

続・地域、町おこしに燃える

元気で活力ある地域づくり

町では、地域の活性化に向けた事業に自主的に取り組む団体、町民の皆さん を応援するため、平成23年度に、活力ある地域づくり支援事業を開始し、今 年度3年目を迎えた。今月は6月号に引き続き、この支援制度を使い地域・町 おこしに積極的に取り組む3団体の代表の熱い思いを伺った。

「盆踊りは、集落ゆかりの人々

と新たなイベントを組み合わせ、 そば祭り」と、従来のイベント り」、夏に「盆踊り」、秋には「新 とめゆり」と「十割手打ちそば 今年から、春に「おとめゆり祭 を全面的にアピールするため、 「おとめゆりの里三大祭り」と

打ちそば』をさまざまなイベン 安部さんは熱く語る。 トを通して広めていくこと」と ルである『おとめゆり』と『手 安座では毎年8月14日に盆踊 目標は、 安座の財産、シン

動が始まった。 とから安座村おこし有志会の活 盆踊りに出店を出そうというこ 着せず、そこで有志で話し合い りを開催してきたが、出店が定

後の活動に向け意気込みを語る。 ればならない」と安部さんは今 の意識をもっと高めていかなけ 訪れる人のために、群生地保護 また、人が来ることによって自 どんどん出るようになってきた。 作ってみたらなどとアイデアが めゆりにちなみ、赤いそばを きた。祭りをきっかけに、おと とめゆり祭り』をやっと実現で 感じる。おとめゆりを見に毎年 なった。みんなの意識の変化を 分たちで自然に工夫するように なかなかできなかった

げで実現できた」と安部さんは

有志会では、安座が誇る「お

の盆踊りを有志会みんなのおか らうことが一番。思い描く安座 ティーで、参加者に楽しんでも が集う、いわば一つのコミュニ

れば離れるほど、豊かな自然や 「行くことが多く、地元を離れ 安部さんは仕事の関係で遠く む計画だ。 3回訪れてもらえるよう取り組 してリニューアルし、安座に年 「おとめゆりの里 三大祭り」を開催

ゆでたてのそばを堪能した。 に咲くおとめゆりと、打ちたて、 から多くの人が安座を訪れ、一面 おとめゆり祭りを開催し、町内外 今年6月15、16日には第1回

安部さんは夢を膨らます。 り組みと連携し、協力し合って町 りの里三大祭りを根付かせ、安座 町ケーブルテレビでほかの地域の を活性化することができれば」と 的に活動している団体、地域を手 活動を見ると刺激を受ける。精力 金に困っているのはどこも一緒で、 良さを再認識させられるという。 ブルテレビといった町や安座の を元気に、そしてほかの地域の取 んでいきたい。まずは、おとめゆ 本にしながら負けないよう取り組 人情、特徴あるイベント、ケー 少子高齢化で人材や活動資



安座 村おこし有志会 代表

安座村おこし有志会は、その名のとおり村 おこしを目的に、イベントの継続性を考え、 平成20年8月に設立された。会員は約20名で 元気な安座づくりを目標に活動する。







写真上:佐藤行宏さん /写真下:新そばまつりで、そばを打つ橋屋の皆さん[平成23年11 月]

^{ゆきひろ} **行宏**さん[橋屋] さとう佐藤

橋屋そばまつり実行委員会

橋屋そばまつり実行委員会は、集落のそ ば打ち名人の技術を継承することを目的に、 平成19年9月に設立された。そば打ち講習 会から活動が始まり、現在の会員は約30名 を数える。

INTERVIEW

・橋屋そばまつり実行委員会

け、多くの人に賛同してもら ることができた」と佐藤さんは ないので集落の住民に声を掛 屋そばまつり実行委員会だ。 が先頭に立って設立したのが橋 者がいないことを危惧した4人 い、平成19年に委員会を設立す 落に居るにもかかわらず、後継 その当時、そば打ち名人が集 「4人では、やはり人数が少

0食準備した。 ら6~7人で打ち方を始め50 そば粉だけを使用し、打ちたて、 11月10日を予定している。 ゆでたての十割そばを提供する。 今年の新そばまつりの開催は 昨年は、まつり前日の夕方か

そば打ち講習会を、広く町内外 れまで会員を対象に行ってきた 今年から実行委員会では、こ

きた。そばまつりは今年7回目 には、新そばまつりを開催して 習会を毎年2、3回開き、11月 の開催になる。 実行委員会では、そば打ち講

体験」や「そばの花ウォーキン

に参加者を募集することにした。 また、新たに「そばの種まき

集落でそば打ちの技術を継承する

ような活動はしていなかった」

がおいしいと評価されてきたが、

「橋屋には名人が居て、そば

と佐藤さんは話す。

きがあり難しい」と佐藤さんは うまくいくときと、いかないと 実践する。材料が同じ分量でも で上げるまで、すべての工程を 人以上が参加し、湯ごねからゆ 「そば打ち講習会には毎回20

と佐藤さんは話す。

がらその準備に当たっている」 する予定で、みんなで協力しな そして、そばの花ウォーキング

「種まき体験は8月上旬に、

は花の咲き具合を見て秋に開催

た地域づくりに挑戦する。 だわり、徹底してそばを生かし グ」の開催を計画し、そばにこ

新そばまつりでは、 地元産の

らい、そしてイベントに参加し 若い人たちの協力を得ながら一 取り組みで不安な面もあるが、 験やウォーキングは、初めての れ、そばまつりは今年で7回目 はじめ、町民の皆さんに支えら てもらいたい」と呼び掛ける。 の皆さんにはぜひ橋屋に来ても つ一つ実施していきたい。町民 の開催になる。また、種まき体 最後に、佐藤さんは「集落を

今年は、新たに2つの取り組みを実施 徹底して「そば」にこだわった地域づくり

さんぺい てっぇ **鐵江**さん[出戸]

出戸自治区長

出戸自治区は現在21世帯。平成20年から 特産品開発、都市との交流による集落活性化 を目的に、福島大学の学生との交流、また、 同大学の協力を得て出戸村史の発刊などを 行ってきた。出戸集落は平成22年、豊かな むらづくり顕彰[知事賞]を受賞している。

INTERVIEW 出戸自治区

礼が行われ、地元奥川はもとより 立像、毘沙門天立像の三体が安置 ある。集落から南西に向かい、杉 過去には新潟県からも参拝者が訪 されている。毎年9月13日には祭 昭和45年、町の重要文化財に指定 されている。虚空蔵菩薩坐像は、 造虚空蔵菩薩坐像、木造不動明王 段を登った岩山中腹の本堂に、木 て、自然石を削った105段の石 林を通って二つの橋を渡り、そし た岩窟堂、通称、岩屋虚空蔵尊が 00年前、1511年に建立され 出戸自治区には、今から約5

祭礼を途絶えさせることなく維 先人たちは長きにわたり、 瓶さんは振り返る。

約500年続く「岩屋虚空蔵尊の祭礼 本堂を修復し、後世につなぐ

写真上:三瓶鐵江さん

/写真下:岩窟堂の内部、右側奥に三体の像が安置されている

堂を守っていきたい」と三瓶さ 落一丸となって地域の宝・岩窟 の満場一致で修復を決めた。集 補助制度の情報をもらい、住民 今年2月、集落支援員から町の 維持、伝承が危ぶまれている。

までの案内、 普段、岩窟堂の入口を閉鎖して をはじめ、橋の除雪、 加し、祭礼前の参道の草刈作業 また役員が、盗難防止のため、 いることから、参拝者への現地 いった参道の維持管理を行い、 出戸集落では、住民全員が参 説明も行う。 保守と

出店が出たこともあった」と三 その準備を行い、参拝者への賄 「賄い料理は、昔から豆腐汁 郷土料理も出す。過去には ほしい」と語る。

いもする。

祭礼は、5名による輪番制で

の修復を行い、来年以降、本堂 保のため、本堂入口外側の廊下 岩窟堂の修復工事を進める。 今年は、まず参拝者の安全確 出戸集落では計画的

堂の老朽化、石段の崩れ、さら ともに歩んできた。しかし、本 持し続け、出戸集落は岩窟堂と

に住民の高齢化が進み、祭礼の

線のクリの木など現地の立木を 修復工事の材料には、参道沿

復を行う予定だ。

の傾斜の改善、外壁や屋根の修

事は9月の祭礼前に完成させた れないよう祭礼を続けてきた。 あったが、これまで1回も途切 い」と三瓶さんは意気込む。 住民同士協力し合い、今年の工 「本堂移設の話が出たことも

駆けて行ってきた。 落営農や里山保全、景観づくり など、さまざまな取り組みを先 出戸集落では、これまでも集

り組むので、ぜひ参拝に訪れて 題で、集落としてできる限り取 後世に残していくかが大きな課 岩窟堂をいかに維持、 三瓶さんは「高齢化が進む中で 保護し、

町長選挙伊藤勝氏 町議補欠選挙は小柴敬氏が

任期満了に伴う町長選挙および議員の死去による町議会議員補欠選挙(欠 員1)ならびに第23回参議院議員通常選挙の投開票が7月21日に行われま した。町長選挙には、届出順に新人で元副町長の薄友喜氏と現職の伊藤勝氏 町議会議員補欠選挙には、新人の小柴敬氏と元町議会議員の板垣富士雄 氏が立候補しました。即日開票の結果、町長選挙は伊藤氏が、町議会議員補 欠選挙は小柴氏が当選し、22日、二人に当選証書が交付されました。



▲さゆり公園体育館で行った開票作業の模様

し、当選人が決定しました。 20分に、候補者の得票数が確定 町議会議員補欠選挙は午後9時

投票者数

2,575 人

2,801 人

5,376

有効投票総数

無効投票総数

投票総数

参議院議員通常選挙は、

公園体育館で行われました。

開票は午後8時から、

さゆ

投票率

86.61%

86.11%

86.35%

5.376 票

4,528 票

848 票

町長選挙は午後9時4分に、

政党等ごとの得票数が確定しま 代表が午後11時10分に、候補者、 出議員が午後9時39分に、比例

当日 有権者数

2,973 人

3,253 人

6,226

開票結果

開票の模様は町ケーブル

男

女

計

テレビで生中継されました。

▼込み合った役場隣の期日前投票所

当日

有権者数

2,973 人

3,253 人

6,226

開票結果

内20カ所の投票所で一斉に始ま 投票は、 午後6時 21日午前7時から町 (中央投票所は午

模な選挙となりました。

今回は3つの選挙が重なった 前投票が始まりました。

ため、4つの投票箱を使う大規 となりました。 挙の当日有権者数は6千226 は5千376人で8・3%の投 人が投票し、投票率は86・48% 人で、町長選挙では5千382 町議会議員補欠選挙の投票者 町長選挙、 町議会議員補欠選

投票者数

2,578 人

2,804 人

5,382

有効投票総数

無効投票総数

投票総数

選挙、 票率となりました。 挙が85.78%という結果でした。 の当日有権者数は6千272人 また、参議院福島県選出議員 投票率は県選出議員選挙が 79%、比例代表選出議員選 同比例代表選出議員選挙

投票結果

員補欠選挙は7月16日に告示さ 日に公示、町長選挙と町議会議

権者の皆さんが訪れました。

各投票所には、朝早くから有

後7時)まで行われました。

それぞれ、その翌日から期

参議院議員通常選挙は7月4

町長選挙

以下敬称略

福島県選出議員選挙 無効 有効 投票総数 5, 3

当選 伊 藤 友喜 勝

投票率 86.71% 86.20% 86.44% 2, 611票 2,723票 5.382 票 5.334 票 48 票

町 **`議会議員補欠選**

票 票

	当選
板垣富	小柴
士	敬
雄	4,
5	0
9	9

	当選
板垣宮	小柴
富士	敬
雄	4,
5 0 9	0 1 9

政党等	得票総数	政党等	得票総数
自由民主党	2,157	みんなの党	263
日本共産党	247	民 主 党	1,159
公 明 党	493	新党大地	20
緑の党グリーンズジャパン	16	社会民主党	177
日本維新の会	265	生活の党	62
幸福実現党	13	みどりの風	19

※得票総数は小数点以下切り捨て

無効投票総数	有効投票総数	投票総数	比例代表選出
数 488	数4,892	5, 3 8	表選出議員選挙

男

女

計

候補者名	得票 総数
酒井秀光	44
かねこ恵美	1,685
えんどう陽子	151
杉内一成	59
森まさこ	2,971
いわぶち友	249

投票総数	投票総数5,	()
2 2 2 三	9,159票	5 3 8] 曹

特集

Thank you ジョナサンさん ブライアントさん

町では、語学指導等を行う外国青年招致事業(JETプログラム)によって、昭和62年8月からこれまでの間、多くの外国語指導助手や国際交流員を招き、中学生をはじめ、小学生や保育所児童、さらに町民の皆さんの外国語学習の支援、国際理解の推進を図ってきました。

7月3日には、このほど任期が満了し退任するジョナサン・ダートさん、ブライアント・ジョージさんの 送別会が行われました。今月号では、退任する二人に心境や町民の皆さんへのメッセージなどを伺いました。

interview

1

間違いを恐れず、毎日、気軽に 英語を話してみてください

ことをすごく寂しく思います。

大好きなこの町から離れる少し不便で、雪は大変でし

校に籍を置き、中学校での語学

語指導助手として西会津

指導のほか、小学校や野沢・芝草・群岡保育所で英語を教え、草・群岡保育所で英語を教え、にもかかわることができました。 にもかかわることができました。 でいろいろな人と接してきた中で西会津町の人たちが一

5 年間を顧みると、やはり 取日本大震災が衝撃的な 東北の人たちが助け合う姿に感 東北の人たちが助け合う姿に感 動し心が震えました。私も仲間 をボランティアに参加しました。 とボランティアに参加しました。 とボランティアに参加しました。 とボランティアに参加しました。 とボランティアに参加しました。 をすればよかったと後悔しています。 イベントに参加したことも思い出仲良く助け合い、子どもたちはいつも笑顔で、楽しく教えられいました。その上、自然がきれいました。その上、自然がきれいました。この町に来られたこできました。この町に来られたことを本当に光栄に思っています。



ジョナサン ダートさん Jonathon Dart

1982年4月生まれ。アメリカ国籍、アメリカ北西 部ロッキー山脈に位置するアイダホ州メリディ アン出身。アイダホ州都ボイシのボイシ州立大 学を卒業、専攻は経済学。平成20年8月から 5年間、外国語指導助手として勤務。

だときです。

そのためにも英語

長できるのは自分の限界に挑

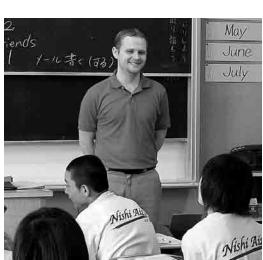
ちろんですが、楽しみながら毎

英語を使い、

間違いを恐れ

外国人に話し掛けてみてく

大事にしてください。勉強はもを覚え、コミュニケーションを



ました。 町民の皆さん、皆さんの優し 町民の皆さん、皆さんの優し でした。温かく迎え接していでした。温かく迎え接していけるがあったからこそ、この5年 さがあったからにそ、この5年 さがあったからにありがとうにさいる。

見 見てください。大きく成の経験を生かし、日本にかかわるの経験を生かし、日本にかかわるの経験を生かし、日本にかかわる



ブライアント ジョージェん Bryant George

1985年8月生まれ。アメリカ国籍、アメリカ南部 のフロリダ州とメキシコ湾に接するアラバマ州 アホープ出身。オーバーン大学卒業、専攻 は経営管理学。平成22年7月から3年間、国際 交流員として勤務。

肝心なのは、外国人を 別の存在として、とらえないこと

interview

ました。美しい学校、充実した 対する姿勢が素晴らしいと感じ 解けられました。また、教育に 良さです。すぐに皆さんと打ち 会津町の良さは、何より も町民の皆さんの人柄の

り高かったので、合格通知が届 が的中し、うれしさ、期待感と ません。そのときは合格の予感 年招致事業の競争倍率は、かな もも、教えることも好きになり でした。しかし、いざ学校で子 たので不安もあり複雑な気持ち イベント企画といった業務だっ 同時に、志望していたのが通訳、 いた日のことは今でも忘れられ と思っていました。この外国青 た来日したい、日本で働きたい どもたちに接してみると、子ど 学在学中に留学したとき 日本が大好きになり、 思います。

外国の文化や行事などを伝えら 語を通した国際理解の授業を 学校低学年の子どもたちには英 加させていただきました。 らに野球、卓球のスポーツ少年 会話教室にも携われました。さ れ、期間限定でしたが夜間の英 行ってきました。授業を通じて の語学指導に当たり、また、小 ふくしま駅伝の練習にも参 際交流員として3年間、 中学生や小学5、6年生

出会えたことを一生忘れません。 り尽くせないほどの思い出がで おかげで3年間勤務できました。 最高の3年間でした。 ことができました。人生の中で き、同時に、自分自身成長する 児童生徒の皆さん、 さまざまな経験を通して、語 君たちの

長することでしょう。 て必ずや子どもたちは立派に成 命で、情熱を傾けた教育によっ 部活動も一生懸

とです。でも除雪はしっかりさ 夏暑く、冬は寒くて雪が多いこ 半面、弱点はやはり気候で、

せば、経済も町も活発になると 知度は高く、また、育児に最適 ですが、西会津町の県内での認 んでくれる若い人、家族を増や な環境ですから、町に来て、住 町にとって少子高齢化が課題

ります。 に語学が身に付くこともよくあ ることによって、あっという間 学習目的ではなくても海外に出 が大切だと思います。さらに、 の存在として、とらえないこと められます。また、外国人を別 国際社会では絶対に語学力が求 れから私は、西会津町を 離れ、翻訳や通訳など語

と思います。 いつかまた西会津町を訪れたい ださりありがとうございました。 社をつくることが大きな目標です。 ています。そして将来、自分の会 学を生かせる仕事をしたいと思っ 皆さん、3年間親切にしてく





風評払拭、販路拡大へ生産者と業者等が交流会

町では、7月1、2日、町産農林産物の風評払拭と販路拡大を目的に、町内の生産者と、飲食関連業者などが顔の見える関係を築くための交流会「食べてみらんしょ西会津!」を開催しました。首都圏から青果物関連、飲食業者など20人が参加しました。交流会では町産農林産物の試食、町内の野菜・きのこほ場の見学、生産者等との意見交換を行いました。矢部勝義さん(真ヶ沢)のトマトハウスでは、ミネラル栽培を始めたきっかけ、16年前からの健康な土づくり、栽培方法の説明を受け、参加者は、もぎたてのトマトを試食し味わいを確かめました。[写真:左端・参加者にミネラル栽培の特徴を伝える矢部勝義さん]

交通安全のためにと善意

介護予防を目的とするミニデイサービス事業の利用者23人は昨年8月から交通安全キーホルダーを製作してきました。このキーホルダーを寄付するため、7月1日、渡部武彦さん(松尾)と齋藤スミさん(熊沢)が町役場を訪れ、伊藤町長に手渡しました。キーホルダーは家族や地域ぐるみで交通安全に取り組んでもらうことにちなんで「クルミ」を材料に使い、利用者の皆さんが、事故が無くなるよう願いを込め手作りで約120個製作しました。伊藤町長は「啓発活動に使わせていただきます」と謝意を述べました。[写真:左から齋藤知一交通安全協会西会津支部長、佐藤マツ子ミニデイサービス支援員、渡部さん、齋藤さん]



adicas

犯罪・非行防止を呼び掛ける

西会津更生保護協議会(矢部幸彦会長、会員20名)は、 犯罪や非行のない明るい地域社会を築くことを目的に、 「社会を明るくする運動」強調月間初日の7月1日、西 会津小学校、西会津中学校、野沢駅前の3箇所で啓発活 動を行いました。同協議会は、保護司や更生保護女性会 員の皆さんが、こうした活動を通して犯罪や非行の予防 と立ち直りの支援を行っています。

西会津中学校で行われた啓発活動では、協議会の会員の皆さんが笑顔で「おはようございます」と登校する生徒一人一人に声を掛けながらパンフレットを手渡し、犯罪や非行防止を呼び掛けました。

本番さながらヘリで救出

6月23日、本格的な夏山登山シーズンを迎え、遭難者の捜索、救助に万全を期すことを目的に、喜多方地区夏山遭難救助訓練が本町の須刈岳一帯で行われました。訓練には西会津町および喜多方市の消防、山岳関係団体、喜多方警察署、県消防防災航空センターが参加しました。訓練は山菜採りの入山者2人が須刈岳で遭難した想定で実施され、関係機関が連携を図り捜索・通信・ヘリによる救出訓練のほか、けが人の処置、ザックやザイルを使った搬送訓練も行われ、現場は本番さながらの緊張感に包まれていました。[写真:けがをした遭難者の救出訓練の模様]



戸田医師に聞く「健康の秘訣」

今月は、昨年11月から西会津・群岡診療 所で診察にあたり町民の皆さんの健康を守 る戸田医師に健康の秘訣を伺いました。

『和食のすすめ』

西会津診療所 と だ こう たろう ア田 耕太郎 医師

私は岡山県倉敷市 出身で、これまで外 科、特に消化器を中 心に手術などを行っ てきました。現在、



けがだけではな 診療所では外科的な病気、 く、対応できる範囲で、いろいろな病気を 診させてもらっています。

さて、私は5年ほど前から玄米菜食の食 事にしています。肉類はほとんど食べず、 玄米を主食に、みそ汁、野菜、果物、豆類、 海藻など植物性のものを中心に食べていま す。以前は肉類が好きで、よく食べていま したが、この食事を始め、体調が良くなり、 疲れにくくなりました。このほか、便秘の 改善、体重の低下、体脂肪の減少、シミが 薄くなるなどの効果を自覚しています。

元来日本人は、江戸時代までは穀物、 菜、山菜、海藻などの植物性の食物と魚介 類を中心とする、いわゆる和食を食べてき ました。しかし明治時代に入って西欧文化 が日本に広がり、肉食の習慣が始まり、特 に戦後から今日に至っては、洋食が中心と 言える状態になっています。

私は、近年の高血圧、糖尿病、心臓病、 脳梗塞、がんなどの著しい増加の原因は、 この食習慣の変化に大きく関係していると 考えています。やはり、日本人には長い歴 史の中ではぐくまれた和食が合っていると 思います。科学的にも、日本の伝統食が非 常に優れていると証明されており、欧米で は日本食に大変、人気があることはご存じ のとおりです。

日々の食事は、健康に一番直結していま す。食習慣、そして食品添加物、農薬、化 学肥料などの問題も含め、そろそろ見直し を始める時期に来ていると思います。

西会津の地に来て約8カ月がたちました。 この美しい自然の中で、仕事ができること に喜びを感じながら日々を送っています。 今後ともよろしくお願いいたします。

なぜ健診が必要なの?

を皮切りに、

8月2日から総合健診が始

今年度の健診は、

6月の働き盛り健診

は次のとおりです。

掲げています。その取り組みの主なもの

ています。

まります。

とによって検査項目ごとの数値の変化か 健康な方であっても、 健診は、病気の早期発見はもちろん、 注意が必要な生活習慣などが浮き彫 毎年、 受診するこ

> きます。 りになるため、 定保健指導の強化を健康づくりの目標に 今年度、町では、 病気を予防することがで 健診事業の充実、

健(検)診により病気を予防、早期発見 健康で安心して過ごすことができるよう

町では、町民の皆さんが生涯にわたり

く 健

診が

するため、年に一度の健診の受診を勧め

血清クレアチニン検査を追加

や治療に結び付けるため、 ないか定期的に確認し、生活習慣の改善 増えています。腎臓の機能が低下してい レアチニン検査を追加しました。 クレアチニンは、 町内では近年、人工透析が必要な方が 血液中の老廃物で 新たに血清ク

健康手帳を活用ください

配布します。 に加入する40歳以上の方に、健康手帳を 町では、町の健診受診者と、 町の国保

ザ予防接種日、 礎情報のほか、 手帳には、 生活習慣病予防に関する基 健診結果やインフルエン 血圧の測定結果などの5

【問い合わせ先】

通常、 と血液中にたまったままになります。 検査を行います。 上の健診受診者を対象に、 排出されますが、腎臓の機能が低下する この血清クレアチニン検査は、 腎臓でろ過され、 尿として体外に 採血によって 30歳以

特

あなたの健康をバックアップ~

とができます。

に活用ください。

小まめに記録をとり、

層の健康管理

関の受診や健康教育・相談に役立てるこ

年分の健康管理の記録が可能で、

医療機

健診結果説明会を開

するため、 皆さんの健康づくりを今まで以上に応援 しました。 今年度から働き盛り健診後に、 新たに健診結果説明会を開催 町民

援を行っていきます。 よって皆さんの健康づくりの継続的な支 などを説明して一緒に話し合いました。 注意点や生活習慣改善に向けたポイント 町では、こうした説明会の開催などに 説明会では、受診者に健診結果を手渡 保健師や栄養士が個別に日常生活の

健康支援係 7 45 - 45 = 32

一口大に、しょうがと長ねぎ斜め薄切りにする。トマトは きゅうりは縦半分にしてから

は粗みじん切りにする。

①きくらげは

一口大に切る。

③卵を割りほぐし、鍋に流し くらげ、きゅうりを加え煮る。 塩、こしょうで味を整え、き れ、中華だしを溶かして煮て、

入れ、さっと火を通す。

を加えさっと炒める。水を入

うがと長ねぎを炒め、 2鍋に、ごま油を入れ、

トマト しょ

食欲そそる さっぱり中華風味

作り方 こしょう 中華だし うし トマト ごま油 しょうが きゅうり 生きくらげ しょうゆ (4人分)

小小 700じじ適 ml 1½量 小 小 ささ 1 中 じ 1 か 1 1 1 ½ 本 け 個 個 1 本 西会津産 生きくらげと



しっかり「朝食」を取

朝食は、いいことずくめ

元気に夏を乗り切る

朝食を毎日食べる人の割合

85.3 全国 西会津町 町の20代 75.0 75.7 町の30代 町の40代以上 25 50 75 0

. 町の調査では、20代、30代の 4人に1人が朝食を食べて いないんだ!

平成23年調査 93.2 95.5 100(%)

解消にも効果的です。 刺激で大腸が活発に働きます。このため便秘 腸への良い効果―食べ物が胃に入るとその

病になりやすくなってしまいます。 のコントロールの乱れにつながり、 取りましょう。

朝食を抜き食事のリズムが乱れると、

ÍЦ

よって、

生活習慣病予防―どうしても外食が多い人

いらいらすることも抑えます。

朝食で野菜や大豆製品、

乳製品、

果物を

を送る働きがあります。 体を目覚めさせるほか、

朝食は1日の活力源-

脳や体にエネルギー -体温や血圧を上げ、

朝食を取ることに

でたくさん食べるとエネルギーを過剰に摂取肥満予防―朝食を抜き、ほかの食事や間食 からはじめてみましょう。 やすくなります。 しがちになります。1日2食の食生活は太り また、毎日食べている人は、バランスの良 だから―朝食を食べていない

い朝食へとさらにステップアップしましょう。

あるためとても大切なのです。 が大事です。特に朝食は、次のような働きが 暑さに負けない体づくりには普段の食事 クリームやジュースなど、冷たい食 べ物や飲み物を取り過ぎていません いこの季節、食欲が低下し、アイス

▲家庭バレーボールで優勝した野沢チームの皆さん

ボール、バドミントン、卓球の4種目です 接戦を制した野沢が優勝しました。 技を行いました。その結果、各試合とも が、ソフトボールは雨のため、卓球は出場 ~ームがなかったため中止になりました。 :岡の3地区が出場し、総当たり戦で競 、主催:町体育協会・町公民館 家庭バレーボールには野沢・尾野本・ 種目 は、ソフトボール、家庭バレー

> が出場しました。ダブルスで3組が対戦バドミントンには、野沢と尾野本地区 スポーツ耶麻方部大会に町代表として出優勝した野沢チームは、来年度の県民 2対1で野沢が勝ちました。

会をさゆり公園体育館で開催しました。

の地区対抗で競う五地区対抗球技大

沠

7月7日、

野沢·尾野本·群岡·新郷

家庭バレ ボー

第 3 位 準優勝 バドミン 勝 勝 尾野本 群岡 野沢 野沢 尾野本



第24回 町民美術展

自慢の作品を展示

7月6日~8日に第24回町民美術展を道の駅に しあいづ「よりっせ」で開催しました。

美術展には絵画をはじめ、写真、陶芸、書道、 水墨画、手芸など町民53人から92点の出展があり ました。今年は、書道を習う小学生3人からも書 道作品の出展がありました。

開催期間中は、町民はもとより道の駅を訪れた 観光客も作品を鑑賞しました。



▲新潟県や宮城県からも来場者が

第28回

群岡地区親善ゲートボール大会

優勝は接戦の末、 下野尻B



7月14日、群岡地区親善ゲートボール大会をす ぱーく西会津で開催しました。(主催:群岡体育 協会、町公民館群岡分館)

大会には、8チームが参加し、熱戦を繰り広げ ました。決勝は下野尻のチーム同士の戦いとなり、 同点で勝敗がつかないまま試合が終わり、上がり 人数の多い下野尻Bが優勝しました。

【結果】 優勝 下野尻B

> 下野尻C 準優勝 下野尻A 第3位

> > 端村



あなたの趣味は? 料理を作ること

熱中していることは? ドライブ

最近感動したことは?

何でも相談できる友達に出 会えたこと

自分を一言で表現するとしたら? マイペース

町民バトンタッチ

なとう佐藤 めぐみ 恵さん [新町]

> あらうみ荒海 ともゆき <mark>智之さん(7月号から)メッセージ</mark>

地元に残る同級生は少ないですがお互いに頑張ろう。

特技は?

バドミントン

あなたのモットーは?

何事も一生懸命

これからやってみたいことは?

友達とディズニーランドに 行きたい!

次の方を紹介してください K · I さん (宮野)

達とのいい思い出ができました とっておきの物はつ 高校の修学旅行の クラス全員でUSJに行き 写

友



町民

ギャラリ

上野尻俳句会

[6月例会]

妣は吾に子 青 ここちよき風になびく をさな抱けば 校 田 立ち 似し人まだ逢へず夏に入る 風 生 平家の 腕 ぬ たくましく 初めて立ちぬ 里 乳 の の 静まり 句 ひや若芸 よ青 青

田 風

橋谷田 豊島野 渡部ミツイ 敬介 久 子 幸 登 ふ 山 み (上野尻) (下野尻) (上野 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、2年・生徒会会計の 二瓶和佳奈さんです。

わたしの夢――

「私は将来、弁護士になりたい です。そう思ったきっかけは、 小学生のとき、あるドラマで弁 護士を見て「格好いい」という 印象を受け、それ以来、法律に



興味を持つようになりました。中でも特に、結婚や離婚の法律が好きで、 法律の考え方の面白さ、常識との違いなどに興味を引かれました」

努力していること――

「今、努力していることは勉強で、特に国語の学習です。まずは高校 そして大学に行けるように、日々の勉強を頑張っています。また、人 と話すとき、相手の目を見て話すように心掛けています。いつも目を そらしてしまうので、意識して相手の目を見て話すようにしています」

最後に未来の自分に一言――

「あこがれの弁護士になれましたか? それとも別の道を歩んでいま すか?いずれにしろ自分で決めたことなので、とにかくその仕事に 全力で取り組んでください。頑張れ未来の自分!!」

まちの人口 ~7月1日現在~ (前月比)

人 口 7, 352人 (-12人) 男 3, 534人 (-14人) 女 3, 818人 (+2人) 世 帯 2, 791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

ご結婚おめでとう

斎 藤俊上野尻渡 部 美 沙端 村



お悔やみ申し上げます

木 和 博(69) みい子 夫 1 町内 田 ヨシエ (88) ミ チ 母 2町内 新 栗山宏士(79)宏克 父 4町内 二 (78) 新 Ħ 黒 新 矢 父 4町内 敏 雄 (85) 信 井 上 子 夫 7町内 茂 木 純 平 (32) 和 雄 子 7町内 典 威 (75) 幹 久 父 9町内1 清 水 縄 榮 (78) キミエ 芝 草 五十嵐 夫 枝 (89) 貞 一 牧 江 川 靜 母 瓶 ス ミ (88) 喜 西原 八 妻 渡 部 1 リ (92) 昭 男 母 松尾 関 好 市 (88) 皐 月 夫 上小島 高 和 也 (24) 美喜雄 子 山口 橋 武 藤 千代久 (90) 久 雄 父 柴 崎 虎 雄 (89) 健 一 佐 藤 父 橋 立 佐 藤 實(84)光 孝 父 橋 屋 忠 雄 (77) 父 小 椋 匠 弥 生

町消防支援隊 新役員決まる



町消防支援隊の委嘱状交付式が6月28日に町役場で行われ、伊藤町長から新役員の皆さんに委嘱状が手渡されました。任期は平成27年3月31日までです。[写真:委嘱状の交付を受ける玉木達雄さん]

隊 長 玉 木 達 雄さん (梨 平) 藤 善 英 さん (上野尻) 副隊長 武 藤 喜 平さん(柴 崎) 貞 一さん(牧) 第1分隊長 江 川 目 黒 第2分隊長 - さん (牛 尾) 第3分隊長 齋 藤 修 さん (上野尻) 真さん(漆 窪) 第4分隊長 會 澤 第5分隊長 一 ー さん(山 浦) 宮澤

町議会臨時会 報告

7月9日に町議会臨時会が開かれ、次の議案5件がいずれも原案のとおり可決されました。

可決された議案

- 町長等及び教育長の給与の臨時特例に関する条例の制定
- 議会議員の議員報酬の臨時特例に関する条例の 制定
- ●職員の給与等の臨時特例に関する条例の制定
- ■語学指導を行う外国青年の給与等に関する条例の一部改正
- ●平成25年度町一般会計補正予算(第3次)

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

好珍プレーに歓声飛び交う

7月7日、健康増進と体力向上、スポーツの振興などを目的に、5地区対抗球技大会がさゆり公園で開かれ、雨でソフトボール競技は残念ながら中止となりましたが、家庭バレーボール、バドミントンで熱戦が繰り広げられました。参加者はチームメートの好珍プレーに歓声や笑い声を上げ競技を楽しみ親睦を図りました。

















今月の表紙

梅雨の晴れ間の7月17日、 西会津小1年生の児童たち は、待ちかねた水泳の授業 で水の感触を楽しみました。



青空の下、児童たちは声を上げて水につかり徐々に体を 慣らし、ビート板を使った泳ぎの練習の合間、友達と水を 掛け合うなど大喜びで水しぶきを上げ、プールには歓声が 響きました。

広報にしあいづ 2013 (平成25年) 