

広報

# にしあいつ

No. 670

8

2014  
(平成26年)



草花で装い、「山の神様」に

P 2～3 特集 続・地域、町おこしに燃える

P 4～6 特集 鳥獣害と闘う

P 7 10月1日から施行

快適環境づくり条例



# 特集 続・地域、町おこしに燃える 元気で活力ある地域づくり

町が、地域活性化に向けた団体、個人の自主的な取り組みを推進するため、平成23年度から実施している「活力ある地域づくり支援事業」。地場産業や芸術文化の振興、交流の促進、伝統行事等の継承保存活動などの地域づくりを支援するこの補助事業は今年度4年目を迎えた。今月は、この補助事業を活用して地域、町おこしに取り組む2団体の代表に聞いた。

## INTERVIEW 1

禾

造のぬくもり漂う古い建物、古民家など町内の独特の雰囲気を持つ建築物を生かす方法を考えたとき、ジャズやブルースなどのアコースティックコンサートとの相性が最適ではないかと思つた」と須藤さんは活動のきっかけを語る。

西会津木造旧建築ミュージックフェス検討委員会は、今年5月に結成した。古い木造建築の雰囲気、音響効果を生かしてコンサートを開き、観客はもとより音楽家が集まるスポットとして個性、価値を生み出し、誘客による地域振興と文化の振興、創造を図るため活動する。今年度は運営体制の整備、音楽家、芸術家とのネットワーク構築を進め、将来的には事業として成り立たせることを目指す。

「西会津を、音楽と旧建築が

## 音楽と古い建築が調和する町、 より身近に音楽を感じられ、 多くの人を訪れる町を目指す



西会津木造旧建築  
ミュージックフェス検討委員会 [Nfes]  
委員長

須藤 雅人さん [萱本]

すとう・まさと

調和する町、生の音楽をより身近に感じられる町、聴き手と奏者の双方が集う町としてイメージ化したい」と委員会が掲げる目標について代表を務める須藤さんは話す。現在、目標や思いを共有する仲間7人で活動する。プロ、アマチュアを問わず賛同する音楽家、芸術家にも会員になってもらう計画だ。

委員会では、8月2日開催の第1回音楽会の会場に旧尾野本小学校の講堂を選んだ。

「講堂は、初めて入ったとき、格子状の天井など木造の何とも言えない風情を感じた建物。落ち着いた雰囲気、音の反響も良く、地元尾野本の人たちは、なお深い愛着を持つ」と須藤さんは会場へのこだわりを強調する。加えて「秘境のような絶景、伝統文化など町には、うずもれ

た資源がまだまだあり、資源に命を吹き込んで価値あるものにするため、そこに住む人たちが手を取り合って活動している。そうした動きから、とてもいい刺激を受ける。自分たちも失敗を恐れず楽しみながら活動していきたい」と意気込む。

委員会では今後、9月19日と21日、11月にも旧尾野本小講堂や国際芸術村での音楽会開催を計画している。

10年ほど前ジャズに魅了され、去年の暮れには自らピアノを始めた須藤さんは「職業が違うメンバーで結成したため活動する時間が限られ、また会費や補助金頼りの運営にならざるを得ず、自分たちの機材も無い。しかし、こうした課題を今後の糧に、音楽に一層寄り添える雰囲気、環境がある町を目指し、単に聴くだけにとどまらず、楽器に触れたことがない人でも、アマチュアもプロも、誰もが自由に訪れて活動できる場をつくっていきたい」と抱負を語る。

「われわれの活動は音楽を使った地域づくり。町に住む一人一人が、あまり気負わず自分の心地よい場所、楽しい場をつくっていけば、おのずと地域資源が増え、それが魅力ある町づくりの第一歩になるのでは」と須藤さんは考えを巡らす。

## INTERVIEW 2

# 約200年の歴史がある「夜泣き地蔵」 途絶えてしまった地蔵尊の祭礼を

## 復活させ、次の世代に継承する

### 森

野集落の南側、野沢と森野を結ぶ旧道脇の土手。大木に囲まれ、守られるように夜泣き地蔵尊は祭られる。奉納された赤い帽子と前掛けをまとった姿で野沢を向いて、ひっそりと立つ。

お参りすると子どもの夜泣きがやむといわれ、古くから地域の皆さんが手を合わせてきた。地蔵尊には県外からも参拝者が訪れる。記録がないため定かでないが、隣に並ぶ石碑などから地蔵尊は

およそ200年前に祭られたといわれている。

今年4月に開催された森野自治区総会で了承を得て夜泣き地蔵祭礼実行委員会は設立された。現在会員18人で活動する。

「今年の1月、横浜から参拝に来た人が大雪でお参りできずにいたため除雪したとき、このままにしておけないと思った。42年前に途絶えてしまった地蔵尊の祭礼を復活させるため実行委員会を立ち上げた」と井上さんは思いを語る。

「地蔵様が子どもの身代わりになって、守ってもらえると言われている。昔は地蔵様の前の道路を通行していたので、子どもたちの祖母に連れられ、よくお参りした」と井上さんは振り返る。

実行委員会では今年度、木の枝払いなど周辺環境を整備し、併せて案内看板、由来を記した看板を新設した。現在8月24日の地蔵尊祭礼に向けて打ち合わせが行われている。祭礼では町の特産品などを販売する予定だ。

「町からの補助金を使うので町が潤うように考えていきたい。夜泣き地蔵への関心が高まり、地元の老人クラブの皆さんをはじめ、ほかの自治区からも協力したいと言われ、本当にありがたい。昔のようにはできないかもしれないが、森野自治区や地区の子供会と話し合いながら準備していきたい」と井上さんは意気込む。

実行委員会では、町内の子育てにまつわる場所を巡るツアーの実施を将来の目標に掲げる。

「萱本には、二つ子参りといって、2歳になった時にお参りする薬師堂がある」と井上さんは例を挙げ、「文化財はもちろん、昔からある遺産を大事に受け継いでいくのが、われわれ世代の役目。活動が途絶えない



写真右に地蔵尊に手を合わせる子どもたちと、見守る井上さん

ような仕組みづくりも重要」と強調する。

全国各地への出稼ぎの経験を持つ井上さんは「子どもたちが大きくなって西会津を離れても地蔵尊、古里を思い出してもらえたら」と願う。

3人の子を育てた井上さんは「私も子どもの夜泣きに困ったときがあった。家族が少しでも安らげるよう、心のよりどころとして夜泣き地蔵を守っていきたい。ぜひお参りに来てくださ」と呼び掛ける。



森野 夜泣き地蔵祭礼実行委員会 会長

井上 清一さん[森野]

いのうえ・せいいち





特集

# 鳥獣害と闘う

写真は、巡回する有害鳥獣被害防止パトロール隊員の高橋秀雄さん(左)、新田啓一郎さん(右から2人目)と言葉を交わす出戸の皆さん。手前はサルの被害を受けたためネットを掛けたカボチャの畝(7月16日)。

出戸では、今年は7月1日から2人1組の「サル当番」が、回り番で弁当を持参し午前6時半から夕方まで畑を見回っています。出戸の皆さんは、町内を巡視する隊員と情報交換し、協力し合い鳥獣害と闘っています。

農作物や家畜、人にも被害を及ぼす野生鳥獣。町では、ツキノワグマ、ニホンザルの被害が深刻化しています。収穫を楽しみに時間をかけて育てた作物を荒らされたり、取られたりしたときの落胆は計り知れないほど大きく、被害によって生産者の営農意欲が減退し、耕作放棄地は増加、ますます被害が拡大するといった悪循環に陥っています。

今月は鳥獣害の現状や対策について関係者に取材しました。

町では今年4月18日、町民の皆さんの安全・安心、野生鳥獣による農作物被害の防止、被害発生時の円滑な対応などを目的に「鳥獣被害対策本部」を設置しました。

これまで町では、「自分たちの畑は、自分たちで守る」を基本に、集落の皆さんと連携し、共同の追い上げ作業、被害原因を話し合っ対策を検討する集落環境点検、除間伐による出没にくい環境づくり、電波発信機による鳥獣の活動域調査、サル接近警戒システムの設置など、さまざまな対策を講じてきました。

しかしながら、平成24年度の被害額は275万円と、なかなか減らない状況にあります。さらに、クマ、サルに加え、イノシシやニホンジカなども出没しており、新たな対策が必要になっていきます。

このような中、町では今年5月、新たに狩猟免許所持者を臨時に雇用し、「有害鳥獣被害防止パトロール隊」として配置。被害の一層の軽減を図るため巡視などを強化しています。





町有害鳥獣被害防止パトロール隊員

たかはし ひでお  
**高橋 秀雄**さん[山口]

西会津猟友会の会長を10年以上務め、  
町鳥獣被害対策実施隊員としても活動。

**農**

作物の被害が少しでも減るように、猟友会の会長として先頭に立って取り組んでみたいと思い、有害鳥獣被害防止パトロール隊員を引き受けました。

辞令を受けた5月7日から平日は毎日、町内を巡回しています。任務はクマ、サル、捕獲のほか、被害状況調査、群れの行動把握・位置確認や追い払いなどの対策指導で、11月まで町内をパトロールし、日報を作成・記録します。

今の時期はサルの被害が多く、トマト、カボチャ、インゲン、ジャガイモ、ネギなどが食い荒らされています。サルは何でも食べます。

一方、クマの被害は、6月29日に小綱木集落で小屋の中のニワトリ13羽が襲われました。また高目集落では軒下の肥料が持ち去られました。今後、スイカ、カボチャ、ブドウ、トウモロコシ、ソバ、栗、柿などクマ

**クマの好物が多い これから秋にかけて、活発なクマの行動に注意を**

マが好む作物が収穫期を迎えるため、クマが人里に下りてくる可能性がさらに高まります。一番活動するといわれる朝や夕方などの薄暗い時間帯は特に注意が必要です。

サルについては、8頭に取付けた発信機の追跡で、群れの行動範囲などが分かっています。サルは早朝に出発しています。出没したときは追い払ってください。また、サルは群れで行動するため被害が大きくなるまで監視を続けてください。

サルの栄養状態が良くなり、個体数が増えて群れが分裂し、群れ数も増えているように感じます。被害を受けた際は町役場に連絡してください。学習能力が高いサルとのいたちごっこは続きますが、農家の皆さんが安心して作物を作れるように鳥獣被害対策実施隊をはじめ、関係者一丸となって取り組んでいきたいと思っています。

**ブナの実など、堅果類が「凶作」の見通し  
このため今年も、クマに要注意**

クマの出没は、クマが食べるブナの実などの堅果類が豊作か凶作かに関係することが分かっています。平成25年度は豊作だったため、被害・目撃件数は41件と平成24年度の159件に比べ、だいぶ少ない状況でした。

しかし今年度は、ブナ・ナラ類の結実状況調査により、堅果類の凶作が予想されているため、クマの出没、被害の発生に注意が必要です。

会津地方では、今年度に入り人がクマに襲われる事故が6件発生しています。町内でも4月から6月までの3カ

**捕獲数は、これからピーク**

月間で20件の目撃情報が寄せられました。その多くは県道奥川新郷線沿いや県道上郷下野尻線の石坂峠（なぎの平）などですが、今後は、クマが好むスイカやトウモロコシが収穫期を迎えるため、人里付近に出没し、被害が多発する恐れがあります。会津管内のクマの捕獲数は、平常年では8月に、大量出没の年は9月から11月にピークを迎えていますので、十分注意してください。

【問い合わせ先】

農林振興課 ☎45-4531

**侵入防止に効果が高い**

**【工事費・補助金の目安】**

- 設置面積  
20m×30mの畑  
6アールの場合
- 設置費 約20万円
- 補助率 40%
- 補助金 約8万円
- 問い合わせ先  
農林振興課 ☎45-4531

**「電気柵」設置に補助**

鳥獣対策で一番効果的なのは電気柵です。町では電気柵設置費の一部を補助しています。補助率は畑の面積などで変わりますが、おおむね設置費の4割前後になります。

**新規狩猟免許取得者を支援**

- 問い合わせ先  
農林振興課 ☎45-4531
  - ◆助成対象Ⅱ町内に住所があり、狩猟免許を取って有害鳥獣捕獲隊員として活動する人
  - ◆助成経費Ⅱ受講料、受験料など免許取得にかかる経費
  - ◆助成額Ⅱ助成経費の2分の1で、上限5万円
- 町では狩猟免許所持者が減少傾向にあり、有害鳥獣の捕獲活動に支障を来す可能性があることから、新たに狩猟免許を取得する場合、受講料などの一部を町有害鳥獣対策協議会が助成しています。



福島県農業総合センター

こはた えいこ  
木幡 栄子さん

企画経営部 主任研究員

## INTERVIEW

### 会

津地域ではツキノワグマ(以下、クマ)、ニホンザル(以下、サル)の被害が多く発生しています。県のクマ被害の約半数を会津地域が占めています。

今年、子連れや若いクマの出没・目撃情報が多数寄せられています。これは昨年、餌になるドングリなどの堅果類が豊作だったため、クマの栄養状態が良く、出生数が増えたことが一つの要因です。さらに今春は、雪解けが遅かったため、冬眠から目覚めたクマが餌を求めて人里に下りてきたことが原因と考えられます。

かつて森と人里の間は、薪や炭をとるための薪炭林や桑畑として利用され、管理されてきま

した。しかし需要が大幅に減少し、利用されなくなり、森と人里の境界が無くなっています。

加えて、山林での作業、狩猟・捕獲といった活動が少なくなり、鳥獣に対する人の圧力が弱くなっています。このためクマは、自分が活動できる範囲だと思つて山を下りてきます。するとそこには桑や柿、栗などの果樹類がたくさんあります。さらに里に下りると、今度は畑の農作物が簡単に手に入るため、人里では、おいしいものを食べられると覚え、餌が少ない時期は、集落付近から離れなくなっていることが指摘されています。サルなどほかの鳥獣も同じような理由で被害が発生しています。被害を防ぐには、まずクマや

## まずは、クマやサルを集落に近づけないこと 集落、農地に下りてきても、 餌を食べられない環境づくりを

サルを集落に近づけないこと、さらに、近づいても食べられる餌が無い環境づくりが大切です。動物は本能的に姿が丸見えになることを嫌います。姿を見られても反応しないということは「人間は自分たちに何も知らない」と学習していることとなります。

従って集落に近づけないため、彼らの姿が丸見えになる空間を作るとともに、追い上げ、追い払いにより人の生活圏であることを彼らに学習させることが重要です。見通しの良い緩衝帯の設置、雑木の伐採といった環境整備に加え、積極的な追い上げ、追い払いをお勧めします。

一方、集落や農地に近づいても餌を食べられないことを覚えさせるには、電気柵などを使って畑を守り、さらに桑の実、柿、栗など彼らの餌になるものを少しでも無くすることが重要です。冬芽や枝などもサルやシカにとっては冬越し用の餌になります。被害を減らすためには、こうしたものも取り除く必要があります。

日常生活で出る野菜くず、また売り物にならない野菜は、畑に放置するとクマを呼ぶ原因になります。置いたままにしないように注意してください。

近年、クマは集落のすぐそば

に出没しています。集落付近であっても油断せず、林の周縁部、沢沿い、草やぶなどに近い畑、水田に行く際は、必ずクマよけ鈴を身に付けてください。可能であれば花火を打ち上げ、これからそこに行くことを彼らに知らせるようにしてください。

何よりクマに遭わないことが自分の身を守る最善の防衛手段です。クマの足跡や、ふんを見つけた場合は、すぐに引き返してください。

県では、ツキノワグマ保護管理計画をはじめ、ニホンザル、イノシシなど鳥獣ごとに計画を策定し、生息する野生動物の安定的な存続と被害の軽減に取り組んでいます。

被害防止に向けた取り組みでは、鳥獣を寄せ付けない集落環境の整備と追い払い、電気柵などによる侵入防止、捕獲の3つを総合的に進めることを基本に、被害に関する試験研究をはじめ、市町村の支援、現地での対策指導、研修会などを行っています。残念ながら鳥獣害対策に特効薬はありません。集落・地域ぐるみでの餌の除去、追い払い、電気柵設置といった環境改善、里山・集落管理の取り組みをお願いします。



# 西会津町

今月は、  
この条例  
を解説

条例のポイント

## 快適環境

平成26年10月1日から施行。

# づくり条例

(目的)

第1条 この条例は、ポイ捨てによる空き缶等の散乱および犬のふんの放置防止について必要な事項を定め、環境の美化を推進することにより、町民の快適な生活を確保することを目的とする。

### 住

んでみたい、行ってみたい町へ」をテーマに、町では定住促進と交流人口の拡大を総合的に推進しています。

このため空き缶や、たばこの吸い殻、犬のふんなどの放置を防ぎ、町を訪れる人に不快感を与えないよう、ごみの無い美しい町づくりに向け、『快適環境づくり条例』を制定しました。この条例は、先の6月町議会定例会で可決され、今年10月1日から施行(効力が発生)します。

### 条例での用語の定義

空き缶等Ⅱ 飲食料品の容器、たばこの吸い殻、チューインガムの噛みかす、紙くずなど散乱の原因になる物。  
ポイ捨てⅡ 空き缶等のみだりに捨て、または放置すること。  
町民等Ⅱ 町内居住者、町内への通勤・通学者または旅行者、滞在者、町内通過者。  
事業者Ⅱ 事業活動を行うすべての人。

### 事業者の責務

事業者は、事業活動に伴って生じる空き缶等を散乱させないよう清掃その他必要な措置を講じ、同時に、町が行う施策に協力する努力義務を負います。

### 町の責務

町は、空き缶等の散乱、犬のふんの放置防止のために必要な施策の推進に努めなければならないことを明文化しました。

### 重点区域の指定など

町は、空き缶等の散乱などを特に防ぐ必要がある区域を重点区域に指定できること、重点区域では、空き缶等の散乱などを防止する施策を重点的に実施することを定めました。

### 町民等の責務

町民等は、家庭の外で生じた空き缶等を散乱させないこと、また犬のふんその他の処理、清掃など適切な飼養、さらに町が行う関係施策に積極的に協力する努力義務を規定しました。

### ポイ捨てなどの禁止

何人も公共の場所、他人の土地や施設にポイ捨てをしてはならず、犬の飼育者は、ふんを回収し持ち帰らなければならないことを規定

### 容器・宣伝物の散乱防止

自動販売機での飲食料品販売者、持ち帰り飲食料品の販売者は、空き缶等の回収容器を設置し、適正に管理しなければならないことを規定しました。また、公共の場所などで宣伝物、印刷物などを配布する場合は、宣伝物などが散乱しないように対応しなければならないことを定めました。

### 助言・指導

町は、目的を達成するため関係者に助言・指導できることを規定しました。

### 勧告、命令

町は、空き缶等の回収容器の未設置者、宣伝物などを散乱させた人に対し、必要な対応をしてもらうよう勧告できることを規定しました。また、ポイ捨て、飼い犬のふんの放置者などに必要な措置を講じてもらうよう命令できることを定めました。

### 罰則

規定に違反した人などに対し、その状況に応じて3万円または2万円以下の過料(行政罰)を科すことを規定しました。

### 【問い合わせ先】

町民税務課 ☎45-2215



## 町消防団「民友旗」受賞を記念しパレード

町消防団が福島民友新聞社の「民友旗」を受賞したことを記念し、6月29日に町内パレード、受賞報告会、祝賀会が開かれ、関係者は受賞を祝いました。パレードでは、民友旗を車上に高く掲げ江川新壽団長、伊藤町長が乗った消防車両を先頭に、団員が喜びを胸にラッパ隊の吹奏に合わせて町役場から道の駅にしあいづまで堂々と行進しました。道の駅では、江川団長が受賞を報告し、伊藤町長があいさつした後、上野尻班の佐藤健吾団員が誓いの言葉を述べました。アトラクションでは5色の祝賀放水が披露され、団員ら関係者は、防災、予防消防の徹底など町民の皆さんの安全・安心確保に向け決意を新たにしました。



## 満100歳 佐藤ミカさんの長寿祝う

佐藤ミカさんの満100歳を祝う賀寿贈呈式が7月2日、橋屋の自宅で行われました。大正3年7月2日生まれで先の大戦で夫を亡くし一人で子どもを育てたミカさんは、親族からの祝福の言葉に「ありがとう」と答えていました。贈呈式ではミカさんが、県会津保健福祉事務所の湯田邦彦副所長、伊藤町長、町老人クラブ連合会の渡部雅二郎会長から賀寿や記念品を直接受け取りました。孫の佐藤洋子さんらが花束を手渡した後、親族を代表し、子の佐藤行宏さんが「一日でも長生きできるよう、これからも家族で母を支えていきたい」と謝辞を述べました。町の100歳以上の高齢者はミカさんが加わり16人になりました。

## 6月に初めて開催「にぎわいまつり」

町商工会主催の「西会津にぎわいまつり」が6月22日、野沢マイロードで開かれ、大勢の家族連れなどでにぎわいました。このイベントは、例年10月に開催してきた宿場文化まつりをリニューアルし、6月の大山祇神社・春の例大祭に合わせて今回初めて開催しました。会場には町のイメージキャラクター「こゆりちゃん」をはじめご当地キャラや「丞神デナー」ほかのローカルヒーローが県内各地から集結し(写真)、来場者は、ご当地キャラ、ヒーローと握手や記念撮影をして触れ合いました。場内には西会津味噌ラーメン、そばなどの露店が並び親子連れが列をつくりました。



## 町にそびえる富士山[508.8m]で初の山開き

第1回富士山山開きが7月13日、小清水で行われ町内外からの参加者約100人が山頂を目指しました。主催の山開き実行委員会(長谷沼清吉委員長)では日本一の富士山に負けないような山頂からの眺め、頂上の富士神社、立岩登山口北側の戊辰戦争陣跡などの歴史、自生する植物を散策し体感してもらおうと開催しました。実行委員会では案内看板を新設し、1カ月前から登山道の草刈りなどの準備を行ってきました。登山者は漆窪口から登り始め、時々吹きぬく爽やかな風の中、登山を楽しみました。下山後、参加者に小清水産米のおにぎりと、くじら汁が振る舞われました。[写真=山頂からの眺めを堪能する参加者]



# 暑い夏こそ、脳卒中に注意

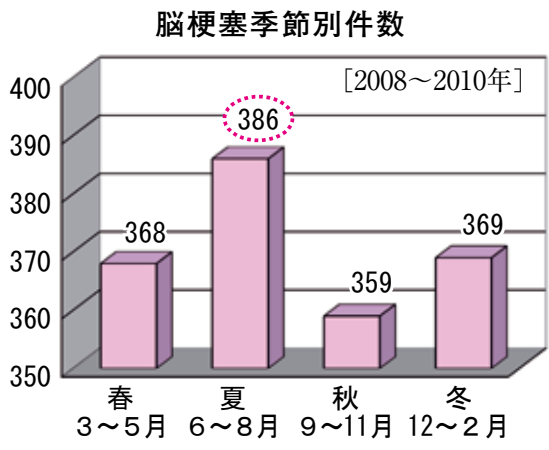
## 最も多いのは脳梗塞、小まめな水分補給で防ぐ

### 脳卒中とは？

脳の血管が破れたり、詰まったりすることによって脳に血液が届かなくなり、脳の神経細胞が死んでしまう病気です。

脳卒中は、脳内の血管が詰まる「脳梗塞」、細い血管が破裂する「くも膜下出血」の3つに分けられます。

かつては脳出血が脳卒中の大半を占めていましたが、食生活の改善や降圧剤の発達などにより重症高血圧が減少し、脳出血が減ったため、近年は脳梗塞が脳卒



出典：独立行政法人 国立循環器病研究センター資料

中死亡のおよそ6割を占めます。本町でも脳梗塞による死亡が脳卒中の半数以上を占めています。

### 夏に多い脳梗塞

脳梗塞は冬に多いイメージがありますが、左上グラフのように夏の6~8月は脳梗塞が増える時期です。

夏は、汗をかいたため体内の水分が不足しがちです。脱水状態になると血液がどろどろの状態になり、血流が悪くなって血栓ができやすく、脳梗塞の危険性が高まります。

このほか心筋梗塞や熱中症などにも注意が必要です。

特に就寝中は、水分が取れず、一般に血圧が下がるため、血液の流れが滞り、血管が詰まりやすくなります。このことから早朝は、脳卒中を起こしやすい時間帯といわれています。

### 夏の脳梗塞対策

夏はエアコンがきいた屋内でも体内の水分は少しずつ奪われていきます。脱水状態にならないように、小まめに水分を補給しましょう。



水分補給を忘れずに！  
 渇きを感じる前に水分を取ることが大切です。特に高齢者は、のどの渇きを感じにくいため定期的に水分を補給しましょう。

### 脳卒中を防ぐ生活習慣に

脳卒中を防ぐため最も大切なことは、血圧を上げないことです。高血圧の原因になる生活習慣を見直し、脳卒中を予防しましょう。

### 食

べ過ぎや間食、甘いものの取り過ぎを避け、腹八分目を心掛けましょう。



一口30回以上よく噛んでゆつくり食べましょう。おかずを一人分ずつ小皿に盛り付ける方法

### 動

は食べ過ぎ防止に役立ちます。物性脂肪を控えめに、魚や野菜、海藻などを積極的に取りましよう。

### 塩

適正な塩分摂取量の目標は、男性が8g未満、女性は7g未満といわれていますが、町では男女ともに目標をオーバーしています。だしのうま味や香辛料などを上手に活用し、薄味に慣れるようにしましょう。

### 飲

酒量に注意し、たばこは、やめましょう。



### 運

運動は高血圧を改善し、また血液の循環がよくなり、血管を若く保つことができます。ウォーキングなど定期的な有酸素運動をお勧めです。



【問い合わせ先】

健康支援係 ☎45-4532



## 主役は「ショウガ」食欲増進ご飯

材料（4人分）

米 2合  
ショウガ 50g  
桜エビ 15g  
干しシイタケ 5枚 10g  
塩 小さじ1  
酒 大きじ2  
水 約2カップ  
しその葉(千切り) 少々

### 作り方

①干しシイタケを水で戻し、千切りにする。ショウガはスプーンなどで皮をこそげ落とし、千切りにする。  
②米をといで、塩、酒、シイタケの戻し汁を入れ、炊飯器の2合の目盛りまで水を加える。  
③②にショウガ、桜エビ、シイタケを入れて炊く。

④炊き上がったら、ぎっくり混ぜ、しその葉をのせて出来上がり。

※しその代わりに長ネギの千切りをのせてもおいしいです。

# 新ショウガの 香り豊かな 炊き込み ご飯

13



## チャレンジ!!

シリーズ

# 食育

## 薬膳レシピで食欲アップ 夏バテ防ぐ

●暑いからといって体を冷やし過ぎない



### 考え方「食べ物と薬は同じ源」

薬膳とは一般的に、すべての食材に効能があるという考え方で、食物と生薬は基本的に同じととらえています。  
特別な食材を使うのではなく、自然を重視し、季節や体調に合わせて身近な食材を選んで料理します。  
左表には、この時季によく薬味に使う香味野菜の効能をまとめました。

食材	効能
ショウガ	風邪の予防、冷性の改善に有効。食欲の増進にも効果的。
しそ	殺菌作用があり、食中毒予防に効果的。香りが食欲を増進。
ミョウガ	香りと辛みが胃の働きを助け食欲を高める。
ニンニク	疲労回復に効果的で、スタミナ源としても有効。
長ネギ	冷え性を改善する働きがあり、疲労回復にも効果的。

### 蒸

し暑く、たくさん汗をかき夏は、一年で最も体力を消耗し、体調を崩しやすい季節といわれています。暑い日は、どうしても清涼飲料水やアイスクリームが欲しくなりますが、冷たい物を取り過ぎると胃腸の働きが弱くなり、消化する力が低下します。さらに、体が冷えると免疫力が低下します。

### 夏バテを防ぐポイント

#### 1 体を温める食材を使う

東洋医学ではショウガ、ニンニク、赤トウガラシ、ニラなどは血行を良くし、体を温めるといわれています。こうした食材を活用し、また、あえて温かい食べ物や飲み物を取ってみましょう。

#### 2 クエン酸を取る

酢やレモンなどに含まれるクエン酸は、疲れを癒やし、エネルギー代謝を活発にして、冷えの改善にも役立つといわれています。

#### 3 鉄分とタンパク質を取る

貧血になると酸素不足から疲れやすくなります。1日3食、主食、主菜、副菜をそろえ、特に鉄分を含む豚・鶏（レバー）や魚介類、タンパク質を含む肉や魚介類、卵、大豆製品を取りましょう。



# 5地区対抗球技大会

## ソフトは群岡、バレーは野沢が制す

### 絶

好のスポーツ日和となった7月6日、町体育協会、町公民館では、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。

ソフトボールには野沢、尾野本、群岡、奥川の4チーム、バレーボールには野沢、尾野本、群岡の3チームが出場しました。ソフトボールはトーナメント戦で行い、決勝はともに初戦を僅差で競り勝った群岡と奥川の対戦になりました。初戦とは一転、初回から群岡の猛打が爆発し、17対3で群岡が奥川を下しました。

バレーボールは3チームの総当たり戦で行いました。野沢が、尾野本、群岡双方とのフルセットの接戦を制して優勝しました。結果は次のとおりです。

- ▼ソフトボール優勝〓群岡、準優勝〓奥川
- ▼家庭バレーボール優勝〓野沢、準優勝〓群岡



▲接戦の末に優勝を決めた野沢

▲大量得点で優勝を果たした群岡





## 町民バトンタッチ

た が しょうへい  
多賀 翔平さん [10町内]

しみず けいすけ  
清水 啓佑さん (7月号から) メッセージ

商工会青年部活動、市町村対抗ソフトボールに、一緒に頑張ろう。

あなたの趣味は？  
歌うこと、読書

特技は？  
球技全般

熱中していることは？  
ピアノ弾き語りの練習

最近感動したことは？  
アニメ「あの日見た花の名前を僕達はまだ知らない」を見て号泣

自分を一言で表現するとしたら？  
器用貧乏

あなたのモットーは？  
つらい時ほど笑顔

これからやってみたいことは？  
海外で暮らし、文化の違いを感じてみたい！

次の方を紹介してください  
Y・Tさん (山口)

大切なものは？ 『マイクとイン  
ターフェース。毎晩のように、これ  
に向かい歌っています。隣に迷惑  
を掛けているかもしれない』



## 町民 ギャラリー

### 冬芽俳句会

空蟬やひるがへす葉をしかと抱き  
 薊咲く「金子みすず」を繕けり  
 ホホほたる鳴きたき時もあるものを  
 初もぎや茄子の色濃き朝の膳  
 うすれ行く母の面影白桔梗

岩原 紀子 (五町内)  
 喜多 光子 (九町内)  
 鈴木 智子 (さゆりが丘)  
 鈴木はる子 (十町内)  
 渡部 淑子 (四町内)

## 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、バレーボール部の部長を務める3年・鈴木香穂さんです。

### わたしの夢——

「将来は、舞台関係の仕事に就いてみたいと思っています。西会津中「光桐祭」の光桐劇を見て感動したからです。舞台の上で一人一人が、自分と性格が違う役になりきって、一生懸命に堂々と演じる姿を見て格好いいと感じました。舞台を支えるスタッフを含めて舞台にかかわる仕事ができたらと思います」



### 努力していること——

「文をすらすら読めるように、また物語などは登場人物の立場を考えて読むようにしています。なかなかうまくいきませんが、読書や国語が好きなので、めげずに取り組んでいきたいです」

### 最後に未来の自分に一言——

「元気ですか。自分に不満はありませんか。笑顔で生活できていれば最高です。何事にも精いっぱい努力してください」



まちの人口 ～7月1日現在～ (前月比)

人口	7,184人	(-4人)
男	3,445人	(+1人)
女	3,739人	(-5人)
世帯	2,769世帯	(-1世帯)

戸籍の窓口 ～6月受付分～ (敬称略)

お誕生おめでとう

橋谷 優依都くん	和洋・めぐみ	4町内
西田 学斗くん	裕・優	芝草
星 志胤ちゃん	雄一郎・直美	森野
佐々木 奏太くん	隆・真紀	西林
伊藤 暖馬くん	善行・礼子	西林東

お悔やみ申し上げます

橋谷 キヨ子 (88)	裕 治	母	10町内
須藤 惣一 (89)	敏 雄	父	安座
野原 タケミ (81)	竹 夫	母	松尾
渡部 マサ子 (83)	勝 次	母	上小島
五十嵐 進 (82)	弘 子	夫	滝坂
高橋 清 (70)	正 薫	父	柴崎
石田 タキ (93)		母	小綱木

町議会  
臨時会  
報告

7月15日に臨時会が開かれ、次の議案5件が原案のとおり可決されました。

◆附属機関の設置に関する条例一部改正＝保育施設の設置場所、機能等の審査・調査などを行う町保育施設整備等審議会を設置する改正

◆平成26年度町一般会計補正予算(第4次)＝7月8日から9日にかけての大雨による被害への緊急対応経費など6千20万9千円を増額

◆西会津小学校屋外教育環境整備工事請負契約の締結＝緑化、ビオトープ・遊具設置などの工事

◆西会津小学校木質バイオマスボイラー設備工事請負契約の締結＝新校舎に木質バイオマスボイラー1基を設置する工事

◆町農業委員会委員の推薦＝任期満了に伴い、町議会が農業委員会委員4名を推薦

農業委員会新体制決まる

会長に佐藤忠正さん、職務代理者に橋谷田さん互選



会長職務代理者  
橋谷田 淳さん



会 長  
佐藤 忠正さん

任期満了に伴う町農業委員会委員一般選挙が7月1日に告示され、第1、第2選挙区とも立候補者が定数以内で無投票になりました。7月20日には町議会、農業団体の推薦委員7人が決まり、同22日に開かれた第1回総会で、会長に佐藤忠正さん、会長職務代理者に橋谷田淳さんが選ばれ、新体制が決定しました。

新しい農業委員の皆さんは次のとおりで、任期は平成29年7月19日までです。

- |               |             |
|---------------|-------------|
| ◆第1選挙区        | 野沢・尾野本      |
| 長谷川 耕二(牛尾)    |             |
| 長谷川 文男(松尾)    |             |
| 佐藤 正光(下小島)    |             |
| 長谷川 正美(中野)    |             |
| 齋藤 博之(堀越)     |             |
| ◆第2選挙区        | 群岡・新郷・奥川    |
| 三瓶 常夫(山浦)     |             |
| 江川 新壽(上野尻)    |             |
| 佐藤 武雄(高目)     |             |
| 井上 國男(道目)     |             |
| 齋藤 常幸(橋屋)     |             |
| 佐藤 忠正(下野尻)    | 力(橋木平)      |
| ◆町議会推薦        | 橋谷田 淳(2町内)  |
| 三留 弘法(西林東)    |             |
| 中島 和男(上野尻)    |             |
| 高久 一志(柴崎)     |             |
| ◆農業団体推薦       | 会津いいで農業協同組合 |
| 嶋田 之仁(下野尻)    |             |
| 会津農業共済組合      |             |
| 薄 茂兵衛(平明)     |             |
| 町土地改良区        |             |
| 渡部 康弘(萱本)     |             |
| 〔選挙区は届出順、敬称略〕 |             |

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



## 森の恵み、草花の命を体感

東京電力福島第一原発事故で傷ついた森について考え、森林文化を再生、創造することなどを目的とする森のはこ舟アートプロジェクトの第一弾事業「草木をまとして山のかみさま」が6月28、29日に大山祇神社周辺で開かれ、参加者は自分で摘み取った草木の衣装を身にまとい、森の恵み、草花の命を体感しました。参加者約40人は山の神様のような姿で参道を練り歩き、神楽殿でその姿を披露しました。

こゆりちゃん  
トピックス



[写真]①②大山祇神社神楽殿の上で参加者を前に一人ずつ踊りを披露した子どもたち／③アーティストとして2日間指導にあたった華道家の片桐功敦さん(大阪府)／④⑨必要な分だけ自分で草木や花を採取する参加者(西平)／⑤⑩⑪アジサイなど色とりどりの草花の飾りで身を装う子どもたち(大久保集会所)／⑥大久保集会所から神楽殿まで太鼓や笛を鳴らしながら練り歩いた行列／⑦神楽殿前で草花の衣装を披露する参加者の皆さん／⑧踏み俵を履いて恥ずかしそうに写真撮影に臨む参加者(大久保集会所)

### 今月の表紙

6月28、29日に開催された森のはこ舟アートプロジェクト2014の西会津プログラム

「草木をまとして山のかみさま」に参加した子どもたちは、鮮やかな赤やピンク、緑、紫、黄色など香りもさまざまな季節の草花でかわいらしく頭を飾り、自然の恵みを肌で感じながら「山の神様」になりきっていました。



広報にしあいづ  
2014(平成26年)

8月号

発行：西会津町 編集：企画情報課  
☎0241-45-2211(代表)  
info@town.nishiaizu.fukushima.jp  
http://www.town.nishiaizu.fukushima.jp/



この広報紙は、環境に優しい大豆油インキを使用しています。