

まちが好き 共に生きて 笑顔あふれる やまつりまち

7

July
2022

令和4年7月1日発行
(毎月第1金曜日発行)
No.736

広報

やまつり

Public
Relations
Yamatsuri

いつまでも元気
変わらない笑顔

【特集】(p2-5)

『健幸』のすゝめ

【Health information】(p6)

新しい生活様式における熱中症予防

【Pickup topics】(p8-9)

「矢祭山公園親水広場」の
愛称を募集します

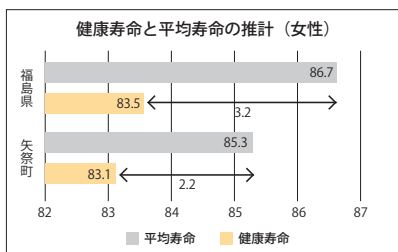
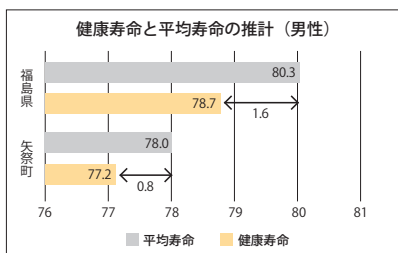
【行政NAV】(p10-11)

町民プール「スインピア矢祭」
夏休み期間中の利用料等のお知らせ

【地域おこし協力隊活動日誌 VOL57】(p12-13)

Main presenter 近藤隊員

また、生まれてから何歳まで生きられるかを平均的な数値で割り出したものを平均寿命といい、この健康寿命と平均寿命の差は不健康な状態の期間となり、家族の手助けや医療機関を頼る必要がある中で、経済的・体力的にも負担を感じるが多くなるため、この期間の差をいかに短くできるかが大きな課題となっています。



※健康寿命は要介護2以上を不健康な状態と定義して算出した数値を使用しています。

健康寿命を延ばす大切な3つのポイント



栄養バランスのとれた食事

食事の栄養バランスに気を付けることが重要です。1日3食の食事をとることはもちろん、主食・主菜・副菜など栄養バランスの整った食事を心がけることで、身長や年齢にあった体重を維持することができます。自然と健康寿命延伸につながります。



適度な運動

適度な運動により病気のリスク及び生活習慣病や足腰の痛み発生の軽減、転倒や骨折の予防にもなります。運動不足になることで、加齢とともに足腰が弱くなる可能性もあるため、健康寿命を延ばすには適度な運動がとて大切です。



社会参加

健康寿命延伸のためには人との関わりも大切な要素です。社会参加により心を許せる友人ができ、生活が充実したように感じ、健康面・体力面に自信が付き生きがいを感じる機会が増えることで、病气や要介護の予防になるという考えもあります。

平均寿命と健康寿命の差を縮めることが大きな課題

健康寿命と平均寿命

健康寿命は、介護や周囲の人の助けを借りることなく、起床や衣類の着脱、食事や入浴といった普段の生活の動作を1人で行って生活できることを指し、健康的に自立して日常生活を送れる期間のことをいいます。

健康寿命と平均寿命の差

男性0.8歳 女性2.2歳

国民健康保険団体連合会の調査によると令和元年の矢祭町の男性の平均寿命は78.0歳、健康寿命は77.2歳であり、差は0.8歳となっており、女性の平均寿命は85.3歳、健康

寿命が83.1歳であり、差は2.2歳となっています。福島県の男性及び女性の平均寿命と健康寿命の差(男性1.6歳・女性3.2歳)と比べて不健康な状態の期間は短いです。今後とも生涯を通じて健康づくりを着実に進め、健康寿命延伸を図ることが重要となっています。



ココロとカラダに

『健幸』

のすゝめ

現在、矢祭町の高齢化率は約40%と町の人口のほとんどが高齢者となっています。そんな町を支える高齢者ですが、年を取っても趣味や交流を通して生き生きと暮らすためには、寿命だけでなく健康寿命を延ばすことが大切です。どんなに元気な人でも、年齢による衰えは必ずやってきます。しかし、日頃の心掛けの違いによっては、衰えの程度や速度を抑えることができます。今回の特集では、普段の生活の中で出来ることと介護予防教室の取り組みを紹介します。生涯に渡って健康に暮らすために、必要なことは何かを考えます。



私たちは、理学療法士として医療や介護により専門的な視点から介護予防に向けた筋肉や関節のストレッチ及びトレーニングを行います。また、町で行っているライフアップ教室やマダヤールクラブなどの事業を通して、知識や情報を分かりやすく伝えることを意識し、「生活に寄り添って関わる」ことを目標に介護予防に取り組んでいます。

そして、1人よりもみんな

1人よりもみんなで 楽しく介護予防

普段の生活の中で健康寿命延伸に大切な3つのポイント（栄養バランスのとれた食事・適度な運動・社会参加）を実践するのはなかなか難しいことだと思います。

しかし、これらを怠ること

普段の生活から介護予防

1人よりもみんなで 楽しく介護予防に取り組める



渡邊 哲氏

Profile

理学療法士。株式会社はなひろに勤務。令和2年7月から矢祭町の介護予防に関わる活動を通して、主に高齢者の健康づくりを支えています。

認知症が進行し、正常な判断ができなくなってしまう恐れもあります。

身体を動かすことが困難になれば近所の方との何気ない会話や食事などが億劫になる

と同時に普段の生活に張りがなくなってしまう。

この悪循環がご自身の身体や気持ち動かさない状況へとつながり、介護の道に足を踏み入れることになってしまいます。

環境をつくり、最終的には自分自身で健康寿命延伸を意識した生活をしてほしいと考えています。

健康な身体と社会とのつながりをつくる

現在、矢祭町では、新たに介護予防教室「わんあっぷ」という取り組みを行っています。「健康な身体と社会とのつながりをつくる」ことを目的に健康寿命延伸にかかる様々なテーマを設けた介護予防教室となっています。

体力測定、膝痛・腰痛・肩こり対策、筋力トレーニング、ウォーキング指導、姿勢矯正、転倒予防、バランストレーニングなどを行い、高齢者の皆さんの元気で健康な身体づくりを目指しています。

また、各回の介護予防教室の中で、自宅でできる運動や生活のアドバイスをさせていただきますので、普段の生活の中で少しでも意識していただくと幸いです。



Interview

友人と楽しく健康づくりができる



「わんあっぷ」参加者
菊池 典子さん

友人に誘われて介護予防教室を受講しました。友人と一緒に参加することができるので、楽しく受講することができ、あっという間に時間が過ぎていきます。楽しく介護予防が行えるのは、とても素晴らしいことだと思います。

また、講師の方の話は分かりやすく、普段の生活の中で実践できることを教えてもらえるのでどんどん取り組んでいきたいです。

後悔しないように今から始める



「わんあっぷ」参加者
神長 孝之さん

後で後悔しないように将来に向けて今から健康な身体づくりをしていくために参加しています。

80歳になっても元気に身体を動かすことができるのは、

このような介護予防教室に積極的に参加していることが大きな要因だと思うので、これからももっと続けていつまでも元気に暮らしていきたいです。

また、同じ目標を持った他の参加者と一緒ならずっと続けていけると思います。

介護予防教室「わんあっぷ」 次回の開催日はこちら

膝痛対策トレーニング講座

【開催日】
7月8日（金）
【講座内容】
・膝が痛くなる原因を知る
・膝周辺の筋力トレーニングの実践
・自宅で出来る簡単セルフケア
【講師】
菅井走氏（株式会社はなひろ理学療法士）

上半身の筋力アップトレーニング講座

【開催日】
7月22日（金）
【講座内容】
・上半身（体幹）の筋力チェック
・体幹の大切さを知る
・1日1分、体幹トレーニングの実践
【講師】
菊池健太氏（株式会社はなひろ理学療法士）

会場 保健福祉センター
大会議室

開催時間 前半▼13時30分
14時30分／後半▼14時
45分／15時45分

※送迎（8名程度）は前半（13時30分～14時30分）の回のみ対応可能です。（申込時予約）です。（申込時予約）

持ち物 水分・上履き・動きやすい格好・やまっぴーカード

※新型コロナウイルス感染症対策のご協力をお願いいたします。（アルコール消毒、マスク着用等）

申込み・問合せ 矢祭町保健福祉センター町民福祉課健康づくりグループ（担当▼石井俊恵）
☎46・4581

※お申し込みは先着順です。

新型コロナウイルス感染症とともに熱中症予防にも気をつけてください

新しい生活様式における熱中症予防

今夏は、新型コロナウイルス感染症とともに熱中症も予防しなければなりません。マスクをつけていることで、体内に熱がこもりやすくなり、また喉の渴きを感じづらくなるので熱中症となる危険性が高まります。

熱中症の恐怖

体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなることで、体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などの様々な症状を引き起こします。

新しい生活様式における熱中症予防のポイント

こまめな水分補給
喉が渇く前に水分補給をしてください。食事以外に1日あたり1.2ℓの水分の接種が目安です（500mlペットボトル

を2本半、コップ約6杯）。1時間ごとにコップ1杯起床時と入浴前後にも水分補給をしてください。
・運動、作業を行った時、汗をかいた時は塩分も補給してください。

暑さを避ける

・暑い日や暑い時間帯は無理をしないようにしてください。また、涼しい服装を心がけ、日傘や帽子を活用してください。
・エアコンを使用し、室温と湿度の調整をしてください。28度を超えると熱中症の危険性が高まります。換気を行う際もエアコンはつけたままにしてください。
・屋外で人と十分な距離（2m以上）をとれる時は、マスクを外すようにしてください。

体調管理

・日頃の体温測定、健康チェックは新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。

熱中症の程度と対応

Ⅰ度（軽症）

症状▼めまい、立ちくらみ、筋肉痛、筋肉の硬直
対処法▼涼しい場所に横になり、衣服をゆるめ、身体を冷やし、水分補給をしてください。

Ⅱ度（中等症）

症状▼頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、失神、判断力や集中力の低下
対処法▼涼しい場所へ移動し、身体を冷やし、水分補給をしてください。水分などを補給しても症状が良くならない場合

合や自分で水分を摂れない場合は速やかに病院へ行くようにしてください。

Ⅲ度（重症）

症状▼意識がない、けいれん、高い体温である、呼びかけに少し返事がおかしい、まっすぐに歩けないなどの症状がみられます。
対処法▼症状が1つでもみられた場合、すぐに救急車で病院に搬送してください。



農業委員会だより

会長就任あいさつ



YASUYUKI ISHII

令和四年四月の改選に伴い、矢祭町農業委員会会長に就任致しましたが、身に余る光栄であるとともに責任の重さを痛感し、身の引き締まる思いを致しております。
今、世界は新型コロナウイルス感染症の蔓延により日常の生活に大きな制限を受け、経済の発展に支障をきたしております。今年に入り追い打ちをかけるようにロシアによるウクライナ侵攻が世界経済を更に悪化させている状況にあります。原油価格をはじめ、農産物、生産資材、運賃などの高騰、中でも特に肥料の高騰と不足は農家を直撃する大きな

農業委員会会長

石井 康行

PROFILE

平成28年4月より農業委員として活動。

問題となっております。

そして、国内の農業事情においても担い手の減少、また農業者の高齢化などにより遊休農地の増加が懸念されておりますが、当町も例外ではなく、その事により農業基盤の弱体化を招くなど、農業を取り巻く環境は引き続き厳しい状況に置かれています。

そのような状況の中ではありますが、地域の農地を守り有効活用に向け農業委員、農地利用最適化推進委員の皆様とともに連携を図り責務を全うしたいと考えておりますので、町民の皆様をはじめ関係各位にはご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

農家の皆さん『収入保険』をご存知ですか

『収入保険』とは、自然災害や価格低下だけでなく農業者の経営努力では避けられない収入減少が補償の対象となる保険であり、さまざまなリスクから農業経営を守ります。加入申請等の窓口業務は、農業共済組合が行ないますが、まずは、農業委員会へお問い合わせください。

【加入できる方】

- ①青色申告を行っている農業者（個人・法人）
- ②保険期間開始前に加入申請
- ③加入申請時に、青色申告実績（簡易な方式を含む）が1年分あれば加入可能
- ④収入保険と、農業共済、ナラシ対策などの類似制度は、いずれかを選択して加入可能

【保険期間】

- 個人▶1月～12月
- 法人▶事業年度の1年間

【補償内容】

保険期間の収入（農産物の販売収入）が、基準収入の9割を下回った際に、下回った額の9割を上限として補てんされます。なお、補償対象となる品目の限定はありませんが、肉用牛・肉用子牛・肉豚・鶏卵は対象外です。

【収入保険の補てん方式】

保険方式（掛捨て）と積立方式（掛捨てではない）の組み合わせができます。また、保険料及び積立金については、国庫補助が受けられます。

「矢祭山公園親水広場」の 愛称を募集します



矢祭山公園の魅力を外に発信し、町のイメージアップや観光振興に活用していくため、幅広く町民に愛される「矢祭山親水広場」の愛称を募集します。

親水広場の概要 奥久慈県立自然公園である矢祭山公園周辺エリアと、遠く富士山を望むことも可能な松山を中心としたエリア間のアクセスを改善し、あゆの吊橋周辺を憩いの場とするために整備し



た広場です。広場内には芝を張るとともに桜やツツジを植栽、休憩所・四阿や駐車スペースを整備しており、家族が憩いの時間を過ごすことができます。

募集内容 矢祭山公園や親水広場の魅力やイメージを表現した、誰もがわかりやすく親しみをもって呼べる愛称。

募集期間 令和4年7月4日(月)～22日(金)

応募資格 どなたでも応募できます。(ひとり2点まで)

応募方法 応募用紙を町ホームページまたは役場窓口で入手し、持参・郵送・電子メール・FAXのいずれかでご応募ください。

結果発表 結果については町広報誌及びホームページ等で発表し、応募者全員に「やまっぴークリアファイル」を贈呈します。
問い合わせ 矢祭町役場事業課産業グループ ☎0247・46・4576

子育て世帯生活支援特別給付金 (ひとり親世帯以外の方) について

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、低所得者の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、子育て世帯生活支援特別給付金を支給する取り組みを行っております。

【対象者】

①令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者であって、令和4年度分の住民税均等割が非課税の方

②右記①のほか、対象児童(※)の養育者であって、左記のいずれかに該当する方
・令和4年度分の住民税均等割が非課税の方
・新型コロナウイルス感染症の影響を受けて令和4年1月以降に家計が急変し、令和4年度分の住民税均等割が非課税の方と同様の事情にあると認められる方

(※)対象児童は、18歳年度末までの子(障がい児については20歳未満)です。なお、令和4年4月以降令和5年2月末日までに生まれる新生児も対象となります。

【給付額】

児童1人あたり一律5万円

【申請方法】

①に該当する方
申請は不要です。

②に該当する方

申請が必要です。申請書に必要事項を記入して、必要書類とあわせて提出してください。なお、申請書の様式はホームページに掲載するとともに、町民福祉課福祉保険グループでお渡しします。

【申請期限】

令和5年2月28日まで

【お問い合わせ】

町民福祉課福祉保険グループ ☎46・4573

プレミアム率100%の大変お得な商品券です 矢祭町暮らし応援プレミアム付商品券を販売

当町では昨年に引き続き新型コロナウイルス感染症の影響を受けた町内の事業者を支援するとともに物価上昇から家計を守るため「矢祭町暮らし応援プレミアム付商品券」を販売します。

この商品券は1冊あたり10,000円分が5,000円で購入できると大変お得な商品券となっています。たくさんの方のお申込みをお待ちしております。

なお、購入には事前申込みが必要です。



【販売期間及び使用期間】

販売期間 ▶ 令和4年8月5日(金)～令和4年10月7日(金)
使用期間 ▶ 令和4年8月12日(金)～令和4年12月31日(土)

【申込方法】

チラシの専用往復はがきに必要事項を記入のうえ、郵送または役場事業課へご持参ください。

※チラシは全戸に郵送で配布するほか、矢祭町役場・商工会でも配布します。

【使用可能店舗】

加盟店一覧については回覧文書で全戸配布するほか、ホームページ・フェイスブックでも公開予定です。販売窓口でも購入時にお渡します。

【購入対象者】

矢祭町民の方

【価格・発行内容】

1冊10,000円(1,000円券×10枚)を1冊5,000円で販売(お1人様最高5冊まで)

【発行総数】

19,000冊

※事前申込制。

※申込冊数が販売冊数を超えた場合には、販売冊数を調整させていただく場合があります。

【申込期間】

令和4年7月11日(月)～令和4年7月25日(月)

※当日消印有効

【申込後の流れ】

審査後、「審査結果通知はがき」を販売開始日に合わせて町から送付します。上記販売期間中に「審査結果通知はがき」を販売窓口にて持参のうえ購入してください。

【販売窓口及び時間】

福島銀行矢祭支店(9時～12時) ☎46-3141

白河信用金庫矢祭支店(9時～15時(11時30分～12時30分を除く)) ☎46-4141

【その他】

販売窓口の混雑解消のため、販売日と利用開始日を分けておりますのでご注意ください。

【お問い合わせ】

矢祭町役場事業課産業グループ ☎46-4576

後期高齢者医療被保険者証が新しくなります

現在、お使いの被保険者証(オレンジ色)は、令和4年7月31日で有効期限を迎えるため、使用できなくなります。令和4年8月1日から令和4年9月30日の期間は7月下旬に交付する新しい被保険者証(藤色)をご利用ください。

なお、令和4年度は窓口負担の見直しがありますので、10月1日から使える被保険者証(ピンク色)は、9月下旬ごろに改めて交付します。

期限の切れた被保険者証は、被保険者証の誤使用や詐欺被害を防ぐため、お住いの市町村の後期高齢者医療制度担当窓口へ返却いただくかご自身で破棄してください。

※ご自身で破棄する場合は、個人情報にご留意の上、裁断等により確実に破棄してください。

お問い合わせ

町民福祉課福祉保険グループ ☎46・4573

町民プール「スインピア矢祭」 夏休み期間中の利用料等のお知らせ

矢祭町内の幼児、児童、生徒が、夏休み期間中にスインピア矢祭を利用する場合における利用料等について、次の通りとします。なお、ご不明点等については、下記までお問い合わせください。

夏休み期間 とも園 ◆令和4年7月20日(水)～8月25日

(木)／小・中学校 ◆令和4年7月21日(木)～8月21日(日)

【小学校就学前幼児】：小学校就学前の幼児は年間を通じて無料

【小学生・中学生】：小学生は、教育長の発行する利用証の呈示、中学生は生徒手帳の呈示で無料

【就学前幼児の保護者】：教育長の発行する幼児の利用証を呈示で無料。なお、同伴保護者は水着着用の上、一緒に入水してください。

【小・中保護者】：小・中学校の児童・生徒は、保護者の同伴がなくても入場できますので、保護者が入場する場合は、有料となります。お問い合わせ スインピア矢祭 ☎ 46・2942



市町村対抗福島県大会 矢祭町代表選手を募集しています

第16回市町村対抗 福島県軟式野球大会

大会内容 ◆試合日9月10日(土) または11日(日)(組合せによる)・トーナメント戦
選手資格 ◆矢祭町に住居票があり在住している者、矢祭中学校出身であれば他市町村・他県在住者でも参加できます。

第9回市町村対抗 福島県ソフトボール大会

大会内容 ◆試合日10月8日(土) または9日(日)(組合せによる)・トーナメント戦
選手資格 ◆所属チームの市町村に住居票があり在住している者、町内の小・中学校出身であれば他市町村・他県在住者でも参加できます。18歳以上の者とし、高校生

第34回市町村対抗 福島県縦断駅伝競走大会

大会内容 ◆11月20日(日) 白河市から福島市までの16区間
※新型コロナウイルス感染症の状況によりコース変更、区間縮小の可能性あり

選手資格 ◆矢祭町に住居票があり在住している者、町内の小・中学校出身であれば他市町村・他県在住者でも参加できます。

応募締切 ◆8月26日(金) 練習に協力してくれるボランティアも同時募集しています。ぜひ、ご参加ください。

申込及び問い合わせ
矢祭町教育委員会教育課生涯学習グループ ☎ 024774612202

第65回福島県中学校体育大会 県南中学校水泳競技大会

令和4年度第65回福島県中学校体育大会県南中学校水泳競技大会が6月22日(水)にスインピア矢祭において開催されました。

出場した選手たちは、日頃の練習の成果を十分に発揮し、素晴らしい泳ぎを見せました。多くの生徒が入賞を果たし、大会記録を出すなど素晴らしい成績をおさめました。なお、4位までが県大会に出場します。

(*矢祭中学生の入賞者の結果は左記表のとおりです。)



男子個人種目

種目	選手名	学年	記録
自由形 50m	吉岡 翼	3年	29'50
自由形 100m	吉岡 翼	3年	1'06'00
自由形 200m	小室慶真	3年	2'12'13 (大会新)
自由形 400m	小室慶真	3年	4'43'12 (大会新)
バタフライ 100m	菊池秀斗	3年	1'22'78

女子個人種目

種目	選手名	学年	記録
自由形 50m	八幡 滯	2年	36'28
自由形 50m	近内玲奈	1年	38'20
自由形 100m	齋藤衣咲	1年	1'12'18
自由形 100m	沼端紫葉	1年	1'22'52
自由形 200m	近内彩花	3年	2'47'33
平泳ぎ 100m	齋藤衣咲	1年	1'32'91
平泳ぎ 100m	沼端紫葉	1年	1'40'92
平泳ぎ 100m	八幡 滯	2年	1'46'11
背泳ぎ 100m	吉岡美咲	1年	1'21'36
背泳ぎ 200m	吉岡美咲	1年	2'57'02

女子団体種目

種目	選手名	学年	記録
フリーリレー 4 × 100m	齋藤衣咲	1年	5 : 02'65
	吉岡美咲	1年	
	沼端紫葉	1年	
	近内彩花	3年	



～ え に し ～
(13)

人と人を結ぶ
えにしづくりの
きっかけを



～婚活イベント情報～ 7 月号

矢祭「恋活宣言!!」矢祭町が応援

「婚活デリバリー」を行っています。訪問型結婚相談会を実施。悩まずご相談を。「これから先が心配」「子どもに結婚の話ができない」婚活プロデューサー中瀬明美氏がお伺いいたします。対象者 ▶ 未婚者及びその親御様
※事前予約による随時開催(休日やお仕事終了後)ご都合に合わせて事前に調整いたします。

「はひ福なび」出張登録会のお知らせ

「はひ福なび」の出張登録会が白河市で開催されます。主催 ▶ ふくしま結婚・子育て応援センター
日時 ▶ 令和4年7月30日(土) 午前10時～午後4時
※要予約(024-5444-0070まで)
場所 ▶ 白河市サンフレッシュ白河
対象者 ▶ 県内在住の独身男女
※必要書類等の詳細はお問い合わせください

「おしゃべりカフェ」オープン

7月13日(水) 午後3時～午後8時(リフレッシュふるさとランド)
「ジェルネイル・スキンケア」無料体験中
「男性磨き」でイクメン度アップ
「おしゃべりカフェ」参加者のイベントを計画中(展望台ライト点灯時は開催中)
開催予定日 ▶ 7/13・8/17・9/21・10/19・11/16・12/21

結婚しないあなたを福島県が応援します 結婚マッチングシステム「はひ福なび」

「はひ福なび」は、福島県が導入した紹介型のマッチングシステムです。婚活を真剣に希望する男女の出会いを応援するオンライン型のシステムで、ご紹介の他にも会員限定の交流会やセミナー等も行ってあります。登録料10,000円(2年間)、月会費・紹介料などは無料です。福島県内にお住まいの方、近い将来福島県に移住をお考えの方で誠実に結婚を希望する20歳以上の独身男女が対象です。

【矢祭町結婚支援室】

リフレッシュふるさとランド内
☎ 46-4884
E-mail ▶ project-y@silk.ocn.ne.jp
(E-mail での相談可)

詳しい内容はQRコードまたは矢祭町HP「婚活イベント」で確認できます。



協力隊員が運営しているFacebookでは、隊員の活動等をさらに詳しく見ることができます。



▶福島市飯坂町の葛アイスバー

ラズベリー振興の長友です。今回は、コラッセふくしまの催事手伝いに伺いました。昨年からはじまり2回目になります。「フランボワーズ」とはフランス語で「ラズベリー」のことでバラ科キイチゴ属に属する低木果樹です。日本では「木苺（ホイチゴ）」と呼ばれます。

福島市飯坂町の葛アイスバーが追加されました。私は、開店前から陳列や配置、接客を行い、リピートで訪問されたお客様からは「毎回楽しみにしている」とお言葉をいただきました。5月からラズベリー協力隊は4名になりましたので栽培効率が上がった分、情報発信にも力を入れていきます。QRコードからご覧ください。



左▶新規就農イベントで就農する際に感じたポイントを話す佐瀬さん/右▶参加者が就農に関する意見を交換している様子



こんにちは、地域おこし協力隊の近藤です。5月末にヒガシダテ会室にて新規就農をテーマにしたイベントを行いました。元地域おこし協力隊として今年3月にごう農家として就農した佐瀬和宏君を招いて、「新たに就農するには」「具体的に何をしたらいいのか」など、参加者と一緒に意見交換をしました。参加者は就農を考えている方やそれを応援したい人、矢祭で農業をされている先輩など様々でした。佐瀬君が就農する際に感じた重点ポイントを話す間、皆さん真剣にメモを取りながら聞いていました。その後の質疑応答やフリートークでは、はじめは遠慮されている様子でしたが、第一線で活躍されている大先輩の経験談などもあり、「こんな状況です」や「こう

いう事で悩んでいます」など様々な意見交換がなされていました。参加された方々からは、「周りに話を聞ける農業者が少ないので実際に矢祭で農業をしている方のリアルなお話が聞けて良かった」、「出会ってつながりをつくることの大切さを感じました。」などの感想を頂きました。すぐに答えが出ない部分もあったと思いますが、これを機に同じ農業仲間やそのサポートと出会い、気軽に情報交換など協力し合えるようになったら、ヒガシダテ会室としてはとても嬉しいです！

開室時間

平日 15:00 - 19:00
 土日 12:00 - 17:00

券売などのJRの業務は協力隊は行っておりません。協力隊の業務で急遽おやすみになる場合があります。

おやすみ

毎週水曜、月 - 金の祝日

場所

JR東館駅 駅舎

イベントの開催や臨時のおやすみなどのお知らせはSNSで行っています



facebook
 instagram
 Q yamatsuri_life

PROFILE
 近藤秋子 【こんどうあきこ】
 埼玉県松伏町出身。前職は鉄道会社勤務。趣味は旅行、スキー、映画、読書。

おっと、見過ごしていました。

身の回りで使われていた日用品は、毎日そこに有り、普通に、当然に、当たり前で、まるで自ずから（おのずから）そこに有って、自明な物という様子をしています。こうした様々なものに私たちは囲まれて、ほとんど意識しないでも、難なく自然に生活しています。

現在の新型コロナウイルス感染症の蔓延下で、明証性という



難しい言葉が、報道ニュースにおいてよく聞かれました。人間の意図とはかわりなく、この感染症という災いは全世界を覆いました。その対処法についての、医学的な科学的根拠を求められる時に、明証性という言葉が使われていました。常識的で当たり前の自明性と、論証的で確かな根拠である明証性の二つの言葉には、共に明るいう「明」があります。明確な理由を、名利ではなく、真利に求めたいものです。この訳の分からない、一個の黒い壺の前での感想です。

PROFILE

川瀬孝之【かわせたかゆき】
 静岡県浜松市出身。前職は書道用品店経営。音楽鑑賞とお茶が趣味。担当業務は町文化財振興。





LIBRARY LETTER 図書館だより

2022

7

みんなは
願い事書いた？

7月といえば七夕。二人が会えない期間には、
互いを思う時間のそばに本があったのかもしれないね。

Text& Design: 大羽未准・平本晴香 (地域おこし協力隊)

PICK UP /

2022.6.19 Sun.

季節のおはなしかい 理想のぶどう園を考えよう



6月19日(日)に「雨」をテーマにして季節のおはなしかいを行いました。気分があがらない雨の日を楽しく過ごせるような絵本を、読書推進リーダーさんが選んで読み聞かせてくれましたよ。さらに佐瀬さんをお迎えして、みんなで理想のぶどう園について考えるワークショップを行いました。ぶどうについて書かれた本も参考にしながら、それぞれのこんなぶどう園になったらいいなを集めました。

EVENT /

7.7
THURSDAY

もったいない図書館 特別書庫

あかちゃん/プレママ・プレパパ
おはなしかい

2022.7.7 Thu. 10:00 - 12:00

JR 東館駅 ヒガシダテ待合室

7.10
SUNDAY

季節のおはなしかい

2022.7.10 Sun. 14:00 - 15:00

7.21
THURSDAY

もったいない図書館 特別書庫

大人のおはなしかい

2022.7.21 Thu. 10:00 - 12:00

読み聞かせと
ワークショップを
開催!

おうちで
スマートフォン
からできる!

本のリクエスト START!

本のリクエストがお家からできるようになりました。QRコードを読み取って google フォームから必要事項を入力するとリクエストが完了します! 読みたい本や気になる本がありましたらぜひ、リクエストしてくださいね。貸出可能になるまで1~2カ月ほどかかる場合があります。

*様々な理由によりすべてのリクエストにお答えできない場合があることをご了承ください。



INFORMATION ● 今月の休館日: 毎週月曜日 *祝日は開館 お問い合わせ: 矢祭もったいない図書館 ☎ 46-4646 FAX: 57-7500



まちの駅 やまぐち

利用無料

休憩スペース
トイレ

営業時間

平日 8:30 ~ 17:00



HP



Facebook

■休憩スペース (無料)

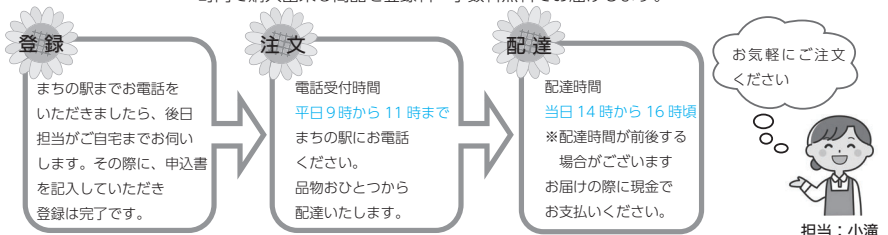
ちょっとした休憩やトイレ、フリー Wi-Fi の利用、コーヒー・紅茶等の無料提供、地域情報の案内、もったいない文庫の取り扱いも行っています。

待ち時間やお買い物の途中など、お気軽にお立ち寄りください。

【買ってくっぺ便】には、買い物代行と移動販売があります

■買い物代行

お買い物にお困りの方はまちの駅やまつりまでお電話ください
町内で購入出来る商品を登録料・手数料無料でお届けします。



【問い合わせ】

まちの駅やまつり ☎: 0247-57-5659 FAX: 0247-57-5660

■移動販売

●到着時間が前後する場合があります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日
★内川地区	★石井地区	★宝塚・追分地区	★下関・大井地区
・菊池 洋さん宅前 (13:30頃)	・やまつりファーム (13:30頃)	・竹野内地区池の前 (13:30頃)	・中山ニュータウン (13:30頃)
・金澤 利光さん宅 (13:45頃)	・下石井中野内地区 (13:45頃)	・古市園芸前 (14:10頃)	・沼田 ミチ子さん宅 (14:00頃)
・芳賀 きよ子さん宅 (14:30頃)	・和田 始子さん宅前 (14:00頃)	・鶴ヶ池バス停 (14:40頃)	・天神前バス停 (14:20頃)
・古市 勝弥さん宅 (14:40頃)	・櫻の苑 (14:10頃)	・古市 文雄さん宅前 (15:00頃)	・古市理容室前 (14:30頃)
・仲田 春治さん宅 (15:30頃)	・佐川 カツエさん宅前 (14:30頃)	・追分地区 (15:15頃)	・佐川商店前 (14:50頃)
	・山崎 節子さん宅前 (15:00頃)		・折屋 (15:40頃)

担当: 佐川 ※大雨、大雪、猛暑日は運行を休止する場合があります。また、予告なしに運行を休止する場合がございます。

俳句 ふきの芽句会

雨やどり戦時を語る美術館
青田風武者戦いし東館

大森 泰幸

ひらひらと池草ゆらく朝の椀
青山の山野抜け来し久慈の川

鈴木 良夫

スマホなど知らず庭草取るばかり
散歩するよな振りして水盗む

金沢 タツ

元気ですためらわず言つ夏帽子
万緑やバイクの列の続きけり

松本志津子

短歌 矢祭町短歌会六月詠草

霧深き山ふとところで鳴きており
青田を渡るかっこうの声

深谷 絹子

引き出しにウルトラマンのハンカチが
幼き孫の思い出出句

佐川 文江

店頭に並びし梅に見入りつつ
季節の過ぎ行く速さを思う

星 初枝

ねじ花の螺旋階段のぼりつめ
天とう虫は夏空に発つ

齋藤 吉民

神棚に豊作願い早苗上げ
今年も稔りの秋が楽しみ

片野 盛好

目を閉じて卵を抱える燕を見
ガビチヨウは鳴く煩きほどに

松本 義勝

安全なまちづくりに向けて

▶ 棚倉警察署長に要望書提出

6月17日（金）、棚倉警察署において以前にもSMC株式会社矢祭工場とニュータウン中山区より陳情があり、6月の定例議会の質問事項としても挙げられたSMC第2工業団地入口の信号設置について宮川県議を介して、伊藤英幸棚倉警察署長に佐川町長から要望書を手渡しました。



3年ぶりに開催

▶ 矢祭ふるさと会総会

6月18日（土）、グランドヒル市ヶ谷東館において矢祭ふるさと会総会が新型コロナウイルス感染症予防対策を徹底した上で開催されました。矢祭ふるさと会は今年の12月で創立25周年を迎えることもあり、25名の出席者は3年ぶりの総会開催を喜ぶとともに旧交を温めました。

檜山惇也くんが3位入賞

▶ 受賞報告会

6月20日（月）、役場町長室において矢祭中2年の檜山惇也くん（太子ジュニアレスリング所属）の受賞報告会が行われました。檜山くんは、6月11～12日に水戸市のアダストリアみとアリーナで行われた「2022年沼尻直杯全国中学生選手権」において3位入賞し、「来年に向けてさらに練習に励みたい」と意気込みをみせました。

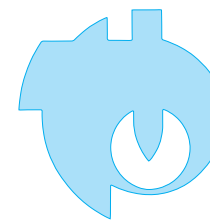


谷田部みやさんに百歳高齢者賀寿を贈呈

▶ 百歳高齢者賀寿贈呈式

6月22日（水）、谷田部みやさん宅にて百歳高齢者賀寿贈呈式が行われ、令和4年6月22日で100歳を迎えた谷田部みやさんのご長寿を祝福し、福島県知事からの賀寿及び記念品が佐川町長から伝達され、町、町社会福祉協議会及び町高齢者クラブ連合会から賀寿・記念品等が贈呈されました。

TOWN TOPICS



まちの話題

身近な情報を寄せてください。自立総務課総務グループ
TEL 0247-46-3131 FAX 0247-46-3155



人権について理解を深める

▶ 令和4年度矢祭中学校「人権教室」

5月30日（月）、矢祭中学校において人権擁護委員4名による人権教室が実施されました。2年生全員でDVD「障がいのある人と人権」を視聴し、班ごとに分かれて、それぞれの考えや感じたことなどを話し合い、生徒それぞれが真剣に取り組み人権尊重についての理解を深めました。

「矢祭山公園親水広場」でセレモニー

▶ あゆ釣り解禁セレモニー

6月5日（日）、矢祭山公園親水広場において町観光協会によるあゆ釣り解禁セレモニーが開催されました。今年も東北地方のトップを切るあゆ釣り解禁には多くの釣り人が訪れ、午前5時の花火を合図に解禁された久慈川と矢祭川にてあゆ釣りを楽しんでいました。



100歳のご長寿を祝う

▶ 百歳高齢者賀寿贈呈式

6月6日（月）、藤田セイさん宅において百歳高齢者賀寿贈呈式が行われ、藤田セイさんへ100歳のご長寿を祝い、福島県知事からの賀寿及び記念品を佐川町長より伝達後、町からの賀寿及び記念品、町社会福祉協議会及び町高齢者クラブ連合会からの記念品が贈呈されました。

行事&お知らせ

情報局

案内

バスの車内事故防止についてのお知らせ

ただいま、走行中のバス車内での事故を防止するため、「社内事故防止キャンペーン」(令和4年7月1日(金)～7月31日(日))の1か月間)を実施しております。

走行中に席を離れると、転倒など思わぬけがをする場合があります。お降りの際は、バスが停留所に着いて扉が開いてから席をお立ち願います。

また、バスは安全運転に徹しておりますが、やむを得ず急ブレーキを掛ける場合があります。満席のため、お立ちになってのご利用いたたく場合には、吊革や握り棒にしっかりおつかまりください。

バスの車内事故防止に皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

令和4年夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動

令和4年夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動を実施します。

期間 令和4年7月16日(土)～7月25日(月)までの10日間

運動のキーワード 「締めました!」乗る人みんなの合言葉

運動の重点 子供と高齢者の交通事故防止/道路横断中の交通事故防止/飲酒運転、無免許運転及び速度超過など悪質・危険な運転の根絶/自乗車の交通事故防止とヘルメット着用促進/全ての座席シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

8月は食品衛生月間で、食中毒に注意しましょう

食中毒予防の3原則

①細菌をつけない! 調理前には必ず石けんで十分に手洗いです。肉や魚を扱ったまな板や包丁は、こまめに洗う。

②細菌を「増やさない」 調理したらすぐに食べ、保存する場合は冷ましてから冷蔵庫に入れる。冷蔵庫内は隙間をあけて冷気の通り道をつくる。

③細菌を「やっつける」 中心部まで確実に加熱する。調理器具は熱湯、漂白剤ですっきり消毒する。

※食品内で食中毒が増殖しても、においや味は変わりません。「変なおいがしなければ大丈夫」というのは間違いです。

※飲食の前やトイレ利用後も石けんで丁寧に手を洗いましょう。

問い合わせ 県南保健福祉事務所食品衛生チーム ☎0248・22・5487

クロリティー公式審判員認定講習会開催

この度、クロリティー公式審判員認定講習会を棚倉町で開催できることになりました。なお、開催には、10名以上の受講者が必要で、公認審判員の資格取得には、名古屋や福島まで行き、2日間の講習を受ける必要があります。今回は、1日の受講で資格取得することができます。

日時 令和4年8月4日(木) 午前9時30分～午後4時

会場 棚倉町福祉センター1 検診室(棚倉町中居野68-1) ☎0247・337801

日程 午前中/講義/午後

▼認定試験

参加費用 1人8,000円(内訳:入会費1,000円/会員費2,000円/検定費2,000円/認定費2,000円)(納金は当日500円)

講師 福島県クロリティー

募集

自衛官候補生を募集します

自衛官候補生とは、入隊後約3ヶ月間、自衛官候補生として必要な基礎を学び、教育終了後正式に自衛官に任用される制度です。

応募資格 18歳以上33歳未満男女

受付期間 年間を通して受け付けております

試験期日・場所 受付時にお知らせいたします

問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部白河地域事務所 ☎0248・24・0

372

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各予定については変更する場合があります

一般曹候補生を募集します

応募資格 18歳以上33歳未満の男女

受付期間 令和4年7月1日～9月5日

試験期日 1次▼令和4年9月15日～18日のいずれか1日/2次▼令和4年10月8日～23日のいずれか1日

試験会場 受付時にお知らせします

せしめます

入隊時期 令和5年3月下旬～4月上旬

問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部白河地域事務所 ☎0248・24・0372

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各予定については変更する場合があります

航空学生を募集します

応募資格 海▼18歳以上23歳未満の者/空▼18歳以上21歳未満の者

受付期間 令和4年7月1日

日～9月8日

試験期日 1次:令和4年9月19日/2次:令和4年10月15日/20日のいずれか1日/3次:海▼令和4年11月18日/12月14日のいずれか1日/空▼令和4年11月12日/12月15日のいずれか1日

試験会場 受付時にお知らせします

問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部白河地域事務所 ☎0248・24・0372

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各予定については変更する場合があります

問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部白河地域事務所 ☎0248・24・0372

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各予定については変更する場合があります

消防分署からのお願い

「熱中症は家の中でもなる可能性があります!!」

梅雨も明け、気温も高くなってきました。この時期に注意したいのが「熱中症」です。皆さんは「熱中症」は屋外で仕事をしている時等になるものと思いませんか?実は・・・室内でも「熱中症」になる可能性があります!!なぜ、室内で「熱中症」になってしまうの?と不思議に思った方もいると思います。「熱中症」になる大きな3つの原因を見てみましょう。

①高温多湿な環境/②体内の水分と塩分のバランスが崩れてしまう/③自分の体温調整がうまくできず、体温が上がってしまう

この3つのうち1つでも当てはまる状況では、いつ「熱中症」になってもおかしくありません。室内でも油断せずに、こまめな水分補給を行い、エアコンや扇風機を使用して部屋の温度を下げるなど、熱中症対策をしましょう!!

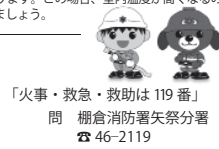
熱中症予防行動のポイント

夏の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。他の人と距離を十分にとれる場所で、適宜マスクをはずして休憩することも必要です。新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。

●町内火災・救急件数

(令和4年1月1日～6月15日)

火災件数 0件
救急出動 96件



人の動き

6月1日現在の住民基本台帳より ()内は前月比

人口	5,418人 (-11)
男	2,662人 (-3)
女	2,756人 (-8)
世帯	2,099世帯 (+8)

●赤ちゃん誕生おめでとう (敬称略)

赤ちゃんの名前	性別	誕生期	保護者	地区
鈴木 迅	男	5/19	重臣・美輝	小田川

●お悔み申し上げます (敬称略)

亡くなられた方	籍	届出者	没月日	地区
原 クニ	92	武	5/30	東館
金澤光一郎	87	美浩	6/3	下関河内
金澤 照三	93	清二	6/13	宝坂
金澤 佑吉	67	信一	6/15	下石井
鈴木 英昭	94	一彦	6/15	茗荷
金澤 久光	90	房一	6/19	中石井
増子キミエ	96	近藤房子	6/20	茗荷

●今月の納税

固定資産税▶2期
国民健康保険税▶2期
介護保険料▶2期
納期限 (口座振替日)▶8月1日(月)

水道使用料▶5～6月分
納期限▶8月1日(月)
口座振替日▶7月25日(月)

●あともがき

今月号では、介護予防に向けた取り組みをご紹介させていただきました。取材をさせていただく中で、矢祭町の高齢者の方々はとても元気で、その姿に私も元気をもらいました。そんな皆さんにはいつまでも元気でいてほしいと思います。また、取材にご協力いただき感謝申し上げます。(悠)

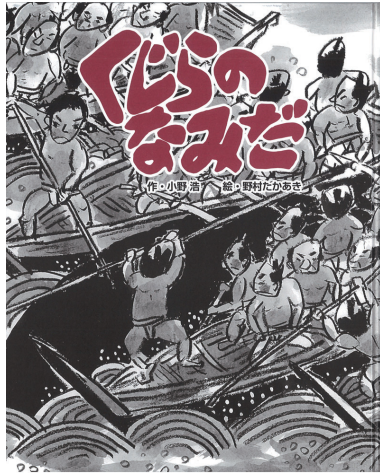
■今月の一冊 ～わたしのすきな絵本～

『くじらのなみだ』

作▶小野浩 絵▶野村たかあき



矢祭町長 佐川 正一郎



出版社▶でくの房

福島県いわき市のむかしのおはなしです。海辺の小さな村に「鯨をとってよい」と殿様からゆるしがでしたが、鯨の漁は命がけ。村の子ども達は「もり打ち」にあこがれていた。又吉も父のような、すごい「もり打ち」になりたいと思っていました。でも、又吉の父は鯨捕りの最中に仲間を助けようとして亡くなりました。「鯨がきたぞ！」まちにまった鯨がきました。親子の鯨です。村人たちの声援を受けて又吉たちは漁に出ました。鯨一頭で村は2～3か月暮らしていけますから、みんな命がけの漁が始まりました。はじめて子鯨に「もり」を打ち込んだ又吉... 子鯨を捕まえられた母鯨の悲しみ... 人間と鯨の親子の絆の感動のお話です。作者小野浩さん（いわき市在住）の自費出版の絵本をご紹介しました。（矢祭もったいない図書館）

▶素晴らしい絵本と出会いました。作者はいわき市で江戸の古式捕鯨研究家の小野浩さんです。江戸時代後期ごろから鯨は、我々人間が生きる為の大切な資源でした。特に欧米では、鯨の油を燃料とし、食糧にはしていませんでした。日本でも各地で捕鯨が盛んに行われ、国のプロジェクトでした。この物語は子鯨に“もり”打った少年と母鯨の対話が胸を打ちます。そこには、生と死があり、私たちは日々、命をいただいて生きています。必読の一冊です。子ども達にすすめて下さい。

7 月 情報カレンダー

*新型コロナウイルス感染症の影響により、変更となる可能性があります。

[省略]

○…当番医 山開…山村開発センター 館山…館山荘 塙…塙厚生病院 ユ…ユール矢祭 保セ…保健福祉センター

日	月	火	水	木	金	土
3	4 ●心の相談会 保セ(13:00~16:00)	5	6 ●ウォーキング教室	7	8 ●カンガルーくらぶ	9
○あまちクリニック☎33-8018	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ			
10	11 ●3か月児健康診査 塙(13:00~13:15)	12	13 ●マミーサロン 保セ(10:00~15:00)	14 	15 ●カンガルーくらぶ	16
○つちやクリニック☎43-2250	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ			
17	18 	19	20	21	22 ●カンガルーくらぶ	23
○東館診療所☎46-2312	○和田医院☎33-2012	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ			●カンガルーくらぶ
24	25 ●家族の相談会 保セ(13:00~16:00)	26	27 ●マミーサロン 保セ(10:00~15:00)	28 	29 ●カンガルーくらぶ	30
○大木医院☎33-2424		●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ			
31	8/1	2 	3	4	5 ●カンガルーくらぶ	6
○深谷クリニック☎33-3223	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ	●カンガルーくらぶ			