広報 ISHIKAWA town public announcement magazine
いしかわ
2 2019 February
第709号
平成31年2月1日発行



特集 2〜9面

認知症を語る
―認知症になっても安心して暮らせる石川町を目指して―



成人式

第71回石川町成人式は1月13日、ホテル松多屋で行われました。式典では、出席した140名の新成人が一人ずつ呼名され、代表して佐川亮人さん、根本美和さんへ塩田金次郎町長から成人証書が手渡されました。また、酒井惣伍さん、山野辺晶さんが二十歳の抱負を述べ、大きな夢へ向かって新たな一歩を踏み出しました。

【写真上】晴れ着に身を包んだ新成人
【写真下】成人証書授与のようす



特集

認知症を語る

－認知症になっても安心して暮らせる石川町を目指して－

わが国における認知症高齢者数は、2025年には約700万人（65歳以上の高齢者の約5人に1人）と推計され、軽度認知症者も含めれば、実に4人に1人が認知症という時代が来るといわれている。

見渡せば、隣近所に空き家が増え、若者の流出に歯止めがきかない現状の中で、私たちはどれだけ真剣にこのことを考えているだろうか。

町では、第7期介護保険事業計画に位置付けた「認知症になっても安心してともに暮らし続けられる石川町」を目指し動き始めている。

認知症の方の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるまちとは、どんなまちであることなのか。

同じ話を何回も繰り返され、家中の鍵を閉めても、なお自宅から飛び出してしまう認知症の方を、何十年も連れ添った妻から「どこのじいちゃんですか」と言われながらも日々奮闘している介護者の方を、どのように支えていくことが「安心して暮らせる石川町」といえることになるのか。

本特集では、認知症の支援を中心に広がり始めた支援の輪、人々にスポットを当て、本人と家族を支えるために私たちがすべきことについて考えていきたい。

「認知症が教えてくれる家族のかたち」

寄り添うということ



鈴木　芳幸さん

町内在住。お父さん、お母さんとの三人暮らし。認知症を発症したお母さんの介護の傍ら、認知症ボランティアとして活動しています。

ひとりで泣いていた母

芳幸さんが最初に気付いたお母さんの変化は「ひとりでよく泣いている」ことでした。時は東日本大震災の後。「はじめは震災後のショックで一時的なものと安易に考えていました」

その後メニエール病を発症し、体調が思わしくない日々が続きました。元々県外で働いていた芳幸さんが「そろそろ両親の面倒を見よう」と故郷に戻って5年目のことでした。「父は、言うことを聞かない母を怒鳴ることが多くなっていました」

認知症のお母さん。認知症の理解に苦しむお父さん。2人の介護に奔走する日々が続きました。

手が離せない時ほど出かけようとする

庭で花の世話をしたり草刈りをすることが役割だったお母さんは、認知症が進んでも草刈りをやろうとしました。芳幸さんが起床する前から起き出し、勝手に家を出ていくお母さんに何度も言い聞かせましたが、家に戻れなくなったらがをしたら、家に戻れなくなったら…」。そんな芳幸さんの思いを理解することが難しくなっていたお母さん。「注意しても草刈りし続ける母を叩いたこともありました」

その後、お母さんが勝手に家を飛び出さないようにと、玄関に別付けの鍵を取り付け、施錠しておくことにしましたが、お母さんの行動は収まることはありませんでした。「私が起床する前や夕食の準備の真っ最中に、玄関を開けようとするガチャガチャという音が聞こえるんです。母には『待ってて』は通用しません。私も一緒に外に出て付いていくようにしました」

相手のリズムに合わせること

芳幸さんは、1日に多い時で4～5回、お母さんの散歩に付き合います。「さっき散歩した記憶がないので、母にとっては毎回初めての散歩なんです」

認知症の介護は、看る方が患者さんに合わせられること。毎日、家事全般とお母さんの介護のほか、お父さんの受診の対応もしており、あっという間に一日が終わってしまうそうです。頭では大切だと分かっていても、いつも穏やかな気持ちで相手に合わせることができるのは、なまやさしいことではないはずです。「ヘルパーさんが来てくれる時間は貴重です。介護サービスを利用するようになって、少しは昼寝できるようになったかな」

芳幸さんに幸せを感じる時はあるか伺いました。「母と一緒に歩いている時ですかね」と話してくれました。



▶寒さも増し、風邪をひいては大変とドライブにすることもあるといいます

自分が育ててもらったように母を介護したい

「自分の生活がなくなる」。そんな自己犠牲のような感情が芽生えがちな認知症の介護ですが「親が子どもに看てもらえなくなったら、おしまいじゃないかと思います。認知症は治る病気ではない。早く施設に預けて慣れた方がいいじゃないかという方もいます。でも、認知症になったって、自分の家で暮らしたい気持ちは私たちと同じではないかと思います。母が私を育ててくれたように介護したい。そう思っています」と話します。

目指すのは「語れること、つながること」

認知症になっても隠すことなく、家族の方が近所に話せることが介護者のよりよい介護につながり、本人の病状の進行防止や落ち着きにつながります。介護者の安心が、本人の安心に直結しているわけです。

介護は、家族だけが頑張ってもうまくいきません。地域の方、介護事業所の職員、同じ介護者の立場の方など、たくさんの方とつながっていることが、地域で安心して暮らせることなのだと思います。

「認知症はもう隠す時代ではないです」と話してくれた鈴木芳幸さんの思いにどう応えていくか、これからも「支える人づくり、つながる機会づくり」を進めていきたいと思います。この特集が日々介護で頑張っている皆さんの一助になることと、多くの方が認知症を考えていただくきっかけとなることを願っています。

石川町認知症地域支援推進員　南條　千亜紀（地域包括支援センター）

介護できない人もいて当たり前

現在、ヘルパーを週2回、デイサービスの半日コースを週2回、1日コースを週1回利用しています。在宅サービスは、自宅で介護を継続するためのサービスであり、介護者にとっては、直接的な介護負担の軽減だけでなく、関わってくれる方々との会話やねぎらいの声をかけてもらうことも、精神的な支えになっています。

「介護したくても、さまざまな事情で自宅で介護できない方も多いと思います。施設サービスが悪いというわけではありませんが、入所したら面会にも行かずに、預けっぱなしという話を聞きます。入所したとしても必ず会いに行くこと、地域とつながっていることが大切だと思います」



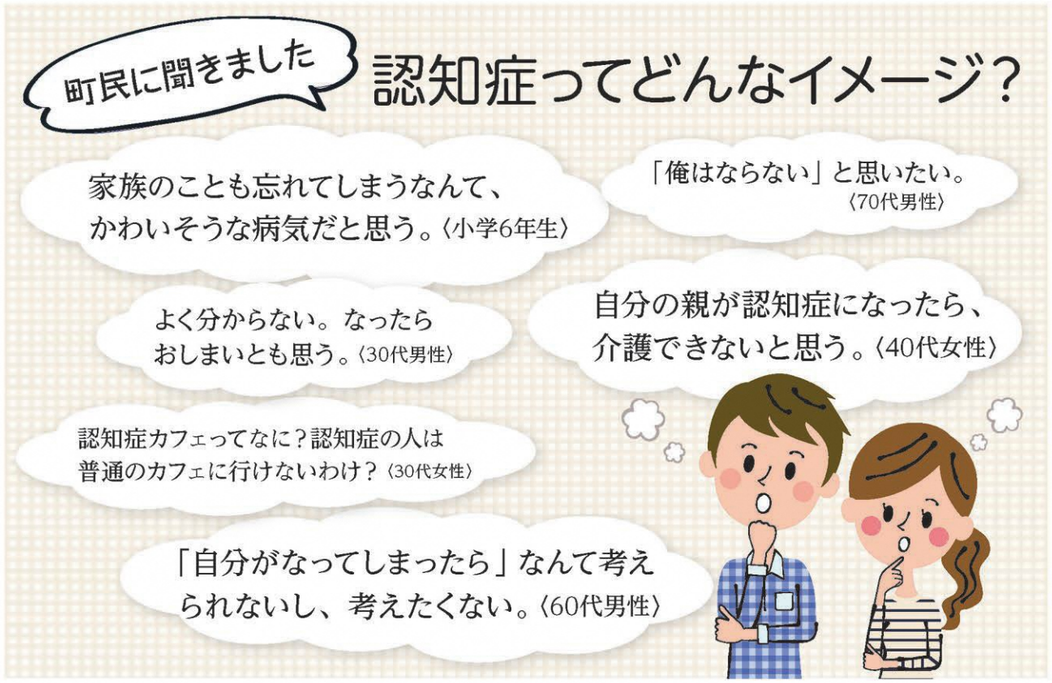
▶石川オレンジカフェでコーヒーマスターとして活動する芳幸さん

―取材を終えて―

取材当日、芳幸さんの自宅にお邪魔した時、傍らにはお母さんとお父さんもいらっしゃいました。お話を聞く間「どちらから来たの？」「お茶はまだ入っている？」と私たちのことを気にかけてくださいました。10回近く同じ話を繰り返すお母さんの様子を目の当たりにし、鈴木家の365日は大変だなと実感しました。

「夜に突然『どこのじいちゃんだい？』ってばあさんに聞かれるんだよ。俺のこと忘れることもあんだっぺね」とお父さんは言います。「元気だったころは料理が上手なばあさんでと笑顔で語ってくれたお父さんに、もう1回食べられるとしらどんなメニューがいいでか？と聞きました。「煮魚だとしみじみ答えてくれたのが印象的でした。

毎日、奥さんと芳幸さんが手をつないで散歩している様子は近所の方の目にも触れ、息子さんは偉いなと声をかけてくれるそうです。「息子を誇らしいと思っているよ」と話してくれました。



医療の現場から見えること

町内で診療所を開設し、認知症サポート医として活動している大野悦人先生、大野泰正先生に認知症の現状やこれからについてお話を伺いました。



大野診療所
大野　悦人 先生

×



大野診療所
大野　泰正 先生

―日々、患者さんを診療している中で認知症が増えていると感じていますか。

悦人先生　診療所に来ているほとんどの患者さんが長く受診している方々なので、認知症になっていたとしても、周囲にうまく溶け込んでいるのは少ないんじゃないかな。逆に、家族が困っているケースは増えている気がします。

泰正先生　直接専門医療機関を受診している方もいると思うので、診療所で増えているという実感はありません。普段医療にかかっていない方が症状を呈したときに、医療にどうつながるかがとても重要だと思います。認知症の患者さんの中には、診察室の中では「困っていることはないと自分を良く見せよう」とする方もいます。そんな時、家族が普段の生活状況や症状、困っていることなどの具体的な情報を聞かせてくれることで、診察や治療にとても参考になるんです。

―認知症サポート医の役割について教えてください。

悦人先生　サポート医の役割である「かかりつけ医」との診療連携は、石川郡医師会の先生方と顔が見える関係の中で、うまくつながっていると感じています。患者さんの紹介がくれば、必要な検査をして判定し、治療に関する助言とともにかかりつけ医に返すという流れです。個別の対応のほかに、医師会で認知症の勉強会を開いたり、多職種連携の会議に参加するなどして、普段からの関係づくりに努めています。

泰正先生　サポート医はコーディネーター的役割を担っていると思うので、医療や介護の連携、施設との連携など、みんなが協働し**「つながる支援」**ができればよいと思っています。

悦人先生　施設職員やケアマネージャーなど、進行した認知症の患者さんと向き合うことはかなり大変だろうと思います。悩んでいるケアマネージャーの相談・支援もできればよいと考えています。

―認知症のケアで大切なことはなんですか。

悦人先生　**「その人を大切に思うこと」**です。今あるその方の人生には歴史があります。夫婦の関係、家族との関係が認知症の症状や進行に影響を与えるからです。これらを踏まえて本人・家族を包括的に支援できることが重要だと思います。認知症でも「できることに目を向けて、患者さんと向き合いたい」と考えています。

泰正先生　**「その人らしさ」**を尊重することです。患者さんとよりよい関係性が持てるよう、一人の人間として丁寧に関わることが大切かと思っています。怒りっぽくなったり、忘れっぽくなったり、物をとられたと疑い深くなったり、いろいろな症状が続くとそれが本人のように思ってしまいがちですが、その方が、ではなく「病気がそうさせているのだ」ととらえることです。

それから**「介護者のこころのケア」**も重要です。病気が進行していく親を看なければならない悲しみや疲弊感は大きいものであると思います。本人だけ治療していても病気はよくならない。家族も含めてのケアや他職種との協力、連携が大切なんです。



▶月1回のチーム員会議では、受診やサービス利用を拒否するケースの対応などについて話し合いをします

石川町の認知症初期集中支援チーム員です

町では、平成29年４月から社会福祉法人やまと会に、認知症サポート医、看護師、社会福祉士らによる「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症発症初期における支援などをお願いしています。



Q．どんなことをしているの？

A．認知症は、「ちょっとおかしい」と思っていても「年だから」と本人も家族も自己判断したり、認知症になったらもう終わりだという社会意識が根強くあるため、「認めたくない」という考えによって早期発見・治療が難しいことが特徴です。家族が気付いた時には相当進行していることもあり、本人の強い拒否によって診断がさらに遅れるといった問題を解決するために、専門職によるチームで訪問や専門医療機関との連携を通して、サポートする役割を担っています。

Q．認知症サポート医はどんな役割ですか？

A．一般的なかかりつけ医が、日常的な診療における患者への的確な診断や対応を求められる一方で、認知症サポート医は、かかりつけ医の指導者としての活動や地域における関係機関、他職種との連携の推進役を担っています。



認知症初期集中支援チーム員
三瓶　郁子さん



認知症初期集中支援チーム員
太楽　幸子さん

認知症初期集中支援チーム　支援の現場から

昔は、認知症と理解されていなくても「年が大きくなったから仕方ないんだ」と、家族も近所も見守っていたので暮らせていたと思います。今は認知症患者の数が増え、家族や地域を取り巻く状況は変わっています。

認知症なのに「私は大丈夫」と言い切る本人へのアプローチは難しいです。また、本人の病識がない中で、家族が介護で疲れ切っていることをなかなか改善に導けないもどかしさもあります。

認知症になっても、手立てが分かれば少しでも穏やかに暮らせる日々になると思います。そのために、医療・介護・行政・地域の方々など、多くの方との連携が大切だと思います。私たちもその一員として、微力ながら役割を担いたいと思います。

そして、認知症になってもできることをやって、笑顔の多い人が増える町になればいいなあ、と思います。

認知症サポーター養成講座

養成サポーター3,000人達成

できるだけたくさんの方に認知症を理解してもらいたい。それが「認知症サポーター養成講座」です。小中学校や一般住民を対象に、認知症を正しく理解し、他人事ではないということを認識していただくことが狙いです。また、郵便局や銀行、商店街の皆さんにも受講いただき、認知症の方への適切な接し方を業務に活かせるようにお手伝いしています。



石川小学校6年生に養成講座を開催しました

【子どもたちの声】

◆ウチのおじいちゃん、おばあちゃんが認知症になったら優しく接してあげたい。家族で支え合っていけるように頑張りたい。

◆おじいちゃんが認知症になっても、良いところを探して家族に教えてあげたい。

あなたの力を町の力に。認知症サポーターに関心がある方へ講座を提供します。

【対象者数】　10名以上から
【料金】　無料
【お問い合わせ先】
石川町地域包括支援センター　☎26-4606



▲認知症サポーター養成講座を受講した証として「オレンジリング」を配付しています



▲講座を受講した事業所や商店に交付される「認知症サポーターがいます」ステッカー

認知症キャラバンメイト

認知症キャラバンメイトとは、認知症サポーター養成講座を開催し、講師役を務める方です。

認知症を正しく理解していただくために、寸劇などによる講座を行っています。





キャラバンメイトとして活躍中



瀬谷　和子 さん

キャラバンメイトとして認知症サポーター養成講座に携わって８年くらいになります。

認知症は好きでなっている方はいません。人は、優しくしてもらうことで安心したり素直になれることがあります。忘れてしまうことや失敗が多くなることにより不安になりがちな認知症の方にとって、優しく接してもらえることがとても重要なのです。そうすれば、何回も同じことを質問したくなるような不安な気持ちも紛れると思うんです。

私も介護の経験をしたことがあるので、現実では怒りたくなる家族の気持ちもよく分かります。それでも認知症の方には「優しさ」が一番必要なことであると思います。講座を通して、子どもたちはとても素直に認知症をとらえて優しさが大事と感じてくれます。子どもたちに分かってもらえることは、とてもうれしいことですね。

ようこそ「石川オレンジカフェ 話・和・輪の広場」

～本人・家族が安心して病気を語る居場所に～





愛恵在宅介護支援センターでは、毎月21日に「石川オレンジカフェ　話・和・輪の広場」を開いています。本人や家族が自分の気持ちを語れる場として、また、地域の方も気軽に立ち寄っていただける場にすることで、認知症の理解を深め「地域のつながり」が認知症という病気で断ち切られることのないように、ということを目指しています。

ボランティアさんがいれる本格ドリップコーヒーと手作りクッキーを味わいながら、おしゃべりや歌、音楽を一緒に楽しんでみませんか。

【お問い合わせ先】　愛恵在宅介護支援センター
☎26-0081
※お茶代200円をいただきます。

●開催日時
・２月21日㈭
・３月22日㈮
午前10時～正午

認知症ボランティア

「石川オレンジカフェ　話・和・輪の広場」の中心的存在である認知症ボランティアは、現在31名の登録者がいます。カフェ運営のお手伝いのほか、町内にある介護施設を訪問し、利用者さんとのおしゃべり相手の支援をしています。

特別なことは何もありません。私にできることをしています。

私たちも楽しんでいます。



ボランティア活動を通して「私もこんな風に年をとりたい」と思うことがありました。

自分のためになっていることを実感しています。

◎ボランティアさん募集中

一緒に活動していただける仲間を募集しています。詳しくは地域包括支援センターへお問い合わせください。

【主な役割】　・話し相手　・カフェでの接客、準備、片付け　・介護施設等への訪問、傾聴
【活動頻度】　月１回から年１回まで、ご自分の都合に合わせてできる活動をご協力ください。
【お問い合わせ先】　石川町地域包括支援センター　☎26-4606

独居高齢者等訪問活動



石川町在宅介護支援センターさくら荘の職員が、町内の独居高齢者の自宅を訪問し、安否確認をしています。介護のこと、生活支援のことのほか、最近では一人暮らしの認知症の方が増えており、家族や地域の方からの相談もあります。介護サービスでは埋められない定期的な見守りや近所の助け合いの必要性を感じています。

ひとりで悩まずにご相談を　認知症に関する相談窓口

認知症患者数が増えている現代において「どう接したらよいか分からない」「介護が不安だ」あるいは「認知症になってしまったかも」という不安の声は少なくありません。ひとりで悩みを抱え込まずに、お気軽にご相談ください。

- 石川町地域包括支援センター　☎26-4606
- 石川町保健センター　☎26-8416
- 石川町在宅介護支援センターさくら荘　☎26-9255
- 愛恵在宅介護支援センター　☎26-0081
- 保健福祉課　高齢福祉係　☎26-9124

町県民税の申告相談会が始まります

2月8日㈮から3月15日㈮まで、石川町共同福祉施設で「町県民税の申告相談会」を開催します。平成30年1月から12月までの収入を金額の多少にかかわらず申告してください。（内職も含みます）

なお、郵送による通知はありませんので、忘れずに申告をお願いします。

Q申告をしなければならない人は？

A 平成31年1月1日現在、石川町に居住している方で、次のような方は申告をしなければなりません。

- 農業、商業、サービス業など、各種事業等を営んでいる方
- 地代・家賃等の所得、不動産・株式等の譲渡所得、内職等の所得のあった方
- 給与所得以外に所得があった方、及び2カ所以上から給与を支給された方
- 国民健康保険の資格を有している方（国保税の軽減に該当する場合があります）
- 公的年金収入で400万円以上の方、または公的年金とそれ以外の収入がある方
- 公的年金収入のみの方で、社会保険料や生命保険料等の所得控除を受けたい方

Q何を持っていけばいいの？

A
- 各種事業等の平成30年中の収入、支出の決算書、記帳した帳簿及び関係書類等
- 印鑑
- 国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料等の納入領収書（国民健康保険税は、納期を8期、また、後期高齢者医療保険料は、納期を7期で納入していただいていますが、平成30年分の所得の申告では、平成30年1月1日から12月31日までに納入した納期分が社会保険料控除の対象となります）
- 国民年金保険料控除証明書または領収書
- 生命保険料・介護医療保険料（平成30年1月1日以後に締結したもの）・個人年金保険料・地震保険料（経過措置により長期損害保険料のみ従前の損害保険料控除を適用）などの控除証明書
- 平成30年中に支払った医療費の明細書（10万円以上または所得金額の5％以上を支払った場合、所得控除の対象になることがあります）
- 給与所得または年金所得がある方は源泉徴収票

Q農業所得を申告する場合は？

A
- 田・畑の耕作面積、米、野菜、果実、家畜等、全農作物（農作業受託料を含む）の販売明細書等
- 中山間地域等直接支払交付金にかかわる収入・支出の明細書
- 東京電力の所得に係る農業補償に関する書類
- 先述内容を記帳した帳簿及び関係書類等

Q営業・不動産・その他の所得を申告する場合は？

A
- 売上帳、仕入帳、棚卸金額、現金出納簿等の帳簿類
- 営業・不動産・その他の収入を得るための必要経費の領収書等

※帳簿類や領収書等に不備があると、再度申告相談に来ていただく場合がありますので、あらかじめ帳簿類を整理してきてください。

国民健康保険に加入している方へ

- 国民健康保険に加入している方は、平成30年中の収入が無くても（0円）申告が必要です。

※申告しないと、国民健康保険税の軽減（世帯の合計）が受けられないので、必ず申告してください。

注意していただきたいこと

※「町県民税の申告相談会のご案内」の郵送による通知は行っていませんので、平成30年中に前項の所得があった方は、各地区の申告相談日に必ず申告をしてください。

※肉用牛の免税を受ける方は、肉用牛売却証明書を必ず提出してください。

※領収書や伝票は、あらかじめ集計して相談会へお越しください。

町県民税申告相談会のお知らせ

月	日	曜日	申告相談地区 午前	申告相談地区 午後
2	8	金	収入が年金のみの方（旧町内・中谷地区）	
	12	火	収入が年金のみの方（沢田・野木沢・山橋・母畑地区）	
	13	水	上母畑	母畑第一
	14	木	湯郷渡	北　山
	15	金	山　形	
	18	月	板　橋	
	19	火	南山形	北山形
	20	水	沢井三里（上沢井）・下沢井	沢井三里（大池）・鳥内
	21	木	沢井三里（竹柄）	中　央・古　内
	22	金	赤　羽	新屋敷（沢田）
	25	月	中　田	
	26	火	形　見	谷　地
	27	水	谷　沢	坂　路
	28	木	双　里	
3	1	金	中　野	
	4	月	曲　木	
	5	火	塩　沢	
	6	水	王子平	新屋敷（石川）
	7	木	当　町	松木下・猫　啼
	8	金	新　田	本　宮
	11	月	北　町	
	12	火	新　町・三　芦・高　田	
	13	水	南　町	荒　町・和　久
	14	木	馬場町	古　町
	15	金	予備日	

申告相談会場等

●申告相談会場
石川町共同福祉施設（１階ホール）
（石川町商工会館内）

●申告相談会場の電話番号
☎26－8228

●申告相談時間
・２月８日（金）～３月15日（金）
（土日・祝日を除く）
・受付時間
〈午前の部〉午前９時～午前11時まで
（ただし、受付・相談会の状況により相談時間が午後になる場合があります）
〈午後の部〉午後１時～午後３時30分まで
※帳簿や伝票などの収支を集計の上ご来場ください。なお、収支を集計済みの方を優先する場合がありますのでご了承ください。

●その他
①該当地区の相談日に都合により申告できない方は、期限内の都合の良い日に申告してください。（土日・祝日を除く）
②郵送による申告は、随時受け付けていますので、自分で申告書を作成された方は、期限内に関係書類を添えて、直接、須賀川税務署に郵送して申告することもできます。
（須賀川税務署の所在地）
〒962－0844　須賀川市東町135番１号
須賀川税務署
③「e-Tax（国税電子申告・納税システム）」を利用すると自宅から確定申告ができます。詳しくは、e-Taxのホームページ（http://www.e-tax.nta.go.jp/）をご覧ください。

申告書や申請書の提出にはマイナンバーを！

平成30年分の確定申告書をはじめ、税務署に提出する申告書や申請書には、マイナンバーの記載が必要です。

また、提出の際は、本人確認書類として「マイナンバーカード」または「通知カード＋運転免許証等（※）」の提示か、写しの添付が必要です。

※運転免許証等
- 運転免許証
- パスポート
- 公的医療保険の被保険者証
- 身体障害者手帳
- 年金手帳
- 住民票の写し
- 印鑑証明書

などのうちいずれか１つ

お問い合わせ先

●所得税確定申告
〒962－0844
須賀川市東町135番１号
須賀川税務署
☎0248－75－2194

●町県民税申告
税務課　課税係
☎26－9118

高齢者叙勲



瑞宝双光章

有賀　究さん
（形見字尾巻）

有賀さんは、昭和24年から42年間にわたり小学校教員として勤務され、平田村立小平小学校の校長などを歴任されました。教員時代には、国語及び図工教育に力を注ぎ、教育行政の伸展に尽力されました。

「健康に教員生活を長く勤めることができました。このたびの受章も家族や地域の方々などのご協力のおかげです。これからも地域に貢献していきたいです」と受章の喜びを話されました。



瑞宝双光章

菊地　隆夫さん
（大　室）

菊地さんは、昭和25年から38年間にわたり小学校及び中学校の教員として勤務され、玉川村立泉中学校の校長などを歴任されました。教員時代には、体育の研究に力を注ぎ、教育行政の伸展に尽力されました。

「これまでの教員生活を振り返り、厳しい時もありましたが、苦労したかいがありました。家族や地域の方々のおかげです」と受章の喜びを話されました。

マイナンバーカードを取得しましょう！



町では、マイナンバーカードを活用した住民票の写し・印鑑登録証明書がコンビニエンスストアのマルチコピー機で取得できる「コンビニ交付サービス」を平成31年４月から開始予定です。

≪コンビニで取得できる証明書≫	≪コンビニ交付サービスが利用できる時間帯≫
①住民票の写し ②印鑑登録証明書	午前６時30分～午後11時 （12月29日～１月３日を除く）

コンビニ交付サービスを利用するためには、マイナンバーカードが必要です（住民基本台帳カードでは利用できませんのでご注意ください）。マイナンバーカードをまだお持ちでない方は、下記の方法で申請することができます。

◎こちらがマイナンバーカードです。
初回交付は無料です。



≪マイナンバーカード申請方法≫

●郵便申請
申請書を郵送→後日役場でカードお受け取り

●オンライン申請
パソコンやスマートフォンで申請→後日役場でカードお受け取り

※町民生活課町民係では、役場窓口でカード発行申請のご案内を行っています。お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先　町民生活課　町民係　☎26-9120

全国高校駅伝競走大会 学法石川高校男子第３位!!

昨年12月23日、京都府京都市の西京極陸上競技場を発着点に行われた全国高等学校駅伝競走大会において、学法石川高校男子が第３位に輝きました。

強豪校がひしめく中、スタートの１区で先頭集団に食らいつき10位でタスキを渡すと、２区の小指卓也選手が区間１位の走りで７位に順位を上げました。続く３区と４区でそれぞれ順位を上げ、平成27年に同校が記録した福島県勢最高記録を塗り替える２時間２分52秒の第３位でフィニッシュし、同校過去最高を記録しました。今後のさらなる活躍が期待されます。





区	距離(km)	氏名	学年	区間記録	区間順位	通算順位
1	10.0	櫛田　佳希	3	29分55秒	10	10
2	3.0	小指　卓也	3	８分12秒	1	7
3	8.1075	松山　和希	2	23分44秒	4	4
4	8.0875	横田　俊吾	3	23分11秒	2	3
5	3.0	大塚　稜介	3	８分36秒	1	3
6	5.0	渡辺　亮太	2	14分42秒	5	3
7	5.0	國分　駿一	3	14分32秒	5	3

総合タイム　２時間２分52秒　（敬称略）

春の全国火災予防運動

火災予防運動期間　３月１日㈮～３月７日㈭

全国統一防火標語　「忘れてない？　サイフにスマホに　火の確認」

山火事注意

これからの季節は、山火事が多く発生します。野山には、枯れ草や枯れ木などがたくさんあります。また、空気が乾燥し、少しの油断で火は一気に燃え広がります。

- 野焼き中に延焼
- 野焼きの不始末
- たばこの投げ捨て

山火事を防ぐには

- 強風時・乾燥時には、たき火・火入れはしない
- たばこの火は必ず消して、投げ捨てはしない
- 火遊びはしない

住宅用火災警報器を設置しましょう

住宅用火災警報器設置率について、一部設置世帯（寝室のみなど）は、全国平均81.6%に対して石川町は79.1%と、2.5ポイント低い状態で、条例適合設置世帯（寝室・階段）は、全国平均66.5%に対して石川町は45.8%と、20.7ポイント低い状態です。

昨年11月に小野町において、住宅が全焼する火災が発生し、７人の尊い命が犠牲になりました。皆さんのご家庭にも必ず住宅用火災警報器を設置しましょう。

●お問い合わせ先　石川消防署　☎26-3161
・ホームページ（http://www.sukagawa119.jp/）

※設置について何か不明な点がありましたら、お気軽にご相談ください。

街かど探検隊



功績をたたえて
県統計功労者表彰伝達

平成30年度福島県統計功労者表彰伝達式が昨年12月14日に町役場で行われ、矢内俊一さん（写真中央：板橋）へ経済産業大臣表彰、鈴木典光さん（写真左：新町）に福島県統計協会名誉会長表彰が塩田町長から伝達されました。

矢内さんは、経済産業省が行う「構造統計調査」に15回以上従事しその内容が優秀であると認められ、また、鈴木さんは、統計の普及発展に貢献した功績が顕著であり、他の統計事務従事者の模範と認められ、このたびの受賞となりました。



いつまでもお元気で
前田フデさんが100歳に

前田フデさんが1月18日に100歳を迎えられ、字新屋敷の自宅において賀寿贈呈式が行われました。

式では、県から県知事賀寿及び記念品、塩田町長から町長賀寿及びお祝い金が贈られました。

フデさんは子ども5人、孫7人、ひ孫1人に恵まれました。三男の實さんから「地域の方々のご協力によって今日を迎えることができ感謝いたします」と謝辞のあいさつがありました。



無火災を願い
町消防団出初式開催

石川町消防団（永沼一夫団長）出初式は1月6日、南町・荒町通りで行われました。

出初式では、永沼団長から塩田町長に点検者が委嘱され開団、全団員による分列行進が行われました。表彰では、町長表彰として親子等消防団員への表彰、中谷分団、沢田分団に無火災コンクール金賞、野木沢分団に同銀賞が贈られました。また、団長表彰として他の模範となる団員へ功績章、屯所内外の機械器具等施設整備が優秀である部に優秀賞及び努力賞が贈られました。



災害用LPガス設備使用
株式会社八幡屋と合意書を締結

災害用LPガス設備使用に関する合意書の調印式は昨年12月26日、町役場で行われました。

株式会社八幡屋（渡邉武嗣代表取締役社長）が町に協力を申し入れ、町が地震等の災害発生時に同社敷地内に設置する災害用LPガス設備や発電設備に加え、避難場所として駐車場等の敷地や建物を無償で使用できることを確認し合意に至りました。

式で渡邉さんは「一企業として安心・安全で住みやすいまちづくりに貢献していきたいです」とあいさつしました。



社会貢献活動コンテスト
最優秀賞受賞を報告

昨年12月に行われたふくしま高校生社会貢献活動コンテストにおいて、学法石川高校、県立石川高校の生徒が参加する「まちのリビングプロジェクト」の活動が最優秀賞を受賞し、12月20日に町役場で報告会が開かれました。

報告会では、高橋由輝さん、小針桜さん（いずれも学法石川高2年）、渡辺紗雪さん（県立石川高1年）がプレゼンテーションを行い「人と人とのつながり、触れ合いを大切にし、より良い形で未来につなげていきたい」などの発表がありました。

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。



退任された委員へ感謝状



近内光慶さん



五十嵐幸成さん

人権擁護委員に五十嵐幸成さん
近内光慶さんを委嘱

人権擁護委員委嘱状交付式が1月8日に町役場で行われ、平成31年1月1日付で石川町人権擁護委員に五十嵐幸成さん（双里）、近内光慶さん（中野）が法務大臣から委嘱されました。

人権擁護委員は、皆さんから人権相談を受け、問題解決のお手伝いをしたり、人権について関心を持っていただくために啓発活動などを行っています。

また、これまで人権擁護委員としてご活躍いただいた矢吹重光さん（曲木：写真右から2人目）、角田靜夫さん（谷沢：写真左から2人目）が退任され、法務大臣から感謝状が贈られました。これまで人権思想普及のためにご尽力いただきありがとうございました。



おじいちゃん おばあちゃん といっしょ

●どんなお孫さんですか？

明るく元気で、体を動かすことがとても大好きな子です。

●おじいちゃん、おばあちゃんと何をして遊ぶのが好きですか？

積み木や風船で遊んだり、外が暖かい時は自転車で遊ぶのが好きです。

●お孫さんへメッセージをお願いします。

元気に明るく、人に対して優しくできる子になってほしいと思います。



野木沢保育所に通う草野　功明（こうめい）くん、祖父の義経さん、祖母の和子さんです。

健康食育

冬野菜で健康を守ろう！



冬は寒さから体温が低下し、冷えることにより免疫力が落ちて体調不良になりやすい季節です。肩こりやめまい、頭痛、むくみ、風邪やインフルエンザなどの原因になります。免疫力を保つためには、日々の食生活が大切です。冬に負けない健康な体をつくるためには、３食バランスのよい食事を取ること、体を温める効果のある食材を使い、温かい食事を取ることが大事です。冬の野菜は体を温める作用や免疫力を高め、皮膚や粘膜を保護するなどの働きがあります。

冬野菜を使って、寒い冬を乗り切りましょう！

【冬におすすめのレシピ】

野菜いっぱい豆乳鍋（３～４人分）

材料	
豚ばら肉（薄切り）	200g
ほうれん草	１束
白菜	３枚
人参	１／２本
しめじ	１／２袋
しいたけ	４個
長ねぎ	１本
大根	100g
生姜	１かけ
だし汁	500ml
無調整豆乳	500ml
みそ	大さじ２

<作り方>

①豚ばら肉を３～４㎝の長さに切る。

②ほうれん草と白菜を食べやすい長さに切り、人参を５㎜厚さの輪切りにする。生姜を薄切りにする。

③長ねぎを斜め切りにする。

④しめじとしいたけの石づきを取る。大根は、皮をむき縦半分に切ったら、スライサーで薄切りにする。

⑤鍋にだし汁と豆乳を加え、煮立ったらみそを加えて味を整える。

⑥⑤の鍋に①～④までの具材を加え、煮えたら出来上がり。

地域包括ケアシステムを考えるシンポジウム開催のお知らせ

誰もが住み慣れたところで、安心して暮らし続けられる地域づくりを考えるシンポジウムを開催します。参加は無料ですので、お誘い合わせの上ご聴講ください。



●日　時　３月２日（土）　午後２時 ～午後４時30分
●場　所　石川小学校　クリスタルホール
●テーマ　「最期まで、自分らしく・自立した生活を送るために～今、高齢者の自立を考える～」
●内　容　Ⅰ　特別講演
「いつまでも、元気に自分らしく生ききる」
●講師　岡本　宏二 先生
（一般社団法人ふくしまをリハビリで元気にする会理事長）
Ⅱ　シンポジウム「その人らしさを支えるつながり～医療と介護と地域の力～」
●シンポジスト　調整中
●主　催　石川町・石川郡医師会

お問い合わせ先　保健福祉課 ☎26−9124

ともに認め合い 支え合う社会へ ともに生きる



～川柳コンクール②～

先月号に続き「ともに認め合い、支え合う社会への川柳コンクール」で選ばれた作品を発表します。今回の作品は、家庭での役割について考えさせられる作品です。川柳を読みながら、皆さんで日常生活を振り返ってみてはいかがでしょうか。



お家では　みんなで家事を　手伝おう
藤田　真央さん（石川小）

洗濯は　僕に任せて　お母さん
佐藤　匡さん（石川小）

僕もやる　母のとなりで　皿洗い
吉田　仁輝さん（石川小）

ゴミ出しは　お父さんだよ　ありがとう
須藤　優羽さん（石川小）

好きな物　男女同じでも　関係ない
草野　涼夏さん（石川小）

男女共　共同作業で　仲良しに
小平　柚希さん（石川小）

おいしいよ　父の特製　オムライス
草野　柑夏さん（野木沢小）

朝ごはん　当番今日は　私たち
水野谷　芭奈さん（沢田小）

男女とも　笑顔あふれる　職場かな
渡辺　光一さん（70代）

●お問い合わせ先　保健福祉課　社会福祉係　☎26−9123



募集

平成31年度石川町保育士（嘱託員）を募集しています

平成31年度町立保育所・児童館で勤務する保育士（嘱託員）を募集しています。

- 募集人員　5名程度
- 応募資格
  保育士資格を有する方、または平成31年3月に卒業予定で保育士資格取得見込みの方
- 応募手続き
  ハローワークで発行する紹介状と履歴書、保育士資格取得証明書の写しを提出してください。
- 受付期限　2月28日㈭
  ※採用内定数が募集人数になり次第受け付けを終了させていただきます。

詳細については、次までお問い合わせください。

- 応募・お問い合わせ先
  〒963-7893
  石川町字長久保185-4
  保健福祉課　児童福祉係
  ☎26-0811

平成31年度石川児童クラブ指導員を募集しています

平成31年度石川児童クラブで勤務する指導員を募集しています。

- 募集人員　3名程度
- 応募資格
  性別及び資格は問いません。経験のある方歓迎します。
- 応募手続き
  ハローワークで発行する紹介状と履歴書を提出してください。
- 受付期限　2月28日㈭
  ※ただし、決定次第受付期限前でも終了させていただきます。

詳細については、次までお問い合わせください。

- 応募・お問い合わせ先
  〒963-7893
  石川町字長久保185-4
  保健福祉課　児童福祉係
  ☎26-0811

「統計の日」の標語　募集のお知らせ

総務省では「統計の日（10月18日）」の標語を募集しています。

統計の日とは、統計の重要性に対する理解と関心を深め、統計調査により一層、国民の協力がいただけるようにと定めた日です。

入選作品は「統計の日」ポスターのほか、各種広報に活用されます。

- 応募資格　小学生以上
- 応募方法
  総務省ホームページから応募用紙をダウンロードしていただき、氏名等をご記入の上、メール、FAXまたは郵送にてご応募ください。
- 応募締め切り　3月31日㈰
  ※詳細については、総務省ホームページをご覧ください。
- 応募・お問い合わせ先
  〒162-8668
  東京都新宿区若松町19-1
  総務省政策統括官付統計企画管理官室　普及指導担当
  ☎03-5273-1144
  FAX 03-5273-1181
  ✉toukeinohi@soumu.go.jp

暮らし

森林の伐採に係る届け出について

福島県が定めている地域森林計画の対象となっている森林の立木を伐採するときには、事前（伐採をする90日～30日前）に「伐採及び伐採後の造林の届出書（伐採届）」を町に提出する必要があります。

伐採を予定している森林が地域森林計画の対象になっているかどうかについては、次までお問い合わせください。

また、森林を伐採した後に他の用途に転用する（例：太陽光発電など）場合は、開発届を提出する必要があります。

- お問い合わせ先
  産業振興課　農林整備係
  ☎26-9128

自動車税のトラブルを防ぎましょう

自動車税は、毎年4月1日（午前0時）現在で運輸支局の登録名義人である所有者（割賦販売による購入の場合は使用者）が、5月31日までに納めることになっています。

次のことに注意して自動車税トラブルを防ぎましょう。

～自動車税トラブル防止3カ条～

①抹消等の手続きは、3月31日までに運輸支局で行いましょう
↓自動車を譲渡したり、下取りに出したり、廃車したりしたときは、必ず運輸支局で3月31日までに登録しましょう。3月31日までに登録手続きが終了しないと自動車税が課税されます。

②転居したら、車検証の住所変更を運輸支局で登録しましょう
↓住民票を異動しても車検証の住所は変わりません。運輸支局に登録しましょう。やむを得ず手続きができないときは、県中地方振興局県税部にご連絡ください。

③納税証明書は、車検証と一緒に大切に保管しましょう
↓自動車の継続検査（車検）を受ける際には納税証明書が必要です。自動車税を納めた時に交付される領収証書に納税証明書が付いています。また、リサイクル券も次回車検時、廃車時に必要となりますので、廃車時まで車検証と一緒に大切に保管するようにしてください。

※登録手続きを依頼した場合は、登録が済んでいることを必ず確認しましょう。

- お問い合わせ先
  ・自動車の登録について
  東北運輸局　福島運輸支局
  ☎050-5540-2015
  ・いわき自動車検査登録事務所
  ☎050-5540-2016
  ・自動車税について
  県中地方振興局県税部課税第二課
  ☎024-935-1261



住宅用火災警報器「取り付け支援サービス」のご案内

住宅用火災警報器の取り付けが困難な世帯を対象に住宅用火災警報器「取り付け支援サービス」を実施します。

- 対象世帯
  須賀川市、天栄村、鏡石町、石川町、玉川村、平田村、浅川町、古殿町に居住する世帯のうち、65歳以上の方のみで構成する世帯、もしくは身体に障がいがある等により、住宅用火災警報器の取り付けが困難である世帯
- 申し込み方法
  須賀川地方広域消防組合のホームページよりダウンロードした申込書に必要事項を記入し、最寄りの消防署へ直接お持ちいただくか、郵送またはFAXにてお申し込みください。

なお、自宅で印刷できない方は、最寄りの消防署へ来署していただき、その場で申込書に記入していただくことも可能です。

- 支援にあたってのお願い
  ・取り付けることができる住宅用火災警報器は、自らが購入した電池式のものに限ります。
  ・取り付けの際には必ず立ち会いをお願いします。（代理人でも可）

※詳しくは、最寄りの消防署、または次までお問い合わせください。

- お問い合わせ先
  須賀川地方広域消防本部　予防課
  ☎0248-76-3114

自動車の登録・検査　手続きはお早めに

毎年、年度末の3月期は自動車の登録・検査の申請で多くの方が訪れ、窓口が大変混雑します。その結果、手続きに3時間以上かかることもあり、申請者の皆様には大変ご迷惑をおかけしております。

このことから、手続き等をお考えの方は、3月の混雑時を避けお早めに申請をお願いします。

- お問い合わせ先
  東北運輸局　福島運輸支局
  ☎050-5540-2015

「防災タウンページ」はお手元に届きましたか？

日ごろからの備えや災害時の行動ポイントを盛り込んだ「防災タウンページ福島県版」がNTTタウンページ㈱から発行され、1月に「タウンページ」と一緒に県内の全住戸・全事業所に届けられました。付録として「公衆電話＋避難所マップ」も付いていますので、災害発生時はもちろん、いざという時に備え確認しておきましょう。

- お問い合わせ先
  タウンページセンタ
  ☎0120-506309

案内

禁煙・受動喫煙防止講演会

「禁煙で健康な体を手に入れよう～電子たばこを含むたばこの健康への影響と受動喫煙の害について～」

たばこに関する正しい知識を身に付け、禁煙について考えます。今話題の電子たばこや禁煙外来についてもご講演いただきます。

- 開催日時　2月19日㈫
  午後6時30分～午後7時45分
- 場所　町役場　3階　正庁
- 対象
  町内に在住している方、町内の事業所に勤務している方
- 講師
  一般財団法人慈山会医学研究所
  理事長　坪井　永保　先生
- 参加費　無料
- 定員　先着50名
- 申し込み方法
  電話にてお申し込みください。
- 申し込み締め切り　2月14日㈭
- お申し込み・お問い合わせ先
  石川町保健センター
  ☎26-8416
- 平日：午前9時～午後5時
  ※土日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）を除く。

相談

こころの健康相談会のお知らせ

こころの病気、アルコールの問題、ひきこもりや不登校、認知症などでお悩みのご本人やご家族の方を対象に、精神科医師による相談会を実施します。相談は無料で秘密は厳守します。ひとりで悩まず、ぜひご相談ください。

- 日時　2月12日㈫
  午後2時～午後4時
- 場所　石川町保健センター
- 内容　個別相談及び助言指導
- 担当　コスモス通り
  心身医療クリニック（郡山市）
  院長　圓口　博史　氏

※予約制になりますので、事前に保健センターへ電話でお申し込みください。

- お申し込み・お問い合わせ先
  石川町保健センター
  ☎26-8416

弁護士によるB型肝炎特措法電話相談会（無料）

- 日時　2月23日㈯
  午前10時～午後3時
- 場所
  全国B型肝炎訴訟新潟事務所
- 内容
  B型肝炎特別措置法に基づく給付金支給手続きに関する電話相談
- 相談料　無料

※通話料はかかります。

- 電話番号
  ☎025-223-1130

平成30年度いきいき健康づくりフォーラム

- 開催日時　2月24日㈰
  午前10時～午後4時
- 場所
  ・白河文化交流館コミネス（全館）
  ・白河市立図書館地域交流会議室
  多目的ホール
- 主催
  公立大学法人福島県立医科大学健康増進センター
- 共催　福島県、白河市
- 入場料　無料
- 内容
  県民の皆さんに、気軽に楽しく健康づくりについて理解していただき、活動に取り組むきっかけとしていただくイベントです。今年度は、特に「糖尿病の予防」に関するプログラムを充実させています。
- お問い合わせ先
  公立大学法人福島県立医科大学健康増進センター
  ☎024-547-1788

福島財務事務所からのお知らせ

「多重債務者相談窓口」のご案内

財務省福島財務事務所では、借金を抱えお悩みの方々からの相談に応じています。

●相談窓口　財務省福島財務事務所　理財課

●受付時間　月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）
午前8時30分～正午
午後1時～午後4時30分

●電話　☎024-533-0064（多重債務者相談窓口専用）
FAX 024-535-0311

「出前講座」のご案内

財務省福島財務事務所では、小学生から高齢者の皆様に向け、金融や国の財政などをテーマに出前講座を行っています。

●お問い合わせ先　財務省福島財務事務所　総務課　☎024-535-0301

復職支援セミナーのご案内

職場復帰を考えている看護職・介護職の方々に向けたセミナーを開催します。

職場に復帰したいけれどブランクがあって不安な方、お子さんが小さくて職場復帰に踏み切れない方など、お気軽にご相談ください。

●期日　2月16日(土)、5月18日(土)、9月21日(土)

●時間　午前10時～午後3時

●場所　ひらた中央病院（平田村）または中島医院

◎ブランクの有無、年齢制限はありません。参加希望の方はどなたでも受け付けます。

◎昼食を準備します。

◎小さなお子さんをお連れの方は、当院託児所でお預かりしますので、安心してご参加ください。

●お問い合わせ先　ひらた中央病院　☎0247-55-3333（担当：大沼・新妻）

定例行政相談

●日時　2月23日(土)　午前9時～正午

●場所　石川町公民館

心配ごと相談

●日時　2月8日(金)（弁護士相談）　午後1時～午後3時
※要予約

●場所　老人福祉センター

●お問い合わせ先　石川町社会福祉協議会　☎26-3793

平成31年度石川町社会体育施設管理人を募集します

施設名	総合体育館	社会体育施設管理人①	社会体育施設管理人②
募集人員	2名	2名	1名
雇用期間	平成31年4月2日（火）～翌年3月31日（火）	平成31年4月2日（火）～翌年3月31日（火）	平成31年4月1日（月）～12月27日（金）
勤務日及び勤務時間	火・木・土曜日または水・金・日曜日のローテーションによる週3日で、午前8時30分から午後5時15分まで(利用状況により変更する場合あり)	火・木・土曜日または水・金・日曜日のローテーションによる週3日で、午前8時30分から午後5時15分まで（利用状況により変更する場合あり）	原則、月曜日から木曜日までの午前8時30分から午後5時15分まで（利用状況により変更する場合あり）
業務内容	総合体育館・多目的広場等の維持・管理及び使用申請書の受け付けと予約システムへの入力作業や施設内の清掃など	総合運動公園内グラウンド、町民グラウンド野球場、旧石川小学校庭、町民テニスコート等社会体育施設の維持管理及び周辺環境の整備	総合運動公園内グラウンド、町民グラウンド野球場、旧石川小学校庭、町民テニスコート等社会体育施設の維持管理及び周辺環境の整備
賃　金	6,600円／1日（通勤手当有り）	6,600円／1日（通勤手当有り）	6,600円／1日（通勤手当有り）
応募資格	スポーツの経験があり、また、スポーツに関心があり、健康状態良好で普通自動車運転免許証を所持している方		

◉応募にあたっては、履歴書（市販のもの）に写真を貼付し、2月22日（金）までに教育課体育振興係（石川町総合体育館内）へお申し込みください。

◉書類選考にて決定し、3月中旬に選考結果を文書で送付します。なお、履歴書の返還はしませんのでご了承ください。

●お問い合わせ先
教育課　体育振興係（石川町総合体育館内）☎26-8038

石川町温水プール「水泳教室」生徒募集



石川町温水プールでは、平成31年度水泳教室に参加する小学生を募集します。
参加希望者は下記内容をよくご覧いただきお申し込みください。

●申込受付期間　2月13日（水）～2月24日（日）
（上記期間後の申し込み受け付けは一切行いません）

●申　込　先　石川町温水プール（双里字川向2－2）

●申込方法　申込受付期間中に温水プール窓口で参加申込書をもらい、必要事項を記入してお申し込みください。
※電話・FAXでの申し込みは受け付けません。

●各教室の定員　キッズクラス10名、ジュニアクラス15名、ステップアップ15名

※参加希望者が定員を上回る教室は、曜日の調整または抽選となり、抽選の結果によっては受講できない場合がありますので、あらかじめご了承願います。

●各教室の内容

教室区分	対象	内容
キッズクラス	泳げない子（水に顔がつけられない、水が苦手）	水泳基本動作、クロール
ジュニアクラス	少しでも泳げる子（水に顔がつけられる）	クロール、背泳ぎ
ステップアップ	クロール、背泳ぎが上手に泳げる子	平泳ぎ、バタフライ（4泳法の習得）

●教室・受講料　教室区分・対象者・日程・受講料は次のとおりです。

教室区分	対象	日程	受講料	講師
キッズクラス1	小1～2年生	4／9～　全35回 火　午後4時30分～	20,000円	相楽真由美先生
キッズクラス2	小1～2年生	4／20～　全35回 土　午前10時～		
キッズクラス3	小1～2年生	4／20～　全35回 土　午前11時～		
ジュニアクラス1	小2～6年生	4／20～　全35回 土　午後1時～		
ジュニアクラス2	小2～6年生	4／10～　全35回 水　午後4時30分～		吉田小夜子先生
ジュニアクラス3	小2～6年生	4／11～　全35回 木　午後4時30分～		
ジュニアクラス4	小2～6年生	4／11～　全35回 木　午後6時30分～		
ジュニアクラス5	小2～6年生	4／12～　全35回 金　午後4時30分～		
ステップアップ1	小3～6年生	4／10～　全35回 水　午後6時30分～		
ステップアップ2	小3～6年生	4／12～　全35回 金　午後6時30分～		

※ご要望やご質問は、温水プール担当の教育課体育振興係（☎26-8038）までお問い合わせください。

【注意事項】
①各教室は1時間です。
②応募者が定員に満たない教室は、実施しない場合があります。
③後日、参加者説明会を開催します。
④受講料は参加者説明会の際に納めていただくことになります。
参加人数により受講料が多少変動することがありますのでご了承ください。
⑤受講料にはスポーツ安全保険料を含みます。
⑥教室参加者は受講料のほかに入場料が必要です。

●お申し込み・お問い合わせ先　石川町温水プール　☎26-5884
※お申し込み・お問い合わせは次の時間にお願いします。
火～金曜日　午後1時～午後8時30分
土・日曜日　午前10時～午後5時30分

●温水プール入場料金（平成31年度料金表）

	小学生	中学生	一　般
1回券	100円	200円	410円
回数券	1,030円	2,060円	4,120円
半年券	2,060円	4,120円	8,240円
年間券	3,810円	7,720円	15,450円

公民館だより

図書室からのお知らせ

節　　分

２月３日は節分です。節分では、豆まきを行ったり、自分の年の数だけ豆を食べると思います。節分について理解を深められる本や、鬼を題材にした絵本などを展示・貸し出ししています。ぜひ図書室で節分について調べてみてください。

『せつぶんワイワイ　まめまきの日！』	ますだゆうこ/作
『おなかのなかにおにがいる』	小沢孝子/作
『鬼まつりの夜』	富安陽子/著
『おにのパンツ』	鈴木博子/絵
『おにはうち　ふくはそと』	西本鶏介/文



バレンタイン　～きもちをかたちに♥～

毎日寒い日が続いていますが、ドキドキしていますか？
映画やドラマになった恋の話や、読んだ後すてきな恋がしたくなるような恋愛小説を紹介します。

『君の膵臓をたべたい』	住野よる/著
『タイニー・タイニー・ハッピー』	飛鳥井千砂/著
『夜のピクニック』	恩田陸/著
『ぼくときみの半径にだけ届く魔法』	七月隆文/著
『世界の中心で、愛をさけぶ』	片山恭一/著



そのほか、作って、食べて、プレゼント！楽しい手作りスイーツの本も用意しています。
手作りして心ときめく毎日を…♥

２月22日　ねこのひニャ～ン

猫が主役・脇役の本を集めました。たくさん読んでお気に入りの猫を見つけてください。

『猫が見ていた』	湊かなえ他/著
『猫は笑ってくれない』	向井康介/著
『世界から猫が消えたなら』	川村元気/著
『100万分の１回のねこ』	江國香織/著
『レッツとネコさん』	ひこ田中/さく
『とってもなまえのおおいネコ』	ケイティ・ハーネット/作



≪公民館図書室お休みのお知らせ≫

石川町公民館は、４月に供用開始を予定している文教福祉複合施設（旧石川小学校校舎）にその機能を移行することになります。

現在の公民館図書室は「石川町立図書館」として生まれ変わり、施設内に設置されることになりますが、それに伴う本の移設作業等のため、公民館図書室は３月３日（日）をもって閉室とさせていただきます。また、本の貸し出しについては２月20日（水）までとさせていただきます。利用者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

石川町公民館サークル紹介コーナー

フラダンス愛好会

私たちは、ハワイ・カウアイ島在住のプナ・カラマ・ドーソン先生を師事する、阿部えみ先生（郡山市）と曲山ちあき先生（石川町）を講師に迎え、フラの練習に励んでいます。平成30年５月に子ども（ケイキ）クラスも発足し、４歳～70歳以上までの35人が世代を超えて、楽しく仲良く踊っています。



●活動日時　毎月木曜日（月３回）
午前９時30分～午前11時
毎月第２・第４水曜日
午後６時～午後７時
●活動場所　石川町公民館　第二・第三会議室

《ひとこと》
心地よいハワイアンミュージックに合わせ、手と足を動かし、表情をつけながら踊るのは案外難しいものです。大人クラスではゆったりとした曲を基本に、脳トレ・筋トレを兼ねながらしなやかな体づくりを目標に、楽しく練習を重ねています。子ども（ケイキ）クラスでは単に踊りの習得だけではなく、フラを通して表現力や協調性を高め、美しい姿勢や所作が身に付くことを目標に、にぎやかに仲良く踊っています。５月に郡山文化センターで行われる発表会（ホイケ）に向け、会員一同熱を入れて練習しています。

お問い合わせ先…石川町公民館　☎26-2566



暮らしの相談室

消費生活Q＆A

石川地方消費生活相談室　☎0247-57-6872



「不用品など何でも買い取ります！」と言って訪問する訪問購入（押し買い）・電話勧誘が増えています！

～悪質商法の被害に遭わないための対策～

- 訪問販売や買い取りの業者には、できるだけ一人で対応しない
- 身に覚えのない荷物は受け取らない
- 契約する場合、価格が適正かどうか複数の業者に見積もりを取って確かめる
- 訪問販売、電話勧誘販売の場合、契約書面を受け取った日から８日以内であれば『クーリング・オフ』制度により契約を解除できる

『いりません、断ります、帰ってください』ときっぱり断りましょう！

各地区のサロンで出前講座を実施しています！

石川地方消費生活相談室の相談員が、各地区の高齢者サロンで相談室の紹介や、最近の事例・注意喚起などの出前講座を実施しています。

講座では、電話勧誘や訪問販売員が来た時の断り方なども紹介しています。



≪資料館便り≫

石川町立歴史民俗資料館は、町の文化財保存と活用、町民の教育、学術及び文化の発展を目的に、昭和49（1974）年秋に開館しました。公的施設としては、県下のさきがけのひとつです。

「資料館便り」編集：石川町立歴史民俗資料館
〒963-7845　石川町字高田200-2　☎26-3768

「鉱物教室」現地観察会!

～灰礬ざくろ石と変成岩を観察～



◀灰礬ざくろ石の結晶群

▲ざくろ石を丹念に観察（鮫川村）



▲変成岩の露頭に見られる2種類の岩石。左側の黒い部分は黒色片岩、右側の白い部分は緑色片岩（御斎所峠）

「鉱物教室」は12月初め、「現地観察会」として、鮫川村のざくろ石と、いわき市御斎所街道の変成岩を観察しました。

鮫川村では、旧鉱山跡に残された「ズリ」と呼ばれる鉱石捨て場を丹念に調べました。石川町内で産出するざくろ石は、鉄礬ざくろ石という真っ黒なものがほとんどですが、ここでは、カルシウム分を含み赤色をしているため、灰礬ざくろ石と呼ばれています。かつては粉末にして紙やすりの粒子として利用していたそうです。透明感のある結晶もあり、歓声が上がっていました。

午後からは、御斎所街道を東に向かい、変成岩帯を見学しました。変成岩は、水によって運ばれた砂や泥、火山灰などが堆積し、プレートの圧力や地底からの熱を受けてできた岩石です。石川町からいわき市にかけての変成岩は、一億年以上も前にできたもので、わが国で最も古い岩石の一つです。例えると、コーヒーにミルクを入れた時にできるようなしま模様になっています。

受講生の皆さんは自然の力に大変驚かれ、一日が楽しく充実した「鉱物教室」となったようです。

いしかわの「お宝」㉘

「資料館便り」では、町に伝えられてきた貴重な文化財や鉱物、動植物などの天然記念物を紹介します。

「文政六年（1823）十九夜念仏」（当館蔵 塩田寿男家文書：中田地区）



➡如意輪観音（中田字迎高野）

⬅十九やねんぶつ（十九夜念仏）：冒頭

●（解読文　冒頭部分）
十九やねんぶつ
きみやうちやうらい十九やのゆらいをくわしくたつぬるにちいある人のあつまりてわかき女人のたいやくのなんさんよけのきとうとて火水をあらためみを清め
・・・以下略・・
●（書き下し文）
十九夜念仏
帰命頂礼（※）、十九夜の由来を詳しく尋ぬるに、知恵ある人の集まりて、若き女人の大厄の、難産除けの祈祷とて火水を改め、身を清め
・・・以下略・・

※帰命頂礼：仏をたたえる際に唱える言葉

⬆十九やねんぶつ：２枚目末尾部分

文政六年（一八二三年）
未ノ（ひつじの）
八月九日期書レ之
（はちがつここのか、きしてこれをかく）

「十九夜講」とは、月の十九日に宿となった家へ地区内の女性たちが集まり、安産と子宝を願い、如意輪観音にお祈りをした集会のことです。そして、その際に唱えたのが「十九夜念仏」と呼ばれる、七五調で仏様の徳を褒めたたえた念仏です。そのような念仏は和讃ともいわれます。

女性にとって、出産は大きな喜びであるとともに、不安も伴うものです。なぜなら、昔は現代のように進んだ医療を受けられる環境にはなかったからです。そのため、観音を祭り、一心不乱に念仏を唱和することが心の平安を得る唯一の手段でした。同時に、参加者全員で飲食をともにし、先輩の出産の体験談に耳を傾けることで、若い女性は出産に関する心構えや知識を得たのです。

十九夜講、如意輪観音信仰は各地で確認されており、昔から行われてきたことは分かっていました。しかし、いつの時代に、どのような念仏が唱えられていたのかは、確実な記録がほとんどない状態にありました。

「文政六年（1823）十九夜念仏」は、約200年前の中田地区において、女性たちが確実にこの念仏を唱えていたことを示しています。本資料は、石川地方はもちろん、福島県内でも数少ない大変貴重な民俗資料といえるでしょう。

国保だより | 住所地特例者の保険証について

●学生用の保険証

石川町の国保加入者が、大学などへの進学のため町外へ転出するときは、学生用の保険証（学）を交付します（卒業または社会保険へ加入するまで適用されます）。住所は町外に定めることになりますが、国保の資格は転出前にいた世帯の国保加入者となりますので、転出先で国保へ加入する必要はありません。また、国保税も転出前にいた世帯の世帯主へ課税されます。

〈手続きに必要なもの（進学のために転出する場合）〉

- 国保の保険証
- 印鑑
- マイナンバーが確認できる書類
- 合格通知など入学が確認できる書類
  （後で在学証明書を提出していただきます）

※毎年、学生であることの確認のために在学証明書を提出していただきます。
※学校教育法に規定された大学などが対象となります。
※経済的に自立した生活を送っている場合は対象となりません。

●施設などへ入所する方の保険証

石川町の国保加入者が、他の市町村にある老人ホームなどの施設へ入所するために転出するときは、引き続き石川町の保険証を使用することになります。これは、病院や施設などが多くある市町村の国保の負担が大きくならないようにするためです。国保の資格は、転出前の世帯とは別に、一人世帯として適用になります。また、国保税も転出前にいた世帯の世帯主ではなく、本人へ課税されます。

〈手続きに必要なもの〉

- 国保の保険証
- 印鑑
- マイナンバーが確認できる書類
- 施設などへ入所することが分かる書類

※病院や診療所、老人ホームなどの施設が対象となります。



◆お問い合わせ先　町民生活課　国保年金係　☎26−9125

アルコール依存症になっていませんか

お酒は、日常のさまざまな場面で飲まれ親しまれています。しかし、依存性のある物質「アルコール」を含む飲み物ということを自覚してください。多量飲酒を続けると、生活習慣病のリスクを高めるほか、事故や犯罪につながるなど社会生活にも影響を及ぼします。また、未成年者や妊婦、授乳中の飲酒は、健全な子どもの成長へ悪影響を及ぼします。

依存性のあるお酒を飲み続けることで欲求が強くなり、どんな状況であっても飲み続けるためにさまざまな工夫や努力をします。この行動が起こることを「精神依存」があるといいます。初期の精神依存では、飲酒をするための言い訳や理由づけなどが見られます。これが繰り返されると、隠れ酒、飲酒のために嘘をつく、家族を脅す、暴言・暴行といった粗暴な行動に出ます。また、アルコールは脳の神経活動を抑える働きがあります。アルコール依存症になるとアルコールの影響下に置かれる時間が長くなり、その分だけ脳の活動は長時間抑制されます。このような方が断酒すると、抑制効果に対抗していた神経の過剰活動が現れ、不安感やイライラが生じたり、吐き気や嘔吐、動悸、発汗、不眠といった症状が出ます。この症状が重くなると「身体依存」が現れ、手や指が震えたり、てんかん発作のように全身が硬直して意識を失う全身けいれんが起こることもあります。また、幻視、幻聴などにより精神の異常興奮が起き、意識障害につながることもあります。

アルコール依存症の予防には、多量飲酒を自覚することが大事です。本人が自覚することが一番ですが、周囲の方が認識しサポートすることも大切です。断酒会やアルコール依存症の家族教室等も開催されていますので、お悩みの方はご相談ください。



●相談先　福島県県中保健福祉事務所（障がい者支援チーム）　☎0248−75−7811
石川町保健センター　☎26−8416

保健センターだより



TOWN EVENT CALENDAR

石川町２～３月の主な予定

２月 ●February

15	金	子育てサロン（９：30～）	中谷自治センター
16	土		
17	日	いしかわスキッズ広場（10：00～12：00、13：00～15：00）	中谷自治センター
		在宅当番医	角田内科医院（浅川町）
18	月		
19	火		
20	水		
21	木		
22	金	子育てサロン（９：30～）	中谷自治センター
23	土		
24	日	いしかわスキッズ広場（10：00～12：00、13：00～15：00）	中谷自治センター
		在宅当番医	ひらた中央病院（平田村）
25	月		
26	火		
27	水	２歳児教室（９：30～）	保健センター
28	木	３歳３カ月児健診（13:00～）	保健センター

３月 ●March

1	金	子育てサロン（９：30～）	中谷自治センター
2	土		
3	日	在宅当番医	石川中央医院
4	月		
5	火		
6	水		
7	木	１歳６カ月児健診（13:00～）	保健センター
8	金	子育てサロン（９：30～）	中谷自治センター
9	土		
10	日	在宅当番医	ひらた中央病院（平田村）
11	月		
12	火		
13	水	石川中学校卒業式	同校体育館
		６～７カ月児教室（９:30～）	保健センター
14	木	３～４カ月児健診（13:00～）	保健センター

今月の納期

- ２月28日㈭までに納めましょう
  後期高齢者医療保険料（第７期）
  国民健康保険税（第８期）
  介護保険料（第８期）

メモリーコーナー MEMORY CORNER

（平成30年12月１日～12月31日までの届出分で掲載希望のあった方　敬称略）

こんにちは赤ちゃん Hello baby

氏名	保護者	住所
舘　唯希（ゆいき）	（郁　弥・美　加）	古　舘
満山　結菜（ゆいな）	（嘉　晃・千　晴）	松木下
瀧口心桜星（みおら）	（秀　行・亜　紀）	松木下
大越　尊（たける）	（　龍　・絢　子）	響　取
森岡　実希（みつき）	（信太郎・莉　奈）	中　野

カップル誕生 Couple

新郎	新婦（住所）
酒井健太郎	（下　泉）・　金井　奈美　（須賀川市）

おくやみ Condolence

氏名	住所	氏名	住所
篠田　シヅ	（双　里）	菅野八重子	（双　里）
相樂　重道	（双　里）	髙木　美夫	（赤　羽）
橋本　春喜	（山　形）	近内テル子	（中　野）
須藤　竹夫	（板　橋）	荒木　康男	（赤　羽）
西牧タケヨ	（秋　台）	小松　　茂	（下ノ内）
有賀　髙子	（塩　沢）	野﨑　敏雄	（沢　井）
吉田　友一	（大　沢）	木戸　一二	（母　畑）
円谷　安清	（中　野）		
圓谷　芳保	（中　野）	矢吹　弥良	（古　舘）
橋本　静子	（山　形）		

（平成30年11月届出分）

HAPPY SMILE
ハッピー　スマイル

～かわいいお子さんの写真を掲載してみませんか～

「ハッピースマイル」では、参加していただけるお子さん（3歳以下）を募集しています。下記の必要事項とお子さんの写真を添えてご応募ください。また、電子メールでも応募を受け付けていますので、下記の必要事項とお子さんの写真データを添えて応募先メールアドレスへ送信してください。なお、ご要望があればお子さんの写真撮影にお伺いすることも可能ですので、お気軽にお問い合わせください。



〈応募必要事項〉
- ★お子さんのお名前（ふりがな）・性別・生年月日
- ★保護者の方のお名前・住所・ご連絡先（電話番号）
- ★お父さん・お母さんからお子さんへのメッセージ（36字以内）
- ★メッセージを呼びかける方（例：○○パパ・○○ママより）

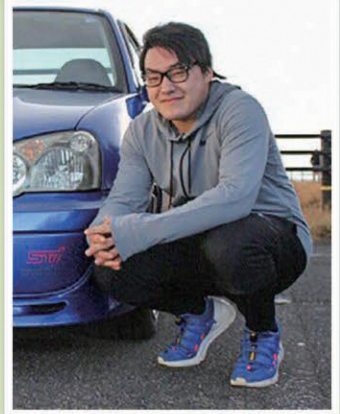
●応募・お問い合わせ先
〒963-7893
石川町字長久保185-4
石川町役場　総務課
総務係　☎26-2111
✉koho_k@town.ishikawa.fukushima.jp

Q&A 青春ど真ん中

職業▶いすゞ東北株式会社でメカニックをしています。

Q 今、情熱を傾けて取り組んでいることは何ですか。
A トラックの整備作業と友達とのドライブなどです。
Q 将来やってみたいことや夢を聞かせてください。
A トラックだけでなくさまざまな自動車を整備できるメカニックになることです。
Q 将来どんな町になってほしいですか。
A みんなが笑顔で当たり前の生活を送れるような町になってほしいです。
Q 最後に理想のタイプは。
A できれば、趣味が同じで一緒にいて楽しい人です。

桑澤 潤一郎さん
（21歳）



▶次回は、桑澤さんの紹介で冨岡 よしのさんです。

編集後記

今月号では認知症について特集させていただきました。実際に介護をされている方、認知症をサポートする方など、多くの方々のご協力を得て、現場の生の声をお聞きすることができました。これからより身近になっていく認知症に対して、私たちは正しい知識と理解を持って、患者さん本人が「安心して暮らすことができる」生活や環境をつくっていくことが重要です。この特集をきっかけに、今一度認知症について考えてみてはいかがでしょうか。（山田）

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　木戸 愛花（あいか）さん



Q毎日の通学などで気をつけていることは？
A必ず家族と決めた通学路を通ることを守っています。
Q将来の夢を聞かせてください。
A世界で活躍するランナーになりたいです。自分の走りでたくさんの人に元気と勇気を届けたいです。

町の人口

●1月1日現在住民基本台帳●　（ ）内前月比

	15,374人	（△20）
男	7,552人	（△14）
女	7,822人	（△ 6）
世帯数	5,687戸	（ 3）

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

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