



2009

September

平成21年9月1日発行 第596号

CONTENTS



4 ミニ特集 石川町長寿番付表

- 8 街かど探検隊
- 10 こんにちは みんなの広場
- 12 企画展開催のお知らせ 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



さくら



すぎ



うぐいす

街かどから



そお〜れ〜!!

夏本番!! 保育所では、夏まつり、スイカ割り、プールなど夏のイベントが行われ、子どもたちは元気いっぱいにはしゃいでいました。

【写真上】プールで水鉄砲(第二保育所)

【写真下】夏まつりでお店屋さんごっこ(第二保育所)



インフルエンザにかからないために...

うがい！手洗い！！予防接種を！！

現在世界中を騒がせている新型インフルエンザH1N1型。国内では夏を迎えても感染者は増え続け、県内でも発症が確認されていますが、多くの患者さんが軽症のまま回復しています。これから秋から冬にかけては、新型インフルエンザに限らず季節性インフルエンザが流行する季節になります。

うがいや手洗いなど日頃の予防を徹底し、インフルエンザにかからない生活を心がけましょう。また、感染しても「せきエチケット」を守るなど周りの人につぎさないようにしましょう。

インフルエンザの症状

季節性インフルエンザの症状は、突然現れる高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など強い倦怠感が全身を襲うのが特徴で、併せてのどの痛み、鼻水、せきなどの症状も見られます。

新型インフルエンザは、季節性インフルエンザと類似しているといわれています。ただし、季節性インフルエンザに比べて、下痢や嘔吐が多いといわれています。



インフルエンザにかからないために

インフルエンザにかからないために、日頃から規則正しい生活を心がけ、さらにうがいや手洗いなど次の点に注意して生活しましょう。

人ごみを避ける

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人のせき、くしゃみ、つばなどの飛まつとともに放出されたウイルスを、のどや鼻から吸い込むことによって感染します。（これを飛まつ感染といいます。）インフルエンザが流行してきたら、特に高



齢者や慢性疾患を抱えている人、疲れ気味、睡眠不足の人は、人ごみや繁華街への外出を控えたほうがいいでしょう。

加湿器などを使用して適度な湿度に

空気が乾燥すると、インフルエンザにかかりやすくなります。これは、のどや鼻の粘膜の防御機能が低下するためです。加湿器などを使って適正な湿度（50％～60％）を保ちましょう。

十分な休養、バランスの良い食事

日頃からバランスのよい食事と十分な休養をとり、体力や抵抗力を高めることが大切です。

うがい、手洗いを

帰宅時のうがい、手洗いは一般的な感染症予防のためにもお勧めします。

かかっているかもしれない「インフルエンザ」

インフルエンザは飛まつ感染によって感染します。インフルエンザにかかって「せき」などの症状のある方は、マスクを着用し、「せきエチケット」を守って周りの人にうつさないようにしましょう。

◎咳・くしゃみの際はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけ1m以上離れる。
◎鼻汁・痰などを含んだティッシュをすぐに蓋付きのごみ箱に捨てられる環境を整える。



◎咳をしている人にマスクの着用を促す。
※マスクはより透過性の低いもの、例えば、医療現場で使用する「サージカルマスク」がより予防効果が高くなりますが、通常の市販のマスクでも咳をしている人のウイルス拡散をある程度は防ぐ効果があると考えられています。

インフルエンザかも...と思ったら

これまで、咳やのどの痛みなどインフルエンザの症状のある方は、相談窓口で電話をして指示された医療機関（発熱外来）で診察を受けることになっていましたが、7月27日に

感染拡大防止のため、事前に電話連絡をして受診の方法を確認するようご協力をお願いします。

◎受診する際には、必ずマスクを着用しましょう。

今までの発熱外来が休止され、かかりつけ医など最寄りの医療機関で受診できるようになりました。

新型インフルエンザに関する相談は...

急な発熱と咳などから「インフルエンザかもしれない...」と思ったら次の点に注意してかかりつけ医を受診してください。

新型インフルエンザ相談窓口
県保健福祉事務所
☎0248(75)7827
(平日8:30~17:30)

◎事前に医療機関に電話をしたうえで、受診しましょう。

季節性インフルエンザの予防の基本は流行前のワクチン!!

季節性インフルエンザは、ワクチンを接種することで、インフルエンザによる重い合併症や死亡を予防し、健康被害を最小限にとどめることができますが、残念ながら100%近い効果を期待することはできません。

しかし、ワクチンの接種を受けないでインフルエンザにかかった65歳以上の健康な高齢者が、もしワクチンを接種していたら発病の約45%、死亡の約80%を阻止することができたと報告されるほど、予防接種の効果は高いといえます。

ワクチン接種後のワクチンの持続期間は、約5カ月といわれますので、毎年流行が始まる12月上旬までに接種することをお勧めします。

なお、石川町では、65歳以上の方の接種希望者には、1回に限り2,000円の助成を行っています。接種は任意となりますが、インフルエンザを予防できるように是非接種しましょう。

- 対象者 ①石川町に住所のある満65歳以上の方（接種日が基準）
②満60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓又は、呼吸器の機能に重度の障害のある方。
- 接種期間 平成21年10月1日～平成22年1月31日
- 接種場所 石川郡内の医療機関または、広域予防接種医療機関（石川郡外の医療機関）
※石川郡外の医療機関で接種を希望される方は、保健センターにお問合せください。
- 接種料金 1回に限り、2,000円まで助成しますので、2,000円を超える額を、直接医療機関にお支払いください。なお、当日の体調により接種できなかった場合の診察料金は、全額自己負担になります。
- 持参する物 健康保険証
- お申し込み先 医療機関へ直接お申し込みください。
- お問い合わせ先 保健センター ☎26-8416

9月21日は「敬老の日」



各地区で長寿を祝う敬老会を開催

9月21日は敬老の日です。長年にわたり、社会に貢献してきたお年寄りを敬愛し、長寿を祝う日です。

今年も恒例の石川町長寿番付表を作成しました。町内の90歳以上の方は227人（8月20日現在）いらっしゃいます。

横綱は、102歳を迎えられた酒井八郎さん（山形字松森）と、101歳の添田チヨさん（北山形字萱手作）となっています。

9月には、行政区長や民生委員、婦人会など各種団体の協力をいただいて、6地区2施設の8会場で長寿を祝う敬老会を行います。

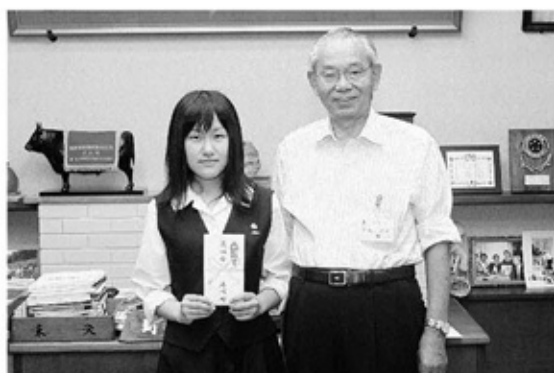
今年の敬老会に招待される方は、昭和9年9月16日までに生まれた75歳以上の皆さんです。各会場では長寿を祝い、地域の特性を生かした様々な催しが行われます。

各地区敬老会日程

- | | |
|----------|---------------------------------------|
| 石川地区 | 日時：9月3日（木）午前9時30分～
場所：石川町体育館 |
| 沢田地区 | 日時：9月20日（日）午前9時～
場所：沢田中学校体育館 |
| 山橋地区 | 日時：9月6日（日）午前9時30分～
場所：山橋自治センター |
| 中谷地区 | 日時：9月13日（日）午前9時～
場所：中谷自治センター |
| 母畑地区 | 日時：9月21日（月）午前10時～
場所：母畑小学校体育館 |
| 野木沢地区 | 日時：9月21日（月）午前9時～
場所：野木沢小学校体育館 |
| 老人ホーム長生園 | 日時：9月4日（金）午前10時30分～
場所：老人ホーム長生園 |
| さくら荘 | 日時：9月11日（金）午前10時～
場所：特別養護老人ホームさくら荘 |

石川町長寿番付表 ●平成27年8月20日現在

西										東									
同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同
矢吹	猪狩	渡邊	吉野	水根	関根	鈴根	高橋	常松	添田	瀧口	中島	熊耳	戸松	矢吹	有松	仲本	相本	佐藤	酒井
トキ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ	シヨ	キヨ
九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九
五	七	七	七	七	七	八	八	八	八	七	七	七	七	七	七	八	八	八	八
谷	新	双	母	板	沢	新	塩	塩	北	母	南	塩	塩	南	塩	境	双	沢	山
沢	屋	里	畑	山	井	田	ノ	ノ	山	畑	井	山	井	井	山	井	井	井	井
後	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字
作	新	鉄	ノ	口	原	内	内	内	内	沼	沢	沢	沢	沢	沢	沢	沢	沢	沢
同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同
荻	根	阿	大	高	近	佐	上	清	小	永	松	吉	樋	志	渡	小	阿	鈴	鈴
野	本	部	字	原	藤	藤	村	水	湊	瀬	山	田	口	賀	川	森	部	木	木
佐	ヨ	シ	ハ	ケ	サ	ケ	チ	ア	リ	ク	ラ	ノ	ミ	雄	正	ス	セ	フ	ミ
ユ	キ	シ	ハ	ケ	サ	ケ	チ	ア	リ	ク	ラ	ノ	ミ	雄	正	ス	セ	フ	ミ
九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九
四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四
曲	形	母	山	板	沢	中	曲	山	山	曲	山	山	山	山	山	山	山	山	山
木	見	畑	山	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井
字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字
久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久	久
保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保	保
同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同
内	緑	芳	高	松	矢	有	関	小	鈴	桑	上	内	添	須	鈴	笠	出	芳	桑
谷	川	賀	原	吹	賀	根	根	豆	木	澤	江	野	野	野	野	野	野	野	野
ト	カ	マ	ヨ	サ	ナ	政	ヒ	ケ	マ	繁	チ	ト	五	正	イ	ナ	ヨ	ジ	サ
ヨ	ネ	ヨ	ネ	ニ	ツ	信	サイ	キ	ノ	三	江	ク	シ	郎	造	ワ	ツ	ネ	ノ
九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九
三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三
中	長	双	板	南	大	母	南	南	形	双	塩	中	北	赤	下	南	双	双	沢
野	久	里	橋	田	室	畑	山	山	山	里	里	里	里	里	里	里	里	里	里
字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字
四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四	四
同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同	同
山	吉	塩	小	山	溝	泉	中	野	小	水	草	中	添	相	矢	斎	矢	小	小
本	田	田	澤	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田	田
節	利	房	源	マ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ	キ
夫	子	芳	吉	サ	郎	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン	ン
九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九	九
三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三	三
双	沢	塩	白	母	梁	沢	新	南	同	沢	曲	古	北	谷	塩	中	矢	谷	谷
里	井	田	石	畑	瀬	井	屋	野	同	井	井	井	井	井	井	井	井	井	井
字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字	字
双	里	深	迎	樋	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上	上
里	谷	高	野	田	原	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内	内



▲登山競技に出場した芳賀さん



▲ハンドボール競技と空手道大会に出場した皆さん



7月に各種全国大会出場選手激励会を役場本庁舎で行いました。
平成21年度全国高等学校総合体育大会ハンドボール競技（8月1日～7日 京都府宇治市）に、学芸石川高校ハンドボール部佐藤寛史さんほか4名と、県立石川高校女子ハンドボール部田口瑛理さんほか12名が、登山競技（7月31日～4日 兵庫県に安積黎明高校芳賀敦子さんが第52回全国小中学生空手道選手権大会（8月1日～2日 静岡県袋井市）に日本空手協会石陽館関合身久さんほか11名が、第9回全日本少年少女空手道選手権大会（8月8日～9日 東京都足立区）に日本空手協会石陽館大野静香さんほか2名がそれぞれ出場しました。

特設相談所を開設!!

石川町人権擁護委員会では、次の日程で特設相談所を開設しますので、人権問題でお困りの方は、ご利用ください。

また、人権擁護委員は、特設相談所開所期間以外でも、みなさんの人権擁護のために活動しています。人権侵害などの人権問題で悩んだ場合は、各地区の人権擁護委員又は法務局に相談してください。秘密は厳守されます。

●日時：平成21年10月1日（木）

午後1時30分～午後4時

●場所：石川町老人福祉センター（松木下）

地区の担当委員

担当地区	氏名	連絡先
石川	丹内 春夫	26 - 5512
沢田	郷 信子	26 - 0652
山橋	須藤 洋子	26 - 3658
中谷	阿部 文子	26 - 5889
母畑	大串 秋夫	26 - 6511
野木沢	鈴木 紘一	26 - 4044



丹内 春夫さん

平成21年7月1日付で、丹内春夫さん（字当町）が人権擁護委員として法務大臣から委嘱されました。人権擁護委員は、みなさんの人権が侵害されることのないように、見守り活動や人権問題に関する相談、学校訪問や人権に関する本の読み聞かせなど、みなさんの人権を守るために活動しています。万が一、人権が侵害された場合には、最寄りの人権擁護委員にご相談ください。

がんばれ!! 全国大会!!

人権擁護委員に丹内 春夫さん

石都々古和氣神社例大祭

(9月19日～20日)

石都祭盛會神輿パレード

(9月20日)



まだまだ残暑が厳しいですが、いよいよ石川町にもお祭りの季節が近づいてきました。本年も石都々古和氣神社例大祭が終了した後、恒例の「石都祭盛會・御神輿パレード」を盛大に開催します。

石川町の目抜き通りであるクリスタルロードに各町の11基の御神輿が並び、数百人の担ぎ手が力の限り神輿を担ぐ姿は、壮観の一言に尽きます。

神輿パレードは、石川町の歴史と伝統文化を継承しつつ新しい風を取り入れながら、常に前進し活動が続けて23年、町の風物詩として各所より認知されつつあります。

町内の若者の連帯、世代間や町内外の方々との交流、さらには「石川町の元氣」「石川町の底力」「石川町の活性化」の一助になればと考えております。

本年度も、石川郵便局前に本部席を設置し、クリスタルロード全体で行いますので、皆様お誘い合わせのうえ、多数の方が観覧いただけますよう、よろしくお願い致します。

平成21年9月

石都祭盛會 會長 緑川 孝男



石川母畑
Ishikawa-Bobata

5

出口
EXIT

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!!

プレイベントは県下一の猛暑のなか
7kmをみんなで歩いた!!



▲無事故を祈願し、関係者が玉串奉奠

あぶくま高原道路石川母畑IC～福島空港IC間(3.5km)は8月4日に開通し、福島空港ICでは交通安全祈願祭が行われ、加納町長をはじめ、地元行政区長や地元地権者会長など多くの来賓が参加し、玉串を奉奠して今後の無事故を祈願しました。

また、7月26日には、開通を記念したプレイベント「あぶくま高原道路あるけ歩け大会」が行われ、町内外から395人が参加しました。

この日の石川町は、最高気温35.3度という県下一の最高気温を記録する猛暑でしたが、参加者は高速道路からみる景色を楽しみながら笑顔で元気に歩いていました。

祭りだ! 花火だ!! 夏のイベント

8月、町内では夏まつり、花火、盆踊りなど夏のイベントが盛んに開催されました。

第7回石川きらら夏まつりは8月1日、クリスタルロードで開催されました。吹奏楽、チアリーディング、合唱など南町の特設ステージでは、多彩な音楽イベントが繰り広げられました。また、恒例となったヘッドスライディング大会では新記録が出るなど今年も大変盛り上がりしました。

第5回いしかわ見に花火大会は8月15日、学法石川高校野球場で花火が打ちあげられ、歩行者天国となったクリスタルロードは大勢の花火客で賑わいました。

また、お盆期間中には、町内各地で盆踊りが開催され、笛と太鼓の音が町内に鳴り響きました。



▲石川きらら夏まつり



▲いしかわ見に花火大会



▲双里地区豊年盆踊り大会





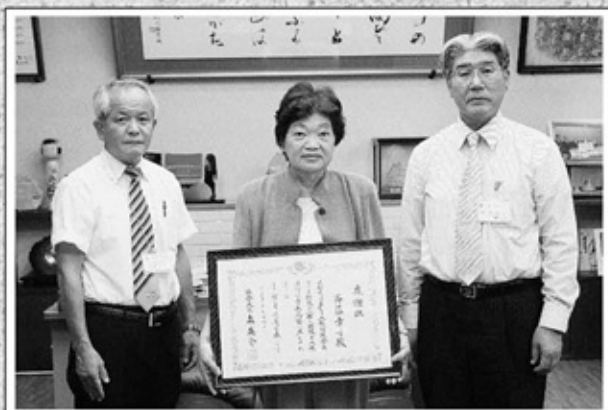
二度と戦争が起きないように 石川小で疎開体験談を聞く会

第二次世界大戦中、石川町に学童疎開した井出治雄さん（東京都荒川区在住）の学童疎開体験談を聞く会は7月6日、石川小学校で開催され同校の6年生が体験談を聞きました。この会は、「学童疎開でお世話になった石川町に恩返しをしたい」という井出さんの好意により行われました。

井出さんは、疎開学童として過ごした4年間の体験から、戦争の怖さ、貧しい生活の苦しさ、疎開の寂しさを話され、「二度とあの苦しい戦争が起きないように、いつまでも平和で豊かな生活ができるように」と平和の大切さを子ども達に訴えました。



街かど 探検隊



斉藤幸子さんに 法務大臣感謝状

斉藤幸子さん（字境ノ内）への法務大臣感謝状伝達式は7月13日、町長室で行われました。

斉藤さんは、平成15年7月から人権擁護委員として、2期6年の長きにわたり、地域住民への人権思想の啓蒙活動、人権侵害防止のための見守り活動や人権相談等、人権擁護活動に尽力されました。

今回の受賞は、長年の人権擁護活動による地域社会への貢献が認められてのもです。

「社会を明るくする運動」 非行防 主催 石川町 石川・東白川地区



夜回り先生が講演 社会を明るくする運動研修大会

第59回社会を明るくする運動非行防止研修大会は7月9日、石川町総合体育館で開催されました。

この大会は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、互いに協力し、犯罪や非行のない明るい社会を築くことを目的に石川町及び石川・東白川地区保護司会が行ったものです。

大会では、夜回り先生こと水谷修さんが「あした笑顔になあれ」夜回り先生からのメッセージ」と題し、これまで水谷さんが行ってきた夜回りの体験をもとに、少年犯罪の現状について講演されました。

講演には、石川・沢田中学校の3年生も聴講し、子ども達は覚醒剤使用など少年犯罪の実態を神妙な面持ちで聞いていました。



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。



天使の歌声にふれて 米良美一ドリームコンサート

石川町文化協会主催の米良美一ドリームコンサートは7月18日、石川町共同福祉施設ホールで開催されました。

映画「もののけ姫」でおなじみのカウンターテナーの米良美一さんの来町に、会場は350人近くの来場者で埋め尽くされ、立ち見が出るほど大盛況でした。コンサートでは、「君が欲しい」、「アメイジンググレイス」など外国の歌、「もののけ姫」、「小さな空」、「花（すべての人の心に花を）」など日本の歌が歌われ、曲の合間には、障がいを持って生まれた米良さんの苦労や、曲がヒットしたことによる苦悩などの体験談も盛り込まれるなど、歌とトークで心温まるコンサートでした。

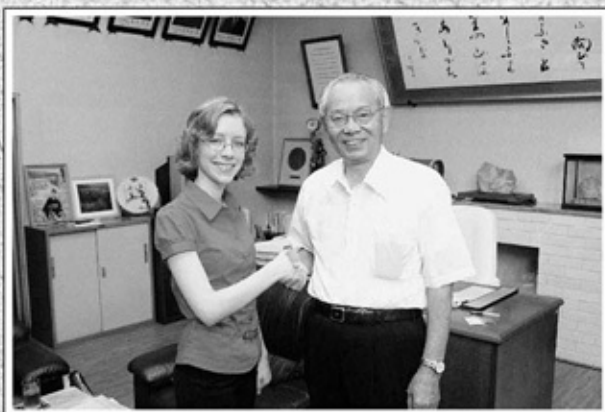


おいしい野菜をありがとう 南小で生産者との給食会

南山形小学校と山形小学校の給食に野菜を提供している南山形集落営農組合生いき野菜クラブ（矢内力ネ子会長）と南山形小学校の小学生とのふれあい給食は7月14日、同校のランチルームで行われました。

この給食会は、給食の食材を提供している生産者と子どもたちが一緒に会食することで、子どもたちが食への関心を高めるとともに、自分たちが住む地域の良さを実感して欲しいと行われたものです。

同クラブは、今年4月から地元南山形で採れた野菜を毎日提供しています。



英語指導助手

シャスタ・カルボさんが着任

8月に、英語指導助手としてシャスタ・カルボさんが着任しました。

シャスタさんは、オーストラリア出身、マードック大学でアジアについて学んできました。

また、武庫川女子大学（兵庫県西宮市）への留学、兵庫県でのホームステイの経験を持つため、簡単な日本語を話すことができます。

将来は、日本文化や日本語を学んで通訳で活躍することを目指しています。

着任のあいさつでは、「みんなと仲良くし、英語の楽しさを教えたい」と抱負を述べました。



小湊登さん

乾燥椎茸で全農理事長賞受賞

小湊登さん（谷地字桐作）は6月5日、第42回全農乾燥椎茸品評会の「上ごんこの部」で全国農業協同組合品評会長賞を受賞しました。

小湊さんは、30年以上前から乾燥椎茸を生産し、現在は、毎年5000本を超える原木に椎茸を植え続け、25000本近くの原木を管理しています。

小湊さんが品評会へ出品したのは今回が初めてであり、今年生産された椎茸がこれまでに品質が良かったことから出品したところ今回の受賞につながったということです。

青春… 真ん中 Q&A



職業▶日大工学部の3年生です。

Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか

A テニスやエスボードなどスポーツです。

Q 将来やってみたいことや夢を聞かせてください

A 音響関係の仕事に就きたいと思っています。

溝井 篤さん(21歳)●字境ノ内

Q 将来どんな町になって欲しいですか

A 笑顔の絶えない町になって欲しいです。

Q 最後に理想のタイプは

A 自分の考えをしっかり持っている人です。

▶次回は、溝井さんの紹介で中田希さんです。

●町民とともに歩む町
いしかわ

みんなの広場



山登りとドライブが楽しみ

AQAQ
お子さんは何人ですか
子どもが2人、孫が4人、ひ孫が1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34年に結婚しました。結婚した頃は私は兄と一緒に石屋を営み、祖父小林和平に職人として厳しく育てられました。妻は結婚当時我が家の農業を支えてくれて、子どもたちが大きくなってからは会社勤めをしました。私は45歳になるまで石屋を続け、その後は工務店に勤務し、住宅の石垣積みや基礎づくりなどをしました。石屋時代には、八幡様の北側にあった五重の塔を現在の神社脇に移設しました。祖父の作った塔を自分が移設できたことはとても感慨深い思い出です。孫ができてからは、家族みんなで行く旅行が楽しみ

ほのぼの 二人三脚 (Q&A)



氏名：小林 和喜さん(76歳)
すみさん(72歳)
住所：沢井字小金石

AQAQ
になりました。水族館で大きな魚をたくさん見た沖縄旅行は特に心に残っています。
お二人の楽しみは何ですか
60歳を過ぎてから二人で始めた山登りとドライブが楽しみです。安達太良山、磐梯山、阿武隈山系などをたくさん登っています。
石川町の一番好きなところを教えてください
北須川・今出川の桜並木が好きです。町外の桜の名所も数多く見えてきましたが、石川町の桜はどこにも負けない桜だと思います。
AQ
町政に望むことは何ですか
人口流出防止のためにも、若者の雇用場所を確保して欲しいです。

HAPPY SMILE

ハッピー

スマイル



原 良輔くん
(1歳)



「いたずら大好き良輔くん。たくましく、心の優しい、元気な“男”に育ってね。」

けんいちパパ・ふみえママ 南山形字笹目田

- 「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

◀サークル紹介コーナー▶第54回

しゅう だん
あつ あたた
集 暖
まれば かい



▲夢はより遠くより早く



▲病気予防のためのワクチン接種も欠かせない

●お問い合わせ先

高橋 孝一
☎ 26-5597



石川競翔連合会
いしかわけいしょうれんごうかい

私たちは、町内を中心とした24名が集まり、鳩の飼育、レースを楽しむ会です。石川競翔連合会は、勝ち負けにこだわらず、鳩の飼育、改良、レースを楽しむ、会員の親睦を図るために、平成14年に発足しました。

レースは、春レース(1月から5月)、秋レース(9月、11月に分かれ、1000km、10000kmの長距離を実施されます。最近では、鳩レースもデジタル化が進み、自動入舎システムにより飼いが不在でもレースを楽しむことが出来るようになりました。

また、レースのほかに、ボランティアで運動会の開会式の放鳩なども協力しています。

鳩レースは、レースに参加した鳩が、自分の棲家を目指し上空に現れた時の感動がだいご味です。石川競翔連合会では、一緒に鳩レースを楽しんでくれる会員を募集しています。

地域の情報発信基地を目指して 沢田自治センターから

地域の元気がまちの元気に!!

公民館から自治センターとなり早や5ヶ月が経ちますが、日頃から地域の皆さんに支えられていることを実感しながらセンター事業を実施しています。

8月9日には、自治センター発足記念と題して、「さるすべりまつり」が開催されましたが、このイベントにつきましても、沢田地区まちづくり委員会をはじめ、区長会、沢井集落資源保全会、さるすべり公園整備実行委員会、自治センター運営委員会など、地区内各団体の皆さんのご支援、ご協力があったからこそ、多くの方々のご参加のも

と大盛況で終わることができました。この場を借りて関係者の皆さんには感謝を申し上げます。

自治センターは、ある時は書道教室など学習の場として、またある時はカラオケ教室など趣味や地区民の交流の場としてご利用を頂いていますが、これからも、地域の皆さんの役に立つ多くの情報を発信し、沢田地区のまちづくりに貢献していきたいと考えていますので、地区民の皆さんには、これからも変わらぬご支援とご協力をお願いいたします。



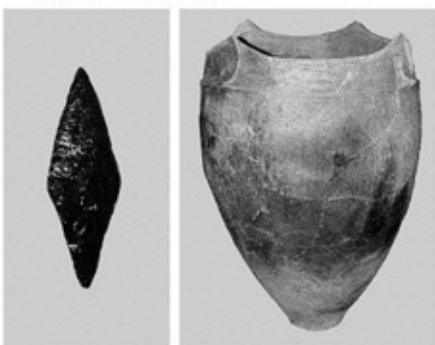
▲さるすべりまつりの様子



▲沢田自治センター



▲旧石器時代から平安時代までの考古資料を多数展示しています。



▲左：尖頭器（槍先につける） 右：縄文土器

企画展開催のお知らせ

学校法人石川義塾所蔵 考古資料コレクション展

学校法人石川義塾（石川義塾中学校・学校法人石川高等学校）が所蔵する考古資料の品々を、11月8日（日）まで、石川町立歴史民俗資料館にて展示しています。展示内容は左記のとおりです。

①森嘉種氏らによって収集された考古資料の展示。本町の鳥内遺跡から出土したヤジリ（言矢の先）ほか多数。

②昨年度同校考古学部が「全国高校生歴史フォーラム2008」で、最高賞の優秀賞に輝いた研究成果の展示。
是非、この機会にご覧ください。

◇期間 平成21年8月7日（金）～11月8日（日）

※月曜日・祝日休館

◇時間 午前9時～午後4時

◇会場 石川町立歴史民俗資料館 3階展示場（観覧無料）

※「宝物を探して」はお休みします。

国保だより

医療費が高額になったとき (70歳以上75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。

■外来の場合

病院や診療所の窓口で一部負担金を全額支払います。その額が下表〔外来(個人)〕の限度額を超えた場合、申請によりその超えた額が支給されます。

■入院の場合

病院や診療所の窓口では、下表〔外来+入院(世帯)〕までの額を支払い、その額を超える支払いはありません。

■世帯で入院及び外来が複数あった場合

70歳以上75歳未満の人の同じ診療月の外来・入院の窓口負担の額(「外来の場合」で高額療養費として支給された額は除く)を合計します。その合計額が下表〔外来+入院(世帯)〕の限度額を超えた場合、申請によりその超えた額が支給されます。

◆自己負担限度額(月額)

所得区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
一般	12,000円	44,400円
現役並み所得者	44,400円	80,100円 医療費が267,000円を超えたときは、超えた分の1%を加算
低所得者Ⅱ	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ	8,000円	15,000円

●低所得Ⅰ・Ⅱの人は、入院の際に「限度額適用・標準負担額減額認定証」が必要となりますので国保係窓口申請してください。

現役並み所得者

同じ世帯に課税所得が145万円以上の70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者がいる人。

ただし、70歳以上75歳未満の人の年収の合計が2人以上の世帯で520万円未満、1人世帯で383万円未満の場合は、申請により「一般」となります。

低所得者Ⅱ

世帯主と国民健康保険加入者全員が住民税非課税の人。

低所得者Ⅰ

世帯主と国民健康保険加入者全員が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたとき0円となる人。

高額療養費対象額の計算方法

- 対象となるのは保険診療の一部負担金のみ。(入院時の食事代や差額ベッド代、歯科の自由診療は対象になりません)
- 月の1日から末日まで、暦月ごとの受診について計算
- 外来は個人ごとにまとめ、入院を含む自己負担額は世帯内の70歳以上75歳未満の人で合計して計算
- 病院や診療所、歯科の区別なく合計して計算

●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

権利擁護研修会 ～権利を守るとは～

7月21日に、民生児童委員や介護保険・福祉関係者を対象に権利擁護研修会を開催しました。

この研修会は、高齢者虐待や成年後見制度などをテーマに、高齢者の権利を守るために必要なことを考えようと、平成18年度から実施しているものです。

研修会では、渡利地域包括支援センター(福島市)松崎暁世先生を講師に迎え、「地域で暮らすための権利擁護」をテーマに、認知症や高齢者虐待の事例を通して、その人が地域の中でその人らしく生きていくために、どう支援すべきかをみんなで考えました。

参加者は、経済的虐待や身体的虐待、認知症など大変な状況の中でも、そこに携わる人達が、協力し知恵を出し合って支援することで、多くの人の権利が守られました。

また、研修会の最後では、認知症をテーマにした歌「手紙〜親愛なる子供たちへ」を聴き、会場では感動のあまり涙ぐむ人もいました。

「権利擁護」は、障がいがあっても、高齢であっても、どのような問題を抱えていても可能な限り本人の声を尊重し、本人の頑張る力を応援していくことです。そのためには、関わる人達みんなが役割分担し協力していくことが大切です。

地域包括支援センターでは、認知症や高齢者虐待、成年後見人制度などの相談も受け付けています。お気軽にご相談ください。



●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!

玉ねぎの忘れ煮と野菜の水キムチ風

今月の食改さん

荒川賢子さん(屋敷入)

材 料 (4人分)

玉ねぎの忘れ煮

玉ねぎ……………小4個
だし汁……………6カップ
鶏ひき肉……………100g
砂糖……………大さじ1
A 酒……………大さじ1
薄口しょうゆ…小さじ2
塩……………小さじ1/3
片栗粉……………大さじ1
水……………大さじ1
生姜の絞り汁……………少々
青菜又はオクラ…お好みで

野菜の水キムチ風

大根……………200g
きゅうり……………1本
梨又はりんご……………1/2個
塩……………大さじ1
水……………2カップ
酒……………大さじ1
B 生姜(千切り)……………1かけ
にんにく(薄切り)……………1/2かけ
赤唐辛子……………1本
いりごま(白)……………小さじ1



●作り方

玉ねぎの忘れ煮

- ① 玉ねぎは両端を少し切り落として皮をむいて鍋に並べ、出し汁を2カップ注ぐ。
- ② 中火にかけて煮立ったら、落とし蓋をして弱火で時々アクをすくい取りながら30分以上じゅくじゅく煮る。
- ③ 鶏ひき肉は別の鍋で、Aの調味料を加え中火にかけ、箸3〜4本を使って手早く混ぜる。ぱらっとするまで炒り、②の煮汁に出し汁4カップと塩を加える。
- ④ ③が煮立ったら片栗粉を分量の水で溶いて回し入れ、手早く混ぜてとろみをつけ生姜の絞り汁を加える。
- ⑤ ②の玉ねぎを④の鍋に入れて温め、器に玉ねぎ、汁、茹でた青菜やオクラと一緒に盛り付ける。

野菜の水キムチ風

- ① 大根は4〜5cmの長さに切り、6〜7mmの棒状に切る。
- ② きゅうりは4〜5cm長さに切り、4〜6等分に切る。
- ③ ①と②に塩を混ぜて2〜3分置く。
- ④ 梨又はりんごは皮をむき3〜4mmの厚さのいちょう切りにする。
- ⑤ 赤唐辛子は種を取って半分に切り、Bを全て合わせる。
- ⑥ ③、④、⑤を合わせて冷蔵庫で30分以上冷やす。器にBの水に調味料を加えた汁ごと盛り付け、食べる直前に白ごまをふる。

●荒川さんの一言

季節の野菜や果物を使った、さっぱりした水キムチ風です。果物の甘味で辛さが抑えられていて辛いのが苦手な方でも美味しく食べられます。玉ねぎ煮は、丸々1個を使い軟らかくなるまで煮るので、玉ねぎの甘味が増して、お子さんから高齢者の方まで喜ばれると思います。鶏ひき肉を加えると、旨味が出て美味しいですよ。

●栄養士から一言

玉ねぎと赤唐辛子は、どちらも食欲増進、新陳代謝の活発化、血行をよくする作用があります。生活習慣病予防に役立ちます。玉ねぎの栄養をより効果的に摂取するには、煮込み調理やスープがおすすめです。ぜひぴったりの一品ですね。

メタボリックシンドローム 及び予備群の方へ



～特定保健指導が始まりました～

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の状態になると動脈硬化が急速に進み、心臓病や脳卒中などの循環器病や糖尿病の合併症等の発病につながりやすくなります。そこで、生活習慣病に進行しないための保健指導(運動や食事を中心とした)を行います。

平成21年度の特定健康診査の受診者は、1,335人でした。そのうち、動機づけ支援の対象者は200人、積極的支援の対象者は98人でした。

対象の方には、保健師や栄養士が初回面接を行い、生活習慣改善の目標設定をします。その後定期的に電話、メール、FAX、面接で生活習慣の改善が図られているかを確認します。6か月後に目標が達成できたかどうか、身体状況や生活習慣に変化が見られたかなどで振り返ります。

動機づけ支援、または積極的支援の対象者になっている方は、この機会に自分の生活習慣を見直して病気の予防に努め、健康的な生活を送りたい。そのお手伝いを保健センターのスタッフがしますのでご相談ください。

●お問い合わせ先 保健センター ☎26-8416

特定保健指導の対象者のグループ分けの判定基準

腹 囲 男性85cm以上 女性90cm以上	追 加 リ ス ク				対 象	
	①血 糖 空腹時血糖値 100mg/dl 以上 または HbA1c 5.2% 以上	②脂 質 中性脂肪 150mg/dl 以上 HDLコレステロール値 40mg/dl 未満 のいずれかまたは両方	③血 圧 収縮期血圧(最高血圧) 130mmHg 以上 拡張期血圧(最低血圧) 85mmHg 以上 のいずれかまたは両方	④喫煙歴 最近 1 か月以内に 喫煙	40～64歳	65～74歳
腹 囲 が 基準値以上の人	①～③のうち 2 つ以上該当					積極的支援 動機づけ支援
	①～③のうち 1 つ該当				あり	
	該当しない				なし	
上記以外で BMI 25 以上 BMI ＝体重(kg)÷身長(m)÷ 身長(m)	①～③のうち 3 つ該当					積極的支援 動機づけ支援
	①～③のうち 2 つ該当				あり	
	①～③のうち 1 つ該当				なし	
腹 囲 も BMI も正常	該当しない					情報提供
						情報提供



コーナー

(平成21年7月1日～7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
鈴木 葵	(和 也・百合子)	双 里
後藤 啓汰	(寛 明・真奈美)	中 野
橋本 力輝	(尚 樹・美 佳)	山 形
大竹 祐誠	(敦 ・由 紀)	松木下
福田 りお	(量 次・尚 子)	湯郷渡
泉 佳希	(真 重・友 美)	梁 瀬
齋藤 優希	(昭 彦・圭 子)	塩ノ平
添田 茉那	(大 輔・由香理)	弥 吾
瀧口 愛弓	(清 勝・由喜子)	母 畑
水野 櫻音	(進 ・千 春)	双 里
秋山心々菜	(裕 一・幸 子)	北 町
鈴木 翔	(章 稔・浩 子)	沢 井
近内 美月	(芳 広・春 江)	中 野



カップル誕生

新 郎 新 婦 (出身地)

永沼 久典 (新 町)・濱尾かおり (郡山市)
一ノ瀬龍志 (中 野)・望月亜耶乃 (中 野)
中谷 法夫 (古 館)・青山 友美 (古 館)
鈴木 謙治 (北 山)・水野 直美 (古殿町)
石井 聡美 (棚倉町)・円谷沙也加 (下 泉)
小木 忠則 (塩 沢)・平松亜由美 (塩 沢)
星 祐太 (大字新屋敷)・佐藤 希 (大字新屋敷)
佐藤 仁也 (白 石)・須田佐知子 (玉川村)
添田 健二 (弥 吾)・佐藤奈津美 (矢吹町)



おくやみ

氏 名	住 所
志 賀 光 男	屋敷入
根 本 令 宣	坂 路
福 田 ミ サ	母 畑
緑 川 ヨシノ	南 町
矢 内 川 芳	長久保町
緑 川 ツ	当 下
大 平 義 之	泉
西 牧 シ モ	屋敷入
緑 川 サヨ子	南山形
高 橋 は る	沢 井
近 内 恒 芳	中 野
深 谷 ハツヨ	中 田

CALENDAR

石川町 9～10月の主な予定

9月 ● September

15 火		
16 水		
17 木		
18 金		
19 土		
20 日	石都祭盛會神輿パレード 在宅当番医	クリスタルロード ひらた中央病院(平田村)
21 月	在宅当番医	ひらた中央病院(平田村)
22 火	在宅当番医	ひらた中央病院(平田村)
23 水	在宅当番医	ひらた中央病院(平田村)
24 木	3歳3ヶ月児健診 (13:00～)	保健センター
25 金	心配ごと相談 (10:00～15:00)	老人福祉センター
26 土		
27 日	在宅当番医	富永医院(浅川町)
28 月		
29 火		
30 水	1歳児教室 (9:45～)	保健センター

10月 ● October

1 木		
2 金		
3 土		
4 日	在宅当番医	大野診療所
5 月		
6 火		
7 水		
8 木	3～4ヶ月児健診 (13:00～) BCG予防接種 (13:00～)	保健センター 保健センター
9 金	心配ごと相談 (10:00～15:00) パピマクラブ (18:45～)	老人福祉センター 保健センター
10 土	行政書士無料相談会(9:00～12:00) スターライトフェスティバル2009 (12日まで)	石川町公民館 母畑レークサイド センター
11 日	在宅当番医	ひらた中央病院(平田村)
12 月	在宅当番医	ひらた中央病院(平田村)
13 火		
14 水	2歳児教室 (9:30～) ふれあい広場 (9:30～)	保健センター 第二保育所

今月の 納期

- 9月25日(金)までに納めましょう
国民健康保険税 第3期
介護保険料 第3期
- 9月30日(水)までに納めましょう
後期高齢者医療保険料 第2期

お詫び 8月号選挙のページに、パンチ処理ミスにより写真及び文章に欠落箇所がありました。
お詫び申し上げます。

「ひまわりのように明るく元気に育ちますように!!」



第一保育所 らいおん組のみなさん

年長児が収穫した花の種を毎年育てています。そお〜っと土に埋め、毎日水をやりながら「早く芽がでないかなあ〜」と大切に大切に育ててきました。そして今年も大きな大きなひまわりが咲きました!! その喜びをクラスみんなで絵に表現してみました。

編集後記

夜回り先生は、「子どもたちの自己肯定感」という言葉を使って、子どものありのままの姿を受け入れてあげることの大切さを話していました。しかし、素直に相手を受け入れる、素直に現実を受け止めることは、言葉にすると簡単ですが、固定観念などが邪魔して簡単には出来ないような気がします。人は一人で生きるのは大変です。相手が自分の存在意義を認めてくれる、そんな温かさが「生きる勇気」になるのでしょうか。
(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）

沢田小学校6年 諸岡えりすさん



- Q. 毎日の通学などで防犯に気をつけていることは？
- A. 万が一のために防犯ブザーをつけ、不審者にあわないように弟と一緒に下校しています。
- Q. 将来の夢を聞かせてください。
- A. ピアノの先生になることです。4年生から習っているピアノが楽しくて、曲を弾くことが大好きだからです。

表紙の 登場人物

第一保育所に通う西牧 明莉（あかり）ちゃん、隔稀（はるき）くん、祖父の和美さん、祖母のアキヨさんです。



町の人口

● 8月1日現在住民基本台帳 ●

	17,937人 (△ 10)
男	8,778人 (3)
女	9,159人 (△ 13)
世帯数	5,720戸 (0)

() 内前月比