



おおたま

12月

発行所 福島県安達郡大玉村玉井字星内70 大玉村役場 編集責任 総務課 ☎(0243)48-3131

大玉村のホームページ / <http://www.vill.otama.fukushima.jp>



▲ 11区を激走する国分もも子さん（玉井字百々目木）

村の人口
11月末日現在
面積 79.16km²

	対前月比
男 4,273 人	±0
女 4,335 人	+2
計 8,608 人	+2
世帯数 2,111 戸	+3

チームの思いが込められた タスキを胸に

～ 11月16日 第15回ふくしま駅伝 ～

衆議院議員総選挙開票結果

10月28日公示された第43回衆議院議員総選挙は、11月9日に投票及び開票が行われました。
大玉村の開票結果は次のとおりです。

(得票順・敬称略)

・当日有権者数 六七一人

小選挙区

根本 匠 二五九六票
増子 輝彦 一七九四票
松崎 信夫 二三八票

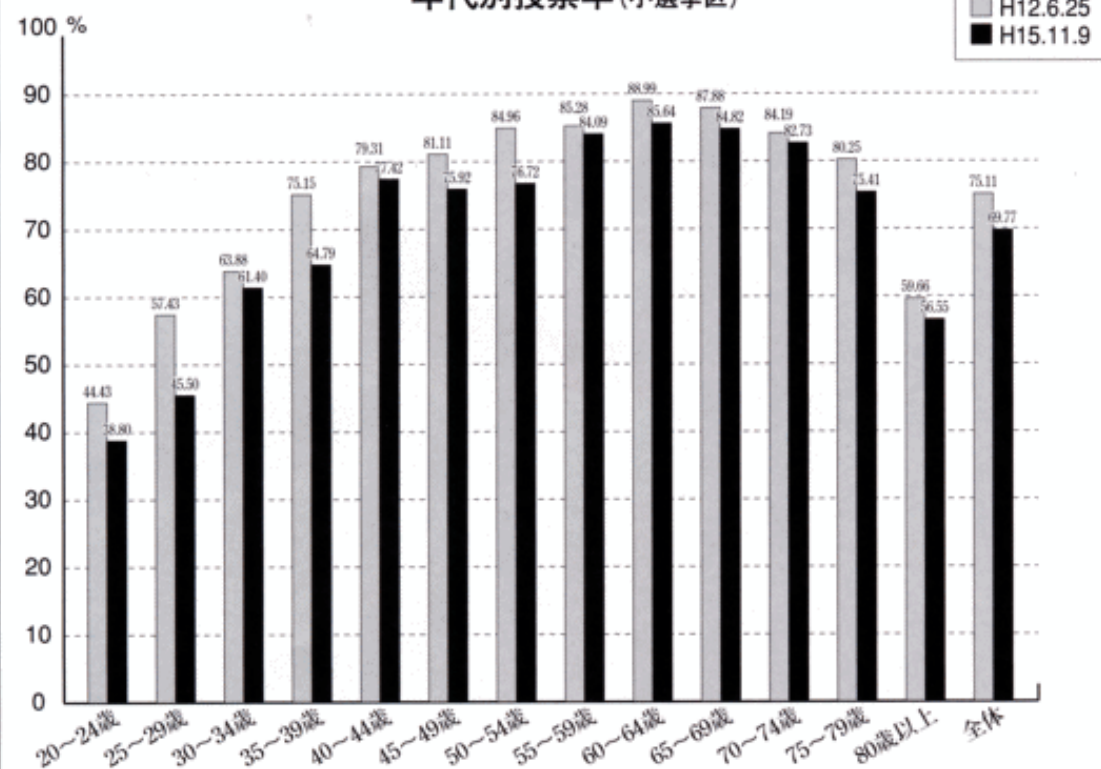
・投票総数 四六八二票
・無効票数 五四票

比例代表

民 主 党 一七四〇票
自由民主党 一七三九票
公 明 党 四八〇票
日本共産党 三一一票
社会民主党 一六一票

・投票総数 四六八一票
・無効票数 二五〇票

年代別投票率(小選挙区)



確定投票者数及び投票率 (小選挙区)

投票所	当日有権者数(人)			投票者数(人)			投票率(%)		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計
	3,273	3,438	6,711	2,288	2,394	4,682	69.91	69.63	69.77
保健センター	1,136	1,208	2,344	799	838	1,637	70.33	69.37	69.84
西部ふれあいセンター	594	623	1,217	424	432	856	71.38	69.34	70.34
皿久保集会所	335	340	675	228	235	463	68.06	69.12	68.59
新田集会所	264	290	554	192	208	400	72.73	71.72	72.20
大山公民館	673	694	1,367	437	473	910	64.93	68.16	66.57
北部ふれあいセンター	271	283	554	208	208	416	76.75	73.50	75.09

村の「おいしいもの・いいところ」をPR！

～観光・物産キャンペーン～



～新米が当たる抽選会～

村自慢の「おいしいお米」をはじめとした農産物と観光資源を首都圏においてPRするため、11月24日に東京都世田谷区祖師谷において「観光・物産キャンペーン」が開催されました。

このキャンペーンは今年で5年目を迎え、村をはじめ村内両JA、商工会が協力して行われ、村長、両JA組合長、生活研究グループ、生産物直売所、JA職員など約30名が参加しました。

当日は、米や旬の野菜・果物、「そば焼酎」をはじめとした加工品などの特産品を即売したほか、お米が当たる抽選会やじゃんけん大会など多彩なイベントが催され、訪れた方々に大変好評でした。

また、昨年に続き「手打ちそば実演・販売コーナー」では限定70食のざるそばが販売され、食堂にはおいしい「そば」を食べたいという方が大勢訪れました。



～真剣勝負？のじゃんけん大会～



～大玉村の特産品の販売～

むらの話題あっちこっち

国保事業の発展に貢献

～落合政子さん県知事表彰を受賞～

11月7日、福島市の国保連合会で国民健康保険功労者知事表彰式が行われ、国保事業功労者として落合政子さん（玉井字板髭）が、県知事表彰を受賞されました。

落合さんは24年間、大玉村国民健康保険運営協議会委員として、医療費の適正化、保険事業計画策定・実施等国保事業の発展に貢献しました。

現在も協議会委員として村国保事業運営に協力をいただいております。



～県知事表彰を受賞した落合政子さん～

武田ノフさん満百歳

～賀寿贈呈式～

今年11月に満百歳の誕生日を迎えられた武田ノフさん（玉井字五ノ神）に、県知事賀寿などの贈呈式が11月3日に行われました。

贈呈式では、多くの親族が見守る中、県知事代理の県北保健福祉事務所健康福祉部長から知事賀寿や記念品、揮ごうの色紙などが贈られました。

浅和村長、菅野行雄村議会議長からも賀寿や記念品などお祝いの品々が贈られました。

武田さんは食欲もあり、出席者と話をするなどとても元気でした。おめでとうございます。



～満百歳を迎えられた武田ノフさん～

「村の農産物を おいしいお菓子に」

安達地方の農産物を利用した特産品の開発を推進し、農産物直売所の活性化を図ることを目的に、「安達地方特産品（菓子部門）コンクール」が11月17日に二本松合同庁舎において開催され、本村からは生活研究グループ連絡協議会の会員3名が手作りまんじゅうを出品しました。

その結果、ずらんグループの鈴木悦子さんの「そばまんじゅう」が最優秀賞（福島県知事賞）を、また、同グループの斎藤かよ子さんの「おからまんじゅう」が優秀賞を受賞されました。お二人の産品は、地元の農産物をふんだんに使用していること、また、出品産品の素朴さなどが高く評価され受賞に至ったものです。おめでとございました。



～生活研究グループ
連絡協議会の会員の皆さん～

きびきびした 動きを披露

～秋季消防連合観閲式～

11月2日、県消防協会本宮支部の秋季消防連合観閲式が大玉村民運動場で開催されました。

南達3町村（本宮町、白沢村、大玉村）の消防団員、婦人消防協力隊など490人が参加し、消防車両43台が出動し行われました。

支部長訓示の後、通常点検を行い、ラッパ隊ドリル演奏、中隊訓練などを実施しきびきびとした点検や訓練を披露しました。

地域住民の暮らしを災害等から守る決意を新たにし、住民等に火災予防を呼びかけました。



～きびきびと分列行進を行いました～

しめやかに 戦没者追悼式

10月15日、改善センター

において、大玉村戦没者追悼式が、戦没者のご遺族、参列者合わせて約100名が出席し、しめやかにとり行われました。

式では、君が代斉唱、黙祷に続き、浅和村長から、哀悼の意を表する式辞が述べられました。続いて、菅野議長、安達郡遺族会連合会長、玉井遺族会長から哀悼の言葉が述べられ、最後に各団体の代表者が祭壇に献花を行い、遺族の皆様は今なお変わらない悲しみに想いを致すとともに、皆様の御平安を心から祈念して式を終えました。



～しめやかに哀悼の言葉～

いつもお仕事ご苦勞さまです ～勤勞感謝の日～

11月23日の勤勞感謝の日にちなんで、大山、玉井両幼稚園の園児と、保育所のみんなが、役場や駐在所、郵便局などを訪れました。

子ども達は、「お仕事ご苦勞さまです。」とチューリップの鉢植えや手作りのカレンダーを持ってきてくれました。チューリップの鉢植えを大切に育てたいと思います。



～玉井幼稚園～



～大玉村保育所～



～大山幼稚園～

交通事故

ゼロを誓って

第14回南達交通安全大会

11月15日に大玉中学校体育館において、第14回南達交通安全大会が開催されました。

南達3町村が一丸となって交通事故防止に対する総合的対策を推進するため、交通安全宣言の承認、交通安全功労者等の表彰、交通安全作文コンクール優秀作文の朗読発表が行われました。

また、大会では皆の願いである交通事故のない社会の実現を目指し、参加者それぞれに人命尊重の理念のもとに交通ルールとマナーの遵守を自ら実践することを誓いました。



～大玉中学校吹奏楽部による演奏（アトラクション）～

地域で健康づくり

ヘルスサポーター事業開催

9月18日、保健センター

において、ヘルスサポーター21事業が開催されました。これは自分の体や、生活スタイルにあった健康づくりについて、目標をもって実践し更には、地域での健康づくりを支援していく人を養成する事業です。今回は、村の歩こう会のみなさんを対象に食生活改善推進員が講師となり、肥満・減塩に的をあてた講習会と調理実習を行いました。

参加された歩こう会の30名のみなさんには、これからの活躍を期待し、（財）日本食生活協会よりヘルスサポーターの登録証が交付されました。



～ヘルスサポーター21事業の様子～

未来のオリンピックを目指して

大玉村長杯スボ少
バレーボール大会

11月9日、村長杯スボ

少年団バレーボール大会が村民体育館等において開催されました。

安達郡・二本松市から6年生のAクラスには16チーム、5年生以下のBクラスには15チームが参加し、予選リーグ、決勝トーナメントで熱戦を繰り広げました。

大玉村からは、Aクラスに2チーム、Bクラスには3チームが参加し、玉井バレー少AがAクラス2位、大山バレーボールジュニアがBクラス3位に輝きました。今後の活躍をますます期待いたします。



～元気にのびのびとプレーしました～

6チームが熱戦

第8回村長杯家庭
バレーボール大会

11月30日に、村民体育館

において大玉村家庭バレーボール協会主催による、第8回村長杯家庭バレーボール大会が行われました。

当日は、全6チームの選手が白熱した試合を行い、大山1区チームが優勝、玉井3区チームが準優勝に輝きました。スポーツに気持ちいい汗を流した後は、選手及びその家族を含め約100人が参加し、参加者等が準備した材料で、いも煮を作って食べ親睦を深めました。



～熱戦を繰り広げる選手～

大きな声が響きました

第27回大玉村民剣道大会

11月30日、大山小学校体

育館において大玉剣友会主催の、第27回大玉村民剣道大会が開催されました。

団体戦、個人戦が行われ、会場内では各選手とも日頃鍛えた力と技・精神力で熱戦を展開しました。

また、中学生の個人戦が始まると小学生達は先輩の力と技を拝見し、明日への一步を踏み出しました。



～集中力を保って戦いました～

村長メモピックアップ

「第24回東北自然保護の集い」 福島大会

11月22日・23日、

「第24回東北自然保護の集い」福島大会が、約80名が出席し二本松市岳温泉（東三番館）で開催されました。

東北自然保護の

集いは毎年、東北

6県持ち回りで行われ今年は福島県が会場となり、東北自然保護団体連絡協議会、同大会実行委員会主催で開催されました。

22日は、本大会実行委員長の三村達道さん（玉井字薄黒内）が「21世紀の環境整備に向け、現在抱えている問題、将来の問題を共に学び未来に繋げていきたい」と挨拶を述べ、来賓の浅和村長が「自然との共生を思い描くことにより、自然環境保護、農業振興の発展に結びつくと思います。今後、皆様方の活躍を期待いたします」と挨拶を述べました。つづいて、基調講演、テーマを定め討論する分科会等が行われました。



～大会実行委員長として挨拶を述べる三村達道さん～



～挨拶を述べる浅和村長～

23日は、分科会報告や本村の「ふれあい村民の森」現地視察会等が行われました。

村長メモ(十一月)

- 1日 大玉村文化祭開会式
- 2日 秋季消防連合観閲式。大玉村文化祭芸能発表会。日枝神社秋の例祭。大玉村文化祭閉会式
- 3日 あだたら健康マラソン。百歳賀寿贈呈式。親友会玉井分会総会
- 4日 大玉村表彰式
- 5日 安達地方土地開発公社理事会（二本松市）。安達地方臨時市町村長会議（二本松市）
- 6日 福島県農業委員会大会（福島市）。企画調整委員会
- 7日 一日消防団長来庁。臨時議会。国保法施行65周年記念式典（福島市）。健康増進法策定会議
- 8日 大山小学校創立130周年記念学習発表会。大玉村赤十字奉仕団・アマ無線奉仕団一人暮らし高齢者昼食会。大山小学校創立130周年を祝う会
- 9日 村長杯スポ少バレーボール大会
- 10日 安達地方精神障害者家族会のぞみ会来庁。広域行
- 政組合正副管理者会議（二本松市）
- 12日 観光・物産キャンペーン実行委員会
- 13日 優良納税者表彰式（二本松市）。親友会本宮支部総会（本宮町）
- 15日 戦没者追悼式・慰霊祭。第14回南達交通安全大会。本宮町文化祭閉会式（本宮町）
- 16日 美遊知ふるさとオリエンティング大会。ふくしま駅伝大会
- 18日 広域行政組合議会（二本松市）
- 20日 全国交流ふれあい道づくり推進協議会（東京都）。認定農業者と農業委員との懇談会。あだたらの里フェスタ実行委員会
- 21日 広域行政組合職員表彰式（二本松市）。臨時議会。大玉村職員労働組合定期大会
- 22日 大玉村建設業組合親睦ボウリング・芋煮会。東北自然保護の集い（二本松市）
- 23日 第6回あだち駅伝大会。玉井神社勤労感謝式典。ふくしま・あだち駅伝チーム解団式
- 24日 観光・物産キャンペーン（東京都）
- 25日 広域行政組合臨時議会（二本松市）。大玉村勤労者互助会ボウリング大会（二本松市）
- 26日 PLANT新潟県見附市店視察（新潟県）
- 27日 庁議。福島県町村会正副会長会議・町村会理事會（福島市）。市町村総合事務組合会議・臨時会（福島市）。商工会運営懇談会（二本松市）
- 28日 例月定例検査。全国治山・林道のつどい（東京都）
- 30日 村長杯家庭バレーボール大会。大玉村民剣道大会。MOA美術館南達地域児童作品展表彰式（本宮町）。南達青年のつどい（白沢村）



私は、現在神奈川県川崎市宮前区に住んでおります。この地区は昭和40年代から東急によって開発され、人口も急増し区の人口も30万人を超えております。私達の「花の台町内会」は世帯数4800世帯のマンモス町内会です。この町内会に住んでもう28年になり今では町内でも古参になり色々とお引き受けする年となり町内会の役を引き受けております。「花の台町内会」には小学校が3校、中学校が1校あります。町内会行事も、運動会・盆踊り・おみこしなどボランティアとして少しでも地元のお役に立てばと思います。積極的に参加しております。最近、学校が週5日制になったため学校での活動が多くなり、忙しい日々を送っています。土曜、日曜はほとんど家にいない状況です。

また、町内の団塊世代の間で作っている「花の台スカイフラワーズ」は平均年齢56歳のソフトボールチームです。宮前区成年男子ソフトボール連盟に所属し年間4つの大会に参加し成績はもう一つです。でも、闘争心と根性・団結力はほかの他のチームには負けません。区内の大学生チームとも互角の戦いをすることもあります。最近、勝利に遠ざかっているせい最近では勝負よりも健康のためと考えるようになっております。試合後の一杯が最高です。この楽しみを味わうために、毎週日曜日の早朝練習にはほとんどの部員が参加しております。また、我がチームは毎月町内会の街路樹の清掃作業のボランティア活動をしております。部員の出身地もさまざまです。北海道から九州までお

り、田舎から送られてくる特産品でお酒を飲みながら田舎自慢になる機会が最近特に多くなってきました。私も、安達太良山と玉ノ井部屋そして新鮮な農産物を郷土の自慢として皆に話をしております。会社定年まではまだ数年ありますが定年後はそれぞれの田舎を訪問しようという計画もあります。是非実現したいと考えております。

あの安達太良山を望む素晴らしい環境で育ったことを誇りに思います。育ててくれた親、兄弟、玉井の人々にも感謝しております。川崎の地で町内会の皆さんと助けあいがらいつまでも青年の心を忘れずにいたいものです。



ふるさとだより

関東あだたら

大王の会

神奈川県川崎市在住

押山 二男

(玉井字石橋出身)



～「花の台スカイフラワーズ」～

大山小学校創立130周年記念 学習発表会

晴天に恵まれた11月8日、大山小学校創立130周年記念学習発表会が盛大に開かれました。

第一部として午前8時30分から創立130周年を祝う会を行いました。祝う会は、記念事業実行委員長の渡辺一郎氏が中心になって実行委員会をつくり、会の運営について検討してきました。大内校長の式辞、渡辺実行委員長の挨拶、浅和村長からの祝辞を頂き、6年生が総合的な学習の時間を通してまとめた「大山小学校130年のあゆみ」の発表で祝う会を締めくくりました。



～大小130周年記念学習発表会～

130周年記念玉っ子 フェスティバル

11月8日、130周年記念玉っ子フェスティバルは、好天気の中、保護者、地域関係者、PTAのみなさん、さらにご多用にもかかわらずご出席いただいた来賓の方々のご支援、ご協力のお蔭で大盛況に終わることができました。

特に、本年度は創立130周年にあたり記念の年なので、昔の学校に思いをよせながら「いつでも君は オンリーワン～自信を持って」のテーマに沿って、劇による開会セレモニー、総合的な学習や劇、合奏、運動競技「サスケ玉っ子バージョン」などを発表しました。



～玉小130周年記念玉っ子フェスティバル～

作文コンクール

2 作品を紹介します～



●入賞●

「するす」

大山小六年(現・中二)
佐藤 慶彦くん



今年の秋も米がたくさんとれました。そしてある作業が始まりました。するすです。するすとは米のみがらを取りのぞき、玄米にすることです。ほくは、毎年するすの手伝いをしていきます。今年は六年になったので、力仕事を任せられました。

はじめは三十キログラムの米の入った袋を運ぶ仕事をしました。米の入った袋は重いうえに大きいのでふたりで持ちました。まず二袋を四輪車にのせて運び、五個ずつ重ねておいていきます。その作業の繰り返しです。袋を重ねていくとどうしても傾いてしまいます。その原因は置き方でした。先に袋の前か後ろを落とすとそっちに米がよってしまふからでした。そこで手を離さずに真ん中から置

くことにしました。すると重ねても傾かなくなりしました。

米の入った袋を五十個位運んだら、休けいにしました。台所から飲み物を持ってきてみんなで飲みました。みんな汗をかいていました。

休けいが終わるとほくは違う仕事をしました。それはもみが入っているところに行き、もみをかき出す仕事です。ここには多くのもみがあり、作業をしているとみがかくつの中に入ってしまうます。そうならないように長くつをはき、服にもみがかくつかないようにジャンパーを着てやりま

す。中に入るともみが入り口の方に流れていました。上の方に流れてこないもみがあるの、これをならすレ

ーキのようなもので入り口にかき集めます。この仕事は長くやっていると意外に疲れ、こしが痛くなってきました。そしてこの中でほくとしていたら、もみが流れるのといっしょに流されてしまいました。底が見えるくらいもみが減ったから、今度はほうきでもみを集めました。

疲れたので兄に代わってもらい、米袋にシールをはる仕事をやりました。シールといってもただのシールではなく、「福島県」と書いてあるものと、父の名前が書いてあるものです。シールをはるのは全て出荷する米です。ほくの家では、

全体の五割以上を出荷しています。米袋に名前の書かれたシールをはると言うことは、名前が多くの人の目にふれるということ、米に責任を持つということ、そのため、一つ一つの作業を慎重にしました。ほくも将来、ここに名前がはれたらいいなあと思いました。

父は、するすで出たもみがらの入ったネットをトラックに積む作業をしていま

した。一つのネットに入ったもみからは、百キログラムほどあり、それを何十個も運んでいました。父は、この作業で疲れていても、他の作業も手伝っていました。父は、それだけ、米作りに誇りを持っているんだなあと思いました。

するすの時にでたもみからは、知り合いが豚を飼っているの、そこにあげていきます。今年は百キログラムのもみがらを六十個ほど運びました。もみがらがたくさんでると言うことは、それだけたくさん米がとれたと言うことなので、とてもうれしいです。

ほくは、するす以外にも、一年間いろんな農作業を手伝い、米を作る大変さがよく分かりました。収穫する喜びも味わいました。手間をかければかけるほど、おいしい米がたくさんできます。これから家族と協力し、日本一の米を作りたいと思います。



農業体験学習

～今月は入賞作品の～

●入賞●

「じゃがいもほり」

玉井小四年(現・五年)
松井 健太郎くん



朝早くから、お母さんが、起こしにきて、

「いもほりすつっおー。」

「えーこんな早くから。」

ほくは、ねむたくて目をこすりながら、下に行きました。

た。そこでは、おばあちゃんと、おじいちゃんがすでに、いもほりを始めていました。

ほくは、どこをほればいいのかわからないので聞いてみました。

「どこをほればいいのか。」

おばあちゃんは、

「そこにかれたじゃがいものくきがのこつてつべえ、そこをほれば出てぐつつおー。」

「ほくは、な

るほどと思い、ほってみる

と、出てくるわ、出てくるわ、おもしろいほどでした。

その後におばあちゃんがほるともう一個出てきました。

おばあちゃんは、おこったかんじに、

「までえにほんねどだめだぞ。」

と教えてくれました。そう

だよもつたいたいと思ったので、今度はちゃんとほつてみました。

最初はおもしろくやつていたんだけど、だんだんつかれてきました。

「おばあちゃん、いつになったらおわんの。」

と聞くと、

「ほつたいもを集めれば、おわりだ。」

と言いました。すでに太陽はじりじりとあつくなり、時計は七時半をまわっていました。

こんなことになるんだつたら、もっと早く起きてやれば、こんな時間にならなくて良かったのにと後から思いました。

けれど、ほくが起きた時間より、おばあちゃん達は、もっと早かったの、いつたい何時に起きたんだろう、おばあちゃん達は、すごいと思いました。

「はらへったなあ。」

とほくは言いました。すると、

「おいしいごはんがまつてくるから早くおわらせよう。」

とお母さんが言ったとたん、元気がわいてきてすぐにお知らせすることができました。

みんなではつたじゃがいもは、山ほど取れました。

今年もおいしいじゃがいもが食べられる。仕事が終わってから食べた朝ご飯

は特別においしかったです。

おばあちゃんに、

「小さいじゃがいもも、むだにすんなよ。」

と言われたけど、どうしてなんだろう、あんな小さくて、むくのにおおきく、拾うのだって、うんと大変だったのに。

「おばあちゃんザルに集めたあの小さいじゃがいもはどうするの。」

と聞くと、

「健太郎が大好きなじゃがいもみそ作ってやつからな。」

と言われた時、

「あつあのうまいやつだ。」

とわかって、小さいやつもむだにしないで良かったと思いました。

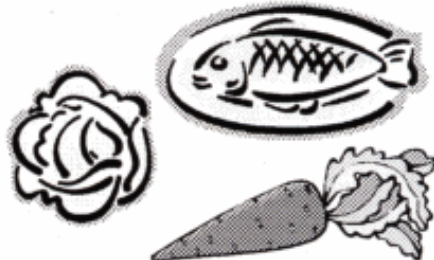
脳卒中を予防しよう part 3

動脈硬化の原因になるコレステロールの管理が必要

コレステロールを増やさないために…

- ① 乳脂肪をとり過ぎない
- ② 卵黄は一日一個程度に
- ③ 即席めんやスナック類、肉（特に脂身）、チョコレートなどの甘いものは控えめに
- ④ 揚げ物や炒め物は、植物性の油で
- ⑤ 青背の魚を積極的にとり、食物繊維を含む食品をとる

特に、家族に脳卒中になった人がいたり、すでに高血圧や高脂血症の人は食事に気をつけましょう。



脳卒中を防ぐ日常生活のポイント

- ① お酒は適量以内（日本酒一合・ビール中ビン一本・焼酎ぐい飲み一杯のいずれか一つ）
- ② 運動も高血圧を改善したり、HDLコレステロールを多くする効果があります。一番簡単に始められて長続きしやすいのは、ウォーキングや水泳ですが、これは有酸素運動で、脂肪を燃焼させる効果があります。
- ③ タバコはすべての生活習慣病の危険因子です。
- ④ 心にゆとりを持ちましょう。カッとなったりストレスがたまると血圧は上がります。普段から自分にあった方法でストレスを発散する習慣をもつとよいでしょう。

「生活習慣病」という言葉からもわかるように、脳卒中や高血圧は毎日の生活習慣の善し悪しで、病気になるかならないかが大きく左右されます。自分の生活習慣を見直しましょう。



健康福祉だより
すこやか

介護 知識

“痴呆症の介護” No.6 《排泄のケア》

入浴は、血行や発汗を促進し、感染の防止にもなります。また、こわばった筋肉や関節がほぐれ、身体をリフレッシュさせます。入浴の世話が大変なときには、入浴サービスなどを利用しましょう。

☆介護のポイント☆

●入浴を嫌がるとき

衣類の着脱を嫌がったり、入浴を嫌う場合は、気分の良いときをみはからって温泉に行こうなどと誘ってみます。入浴は体力の消耗を伴うので、体調をチェックし、無理強いはいないように注意しましょう。入浴後は身体を休ませ、水分を補給します。

洗髪を嫌がるときは、ドライシャンプー剤が便利です。

●清拭か部分浴を

入浴ができないときには、清拭や部分浴を行うだけでもさっぱりします。

洗面器を使って、汚れやすい部分だけを洗います。

×手浴・・・指の間や爪の部分も洗います。

×足浴・・・片足ずつゆっくりにお湯に入れます。床ずれ予防にも効果的です。

×陰部浴・・・便器をあてたり、紙おむつを多めに敷き、ぬるま湯を少しずつかけながら洗います。



「家族ほど近すぎず、他人ほど遠すぎない場で、私たちと一緒に考えていきませんか。」

大玉村在宅介護支援センター ☎48-3131（内線296）

ひろえの 健康相談室

Q: 熱いお風呂は体に悪いときいたのですが、どうなのでしょう?

A: 毎日寒いですが、脱衣場は暖かいですか? 服を脱いだ時は急に体温が下がるため、血管が収縮します。その後、熱いお湯につかると急に体が温まり、血管が拡張するため、体に負担をかけます。

特に血圧の高い方は要注意です。少しものの足りないと感じるかもしれませんが、40度くらいのぬるめのお湯にゆっくりつかって、体の芯から温まるようにしましょう。



※健康相談室の質問内容を募集しています。

保健師・栄養士などに聞いてみたいことがありましたら、保健センター（☎48-3131）までご連絡ください。

痴呆症老人介護講座

「痴呆」の症状等を理解いただき、その予防や兆候や症状が始まったお年寄りへの接し方など、ワンポイントアドバイスといった内容です。さらに実際に介護されている家族の方からの介護体験談もあります。

開催日 平成16年1月16日(金)

場所 福島県男女共生センター TEL23-8306

時 間	内 容
10:30～ 12:00	講 義 「痴呆性老人への理解」 (痴呆についての理解)
13:00～ 13:30	介護体験談 (実際に介護されている 家族の方から)
13:30～ 16:00	講 義 「痴呆性老人のお世話のポ イント」(ちょっとした配慮を)

・ 掲示板 ・

独立行政法人平和祈念事業特別基金では、次の方に、内閣総理大臣名の書状などを贈呈しています。

○旧軍人軍属で恩給などを受けていない、いわゆる恩給欠格者の方（請求を行うことなく亡くなられた恩給欠格者のご遺族の方）

○終戦に伴い、本邦以外の地域から引揚げてこられた方

詳しくは、独立行政法人平和祈念事業特別基金 フリーダイヤル 0120-234-933まで

ホームページ <http://www.heiwa.go.jp/>

たがしの 年の瀬クイズ

Q1 正月7日の朝に七草がゆを食べると、一年中病気にならず、寿命が延びるといわれています。

お正月のごちそうやお酒で疲れた胃を消化のいいおかゆで休ませ、ビタミン豊富な青菜で栄養バランスを整えるというのは、本当に効果がありそうですね。そこで問題です。

春の七草といえばズバリなんでしょう?

解答欄

1	2	3	4
5	6	7	

全部わかりましたか・・・?

常識!! 簡単すぎましたね。

そんな方のために第2周です。



Q2 古くは万葉集にも読まれた秋の七草とは何でしょうか。

解答欄

1	2	3	4
5	6	7	

※何かとお酒等を飲む機会の多い時期です
健康管理に十分注意しましょう

▽正解は来月号で▽

-11月号「みちこのクイズ」の答え-

Q1 ① 1.32 ちなみに・・・

②は昭和41年（ひのえうま）

③は昭和48年

（第2次ベビーブーム）

Q2 ③ 30万円

Q3 ①ーイ、②ーウ、③ーア



元気な人!
募集!!

健康福祉だより～すこやか～編集部では、元気な方を募集しています。

日頃の生活習慣のちょっとした工夫や努力で病気知らずの方、大病はしたけど今はとっても元気な方、健康の“コツ”を教えてください。

保健センター（☎48-3131）まで、ご連絡お待ちしております。

のびのび大玉っ子

◇大玉村保育所◇

美しい環境で充実した活動

大玉中学校の三年生が、職場体験学習で保育所に来てくれました。おむつ交換、授乳、おやつ介助など、一生懸命がんばっていました。子ども達も大喜びで、たくさん遊んでもらい大満足の二日間でした。



当番の子と一緒にオやつ運び

肩車してもらったよ！

初めての授乳！

祖父母参観

渡辺武雄さんの畑をお借りして作ったさつまいも！こんなに大きいのが収穫できました。保育所の除草作業でお世話になっていた。玉井三区老人クラブ女性部みなさんと、保育所児童の祖父母の方々を招待して、やさしいパーティーを楽しみました。



重いよお～！



<焼きポテト作りに挑戦！>



さつまいもの皮をむき、ゆでて丸めて焼いてできあがり！とってもおいしかったよ！皮をむきすぎて細くなったものもありました。

<県民の森に行ってきたよ！>



紅葉がとってもきれいでした。

<今年もクレープ屋さんがやってきた！>



玉井字午房内の山田さんが、クレープ屋として来て下さいました。山田さんの見事な技に子ども達も大拍手！トッピングは全員自分でやりました。五歳児は生地焼きにも挑戦しました。

夢づくり通信



一年間の成果を振り返り 寿大学閉講式



十一月二十日、改善センターにおいて寿大学閉講式が行われました。開式の言葉につ

づき寿大学全体の学習報告、各部長から活動報告があり学習内容を振り返りました。引き続き、教育長の式辞のあと、大玉公民館長から五年連続精勤賞が大内キエ子さん、十五年連続精勤賞が鈴木ハツミさんに授与されました。また、高齢者（八十歳以上）一年間精勤者賞として大河内ミサオさん、松井ハルヨさん、押山勝子さん、佐藤トクさんが表彰されました。また、一年間精勤者六十六名の報告がありました。一年間の学習活動に幕を閉じ



ふるさとホールから

ふゆのあはれなし会

年中行事再現「だんごさし」は
いつ ◆ 1月17日(日)

午前10時00分からです。

内容 ◆ 湯み開け、だんごさしなどをやる予定です！

その他、お楽しみがもりだくさんだよ！

※内容は変更になる場合もありますので、
ご了承ください。

おともだちやおうちの人、
みんなで遊びに来てね！
本もたくさん借りて、よんでね。

パッチワーク教室



今年度も昨年に引き続き郡山在住の三瓶律子さんを講師に迎えパッチワーク教室を三回に渡り開催いたしました。今回は『和テイスト』のミニタペストリと福福だるまを製作しました。この作品は布の裁断が煩雑で、悪戦苦闘の様子でしたが、この小さな布片から徐々に姿を現してくると、参加者の皆さんもパッチワークの楽しさを充分堪能できたようでした。また、参加者のお宅ではこの作品がお正月の飾りとして大切にされることでしょう。

精一杯！がんばって走りました。

ふくしま・あだち駅伝



駅伝大会が開催され、昨年より三分四二秒時間を短縮し、来年への励みとなりました。また、第十七区間において、青山裕則さんが区間賞を受賞しました。本大会に際し、皆様のご協力ご声援ありがとうございました。

第十五回

ふくしま駅伝大会

大会成績

○総合順位 第四十位

○村の部 第七位

○時間

五時間三十八分三秒

今年で十五回目を迎えるふくしま駅伝大会は、十一月十六日快晴の中行われました。また、二十三日には、ふるさとセブンあだち





国民年金保険料の納付は、

国民の義務です。

最近、国民年金に加入していても保険料を納めない人が増えていることから、「国民年金はつづけるのではないか」と心配する声がよく聞かれます。しかし、社会全体で世代間扶養を行う仕組みをとっている国民年金は、日本の経済社会が存続する限り、決してつづけるなどということはありません。

「国民年金はつづける」「納めても貰えない」などという噂に振り回されることなく、国民年金保険料は、将来の安心のため納期を守ってきちんと納めましょう。

お問い合わせ先
住民生活課国保年金係

☎48-3131
(内線 231)

犬を飼っている
皆さんへ

郵便局からのお願い

郵便物の配達や、集金などの郵便業務を行う際に、犬を放し飼いにしたり、鎖を長くしたりすると業務に支障を来す場合があります。

犬をつなぐ場合は郵便受け箱や玄関から遠いところにしたり、鎖を短くしたりするなどのご協力をお願いいたします。

特にこれからの季節は郵便物が多くなり、高校生などのアルバイトの方も郵便物を配達します。

犬の苦手の配達員もおりますので、ご協力のほどお願いいたします。

大玉郵便局 ☎48-2901



灯油かんには ガソリンを 入れないでください。

灯油かんには、使用上の注意事項の表示と警告ラベルが貼られています。よく読んで安全にお使いください。

警告ラベル

危険

ガソリンは絶対入れないでください。かんが侵され、変形しめれるおそれがあります。

注意

- ① 引火防止のため、かんを火気から2m以上離してください。
- ② 直射日光をさけてください。短期間に劣化して強度が落ちます。
- ③ かんは普通に使っても、紫外線等で徐々に劣化します。

事故防止のため5年以上の使用はさけてください。
キャップの締め忘れに注意しましょう。



福島労働局「総合労働相談コーナー」の 電話番号が変わりました。

「総合労働相談コーナー」は、解雇、労働条件、募集・採用、男女均等取扱い、セクシユアルハラスメントなど、労働問題に関するあらゆる分野について労働者・事業主の皆さんからの相談をお受けしています。また、職場における個々の労働者と事業主の間の紛争（個別労働関係紛争）について「労働局長の助言・指導」や「紛争調整委員会によるあっせん」を行い、トラブルの円満な解決のためにお手伝いをいたします。労働関係の相談がございましたら、どうぞ、最寄りの総合労働相談コーナーをご利用ください。

名称	所在地	電話番号
福島労働局総合労働相談コーナー (女性相談員がおります)	960-8021 福島市霞町1-46 福島合庁 福島労働局企画室内	024-536-4600
福島総合労働相談コーナー	960-8021 福島市霞町1-46 福島労働基準監督署内	024-536-4610
郡山総合労働相談コーナー	963-8025 郡山市桑野2-1-18 郡山労働基準監督署内	024-922-1370

大玉村健康体操

現在、日常生活に必要な体の機能の維持・向上を目的に、各地区の老人クラブ等を中心としてストレッチ及び健康体操の普及を図っています。是非皆さんも実践してみてください。

シリーズ其の1 首の運動

①首を上下に動かす運動
背筋を伸ばして「天井を向いて」「おへそを見て」×各5回



②左右に頭を向ける運動
「右向いて」「左向いて」×各5回



③左右に頭を倒す運動
「頭を右に傾けます」「左に傾けます」×各5回



④頭を回す運動
「まず、前向きから」「次は後向き」×各10回

有料道路における障害者割引制度についてのお知らせ

平成15年12月1日の障害者割引制度の改正に伴い、現在ご使用の割引証及び今後の申請方法等が変更となりますので下記によりお知らせいたします。なお、詳細につきましては保健センター内、健康福祉課社会福祉係までお問い合わせください。

1. 改正概要

- ①割引証を廃止し、新たに割引の有効期間を記載する手続きを行った身体障害者手帳又は療育手帳（以下「手帳」といいます。）のみ割引適用（旧制度（割引証と手帳）での通行は、平成16年5月31日までとなりますので、平成15年12月1日以降にすべての方が新規手続きを行う必要があります。）
- ②ETCノンストップ走行時の割引適用（ETCをご利用の方につきましては、平成15年12月1日以降に所定の手続きを行ってください。）

2. 改正時期

- ①手帳のみで割引適用……………平成15年12月1日（月）～
- ②ETCノンストップ走行時の割引適用……………平成16年1月20日（火）～

3. 申請に必要なもの

ETCを利用しない場合	①手帳 ②登録を希望される自動車の自動車車検証（車検証） ③運転免許証（障害者ご本人が運転される場合のみ） ④お手持ちの割引証（※必要がなくなりますので返納してください。）
ETCを利用する場合	①手帳 ②登録を希望される自動車の自動車車検証（車検証） ③運転免許証（障害者ご本人が運転される場合のみ） ④お手持ちの割引証 ⑤車載器カード（原則として障害者本人名義のものに限ります。） ⑥登録を希望される自動車に取り付けられた車載器の「ETC車載器セットアップ申込書・証明書」

～持続可能な循環社会に向けて～

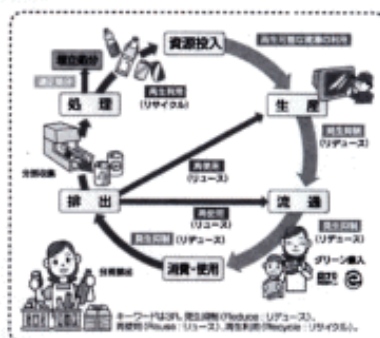
循環型社会をイメージして、 ごみの減量に努めましょう！

ごみの排出量は年々増え続けています。

まだ使えるものや資源になるものを捨ててはいませんか？

自然や資源は無限ではありません。私たちは互いに協力し、使い捨て型社会から循環型社会に切り替えていかなくてはなりません。

更なるごみの分別や適正処理を心掛けましょう。



【ごみ減量化のポイント】

1. 菓子箱やボール紙、用紙なども資源ごみとして回収します。ひもで十字に束ねて出して下さい。
2. 化繊衣類も資源ごみとして回収いたします。木綿衣類と一緒に指定袋に入れて出して下さい。
3. ビニールやプラスチック、ナイロン類、紙屑などの焼却（野焼き行為）は止めましょう。法律により罰せられます。また、農林業などによる止むを得ない行為としての例外があります。



村内一斉環境美化活動にご協力いただきありがとうございました。

今回は空き缶、瓶、紙屑などのごみ拾いの他に、不法投棄場所の撤去清掃活動も行っていました。

不法投棄禁止!! 不法投棄は犯罪です。

撤去した不法投棄物は、可燃不燃物合わせ約1・2t、タイヤ類70本、家電品4台、などです。廃棄物（ごみ）は、私たちの日常生活に伴って排出される「一般廃棄物」と、事業活動に伴って生ずるもののうち指定された「産業廃棄物」と、大きく2種類に分類されますが、これら廃棄物の不法投棄は、法律で禁止され、違反すると厳しく罰せられます。

また、消費生活の拡大や交通事情の発達に伴い、道路沿いや農地または山林・河川などへのごみの不法投棄が目立ちます。特に山間部については、「人目に付きにくい」「既にごみが捨ててある」などの理由で、棄てられやすい場所になっています。不法投棄は、美しい自然景観を損なうばかりでなく、付近に住む人びとの生活環境を害し、環境保全の妨げとなっています。

不法投棄には、「ごみ集積所以外にごみを捨てる」という行為のほか、「収集日以外に集積所にごみを出す」という行為も含まれますが、これらの廃棄物の種類は、テレビや洗濯機などの電化製品をはじめ、家具類や自転車あるいはタイヤ類などさまざまです。

出してはいけないごみを出していませんか？

ごみをステーション以外の場所に出していませんか？

ごみを他の地域のステーションに出していませんか？

「少しくらい」「通り道だから」「めんどうだから」という軽い気持ちで捨てられたごみで、多くの方々が迷惑をしています。

不法投棄されたごみは投棄者の断定が難しく、そのごみの処理、防止に頭を痛めているのが現状です。

ごみは責任を持って分別し、責任を持って決められたステーションに出すようお願いいたします。村では、監視員によるパトロールや、地域住民のご協力を得て、県や警察と連携しながら、現場を発見した場合は厳しく指導するなどして対処しています。

こうした不法投棄によって私たちの生活環境が損なわれないようにするため、不法投棄の現場を発見した時はご連絡下さい。

ごみの分別や減量化、適正処分、不法投棄などの問合せは、住民生活課生活安全係（内線235）まで。

広報俳壇

鈴木 萩月 選

訪ふ人の声の筒抜け障子張る

岩高 吉原 瑞雲

(評) 田舎の人は、声が大きいので傍若無人に聞える。

大根の甘さに馴染む齢かな

午房内 日向 みよ

(評) 寒さと共に旨くなる大根、その味に馴染んできた。

霜三日続きて聞こゆ山の音

吉丸山 国分 淑子

(評) 諺どおり、三日後に山が荒れだしたのだろう。

短日や書きとめてゆく小買物

五所宮 柳田 亜紀

(評) 加齢と共に物忘れは募る、書きとめるのは用心のため。

駅出ていつか一人や冬の月

馬尽 菊地 孜乃

(評) 駅を出ていつか孤影を引き摺る一人、冬の月が厳しい。

放送大学 学生募集 (平成16年度第1学期)

《放送大学はテレビ・ラジオを利用して
授業を行う正規の大学です。》

※入学試験はありません。

※15歳以上なら、誰でも入学できます。

※1科目から受講できます。

《募集期間》

大学・大学院修士科目生

平成15年12月15日(月)

～平成16年2月29日(日)

《資料請求・お問い合わせ先》

〒963-8025 放送大学福島学習センター

TEL 024-921-7471

放送大学HP <http://www.u-air.ac.jp/hp>

誕生おめでとう

(十一月中受付分)

玉井

遠藤

若竹

鈴木

大井

斎藤

菊地

玲奈

育

山

菜

流

賢

中

東

中

屋

敷

高

前

山

敷

高

屋

敷

高

屋

敷

高

屋

敷

高

屋

敷

結婚おめでとう

(十一月中受付分)

玉井

熊坂

渡邊

ともみ

和也

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

明美

おくやみ

(十一月中受付分)

玉井

武田

武田

内堀

武田

大井

渡邊

角田

高橋

渡邊

ツヤ

茂

浦次

キミ

山

幸子

トシ子

ムメ

フミ

薄黒

内

北東

町

吉丸

山

出

新

田

大江

田

中

象

目

田

中

大

江

北

谷

地

中

大

江

田

中

大

保 健 衛 生 だ よ り

1月

行 事 名	日 時	対 象 者	場 所	持 参 する 物
健康相談	1月14日(木) 9:00～11:00	全村民	大玉村保健センター	・健康手帳
乳児健診	1月14日(木) 受付13:00～13:15	平成14年11月、平成15年5月生まれの乳児	大玉村保健センター	・母子健康手帳・健診問診票・バスタオル等・11月生まれのお子さんは歯ブラシ、コップ、タオル
キラキラ教室 (歯科相談)	1月14日(木) 受付13:00～13:15	平成14年2月、平成13年3月生まれの幼児	大玉村保健センター	・母子健康手帳 ・現在使っている歯ブラシ、コップ、タオル等
献血	1月15日(木)	16歳～64才までの健康な方	後日お知らせします	・献血手帳
2才児健診	1月21日(木) 受付8:30～8:45	平成13年7月、8月生まれの幼児	大玉村保健センター	・母子健康手帳 ・問診票
機能訓練	1月28日(木) 10:00～15:00	自力歩行のできる方、又は車いすで移動が可能な方	大玉村保健センター	・健康手帳 ・昼食
3才児健診	1月29日(木) 受付13:00～13:15	平成12年9月、10月生まれの幼児	大玉村保健センター	・母子健康手帳 ・問診票・尿

地域住民に防火協力の呼びかけ ～一日消防署長・消防団長を任命～

11月7日、県消防協会本宮支部と安達地方広域行政組合南消防署は、南達3町村の女性を一日消防署長、消防団長に任命し、地域住民に防火を呼びかけました。

一日消防署長は、国分ますみさん（玉井字町）に辞令交付があり、南達管内の役場や公園等の施設を訪問し防火を呼びかけました。

また、一日消防団長には斎藤幸子さん（大山字後谷地）に辞令交付され役場をはじめ、幼稚園や農協などの施設に防火を呼びかけました。



～一日消防団長を務める斎藤幸子さん～



～一日消防署長を務める国分ますみさん～

休日当番医

12月21日	医 上 遠 野 内 科 医 院	☎33-5866
12月23日	国 分 整 形 外 科 医 院	☎33-1088
12月28日	今 野 外 科 整 形 外 科 医 院	☎33-3711
12月30日	医 慈 久 会 谷 病 院	☎33-2721
12月31日	医 落 合 会 東 北 病 院	☎33-2588
1月1日	県 立 本 宮 診 療 所	☎33-2547
1月2日	医 よ し だ こ ど も ク リ ニ ッ ク	☎34-6418
1月3日	白 沢 村 白 岩 診 療 所	☎44-2008
1月4日	よ し だ 内 科	☎63-2333
1月11日	い し わ た ク リ ニ ッ ク	☎63-2826
1月12日	吉 田 医 院	☎34-2463
1月18日	医 渡 辺 ク リ ニ ッ ク	☎34-3311
1月25日	医 坂 本 ク リ ニ ッ ク	☎34-1188

- (1) 午前9時より午後5時まで、外来のみ診療
(2) 医師の都合により変更する場合があります

＝今月の納期＝

固定資産税	(第3期)
国民健康保険税	(第6期)
介護保険料	(第6期)

- ・口座振替をご利用の方は残高を確認しましょう
- ・12月25日までに納めましょう

心配ごと相談

12月10日(木)	デイサービスセンター日本間
12月22日(月)	大山公民館
1月13日(火)	デイサービスセンター日本間
1月20日(火)	大山公民館

※相談受付は、午前9時から正午までです