推進していきます。

食生活改善の重点は「減塩」

町の1日当たりの食塩摂取量は、平成5年には13・6gでしたが、平成20年には10・1gまで減少しました。

現在、国が目指す1日当たり塩分摂取量の目標は、男性が9・0g未満、女性は7・5g未満とされています。

福島県の食塩摂取量は、男性が全国で3番目に多く、女性は全国で2番目に多い状況です。

また、平成22年の福島県の死因別死亡率では男女ともに急性心筋梗塞が全国ワースト1位という残念な結果になっています。

町では今年度、高血圧などの生活習慣病予防に向けて、原点に立ち返り、国が示す目標に向かって一層の「減塩運動」に取り組んでいきます。

食育の推進目標

町が平成24年3月に策定した食育推進計画の具体的な推進目標は、次のとおりです。

- ① よくかんで味わって食べる
 - ② 毎日、朝食を取る
 - ③ 家族で食べる「共食」の機会を増やす
 - ④ 地元でとれる食材を食べる
 - ⑤ 主食、主菜、副菜をそろえる
- 生きる上で基本となる「食」についてみんな考え、楽しく料理したり、食べたりして食を大切にする心を育んでいきます。



食への関心を高めるための親子料理教室

国分まゆみさん 海月輝さん [西林東]

作る、食べる楽しさを体験し学ぶ

参加した国分さんから「普段、家では作らない、炊き込みご飯やスープなどの作り方を学びました。食生活改善推進員さんに手伝ってもらいながら、毎日の家事とは違ってとても楽しく調理できました。時間を見つけて、また親子で楽しく、ゆっくり料理を作りたいと思いました。」
旬の食材や町の特産品を使ったメニューをもっと習いたいの機会があったら、また教室に参加したいです。

野沢原町しあわせクラブ

生涯現役、骨を強くする献立に挑戦

野沢原町しあわせクラブ（老人クラブ）を対象にした料理教室（写真下）では、カルシウムを強化するため、酢飯にスキムミルク、チーズ、しらすを加えた「変わりいなりずし」と牛乳を入れた「みそ味スープ」などを作りました。
参加者の皆さんは、食生活改善推進員さんのサポートを受けながら作り方を学び、楽しく調理した後、会食しました。

すごいな！むし歯のない子

3月26日、3歳児4名を対象に健康診査を行った結果、むし歯のない子は3名でした。



結城 美空ちゃん
(下野尻)



目黒 心温くん
(牛尾)



南 こなつちゃん
(8町内)



野沢原町しあわせクラブの料理教室

※すべて材料は2人分

子どもも
大人も
うれしい
彩り弁当

10

鶏肉のみそ味つくね 材料：鶏ひき肉(80g)、玉ネギみじん切り(小さじ2)、みそ(小さじ½)、かたくり粉(小さじ1)、塩・こしょう(各少々)、油(適量) 作り方①油以外の材料を混ぜ合わせ、4等分に分けて小判形にする。②フライパンに油を熱し①の両面を焼いて火を通す。

しらすとチーズ入り卵焼き 材料：卵(1個)、しらす・粉チーズ(各小さじ1)、油(適量) 作り方①油以外の材料を混ぜる。②卵焼き器に油を熱し、①の半分を入れ、半熟になったら残りを入れて巻く。

アスパラと舞茸のごまあえ 材料：アスパラ(100g)、舞茸(20g)、しょうゆ(小さじ1)、白ごま(大さじ1) 作り方①アスパラ、舞茸をゆでる。②アスパラは斜め薄切り、舞茸は小房にする。③しょうゆをかけて、ごまであえる。

春キャベツと桜エビの煮浸し 材料：キャベツ(100g)、桜エビ(5g)、酒・しょうゆ(各小さじ1) 作り方①キャベツを一口大に切る。②鍋にキャベツ、桜エビ、酒を入れ弱火で煮て、しょうゆで味を調える。



チャレンジ!!

シリーズ

食育

● 昼食も主食、主菜、副菜をしっかりとそろえる
おかずのバリエーションを増やし、彩り弁当で新生活!



食材	緑色の野菜=ブロッコリー、アスパラガス、小松菜、ホウレン草、ピーマン、インゲン、オクラ、キャベツなど	彩り野菜=にんじん、パプリカ、トマト、かぼちゃ、コーンなど	きのこ・海藻=しめじ、舞茸、シイタケ、わかめなど
調理方法			
いためる	うま味食材の組み合わせ=ハム、じゃこ、ちくわ、ツナなど 油を工夫=ごま油、オリーブオイル、えごま油、バターなど 調味料を工夫=こしょう、オイスターソース、カレー粉など		
あえる	ごま、おおかか、ピーナツ、のり、ナメタケ、わさび・からし・しょうがじょうゆ、梅肉など		
煮る	しょうゆ、みそ、豆板醤、トマトケチャップ、ソース、かつお節		

右表を参考に、さまざまな食材、調理方法を組み合わせ、また、味付けの変化により副菜のバリエーションを増やして彩り、栄養をアップさせましょう。

仕

事の合間だからといって、昼食を短時間で、また、残り物などで簡単に済ませてしまっている。そんな。そのような昼食では栄養バランスが心配です。「弁当箱」を上手に使う。バランスのよい昼食に変え、新生活を始めましょう。

弁当づくり入門

1 弁当箱のサイズ

食べる人の体格や運動量などに応じて弁当箱の大きさを決めます。箱の裏面などに容量が表示されていますので参考にしてください。

- 幼児 ≡ 300 ～ 400 ml
- 小学校低学年 ≡ 500 ～ 600 ml
- 小学校高学年 ≡ 600 ～ 700 ml
- 中学生 ～ 大人 ≡ 700 ～ 800 ml

2 バランスのよい弁当の作り方

弁当箱の面積を6等分にして、主食が3、主菜1、副菜2の割合で詰めると栄養や味、彩りのバランスがよくなります。

3 弁当に向く「おかず」

汁気が出ないものであれば、何でも、おかずにできます。調理方法が重複しないように、また、油脂や塩分の多い料理は、それぞれ一品までにすることも大切です。

平成26年度 講座・教室紹介

平成26年度は下表の講座や教室の開催を予定しています。詳しい内容や申し込み手続きについては、配布済み、または今後、自治区長経由などで配布されるチラシをご覧ください。多数の皆さんの参加をお待ちしています。 【問い合わせ先】 町公民館 ☎45-3244



出前講座「カローリング教室」



さゆり中学「歴史教室」



放課後子ども教室「ハイキング」

講座（教室）名	対 象	実施時期 (予 定)	会 場	内 容
放課後子ども教室	小学生	5月～3月	西会津小学校など	放課後や休日に地域の皆さんの協力のもと体験活動を行う
キッズランニングクラブ	小学4～6年生	4月～3月	さゆり公園など	月2回程度、土曜日にランニングの指導を行い、近隣市町村で開催されるマラソン大会に参加する
英会話教室	小学生以上	6月～3月	町公民館	町外国語指導助手が講師になり、小学生、初級、中級に分かれて日常英会話を学習する
女性講座	18歳以上の女性	5月～2月	町公民館など	歴史、自然、芸術、文化など幅広い分野の学習や軽スポーツを行う
ほっとLife	おおむね50歳までの女性	6月～12月	町公民館など	スキンケア、料理、軽スポーツなど癒やしとなる体験活動を行う
ヨガ教室	15歳以上	5月～12月	町公民館	月2回、ヨガを行う
はつらつスポーツ講座	60歳以上	5月～2月	町公民館など	カローリング、カーリンコン、グラウンドゴルフなどの軽スポーツを行う
さゆり中学	18歳以上	6月～12月	国際芸術村など	主に町在住の方が講師になり、歴史、自然、芸術、文化などを学ぶ
さゆり短大	さゆり中学の卒業生	5月～3月	国際芸術村など	さゆり中学と同様の分野で、参加者が自ら学習方法・内容を考え学ぶ
町史を読む	18歳以上	6月～2月	町公民館	町史を読み、町の歴史を学習（中、上級者向け）
出前講座	自治区・老人クラブなどの団体等	4月～3月	自治区集会所など	団体やグループの要望により、歴史、自然、芸術、文化、スポーツなどの教室を行う



町民バトンタッチ

いし かわ たけし
石川 健さん [榎木平]

さとう まこと
佐藤 誠さん (4月号から) メッセージ

消防の訓練があり大変ですが、今年こそは海キャンプに行きましょう。

あなたの趣味は？

腕時計コレクション

特技は？

暗記すること

最近感動したことは？

ブルーインパルスの航空ショーを見て感動

自分を一言で表現するとしたら？

負けず嫌い

熱中していることは？

筋トレ

あなたのモットーは？

誠実

これからやってみたいことは？

いろいろな資格の取得にチャレンジしたい

次の方を紹介してください

K・Sさん (上野尻)

大切なものは？
『腕時計です。コレクションの一つで大事にしています』



町民 ギャラリー

まんさく俳句会

(3月定例会)

村人の声に目覚める朝寝かな	独活和への香り大事に噛みしめる	うたたねの手足のしびれ春の宵	春の宵遺影の兄に話かく	暖かや袖たくしあぐ割烹着
矢部 征男(松峯)	三留 正春(六町内)	山口ありさ(上野尻)	矢部 モト(九町内)	長谷川清子(下小屋)

聞いて！ わたしの夢

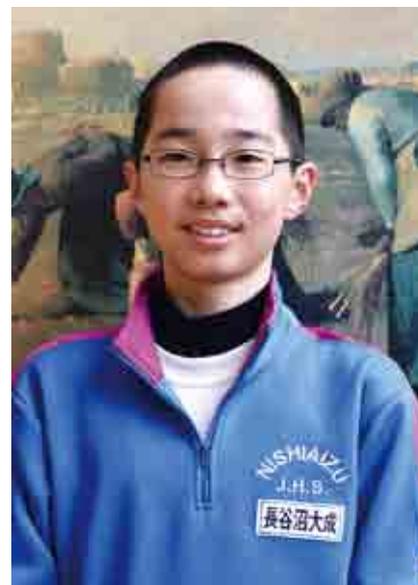
ここでは西会津中学校の生徒の皆さんに、自分が思い描く夢や目標を話してもらっています。

今月は、3年・野球部部長の長谷沼大成たいせいさんです。

わたしの夢——

「僕が将来なりたいと思っている職業は消防士です。火災や震災などのニュースで、消防士が命がけて作業にあたり、人を救助する姿を見て、僕も人を助ける職業に就いてみたいと思うようになりました。

どのようなときでも積極的に人に優しく接することができ、また、周りから頼りにされる大人になりたいです」



努力していること——

「消防士は勉強に加え、体力も必要になると思うので、今は勉強に、部活の野球に一生懸命励んでいます」

最後に未来の自分に一言——

「消防士になれましたか？どのようなときでも笑顔で元気に頑張ってください」

まちの人口 ～4月1日現在～ (前月比)

人口	7,219人	(-39人)
男	3,455人	(-23人)
女	3,764人	(-16人)
世帯	2,769世帯	(±0世帯)

戸籍の窓口 ～3月受付分～ (敬称略)

お誕生おめでとう

佐藤 琉夏ちゃん 大地・彩夏 極入



ご結婚おめでとう

船橋 勉 9町内2
坂内 サチ子 会津若松市



お悔やみ申し上げます

鈴木 洋祐 (47)	一成	父	2町内
山内 利子 (99)	久一	祖母	2町内
齋藤 孔男 (77)	征子	夫	6町内
渡部 マス (87)	光雄	妻	堀越
江川 力 (86)	政次	父	牧
齋藤 ミツヨ (99)	一	母	森野
佐藤 チカノ (95)	誠	祖母	上小島
齋藤 徳七 (91)	茂男	父	上野尻
加藤 キシ (90)	正好	母	上野尻
石川 一史 (76)	ヨリ子	夫	下野尻
佐藤 孝八 (88)	洋一	父	宝川
長谷川 良次 (82)	夏子	父	戸中
佐久間 イネ (89)	カネ	姉	下松
長谷川 シチ (93)	光雄	母	出戸



新教育長に新井田さん

佐藤晃教育長が3月7日に退任し空席となっていた町教育委員会委員に新井田大さんが任命されました。

任期は平成26年4月1日から平成27年12月25日までです。

新井田さんは、4月1日に開かれた教育委員会で教育長に任命されました。



新井田 大さん (小杉山)

新採用職員紹介



健康福祉課 主事
大堀 貴満 (会津若松市)

一日も早く仕事を覚え、町、町民の皆さんに貢献できるよう励んでいきたいと思っております。



建設水道課 主事
長谷川 博一 (中野)

感謝の心を忘れず、町民の皆さんの役に立てるよう職務にまい進します。よろしくお願ひします。



訪問看護事業所管理者[任期付職員]
鈴木 恵子 (6町内)

町民の皆さんのニーズに合ったより良い看護を提供できるように頑張りたいと思っております。

人事異動

※()内は旧任

◆副町長の退職[3月31日付] = 福島県へ復帰
藤城良教

◆異動[4月1日付] = 健康福祉課長補佐兼福祉介護係長(企画情報課長補佐兼企画政策係長兼広報広聴係長) 矢部喜代栄、企画情報課長補佐兼企画政策係長(総務課付係長・喜多方地方広域市町村圏組合派遣) 小龍武彦、農業委員会事務局次長[課長補佐職](同[係長職]) 長谷川賢司、奥川支所長(出納室出納員) 三瓶ひとみ、企画情報課情報政策係長兼広報広聴係長(奥川支所長) 齋藤伸也、国保西会津診療所事務長補佐兼国保群岡診療所事務長補佐(企画情報課情報政策係長) 岩淵東吾、出納室出納員(健康福祉課福祉介護係長) 上野美子、健康福祉課主任専門保健師(健康福祉課付にしあいづ福祉会派遣) 伊藤孝子、総務課主査(教育課主査) 山本公子、町民税務課主査(建設水道課主査) 鈴木利博、健康福祉課主査(総務課主査) 伊藤千佳子、健康福祉課付にしあいづ福祉会派遣(健康福祉課主任保健師) 二木美津子、農林振興課主査(農林振興課主査併農業委員会) 物永毅、農林振興課主査併農業委員会(教育課主査) 江川恵一、教育課主査(健康福祉課主査) 伊藤雄一、教育課副主査(健康福祉課副主査) 渡部美由紀、総務課主事(町民税務課主事) 佐藤聖矢

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・広報広聴係 ☎45-4536

西会津小・西会津中入学式から

4月7日、西会津小と西会津中の入学式が行われ、新一年生が期待を胸に新しい学校生活の第一歩を踏み出しました。西会津小には35名が入学しました。式で新入生は、名前を呼ばれると元気よく「はい」と返事をして起立しました。

西会津中には55名が入学。入学生を代表し高野詩音さんが「何事もあきらめず全力で取り組みます」と誓いの言葉を述べました。



西会津小
入学式
Congratulations



西会津中
入学式
Congratulations

[写真]①西会津小入学式・わくわくどきどきしながら新入生が入場／②③同・担任の先生から名前を呼ばれ起立する新入生の皆さん／④同・町交通安全母の会・小柴郁子会長から入学記念品を受け取る児童／⑤同・岩澤一徳校長から教科書を受け取る五十嵐咲良さん／⑥同・期待に胸を膨らませる新一年生
①西会津中入学式・新入生入場／②同・校歌斉唱／③同・名前を呼ばれ立ち上がる新入生／④同・板橋健一校長から真新しい教科書を受け取る長谷川海さん／⑤同・誓いの言葉を述べる高野詩音さん

今月の表紙

まだ町内の比較的高い山の中腹には、まだ模様に残る雪が残る4月16日、赤く膨らんだ桜の蕾から薄いピンク色の花びらが顔を出し、ようやく西会津町にも桜の便りが届きました。咲き始めた西会津小学校の桜の下では、ほのかに甘い香りが漂い、子どもたちの笑顔がほころびました。

