



2009

August

平成21年8月1日発行 第595号

CONTENTS



さくら



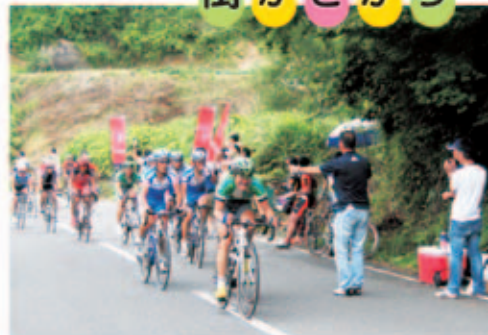
すぎ



うぐいす

- 5 石川母畑 I C~福島空港 I C間開通
- 6 8月30日衆議院議員総選挙投票日
- 8 街かど探検隊
- 10 こんにちは みんなの広場
- 12 宝物を探して ほか
- 13 国保だより ほか
- 14 食改さんのちょっとひと工夫 ほか
- 15 カレンダー ほか
- 16 小さな美術館 ほか

街かどから



完走99台!サバイバルレース!!

第8回全日本実業団サイクルロードレースin石川は7月19日、石川町・浅川町特設コースで行われ、447名の選手が山崎地区の山間コースを激走しました。

会場では、町内外から観戦に訪れた多くの観客から、炎天下のなか懸命に走る選手に、熱い声援が送られていました。

また、今年も会場では南山形地区のみなさんが、うどん、きゅうりなどをボランティアで提供して下さい、会場を盛り上げて下さいました。

土砂災害

日頃の備えが身を守る!!

日本各地でゲリラ豪雨と呼ばれる短時間に局地的に集中した強い雨により土砂災害などの被害がおきています。

毎年夏から秋にかけては、夏の夕立、秋雨前線による長雨、台風などによる土砂災害が起きやすくなります。

災害発生時に、迅速な対応で身を守れるように、みんなで避難場所や家の周りの危険箇所を確認し、日頃の備えを万全にしましょう。

土砂災害の 前触れ(前兆現象)

土砂災害には、がけ崩れ、土石流、地滑りの3種類があり、このような種類の土砂移動現象が発生して被害を受けることを土砂災害といえます。気象庁では土砂災害発生危険度が高まると、土砂災害警戒情報を発表しますが、地質・条件の悪いところでは警戒情報が発表されなくても土砂災害が発生する恐れがありますので、普段と異なる状況「土砂災害の前触れ(前兆)」に気付いた場合には、直ちに周りの人と安全な場所に避難してください。

がけ崩れ

地中にしみ込んだ水分が土の抵抗力を弱め、雨や地震などの影響によって急激に斜面が崩れることをいいます。がけ崩れは突然起きるため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人も多く被災する人の割合も高くなっています。

- 《こんな前触れが…》
- 小石が落ちる
 - ひび割れが入る
 - わき水の量が増える

土石流

山腹や川底の石や土砂が長雨や集中豪雨によって一気に下流へと押し流される現象をいいます。時速20〜40kmという速い速度で、民家などの建物、農地、山林などを壊滅状態にします。

《こんな前触れが…》

- 異常な山鳴り
- 地鳴り
- 山の樹木がザワザワと騒ぐ
- 山の裂ける音がある
- 腐った土のにおいがする
- 河川に流木が交じる

地滑り

斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象のことをいいます。一般的に移動土塊量が大きいので、甚大な被害を及ぼします。

《こんな前触れが…》

- 斜面や道路にひびわれや段差ができる
- 木の騒ぐ音、裂ける音がある
- 池が濁る
- 水が噴出する
- 家が傾く

土砂災害から身を守るために

危険箇所を調べておきましょう

町では平成20年5月に『石川町ハザードマップ』を全戸に配布しました。このハザードマップには、地滑り危険箇所、土石流危険渓流などの土砂災害危険区域や浸水の恐れのある水害危険区域を掲載しています。

また、風水害への備え、土砂災害の前触れ、地震対策など家庭で出来る災害対策も掲載しています。突然発生する災害に備えて、家族みんなで確認しておきましょう。なお、ハザードマップが必要な場合は町民生活課にありますので、必要な方はお申し出ください。

非常持出品を準備しましょう

避難するときに、あわてて荷物をまとめようとしてもとっさに準備はできないものです。いざというときすぐに持ち出せるように、日頃から準備・点検しておきましょう。

救急医療品、インスタントラーメンなどの非常食品、衣類、懐中電灯、飲料水などを準備しておきましょう。



避難場所を確認しておきましょう

日頃から自分の地区の避難場所や避難場所までの道に危険がないか確認しておきましょう。災害が起きたとき、家族みんなが一緒にいるとは限りません。そんな時でも避難場所をみんなで確認しておけば安心です。

土砂災害情報に注意しましょう

長雨の時は、テレビやラジオの土砂災害警戒情報や、役場の防災行政無線に注意し、いつでも避難できるよう準備しましょう。

お年寄りや子どもは早めに避難させましょう

災害時の犠牲者の約半数はお年寄りなどの災害時要援護者です。移動時間を考えてお年寄りや子どもは早めの避難を心がけみんなで助け合って避難しましょう。



備えあれば憂いなし 土砂災害訓練



土砂災害防災訓練が6月7日、新町、本宮地区で行われました。
この訓練は、土石流の発生やかけ崩れなどの土砂災害を想定し、役場や関係機関と住民と一緒に訓練することにより、災害発生時における被害の拡大防止と迅速な情報伝達を訓練し、町の防災体制を強化しようとして実施したものです。
訓練は、新町、本宮地区の皆さんなどの協力を得て、避難訓練、土砂撤去作業訓練、炊き出し訓練などが、本番さながらの緊張感のなか実施されました。



本宮地区の皆さんの訓練の様子

災害対策本部の設置

土砂災害警戒情報の受信を機に、町長が本部長となり災害対策本部を役場に設置し、各地区の災害情報の確認や住民の避難などの対策を検討します。



避難所への誘導

高齢者等の要援護者や住民を、消防団が避難所へ誘導します。



◀新町地区のみなさんの訓練の様子

炊き出し訓練



日赤奉仕団石川支部は、消防団の協力のもと避難された方へご飯と豚汁を配布しました。
この日は、「ハイゼックス包装食袋」を用いてご飯が炊かれました。ハイゼックス包装食袋は、袋にお米と少量の水を入れ、袋のまま炊く事ができ、鍋を洗う手間がないため節水にもつながります。また、おにぎりやと違ってにぎる手間がなく衛生的で、袋の中に具を詰めて炊く事ができるなど様々な利点があります。

土砂の撤去訓練



土砂災害では、流出した土砂が道路を分断してしまうことも多く、土砂の撤去作業にはたくさんのマンパワーが必要であり、消防団の協力が必要不可欠となります。

土砂災害に関する講習会



講習会では、土石流や土砂崩れの前兆や災害時の避難の方法などを学びました。

あぶくま高原道路

石川母畑 IC ~ 福島空港 IC 間

8月4日開通



あぶくま高原道路石川母畑IC～福島空港IC間が8月4日に開通します。

あぶくま高原道路は、東北自動車道矢吹ICから常磐自動車道小野ICまでの35・9kmを結ぶ自動車専用道路です。東北自動車道と磐越自動車道を結ぶ三角形になることから「トライアングルハイウェイ」とも呼ばれています。

今回の石川母畑IC～福島空港IC間の開通により、供用率は80・8%となり、残る石川母畑IC～蓬田PA間は、平成23年3月までに供用開始の予定です。

あぶくま高原道路の通行料金は、軽自動車250円、普通車300円、中型車350円、大型車500円、

特大車850円となりますが、矢吹中央IC～玉川ICのみ有料区間となり、その他の区間はすべて無料区間となっています。

あぶくま高原道路は、福島空港へのアクセスの向上、矢吹～小野間の所要時間の短縮などの利便性の向上、小名浜港と県南地方の物流の円滑化や市場への輸送時間の短縮などによる交流連携の推進、災害時の緊急輸送ネットワークの形成などの整備効果が期待されています。



▲完成間近の石川母畑インターチェンジ





8月30日(日曜)投票日

衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査

当日投票時間
午前7時～
午後7時

期日前投票は…

・衆議院議員総選挙
8月19日(水)から
8月29日(土)まで
・最高裁判所裁判官国民審査
8月23日(日)から
8月29日(土)まで
時間▼午前8時30分から
午後8時まで

大切な一票

衆議院議員総選挙、最高裁判所裁判官国民審査が8月30日(日)に行われます。

選挙は有権者が国政に参加する最大の機会であるとともに、国民の権利でもあり、責務でもあります。未来を切り開くのも皆さんの一票からです。

忘れずに投票しましょう。

投票のできる人

投票のできる人は、まず「選挙人名簿」に登録されていることが条件となります。今回の衆議院議員総選挙において選挙人名簿に登録されている人は次の通りです。

■平成元年8月31日までに生まれた方で、石川町に引き続き3ヶ月以上居住している人。

■平成21年5月17日までに転入届を出されている方で引き続き居住をしている20歳以上の人。

期日前投票は

投票日に仕事、出張、旅行、病気やケガなどで投票できない方は、選挙公示の次の日8月19日(水)から8月29日(土)まで期日前投票ができます。(ただし、最高裁判所裁判官国民審査の投票は8月23日(日)からとなります。)

期日前投票ができる時間は、午前8時30分から午後8時までです。郵送された入場券をもって、期日前投票所にお越しください。

■身体の不自由な方へ

身体障害者手帳または戦傷病者手帳の交付を受けている方で、障害の程度が一定の条件に該当している方もしくは介護保険要介護5の認定を受けている方は「郵便投票制度」を受けられる場合もありますので町選挙管理委員会までお早めにお問い合わせください。

④ 大切な一票
忘れず投票しましょう



③ 投票用紙を受け取ります



まず始めに、小選挙区選挙の投票を行い、次に比例代表選挙と国民審査の投票をしていただきます。

ただし、国民審査の投票は8月23日(日)からしか投票できません。

① 入場券をお持ちください



入場券により、本人確認と名簿との照合を行います。

※入場券を紛失された場合は職員へお申し付けください。

期日前投票のやり方

② 宣誓書（投票用紙交付請求書）を記入していただきます

記入の内容

- (1) 当日選挙に行けない理由を選び、丸をつける。
- (2) 期日前投票を行う年月日、投票する方の氏名、生年月日、住所を記入する。



期日前投票所が変わります。

期日前投票は「南町旧水道事業所」で!!

期日前投票は、「町選挙管理委員会（役場総務課）」で行われていましたが、今回から「南町旧水道事業所」で行うことになります。

投票の際は、お間違いのないようお願いします。



期日前投票所の所在地





街かど探検隊



新鮮な野菜の味を堪能 東京中央区の住民が来町

物産交流を以前から行っている東京都中央区箱崎地区のみなさんが6月7日、都市と農村交流事業のため来町しました。

同地区のみなさんは、2泊3日の日程で町内に宿泊し、母畑タム、老人ホーム長生園、歴史民俗資料館などを視察しました。

また、2日目は御光福園芸（吉田常一社長、や大野幸さん（赤羽字新宿）所有のりんご園場を見学しました。

御光福園芸では、その日収穫された新鮮なきゅうりや小松菜を試食し、「味噌をつけなくても美味し」と新鮮な野菜の味を堪能していました。

同地区との交流は今後も継続的に行われる予定です。



農業委員に 大森久一さんを選任

石川町農業委員選任証書交付式は6月19日、町長室で行われ、大森久一さん（沢井字藤沢）に選任書が交付されました。

今回の選任は、前農業委員の小豆畑剛さん（山形字須沢）に代わり新たにいわせ石川農業共済組合から推薦されたことによるものです。

大森さんの任期は、平成23年7月19日までです。



災害時における応急対策業務の
支援に関する協定書調印式

石川町を災害から守るために 町と建設協力会が協定

災害時における応急対策業務の支援に関する協定書調印式は6月16日、役場第一会議室で行われました。

この調印は、石川町建設協力会（志賀由和会長）が、石川町で地震や大雨などの異常気象や予期できない自然災害が発生した際に、迅速に建設資機材や作業員を提供することにより被害の拡大防止や被災施設の早期復旧を図るものです。

協定の調印を終えて志賀会長は、「住民の生命と財産を守るため石川町と連絡を密にして迅速に協力します」と述べられました。



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。



米粉パンで 米の消費拡大を

石川町認定農業者会（吉田常一会長）は6月29日、平成21年度総会を末広で開催しました。総会では、昨年度の事業報告の承認、今年度の事業計画の決定、役員改選などが行われ、新会長に遠藤武重さん（字王子平）が選任されました。

今年度の事業計画では、石川町産のコシヒカリを使った米粉パンの学校給食へ提供を予定しており、米の消費拡大に繋がることを期待されます。また、総会に先立ち、新たに認定農業者となった近内貞夫さん（塩沢字池ノ入）に加納町長から認定証が交付されました。



野崎 謙治さん



矢内 俊一さん

矢内俊一さん、野崎謙治さんに 少年補導功労者表彰

矢内俊一さん（板橋字茅刈場）、野崎謙治さん（沢井字上ノ原）への少年補導功労者表彰伝達式は6月23日、石川警察署で行われました。矢内さんは、現在石川少年警察ボランティア協会会長、福島県少年警察ボランティア監事を務め、これまでの30年の長きにわたる青少年への非行防止活動などが認められ警察庁長官・全国少年警察ボランティア協会会長連名の栄誉銀賞を受賞されました。

野崎さんは、現在石川町防犯協会の沢田支部長を務め、これまで21年に及び健全育成活動が認められ東北管区警察局長・東北防犯協会連絡協議会長連名の表彰を受賞されました。



あやめとそばでおもてなし 第4回板仲あやめ祭り

第4回板仲あやめ祭りは7月4日～5日、板橋字女庭地内の板仲あやめ園で開催されました。この祭りは、板仲あやめ祭り実行委員会（太楽光会長）が板橋字女庭地内に整備した「板仲あやめ園」で毎年行っているもので、園内には三千株約一万本のあやめが咲いています。

この日は、飛び入り参加によるカラオケ大会、水本礼子歌謡ショーなどのステージイベントのほか、地元産野菜、豆だんごおこわ、紫イモ大福、地元そば愛好会による手打ち蕎麦などが販売されました。

来場者は、晴天のもとたくさんの方のあやめに囲まれて歌と食を楽しみました。



石川産食材で給食を 中一小・中二小で給食試食会

石川町産の食材を使った給食試食会は7月2日、中谷第一小学校、中谷第二小学校で行われました。この試食会は、地元石川町でとれた食材を使った給食を食べることで、子供たちに地元を愛する心を養ってほしいと中一・中二共同調理場と両校が企画したものです。

この日は、中谷地区の迎勝寿さんと小湊義勝さんのしいたけ、鈴木重彦鈴木素義さんのほみつき牛を使った「石川はちみつ黒毛和牛肉づめフライ」、町内産野菜を使った「地元野菜のミネストローネ」、沢田産リンゴの手作りゼリー、米粉で作られた米粉パンが提供されました。試食会には授業参観に訪れた保護者も参加し、親子で地元産食材を使った給食を堪能しました。

青春… 真ん中 Q&A



職業▶学校法人石川高等学校で事務をしています。

Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか

A 料理です。母に教えてもらいながら頑張っています。

Q 将来やってみたいことや夢を聞かせてください

A スキューバダイビングをしてみたいです。

木村しのぶさん(21歳)●双里字白坂下

Q 将来どんな町になって欲しいですか

A 助け合い、支え合いを当たり前のように出来る温かい町になって欲しいです。

Q 最後に理想のタイプは

A 思いやりのある人です。

▶次回は、木村さんの紹介で溝井篤さんです。



みんなの広場

これからは二人揃って旅行したい

AQAQ
お子さんは何人ですか
子どもが2人、孫が3人になりました。
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32年に結婚しました。結婚した頃は農協に勤め、妻は畜産や養蚕などの我が家の農業を支えてくれました。私は54歳になるまで農協にお世話になり、退職するまでに山橋支所長や課長などを務めることもできました。会社勤めをやめてからは、二人で農業をしながら暮らし、その間、妻の協力のかいもあり、区長、民生児童委員や農業委員などを務めることもできました。50年を振り返ると、飼育牛を飼っていたこともあり、二人での旅行はできませんでしたが、夫婦二人で石川に買い物に行くことはお互いに楽しんでいたと思います。

ほのぼの 二人三脚 (Q&A)



氏名：小豆畑 豊さん(72歳)
ヨシ子さん(70歳)
住所：山形字大下

AQ お二人の楽しみは何ですか
豊：庭木の剪定と保育所に通う孫の送迎が楽しみです。また、長寿会や区長OB会で夫婦揃って行く旅行をお互い楽しみにしています。
ヨシ子：野菜の手入れと山菜採りが楽しみです。
AQ 石川町の一番好きなところを教えてください
北須川・今出川の桜並木は、心身ともに癒してくれます。クリスタルパークは子どもたちがのびのびとくまわり大人も一息つけるいいところだと思います。
AQ 町政に望むことは何ですか
きららクリーンセンターが出来てから町道107号線(山形字須沢・南山形区間)は大型トラックの通行量が増え、幅員が狭いため交差時は一度停止する必要があります。多くの住民が通る路線ですので、早めの道路拡幅工事を望みます。

HAPPY SMILE

ハッピー

スマイル



溝井 咲希ちゃん
(2歳)

溝井 心くん
(3ヵ月)



「弟の心くんが大好きな咲希お姉ちゃん。一緒に遊べる日が楽しみだね!!」 吉一パパ・睦美ママ 字猫啼

- 「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 26-2111
- 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



▲ゆったりとした曲に合わせて華麗な舞い



▲先生を見本にダンスに磨きを!!

- 開催日: 毎週水曜日
10:00~
- 場 所: 中谷自治センター
- お問い合わせ先
小針 節子
☎ 26 - 1821

◀サークル紹介コーナー▶ 第53回

しゅう だん あつ あたた 集 暖 まれば かい



ハイビスカス

私たちは、12人の仲間が集まりフラダンスを楽しむサークルです。ハイビスカスは、「年を重ねてもみんな楽しく健康づくりをしたい」との想いから、昨年3月に会を発足しました。

教室は、月に4回行われ、月2回は講師の指導を受けて、他の週は補習のためにレッスンをしています。

私たちは、毎年6月に行われるフラダンスの発表会へ向けて練習に励んでいます。また、老人ホームへの慰問など社会貢献活動も行っています。

ハイビスカスでは、一緒にフラダンスを楽しんでくれる会員を募集しています。フラダンスは老若男女問わず気軽に汗を流すことができます。私達と一緒に爽やかな汗を流しませんか。

“のびのび” “きらきら” “さわやか” “わくわく” ～野木沢自治センターから～

地域の元気がまちの元気に!!

地区民のだれもが楽しく学び、集える場づくりを目指して、野木沢自治センターがスタートし早や4ヶ月が経ちます。

6月4日、春季移動研修（那須方面）には36名の参加。6月30日、おもしろ談話室では、心のダイヤル田中孝平先生による「認知症と脳の活性化」の講話と沢田地区・中島村のフラダンスへ35名の参加。7月5日、中田にほんぶなで実施した「第5回野木沢地区民ウォーキング」には67名が参加。

特に、天候にも恵まれ、ウォーキング中に開催した「菊池章夫コンサート」は、にほんぶなという大自然に囲まれた素晴らしい眺望の中でのコンサートということもあり大好評でした。この場を

借りてご協力をいただいた皆さんにお礼を申し上げます。

各種事業への参加者が増加傾向にあり、これまで大過なく自治センター事業を推進することができましたのも、地区の皆さんのご支援とご協力のおかげと深く感謝を申し上げます。

野木沢小学校の合言葉の引用させていただきますが、“のびのび” “きらきら” “さわやか” “わくわく”、野木沢自治センターは、今後も野木沢地区を盛り上げるため、「地域に開かれた自治センター」を目指した事業運営を考えておりますので、地域の皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



▲にほんぶなでのコンサートのようす



▲野木沢自治センター

▶北須川にかかる東橋を渡ると左手に鳥居が見えてきます。



▲県道飯野三春石川線を平田方面へ直進。

母畑ダムのすぐ近く、母畑字東に鎮座する八幡神社の裏手には、樹齢400年と伝えられるヒノキの巨木があります。
樹高36m、胸高周囲4・6m、町内で最も大きいヒノキです。
なお、昭和58年には、福島県の「緑の文化財」に登録されました。

はちまんじんじゃ
八幡神社のヒノキ

母畑字東

宝物をさがして〜 (42)

▶見上げて先端が見えないほどの大きさです。



▲鳥居をくぐり97段の石段を登ればもうすぐです。

国保だより

医療費が高額になったとき (70歳未満の人の場合)

医療費の自己負担額が高額になったとき、申請して認められると、自己負担限度額を超えた分が高額療養費として支給されます。これは、同じ人が、同じ月内に、同じ医療機関に支払った自己負担額が下記の表の限度額を超えた場合、その超えた分が支給されます。

●自己負担限度額（月額）

	3回目まで	4回目以降※
上位所得者*	150,000 円 医療費が500,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算	83,400 円
一般	80,100 円 医療費が267,000円を超えた場合は、その超えた分の1%を加算	44,400 円
住民税非課税世帯	35,400 円	24,600 円

*上位所得者とは、国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額等が600万円を超える世帯をいいます。

入院した場合

一医療機関の窓口での支払いは限度額までとなります。限度額は所得区分によって異なりますので、あらかじめ「限度額適用認定証」（住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」）の交付を申請してください（保険税を滞納していると交付されない場合があります）。この認定証を医療機関の窓口に提示することにより、窓口での支払いが限度額までとなります。

世帯で合算して限度額を超えたとき

同じ世帯で、同じ月内に21,000円以上の自己負担額を2回以上支払った場合は、それらを合算して限度額を超えた分が支給されます。

高額療養費の支給が4回以上あるとき※

過去12ヶ月間に4回以上高額療養費の支給を受けたとき、4回目からは限度額が低くなります。

計算のしかた

- ① 対象になるのは、保険診療の一部負担金のみです。入院時の食事代や差額ベッド代、歯科の自由診療などは対象になりません。
- ② 月の1日から末日までの受診について計算をします。
- ③ 医療機関ごとに計算します。（診療科ごとに計算する場合があります）
- ④ 同一の医療機関でも、歯科とほかの診療科は別々に計算します。
- ⑤ 同一の医療機関でも入院と外来は別々に計算します。

●お問い合わせ先

町民生活課 国保年金係 ☎ 26 - 9125

地域のネットワークで

みんなが安心！元氣！！

みんなの 話・和・輪

住み慣れた我が家で

安心して暮らし続けるために

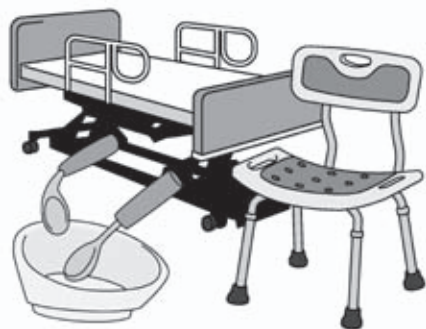
～介護保険住宅改修・福祉用具購入制度～

高齢になり足腰が弱ってきて、「立っていることが大変になった」「ちょっとした段差で転んだ」といった経験をしている方はいませんか。

高齢になってくると筋肉が細くなったり、筋肉が硬くなったりすることで身体の柔軟性やバランスを取る力が落ちてくるといわれています。転倒への不安から動きなくなり、さらに、弱ってしまうという悪循環になってしまっていることが多いようです。

例えば「トイレに行く」「風呂に入る」など、かがむことや立ち上がり、片足立ちやまたぐ動作など、普段、何気なくやっている動作が大変になってきて、自分のやりたいことや身の回りのことをし続けていくことが難しくなってくることを考えられます。

介護保険のサービスには、手すりの取り付けや段差の解消、浴室に安定したイスを置くなど住居の環境を整えることで、安心して生活できるようにする住宅改修や福祉用具の貸与（購入）制度がありますのでご相談ください。また、介護を受けるほどではないが転びやすいなど心配のある方もご相談ください。



●相談・連絡先 地域包括支援センター ☎ 26 - 4606

◆地域福祉ネットワーク標語

「地域みんなで、気にかかけあい・見守りあい・声かけあって、誰もが安心して暮らせる地域づくりを」

食改さんのちょっとひと工夫!

鶏ささみと夏野菜のピリ辛あえ



今月の食改さん
有賀 輝代さん(白石)

材 料 (4人分)

鶏ささみ……………3本
きゅうり……………2本
人参……………中1本
玉ねぎ……………中1個
しょうゆ……………大さじ4
酢……………大さじ3
A 豆板醤……………小さじ1/2
白ゴマ……………小さじ1/2
ごま油……………少々



●作り方

- ① 鶏ささみは、酒蒸しにし冷ましたら手で食べ易い大きさにちぎる。
- ② きゅうりは、適量の塩で板ずりし乱切りにする。
- ③ 人参は、熱湯にくぐしてからきゅうりと同じくらいの大きさに切る。
- ④ 玉ねぎは、薄切りにする。
- ⑤ ボウルにAを混ぜ合わせておく。
- ⑥ ⑤に①～④を加えて、和える。

●有賀さんの一言

季節の夏野菜をたくさん使った料理です。豆板醤を加えると、食欲増進になり暑い季節、食欲や体力の低下予防に役立ちます。野菜のシャキシャキ感が美味しさを増し、おかずにもお酒のつまみにも合いますよ。ごま油の香りと白ゴマの風味でいろんな野菜に合います。お好みでセロリやトマトを加えても美味しいです。豆板醤はお好みで量を調整してください。

●栄養士から一言

夏は、暑さのせいで食欲がなくなり体力低下になることがあります。豆板醤やごま油は食欲増進に役立ちますので、おすすめです。夏野菜には、体を中から冷やしてくれる作用もあるので、いろんな野菜とあわせて食べましょう。

早期発見で治ります!! がん検診を受けましょう②

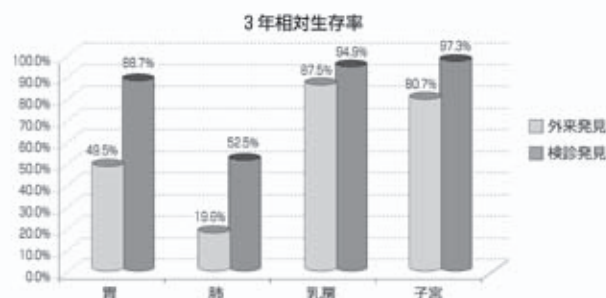


みなさん、検診を受けることの大切さは、すでにご存じのはずです。しかし、新しく受診する方が増えない、若い年代の受診率が低いなど石川町の検診受診率は伸び悩んでいます。「忙しくて検診どころじゃない」などという方もいるかと思いますが、次のグラフからわかるように、検診で見つかったがんは、発症してから治療したがんにくらべて治りやすいといわれています。

がんは、発見が早ければ早いほど治る病気です。早くに見つけられるように、定期的に検診を受診しましょう。

●受診の動機別にみた3年相対生存率(%)

検診で発見されたがんは、症状がでてから病院の外来で発見される人より、治る人が多く、検診による早期発見が重要です。



【がんの講演会のお知らせ】

坪井病院院長 岩波 洋先生が「がんの最新情報と予防策」(仮題)について、講演します。

日 時 平成21年9月15日(火)

午後1時30分から

場 所 石川町共同福祉施設

その他 申込みは不要です。多数参加ください。

●お問い合わせ先

保健センター ☎26-8416



(平成21年6月1日～6月30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
江尻 晶菜	(辰 三・歩 美)	赤 羽
角田 愛華	(浩 明・祐 子)	谷 沢
大竹ひまり	(英 明・ゆみ子)	当 町
久下莉央奈	(正 一・南)	屋敷入
永沼 佳子	(寛 道・晶 子)	屋敷入
吉田 智哉	(幸 夫・博 美)	曲 木
鈴木海穂那	(康 仁・由 美)	下 泉
小湊 瑛美	(善 昭・久 美)	赤 羽
小湊 夢結	(孝 ・真 理)	谷 地



カップル誕生

新 郎 新 婦 (出身地)

須藤 健司	(山 形)・荒川 恭子	(下 泉)
関谷 道雄	(古 館)・佐藤 千恵	(古殿町)
落合 信斗	(神奈川県)・迎 由利恵	(石 田)
曲山 拓男	(長久保)・小湊 恵美	(鹿ノ坂)
鈴木 信明	(塩 沢)・溝井 文恵	(塩 沢)
石 裕之	(松木下)・矢吹千栄美	(曲 木)
溝井 学	(曲 木)・関根 久美	(須賀川市)



おくやみ

氏名	住 所
村 越 俊彦	南 町
鈴 木 秀次	下 泉
長 田 榮	沢 井
小 針 ミヤ	坂 路
鈴 木 則男	沢 井
有 賀 實	当 町
薄 井 喜久恵	沢 井
渡 邊 フミ子	当 町
村 上 義 男	白河市
瀬 谷 ナミ子	南山形
三 森 正 吉	境ノ内
柳 沼 美千野	下 泉
迎 トミ子	渡里沢
鈴 木 ヤイ	双 里
宗 方 賢二	下 泉
添 田 芳 雄	北山形
小 林 芳 子	沢 井

CALENDAR

石川町8～9月の主な予定

8月●August

15 土	在宅当番医 いしかわ見に花火大会 (16:00～)	ひらた中央病院(平田村) クリスタルロード ひらた中央病院 (平田村)
16 日	在宅当番医	
17 月		
18 火		
19 水		
20 木	3～4ヶ月児健診 (13:00～) BCG予防接種 (13:00～) 社会保険事務所年金相談会 (10:00～15:00) ※要事前予約 小中学校統合推進委員会地区懇談会 (19:00～)	保健センター 保健センター 勤労青少年ホーム 中谷第二小学校
21 金		
22 土		
23 日	在宅当番医	ひらた中央病院 (平田村)
24 月		
25 火	小中学校第2学期始業式 心配ごと相談 (10:00～15:00) 小中学校統合推進委員会地区懇談会 (19:00～)	各小中学校 老人福祉センター 山形小学校
26 水	1歳児健診 (9:30～)	保健センター
27 木	3歳3ヶ月児健診 (13:00～) 小中学校統合推進委員会地区懇談会 (19:00～)	保健センター 南山形小学校
28 金		
29 土		
30 日	在宅当番医 第45回衆議院議員総選挙投票日 最高裁判所裁判官国民審査	あつうみ内科医院 (玉川村)
31 月		

9月●September

1 火		
2 水	ポリオ集団予防接種 (12:30～)	保健センター
3 木	1歳6ヶ月児健診 (13:00～)	保健センター
4 金		
5 土		
6 日	在宅当番医	ひらた中央病院 (平田村)
7 月		
8 火		
9 水	6～7ヶ月児教室 (9:30～)	保健センター
10 木	3～4ヶ月児健診 (13:00～) BCG予防接種 (13:00～) 心配ごと相談 (10:00～15:00) 社会保険事務所年金相談会 (10:00～15:00) ※要事前予約	保健センター 保健センター 老人福祉センター 勤労青少年ホーム
11 金		
12 土		
13 日	在宅当番医	石川中央医院
14 月		

今月の 納期

- 8月25日(火)までに納めましょう
町県民税 (第2期)
国民健康保険税 (第2期)
介護保険料 (第2期)
- 8月31日(月)までに納めましょう
後期高齢者医療保険料 (第1期)

【施設紹介】

本校は、全校生徒52名の小規模校です。「今、輝く生徒」を学校のスローガンに掲げ、一人ひとりが活躍・活動できる場を設定し、小人数のよさを十分に生かした教育活動を展開しています。

「知ってください 私たちを」



なおや 郷 直弥さん (3年)

近年問題になっている地球温暖化によって、南極の動物たちが苦しんでいると知って、この作品を描きました。

「わたり廊下」



かすや 長田 和也さん (2年)

この作品は、いつも登下校時に通っている渡り廊下を描きました。草を描くのが難しかったです。

「シューズ」



ひらり 鈴木 成来さん (1年)

この作品は、立体的に見せるために影をつける所を工夫しました。自分なりに良い作品に仕上げることができたと思います。

編集後記

「地震・雷・火事・オヤジ」世の中の怖いものですが、実は最後の「オヤジ」、正しくは山嵐（やまじ）で台風のことです。語呂がよくいつの間にか「オヤジ」になってしまったそうです。もっとも最近「オヤジ」は恐れられていないのかもしれませんが…。男女平等が叫ばれている今、共働きが増え台所にたつ男性が増えていると言われています。共働きが増え夫婦ともに多忙だからこそ互いの協力が必要なのかもしれませんね。私は出来ていませんが…。
(矢内 清春)

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

みんなで防犯 子ども防犯呼びかけ隊

●今月の隊長（広報無線の声）

石川小学校6年 野地 尚樹さん



- Q. 毎日の通学などで防犯に気をつけていることは？
A. なるべくたくさんの友達と一緒に帰るようにしています。
Q. 将来の夢を聞かせてください。
A. 僕は、絵を描くことが好きなので、将来は漫画家になりたいと思っています。売れっ子の有名漫画家を目指します。

表紙の 登場人物

石川文化幼稚園に通う渡邊 彩人（あやと）くん、祖父の久康さん、祖母の敏子さんです。



町の人口

●7月1日現在住民基本台帳●

17,947人 (△ 11)
男 8,775人 (△ 16)
女 9,172人 (5)
世帯数 5,720戸 (4)

()内前月比