



広報

# いしかわ

# 7

特集 2~7面

## 道がつなぐ地域づくり

2006

July 平成18年7月1日発行 第558号

街かどから

### CONTENTS



8 ミニ特集  
がんばる若い力

10 街かど探検隊

12 こんにちは みんなの広場

14 ホームルームへおじゃまします ほか

15 国保だより ほか

16 保健センターだより ほか

17 カレンダー ほか

18 小さな美術館 ほか



### 紅白決戦!!

5月21日、町内6つの小学校で運動会が開催されました。前日予定だった運動会もあいにくの雨で順延。この日は快晴さわやかな風が吹く中、子ども達の熱いバトル?が繰り広げられました。

【写真上】負けないぞ!沢田小応援合戦。

【写真下】いざ出陣!石川小紅白のスローガン発表。



SAKURA



SUGI



UGUISU

# つなぐ 成づくり



塩沢 禿山

「和泉式部の小和清水  
(曲木)」「つづじの禿  
山(塩沢)」誰もが  
知っているこの二  
つの名所。直線1  
キロ数百メートル  
ほゞの11の「点」  
が、新しく整備さ  
れた1本の道を伝い  
「線」になりました。



# 道が 地域



曲木 小和清水

4月29日、地元の人たちの手によって小和清水～禿山遊歩道が整備されました。今回の特集では、この道を整備した二つの地域づくり団体に光を当て、地域づくりの新しい道を模索します。



# 燃え上がる炎のように

塩沢 禿山

## つつじの景観

5月中旬、禿山が炎のように赤く染まります。見事としか言いようのないこの山つつじの群、湯の宿禿山立正館 曲山晴次さんが先祖代々70年以上の歳月をかけ、一町5反歩に渡る山の斜面を手入れし、自然を生かした山つつじの景観を作り出しました。一朝一夕ではつくることができないこの景観、長い年月コツコツと地道に下刈りや肥料を与えることで完成させたのです。



地区民の力によって作りあげられた禿山稲荷までの参道

## 遠足の地だった

禿山は、昔から近隣小学校の遠足の地として多くの人たちが訪れた歴史がある場所です。

小高い山の連なりと谷を流れる川で形成された禿山。地名の由来ともなった花崗岩の風化した砂土ででき、木のあまり生えない山、見事に咲き誇るつつじはもちろんのこと、禿山稲荷、清流など自然と植栽が調和した美しい土地でした。

いつの頃からか遠足は自然の山や川を離れ、バスや電車を利用した人工物の遊園地や建物などに取って代わりました。禿山の景観もつつじだけを残し、忘れ去られようとしていました。

## 塩沢地区とつつじ祭り

美しいつつじを眺めながら、酒を酌み交わし、地区民の融和をはかりながら地域づくりについて考えようと塩沢区・塩沢集落宮農推進委員会・塩沢財産区そして禿山つつじ祭り実行委員会が主体となり平成13年第1回つつじ祭りが開催されました。その中で「塩沢地区には地域の先人たちが育んだ地理的、文化的に優れた場所がある。この禿山のつつじはもちろん、自然の地形を生かした風景や歴史は県下に誇れるものがあ

る。これを整備し光をあてよう」と

一致団結したのです。

そして平成16年に町の活力ある地域づくり事業（現美しいまちづくり事業）の補助を受け禿山稲荷までの山道と周辺の整備を行いました。

歩き始めた禿山を中心とした整備活動。塩沢地区の地域づくりはこれからも続いていきます。今後は、整備費用の問題や若い人たちが賛同してくれるかなど、さまざまな課題も山積していますが、必ず成功させるでしょう。さまざまな変革を遂げながら発展してきた強い塩沢地区だから…。



5月14日 晴天の中で行われた第5回禿山つつじ祭り

# 愛されるふるさと水と伝

曲木小和清水

## 愛される小和清水

水は昔から尊ばれ愛される自然の産物でした。人間が生活することはもちろん、農作物を作り、家畜を育て、大地に緑を育む水。この水が清水となつて大地より湧き出でる場所。ここ小和清水。いにしえより人々の心をも癒し続けてきました。

曲木地区には、平安の女流歌人和泉式部が産湯に使ったといわれる「小和清水」があります。この地方でどんな日照りがあつた年でも涸れることがなかったと言われている名水で、福島の名水30にも選ばれ町内外からたくさんの人々が訪れていきます。

## 和泉式部の伝説

曲木地区には、小和清水のほかに式部ゆかりの地名や史跡が数多く残っています。式部の父とされる安田兵衛国安の住居金子館、同じく国安の菩提寺光国寺、式部の高德をしのび地区民が建設したといわれる式部堂そして「和泉式部」と言う小字（地名）その他、和泉式部碑、鬘盤（びんだらい）の石など、曲木地区は、この清水と和泉式部の伝説を先祖代々守り伝えてきました。

## 式部の里づくり実行委員会

「地域にある小和清水と和泉式部の伝説を生かして地域おこしをしよう！自分たちの手で出来ることはなにか？」平成14年、式部の里づくり実行委員会（岩谷光雄会長）が結成されました。翌年15年度からは3カ年にわたり福島県の地域づくりサポート事業の補助を受け、金子館の遊歩道整備、東屋建設、歌碑の設置、清水周辺の環境美化、式部にまつわる史跡の散策ルート（浪漫街道）の調査・研究などを行いました。

まだまだ、整備しなければならない場所や散策ルートの整備など、仕事は数多く残っています。しかし、誰かに頼っているには前には進みません。自分たちの手で出来ることは自分たちの手で行っていきます。



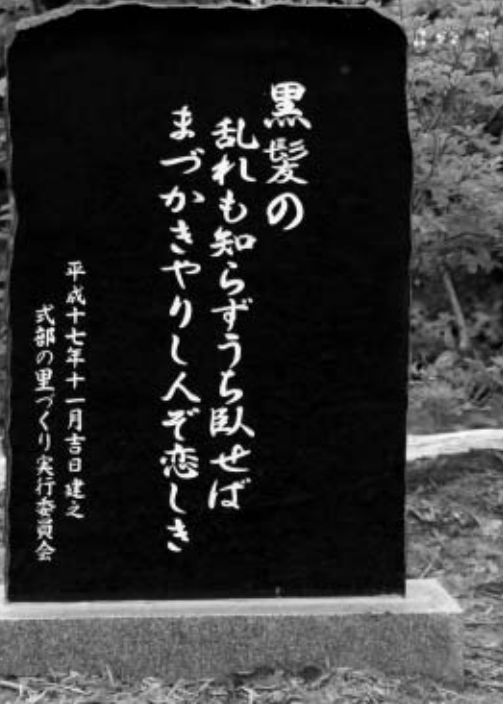
小和清水は水を汲む人が絶えない

## 本当の豊かさ

自分だけが便利で快適なら...と思えば、そこで地域づくりは終わってしまいます。

「下刈り作業、整備作業はボランティア？ちよつと違う。自分たちが住む地域に誇りを持って、住んでいて良かったと思えるようにしたいから...」

曲木地区の「本当の豊かさとは何か？」を求める活動はこれからも続いていきます。



金子館に建てられた和泉式部の歌碑



# つすべての道は つながる

## 小和清水～禿山遊歩道

小和清水、禿山それぞれを愛する団体の手によって、二つの名所をつなぐ遊歩道が完成しました。  
片道約1キロ数百メートル、田んぼの中のまっすぐな道、山つつじがひっそりと咲く雑木林、ひんやりとした空気が心地よい杉林、遠くに那須、磐梯、安達太良が見渡せる丘、その他たくさん見所がある遊歩道。ぜひ美味しい空気と一緒に散策してください。





小和清水金子館から禿山方面を望む



## 失われた道

「オラが学生の頃はこの道は女学生も通学してたんだ」地元のおじいちゃんはなつかしそうに話してくれました。今回整備されたこの遊歩道は何十年か前までは実際に生活道路や通学路として使用されていたそうです。

移動手段が徒歩だった時代、車も通れない山間のこの道も曲木く禿山く町内への道としてたくさんの人たちが通行しました。

しかし、車の普及と共に使用される道が変化していきました。車を運転する時は、少し遠回りでも、整備されていて安全な道を選びます。こ

うした交通事情の変化により、この道もまた失われていったのです。

れてしまった時間を取り戻すことができます。

## 歩くことでしか

### 見つけられないもの

昔から人が歩いた道の脇には、歩く人を見守るお地藏さんや板碑、お稲荷さん、疲れたときに休める石、馬を結んだ木、ノドを潤した水場、景色を眺めた場所：そのほかたくさん人の足跡が残っています。

今回整備された小和清水く禿山遊歩道にもさまざまな見所があります。ゆつくりと徒歩でしか見つけることの出来ない道端の宝物。現代人が忘

## つなげる道

今回の遊歩道は、個々の地域づくりを考える団体が手を取り合い、協力することで完成しました。

各地区でさまざまな地域おこしが行われています。複数の団体がつながることで自分の地域にないものを補ったり、積み重ねてきた情報やアイデアの共有、そしてお互いを刺激しあうことが出来ます。今回の遊歩道整備は競争の地域づくりから共働の地域づくりへの大きな力になると信じています。



2006・4・16 SUGO第1戦で早くも優勝

## 夢へ翔る若獅子

「最近の若い者は…」いつの時代もこう言われます。おじいちゃんだつてお父さんだつてみんな若い頃はそう言われていました。次の時代を担う若者！いつの時代もまた、家族のため、愛する人のため、そして地域のためがんばっています。

# がんばる 若い力!!



今、東北・北関東のバイクロードレース界（ST600クラス）で時の人となっている一人の若者がいます。

水戸哲也さん（19歳）今年4戦のレースで早くも1勝、2着が一度と若手ながら東北のレース界を引上げる青年です。

### 家族そしてレースへ

父親がバイクのオフロードレースをやっている、物心ついた時からバイクにまたがっていました。レースを始めたくっかけは、家族ぐるみでお付き合ひさせていただいている、元全日本ライダー吉田正徳さん（中野）の後押しがあったからでした。

## Uターンでがんばっています。

役場前通りに「HAIR SWITCH」がオープンしました。

この理容室の店長 山田昌平さん（31歳）は、埼玉県の理容室店長として忙しいながらも平穩な毎日を送っていました。理容師としての目標は、自分の店を持つことです。しかし都市部では、開業しても家賃を払うことでさえないかなりの負担になってしまいます。

「石川町へ帰ろう」と思ったのは、やはり将来に不安を抱いたことからでした。そうは言っても今までやってきた自分の道を生かせるのか？町を出て12年、不安もありました。

### 地域に根ざしたサロンを

理容室「SWITCH」は、「ここに来たお客さんに髪形はもちろん心も気分転換して欲しい」という思いから名付けました。そしてもうひとつは、都会の生活から石川町での生活、まさしく自分の気持ちも生活もSWITCH…。

山田さんは「地元のお兄さんの存在」としてみんなが集まってくれて話をしたり、情報交換できるサロンになってほしいと考えています。自分の今まで培った技術と経験をこの地域の中で生かし地域に根ざした店にしようと思っています。



地域に根ざした理容室をめざす山田さん





水戸哲也さん  
夢に向かって輝く瞳が印象的でした

吉田さんは哲也さんがレースに参戦したいという言葉を聞きOVER LAPというチームを立ち上げてくれました。

信じてくれる  
人たちのために

自分はワルい時代もありました。両親をはじめたくさんの人たちに迷惑をかけていたかもしれせん。しかし、信じてくれて見守ってくれる人たちのために、今はがんばって期待に応え、恩返しがしたいと思っています。

夢に向かって

バイクのレースは、危険と隣り合わせです。「いつてきます」と元気に玄関をでて、帰りは暗い表情になっていることもあります。しかし、大好きなバイクで結果を出せば自分はもちろんですが、応援してくれるみんなが喜んでくれます。

哲也さんは、今日も、最高峰レースで表彰台の一番高い位置に上ることを夢見て、ランニングや筋肉トレーニングを続けています。

## 地域一体で音楽を楽しんで！

星空の下、石のステージで  
スイングナイトINいしかわ

「地元にある、すばらしいステージで一流の音楽を聴いてもらいたい」「音楽を通して地域一体になってほしい」

7月29日、クリスタルパーク石のステージで、(社)いわき石川青年会議所(谷本義紀理事長)が主催となりスイングナイトINいしかわが開催されます。谷本理事長は「楽しい夜をみんなで一緒に盛り上がりたいたい」と毎日、準備に大忙しです。

新しい音楽にふれてもらいたい

サックス界の第一人者MALTAさんをメインにさまざまなジャンルの音楽、そして地元小中学校合唱部や学校法人石川高等学校合奏部と一流の音楽家たちとの交流。また、イベント会場になるクリスタルパーク周辺には、飲食関係、音楽関係なども出店。

家族でそして友人同士、子どもからお年寄りまで楽しめるイベントです。ぜひご来場を！

お問合せ先 石川青年会議所  
TEL26-1230

▲たくさんの子どもたちに来てほしいと話す  
谷本理事長





# 街かど探検隊



## 連休恒例

### 植木まつりに多くの人出

5月5日〜7日まで、母畑レークサイドセンターで植木まつりが開かれました。連休の恒例となった植木祭りは、植木のほかに庭石、鉢植えやハーブ、ガーデンング用品などが展示販売されました。普段、店頭には並ぶことのない大きな木や石、めずらしい花などを一つひとつ手にとってじっくりと吟味できるとあって、訪れた人々は、目を輝かせていました。

また、子ども達がゲームなどを楽しめるコーナーや食べ物の露天も軒を連ね五月晴れの中、多くの家族連れが楽しいひと時を過ごしていました。



## 人気です！

### ふれあい広場

5月10日、第一保育所で第1回ふれあい広場が開催されました。

「ふれあい広場」は家庭で子育てを行っている方が、育児についての悩みなどを解消するためにと、今回初めて開催されたものです。

この日は10組の親子が参加し、子ども同士の交流や子育てに関する情報交換などを行いました。保育所では今後も継続して行っていく予定です。

開催月 7、9、10、12月  
 開催日 第2水曜日 第一保育所  
 第4水曜日 第一保育所



## 楽しく学ぶ 交通安全

5月8日、石川自動車教習所で郡内新入学児童を対象に交通安全教室が開催されました。

この教室はいわき石川青年会議所（谷本義紀理事長）主催で毎年行われているものです。

晴天の中、児童たちは、同教習所の練習コースで交通安全母の会や交通教育専門員らの指導を受けながら安全な道路の歩行や横断の仕方などを体験学習しました。また県警交通機動隊による白バイの説明やパトカー乗車体験、そして「飛び出し注意！」の交通安全寸劇など、楽しく交通安全を学びました。



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役場総務課までお寄せください。



## ふれあい相談員14人へ委嘱

5月16日、中央公民館で石川町ふれあい相談員委嘱状交付式が行われました。

ふれあい相談員は、まちづくり後継者の結婚を促進し、家庭生活の安定を図るため設置されています。今回任命された14人のみなさんは、ボランティアで結婚促進の活動を行っていきます。

「ご本人ばかりでなく家族等からの相談も受け付けますのでお気軽にご相談ください。」

（秘密は厳守されます。）  
任命を受けた方々は左記のとおりです。

- （順不同・敬称略）
- 大平正慧（塩ノ平）
- 山田ヒロ子（王子平）
- 吉田節子（沢井字大山平）
- 瀬谷慶一（赤羽字新宿）
- 郷 多次（新屋敷字村山）
- 木戸完治（山形字大豆久内）
- 小木豊治（板橋字八升時）
- 十文字ヨシ子
- （南山形字中野沢）
- 武田鑿子（双里字神主）
- 田口スミ子（谷地字竹ノ花）
- 塩田富子（中田字高野）
- 関根政治（母畑字堀ノ内）
- 鈴木清一（母畑字樋田）
- 鈴木紘一（塩沢字大日向）



## 学校の安全を守ります！ スクールガード・リーダー

スクールガード・リーダー（学校安全指導員）は、子ども達が安心して学校生活を送れるよう、登下校の安全指導や学校内外の危険な場所の点検など、各学校を巡回して行っています。また、保護者や地域の防犯団体などと連携を図り、助言や情報交換も行っています。

スクールガード・リーダー  
添田義弘さん  
（沢井字西ノ作）

（学校安全指導員）は、子ども達が安心して学校生活を送れるよう、登下校の安全指導や学校内外の危険な場所の点検など、各学校を巡回して行っています。また、保護者や地域の防犯団体などと連携を図り、助言や情報交換も行っています。

## 佐藤さんへ 交通安全に対する感謝状

6月2日、役場町長室で、交通安全功労に対する町長感謝状の贈呈式が行われました。感謝状が贈られた佐藤隆秀さん（沢井字大池下）は交通安全協会沢井分会会長として今年3月まで16年間の長きに渡り、地域交通安全に対し積極的に活動されました。佐藤さんは「今後も地域の交通安全に対し一層の協力、助言をおこなっていききたい」と話していました。

# 青春... 真ん中 Q&A



職業▶サービス関係の仕事をしています。

- Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか  
 A お金をためることです。  
 Q 将来やってみたいことや夢を聞かせてください  
 A 現在、将来自分は何をしたいか考えているところです。

五十嵐 洋文さん(21歳) 北町

- Q 町政に望むことはなんですか  
 A 図書館などの施設の充実を図り、住みやすい町になってほしいと思います。  
 Q 最後に理想のタイプは  
 A 純粋で、やさしくて、思いやりがあり、料理が出来る、気が利く人。あと、明るく活発で何事にも一生懸命な人。  
 ▶五十嵐さんの紹介で仁瓶由美子さんです。

町民とともに歩む町  
いしかわ



## みんなの広場

### 時の流れを実感します

- Q お子さんは何人ですか  
 A 子どもは2人授かり、孫が5人、ひ孫が3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32年1月に結婚、専業農家で水稲、たばこ、和牛、そ菜を生産していました。戦後、高度成長、現在と時代は目まぐるしく変化し、時の流れを実感します。今年4月に保育所に通うまでひ孫を見ていて忙しくも楽しい毎日を送っています。現在は二人でのんびりと生活しています。

- Q お二人の楽しみは何ですか  
 A 義秋 野菜づくりです。トシイ カラオケです。  
 Q 石川町の一番好きなところを教えてください  
 A 野菜を多く収穫したときに販売していますが、みなさんとふれあうと昔のまま、あたたかく人情味あふれる土地だと実感します。  
 Q 町政に望むことは何ですか  
 A 福祉行政などで、実体と合わないさまざまな食い違いや相違点があると思います。公平な行政運営をお願いします。

## ほのぼのの脚 三人三脚 Q&A



氏名：小松 義秋さん(73歳)  
トシイさん(70歳)  
住所：轡取

# HAPPY SMILE

ハッピー スマイル



鈴木 武尊ちゃん

平成16年10月3日  
生まれ

「はい!と手をあげる仕草がかわいいネ!今はおねえちゃんと遊ぶのが大好き。姉弟仲良くてね!」 パパ・ママより(北町)



富岡 龍太郎ちゃん

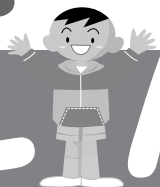
平成16年12月31日  
生まれ

「散歩と水遊びが大好きな龍太郎。たくさん食べて元気にたくましく育ってね!」 パパ・ママより(下泉)



「ハッピースマイル」と「集暖」では参加してくれるお子さん(3歳以下)、グループを募集しています。お気軽にお問い合わせください。石川町役場総務課 広報広聴係 26-2112  
ハッピースマイルは電子メールでも受付しています。必要事項を記入し写真画像を添えお送りください。Koho\_k@town.ishikawa.fukushima.jp

# こんにちは

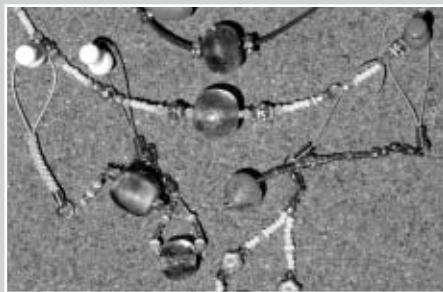


## しゅう だん あつ あた 集 暖 まれば かい

◀サークル紹介コーナー▶ 第16回



集中力も高まります



あなただけのオリジナル作品を作ってみては?

毎週水曜19時~21時  
坂本京子  
26 1155

おき楽とんぼ  
有我シゲ子 26 3711  
毎週木曜10時~15時

時間・連絡先  
とんぼ玉サークル  
会費 実費(1回500円程度)

場所 勤労青少年ホーム  
時間に合わせて気軽に参加して  
ませんか?

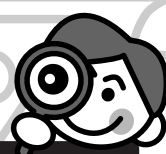
ガラス棒や石などの素材を使用し、自分だけのオリジナルの作品が作れます。

私たちは5年ほど前、公民館主催のとんぼ玉教室に参加したメンバーが集まり、とんぼ玉づくりをみんなでおき楽とんぼで楽しむサークルです。

とんぼ玉サークル  
おき楽とんぼ



# ホームルームへおじゃまします



～なかよしクラスとなるほど授業の紹介コーナー～



南山形小学校 5年生・6年生

レッツ  
イングリッシュ  
シュウ!

- Q どんなホームルームですか  
A 5年生4人、6年生8人の複式学級ですが、みんな仲良く、そしてとにかく明るく、笑顔がたえないクラスです。
- Q 良いところは  
A 勉強するときは勉強する！遊ぶときは遊ぶ！けじめのあるクラスです。
- Q 目標は  
A 「ひかり輝け！今 仲間とともに！」学校の中心としてひかり輝き、みんなで助け合ってがんばります。

## こんな授業をやりました!!

6月7日、フィオナ先生を迎え、英語の学習でアルファベットの書き方を勉強しました。先生のアクションと楽しい会話でとてもわかりやすく、みんなで楽しい時間を過ごしました。最後に自分の好きな言葉を英語にしました。それぞれ個性的な言葉が飛び交ったようです。

### 授業の成果は？

楽しく学ぶことで、英語に対し興味を持ち、普段の生活の中でも使用されるようになりました。また少しずつですが、テレビなどで流れる英語も聞き取れるようになりました。



アルファベットの書き取り、みんな真剣

◀とってもフレンドリーなフィオナ先生、みんな素敵なおいさつで答えます



熟練の先生による授業



この事業は、毎月第2、第4土曜日に中央公民館で行われ、教育委員会の国際交流員、英語指導助手や教員経験者等のボランティアの方々に講師をお願いし、子ども達に週末における学びの場所づくり

平成18年度小中学生人材育成アカデミー  
「サタデーイングリッシュ」「サタデーひろば」  
教育委員会主催の「サタデーイングリッシュ」「サタデーひろば」の開講式が、5月13日(土)町内の小学校から26人が参加し中央公民館で行われました。

子どもたちも真剣です



りの一環として実施するもので、自主的に英語や算数に取り組んだり、他校生との交流を深めたりできる場を提供しています。

開講式では、事業内容の説明や自己紹介、講師の方々の紹介が行われ、開講式終了後、子ども達はそのそれぞれの教室で新しい友達といっしょに勉強に取り組んでいます。

# みんなで 生涯学習

# 国保だより

# 国保税を納めましょう

## みなさんの保険税が国保を支えています

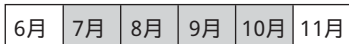
保険税は、国保加入者のみなさんが病気やけがをしたときの医療費にあてられる貴重な財源です。保険税は、自分のため、みんなのために必ず納めましょう。

### 保険税は資格を得た月から納めます

保険税は、他の市区町村から転入してきたときや職場の健康保険などをやめたときなど、国保の資格を得た月の分を納めます。

加入の届け出が遅れると  
国保の資格を得た時点まで、保険税をさかのぼって納めなければなりません。

国保の加入資格発生 届け出



保険税は7月までさかのぼって納めます。

### 保険税は世帯主が納めます

保険税を納める義務は世帯主にあります。そのため、世帯主が国保に加入していなくても、世帯のなかに一人でも国保に加入している人がいれば、納税通知書は世帯主に送られます。



年度の途中で加入・脱退した場合

年度の途中で加入・脱退した場合は、保険税を月割りで計算します。

途中で加入した場合	年間保険税×加入した月から3月末までの月数 12
途中で脱退した場合	年間保険税×4月から脱退した前月までの月数 12

例

8月に国保に加入した場合 年間の保険税の8/12を支払います

会社をやめた



8月に国保を脱退した場合 年間の保険税の4/12を支払います

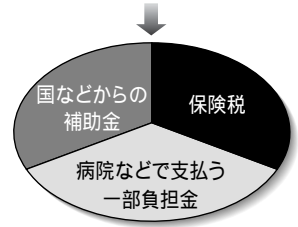
国保を脱退



### 保険税の決め方

その年に予測される医療費から、私たちが病院などで支払う一部負担金や国などからの補助金を差し引いた分が、保険税の総額と決められています。これを所得などに応じて割り振り、公平に負担するよう決められています。

その年に予測される医療費



介護支援コーナー

## 介護の窓

### 介護予防事業が始まります

要介護になるおそれのある人から介護予防（地域支援事業）の対象者を選びます。

65歳以上の高齢者

生活能力が低下している人を把握・選定

次のような方法で生活機能が低下している人を把握し、介護予防の対象者を選定します

- 介護予防の視点から行われる健診などで生活機能の低下が心配される人
- 要介護認定の非該当者
- 訪問活動などにより生活機能の低下が心配される人
- 地域等から連絡や相談があった人

地域包括支援センターで介護予防ケアプランを作成

地域包括支援センターにおいて、保健師が中心となり基本チェックリスト等を用いて対象者の状況、課題を分析した上で、対象者宅を訪問し、介護予防事業の必要性について本人や家族などと一緒に相談します。

続いて、事業の参加が決まったら、地域包括支援センターが介護予防ケアプランを作成します。

### 介護予防事業 7月開始

- 運動器の機能向上事業 週2回
- 栄養改善事業
- 口腔機能の向上事業等 月2回程度



●生活習慣改善コーナー●

プラン

# すっきり計画

## 生活習慣病と内臓脂肪型肥満

最近「メタボリックシンドローム」という言葉を耳にする事はないでしょうか？これは、内臓脂肪型の肥満、高血糖、高血圧、高脂血など、色んな病気の原因を1人で幾つも持つ状態をいいます。一つの症状では深刻でなくても、ほかの症状が重なると、心筋梗塞などの危険性が30倍高くなると言われます。

5月の健診結果を参考に、自分の危険度を見てみましょう。該当する項目が多いほど、あなたの体は「死の四重奏」に近づいていることになります。

(メタボリックシンドローム診断基準)

(必ず該当する) 内臓脂肪型肥満  
ウエスト周囲径(へそまわり)男性85cm以上  
女性90cm以上



これらの項目のうち  
2つ以上該当する

血圧 - 収縮期130mmHg以上  
かつ/または  
拡張期85mmHg以上

空腹時血糖値 - 110mg/dl以上

中性脂肪 150mg/dl以上  
かつ/または  
HDLコレステロール40mg/dl未満

食生活、運動習慣を少し改善すれば、内臓脂肪は簡単に減ります。これを機会に改善しましょう。

# 保健センターだより

第16回



## 18年度健診結果説明会が開催されます

5月に実施しました、結核・基本健診の結果が出ます。各地区で結果説明会を開催しますので、忘れずに取りに来てください。(代理の方でも可能です)

月 日	開催時間	場 所
7月12日	午後 1時30分～ 3時30分	山橋地区公民館
7月14日		野木沢地区公民館
7月18日		沢田地区公民館
7月20日	*開催時間内 においてくだ さい。	老人福祉センター
7月25日		中央公民館
7月28日		母畑地区公民館
7月31日		中谷農村婦人の家
開催当日来所できない方は、保健センターに 8月11日 まで直接取りに来てください。		

基本健診は、自分の体をきちんと知るための成績表です。

健康を維持・増進するために活用するものですので、健診結果から自分の体をきちんと知ることが大切です。

▶自然石の間を流れる小川  
遊歩道もあります



県道赤坂西野～石川線沿いの左側

昨年7月開園した「板仲あやめ園」。地域の人たちが小川沿いの自然石と周囲の林を残しながら、あやめ3,000株を植栽しました。また、遊歩道が設置され、周囲の散策はもちろん野鳥の観察や小川に生息するゲンジボタルの鑑賞などもできます。地域の人たちの思いが詰まったあやめ園へぜひ一度足を運んでみてください。なつかしい里山の風景がここにはあります。



宝物をさがして〜

いたなか  
板仲あやめ園  
板橋

宝物をさがして〜では、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。お知らせください。

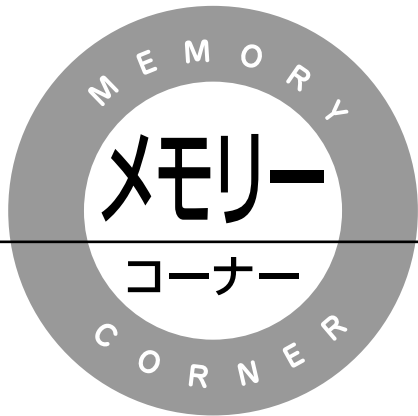
▶「満開のあやめ」が楽しめます



歩いたらちょっと休憩。かやぶきの東屋







(平成18年5月1日～5月31日まで届出分 敬称略)



## ごんにちは 赤ちゃん

氏名	保護者	住所
藤島 友真 (ゆうま)	(友行・真理子)	立ヶ岡
草野 柑夏 (かんな)	(洋典・恵)	曲木
岩谷 悠生 (ゆうせい)	(金良・光代)	中田
野崎 涼雅 (りょうが)	(秀作・佳那)	沢井
増子 晴星 (はるせい)	(誠・美加)	沢井
急式 薫 (かおる)	(正裕・祐子)	双里



## カップル誕生

### 新郎新婦 (出身地)

外山 大起 (塩沢)・川崎 渚 (塩沢)  
 生田 目源正 (山形)・須田 加代子 (会津若松市)  
 久保木 洋行 (山形)・星 栄史子 (棚倉町)  
 佐川 茂美 (赤羽)・蒲田 智美 (郡山市)



## おくやみ

氏名	住所
菅原 勝男	双里
鎌田 モト	大室
三森 シゲ子	中谷
三吹 敏雄	中谷
三瓶 ミサオ	中田
三萩野 マツヨ	中曲
三森 春雄	下ノ内
三吹 兵吉	谷沢
林 一雄	中野
迎 義行	北町
迎 イトシ	母畑
三萩野 ヨシ	中野
三萩野 マチヨ	中曲
関根 弘一	一ノ沢
浄法寺 美意	双里
郷 スリ	大字新屋敷
遠藤 利男	山形
矢吹 勝	双里
瀬谷 長巳	谷沢
芳賀 登	湯郷渡
前田 弘義	新屋敷
瀬谷 茂信	中野
近藤 忠紀	中野
曲山 カネ	塩沢

# CALENDAR

石川町 7 ~ 8 月の主な予定

## 7月 July

16	第5回全日本実業団サイクルロードレース in 石川 在宅当番医	石川町・浅川町 特設コース ひらた中央病院
17	海の日 在宅当番医	ひらた中央病院
18	すくすく教室 (9:30~)	保健センター
19	離乳食教室 (9:15~)	保健センター
20	ねんきん相談 (郡山社会保険事務所)(10:00~)	勤労青少年ホーム
21		
22		
23	在宅当番医	大野診療所
24		
25	心配ごと相談 (10:00~) 消防協会石川支部幹部大会	老人福祉センター クリスタルパーク石川
26	1歳児健診 (9:30~)	保健センター
27	3歳児健診 (13:00~)	保健センター
28		
29	スイングナイト in いしかわ(13:00~)	クリスタルパーク石川
30	石川地区親子スポーツ祭 在宅当番医	クリスタルパーク石川 富永医院

## 8月 August

1		
2		
3	1歳6ヶ月健診 (13:00~)	保健センター
4		
5		
6	在宅当番医	おりの整形外科クリニック
7		
8	三種混合 (12:30~)	保健センター
9	ひまわり教室・2歳児教室 (9:30~)	保健センター
10	心配ごと相談 (10:00~) 3~4ヶ月児健診・BCG (13:00~)	老人福祉センター 保健センター
11		
12		
13		
14	在宅当番医	ひらた中央病院
15	在宅当番医	ひらた中央病院

7月25日までに納めましょう

**今月の納期**

固定資産税 (2期分)  
 国民健康保険税 (1期分)  
 介護保険料 (1期分)

【施設紹介】希望ヶ丘に訪れる小鳥のさえずりや深緑の木々の美しい自然環境に囲まれ「自ら学ぶ子ども」「心豊かな子ども」「たくましい子ども」の教育目標のもと、145名の児童は毎日元気いっぱい、学校生活を送っています。

## 水の中のすてきな世界



### 「にじ色魚とあそんだよ」

きれいなうろこの魚と海の中を楽しくおよいでいるところを想像してかきました。魚のうろこをきれいな色でぬりました。

3年

関山 直矢さん



### 「あれ・なに」 ～宮澤賢治「やまなし」より～

やまなしが落ちてきて、それを見ている水の中の様子をえがきました。特にカニの表情を工夫しました。

6年

円谷 知佳さん

### 編集後記

今回は、小和清水～彦山遊歩道の特集を組みました。取材を通してたくさんの人たちと出会い、力をいただきました。ご協力いただいたみなさん、本当にありがとうございました。この道は、今は細く曲がりくねって、油断したら転んでしまいそうな道かもしれません。しかし、いつの日かこの道から何か生まれ、そして広がっていくと信じています。人が一生懸命歩いた後に道はできるから。

(吉田知克)

#### 町民憲章

1. 自然と文化を愛し  
豊かな町をつくりましょう
1. 親切と勤労をむねとし  
住みよい町をつくりましょう
1. 歴史と未来をみつめ  
誇りある町をつくりましょう

### ふるさとの花だより



#### ヤブラン (ユリ科)

冬でも葉が枯れずに青々としている常緑性の植物。名前が示すとおり樹木の下などの薄暗い、「ヤブ(藪)」に自生し、葉はランの葉に似ている。

(写真提供/関根政信さん)

### 表紙の 登場人物

第二保育所に通う遠藤史弥(ふみや)さん、祖父の重勝さん祖母のフミ子さんです。



#### 町の人口

●6月1日現在住民基本台帳●

	18,725人 (- 9)
男	9,153人 (± 0)
女	9,572人 (- 9)
世帯数	5,678戸 (+ 3)

( )内前月比