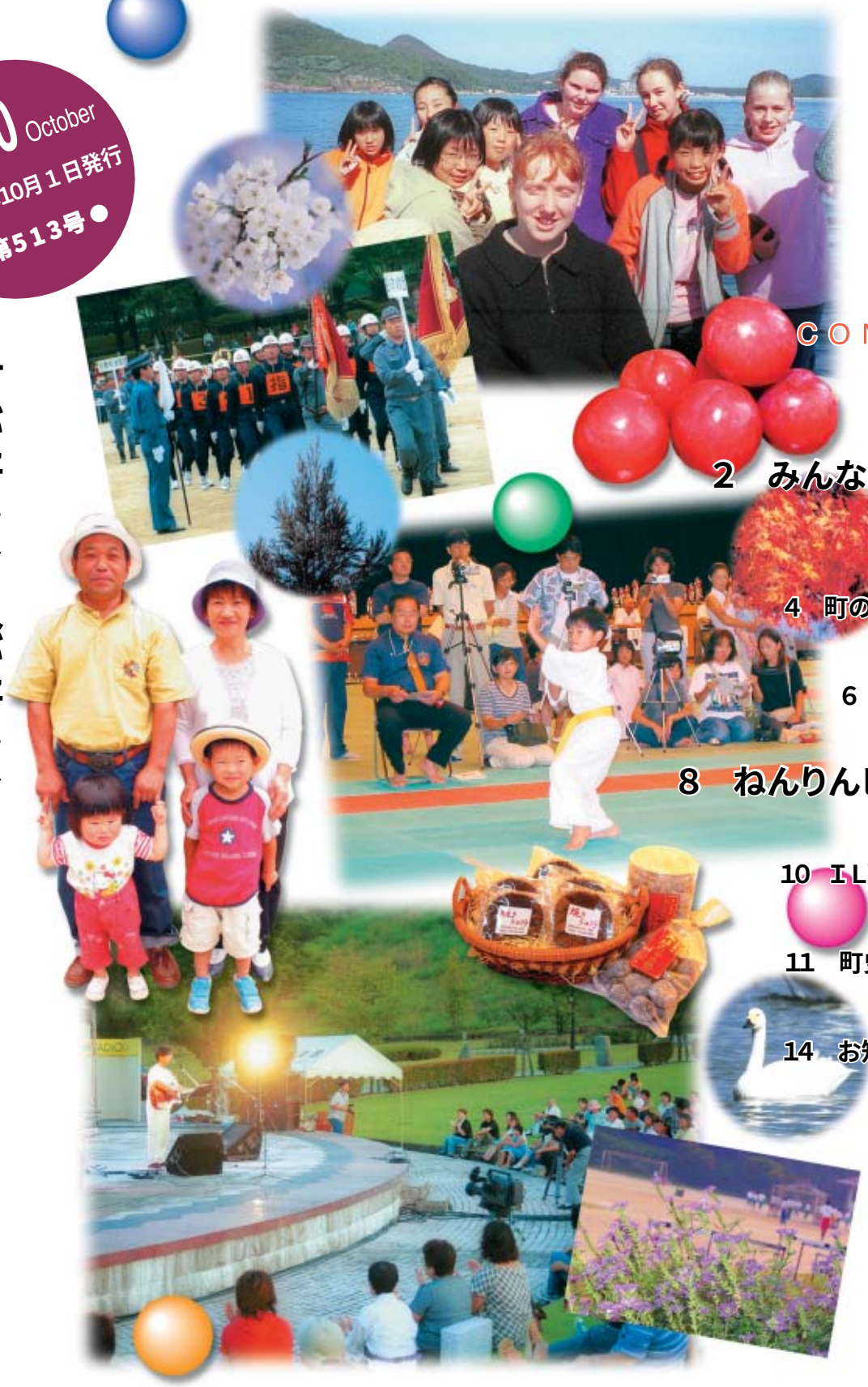
広報

いしかわ

2002 10 October
平成14年10月1日発行
●第513号●

町が好き、人が好き、
みんなでつくる町が一番好き



CONTENTS

2　みんなで進めよう健康づくり
4　町のホットニュース
6　みんなの広場
8　ねんりんピック2002
10　I Like Ishikawa
11　町史編纂室だより
14　お知らせコーナー

SAKURA
SUGI
UGUISU

みんなで進めよう健康づくり
健康いしかわ21
パート(月)

石川町では、第4次総合計画（キララ21プラン）の5本の柱の一つ「人にやさしく健康で安心して暮らせるまち」の実現を目指し、健康いしかわ21計画を作成し、本当の健康とは何か、みなさんと考え、目標に向かって健康づくりをするための資料としています。

"健康いしかわ21"の目的とは

高齢化社会の進展及び生活習慣や生活環境の変化に伴って、がん、脳血管疾患、循環器疾患等の生活習慣病の割合は年々増加しており、それに伴い近い将来、要医療者及び要介護者の増加が懸念されています。

このようなことから、国は平成12年3月に国民健康づくり運動「健康日本21」を定め、さらに、県では平成13年度に「健康ふくしま21計画」を策定し、従来までの寿命の延伸だけでなく病気や障害があっても、生きがいを持って自立した生活ができる期間、いわゆる健康寿命の延伸を実現するため、生活習慣の改善により、健康を増進し発病を予防する「一次予防」の推進や、社会環境の改善をも含めた健康づくりが重要であるとしています。

このようなことから本町でも、総合的・長期的な視点から、町民一人ひとりが実践する健康づくりを基本に家庭、学校、職域、地域等が一体となった健康づくりの展開と、社会的専門的支援を図るため、具体的な行動計画として「健康いしかわ21計画」を策定したものです。

計画策定の視点

計画の策定にあたっては、「本町独自の地域性を考慮した数値目標」と「町民の参加」の2本立てとしました。「町民の参加」については「健康づくり推進協議会」を開催し町民の意見を取り入れ、さらに、町民アンケートを実施し、成人（20代～80代の男女、中学生、高校生の生活習慣に関する意識調査を取り入れました。健康の実現は個人の健康観により一人ひとりが主体的に取り組む課題ですが、個人の力と合わせて、社会全体が個人の主体的な健康づくりを支援するという視点で策定しました。

●計画の役割

この計画は、石川町第4次総合計画「キララ21プラン」の「人にやさしく健康で安心して暮らせるまち」の実現を目標とし、町、関係団体において推進する健康づくり事業の指針であるとともに、家庭・地域・学校・職場等が一体となって取り組む計画であります。

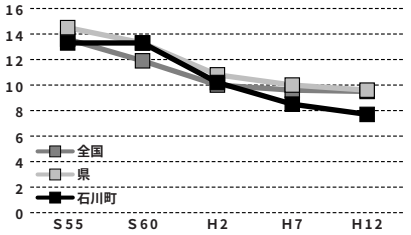
●計画の期間

この計画の期間は、平成14年（2002年）度を初年度とし、平成23年（2011年）度を目標年度とする10年間とします。

計画の中間年度である平成18年（2006年）度を目途に、計画の中間評価と内容の見直しを実施します。

●出生率の推移（人口千対）

出生数は、全国同様年々減少の一途をたどり、出生率は平成７年以降全国、県を更に下回る結果になっています。

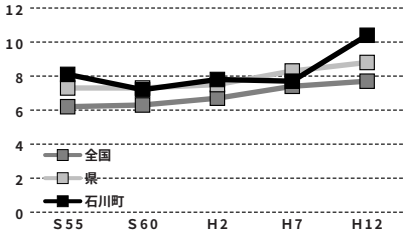


●死亡率の推移（人口千対）

死亡数は、ここ20年間やや横ばい状態ですが、死亡率は国、県を上回った状態で移行しており、年齢調整死亡率でみると平成７年には下回った状態になりました。

年齢調整死亡率　平成２年　石川町5.8、県5.6
　　平成７年　石川町4.7、県5.3

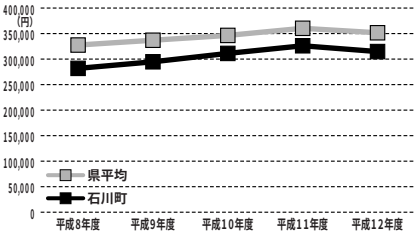
(注)年齢調整死亡率は、年齢構成が著しく違う人口集団の間での死亡率や特定の年齢層に偏在する死因別死亡率などをその年齢構成の差を取り除いて比較する場合に用いるものである。



●医療費の推移

１人当たりの医療費（一般、退職、老人の計）は、過去５年間を見ると少しずつ上昇傾向にあり、平成12年度は前年よりやや低くなっています。いずれの年も県平均よりは、大変低い状況にあります。

（国民健康保険調べ）

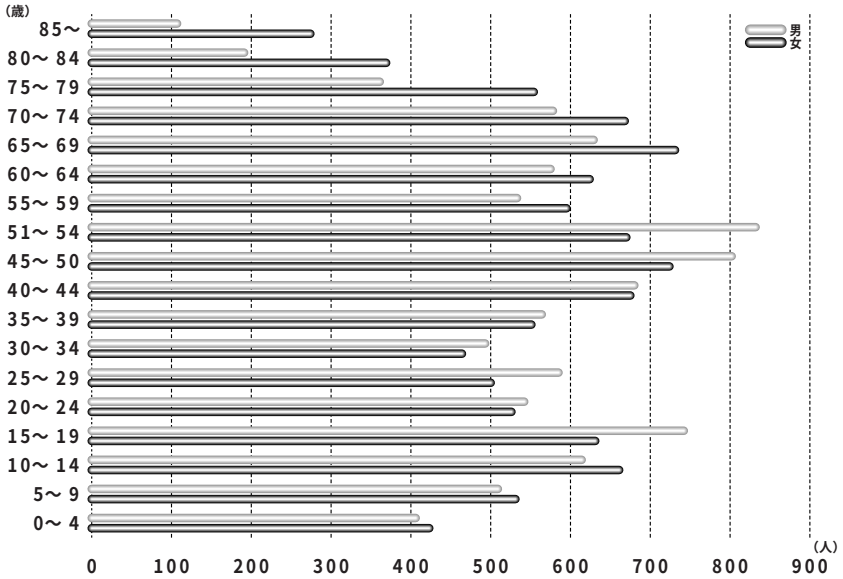


単位：円

区　分	平成８年度	平成９年度	平成10年度	平成11年度	平成12年度
石川町	281,832	294,708	311,126	326,089	314,742
県平均	327,524	336,942	346,398	360,348	351,572

人口構成 年齢別（男9,743人 女10,171人 計19,914人） 平成12年国勢調査

本町の人口構成は、65～74歳、45～54歳、そして10～19歳の年代の３つの頂点が特徴であります。若年層は15～19歳をピークに減少し、今後、少子高齢化の傾向が進んでいくと推計されます。

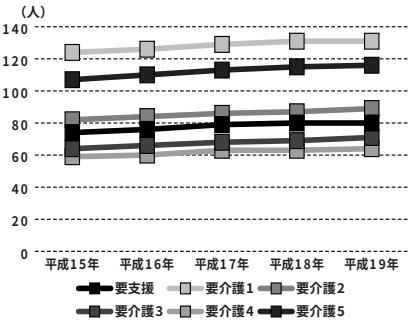


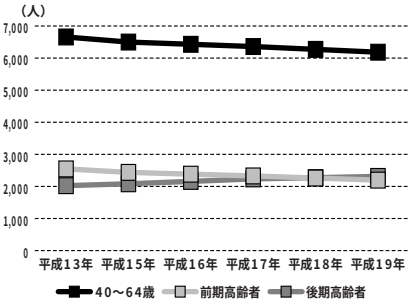
●要介護高齢者等の推計数

介護度の高い人を減少させ、要支援以下の元気高齢者を増やしていくような対策が望まれます。

（平成14年度石川町介護保険給付費推計）

(注)前期高齢者：65～74歳　後期高齢者：75歳以上

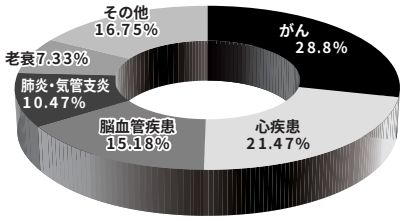




●平成13年死亡原因（総数191人）

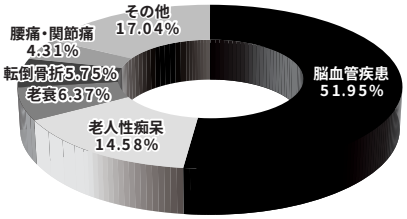
本町では、がん、心疾患、脳血管疾患等の生活習慣病による死亡が全体の６割以上を占め、次に肺炎、老衰の順となっています。

（石川町保健センター調査）



●寝たきりの原因

寝たきりの原因の半数以上は、脳血管疾患になっており、次いで老人性痴呆、老衰、転倒、骨折の順となっています。県全体の平均と比較すると、老人性痴呆が2.4倍になっています。　（平成10年高齢者基礎調査）



●町民アンケートの内容　平成13年９月に実施（保健衛生協力員の手渡しによる）

《成人》20代～80代の男女1,658人●質問事項 ①栄養・食生活 ②身体活動・運動 ③こころの健康 ④喫煙 ⑤アルコール ⑥歯の健康

《中学・高校生》中学校２校、高等学校2校の1,425人●質問事項 ①たばこ ②アルコール ③こころの健康 ④歯の健康

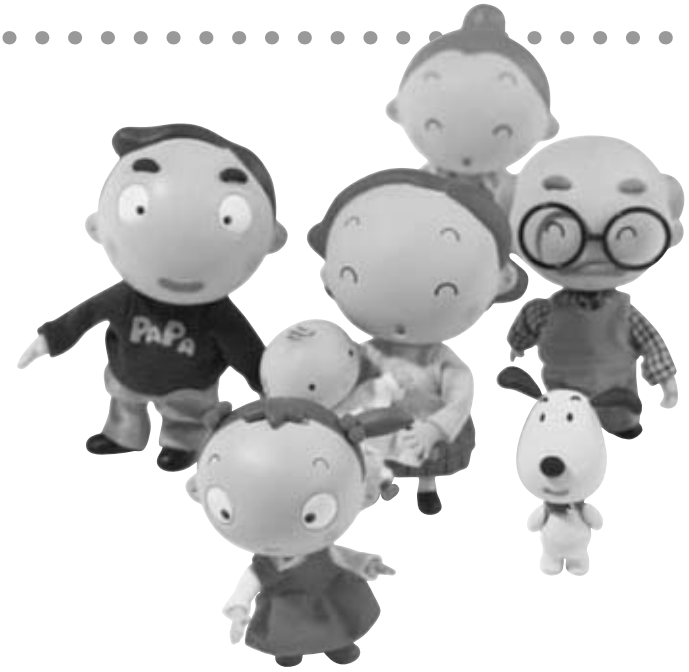
世界の恒久平和を願って

8月15日、役場分庁舎平和の像前で、石川町民平和祭が行われました。

石川町平和の会主催で7回目。

町民ら約80人が参列するなか、西牧立博町長らが「世界の恒久平和、戦争のない世界を」とあいさつ。遺族会沢田分会長の近藤宣昭さんらが献花し、富岡正夫さんが「戦死した兄」の体験談を語りました。

また、溝井慎吾さん（学法石川高、我妻春佳さん（郡山東高）が、『核兵器廃絶・不戦・平和の町』を宣言し、世界の恒久平和を願いました。



VS

町内7会場で町政懇談会を開催

8月19日～28日まで、町内7会場で町政懇談会が行われました。

延べ235人（男207人・女28人）が出席。西牧立博町長が第4次総合計画を柱にした重点事業や市町村合併について、さらに三瓶善和企画商工課長も市町村合併の歴史やメリット・デメリットなどについて説明し、出席者からの意見を求めました。

出席者の多くは、合併に対する意識は高まっているものの、地域の問題を取り上げた意見・要望が多かったようです。

ポール先生・フィオナ先生ようこそ石川町へ

7月29日、1年間外国語指導助手としてポール・ライト先生（右）が着任し、石川中・沢田中で生きた英語指導に当たっています。

また、8月1日には、国際交流員として平田村、古殿町で活躍されたフィオナ・スロスホーバー先生（左）が着任し、保育所、小学校などで子どもたちと触れあっています。

2人ともオーストラリアの出身です。1年間よろしくお願いします。

HOT NEWS

町の
ホットニュース

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。

天栄村ブリティッシュヒルズで英国文化体験

8月8日～10日まで、天栄村にあるブリティッシュヒルズで、英国文化体験教室が行われました。国際理解教育推進事業として進めているもので、小学5・6年生60人が参加するという人気ぶり。

10のグループに分かれ、英語を使ったカード遊びなどの体験活動を行いました。

施設に入れば英国といった雰囲気に加え、言葉はすべて英語。子どもたちは、戸惑いながらも、使える英語や手振りで言葉を交わしていました。

石川地区音楽祭 石川小・石川中が合唱・合奏で金賞

8月29日、総合体育館アリーナで石川地区小・中学校音楽祭が行われました。

合奏、合唱の種目に20の小学校、9つの中学校が参加し、練習の成果を披露していました。

小学校の部、合奏で金賞に輝いたのは石川小「交響曲第8番「未完成」第1楽章」、合唱も石川小「女声・同声合唱曲集「地平線のかなたへ」より二十億光年の孤独」、また中学校の部では、石川中も合唱・合奏ともに金賞に輝いています。

姉妹都市角田市との武道大会 柔道の部が総合優勝

9月1日、総合体育館アリーナで、姉妹都市角田市・石川町親善武道大会が行われました。

開会前には本町の参加者全員で角田市のみなさんをお出迎え。昨年、柔道、剣道の部で優勝した角田市から優勝旗が西牧立博町長に返還され、添田宇宙さん（石川中）と角田友紀さん（石川中）が選手宣誓をしました。

小学生から一般、女子の部まで約150人が参加し、部門ごとに熱戦が繰り広げられました。石川町チームは柔道の部が総合優勝に輝きました。

こんにちは

みんなの広場

青春ど真中Q&A

新屋敷字鳥内

野内美智子さん（23歳）

職業▽JAあぶくま石川で金融窓口の業務をしています。

Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか

A 友だちと買い物や旅行に行くことです。

Q 将来の夢を聞かせてください

A 今後もまた、いろいろな所に旅行に行きたいと思っています。さらに、時間を忘れて、のんびりと温泉めぐりの旅にも出かけてみたいです。

Q 町政に望むことはなんですか

A 子どもからお年寄りまで、楽しくゆったり過ごせる温泉施設が一つになっている多目的施設があればと思います。

Q 最後に理想の男性のタイプは

A 優しくて思いやりがあり、意志の強い人です。

次回は野内さんの紹介で、小平　大輔さんです。

ほのぼの二人三脚Q&A

このコーナーでは、金婚式（結婚50年）を迎えられたご夫婦を紹介していきます。

関根　良一さん（74歳）
晴代さん（66歳）

住所／母畑字滝ノ平

Q お子さんは何人ですか

A 子どもは3人授かり、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27年4月に結婚。青年期は、戦中の食糧増産体制により、当時の母畑村から3人招集され、矢吹町の現県立農業短期大学付近を開墾しました。結婚後は、父が地域のあらゆる役職を勤めていたこともあり、妻とともに葉タバコ、水稲、麦などの農業に専念。当時は手作業、馬耕作もありましたが苦労したことを思い出します。また、葉タバコ、米などは現金に換え、米が不足すると麦を主食にすることもありました。

Q お二人の楽しみは何ですか

A 良一さん　冬期間の鉄砲打ちです。
晴代さん　野菜づくりです。

Q 石川町の一番好きなところを教えてください

A 高田桜と母畑湖の紅葉風景です。

Q 町政に望むことは何ですか

A 藤扱沢から玉川村の須釜にぬける道路の改良です。

HAPPY SMILE

「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便りください。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願います。

川音　夏琳（かりん）ちゃん

矢ノ目田
雅浩さん・俊子さんの長女
平成13年8月13日生まれ

「元気で優しい子どもに育ってね！」

各地で活躍する石川にゆかりのある人

人物発見伝

大阪府　渡邉　登さん

ふるさとを離れ、年を重ねるごとに石川町の大切さを感じています

◆生まれはどこですか

山形の横山生まれです。

◆どんな思い出がありますか

子どもの頃、夏休みには葉タバコの仕事をして友だちと泳ぎに行き、県立石川高校時代は、近くの集配所まで牛乳を届け、当時の高校はアルバイト禁止でしたが、山桜酒店の旦那さんが町の教育関係の仕事をしていたので、特別にバイトしていました。

18歳でふるさとを離れましたが、石川町の人々の温かい思いやりが、私の源になっています。

◆今、どんなことをしていますか

高校を卒業後、ホテルプラザ大阪に入りお菓子づくりに研鑽しました。昨年の12月まで、京都センチュリーホテルの製菓料理長を務め、その研究の成果を菓子博覧会などに出品し、数々の賞をいただき嬉しく思っています。現在は埼玉県にある鐘淵化学工業の研究室グループ・テクニカルアドバイザーとして、菓子づくりに必要な油や生クリームなどの製造に対する研究をしています。

また、関西福島県人会京都会の幹事、石川町「キララ大使」も務めています。

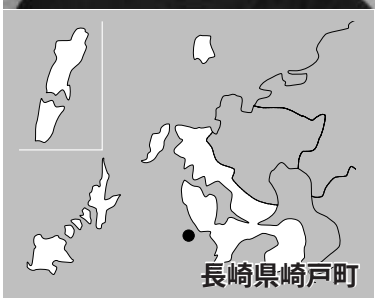
◆あなたから見る石川町は

年に一度訪れますが、自然に包まれたふるさとは、日々の疲れを癒してくれます。また、アルファ・ミュージックのような田園風景。ふるさとを離れ、年を重ねるごとに石川町の大切さを感じています。

▲調理学校で生徒を指導しているようす

私のふるさと

鹿ノ坂　金沢まるみさん



◆あなたの故郷はどんな所ですか

昭和30年代まで全国有数の石炭の町として栄え、現在、唯一の製塩工場を基幹産業とした五島灘の景観、好漁場を生かした手づくりの観光開発、水産業に力を注いでいる、人口約2千3百人の長崎県崎戸町です。

私は人口約2百人の平島の漁業家で生まれ育ち、今でもイセエビ、アワビなどを収穫しています。春から秋は、釣り人で賑わい、美しい景観も楽しんでいるようです。冬は潮風で寒くなる地域です。

◆いつ、石川町に来ましたか

昭和59年5月に来ました

◆石川町の印象は

雪がとても珍しく大はしゃぎしたことを思い出します。また桜の美しさに感動させられました。人々も人情味があり、秋まつりに参加したり、仲間とバレーボールをして楽しく過ごしています。

◆町政に望むことは何ですか

子どもを保育所に送迎するのに、歩道が狭く危険な思いをしました。これから就職する時期を迎え、町内に努める企業が少ないです。また、各商店には駐車場が少なく不便に感じています。さらに、安心して飲める水道水であってほしいです。

「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お聞きしています。登場したい方は、総務課広報広聴係までご連絡ください。

矢内　南海（みなみ）ちゃん

南山形字堂ノ平
忠次さん・美香さんの長女
平成13年7月28日生まれ

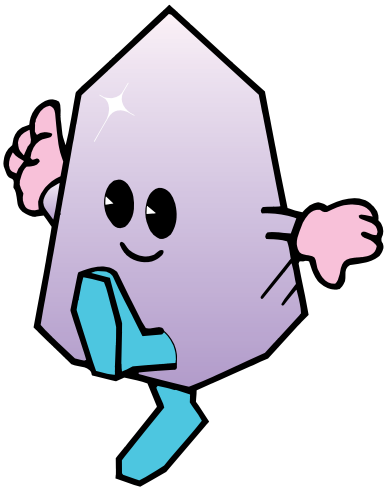
「笑顔の絶やさない、明るい子になってネ!!」

福祉祭ふくしま大会

んピック2002

Fukushima Red
美しい出会い　美しいふれあい

Fukushima Yellow
美しい未来



10月20日(日)21日(月)

ゲートボール交流大会を開催

クリスタルパーク・石川
〔石川町総合運動公園・多目的広場〕

96チームが24パートで熱戦!!

母畑チームはAパートに登場

高齢者を中心とするスポーツ・文化・健康・福祉などの総合的な祭典である『第15回全国健康福祉祭ふくしま大会（うつくしまねんりんピック2002）』が平成14年10月19日(土)～22日(火)までの4日間、県内10市13町1村を会場として開催します。

石川町では全国から96チーム、約700人の選手が参加してゲートボール交流大会が行われます。

全国から石川町を訪れる選手、役員のみなさんを温かくお迎えし、盛り上がりのある交流大会にしましょう。

母畑チームが出場するAパート〔第1コート〕の対戦表

10/20(日)
リーグ戦開始！

母畑チーム
（福島県石川町）

- ワロー21世紀（大阪市）　第３試合・午前11時10分～
- 信州上田（長野県）　第５試合・午後12時20分～
- 南種子（鹿児島県）　第11試合・午後３時50分～

10月19日(土)　母畑温泉「八幡屋」

①代表者会議…… 午後６時～

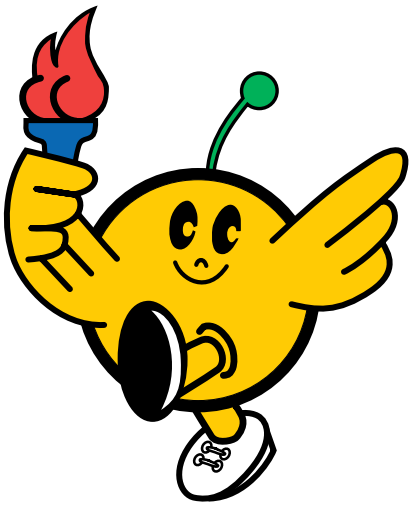
10月20日(日)総合運動公園多目的広場

①歓迎アトラクション…… 午前８時45分～
②開始式…… 午前９時～
③予選リーグ戦　午前10時～午後５時まで

10月21日(月)総合運動公園多目的広場

①決勝トーナメント… 午前９時～午後12時50分まで
②表彰式…… 午後１時20分～

10月20日(日)・21日(月)
総合運動公園多目的広場
健康づくり教室　午前９時～午後５時まで
（ただし、21日(月)は午後１時まで）
〔体力測定・ニュースポーツ体験コーナー〕



第15回全国健康

うつくしまねんり

Fukushima Blue
ほんとうの空

Fukushima Green
やすらぎの大地

福島県代表として出場する母畑チームを応援しよう！

母畑チーム8人を紹介します

「一戦一戦を大切に・まず一勝」

母畑チームは、永沼源孝さん（湯郷渡）を主将に、曲木の4人を含む8人で、毎週水曜日、土曜日の2回、岩谷松治さん（曲木）私有のゲートボール場で練習に励んでいます。

メンバーはゲートボール仲間と対戦形式で、実際にスティックでボールを打って、ゲートやボールまでの距離感や正確性を養いながら実践感覚を養っています。

●メンバー紹介

後列左から①我妻　義広さん（母畑）②永沼源孝さん（湯郷渡）③木戸　四郎さん（母畑）④松山　義夫さん（曲木）前列左から⑤佐藤　ハルさん（曲木）⑥福田　源喜さん（母畑）⑦佐藤　好子さん（曲木）⑧佐藤　センさん（曲木）

交流大会に向けて

①「地元開催なので、はずかしくようにしたいです。」

②「チームワークを大切に、優勝目指してがんばります。」

③「人並みに、はずかしくない試合をしたいです。」

④「一勝を目標にがんばります。」

⑤「一生懸命、主将の指示を聞いて、がんばります。」

⑥「まず、一勝です。」

⑦「主将の指示に従ってがんばります。」

⑧「がんばります。」

▲日に日に練習にも熱が入る母畑チーム

I Like Ishikawa

私の好きな石川・変えたい石川

聞いてみました町の声

この町に来る具体的なメリットを提案し、積極的な企業誘致を

吉田　正さん●沢井字深谷

●今、どんなことをしていますか

加ト吉水産㈱フーズ部福島工場の工場長をしています。現在従業員220人で人気のお好み焼きやたこ焼き、スパゲティーなどの製造を行っています。日々研究を重ね、お客様のニーズに合った商品開発と品質管理に努めています。特に、お好み焼きは数年前からコンビニと契約を結び、ヒット商品として生産に貢献しています。また、あぶくま21では首都機能移転の活動に参加させていただき、石川地方の未来について夢とロマンを語り合うことを楽しみにしています。最近では石川町第4次総合計画の策定に携わり、今は町都市計画審議委員会の役職も務めています。

▲今出川に放流されている鯉

●どんなところが好きですか

今出川・北須川の桜並木、イルミネーション、特に今出川に放流されている鯉は、町の自然と景観を活かした、とてもすばらしい取り組みだと思います。

●どんな将来を望みますか

最優先課題は雇用の場の確保だと思います。今のような混沌とした社会情勢の中でも伸びている企業もあり、現実に他の周辺市町村に進出して来る企業もあります。積極的な企業誘致を図り、この町に来る具体的なメリットを提案し、誘致活動を推進する必要性があると思います。例えば固定資産税を数年間免除するのも一つの案ではないでしょうか。また既存の企業に対しても聞き取り調査をして、どんな問題があるのか把握し行政に活かすことも大切であると思います。地域の活性化を図り、行政も住民も潤い、豊かになれば人口流出にも歯止めがかかると思います。また、必要なものは地元で買い、それに応えられる商店街づくりを促すことも必要です。

▲加ト吉水産㈱フーズ部福島工場

石川町は優秀な人材がたくさんいます。芸術そして文化に富み、ボランティア活動においても大変意欲的で人情味があります。みなさんの英知を結集し、さらにお互いに協調しながら連携することにより地域に貢献し、自分たちの住む町は、自分たちで築きあげていくという前向きな姿勢と、子どもたちが安心して生活できる地域づくりが大切だと思います。

町づくりを学ぶ

首都圏及び近畿圏の工場等制限法が廃止

首都圏・近畿圏の市街地へ産業や人口の集中を防ぎ、工場等の地方分散を進めるための制度である「首都圏既成市街地工場等規制法」と「近畿圏既成市街地工場等規制法」が廃止。

これにより、これまで制限されていた首都圏や近畿圏の市街地への大規模な工場や大学などの立地や拡張が解禁されます。

規制の対象となっていた首都圏や近畿圏の工場等の規模拡大の際には、地方に新工場を建設せざる得ませんでした。また、大学の増改設を規制してきたため大学移転にともなう知的人材の流出などによって都市の魅力が失われてきました。さらに、工場等が移転した跡地には、大型商業施設が立地し、周辺の土地利用を大きく変容させるとともに、地域に依拠して繁栄してきた商店街が大きな打撃を受ける事例も相次いでいます。

この規制の見直しによって、大学や工場等を巻き込んだ中心市街地や郊外地のまちづくりの見直しが必要となると考えられます。

町史編纂室だより―62

この度、昭和26年（一九五一）九月一日発行の旧石川町「公民館たより」第4号が発見されました。その一面で吉田嘉重町長（合併後の第二代町長）は、町の財政状態について町民に語りかけています。当時の日本経済はデフレで、現在と類似しています。私たちは歴史上の事例を教訓として学んでいるでしょうか。

私は「火の車」財政の光栄ある運転手―吉田嘉重町長は語る

インフレからデフレへ

昭和二十年八月の敗戦以来、日本経済は物資の欠乏と税収の不足、さらに際限のない紙幣の発行により、物価は急上昇（インフレ）を続けました。そのため、日本を統治していたアメリカ政府は銀行家ドッジを特命公使として日本に派遣し、赤字を許さない徹底した均衡予算をはじめとする経済安定策をとらせました。その結果、中小企業の倒産、公務員の人員整理などにより昭和二十四年には深刻なデフレになりました。

その後の日本経済は、昭和二十五年六月に勃発した朝鮮戦争による好景気（特需）の結果、高度経済成長期を迎えることになります。しかし、特需（とくじゅ）景気はなかなか地方には及ばず、地方の自治体の財源の不足と新制中学校の発足による校舎の新築などで、深刻な財政難に陥っていました。

「火の車」財政の認識を

当時の吉田町長の談話は次のとおりです。（要旨）

わが町の一年間の歳入歳出二千八十万円、その内千二百七十万円が租税及び国からの交付金である（註・単純計算で千十万円の赤字！）。今年の交付金は五百万円と予想される。新規の大事業はいずれの町村も同じだが、すべて公債又は借入金等の借金によって賄われる。起債の許可を得ること自体が現状では容易でない。町立中学校の講堂は予算百八十万円、この内七十八万円は国庫補助である。都市計画の高田桜通り道路拡張は百万円の予定だが、この内四分の三は県と国の負担で四分の一がわが町の負担である。

町収入の根幹は申すまでもなく租税（町民税）である。町税が滞納になると事業を行うことはおろか直ちに役場吏員の生活に響く。町村財政はどこも同じで苦しい「火の車」である。そして私は選ばれた光栄ある運転手であるから、この「火の車」を上手に操縦して石川町の大発展のために努力している。どうかみなさんも「火の車」財政に相当のご認識を願いたい。

▲吉田嘉重町長の似顔絵
「公民館たより」第４号より

完全学校週5日制対応事業

石川町の子どもたち パート⑦

6月30日（日）、中谷地区公民館事業「中谷少年青見学校」で雄国沼ハイキングが行われました。

青少協中谷地区協議会の方など地域の協力を得ながら、雄子沢入口から登り、ニッコウキスゲが一面に咲いている沼周辺の散策を楽しみました。

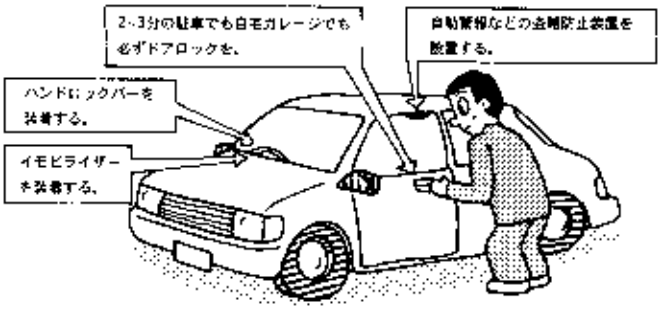
参加した小学5・6年生の31人は四方の山々そして、黄色のじゅうたんに「きれい」と声をあげ、感動していました。自然の偉大さ、美しさを改めて体感できた一日であったとともに、この自然をぼくたち・私たちが守らなければならないと決意した瞬間でもありました。

夏休みに入り、7月25日（木）中央公民館事業「ぼくもわたしもチャレンジャー」と教育委員会「埋蔵文化財普及事業」の共催事業として、町の史跡と文化財めぐりが行われました。

まず、歴史民俗資料館で現在開催されている殿内遺跡群発掘調査成果展の土器を見学しました。その後、県指定文化財の大壇古墳、悪戸古墳を見学し、大壇古墳では実際に前方後円墳の長さを測るなどを体験しました。身近な史跡を訪れることで、古代へのあこがれが芽生えたのではないでしょうか。

愛車を窃盗犯から守ろう

高級車や人気車をねらった組織ぐるみの窃盗犯罪が、大きな社会問題になっています。標的にした車を盗み、偽装ナンバーを取り付けて売却するなど、その手口は非常に巧妙です。最近では、キーロックをしていてもかぎを壊して車内に侵入し、車の配線を操作して、乗り去ったケースもあります。



●確実なロックを心がけよう

車をねらう犯人は、短時間で犯行を行おうとします。実際に、盗難被害車の半数近くは、ドアロックをしていない「無締まり」によるもの。わずか2～3分の駐車でも、必ずドアロックをしましょう。また、窓もきっちり密閉しておくことが大切。わずかでもすき間が開いている車には、車をねらう犯人の目が集まります。

●防犯装置の効果的な使用を

自宅ガレージに駐車するときでも、必ずドアロックを心がけましょう。長時間駐車するときは、なるべく防犯カメラや照明設備のあるところを選びましょう。最近では、イモビライザーや自動警報機など、安価で高性能な防犯装置も販売されています。こうした装置を使用して、より確実な防犯に努めましょう。

●モビライザー

イモビライザーとは、キーに埋め込まれた電子チップの固有ＩＤと、車両側コントローラのＩＤが一致した場合にしかエンジンが始動しない防犯システムです。

高齢者の食卓
―肉料理のススメ―

●老化予防を目指した食生活へギアチェンジ

高齢期に栄養状態を悪くすると、老化が進みやすく、さまざまな病気にかかりやすくなります。個々の病気の予防やコントロールのみに気を配るのではなく、老化という、病気とは全く違う変化をいかに遅らせるかに注目した食事を考えなければなりません。高齢期の食生活の目標は、低栄養の予防といえます。

●「元気に長生き」に欠かせない食品―肉―

日本人の平均寿命は、この100年で2倍になりました。この背景には、肉、牛乳、卵、油脂類の摂取増加が深く関係しています。また最近では、肉、牛乳、油脂類をよく食べる人は余暇活動などの知的な活動能力が落ちにくいことも分かりました。これらの結果から、命の量を増やし、命の質を高めるには、肉、牛乳、油脂類を食べることが欠かせないことが分かります。

●老化を遅らせるための食生活の手立て

表の食生活指針は、実際に高齢者の低栄養と貧血の予防に有効であることを確認しています。肉と魚を同じ割合で食べること、そして、油脂類を食べることに配慮しています。魚に偏ることなく、1日1食は肉をおかずにしてはどうでしょう。粗食盲信は禁物です。

老化遅延のための食生活指針
（重要項目を抜粋）

①動物性たんぱく質を十分に摂取する。
②魚と肉の摂取は１：１程度の割合にする。
③肉は、さまざまな種類を摂取し、偏らないようにする。
④油脂類の摂取が不足しないように注意する。
⑤牛乳は、毎日２００ml以上飲むようにする。

地球温暖化防止のためのエコライフ４つの心がけ④

エコショッピング
環境にやさしい買物に努めましょう。

●必要性

過剰包装の削減や省エネ効果の高い商品の購入などの環境に負荷を与えない消費行動を実践することにより、温暖化防止効果が期待できます。

●過剰包装は断りましょう

●買物袋を持参しましょう

●エコマークやグリーンマークなどのついたリサイクル商品を積極的に購入しましょう

食改だより

骨密度検査会場でおすすめメニューを提供

9月2日から約1ヵ月間、町で実施した骨密度検査の会場にて、食生活改善推進員手づくりの「骨を丈夫にするおやつ」を提供しました。40歳以上の女性を対象に、食改がおすすめする『スキムミルク』を使った簡単に作れる“さつまいも茶きん”を試食してもらいました。

会場では、自宅でも活用してもらうため、レシピを配りアレンジ方法などもアドバイスしました。

“さつまいも茶きん”の材料と作り方をご紹介します。

骨を丈夫にするおやつ　さつまいもの茶きん

【作り方】

① さつまいもは皮ほむいてザク切りにし、水にさらす。

② 水気を切ったさつまいもをビニール袋に入れ、電子レンジで7～8分かけ、柔らかくする。(蒸し器でもO.K)

③ ②をボウルに入れ、つぶしながらバターと砂糖、きな粉、スキムミルクを混ぜる。さらに生クリームを加え混ぜ、裏ごしをしてなめらかにする。

④ ③を8等分して丸め、ラップを使って茶きん型にまとめる。上に黒ごまを散らして出来上がり。

材　料（8個分）

さつまいも	2本(300g)
きな粉	大さじ2(14g)
バター	20g
砂糖	大さじ2(18g)
スキムミルク	大さじ3(18g)
生クリーム	大さじ2(30g)
黒ごま	適量

乳製品はカルシウムが多く、他の食品に比べると吸収が良いの!!

1個当たりの栄養量

エネルギー	105Kcal
たんぱく質	2.3g
脂質	4.0g
炭水化物	15.1g
カルシウム	48g
コレステロール	6mg
塩分	0.1g

元気になるいい話。

子どものよい生活習慣づくりに向けて

大人が生活習慣の見直しを考えるとき、病気でもしないと本当に難しさを感じます。「よい生活習慣づくり」は、やはり「子どものうちから」なのです。「3つ子の魂百まで」というように、3歳前と思っている方は多いと思います。しかし、実際この時期に、よい生活習慣づくりを意識している人は、多くありません。

3歳の頃は、大人の真似などが始まり、簡単な服の着脱、規則的な就寝と起床、自分で食べる、排泄の自立など、興味が出てきたり、できるようになったり、どんどん自分を出す時期になってきます。けれども3歳検診などを見ると、周囲の大人が手や口を出しすぎて、自分で考え、やろうとする芽を摘んでしまう傾向にあります。

また、ビデオの子守や車でドライブなど、子どもが喜ぶからといって、やってしまうことはどうなのでしょうか。「子どもと接する」って、本来なら物や特別な道具ではなく、抱っこして、くっついて、お話が一番大切な時期なのです。

その中で我慢することも大切ですし、きちんと子どもが覚えたり、お話して面と向かいあってあげることが大切なのです。

国保だより

払い戻しが受けられます

次のようなときは、いったん費用の全額を支払いますが、申請によりあとから払い戻しがうけられます。

1. 急病などで、やむをえず保険証をもたずに診療をうけたとき
2. 骨折、ねんざなどで柔道整復師の施術をうけたとき
   (国保の取り扱いをしている柔道整復師の場合は、保険証と印かんを持参すれば一部負担金で施術がうけられます。)
3. 医師が必要と認めたマッサージやはり・きゅうなどの施術をうけたとき
4. 医師が必要と認めたコンサルタントなどの治療用補装具を購入したとき
5. 輸血のための生血代を負担したとき

●こんな給付があります●

出産育児一時金

国保に加入している人が出産したとき(妊娠85日以上の死産・流産を含む)に支給されます。

葬　祭　費

国保に加入している人が死亡したとき、葬祭を行った人に支給されます。

移　送　費

移動が困難な患者が医師の指示で、入院・転院のために移送されたとき(国保が必要と認めた場合に限る)に支給されます。

訪問看護療養費

医師の指示で在宅医療をうける人が訪問介護ステーションなどを利用したときも、保険証と一部負担金で診療をうけられます。

今月の納期
10月25日まで納めましょう

町県民税（3期分）　国民健康保険税（4期分）　介護保険料（4期分）

10月26日(土)は「野焼き祭り」

10月26日(土)、母畑レークサイドセンター・キャンプ場で野焼き祭りが開催されます。

各公民館では、完全学校週5日制対応事業として「陶芸教室」を開いてきましたが、当日は作られた土器が持ち寄られ、野焼きが行われます。

この祭りでは、講師を招いての野外学習（火おこし、竹による民族楽器づくり、母畑湖でのオリエンテーリング風野外散策・七輪陶芸などのイベントも行われます。また、お昼には豚汁が用意されます。実行委員会では多くの方々の参加を呼びかけています。

●お問い合わせ先
野焼き祭り実行委員会事務局
☎26―5313

10月は仕事と家庭を考える月間

少子・高齢化が進む中で、労働者の仕事と家庭との両立が大きな課題となっています。

このため、平成14年4月に施行された改正育児・介護休業法の周知・定着及び仕事と育児・介護とが両立できるよう、多様でかつ柔軟な働き方を男女労働者が選択できる「ファミリー企業」への取り組みを促進するため、「仕事と家庭両立推進セミナー」を開催しますので、多数の参加をお願いします。

●日　時
平成14年10月21日（月）
午後1時30分～午後4時

●場　所
郡山ビューホテルアネックス

●内　容
講演「ファミリー・フレンドリー企業の経済的効果」
慶応大学助教授　八代　充史氏

●お問い合わせ先
福島労働局雇用均等室
☎024―536―4609

事業主のみなさん 労働保険の加入はおすみですか

労働保険（災害保険・雇用保険）は、労働者が労働災害や失業等の保険事故のとき必要な保険給付を行い、生活安定・社会復帰の促進・再就職の促進等を図ることを目的とし、政府が管理・運営している強制的な保険制度で、労働者を一人でも雇用していれば加入しなければなりません。

事業主が故意又は重大な過失により労災保険の保険関係成立届を提出していない期間中に労働災害が生じ、労災保険給付を行った場合は2年度遡及して労働保険料を徴収させるのみならず、労働保険料額の10％を追徴金として徴収されることになります。また、労災保険給付に要した費用の一部を徴収されることとなっています。

手続きがおすみでない事業主まの方は、最寄りの労働基準監督署・公共職業安定所又は労働保険事務組合（労働保険の事務を代行する団体で、商工会、事業協同組合等があります。）におたずねください。

●お問い合わせ先
労働基準監督署（須賀川）
☎0248―75―3519
公共職業安定所石川出張所
☎26―2484

職場の労使トラブル相談会のお知らせ

福島県地方労働委員会では、みなさんの職場の中でおきている賃金や労働条件等をめぐる労使間のトラブルについて、出張相談会（秘密厳守）を行います。労働者・使用者を問わず相談を受け付けますので、どうぞこの機会にご利用ください。参加費は無料です。

●日　時
平成14年11月10日（日）
午後1時30分～午後5時

●場　所
郡山市日和田町
ショッピングモール・フェスタ1階フェスタ広場

●お問い合わせ先
県地方労働委員会事務局
☎024―521―7594

悩みや苦情は、まず相談！
～秋の行政相談週間～
《無料・秘密厳守》

10月21日(月)～27日(日)の一週間は「秋の行政相談週間」です。

総務省では、行政相談制度のより一層の利用を促進するため、この週間中に全国一斉に各種の行事を行います。役所（国・県及び市町村）や公団・公庫、NTTなどの仕事に関して、苦情や困っていること、心配なこと、分からないこと、要望したいことなどお気軽にご相談ください。

石川町においては、行政相談委員がいつでも自宅等で相談に応じていますが、次により相談会を開催します。

●日時
平成14年10月23日（水）
午後3時～午後5時

●場所
当町地内「Aコープ石川店」店頭

●石川町行政相談委員
鈴木　益夫氏
新町25
☎26―2368

●お問い合わせ先
総務課広報広聴係
☎26―2112

町の催しカレンダー
TOWN EVENT CALENDAR
●10・11月●

1	金		
2	土	県南高校新人ハンドボール大会	クリスタルパーク・石川
		文化祭（～４日）	各公民館、外
3	日		
4	月	第１回全日本実業団サイクルロードレースｉｎ石川	山橋地区特設コース
5	火	全国糖尿病週間（～11日）	
6	水		
7	木	心配ごと相談（午前10時～）	老人福祉センター
		年金相談会（午前10時～）	勤労青少年ホーム
8	金		
9	土	石川町民号	東京方面
		秋季全国火災予防運動（～15日）	
		１１９番の日	
10	日		
11	月	税を知る週間（～17日）	
12	火		
13	水		
14	木		
16	水	県政相談会（午前10時～）	中央公民館
17	木	心配ごと相談（午前10時～）	老人福祉センター
		年金相談会（午前10時～）	勤労青少年ホーム
		薬と健康の週間（～23日）	
18	金		
19	土	石晶祭（～20日）	石川中学校
		学校祭（～20日）	沢田中学校
20	日	ねんりんピック2002	
		ゲートボール交流大会（～21日）	クリスタルパーク・石川
21	月	秋の行政相談週間（～27日）	
22	火	交通事故巡回相談（午前10時～）	役場宿直室
23	水	秋の行政相談会（午後３時～）	Ａコープ石川店
24	木		
25	金	心配ごと相談（午前10時～）	老人福祉センター
26	土	野焼き祭り・七輪陶芸（～27日）	母畑レークサイドセンター
		収穫祭	南山形小学校
		文化財防火デー	
27	日		
28	月		
29	火		
30	水		
31	木		

メモリーコーナー

（平成14年８月１日～８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
佐川朱音（あかね）	洋一・希代子	赤羽
蕪木康汰（こうた）	康良・文子	北山
引持玲香（れいか）	正樹・幸江	轡取
飯島禎（ただし）	徹・陽子	形見
廣橋珠梨（しゅり）	剣・加代子	山形
遠藤大海（たいき）	竹志・悦子	山形
下山田稜（りょう）	仁・佳子	長久保
塩田悠斗（ゆうと）	昭彦・由紀子	南町
元木智哉（ともや）	正信・秀子	谷沢
吉田佳音（かのん）	洋一・由紀	沢井
矢内悠翔（ゆうと）	千尋・悦子	南山形
佐川英人（ひでと）	正人・千佳子	赤羽
緑川愛花（まなか）	吉一・久美子	双里
水野瑠奈（るな）	眞樹・香奈子	大内
鈴木翔大（しょうた）	優一・佳子	古館
草野夏生（なつき）	文明・薫	曲木
遠藤佑夏（ゆうか）	旁宏・幸江	山形
塩沢美於（みお）	正穂・志穂美	矢ノ目田

おくやみ

氏名	住所
吉田喜一郎	沢井
迎タツ	北町
小池六男	中野
髙木盛一	赤羽
有賀源治	白石
幸田徳義	下泉
生田目忠雄	下泉
村田重子	立ケ岡
関根治男	赤羽
矢内泰治	南町
木戸健藏	山形

街で「広報いしかわ」の取材をお願いしますと言われたらご協力をお願いします

親しまれる広報紙を目指し、みなさんと一緒に紙面をつくり上げていきますので、更なるご支援、ご協力をお願いします。

小さな美術館

●第187回●
沢田児童館

施設の紹介

夏は昆虫の宝庫ともいえる沢田児童館。大きな桜の木の下では、セミの飛び出した穴、そして木々には抜け殻もたくさん…。楽しい日々を昆虫と一緒に過ごしています。

「大好きな昆虫たち」

年長児15人の「すみれ組」全員で大好きな昆虫さんたちを、たくさん表現しました。とんぼ、カブトムシ、オニ虫を捕まえようとする子どもたちもいます。(縦80cm×横110cm)

左上から　菊地礼花(あやか)さん（6歳）、山口優香(ゆか)さん（6歳）、藤田悠希(ゆうき)さん（6歳）、吉田美咲(みさき)さん（6歳）、長谷部夏美(なつみ)さん（6歳）、鈴木成来(ひらり)さん（6歳）、野内竜樹(たつき)さん（6歳）、大森みさきさん（5歳）、佐藤誉晃(たかあき)さん（5歳）、大塚晴希(はるき)さん（5歳）、小野浩輝(ひろき)さん（5歳）、増子若菜(わかな)さん（5歳）、大内俊哉(しゅんや)さん（5歳）、高木真妃(まき)さん（5歳）

編集後記

９月の敬老会は町内８ヵ所で74歳以上のお年寄りを招き、長年の功績をたたえるとともに、一層の長寿を願いました。日本は世界一の長寿国であることはご承知のとおりですが、平成13年７月に政府が発表した平均寿命は、男が78.07歳、女が84.93歳となっています。わが国の最高年齢者は、鹿児島県の本郷さんで115歳、県内でも100歳以上の人が237人となり、一世紀を生き抜くのも夢ではなくなりました。

今月は、ねんりんピック2002が開催され、わが町は、矢吹町と共催でゲートボール交流大会の会場になっています。母畑チーム(母畑・曲木混成)が福島県代表として参加しますので、多くの方々のご声援をお願いします。　（迎　茂城）

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

写真提供／関根政信さん

（ヤクシソウ：キク科）

8月から11月にかけて、日本全土で開花します。山野の日当たりのよい道端の法面や伐採地、崩壊地などに見られ、枝を分けて高さ30cm～1.2mになります。軟弱な土壌で見られ、日が射さないと花を開かず、咲き終わると下を向きます。

表紙の登場人物

中田保育所に通う、堀江太樹さん（前列左）、妹の葉月ちゃん（前列右）と祖父の岩男さん（後列右）、祖母の幸子さん（後列左）です。

町の人口

●9月1日現在住民基本台帳●

	19,460人	(＋　8)
男	9,508人	(－　1)
女	9,952人	(＋　9)
世帯数	5,577戸	(＋　3)

（ ）内前月比

●編集と発行　福島県石川郡石川町役場総務課　TEL.(0247)26-2112　FAX.26-0360
●URL/http://www.town.ishikawa.fukushima.jp/　E-mail/Koho_K@town.ishikawa.fukushima.jp
R100 古紙配合率100%再生紙を使用しています