



かねやま

お知らせ版



平成27年2月26日発行／第23号

発行／金山町 電話54-5111

編集／総務課総務係

目次

高齢者肺炎球菌予防接種	1ページ
除雪作業時の注意点／からだ楽々教室	2ページ
映画鑑賞会／原子力損害にかかる「個別相談会」	3ページ
いきいき生活倶楽部参加者募集	4ページ
金山町文化協会総合発表会／春季全国火災予防運動／栄養士のつぶやき	5ページ
3月の資源回収	6ページ

高齢者肺炎球菌の 予防接種はお済みですか？



平成26年10月1日から定期接種開始となりました「高齢者肺炎球菌」の今年度対象者で、まだ予防接種を受けていない方は、お早めに受けてください。予防接種は、平成27年3月31日までが無料で受けられる期間です。平成27年4月1日以降は対象者が変わりますのでご注意ください。

尚、対象者の方には予診票をお送りしています。ただし、対象年齢でも、以前に高齢者肺炎球菌の予防接種を受けている方は対象外となります。

★対象年齢（平成27年4月1日現在年齢）

65歳・70歳・75歳・80歳・85歳
90歳・95歳・100歳・100歳以上

60歳以上65歳未満の者であって、心臓・腎臓若しくは呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方には予診票はお送りしていませんので、希望される方は下記へお問い合わせください。

★「高齢者肺炎球菌ワクチン」は、高齢者の肺炎の原因となる病原体の中で最も頻度の高い「肺炎球菌」による肺炎を予防するワクチンです。

◎問い合わせ／保健福祉係 電話 54-5135

除雪作業中の事故にご注意ください

今年は例年になく雪が多い年となっています。除雪をする際は、次の点に注意して作業を行ってください。

- 2人以上で作業。やむをえず1人の場合は、家族や隣近所に声を掛けて
- 作業前には、流雪溝や水路等の危険箇所を確認
- はしごをしっかりと固定し、昇降時は特に注意して
- 高所作業中は足を滑らせないように注意。ヘルメットも着用
- 除雪機に詰まった雪の除去は、エンジンを止めてから
- 軒下での作業は、屋根からの落雪に注意
- 無理をせず、こまめに休憩

◎問い合わせ／総務課 電話 5 4 - 5 2 1 5

からだ楽々教室★貯筋しよう！～寒さに負けないからだづくり～ 〇〇〇〇参加者募集〇〇〇〇

からだ楽々教室では、12月から3月まで冬から春に向けて筋肉を蓄える（貯筋）運動を行っています。冬場は特に運動量が低下し、それに伴い筋力も低下します。いつまでも元気に生活するために、冬の間に貯筋をしましょう！！3月で今年度のからだ楽々教室は最後となります。

事前申し込みは不要ですので、動きやすい服装でご参加ください。

時間は**9：30～11：00**です。



中川（ゆうゆう館）	横田公民館
3月12日（木）	3月17日（火）



※持ち物：参加費は150円

健康手帳・資料（お持ちでない方はこちらで配布いたします）

※講師：島田 一郎 先生

◎問い合わせ／保健福祉係 電話 5 4 - 5 1 3 5

☆映画鑑賞会開催のお知らせ☆



Q: ミニオンってなん
なんでしょうか？

A: バナナが大好きな
謎の生き物です。

(C) 2013 Universal Studios. All Rights Reserved

平成**27**年**3**月**7**日(土)

10:00 ~ 11:40

場所：御神楽館(入場無料)

※バスの配車はありませんのでご了承下さい。

◎問い合わせ／中央公民館 電話 54-5333

原子力損害にかかる「個別相談会」

福島第一原子力発電所事故による法人及び個人事業主が被った風評被害等による損害に対する賠償の仕組みや具体的な手続きについての「個別相談会」を開催します。

◇対 象 本件事故による風評被害で損害を受けられた町内で事業を営む観光業、
商工業、サービス業、農林業等の事業主さま・関係者さま

◇日 程 3月10日(火) 10時30分～16時

◇場 所 金山町老人福祉センター(ゆうゆう館)

○予約専用電話番号 0242-24-0710(会津若松補償センター)

○予約受付時間 9時～16時(土日祝祭日を除く開催日の前日16時まで)

※上記予定日でも事前予約がない場合は、相談窓口を開設いたしませんので御注意ください。

◎問い合わせ／東京電力(株) 福島補償相談室
電話0120-926-404

いきいき生活倶楽部 参加者募集

4月からいきいき生活倶楽部は、体操を中心とした新しい介護予防事業になります。みんなで楽しく体操を行い、いつまでも元気な身体を維持しましょう。



1. 対象者

65歳以上の方ならどなたでも参加いただけます

2. 地区割と会場

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
地区	西谷 本名・橋立	山入一 山入二	横田・上横田 土倉・西部 大塩・滝沢 田沢・越川	川口・大志 板下・宮崎 上田・水沼 上大牧・下大牧 高倉・大栗山 福沢・三更 沼沢・太郎布	小栗山 八町・玉梨
会場	本名公民館	山入集会所	横田公民館	ゆうゆう館	玉梨集会所
1回目の 開催日	4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日

※月1回、地区合同開催あり。(合同の日はゆうゆう館で開催)

3. 時間

10:00～11:30 ※月1回合同の日は10:00～14:00

4. 内容

椅子に座ったままできるビデオ体操、3ヵ月に1回体力測定
(遠足・クリスマス会などのお楽しみ企画も予定しています♪)

5. 参加費

1回150円(当日集めます。遠足などのときは別途料金がかかります。)

6. その他

- ・参加ご希望の方は住民課保健福祉係までご連絡ください。
- ・ご自宅から会場への送迎も行います。
- ・合同の日は、お弁当(700円)を注文できます。

◎問い合わせ／保健福祉係 電話 54-5135

金山町文化協会 第16回総合発表会

と き：3月28日(土) 9:30～15:30

ところ：御神楽館



ステージ発表	大正琴、日本舞踊、謡曲、歌と演奏など盛り沢山
作品展示	絵画、書、写真、生け花、俳句など
茶道	ホワイエでの茶の湯

11月3日は、各地区ごとの文化祭ですが、この総合発表会は金山町全体の文化祭という意味合いで毎年、大勢の方々に楽しんでいただいております。

今年は、例年よりも遅く3月の第4土曜日となりました。

詳しいプログラムは、後日、区長を通じて全戸にお届けします。

皆さん、お誘い合わせの上、おいでください。



◎問い合わせ／中央公民館 電話 54-5361

もういいかい 火を消すまでは まあだだよ

3月1日から7日の7日間、春季全国火災予防運動が実施されます。この運動を契機に日常の生活から防火を実践しましょう。

○寝たばこは、絶対やめる。

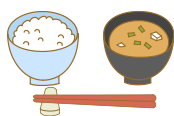
○暖房器具は、燃えやすいものから離れた位置で使用する。

○ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

○逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。

○お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

◎問い合わせ 総務課 電話 54-5215



栄養士のつぶやき

県立宮下病院 管理栄養士 小野知恵

「和食」が平成25年12月、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。この「和食」とは料理そのものだけでなく、行事食や地域に合った食材や調理法、多彩な器など日本人の伝統的な食文化を指しています。料理の基本形としては、主食+汁物+おかず+漬物の組み合わせで、味付けは、食材の持ち味を活かす「だし」とみそやしょうゆなどの発酵調味料です。

だしの代表は「昆布だし」「かつおだし」などですが、うま味の素は昆布のグルタミン酸とかつお節のイノシン酸です。かつお節の1番だしは澄んだうま味が特徴で、汁物やうどん、そばなどのつゆ、2番だしはうま味が濃く、鍋物や煮物に適しています。また、「かつお昆布だし」にするとうま味は、7～8倍になると言われています。冷凍保存すると1週間はおいしく食べられますし、おいしいだしは減塩効果も期待できます。毎日の献立においしいだしを活用して、「和食の文化」を次の世代に継承していきたいものです。

3月の資源回収

町内全域

月 日	種 類
3月 4日(水)	プラスチック容器包装 
18日(水)	プラスチック容器包装 

川口・沼沢地区のみ

月 日	種 類
3月 18日(水)	缶類  
25日(水)	不燃ごみ

西谷・本名・横田地区のみ

月 日	種 類
3月 4日(水)	缶類  
3月 18日(水)	不燃ごみ

※殺虫剤などのスプレー缶の中身が残っていると、処理をする際に爆発し、大変危険です。中身を使い切り、穴をあけてから捨ててください。

※燃やせるごみはよく水気を切って出してください。

冬期間は各地区でゴミ集積所周辺の除雪をお願いします。ゴミ収集業務の円滑な実施のためにご理解、ご協力をお願いいたします。

問い合わせ／保健福祉係・電話54-5135