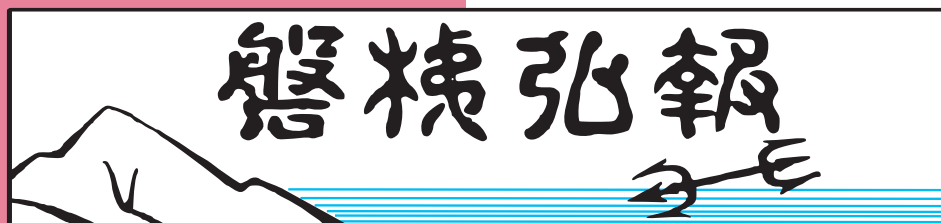


平成28年

2月号

No.626



発行／耶麻郡磐梯町

編集／磐梯町政策課

TEL0242 (74) 1221

ホームページアドレス <http://www1.town.bandai.fukushima.jp>

Email:bandai@town.bandai.fukushima.jp



新しい施設に福を呼び

2月3日（水）、落成式を終えた幼稚園遊戯室において園児による豆まきが行われました。

☆	新春町民交歓会	P 2
☆	歴史まちづくり法の認定	P 3
☆	まちのわだい	P 4～5
☆	出初め式・新春初市	P 6
☆	第13回磐梯町国際教育交流派遣事業	P 7～9
☆	医療センターだより	P 10
☆	地域包括支援センターだより	P 11
☆	保健福祉センターだより	P 11
☆	生涯学習まなびコーナー	P 12
☆	今月のお知らせ	P 13～17
☆	みんなのひろば	P 18

今月の町勢

平成28年2月1日現在

■世帯数	1,202世帯
■人口	3,630人
男	1,776人
女	1,854人
■転入	10人／転出 9人
■出生	3人／死亡 1人

新春町民交歓会



各機関・団体及び企業等新規紹介者

(※ 順不同・敬称略)

磐梯町議会	議長	鈴木 久一
磐梯町議会	副議長・磐梯町消防団	団長 齋 藤 博
磐梯町議会	議員	佐藤 淳一
磐梯町議会	議員	佐藤 孝則
磐梯町議会	議員	小林 修治
磐梯町議会	議員	古 川 綾
磐梯町選挙管理委員会	委員長	寺島 清隆
磐梯町選挙管理委員会	委員長職務代理者	伊賀 健一
磐梯町消防団	副団長	五十嵐 春彦
磐梯町消防団	庶務分団長	本多 孝幸
磐梯町消防団	訓練分団長	松川 賀一
磐梯町婦人会	会長	佐藤 サナエ
磐梯町交通教育専門員		松坂 隆洋
磐梯町国際交流協会	会長	鈴木 健信
猪苗代消防署磐梯出張所	所長	長谷川 芳和
磐梯町文化財保存会	会長	鈴木 賢一郎
あいづ農業協同組合磐梯支店	次長兼金融課長	小松山 寿範
日本曹達(株)磐梯フィールドリサーチステーション	場長(磐梯園場研究グループ長)	山本 敦司
(株)シグマ	取締役経営企画本部長	佐藤 修一
(株)建具・家具工房	取締役	矢 伸 榮一
社会福祉法人心愛会	ハーモニー磐梯	
	管理者	松本 利一
東日本旅客鉄道(株)会津若松駅	総務助役	矢 部 洋
東京電力(株)猪苗代電力所		
猪苗代総合制御所	所長	福田 陽一

1月4日(月)、町中央公民館講堂において「新春町民交歓会」が開催され、町内外から125名が出席し、賀詞を交換しました。冒頭、五十嵐町長が昨年一年を振り返るとともに今年の町の取り組みを紹介し、「国の動向をしつかりと注視した中で、町の各事業推進と健全な財源運営に取り組んでまいる所存です。今後とも町発展のため、更なるご支援ご協力をいただきますよう、よろしくお願ひ申し上げます。」と年頭のあい

さつを述べました。祝電披露や各機関・団体及び企業等の新規紹介が行われた後、鈴木町議会議長の発声で乾杯、祝宴に入りました。磐梯宝生会による祝謡が披露されるなど華やいだ雰囲気の中、参加者の皆様は改めて互いの親睦を深めると共に、今年の抱負を語り合いました。

歴史まちづくり法の認定

【悠悠たる歴史が荘厳と蘇る】

「磐梯町歴史的風致維持向上計画」が1月25日に文部科学大臣、農林水産大臣、国土交通大臣により認定され、津島国土交通大臣政務官より五十嵐町長が認定書を授与いたしました。これまでに全国の49市町が認定を受けており、今回、本町のほか神奈川県鎌倉市が認定を受けました。福島県では白河市、国見町に続き3番目の認定となります。

町は、史跡慧日寺跡が昭和45年に国の指定を受けてから、徳一廟の保存修理、発掘調査さらには平成20年には金堂、翌年には中門を整備してまいりました。1200年紡いだ歴史は、磐梯町の誇りでもあり、これまで以上にその価値を見つめ直し、会津仏教文化発祥の地として全国に誇れる歴史遺産を活かしたまちづくりを推進するため、「地域における歴史的風致の維持及び向上に関する法律(歴史まちづくり法)」に基づく計画を策定いたしました。

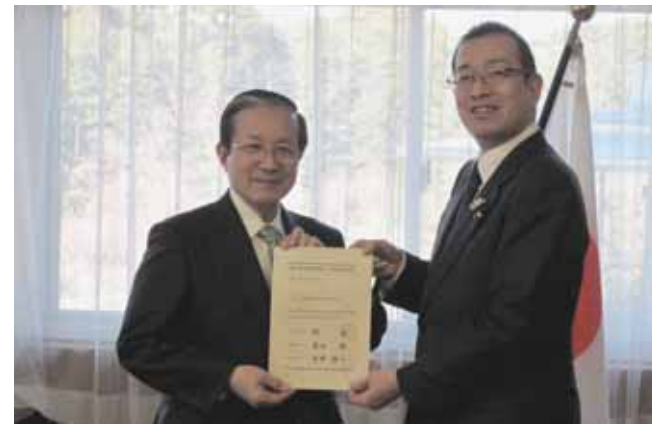
町には歴史的な資源が数多く残されておりますが、この計画では「慧日寺にまつわる歴史的風致」「磐梯山を中核とする山岳信仰と修験にみる歴史的風致」「大寺地区にみる歴史的風致」「赤枝彼岸獅子舞にみる歴史的風致」を後世へ紡ぐべき町の誇りとしています。

また、全国に誇れる磐梯町独自の歴史的風致の維持及び向上に関する方針として「歴史的建造物・遺構の整備・活用」「歴史的風致に係る活動の保存・継承」「歴史的風致の周辺環境の整備」「歴史的風致の普及啓発の推進」の考え方を示しており、平成37年度までの計画期間の中で歴史を活かしたまちづくりを積極的に進めていきます。

国の認定を受けると様々な国からの特例措置や支援が受けられることから、平成28年度は、史跡慧日寺跡に通じる本寺地区の門前町修景事業として歴史的建造物の改修に着手いたします。

※歴史的風致とは

日本には、そこでき感じ取ることができない風情や情緒があり、それらは、そこに住む人々の営みや歴史、伝統によって形成されています。「歴史的風致」とは、地域に住む人々が受け継いできた伝統や活動と、歴史的建造物が一体となって形成した良好な市街地の環境です。



認定書を受け取る五十嵐町長と津島大臣政務官(右)



門前町のまちなみ整備イメージ



ご寄附ありがとうございます



寄附金を手渡す大開さん



寄附金を手渡す曹鉄メタル株式会社阿部厚志社長

1月12日（火）、磐梯町ゴルフ愛好会より、学校教育振興に役立てて欲しいと48,020円をご寄附頂きました。

1月27日（水）、大開 都子さん（大寺一区）より町の福祉向上に役立てて欲しいと100,000円をご寄附頂きました。

また、1月22日（金）には曹鉄メタル株式会社様より、史跡環境整備事業に活用願いたいと、100,000円のご寄附を頂きました。

ご寄附の趣旨に沿って有意義に活用させていただきます。ありがとうございました。

各所で伝統行事「団子さし」

1月14日（木）、保育所と幼稚園、児童館において小正月の伝統行事「団子さし」が行われました。

保育所・幼稚園では「折り鶴」「亀」「サル」など縁起物の紙飾りを取り付けたみずきの枝に、町食生活改善推進員の皆さんの協力のもと、子ども達自ら丸めた色とりどりの団子を枝に挿し、完成した団子さしの前で記念撮影をしました。

児童館では、児童がみずきの枝から芽を取り除き、慣れた手つきで「団子さし」を完成させました。

幼稚園



保育所



児童館



小学校で節分豆まき



第一小学校



第二小学校

小学校で節分の豆まきが行われました。

第一小学校では昼休みの放送で各学年代表の追い出したい鬼の発表をした後特製かみしもを着用した5年生児童が校内を周り、「鬼は外」と威勢よく豆をまきました。

第二小学校では豆まき集会が開かれ2年生が各自調べた節分の由来を発表した後、特製かみしもを着用した5・6年生の年男年女にあたる児童が各自の追い出したい鬼を大きな声で発表し、元気に豆をまきました。

入倉地区の小型動力ポンプ付積載車を更新配備

1月18日（月）、町消防団第3分団第3班（入倉）の小型動力ポンプ付積載車が更新配備され、引渡式が行われました。式では、五十嵐町長が更なる消防活動へのまい進をお願いするあいさつを述べ、引き渡しました。

また、上西連地区において防火水槽が設置されました。町は町消防団と連携し、今後も更なる消防体制の充実に努めてまいりますので、宜しくお願いします。

引渡を受ける齋藤 消防団長



更新配備された積載車



設置された防火水槽



幼稚園遊戯室落成式

2月3日（水）、幼稚園遊戯室の落成式が行われ、関係者や園児の出席のもと代表者がテープカットをし、施設の落成を祝いました。

式終了後は園児による豆まきが行われ、新たな施設の安全と園児の健やかな成長を祈願しました。



テープカットには代表園児も参加しました

国勢調査優良者表彰

2月1日（月）、国勢調査において優良な調査員及び企業・団体の総務省統計局長表彰が、五十嵐町長より伝達されました。

調査員からは佐藤 邦光さん（大寺五区）と古川 一雄さん（大曲）、及び社団法人地域医療振興協会 磐梯町医療福祉センターと社会福祉法人心愛会 ハーモニー磐梯が表彰されました。



統計調査のご協力大変ありがとうございます

火災から文化財を守ろう

1月24日（日）、本寺地区において文化財建造物防火査察及び火災発見通報・放水消火訓練が実施されました。

第62回文化財防火デーに伴って行われたもので、町消防団をはじめ、各文化財管理者や地区の方々など多数が参加しました。

まず、文化財建造物防火査察が行われ、龍宝寺や恵日寺本堂などで通報装置等を確認し、防災対策の強化をはかりました。

その後行われた通報・放水消火訓練では史跡慧日寺跡金堂付近の林からの出火を想定し、消火栓や防火水槽を使用して本番さながらの訓練が行われました。

磐梯町には歴史的な資産が数多くあります。これらを火災から守るためにも地域ぐるみで防災に努めましょう。



放水訓練の様子



防火査察も念入りに行いました

日本赤十字社より有功章を授与

篠原 俊暁さん（下西連）はこれまでに70回に及ぶ献血を通じて赤十字事業の進展に多大な貢献をされました。

そのご功勞に対し、日本赤十字社より銀色有功章が授与されました。おめでとうございます。

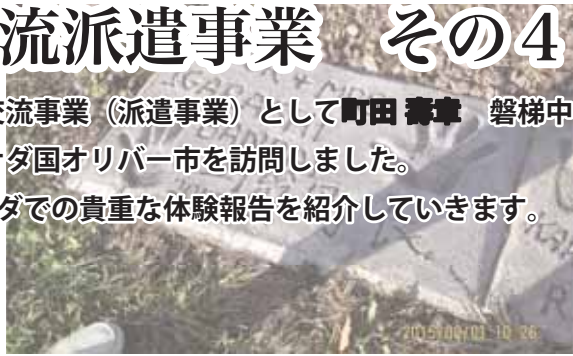


有功章を授与された篠原さん

第13回磐梯町国際教育交流派遣事業 その4

8月2日から8月7日までの日程で、磐梯町国際教育交流事業（派遣事業）として**町田 壽章** 磐梯中学校長を団長とする12名が磐梯町と姉妹都市であるカナダ国オリバー市を訪問しました。

昨年11月号から引き続き、生徒や教員の皆さんのカナダでの貴重な体験報告を紹介していきます。



国際交流を経験して 磐梯中学校 1年 島田 縁

僕の将来の夢は、マラソン選手になることです。箱根駅伝に出場し、さらにオリンピックに日本代表として出場するという目標に向けて、毎朝の陸上部の練習などを頑張っています。そのうえで、海外の文化に触れて英語を学びたいと思いました。他国の人や外国人のコーチと会話ができるようになりたいからです。

僕はカナダに行くにあたって、3つの目標を立てました。それは、持久力と集中力の向上、集団行動をきちんとすること、コミュニケーションを頑張るとことです。

カナダに着いて日本と違うと思ったのは言葉と人柄でした。カナダのケローナ空港に着いた時から「カナダの人はいい人だなあ」と思いました。カナダでは優しい人柄の人が多く感じました。僕のホストファミリーであるトニーと初めて会った時はちょっと怖そうに感じたのですが、いざ車に乗ってみると色々質問してくれてとても優しい人でした。トニーの家には農場がありとても広かったです。カナダでは16歳から免許が取れるそうで、農場のカートに乗せてもらったりしました。トニーとは初日から一緒に山に登ったり、家で一緒にバスケットボールをしたりして、とても楽しかったです。

カナダで初めて食べたのはピザでした。日本で食べていたものと似ていておいしかったです。部屋に案内されてから、お土産を渡しました。その中でみんなが驚いたのは、父が出発前に偶然買ってきた二本松の玉羊かんでした。日本から持っていたようじを使い、羊かんがツルっとむけると「ワオ!」とビックリしていました。思いがけず喜んでくれたのでとてもうれしかったです。

カナダの二日目は、午前中にカヌーとハイキングをしました。カヌーをするのは初めてなのでとても緊張しました。トニーが上手に漕いでいたので真似をしてみました。中々上手に漕げませんでした。ある場所に着くと山のハイキングが始まりました。先頭の人が歩きやすい道を決め、そこを歩いたのですが、かなり急で足元のサボテンやとげのある草などをよけ、ようやく崖の前に着きました。その崖には昔の人が油で書いた分からない形の文字がありました。カナダの文化に少し触れられたと思いました。山の上から見た景色は、自然豊かな広大な景色が広がりとても美しかったです。夜はウィルという他のホストファミリーの家でパーティをしました。僕は奥の川で楽しく遊んでいました。出された料理もとてもおいしかったです。

三日目は農場ツアーから始まりました。主にブドウ畑を見て回り、その中にイチゴやラズベリーの食べ放題があり、沢山食べました。昼食はトウモロコシでできたパンがありました。甘くてとてもおいしくて、トウモロコシを使ったパンを考えついたカナダの人はすごいと思いました。その後、アイスクリームを食べにいき、僕はチョコレート味を注文しました。カナダのアイスは日本のアイスより甘かったです。カナダの中学校と高校も見学させてもらいました。玄関には大きいトロフィーと賞状が沢山飾られていました。磐梯中学校とオリバー市の中学校は似ている所もあり違う所もありました。

カナダでは毎日パーティがあり、その日はプールパーティでした。家にプールがあることに驚きました。磐梯中学校には今はプールがないので、今年初めてのプールは気持ちよかったです。パーティではハンバーガーやホットドッグなどが準備されていました。カナダのハンバーガーは日本と違い、すごく肉厚でジューシーでした。味も良くとてもおいしかったです。食事を食べ終わってからゲームをしました。マシュマロと茹でてないパスタでタワーを作るゲームは、なかなかパスタが縦に立たなくて大変でしたがとても楽しかったです。そんな楽しいゲームの後、僕たちからお礼として磐梯中学校の校歌を歌いました。何を言っているのか分からなかったと思いますが、思いは通じたようで凄く喜んでくれました。その後ホストファミリーの人たちがミュージカルのダンスをしてくれました。切れのある動きだったので感動しました。オリバーでの最後の夜もとても楽しい時間でした。

そして別れの朝。お母さんとハグをし、トニーと握手をして悲しいけどお別れしました。

僕は今回の国際交流で、目的としていたコミュニケーションは自分なりに頑張りました。外国の人と沢山話することができたので、今まで分からなかった英語の文や英単語が理解できたのは、カナダに行った収穫です。この経験を生かして、学校の学習を更に頑張りと、体験を通して学んだことや感じたことをこれからの生活に生かしていきます。



出初め式

1月6日（水）、磐梯町消防団出初め式が行われました。

役場前に集合した消防団員は、消防ラッパの吹奏にあわせて整然と行進し、山

神社で無火災を祈願しました。

その後町中央公

民館講堂において式典を行い、今年一年の無火災への誓いを新たにしました。

冬期間は、火を使う事が多くなります。火の取扱いには十分に注意願います。

消防団員一同で無火災を祈願



新春初市



市開きの前には関係者代表による樽酒鏡開きと市神様入魂式が執り行われ、商売繁盛や新入学児童の学業成就、交通安全が祈願されるとともに、今春入学予定の子どもたちに記念品が配られました。

会場では、縁起物の初売をはじめ、大判焼きやお好み焼きなど多くの屋台が出店しました。また、「磐梯町とくとも商品券」の抽選会も開催されるなど、今年最初の福を求める人々で賑わいました。

市神様入魂式の様子



縁起物を求める来場者

今年入学を迎える子どもたちに記念品を贈呈



ホームステイで感じたこと

磐梯中学校 1年 細田 明星



携帯電話の英和辞典で英文を打ち込み、日本語の文も一緒に見せてもらって言いたいことを理解できたりしたので、ちゃんと会話ができたとします。ミカイラさんやその家族の人達に英語でたくさん話しかけてもらって質問もたくさんしてもらったので、だまりがちにならずにすみましたが、もっといろいろなことが話せるようになりたいと思いました。

磐梯町とオリバー市の違うところで感じたことは、やはり気候です。オリバー市は砂漠が多くて、道ばたに生えている草も日本より青々とはしていませんでした。地面もさらさらとした砂でしたが、カナダは過ごしやすく、日本のようにむんむんとした暑さではなく、どちらかと言えば日差しが強くてカラッと乾燥する暑さでした。また、今年は水不足だそうで、芝生への水やりをしなくなってしまったそうなので、多くの家の芝生が枯れかけていました。もっと大きな違いと言えば、土地が広大なことだと思いました。私の家も結構大きい方だと思っていましたが、カナダの家は一部屋一部屋がびっくりするくらい大きく、庭、ガレージ、車、食べ物も何もかもがすごい大きさでした。田んぼはありませんでしたが、その代わりとてつもない大きさのブドウ園や畑がありました。また、オリバー市では道路を譲り合うことにみんななれているから、クラクションの音一つ、聞こえませんでした。そういうことが、日本に足りないおおらかさのようなものかと思いました。

オリバー市は、きれいな山や湖などの景色を遮るような、高い高層ビルや電信柱などがなく、とても穏やかな、素敵なおとこでした。バンクーバーは少し東京に似て、高いビルやお店が建ち並んでいましたが、オリバーはビルがなく綺麗で、外国の人はそういうことに気を遣ったりして町を作るのかなと思いました。磐梯町も高い建物がなくて、周りの景色がとてもよく見えます。そのことは、とてもいいことだと感じました。磐梯町とオリバー市の似ているところを一つ、見つけることができた気がしました。

私がカナダにホームステイをしてみても強く思ったことは、前向きに伝わらないことを恐れないで、笑顔でとにかく話しかけてみるのが大事だということです。下手な英語を私が話すと、みんなとても熱心に聞いてくれました。カナダの人達は、みんなとても気さくで優しく、フレンドリーな人達だったので、あまり上手でない私の英語も一生懸命に理解しようとしてくれました。笑顔で話しかけたり、笑顔を向けたりすると、必ず相手も笑顔を返してきてくれたので、やっぱりコミュニケーションには笑顔が大事なんだと改めて感じました。これからもっと英語を理解できるようになって、樋山先生みたいに自分からもっと積極的に話せるようになり、相手の英語も理解できるようになりたいです。もう一つ感じたのは、やはり発音やイントネーションが大事だということです。ちょっとした発音の違い、イントネーションの違いで伝えたいことが伝わらないことなどが度々ありました。ですが、そこは慣れや経験から克服するしかないと思うので、やはり A L T



の先生などと話したり、電子辞書などに入っている和英辞典で発音を聞いたり、書いたりしながら意味がわかる英語の単語を増やしていきたいと思っています。

私はオリバー市に行ってみて、とてもいい経験になったと思います。それぞれの町のいいところを再発見できました。穏やかで素敵なオリバーにもう一度行って、町と同じくらい穏やかで、素敵なミカイラさん達の所に、もう一度ホームステイしてみたいです。

国際教育交流派遣事業に参加して

磐梯中学校 1年 高畑 明音

私は、今回の国際教育交流を通して上手くできたことと上手くできなかったことがあります。上手くできたことは、英語が少し話せるようになったことです。一番話せるようになった言葉は、「写真を1枚撮らせて頂けますか？」です。その言葉を使って撮った写真が右にある写真です。2つ目は、皆と楽しく会話ができたとことです。ホームステイ先のカーリーさんやカーリーさんのお母さん、カーリーさんの妹さんが、手やスマホなどを使い、私とどうやって会話ができるかを考えてくれました。その時から家の中で笑い声が徐々に大きくなり、だんだん自分の部屋にいる時間が減っていきました。最後の日の前日には、丁度いいタイミングでカーリーさんの妹さんの誕生日だったので、皆と一緒に楽しく会話しました。その日に風船に「ありがとう」の気持ちを英語で書きました。次の日、最後に自分の部屋を出るときに風船をベッドの上に置きました。私の気持ちが伝わると嬉しいです。今になって皆と一緒にいれたこと、それだけに感謝しています。上手くできなかったことは、英語があまり聞き取れなかったことです。カーリーさん家族は、「何とか私に聞き取ってもらおう」と手などを使ってくれましたが、そうやって工夫してくれたのになかなか聞き取れませんでした。これだけは本当に後悔しています。もっとちゃんと勉強しておけばよかったです。2つ目は、近所の人と家族みたいに上手く接することができなかったことです。カーリーさんと仲が良い人がいっぱいいました。でも、上手く会話ができず一人で部屋にいました。「初めまして」と英語で伝えましたが、その後は全部カーリーさんが紹介し、一番話せる所をのがしてしまいました。やはり一人だからといって自信がなく、自分から話しかけず、「どうせあの人が話してくれるし、話してくれるのを待ってよう」と自分から積極的にならず、紹介してくれるのを待っていました。とても情けないと思いました。

次に楽しかったことを書きます。1つ目は、プールパーティーです。2日目はウィル家で、3日目はデイク家でやりました。ウィル家では、奥の方に川があり、そこで川の勢いに乗りながら一緒に流れて遊びました。また、ウィル家の犬の足がとても速く、時に競争しながらも泳げるスタート地点に行きました。その後も10回以上川で泳ぎ、トムさんが「ラスト」と言った時「あと一回か〜」と思っていましたが、トムさんが「GO!?!」と言ったから私たちも「GO!」と言ったら「OK!」と言ってくれたので私たちも、もう一回スタート地点に行きました。こういう会話が3〜4回続き、「ラスト」がいつの間にかなくなっていました。その後トランポリンで遊んだり、犬と遊んだり、美味しいご飯を頂いたりしました。3日目のデイク家でのプールパーティーですが、そのプールも入り口は浅いのですが、奥のほうは足はつきましたが深かったです。トニーとウィルで相撲を取ってどちらがプールに先に落ちるかというようなゲームをやっていました。結局は、ウィルが落ちました。見ていて楽しかったです。2つ目は、カヌーや山登りをしたことです。小学校の修学旅行でできなかったカヌー体験をしました。私はこいだりしませんでした、乗っているだけでも水がかかったり、もう少しで落ちそうになったりしました。乗っているだけでもわくわくが止まりませんでした。その後、山登りをしました。最初はどんなに高いか分かりませんでした。でも登ったら磐梯山以上に急で、体が本当に45度位になってとてもきつかったです。でも頂上に来て、そこから見る景色が最高でした。この後に山を下ってやっと登り口までできました。カヌーで帰るとき、あともう少しで着きそうところで小さな魚を見つけました。動きが早すぎて写真では撮れませんでした、とてもきれいでした。その後にバーベキューをやりました。その時のごはんもとても美味しかったです。3つ目は、バンクーバーでつり橋を渡ったことです。長さが約135mもある橋を渡りました。とても怖く、しかも雨も降っていたので滑りやすかったです。その後おみやげを買いました。メープルクッキーやキーホルダーなどを買いました。その後、ホテルに行きました。そのホテルは一番上に動くレストランがあり朝食はそのレストランで食べました。朝食も美味しかったです、上から見る景色も最高でした。

今回の国際教育交流を通して、やはりもっと勉強しておけばよかったと思うことがおおくありました。でもこういう企画を考えてくれた、五十嵐町長さんならびに教育長さん本当にありがとうございます。それと、オリバーのロン市長さんホームステイの皆さん、3日間本当にありがとうございました。とても楽しかったです。この経験を通してこれからの生活に生かしていきたいと思っています。



冬場の過ごし方

雪の季節がやってきました。今年は例年より雪も寒さも厳しくないせいか、外に出る機会もいつもより多いかもしれません。

とはいっても、冬はやる事が少なく、普段より外出したり、仕事をする機会が減ってしまうものです。冬場の過ごし方次第では、暖くなるまでに足腰が弱ってしまうことも考えられます。暖くなるまで、自宅でもできる体操などをしたり、お茶のみに出かけたりして、生活不活発病にならないように気をつけてください。

地域包括支援センターでは出前講座を行っております。ご依頼があれば、その地区にお邪魔して足腰が弱らない運動や認知症を予防する運動などをご紹介します。お問い合わせ先 磐梯町地域包括支援センター ☎ 0242-73-3530



長峯地区出前講座の様子



赤枝地区出前講座の様子

出前講座のご希望がございましたら、下記の磐梯町地域包括支援センターまでご連絡ください。

◆問い合わせ先 磐梯町地域包括支援センター ☎ 0242-73-3530

保健福祉センターだより

～できていますか？手洗い～



冬に流行する感染症としてインフルエンザ、ノロウイルスやロタウイルスによる感染性胃腸炎、幼児等に肺炎を引き起こすRSウイルスがあります。このような感染を防ぐ有効な方法の一つとして「手洗い」があります。以下の【効果的な手洗いの手順】に沿って、実践してみましょう。

【効果的な手洗いの手順】

- ①流水で手を洗います。
- ②洗剤を手に取ります。(両手を洗うのに十分な量の洗剤を取りましょう。)
- ③手のひら、指の腹面を洗いましょう。
- ④手の甲、指の背を洗いましょう。
- ⑤指の間(側面)、付け根を洗いましょう。
- ⑥親指と親指の付け根の膨らんだ部分を洗いましょう。
- ⑦指先を洗いましょう。爪の縁などはブラシを使うと効果的です。
- ⑧手首の内側、側面、外側を洗います。
- ⑨洗剤を十分な流水でよく洗い流しましょう。
- ⑩手を清潔なタオルもしくはペーパータオルで拭き、乾燥させましょう。

◆2度洗いが効果的です！丁寧に手のしわの間や爪の縁を洗いましょう！

◆問い合わせ先
磐梯町保健福祉センター
☎ 0242-73-3101



指先、指の付け根、親指に洗い残しが多いようです。重点的に洗いましょう。

医療センター

だより



COPD(慢性閉塞性

肺疾患)にご注意を！

磐梯町医療センター

内科医師 屋島治光

年末は比較的暖かい日が続きましたが、氷点下の雪景色が続く今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。インフルエンザウイルスも徐々に流行の兆しが見え始めており、マスクや手洗いなどで予防を心がけ下さい。

今回は、慢性的な咳や痰、息切れなどで気づかれる、COPD(慢性閉塞性肺疾患)についてのお話です。2030年の世界の死亡順位予測では1位の虚血性心疾患、2位の脳卒中・脳血管疾患に次ぐ第3位にCOPDが位置付けられ、我が国の死亡者も増加の一途を

たどっています。日本における2011年の治療患者数は22万人ですが推定患者数は530万人と未治療の方が多く、気づかれないと多くの方の病状が進行してしまうため、注意すべき生活習慣病の一つです。

COPDの原因は、

煙草の煙！

COPDは煙草の煙などの有害物質を長期間吸入することにより気流の閉塞をきたす病気です。慢性的な気管支の炎症や肺気腫、もしくは両方の病変が増えることで進行します。血液中のガス交換するための小部屋が肺胞ですがその壁が壊れて空洞ができる状態が肺気腫です。

喫煙との関連

2001年の調査でCOPDの方の割合は、現在喫煙中の12.3%、過去に喫煙の12.4%、非喫煙者の4.7%と報告されました。また、高齢者ほど多い傾向にあります。



特徴的な症状

よく見られる症状は慢性的な咳、痰、息を吐くときにヒューヒューといった音がする等です。進行するとちよつとした運動で息切れがするようになり、安静時にも息切れが生じてくるようになります。常に酸素療法が必要となる場合、ご自宅に酸素吸入器を設置する在宅酸素療法を導入する方

も少なくありません。在宅酸素をしている疾患の45%をCOPDが占めているといわれます。検査は、胸部レントゲン、肺機能検査、胸部CT等を行い、総合的に診断されます。

他の生活習慣病との関係

と注意すべき合併症

心疾患、糖尿病、栄養障害、骨粗しょう症などの生活習慣病の合併が多くなる傾向にあります。注意すべき合併症として肺癌、肺線維症、喘息があります。肺癌はCOPDがあると死亡率が7倍になります。肺線維症は肺機能の低下がカバーされてしまうことにより発見が遅れる可能性があります。コントロールが悪い喘息はCOPDが進行しやすいため注意が必要です。

予防と治療ができる

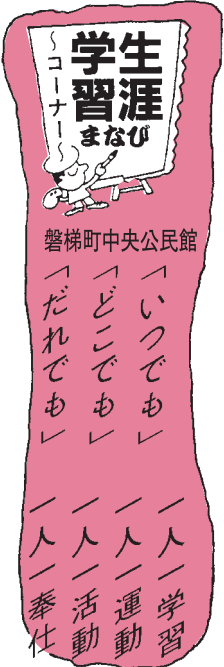
COPD

原因として考えられる喫煙と受動喫煙をなくすることが予防につながります。COPDと診断されてからでも、禁煙することにより病態の進行が緩やかになります。気管支拡張薬やステロイド剤の吸入が治療として用いられ、早期発見・早期治療により健康寿命をより長くすることができます。禁煙には健康面ばかりでなく経済面など様々なメリットがあり、ニコチン依存症と診断されると保険診療で行える禁煙外来を活用するのが効果的です。

慢性的な咳や痰といった気になる症状がある場合はまずはかかりつけ医へ相談してみましょう。



禁煙



「スキー&スノーボード教室」

1月17日（日）、アルツ磐梯スキー場において開催しました。天候にも恵まれ、17名の参加者はウィンタースポーツを楽しむことができました。



○オープンダブルス

- 1位 金田 基貴
2位 高橋 良子
3位 原田 将幸
佐藤 晴美
吉田 伸一
鈴木加代子

入賞された皆さん、おめでとうございます!!



「町バドミントン大会」

1月24日（日）、町民体育館において開催された、町バドミントン大会の結果を掲載します。

「わたしの手仕事」

1月26日（火）、「パンづくり」を開催しました。「クリームチーズちぎりパン」「きなこロールパン」を作りました。家庭でも簡



単に作ることでできる方法で生地を作り、楽しみながらふわふわで美味しいパンを作ることが出来ました。焼き立てのパンで試食会も開催しました。

「公民館図書コーナー」

図書室では、本の貸し出しをしています。図書利用登録をすれば、いつでも誰でも、利用できます。余暇の時間に読書でもしてみたいかがでしょうか。是非お越し下さい。

（新刊のお知らせ）

- ・すごい家事 松橋周太呂
- ・人魚の眠る家 東野圭吾
- ・けんけんぱ にごまりこ
- ・ユートピア 湊かなえ
- ・王とサーカス 米澤穂信
- ・わが心のジエニファー 浅田次郎
- ・羊と鋼の森 宮下奈都
- ・傘をもたない蟻たちは 加藤シゲアキ
- ・スクラップアンドビルド 羽田圭介
- ・おやすみ、ロジャー カールヨハン・エルーン



＜3月の予定＞

24日（木）	わたしの手仕事Cooking(お菓子) ※参加者募集中（詳しくは公民館へ）
公民館・体育館休館日	7日（月）・20日（日）・28日（月）
体育館休館日	21日（月）



東北地区国立大学

法人等職員業務説明会

国立大学法人等職員の仕事内容等を知っていただくために開催するもので、どなたでも参加できます。

▽日時 2月21日（日）

午前10時～午後4時

▽場所 東北大学川内北キャンパス講義棟A（宮城県仙台市青葉区川内41）

▽プログラム

- ①業務内容の概要説明
- 第1回 午前10時～10時40分
- 第2回 午後2時20分～3時（要予約）
- ※2回とも内容は同じです
- ②若手職員による座談会
- 午後12時半～1時40分（要予約）
- ③各国立大学法人等による個別説明会（個別相談会のみ予約不要）
- 午前10時～午後4時
- （③は複数会場ありますので、詳しくはお問合せください）

東北地区国立大学法人等

職員採用試験実施委員会

HP (<http://www.bureau.tohoku.ac.jp/shiken/>)

からお申し込みください。

◆問い合わせ先

東北地区国立大学法人等職員採用試験事務局
☎022-217-5676

免税軽油を使用される農家のみなさんへ

平成28年度軽油引取税免税証（農業用）の交付申請を3月中旬から受け付けます。希望される方は、農作業を始める前に所要の手続きをお願いします。

※既に販売店を通じて交付申請をされた方は、以下の手続きは不要です。

- 新規に申請される方
- 農業機械（トラクター、コンバイン等）及び耕作農地面積の証明書が必要で
- す。
- 役場総務課税務係及び役場農業委員会からの証明書と印鑑を持参して、福島県会津地方振興局県税部までお越しください。

○昨年から継続して申請される方

免税軽油使用者証、昨年度の免税軽油の引き取りと使用についての報告書、免税軽油の納品書（伝票）及び印鑑を持参して福島県会津地方振興局県税部までお越しください。

なお、使用者証の有効期限が平成27年3月31日以前の方、または現在使用している機械や田畑の保有面積が昨年と異なる場合は、上記書類と併せて、役場農業委員会発行の耕作面積証明書及び役場総務課税務係発行の所有農業機械証明書が必要となります。

●農作業受託について

「農作業のうち基幹的な作業（専ら機械を使用して行われるものをいう。）のすべての委託を受けて農作業を行う方」も免税軽油の使用対象者となります。

◆問い合わせ先

福島県会津地方振興局県税部課税第二課
☎0242-2915261

国有林モニター募集

林野庁関東森林管理局では、国有林野事業をご理解いただくとともに、ご意見・ご要望を把握し、国有林野の管理経営に役立てていくため、「国有林モニター」を募集します。

募集人数は70名程度、依頼期間は平成28年4月から平成30年3月までです。

【応募条件】

福島県、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、新潟県、山梨県及び静岡県にお住まいの国有林野事業に関心のある20歳以上（平成28年4月1日時点）の方。（ただし、国会及び地方議会の議員、地方公共団体の長及び常勤の国家公務員は除く。）

【応募方法】

必要事項を記入の上、郵便はがき、FAXにて、下記申し込み先までご応募ください。なお、関東森林管理局ホームページからもご応募いただけます。

【応募期限】平成28年2月26日（当日必着）

【必要事項】

- ①氏名（ふりがな）、②性別、③生年月日、④住所（郵便番号）、⑤電話番号、⑥職業、⑦国有林モニター募集を知ったきっかけ、⑧国有林モニターに応募する理由

【申込・問合せ先】

群馬県前橋市岩神町4-16-25

関東森林管理局国有林モニター担当係（企画調整課内）

詳しい国有林モニターの概要・募集等については関東森林管理局ホームページよりご覧いただけます。

(<http://www.rinya.maff.go.jp/kanto/policy/business/monitor2627.html>)

◆問い合わせ先

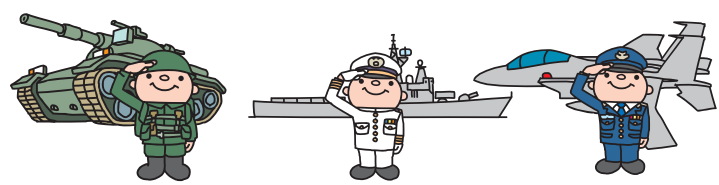
関東森林管理局国有林モニター担当係
☎027-2101150
FAX027-2101154



自衛隊からのお知らせ

幹部候補生（一般・歯科・薬剤科）及び予備自衛官補について、お知らせします。

募集項目	資格	受付期間	試験期日
幹部候補生（一般）	22 歳以上 26 歳未満の者	28 年 3 月 1 日～ 28 年 5 月 6 日	28 年 5 月 14・15 日 (15 日は飛行要員のみ)
幹部候補生（歯科・薬剤科）	専門の大卒で 20 歳以上 30 歳未満の者		28 年 5 月 14 日
予備自衛官補	(一般) 18 歳以上 34 歳未満の者	28 年 1 月 8 日～ 28 年 4 月 8 日	28 年 4 月 15 日～ 28 年 4 月 19 日
	(技能) 18 歳以上で国家免許資格等を有する者		※いずれか 1 日を指定されます



◆問い合わせ先
 自衛隊福島地方協力本部 会津若松出張所
 会津若松市門田町黒岩大坪57-1
 ☎0242-27-6724

消防署からのお知らせ

＜ 3 月 1 日から 3 月 7 日まで 春季火災予防運動＞

冬を迎え、暖房などに火気を使用する機会が多くなりました。

この季節は、1 年のうち最も火を多用する季節であり、そして空気が乾燥し火災の危険が大きくなる季節です。「火の元」や、「火の取扱い」には充分注意し、火災を出さないようにしましょう。

平成 27 年度全国統一防火標語

『無防備な 心に火災が かくれんぼ』

～住宅防火 命を守る 7 つのポイント～

《3 つの習慣》

1. 寝たばこは、絶対やめる。
2. ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
3. ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

《4 つの対策》

1. 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
※平成 2 3 年 6 月 1 日から住宅用火災警報器の設置が義務化されました。
2. 寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
3. 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
4. お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。



◆問い合わせ先
 猪苗代消防署 磐梯出張所 ☎ 0242-73-3100

放送大学 4 月生募集

のお知らせ

放送大学では平成 28 年度第 1 学期（4 月入学）の学生を募集中です。

○15 歳以上の方なら、1 科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。

○18 歳以上の大学入学資格をお持ちの方なら、入学試験はなく、全科履修生として入学でき、4 年以上在学して、1 2 4 単位を修得し卒業すると、学士（教養）の学位を取得できます。

○一つの分野を体系的に学びたい方には、「放送大学エキスパート」を実施しています。

出願期限は第 1 回は 2 月 29 日まで、第 2 回は 3 月 20 日までとなります。お気軽に放送大学福島学習センターまでお問い合わせ下さい。なおホームページでも受け付けております。

◆問い合わせ先

放送大学
 福島学習センター
 ☎0244-9217471

町臨時職員募集のお知らせ

資料館事務臨時職員

▼勤務先 磐梯山慧日寺資料館

▼勤務内容 来訪者に対する受付・案内・説明業務
 ▼応募資格 ①離職者・求職中の方 ②普通自動車運転免許証を取得している方

▼勤務時間 週休 2 日制（勤務シフト表による）
 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

▼賃金（日給）
 25 歳未満 6, 7 4 0 円
 25 歳以上 7, 1 8 0 円
 （通勤手当支給あり）

▼保険など 雇用・公務災害・健康保険・厚生年金
 ▼募集人数 1 人
 ▼雇用期間 平成 28 年 4 月 1 日～平成 28 年 11 月 30 日
 （次年度更新あり）

労務臨時職員

▼勤務先 磐梯山慧日寺資料館

▼勤務内容 史跡慧日寺跡及び資料館の植栽等維持

管理業務

▼応募資格 ①離職者・求職中の方 ②草刈り機を扱うことができる方

③普通自動車運転免許証を取得している方

▼勤務時間 月～金曜日
 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（週 5 日）

▼賃金（日給）
 25 歳未満 6, 2 5 0 円
 25 歳以上 6, 8 3 0 円
 （通勤手当支給あり）

▼保険など 雇用・公務災害・健康保険・厚生年金

▼募集人数 1 人

▼雇用期間 平成 28 年 4 月 1 日～平成 28 年 12 月 2 日

▼応募方法

市販の履歴書（写真貼付）に必要事項及び希望する職種を記入のうえ平成 28 年 3 月 10 日（木）まで磐梯山慧日寺資料館へ持参してください。

◆申し込み・問い合わせ先
 磐梯山慧日寺資料館
 ☎024217313000

職業訓練受講講者募集

会津職業能力開発促進セ

ンターでは、新たな技能習得のための職業訓練を実施しています。

▼募集訓練科名

建築 C A D リフォーム

技術コース（住宅リ

フォーム技術科）

▼募集期間

2 月 16 日（火）～

3 月 16 日（水）

▼募集定員 18 名

▼訓練期間

4 月 4 日（月）～

9 月 29 日（木）

▼選考日 3 月 18 日（金）

施設見学会（キャリアアッ

プガイドランス）

▼開催日時

2 月 22 日（月）、3 月 7

日（月）、22 日（火）

午前 9 時半～正午

対象者は共に公共職

業安定所に求職登録さ

れている方で、職業訓

練の受講が望ましいと

判断された方です。受

講料は無料です。

◆問い合わせ先

会津職業能力開発促進センター
 ☎024212610520

自動車の登録・検査の

手続きはお早めに

毎年、年度末の 3 月期は自動車の登録・検査の申請で多くの方が訪れ、窓口が大変混雑します。

その結果、手続きに何時間もかかることがありますので、手続き等をお考えの方は、早期の申請をお願いします。

◆問い合わせ先

東北運輸局福島運輸支局
 ☎0501554012015

地域づくり応援事業

募集のお知らせ

「あいづふるさと市町村圏協議会」では、地域づくり・人づくりなどを積極的に実践する団体を支援しています。

◇募集期間

平成 28 年 2 月 8 日（月）～

3 月 11 日（金）

◇補助金額

最大 50 万円（補助対象経費の 3 分の 2 以内）

◇対象事業

①広域的な波及効果があるソフト事業 ②地域の特徴・特徴を出したソフト事業 ③地域間交流につながるソフト事業 等

◇申請書の入手方法

①あいづふるさと市町村圏協議会事務局又はホームページ ②役場 政策課 策係

申請書は役場政策課へ提出ください。

◇留意事項

・事業については、単年度で終了するものとします。

・補助該当の有無については審査により決定します。

・本事業は平成 27 年度に募集を開始していますが、平成 28 年度予算の成立後に実施されるものであり、予算成立の内容によっては実施されない場合もあります。

◆問い合わせ先

あいづふるさと市町村圏協議会事務局
 ☎024212416312

役場政策課政策係
 ☎02421741211

★今月の納期★

2月29日（月）

固定資産税（第4期）

介護保険料（第6期）

後期高齢者医療保険料（第7期）

お忘れなく！

猪苗代警察署管内の犯罪・交通事故発生状況

（平成28年1月末現在）

1 犯罪発生状況

※ 当署調べ

町村別

年 別

平成28年

平成27年

増減

増減率%

猪苗代町

2

6

-4

-66.7

磐梯町

3

2

1

50.0

裏磐梯

2

6

-4

-66.7

計

7

14

-7

-50.0

町村別

猪苗代町

磐梯町

裏磐梯

罪種別

28年

27年

28年

27年

28年

27年

窃盗

1

5

3

1

1

6

空き巣

金庫破り

事務所荒し

出店荒し

倉庫荒し

侵入盗その他

1

4

2

置き引き

1

車上ねらい

3

部品ねらい

脱衣場ねらい

自販機ねらい

万引き

職場ねらい

さい銭盗し

畑荒し

スキー・スノーボード盗

2

1

1

非侵入盗その他

1

1

自動車盗

オートバイ盗

自転車盗

その他乗り物盗

暴行・傷害

1

詐欺・横領

遺失物等横領

1

1

器物損壊

1

その他の刑法犯

総計

2

6

3

2

2

6

増減

-4

1

-4

○ なりすまし詐欺に注意を!!「息子を装いお金をだまし取る詐欺が増えています。」猪苗代町内でなりすまし詐欺が発生しており、特に高齢者宅を狙った不審電話が増えています。

また、話の中で、お金を手渡し・振り込むように指示されたら、すぐに家族や知人か警察(110番)に相談して下さい。

○ シートベルトには事故被害軽減に大きな効果があります。助手席、後部座席も着用しましょう。

○ また、6歳未満の子どもを乗せる時は、必ずチャイルドシートを使用しましょう。

○ 夜間、歩いて外出する際は、必ず夜光反射材を身につけましょう。

○ PM4ライトオン活動実施中、夕方には前照灯をつけ、歩行時の発見、交通事故防止に努めましょう。

猪苗代町

磐梯町

裏磐梯

28年

27年

28年

27年

28年

27年

死亡事故

0

0

0

0

0

0

増減

0

0

0

人身事故

7

6

0

0

0

1

増減

1

0

-1

お知らせ

各行政区の環境放射線測定結果について

（2月調査分）

各行政区公民館等

（単位：マイクロシーベルト /h）

測定場所

2月1日

法正尻公民館

0.041

布藤地区公民館

0.036

磨上公民館

0.040

七ツ森センター

0.045

源橋公民館

0.045

長峯公民館

0.045

更科団地集会所

0.048

妙法原公民館

0.052

塩ノ原地区公会堂

0.070

大曲地区集会所

0.058

滝の原公民館

0.035

一の沢公民館

0.053

横達公会堂

0.053

大寺一区公民館

0.045

大寺二区自治会館

0.047

大寺三区集会所

0.054

大寺四区集会所

0.056

大寺五区集会所

0.045

諏訪山団地集会所

0.044

本寺多目的集会所

0.064

入倉集会所（寺）

0.105

下西連公民館

0.079

上西連多目的集会所

0.060

落合公民館

0.074

赤枝公民館

0.074

※ 測定高はすべて1mです。

公共施設関係

（単位：マイクロシーベルト /h）

測定場所

役場（駐車場）

保育所（園庭）

幼稚園（園庭）

第一小学校（校庭）

第二小学校（校庭）

中学校（校庭）

測定高

1m

50cm

50cm

50cm

50cm

1m

2月1日

0.037

0.022

0.038

0.083

0.074

0.042

◆問い合わせ先

磐梯町災害対策本部 ☎ 0242-74-1223

ご存じですか?国民年金の任意加入制度

老齢基礎年金（65歳から受けられる年金）は、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることができません。

国民年金保険料の納め忘れなどにより、保険料の納付済期間が40年間に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額に近づけることが出来ます。

なお、老齢基礎年金を受給するためには、保険料の納付済期間や保険料の免除期間等が原則として25年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、70歳になるまで任意加入することができます。（ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限られます）

また、海外に在住する日本国籍を持つ方も、国民年金に任意加入することができます。詳しくは年金事務所、役場町民課にお問合せ下さい。

◆問い合わせ先

会津若松年金事務所 ☎ 0242-27-5321・役場 町民課 生活環境係 ☎ 0242-74-1215

東日本大震災で住宅に被害を受けられた皆様へ

住まいの復興給付金申請相談会のお知らせ

住まいの復興給付金の申請に関する相談会を開催します。参加は無料ですので、お気軽にお越しください。

相談会

日時 3月4日（金）・5日（土） 午前10時～午後5時（両日）

会場 郡山商工会議所会館

※ご相談者多数の場合には、お待ちいただくことがございます。

住まいの復興給付金とは東日本大震災で被災した住宅の所有者が、消費税率8%引上げ以降に住宅を建築・購入、または補修し、その後居住する場合に、消費税増税分相当の給付が受けられる制度です。

新築住宅を「建築・購入」または中古住宅を「購入」した場合

■対象者

①被災住宅を所有していた方 ②再取得住宅を所有している方 ③再取得住宅に居住している方

■対象住宅

消費税率8%の適用を受けている期間に、建築・購入した新築住宅または宅地建物取引業者が販売した中古住宅（※個人が売主の中古住宅は非課税のため対象外）

被災した住宅を「補修」した場合

■対象者

①被災住宅を所有している方 ②被災住宅の補修工事を発注した方 ③補修した被災住宅に居住している方

■対象住宅

消費税率8%の適用を受けている期間に、補修した被災住宅

・上記の要件すべてを満たしていない場合でも、各要件を有する方が共同で申請することで給付を受けることができます。

・申請にあたっては申請者の他に、り災証明書等や被災住宅や再取得住宅の不動産登記事項証明書等が必要となります。

・り災認定が「一部損壊」の方も対象となります。

・「補修」で申請する場合、補修した箇所の補修前・補修後の写真が必要です。申請前に必ず用意してください。

・被災住宅を所有していなかった方、賃貸住宅にお住まいだった方、消費税率が5%の時に建築・購入あるいは補修をした方は対象外となります。

※詳しくは住まいの復興給付金事務局コールセンター、またはホームページでご確認ください。

＜ご注意下さい＞

自治体や住まいの復興給付金窓口等を名乗り、電話口で銀行の口座情報を聞き取るようなケースが報告されています。住まいの復興給付金事務局では、電話口で一方的に口座情報を聞き取るようなことは行っておりませんので、そのような電話があった際にはご注意ください。

◆問い合わせ先

住まいの復興給付金事務局コールセンター ☎ 0120-250-460 ☎ 022-745-0420

おめでた

○お誕生おめでとうございます。

氏 名

性別

保護者名

行政区

1/4 阿部 友稀斗

男

聡

落 合

1/7 小 檜 山 華

女

慎吾

落 合

1/22 須藤 愛音来

女

孝博

更科団地

（1月期 敬称略）

※お名前の掲載を希望されない場合は届け出の際、役場窓口までご連絡下さい。

おくやみ

●心からお悔やみ申し上げます。

氏 名

行政区

1/21 坂 本 一 益

大寺三区

（1月期 敬称略）

17

16

すこやか笑顔



みき
小林 美樹ちゃん (更科団地)
平成27年9月24日生まれ



めい
青木 芽依ちゃん (更科団地)
平成27年10月2日生まれ



かのん
元橋 花音ちゃん (大寺一區)
平成27年10月3日生まれ

みんなのひろば

今月の作品

皆さんからの投稿を
お待ちしております。

- | | | | | |
|-------------|---------------|-------------------|-----------------|----|
| ◇ 俳句 | ◇ 新年会多芸多才の爺と婆 | ◇ 蜜入りのリンゴ干し居て寒を知り | ◇ ボウリング三年連続B M賞 | 川柳 |
| 風花や落人と聞く姫の墓 | | | | |

- | | | | |
|-------|-------|-------|-------|
| 菊地 榮子 | 白井 勝敏 | 河原崎玲子 | 大竹 忠明 |
|-------|-------|-------|-------|

- | | | | | |
|------------|-------------------|-------------------|------------------|----|
| ◇ 政治決戦挑戦の年 | ◇ おだやかに晴れわたりゆく新年は | ◇ 伝えたい言葉したためチョコ一つ | ◇ バレンタインにそわつくばかり | 短歌 |
| | | | | |

- | | |
|-------|-------|
| 國分 圭子 | 白井 勝敏 |
|-------|-------|