



2005 3 March

平成17年3月1日発行
第542号



SAKURA



SUGI



UGUISU

いいしかかわ

C O N T E N T S

町が好き、人が好き、みんなで作る町が一番好き
 さあ桜の季節がやってきます！ 2
 行財政改革プログラム 6
 老人医療を考える 8
 街かど探検隊 10
 こんには・みんなの広場 12
 町史編纂室だより、ほか 14
 ハッピースマイル、ほか 15
 元気になるいい話、ほか 16
 カレンダー、ほか 17
 小さな美術館、ほか 18





桜さくら

の季節がやってきました!

石川町の「ほこり」でもある桜の季節がやってきました。お子さんからお年寄りまでみんなの心を癒し明るい気持ちにしてくれる桜。住んでいるみんなが誇れる、そして自慢できる、みんなが訪れる桜並木を音んで行きましょう。

春の風物詩

石川町に春の訪れを告げる、春の香り、美しい桃色、桜色。高田桜をはじめ見事に咲き競う桜は圧巻です。町の中央を悠々と流れる二つの川、北須川と今出川の両岸に続く桜並木は春の風物詩としてみんなから愛されています。

また、歴史の古い石川ならではの代々語り継がれて大事に守られてきた桜は数多く点在しています。

桜の下には…

桜の並木をゆっくり歩く、お弁当を広げて談話、車で遠回り、そんな中、他県ナンバーの車やカメラを片手に散策する旅行者の姿も多く見受けられます。この人たちがまた訪れてくれる、そして一人でも多くの方に石川町のよさを伝えてもらう。一週間というわずかな時間でこの

町の良さをPRできるチャンスではないでしょうか。

高田桜は500年にわたり石川の歴史を守っています。



「私たち一人ひとりが
案内人」

散策コースの案内、ドライブコースの案内、お土産の案内、飲食の案内、宿泊の案内、ゴミのない美しい場所と想ってもらえる環境整備、皆さん一人ひとりが案内人になり、訪れる人たちが「また来よう」、「知人に紹介しよう」と思ってくれる美しくあたたかい石川町をみんな一緒に育てて行きましょう。



た。あさひ公園と川沿いのごみ拾いを行いました。

活動してみませんか

訪れた花見客に少しでもよい景観をと町内にはボランティアを行う団体がたくさんあります。

昨年は、石川町海外研修事業「女性の翼」に参加した有志が集まり「桜を見に訪れる人たちが気持ちよく過ごせるように」と桜の開花シーズンにあわせて、川沿いやあさひ公園のごみ拾いを行いました。

このような活動は個人、団体問わず多数あると思われます。今年も皆さんもぜひ参加してみたいかがですか。



ぐりの旅



曲

木の四季桜

曲木川地区にあり春夏秋冬の年4回咲くと言われ見物客も多い。



石川土木事務所と石川小学校の間に出来た新河畔公園、今出川沿いの桜を堪能できる。

ふれあい河畔の桜

白坂下の桜

双里白坂下地区の忠魂碑の脇、源義家が奥州征伐の際植え、その名跡を後世に伝えるための植え替えを行ったとされる。



光国寺の桜

曲木の光国寺の境内にある古木、木に空洞がありアオダイショウが住んでいた言い伝えがある。



古殿方面に向かう谷沢地区の右手高台に、約400年前地区の先祖が3本植えた古木の一つ。

谷沢吉内の桜





安養寺の桜

沢井東内打地区、安養寺の墓地にある。地藏堂の桜として知られ、農家では種まきの目安としている。



南山形羽入田の桜

南山形羽入田地区、南山形小学校付近の高台にある。枝の垂れ様は、滝や傘のようだと評判です。

あさひ公園の桜

四季の彩を感じさせる親水公園、とくに桜の時期は多くの家族連れなどが訪れる。



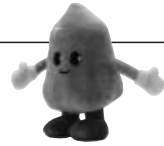
北須川の桜

今出川と並ぶ河川敷の桜並木。桜が川に向かい突き出す姿はあつかん。



高田桜

県指定の天然記念物。北須川沿岸、高田地区の高台にある樹齢500年の「ハルカサケ」。



行財政改革プログラム

収支均衡型の

財政運営を目指して

本町の財政状況

本町の財政状況は、バブル崩壊後の景気低迷による町税の減、国による地方交付税の削減などにより歳入における一般財源が大きく減少して

います。一方歳出面では公債費や負担金等の経常的経費が増大しており、非常に厳しい状況にあります。

中期財政見通し

本町では、現行の行政サービスを

維持した場合の平成16年度を初年度とする今後5年間の財政収支を見込んだ「中期財政見通し」を試算しました。

本町はこれまで、行政改革大綱を策定し、職員の定員管理適正化や事務事業の見直しなどによる内部管理経費の削減、民間委託による行政の効率化など行財政基盤の確立に向けて取り組んできましたが、予想を上回る国内経済の悪化や、福祉、環境対策経費の増加に伴い、厳しい行財政運営を強いられています。

さらに、国の構造改革の柱である「三位一体改革」の影響から平成12年度以降地方交付税、町税が大きく減少する中で、現行の行政サービスを維持できるのか危惧されております。

今回、収支均衡型の財政構造の転換を実現するため、「石川町行財政改革プログラム」を策定しましたので、その概要についてお知らせします。

歳入の見通し

平成16年度以降の歳入の見込みについては、現下の経済財政状況から町税、地方交付税が引き続き減少していくものと見込まれます。

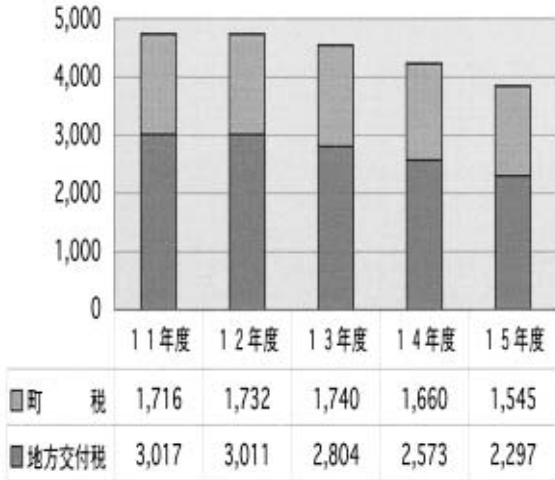
歳出の見込み

本町の財政構造は、実質的な経常収支比率が100%を超える状況にあり、財政の硬直化が一段と進んでいます。平成16年度以降も義務的経費の支出が依然として高く、それに加えて一部事務組合への負担金などの補助費等、特別会計への繰出金などが今後も増大していくことから財政のさらなる悪化が予測されます。

このように現行の行政水準を維持継続した場合、平成17年度以降は毎年多額の財源不足が生じることになります。

町税及び地方交付税決算額の推移

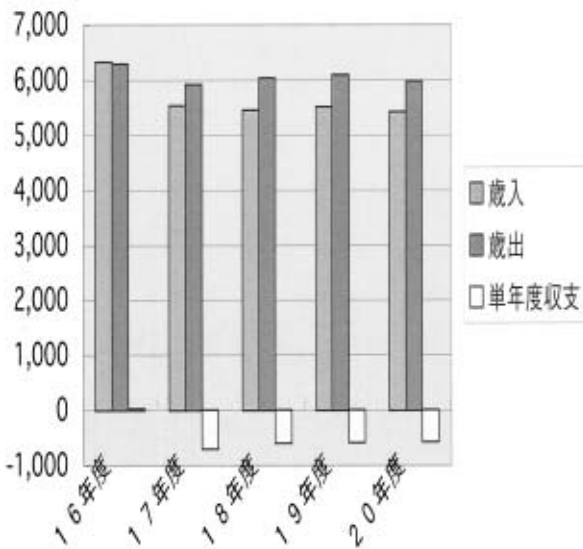
(単位：百万円)



15年度決算は、ピーク時より約9億円減少しています。

今後の収支見込額

(単位：百万円)



構造改革の具体的取組み

本町では、このような厳しい状況を回避し収支均衡型の財政構造への転換を実現するため、平成16年度から平成20年度までを「重点改革期間」と位置付け、不退転の決意をもって行財政改革に取り組めます。(金額は平成20年までの目標額です。)

| | | |
|--------------|--|-----------------|
| 歳出削減に向けた取り組み | 職員数の削減と人件費総額の抑制 | 6億1千8百万円 |
| | 今後10年間で職員定員を50名削減、特別職及び一般職員給与の一部を引き続き削減 | |
| | 非常勤特別職の見直し | 2千3百万円 |
| | 非常勤特別職の報酬見直し。審議会、委員会、附属機関等の見直し。定数の削減。 | |
| | 施設管理経費の削減 | 2億3千4百万円 |
| | 保育所等幼児保育施設の統合、体育施設の一部を整理統合。 | |
| | 事務事業の抜本的な見直し | 6千万円 |
| | 事業効果を「行政評価システム」により検証し、効率的に財源を配分。 | |
| 歳入確保に向けた取り組み | 補助費等の抑制 | 8千7百万円 |
| | 単独補助金、一部事務組合等、負担金の見直し。 | |
| | 投資的経費の抑制 | 1千5百万円 |
| | 真の町民利益となる公共投資のあり方を追求し、重点化、効率化。 | |
| | 町税収入の確保 | 4千9百万円 |
| | 税の公平性の確保や厳正な滞納整理の促進。 | |
| | 町有財産の有効活用 | 5千8百万円 |
| | 未利用の所有財産、不動産の売却や貸付、有価証券の売却。 | |
| 受益者負担の適正化 | 2千5百万円 | |
| | 使用料及び手数料額の見直し、減免規程の適正化、滞納整理を強化し、自主財源を確保。 | |

「協働」のまちづくり

収支均衡型の行財政運営を図る過程においては、新規事業の凍結、事務事業の縮小、受益者負担の適正化等少なからず痛みが伴うことが想定されます。

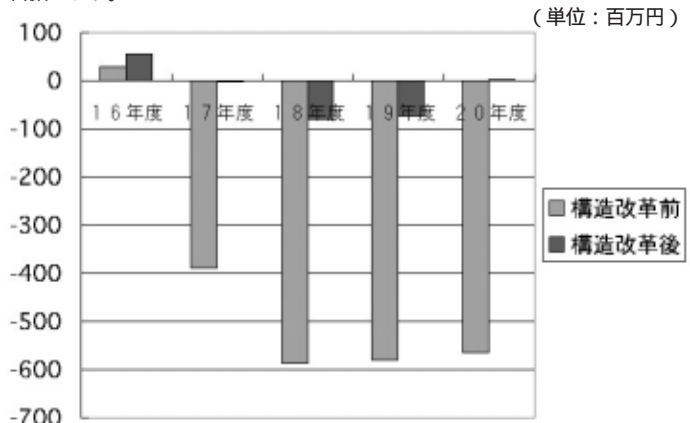
このため、情報公開を含め行政の持つ情報や考え方を積極的に町民の皆さんに説明し、明るい未来をきり開くために、町民との協働の中からお互いの役割分担を明らかにし、「最小の経費で最大の効果を上げる」効率的な行財政運営を目指しますので、町民の皆さんの「理解をお願いします」。

石川町ホームページに「石川町行財政改革プログラム」を掲載しております。

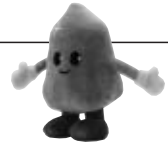
アドレス <http://www.town.shikawa.hukushima.jp/>
お問い合わせ先 行財政改革推進室 (☎26 9114)

構造改革前・後の単年度収支(収入-支出)

行財政の構造改革と基金の繰入によって平成20年度の単年度収支の黒字を目指します。



現行の行政水準(国民健康保険、介護保険、福祉等)を確保する必要があることから一時的に赤字決算を余儀なくされますが、平成20年度に基金繰り入れ後の単年度収支は黒字になります。



老人医療を考える

元気健康節約

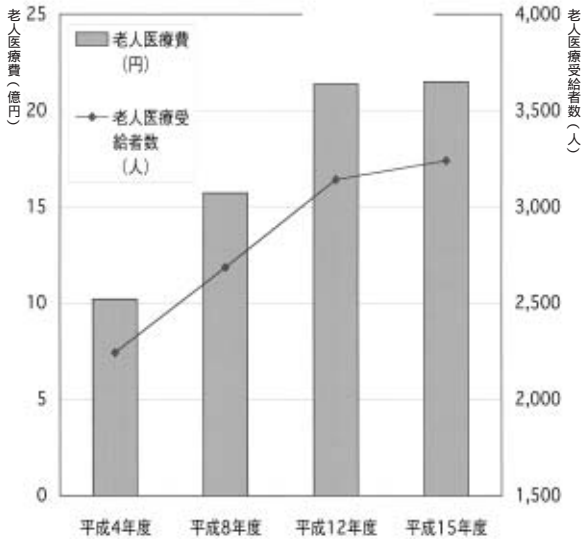
老人医療費はみんなで支えています

老人医療費のうち自己負担分を除いた約6割は「老人保健拠出金」で、約4割は国や県、町が負担する「公費」でそれぞれまかなっています。
 「老人保健拠出金」は、医療保険の保険者と加入している被保険者が負担しています。また、「公費」はみなさんが納めた税金などが充てられます。

老人保健で医療を受けている高齢者が増加していることで、老人医療費は年々増えています。高齢になると生活習慣病などの慢性的な病気や、骨粗しょう症などによる骨折といった心身の機能の低下などによる病気が増え、それにもなつて高齢者の医療費は増える傾向にあります。

石川町における平成15年度の老人医療費は、約21億5千万円で前年度からほぼ横這いです。しかし、対象年齢の引き上げにより受給者数が減少しているため、一人当たりの医療費は増加しています。

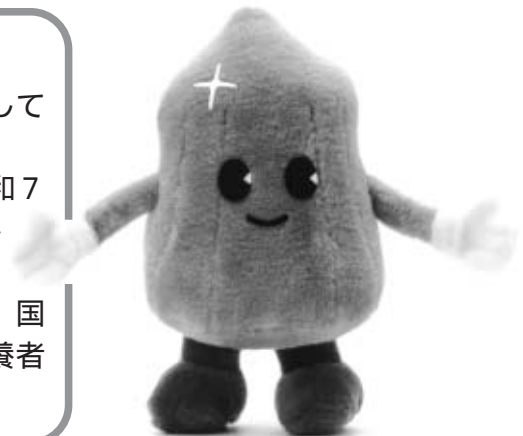
老人医療費と受給者数の推移



老人保健制度とは？

高齢者が医療を受けたときの負担を軽くして、安心して医療を受けられるようにするための制度です。

75歳（一定の障害のある人は65歳）以上の人と、昭和7年9月30日以前に生まれた人がお医者さんなどにかかるときは、老人保健で医療を受けます。医療費の自己負担割合は1割（一定以上所得者は2割）です。これは、国民健康保険や社会保険などの医療保険の加入者や被扶養者すべてに適用されます。



**医療費節約は
自分のため、そして
医療保険制度のため**

高齢者の医療費の自己負担額は1割でも、残りは老人保健が負担しています。医療費節約はみなさんの自己負担を減らすだけではなく、医療保険制度の健全な運営のためにも必要です。

**健康こそが
最大の
医療費節約！**

老人医療費が増える主な原因のひとつが生活習慣病の増加です。高齢になると、「高血圧症」「高脂血症」「心臓病」「糖尿病」といった生活習慣病をかかえる人が増えてきます。生活習慣病は完治が難しく、通院や入院などの療養期間も長くなりがちです。また、他の病気も併発しやすい、受診する回数も増えるため、医療費は増加してしまいます。正しい生活習慣を身に付けて生活習慣病などを予防しましょう。健康的にいきいきと生活することで医療費は節約されるのです。

一人ひとりが医療を考えましょう

医療費は、上手な受診を心がけることで有効に使うことができます。しかし、医療のかかり方によっては、医療費をムダに使っていることもあります。自分の医療のかかり方を下のチェック表で確認し、見直してみましょう。

自分の医療のかかり方をチェックしてみましょう！

必要以上にお医者さんにかかっていませんか？
不必要な受診はムダな医療費を増加させます。

定期検診をおこなっていませんか？
病気の早期発見、早期治療は重症化を防ぎ、医療費の節約になります。

ちょっとしたことですぐに大病院へ行っていませんか？
体調が悪くなったら、まず近所の「かかりつけ医」へ



一つの病気でお医者さんをあちこち変えていますか？

受診した医療機関が多くなれば、それだけ医療費は増えていきます。

時間外や休日でもかまわず受診していませんか？

時間外や休日の受診は加算料金がつき、医療費は増えます。

街かど探検隊

● ● ●
 身近に行われている
 楽しいイベントや
 明るい話題などを
 役場総務課まで
 お寄せください。



一年の交通安全を願って

1月12日、石都々古和氣神社社務所で平成17年交通安全祈願祭が行われました。
 この祈願祭は、石川地区交通安全協会、石川地区安全運転管理者協会、安全運転管理石川事業主会の主催により、石川警察署、町村会等と合同で毎年行っているものです。
 この日は、安全運転管理者協会西牧玉喜会長、事業主会水谷磯雄会長らが玉串を捧げ一年の交通安全を祈願しました。



あぶくま高原道路設計協議に関する確認書を調印

1月17日、役場町長室で、福島空港・あぶくま南道路（あぶくま高原道路）設計協議に関する確認書の調印式が行われました。
 この道路は、トライアングルハイウェイ空港ICから平田IC間を結ぶ13・7kmで平成22年の完成を目指しています。
 この日は母畑地権者会大川内文夫会長等がコースと付近のICの設計協議に関する確認と今後スムーズな用地買収や測量作業へのお互いの協力を確認し、確認書と設計図書に調印を行いました。



文化財防火デー町内の指定文化財を査察

1月26日、石川町教育委員会では文化財防火デーにあわせて町内の指定文化財の査察を行いました。
 警察署員2名、消防署員2名、消防団員2名、町文化財保護指導員4名、教育委員会担当職員2名が防火体制の現状などをチェックしました。
 今回の査察箇所は次のとおりです。
 谷地千手観音立像 北山形の福満虚空蔵堂 華蔵寺の銅鐘 乗蓮寺の銅鐘 葉王寺の薬師堂及び仏像 石都々古和氣神社の鯛口及び文書



5選手が冬季国体 スケート競技会へ

1月27日、町長室で第60回国民体育大会冬季大会スケート競技会出場選手激励会が行われました。

母畑レイクサイドでスケートを始めた5名の選手が山梨県で行われる「ゆめふじ国体」へ出場します。この日は、西牧町長から激励金が贈られ、代表で鈴木智啓選手が「くいを残さず、すべてを出しきってきます。」と決意表明を行いました。出場選手は次のとおりです。

- シヨートトラック 鈴木智啓選手、根本香世選手、瀬谷和三選手、スピードスケート 円谷美穂選手、遠藤千種選手

石川町体育協会 70人を表彰

1月28日、石川町共同福祉施設で、石川町体育協会（岡崎重春会長）の平成16年度表彰式が開かれました。

今年も幅広い分野でスポーツに活躍普及に尽力された70人が表彰されました。スポーツ普及賞・前田三男さん（スポーツ民踊）遠藤裕美さん（ソフトボール） 最優秀選手賞・中村由広さん・関根崇人さん・桐生順平さん・我妻敏さん・田崎裕也さん（以上自転車競技） 最優秀少年スポーツ賞・芳賀大喜さん（陸上） 優秀賞・53人 少年スポーツ奨励賞・9人



元気に鬼は外！福は内！

2月3日、町内保育所などで節分の豆まきが行われました。

初老を迎えられた皆さんがかみしも姿で各保育所、幼稚園を訪問し子供達と一緒に大きな声で「鬼は外！福は内！」と豆をまき、「いじわるおに」や「なきむしおに」を元気に退治しました。

この日は、みんなで豆まきの唄を歌ったり、突然のおにの登場に驚いたり、元気に楽しい時間を過ごしていました。



ご ん に みんなの広場

青春ど真中 Q&A



曲木字広久保
矢吹 仁成さん
(24歳)

職業 双里にある石川設備に勤務しています。

さくらまつりでSTEREO J E Tのライブを企画してほしい。

Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか

最近はじめたギターです。

Q 将来やってみたいことや夢を聞かせてください

しっかりした一人前の大人になること。

Q 町政に望むことはなんですか

A 石川全域で携帯電話がつながるようになっています。

A 好きになった人。

Q 最後に理想のタイプは

今回は、矢吹さんの紹介で
相楽 春海さんです。

ち は

ほのぼの 二人三脚 Q&A



住所 / 山形字大豆平 64

小豆畑 恵一さん (72歳)
フミさん (74歳)

Q お子さんは何人ですか

A 子どもは5人授かり、孫が6人になりました。

Q 結婚されて50年、思い出を聞かせてください

A 私たちは昭和29年4月に結婚。専業農家で稲作、葉タバコの生産、畜産で生計を立てていました。当

事は、車などもなく収穫した葉タバコを背負って運んだことを思い出します。現在は孫に囲まれてのんびり幸せに過ごしています。

Q お二人の楽しみは何ですか

A 恵一さん 飼っている牛の世話です。

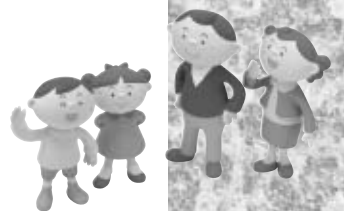
A フミさん 野菜づくりと漬物づくりです。

Q 石川町の一番好きなところを教えてください

A 春に咲きほこる今出川沿いの桜並木が大好きです。

Q 町政に望むことは何ですか

A 保育所の統合や学校の再編があるようですが、交通網等の整備を図り若者たちが安心して子育てを行える環境づくりを望みます。

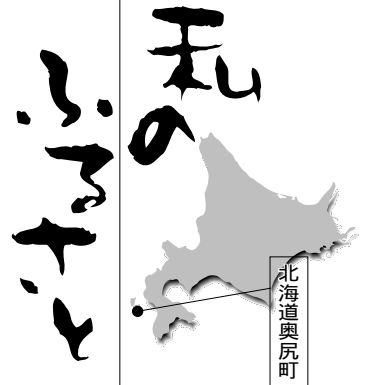


私の好きな石川・変えたい石川

聞いてみました町の声

中野字八斗時

近内 利幸さん



中野字町屋

目谷 哲己さん



あなたの故郷はどんな所ですか
北海道の南西部、日本海に浮かぶ美しい島、人口約4千人の北海道奥尻町です。奥尻は優美な海、そして魚介類(うに、あわび、イカなど)の宝庫として知られシーズンには道内から多くの観光客が訪れます。また日本海の荒波によって出来た、なべつる岩など美しい海岸線を見ることが出来ます。

夏休みなどは海で泳いだり、家業の手伝いでイカ漁やワカメ漁に海へ出たことを思い出します。

いつ、石川町に来ましたか
昭和57年に来ました。

石川町の印象は
美しい自然がたくさんあり、気候も穏やかで住環境に適していると思います。また、米や果物、野菜がおいしく実家へ送ると大変喜ばれます。

町政に望むことは何ですか

若者たちの働く場所の確保です。これにより人口の増加や流通の活発化、そして町の活性へつながると思います。

「私のふるさと」は、町外から石川町に来られた方々を紹介していきます。6地区を巡回し、みなさんの生まれ育ったふるさとの思い出、石川町の印象などを聞き取っています。登場したい方は、総務課広報聴係までご連絡ください。

心から「石川町が好きです！」と言えるように

今、どんなことをしていますか
高校を卒業して町内の会社に勤めて2年になります。不況の中、リストラ、早期退職で従業員もピーク時の1/3に減ってしまった不安な気持ちで仕事をしているのが現状です。また、中野字子育て委員会として先輩から受け継いだ事業を役員、会員の方々、公民館などの協力を得て、育成会行事も順調に進んでいます。

おもな行事としては親子の集い、盆踊りの夜店、秋祭り(子供みこし)、どんど焼きなど大勢の方々に参加していただきました。残り少ない在職期間もがんばって行きたいと思っています。
どんなところが好きですか
町の一番好きなところは、なんと言っても春の桜です。役場前から石川中学校までの桜並木は本当に美しいと思います。

減っているわけでもなく、働いている人たちのためにも残してもらいたいと思います。
次に道路の整備と駐車場の完備です。いつも雪が降ると大渋滞になってしまいます。そして町内は駐車場が少なく買い物に行くにも大変困ってしまいます。自分たちが生まれ育った町を住みよい町にするために、また子供たちのためにも行政や自主公民館などが力を合わせ活気あるまちにしてほしいと願っています。



地域が一体となった教育が望まれます。

満開の桜の下を車でドライブもよし、またのんびり歩くのも好きです。
どんな将来を望みますか
私には、3人の子供がいます。3人目の子供が現在、野木沢保育所に通っていますが17年度には野木沢幼稚園がなくなり、いずれ保育所もなくなってしまうのでとても残念です。野木沢地区は子供が



町史

編纂室だより

91



大正四年（一九一五）に『福島民報』紙上で連載された「石川遊歴」と題した記事の4回目です。今回は佐藤虎眠記者による山橋村の紹介です。『石川町史』第6巻「旧町村史」にも山橋村の章があります。併せてご覧ください。

新聞記者が見た

大正時代の石川郡と石川町 4

山橋村の状況

「村内至る所丘陵起伏し、平野

少なく肥瘠（ひせつ）する所と瘦せ（しよせい）ている所）

相半ばし」から本村の紹介が始まっています。

佐藤記者は続けて、本村は農業を主とし特に

秋蚕、葉煙草、馬の飼

育が年々発展している、としています。これらの中でも将来有望なものは秋蚕であるが、だからといって法外な桑園の拡張は慎むべきである、と述べています。

当時の日本は、大正3年から始まった第一次世界大戦の需要とアメリカの好況で、養蚕、製糸業は活況を呈していました。しかし佐藤記者が心配した通り、大正9年の戦後不況、12年の関東大震災による恐慌から昭和恐慌に至る慢性的な不況が待ち受けていました。

醇朴な民風

佐藤記者は児童の就学率は高く無学者がない、教育程度ははなはだ

優秀である、と述べております。そして、村民の風俗は醇朴で華美

や軽はずみな所がない。その原因は交通不便なためと、村民が「各

その分に安じ敢えて奢侈（しよじ）（ぜいたく）淫佚（いんいつ）（なまけ）を願わざる

ためである、と記していますが、はたして実際にはいかがなものだったのでしょうか。

このような民風のためか、村の指導者酒井縫次郎、鈴木末之助、板橋徳之助、橋本倉吉、酒井清三郎

高原榮次、渡邊一雄らは一致協同して村民の指導に当たり、政争も

見られず村政に心配することがない、と報じています。

完全学校週5日制対応事業

「新春小学生囲碁大会」

「新春小学生囲碁大会」

野木沢地区公民館の「のぎさわ少年体験塾」では、1月22日（土）地区公民館において「新春小学生囲碁大会」を開催し、小学1年から6年生までの13名が囲碁を楽しみました。



白熱した対局のようす

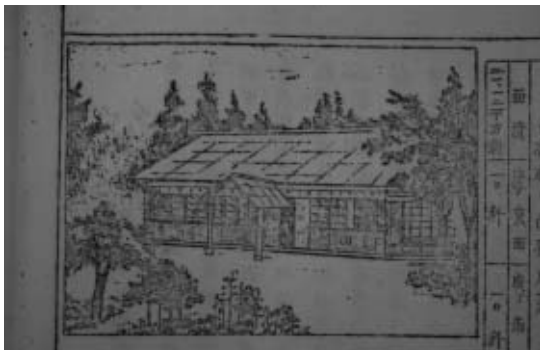
参加した子ども達は昨年4月から地区公民館で開催されている囲碁教室で、講師の指導を受けながら囲碁について学び、囲碁の魅力やおもしろさを感じながら

これまで練習を積み重ね力をつけてきました。

大会ではこれまでの練習に基づいて各人のハンデが決められ、学年による力の差がないように組み合わせがつくられたため、参加した子ども達は名人のような真剣な面持ちで碁盤に向き合い、熱のこもった対局が繰り広げられました。



▶負けないぞ



昭和11年発行『北山形読本』（渡辺実氏蔵）のさし絵「北山形小学校」

HAPPY Smile

ハッピー
スマイル



「ハッピースマイル」では、1歳から3歳までのお子さんの写真を募集しています。

応募方法は、お子さんの写真、名前、誕生日、電話番号を明記して、封書で役場総務課広報広聴係までお送りください。後日担当が撮影にお伺いします。応募多数の場合は、掲載できない場合もありますのでご了承ください。



田口 紘裕ちゃん
こうすけ

立ヶ岡
平成15年7月4日生まれ
優一さん・かつみさんの長男

「明るく元気に育ってください！」



中井香奈恵ちゃん
かなえ

屋敷ノ入
平成15年6月26日生まれ
一美さん・美奈子さんの次女

「我が家のアイドルです！健康で、明るくやさしい子になってね。」



みんなで エコライフ

66

照明は こまめに消灯を！

必要のないときにも照明をつけっ放しに
していませんか？照明をこまめに消灯に
努めましょう。

家庭・オフィスでできる
省エネのはなし



暮らしの豆知識

交通事故にあったとき

事故の直後

まず、事故の相手方の住所、氏名を確認するほか、保険の加入の有無を聞いて車の登録番号を控えてください。
目撃者がいたときは、話を聞いてメモしておきます。また、住所と名前も聞き、後で証言をもらえるように頼んでおくといでしょう。

警察には必ず事故届けを出して、現場検証をしてもらいます。

保険金の請求には自動車運転センターが発行する交通事故証明が必要です。この申込書は警察や交番にあります。自賠責保険（強制保険）へは、被害者から直接請求することもできます。

自動車は必ず自賠責保険に加入しなければならぬのが原則ですが、相手方が保険に入っていないか、ひき逃げのときには政府保障事業があります。請求

窓口は損保会社などです。

なお、自分の過失が大きい場合は病院で健康保険を使ったほうが有利となります。

示談交渉をするとき

交通事故による損害賠償の請求は、治療費、休業補償、慰謝料、修理費、後遺症逸失利益等を請求できます。事故の状態によっては、過失相殺により賠償額が減額されることがあります。

保険会社の提示が正當なのかどうか分からないときは、（財）日弁連交通事故相談センターや（財）交通事故紛争処理センターで相談と示談のあつせんを無料で行っているの、相談するといでしょう。

相談

日弁連交通事故相談センター

☎（03）3581 4724

交通事故紛争処理センター

☎（03）3346 1756

食改だより



食改さんを募集しています

バランスの取れた食事への工夫、アイデアをいかした献立作りなど、健康づくりの基本となる「良い食生活」を普段から実践しているのが、食生活改善推進員（食改さん）です。実践を通して、身近なお隣さんやお友達を始め地域に向けて食の大切さや、健康的な食生活のヒントなどを普及しているボランティアです。

現在、地域の方に健康的な「食生活」を普及する「食改さん」を募集しています。

料理教室でアイデアメニューを教わり伝達したり、健康にまつわる研修会に参加したり、いろいろな事が学べて楽しめます。

おもな活動

- 伝達料理講習会
各地区でアイデア料理を調理・伝達しています
- 玄米ダンベル体操研修
食べたら運動をして健康的な体作りを心がけています
- 町事業への協力
乳幼児健診や教室でおすすめメニューを提供しています
- 食生活人形劇
保育所などの子どもや保護者に向けて「食」の大切さを伝えます
- 各研修会参加
石川郡や県全体の食改さんが集まり、交流をしながら研修に参加します
- その他にもたくさんの活動をしています

問い合わせ 石川町保健センター TEL 2 6 8 4 1 6

元気になるいい話



思春期の子どもと向き合うために

エイズや性感染症の現状について県の現状を聞き、その数字にびっくり...。どちらも年々増えているのですが、性感染症は全国的に見ても福島県は高いほうで、若年化しています。

中学生や小学生などが見ているマンガは、昔に比べたら、性描写の多いものが多く、早い年代から、さもそれがあたりまえのような情報が流れています。情報が身近にあるのをみなさんにご存知でしょうか。子どもの発達に合わせて、正しい判断ができるよう学校でも家庭でも教えていかなければならないのです。夏休み明けからその数字は増え、相談件数も増えています。生きていくという「生」や自分を大

切にするという「性」については、お手本やわかりやすい説明が必要で、ひとり寂しく悩んでいる子どもをつくらないためにも、どう子供たちに伝えていくか、いろんな機会があればと思います。

それと同時に家庭の中で、小さなうちから約束やルールを守る「ダメなものもダメ」ということが子どもに伝わるような関係づくりを教えていくことも大切です。悩める年頃なら、わかった振りをして突き放したり、子どもの話を頭から聞かないというのではなく、親として自立していく子どもに何を伝えていくか、真剣に子どもと向き合うことが、子どもに対してよいメッセージになるのではないのでしょうか。

国保だより

医療費を大切に

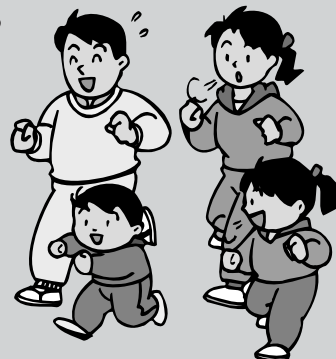
医療費はここ数年増加を続けてきました。このまま医療費が増加すれば、その分、みなさんに支払っていただく保険税も高くなってしまいます。
みなさんの医療費を大切にするために、何ができるか、一緒に考えて見ましょう。

医療費が増えたわけ

生活習慣病など、治療が長期にわたる病気が増えた医療技術の進歩により、治療にかかる費用が増えた高齢化が進み、医療機関受診者が増えた

健康づくりに取り組もう ……健康づくりのポイントは……

- ▶ 1日3食、栄養バランスを考えた食事を取る
- ▶ 適度な運動を習慣づける
- ▶ 休養をとり、体と心の疲れを解消する
- ▶ 生活のリズムを整える
- ▶ 節煙、節飲を心がける
- ▶ 家族や社会とのかかわりを大切にする
- ▶ 目標や生きがいを持った生活をする
- ▶ 定期的に検診を受ける
- ▶ なんでも相談できる、かかりつけ医をもつ



心身ともにいつまでも健康でいるために、できるものから取り組んでいきましょう。みなさんの健康が、医療費を大切に、国保制度をささえることにつながります。

MEMORY メモリー コーナー CORNER

(平成16年12月1日～12月31日まで届出分 敬称略)



こんにちは 赤ちゃん

| 氏名 | 保護者 | 住所 |
|----------------|-----|----|
| 富岡 龍太郎 (信・和美) | 下 泉 | |
| 芳賀 南 (喜勝・聡子) | 曲 木 | |
| 岡田 匠ノ介 (正義・美紀) | 中 野 | |
| 鈴木 絢也 (茂則・由美子) | 板 橋 | |
| 橋本 弥恵 (博史・友美) | 高 田 | |
| 鈴木 美紀 (康正・和江) | 山 形 | |
| 吉田 瑛美 (英弘・智子) | 新 町 | |



カップル誕生

新 郎 新 婦 (出身地)

| |
|-------------------------|
| 布田 弘一 (白河市)・渡邊 弘子 (母 畑) |
| 添田 善知 (北山形)・鈴木 梢 (須賀川市) |
| 伊藤 渡 (双 里)・平田早千江 (双 里) |
| 川井 克美 (棚倉町)・佐川由紀子 (赤 羽) |
| 溝井 俊治 (北 町)・佐藤 律子 (郡山市) |
| 我妻 光明 (谷 沢)・湯田恵津子 (中島村) |



お く や み

| 氏名 | 住 所 |
|--------|-----|
| 遠藤 幸治 | 王子平 |
| 関根 正美 | 北 町 |
| 大森 正 榮 | 北 沢 |
| 村上 幸三 | 南 井 |
| 渡邊 ナミ | 南 白 |
| 三森 大 陸 | 双 石 |
| 三森 淳 | 双 里 |
| 玉木 小太郎 | 形 見 |
| 川島 長次郎 | 双 野 |
| 塩田 照義 | 中 古 |
| 渡邊 一彦 | 古 母 |
| 小林 和惠 | 古 館 |
| 永沼 ソク | 郷 渡 |
| 鈴木 サク | 山 形 |
| 瀬谷 良三 | 中 田 |
| 生田 目ヨ子 | 新 山 |
| 和知 都子 | 新 町 |
| 遠藤 チヨ | 山 平 |
| 遠藤 貞夫 | 王 里 |
| 小野 豊子 | 双 井 |
| | 沢 |

3 月 March

| | | |
|----|------------------------------|----------|
| 15 | 所得税確定申告期限 すくすく教室 (9:30 ~) | 保健センター |
| 16 | 離乳食教室 (9:15 ~) | 保健センター |
| 17 | 心配ごと相談 (10:00 ~) | 老人福祉センター |
| 18 | | |
| 19 | | |
| 20 | 春分の日 在宅当番医 | 中島病院 |
| 21 | 在宅当番医 | ひらた中央病院 |
| 22 | 交通事故相談 (10:00 ~) | 石川町役場 |
| 23 | 小学校卒業式 1歳児健診 (9:30 ~) | 保健センター |
| 24 | 3歳児健診 (13:30 ~) | 保健センター |
| 25 | 心配ごと相談 (10:00 ~) | 老人福祉センター |
| 26 | | |
| 27 | 在宅当番医 | 中島病院 |

4 月 April

| | | |
|----|---|------------|
| 1 | 第10回東日本高校強化 ハンドボール大会 (~ 3日) | クリスタルパーク石川 |
| 2 | | |
| 3 | 在宅当番医 | 鹿岡産婦人科医院 |
| 4 | | |
| 5 | ポリオ生ワクチン投与 (12:30 ~) | 保健センター |
| 6 | 小中学校入学式 春の全国交通安全運動 1歳6ヶ月児健診 (13:30 ~) | 保健センター |
| 7 | 早朝ウォーキング (6:30 ~) | あさひ公園集合 |
| | 心配ごと相談 (10:00 ~) | 老人福祉センター |
| 8 | 花まつり | |
| 9 | | |
| 10 | 在宅当番医 | 中島病院 |
| 11 | | |
| 12 | | |
| 13 | ひまわり教室 (9:30 ~) | 保健センター |
| | 2歳児教室 (9:30 ~) | 保健センター |
| 14 | 3 ~ 4ヶ月児健診 (13:30 ~) | 保健センター |
| 15 | 心配ごと相談 (10:00 ~) | 老人福祉センター |

今月の納期

町県民税の
申告相談会は
3月15日 までに。

小さな美術館

第216回
沢田小学校

施設の紹介

「考える子ども」「明るい子ども」「つよい子ども」を教育目標に、130人の児童が楽しく過ごしています。朝から元気に外で遊び、一生けんめい学習に取り組む、元気いっぱい笑顔いっぱいの子どもたちです。



思い出たくさんの水そう



ごんなおふねにのりたいた



なつき
山口 夏希さん(12歳)

教室の水槽で飼っている、金魚やメダカと遊びました。人や物の影になる部分の色使いを工夫しました。



ゆうき
吉田 勇輝さん(7歳)

にじいろのふねでそらをとんでいます。ふねの下にはカラフルなプロペラがついています。のっているとかぜをうけてきもちいいです。

編集後記

月に一度「私のふるさと」の取材に伺います。一時間ほど話を伺うだけで、皆さん心から「ふるさと」を愛しているんだと実感させられます。私もまだ見ぬ情景を思い浮かべ、いつかはその土地へ行ってみたい気持ちになります。

3月は旅立ちの季節です。「故郷は遠くにありて思うもの」石川町から旅立っていく皆さんは、この町をどう思い出すのかな? なつかしい愛するこの地を。(吉田知克)

町の人口

2月1日現在住民基本台帳

18,973人 (-23)
男 9,266人 (-8)
女 9,707人 (-15)
世帯数 5,572戸 (-1)

()内前月比

ふるさとの花だより



ホトケノザ(シソ科)

春、どこにでも見られる野草です。ホトケノザとは仏様を安置している台座のことで、茎をとり巻く2枚の葉のようすから台座(蓮華座)を連想してつけられた名前です。花は紅紫色で特徴のある形をして、花壇や畑地に生えます。(写真提供/関根政信さん)

表紙の 登場人物

中田保育所に通う矢吹望帆さん(中央)と祖父の音さん(右)祖母のキミ子さん(左)です。



表紙の写真

【左上段】2月3日、豆まきが行われました。(記事11P)

【右下段】1月23日行われた石川地区ミニバスケットボール新人戦で優勝した野木沢小学校の選手です。