

● こころ、つなぐ、ならは、明日へ!!

広 報

ならは

2018 APR 第579号

4

特集

働き方改革?!

いろいろな働き方

当初予算で紐解く平成30年度

サツマイモ・チャレンジ



●外国人労働者

ハク・ジアウル・モハメドさん

サイクリングターミナル レストラン岬：調理補助

以前は関東方面で働いていました。「どこで働いても日本人は優しい」と流ちょうな日本語で。

バングラデシュから来ました。関東で働いていましたが、友人から「景色を見るだけでも」と誘われて、初めて檜葉に来たのは2年半前です。来てみたら、すっかり檜葉の自然に魅せられてしまい、ここで働くことにしました。特に、木戸ダム渓谷や、海と山とのコラボが素晴らしいです。

檜葉には学生のボランティアが遠くから来て、応援しています。彼らのように、私も檜葉の役に立ちたいと思いますし、知り合いがたくさん増えて、離れがたい土地になってしまいました。

家族と一緒にだったら自分ももっと頑張れるし、檜葉の大自然の中、子どもたちを育てたいと思い、現在、妻と子どもたちは日本で暮らせるよう手続き中です。

●パートタイマー

菜花幸子さん

(株)ネモト：レジ、品出し

仕事もプライベートも大切。休日にはお孫さんの世話をしたり、家事を念入りに。

週に3、4日、6～8時間勤務しています。お店では楽しく働いています。あいさつをして、短い会話を交わして、お客様が楽しそうに笑って帰られる時がいちばんうれしいですね。

私は今、孫の喜ぶ顔を見ることが何よりも幸せです。私は、子どもや孫の役に立っていたいので、必要とされた時に、孫の世話をすることができ、ある程度、融通のきく働き方が理想です。

経済的な面でも、老後のためのゆとりは必要だと思いますし、働いたお金で孫に何か買ってやることも大きな喜びです。

大切にしたい私生活、社会とのかかわり、家計への経済的ゆとり。今の働き方は、これらのバランスが丁度よくとれていて、働くことも楽しんでいます。



働き方改革?! いろいろな働き方

労働力の主力となる生産年齢人口(15～64歳)が減少していることを背景に、近年、国では「働き方改革」を推進しようとしています。

長時間労働や非正規・正社員の格差、高齢者の就労など、「働く」にまつわる様々な問題が話題になっています。

町内で見つけた、いろいろな働き方を紹介します。

●フランチャイズ店 代表

遠藤知行さん

おそうじ本舗檜葉町店：清掃業

「高齢者の役に立ち、若い人が働ける場所を檜葉につくりたい」という思いから起業を決断。

平成28年12月にスタートし、今2年目です。起業することは勇気のいることですが、帰町される方の役に立てる業種を考え、清掃業を始めました。家や家まわり、頼まれれば墓掃除もやっています(笑)。

私は、やり始めると途中で止まることができない性格です。自分自身が「これでよし」と思うまでやります。見えないところまで掃除して、窓は枠から外して洗わないと気がすみません。仕上がりはだれにも負けたくないのです。

この仕事の一番うれしい時は、お客様が「きれいになった」と驚いて喜んでくださる時です。ようやく少しずつ信用をいただいているところなので、今はわき目を振らず、仕事に全力投球です。



●専業主婦

松本佳澄さん

夫を支える妻 子を育てる母

末のお子さんが今月から幼稚園に通いはじめました。「少し淋しく感じるけれど応援したい」

2年ほど働いたことはありますが、結婚を機に家庭に入りました。家のことは私に任せてもらって、主人が仕事に集中できる環境をつくりたいと思っています。

私にとって、7歳、5歳、3歳の子どもたちと過ごす時間はかけがえのないものです。一人一人性格の違う子どもたちに、それぞれちゃんと向き合うことが私の大切な仕事です。いつも子どもといっしょなので大変なこともありますが、いちばん長くそばにいたので、その成長に真っ先に気づくことができるのは幸せなことです。

専業主婦の私からみると、外で働いているお母さんたちはすごいなあと思いますが、私も、子どもたちと正面から向き合っている今の生活にとっても満足しています。

●地方公務員

磐城 恭

檜葉町役場総務課長

妥協のない仕事ぶりと誠実な人柄で、職員からの信頼が厚い総務課長。職員のまとめ役。

昭和60年に採用されましたので、数えてみると今年で34年目ということになります。

私が役場職員として常に意識してきたことは、住民の皆さんの「目」です。役場職員は、住民の皆さんから「どう見えているか」ということを、職場だけでなく、プライベートでも意識せざるを得ない職業だと思います。

また、私たちは公務員であると同時に、一住民でもあります。最も身近な公務員として、そして、同じ住民同士として、まずは住民の皆さんの話に耳を傾けることがいちばん大切だと考えています。

役場の職員である限り、気軽に声をかけやすく、困ったことや分からないことがあった時に頼っていただけるような存在でありたいと心がけています。

取材した7人は、ご自分のライフスタイルに合わせた働き方をされ、充足感をもって生活していました。働くことは経済的な対価をもたらすだけでなく、社会の中で担うべき役割を与えてくれます。

7人の皆さんは自分の仕事に責任をもち、それを全うするための努力や工夫を重ねることによって充足感を感じていました。

どのように働きたいのか、自らが望む働き方をすることによって自分の生活が豊かになり、また、労働力不足という大きな社会問題の解消にもつながるかもしれません。

●畳職人

遠藤正二さん

遠藤畳店経営者

い草の香りがする作業場は、一年中窓が開いて冷房も暖房ありません。「動いていると寒さ暑さを感じない」

畳はほぼオーダーメイドと言ってよく、どんな畳も角が肝心。必ず現場に行って寸法を測って、一枚一枚違う畳をつくるんです。

畳屋は自分で四代目。今と違って自分の考えだけで職業を決める時代でもなかったし、家業を継ぐことに特に抵抗はなかったように記憶しています。高校を出た後、基礎は埼玉の訓練校で習ったけど、現場の仕事を教えてくれたのは親父。親父の仕事はていねいでした。

誤魔化さずていねいな仕事をすれば、それが信用につながって、また仕事をもらえる。それが職人。

職人の仕事は誤魔化しが利かないし、お金を頂戴して請け負うんだから、中途半端なことは絶対できない。ていねいに仕事するのが当たり前。ただ、自分が納得する畳をつくるだけ。

●小学校教員

鈴木孝彦さん

檜葉町立檜葉南小学校長

定年退職を迎えられた先生は、先日、元教え子たちに還暦を祝ってもらったそうです。お疲れ様でした。

教員になるのは中学時代からの私の夢でした。自分自身が子どものような人間で、子どもの前では本当の自分でいられると思いました。

子どもたちは常に私の先生であり、自分も子どもたちによって育てられました。

一人一人に向き合って、それぞれの興味を引き出し、「やりたい」と自ら感じさせることが、教師の使命だと思っています。できた時の喜びを味わえるよう手助けし、厳しさと温かさ、そして優しさのバランスをとって導くことを目標にしてきました。

教師は、子どもに大きな影響を与える重要な職業です。38年間の教員生活はあっという間でしたが、檜葉の子どもたちは素直で明るく、ここで教員生活を終えられて幸せに思います。

4月 ●4月8日(日) 大瀧神社浜下り 〈南地区〉 ●4月22日(日) 双葉郡内町村春季連合検閲式 〈富岡町総合運動場〉 ●4月24日(火)～26日(木) 榎葉中学校修学旅行 〈東京方面〉	5月 ●5月19日(土) 榎葉南北小学校運動会 〈榎葉中学校〉 ●5月20日(日) 狂犬病予防接種 〈役場庁舎前〉	6月 ●6月1日(金) 人権相談 〈榎葉町コミュニティセンター〉 ●6月3日(日) クリーンアップ、花植え 〈町内〉
7月 ●7月中下旬 サマーフェスティバル 〈町内〉 ●7月28日(土)～29日(日) Jヴィレッジオープニングイベント 〈Jヴィレッジ〉	8月 ●8月5日(日) 第3回福島第一廃炉国際フォーラム 〈榎葉町コミュニティセンター〉 ●8月7日(火) 夏期巡回ラジオ体操 〈榎葉まなび館〉 ●8月12日(日) 盆楽祭 〈町内〉 ●8月15日(水) 盆野球大会 〈榎葉町総合グラウンド〉	
9月 ●9月3日(月)～9日(日) 総合健診 〈榎葉まなび館〉 ●9月29日(土) あおぞらこども園運動会 〈あおぞらこども園〉 ●9月下旬 町政懇談会 〈榎葉町コミュニティセンター〉	10月 ●10月上旬 クリーンアップ、花植え 〈町内〉 ●10月13日(土) 榎葉南北小学校学習発表会 〈榎葉中学校〉 ●10月中旬 榎葉町消防団秋季検閲式 〈榎葉町総合グラウンド〉	●10月20日(土) 秋空散策あるこう会 〈町内〉 ●10月27日(土) 榎葉中学校ゆずり葉祭 〈榎葉中学校〉
11月 ●11月頃運行予定 榎葉町民号 〈会津方面〉	12月 ●12月1日(土) あおぞらこども園 生活発表会 〈あおぞらこども園〉 ●12月5日(水) 人権相談〈榎葉町コミュニティセンター〉 ●12月中旬 ウィンターイルミネーション 〈天神岬スポーツ公園〉	1月 ●1月13日(日) 成人式 〈榎葉町コミュニティセンター〉

現時点での予定です。変更の場合もありますのでご了承ください。

今年の肝煎り予算

住む人の笑顔あふれる「新生ならは」へ

本町は本格復興期を迎えており、単なる復旧にとどまらない「新生ならは」を創造しようと前進しています。限られた財源ではありますが、町民の笑顔があふれる「新生ならは」の実現に向け、町の“肝煎り”の政策として次の事業を行っていきます。

町民号 運行事業

15,792千円

震災によって全国から多くの支援をいただきましたが、とりわけ会津美里町には一方ならぬお世話になりました。多くの方にとってなつかしい思い出のある会津地区を中心に、感謝の思いを込め、2年ぶりの町民号を実施します。
(担当課：総務課)

結婚新生活 支援事業

3,600千円

定住促進事業の一つとして、結婚に伴う引っ越しなど、新生活スタートにかかる経済的負担を軽減するために、新婚世帯1組あたり最大30万円の補助事業を実施します。
(担当課：復興推進課)

ロボット教育 支援事業

4,499千円

モックアップ試験施設の建設や、福島イノベーションコースト構想の動きによって、双葉地方はロボット産業の集積地となりつつあります。そこで、小学校5、6年生の希望者を対象に、ロボット産業に関する学習を行います。
(担当課：教育総務課)

子育て世帯等 住宅取得 支援事業

20,000千円

町内で住宅取得を行う子育て世帯及び若年夫婦世帯の方に対して奨励金を交付します。
(担当課：建設課)

巣立ちの春。卒業おめでとう！

【中学校】
3月13日、震災後に新築された町内の中学校で、初めての卒業式が行われました。各地で卒業式を迎えた皆さんも、おめでとうございます。

震災当時、小学2年生だった今年の卒業生20人（男子10、女子10名）は、たくましく成長し、1年間だけ過ごした新しい学び舎を巣立ちました。
4月から始まる新たなステージで、また輝いてください。



【小学校】

南小学校4人、北小学校6人の計10人が3月23日、小学校を卒業しました。
卒業生は、3月初旬、20歳の自分に宛てて、将来の夢をつづったメッセージをタイムカプセルに収めました。天神岬スポーツ公園内のカプセルは、卒業生が成人式を迎えた時に開封されることになっています。
卒業後もその夢に向かって頑張ってください。



4年後に、またね！

小さな命の壮大な旅の出発にふさわしい青空の下、あおぞらこども園の園児18人と南、北小学校の小学生68人が、木戸川にサケの稚魚を放流しました。

初めて放流した子どもたちも多く、「元気に帰ってきてね」と声をかけながら、優しく丁寧に川に移していました。子どもたちの応援を受けた稚魚たちは、これから約7kmの旅に出て、4年後にふるさと木戸川に戻ってきます。
木戸川再興を悲願として闘い続けている漁協の皆さんも、大切に育てた稚魚をわが子の旅立ちのように見守りました。



やさしく、そーっとね

木戸川で採卵からふ化まで行った純血種の放流は、今年で3回目となり、今月中旬にかけて放流する稚魚の数は135万尾です。



祝ダブル100歳

3月5日は青木マツさん（山田浜）、15日には田處ウメ子さん（上井出）の100回目の誕生日でした。

青木さんの趣味は、施設に入所してから始めた書道で、施設の皆さんと楽しい「そう」です。一方、田處さんは14歳から弾いている琴を奏でることが楽しみで、好んで弾く曲は「さくらさくら」とのことです。

それぞれ違う趣味をもつお二人ですが、「身の回りのことは自分で、嫌い嫌いなく食べることが長生きの秘訣」と同じことを話されていました。100歳のお祝いが月に2度もあることは、町にとって大変名誉なうれしいことです。おめでとうございます。



3・11の祈り

3月11日、役場庁舎において東日本大震災津波犠牲者追悼式を行いました。津波の犠牲となられた13人の方のご遺族をはじめ、約50人が参列し、哀悼の意を表しました。また、午後2時46分、広報無線でサイレンが響くと、町内でも多くの方が足を止めて黙とうを捧げていました。

犠牲者の皆様のご冥福を心よりお祈りし、震災がもたらした被害を風化させることなく未来へと語り継いでいきます。



子ども議員、町政に切り込む

2月26日、震災後初めてとなる榎葉町子ども議会を開催しました。未来の榎葉町を担う小学6年生の児童が、榎葉で生活している中で感じた意見を率直に発表しました。

大人では気づかない小学生ならではの疑問や鋭い質問もあり、傍聴席に駆けつけた町議会議員の皆さんも頼もしそうに聞いていました。子ども議会でも出された意見は、実際の町政に反映させ、新しい町づくりを進めていきます。（詳しくは13・14ページをご覧ください。）



ありったけの愛in給食

あおぞらこども園では、3月9日、卒園応援のバイキング給食が行われました。子どもたちの大好きなメニューが山盛り用意され、何回もおかわりしていました。

中でも大きな歓声があがったのは、行事食恒例の「お楽しみデザート」。今年度最後となったデザートは、卒園児と担任教師の似顔絵ケーキで、給食の先生からのたくさんの愛情と応援の気持ちが届けられていました。

小学校に行っても、おいしい給食を食べて元気に過ごしてください。



町長出前講座、満員御礼！

高久第9応急仮設住宅自治会から申込みがあり、3月5日、町長出前講座を開催しました。仮設住宅を退去する時期が近づいていたこともあり、約30人の方が参加され、率直な質問や意見を伺うことができました。

何が疑問なのか、何に不便を感じているのか、直接お会いしてお話しすることによって、肌で感じる事ができます。広聴はまちづくりの基本です。出前講座をご希望の場合は政策広報室（0240-2316150）にご相談ください。





サツマイモ・チャレンジ

檜葉町では、原子力災害からの農業再生に向け、主力作物だった水稲栽培に加え、新たな作物にチャレンジします。

震災後の担い手不足が深刻な中、新たな作物へのチャレンジは、町の復興計画(第二次第二版)にも描かれており、今、檜葉に新しい農業が芽生えています。

営農再開の現状

○平成29年度において営農を再開している農家は、水稲21戸、畑作4戸、花き4戸、畜産3戸にとどまっています。

○高齢化や後継者不足、意欲の減退等を理由に、約64%の農家が営農を再開せず、農地を他に委託したいと考えています。(平成29年9月に実施した農家への意向調査)



サツマイモを始めよう

サツマイモを生産し、加工・販売までの流れをつくる

サツマイモの理由

- ① 比較的、手間がかからない
- ② 加工して、付加価値を高めた商品化が可能
- ③ 安定的な収入を得やすい

新しい農業の創出が必要

サツマイモ栽培の販路までの流れ



サツマイモの栽培スケジュール

時期	作業
2月下旬～3月上旬 (ほ場準備 (畑を耕す作業))	種芋の伏せ込み ※種芋をもみ殻などを入れた苗床に入れます。
3月上旬～5月上旬 肥料・農薬の散布など	育苗(芽出し) ※およそ10日～2週間で芽を出します。 ※種芋1つあたり約25～30本の苗を採ることができます。
5月上旬～6月上旬	定植(苗植え作業)
定植後～9月上旬	栽培管理(草刈りや防除作業など)
9月下旬～10月下旬	収穫・出荷

サツマイモ栽培、本格始動！

昨年10月、町は、被災地の営農再開支援に意欲的な菓子製造業の(株)白ハト食品工業(大阪府)と協定を結び、サツマイモの販路を確保しました。

今年度は、加工イモの全国シェア約8割を誇る※(株)白ハトファームの全面協力により、下繁岡・営団地区を中心に約12ヘクタールで大規模な農業が展開されます。

※(株)白ハト食品工業の関連会社



今後、産地化へ向けて大規模にサツマイモの事業を展開していきます。

檜葉町帰還農業者支援事業をご利用ください。

檜葉町内で再び営農を始めるために必要な、小型の農業用機械や小規模な農業用ハウスの導入費用を助成する町独自の補助事業です。この制度を利用し、農業を再開してみませんか。ぜひご相談ください。

1 補助対象者

檜葉町に農地を所有する農業者で町内において農業経営を再開する意思があり、年間農業従事日数が150日以上となることが確実となる農業者、農業者の組織する団体等です。

2 補助対象経費

- ① 農業用機械購入費(営農に必要な小型管理機、肥料散布機等)
- ② ビニールハウス購入費(小規模なビニールハウス、設置費や修繕費含む)
※補助対象の農業用機械とは、耕作をする田畑の中で作業する機械となります。
※草刈り機等は補助対象外となります。

3 補助率

農業用機械 総額50万円以内 事業費上限50万円の3/4以内
ビニールハウス 総額50万円以内 事業費上限50万円の3/4以内
(例: 農業用機械総額50万円以内+ビニールハウス総額50万円以内×補助率3/4=補助金75万円)

4 平成30年度 第1次申請期間

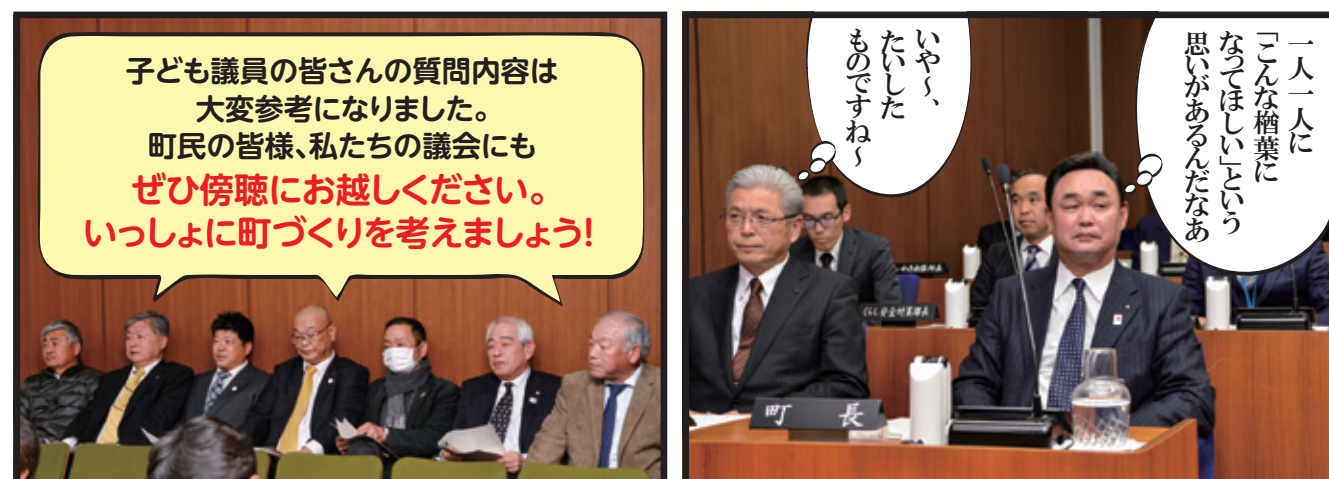
平成30年5月2日(水)まで ※本事業の申請期間は随時お知らせします。

5 その他

申請をお考えの際には、あらかじめ補助要件等の説明や営農再開等に係る意向確認をさせていただきますので、お手数をおかけしますが下記の窓口までお越し願います。

<お申込み・お問い合わせ先>

檜葉町産業振興課 ☎0240-23-6104



私たちにも応援させてー

おじいちゃん、おばあちゃんへの

保健師からのワンポイントアドバイス

赤ちゃんのママが、安心しておじいちゃんおばあちゃんに任せられるように、次のことに注意してあげてください。

- ・赤ちゃんに厚着をさせない。⇒ 暑くて、汗をかいて風邪をひきやすくなります。
- ・甘いお菓子や飲み物を、食事以外にだらだら食べさせない! ⇒ 肥満やむし歯の原因になります。また、食事をとらなくなります。
- ・パパやママが忙しい時は、赤ちゃんの子守りをさせていただくと助かります。

妊娠すると、檜葉オリジナルの親子健康手帳(母子手帳)が交付されます

妊婦健診や産後健診が無料です

妊娠中や出産後に、保健師がご家庭を訪問し、いろいろな相談にのります

産後のケアが必要なお母さんは、1日または1泊2日の産後ケアが受けられます

あおぞらこども園にある「子育て支援センター」では、無料で一時保育を行っています

お子さんのための遊びの教室やママのための教室を開催しています。子育てについての相談も!

医療費は18歳まで無料です。定期予防接種も無料です。



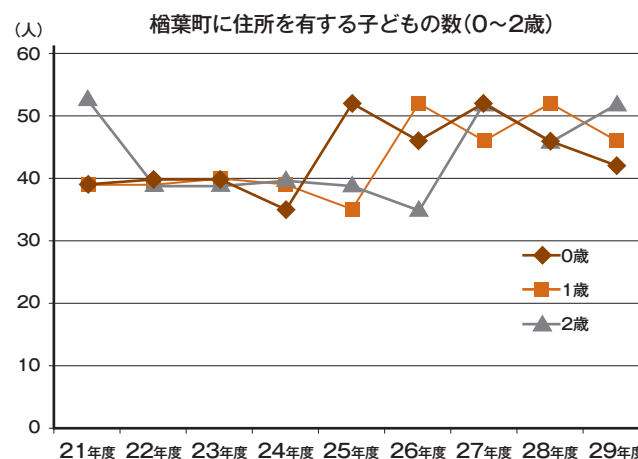
一檜葉の赤ちゃんイマドキ情報一

出生数

右のグラフは、近年の檜葉町における出生数を表したものです。毎年約50人の赤ちゃんが生まれています。

お名前

同じ字での同じお名前はあまりありませんが、音が同じお名前の赤ちゃんはいて、男の子は「そうすけ」、女の子では「あいな」「ゆめの」「さくら」が人気のようです。また、最近は「愛」「心」をつかった名前が目立っています。



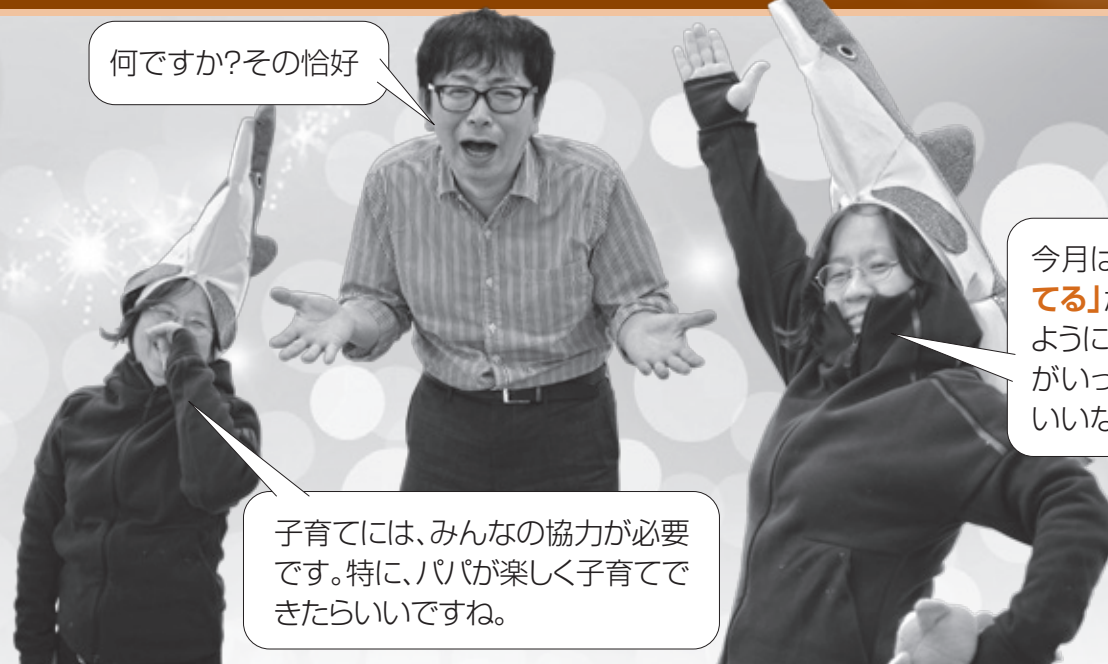
「ホットでホーっと納得できる、ほっとけない話題」をお送りしてきた「ホ・ホ・ホ保健室」は今回で最終回になりますが、役場はいつも気軽に立ち寄れる保健室でありたいと願っています。こんな私たちですが、これからも頼りにしてくださいね!

保健や衛生に関するご相談・お問い合わせ 住民福祉課 ☎0240-23-6102

玉ちゃんのホ・ホ・ホ保健室⑫

檜葉町は子どもを産み育てるお母さんを応援します。

何ですか?その恰好



子育てには、みんなの協力が必要です。特に、パパが楽しく子育てできたらいいですね。

今月は、「赤ちゃんを育てる」がテーマ。サケのように、檜葉に赤ちゃんがいっぱい生まれればいいなあと思って。

自称「サケ乙女」

ママよりパパで赤ちゃんの「うれしい」がいっぱい。

パパは、オムツが濡れると、すぐに交換してくれるんだあ。ボクのおしりはいつもサラサラ♪



パパの腕の中は、広くてあったかいなー。



パパの歯磨きは、優しくて気持ちいいの。



パパの読み聞かせ、とってもオモシロイ!



パパが作ってくれた離乳食、おいちいよ。



ボクの成長をいつも見守ってくれている。母子手帳には成長の記録がいっぱい。



何もない美しさ



梶原活司 前原行政区長

前原地区は、北に木戸川、東に太平洋と、豊かな水に恵まれ、遠くまで見たわたせる平地には美しい水田が広がっていました。東日本大震災の津波は、前原地区に多くの犠牲を生み、見慣れた景色は一変しました。

前原の景色

ご存じのように、前原は海が近く、夏もエアコン要らずの涼しい土地です。また、米がうまいことでも知られており、「檜葉一」と言う人もいました。木戸川に近いため、水田に河川土砂が流れ込んでいられしく、水はけが良いのです。

前原の場合、震災前とそっくり同じ姿に戻ったことはできなくなっていました。今後、農業の形態は変わったとしても、季節によって緑色や黄金色の田んぼが広がる前原の景色を、また見たいと

思います。
木戸川も同じです。

放流したサケの稚魚が帰って来るまでには4年かかりますから、単純に考えても震災の影響がなくなるのは、数年後になるでしょう。今年も稚魚が放流されましたが、前原の人は皆、強い思いで、サケの無事な旅路を祈っていると思います。

よりどころ

前原の田んぼの中に、こんもりと佇んでいた鎮守の森は清之神社です。タンタンペロペロの旅所であり、夏祭りもこ

の神社で行われていました。隣には地区集会所もあって、遠い昔から、清之神社は前原の「よりどころ」となってきました。

残念ながら、津波の被害により神社は解体されました。しかし、ここは前原地区に欠かすことのできない大切な場所です。一日も早く再建できるように関係各所に協力を仰いでいきたいと思っています。

もともと前原には、これと言った大きな施設はありません。何もないけれど、広々としたその風景はどこにも負けない、天下一品の美しさがある



地域の憩いの場、清之神社と前原地区集会所



復旧が進む前原の沿岸



卒園おめでとう!!

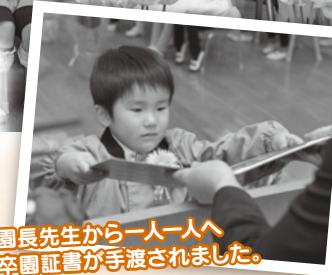
今年、こども園では8名の卒園児を送り出しました。この檜葉町の園舎での卒園式は8年ぶりとなりました。

今年、卒園する子どもたちは震災の年に生まれ、大変な時を乗り越えてきた子どもたちです。子どもたちだけでなく、お父さんお母さんのご苦労も相当なものだったと思います。

先の見えない不安な中でも、子どもたちの笑い声と笑顔、存在そのものが大きな希望となり、前を向く力となり、周りの大人たちを助けてきたのではないかと思います。

4月から1年生になる子どもたち。たくさんの希望と勇気を持って生まれてきた子どもたち。これからもみんなに希望を与えられる人になってほしいと願っています。頑張れ!! ずーっと応援してるよ!!

園長先生から一人一人へ
卒園証書が手渡されました。



みんなでお見送り。
「元気で頑張っね」先生たちから。
そして小さいクラスのお友達からも。



クラブ会員 随時募集中です

ならはスポーツクラブは平成30年度の会員を募集しています。興味のある方は事務局へお問い合わせください。

三王山頂上にて
(2月22日常陸大宮市)



新規教室 【ソフトバレーボール教室】 が始まります!

日中ちょっと時間が空いた時や、勤めが終わって「一汗かきたいな」と思った時、体育館に来て、ソフトバレーボールや簡単なニュースポーツで体を動かしませんか。

- 開講曜日／毎月第2・第4火曜日(第1回目 5月8日)
- 時 間／10時～12時、19時～21時
- 場 所／榎葉まなび館体育館
- 申 込／会員であれば、事前の申し込みは不要です。

【ウォーキング教室】

江戸時代に整備され、今もその面影が残る会津西街道。大内宿を終着に、いにしえに思いを馳せながら歩きましょう。

- 期 日／5月24日(木)
- 場 所／会津西街道(大内宿を含む)
- 定 員／27名(定員となりしだい締め切ります。)
- 参加費／3,000円
(昼食を取る場合は別途実費となります。)
- 申 込／4月27日(金)9時から

*「フラワーアレンジメント教室」に参加希望の方は、事前に事務局へお知らせください。

お問い合わせ・お申込み先●ならはスポーツクラブ(榎葉まなび館内) ☎0240-26-0076

Information

ならは スポーツクラブ

太極拳いわき会場最終日
(3月2日第九仮設集会所)



【軽登山教室】

雪を頂いた飯豊連峰を望み、春の花も一斉に咲きそろう会津の山に登りましょう。

- 期 日／5月12日(土)
- 場 所／黒森山(喜多方市)917m
- 定 員／27名(定員となりしだい締め切ります。)
- 参加費／3,000円
- 申 込／4月16日(月)9時から

グラウンドゴルフ交流会 開催します!



- 日 時／5月22日(火)午前9時集合
- 場 所／榎葉まなび館グラウンド
- 参 加 費／500円
- 申込期間／4月17日(火)～5月10日(木)
(土・日・祝日除く)



第68回

こちら「ヴァイレッジ フィットネスジム」です。



皆さんこんにちは! 4月に入り、新年度となりました!

さまざまな環境の変化が起きる時期ですが、体調などにお変わりはないでしょうか?

前々回で紹介した「肩」のインナーマッスルに引き続き、今回は「肩まわり」のストレッチを紹介していきます!

肩は痛みが出やすい部位です。継続してストレッチを行いましょう!

「肩まわり」のストレッチ編

○アウターマッスル(三角筋)

〈方法〉

- ①腕を前に伸ばし、肘を曲げずに腕を胸に近づけます。
 - ②反対の腕で伸ばしている側の肘を包み込むように持ち、そのまま胸へと引き寄せていきます。(写真①)
- ※余裕がある方は伸ばしている側の親指を内側にぐっと回してみましよう。(写真②)
- 【ポイント】伸ばしている側の腕を高く上げすぎると、「首」に力が入ってしまうので腕の位置を高く上げすぎないようにしましょう



○インナーマッスル①(棘下筋/小円筋)



〈方法〉

- ①ストレッチする側を下にして横向きに寝たら、肩の位置で肘を90°に曲げて、手首を持ちます。(写真③)
 - ②手のひらを床に近づけるように押し、肘が離れないように押したら、その位置でキープします。(写真④)
- 【ポイント】痛みが出ないようにゆっくりと動かすようにしましょう!
反動をつけたり、勢いよく行ってしまうと痛みが出ることがあります。

○インナーマッスル②(肩甲下筋)



〈方法〉

- ①肘を90°に曲げて、机の上に肘をのせます。(写真⑤)
 - ②手首を持ち、手のひらを外側に押し出すようにし、体が横に倒れる手前で押すのをやめ、その位置でキープします。
- 【ポイント】肘の位置が動かないように、ゆっくりと行いましょう!
また、動かしているときに体も外側に倒れてしまうと、ストレッチの効果が弱まるので、体を倒さずに無理のない範囲で腕を押しましょう。(写真⑥)

インナーマッスルにはさまざまな筋があります。
インナーマッスル①と②はいろいろな方向に動かして、柔軟性を高めていきましょう!

リフレッシュヨガ教室開催

日常の忙しさから離れて心とカラダをリフレッシュしませんか?
体が硬い方や体力に自信のない方でも、無理なくご参加いただけます。

- 次回開催／4月25日(水)10:00～11:10(受付9:30～)
- 場所／いわき市芸術交流館アリオス 本館5階大リハーサル室
- 料金／¥1,500 ●持ち物／動きやすい服装、飲み物、タオル
- お申込み・お問合せ／080-4516-3050(会社携帯)



J-Villageフィットネスジム
トレーナー
遠藤 健一
(えんどう けんいち)
●得意料理: オムライス
(結構、料理は作れます!)

町で実施した自家消費食品等の放射能簡易検査結果

2月1日から2月28日までに農林水産物処理加工施設で実施した食品等の放射能検査結果の集計となります。

食品分類(基準値)	7検体中、基準値超件数 3 食品名(基準値超件数 ／検体数)最小値～最大値 (Bq/kg)				
山菜(100) (1/1)	ふきのとう (1/1) 127.69				
水類(10) (0/1)	井戸水 (0/1) ND				
その他(100) (2/5)	猪肉 (2/2) 264.70～297.30	柚子 (0/1) 38.10	はちみつ (0/2) 4.20～4.27		

※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きます。

お問い合わせ先： 産業振興課 ☎0240-23-6104 自家消費食品等簡易測定所 ☎0240-23-6557

檜葉町公共施設等モニタリング調査実施結果(3月実施分)

- 1 調査期間

平成30年3月2日(金)
- 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(測定は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、その平均値を記載する(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)	
		地上1.0m	地上1.0cm
		今月測定値	今月測定値
上井出地区集会所	(駐車場)	0.10	0.12
竜田駅	(入口前)	0.10	0.10
下井出地区集会所	(駐車場)	0.14	0.14
しおかぜ荘	(玄関前)	0.12	0.13
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)	0.06	0.06
こども園	(園 門)	0.16	0.18
北田地区集会所	(駐車場)	0.11	0.11
木戸川漁協	(玄関前)	0.10	0.09
前原地区集会所	(駐車場)	0.10	0.11
山田浜地区集会所	(駐車場)	0.10	0.12
山田岡地区集会所	(駐車場)	0.10	0.12

※全測定結果は、ホームページから閲覧することが出来ます。
※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度の測定に変更いたしました。
3月は南部の測定結果を掲載いたします。

お問い合わせ先：くらし安全対策課 放射線対策係 ☎0240-23-6109

檜葉町仮設焼却施設における廃棄物処理状況(環境省からのお知らせ)

1 廃棄物処理状況 【平成30年2月末時点】

(1) 仮設焼却施設処理

総処理量	58,031t
------	---------

※総処理量には、埋却牛442頭を含む。

(2) 除染仮置場からの搬出状況

仮置場	運搬量(袋)	搬出工程(予定)	搬出状況
大谷(山根)	12,198	H29.12～H30.2	終 了
旭ヶ丘(所布)	2,151	H30.2 ～H30.6	運搬中
上井出	4,434	H30.2 ～H30.5	運搬中

2 各種モニタリング結果について

(1) 焼却灰

	放射性物質濃度(Bq/kg)	総発生量
主 灰	1,800～71,000※1	約8,601t
飛 灰	6,600～83,000※1	約3,108t

(2) 放射性物質濃度測定結果

モニタリング項目		測定日	測定結果	単位
排ガス	¹³⁴ Cs	2月6日	ND(0.7)※2	Bq/m ³
	¹³⁷ Cs		ND(0.7)※2	Bq/m ³
地下水 (下流)	¹³⁴ Cs	2月18日	ND(1.1)※2	Bq/L
	¹³⁷ Cs		ND(1.2)※2	Bq/L

(c) 空間線量率測定結果

(3) 空間線量率測定結果		仮設焼却施設入口	仮設焼却施設管理棟前	仮設灰保管施設東側	単位	※1：放射性物質濃度は焼却開始からの累計です。 ※2：NDとは検出下限値()内の数値]未満を意味します。
施設稼働前(H28.10.1～10.22)		0.130～0.139	0.132～0.153	0.175～0.183	μSv/h	
施設稼働後(H30.2.1～2.28)		0.110～0.122	0.133～0.147	0.175～0.183	μSv/h	

お問い合わせ先：環境省 福島地方環境事務所 減容化施設整備課 ☎024-563-6954

除染廃棄物仮置場管理状況

【平成30年2月28日まで】

No.	仮置場名	空間線量 1m ※1 (μSv/h)	除去物内部 温度測定 (℃)		通常巡回 異常時巡回 地下水測定 浸出水測定 ガス濃度測定 について	廃棄物内訳							
			平均値	最大値		個数(個)				放射能濃度			
						0 Bq/kg から 0.8万Bq/kg	0.8万Bq/kg から 10万Bq/kg	10万Bq/kg から 50万Bq/kg	小計	最大		平均	
										(Bq/kg)	(μSv/h)	(Bq/kg)	(μSv/h)
①	波倉	0.13	—	—	異常なし	30,037	4,280	20	34,339	320,000	74.0	5,200	1.22
②	営団	—	—	—	—	5,935	3,324	16	9,278	180,000	42.0	8,800	2.04
③	下繁岡	0.11	—	—	異常なし	2,512	281	2	2,796	120,000	27.5	3,800	0.87
④	繁岡	0.15	—	—	異常なし	2,135	7,188	19	9,342	280,000	65.0	12,000	2.72
⑤	上繁岡	0.14	—	—	浸出水3.0Bq/L計測	12,773	13,819	41	26,633	140,000	31.9	10,800	2.68
⑥	松館・旭ヶ丘(滝前)	0.13	10.0	13.5	異常なし	11,918	10,085	2	22,009	130,000	29.8	8,400	1.92
⑦	松館・旭ヶ丘(所布)	0.13	14.3	30.3	異常なし								
⑧	女平(1)	0.15	7.9	21.0	異常なし	7,316	6,333	20	13,669	180,000	41.0	8,300	1.90
⑨	女平(2)(中平水無)	0.15	7.8	10.6	異常なし								
⑩	下小塙(日暮国有林)	0.11	※2	※2	異常なし	4,366	438	4	4,808	130,000	30.0	4,100	0.95
⑪	下小塙(清水)	—	—	—	—	0	0	0	0	0	0.0	0	0.00
⑫	上小塙(大師作)	0.08	—	—	異常なし	10,268	589	1	10,859	110,000	24.7	3,000	0.71
⑬	大谷(山根)	0.12	10.4	15.1	異常なし	9,303	2,835	10	12,148	180,000	40.2	6,900	1.59
⑭	大谷(山岸・仲田)	0.09	—	—	異常なし	92	5	0	97	10,000	2.1	2,900	0.66
⑮	上井出	0.13	6.6	12.2	浸出水1.2Bq/L計測	31,428	4,665	4	36,097	110,000	25.5	4,800	1.13
⑯	下井出	0.08	9.0	15.8	浸出水2.1Bq/L計測	47,131	1,285	2	48,418	150,000	34.0	2,500	0.58
⑰	前原(海法地付念田)	0.08	—	—	異常なし	70,268	359	2	70,629	160,000	11.1	1,600	0.40
⑱	山田岡	0.10	9.3	16.5	異常なし	38,788	1,327	12	40,127	370,000	84.0	3,000	0.70
⑲	山田浜	0.08	—	—	異常なし	28,264	373	12	28,649	430,000	99.0	1,800	0.42
⑳	北田(金堂地)	0.08	※2	※2	異常なし	15,231	195	0	15,426	100,000	22.2	1,900	0.44
㉑	北田(大道下)	0.11	—	—	異常なし	14,196	383	1	14,580	110,000	24.8	3,100	0.72
㉒	大坂	0.13	—	—	異常なし	694	242	1	937	120,000	26.5	7,200	1.29
㉓	乙次郎	0.14	—	—	異常なし	0	0	0	0	0	0.0	0	0.00
計						342,655	58,006	169	400,841	430,000	99.0	4,500	1.04
比率						85%	14%	1%未満	100%				

※1:1mの高さで仮置場入口付近空間線量率を測定
※2:⑩、㉑については可燃物がないため温度計未設置

※1：1mの高さで仮置場入口付近空間線量率を測定
※2：⑩、㉑については可燃物がないため温度計未設置
注1：除染廃棄物放射能濃度は除染廃棄物を保管するフレコンの表面1cmの空間線量率からガイドラインに沿って換算。
注2：廃棄物ガイドラインにより0.7 μSv/h→3千Bq/kg、1.8 μSv/h→8千Bq/kg、6.9 μSv/h→3万Bq/kg、23 μSv/h→10万Bq/kg
57 μSv/h→25万Bq/kg、115 μSv/h→50万Bq/kgにそれぞれ換算。
注3：10万Bq/kgを超える廃棄物は、道路除染等に使用した水から放射性物質を除去・濃縮した廃棄物と考えられる。

お問い合わせ先：環境省福島地方環境事務所 浜通り南支所 ☎0240-25-8993

日	月	火	水	木	金	土
1  ペット・ブラ 可燃	2	3	4 元氣アップ教室 (サロン「ふらっと」) 13:00～15:00 合気道教室 (武道館) 18:00～20:00	5 ピン 可燃	6 小・中学校入学式 可燃	7 あおぞらこども園 入園式
8 大瀧神社浜下り  10:00 例大祭 (木戸八幡神社) 10:30 神輿行列出発 11:30 浦安の舞奉納 (榎葉まなび館)	9 しおかぜ荘休館日 スノリディックウォーキング (天神岬) 10:00～ ペット・ブラ 可燃	10 タブレット講習会・相談会 (仮設住宅等対策室) 10:00～12:00 13:30～15:30 気軽にちょこっと貯筋 (保健福祉会館) 10:00～11:30 ペット・ブラ 可燃	11 元氣アップ教室 (サロン「ふらっと」) 13:00～15:00 合気道教室 (武道館) 18:00～20:00	12 タブレット講習会・相談会 (保健福祉会館) 9:30～11:30 (役場1F 第1会議室) 13:30～15:30 ス太極拳教室 (榎葉まなび館) 13:30～15:00	13 スいいやんべ教室 (榎葉まなび館) 10:00～11:30 可燃	14 ス軽登山教室 (相馬市)
15	16 スノリディックウォーキング (天神岬) 10:00～ ペット・ブラ 可燃	17 気軽にちょこっと貯筋 (保健福祉会館) 10:00～11:30 スフラワーアレンジメント 教室 (榎葉まなび館) 10:00～11:30 ペット・ブラ 可燃	18 元氣アップ教室 (サロン「ふらっと」) 13:00～15:00 合気道教室 (武道館) 18:00～20:00	19 もろもろ塾: 木工細工(すのこ) (サロン「ふらっと」) 10:00～14:00 ス太極拳教室 (榎葉まなび館) 13:30～15:00 不燃・カン 可燃	20 スいいやんべ教室 (榎葉まなび館) 10:00～11:30 可燃	21
22 双葉郡内町村 春季連合検閲式 (富岡町総合運動場) 	23 スノリディックウォーキング (天神岬) 10:00～ ペット・ブラ 可燃	24 気軽にちょこっと貯筋 (保健福祉会館) 10:00～11:30 可燃	25 元氣アップ教室 (サロン「ふらっと」) 13:00～15:00 合気道教室 (武道館) 18:00～20:00	26 スウォーキング教室 (喜多方市) 可燃	27 可燃	28
29 昭和の日	30 振替休日 ペット・ブラ 可燃	5月1 軽自動車税納税期限 可燃	2 乳がん検診 (保健福祉会館) 要事前申込 ☎0240-23-6102	3	4 可燃	5

③:ならはスポーツクラブ事業

タブレット講習会・相談会

- 4月10日(火)【いわき】

10:00～12:00 講習会 仮設住宅等対策室
(旧いわき出張所)

13:30～15:30 相談会 仮設住宅等対策室
(旧いわき出張所)
- 4月12日(木)【榎葉】

9:30～11:30 講習会 保健福祉会館

13:30～15:30 相談会 役場第1会議室

サイクリングターミナル 臨時休館のお知らせ

天神岬スポーツ公園内施設
(サイクリングターミナル・しおかぜ荘・
レストラン岬・ウィンディーランド)は、定期点検のため、
下記のとおり臨時休館させていただきます。
今後ともご愛顧のほどお願い申し上げます。

休館期間 5月14日(月)～17日(木)の4日間

●お問い合わせ先
(一財)榎葉町振興公社 ☎0240-25-3113

榎葉町内居住者集計表(H30.2.28現在)

【住民基本台帳人口】

世帯数	男	女	人口(外国人含む)
2,933	3,579	3,529	7,108

【町内居住者】

行政区	世帯数	人数	行政区	世帯数	人数
上井出	172	323	上小埜	68	136
下井出	148	193	下小埜	114	238
北 田	202	381	山田岡	193	376
大 谷	70	144	前 原	25	53
松 館	27	53	山田浜	34	79
上繁岡	34	75	椴木下	0	0
旭ケ丘	1	1	女 平	13	24
繁 岡	52	80	大 坂	8	17
下繁岡	52	97	小 計	455	923
波 倉	10	17	合 計	1,272	2,390
営 団	48	92			
乙次郎	1	1	町内居住率	世帯	人
小 計	817	1,467		43.37%	33.62%

榎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を町内居住率とする。
- 町内居住率(%) = $\frac{\text{町内居住者数}}{\text{住民基本台帳人口(月末)}}$

【町内居住者年代別集計表】

	人数		人数
0～4歳	72	60～64歳	215
5～9歳	49	65～69歳	279
10～14歳	53	70～74歳	164
15～19歳	55	75～79歳	163
20～24歳	93	80～84歳	135
25～29歳	108	85～89歳	101
30～34歳	111	90～94歳	49
35～39歳	104	95～99歳	12
40～44歳	134	100～104歳	3
45～49歳	117	合 計	2,390
50～54歳	162		
55～59歳	211		

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:平成30年2月1日～28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、2月28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。

《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。

- 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:平成30年2月1日～28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)

浄水場を見学してみませんか?

双葉地方水道企業団では、水道水の安全・安心を再確認していただくことを目的に、浄水場の見学を随時受け付けています。
ご家族やお友達同士、学校・企業など、どのようなグループでもOKです!

見学のご相談・お申し込みは
双葉地方水道企業団 総務課総務係(☎0240-25-5315)まで

下水道施設のモニタリング検査結果

下水道施設へ流入する汚水や処理後の放流水、処理に伴い発生する脱水汚泥や施設付近の河川水について、月1回の検査を実施しております。

試料採水日	試料名	天気	検出器	Cs－134	Cs－137	Cs合計
2月6日	井出川河川水	晴	Ge半導体検出器	ND	ND	—
	北地区浄化センター流入水		Ge半導体検出器	ND	ND	—
	北地区浄化センター放流水		Ge半導体検出器	ND	ND	—
	山田川河川水		Ge半導体検出器	ND	ND	—
	南地区浄化センター流入水		Ge半導体検出器	ND	ND	—
	南地区浄化センター放流水		Ge半導体検出器	ND	ND	—

試料採取日	試料名	天気	検出器	Cs－134	Cs－137	Cs合計
2月5日	北地区浄化センター脱水汚泥	晴	Ge半導体検出器	21	160	181
	南地区浄化センター脱水汚泥		Ge半導体検出器	6.4	70	76.4

■お問い合わせ先：建設課 都市計画係 ☎0240-23-6106

コミセンの図書室は本の香りがします

おすすめの一冊を紹介します

『プロカウンセラーが教える 場面別 傾聴術レッスン』

心理学博士 古宮昇/監修(ナツメ社)



だれかの話に耳を傾けることが支援になることがあります。聴いてもらうことによって元気になったり、そこに交流が生まれることもあります。

本書には、家庭や仕事でも大いに役立つ傾聴術が、場面ごとに分かりやすく紹介されています。傾聴は、カウンセラーなどのプロの技術と思われがちですが、家庭や社会生活を送る上で欠かせない知恵でもあるのだと、実感させられる一冊です。



ぜひ図書室をご利用ください。
(図書館司書の坂本さん)

『サケが帰ってきた! 福島県木戸川漁協震災復興へのみちのり』

奥山文弥/著 木戸川漁業協同組合/監修(小学館)



図書室で、今もっとも読まれている本です!

東日本大震災で大きな被害を受けた木戸川漁協。震災復興のために立ち上がった漁協の鈴木謙太郎さんが主人公です。榎葉町のシンボル「鮭」を木戸川に呼び戻すため、たくさんの人に支えられて奮闘する鈴木さんの姿が、やさしい文章で綴られています。

全国学校図書館協議会の選定図書にもなっています。榎葉町に関わりのある方には、ぜひ読んでいただきたい一冊です。予約も受け付けています。

お問い合わせ先

榎葉町コミュニティセンター内
図書室

☎0240-25-4730

※月曜・祝日休館

町長 コラム MAYOR'S COLUMN Vol.5

感謝

7年前、会津美里町で何ごともなかったように咲き誇る桜を見て、「こんな時にも桜は咲いて、こんな時でもきれいなんだなあ」と感じたことを覚えています。

さて、仮設住宅等の供与期間終了に伴い、いわき出張所と会津美里出張所も閉じました。町民の皆様にはご不便をおかけすることもあろうかと思いますが、町が前へ進むための判断ですのでご理解いただきたいと考えています。

震災後、雪が残る会津美里町に1200人の町民が避難し、とりわけ会津美里町にはお世話になりました。どこに避難された方も、それぞれの土地で人の温かさを感じたのではないのでしょうか。

私は「感謝」という言葉が好きです。震災により榎葉町は各方面から物心両面にわたる支援をいただきました。仮設住宅や出張所の閉鎖に伴い、改めてすべての方に感謝の思いがこみ上げます。

榎葉でも桜が咲き始めました。桜を眺めながら、これまでお世話になった方のことをゆっくり思い返してみたいと思います。



榎葉町役場 連絡先一覧

榎葉町役場本庁舎

- 総務課 ●税務課 ●住民福祉課 ●復興推進課
- 政策広報室 ●産業振興課(農業委員会含む)
- 新産業創造室 ●建設課 ●くらし安全対策課
- 出納室 ●議会事務局

〒979-0696 双葉郡榎葉町大字北田字鐘突堂5-6
TEL 0240-25-2111 FAX 0240-25-5564
☎0120-562-171(フリーダイヤル)
E-mail: naraha@town.naraha.lg.jp
【土日祝日は直対応 8:30~17:15】

榎葉南小学校 (榎葉まなび館)

教育総務課は南小に!

- 教育総務課(体育協会含む)
- ならはスポーツクラブ

〒979-0514 双葉郡榎葉町大字下小塙字麦入31
TEL 0240-23-6190
FAX 0240-23-6192
E-mail: kyoiku-n@town.naraha.lg.jp

仮設住宅等対策室

〒970-8036 いわき市平谷川瀬1丁目1-1
TEL 0246-25-5561
FAX 0246-25-5564
E-mail: naraha@town.naraha.lg.jp
【土日祝日の直業務はありません】



ならはXアプリ



Android



iOS



榎葉町公式ブログ
ところ、つなぐ、ならは

<http://ameblo.jp/naraha7700/>



榎葉町
公式 Facebook

<https://www.facebook.com/kokoro.tsunagu.naraha>