

2006 3 March

平成18年3月1日発行  
第554号



SAKURA



SUGI



UGUISU

# いいしかかわ

町が好き、人が好き、みんなのでつくる町が一番好き

## C O N T E N T S

火災から地域を守る	地域の力	2
老人医療を考える		6
介護予防が始まります		8
合併50周年記念特集		10
街かど探検隊・カレンダー		12
こんにちは・みんなの広場		14
生涯学習コーナー、ほか		16
国保だより、ほか		17
小さな美術館、ほか		18





# 火災から地域を守る 地域の力

## ● 春の全国火災予防運動特集 ●



「ウー・ウー」火事のサイレンが鳴り響く。私たちが生活していくうえで、決して起こしてはならない火災。目を背けたくなる惨事。そんな中、生命財産を守るため戦う人たちがいます。

地域の力「万一の唯一 消防人」3月1日から全国火災予防運動がはじまります。

今回は、ここに携わる皆さんの日頃の活動などを紹介しながら、私たち一人ひとり「何ができるのか」「何をすべきか」を考えてみましょう。

# 黒い衣装の粋(イキ)な

## 消防人(消防団)

右向け／右！前へ／進め！黒い衣装に身を包み規律正しい行進。各地区にある屯所では、黒い衣装の人たちが集まり何やら...

消防団に携わった方はご承知ですが、火事などの現場で事故など起こさないように規律の統制を図るための訓練。火事や災害時に必要な装備品が破損したりして使えなくなるのを防ぐため点検をしています。何のために？それは、「地域を災害から守るためです」



規則正しく厳正に行われる出初め式

### 消防団の役割

消防団は、他に職業を持ちながら「自分たちの地域は自分たちで守る」という精神に基づき地域の安全と安心を守るために活躍しています。消防団員は、消防、防災に関する知識や技術を習得し、火災発生時における消火活動、地震や風水害発生時における救助・救出活動、警戒巡視、避難誘導、災害防衛活動などに従事し、地域住民の生命や財産を守るために活躍しています。

また、平常時においても、訓練のほか、特別警戒、広報活動、消火活動装備品の点検などに従事し、地域における消防力・防災力の向上において、たいへん重要な役割を担っています。



万が一に備え消防設備の点検が10日に1度ほど実施される

### 地域と一緒に.....

私は27歳のとき棚倉町からこの地域に引っ越してきました。「消防団に入ってみないか」と言われたときは、知らない人や先輩の中で不安な面もありました。しかし消防活動をとおして地域とふれあい、そして仲間ができました。火災や天災そしてあらゆる犯罪などから地域そして家族を守るということは、地域とのつながりが大切だと思います。本当に消防団に入ってよかったですと思っています。



沢田分団第2部  
芳賀 元春さん

### 消防団の歴史

消防団の歴史は古く、江戸時代、八代將軍吉宗が、江戸南町奉行の大岡越前守に命じ、町組織としての火消組である店火消を編成替えし、町火消「いろは四八組」を設置させたことが今日の消防団の前身であるといわれています。各火消組に「いろは」等の名前を付けたことにより、お互いの名譽にかけて競い合っただけという結果が生じ、消防の発展に多大な成果を得ることとなりました。町火消は町奉行の監督下にあったものの、純然たる自治組織であり、経費の一切が町負担で、組織、人員等も町役人の自由に委ねられていました。しかもその費用はほとんど器具設備等の購入に費やされ、組員は無報酬でした。そのころの村落部の消防については、駆付消防が主で城下町のような組織的なものはありませんでした。この駆付消防は、古くは「大化の改新」後の5戸制度を起源とする5人組と現在の青年部ともいべき若者組が当たりました。

石川町では明治27年消防組規則施行規則の公布により石川村、中谷村、山橋村、沢田村、母畑村、野木沢村に消防組を設置。いくたの変革を経て昭和30年町村合併により現在の石川町消防団が誕生しました。



# 消防署は眠らない

一日の仕事が終わりに家路につく、あたたかい布団で眠りにつく、あたたかい夕食とお風呂、そして朝を迎え、また新しい一日が始まります。

毎日を平穩に生活していくため、24時間、私たちの安心のため目を光らせている人たちがいます。



## わが町の消防署

「須賀川地方広域消防組合石川消防署」は、28人の職員が一日ごとに交替で24時間という過酷な勤務をしています。常時10人程度が火事、事故、急病など、まさかの事態に備え万全の体制を整えています。

石川消防署が管轄するのは石川町をはじめ平田村、浅川町、古殿町と広範囲で須賀川消防署と並び、この地方の消防・救急の重要な拠点になっています。



朝8時30分、24時間の激務を終えて安堵の表情と、これから始まる激務に備えて緊張の表情が入り混じる大交替。消防車や救急車に異常がないか確認し次の勤務者に引き継ぎます。

## 防火に対する日頃の心構えを

火災は人命や財産など、日常生活を一瞬にして灰にしてしまうという恐ろしさを持っています。私たち消防員は、迅速な消火や救出ができるよう日頃から訓練や点検を実施し、被害を最小限に食い止める仕事を担っています。しかし一番大切なのは、火災を発生させないことだと思います。まずは皆さんが身近なところから、防災に対する心構えをしっかりと考えていただく必要があります。災害を起こさないために、広報活動や講習会など、できる限り皆さんのお手伝いをしていきたいと思っておりますので、お気軽にご相談ください。



石川消防署長  
馬場 健二さん

## 消防署の仕事

消防署の仕事は「火災の消火活動・事故現場からの救出・救急患者の搬送」など、緊急時だけとは思っていませんか？

消防署の皆さんは、火災や事故から人命を助ける訓練、体力鍛錬はもちろん、防火用水の利用場所や危険地帯、避難地域の確認作業、人が多く集まる場所の防災設備の点検や検査、車両や機材の点検、その他、学校などで行われる避難訓練の指導や防火広報など、たくさんのお仕事をこなしています。



「高所消火訓練」  
正確さと安全、そして早さがもたえられる



人命を左右する大切な「救急業務訓練」

# 春先に多い火災 こんなことに気をつけて

土手焼き安全対策を忘れずに！  
発生率トップ！農地の土手焼きから火災になるケースが多くなります。

お墓参りは火の始末を  
しっかりと！

風の強い日は線香に火をつけるのを避けましょう。

料理中は細心の注意を！

着衣着火に気をつけましょう。  
火をつけたまま絶対にその場を離れないで。

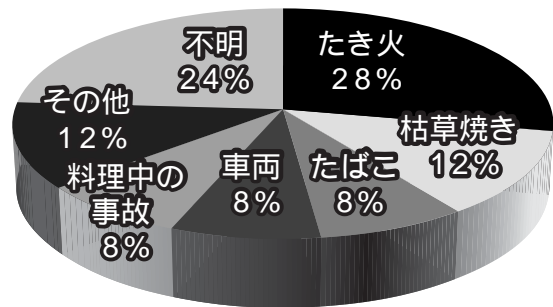
見逃せません！ストーブ火災！

ストーブの上で洗濯物を乾かさない。  
就寝時はストーブを消す。

たばこによる火災は  
死亡率トップ！

特に飲酒の上の寝タバコは大変危険です。

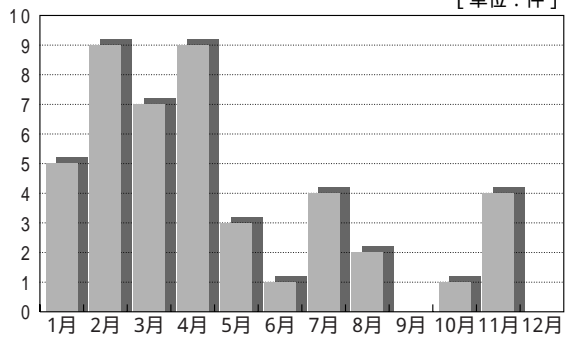
春先に発生した火災の原因



[H14～17年 2～4月発生火災]

月別火災件数

[単位：件]



[H14～17年発生火災]

## 119番通報は落ちついて



通信指令員は様々な状況を想定し、必要な質問をします



正確な情報が素早い出動を促します

「オレの家が火事だ！」 おじさんの家が火事だ！というだけの通報が実際にあるそうです。石川町から119番通報をすると石川消防署ではなく、須賀川市にある消防本部の通信指令係につながります。通称や個人名だけでは場所を把握することはできません。

### 火災か？救急か？救助か？

状況を正しく把握し伝えることでその後の対処が円滑に進みます。

### 場所はどこなのか？

住所がわかれば一番ですが、わからない時や路上などの場合、電柱に書いてある住所や目標建物などの確認をお願いします。

### 心を落ち着ける

パニックに陥ると正しい通報はできません。深呼吸を！  
通信指令員は様々な状況を想定し必要な質問をしますので、知っている範囲で詳しく応えてください。

### 携帯電話での通報

携帯電話は聞き取りにくい場合や途切れてしまうことがあります。出来れば近くの民家などで電話を借り通報してください。



## 老人医療を考える・

# 医療制度を維持していくために

老人医療制度の創設により、高齢者がいつでもどこでも、必要な医療サービスを受けることができるようになってきました。近年、高齢化により老人医療費が急増し、国民医療費も毎年増加傾向にあります。増え続ける医療費を国民全体で公平に負担し、私達の生活に不可欠な医療保険制度を維持していくために、制度改正が進められています。

### 医療費の動向

石川町における平成16年度の老人医療費は、21億5千7百万円で、前年度に比べ9百万円増加しました。一方老人医療受給者数は、平成14年10月の制度改正による受給者の年齢引き上げにより月ごとに減少しています。平成16年度末の受給者数が3,055人となっており、平成15年度末が3,181人であるので、1年間で126人(4.0%)減少したことになります。つまり1人当たりの医療費が増加しているということになりました。老人医療受給者1人当たりの医療費は692,605円で、605円であり、対前年度比で4.4%の伸びを記録しています。

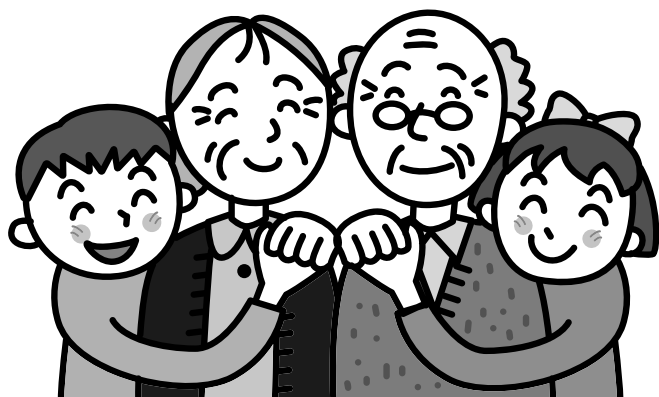
平成16年度 一人当たりの医療費

**692,605円**

### 老人医療制度の歴史

昭和48年に「老人医療制度」が創設され、70歳以上の高齢者の自己負担金は無料となりました。高齢者が医療を受ける際の経済的負担を減らすために創設されたものであったが、これによって高齢者の受診が容易になった反面、行き過ぎた受診によって老人医療費が急増しました。こうした問題を踏まえて、昭和58年に総合的な老人保健医療対策を進めることを目的として、現在の「老人保健制度」が開始されました。この制度は各医療保険からの拠出金で支えられており、国民全体で高齢者の医療費を公平に負担する仕組みとなっています。また、医療サービスを受ける高齢者も健康に対する自覚や適正な受診を促すという趣旨から、医療費の一部負担が導入となりました。こうした経済状況の変化などを踏まえ、平成14年10月1日に制度改正を行い現在の一部負担金となっています。





こんな受診はやめましょう！

内科や外科、眼科など、それぞれ専門の治療を必要とする場合には当然受診の回数（医療機関数）も多くなりますが、同一疾病で2医療機関以上の受診、また同一診療科で受診できる疾病でも、疾病ごとに異なる医療機関で受診している例もあります。こうした無駄は減らすことができます。また口頭から健康に気を配り、病気を予防することが何よりも大切になります。

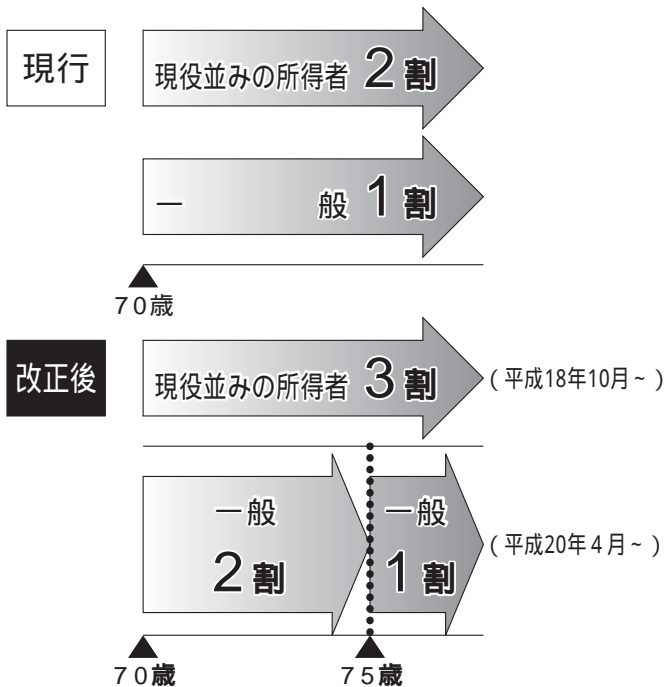
## どうなるの？ 高齢者 医療制度

政府は先ごろ医療制度改革関連法案を閣議決定し国会に提出しました。

この法案が成立すれば、早いもので本年10月から以下のような改正がなされ、医療費の個人負担が増す見込みです。（下図参照）

本年10月から70歳以上で現役並み所得の人（注）の負担が2割↓3割に引き上げられます。  
本年10月から入院時の食費・居住費負担が引き上げられます。  
（一般2・4万円↓5・2万円）  
本年10月から高額療養費の自己負担限度額が引き上げられます。  
平成20年度から70歳以上75歳未満の人（高齢受給者）の負担が1割↓2割に引き上げられます。  
高齢化が加速する将来にわたって、個人負担が増すことはあっても減ることは考えにくい状況です。医療費の無駄を少なくし医療制度を維持することは、私たち一人ひとりの責任ではないでしょうか。

### 70歳以上の人の窓口負担



（注）現役並み所得の人

住民税の課税所得が145万円以上である方、または同じ世帯に課税所得が145万円以上の70歳以上の方（65歳以上で老人医療の障害認定を受けている方も含む。）がいる方。

介護予防が始まります！

# 元気を維持する介護予防

現在石川町には、65歳以上のいわゆる「高齢者」が、約4,700人おり、人口の約25%になります。

このことを「高齢化率25%」といい、石川町の4人に1人が高齢者ということになります。

平成12年に介護保険制度がスタートして、40歳以上の方々が介護保険料を納め、その保険料で、多くの方々が在宅でホームヘルプサービス（訪問介護）、ショートステイ（短期入所）、デイサービス（通所介護）施設入所などを利用することにより、介護される方はもちろん家族の介護負担も軽減され、安心して豊かな生活をおくることができています。

今回、改正された介護保険では、さらに要介護状態になる前の予防に力を入れていくことになります。

平成18年4月から  
介護予防が  
始まります

健康な人は、そのままいつまでも健康で生活するために、高齢者学級などで「筋力向上教室」、「栄養改善教室」、「認知症予防の教室」等を実施していきます。

今のままでは、要支援、要介護になるおそれのある人は、そうならないように筋力を向上させ（筋力向上教室）、栄養を考えて食事をし（栄養改善教室）、口の中を手入れし（口腔機能向上教室）、また家の中に閉じこもっていないでいろいろな行事に参加し、認知症予防の教室に通うという、新たな事業が実施されます。



筋肉を貯める貯筋クラブ（健康づくり事業）



## 介護予防ってなに？

介護予防とは、介護が必要な状態になるのを予防し、元気で自立した生活を保つための取り組みのことです。

介護保険制度が5年を経ての見直しでも、今までのサービスに介護予防の視点を入れたサービスが新たに提供されることになり、介護予防への注目が集まっているところです。

介護予防は、いま健康な人が介護を必要な状態になるのを予防するとともに、すでに介護をうけている人の状態の維持・改善にも効果があることがわかってきています。

介護を必要とする人が  
増えていきます

介護が必要になり、介護保険の要介護認定をつける人の数が増えています。とくに要支援・要介護1の軽度の人が増加していることから、なんらかの原因で介護を必要とする状態になってしまったことがわかります。元気なうちから介護予防をすれば、このような状態にならずに、自立したくらしを続けることができるのです。

介護が必要になる  
原因は？

介護が必要になった主な原因をみてみると、脳血管疾患（脳卒中など）、高齢による衰弱、転倒・骨折、認知症、関節疾患（リウマチなど）となっています。このことから、よい生活習慣を保ち、脳血管疾患を予防するとともにからだの機能の低下をゆるやかにしたり、転びにくいからだを保つたりすることが大切だとわかります。

介護予防で  
いつまでも元気！

高齢者になってもいつまでも元気で健康な生活を長く続けるためには、健康な時から介護予防に取り組むことが必要です。適度な運動をして転倒や病気を防ぐなど、からだの機能低下を防ぐことができます。介護をめぐる現状と、介護が必要な状態になってしまう原因を考えてみましょう。



## 地域みんなで介護予防 ボランティアさんを募集します

### 栄養改善教室

食生活に偏りがあると、健康への影響があることはご存知かと思いますが、食材、調理方法の工夫により、手軽にバランスのとれた食生活ができる教室を開くため、調理の協力をしてくれるボランティアさんを募集します。

内容  
献立に沿った調理  
6月から月1回  
募集人員  
約10名



### 筋力向上教室

保健センターが中心になり6月から3ヶ月をサイクルに教室を実施していきます。教室終了後も各地区で介護予防事業を継続していくためのボランティアさんを募集します。

教室の内容  
筋力向上のための運動、体操を毎週1回、7地区で実施します。  
事前研修  
平成18年度早々に、ボランティア研修を行います。  
募集人員  
約25名

平成18年度から基本検診等の時に簡単なチェック・シートを用い、今のまま生活を続けると、近い将来に要介護状態になるおそれのある方を選定していきます。その後、新たに新設される地域包括支援センターの保健師等が対象となる方と相談しながら、必要な介護予防のメニューを決めていきます。

保健センターが中心となり各種事業を展開していきますが、継続的に続けて行くためには地域のみなさんのご協力が必要であることから、ボランティアとして参加できる方を募集します。介護予防のさまざまな事業とおして高齢者はもちろん、ボランティアの皆さんも一緒に介護の要らない健康なからだを作っていきます。

お問い合わせ先：石川町保健センター 電話26 - 8416

石川町 第4次総合計画

キララ21プラン

## 町民と共に

## 歩むまち

町民総参加

まちづくりは町民が主役となる町政を基本として、町民の意見を広く取り入れ積極的な行政改革の推進を図ると共に、効率的な財政運営に努め、町民と共に歩むまちをめざします。



### 1 町民総参加の推進

町民の主役の

まちづくり

まちづくりは、町民参画を基本原則として様々な計画決定のほか、事業の実施段階においても町民の参画を積極的に進め、また、町民にとって住みよい地域づくりを推進すると共にコミュニティ活動の充実とボランティア活動の支援を図ります。

国際交流・  
地域間交流の推進

国際的な視野を備えた人材を育成するため、外国青年招致事業や海外派遣事業などの各種国際交流事業の推進を図ると共に、国際理解、平和に対する町民意識の高揚に努め、各分野での国際交流の支援、推進体制の整備を図ります。

また、町民が石川町を再確認し郷土に愛着と誇りが持てるよう他町村との交流を図ります。



▶子ども達も地域の人たちからボランティアを学びます

男女共同参画

社会の形成

あらゆる分野における活動に参画する機会が確保されるための男女平等意識の普及啓発を促進し、社会経済情勢の変化に対応できる環境整備と支援体制を整え、男女共同参画社会の形成を図ります。



▶国際的な視野を備えた人材を育成します

## 2 開かれた行政の推進

### 情報化の推進

情報通信技術の急速な進展に伴い、全ての町民があらゆる機会に多様な情報が入手できるよう、地域情報化の整備を図ると共に、行政の情報化の推進を図ります。

### 広報広聴活動の充実

町民に的確な情報を提供し町政に対する理解を得るため、情報公開条例の制定や積極的な広報活動に努め、また、町民の意見、要望を町政に発展させるために広聴活動の充実を図ります。



町づくり懇談会では活発な意見が飛び交う

## 3 効率的な

### 行財政運営の推進

#### 行政運営

町民ニーズに的確に対応できるよう行政改革を進め、より一層の合理的な行政運営を図ります。

また、庁舎については、老朽化が著しいことや分散していることから新世紀にふさわしい新庁舎の建設を広域行政の進展を見極めながら推進していきます。

#### 財政運営

地方財政は、依然として厳しい状況にありますが、地方分権一括法が成立し、自治体は、自主的な行政を担うこととなったことから、効率的財政運営をより一層推進するためパランスシート及び事業評価制度などの導入を図り、経常経費の抑制及び自主財源の確保により財政の健全化に努めます。

#### 広域行政・市町村合併の推進

多様化・複雑化する行政ニーズに対応するため、周辺市町村との連帯を強化し広域的な交通・情報網の整備に努め、広域的視野に立ったまちづくり、行政サービスの向上、行政の効率化などを図るため、市町村合併を視野に入れた広域行政の推進を図ります。



▶みなさんに愛される広報誌・行政だよりづくりを目指します



▶ますます求められる地域情報化



◀一元化が求められる窓口業務

平成17年4月号から一年間にわたり連載しました、「石川町合併50周年記念特集」は今回で終了いたします。

# か ど 探 検 隊

取材します！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現場総務課までお寄せください。



## 災害時の 連絡網充実を

1月25日、勤労青少年ホームで石川地区聴覚障害者部会（添田正活会長）と町との懇談会が開かれました。  
災害時の聴覚障害者への連絡方法検討や避難場所の指定、公的な手話通訳者の養成、登録・派遣など活発な意見が交わされました。  
町からは大規模災害時の避難誘導にあたりFAXの活用や、消防団による各戸避難誘導に対応することなどを確認しました。



## 指定文化財を守ります 文化財防火デー

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調査を行いました。  
警察署員2名、消防署員2名、消防団員2名、県文化財保護指導員1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。  
今回の調査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  
薬王寺の薬師堂及び仏像 石都々古和気神社の鯛口及び文書



## 平成18年9月に 大臣旗サイクルロードレースを

1月26日、町長室で第40回経済産業大臣旗全日本実業団対抗サイクルロードレース大会の開催要請が行われました。  
平成18年9月3日に行われる同大会は、実業団自転車ロード競技の最高峰ともいえる大きな大会です。この日は、全日本実業団自転車連盟 南昌宏事務理事らが訪れ、「石川町・浅川町特設コースは距離アップダウン共にすばらしい、記念すべき40回大会をぜひこの地で」と挨拶しました。  
また、今年度5回目となる全日本実業団サイクルロードレースin石川も同会場で7月16日（日）行われます。ぜひご観戦を。



## 71人を表彰 石川町体育協会表彰式

1月27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17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71人が表彰されました。  
スポーツ振興普及賞・南條武義さん（スケート） 優秀指導者賞・館脇一弘さん（陸上競技）、新方浩二さん（ハンドボール）、遠藤勇喜さん（スケート） 最優秀選手賞・我妻敏さん（自転車競技）、野内千秋さん（空手道） 優秀賞 53人 少年スポーツ奨励賞 12人

### 3 月 March

15	町県民税申告相談会最終日 所得税確定申告期限 離乳食教室 (9:15 ~)	保健センター 勤労青少年ホーム
16	ねんきん相談 (郡山社会保険事務所)(10:00 ~)	老人福祉センター
17	心配ごと相談(弁護士相談)・ 結婚相談(10:00 ~)	老人福祉センター
18		
19	在宅当番医	中島病院
20		
21	春分の日 在宅当番医	ひらた中央病院 保健センター
22	1歳児健診(9:30 ~)	保健センター
23	町内小学校卒業式 3歳児健診(13:00 ~)	保健センター
24		
25		
26	在宅当番医	中島病院
27	心配ごと相談(10:00 ~)	老人福祉センター
28		

### 4 月 April

1	第11回東日本高校強化 ハンドボール大会(~2日)	クリスタルパーク石川
2	在宅当番医	鹿岡産婦人科医院
3		
4		
5		
6	1歳6ヶ月児健診(13:00 ~) 町内小中学校入学式	保健センター
7	春の全国交通安全運動	
8		
9	在宅当番医	中島病院
10		
11		
12	ひまわり教室・2歳児教室 (9:30 ~) ポリオ投与(12:30 ~)	保健センター 保健センター
13	3~4ヶ月児健診(13:00 ~)	保健センター

## 地域の子どもは 地域で守る

子供の安全確保に係る合同会議を開催



1月20日、中央公民館で「子供安全確保に係る合同会議」が開催されました。

昨今、多発する子供が巻き込まれる凶悪犯罪を防ぐため、町民みんなで子ども達を見守っていこうと防犯団体、学校関係者など約60人が出席しました。

会議では、学校での取り組みや安全・安心石川キララ隊、沢田地区子ども安全見守り隊の活動現状報告そして教育関係、町関係の今後の取り組み、石川警察署からのアドバイスなどが行われ、最後に町民の皆様へのアピール文を採択し石川町防犯指導隊 藤澤均隊長が読み上げました。

「みなさんご協力をお願いします」

- 1 地域の子どもは、地域で守るための連帯意識を強めましょう。
- 2 子ども安全のために、愛の一言を常に心がけましょう。
- 3 不審者等の情報は、敏速に通報しましょう。
- 4 関係団体や関係機関の連携を一層密接にしていきましょう。



# ごらんにはちは

みんなの広場



## 青春ど真中 Q&A



字当町 小豆畑 健さん (27歳)

**Q** 職業 理学療法士として主に脳卒中や骨折などの患者に対し運動療法などのリハビリテーションを行っています。

**A** 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか  
仕事です。対人関係を主とする内容なのでとてもやりがいがあります。

**Q** 将来やってみたいことや夢を聞かせてください  
仕事の面では、知識や経験を身につけて患者さんや家族の人たちに広くりハビリテーション

**Q** 概念を理解してもらえように努力したいです。私生活では「一国一城の主」です。

**A** どんな町になってほしいと思いますか  
子供の姿が多く見ることのできる少子化の影響がない町です。(例えば子ども一人当たり円の補助金がもらえるなど。)

**Q** 最後に理想のタイプは思いやりがあつて夢を持っている人。

次回は、小豆畑さんの紹介で増子 恵さんです。

### ほのぼの 二人三脚 Q&A

お子さんは何人ですか  
子どもは4人授かり、孫が9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  
私たちは昭和31年1月に結婚、田畑を耕作し食糧増産そして乳牛の飼育に力をそそぎました。幸い二人とも健康に恵まれます。最近田畑が荒れるのを見ていと寂しくなります。

**Q** お二人の楽しみは何ですか  
カラオケと旅行です。

住所 / 山形字兔田  
小湊 洋さん (68歳)  
ミドリさん (68歳)

**Q** 石川町の一番好きなところを教えてください  
石尊山のイルミネーション。そして今出川沿いの桜並木が好きです。他町村にはない素晴らしい景観です。年に一度の花見の季節、たくさんの方が集まり楽しめるイベントの開催をお願いします。

**Q** 町政に望むことは何ですか  
それぞれの集落にある農産物などの特産品を活かして農業関係はもちろんだ町全体の活性化をはかり、若者が振り向く町づくりをお願いします。

「パパとママの宝物です。元気に明るく育ってねー」  
かおりママより  
(双里子谷津)

緑川ひかるちゃん  
平成15年3月11日生まれ

「今の素晴らしいあなたが大好きです！これからもその気持ちを忘れず元気であって成長していつかね！」パパ・ママより  
(曲木字仲ノ内)

長谷川結生ちゃん  
平成16年4月30日生まれ



しゅう だん  
あつ あた  
**集 暖**  
まれば かい

サークル紹介コーナー 第12回

ふるさと踊り



みなでからだを動かし、おしやべりをする事でボケ防止、介護予防など元気に楽しい時間を過ごしています。初めての方も大歓迎、興味のある方はぜひ一度参加してみてくださいませんか？

参加してみませんか？  
20人のメンバーが元気に健康増進、仲間づくりに楽しく集まっています。年に数回行われる発表会やさまざまな人たちの交流も楽しみにしています。

**私**たちは、平成4年に長寿会で民舞のダンス教室として始まり、平成13年4月からはフラダンスを踊っています。

楽しい練習風景

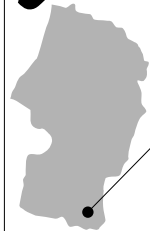


おそろいの衣裳に身をつつみ気合いが入ります

日 時 毎週月曜日 9時30分  
会 費 月600円  
場 所 中央公民館

連絡先 小川 薫  
電 話 26 0720

私のふるさと



山形県米沢市



塩沢字大日向

円谷 昭子さん

あなたの故郷はどんな所ですか  
山形県の最南端、母なる川「最上川」の源、吾妻連峰の裾野に広がる約人口9万1千人山形県米沢市です。

米沢は、鎌倉時代にこの地に地頭がおかれて以来、伊達氏212年、上杉氏272年と続いた城下町です。中でも、「独眼竜政宗」として戦国の世に名を馳せた「伊達政宗」が米沢城で生まれ24歳までの多感な青年期を過ごしたことは、NHKの大河ドラマでご存知の方も多いと思います。産業面では「館山りんご」「米沢牛」「米沢鯉」など特色ある農畜産物が生産されています。

いつ、石川町に来ましたか  
昭和51年に来ました。

石川町の印象は

米沢は雪が多く、冬は空がどんよりとしていました。石川町は1年中、星がきれいで、気候もよく住みやすい地域だと思います。また、春の桜の美しさは他の名所に負けたいと思います。

みんなに望むことは何ですか

観光に力を入れ、他の地域から人が集まるような町づくりをお願いします。また小さい子どもや親たちが集まれる公園や施設がほしいと思います。

募集案内

みんなの広場では各コーナーに登場していただける方を募集しています。お気軽にご連絡ください。

総務課広報聴係

☎26-2112

# 保健センターだより

第12回



進学や就職、進級、人事異動など、今までと違う生活をスタートさせたり、その準備に追われていたりということが多い時期です。新しい生活には夢と希望だけでなく、不安やプレッシャーなど精神的なストレスを感じる事がたくさんあると思います。

元気な心が毎日のストレスをたまりにくくしてくれますが、心を元気にするためには食べ物が大きく関わっています。

ストレスに弱い ビタミンCやB群の食べ物が足りない。……（果物、イモ類、緑黄色野菜、豚肉、レバー、魚類、ナッツ類）

イライラしやすい カルシウム、鉄、マグネシウムの多い食べ物が足りない。……（緑黄色野菜、肉類、小魚、牛乳・乳製品、豆類、海藻、ナッツ類）

この他に「清涼飲料をたくさん飲む」「甘い菓子やスナック菓子をたくさん食べる」「朝食抜き」「インスタントラーメンなど加工食品の食事が多い」「肉料理をたくさん食べ野菜をほとんど食べない」などが心に悪い影響を与えています。（結果として足りない食べ物を作っています）

元気なストレスに負けない心は、朝食をきちんと食べ、主食・主菜・副菜のある食事で作られます。現在の食生活をもう一度見直し、心と体が元気な毎日を送れるようにしたいものです。

# ほくもわたしもチャレンジャー

## 「スキーに挑戦」

中央公民館事業「ほくもわたしもチャレンジャー」では、2月4日（土）町内の小学生19名が参加し、猪苗代スキー場でスキーに挑戦しました。

参加した子ども達は初心者で経験者に分れて、講師の先生からそれぞれ指導を受けました。経験のある子ども達は、リフトに乗って傾斜のあるところで練習をしました。経験があるだけ皆上手に滑っていました。初めてスキーに挑戦する子ども達は、最初重いスキー靴と長い板に戸惑い、思うような動きができずに転んだりしていましたが、上達は早く、帰る頃には見違えるほどうまくなっていました。

短い時間でしたが、参加した子ども達はスキーの楽しさを十分満喫したようで、また挑戦したいという声が多くありました。



# 宝物をさがして

みよしじょうあと

## 三芦城跡・石都々古和気神社

いわつつこわけじんじや

下泉

石川氏の本城であった三芦城跡は、中心部の三方が急ながけで西北が空濠で区切られた山城です。本丸跡には石都々古和気神社があり、応永30年（1423年）銘の銅製鰐口（県指定文化財）が納められています。



入口です、さあ登るぞ！



やっと頂上。堂々とした本殿が迎えてくれます。



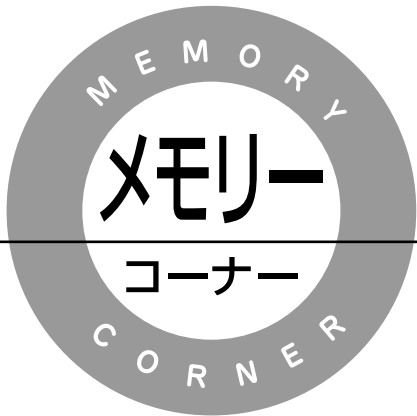
▶参道には所々自然石が



▶木々のすき間から町並みを見ることが出来ます。

宝物をさがしては、皆さんの情報をお待ちしています。隠れた名所・場所・行事・人・自分だけが知っている秘密の宝物なんでも結構です。ぜひお知らせください。





(平成18年1月1日～1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
長谷部 陽 <small>はるか</small>	(保・洋子)	沢井
水野谷 優 <small>ゆう</small>	(悟・真理子)	沢井
柳沼 貞夢 <small>ていむ</small>	(大樹・啓江)	中野
鈴木 優花 <small>ゆうか</small>	(晃・千恵子)	新町
藤田 陽菜 <small>はるな</small>	(正浩・幾子)	双里
添田 和愛 <small>のあ</small>	(和博・由佳里)	北山
郷 柑奈 <small>かんな</small>	(隆弘・美和)	大字新屋敷
近内 花恋 <small>かれん</small>	(忠史・祐子)	中野
高原 聖矢 <small>せいや</small>	(光聖・亜矢子)	山形



## おくやみ

氏名	住所
添田トヨ子	形見
面牧 タカ	新町
関根 嘉壽	母畑
滝川 正年	中田
円谷 マサ	南山形
小林 佐吉	北町
関口 秋平	中野
迎 一郎	谷沢
藤島 子	双里
大野 ミチ	母畑
笹島 朝光	坂路
矢内タツエ	南山形
添田 貞嘉	北山
木戸 榮治	猫啼
遠藤 ヨネ	新屋敷
十文字孝夫	大室
円谷 シナ	中野
角田 ウラ	谷沢
鹿岡 清治	南町
塩沢 勸治	南山形
曲山 トヨ	塩沢
添田 ヤイ	北山形
十文字荘作	南山形

## 国保だより

### 医療費を大切に使いましょう

医療費は、近年増加傾向が続いています。  
どのようなことが医療費を増やす原因になっているかを理解し、医療費を大切に使いましょう。

### なぜ医療費が増えているのでしょうか？

#### 【医療機関へのかかり方】

同じ症状でいくつもの医療機関にかかるとう医療費がかさみます。

#### 【生活習慣病の増加】

生活習慣病は治療に長い期間がかかるため、医療費がかさみます。

#### 【社会の高齢化】

医療を受ける回数や期間が長い高齢者が増え、医療費が増えています。

#### 【医療技術の進歩】

新しい医療機器や薬が開発されたことで、これまで治療が難しかった病気も治すことができるようになりましたが、治療にかかる費用も増えています。

### 医療費を大切に使うためには？

- 1 かかりつけ医を持ちましょう  
家族全員の総合的な健康管理や体調の相談などきめ細かな対応をしてもらえます。相談や質問のしやすい、かかりつけ医を持ち、信頼を置いてその指示に従いましょう。
- 2 重複受診をやめましょう  
同じ症状でいくつものお医者さんにかかるのはやめましょう。病院を変えるとまた初診料を支払い、同じような検査や処置が繰り返され、費用だけでなくからだにとっても負担になります。
- 3 診療時間内の受診を心がけましょう  
休日や診療時間外の診療は、緊急の場合などやむをえない場合以外は避けましょう。体調が悪ければ早めに時間内に受診しておきましょう。
- 4 定期的に健康診断を受けましょう  
病気の早期発見・治療は、病気が重症化する前に適切な治療が受けられ、医療費の増加も抑えられます。
- 5 生活習慣を改善しましょう  
悪い生活習慣を改めることで、生活習慣病を予防し、健康的に医療費を節約しましょう。

町県民税の申告相談会は

**3月15日(水)までに！**

# 小さな美術館

第228回  
沢田児童館

## 施設の紹介

恵まれた自然環境の中、53名の子ども達がフープ回しや竹馬、なわとび等を楽しみ、元気にすくすくと育っています。



## おはなし大好き!!「ジャックと豆の木」



郷 <sup>あつき</sup> 温稀さん(6歳)  
ジャックが木を切っているところをかきました。



浅道 <sup>まひろ</sup> 昌洸さん(6歳)  
大男が豆の木をおりてるところをかきました。

## 編集後記

私も昨年まで長きに渡り消防団でお世話になっていました。これからの時期は、火事が多く嫌な季節でした。消防署、消防団の皆さんも気苦労が多いことだと思います。しかし、消防団が終わってからもサイレンがなると「ドキッ」としてしまいます。今思うと出勤は嫌だから「ドキッ」としたわけではなく火事の悲惨さ、家族の悲しみ、周囲の苦労などいろいろな事を見てきたからだと思います。この気持ちは一生忘れず残るものと思っています。(吉田知克)

## 町の人口

2月1日現在住民基本台帳

	18,761人(± 0)
男	9,151人(- 3)
女	9,610人(+ 3)
世帯数	5,606戸(+ 11)

( )内前月比

## ふるさとの花だより



### コシオガマ(ゴマノハグサ科)

春の七草のひとつで、「ゴギョウ」とも呼ばれています。古くは餅につきこまれて食されましたが、次第に「ヨモギ」として代わられました。畑地や道端などに普通に見られる植物で、春先に黄色の小さな花を多数咲かせます。

(写真提供/関根政信さん)

## 表紙の登場人物

第二保育所に通う山崎和紀(かずき)さん。祖父の光一さん祖母のミチさんです。



## 表紙の写真

【左上段】1月15日、旧小学校グラウンドで行われた南町子ども育成会によるどんど焼きの様子です。  
【右下段】2月3日、第2保育所で初老の皆さんによる、豆まきが行われました。