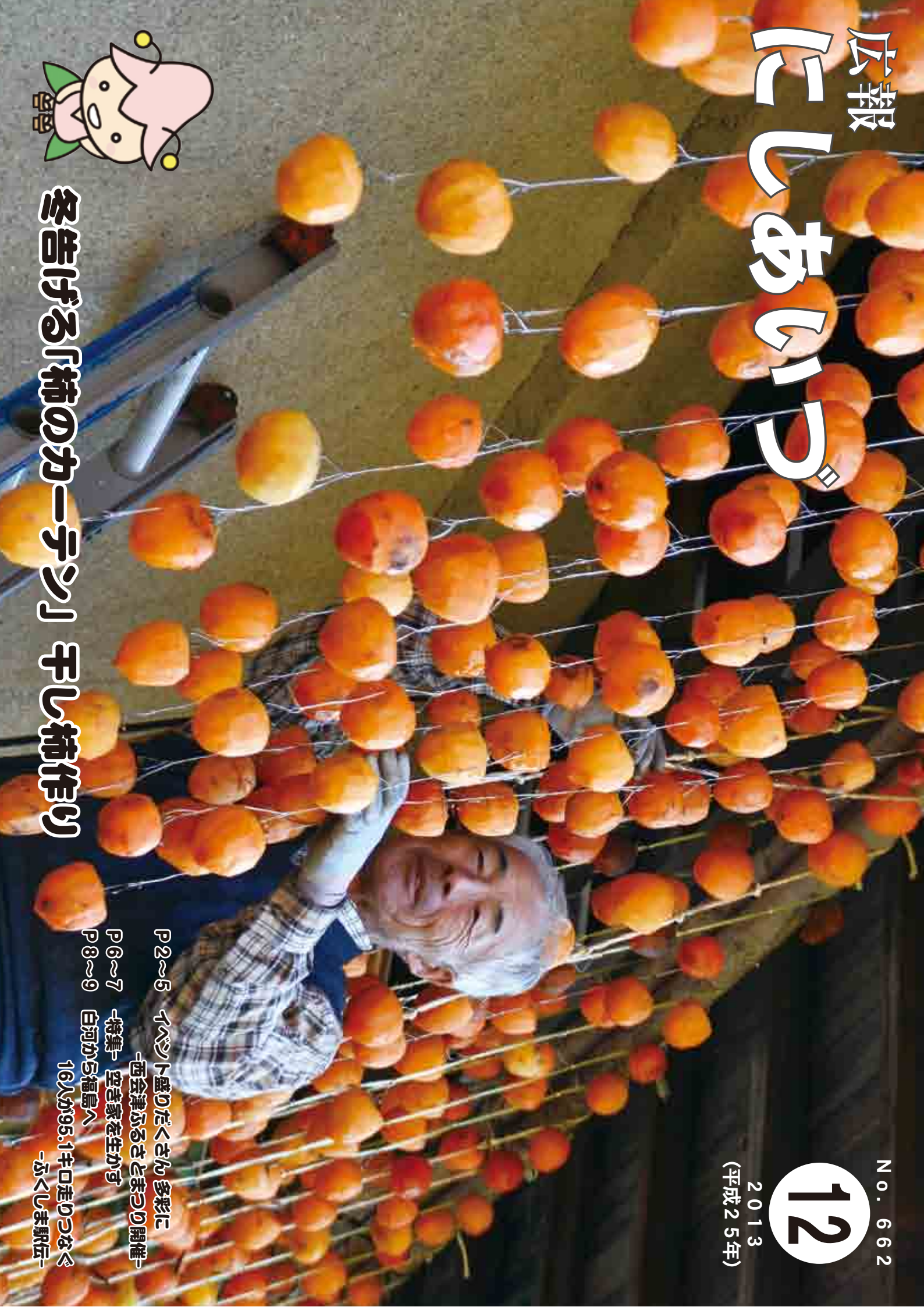


にしあいつ



冬告げる「柿のカーテン」干し柿作り



P2～5 イベント盛りだくさん 多彩に

-西会津ふるさとまつり開催-

P6～7 -特集- 空き家を生かす

P8～9 白河から福島へ

16人が95.1キロ走りのつなぐ

-ふくしま駅伝-

イベント盛りだくさん 多彩に



今年度の西会津ふるさとまつりは、出会い・発見・創造をテーマに今回も東日本大震災復興支援イベントとして10月26日、27日に、さゆり公園で開催されました。

2日とも、朝からあいにくの雨模様でしたが、時折、青空がのぞく中、来場者は、桐ゲタ投げ全国大会(写真)や健康がいちばん紅葉ウォーク、ワンちゃんフェスティバルなど多彩なイベントに参加し西会津の秋を満喫しました。



第28回 西会津の文化と産業祭

西会津ふるさとまつり

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「福島復興、風評払拭に向け、西会津町からの元気発信に取り組んでいます。二日間のさまざまなイベントに参加し、最後まで楽しんでください」とあいさつし、来場者を歓迎しました。続いて鏡開きが行われ、ふるさとまつりが開幕しました。

開会式後の表彰式では、農業まつり部門、健康福祉まつり部門の大賞受賞者に伊藤町長から賞状と盾が贈られました。

その後のアトラクションでは、町内保育所年長児が、こゆりちゃん音頭を、たかさと小町太鼓保存会が太鼓演奏を披露し、オープニングに花を添えました。初日は町内愛好者による民俗芸能と民謡の集いなどが開催されました。

二日目には、健康がいちばん紅葉ウォークが開かれ、参加者は色付き始めた木々を眺めながら町内を散策しました。また、ワンちゃんフェスティバルでは愛犬によるミニ運動会などが繰り広げられたほか恒例の桐ゲタ投げ全国大会などバラエティーに富むイベントが行われました。会場にはパーベキューハウスこゆりちゃん、町内のスイーツを販売する西会津まるごとマルシェ、みぞラーメン、そば、ミネラル野菜などのブースが並び来場者ににぎわいました。



雨雲飛ばすように威勢よく鏡開き

開会式には悪天候にもかかわらず大勢の来賓の皆さんが出席し威勢よく鏡開きが行われました(上写真)。西会津町と友好交流協定を締結し、相互交流を推進する横浜市鶴見区からは八幡準副区長が出席し祝辞を述べました(下写真)。



開幕を盛り上げる

オープニングセレモニーのアトラクションでは、町内保育所年長組児童がステージ上でこゆりちゃん音頭を披露(上写真)。続いて、喜多方市高郷町のたかさと小町太鼓保存会(地元商工会女性部が中心になり結成した創作和太鼓)の皆さんが、女性ならではのしなやかなばさばさきで祭りばやしなどを披露しました(左写真)。



今年、大賞に輝いた皆さん

表彰式では農業まつり、健康福祉まつり部門の大賞受賞者一人一人に伊藤町長から賞状が贈られました。写真右から／三留律子さん[栄一さん]、岩橋チヨイさん、高久一志さん、奥川こらんしよ村・三瓶たかさん、三留満さん、武藤佐代子さん、渡部太郎さん、新田禮子さん、平井和子さん

▲穀類の部でコシヒカリを出品し大賞を受賞した三留さん(青坂)



自慢の農林産物を展示

体育館には、出品された米などの穀類、野菜、果実といった自慢の農林産物の品評結果のほか、巨大カボチャなど珍品も展示され、来場者を集めました。

- 受賞者名簿から①は大賞、②は金賞、③は銀賞〔敬称略〕
- 農業まつり部門**
- ▼穀類①三留栄一(青坂)②山口和也(高目)、矢部隆一(小屋)③西田晴雄(高目)、五十嵐スイ(松峯)、目黒信一(長桜)
 - ▼野菜①岩橋チヨイ(中町)②伊藤好一(樟山)、佐藤廣子(下野尻)③高橋榮子(上野尻)、武藤佐代子(柴崎)
 - ▼果実②長谷川博巳(松尾)
 - ▼菌茸類①高久一志(柴崎)②五寧陽平(西林東)、③杉原辰徳(松尾)
 - ▼農林産物加工品①奥川こらんしよ村②齋藤えりか(芝草)、西会津弘法の郷・奥川こらんしよ村③黒米味噌本舗(菅本)、荒海里子(小綱木)、佐藤アサ子(下小島)
 - ▼農林業振興①三留満(青坂)、武藤佐代子(柴崎)
- 健康福祉まつり部門**
- ◆高齢者作品展
 - ▼ものづくり①渡部太郎(黒沢)②田部俊一郎(安座)③星ヨリ(4町内)
 - ▼芸術文化①新田禮子(菅本)②山形貞子(徳沢)③河瀬文子(菅本)
- ◆障がい者作品展①機能訓練生②海老名ハルヨ(さゆりの園)③グループホームのぞみ、赤城イサ子(さゆりの園)

紅葉と宿場町の風情を堪能

健康がいちばん紅葉ウォークには宮城、新潟など県外のウォーキングクラブも参加しました。参加者は、さゆり公園をスタートし5、7、10kmのコースに別れ思い思いのペースで街中を散策しました。



おろして食べる早さ競う

若者まちづくりプロジェクトの企画で、大根をすりおろして食べる早さを競う「すりすりんびっく」が初めて行われ、参加者は、大根おろしを口いっぱいにはお張っていました。



西会津産の新米おにぎり、もち振る舞う

J A会津いで女性部西会津町支部の皆さんが準備したおにぎりとお納豆、きな粉もちが無料で来場者に振る舞われました。会場ではもちつき体験も行われました。



西高生がボートの魅力をPR

西会津高校ボート部の渡部湧也部長ら4人は、ボートのトレーニングマシンを来場者に体験してもらい、ボートの魅力、西会津高校をPRしました。



人気集めた旬野菜

ミネラル野菜市では、にしあいづ健康ミネラル野菜普及会の皆さんが、旬の白菜、大根、キャベツといったとれたて野菜を販売し来場者でにぎわいました。

27日のミュージックFESTAでは、町内の若者で構成されたバンドグループなどが熱気あふれる演奏を繰り広げ、ステージ前は聴衆で大盛り上がりとなりました。

盛り上がった会場



第16回目の開催となった恒例の桐ゲタ投げ全国大会には31人が参加し、13kg(小学生は7kg)のジャンボ桐ゲタを投げ飛距離を競いました。写真は少年男子の部で優勝した生方美国さん。「飛んでいけ」と力いっぱいジャンボゲタ投げ



桐ゲタ投げ一般男子の部・優勝は上野貴章さん
桐ゲタ投げ全国大会一般男子の部では上野貴章さんが9m85cmの圧倒的な飛距離で優勝しました。第2位は上野善章さん(7m)、第3位は鈴木英明さん(4m55cm)。



自慢のファッション披露し大関さん優勝
ワンちゃんフェスティバルでは、ミニ運動会のほか、ファッションコンテストなどが開かれました。ファッションコンテストでは大関康子さん(西林)の「ちゃうしゅう君」が優勝しました。

会場の一画では、今年も西会津漁業協同組合の皆さんが2日間にわたりイワナ、大ヤマメの塩焼きを笑顔で販売し、来場者は川魚を味わいました。

イワナ、ヤマメ塩焼き笑顔で振る舞う



町内のバンドグループ「ザ・バーコンズ」がオリジナル曲を披露(上写真)。今年結成した西会津のご当地アイドルLily Puaがメンバー自ら震災をテーマに作詞、作曲した「オーバーカミング」を初披露しました(下写真)。

地元バンド、ご当地アイドル ステージ披露



写真=11月2日に行われた「西会津の暮らし体験ツアー」では、田舎暮らしを考えている東京、千葉の2組の夫妻が、首都圏からの先輩移住者である松倉文子さん(上野尻・左から2番目)、向キヨ子さん(8町内・左)らから当時のいきさつや経験談を聞き、松倉さん手作りの自然食を囲み意見交換しました。



特集

「田舎暮らし」高まるニーズ

空

き／家を生かす

売りたい、貸したい住宅を募集

町内におよそ200軒あると推定される空き家。町では、この空き家を生かし定住促進、交流人口の拡大を図り、地域活性化につなげることを目的に、今年8月に「空き家バンク事業」を開始しました。今月はこの事業の内容と課題、移住者インタビューを掲載します。

現在の課題とニーズ

年々増加する空き家ですが、誰も住まずにその状態が続くと家屋は傷み、最終的には危険な建物として地域に残ります。さらに周囲の景観が損なわれ、防犯・防火の面でも好ましくない状況になります。

そこで町では、空き家を売りたい、貸してもいいという所有者からの物件情報をホームページで公開し、田舎暮らしをしたい、あるいは別荘のように二地域居住に使いたいといった希望者に物件を紹介する「空き家バンク事業」をスタートしました。事業の実施にあたり町では、福島県宅地建物取引業協会・喜多方支部と協定を結び、専門の不動産業者が物件の調査や案内、売買・賃貸借契約の仲介を行うことにより事業の円滑化、トラブル防止を図っています。

事業開始から約3カ月がたちましたが、土地・建物の相続、不動産の所有者が亡くなったのに登記が直っていないといった所有権の問題などから登録物件がなかなか無いという課題に直面しています。

一方、町外の方からは「西会津で暮らし野菜作りをしたい」「親の出身が会津なので家族で引越したい」「自然、風景、国際芸術村などから西会津が気に入った」「古民家で暮らしたい」など田舎暮らしを希望する人が少なくありません。

このような移住ニーズがあるにもかかわらず紹介できる物件が無いというもどかしい状況で、現在、物件確保が大きな課題になっています。このため町では、町内の「売りたい、貸したい住宅」を募集しています。また、どんなささいな相談でも受け付けています。



おとみお 富男さん [松尾]

今年6月、東京都から松尾に単身で移住。西会津町森林組合に勤務。

豊かな自然、飯豊連峰の眺望で移住を決断 温かく親切な地域の皆さんに感謝

い つかコンクリートに囲まれた環境から山の見える自然豊かな所に移住したいと思っていました。幾度か会津をはじめ、福島にドライブ旅行を重ね、会津で何かを守ることをしたいと考えるようになり、「きこり」になろうと決め森林組合への就職を決意しました。

ここに住んで、あらためて手つかずの自然、田園風景の美しさ、万年雪を頂く飯豊連峰の壮大な眺めが、ほかの会津地域とは違い気に入っています。そして、よそ者なのに温かく親切に接してもらい地域の皆さんには感謝するばかりです。

移住にあたり就職と住居探しは同時進行でした。先に森林組合

から内定があり、着任日が迫っていたとき、町役場と家主さんの厚意により急な事情にもかかわらず住宅を借りることができました。希望の半面、知らない土地に移住する不安、雪や運転の心配など、かなり悩みましたが、覚悟を決め思い切ってその土地に飛び込んでしまうのも一つの方法かもしれません。私自身、移住に際し苦労はほとんどありませんでした。また、いざ暮らしてみると不安に思っていたことがとても小さい問題のように思えました。前に進む気持ちで挑んだほうが良いと思います。

今後は少しずつでも地域活動に参加し町の本当の一員になることができればと思っています。

売りたい、貸したい



Q & A

- 【Q1】 両親所有の建物を空き家バンクに登録できますか？
- 【A1】 所有者本人からの登録申請が原則ですが、所有者からの委任状により登録が可能です。
- 【Q2】 西会津町に住民登録が無くても空き家バンクに登録できますか？
- 【A2】 住民登録に関係なく、町内の空き家を登録できます。
- 【Q3】 売却額や賃貸料は、どのように決まりますか？
- 【A3】 物件を調査した不動産業者と相談し決めることができます。希望金額も伝えられます。
- 【Q4】 空き家バンクの登録に費用はかかりますか？
- 【A4】 登録時に費用はかかりません。ただし、相手方と契約が成立した際、賃貸の場合、仲介手数料がかかります。なお、売買の場合はかかりません。
- 【Q5】 買いたい、借りたい方に、日中、建物の案内ができません。どうすればいいですか？
- 【A5】 あらかじめ日程調整し、所有者に代わって不動産業者が案内します。

- 【Q6】 賃貸の場合、建物に家財が残っていても大丈夫ですか？
- 【A6】 貸主と借主双方の意向によって異なりますが、トラブルを避けるため家財は残さないようにお願いします。
- 【Q7】 賃貸の場合、古い建物は修理しないと貸し出せませんか？
- 【A7】 電気設備、給排水設備など建物と一体の設備は、原則空き家所有者の負担で修理をお願いしています。
- 【Q8】 数年後、登録した建物を使い出したため、一定期間の貸し出しは可能ですか？
- 【A8】 定期借家契約制度により、希望する期間の貸し出しが可能です。ただし貸し出し期間は2年以内でお願いしています。
- 【Q9】 建物を改造されたりしませんか？
- 【A9】 賃貸の場合、借主による物件改築、改造などを禁止しています。
- 【Q10】 ペットを勝手に飼育されたりしませんか？
- 【A10】 賃貸の場合、貸主の許可無くペットを飼うことを禁止しています。
- 【Q11】 小屋は使いたいのので、住宅だけの賃貸は可能ですか？
- 【A11】 可能です。なお部屋単位の貸し出しは遠慮いただいています。

買いたい、借りたい



Q & A

- 【Q1】 誰でも空き家バンクに登録できますか？
- 【A1】 西会津町への移住や二地域居住が希望であれば誰でも登録できます。
- 【Q2】 登録によって、どのように情報を受け取れますか？
- 【A2】 電子メールで新着情報が受け取れます。
- 【Q3】 気に入った物件にすぐ住むことができますか？
- 【A3】 家財の撤去や設備の補修作業が必要な場合、その撤去、補修の間は入居できません。
- 【Q4】 登録に費用はかかりませんか？
- 【A4】 登録に費用はかかりませんが、賃貸借、売買の契約が成立した際、仲介手数料がかかります。
- 【Q5】 登録には何が必要ですか？
- 【A5】 空き家バンク利用登録申込書、誓約書、運転免許証などの身分証明書の写しで簡単に登録できます。

問い合わせ

商工観光課
☎45-22213



白河から福島へ 16人が95.1キロ走りつなく ふくしま駅伝

第25回 市町村対抗県縦断駅伝競走大会



写真上／声援を背に駆ける8区・平野大夢さん[左から2番目・郡山地内]、右下／ゴール後、藤城副町長が選手の皆さんの健闘をねぎらいました[県庁前]

白 河市から福島市までの16区間95.1kmのコースで11月17日、第25回ふくしま駅伝が開かれました。

西会津町チームは、5時間55分21秒のタイムで参加51チーム中45位と、昨年より順位を3つ上げ大健闘しました。

2年連続最下位を昨年脱した西会津町チームは今年、敢闘賞(大幅に順位を上げたチームに贈られる)を目標に3月から毎週日曜の練習を開始し、8月からは平日2日の夜間練習を始め、厳しいトレーニングを積んできました。また昨年に引き続き、会津陸上競技協会会長で高校時代の佐藤敦之選手を指導した越尾咲男さんを特別コーチに招いて専門的な指導を受けてきました。

大会では、チームのエースがそろった10区で区間31位となった薄上南平選手のほか、高校生が出場する5区、14区でそれぞれ区間35位、36位となった中学生の佐藤茂哉選手、佐藤輝選手をはじめ、選手全員が実力を発揮し、今回

写真下／16日、開会式の前に全員で記念撮影[白河市総合運動公園陸上競技場スタート地点]

写真右／ふるさとのためにと10年ぶりに出場した伊藤拓也さん(牧出身)がアンカーを務め、ゴールしました[県庁前]





写真右／やや緊張した表情でスタートを待つ
1区・大田沙莉奈さん[白河市陸上競技場]



写真下右／高校生のエース区間2区を力走する市橋卓磨さん[泉崎地内]、
左上／楢葉町と競り合う11区・秦優希子さん[右・大玉地内]、左下／中学生のエース区間3区を走る目黒航希さん[矢吹地内]



写真上／前のランナーをかわし、さらに前を追う5区・佐藤茂哉さん[須賀川地内]、下左／開会式に入場する西会津町チームの選手、主将の齋藤勇一さんが旗手を務めました[白河中央体育館]、下右／今大会の開会式で連続20回出場賞を受賞した江川正樹さん

の躍進に貢献しました。大会後、鈴木洋監督は「来年こそ敢闘賞を取りたい」と早くも来年の目標を立てていました。

大会を振り返って

13区 江川正樹さん

まずは、走り切れてほっとしています。チームが続けて好成绩を残すためには、若手の育成が重要だと思っています。私は中学3年のとき、初めてこの駅伝に出場しました。チーム事情で一般区間8.8kmを走り、順位は後ろから5、6番目で、とても悔しい思いをしました。それをばねに練習に励み、その後の大会では好成绩を残せるようになりました。若手の選手には努力は必ず報われることを分かってほしいと思います。私は、それを糧に練習に励みました。それは私の人生の礎になっています。

奪^{なすき}つないだランナー

- 1区 大田沙莉奈(西会津中1年)
- 2区 市橋卓磨(会津高1年)
- 3区 目黒航希(西会津中3年)
- 4区 渡部和之(喜多方地域消防)
- 5区 佐藤茂哉(西会津中3年)
- 6区 渡部貴之(自衛隊新発田)
- 7区 伊藤 峻(西会津中3年)
- 8区 平野大夢(西会津中3年)
- 9区 若木美奈(西会津中3年)
- 10区 薄上南平(秋田県立大3年)
- 11区 秦 優希子(喜多方高1年)
- 12区 雅楽川隼人(株アズール)
- 13区 江川正樹(にしいづ福祉会)
- 14区 佐藤 輝(西会津中3年)
- 15区 大田聖羅(西会津中3年)
- 16区 伊藤拓也(海上自衛隊)

[敬称略]



横浜鶴見に「アンテナショップ」オープン

西会津町と友好都市交流協定を結ぶ横浜市鶴見区に10月23日、町の特産品販売、情報発信を行うアンテナショップがオープンし、現地で式典が行われました。店舗は、横浜市の東日本大震災復興支援を受け、鶴見区佃野商店街の空き店舗を活用して開設し、本町および棚倉町の特産品販売などを行います。名称は、大切なものを保存する蔵のイメージから「Kura-cafe」としました[所在＝鶴見区佃野町25-2]。町では、これまで首都圏のイベントなどに出向き一時的、臨時的にPR活動、直売を行ってききましたが、今回のアンテナショップ開設で継続した物産販売、農林産物の安全性のアピールなどが可能になりました。



盛大に開催 第1回社会福祉大会

11月4日、「お互いに支え合う やさしい町を目指して」をテーマに初めての町社会福祉大会が西会津中学校で開かれました。始めに大会長の伊藤町長が「皆さんが住み慣れた地域で安心して健やかに暮らせるよう、本大会が福祉の向上、発展に寄与することを期待します」とあいさつ。次に社会福祉活動に貢献した団体などに表彰状、感謝状が贈られ、西会津小4年の相原侑奈さん、西会津中3年の目黒航希さんが最優秀表彰を受賞した作文を発表しました。続いて社会福祉協議会、授産場、にしあいつ福祉会が活動を発表し、最後に大会宣言を採択しました。式典後には落語家の三遊亭遊之介氏のチャリティー寄席が行われました。

地域ならではの「食」から観光振興を探る

全国グリーンツーリズムネットワーク福島大会の分科会が11月14、15日、西会津国際芸術村などで開かれ、遠くは青森、長崎から約50人が参加しました。分科会では、会津戦争越後口攻防があったとされる陣ヶ峯峠を散策し、国際芸術村でパネルディスカッションと交流会が行われました。パネルディスカッションでは、NPO法人素材広場の横田純子理事長がコーディネーターを務め、町のミネラル栽培などを背景に、渡部農園の渡部佳菜子さん、奥川こらんしょ村代表の三瓶たかさん、ロータスイン料理長代理の長谷川なぎささん、西会津元気グリーンツーリズム協議会の田崎敬修会長が、地域ならではの食を生かした観光について意見を交わしました。



大山の秋を五感で味わう

10月19日、大山祇神社の秋の例祭・紅葉ウォーキングが中野区むらおこし実行委員会・中野区の主催で開かれ、約200人が大久保町営駐車場から、およそ4km先の神社本社を目指し散策しました。開会式では実行委員会の小瀧達男委員長(大久保自治区長)が「大山の自然をじっくり堪能してください」とあいさつし参加者を歓迎しました。

参加者は、澄んだ空気の中、川のせせらぎを聞きながら黄色に色付き始めた木立の間を進み、不動滝、弥作の滝、杉並木、202段の石段と、ふくしまの遊歩道50選に選ばれた参道を歩きました。下山後には実行委員会の皆さんが参加者に心のこもった豚汁と、もちを振る舞いもてなしました。

予防しよう！「生活習慣病」

生活を見直してみませんか

生 活習慣病の代表格である「がん」「心臓病」「脳卒中」は、本町でも死因の5割を超えています。生活習慣病は突然発症するのではなく、自覚症状が無いまま徐々に進行し、日ごろの食事や生活習慣の積み重ねがさまざまな病気を引き起こす原因になります。従来、生活習慣病は中高年に多い病気でしたが、ライフスタイルの変化などとともに近年は若くても生活習慣病になる人が増えています。

こんな生活習慣が危険信号

チエックしてみよう！

- お腹いっぱいになるまで食べる
- 野菜をあまり食べない
- 揚げ物など油っぽいものを好み、魚より肉をよく食べる
- 自動車での移動が多く運動不足
- 飲酒量が多い
- たばこを吸う
- ストレスがたまりやすい
- 睡眠不足である



こつとして改善「生活習慣」



◆ **お腹いっぱい食べている人は**— ゆっくりよく噛んで野菜から食べよう。また1日3食バランスよく。

◆ **野菜をあまり食べない人は**— ゆでたり、スープにしたり工夫して手軽で簡単な野菜料理にしてみましょう。

◆ **油っぽい食べ物、魚より肉をよく食べる人は**— 焼く、蒸す、ゆでるなど調理法

を変えたり、油を使わずに調理したり、また脂肪の多い部位を控えましょう。肉と魚は1対1で、手のひらサイズが目安です。

◆ **運動不足気味の人は**— 歩く機会を増やしましょう。毎日10分程度のラジオ体操やストレッチもおすすめです。

◆ **飲酒量が多い人は**— 日本酒は1日1合程度まで。週に2日以上は休肝日を設けましょう。

◆ **たばこを吸う人は**— 町で禁煙サポートを行っているしますので相談ください。自分で禁煙が難しい場合、禁煙外来を利用すると成功率がアップします。（一定条件を満たせば保険が適用される場合があります）

◆ **ストレスがたまりやすい人は**— 森林浴やアロマセラピー、映画観賞など自分に合った趣味を見つけてみましょう。

◆ **眠れない人は**— 自分に合った高さの枕や間接照明を利用しましょう。また、起きたら朝日を浴びて体内時計をリセットしましょう。

【問い合わせ先】健康支援係 ☎45-4532

今月、日常生活を見直して食生活改善や運動を実践する50代男性の体験談を掲載します。



体験談紹介

【Q】改善しようと思ったきっかけは？

10年ほど前、町の健康教室に参加しましたが、まだ若いから大丈夫だと思い、改善の実行までには至りませんでした。しかし昨年、健診結果に要医療のハガキが入っていたため、診療所を受診しました。その際、主治医から「このままの生活では良い結果は出ないよ」と言われ、また、保健師からのすすめもあって町のヘルスアップ教室に参加することにしました。

生活習慣の改善を実践



▲11月に開催したヘルスアップ教室

【Q】具体的な取り組みの内容は？

昨年の秋ごろから万歩計を使い「1日7000歩」を目標にしています。仕事の合間や帰宅後にも自宅の周りを歩くようにしました。また、今までは毎日晩酌し、飲酒量を覚えていないほど飲むこともありましたが、1日1合までと決め、休肝日も週2日設けました。慣れるまでの最

初の2カ月は大変きつかったです。食事は旬の野菜を中心に、足りないときは低カロリーのものを選んで食べています。おかげで体重が12kg減り、ウエストも8cmほど細くなりました。

【Q】取り組んで良かったことは？

以前は晩酌しながらの夕飯で、ただらだと時間をかけて食べ、妻が渋い顔で見えていましたが、野菜中心の食事にして早めに済ませるようにしたため、片付けも早く済み、妻は喜んでいきます。体も軽くなり、朝の目覚めも良くなりました。

【Q】町民の皆さんにメッセージを。

若いから大丈夫ではなく、若いうちから気を付けないと取り返しがつかなくなると思います。思っている以上に病気が進行している場合があります。それ故、できること、続けられることに取り組んで欲しいです。自分もまだ実践途中で、目標は20歳のころの体重に戻りたいと思っています。皆さんも一緒に日常生活の改善に取り組んでみませんか。

調理時間
約15分

パイ生地代わりに春巻きの皮を使った簡単スイーツ

親子で楽しく、くるくる巻いて焼くだけ

食感 楽しめる 春巻き りんごパイ

5

材料（4人分）

りんご	1個
レーズン	30g
砂糖	大さじ1
春巻きの皮	4枚
粉砂糖	少量
A 小麦粉・水	各大さじ1
バター（塗り用）	大さじ1
ミントの葉	適量

作り方

①りんごは皮をむき、縦8等分に切り、芯を取っていちごう切りにする。レーズンは軽く水で洗い水気を切る。

②りんご、レーズン、砂糖を鍋に入れ、かき混ぜながら弱火でしんなりするまで煮る。粗熱が取れたら4等分にする。

③春巻きの皮を広げ、②を細長く置く。混ぜたAを皮の奥側と左右に塗り、巻きながら、しっかりと押さえて包む。

④溶かしたバターを③の表面に塗りオーブンできつね色になるまで焼く。2つに切って茶こしで粉砂糖を振り掛け、ミントの葉を添えて完成。



チャレンジ!!

シリーズ

食育

●お菓子作りを楽しむ

楽しい体験から、はぐくむ親子でクッキング



家族みんなで楽しく食事をするには？

普段できているかチェックしてみよう。

- 「いただきます」「ごちそうさま」と食事のあいさつをしよう。
- 食事をしながら食事のマナーを覚えよう。
- 背筋を伸ばし、茶わんを持って食べよう。
- 食事をしながら家族みんなで会話を楽しもう。
- ご飯とおかずを交互に食べよう。

1日1回は家族そろって食事をしようね。



子

子どもの心と体の発育と健康のためには毎日の食事をきちんと味わって、おいしく食べることが大切です。「食育」は難しいことではなく、毎日の食の営みではぐくまれます。子どもは好奇心が旺盛です。休日やクリスマスなどの行事には積極的に親子で料理をしてみましよう。特に、おやつ作りは手軽にできるのでおすすめです。

食育で身に付く5つの力

1 食べ物を選ぶ力

◇ 買い物に行き、いろいろな食材を知ろう。
◇ 体に良い食べ物を選ぶ力を身に付けよう。

2 食べ物の味が分かる力

◇ いろいろな食べ物を食べて味を覚えよう。

3 料理ができる力

◇ 料理はもちろん、盛り付けも工夫し料理を楽しもう。

4 食べ物の命を感じる力

◇ 自分で野菜などを栽培し、食べ物や自然に感謝しよう。

5 元気な体に分かる力

◇ 早寝・早起き、しっかりと運動しよう。
◇ 食べ過ぎや欠食、虫歯にも注意しよう。

芸術の秋、読書の秋

奥川地区で生涯学習発表会

11月10日、奥川みらい交流館の体育館で第9回奥川地区生涯学習発表会を開催しました。

発表会には、奥川地区の皆さんや出演者9団体と個人が出演しました。

出演者は、歌や踊りをはじめ、昔語りやハーモニカの演奏など、さまざまな演目で日ごろの練習の成果を披露しました。会場には多くの観客が訪れ、会場は拍手や笑いであふれました。



▲奥川地区老人クラブ女性部「銭太鼓」



▲西会津赤十字奉仕団「踊り 麦畑」



◀西会津語りの会「昔語り」

西小わくわくクラブ

伝承員から伝統芸能を学ぶ



▲キーホルダー出来上がり

西 小わくわくクラブの休日活動を11月10日に町公民館で開催し、児童、保護者ら約20人が参加して、つる細工を学びました。講師は町伝承員の佐藤寅勇さんをはじめ、齋藤陽明さん、佐藤タミコさんら上野尻の皆さんで、3年生以下の児童はキーホルダー作り、4年生以上の児童は風車作りに挑戦しました。

キーホルダーは比較的簡単に制作できたため3つも作る児童がいました。風車は編み込む作業があるため、苦労している児童がいましたが、「とても楽しい」などと児童たちはつる細工にのめり込んでいました。また児童は、講師から作り方を教わる中で、熟練の技を見て感心していました。

ブックスタート事業開始

豊かな心を育み、言葉の発達を促す

今 年度から町では、「ブックスタート事業」を開始しました。

このブックスタートは、赤ちゃんが保護者が絵本を通じて触れ合う「きっかけ」をつくる活動で1992年にイギリスで始まり、2000年に日本に紹介されました。

町が絵本を配布する対象は、西会津町に在住する今年4月2日以降に生まれた子どもです。町の乳児健診の通知に「絵本引換券」を同封しますので、西会津中学校図書館で絵本が入った「ブックスタートパック（手さげパック）」を受け取ってください。



▶西会津中学校図書館で配布する「ブックスタートパック」



町民バトンタッチ

おおぬま
大沼 あゆみさん [1町内]

こまた しょうこ
古俣 翔子さん (11月号から) メッセージ

いつも仲良くしてもらってありがとう!! 優しいあゆみちゃん大好きです!

あなたの趣味は?

カラオケ

特技は?

人と仲良くなること

熱中していることは?

バレーボール。下手なのでただ今、練習中です

自分を一言で表現するとしたら?

とにかく明るい(笑)

最近感動したことは?

息子の成長。字を書けるようになったことに感動

あなたのモットーは?

毎日を一生懸命生きる!!

これからやってみたいことは?

ダイエット(常にですが)

次の方を紹介してください

Y・Aさん(松尾)

大切にしているものは?
『息子♡。子どもと一緒に私も日々成長しています。気付かされるのがたたくさんです』



町民 ギャラリー

西会津ふるさとまつり
出展作品

[川柳部門から]

西会津絆の大使こゆりちゃん

庶民増税企業減税とは理不尽な

若鳥が練習しているホーホケキョ

趣味ひとつ生きがい求め老いの視野

小野木伸夫(九町内二)

長谷沼清吉(小清水)

武藤新一(芹沼)

井上雪子(新町)

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、自分の思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・バレーボール部前部長の大田^{せいら}聖羅さんです。

わたしの夢——

「わたしは将来、福祉関係の仕事に就くか保育士になりたいと思っています。

その理由は、母が介護福祉の仕事をしているため影響を受けたことと、さゆりの園での職業体験で貴重な経験をし、福祉に興味を持つようになりました。

保育士については、小さい子どもが好きなので、好きなことを職業にしたいと考えています」



努力していること——

「高齢者や小さな子と同じ目線で話したり、接したりすること、また、みんなに笑顔で明るく接するよう心掛けています」

最後に未来の自分に一言——

「自分の夢に向かって努力できていますか。どんなにつらいことがあっても、それに負けず自分なりに頑張ってください」

まちの人口 ～11月1日現在～ (前月比)

人口	7,306人	(- 5人)
男	3,505人	(- 6人)
女	3,801人	(+ 1人)
世帯	2,776世帯	(- 1世帯)

戸籍の窓口 ～10月受付分～ (敬称略)

お誕生おめでとう

山本 彩乃ちゃん	大地・杏奈	9町内1
山本 唯乃ちゃん	大地・杏奈	9町内1
渡部 涼音ちゃん	敏朗・涼子	西原
水野 春輝くん	正道・知恵	森野
長谷川 里桜ちゃん	和宏・綾	松尾
斎藤 結愛ちゃん	光・春華	橋屋
五十嵐 嘉興くん	徐志明・裕子	宮野



ご結婚おめでとう

佐藤 聖矢	下小島
篠原 実菜	会津若松市



お悔やみ申し上げます

小瀧 壽展 (81)	岡崎 淳	伯父	大久保
鈴木 光 (79)	文 広	父	大久保
武藤 昭義 (78)	昭 一	父	森野
佐藤 均 (82)	次 男	父	白坂
須藤 一 (87)	隆 洋	父	楢木平
佐藤 フミノ (90)	幸 一	母	極 入



交通教育専門員 紹介

交通安全教育活動、広報活動などを行う交通教育専門員に小野崎さんが任命されました。

おのざき さとる
小野崎 覺さん(8町内)

【任期】平成25年11月1日～(3年) 平成28年10月31日

【抱負】町民の皆さん、町のために役に立てればと思います。交通事故はいつ起きるか分かりません。交通安全活動に努めていきたいと思っています。



百歳賀寿



▲正座し賀寿を受け取る佐藤トクさん



▲伊藤町長から賀寿を受け取る長谷川ヤチヨさん

白坂の佐藤トクさんが11月1日に、松尾の長谷川ヤチヨさんが11月10日に満100歳を迎えました。

二人は大正2年の生まれで、1日と10日にそれぞれ行われた賀寿贈呈式では、親族が見守る中、伊藤町長、町老人クラブ連合会の渡部雅二郎会長らから直接本人に賀寿と祝い金、記念品が贈られました。

佐藤さん、長谷川さんが満100歳になり、町の100歳以上の方が15人になりました。

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。

とき 一步～新たな未来へ進む時間～ テーマに

11月2日、西会津中光桐祭が開催されました。光桐祭は寸劇(3段目右写真)で幕を開け、実行委員長の清野真耶さんが「光桐祭をきっかけに成長し、また一步前進したいと思います。思い出に残るよう最後まで頑張ります」とあいさつ(1段目右写真)。各学年、環境委員会の総合発表に続き、伝統の学年・クラス対抗合唱コンクール、光桐劇などが披露されました。

こゆりちゃん トピックス



今月の表紙



渋味が自然に抜けて甘味が増す干し柿。11月上旬から中旬にかけて尾野本上小島では干し柿作りの最盛期を迎え日黒博也さん方では10月20日ごろ収穫した渋柿の皮をむき約20個の柿をくくり付けたひもを軒下に一本一本つり下げだいたい色の柿のカーテンが冬の訪れを告げていました。