



深める「絆」 いわき市豊間小と冬季交流

P2～3 -特集- 冬の農業を追う

P4～5 全国人権作文コンテスツ県大会

西中生2名が奨励賞

P6～7 お済みですか申告の準備



めぐる てるお まりこ
目黒 輝夫さん 満里子さん

[牛尾]

夏場はキュウリ、そして冬は、アスパラガス、葉物と多品目

目黒さんは、町が耐雪型パイプハウスの導入を開始した平成16年度から3棟のハウスで冬季の農業を始めた。

その目的は、通年栽培を目指してハウスの使用回転数を上げ、さらに、春早くに農作業の準備が開始できると考えたからだ。現在は7棟のハウスを使って春は水稻苗栽培、夏秋にはキュウリ、トマト、冬にはアスパラガス（促成栽培）や小松菜、レタス、ブロッコリーなどを生産している。冬季の農業は11月中旬から準

備作業に入り、アスパラガスは12月に伏せ込みを行い、約1カ月後から2月の下旬まで出荷作業が続く。

ハウス内の加温は電熱線を使用し、気温が低いときにはストーブをたく。

「夏との決定的な違いは、光が不足していること、ハウスをつぶさないよう除雪に一番気を使う。出荷のタイミング調整も難しい。それでもハウスを導入し、安いいりす料、冬でも農業ができることが何よりもいい」

町では、冬季の営農活動を推進し、農業所得の向上を図ることを目的に、平成16年度より耐雪型パイプハウス貸付事業を開始。さらに平成21年度からは菌床シイタケの生産拡大、生産規模の拡大を図るため、菌床パイプハウス貸付事業も導入した。このハウスは町が整備し、農家の皆さんにリース（賃貸）する方式をとり、野菜については、町が推進する「ミネラル栽培」をリースの条件にしている。今年度まで町内には132棟のハウスが設置され、若手農業者による生産活動も盛んになってきている。今月は冬季の農業に取り組む農家の皆さんに話を伺った。

通年で

肉厚、おいしいシイタケを生産・加工

高久さんは、町の気候特性をはじめ、近年の健康志向、また、大量に栽培できるメリットなどから菌床シイタケに着目し、個人で設備を導入しようと計画していたところ、町のパイプハウス貸付事業が制度化されたため、導入に踏み切り、今年で3年目を迎えた。現在、ハウス2棟でシイタケ1万3000菌床、1棟でキクラゲ1500菌床を管理する。

シイタケは、1月に菌床を作り、10月に初めてシイタケが発生し、その後、一つの菌床で8〜9回の発生を繰り返して、翌年の6月下旬まで収穫が続く。自然発生型、無農薬による栽培方

法を採用し、生産コストを極力抑え、乾燥シイタケなどの加工にも取り組んでいる。導入時には栃木などの農家を視察し、この間、先に取り組んでいる農家からも指導を受けてきた。

「どれだけ良い菌床を作れるか、またハウス内に夏と秋の季節をつくるような温度と湿度管理が難しく、特に夏の管理が重要。近年、冬場の気温が低く、ハウス内を加温しても温度が上がらず苦労している」と一志さんは語る。シイタケの発生をコントロールできず、1万菌床のシイタケを一遍に発生させてしまった経験もある。

「経験が少なくても先輩など



たかく かずし かおり
高久 一志さん 香織さん

[柴崎]

農業を追う



はしやだ あつし
橋谷 淳さん
[2町内]

橋谷田さんは、平成18年度から冬季の農業を開始。現在は2棟のハウスで軟白ネギ「冬扇」を生産している。

通年での安定経営のため、春から5月いっぱい水稲の育苗、6月にネギを移植し、12月下旬から3月上旬までの間、毎日ネ

「軟らかさ、甘みが特徴の 「軟白ネギ」栽培に取り組む

ギの収穫作業が続き、商品に加工して町内小売店をはじめ、直売所に出荷している。今年度も12月から出荷が始まった。ハウスの加温は行っておらず、自然に近い状態で栽培している。ネギは冬に比較的多く消費される野菜で、栽培管理にあまり手が掛からず、収穫時期が長いといった特徴がある。「軟白ネギは軟らかく、糖度も高いため、関東産の露地ネギよりも重宝されるが、軟白ネギとしてブランド化されていないため、販売価格が上がらないのがネック」と橋谷田さんは現状を語る。



橋谷田さんが栽培した出荷前の軟白ネギ

耐雪型パイプハウスで生産された野菜やシイタケは、会津いで農業協同組合を通じて首都圏へ、また、町内外の小売店、直売所などに出荷されている。町の冬季の農業では、栽培品目の選定などの課題があるものの、近年、若手農業者が積極的に菌床ハウスを導入するなど、定住促進策の一端を担うことが期待されている。町では今後も農家の皆さんとともに雪国での「冬の元氣な農業」の実現に向けた研究、検討をはじめ、さらなる生産振興など、若者の定住や町農業の振興の柱となるように、引き続き冬季の農業を支援していく計画であり、町の主要産業である農業の新たな展開が課題となる。

と輝夫さんは語る。収穫は、毎日夕方1時間ぐらいかけて行う。当然のことながら夏のような暑さは無く、消費作業は、いらぬという。輝夫さんは「野菜栽培も経営は販売価格に左右される。今後は町の条件に合った品目の選定、花や野菜の苗栽培や、ハウスでの展示販売など、単に栽培する



目黒さん夫妻が栽培する生育中のみずみずしいレタス

だけではなく、考えていかなければならない」と語る。

冬の 特集

からの助言をもとに、しっかりと必要なことを行えば栽培できる。また、シイタケ栽培は女性にとっても軽作業。生産を始めて冬の仕事があり良かったと思う。今後は1菌床10サイクルを目標に、品質にもこだわり、さらに、廃菌床の堆肥化なども研究していきたい」と高久夫妻は今後の目標を語った。



高久さん夫妻が栽培する肉厚で実のしまったシイタケ



前列右から中村吉光支局長、齋藤美紅さん、瓜生咲季さん、佐久間雄彦校長、
後列右から人権擁護委員の長谷川孝志さん、伊藤政憲さん、田崎映子さん、
河原田哲哉教諭

権作文コンテスト 福島県大会

西中生2名が奨励賞 西会津中に感謝状



▲中村支局長から感謝状を受け取る佐久間校長



第32回全国中学生人権作文コンテスト県大会で、西会津中3年の瓜生咲季さん、齋藤美紅さんが奨励賞に選ばれました。

また、本コンテストに多くの生徒が参加した西会津中学校は、法務省人権擁護局長・全国人権擁護委員連合会長からの感謝状を受賞しました。

12月14日には、表彰の伝達式が西会津中学校で行われ、福島地方法務局若松支局の中村吉光支局長から瓜生さんと齋藤さんに表彰状が、西会津中学校の佐久間校長に感謝状が手渡されました。

今月号では、奨励賞を受賞した瓜生さんと齋藤さんの作品を紹介します。

皆さんもあらためて人権について考えてみませんか。



全国人

「高齢者の体と人権」

西会津中3年

瓜生 咲季さん

わたしは、日常生活の中で高齢者とかかわることがよくあります。わたしの住む町、西会津町は高齢化率が高いので当然のことだと思えます。実際、一緒に住んでいる祖母も70歳という周りから見れば高齢者の仲間入りをしていると思います。

最近、高齢者をばかにする若い人たちが増えていると思えます。わたしは今年、西会津中学校3年生で「高齢者疑似体験」をしました。最初は「こんなことをして何になるのだろう」と、とても疑問に思っていました。友達にサポーターや耳栓などを付け、体験



している姿を見て「つらそうだな」と、第三者の気持ちで見えています。自分がやったときに、みんなにサポーターなどを付けられていくたび体がうまく動かなくなってきました。そして、わたしに出されたお題は飲み物でした。

ペットボトルのキャップを開け、コップに水をついで、最後に閉めるという日常で何げなくこなしている動作です。そのコーナーに行き、キャップを開けようとしたのですが、手が思うように動かず、力も入らず、目もうまく見えなかったのです。なかなか開けられませんでした。そして、水をうまくコップにつくことができず、多すぎでこぼれそうでした。周りの友達がいなかったら、こぼしていたと思います。とても大変な体験でした。

しかし、わたしは大変だけでは片付けることができませんでした。今までのわたしの高齢者への目線、態度はどうだったのかと考えるようになりました。

わたしはこの体験を通して高

齢者に対する目線や態度が変わりました。何かあるとペットボトルの体験を思い出すようになります。もし自分がその立場だったらどうしようと考えようになりました。そうすると自然に優しく接するようになりました。

しかし、若い人たちは簡単に高齢者をばかにします。これからは生きていく中で、もし、そのような人が近くにいたら、しっかり注意したいです。高齢者の人権を否定することは、あってはならないことだと思います。そのようなことが無くなれば、高齢者の方々の楽しみはもっと増え、伸び伸びと生きていける社会がつくれるのではないかとわたしは思います。高齢者の人として生きていく権利を守っていかねばならないと思います。

若い人たちは、このことに早く気付けば、高齢者、そして障がい者も含めて誰にもばかにするような態度をとることはできません。わたしは、みんなが笑顔で生きて

いける社会になればいいなと思います。人権をみんなが大切にしていけることを願います。

「命の大切さ」

西会津中3年

齋藤 美紅さん

いじめ。どうしてするの？どうして人を苦しめるの？そもそも、いじめは、なぜ起きてしまうのでしょうか？

わたしは「そんなことをして何が楽しいのか、人を苦しめて、傷付けて、大切な命まで失われてしまう。そんなことをして何が楽しいのでしょうか？」

思います。テレビで最も多く取り上げられているいじめ問題。わたしはニュースや新聞などにいじめのことがあるたび、心が痛くなります。そのたびに「何で？」「どうして？」と思います。いじめというのは、突然起きるものではないでしょうか。毎日楽しかった日常が急につまらなくなってしまうということ。楽しかった学校生活、友達と笑いながら遊



んだ日々、何もかもがすぐになくなってしまつて、学校に行きたくないと思うようになってしまつてしまいます。

いじめのことを先生や親に言つたらもつとひどくなつてしまつて思っている人がいるかも知れませんが、それでも相談したほうがいいとわたしは思います。独りで抱えている方がもつとつらいと思います。なので、一度は先生や親、信頼できる友達に相談してみてください。少しずつ明るい生活が戻つてくると思います。

今、苦しんでいる人がたくさんいると思います。その半分の人が誰にも相談できないでいるかも知れません。そんなとき、子どもたちが安心して頼れるのはやはり両親や先生、また信頼できる友達ではないでしょうか。だから、あなたの周りで誰かが苦しんでいる、悩んでいる、いたりときには、そつと手を差し伸べて少しでも相談に乗つてあげてほしいと思います。最後に。

幸せという字から一を抜くと辛という字になります。本当にそのとおりだと思います。

「いじめ」というものは本当にあってはならないものです。いじめを止めさせるのはもちろんですが、その前に、いじめを起こさない、いじめを無くすということを行つてほしいと思います。

お済みですか申告の準備

町の申告受付期間は2月7日～3月15日

今年も町県民税の申告と所得税の確定申告の時期を迎えました。町では、2月7日から町県民税の申告納税相談を行います。この相談は平成24年中（昨年1月から12月まで）の所得を申告していただくもので、平成25年度の町県民税や国民健康保険税などの課税の基礎になる大切なものです。日程や会場については7ページのとおりで。必要書類を持参し、忘れずに申告してください。

1

申告が必要な方

平成25年1月1日現在、町に住所があり、次のいずれかに該当する方は、申告が必要です。

- (1) 営業、農業などの事業所得があった方
- (2) 家賃、地代などの不動産所得があった方
- (3) 株式の配当や生命保険の満期による所得があった方
- (4) 年金収入とそれ以外の収入があった方
- (5) 給与所得者のうち
① 給与以外の収入がある方
② 給与を2力所以上から受けた方
③ 年末調整をしていない方（中途退社やパートなど）
④ 給与収入が2千万円を超える方
⑤ 住宅などの取得により、住宅借入金（取得）等特別控除を受ける方

(6) 公的年金のみの方で社会保険料控除や生命保険料控除を受ける方

※税務署で確定申告をする方、所得税の青色申告をする方、あるいは電子申告（e-TAX）をする方は、町での申告は必要ありません。

2

期限までに申告を

期限まで申告を行わないと所得税の場合は、損失の繰越などが認められないことがあります。また、延滞税や無申告加算税が課税されることがあります。

町税においても、国民健康保険税の軽減が受けられなくなるほか、関係する証明書類の発行が受けられない場合があります。指定された日時に申告できない場合は、事前に町民税務課に連絡ください。

3

農業所得は 収支計算で

農業所得の計算は収支計算の方法になります。申告の際には昨年1年間の収入および経費を確認させていただきますので、支払った内容と月日の分かる領収書、通帳などの書類をあらかじめ整理し準備してください。

なお、農業所得関係計算書については、各世帯に配布していますので、事前に作成の上、持参ください。

農業所得関係計算書が作成されていない場合、受付を保留して再度申告に来ていただくこととなります。

【問い合わせ先】

町民税務課・税務係

☎45-2212

4

障害者控除 の対象

所得税法では、身体障害者手帳や療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の所持者のほか、65歳以上で身体障害者手帳、療育手帳の所持者に準ずる方も障害の程度によって「障害者」「特別障害者」として所得控除の対象とされています。

介護保険の要介護、要支援の認定にかかわらず、町から「平成24年中の障害者控除対象者」として認定を受けた方は、所得控除の対象になりますので、申告受付時までに認定書の交付を受けてください。

【問い合わせ先】

健康福祉課・福祉介護係

☎45-2214

喜多方税務署から お知らせ

喜多方税務署では、確定申告受付のため「申告書作成会場」を1階に開設しています。

◆開設期間

2月1日(金)～3月15日(金)

◆開設時間

午前9時～午後5時

◆注意事項

◇土・日曜・祝日は開設していません。

◇申告書作成会場の終了時間は午後5時となりますので、お早めに来場ください。

【問い合わせ先】

喜多方税務署

☎0241-24-5050

申告日程カレンダー

月	日	曜日	午前受付	午後受付	会場 受付時間
2	7	木	小屋・弥平四郎・弥生	小山・小綱木	奥川支所 ◆午前◆ 9時30分～11時 ◆午後◆ 1時～3時
	8	金	極入・大舟沢	杉山・梨平	
	11	月・祝	松峯・中町		
	12	火	真ヶ沢・宮野	山浦・出戸	
	13	水	向原・下松	道目・中ノ沢	
	14	木	塩・新町		
	15	金	荒木・高目・平明	滑沢・滝坂	町公民館 ◆午前◆ 8時30分～11時 ◆午後◆ 1時～4時
	18	月	小清水・漆窪・呼賀	原・新村・樟山	
	19	火	柴崎・橋立	井谷・八重窪・橋屋・戸中	
	20	水	白坂・屋敷・熊沢	宝川・楢木平	
	21	木	下野尻1・下野尻2	下野尻3・端村	
	22	金	徳沢	上野尻1・上野尻5	
	25	月	上野尻2・上野尻3	上野尻4・上野尻6	
	26	火	森野	萱本	
27	水	下小島	松尾		
28	木	尾登	縄沢		
3	1	金	青坂・程窪・泥浮山・長桜・軽沢	上小島	
	2	土	予備日【地区指定なし】		
	4	月	西林・出ヶ原	小杉山・黒沢	
	5	火	西林東・さゆりが丘	安座	
	6	水	牛尾・山口	堀越	
	7	木	大久保・中野	芝草	
	8	金	1町内・芹沼	2町内・3町内	
	10	日	予備日【地区指定なし】		
	11	月	4町内・西平・四岐	5町内・塩喰	
	12	火	10町内・牧	6町内・7町内	
	13	水	8町内	9町内1	
	14	木	9町内2	下小屋・西原	
	15	金	予備日【地区指定なし】		

【ご協力をお願いします】

1. 混雑が予想されますので指定日に申告ください。
2. 指定の日時以外、予備日に申告される場合は、事前に町民税務課・税務係(☎45-2212)に連絡ください。
3. 午前・午後とも受付時間内に受け付けてください。

5 次の物を必ず持参

収入金額が分かる書類など必要な書類が無い場合、原則として申告相談に応じることができません。必要書類は必ず準備の上、忘れずに持参ください。

① 印鑑

② 事業所得、不動産所得、配当所得、一時所得などの収入金額が分かる書類

③ 給与所得の方は、勤務先から交付された源泉徴収票

④ 諸控除の証明書や領収書、具体的には、生命保険・個人年金控除証明書、建物地震(火災)保険証明書、国民年金の領収書、医療費の領収書など

⑤ 農業所得のある方は、水利組合費、土地改良費、農機具代(トラクター、コンバイン、田植機など)の領収書

⑥ 税務署から確定申告書が届いた方は、その申告書

⑦ 所得税の納付や還付がある場合は、通帳および届出印鑑



橋屋地区の災害対策開始

平成23年7月の新潟・福島豪雨により住宅などの浸水被害を受けた橋屋地区の災害対策等緊急事業の起工式が12月25日に橋屋自治区で行われました。

この事業は、福島県が、再び水害が発生しないよう阿賀川の橋屋側沿線に約1億4千万円を投じ、400mの堤防を本年9月までに整備するものです。

起工式では、出席した福島県土木部の渡辺宏喜部長が「町民の皆さんの不安の解消、安全・安心確保のため事業を推進していきます」と式辞を述べました。その後、起工宣言が行われ、早速ダンプカーで盛り土が搬入され工事が始まりました。[写真:式辞を述べる渡辺土木部長]

多賀新誠さん「東北交通栄誉章」受章

交通安全思想の普及啓発など交通安全活動に尽力した功労者や優良運転者に贈られる東北交通栄誉章[東北管区警察局長・東北交通安全協会長連名表彰]を多賀新誠さん(10町内)が受章し、12月26日、その報告のため町役場を訪れました。

多賀さんは、20年以上無事故・無違反を継続し、長年にわたり交通安全協会の役員を務め、交通安全活動に尽力してきた功績が認められ、このたび受章しました。

報告を受けた伊藤町長は「大変名誉な表彰の受章おめでとうございます。これまでの功績に感謝します」と受章をたたえました。



善意に感謝します

12月14日、歳末助け合い実行委員会の生江克志委員長らが、12月9日に開催した歳末助け合いチャリティーショーで寄せられた益金の寄付のため町役場を訪れました。

このチャリティーショーは、新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが地域で安心して暮らすことができるよう、歳末助け合いを目的に毎年公民館で開催され、町民の皆さんの趣味の発表の場にもなっています。

生江委員長は「健康づくりの応援事業などに活用いただければ」と伊藤町長に寄付金を手渡しました。

安全運転の再認識のため

会津バス野沢営業所では、毎年、従業員を対象とした交通安全法令講習会を開催し、交通事故防止に努めています。

今回は、12月10日から1月7日までの年末年始の交通事故防止県民総ぐるみ運動に合わせ、12月22日に講習会を開催しました。

講習会では、西会津交番の伊藤正一所長が、交通事故の発生状況をはじめ、町の交通事故の特徴、飲酒運転の根絶とシートベルト着用の重要性などについて講義を行いました。講義の後には、受講者からさまざまな質問が出され実り多い講習会になりました。(写真提供:西会津交番)





新春を祝う

恒例の新春交歓会が1月9日、町公民館で開かれ、およそ200人が参加し新春を祝いました。

交歓会では、伊藤町長が「今年は、住んでみたい、行ってみたい町づくりをテーマに、町の発展のためしっかり取り組んでいきます」とあいさつしました。その後、野沢小唄保存会の皆さんが「会津野沢小唄」を披露し、続いて、伊藤町長、武藤町議会議長、来賓の皆さんが威勢のよいかげ声に合わせて鏡開きを行いました。

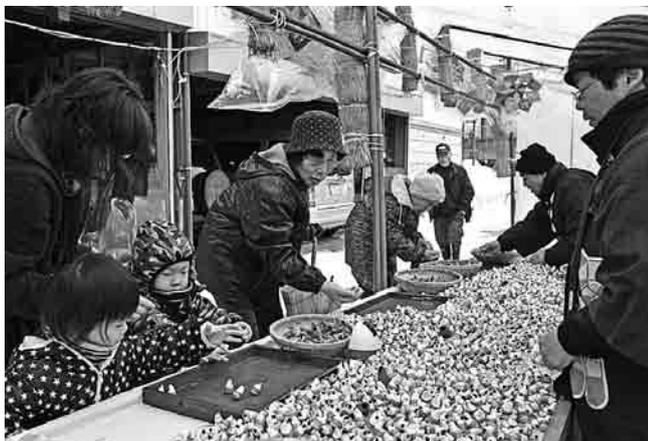
今年の交歓会では、西会津産の食材を使った料理のほか、郷土料理や沖縄料理も振る舞われ、参加者は味わいながら歓談していました。

無火災を誓い

1月6日、消防出初式が約250人の消防団員、女性消防団員が参加のもと行われました。熊野神社での無火災祈願祭の後、野沢中央通りなどで閲団式、分列行進が行われました。

消防団員の皆さんは小雪が舞う中、ラッパ隊の吹鳴に合わせて一糸乱れぬ分列行進を披露しました。

続いて会場を道の駅にしあいづに移して出初式が行われ、式では伊藤町長が「火災ゼロ達成、自然災害時の迅速な対応など町民の安全・安心確保に向け尽力いただきたい」とあいさつしました。出初式後には、無火災を祈願してもちつきが行われ、来場者に振る舞われました。



小雨の野沢初市にぎわう

野沢初市が1月13日、野沢駅通りで開かれ、多くの露店が軒を連ねました。野沢初市は、荒れ市ともいわれていますが、この日は小雨で昼には晴れ間がのぞきました。

午前11時から野沢駅通り商店会の役員らが集まり神事が行われ、伊藤真一会長があいさつし、商店会の発展を誓いました。続いて、伊藤町長、伊藤正一西会津交番所長が祝辞を述べ、鏡開きを行い今年一年の商売繁盛を祈願しました。市では、高々な「いらっしゃいませ」という声と、縁起物の風車や起き上がり小法師を買い求める家族連れでにぎわいました。

新郷小「発祥の地」を保存

新郷小学校閉校記念実行委員会では、12月17日、滑沢の正源寺に同校発祥の地の記念碑を建立しました。

旧新郷小学校は、明治6年に奥川の吉田小学校の分校として正源寺に開設され、明治18年に樟山に移転するまでの約12年間、児童たちの学び舎になりました。この発祥の地を保存するため、記念碑建立が役員の話し合いで決まりました。記念碑の完成にあたり閉校記念実行委員会の長谷沼清吉実行委員長は「ここに記念碑が完成しました。関係者の皆さんに御礼申し上げます」と感謝の言葉を述べました。[写真：右から長谷沼清吉実行委員長と同校最後のPTA会長を務めた長谷沼勉さん]



保健指導員の活動を紹介

皆さんの健康づくりをサポート



町では、「健康がいちばん」をキャッチフレーズに食・運動・健（検）診の三つを柱に町民の皆さんの健康づくりに取り組んでいます。

今月は、その一つである健（検）診の受診率向上に向けて活動している保健指導員の皆さんを紹介します。

保健指導員とは？



町では、町民の皆さんの健康保持などを目的に、昭和39年に保健指導員の制度を設けました。現在116名の保健指導員の皆さんが町長からの委嘱を受け、自治区の健康に関する身近な相談役として活動しています。

保健指導員の役割は？

保健指導員は、町民の皆さんが各種健（検）診や、そのほかの保健サービスがスムーズに受けられるよう年に5回程度、会議や研修会に参加しています。また、検診意向調査票の配布や回収のほか、働き盛り健（検）診や、総合健（検）診、各種がん検診の受診記録配布などを行っています。さらに、自治区で行われる健康教室等の各世帯へのお知らせや、会場の準備など一人でも多くの方が相談を受けられるように活動しています。

保健指導員さん インタビュー



渡部 眞理子さん
(5町内)

渡部さんー保健指導員になって今年で4年目になります。今までお会いしたことがない方もお話をする機会が多くなりました。また、住民の皆さんの健康だけではなく、自分自身も健康に気を付けるようになりました。

研修会では、骨粗しょう症の講話や健診についてなど、大変参考になる話を聞き学んでいます。

保健指導員として一人暮らしの方や、体に障がいを持つ方と接するようになり、お手伝いが必要な方には、たまた用紙を配るのではなく、一緒に読み上げながら記入をお願いするように心掛けています。

健康は、若いときからの少しずつの積み重ねが大事ですので、日々の食生活などに気を付け、これからみんな健康づくりに取り組みましょう！



五十嵐 茂子さん
(大舟沢)

五十嵐さんー大舟沢に嫁いでから20年以上保健指導員として活動しています。地区では住民が減少し、世帯も減っています。高齢化が進んでいるため、みんなに分かりやすく丁寧に説明を加えながらお知らせしています。

仕事柄多くの方とかわるごことが多く、自分の受け持ち自治区だけではなく、ほかの自治区の方からも相談を受けることがあります。

「インフルエンザの予防接種はもう打ったかい」「健診の用紙をなくさないように」などと声掛けをこまめに行い、保健指導員として顔の見えるかわりを持つように心掛けています。

皆さんが健康で長生きできることを願っています。年に一回は必ず健診を受けるようにしましょう！

16歳以上の皆さんへ
「意向調査」が始まります

毎年行っている健（検）診の意向調査に加え、16歳から29歳までの方を対象に県民健康管理調査の意向調査を合わせて実施します。

従来の20歳以上の女性および30歳以上の男性に対する来年度の健（検）診の意向調査も行います。該当する健（検）診項目についてご記入ください。年に一度は健（検）診を受けましょう。

65歳以上の皆さんへ
「生活機能アンケート」実施

65歳以上で、介護保険の要介護・要支援に該当していない方に対し、生活機能アンケート（基本チェックリスト）を実施します。アンケートは保健指導員を通じて健（検）診の意向調査と一緒に配布されますのでご記入ください。

「意向調査・生活機能アンケート」の記入上の注意

◆記入漏れがないようお願いします。

◆期日内に必ず担当の保健指導員への提出をお願いします。

◆ご不明な点は担当の保健指導員または健康支援係にお尋ねください。

【問い合わせ先】

健康支援係 ☎ 45-4532



スポーツ吹き矢

スポーツ吹き矢は、5～10メートル離れた円形的的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。

性別・年齢を問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。

腹式呼吸をベースにしたスポーツ吹き矢の呼吸法は、精神集中や血行促進、細胞の活性化に役立つほか、精神力・集中力が身に付くと言われています。

■スポーツ吹き矢の基本動作■

- ① 的に向かい一礼をします。
- ② 足を肩幅に開いて構え、矢を筒に入れます。
- ③ 両腕で筒を上げながら鼻から息を吸います。
- ④ 筒を下げながら口から息を吐ききります。
- ⑤ もう一度、的を見て息を吸いながら筒を的に向けます。
- ⑥ 狙いを付けます。
- ⑦ 一気に吹きます。
- ⑧ 呼吸を整えます。
- ⑨ 的に向かい一礼をします。



吹き矢講習会



的に矢を放つ



昨年の町民カローリング大会

第3回町民カローリング大会

- 開催日 2月16日(土)午前8時30分から
- 会場 さゆり公園体育館
- 部門 一般の部
小学生の部(小学3年生以上)
- 参加費 無料
- 申込 2月12日(火)まで3人1チーム
で公民館に申し込みください

【問い合わせ先】

町公民館 ☎45-3244

気軽にカローリングスポーツ

さゆりでも ゼンでも だれでも

ニュースポーツとは、技術やルールが比較的簡単で、勝敗よりも「楽しみ」や「交流」「体力づくり」に重点を置いた新しい生涯スポーツです。

公民館では、生涯スポーツの一環として冬期間でも気軽に楽しめるスポーツ吹き矢やカローリングなどを行っています。

カローリング

氷上のスポーツ、カローリングをヒントに室内で気軽に楽しめるスポーツとして1993年に誕生しました。

カローリングの石の代わりに高性能ベアリングを付けた「ジェットローラー」を使い、11メートル離れたポイントゾーンを狙います。

カローリングのように氷を張ったリンクを必要としないため、体育館やホールなど一般的な施設で行うことができ、体力の心配もいらず気軽に行えるのが最大の魅力です。

■カローリングのルール■



カローリングは、1チーム3人の競技者が相手チームの選手と交互にジェットローラーを投球して得点を競います。

ジェットローラーは、だいたい色、青、緑、黄、黒、赤の6色で、1人2回投球します。

基本的なルールは試合の終了時にポイントゾーンの中心に最も近い位置にジェットローラーを停止したチームが勝ちとなりますが、ポイントゾーンに止まっているジェットローラーの数によって得点を競い合うなど、大会や地域によって独自のルールで行われています。



町民バトンタッチ

せい の 清野 たく ま 琢麻さん [下小島]

すとう けん 須藤 謙さん (1月号から) メッセージ

近いうちにみんなで集まろう!!

あなたの趣味は?

スポーツ、ボクシング (若松のジムに2年ぐらい通っています)

最近感動したことは?

大切な友達と出会えたこと

自分を一言で表現するとしたら?

負けず嫌い

あなたのモットーは?

人生は一度きり悔いのないように

特技は?

サッカー

熱中していることは?

サッカー (週2回練習しています)

これからやってみたいことは?

友達との海外旅行

次の方を紹介してください

H・Iさん (7町内)

『サッカークのスパイクです』
「これが、おれの相棒です」
とっておきの物は?



町民 ギャラリー

上野尻俳句会

初売りの銀座三越震度七
折れやすきシャープの芯や寒に入る
孫の名にすぎシャープの芯や寒に入る
ひ孫らと遊ぶじゃんけい老いの春
一行に万感こめし賀状かな
寒稽古女剣士のするどき瞳

薄 浩行 (上野尻)
斎藤五早男 (上野尻)
清野 ふみ (上野尻)
長澤 幸 (芝 草)
星 よしこ (上野尻)
渡部ミツイ (芝 草)

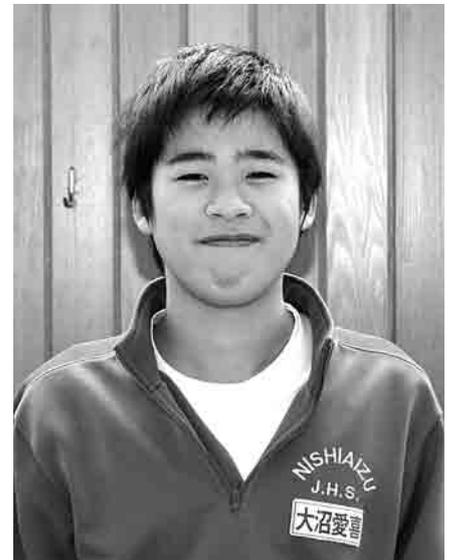
聞いて! わたしの夢

ここでは西会津中学校の生徒の皆さんに、自分の想い描いている夢や目標などを話していただいています。

今月は、3年・元剣道部部長の大沼愛喜さんです。

わたしの夢——

「僕が将来なりたい職業は、プロレスラーです。小学生のころまでは、あまりプロレスに興味はありませんでしたが、ある日、兄がプロレスのテレビを見て僕も一緒に見るようになったことがきっかけです。プロレス界は厳しいことがたくさんあると思いますが、自分が決めた夢なので、これから地道に努力して夢をかなえたいです」



努力していること——

「日ごろから筋力トレーニングで体を鍛えています。家では大きな物を運ぶときには欠かさず手伝っています。そのときは達成感がありうれしいです。いつでも重い物や大きな物を運べるように毎日トレーニングするようにしています」

最後に未来の自分に一言——

「厳しい練習や、つらいことがあっても強い気持ちを持って自分自身を信じれば必ず達成できます。あきらめずにがんばってください」

まちの人口 ～1月1日現在～ (前月比)

人口	7,464人	(-13人)
男	3,596人	(-4人)
女	3,868人	(-9人)
世帯	2,802世帯	(-2世帯)

戸籍の窓口 ～12月受付分～ 〈敬称略〉

お誕生おめでとう

鈴木 清志郎^{きよしろう}くん 英之・由美 下小屋
 渡部 ゆりちゃん 和徳・久美江 さゆりが丘



お悔やみ申し上げます

星 トミエ (83) 邦 孝	母	4町内
渡部 オミス (89) 聡	祖母	5町内
伊藤 シゲノ (100) 嘉 宣	母	10町内
二宮 マツイ (92) 勝 男	叔母	松 尾
渡部 愛 子 (77) 晋	母	縄 沢
三橋 宏 (82) 早 苗	父	縄 沢
佐藤 幸 男 (91) 幸 悦	父	出ヶ原
長谷川 ヨシノ (98) 恵 一	母	牛 尾
佐藤 更 生 (77) 啓 子	夫	滝 坂
宮澤 ウ メ (93) 善 昭	母	小綱木



見守ります あなたの健康

県では、原子力災害による放射線の影響を踏まえ、皆さんの健康を長期にわたり見守っていきます。その出発点として県民健康管理調査・問診票を提出いただいた方には外部被ばく線量をお伝えしています。まだ問診票を作成していない方は提出をお願いします。

県と県立医科大学では、この県民健康管理調査・問診票に関する出前書き方説明会や相談会を要望に沿って開催します。開催日時は、土日曜、祝祭日を除く午前9時から午後4時までの間で、1回あたり10名～15名まで対応が可能です。

【問い合わせ先】

県立医科大学・県民健康管理センター
 ☎024-547-1786

喜多方警察署長から感謝状贈呈



昨年中、喜多方警察署管内で交通安全、防犯活動など警察業務に功績のあった功労者への感謝状贈呈式が1月5日、喜多方警察署で行われました。

町内では次の皆さんが受賞し、喜多方警察署の阿部明弘署長から感謝状が手渡されました。(写真提供：西会津交番、前列右から三留晃衛さん、山本隆夫さん、阿部明弘署長、長谷川幸夫さん、伊藤徳樹さん、町ケーブルテレビ)

◆個人表彰◆

剣道術科講師功労

山本隆夫さん(4町内)

少年警察ボランティアとして

非行防止活動推進功労

三留晃衛さん(西平)

除雪など交番業務功労

長谷川幸夫さん(安座)

駐在所の福利厚生功労

矢部タミさん(中町)

◆団体表彰◆

防犯活動への功労

西会津町防犯連絡所協議会

会長 伊藤徳樹さん

警察広報活動への功労

西会津町ケーブルテレビ

検視業務に対する協力功労

西会津診療所

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

いわき市豊間小との冬季交流から

20年以上続く豊間小との交流事業。初日の出会いの集いでは、豊間小の橋本悠星さんが「楽しみにして来ました。西会津町の皆さんに感謝します。思い切り遊んで思い出をつくりたい」とあいさつしました。豊間小・西会津小の両校の児童は、初日のかまくらやミニ灯籠製作、2日目は雪上運動会で交流して友情を確かめ合い、最後に行われた集いでは別れを惜しんでいました。

こゆりちゃん トピックス



①歓迎の言葉を述べる西会津小・伊藤亜久里さん／②あいさつする豊間小の橋本悠星さん／③学校発表・豊間小／④学校発表・西会津小／⑤プラスチックカップでのミニ灯籠づくり／⑥交流が続くことを願って手作りのミニ灯籠に「友情の火」をリレー／⑦初日に行われた「かまくら」づくり／⑧雪上みかん拾い／⑨雪上運動会・ドリブルリレー／⑩スキーむかで競争／⑪土のう袋リレー／⑫そりリレー／⑬2日目は晴れ間がのぞいた会場のふれあい広場

今月の表紙

平成2年度県小中学校音楽祭出場前夜に奥川小の楽器が焼失し、いわき市民の皆さんから多大な寄付が寄せられ始まった豊間小との交流事業。東日本大震災で豊間地区は大きな被害を受けましたが、5年生26名が1月18日、元気に来町し、2日間にわたり冬季交流が行われました。豊間小・西会津小の児童たちは昨年8月の夏季交流以来、5カ月ぶりに銀世界で友達と再会し、雪上運動会などを通してさらに絆を深め思い出をつくりました。

