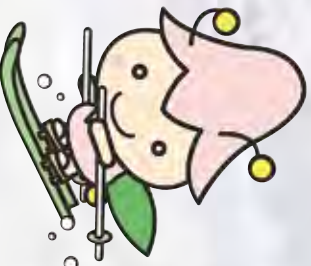


# にしあいつ



## 初めての雪国に興奮 沖縄の子供たち歓声

- P2～4 -特集-  
産品づくりへ・加工の取り組み
- P5 平成25年度「米」  
生産数量目標決定
- P6～9 第23回西会津雪国まつり開催
- P10 町内児童生徒が大活躍  
-町教育顕彰・表彰式-





# 特集 産品づくり入りへ

**奥** 川こらんしょ村は、奥川地域づくり会議の農産物加工部会で、農業の活性化に向けた産品づくりを目的に、平成23年4月に活動を開始した。メンバーは現在10名。旧奥川寄宿舎を拠点に、毎日のように活動している。こらんしょ村では、地元でとれた山菜や野菜を使ったさまざまな惣菜のほか、こづゆ、マイタケやキクラゲご飯の素などのレトルト食品を製造している。

高圧殺菌釜で加熱殺菌されたレトルト食品は、常温での保存が可能で、賞味期限も長く保てるといったメリットがあり、会津地域で製造しているところは少ないという。取材で伺った日には、町特産の車麩くるまぶを使った惣菜、そうめんカボチャの甘酢漬、こづゆ、ミョウガのみそ漬けなどの製造作業が行われていた。

現在、出来上がった商品は、道の駅よりつせや、地元奥川地区の小売店で販売されている。このほか、町内外の業者などからの受託製造も行っている。

何よりも「奥川らしさ」にこだわり、さまざまなアイデアをもとに、常に新しい商品開発に取り組み、さらに、商品のネーミングもひと工夫する。

三瓶さんは「活動を開始し、間もなく二年、製造依頼の注文が徐々に増えてきた。受けた注文は必ずこなすことを第一に、町おこし、農業の活性化に向けて加工を継続するため、収支にも目を向け経営を安定させていきたい」と語る。

## 地元、奥川の味にこだわる 手作り『惣菜』



奥川地域づくり会議  
奥川こらんしょ村 部長  
さんべい  
**三瓶 たかさん** [山浦]

## INTERVIEW 1



町文化と産業祭・第1回農林産物加工品の部で大賞を受賞した「舞茸ご飯の素」



旧奥川寄宿舎での奥川こらんしょ村の加工品製造



奥川こらんしょ村が受託製造するレトルトの郷土食「こづゆ」



「おやき」に最後の焼き印を入れる作業 (こゆりちゃん倶楽部)



出来上がった「おやき」(手前)と中の餡になる野沢菜(右奥)、きんぴらごぼう(左奥)



薄く広げた小麦粉の皮で餡を包み「おやき」が作られる





町では、町内の農林産物を使った加工品の製造、開発、人材育成を目的に、平成22年度に加工研修会をスタートし、同時に昨年度は、国の補助事業で加工グループの活動施設の整備支援をはじめ、山菜、ブルーベリー、菌床シイタケ・キクラゲなどの特産品を生かした商品開発の支援を行った。さらに、旧群岡中に町農林産物加工研修所「こゆりちゃんキッチン」を開所した。

今月号では、町の新たな産品づくりに向けて加工に取り組む団体の代表の皆さんに話を伺った。  
 (写真：東京都葛西のイトーヨーカドー内に設けられた県のアンテナショップ・ふくしま市場で今年1月に手作りの加工商品をPR・販売した皆さん)

# 加工の取り組み

## 食感もっちり、香ばしい 5種類の『おやき』作り

**こ** ゆりちゃん倶楽部は、町主催の加工研修の受講者7名で、昨年2月に開所した町農林産物加工研修所・こゆりちゃんキッチンを拠点に、おやき作りに取り組んでいる。

小麦粉を練った皮で、野菜などの具を包んだおやきは、特に長野県で盛んに作られているが、近隣で製造されていなかったため、同倶楽部では加工品として選定した。そして昨年9月には、研修で長野県小川村の「小川の庄」を訪れ、作り方を実習してきたという。

おやきの餡は、小豆あん、野沢菜、きんぴらごぼう、りんごのシロップ煮、エゴマの5種類で、小麦粉で作った皮を薄く広げ、餡を包み、まず表面を焼いてか

ら蒸して、焼き印を押して出来上がる。出来上がったおやきは、真空パックや冷凍で保存し、文化と産業祭などのイベントで蒸かして販売している。

おやきの製造開始直後だった昨年の雪国まつりでは、来場者に試食してもらい餡や値段などについてアンケートを実施した。

「一つ一つ形は違うが、すべて手作りのおやき。慣れるまでは餡を包む作業が難しく、焦がしてしまうなど、何度も失敗を繰り返し、ようやくここまで辿り着いた。今後は地元野菜や山菜を使い餡の種類を増やしていきたい」と新田さんは語る。

加工の取り組み開始から、ちょうど一年がたち、今、会員の皆さんは、おやきのほか、それぞれ個人で惣菜や漬物といった加工品にも挑戦している。

新田さんは「おやきの真空パック商品が完成したので、道の駅よりつせでの販売など販路を広げていきたい。また、イベント開催時には必ず出店し、皆さんにぜひ食べてもらいたい」と目標を語る。



こゆりちゃん倶楽部 代表  
 新田 房子さん [芝草]

INTERVIEW **2**



# INTERVIEW 3 ● 添加物なしで安全・安心、手作りのジャム



下小島さゆり農園加工組合 代表

## さとう 佐藤 アサ子さん [下小島]

シールで固定し、ラベルを張り、そして商品になる。これらの作業はすべて手作業で行われている。

瓶詰めされて出来上がった商品は、イベントでの直売や、業者委託による宅配などで販売されている。贈答用の土産物として購入する地元の人も増えたという。

「今年1月下旬、東京都葛西の大型スーパーに行き、店内の『ふくしま市場』にジャムを並べ、売れたことに感動した」と佐藤さんは売れる喜びを語り、また、添加物を一切使わず、安全で安心な手作りジャムへのこだわりを強調した。

組合では昨年度、町が取り組んだ国の補助事業を活用し、下小島の住宅を加工所に改修し、新たなスタートを切った。

佐藤さんは「今後、ホウレン草やニンジン、枝豆といったミネラル野菜のジャム作り、さらに、ジャムを使った料理レシピを考えていきたい」と抱負を語る。

今回取材した加工グループは、いずれも町おこしや農業の活性化に熱意を持ち、さまざまなアイデアや工夫によって農林産物を産品に磨き上げ、また、楽しみながら加工の取り組みが行われていた。

町では、今年度も引き続き加工品の製造、開発、人材育成を目的に、加工研修会を開催し、今年度は32人の受講者が加工基礎コース、商品開発コースで食品加工の知識や技術を学んだ。

さらに今年1月には、都内の県のアンテナショップ・ふくしま市場で、一般消費者を相手に初めて自ら製造した商品のPR・販売を実践し、消費者の反応やニーズを調査した。

消費者の健康志向・自然志向・本物志向の高まりを背景に、こうした安全・安心な地元産の農林産物、手作りにこだわった加工の取り組みは、消費者の注目を集め、需要が増す潜在的な可能性は高く、町の主要産業である農業の振興に結びつくものと期待が高まる。

今後も町では、加工の専門講師をはじめ、先進地の活動団体などから講師を迎え、加工研修会を継続していく考えであり、取り組みのすそ野が広がり、多様なアイデアのもと、消費者のニーズに合わせて、加工によっていかに町内農林産物の付加価値を高められるかが課題となる。

## 愛情を込めて作る 甘さ控えめの『ブルーベリージャム』

**下** 小島さゆり農園加工組合では、平成22年からブルーベリーを使ったジャム作りに取り組んでいる。

平成16年、遊休農地にブルーベリーの苗300本を植え、平成19年から収穫が始まった。品種はブルーレイ、ジャージーなど。その収穫の残りを冷凍保存し、冬場、ジャムに加工・商品化し、販売している。

町開催の加工研修で講師を務めた山際博美氏と出会い、友人と加工技術の指導を受けて本格的なジャム作りが始まった。

現在、組合員は11名。組合員の職業がそれぞれ異なるため、組合員の仕事に合わせ、それぞれ自分ができる作業を担当する柔軟な組織にしている。

「ジャムは、堅さ、甘味、酸味のバランスが難しい。堅さの加減は、煮詰めながらかき混ぜる手の感触で決めるしかない。何より、みんなで集まって作業できることを楽しみにしている」と佐藤さんは語る。

作ったジャムは、煮沸した瓶に詰め、再度の瓶の煮沸を経て、ふたをキャップ



瓶詰めされたブルーベリージャムとジャムを乗せたヨーグルト(中央)と、大根の酢漬けにジャムを乗せたメニュー(手前右)



# 平成25年産「米」 生産数量目標決定

昨年12月26日、平成25年産米の生産数量目標が県から配分されました。  
町に配分された数量は約3,127トン、面積換算では、およそ592ヘクタールで、対前年比2.7パーセントの減となりました。  
今月号では、その内容についてお知らせします。

## 町への 配分数量

### 配分数量

3,126.787トン  
(前年比143.425トン減)

### 面積換算値(配分面積)

592.2479ヘクタール  
(前年比27.0145ヘクタール減)

### 農家の皆さんへの配分では、

◆23年産米から実施してきた認定農業者等への追加配分の縮小を当初計画に基づいて完了し、25年産米については、県から配分を受けた**全数量を一律に配分することになります。**

◆配分率は60.3パーセント、転作率は39.7パーセントとしました。

### 生産数量目標の

### 県の配分方針

県では、各市町村への生産数量目標の配分にあたって市町村間・農業者間の公平性に配慮し、また、農業者戸別所得補償制度の推進を図るため、23年産米から実施してきた激変緩和の経過措置を当初の計画に基づいて完了し、一律に生産数量目標を配分しました。

### 農家の皆さんへの

### 配分方法は、

県の配分方針や、国の指導などを踏まえ、2月8日に開催された町農業再生協議会で町内農家の皆さんへの配分方針が協議され、配分率は60.3パーセントに決定しました。具体的な25年産米の配分方法は図1のとおりです。

農家の皆さんへの配分数量(面積換算値)の通知書は、農事連絡員を通じて配布します。併せて営農計画書も配布しますので、25年産の水稲や、転作作物など

### 生産数量目標の

### 県内での地域間調整

25年産米でも、町では、義援の意味合いも含め、作付けができない地域に配分された生産数量目標のうち、必要な数量を購入し、JA受託数量として町内農家の皆さんの生産調整達成に活用することになりました。

### 「戸別所得補償制度」が、

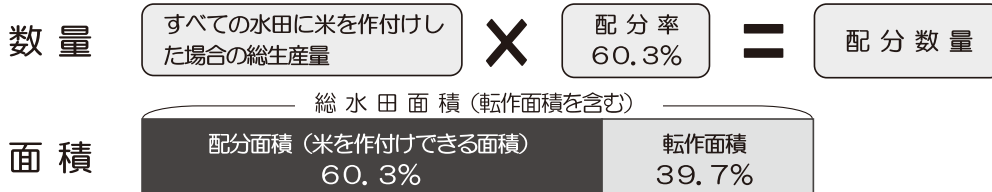
### 「経営所得安定対策」に

国が実施している農業者戸別所得補償制度は、経営所得安定対策と名称が変更されますが、25年度も同じ枠組みで実施されます。詳しい内容は4月号であらためてお知らせします。

### 【問い合わせ先】

農林振興課・農政係 ☎45-4531

## 【図1】25年産米の配分方法



### 配分数量・面積の計算例

水田経営面積が100アール、10アール当たりの収量500kgの場合

【配分数量】総生産量5,000kg × 配分率60.3% = 3,015kg

【配分面積】経営面積100アール × 配分率60.3% = 60.3アール(転作39.7アール)



第23回西会津雪国まつりは、町ならではのユニークなイベントや、冬の伝統行事を通して「雪国にしあいつ」を再発見し、また、全国への情報発信、地域間交流による活力ある町づくりを目的に、2月10日、さゆり公園ふれあい広場で開催され、県内外から多くの人が訪れました。

オープニングセレモニーでは、町ふるさと振興推進委員会委員長の伊藤町長が「雪に親しみ、多彩なイベントに参加し楽しんでください」とあいさつしました。続いて鏡開きが行われ、雪国まつりが幕を開けました。この日は時折、雪が降る空模様でしたが、来場者は多彩なイベントや、雪のれん市などで雪国・西会津を満喫しました。



# イベント盛りだくさん多彩に

## 第23回西会津雪国まつり 開催

雪国まつり  
フォトギャラリー

2013

～出会い、発見、創造



### 堂々とエイサー披露

オープニングセレモニーでは、沖縄県大宜味村の児童生徒が沖縄の郷土芸能「エイサー」を堂々と披露し、イベントの開幕に花を添えました。

今回の歳の神は「寺前自然塾」の協力で行われ、準備作業から宮城教育大学の学生らも加わりました。

無病息災を願い「歳の神」



### 真冬に「かき氷」?

若者まちづくりプロジェクトの企画により、今回初めて「かき氷早食い選手権」が開催され、20名の参加者が頭痛を我慢し競い合いました。結果は優勝・長島諒汰さん(喜多方市)、準優勝・岡島康雄さん(いわき市)、3位・鈴木宏幸さん(会津若松市)。





## フィナーレを花火が飾る

午後6時から、雪が舞う夜空に200発の花火が打ち上げられ、雪国まつりはフィナーレを迎えました。



## 日本新記録 樹立

桐ゲタ飛ばし全国大会・一般女子の部では芝草の黒澤恵美さんが日本新記録で優勝し、委員長の伊藤町長から日本記録認定証が手渡されました。新しい記録は19m 48cm。

みかんに付いた番号の抽選で豪華景品が当たる西会津ルールの上みかん拾い。参加者はスタートの合図で、われ先にと走り出しました。今回も高揚塾と奥川婦人会の皆さんの協力により開催されました。  
**われ先に、雪上みかん拾い**



恒例の桐ゲタ飛ばし全国大会には、町内外から70人が参加し、一人ずつはだして思い切りゲタを飛ばしました。勢い余ってステージから転げ落ちる参加者もいて、歓声が上がりと会場は熱気に包まれました。

## メイン・イベント「桐ゲタ飛ばし全国大会」



## 桐ゲタ飛ばし全国大会結果[優勝者]

小学生男子の部・杉崎奨さん(阿賀町)、小学生女子の部・佐藤志帆さん(郡山市)、中学生男子の部・杉崎丈二さん(阿賀町)、一般女子の部・黒澤恵美さん(芝草)、一般男子の部・斎藤和敬さん(萱本)



## 全力で、雪上運動会

多数のチームが参加し、踏み俵競争、むかで競争、そりリレーの3種目による雪上運動会が開催されました。結果は小学生の部が1位・沖縄A、2位・会津坂下学童野球、3位・チーム5年男子、一般の部[1回目]1位・西会津町商工会、2位・にしあいづ福祉会、3位・やんぐおばーず、一般の部[2回目]1位・西会津町職員互助会、2位・(株)フロントライン、3位・宮城教育大学仙台いぐね研究会。

雪上運動会ではランニング姿で張り切る選手も。

### ランニング姿で踏み俵



雪灯籠・雪像コンクールが開催され、各団体の力作が会場を取り囲みました。入賞団体は、町長賞・10町内会、町商工会長賞・4町内会、会津いで農業協同組合長賞・尾野本地区老人クラブ連絡協議会、町森林組合長賞・牧自治区、福島民報社賞・若者まちづくりプロジェクト、福島民友新聞社賞・5町内会。

### 力作ぞろい雪灯籠・雪像

来場した子供たちは、時間を忘れて「ジャンボ滑り台」や「ジャンボ雪だるま」で、そり遊びを楽しみました。

### 思い切り遊ぶ子供たち



### スノーモービルに歓声

スノーモービル乗車体験では、子供から大人までが交互に搭乗し、雪煙を上げての疾走に大きな歓声を上げていました。



雪のれん市・出店コーナーでは、町商工会青年部の皆さんが、町のご当地B級グルメ「味噌ラーメン」を販売し、来場者は長い列をつくりました。青年部の皆さんは、町内外からの来場者に笑顔でゆでたてのラーメンを振る舞いました。

### 笑顔で味噌ラーメン振る舞う



### 雪のれん市・出店コーナーに人の列

時折、雪が強く降るにもかかわらず、雪のれん市・出店コーナーは大勢の人でにぎわいました。



会場のさゆり公園ふれあい広場では、4日から重機でのジャンボ雪だるま、滑り台づくりが始まり、急ピッチで作業が進められました。また、9日朝からは、各団体の皆さんによる雪灯籠・雪像製作が行われました。急ピッチで準備作業



## 雪国まつりフォトギャラリー 2013



### 10町内会に町長賞

今回の雪灯籠・雪像コンクールには23団体が参加。10町内会が西会津町長賞を受賞し、オープニングセレモニー後の表彰式で伊藤町長から本間芳信自治区長に賞状が贈られました。



### 体育館では町長杯争奪親善輪投げ大会

同時開催された町長杯争奪親善輪投げ大会でも熱戦が繰り広げられ、各チームの選手が腕を競いました。大会には40チームが参加し、優勝・萱本A、準優勝・長寿A、3位が上野尻Bと本町Aチームという結果でした。

雪国まつりの前日から町内各地に雪灯籠が設置され、ろうそくの炎が町内の通りを温かく照らし、雪国まつりの開催を盛り上げました。[写真:10町内の路地を照らすミニ灯籠]

### 町内各地に雪灯籠





# 町内児童生徒が大活躍

## 町教育顕彰表彰式

### 西会津町教育顕彰 表彰式 耶麻地区学校教育研究作品展



#### ●受賞者●「敬称略」

- ▼西会津小2年―渡部颯(全国児童画コンクール優秀賞)、佐藤芽生(県卓球選手権大会7位)
- ▼西会津小3年―清野柚葉(県児童画展・特賞)、鈴木爽夏(東北ジュニア空手道選手大会・東北地区選抜予選会女子の部・準優勝)
- ▼西会津小4年―長谷川光(東北ジュニア空手道選手大会・東北地区選抜予選会男子の部・優勝)、高橋新史(東北ジュニア空手道選手大会・東北地区選抜予選会男子の部・準優勝)
- ▼西会津小5年―高野詩音(県下小中学校音楽祭・第3部創作・銀賞)、磯梨菜(全国マシシロイイング全国大会女子1000m5位)、眞部亮凱(全国マシシロイイング全国大会男子1000m4位)、鈴木颯太(全国マシシロイイング県大会男子1000m準優勝)、長谷川翔(全国マシシロイイング県大会男子1000m3位)、小瀧良裕(東北ジュニア空手道選手大会・東北地区選抜予選会男子の部・準優勝)
- ▼西会津小6年―矢部明穂(県下小中学校音楽祭第3部創作・銅賞)
- ▼西会津中1年―佐藤一騎(ライオンズ国際平和ボスターコンテスト特別賞)、高橋晃樹(県書きぞめ展毛筆の部・書きぞめ奨励賞)、赤城優衣(県造形秀作審査会・特選)、薄上叶香(同・特選)、清田菜緒(同・特選)、清野遥(同・特選)
- ▼西会津中2年―小林栞(県造形秀作審査会特選)、上野莉緒(クラブユース新人サッカー選手権・準優勝)
- ▼西会津中3年―橋合田聡史(県クラブ卓球選手権大会・準優勝)、五十嵐旬(全日本中学校通信陸上競技大会県大会男子100mハードル5位)、三瓶千皓(全日本中学校通信陸上競技大会県大会女子走り高跳び7位)、瓜生咲季(全国人權作文コンテスト県大会・奨励賞)、齋藤美紅(同・奨励賞)、伊藤美森(県ジュニア献血ボスターコンクール入選)、新田日南人(税の作文コンクール東北地区納税貯蓄組合連合会長賞)、上野隆平(命の大切さを学ぶ教室作文コンクール県警察本部県民サービス課長賞)、薄俊平(県書きぞめ展毛筆の部・書きぞめ奨励賞)、山口圭太(クラブユース新人サッカー選手権・準優勝)
- ▼西会津高1小澤志佳(3年・全国高等学校総合体育大会女子シングルスカル6位)
- ▼会津学鳳高―武藤千鶴(3年・全日本合唱コンクール東北支部大会高等学校部門・銀賞)、長谷川史佳(2年・同)、佐藤双葉(1年・同)、上野史絵(1年・同)
- ▼喜多方高―清水千郷(1年・全日本合唱コンクール東北支部大会高等学校部門・銀賞)、斎藤麻衣子(1年・同)
- ▼喜多方東高―五十嵐一樹(3年・東北高等学校選手権大会水泳競技男子50m自由形・準優勝)

今年度の町教育顕彰・表彰式が2月12日、町役場で行われ、勉強や運動など、さまざまな分野で活躍した児童・生徒一人一人に佐藤教育長から表彰状が贈られました。

表彰式では、伊藤町長が受賞者の功績をたたえ、「皆さんの今後のさらなる活躍を期待します」とあいさつしました。

最後に受賞者を代表し西会津高3年の小澤志佳さんが「これまで培った経験を生かし、今後も頑張ります」と謝辞を述べました。受賞者は次のとおりです。





## 農林産物トップセールスを関東で実施

町とJA会津いいででは、1月22日、23日に、町産農林産物の風評被害払拭のためトップセールスを行いました。伊藤町長、長谷川一雄JA会津いいで代表理事組合長らが、埼玉、東京、神奈川の米穀、青果物卸売会社4社を訪問し、町産コシヒカリ、シイタケ、キュウリなどの安全性を説明しました。

東日本大震災・原発事故から約2年がたちましたが、風評が町の農林産物販売に大きな影響を与えていることから、今回、町とJA会津いいでが合同で関東の会社を訪れ、販売拡大に理解を求めました。[写真：川崎中央青果(神奈川県川崎市)での安全性PRの様相]

## 3年連続「豪雪対策本部」設置

町では、1月25日から降り続いた大雪で積雪量が160センチメートルを超えたため、同27日、豪雪対策本部を設置しました。

対策本部の設置は3年連続で、この大雪により町内の農業用パイプハウス2棟が全壊するなどの被害が発生し、さらなる被害拡大や新たな災害予防のため対策本部を設置し、伊藤町長と藤城副町長が町役場正面玄関に看板を掲げました。この大雪で磐越自動車道の西会津―磐梯熱海インターチェンジ間、国道49号の西会津―会津坂下間が一時通行止めとなるなどの影響が出ました。

2月2日には上谷地区でボランティアによる除排雪作業が行われました。



## 百歳の長寿を祝い

2月12日、上野尻の成田リキエさんが満100歳を迎え賀寿贈呈式が行われました。

式では、親族が見守る中、県会津保健福祉事務所の樋山公則副所長、伊藤町長、町老人クラブ連合会の渡部雅二郎会長から成田さんに賀寿と祝い金や記念品が贈られました。

大正2年生まれの成田さんは、「ありがとうございます」と感謝しながら賀寿を受け取り、大変お元気な様子で、長寿の秘訣は「好き嫌いなく何でも食べること」と話し、100歳を迎えた心境として「百」の文字を笑顔で色紙にしたためていました。

## 歳の神で参拝者を歓迎

旧暦の大晦日2月9日、大山祇神社の地元大久保では歳の神が行われ、二年参りの多くの参拝者を歓迎しました。一生に一度は「なじよな願いも聞きなさる」野沢の山の神様の二年参りは、一度に二年にわたってお参りすることで心願成就を果たせると言い伝えられ、毎年、新潟などから参拝者が訪れています。

大久保自治区有志会では、今回初めて歳の神の実施を企画し、このほか神社前に露店を設けたほか、集落内の通りに灯笼を設置し、参拝者を出迎えました。有志会では、今後も地域を盛り上げるため継続していきたくと語っていました。





# 家庭で血圧測定、自己管理

## 〜高血圧を生活習慣で予防・改善しよう〜

さまざまな病気を招く「高血圧」

高血圧症の9割以上は、原因がはっきり分からない「本態性高血圧」です。この本態性高血圧は遺伝的要因に加え、食塩の取り過ぎ、運動不足、喫煙といった生活習慣が深く関与しています。血圧が高い状態が続くと、動脈硬化が進み、血管が詰まったり、破れやすくなり、脳卒中、心筋梗塞などの引き金となります。

家庭で定期的に血圧を測ろう

血圧は、一回の測定結果では正確な判断がしにくく、家庭で定期的に測定することで、本当の自分の血圧を知ることができます。

家庭血圧の目安は、最高血圧が125

mmHg未満、最低血圧75mmHg未満です。血圧は測定する環境（場所）や、時間、体調などによって大きく変わります。自身の血圧を把握するため家庭での血圧測定をお勧めします。

家庭での血圧測定のポイント

- ① 朝起きて1時間以内に測定、できない場合は時間を決めて定期的に
- ② 朝は血圧の薬を飲む前に測定
- ③ トイレを済ませ、暖かい部屋で測る

高血圧を防ぐ生活習慣は？

- ① 塩分を控えましょう  
食塩は1日10g未満を  
目標に酸味や香辛料を上  
手に取り入れましょう。



- ② 野菜や果物をたっぷりとり  
野菜や果物に含まれるカリウムはナトリウムの排泄を促します。ただし、腎臓が悪い方は主治医の指示に従いましょう。
- ③ 肥満を解消しましょう  
内臓脂肪型肥満は血圧を高めます。月に1kgを目安に減量するとよいでしょう。
- ④ お酒は控えめに  
1日当たりの飲酒量が多いほど、血圧が高くなります。



- ⑤ 適度な運動をしましょう  
軽く汗ばむ程度の運動を無理なく続けましょう。

血圧に不安を抱えている方は、健康支援係にご相談ください。

【問い合わせ先】

健康支援係 45-4532

### インタビュー



伊藤政憲さん・てる子さん夫妻  
〔6町内〕

伊藤さん夫妻が在宅健康管理システム「こゆり」を使い始めたきっかけは、てるさんが3年ほど前に、町の健診受診後、結果説明会に参加し、しっかり自身の健康管理をしたいと思ったからで、今では二人で毎日利用し、健康管理に役立っています。

政憲さん「こゆり」を使い始めたころ、血圧が少し高めでしたが、薬は飲んでいませんでした。測定結果を見てもらい、現在は服薬しているので血圧が安定しています。過去には心臓の病気を患い手術をしました。「こゆり」を使うと心電図も映し出され、血圧も明確に数値で表示されるので体調管理に役立っています。

てる子さん「心臓は丈夫だと思っていましたが、脈拍の乱れや、血圧が高いときは用心しながら生活しています。「こゆり」を利用するようになり、血圧だけではなく、体温や体重、一日の歩数などにも関心を持つようになりました。今では「こゆり」が日常生活の一部になっています。皆さんもぜひ利用されてはいかがでしょうか。



在宅健康管理システム「こゆり」



のあた 齋藤 乃亜汰 くん  
(上小島)



ここね 伊藤 心音 ちゃん  
(西林東)



えいと 長谷川 瑛飛 くん  
(松尾)



みつぎ 星 心月 希 ちゃん  
(四岐)

すごいな！  
むし歯のない子  
1月23日、3歳児7名を対象に健康診査を行った結果、むし歯のない子は4名でした。





▲奥川地区出前講座 ～舞踊教室～



▲上野尻地区出前講座 ～健康講座～

8月21日と9月11日、奥川地区老人クラブ女性部を対象とする「舞踊教室」を町役場奥川支所などで開催しました。教室には、延べ54人の会員が参加しました。講師は、仙台市在住の大竹千恵さんで、「飯豊そば音頭」と「百歳音頭」を習い、きれいに踊るコツなどを学びました。参加者は、この成果を9月16日の奥川地区敬老会、11月11日開催の奥川地区生涯学習発表会で披露しました。

奥川地区で舞踊教室

公民館では、地域のニーズにあった生涯学習を支援するため、自治区や老人クラブを対象とする従来の「集まってもらう講座・教室」を見直し、「人が集まるところ」に出向く講座・教室として「地区出前講座」を開催しています。

1月31日には、上野尻会館で上野尻老壮クラブを対象に「元気に長生きするために」と題した健康講座を開催しました。講座では、町保健師が参加者の健康チェックのほか、インフルエンザ予防や冬の健康管理について講話を行い、さらに自宅で簡単にできるストレッチや、軽い運動などを行いました。参加者は、冬季の健康管理について熱心に学んでいました。

上野尻地区で健康講座

集まる講座から、出向く講座へ  
**地区出前講座開催**

# 第3回町民カローリング大会

## “床上のカローリング”で熱戦

2月16日、さゆり公園体育館で第3回町民カローリング大会が開催され、一般の部に20チーム、小学生の部に3チーム、総勢70人が参加しました。

カローリングは、氷上のスポーツ「カローリング」に似た床の上で行うスポーツで、3人1組でチームをつくり、的の中心を目掛けジェットローラを転がし、得点を競います。

一般の部では、二つのブロックにわかれた総当たり戦で試合が行われ、それぞれのブロックを勝ち上がった「縄沢」と「渡辺チーム」の決勝で、接戦の末、「縄沢」が優勝しました。小学生の部では「HSH」が優勝しました。



【大会結果】〔敬称略〕

- ▶一般の部 優勝 縄沢  
(折笠匡、大田藤男、長谷川節子)
- 準優勝 渡辺チーム  
(渡辺陽二、渡辺好子、渡辺清子)
- ▶小学生の部 優勝 HSH  
(長谷川葉奈、渡部響、渡部朱里)
- 準優勝 エース  
(二瓶拓磨、渡部壮流、高橋新史)
- 第3位 群生っ子  
(塚原蒼、渡部羽瑠、渡部璃空)



▲入賞者の皆さん





## 町民バトンタッチ

いわ はら はやと  
**岩原 隼さん** [7町内]

せいの たくま  
 清野 琢麻さん (2月号から) メッセージ

笑顔がすてきですね。これからもよろしくお願いします。

あなたの趣味は？  
 マラソン

最近感動したことは？  
 試験に合格したこと

自分を一言で表現するとしたら？  
 元気

これからやってみたいことは？  
 箱根駅伝を生で観戦してみたい

特技は？  
 野球

熱中していることは？  
 野球スポーツ少年団の指導 (団員を募集中です)

あなたのモットーは？  
 何事にも一生懸命

次の方を紹介してください  
 T・Uさん (宝川)

とっておきの物は？  
 『高校時代の野球のユニホーム』  
 「今は統合して無くなった喜多方商業高校の物です」



## 町民 ギャラリー

### 冬芽俳句会

閑<sup>のど</sup>けしや言はずじまいに暮にけり  
 窓明かり見へて確かや春隣り  
 ざわざわとわが胸の裡<sup>うち</sup>春灯下  
 名残り雪間近に土と語る日々  
 春めくや餌付けし雀群を呼ぶ

鈴木 智子 (さゆりが丘)  
 岩原 紀子 (五町内)  
 喜多 光子 (九町内)  
 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・元卓球部部長<sup>しん</sup>の渡部晋さんです。

### わたしの夢——

「僕は将来、自動車に関する仕事をしたいと思っています。そう思ったきっかけは、僕は母と外出することが多く、そのとき、さまざまな車が走っているのを見て、身近にある自動車を造りたいと思うようになりました。」

また、自分が造った自動車が道路を走っていることを想像すると、とてもうれしい気持ちになるので自動車に関する仕事をしたいと思っています。早く運転もしてみたいです」



### 努力していること——

「少しずつですが、幅広い知識を自分のものにするため、自動車のことについてインターネットで調べるなど努力しています」

### 最後に未来の自分に一言——

「自分で決めたことは最後まであきらめずにがんばってください。応援しています」



## まちの人口 ～2月1日現在～ (前月比)

人口	7,453人	(-11人)
男	3,592人	(-4人)
女	3,861人	(-7人)
世帯	2,798世帯	(-4世帯)

## 戸籍の窓口 ～1月受付分～ 〈敬称略〉

### お誕生おめでとう

猪俣 柚華ちゃん 佑慈・麻衣 下小屋  
三留 大和くん 弘法・優子 西林東



### ご結婚おめでとう

鈴木 浩二 柳津町  
三留 理恵 4町内



### お悔やみ申し上げます

五十嵐 重男 (79)	章二	父	5町内
山本 琴士 (93)	井上優子	伯父	7町内
新田 巖 (86)	壽重	父	芝草
石田 フミ子 (75)	光男	妻	呼賀
大竹 太士 (87)	和夫	父	原
結城 愛子 (88)	永子	母	樟山
武藤 勇喜 (71)	茂雄	兄	柴崎
佐藤 貞子 (86)	時男	母	杉山
玉木 マキ (89)	朝明ひろ子	母	梨平
荒海 タカ子 (76)	新一	妻	小綱木



## 町議会臨時会 報告

町議会臨時会が2月5日に開かれ、平成24年度補正予算の議案1件について審議され、原案のとおり可決されました。

### 【可決された議案】

- 平成24年度町一般会計補正予算（第7次）—豪雪対策本部設置に伴う在宅高齢者等福祉サービス事業費の新規計上、道路・公共施設の除排雪費など5,819万1千円の増額



## 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

## お知らせ

健康がいちばん！

## 「こころの健康講演会」開催

町では、アルコールとうつ病の関係など、心の健康についての講演会を開催します。入場は無料です。ぜひご聴講ください。

日時 3月9日（土）  
午後2時～午後3時30分

会場 道の駅にしあいづ  
よりっせ 2階研修室

講師 会津西病院 メンタルケア科  
副院長 羽金 淑江 先生

演題 「健康にお酒をたしなむには  
～ストレスと上手に付き合おう～」

## 福島県地域づくり総合支援事業 (サポート事業)の募集

福島県地域づくり総合支援事業（サポート事業）は、住民が主役の個性と魅力ある地域づくりを支援する補助事業です。県では、平成25年度の事業の募集を行います。

### ◆対象事業◆

#### ◎一般枠

民間団体が行う広域的な視点に配慮された事業、または先駆的、モデル的な事業

#### ◎過疎・中山間地域集落等活性化枠

集落等が行う集落等の再生事業

### ◆事業区分◆

#### ◎ソフト事業

広域的な波及効果の大きい人材育成、地域間交流、広報・PR、地域課題に対応した調査研究等の活動事業

#### ◎ハード事業

生活環境の整備および地域産業、観光、文化、スポーツ・レクリエーション等の振興に必要な施設、設備の整備事業

### ◆補助率◆

◎一般枠 補助対象事業費の3/4以内

#### ◎過疎・中山間地域集落等活性化枠

補助対象事業費の4/5以内

### ◆募集期間（第2次募集）◆

平成25年4月15日（月）～5月8日（水）必着

### 【問い合わせ先】

県会津地方振興局 地域づくり・商工労政課  
☎0242-29-5292



## 沖縄県大宜味村との冬季交流から

大宜味村と西会津町の児童生徒は昨年7月に沖縄で行われた夏季交流以来、半年ぶりに雪国で再会しました。2月8日の歓迎式では、大宜味中2年の平良海斗<sup>かいと</sup>さんが「雪国でしかできない体験を通して交流を深めましょう」とあいさつしました。双方の児童生徒は、ホームステイなどでさらに絆を深め、沖縄の子供たちは雪国の文化を全身で体験し、貴重な思い出を持ち帰りました。



①歓迎式での大宜味村の児童生徒の皆さん／②雪国まつりでエイサーを披露／③歓迎の言葉を述べる小瀧正<sup>しょうた</sup>さん(西会津中2年)／④あいさつする平良海斗<sup>かいと</sup>さん(大宜味中2年)／⑤大宜味村のふるさと紹介／⑥⑦⑩雪国まつり雪上運動会に参加／⑧西会津町のふるさと紹介／⑨ホームステイ先の児童生徒との対面

### 今月の表紙

西会津町と沖縄県大宜味村の児童生徒が互いに異なった生活習慣や食文化に触れ、見聞を広めることによって健全な心身をはぐくむことを目的に、平成5年から20年続く交流事業。2月8日、気温23度の大宜味村から児童生徒16名が来町し、3日間にわたり冬季交流が行われました。沖縄の子供たちは10日、西会津雪国まつりに参加し、初めての雪国に大興奮。忘れられない思い出をつくりました。

