

平成27年

12月号

No.624

# 磐梯弘報



発行／耶麻郡磐梯町  
ホームページアドレス <http://www1.town.bandai.fukushima.jp>

編集／磐梯町政策課

TEL0242 (74) 1221

Email:bandai@town.bandai.fukushima.jp



こねて、うって、ゆでて

11月11日（水）、町中央公民館で行われた中学校のそば打ち体験教室。  
生徒はそば協会の方々の指導の下、自らそばを打ちました。

- ☆ ふくしま駅伝..... P 2
- ☆ 児童の受賞報告..... P 3
- ☆ まちのわだい・町を歩く ..... P 4～5
- ☆ 第13回磐梯町国際教育交流派遣事業..... P 6～7
- ☆ 「個人番号カード」の受け取りについて..... P 8
- ☆ 生涯学習まなびコーナー ..... P 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
- ☆ 今月のお知らせ..... P 12～15
- ☆ みんなのひろば..... P 16

## 今月の町勢

平成27年12月1日現在

■世帯数 1,200世帯

■人口 3,630人

男 1,777人

女 1,853人

■転入 9人／転出 11人

■出生 1人／死亡 4人



# チーム一丸で走った95・1キロ

11月15日（日）、初冬の福島をふるさとの名誉をかけて縦走する、「第27回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会（ふくしま駅伝）」が開かれ、磐梯町チームは一丸となって熱い走りを見せました。

冷たい雨が降る中で行われた大会は、白河カタルスポーツパーク陸上競技場から福島市の県庁前までの16区間95・1キロのコースに53チーム848名の選手が出場し、それぞれの地区の名誉のために必死の走りを見せました。

## 選手の皆さん大変お疲れ様でした



第九走者 足利選手



第一走者 田中選手



第十走者 佐藤選手



第二走者 古川（征）選手



第十一走者 高畑選手



第三走者 古川（悠）選手



第十二走者 矢吹選手



第五走者 渡部選手



第十三走者 上野選手



第六走者 穴澤選手



第十四走者 吉田選手



第七走者 池田選手



第十五走者 本多選手



第八走者 五十嵐選手



第十六走者 佐々木選手

み、気持ちをひとつに、最後まで緊張感を切らすことなく走りきりました。

（第十一走者 高畑選手）、「今回は腰を痛めてしまい、全然走れなくてダメでした。来年はベストなコンディションで挑みたいです」（第十二走者 矢吹選手）など、応援頂いた方々への謝辞とともに来年への決意が述べられました。

参加選手をはじめサポーターや応援にあたられた地域の皆さん、大変お疲れ様でした。

## チーム監督・コーチ・主将にインタビュー（敬称略）

最終オーダー提出後、様々な事情でリザーブ選手に限られ、完走して記録を残す事が今回の駅伝でした。

次年度、4度目の敢闘賞を絶対取ると誓い今年のふくしま駅伝は終了しました。

町民の皆様の応援ありがとうございました。選手、サポーター、役員の皆様、御苦勞様でした。監督 高橋 富藏



コーチ 高橋 主税

中学生を中心としたチーム編成に指導者として大きな責任を感じましたが、高校生や社会人のリーダーシップが中学生に安心感を与え、チーム全体のエネルギーを高める結果になったように思います。

町及びスタッフの皆さんからのサポートに心から感謝します。

今年の福島駅伝は今まで長年出場してきたメンバーが数名抜けた中で挑まなければならず、常に厳しい状況でした。予想通り厳しい結果になりましたが、この悔しさを来年にぶつけられるようにまた一から準備していきたいと思います。皆様の応援ありがとうございました。



主将 穴澤 宏之（第四走者）



受賞を報告する柳沼第二小学校長と鈴木さん、町田中学校長、高橋さん

## 芸術受章報告に来庁

## 町スポ少へ激励

11日25日（水）、町の児童・生徒が来庁し、学習や活動の成果が賞を受けたことを報告しました。

「家庭の日」作品コンクール作文部門では、中学校3年生高橋優花さんが最優秀賞、第二小学校6年生鈴木瑠花さんが優秀賞を受賞しました。

また、第37回会津若松地方消防本部防火ポスター展において、第二小学校の6年生上野叶夢さんの作品が最優秀賞に選ばれました。

上野さんの作品は、来年の春季火災予防運動ポスターに採用されます。

スポーツでは、第31回福島県優勝大会会津地区予選会において磐

梯ミニバスケットボール少年団には、町体育協

会の児童より感謝の言葉と健闘の誓い



最優秀賞に選ばれた上野さんの作品



激励金の贈呈



五十嵐 町長に受賞を報告する山野 体育協会長、鈴木スポ少本部長とコーチ、町スポ少のみなさん







頂上付近が白く雪化粧した厩嶽山

## 町を歩く (206) 町史に見る厩嶽山 11

1 講中人八十名ヲ以テ一組トナシ  
毎組一名ノ世話係ヲ置キ講中ノ世話  
人トス

但 十一名以上十九名以下ハ世話  
係一名ヲ置ク又マツリ年番ニテ勤ム  
ルモ妨ゲナシ

1 加入ノ者ハ御供料トシテ年金壹  
錢二厘ヲ奉納スルモノトス

1 大会式六月十七日ニハ其組世話  
係或ハ年番ノ内ニテ御供料一名金一  
錢二厘ヲ取纏メ代参トシテ参詣スル  
モノトス

1 総代参詣ノ節ハ安産子育人馬安  
全札其組ノ人数ニ従ヒ相渡スベシ

但 世話係総代ノ者ヘハ大札トス

1 講中番号ハ加名ノ順次ヲ以テ附  
スルモノトス

耶麻郡磐梯村別当

観音院 印

明治二年四月

以上の講中規約が山都町から出て  
いることを考えると会津一円に配ら  
れたと考える。配るためには、新聞  
チラシというわけにはいかないから、  
本寺を中心にして厩嶽山講中が作ら  
れていたと思われる。

それらの役員が、各村を修験者の  
御師のようにいたる所に顔を出して、  
講中の必要性や効用など種々説明し  
た事であろう。

ここまでした観音院の功績を今に  
なって改めて考えさせられる。

(文・写真 國分)

## 幼稚園、小・中学校音楽祭



合唱「Tomorrow」(第一小学校)

合唱や合奏を行い、日頃の練習の成果を披露しました。

気持ちのこもった合唱や合奏には、鑑賞に訪れた方々から、温かい拍手がおくられました。

## 幼稚園で保育発表会



合唱「どんな色がすき」(三歳児)

お遊戯など、この日のために重ねてきた練習の成果を保護者の皆さんに披露しました。

## 合格祈願米を贈呈



格祈願の文字入りりんご」が贈呈されました。

武藤常任監事より「地元のお米を食べて粘り強く受験に打ち勝ってほしい」、町長より「この米とりんごを糧にして、目標に向かって頑張ってください」とそれぞれ激励の言葉が贈られ、生徒代表吉田 悠斗君から「受験は個人戦ではなく、団体戦だと思います。3年生全員で頑張っていきたいと思いますので、みなさん応援して下さい」と決意の表明がなされました。

## 第二小学校で教育委員会定例会を開催



定例会の様子

に給食の試食を行った後、午後から定例会を開催し、校長や保護者の傍聴の下、学校教育活動について報告と話し合いが持たれました。

11月6日(金)、第一小学校で第22回磐梯町幼稚園、小・中学校音楽祭が開催されました。

全員で「もみじ」を合唱した後、園児や児童、生徒が

合唱や合奏を行い、日頃の練習の成果を披露しました。

気持ちのこもった合唱や合奏には、鑑賞に訪れた方々から、温かい拍手がおくられました。

11月21日(土)、町中央公民館において、3年保育になって初めての保育発表会が行われました。

園児たちは合唱や合奏、お遊戯など、この日のために

重ねてきた練習の成果を保護者の皆さんに披露しました。

12月1日(火)、中学校で来年高校進学に臨む3年生に、あいづ農業協同組合武藤常任監事より、合格祈願を受けた「合格祈願米」と、体調に気を付けて頑張ってくださいという願いのこもった「合



辞令を受ける齋藤団長



受章を報告する齋藤団長(左)と足利副団長(中央右)



受賞を報告する柳沼校長(中)



立歯者代表あいさつ

8020 達成者代表あいさつ



これからも歯の健康維持に努めます

## 消防団幹部辞令交付式

11月2日(月)、役場において新しく町消防団長に就任となった齋藤 博さんへの辞令交付が行われました。任期は平成31年10月末までの4年間です。

今後により一層の防火・防災の取り組みをお願いします。

## 足利眞一氏の藍綬褒章受章を報告

11月27日(金)、磐梯町消防団の齋藤団長及び足利副団長が役場を訪れ、町長に足利副団長の藍綬褒章受章を報告しました。

藍綬褒章は、長年消防業務に従事し、消防庁長官表彰を受けるなどその功労が徳に顕著であり、他の模範と認められる消防団員に授与されるものです。

受章おめでとうございます。

## 第二小学校がへき地優良校として表彰

第二小学校が「へき地教育関係功績顕著な学校」として表彰され、11月2日に福島県文化センターにおいて福島県教育委員会より表彰を受けました。

福島県における教育・文化の振興発展への寄与が評価されたもので、11月4日(水)、柳沼校長が役場を訪れ、町長に報告しました。

大変おめでとうございます。

## 立歯式で歯の大切さを再確認

11月5日(木)、町中央公民館において平成27年度立歯式が行われ、磐梯中学校2年生と6024・8020 達成者が式に臨みました。

式では代表者に町長から認定証と記念品が手渡されました。

閉式後は、奥羽大学教授であり町学校歯科医の瀬川 洋氏による「3ステップオーラルケア de めざそう健口美人!」と題しての記念講演が行われ、参加者は歯の大切さについて再確認しました。



# オリバー旅行記

## この交流で学んだこと 磐梯中学校 2年 鈴木 映梨



私がこの国際教育交流に参加した理由は、英語の力を身につけることと自ら積極的に話しかけ生の英語に触れること、オリバー市と磐梯町の文化の違いを知ることなどでした。

しかし、実際に海外へ行ってみると私が思っていた以上で大変で英語を聞き取ることも話すことも、難しいということを知りました。

まず初めに英語を話したのは、飛行機の中でした。日本のキャビンアテンダント以外にもいろいろな言葉を話すキャビンアテンダントもいました。機内食やドリンクをもらう時に「～, please.」と英語で話すことができました。

次に英語を話したのは入国審査のときでした。そこで私は英語の難しさを知りました。係の人が英語で、「何が目的ですか」と聞いてきたのですが、私にはそれが聞き取れず黙り込んでしまいました。そのあとは係の人が片言の日本語で「カンコウ?」と聞いてきてようやく意味が理解できました。その他にも空港でドリンクを買うときに英語を話しました。一度聞き返されましたが、なんとか通じました。私はその一日だけで授業で勉強している発音や速さでは英語が伝わりにくいことがわかりました。生の英語は、発音も違うし速さも全然違いました。私は授業で勉強している英語をもっと生の英語に近づけるべきだと思いました。

またホストファミリーとの交流では、始めのほうは「Yes」や「No」、「Thank you」などという英語しか使えず、とても辛かったです。相手はスマートフォンの通訳アプリを使って私たちと会話をしていたのであまり英語を話すきっかけがなかったのです。でも、夜に遊園地のような場所でゴルフをしたりアイスを食べたりした時は、英語は話せなくても楽しむことができました。それからはお別れをする前日の夜に友達のポストカードの書き方を教えてもらうために英語を話しました。その時に住所を覚えてもらったりできたし、書き方の他にもたくさんのお話をすることができてとても楽しかったのを覚えています。私は英語が伝わるとこんなにもうれしいのかと思いました。英語が伝わると英語が好きになれるような気がしました。その他にも農場ツアーや学校見学、プールパーティーなど現地の高校生とは年齢や国などは関係なく楽しむことができました。

また、オリバー市と磐梯町の文化の違いはいくつかありました。一つは気候と地形です。

気候は日本に比べてカラッとしていて朝や夜は涼しかったです。特に朝は少し寒いくらいでした。地形についてはハイキングの時に気づきました。山の土がサラサラで砂のような感じでした。これにはとても驚きました。もう一つは信号機です。オリバー市の信号機は赤色のところが青色や黄色より大きくなっていたのです。赤色を大きくして注意を強く表しているのがすばらしいと思いました。それ以外にもキャンピングカーが一家に一台あることや、お店の商品がどれも大きなことなど、違いがたくさんあってとてもおもしろかったです。

オリバー市では英語についても文化についても知ることができたし、地域の人やホストファミリーの人たちはみんなが優しく接してくれて幸せでした。英語も始めは間違えるのが怖くて、なかなか話せなかったのですが、後からは積極的に話すことができたのでよかったと思っています。

また、バンクーバー観光では、ガイドのハリーさんの説明を聞いたり、食事をしたり、観光地を巡ったりしてとても楽しい時間を過ごすことができました。

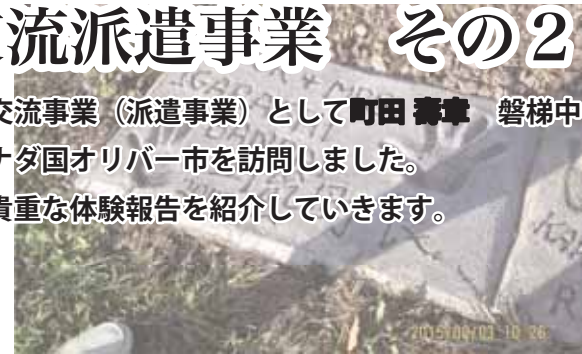
私はこの国際教育交流で学んだことを生かすために、授業などでは英語の発音や速さを意識し、友達にもオリバー市の良いところをたくさん伝えていきたいと思っています。



## 第13回磐梯町国際教育交流派遣事業 その2

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。

前号から引き続き、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。



## 生きた英語を学びに世界へ 磐梯中学校教諭 樋山 浩

この度、磐梯町国際教育交流派遣事業に引率者として参加させていただきました。私自身は、前回に引き続き2回目の参加ということで、大変光栄に感じておりました。通訳も兼ねた生徒引率ということで、責任を感じながらではありましたが、無事に6日間の日程を終了し帰国することができて安心しています。今回の事業では、前回同様に私なりにテーマをもって参加しました。普段の授業で教えている英語が、また、教科書の英語がどれだけ通用するのか、生徒が幼稚園から学んできた英語を駆使してコミュニケーションを図ることができるのかという点です。もちろん私の英語が通用するのかということも大切なことでした。

事前に3回ほど学習会を実施し、生徒は皆真剣に英会話を学んだり、オリバーについて学んだりすることができました。また、前回派遣事業に参加した今の3年生からも、実際に体験したことを話してもらうことで、参加するうえでの心構えについて学ぶことができました。実際、生徒は現地の生徒との交流や、ホームステイを通してカナダの文化に触れ、戸惑いながらも英語によるコミュニケーションを図ろうと努力していました。1年生のある男子は、川遊びの場面で1学期に学習した「One more time. (もう一度)」という表現を何度も使っていました。

3日間ホストファミリーとカヌー体験、ハイキングや農場ツアー、学校見学等、充実した毎日を過ごすことができました。前回訪問したとき、建設中のオリバーの学校を見学しましたが、今回も訪問して立派に完成した校舎を再び見学することができたことも感慨深く、生徒も素晴らしい施設に感動していました。3日目の夕方のプールパーティでは、生徒一人一人が英語で感想を述べると、場が温かい雰囲気包まれ、ロン市長さんからも交流を大切にしていきたいというお話があり、お土産までいただきました。その後、市長ご夫妻の提案でゲームが行われました。グループを作り、メンバーで協力してパスタとマシュマロで時間内にできるだけ高いタワーを作るというものです。生徒達が仲良くコミュニケーションを図りながら取り組む姿が印象的でした。市長ご夫妻の、交流を大切にしたいという思いがよく伝わってきました。最後に磐梯の生徒から、校歌と応援歌（応援の振り付きで）を披露し、オリバーの生徒もミュージカルの歌を披露してくれました。



生徒は今回の事業で一生忘れない思い出を作ることができたと思います。英語でコミュニケーションを図ることの難しさや楽しさを感じたり、人の温かさに触れたりすることができました。これからは、残念ながら参加できなかった人、支えてくれる家族や、実際にお世話になったカナダの方々のためにも、自分達が学んだことをしっかりと伝え、ますます勉強に励んでいってほしいと思います。

英語はコミュニケーションの手段です。英語が話せることが大切ではなく、英語を使って何をするかが大切なのではないでしょうか。ところで私には5年後の東京オリ

ンピックに出場するという目標があります。もちろん選手としてではなく、通訳ボランティアとして関わりたいのです。平和の祭典であるオリンピックの運営に微力ながら関わるという目標達成のため、日々英語学習に励んでいます。生徒にも自分の夢の実現のために毎日の学校生活を大切にさせたいと考えています。そして、英語科教師として国際社会で活躍できる生徒の育成を目指しこれからも日々努力していきたいと思っています。

最後に、町長様をはじめ、教育長様、国際交流協会会長様、町教育委員会の皆様、支えてくださった全ての方に御礼を申し上げます。本当にありがとうございました。





【磐梯大学】  
11月20日（金）、わら細工、  
生け花、レクリエーションの、  
3講座に分かれて特別講座  
を行いました。  
楽しく活動している様子  
を紹介します。



#### 【女性カレッジ】

11月18日（水）、私の手仕事「麵づくり」と女性カレッジの合同講座で「そば打ち体験」を開催しました。町そば協会の方の指導のもと、二人一組でそば打ちの二連の工程を体験し、最後に打ちたてのそばを試食しました。楽しい教室となりました。



#### 【ばんだいっ子クラブ】

11月28日（土）、料理教室を行いました。  
イチゴのロールケーキとフルーツババロアを、皆で協力しながら作りました。

【英会話教室】  
11月26日（木）、閉講式をむかえました。町英語指導助手「ALT」の先生二名を講師に迎え、計12回日常英会話を学びました。



少し難しい作業もありましたが、二品は美味しく味わうことができました。



#### 【放課後子ども教室】

12月で今年度の活動は終了になります。活動の様子を一部紹介します。



#### <1月の予定>

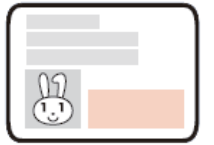
|        |           |
|--------|-----------|
| 4日(月)  | 仕事始め      |
| 24日(日) | 町バドミントン大会 |

【公民館図書室】  
新しい絵本が入りました。一部を紹介しました。  
・かえるさんくわつくわつくまさん ふー  
・おいっちに おいっちに  
・いえのなかのかみさま  
皆様のご利用をお待ちしております。



## マイナンバー「個人番号カード」の受け取りについて

①「個人番号カード」を申請された方には平成28年1月以降、交付場所などをお知らせする**交付通知書（はがき）**がご自宅に届きます。



②必要な持物をお持ちになり、**交付通知書（はがき）**に記載された期限までに、役場町民課窓口にご本人がお越しください。

※15歳未満の者又は成年被後見人には、その法定代理人が同行して下さい。

③交付窓口で本人確認の上、**暗証番号**を設定していただくと、カードが受け取れます。

## 個人番号カード交付・電子証明発行通知書 兼 照会書のはがき 兼 交付通知書



（表）

サンプル

（裏）

郵便はがき A10-012345

料金後納郵便

012012340123456789

999-9999  
〇〇県■■市△△町◇丁目〇番地▽ワ号

番号 花子

あなたが申請した個人番号カードの交付場所は以下のとおりです。  
裏面に記載の必要書類を持参のうえ来庁してください。

|         |                     |
|---------|---------------------|
| 市区町村名   | ■■■市                |
| 交付場所名   | ■■■市役所              |
| 交付場所所在地 | 〇〇県■■■市△△町◇丁目〇番地▽ワ号 |
| 電話番号    | 01-2345-6789        |

代替文字情報 ×→▲ ○→◎ ●→□

電子証明書に使用される文字は、一文字のみで表示できる文字に限られます。表示できない文字がある場合は上記の文字に置き換えますので、別文字を希望される場合は、交付窓口で変更を申し出てください。

■■■市役所  
〇〇県■■■市△△町◇丁目〇番地▽ワ号

ご記入が必要な箇所

A10-012345

■■■市長

個人番号カード交付・電子証明発行通知書 兼 照会書

申請いただいた個人番号カード等が準備できましたので通知・照会します。あなたの意思に基づく申請に相違なければ以下の回答書に署名又は記名押印し、あなたご自身が以下の書類を持参して表記載の交付場所に まで来庁してください。なお、暗証番号（下記の④）を事前に考えておいてください。また、15歳未満の者又は成年被後見人には、その法定代理人が同行してください。

〇本通知書 〇通知カード 〇住民基本台帳カード（お持ちの方のみ） 〇本人確認書類（運転免許証、旅券、在留カード等のうち1点。これらをお持ちでない方は、「氏名・生年月日」又は「氏名・住所」が記載された、市町村長が適当と認める書類のうち2点（健康保険証、年金手帳、社員証、学生証、学校名が記載された各種書類、預金通帳、医療受給者証等）※15歳未満の者等と同行する法定代理人も同様に必要。  
〇代理権の確認書類（15歳未満の者等の法定代理人のみ必要（「ご案内」等ご参照）。ただし同一世帯の親等は不要。）

回答書 平成 年 月 日

■■■市長宛  
個人番号カード交付申請書及び電子証明発行申請書、私の意思により申請したものに相違ありません。  
本人の住所  
本人の氏名

■■■市長宛  
本人の住所  
本人の氏名

私は、下記の者を代理人として個人番号カードの受領、電子証明書の発行手続き（代替文字の選択を含む）及び受領の権限を委任しました。

代理人の住所  
代理人の氏名

代理人に委任する場合は、あなたご自身が暗証番号を記入のうえ、目隠しシールを暗証番号部分の口に貼付してください。

委任状 平成 年 月 日

①署名用電子証明書暗証番号（英数字9文字以上16文字以下）  
②利用者証明用電子証明書暗証番号（数字4桁）  
③住民基本台帳用暗証番号（数字4桁）  
④券面事項入力補助用暗証番号（数字4桁）

詳細は、通知カード裏面に記載された「ア（ページ）」をご覧ください。マイナンバー（個人番号）カード総合サイト（検索）をご覧ください。個人番号カードコールセンター（0570-783-578）にお問い合わせください。（ホームページURL <https://www.koj.inbango-card.go.jp>）

※委任・代理の場合はこちらにも記入ください

## 個人番号カードの申請を行った方へ

「個人番号カード交付通知書」（はがき）が平成28年1月より各家庭へ送付されます。今後個人番号カードを利用予定の方については、上記丸で囲まれた箇所を事前にご記入し、はがきの裏面に記載された期間に役場町民課窓口までおいで下さいますようお願い申し上げます。個人番号カード登録にはお時間を要しますので、時間に余裕を持って来庁いただきますよう併せて申し上げます。



目隠しシールをはがして、交付場所を確認してください。

（注意）はがした目隠しシールは、個人番号カードの受領を代理人に委任される場合には、はがき裏面の暗証番号記入欄の上に貼付してください。個人番号カードの受領を代理人に委任される方は、先に暗証番号を記入してからはがしてください。

◆問い合わせ先  
役場 町民課 生活環境係 ☎0242-74-1215



高齢者の冬期間の過ごし方

寒い冬の季節がやってきました。高齢になるにつれ、体の機能は低下していきます。次のことに注意しながら、冬を乗り越えましょう。

①温度差に気をつけましょう！  
急な気温差は、血圧の変動につながります。浴室や脱衣所、トイレを温めて温度差を少なくしたり、お風呂の温度を40℃程度にするなどの工夫をしましょう。

②脱水に気をつけましょう！  
空気が乾燥したり、暖房の使用などにより、脱水をおこしやすくなります。水分を多めに摂るよう心がけましょう。

③風邪や胃腸炎、インフルエンザなどの感染症を予防しましょう！  
外から帰ったら、すぐに石鹸で手を洗い、うがいをしましょう。お部屋の換気をする、洗濯物を室内に干す、加湿器を使用するなどして、湿度を適度に保ちましょう。

④適度な運動を続けましょう！  
降雪のために外出の機会が減り、運動量も減少しがちです。日頃から適度な運動を続けることで、筋力や体力を維持し、足腰が弱らないようにしましょう。

～長い会津の冬、いきいき元気にお過ごしください。～

◆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

スマホに子守りをさせていませんか？

スマートフォン（スマホ）やタブレット端末をお持ちの方も多と思います。このような電子メディアの普及により、大人もそして小さな子どもたちもスマホなどに触れる機会が増えてきました。みなさんのご家庭ではどうでしょうか。

スマホは乳幼児の子どもでも自分で操作することができます。簡単な操作で瞬間的に映像と音声が出てくるので、子どもたちが惹きつけられるのは当然のことです。赤ちゃんが映像に反応を示して「この子わかっている！」と思うこともありますが、その刺激的な映像に反応しているだけです。

スマホを使い続けることによって子どもに影響が出てきます。特に乳幼児期は親とのふれあいを通して人としての能力のすべてと言ってもよいほどのものを身につけ、人になっていきます。

話しかけられることで「言葉の貯金」をし、その積み重ねによって言葉を話せるようになります。体を使った遊びは体力・運動能力・五感を育てます。指先を使った遊び、特にブロックや積み木は計算する力になります。お友達と仲良くするためには心の発達も大事です。その第一歩目が親子の関係づくりです。

確かに子どもがぐずったり騒いだりしたとき、周りの目も厳しくなり、核家族の家庭も多くなっており、子育ての協力者も少なくなっています。そんな時スマホを与えていれば静かにしてくれるので、周りに迷惑はかからず、家事などをこなす時間もできるでしょう。しかし、子どもたちは毎日の生活が勉強です。その時間にスマホと向き合っているのはどうでしょうか。パソコン操作が上手にできてもお友達とうまく遊べない、学校の勉強についていけないなど、子どもたちが困ってしまうことになります。

ではどうすればいいのでしょうか。まずは親子の時間を大切に一緒に遊んでください。そして外に出て色々なものや人に触れる機会を作ってあげてください。一緒に時間を過ごすことで心も体も成長していきます。スマホに頼らなくても、親子の時間を楽しく過ごせるはずですよ。

スマホに気を取られて子どもをほったらかしにしていませんか。子どもにスマホを預けっぱなしにしていませんか。もう一度その使い方を考えてみてください。

◆問い合わせ先  
磐梯町保健福祉センター ☎ 0242 - 73 - 3101



医療センターだより



昆布などの「うまみ」で口腔乾燥が改善

磐梯町医療センター  
歯科医師 田辺理彦

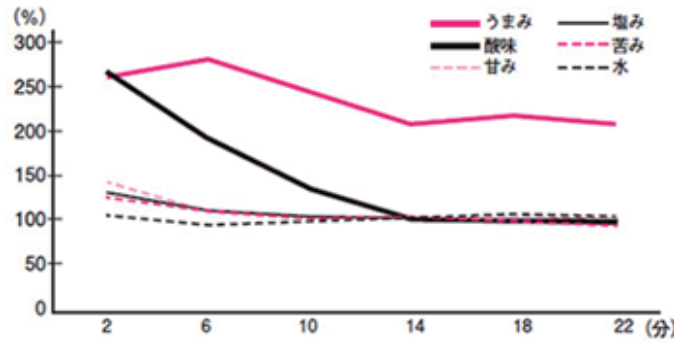
四月号の医療センターだよりで口腔乾燥症についてお話ししました。今回は前回お伝えできなかった「うまみ」のお話です。口腔乾燥の改善に役立てていただければと思います。

口腔乾燥症の患者さんは、全国に約800万人といわれています。唾液の分泌を増やすには、レモンなどの酸味が有効ですが、乾いて荒れた口腔内には刺激が強すぎるため痛みを伴うこともあります。ところが近年、口腔乾燥には「酸味」よりも「うまみ」が効果的であることを東北大学の笹野高嗣教授らが報告しまし

た。「うまみ」とは、昆布やかつおだしでおなじみですが、「うまみ」に含まれるグルタミン酸が口腔乾燥の改善に効果的であることがわかったのです。

下のグラフは、味覚刺激による唾液量を調べたものです。酸味を口にすると唾液は一気に増えますが、分泌時間はあまり長続きしない一方、うまみ（グルタミン酸）では22分たつても分泌量の多い状態が続いているのです。「うまみ」は口当たりがマイルドだけでなく、唾液の分泌量も持続時間も酸味より格段に優れていることがグラフからもわかります。

「うまみ」が舌の味蕾（みらい）細胞で味覚として感知されると、唾液反射が起



こります。酸味は早く消えますが、うまみは後味が残るので、唾液反射が長く続くことから「うまみ」は唾液を増やす効果的なスィッチと言えます。

口腔乾燥を改善するには…  
口腔乾燥の治療法としてお薦めしたいのが、うまみ物質グルタミン酸が豊富な昆布茶です。

①3倍に薄めた昆布茶を作

のとり過ぎが心配なので3倍くらいに薄めます。塩みを感じない程度でも、うまみは充分とれます。

②携帯して頻繁に口に含む  
小さなペットボトルや水筒などに入れて持ち歩きましょう。30秒ほど口に含み、十分に味覚を刺激するのがコツです。30秒ほど口に含み、その後は飲み込んで、吐き出してもOKです。前述の笹野教授によると、これを毎日3回程度続けていると約8割の患者さんで口の乾きが改善することです。薬のような副作用もなく、安全に手軽にできる治療と言えるかもしれません。

「うまみ」はグルタミン酸以外にもいろいろあります。そこで、ここからは医療センターの管理栄養士さんにお話をさせていただきます。

こんなものに「うまみ」が多く含まれる！  
管理栄養士 薄上美樹子  
うまみ物質は単独で使う

うまみ物質には、グルタミン酸、イノシン酸、グアニル酸などがある。

<グルタミン酸>  
昆布、チーズ、イワシ、白菜、熟したトマト、トマトケチャップ

<イノシン酸>  
カツオ節、煮干し、サバ、豚肉

<グアニル酸>  
干しシイタケ



## 自動車登録のお知らせ

自動車税は、毎年4月1日現在で運輸支局に登録されている名義上の所有者に課税されます。

移転・変更・まつ消が発生した場合は3月31日までに運輸支局で登録手続きを済ませましょう。

◆問い合わせ先  
会津地方振興局  
県税課第二課  
☎0242-295261

## 放課後児童クラブ登録児童募集について

児童館では保護者が就労などで昼間家庭にいない児童に、遊びと生活の場を提供する放課後児童クラブを実施しており、来年度の登録児童の募集を行います。

### ▼募集期限

12月25日（金）まで

### ▼対象児童

平成28年4月1日現在で、小学生の児童

### ◆問い合わせ先

磐梯町児童館  
☎0242-731454  
役場こども課  
☎0242-741216

## 受講生募集

### ① J w c a d

基礎（建築図面）・基礎（電気設備図）・応用（製図効率化）の三講座で定員は各10名です。

②英会話講座（基礎）定員 15名

③着地型旅行商品企画定員 10名  
申込締切

### ①・基礎（建築図面）

平成28年1月5日（火）  
・基礎（電気設備図）平成28年1月20日（水）  
・応用（製図効率化）平成28年1月25日（月）

②平成28年1月13日（水）

③平成28年2月1日（月）

場所 テクノアカデミー会津

各講座には授業料等費用が発生します。詳細な金額及び日時はテクノアカデミー会津までお問い合わせください。

### ◆問い合わせ先

テクノアカデミー会津  
☎0241-273221  
FAX 0241-273312

## 職業訓練生募集

募集訓練科名

①CAD・NC加工技術コース（テクニカルオペレーション科）②機械加工技術科（若年者コース）

募集期間は平成27年12月14日（月）～平成28年1月15日（金）で、募集定員は①5名②4名です。

また、職業訓練について理解していただくための説明会も随時開催しております。

詳細はお問い合わせください。

### ◆問い合わせ先

ポリテクセンター会津 訓練課  
☎0242-260520

## 除雪についてのお願い！

皆様の足元確保のため、除雪車は早朝から稼働しています。円滑に除雪作業を進められるよう、次の点にご注意・ご協力をお願いいたします。

### ◎路上駐車禁止

一台の違法駐車のために町内全体が除雪できなくなることもあります。違法駐車はやめましょう。

### ◎側溝への雪捨て禁止

側溝へ雪を捨てると側溝がつまり、床下浸水の原因となるなど、下流に住む人に迷惑をかけることがあります。さらに側溝の蓋を開けることは通行者に危険を及ぼします。危険防止のため側溝への雪捨てはやめましょう。

### ◎道路への雪出し禁止

道路に雪を出すと圧雪や凸凹となり、歩行者・自動車の通行に支障をきたしたり、スリップ事故等の原因にもなります。道路へは雪を出さないでください。

### ◎屋根からの落雪防止

屋根からの落雪は、交通の障害になるばかりでなく、歩行者にとっても大変危険です。屋根の雪が道路に落ちる屋根は、雪止めを取り付ける等予防策を講じてください。

### ◎除雪作業の障害になるものには表示を

除雪作業には細心の注意をしておりますが、ブロック塀や垣根など破損する恐れがあるものには、赤布などでハッキリ表示をお願いします。

### ◆問い合わせ先

役場 建設課 建設係 ☎0242-74-1218

## 正しい操作で、安全除雪!!

雪のシーズンになると除雪機による事故が多発しています。除雪機を使う際には、次の点に注意して操作しましょう。

- (1) 作業を行う前に、必ず取扱説明書をよく読んで、正しい使い方を理解しましょう。
- (2) 雪詰まりを取り除くときは、必ずエンジンを停止し、回転部（オーガ、ブロワ）が完全に停止してから雪かき棒を使って行いましょう。
- (3) 回転部に近づくときは、必ずエンジンを停止し、回転部が完全に停止してから作業を行いましょう。
- (4) 後進時は、転倒したり、挟まれたりしないよう、足もとや後方の障害物には十分注意しましょう。
- (5) 除雪作業中は、雪を飛ばす方向に、人や車・建物がないことを確認しましょう。また、除雪機の回りには絶対に人を近づけないようにしましょう。
- (6) 安全装置が正しく作動しない状態では使用しないようにしましょう。また、安全装置を意図的に解除したり、故障を放置したままでは使用しないようにしましょう。



### ◆問い合わせ先

一般社団法人日本農業機械工業会 除雪機安全協議会 ☎03-3433-0415  
Webサイト <http://www.jfmma.or.jp>

## 国民年金の第一号被保険者の皆様へ

### 国民年金基金制度のご案内

- ・国民年金基金は、自営業、農業などの国民年金の第一号被保険者の方々がゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乗せする公的な年金制度です。
- ・加入できるのは、国民年金に加入している20歳以上60歳未満の方及び60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している方です。
- ・「一生涯受け取る終身年金」が基本ですので、長い老後に備えることができます。
- ・「掛金は全額社会保険料控除」、受け取る年金は公的年金等控除の対象になり、税制面で優遇されます。
- ・万が一早期に亡くなったとき、家族に「遺族一時金が支給されます」ので、掛け捨てになりません。（B型を除く）
- ・加入は任意で、いろいろな年金のタイプから現在の状況や将来設計にあわせて選ぶことができます。

### ◆問い合わせ先

会津若松年金事務所 ☎0242-27-5321・福島県国民年金基金 ☎0242-65-4192

## 消防署からのお知らせ

## 年末年始特別警戒

年末年始は、暖房器具など火気使用の増加に伴い

火災発生の危険が多くなります。

平成27年12月15日から

平成28年1月15日にかけて

年末年始特別警戒を実施します。

火の取扱い方をもう一度見直し、

火災を未然に防ぎましょう！



### ◆問い合わせ先

猪苗代消防署 磐梯出張所 ☎0242-73-3100

★今月の納期★

12月25日（金）

固定資産税（第3期）

介護保険料（第5期）

後期高齢者医療保険料（第5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27年11月末現在)

1 犯罪発生状況

※ 当署調べ

| 町村別  | 平成27年 | 平成26年 | 増減 | 増減率%  |
|------|-------|-------|----|-------|
| 猪苗代町 | 73    | 53    | 20 | 37.7  |
| 磐梯町  | 23    | 11    | 12 | 109.1 |
| 裏磐梯  | 13    | 6     | 7  | 116.7 |
| 計    | 109   | 70    | 39 | 55.7  |

| 町村別         | 猪苗代町 | 磐梯町 | 裏磐梯 |     |     |     |
|-------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 罪種別         | 27年  | 26年 | 27年 | 26年 | 27年 | 26年 |
| 窃盗          | 60   | 29  | 18  | 10  | 13  | 5   |
| 空き巣         | 3    | 2   | 1   |     |     |     |
| 金庫破り        |      | 1   |     |     |     |     |
| 事務所荒し       |      |     | 1   |     |     |     |
| 出店荒し        | 8    | 1   |     |     | 1   |     |
| 倉庫荒し        | 4    | 3   | 1   | 2   |     |     |
| 侵入盗その他      | 14   | 2   | 6   | 4   | 2   |     |
| 置き引き        | 3    | 2   |     |     |     |     |
| 車上ねらい       | 4    | 2   |     | 1   | 4   | 5   |
| 部品ねらい       | 2    | 1   |     |     |     |     |
| 脱衣場ねらい      |      |     |     |     |     |     |
| 自販機ねらい      |      |     |     |     |     |     |
| 万引き         | 6    | 3   |     |     |     |     |
| 職場ねらい       | 1    |     | 2   |     |     |     |
| さい銭盗        |      |     |     |     |     |     |
| 煙荒し         |      |     |     |     |     |     |
| スキー・スノーボード盗 |      |     | 4   |     | 2   |     |
| 非侵入盗その他     | 7    | 10  | 3   | 3   | 3   |     |
| 自動車盗        |      | 1   |     |     |     |     |
| オートバイ盗      |      |     |     |     |     |     |
| 自転車盗        | 8    | 1   |     |     |     |     |
| その他乗り物盗     |      |     |     |     | 1   |     |
| 暴行・傷害       | 2    | 6   | 1   |     |     |     |
| 詐欺・横領       | 3    | 6   | 3   | 1   |     |     |
| 遺失物等横領      |      |     |     |     |     |     |
| 器物損壊        | 5    | 7   | 1   |     |     | 1   |
| その他の刑法犯     | 3    | 5   |     |     |     |     |
| 総計          | 73   | 53  | 23  | 11  | 13  | 6   |
| 増減          |      | 20  |     | 12  |     | 7   |

◎ なりますし詐欺に注意を!!「息子を騙しお金をだまし取る詐欺が増えています。」猪苗代町内でなりますし詐欺が発生しており、特に高齢者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。

|      | 猪苗代町 | 磐梯町 | 裏磐梯 |     |     |     |
|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
|      | 27年  | 26年 | 27年 | 26年 | 27年 | 26年 |
| 死亡事故 | 0    | 1   | 0   | 0   | 0   | 0   |
| 増減   |      | -1  |     | 0   |     | 0   |
| 人身事故 | 47   | 75  | 13  | 17  | 2   | 3   |
| 増減   |      | -28 |     | -4  |     | -1  |

◎ 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、8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。

◎ PM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。

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

11/11

杉本 岳駿<sup>がくとし</sup>

男

裕史

大寺三区

(11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。

お知らせ

各行政区の環境放射線測定結果について

(12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      | 12月 1日 |
|-----------|--------|
| 法正尻公民館    | 0.07   |
| 布藤地区公民館   | 0.09   |
| 磨上公民館     | 0.07   |
| 七ツ森センター   | 0.09   |
| 源橋公民館     | 0.10   |
| 長峯公民館     | 0.10   |
| 更科団地集会所   | 0.08   |
| 妙法原公民館    | 0.10   |
| 塩ノ原地区公会堂  | 0.08   |
| 大曲地区集会所   | 0.08   |
| 滝の原公民館    | 0.08   |
| 一の沢公民館    | 0.06   |
| 横達公会堂     | 0.06   |
| 大寺一区公民館   | 0.05   |
| 大寺二区自治会館  | 0.07   |
| 大寺三区集会所   | 0.10   |
| 大寺四区集会所   | 0.07   |
| 大寺五区集会所   | 0.07   |
| 諏訪山団地集会所  | 0.08   |
| 本寺多目的集会所  | 0.07   |
| 入倉集会所（寺）  | 0.08   |
| 下西連公民館    | 0.08   |
| 上西連多目的集会所 | 0.07   |
| 落合公民館     | 0.08   |
| 赤枝公民館     | 0.09   |

※ 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<br>(駐車場) | 保育所<br>(園庭) | 幼稚園<br>(園庭) | 第一小学<br>校(校庭) | 第二小学<br>校(校庭) | 中学校<br>(校庭) |
|--------|-------------|-------------|-------------|---------------|---------------|-------------|
| 測定高    | 1m          | 50cm        | 50cm        | 50cm          | 50cm          | 1m          |
| 12月 1日 | 0.059       | 0.037       | 0.068       | 0.084         | 0.104         | 0.057       |

◆問い合わせ先

磐梯町災害対策本部 ☎ 0242-74-1223

おくやみ

●心からお悔やみ申し上げます。

氏名

行政区

10/31

金田 義一

法正尻

11/ 2

桑 原 清

大寺五区

11/14

東 田 貢

下西連

(11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。

医療センターからのお知らせ

年末年始の診療日は、下記のとおりとなりますのでお知らせいたします。

| 12月 | 22<br>(火) | 23<br>(水) | 24<br>(木) | 25<br>(金) | 26<br>(土) | 27<br>(日) | 28<br>(月) | 29<br>(火) | 30<br>(水) | 31<br>(木) |
|-----|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 内科  | ○         | 休         | ○         | ○         | 休         | 休         | ○         | 休         | 休         | 休         |
| 歯科  | ○         | 休         | ○         | ○         | 休         | 休         | ○         | 休         | 休         | 休         |

○・・・通常診療日 休・・・休診日

| 1月 | 1<br>(金) | 2<br>(土) | 3<br>(日) | 4<br>(月) | 5<br>(火) | 6<br>(水) | 7<br>(木) |
|----|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 内科 | 休        | 休        | 休        | ○        | ○        | 12時迄     | ○        |
| 歯科 | 休        | 休        | 休        | ○        | ○        | 12時迄     | ○        |

○・・・通常診療日 休・・・休診日

☆ 新年における通常診療は、1月4日（月）からとなります。

☆ なお、休診日でも救急の場合は対応いたしますので、ご連絡下さい。

◆問い合わせ先

磐梯町医療センター ☎0242-73-2110

水道管凍結注意と水道・下水道使用料の認定料金についてのお知らせ

気温が下がり零度以下になると、蛇口及び水道管内の水が凍りはじめ、水が出なくなったり、水道管が破裂したりする恐れがありますので、凍結防止対策をお願いします。

凍結防止の方法は？

・不凍水抜栓による水抜き

→不凍水抜栓を閉めることにより、蛇口や水道管のなかの水が地中に抜けます。このとき注意することは、必ず蛇口を開けて空気を入れてください。蛇口を開けないと、不凍水抜栓を閉めても水が抜けません。

・水道管に保温材を巻く

→水道管が外気に触れている部分に、保温材を巻いてその上からビニールテープを巻きます。保温材はホームセンター等で販売しています。

・水を出したままにする

→不凍水抜栓の故障や電熱ヒーターが切れて使用できない場合などは、応急措置として蛇口から少しずつ放水します。ただし、この方法だと水道料金として使用者の負担となります。

水道管が破裂してしまった時は？

・町指定給水装置工事事業者に依頼してください。

→まず、応急措置として不凍水抜栓を閉めて、早急に修理を依頼してください。

冬期間の水道・下水道使用料は認定料金になります

冬期間は積雪のため、屋外メーターで検針することができません。

そのため、1月から4月の4ヶ月間については、水道料金・下水道使用料を認定水量（過去の使用水量の実績を基に計算した使用見込水量）に基づいた料金でお支払いいただき、5月料金で精算する方法をとっています。

精算時に実際に使用した水量が認定水量より少ない場合は、5月の料金を減額するか、多くいただいた料金を還付します。反対に認定水量より多く使用した場合は、5月の料金に認定期間中の不足分を加算した料金になります。

冬期間、長期的に家を不在にする時は、凍結による漏水等のトラブル防止のため、水道を中止することをお勧めします。(中止する場合は届出が必要です。)

なお、詳しくは下記問い合わせ先にお尋ね願います。

◆お問い合わせ先 役場 建設課 上下水道係 ☎0242-74-1228

15

14

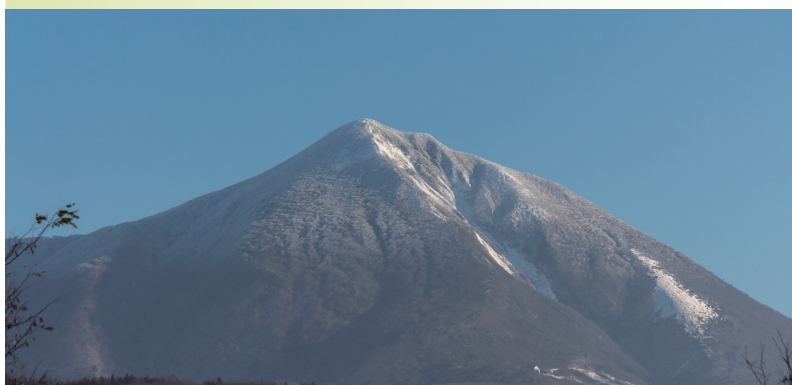


# すこやか笑顔



ひおり  
緑川 陽音里ちゃん(更科団地)  
平成27年7月30日生まれ

## 本格的な冬の訪れを感じる 季節となりました



雪化粧した磐梯山

磐梯山の初冠雪から1ヶ月ほど経ちました。雨や曇りが続いていたため、頂上付近は常に厚い雲に覆われていましたが、撮影日の12月2日(水)は久しぶりの雲ひとつない青空。雪化粧した磐梯山がくっきり見えました。2日後に町は雪に覆われ、この日は貴重な青空となりました。

いよいよ長く厳しい冬が始まります。体調管理はもとより、降雪後の雪の処理には十分注意してください。

## 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 | ◇            | ◇                 | 川柳 |
| 通り雨 <sup>すずき</sup> きらめく五輪塔 <sup>りんとう</sup> |    | 山肌を神一夜にて化粧せり | もみじ映え児童の頬つぺも真つ赤つか |    |
| 菊地 榮子                                      |    | 河原崎玲子        | 大竹 忠明             |    |

- |                                               |                            |
|-----------------------------------------------|----------------------------|
| ◇                                             | 短歌                         |
| 憎しみの連鎖 <sup>レンサタ</sup> 断ねばこの地球<br>いつまで続く滅亡の危機 | 七五三祝の歌を携えて<br>みかざるまゑまた顔みせに |
| 國分 圭子                                         | 白井 勝敏                      |