

 笑顔とチャレンジがあふれるまち ならは

広 報

ならは

2023 AUG. 第643号

8

●表紙PHOTO:天神岬 町の花 やまゆりの開花

特集

令和5年度
檜葉町子ども議会開催!!

壱岐焼酎で乾杯

「ポニーリーグ」アジア太平洋地区
チャンピオンシップトーナメント開催!!



◀ 議事進行も行いました



令和5年度 榎葉町 子ども議会 開催!!

6月29日、榎葉町役場議場で令和5年度榎葉町子ども議会が開かれました。これは、小学生ならではの目線で町を良くするためのアイデアを考え、議会しながらの様子で町へ質問を行うものです。

また、質問するにあたり、事前に榎葉町の町勢振興計画について授業を行い、町の取り組みや課題等についても学びを深めました。
今年度は榎葉小学校6年生13人が登壇し、エコバッグの利用促進や一人暮らしの防犯対策などを提案しました。
今回の提案は、実際の町政に反映できるよう適宜対応していく予定です。



質疑者	質疑内容
あおき 青木 いちか 苺香	榎葉町の伝統行事を継承するための副読本作りと学習について
いかり 猪狩 りな 莉夏	朝の町内放送を活かした地域の活性化について
いかり 猪狩 りゅうと 隆斗	エコバッグの貸し出しによるエコバッグの利用の促進について
きたむら 北村 そら 蒼空	朝市の実施による観光の振興について
こざわ 小澤 そう 蒼	一人暮らし世帯を対象とした防犯の強化について
しいな 椎名 ゆづき 柚月	生ゴミをたい肥にする活動の推進について
しもかわ 下川 ぼん 絆	古民家を活かした移住の促進について
すずき 鈴木 みく 見穹	農作物の地産地消の推進について
まつもと 松本 ゆうだい 悠大	安心して出産できる一時的産婦人科の設置について
まつもと 松本 れお 怜大	電動車いすの利用しやすい町づくりについて
もうえ 馬上 こうた 昊太	一人暮らしの高齢者の安全見守りシステムの充実について
やまうち 山内 ゆずき 柚紀	友好都市におけるサテライトショップの設置について
やまうち 山内 るか 瑠花	天神岬の大鳥居を活用した観光の振興について

町長も真剣に答弁します▶

会津美里町 バスツアーを 実施

6月24日、会津美里町まちめぐりバスツアーを開催しました。榎葉町の姉妹都市である会津美里町の伊佐須美神社で開催されているあやめ祭りや、道の駅あいつ、鶴ヶ城などを訪れました。27名の参加者は、伊佐須美神社のあやめや会津のお土産、リニールオープンした鶴ヶ城を楽しみました。榎葉町は今後も会津美里町との交流事業を継続していきます。



小学生の町見学学習

6月29日、榎葉小学校2年生が町施設の見学学習を行い、コミュニティセンターや町役場を訪れました。

この学習は町にはたくさんさんの施設があり、みんなの生活を支えていることを学ぶために毎年行われているものです。普段は入れない議場や町長室を訪れたほか、コミュニティセンターでは、大ホールのステージに立つてその大きさに驚いていました。担当者「何席あるの?」「このボタンいっぱい機械はなに?」と興味を持った質問をたくさんしていました。



木戸川の鮎釣りが 今年も解禁

7月1日朝5時から、木戸川で鮎釣りが解禁されました。

震災以降、今年で3回目の解禁となり、夏の風物詩が戻ってきたとたくさんの方で賑わい、1日で60匹以上釣り上げた方もいました。

今年は8月6日(日)に木戸川で鮎祭りが開催される予定で、鮎の塩焼きやつかみ取りが実施されます。

※詳細は木戸川漁業協同組合ホームページをご覧ください。



第73回社会を 明るくする運動

社会を明るくする運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築くための全国的な運動で、今年で第73回目を迎えます。



岩沢海水浴場海開き

7月15日、今年も岩沢海水浴場が海開きしました。

昨年、12年ぶりに海開きをし、7,500人以上の方が来場され、大いににぎわいました。

海開き当日は、シーズン中の安全を祈って神事が行われたほか、小名浜のフラダンス教室「ハーラウ ラウラーナニ」のみなさんがすてきな踊りを披露してくれました。

今年は8月18日(金)までオープンしていますので、ぜひ足を運んでみてください。



町民主体でつくる “ならは百年祭”

8月19日(土)、笑ふるタウンならはにおいて、第2回ならは百年祭の企画・運営を行う「ならは百年祭をつくる会」が、祭の趣旨や企画概要・進捗などを町に伝えるため表敬訪問されました。会長の古市貴之さんからは、「これまでの伝統を大切にし、祭をつくる過程において地域の方々と一緒につくりたい」と意気込みが語られました。

ならは百年祭は、地域の若手を中心に構成されたチームで企画・運営し、地域全体で盛り上げていくお祭りを目指しています。



地域おこし協力隊 の自己紹介

“お世話になります。磯辺友美と申します。

埼玉県出身で趣味はプロレス観戦と音楽鑑賞です!

私は芸能関連企業で働いていましたが、現在は、「合同会社オートラベス」という会社を立ち上げて、タレントのキャリアデザイン形成の支援をしています。

榎葉町にタレントを派遣し、町民に「笑い」を届けながら新しい子どもの居場所作りを目標にしている、変な髪色の小さい女の子です。よろしくお願いします。”



あおぞらこども園では、
【げんきなこども・やさしいこども・がんばるこども】
の教育・保育目標に向けて、
様々な特色ある取り組みを行っています。

あおぞらこども園

通信



七夕まつり

7月7日「七夕まつり」を行いました。

七夕の製作を発表し、先生達による劇を楽しみました。
おり姫、ひこ星、みんなの願い事が叶うと良いですね!



保育給食参観



大勢の保護者の皆さんに参加して頂きました。

2歳児は、親子でふれあい遊びを楽しみました。



野菜の栽培から



4月に年長組が植えたじゃが芋を収穫しました。

食育「8月コロッケ作り」、「9月カレー作り」につなげたいと思います。



あおぞらこども園 ☎0240-26-0808

あおぞらこども園Instagram <https://www.instagram.com/naraha.kodomoen/>



図書室だより

Library



開室時間：午前9時～午後5時
休室日：8月7日(月)、11日(金・祝)、
14日(月)、21日(月)、
28日(月)、9月4日(月)

【おすすめ図書】

（一般図書）

『彼女たちの山』

―平成の時代、女性はどう山を登ったか―

柏澄子／著（山と溪谷社）

女性初のエベレスト登頂に成功した田部井淳子さんや、女性として世界初のピオレドール賞（優れた登山家に贈られる国際的な賞で、登山界最高の栄誉とされる）を受賞した谷口けいさん、東京五輪の新種目スポーツクライミングで銅メダルを獲得した野口啓代さんなど、本書では、世界を舞台として活躍した女性くら



『彼女たちの山
―平成の時代、女性はどう山を登ったか―』
柏澄子／著（山と溪谷社）



『5ひきのくまさん』
キャサリン・レイナー／作・絵、
水野裕紀子／訳（化学同人）

くろくまさんが、のんびりおさんぽをしています。くまはくまでも、きもちのやさしくまさんです。のんびりのつそりあるいてみると、もじやもじやの知らないくまさんに出会いました。くろくまさんは、もじやもじやさんについていくことにしました。2ひきのくまさんが、ぶらぶらおさんぽをしていると、こんどはパングさんに出会いました。くろくまさんたちは、いつぴき、またもういつぴきとちがったくまに出会います。そうして出会った5ひきのくまさん。色も大きさもちがうのに、どうして一緒にいるの？

（児童図書）

『5ひきのくまさん』

キャサリン・レイナー／作・絵、
水野裕紀子／訳（化学同人）

イマールを取り上げ、彼女たちがどんな思いで山に向き合い、登山に取り組んできたのかを紹介しています。また、山岳ガイドや山小屋を支える女性たちなど、職業として登山に関わる女性たちや、山ガールも登場しており、様々な切り口から平成の登山史を振り返る一冊となっています。著者は、山岳ガイドでフリーライターの柏澄子さん。

新着図書

【一般図書】

- 『鉄道ひとり旅のスズメ』
「旅と鉄道」編集部／編（天夢人）
- 『熱くなれ』
稲盛ライブラリー、
講談社「稲盛和夫プロジェクト」共同チーム／編著（講談社）
- 『新しい「歯」のトリセツ』 照山裕子／著（日経BP）
- 『0～3歳の気持ちと成長がわかるおうちお絵かき』
舟井賀世子／著（徳間書店）
- 『本を売る日々』 青山文平／著（文藝春秋）
- 『黄色い家』 川上未映子／著（中央公論新社）
- 『くもをさがす』 西加奈子／著（河出書房新社）

【児童図書】

- 『10代の悩みに効くマンガ、あります!』（岩波ジュニア新書）
トミヤマユキコ／著（岩波書店）
- 『タコとイカはどうちがう?』 峯水亮／写真、池田菜津美／文（ポプラ社）
- 『3・4・5さいのいつでもどこでもおりがみ 新装版』
川並知子／作（日本ヴォーグ社）
- 『すいとうのひとやすみ』 村上しいこ／作（PHP研究所）
- 『りりかさんのぬいぐるみ診療所 パンダのなみだ』
かんのゆうこ／作（講談社）
- 『ものがたりがうまれるとき』
ハドリー・フーパー／絵、デボラ・ホプキンソン／作（評論社）
- 『どじょうすくいさるです。』 平田景／絵、平田昌広／作（国土社）

第69回青少年読書感想文全国コンクールの 課題図書を展示しています

予約も受け付けています。ご希望の方はお早めにお手続きください。
夏休み期間中は、多くの方に利用していただけるよう貸出しの延長はできません。
ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

大地とまちのタイムライン入口の図書コーナー 利用について

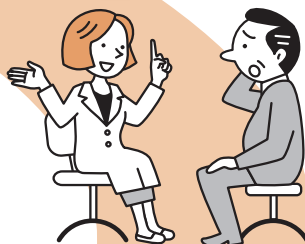
コミュニティセンター2階図書コーナー「復興知事業からの推薦図書」につきましては貸出しを始めました。貸出しの手続きは図書室で行いますので、ご利用の方は3階の榎葉町図書室までお越しください。なお、「榎葉 × 東大連携ミュージアム関連図書」につきましては、参考資料のため閲覧のみのご利用となります。あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ先】榎葉町図書室（榎葉町コミュニティセンター3階） ☎0240-25-4730（月曜・祝日休館）

おうちで ならいざっふ

ここ10年の健診結果の推移

来月は年に一度の総合健診です。みなさん申し込みは済みしましたか？
 「かかりつけ医で検査しているから大丈夫」などと言わずに、医療機関を定期的に受診している方も総合健診を受診しましょう。医療機関では検査しない項目も調べることができますので、何かとお得なことがあると思います。そして、多くの方が総合健診を受けることで、町全体の健康度が判ります。
 今回は、福島県立医科大学の疫学室の協力のもと明らかになった、ここ10年の健診結果の推移をご紹介します。10年前のご自分の体格や健診結果を思い浮かべながらご覧ください。



ここ10年での検査項目ごとの推移は？

右の表は、ここ10年でみなさんの検査結果が改善したのか悪化したのかを年代別に示したものです。
 この表から読み解ける事柄は…

- 改善傾向にあるもの
 拡張期血圧・悪玉コレステロール・肝機能
 - 悪化傾向にあるもの
 収縮期血圧・空腹時血糖・HbA1c・腎機能
 - 横ばい状態のもの
 BMI・善玉コレステロール・中性脂肪
- 収縮期血圧は、改善した時期があったのですが、再び悪化してしまいました。また、拡張期血圧が改善傾向にあるのは、適切に治療を受けている方の割合が増加したことも影響しているかもしれません。
- 皆さん自身の健診結果は、どのように推移していますか。

検査項目	40-64歳	65歳以上
△BMI	→	↓
◆収縮期血圧	↘↗	↘↗
○拡張期血圧	↓	↓
◆空腹時血糖	↑	↑
◆HbA1c	↑	↑
△善玉(HDL)コレステロール	→	→
○悪玉(LDL)コレステロール	↓	↓
△中性脂肪	→	→
△肝機能異常	→	↓
◆腎機能異常	↑	↑

明日の自分のためにできること

何よりも大切なことは、「誰か」に任せっ放しにするのではなく、「自分の健康は自分で守る」という気持ちを持つことです。心掛けが少し変わるだけで、毎日の過ごし方が大きく変わってくるはずですよ。

その他には…お勧めの方法を幾つかご紹介します。

Point 1

食 事

バランスのとれた食事で、身体の調子を整える。

Point 2

運 動

10分だけ身体を多く動かす。

Point 3

睡 眠

質の良い睡眠を目指す。

Point 4

健(検)診

定期的に自分の身体の状態を知る。

Point 5

脳の健康

脳を活性化させて、脳の健康維持&向上を図る。

坂本保健師

一念発起して全てのことに取り組もうとすると、途中で息切れしてしまうかもしれません。

まずは、1年後・5年後の自分の姿(理想像)を思い描いて、その姿に近付くためには何をすれば良いか、具体的に考えてみましょう。

今すぐ始められる「小さな一歩」を踏み出してください。

農業者紹介/
 吉田喜一・幸恵さん

ユズ栽培、始めました！

本年4月、ユズの振興と出荷を目的とした生産者を増やすため、町は希望者に苗木を配付する事業を行いました。吉田さんは、甘藷畑に隣接する農地にユズの苗木を10本植栽。今後、肥培管理や剪定方法等について県双葉農業普及所と連携しながら管理技術の向上を目指す方針です。

町はユズの特産品開発を進めており、檜葉町特産品開発センターへの出荷を推奨しています。ご自宅のユズを是非、出荷願います！



吉田さんご夫妻(上繁岡)



檜葉のユズ、買います！

町内には自宅等にユズの木がある家も多く、現在その多くがそのまま活用されていない状況のため、特産品開発センター(町振興公社)がユズの買い取りを行います。

※町内で栽培されているユズをご自身で収穫し、道の駅ならは物産館に持参いただき、重さで買い取りします。なお、買取価格については相場等を参考に決まり次第お知らせします。

檜葉町特産品開発センター“スタッフ急募！！”

〈お問い合わせ先〉檜葉町振興公社 檜葉町大字北田字上ノ原27-29 ☎0240-25-3113 FAX0240-25-5744

今月のアグリチャレンジ！～県営基盤整備事業～

基盤整備事業を行うことにより、①労働生産性の向上、②担い手確保と農地利用集積、③水田の効率的な土地利用、④耕作放棄地の拡大抑制等のコスト低減が期待されています。

県営基盤整備事業(山田浜地区)は、山田浜と山田岡を含む事業となっており、事業地面積は約47haです。工区を3工区に分け令和4年度に工事に着手し、令和8年度に竣工予定です。檜葉町の未来の農地をつくる事業に、ご理解とご協力をお願いします。



基盤整備が行われた水田(山田浜)

農業者の皆さまへ～地域農業の未来を描きましょう！～

- 地域計画とは？
 国の新たな制度で令和6年度までに「地域計画」を策定することになりました。この計画は5～10年後の「地域農業の未来を描くもの」で誰がどこで何をつくるかという人と農地・農作物をどのようにしていくか地域全体で話し合い決定するものです。
- 計画策定後は？
 ●担い手が決まることにより不耕作地が解消され良好な営農環境が維持
 ●農地所有者の意向把握によりスムーズな農地の貸借が実現
 ●農地バンクの活用により農地の貸借手続きが軽減
- アンケートや座談会を開催します！
 ●アンケートは地権者の皆さまを対象に実施予定です。
 座談会は、地権者および担い手の皆さまを対象に行う予定です。
 ●次の世代へ農地を引き継いでいくためにご協力をお願いします。



※農作業安全と農薬飛散防止を徹底し、熱中症にも注意を払いましょう！

背中を鍛えられるマシンの紹介です！

今月号は背中の筋肉を鍛えることができる、シーテッドローマシンを紹介します。
このマシンは、広背筋に加えて僧帽筋を鍛えやすいマシンです。
ぜひチャレンジしてください！

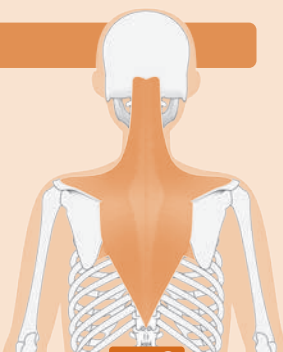
僧帽筋の主な働き

①肩甲骨を上にあげる⇒肩を上にあげる

②肩甲骨を寄せる⇒胸側に出た肩を背中側に引く(猫背から胸を張る)

その他の働きもありますが、シーテッドローマシンは、前に出した肩を後ろに引く運動をしやすいため、②の働きを意識しましょう。

画像①にあるように、僧帽筋は腕にはついておらず、肩甲骨や鎖骨の一部を覆っています。そのため引く動作のとき、腕に頼り過ぎると、僧帽筋をあまり使えなくなってしまいます。



画像①
僧帽筋の付着のしかた

画像②

- 10～15回くらいを引くことができる重さにピンをセットします。
- 骨盤を立て、母指球のあたりで踏ん張れる位置に、イスの高さを調節します。
フットレストに足が届かない方は、床についてもかまいません。
- 胸元にあたるパッドの位置は、腕を伸ばした時にギリギリ届くよう調節します。
- 前へならえのようにグリップを握ったら、肩を落とし、肩が少し前に出るように構えます。
(背中中で重さを受け止めるようにします。)



画像③

- 肩を後ろに引きながら、手のひらをみぞおち辺りをめがけ腕を曲げます。
※肘を引きながら、手のひらを上に向けるようにすると、寄せやすくなります。

画像④

- グリップを握ったとき、パッドに体を預けすぎると、筋肉から負荷が抜けてしまいます。

画像⑤

- 肘を後ろに引いたとき、肩が前に残っていると、僧帽筋が収縮しません。
手首を曲げてしまうと、前腕が疲れてしまいます。

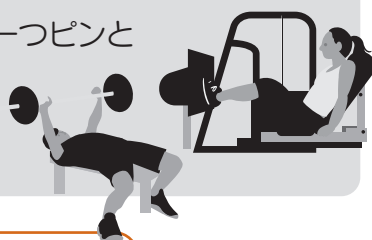
お待ち
いたじました！

フィットネスルームでのペアトレーニング始めます！※有料

頑張っているけど効果を実感できない。マシンで鍛えているけど今一つピンとこないなど、努力に対する効果に疑問を感じていませんか？

正しい努力の仕方が分かります！

- 時間、曜日要相談 ● 料金：10分500円 最大50分



お問い合わせ先／ならはスカイアリーナ ☎0240-23-7966

イベント結果報告

第11回 熱い中、皆さんが疲れ様でした！ 檜葉町がんばっぺゴルフ大会結果

[男性の部：優勝] 廣田勝好様

[女性の部：優勝] 鈴木こずえ様



双葉郡町村交流大会 選手の皆さんが疲れ様でした！

- 剣道 [優勝] 双葉町 [準優勝] 葛尾村 [3位] 富岡町
- 野球 [優勝] 浪江町 [準優勝] 大熊町 [3位] 富岡町、川内村
- グランドゴルフ [優勝] 広野町 [準優勝] 富岡町 [3位] 大熊町
- バレーボール [優勝] 広野町 [準優勝] 双葉町 [3位] 富岡町
- バスケットボール [優勝] 富岡町 [準優勝] 浪江町 [3位] 大熊町



9月イベント情報

檜葉町集団対抗ゴルフ交流大会

[開催日] 9月2日(土) [会場] スパリゾートハワイアンズゴルフコース [参加費] 2,000円

[申込期間] 8月1日(火)～8月28日(月)

福島県民スポーツ大会 [開催日] 9月3日(日) [会場] 相双地区

第17回福島県市町村軟式野球大会 開会式

[開催日] 9月9日(土) [会場] ヨーク開成山スタジアム [開催期間] 9月9日(土)～10月1日(日)

[試合日時] 1回戦 9月10日(日) いわきグリーンスタジアム 第1試合対三春 8:30分試合開始

※雨天による順延、時間の変更あり！

軽登山教室・ウォーキング教室

[開催日] 9月6日(水) [行先] いわき市・水石山 [申込期間] 8月1日(火)～8月18日(金)

[参加費] 500円 電車での移動を予定しております。電車賃は別途頂きます。

檜葉町集団対抗キックベースボール交流大会報告

7月8日(土)に檜葉町集団対抗キックベースボールが行われました。
集団対抗では初！子どもたちがメインとなる競技で対決！！大人も子どもも一緒になって楽しい時間を過ごすことができました。
子どもたちは、怪我もなく元気に汗をかき、楽しい交流会となりました。



ふくしま駅伝チーム活動開始！！

11月19日(日)に開催される第35回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会に向け、ふくしま駅伝檜葉チームは7月5日から週に2回の合同練習を開始しました。選手たちは昨年の記録を更新できるように、チーム一丸となって練習に励んでいます。町民の皆様の応援よろしくをお願いします。



お問い合わせ・お申込み先

(一社) 檜葉町スポーツ協会(ならはスカイアリーナ内)

☎0240-26-0076 FAX0240-23-6047 E-mail: sports-n@helen.ocn.ne.jp

下小埜地区からのお知らせ

下小埜字聖天地内にある薬師堂の祭典(盆踊り)が13年ぶりに復活します。
どなたでも盆踊りに参加できます。みんなで踊って、絆を深めましょう。

■日 時／8月11日(金・祝) 18:00～19:30(予定)

■場 所／薬師堂(下小埜字聖天地内)

■主 催／下小埜甚六会

●お問い合わせ先／岩間尊弥 ☎090-3754-2803



上繁岡八幡神社例大祭(豊年踊り)のお知らせ

祭り「櫓」を新調して、懐かしくも新しい「上繁岡八幡様のお祭り」を
13年ぶりに再開します。

ぜひ、お誘い合わせの上お越しください。

■日 時／9月9日(土)

上繁岡八幡神社祭禮

●時間 : 10:00～12:00

●場所 : 上繁岡八幡神社

豊年踊り

●時間 : 15:00～18:00

●場所 : 上繁岡地区集会所

●お問い合わせ先／上繁岡行政区長 猪狩雄一 ☎090-8253-0727

上井出地区ミニミニ盆踊り大会のお知らせ

上井出行政区では、新型コロナウイルス感染症の影響で中止が続いていた盆踊りが3年ぶりに再開します。
みんなで暑い夏を乗り越えましょう。

■日 時／8月13日(日) 18:30～19:30 ※雨天中止

■場 所／龍田神社 境内

■主 催／上井出行政区

●お問い合わせ先／上井出行政区長 小野治久 ☎080-6037-6253

令和6年度双葉地方広域市町村圏組合
職員(消防)採用候補者試験のお知らせ

令和6年度双葉地方広域市町村圏組合職員(消防)採用候補者
試験[高校卒業程度]を次により行います。

①採用予定日 令和6年4月1日(月)

②試験職種 消防

③受験資格

平成12年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で自動車運転免許(普通自動車以上「AT
限定免許を除く。」取得又は令和6年3月末日まで
免許取得見込みのもの。(学歴は問いません。)
※身体の高齢基準もあります

④一次試験の期日、場所

期日／9月17日(日)10:00～

場所／双葉地方会館

※二次試験は、一次試験合格の際にお知らせします

⑤受付期間

7月12日(水)から8月10日(木)まで

詳細については、当組合ホームページを
検索・確認ください



●お問い合わせ先／双葉地方広域市町村圏組合事務局 総務課 ☎0240-22-3333

ならは脱炭素隊

未来守る人ジャー

食品ロス削減メニューで夏の暑さを吹き飛ばそう!



作戦
23

『食品ロスを減らして、脱炭素大作戦!!』

皆さんは、“食品ロス”について考えたことはありますか。

食品の廃棄には、多くのエネルギーが使われていて、世界で排出されている
温室効果ガスのうち約10%が食品廃棄起源のものとなっています。

今月号では、地球温暖化を防ぐため、食品ロス削減の取組みの一つとして、
おいしく頂ける食品ロス削減メニューを紹介します!

メニュー

1 大根の皮とにんじんの皮のきんぴら

にんじんの皮はβ-カロテンが豊富!
捨てずに食べれば美肌になること間違いなし!



食材:4人前

- 大根とにんじんの皮 … あわせて250g
- サラダ油(炒め用) …… 小さじ1.5
- ごま油(炒め用) …… 小さじ1.5
- 砂糖 …… 小さじ1.5
- 酒 …… 小さじ1.5
- しょうゆ …… 小さじ1.5
- みりん …… 小さじ1
- ごま油(仕上げ用) …… 小さじ1/2
- すりごま/いりごま …… 適量

作り方

- ①大根の皮とにんじんの皮は千切りにする。
- ②フライパンを熱して炒め用の油を合わせて入れ、①を入れて中火～強火で炒める。
- ③全体に油が回り、大根の表面が透き通ったら砂糖、酒を加えて全体に混ぜる。
- ④砂糖が溶けて全体に回ったらしょうゆを加えて水分を飛ばしながら煮る。
- ⑤水分がほぼなくなったら、みりんを加えて混ぜながら水分を飛ばし、仕上げ用のごま油を加えて火を止める。
- ⑥好みでごまをかける。

メニュー

2 大根の葉と桜エビのまぜごはん

大根の葉も捨てずに料理に使う!
葉に含まれるビタミンやミネラルは、
高血圧やむくみの解消に効果があるよ!



食材:2人前

- 大根の葉 …… 50g
- 桜えび …… 5g
- 温かいご飯 …… 2膳分(300g)
- ごま油 …… 小さじ1
- 塩 …… 小さじ1/3
- 白いりごま …… 適量

作り方

- ①大根の葉はみじん切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を加えてしんなりとするまで炒める。
- ③ごはん②と桜えび、炒り白ごま、塩を加え、混ぜ合わせる。

今回メニューを提供してくださったのは、食を通した健康づくりを推進している
檜葉町食生活改善推進員会さんです。みなさんも、簡単でおいしく健康的な
レシピ、つくってみてはどうでしょう。



地球にやさしく おいしく 脱炭素!!

お問い合わせ先／ならは脱炭素隊(くらし安全対策課) ☎0240-23-6109

元気アップ教室

Jヴィレッジフィットネスジムの
トレーナーが、運動やストレッチ
等を支援します。



- 日時／8月9日(水)・8月23日(水)・9月13日(水)
13:30～15:00
- 会場／みんなの交流館 ならはCANvas

●お問い合わせ先／保健福祉課 保健衛生係 ☎0240-23-6102

リフレッシュヨガ

呼吸、ポーズ、瞑想を組み合わせ行い、普段使っていない筋肉を目覚めさせます。

- 対象者／参加要件※を満たしている方 ※参加要件…医師から運動制限に関する指示等を受けていないこと。
30分程度歩くことに不安が無い程度の体力があること。
- 定員／25名程度
- 日程・場所／



日にち	時 間	場 所
8月 2日(水) 8月16日(水) 8月30日(水) 9月 6日(水)	① 13:15～14:15 ② 14:45～15:45	① みんなの交流館 ならはCANvas ② 地域活動拠点「まざらっせ」

- 内 容／理学療法士兼ヨガインストラクターによるリフレッシュヨガ
- 持 ち 物／タオル・運動しやすい服装・水分(水筒又はペットボトル)・ヨガマット(お持ちの方)
- 申込方法／保健福祉課保健衛生係にご連絡ください。先着順にお申し込みを受け付けます。
- 注意事項／都合により日程・内容等が変更となる場合があります。

●お申し込み・お問い合わせ先／保健福祉課 保健衛生係 ☎0240-23-6102

ウォーキングマップ
できました！



ウォーキングはいつでも気軽に取り組める、生活習慣病の予防や健康増進に適した運動です。

皆さんの健康づくりをサポートするために、町内のおすすめスポットを散策できるウォーキングマップをつくりました。今年は檜葉歴史研究会の協力を頂き、檜葉の歴史を感じながらウォーキングを楽しめるコースを作成しました。今月広報誌に同封されていますのでぜひご覧ください。

まだまだ暑い日が続きますので、熱中症と日焼けへの対策を万全にして、夏バテ知らずの身体をつくりましょう。

●お問い合わせ先
保健福祉課 保健衛生係 ☎0240-23-6102

8・9月 デュークスウォーキング
教室の開催

8・9月のデュークスウォーキング教室を次の日程で開催します。初めての方も、町民以外の方も参加可能です。皆様のご参加、お待ちしております！



- 講 師／五十嵐KAZUKO氏
(デューク更家公認ウォーキングスタイリスト)
- 日時・会場／①8月26日(土)13:30～15:00
檜葉中学校武道館
②9月30日(土)13:30～15:00
檜葉中学校武道館
- 持 ち 物／上ばき(スニーカー等)、飲みもの、タオル



●お申し込み・お問い合わせ先
保健福祉課 国保年金係 ☎0240-23-6102

令和5年度自衛官等募集案内

防衛省・自衛隊では令和5年度自衛官等採用試験を下記のとおり行います。

試験種目	予備自衛官補 (一般)	予備自衛官補 (技能)	防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官候補 看護学生)	防衛医科大学校 医学科学生	防衛大学校学生 (一 般)
採用区分等					
受 付 期 間 (締切日必着)	令和5年9月21日まで		令和5年 10月4日まで	令和5年 10月11日まで	令和5年 10月18日まで
応 募 資 格	18歳以上 34歳未満の方	18歳以上で 国家免許資格等を 有する方 (資格により年齢 上限は異なる)	18歳以上21歳 未満の方 高等学校卒または 高等専門学校 3年次修了(見込)	18歳以上21歳 未満の方 高等学校卒または 高等専門学校 3年次修了(見込)	18歳以上21歳 未満の方 高等学校卒または 高等専門学校 3年次修了(見込)
試 験 日 程	令和5年9月23日～10月9日の いずれかの日		10月14日 一次試験 (筆記)	10月21日 一次試験 (筆記)	10月28日 一次試験 (筆記)
試 験 会 場	自衛隊福島地方協力本部相双地域事務所にお問い合わせください				
採 用 予 定 数	陸上自衛隊 東北方面隊管内 約130名	陸上自衛隊 東北方面隊管内 約30名	参考 (令和4年度) 約75名	参考 (令和4年度) 約83名	参考(令和4年度) 人文・社会科学専攻 約55名 (うち女子約15名) 理工学専攻 約225名 (うち女子約35名)

●お問い合わせ先
自衛隊福島地方協力本部 相双地域事務所
〒975-0033 南相馬市原町区高見町 1 丁目142-2
☎・FAX 0244-23-4712



相馬税務署からのお知らせ

消費税のインボイス制度に関する説明会

税務署では、事業者の方を対象に消費税のインボイス制度説明会を開催します。

説明会は、事前予約制により、各回とも定員になり次第、または説明会開催日の2日前に受付を終了します。



日 時	定員	会 場
●8月23日(水) 13:30～1時間程度	20名	相馬税務署 2階会議室 (相馬市中村字曲田92-2)
●8月29日(火) 13:30～1時間程度 (主に消費税の免税事業者の方向け)	20名	相馬税務署 2階会議室 (相馬市中村字曲田92-2)
●9月8日(金) 13:30～1時間程度	20名	相馬税務署 2階会議室 (相馬市中村字曲田92-2)
●9月14日(木) 13:30～1時間程度 (主に消費税の免税事業者の方向け)	20名	相馬税務署 2階会議室 (相馬市中村字曲田92-2)

説明会終了後、希望する方を対象に登録要否相談会（定員4名）を開催します。
会場の駐車場には限りがありますので、ご来場の際には、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

●お問い合わせ先／相馬税務署 法人課税第一部門 ☎0244-36-3942(直通)

令和5年度 個人事業税の課税のお知らせ

個人事業税は、県内に事務所、事業所を設け、物品販売業や不動産貸付業など、法律で定められている事業を行う個人の方に納めていただく県の税金です。

令和4年分の所得について課税となる方には、令和5年度個人事業税の納税通知書を8月10日(木)に発付しますので、納期限の8月31日(木)までに納付をお願いします(課税額が1万円を超える場合は8月と11月の2回に分けて納付となります)。なお、所得税の確定申告時期等によって、納税通知書の発付時期が遅れることがあります。

●お問い合わせ先／福島県相双地方振興局 県税部課税課 事業税チーム ☎0244-26-1126



消防署からのお知らせ

～リチウムイオン電池の火災に注意～

軽量で充電容量の大きいリチウムイオン電池は、スマホやタブレットなど小型電子機器の充電に多く使用され、とても便利なものです。

しかし、**強い荷重**や**衝撃**が加わると内部でショートが起こり、**発火する危険**があります。

また、リチウムイオン電池を**車内等の高温となる場所で放置**することはやめましょう。

こんな事故が発生しています！

- 1 携帯用扇風機を落下させたことにより、バッテリー内部に強い衝撃が加わったことで異常発熱につながり出火した。

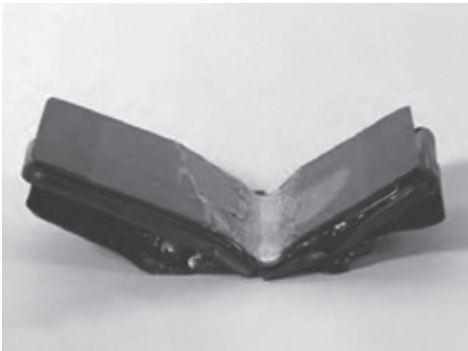


画像提供元: 独立行政法人 製品評価技術基盤機構[nite]

実験画像はこちら



- 2 足を滑らせてしりもちをつき、ズボンの後ろポケットに入れていた**スマートフォン**のバッテリーパックが破損したことでショートを起こし、衣類に着火した。



画像提供元: 独立行政法人 製品評価技術基盤機構[nite]

実験画像はこちら



火事と救急は119番



富岡消防署 ☎0240-22-2119
楢葉分署 ☎0240-25-2119
川内出張所 ☎0240-38-2119

～地域研修会『共に暮らし、共に生き、共にまちを創る』～

女優 南野陽子さんが主演をし、檜葉町の障がい者施設“ふたばの里”を舞台に2011年3月11日から現在までを描いた演劇作品の「なくなるカタチと なくなるキモチ」映像鑑賞会を開催します。

また、映像鑑賞によるパネルディスカッションを行い、地域のこれからを考えます。

■日 時／8月26日(土)15:00～18:00

■場 所／檜葉町コミュニティセンター

■主 催／無料

●お問い合わせ先／保健福祉課 社会福祉係 ☎0240-23-6102



インクルーシブ演劇ワークショップ開催について

町では、子どもから高齢者、障がいのある方も支える方も自分らしく地域で暮らし続けることができる支え合いの地域づくりを目指しております。

障がいも、ひとつの特性や個性として捉えることができるようになるように、私たちの身近にある様々な“ボーダー”について考える機会をつくる『No border in ...』という取り組みを始めています。

今回は、様々な方々と実際に演技・ダンス・アクションを体験するインクルーシブ演劇ワークショップを下記のとおり開催します。

本展を通して、「障がい」について考えを深め、共に活動できる場になることを願います。

①開催日／開催内容

(1)「演技・アクション・ダンス・音楽の体験」

8月25日(金) 13:00～17:00

(2)「みんなで劇づくり」

8月26日(土) 9:00～15:00

(3)「成果発表会」

8月27日(日) 9:00～12:00

※全ての回に参加できなくても構いません。

②会 場

檜葉町
コミュニティセンター

③参加対象者

年齢・国籍・障がいの
有無・演劇経験
問いません

④参加料

無料

●お問い合わせ・申し込み先

保健福祉課 社会福祉係 ☎0240-23-6102



自転車に乗る時は、ヘルメットをかぶりましょう。

道路交通法の一部改正により令和5年4月1日から、すべての自転車利用者にヘルメットの着用が努力義務となりました。

子どもにとって大人がヘルメットを着用している姿を見ることは、安全意識を高める助けとなります。

ヘルメットを正しく装着し、自転車を楽しみながらも安全に乗ることを心がけましょう。



毎年8月は、特別児童扶養手当現況届の提出時期です

障がいをもつお子様を養育している方を対象とする特別児童扶養手当を受給されている世帯は、世帯状況と所得状況の確認のため、毎年「所得状況届」を提出いただいています。なお、期日までに提出されない場合には、支給停止となりますのでご注意ください。



対象者

現在、特別児童扶養手当を受給している方
(所得の制限で支給が停止になっている方も含みます)

※提出依頼(通知)は、8月頃に受給者の自宅へ郵送でお送りします。

提出期限

8月10日(木)～9月11日(月)まで

受付時間／8:30～17:15

※土日祝の受付は行っておりません。ご了承ください。

提出方法

保健福祉課社会福祉係へ提出ください

※期間内及び時間内の提出が難しい方はご連絡ください。

提出書類について

- ①特別児童扶養手当所得状況届
- ②特別児童扶養手当証書(現在お持ちのピンク色の証書)
- ③住所要件に関する申立書(檜葉町外に居住している方)
- ④所得状況届に必要な添付書類(A4版の添書)
※詳細については、お送りした通知をご確認ください。



●お問い合わせ先
保健福祉課 社会福祉係 ☎0240-23-6102

児童扶養手当の現況届の提出をお願いします。

児童扶養手当の対象となる受給者の方へ、現況届を送付します。お手元に届きましたら、提出期限までに檜葉町役場へ来庁して提出してください。
(いわき市及び、会津美里町以外に避難されている方には、避難している市町村より送付されます。)

現況届では、前年の所得状況(住民税の課税状況)により今年度の該当確認を行うため、所得申告をされていない方は、申告手続きをお願いいたします。なお、所得申告につきましては、所得額により税務署で申告となる場合と町民税務課のみで申告できる場合があります。また、収入のない場合でも申告が必要となりますので、町民税務課へお問い合わせください。

●受付開始:8月1日(火) ●提出期限:8月31日(木)

※提出先

檜葉町内に居住もしくはいわき市及び会津美里町に避難されている方は、檜葉町役場へ来庁して提出ください。

上記以外の市町村に避難されている方は、避難先の市町村窓口へ提出してください。

なお提出時には印鑑(浸透印は不可)を持参してください。

※詳しくは、現況届と一緒に送付した案内に記載しておりますのでご覧ください。

●お問い合わせ先／こども課 子育て支援係 ☎0240-23-5515



東日本大震災生活再建支援金の申請について

震災により居住していた建物が全壊、大規模半壊、半壊による解体をされた世帯を対象とした生活再建支援金(基礎・加算支援金)の受付が終了となります。まだ未申請の世帯の方は速やかな申請をお願いします。

※既に申請済みの世帯は対象となりません。

- 基礎・加算支援金申請期限：
令和6年4月10日まで(消印有効)
- 基礎支援金申請の対象者(①・②両方に該当する世帯)

- ①震災時に檜葉町で居住していた世帯
- ②居住していた家屋の罹災判定が全壊、大規模半壊、半壊の判定でかつ解体した。いずれかに該当する世帯。

※罹災判定未実施で修繕や解体をしてしまうと判定が困難になります。ご注意ください。

- 加算支援金の申請対象者(基礎支援金の対象者で①・②・③のいずれかに該当する世帯)

- ①震災後に新たに居宅を建築・購入をした世帯
- ②破損した家屋を修繕した世帯
- ③公営住宅を除く家屋を賃借した世帯

●お問い合わせ先
町民税務課 ☎0240-23-6101

8月の納税等

忘れずに納めましょう。

- 国民健康保険税(2期)
- 町県民税 普通徴収(2期)

納期限:8月31日(木)

●お問い合わせ先
町民税務課 ☎0240-23-6101

- 介護保険料(2期)
- 後期高齢者医療保険料(1期)

納期限:8月31日(木)

●お問い合わせ先
保健福祉課 ☎0240-23-6102

※口座振替の方は8月31日(木)に引き落としとなりますので残高の確認をお願いします。

8月の子育て支援情報♪

乳幼児健診

乳幼児健診はお子さんの成長・発達を確認し、保護者の方が子育ての悩みや不安を相談できる機会です。ぜひ、お出かけください。

- 対象／(3歳児健診)令和元年12月～令和2年3月生まれ
※対象者には通知をお送りしますので、通知をご確認ください。

- 日程／8月9日(水)
- 受付時間／12:30～13:00
- 会場／あおぞらこども園
子育て支援センター
- 内容／身体測定、内科診察、お口の健診、栄養相談、保健指導

母子健康相談

子育てのこと、お子さんの成長のことなど、日ごろのちょっとした“気になる”ことを相談できます。

- 対象／就学前のお子さんと保護者
- 日程／8月30日(水)
- 時間／10:00～12:00(時間内であれば、いつ来ていただいてもOKです!)
- 会場／あおぞらこども園
子育て支援センター
- 申し込み／不要

●お問い合わせ先
こども課 子育て支援係 ☎0240-23-5515

空き地の管理のお願い

草木が伸びやすい季節です。所有者の方は周辺に迷惑にならないようご自分の土地をきちんと管理してください。夏場の草刈りは、こまめに水分を摂るなど熱中症に充分気をつけて作業をお願いします。

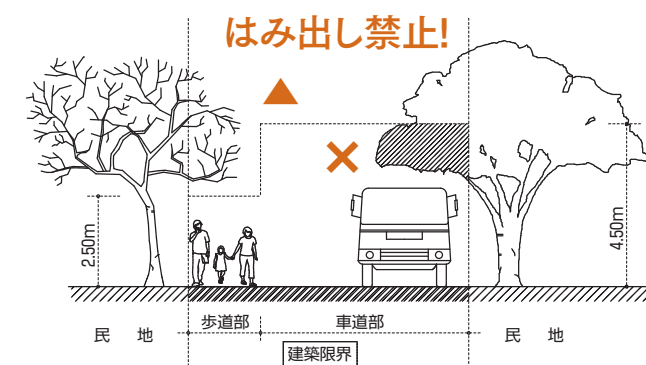
また、所有者不明の土地に草木が繁茂してお困りの場合や、近隣の土地から自分の土地に竹木の枝が越境して困っている場合には、くらし安全対策課までご相談ください。

●お問い合わせ／くらし安全対策課 環境係
☎0240-23-6109

道路にはみ出した樹木の伐採について

道路沿いの立木や植栽がはみ出し、見通しが悪くなったり、通行車両等に接触したりする危険が生じています。

また、強風や降雪等により竹木が倒れ、道路を塞ぐ事例も起きています。全国的には重大な交通事故が発生した事例も多数あり、民有地の立木や植栽の枝葉等により接触事故が発生した場合、立木の管理者(所有者)として、損害賠償の責任が生じる可能性があります。ご自身の土地から立木や植栽がはみ出していないか改めて確認いただき、適切な管理をお願いします。



●お問い合わせ／建設課 建設係 ☎0240-23-6106

つくろう!「マイ避難」

一人一人に合わせた避難行動(いつ、どこに、どうやって)＝「マイ避難」を日ごろから考えておくことが大切です。



マイ避難シート
作成ページQR



- 自宅だけでなく職場や学校でも!
- 家族と話し合ってみよう!
- 檜葉町ハザードマップで確認!



ハザードマップの裏でもマイ避難シートが作れます!

●お問い合わせ先
福島県危機管理課 ☎024-521-8651
くらし安全対策課 ☎0240-23-6109

檜葉産の米の直売について

JA福島さくら檜葉支店では、町内産お米の美味しさを知っていただき、消費拡大を目指すため毎月お米の直売を行っております。直売されるお米は、檜葉町カントリーエレベーターで管理され品質を向上させたお米で、いつ食べても変わらない美味しさを味わえます。ぜひご家庭でご賞味ください。



【お米の直売】

- 日時／9月1日(金) 10:00～12:00
- 会場／JA福島さくら檜葉支店
- 販売内容／[品種]コシヒカリ、天のつぶ
[重量]玄米30kg(袋体)
- 注文／事前にJA福島さくら檜葉支店へお電話で注文をお願いします。

■注文締切／8月18日(金)まで

●お問い合わせ先
JA福島さくら ☎0240-25-3131

お悔やみ申し上げます

※新盆供養に合致するものではありません。広報ならは令和4年8月号以降に亡くなられた方を掲載しています。(敬称略)

氏 名	年齢	行政区	氏 名	年齢	行政区	氏 名	年齢	行政区
遠藤 新平	88	山田岡	安藤 チエ	95	下小墾	佐藤 静子	92	山田岡
鋤柄由利子	71	北田	西山 吉一	81	北田	松本 健二	79	北田
後藤 幸平	87	上井出	山口 カネ	89	山田岡	上遠野トメ	104	下小墾
渡邊 半男	94	下井出	坂本 芳通	67	上繁岡	猪狩 京子	74	上小墾
佐藤 義行	98	山田岡	大川原セツ子	71	繁岡	佐藤 哲三	93	上繁岡
坂本 勇成	80	上井出	鈴木 満子	97	山田岡	大森 信保	83	下小墾
新妻 洋	88	前原	鈴木美智子	83	山田岡	渡邊 重典	81	山田岡
木野田盛隆	90	上井出	早川 篤雄	83	大谷	岩間 彌	90	山田岡
渡邊 義春	63	波倉	賀澤 幸子	92	繁岡	大和田 昭	94	下井出
猪狩 勝兄	82	大谷	古市 喜久	71	下小墾	矢内 正亞	80	上小墾
齊藤ヨシ子	86	山田岡	遠藤 フク	92	山田岡	矢内 進	83	前原
小野 忠一	93	山田岡	松本 國子	98	上井出	大和田益守	66	松館
横田ミトリ	88	上繁岡	関根 忠	87	女平	高野 裕子	78	北田
玉井 教子	84	山田岡	松本 治夫	88	松館	大和田アキ	93	波倉
遠藤 忠夫	93	北田	梅村 信一	70	上井出	猪狩 初代	75	山田岡
飯島ミサ子	76	山田岡	佐藤 信一	89	山田岡	矢内一二三	75	前原
矢内美代子	81	繁岡	橋本 ミツ	95	上井出	大和田元子	80	北田
松本 明雄	93	山田岡	猪狩 功	70	北田	本田 豊	74	山田岡
鈴木 重春	74	繁岡	松本 仲子	90	松館	宇佐見充良	88	下繁岡
蛭田 清	96	繁岡	坂本 政行	71	北田	片山 繁子	93	上井出
横田 利彦	88	上繁岡	片山 一吉	90	上井出	草野 久	78	下井出
伊藤アサ子	92	上井出	猪狩 衛	91	山田岡	鈴木マサ子	79	北田
松本 輝子	89	松館	伊藤 八重	91	上井出	坂本みつ江	88	上繁岡
三瓶 優	85	北田	吉田 靖之	81	下小墾	丸子 務	85	大谷
小薬 昇三	67	上井出	小澤 憲一	75	上小墾	猪狩 鶴子	88	上井出
會澤 節夫	83	下井出	猪狩比佐子	82	北田	猪狩 静子	93	松館
諸橋クニ子	89	大谷	渡邊キヨ子	90	上小墾	松本十三子	71	山田浜
矢内 道德	84	北田	猪狩八重子	90	山田岡	大崎 太	94	北田
水野ヤスヨ	90	北田	宇陀ハル子	92	繁岡	鈴木 優	73	上井出
松本美津子	90	北田	熊坂千枝子	92	下井出			
綿貫レイ子	73	下小墾	横田 吉治	75	下小墾			



お悔やみ申し上げます (敬称略)

氏 名	年齢	行政区	氏 名	年齢	行政区
鈴木マサ子	79	北 田	猪狩 静子	93	松 館
坂本みつ江	88	上繁岡	松本十三子	71	山田浜
丸子 務	85	大 谷	大崎 太	94	北 田
猪狩 鶴子	88	上井出	鈴木 優	73	上井出

(広報ならは7月号掲載以降亡くなられた方)



おめでとうございます (敬称略)

氏 名	保護者名	行政区
まつもと ちはや 松本 千颯	哲知・舞	山田浜
あかま かい 赤間 凱	謙・愛	北 田
はせがわ れあ 長谷川蓮碧	智也・珠里奈	山田岡

(広報ならは7月号掲載以降にお生まれになられた方)

お盆休み前後の医療機関の診療予定

お盆休み前後(8月10日～8月17日)の町内の医療機関の診療予定をお知らせします。
なお、ふたば医療センター附属病院(救急科)は休まずに診療していますので、受診の際には病院へお問い合わせください(Tel0240-23-5090)。 ※7月下旬時点の予定です。詳細は各医療機関へお問い合わせください。

医療機関名	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	電話番号
蒲生歯科医院	○	×	×	×	×	×	×	○	0240-25-2061
JFAメディカルセンター	○	○	×	×	×	×	×	○	0240-25-1557
鈴木繁診療所	×	×	×	○	○	○(AM)	×	×	0240-23-7763
ときクリニック	○	×	×	×	×	×	○	○	0240-25-1222
ふたば復興診療所	○	×	×	×	○	○	○	○	0240-23-6500
ならは薬局	○	×	○(AM)	×	○	○	○	○	0240-23-7183

病院を探すとき…

ふくしま医療情報ネットでは、福島県内の医療機関情報を検索できるほか、こども救急電話相談や休日当番医電話案内サービスなども紹介されています。インターネットに接続して『ふくしま医療情報ネット』と検索してください。

受診するべきか迷ったとき…

急な病気やけがをしたときに、該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度に応じた必要な対応を提案してくれるオンラインサービスです。
もしもの時に備えて、あらかじめブックマークしておくと便利です。



全国版救急受診ガイド「Q助」 ONLINE QQ「こどもの救急」

盆送り供物の回収について

町では下記のとおり回収場所を設置し、家庭で使用した盆送りの供物をお預かりします。

- 期日／8月16日(水) 6:00～9:00
- 場所／檜葉町公民館前
- 供物／盆棚で使用した盆ゴザ(まこも)、お供えした野菜、生花など

※カン、ビン、ペットボトルなどの不燃物を取り除いて、持ち込むようにお願いします。
※お預りした供物は心をこめて取扱い、焼却処分させていただきます。ご了承ください。

●お問い合わせ先
くらし安全対策課 環境係
☎0240-23-6109



お墓参りの供え物は
お持ち帰りを

お盆の供え物を墓地に残されますと野生動物のエサとなり、墓地が荒らされます。また、ごみステーションは近隣住民の方が利用するものですので、墓地で出た供え物やごみは必ずご自宅に持ち帰って処分してください。

●お問い合わせ先
くらし安全対策課 環境係
☎0240-23-6109



相双文化発信センター遊戯交流会参加者募集



☆日時 毎週水曜日 14:00～17:00
(令和5年6月14日～令和6年2月7日)
☆場所 広野公民館 ☎0240-27-3244
(広野町中央台1丁目1番地)
☆お問い合わせ ☎080-5228-0940(松井)

麻雀・囲碁・将棋・オセロの遊戯を通して地域の方と交流しませんか？小学生以上居住地にかかわらずどなたでも参加できます！

無料!!

令和5年度 地域経済政策推進事業費補助金(被災12市町村における地域のつながり支援事業)

檜葉町女性の会(婦人会) 会員募集!!

みなさんで仲良く楽しく活動しましょう!

お問い合わせ先
檜葉町大字北岡字新田東14 ☎090-2886-8341
会長 松本 清恵



企業広告欄

広報ならは7月号掲載以降にお生まれになられた方

□ 水道水中における放射性物質のモニタリング結果

■採水場所：小山浄水場
■水源：木戸川(ダム放流水)
■採水年月日：令和5年6月1日～30日

ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
ND	ND	ND

※いずれの検体も、6月30日時点で放射性物質は不検出です。
※「ND」とは、一定の条件で測定機器が検出できる最小値(1Bq/kg)
未満であることを示しています。

■採水場所：北林配水池
■水源：寺下・中川原水源池(浅井戸・伏流水)
■採水年月日：令和5年6月1日～30日

ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
ND	ND	ND

測定機関：双葉地方水道企業団
分析装置：ゲルマニウム半導体検出器 / 検査頻度：毎日
測定方法：水道水等の放射能測定マニュアル(厚生労働省)

《参考》検査日現在の目標値 (単位：Bq/kg)			
	ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
食品衛生法の規定に基づく新たな基準による目標値	—	10	

※これまで暫定規制値が設定されていた放射性ヨウ素については、半減期が短く、
国に平成23年7月15日以降の検出報告がないことから、規制の対象から除外さ
れました。

檜葉町 令和5年度 双葉地方水道企業団 水道修理工番表 (令和5年8月～令和6年3月)

指定 給水工事業者名	令和5年					令和6年		
	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
草野建設㈱ 0240-25-3121	13日 17日～20日	11日～17日	9日～15日	6日～12日	4日～10日 30日	3日 22日～28日	19日～25日	18日～24日
㈱彩輝 0240-25-2585	1日～6日、14日 21日～27日	18日～24日	16日～22日	13日～19日	11日～17日 31日	4日～7日 29日～31日	1日～4日 26日～29日	1日～3日 25日～31日
(有)吉田設備 090-3982-3422	7日～11日、15日 28日～31日	1日～3日 25日～30日	1日 23日～29日	20日～26日	18日～24日	1日 8日～14日	5日～11日	4日～10日
(有)村井設備 0246-38-6855	12日、16日	4日～10日	2日～8日 30日、31日	1日～5日 27日～30日	1日～3日 25日～29日	2日 15日～21日	12日～18日	11日～17日

□ 檜葉町公共施設等モニタリング調査実施結果(7月実施分)

- 1 調査期間 令和5年7月4日(火)
2 測定器 NaIシンチレーションサーベイメータ(空間放射線量率測定用サーベイメータ)を使用
3 測定方法 地表面から高さ1m及び高さ1cmの空間線量率を測定(くらし安全対策課職員が実施)。
測定器を水平に保ち、約30秒ほど経過させて測定値が安定したことを確認し、10秒ごとに測定値を5回読み
取り、その平均値を記載(県指定測定方法に基づき実施)。

4 測定結果

測定箇所		測定値(μSv/h)	
		今月測定値	
		地上1.0m	地上1.0cm
下井出地区集会所	(駐車場)	0.11	0.12
しおかぜ荘	(玄関前)	0.10	0.10
天神岬スポーツ公園内	(オートキャンプ場)	0.09	0.09
天神岬スポーツ公園内	(芝生)	0.05	0.06
こども園	(園門)	0.13	0.12
北田地区集会所	(駐車場)	0.10	0.11
木戸川漁協	(玄関前)	0.09	0.09
前原地区集会所	(駐車場)	0.06	0.07
山田浜地区集会所	(駐車場)	0.09	0.08
山田岡地区集会所	(駐車場)	0.11	0.11
木戸駅	(入口前)	0.08	0.07

※全測定結果は、ホームページから閲覧することができます。

※6月、7月実施分について、最大の測定値となった箇所は下記の通りとなります。

▶地上1m：塩貝の大力ヤ(駐車場) 0.16μSv/h ▶地上1cm：塩貝の大力ヤ(駐車場) 0.19μSv/h

※平成29年5月調査より、測定箇所を概ね北部と南部に分けて2か月に1度の測定に変更しました。奇数月は南部の測定結果を掲載します。

※令和元年5月より大坂地区集会所の測定点を新しい集会所に変更しました。

※令和元年9月より前原地区集会所の測定点を新しい集会所に変更しました。

●お問い合わせ先／くらし安全対策課 放射線対策係 ☎0240-23-6109

□ 檜葉町内居住者集計表(令和5年6月30日現在)

【住民基本台帳人口】

世帯数	男	女	人口(外国人含む)
3,138	3,433	3,127	6,560

【町内居住者】

行政区	世帯数	人数
上井出	270	507
下井出	319	418
北田	385	788
大谷	134	248
松館	44	105
上繁岡	59	111
繁岡	86	143
下繁岡	82	181
波倉	22	40
営団	155	252
乙次郎	2	3
小計	1,558	2,796

行政区	世帯数	人数
上小埞	102	217
下小埞	235	553
山田岡	274	528
前原	56	107
山田浜	42	88
女平	14	27
大坂	12	26
小計	735	1,546
合計	2,293	4,342

【町内居住者年代別集計表】

	人数		人数
0～4歳	148	60～64歳	361
5～9歳	128	65～69歳	375
10～14歳	89	70～74歳	393
15～19歳	116	75～79歳	264
20～24歳	231	80～84歳	223
25～29歳	254	85～89歳	181
30～34歳	211	90～94歳	104
35～39歳	203	95～99歳	31
40～44歳	217	100～104歳	5
45～49歳	261	合計	4,342
50～54歳	252		
55～59歳	295		

檜葉町内居住者について

① 町内居住者数／当月末の町内に居住する者の数

② 町内居住率／当月末の住民基本台帳人口に対する町内居住者数の割合

$$\text{町内居住率(\%)} = \frac{\text{町内居住者数}}{\text{住民基本台帳人口(月末)}}$$

□ 町で実施した自家消費食品等の放射能簡易検査結果

令和5年6月の自家消費食品等放射能簡易測定所で実施した食品等の放射能検査結果です。

食 品 別	6月分	測定物(基準値超数／検体数)			
	検体数	最小値～最大値(Bq/kg)			
水 類	0				
山 菜 類	1	ハチク (0/1) 47.15			
果 実 類	6	ウメ(0/2) ND	ビワ (0/3) ND	プラム (0/1) ND	
野 菜 類	13	コマツナ(0/1) ND	キヌサヤエンドウ (0/1) ND	タマネギ (0/2) ND	ジャガイモ (0/5) ND
		ニンニク (0/1) ND	ナス (0/1) ND	ピーマン (0/1) ND	シソ (0/1) ND
鳥 獣	0				
そ の 他	1	柏の葉(0/1) ND			
合 計	21				

※区分は県の区分に従いました。**色字**は検査した食品のうち**国の基準を超えた検体数**です。

※国の基準(平成24年4月1日施行)は、一般食品で1キロ当たり100ベクレル、飲料水で10ベクレル、牛乳や乳児用食品は、50ベクレルです。

※依頼された検査品の最小値と最大値を記載しています。

※「ND」は「Not Detected」の略です。「不検出」の意味で、検出限界以下であることを示す場合に用います。

※従来の詳細な測定値の表は、ホームページで随時公開しています。

●お問い合わせ先／農林水産課 ☎0240-23-6104

□ 譲渡・売買が可能な町内産農産物

現在福島県では、放射能検査を行い安全な農産物が流通・消費される体制を整えています。

年度毎に町内において1品目あたり1検体以上、県の放射能検査を実施する必要があります。

下の表は、令和5年4月1日から7月11日までに県で行われた、検査結果です。

この表に、含まれない農産物の譲渡・売買はできません。(野生に自生する物も含まれます)

【譲渡・売買が可能な農作物】 (令和5年7月11日現在)									
野菜	赤しそ	アスパラガス	ウド	大葉	かぼちゃ	キャベツ	きゅうり	コールラビ	こまつな
	サントウサイ	ししとうがらし	シュンギク	ズッキーニ	スナップえんどう	そらめめ	チンゲンサイ	ツルムラサキ	とうもろこし
	なす	ニラ	ねぎ	葉大根	葉玉ねぎ	葉にんにく	ピーマン	ふぎ	ブロッコリー
根菜・芋類	ほうれんそう	みずな	ミョウナ						
	エシャロット	かぶ	ごぼう	大根	じゃがいも(バレイソ)	玉ねぎ	にんじん	にんにく	はつか大根
果実	あんず	うめ							

※栽培は肥培管理されているもので、山取り(野生)のをのぞきます。

上の表に含まれない農産物等を譲渡・売買したい場合は、まず農業普及所に問い合わせ、県の放射能検査を受けてください。

●お問い合わせ先／福島県双葉農業普及所 ☎0240-23-6474 農林水産課 ☎0240-23-6104



「ポニーリーグ」アジア太平洋地区 チャンピオンシップトーナメント開催!!



6月26〜30日、ポニーリーグ NARAHASTADIUM（ならは球場）で硬式野球「ポニーリーグ」のアジア太平洋地区チャンピオンシップトーナメントU14（14歳以下）、U18（18歳以下）が開催されました。U14には日本と中国、オーストラリア、フィリピン、香港、台湾から、U18には日本、台湾、フィリピンが出場し、激戦を繰り広げました。

日本の結果はU18が決勝戦で台湾と対決しおしくも準優勝、U14は優勝し世界大会への切符を手に入れました。

試合後は、言葉が通じなくても握手をしてお互いをたたえ合うなど、野球を通じた交流が行われました。



老岐焼酎で乾杯!!

東日本大震災の復興支援をきっかけに友好都市となった長崎県老岐市のイベント「老岐焼酎で乾杯inならは」が、CODOUで開催されました。

このイベントは、老岐焼酎のPRと消費拡大を目的として「老岐焼酎の日」として登録された7月1日の午後7時1分に一斉に乾杯を行うものです。

新型コロナウイルス感染症の影響で、檜葉町での開催は3年ぶりとなりました。

当日は復興支援に携わった老岐市の方が来町したほか、老岐市現地とその東京事務所とオンラインで中継を行い、参加者全員で乾杯し交流を深めました。



新たな特産品！

檜葉の干し芋

地元生産者の皆さんが丹精込めて
作ったさつまいもが干し芋になりました。
ねっとりした甘みが特徴的な紅はるかを
町内で長期熟成・加工、
食感もやわらかく仕上げました。
ギフトやお土産にもいかがでしょうか。



販売場所

- 道の駅ならは物産館
- 檜葉町サイクリングターミナル
- ブイチェーンネモト
- コラッセふくしま
- スーパーマート 草野店・四倉店

(令和5年7月21日時点)

8月
生まれ

1歳
おめでとう！

【10か月健診の際にお写真をお撮りします】



じんのこはる
陣野 心晴
ちゃん

檜葉町役場連絡先一覧

檜葉町役場

- | | |
|---------------------|------------------------|
| ●総務課 0240-23-6100 | ●土地改良区 0240-23-6137 |
| ●町民税務課 0240-23-6101 | ●産業創生課 0240-23-6105 |
| ●保健福祉課 0240-23-6102 | ●建設課 0240-23-6106 |
| ●政策企画課 0240-23-6103 | ●くらし安全対策課 0240-23-6109 |
| ●農林水産課 0240-23-6104 | ●出納室 0240-23-6131 |
| (農業委員会含む) | ●議会事務局 0240-23-6132 |

- | |
|----------------------|
| ●こども課 0240-23-5515 |
| ●生涯まなび課 0240-25-2492 |
| コミュニティセンター |
| 0240-25-4701 |
| ●あおぞらこども園 |
| (子育て支援センター) |
| 0240-26-0808 |

防災無線

防災無線の内容を電話で
確認できます。
0240-25-5805
0240-25-5806

〒979-0604 双葉郡檜葉町大字北田字鐘突堂5番地の6
TEL 0240-25-2111 FAX 0240-25-5564 E-mail:naraha@town.naraha.lg.jp
【土日祝日は日直対応 8:30~17:15】



檜葉町をちょっと
のぞいてみませんか？
檜葉町
公式SNS



ホームページ



Twitter



Facebook



Instagram



LINE



YouTube



あおぞらこども園
Instagram



笑顔とチャレンジがあふれるまちならは

広報ならは／毎月5日発行

発行／福島県双葉郡檜葉町

編集／政策企画課広報情報係
〒979-0604 福島県双葉郡檜葉町大字北田字鐘突堂5番地の6