

平成28年

6月号

〔618号〕



広報

かねやま



今月の主な内容

| | |
|---------------|----|
| もう一度考えよう選挙のこと | 2 |
| 話題の散歩道 | 4 |
| お知らせ | 8 |
| 図書室だより | 13 |



町公式キャラクター
かぼまる

太郎布高原に咲くアザキ大根の花

70年ぶり選挙権拡充「18歳選挙権」

もう一度考えよう

選挙のこと

平成27年6月の公職選挙法の改正により、選挙権を持つ年齢がこれまでの「20歳以上」から「18歳以上」に引き下げられることとなりました。7月に予定されている参議院議員選挙から適用されます。そこでなぜ選挙権の年齢が引き下げられたのかを、実際に選挙権を持つこととなる高校生へのインタビューなどを通して確認することにより、再度選挙の大切さを考えてみましょう。

選挙とは？

誰もが安心して快適な生活を送ることを望んでいます。このような生活が送れるように、働きかけたり議論するのが政治です。この政治を行う代表者を選ぶのが選挙です。

国会議員、県知事、県議会議員、町長、町議会議員のような公職につく人は、有権者の投票により選ばれます。つまり選挙とは、皆さんが政治に参加する最大の機会であり、民主主義の根幹をなすものです。

なぜ今、選挙年齢が「18歳」に引き下げられたのでしょうか

若者の意見や考えを政治に届きやすくするためです。少子高齢化が進行し、

有権者に占める高齢者の割合が上昇しています。そうした中で、選挙権年齢を引き下げ、若者の意見や考えを政治に届きやすくすることによって、若者の政治的な影響力や関心が高まることが期待されます。

多くの皆さんの声をこれからに生かすために

今、皆さんが生活する国や町には様々な課題があります。そうした課題を解決していくには、一人ひとりが自分自身の考えを持って政治に関わっていくことが大切です。「こんな政策が欲しい」「こんな町にしたい」といった考えを持ち、選挙でその考えや声を政治に届ける代表者を選ぶことが重要です。

自分の意見をその一票で！

金山町の投票率の高さ

選挙の際に注目されるのが、その選挙に対して投票した有権者の割合を示す投票率です。この投票率は、有権者の政治への関心を示すものとされています。

左表のとおり近年の金山町の投票率は、県投票率を大幅に上回っています。地方選挙（町長選や町議選など）はもちろん、国政選挙（衆議院選や参議院選など）も高くなっています。皆さんが持つその貴重な一票を、政治に反映させるために引き続き投票に行きましよう。

選挙管理委員長より



金山町選挙管理委員長
佐藤 光一さん(大塩)

「民主政治を推進するためには、国民の投票参加が不可欠です。これからの社会をどのようにしていくかは、一人ひとりが決めることであり、そのために選挙があります。」

これからの社会が限りなく平和でより良い未来を築いていけるように、皆さんの貴重な一票を投票していただきたいと思います」

金山町における近年の選挙投票率

(単位：%)

| | 町投票率 | 県投票率 |
|-----------|-------|-------|
| 平成23年 11月 | | |
| 町議会議員一般選挙 | 無投票 | |
| 県議会議員一般選挙 | 無投票 | 無投票 |
| 平成24年 12月 | | |
| 衆議院議員総選挙 | 80.75 | 58.85 |
| 平成25年 7月 | | |
| 参議院議員通常選挙 | 81.35 | 54.52 |
| 平成26年 10月 | | |
| 金山町長選挙 | 86.29 | |
| 平成26年 11月 | | |
| 福島県知事選挙 | 78.66 | 45.85 |
| 平成26年 12月 | | |
| 衆議院議員総選挙 | 77.51 | 52.51 |
| 平成27年 11月 | | |
| 町議会議員一般選挙 | 85.05 | |
| 県議会議員一般選挙 | 無投票 | 無投票 |

選挙権を持つこととなった18歳を迎えた川口高校生にインタビュー

18歳選挙権適用により、実際に選挙権を得ることになる川口高校3年生にインタビューしました。

今回インタビューに答えていただいたのは、福島県立川口高等学校3年 鈴木 彩さん、佐藤 成治さんのお二人です。

18歳選挙権についてどう思いますか

鈴木 世界では18歳で選挙権を持つ国が多いので、日本でも投票できるようになったことは、大変良いことだと思います。

佐藤 18歳に引き下げられたことで、政治への関心や意欲が今までよりも高まるのいいと思います。鈴木

今回、選挙権を持つことに対して期待や不安はありますか

鈴木 政治への関心が高まるのではないかと期待はあります。その一方で、選挙をしっかりと理解していない分、公職選挙法に触

れないか等、不安の方が大きいのが正直な感想です。佐藤 自分の一票で社会が変わると期待があります。

18歳選挙権について家族や同級生と話すことはありますか

鈴木 テレビで報道されていて家族と話す機会がありました。しかし同級生とは授業で触れた際に、少し話した程度で終わってしまいました。

佐藤 親とは選挙で不安なことについて話したりなど、以前よりも選挙について話す機会が増えました。

若い人の投票率が下がっていることについてどう思いますか

鈴木 社会を変えていきたいと思う反面、わからないことも多く、それで投票に行かないという人もいます。

佐藤 政治にというものが少し遠い存在な気がして、足が遠のくのではないかと

政治がもう少し身近な存在になれば、投票率も上がるのではないかと思います。

鈴木さん、佐藤さんありがとうございました。



インタビューに答えてくれた佐藤 成治さん(左)と鈴木 彩さん(右)

最後に「現在、選挙について授業でも行っています。模擬選挙などで流れについて学ぶ程度です。投票する人を選ぶ際のポイントなどの大事なところを知ることができれば、選挙に行く人も増えるのではないかと思います。学校でも今後検討していきたいと考えています」と、3学年担任で社会科の林先生が話しました。

7月10日は参議院議員選挙です。みなさんの貴重な一票を無駄にしないように選挙へ行きましよう。

話題の 散歩道

町内小学校 運動会

金山小学校大運動会

5月14日、金山小学校校庭において、平成28年度金山小学校大運動会が開催されました。今年は「仲間と一緒に勝利を目指せ」をスローガンに、児童たちは最後まで諦めずに競技に臨んでいました。その姿に、保護者や地域の方からは声援や拍手が送られました。

また競技の中には、児童たちや保護者のほか、地域の方や卒業生が参加するものもあり笑顔あふれる運動会となりました。



3世代紅白玉入れ



気合いの入った紅白応援合戦



地域の方も参加「第1ゲート通過オーライ！」



親子で力を合わせ「親子綱引き」



1年生も全力で頑張りました



最後はみんなで万歳三唱



鼓笛パレード

横田小学校・ 横田地域合同運動会

5月28日、横田小学校校庭において、横田小・横田地域合同運動会が開催されました。当日は天候に恵まれ、児童たちと地域住民はさわやかな汗を共に流していました。今年のスローガンは『仲間から声援うけて勇気出せ』とし、児童たちは仲間や地域住民からの応援をうけ、最後まで全力で競技に取り組みました。

また地区ごとの競技では、参加した住民から笑顔や歓声もあり、賑やかな運動会となりました。



1年生による開式の言葉



倒れても諦めない 紅白綱引き



応援合戦「絶対勝つぞー！」



気合いの入った「地区対抗ムカデ競走」



親子による「幸せ運ぶ金山の妖精たち」



チャンス走で「妖精に変身！」



全校生徒による鼓笛パレード



地区対抗紅白綱引き「よいしょー」

「大きく育てねー」 小学生ヒメマス稚魚放流体験

金山小学校と横田小学校の全児童が5月6日、沼沢湖に注ぐ前ノ沢でヒメマスの稚魚約1万匹を放流しました。これは、県内で唯一沼沢湖に生息するヒメマスの放流を通じてふるさとへの誇りを育もうと、沼沢漁業協同組合と金山町教育委員会が合同で毎年行っている事業です。

沼沢漁業協同組合長の鈴木茂さん（板下）から、ヒメマスの生態や今年の春にヒメマス漁が解禁になった説明を聞いた後、児童たちは体長5センチほどに育った稚魚をバケツで受け取り、1年生から順に一匹一匹丁寧に放流しました。児童たちは「大きく育てねー」と声をかけ、元気に泳ぐ稚魚を笑顔で見送っていました。



優しく放流する児童たち

ザル菊づくりを学ぶ

5月18日、山入鮭立地内においてザル菊作り講習会が行われました。ザル菊作りに詳しい会津坂下町の生江光男さんを講師に迎え、苗を植え付ける際の注意事項や株分けについて説明を受けた後、実際に株分けを行いました。

ザル菊は1本の株に小菊が重なり合い、大きな丸い形をしたもので、ざるを伏せたように見えることからザル菊という名前がついたといわれています。この講習会は、各地区内に植えることで、観光で訪れた人などにまた来たいと思ってもらえるような地区にしようという参加者の思いから始まりました。

見頃は10月中旬ごろということです。



生江さんの説明を熱心に聞く参加者

町内各小学校で田植え

金山小学校の5・6年生は5月17日、中川の田んぼで田植えを行いました。午前中に降っていた雨も上がり少し肌寒い中、泥に足を取られながらも慣れた手つきで、楽しそうに田植えを行っていました。



金小 慣れた手つきの5・6年生



横小 泥まみれで頑張ります

同日、横田小学校でも全校生が田植えを行い、上級生は下級生に教えながら慣れた手つきで苗を植えていました。1年生は泥に足を取られながらも、無事植え終わりました。両校とも秋の収穫に期待を込めているようでした。

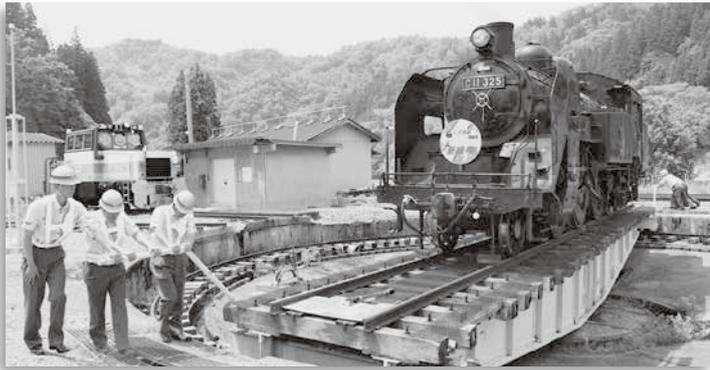
新緑の中、SLが走る

5月28、29日の両日、JR只見線の特別列車「SL只見線新緑号」が会津若松駅と会津川口駅の間を走りました。只見線で5月に蒸気機関車が走るのは平成23年以来5年ぶりとなり、沿線は多くの鉄道ファンや家族連れで賑わいました。

会津川口駅では、金山町の「和太鼓サークルぼんぼこ」の勇壮な演奏や奥会津のゆるキャラたちが出迎え、乗客の皆さんを楽しませていました。また、珍しい人力転車台で方向転換をする姿を写真に収めようと、多くの鉄道ファンがシャッターを切りました。



会津川口駅に到着したSL



珍しい人力転車台で方向転換するSL



多くの人で賑わう会津川口駅前

第50回 金山町グラウンドゴルフ大会

6月4日、中川グラウンドにおいて第50回金山町グラウンドゴルフ大会が開催されました。金山町体育協会の主催で、当日は各地区から約100名のグラウンドゴルフ愛好者が参加しました。

記念すべき第50回金山町グラウンドゴルフ大会の優勝者は、青柳雄一さん（水沼）でした。青柳さんは「第50回の記念すべき大会で、ようやく優勝することができ、嬉しいです。」と、優勝した喜びを話していました。



優勝した青柳さんのショット（右）



トンネル清掃をする川口高校生

いつもの通学路をきれいに 川口高校生による環境美化活動

6月1日、福島県立川口高校の全校生徒による環境美化活動が行われました。これは、自分たちが通っている通学路などをきれいにするために行われています。生徒たちはいくつかの班に別れ、川口トンネル内の清掃や会津川口駅前を中心として川口地区内のゴミ拾いを行いました。また、川口地区のほか、中川の町民体育館や道の駅の清掃も行いました。

川口トンネルの清掃では町消防団の川口班が協力し、内壁へ放水を行った後に生徒たちはデッキブラシなどでトンネル内を磨きました。

お知らせ

今月の納税

● 町・県民税 1期・全期

納期限は
6月30日です
納め忘れにご注意ください

表彰

野生生物保護 功労者表彰

環境省自然環境局長から栗田傳一さん（本名）に感謝状が贈られました。これは多年にわたり、鳥獣保護管理員として巡視等を行った功績に対し表彰されたものです。栗田さんは平成12年10月から15年にわたり町の鳥獣保護管理員として従事されてきました。



受賞を喜ぶ栗田傳一さん（中央）

お知らせ

セーフティ チャレンジに挑戦

自動車（原付自転車を含む）を運転する方3人1組でチームを作り7月1日から12月31日までの6ヶ月間、無事故・無違反に挑戦してみませんか。無事故・無違反を達成したチームには、福島県交通安全対策協議会から記念品が贈られます。さらに抽選により旅行券や商品券が当たります。65歳以上の方が2名以上のチームはシルバークラウンとして一般抽選とは別に抽選がありますので、当選確率が上がります。

また、町の交通対策協議会でも独自に抽選会を行い当選チームには記念品を贈ります。町を経由しないと町の抽選に漏れる場合がありますので、必ず役場総務係か横田出張所へ申し込ん

▼ 申込期限
6月30日（木）まで

▼ 申込方法
役場総務係及び横田出張所にある専用の申請用紙に必要な事項を記入し、参加料（1チーム千五百円）を添えて申し込んでください。

◎ 問い合わせ：総務係
☎ 54-5215



有害鳥獣防護柵を 設置しませんか

町は有害鳥獣による農作物の被害を防止、軽減するために防護柵を設置する世帯や団体に対して助成します。

▼ 助成額
設置費用の1/2（限度

▼ 交付申請
額1台あたり二万五千元）
一世帯・一団体4台まで
※すでに電気柵を設置し、助成金を受けている世帯でも新たに今年度設置することができます。また、自然災害等により補助金を受けて設置した電気柵を喪失された方も再度申請することができます。

◎ 問い合わせ：農林振興係
☎ 54-5321

「労使困りごと相談 窓口」のお知らせ

職場の中で起きている、賃金や退職、人間関係などに関する困りごとや疑問についての相談をお受けします。相談は無料で秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

◎ 問い合わせ：福島県労働委員会事務局
☎ 024-521-7594

これからの予定

★6月★

▼ 13日（月）～15日（水）
総合検診

受付 午前8時～9時
大塩体育館

▼ 15日（水）

運転免許更新
午前9時～
開発センター

▼ 16日（木）

県民スポーツ町予選会
午後7時～ 町民体育館

▼ 21日（火）

子宮がん・骨粗鬆症検診
午後1時～ 大塩体育館

▼ 22日（水）

3歳児健康診断
午後1時～
銀山荘（柳津町）

▼ 27日（月）

子宮がん・骨粗鬆症検診
午後1時～ ゆつゆう館

★7月★

▼ 13日（水）

はいはいクラブ
午前10時～11時30分
ゆつゆう館



労働保険の年度更新等のお知らせ

平成28年度の労働保険の年度更新の申告期限は7月11日です。

期限までに、最寄りの銀行、郵便局、労働基準監督署、福島労働局において手続きされますようお願いいたします。

労働保険の年度更新は電子申請を、労働保険料等の納付は口座振替をご利用ください。

◎問い合わせ：福島労働局
024-5336-4607

子供の人權110番

法務省人權擁護局と全国人權擁護委員連合会は、全国一斉「子どもの人權110番」強化月間として、いじめや嫌がらせ、虐待、体罰など子どもの抱える人權問題について、電話相談を実施します。相談は、人權擁護委員及び法務局職員が応じます。秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

なお、強化週間の期間以外の日（土・日・祝日を除く）においても午前8時30

分から午後5時15分まで、相談に応じていますのでご利用ください。

▼期間

6月27日（月）から7月3日（日）までの7日間

▼時間

午前8時30分から午後7時まで

ただし、7月2日（土）3日（日）は午前10時から午後5時まで

◎問い合わせ：
0120-007-110
（フリーダイヤル）

案内

洪水により立ち枯れしている樹木の伐採について

只見川沿いの樹木に、平成23年の洪水が原因で立ち枯れが発生しています。これらの樹木は、道路や河川に倒れる恐れがあり危険なことから景観上好ましくないため所有者の申請により町が伐採・除去を行います。（経費はかかりませんが、立木の補償も行いません）

なお、所有者以外の方からの申し込みについては、所有者の特定や伐採の同意

が必要となりますのでご相談ください。現場状況等により伐採できない場合があります。

◎問い合わせ：建設係
054-533-11

不動産取得税の軽減

不動産取得税は、土地や家屋を取得したときに一度だけ納めていただく県の税金です。住宅用の土地を取得してから3年以内に住宅を新築（中古住宅の場合も、1年以内に取得）した場合や、住宅を取得してから1年以内にその住宅用の土地を取得した場合で一定の要件を満たすときは、これらの土地にかかる不動産取得税を減額する制度があります。また、災害や公共取用時などにも減免制度があります。

※これらの制度は、ご本人の申請により減額・減免するものなので、該当すると思われる方は、詳しい要件及び必要書類について、次のところにお問い合わせください。

◎問い合わせ：福島県会津地方振興局県税部
0242-29-5254

人事

町職員人事異動

次のとおり町職員の人事異動がありました。

【5月31日付】

★退職

高久 亜紀（保健福祉係）

ご寄付に感謝

ふるさと応援寄付金

● 神奈川県横浜市の角田顕彦さんより3万円

● 東京都小笠原村の松井健一さんより2万円

ご寄付は地域の活性化事業に活用させていただきます。

緊急地震速報の試験放送を実施します

試験放送を実施します

町は平成26年3月から、全国瞬時警報システム（J-ALERT）による緊急放送を開始しました。これは、国からの情報（地震等）ですぐに対処が必要なものについて、町の防災行政無線で町民のみなさんにお知らせするものです。

このシステムを用いた試験放送を次の日程で実施しますので、実際の災害と間違いないようご注意ください。

◎問い合わせ：総務係
054-5222

防災訓練



▼期日
6月23日（木）

▼時間
午前10時15分ごろ

▼放送内容
「口今から、訓練放送を行います。緊急地震速報チャイム音+緊急地震速報。大地震です。これは訓練放送です。これで訓練放送を終わります。」

献血にご協力をお願い

誰でも出来る身近なボランティア

只今、輸血用血液が不足しています。輸血用血液の安定確保のため、皆様のあたたかいご協力をお願い致します。

日時と場所

6月30日(木)

午前10時～午後12時

(JR会津川口駅前広場)

午後2時～午後4時

(横田出張所地内)

※お薬を服用されている方でも薬の種類によって

は、献血することができません。

1. 献血日に服用しても献血できる薬

- ① 栄養サプリメント
- ② 胃腸薬
- ③ 高血圧の薬
- ④ 漢方薬
- ⑤ アレルギー薬
- ⑥ 高コレステロール治療薬
- ⑦ 目薬、湿布、塗薬、鼻薬
- ⑧ 緩下剤(便秘薬)
- ⑨ 少量の女性ホルモン薬

や避妊薬(ピル) など

2. 献血日に服用すると献

血できない薬

- ① 痛風薬
- ② 睡眠薬
- ③ 前立腺肥大治療薬
- ④ 抗不安薬

など

この他の薬を服用されている方は、必ず献血の際に医師に御相談下さい。

◎問い合わせ：保健福祉係
☎ 54-15135



クマに注意

5月8日以降、町内でクマの目撃情報が6件発生しています。近年山中だけではなく、民家付近でも目撃されています。農作業時や入山時には、クマ鈴やラジオ等の音のするものを身につけるようにしましょう。また、クマを目撃した場合は、役場産業課までご連絡ください。

◎問い合わせ：農林振興係
☎ 54-15321

被害に遭わないように注意すべきこと

★山野

- ① フン・足跡等を目撃した場合は、クマ鈴やラジオで自分の存在を知らせながら、必要に応じて引き返す。
- ② 遠くにいるときは、慌てずそっと立ち去る。
- ③ 近くにいるときは、目を離さず、ゆっくり後ずさりする。

まずは自分の存在をクマに知らせ、遭遇したら刺激しないように少しずつ離れる。

◎問い合わせ：農林振興係
☎ 54-15321

★家屋・田畑周辺

- ① 生ゴミや家畜飼料・ペットフード等は庭先に放置せず、容器や小屋等に入れるようにする。
- ② 田畑や小屋がえさ場とならないように、電気柵で囲む等の対応をする。

民家周辺にクマを呼び込まないようにする。



自家消費食品等の放射性物質簡易測定の結果について

複数の検体を測定している場合は最低値と最高値を表示しています。(測定年月日 平成28年5月1日～平成28年5月31日)
※「ND」は、10ベクレル/kg未満です。(単位：ベクレル/kg)

| 品名 | 測定件数 | 未検出数 | セシウム |
|-----|------|------|--------------|
| | | | (134+137合計値) |
| 地下水 | 6 | 4 | 12.9～12.22 |
| 焼却灰 | 1 | 0 | 1,236.0 |

※厚生労働省が定める一般食品の放射性セシウムの基準値は100ベクレル/kgです。

町では自家消費の食品等について放射線測定を役場と横田出張所で行っています。

なお、販売用食品の測定については農林振興係にお問い合わせください。

◎問い合わせ

- 保健福祉係 ☎ 54-5135 (自家消費食品について)
- 横田出張所 ☎ 56-4111 (自家消費食品について)
- 農林振興係 ☎ 54-5321 (販売用食品について)

水道水の放射性物質検査結果

町では定期的に町水道の放射性物質モニタリング検査を実施しています。

5月24日現在で町内水道水から放射性セシウムは検出されていません。

【参考】

国が定めた飲料水の基準値
放射性セシウム

10ベクレル/kg

◎問い合わせ…上下水道係

☎ 54-5315

乗ろう・守ろう・つなごう

みんなの只見線

みんなでJR只見線の 早期復旧を応援しよう

只見線復旧復興基金への寄付のご報告

町内の施設やイベントの際に設置しております、只見線復旧復興募金箱に募金いただきました浄財は次のとおりです。

- 町内施設設置分 **4,602円**
- ふるさと回帰会設置分 **613円**
(27年12月6日)
- 道の駅イベント(1月分) 設置分 **4,201円**(28年1月10日、11日)
- かねやまTシャツ売上分 **9,440円**
(27年11月～28年2月)
- 雪まつり時設置分 **11,169円**
(28年2月21日)
- もどき家無尽・宿泊者様分 **31,063円**

これは福島県只見線復旧復興基金へ寄付いたしました。皆さまへのご厚意に感謝いたしますとともに、引き続き募金活動を継続してまいりますので宜しくお願い致します。

さて、元気になる時期といえ、先日小学校の運動会に参加させていただきました。小学生は少人数ながらも、一人ひとりの元気な声により人数以上のパワーあふれる運動会に驚きまし



児童とふれ合う鈴木さん(左)

た。今年度から少しずつ、子ども向けの英会話教室や書道教室等の事業を実施しています。今後子どもたちの元気な声をもっと増やしていきけるように地域おこし協力隊として活動していきたいと思っておりますので、よろしくお願ひします。

元気な声

教育委員会で地域おこし協力隊として活動させていた

た。初夏となり生き物がど

ん元気になる時期となりました！

金山町に来て8ヶ月となりますが、見るもの

聞くものすべてが新鮮な日々を過ごさせてもらって

います。自然の中で日々感動しているのは色と音で

す。周りの緑が濃くなっていく様子や咲く花が移り変

わっていく様子、カエルの合唱やフクロウやトラツグ

ミなど夜静かな中で聞こえてくる鳥の鳴き声など、毎日の新しい発見を楽しんで

地域おこし協力隊 活動報告

地域おこし協力隊

鈴木 裕樹



第10回 市町村対抗軟式野球大会

に参加しませんか

●会場

あづま球場 (福島市) 他県内3球場

●参加資格

社会人(女性も可)で、次のいずれかの条件を満たす方

1. 平成28年7月1日時点で、金山町に住民票があり在住している方
2. 金山町外在住の方で、金山町内の中学校を卒業した方(5名以内)

●期間 9月10日(土) 開会式
9月11日(日))
10月2日(日)の間の土曜日と日曜日

※詳しい日時は抽選会で決定します。



フルスイングする選手

●募集期限: 6月24日(金)
◎申し込み・問い合わせ: 中央公民館
☎54-5361

宮下病院だより

●皮膚科の診察日の変更について

皮膚科の診療日が、6月から下記のとおり変更となりますのでお知らせします。

4月～5月：第2・4金曜日の午後 → 6月～：第1・3木曜日の午前

平成28年度 宮下病院「心ある医療」出前講座のご案内

県立宮下病院では、地域の方々との交流を深め、皆さまに信頼される病院運営に向けた取組みの一つとして、平成20年より「心ある医療出前講座」を開催しております。この「出前講座」は宮下病院の医療スタッフが直接、皆さまの元へお伺いして、病気の予防や健康増進などをわかりやすくお話するものです。皆さまの日ごろの疑問解消や興味のある分野でお役に立てれば幸いです。

無料



●出前講座メニュー一覧

| No. | 講座名 | 内容説明 | 所要時間 | 対象者 | 担当 |
|-----|--|---|------|----------------------------------|-----|
| 1 | 脳卒中を知ろう、防ごう！ ～予防法から最新の治療まで～ ※開催日：月の午後（応相談） | ①脳卒中の基礎知識 ②脳卒中になりやすい人とは？～こんな人は要注意 ③脳卒中の症状～こんな症状が出たらすぐ治療へ ④脳卒中の治療～最新の治療を交えて ⑤脳卒中の予防 | 40分 | 地域住民 (※会場は、宮下病院会議室 になります。) | 医師 |
| 2 | 高齢者の転倒予防・寝たきり予防 ～いつまでも、足・腰元気！！～ | ①なぜ転倒が寝たきりの原因になるのか ②骨粗しょう症とは？また、ならないために ③転ばないようにするにはどうしたらよいか ④転ばない足・腰をつくるための体操 | 40分 | 高齢者 | 看護師 |
| 3 | 腰痛、膝痛の原因 ～若がえりのための体操～ | ①腰痛、膝痛はなぜ起こるのか ②腰痛、膝痛予防のための体操 | 30分 | 腰・膝の痛い方 腰痛、膝痛を予防したい方 | 看護師 |
| 4 | 高血圧予防教室 ～簡単な血圧予防のお話です～ | ①高血圧の基礎知識 ②生活のポイント ③家庭での血圧測定のポイント | 30分 | 成人 | 看護師 |
| 5 | いつまでも元気に ～「新老人の会」3つのスローガン～ | ①いつまでも元気に生活する心の持ちようについて ②気軽にできる体操 ③脳の活性化と転倒しないための運動 | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 6 | いつまでも元気に ～健康は食べることから～ | ①何から食べると良いか ②どんなものを食べると良いか | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 7 | 生活習慣病ってどうのこと？ ～ちょっぴり運動を続けよう～ | ①日常生活における食事と運動②脂肪を減らして心臓病予防 ③減塩で高血圧予防 ④あなたの血管年齢を測定します等 | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 8 | 生活習慣病 ～肥満について～ | ①肥満とは ②肥満は何が怖い？ ③肥満を防ぐ日常生活とは | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 9 | 生活習慣病 ～糖尿病を知ろう！防ごう！～ | ①糖尿病ってどんな病気 ②予防について ③糖尿病の怖いところと恐くないところ | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 10 | 生活習慣病～脂質異常症ってなあに～ | ①脂質異常症の診断基準 ②原因・治療・注意事項 | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 11 | 感染予防のための正しい手洗い・うがい | ①秋から冬にかけて流行する感染症とその予防方法について ②インフルエンザなど ③正しい手洗いうがいの方法について説明、実際に行う | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 12 | 笑いと健康 ～笑って健康になろう～ | ①なぜ笑うと良いか ②実際に笑ってみよう | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 13 | 認知症～不安を安心に変えるために～ | ①認知症とは ②物忘れと認知症の違い ③認知症への対応方法 | 40分 | 地域住民 | 看護師 |
| 14 | お薬の正しい知識 ～お薬との上手なつきあい方・使い方～ | ①薬の正しい飲み方（服用方法・服用時間） ②薬の剤形ごとの特徴とその使い方 ③薬の正しい保管の方法 ④薬を安全に使用するために | 40分 | 地域住民 | 薬剤師 |
| 15 | お薬の正しい知識～お薬に関するQ&A～ | 薬に関するQ & Aをご紹介します。 | 30分 | 地域住民 | 薬剤師 |
| 16 | 元気になる食習慣 ～バテない食事とは？～ | ①元気に活動するための食事 ②効果的な水分補給 ③疲労回復の食事 | 40分 | 地域住民 | 栄養士 |
| 17 | 低栄養を防ぐ ～美味しく、楽しく食べる習慣を～ | ①低栄養状態のセルフチェック ②食生活のポイント ③噛む力や飲み込みの機能が低下している場合の調理の工夫 | 40分 | 地域住民 | 栄養士 |
| 18 | 便秘予防と食事 ～おいしく食べてスッキリ快便～ | ①便秘の原因について ②朝、昼、夕3食食べましょう ③食物繊維をバランスよく食べましょう ④乳酸菌とビフィズス菌 | 30分 | 地域住民 | 栄養士 |
| 19 | 減塩食にトライ～あなたが普段どのくらい塩分を摂っているかご存じですか？～ | ①簡単な塩分チェック方法 ②食塩量ランキングクイズ ③塩分を減らすための方法 ④おいしい減塩レシピ(乳和食) | 40分 | 地域住民 | 栄養士 |
| 20 | 上記講座以外でのご希望があればご相談ください。 | | | | |

●「出前講座」の開催時間：原則として、平日の9:00～16:00(各職員の仕事日等の関係により、日程等を個別に調整させていただきます。)

●ご利用方法：「出前講座メニュー一覧」の中からご希望のテーマを選び、宮下病院事務局出前講座担当までお申し込みください。

※日程調整に時間がかかる場合もありますので、お申し込みはなるべくお早めをお願いします。

お申し込みの際は、1希望講座名、2希望日時(時間帯)、3講演場所、4聴講対象者、及びその人数、5お申し込み者(代表者の氏名、住所、電話番号など)をお知らせください。

●申込み及び問い合わせ先：

県立宮下病院事務局「出前講座担当」

☎0241-52-2321 FAX0241-52-3133



○新刊紹介

バラカ／桐野 夏生 著(集英社) **一般向け**

震災のため原発4基がすべて爆発した！ 警戒区域で発見された一人の少女「バラカ」。彼女がその後の世界を変えていく存在だったとは一。

ルルとララの かわいいデザートレシピ

／あんびるやすこ 著(ぴあ) **児童向け**

ルルとララのおかしやさんレシピ集。えほんのおかしをしゃしんでしょいかい！ 子どもと一緒に作れる大人向けアレンジレシピも掲載。

☆DVDの貸し出しを始めました！

～金山町中央公民館事業で開催したイベントのDVDです～

○5月の公民館図書室利用状況

貸出冊数 67冊 (うち児童書 8冊)

*お一人様3冊まで2週間借りられます。
(土曜日利用可)

◎問い合わせ…中央公民館 ☎54-5333

6月23日(木)

演劇鑑賞会が 開催されます！

●日時 平成28年6月23日(木)

13:20開場

13:40開演

14:50終了予定

●会場 御神楽館

●劇団 童劇プーポ

●演目 花刀(はながたな) 作:多田 徹

●内容

～あらすじ～

時はむかし、東山に登ってきたお殿さんとぬけ作は、童子(わっば)の持つ見事な花をうばい取ってしまいました。母親のために手折った大事な花をうばわれた童子は、花を取り返すために2人に立ち向かっていきます。そして…。

～狂言(きょうげん)の伝統を
たくみに生かした現代の児童劇です～

あの人この人

5月届出(敬称略)

こんにちは赤ちゃん

今月は該当がありませんでした。

お二人で幸せに

今月は該当がありませんでした。

霊よ安らかに

栗城 梅吉(88歳) 西谷
目黒 マサ(79歳) 本名

※このコーナーに掲載を希望されない方は、届け出時に申し出て下さい。

金山町の人口 (6月1日現在)

世帯数 1,098世帯 (-4)

人口 2,212人 (-6)

男 1,053人 (-3)

女 1,159人 (-3)

※()内は先月比 住民基本台帳から

金山町国保診療所 歯科医師だより

口臭の原因 その1

歯科医師 市川 公久

口臭に関する相談をよく受けるのですが、口臭の原因の9割が口の中にあります。誰でも空腹時や起床時には口臭があってこれを生理的口臭といいます。それ以外の口臭の原因として歯垢の付着、大きな虫歯や進行した歯周病を放置していることや、内科的疾患や投薬、唾液の分泌の低下による口腔内乾燥によって口臭が発生することもあります。

これらの原因の中で大きな割合を占めるものに「舌苔」があります。舌苔というのは舌の表面の乳白色の苔のようなものを言いコーヒーやお茶をよく飲む人や喫煙習慣のある人は舌苔が茶色っぽくなります。舌の表面は舌乳頭という突起が無数にありこの突起の間に口の中の剥がれた粘膜や細菌、食べかすが溜まりこれが腐敗して匂いを出します。舌の正しい位置は上顎についている状態なので舌苔ができる位置は常に上顎とすれて、食べかす等の汚れが落とされていますが受け口や口呼吸で舌位が低い人は、擦れて汚れが落とされないので、舌苔ができやすくなります。また、唾液の分泌の悪い人も舌苔ができやすくなります。舌苔は市販の舌ブラシによって落とすことができます。朝1回程度軽くこする程度でいいのですがあまり強く日に何回も舌をこするとかえって炎症を起こしたり味覚障害を起こすので注意しましょう。



おじゃまします



金山町立金山小学校 校長 は せ が わ と し ゆ き 長谷川 敏行 さん

今月のおじゃましますは、4月に金山小学校校長に就任された長谷川敏行さんに、これからの学校づくり等についてお話を伺いました。

自己紹介

「この4月に新任の校長として赴任しました、長谷川です。以前、金山小学校に平成24年から3年間教頭としてお世話になっていました。妻の実家が玉梨ということもあり、なにかと縁のある金山町にまた来られたことはうれしく思います。金山町は自然が豊かで素晴らしいところなので、特色ある教育をしていきたいと思えます」とご自身と金山町の関係について話す長谷川さん。

これからの学校について

「全校児童29名と小規模校ではありませんが、小規模校ならではの体験を取り入れた教育を目指していきたいと考えています。福島県立美術館で開催されていたフェルメール展に、4月27日に全校生で行ってきました。これは児童数が多い学

校ではなかなかできないことだと思います。

また、子どもたちには自分からチャレンジしてほしいと思います。時には失敗することもあるかもしれませんが、その失敗から学び、次への糧とし成長して欲しいです」と熱い思いを語って頂きました。

地域と学校

「年々児童数が減少している金山小学校は、保護者の方や地域の方の協力が必要不可欠になります。児童と地域の方のふれあいを大切にしていきたいと考えていますので、行事などの際にはよろしく願います」と今後の地域との関わりについて話していました。



運動会で挨拶する長谷川校長先生

町民憲章

- 一 自然を愛し、美しい町をつくりましょう
- 一 健康で、生きがいのある町をつくりましょう
- 一 教養を高め、文化の町をつくりましょう
- 一 親切をつくし、豊かな町をつくりましょう
- 一 決まりを守り、明るい町をつくりましょう

広報文芸

金山俳句会 五月句会

風に乗り風を過りて蝶の昼

栗城 トサ子(川口)

うららかや一筋残し飛行雲

五十嵐 ミイ子(川口)

春の空炭酸水を飲んでみて

諏佐 シゲ(小栗山)

花桃の紅あざやかや水鏡

横山 軍介(川口)

俳句に興味のある方や俳句会へ入会を希望される方は中央公民館まで連絡して下さい。
☎ 54-15361