

 ころ、つなぐ、ならは、明日へ!!

広 報

ならは

2021 OCT. 第621号

10

特集

正しく使って健康に
ならは薬局の役(薬!?)に立つ話

よりよい町づくりを目指して

●表紙PHOTO: 檜葉のお米、今年もおいしく実ってます!



ワンポイントアドバイス!

ご自身がいつも使用している市販薬や健康食品、サプリメントの情報をお薬手帳に記入しておく、薬剤師がお薬を出す際の参考になります。パッケージの成分表をそのまま貼り付けてもOK!

ケアマネージャー等の緊急連絡先を載せておく、万が一の際に役立ちます!

お薬手帳は、使用しているお薬の情報と過去のアレルギーや副作用の有無と合わせて記録していくもので、今までの「人生」が刻まれていると言っても過言ではありません。薬剤師はお薬手帳をもとに、一人一人に合った服薬指導を行うことができますので、ぜひご活用ください。

お薬手帳を上手に活用!



ならは薬局の皆さん

薬剤師を上手に活用!?

平成28年に「かかりつけ薬剤師」制度ができました。この制度では、患者さんが現在使用している処方薬や市販薬を把握し、お薬の飲み残しや重複、副作用を**1つの薬局**で継続的に管理します。かかりつ

け薬剤師の指導を受ける場合は費用がかかりますが、医師やケアマネージャーなど多職種と連携した専門的なサポートを受けられます。詳しくは、ならは薬局にお問い合わせください。

地域包括ケアシステムにおける薬局の役割

薬剤師法第1条に「公衆衛生の向上及び増進に寄与し、もって国民の健康な生活を確保する」と記されており、近年、薬剤師には地域に密着した活動が求められています。

ならは薬局でも、町の地域包括支援センターや多職種と連絡を密に取り、患者さんやご家族の服薬負担軽減のお手伝いをしています。具体的には、外来での服薬支援や在宅医療支援などです。お薬を通して、医療、介護、健康分野でサポートをさせていただきます。

ならは薬局

【営業時間】
月曜～金曜 8:30～17:30
土曜(第2・第4) 8:30～12:30
☎0240-23-7183



正しく使って健康に

ならは薬局の役(薬!?)に立つ話

10月17日～10月23日は「薬と健康の週間」です。医療品を正しく使用する大切さ、そのために薬剤師が果たす役割の大切さを知っていただき、皆様の保健衛生を維持向上させることを目的としています。今回は「ならは薬局」の薬剤師 飯塚織恵さんにお薬を使う上で役に立つお話を伺いました。



ならは薬局 薬剤師 飯塚織恵さん

飯塚さんは薬剤師として、ならは薬局での薬の調剤に加え、在宅訪問や健康相談の他、こども園・小学校・中学校で「学校薬剤師」として医薬品管理の指導や薬物乱用防止教室など、教育の分野でもご協力いただいています。



ならは薬局は開局から1年が経ち、利用される方も増え、薬剤の取扱いも充実しました。今では近隣の市町村の方にもご利用いただき、双葉郡内に欠かせない薬局となつています。薬局は皆さんのお薬に対する不安や疑問を解決できる場所です。ぜひ上手に「ならは薬局」を活用して、ご自身の健康に役立ててください。



積立金と町債の状況

基金とは、いわば町の貯金のことです。お金の使い道に応じて、町では現在30個以上の貯金箱（基金）を持っています。貯金箱の出し入れをしながら、計画的に家計をやり繰りしています。

一方で、町が事業を実施するために金融機関などから借りるお金のことを「町債（地方債）」と言います。令和2年度では、新型コロナウイルス感染症の影響で減収となった収入を補填するため、新たな起債を行いました。また、過去の事業に充てた町債は順調に返済しており、令和2年度末の残高は前年度より約1億2千万円の減額となりました。〈表2〉

〈表2〉 基金と町債

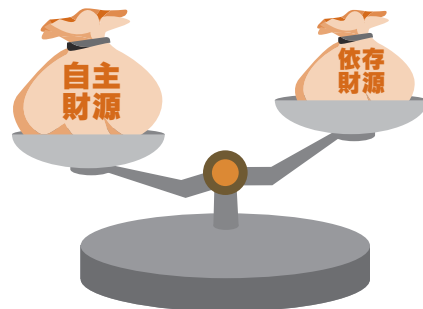
（単位：千円）

町の基金と町債		R2年度末	R1年度末	増減
基金（一般会計分）	財政調整準備基金	4,795,901	5,411,743	△ 615,842
	減 債 基 金	82,914	82,906	8
	その他の特定目的基金	13,029,317	10,055,984	2,973,333
	定 額 運 用 基 金	381,974	381,974	0
	合 計	18,290,106	15,932,607	2,357,499
地方債	一般会計地方債現在高	712,258	828,894	△ 116,636

町の財政状況分析

〈自主財源と依存財源〉

右の天秤をご覧ください。この天秤は現在の町の収入源を表しています。左側の「自主財源」とは、町が自主的に収入できる町税〈表3〉や使用料、手数料などのことです。この自主財源の割合は63.7%（前年度比17.5ポイントの増）となりました。一方右側の「依存財源」とは、使用用途がおおむね決められている国や県からの支出金、地方へ配分されている地方交付税などを表しています。檜葉町の天秤は、「自主財源」が基金の取崩し等により重くなっています。また、震災に伴って発生した復旧・復興事業が少しずつ収束に向かっていることにより、復興の為の補助交付金や交付税措置など、国や県に依存した財源は減少してきています。



次に、家計の安定性を見てみましょう。経常収支比率は79.7%（前年度比2.9ポイントの増）と前年度より弾力性が減少しており、公債費負担比率は借入れの返済が順調に行われておりますが、町税の減収等の影響により2.0%（前年度比0.2ポイントの増）となり、財政力指数は0.86（前年度比0.01ポイントの減）と、ここ数年は横ばいの傾向になりつつも、家計は良好な状態にあるといえます。〈P5の表4参照〉

また、財政の健全化を判断する指標は基準値を下回っており、現在のところ安定した状況を保っています。〈P5の表5参照〉

〈表3〉 町税の状況

（単位：千円）

区分	年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度
町 民 税		380,269	530,280	562,293	671,491	593,240
固 定 資 産 税		1,239,319	1,326,855	1,295,655	1,493,525	1,297,090
軽 自 動 車 税		17,604	18,017	19,177	20,046	21,502
町 た ば こ 税		52,413	45,140	54,407	64,368	66,720
特別土地保有税		—	—	—	—	—
入 湯 税		8,514	13,003	13,005	18,905	14,129
計		1,698,119	1,933,295	1,944,537	2,268,335	1,992,681



令和2年度財政公表

ならは家の家計簿

令和2年度の一般会計及び特別会計の決算が、9月に開かれた町議会定例会で承認されました。

決算は「家計簿」と同じで、町づくりの記録でもあります。昨年度、町が一般会計から支出した約152億円。どのように使われたのかをお知らせします。



一般会計決算の概要

令和2年度の決算額は、「会計別決算収支の状況」〈表1〉のとおりです。

会計=お財布と考えてください。現在、町では目的別に6つのお財布を持っています。町のお財布にはどこからどんなお金が入り、そして何に使われたのでしょうか。

〈表1〉 会計別決算収支の状況

（単位：千円）

会計	項目	歳入決算額 (A)	歳出決算額 (B)	形式収支 (A)-(B) (C)	翌年度に繰越 すべき財源 (D)	実質収支 (C)-(D) (E)
一 般 会 計		17,538,787	15,206,678	2,332,109	1,351,724	980,385
国民健康保険特別会計		1,411,707	1,279,429	132,278	—	132,278
下水道事業特別会計		529,403	525,012	4,391	1,848	2,543
住宅用地造成事業特別会計		59,978	50,809	9,169	—	9,169
介護保険特別会計		1,046,871	987,265	59,606	—	59,606
後期高齢者医療特別会計		35,005	34,704	301	—	301
計		20,621,751	18,083,897	2,537,854	1,353,572	1,184,282



《令和2年度に実施した主な事業》

事業名 甘藷等施設整備事業 〈決算額〉 832,483千円	事業名 特別定額給付金事業 〈決算額〉 681,465千円	事業名 産業再生エリア整備事業 〈決算額〉 366,113千円
事業名 竜田駅周辺整備事業 〈決算額〉 267,201千円	事業名 ほ場整備事業 〈決算額〉 255,851千円	事業名 波倉線道路改良事業 〈決算額〉 167,254千円



ゆず太郎が祝福！

8月21日、ゆず太郎が広野町のイメージキャラクター「ひろぼー」とキビタンの誕生日をお祝いしました。キビタンの誕生日は「福島県民の日」でもあります。お祝いした様子は福島県のYouTube動画で視聴できます。ぜひご覧ください。



農地パトロール出発！

9月21日、令和3年度農地パトロール出発式が行われました。農業委員会では農地が適正に管理されているか現地を確認し、必要に応じて所有者に助言等を行う活動を実施していますので、ご協力をお願いいたします。

ファイヤーボンズ町内で合宿

8月31日から9月4日まで、Bリーグ2部に所属する「福島ファイヤーボンズ」が町内で3年連続となる合宿を行いました。9月2日には、西田社長他2名が役場を訪れ、「B1昇格！」という今シーズンの意気込みを語ってくれました。

めざせ！リーグ優勝！がんばれ！
福島ファイヤーボンズ！



左から西田創社長、森山知広ヘッドコーチ、長谷川智伸選手

違反ごみをなくそう！

8月25日、檜葉町見守り協議会は違反ごみ防止のため、チラシを配布するなど啓発活動を実施しました。今後も協議会では定期的なこの活動に取り組んでまいります。マナーを守ったごみ出しにご協力をよろしくお願いいたします。



《財政指標でみる町の財政状況》

〈表4〉 普通会計決算に基づく財政指標

区分	年度	H28年度	H29年度	H30年度	R1年度	R2年度	指標の見かた
経常収支比率(%)		87.6	77.4	78.8	76.8	79.7	値が低いほど自由に使える資金が多い。
公債費負担比率(%)		2.0	1.5	2.1	1.8	2.0	値が高いほど公債費の割合が高く、財政を圧迫している。
財政力指数		0.81	0.84	0.85	0.87	0.86	「1」に近くあるいは「1」を超えるほど財源に余裕があるものとされる。

用語の解説

■経常収支比率

財政構造の弾力性を表す比率。人件費、扶助費、公債費等の経常経費に町税、地方譲与税、各種交付金等の経常一般財源がどの程度充当されたかを見る指標です。

■公債費負担比率

公債費充当一般財源(地方債の元利償還金等の公債費に充当された一般財源)が一般財源総額に対し、どの程度の割合になっているかを示す指標であり、財政構造の弾力性を判断するものです。

■財政力指数

財政力の強さを表す指標。標準的な行政活動を行う経費に標準的な状態で徴収が見込まれる町税等の収入でどれだけ対応できるかを見るものです。

〈表5〉 財政健全化を判断する指標

(単位:%)

区分	年度	R2年度	R1年度	国の基準	
				早期健全化基準	財政再生基準
実質公債費比率		0.5	1.5	25.0	35.0
実質赤字比率		—	—	15.0	20.0
連結実質赤字比率		—	—	20.0	30.0
将来負担比率		—	—	350.0	

※指標による数値については、全て国の基準を下回り健全な財政運営が堅持されていると言えます。

■実質公債費比率

総務省が平成17年度決算から導入した新しい財政指標で、自治体収入に対する借金返済額の比率を示すもの。従来の起債制限比率には反映されなかった、一般会計から特別会計への繰出金も含まれ、自治体の財政実態をより正確に把握できるものです。18%以上になると、新たに地方債を発行して借金をする際、財政運営の計画を立てて国や県の許可が必要となります。また、25%以上は単独事業の地方債が一部認められなくなり、起債制限団体となります。

■実質赤字比率

普通会計を対象とした実質的な赤字額の割合。檜葉町では黒字のため、0%以下となります。

■連結実質赤字比率

全会計(一般会計のほか、公営企業会計以外の特別会計を含む。)を対象とした実質赤字額の割合。檜葉町では一般会計から特別会計へ繰り入れを行っていること等により、全会計が黒字となることから、0%以下となります。

■将来負担比率

普通会計が将来負担すべき実質的な負債の割合。将来負担となるものには、地方債残高、特別会計や広域圏・企業団の起債の償還に充てる普通会計からの繰入金、退職手当支給予定額など。檜葉町では充当可能財源があるため、0%以下となります。

《町民1人及び1世帯当たりに換算すると?》

〈表6〉

使われたお金

(単位:千円)

負担した税金

現住人口(人):6,765
世帯数(世帯):3,056
令和3年3月31日現在

(単位:千円)

項目	内容	総額	1人当たり	1世帯当たり	項目	内容	総額	1人当たり	1世帯当たり
総務費	一般管理、徴税、戸籍経費など	7,069,548	1,045.0	2,313.3	町民税	個人・法人の所得にかかる税	593,240	87.7	194.1
民生費	社会福祉や生活扶助など	841,366	124.4	275.3	固定資産税	土地・家屋・償却資産にかかる税	1,297,090	191.7	424.4
衛生費	ゴミの処理・保健衛生・し尿処理など	273,434	40.4	89.5	軽自動車税	バイク・軽自動車などにかかる税	21,502	3.2	7.0
農林水産業費	農業・林業・産業振興など	2,000,332	295.7	654.6	町たばこ税	たばこの消費にかかる税	66,720	9.9	21.8
商工費	観光・工業・商業振興など	1,130,519	167.1	369.9	入湯税	温泉入浴利用にかかる税	14,129	2.1	4.6
土木費	道路・橋の管理など	2,324,385	343.6	760.6	税収総額		1,992,681	294.6	652.1
教育費	教育・文化・スポーツ施設の充実など	801,098	118.4	262.1					
災害復旧費	施設等の災害復旧など	324,772	48.0	106.3					
公債費	借入金の元金・利子の償還	142,467	21.1	46.6					
その他	議会費、労働費、消防費	298,757	44.2	97.8					
歳出総額		15,206,678	2,247.8	4,976.0					



チャレンジを続ける 稲葉の農業の今!

8月30日と9月3日に町内の営農状況を今後の施策に反映させるため、町長が農家訪問を行いました。

10戸の農家の皆様を訪問し、農業への熱い思いや課題についてお話を聞かせていただきました。今回お聞きした課題の解決に向けて、町の農業再生への取組を引き続き行いながら、農家の皆様が笑顔になれる町を目指して農業施策を行ってまいります。



町内の営農状況

水稲

町の基幹作物である水稲は、平成28年度に約20ヘクタールから営農が再開し、6年目となる令和3年度には約313ヘクタールまで再開面積が拡大されました。一方で、新型コロナウイルスの感染拡大に伴う飲食店の営業自粛の影響で、米の需要が大幅に減少し米価が下落しています。今後は、水稲の安定生産を続けるために関係機関とより一層連携しながら対策を検討していきます。

畑作

畑作の営農再開に向け、これまで、小規模の家庭菜園からの出荷販売につなげるために町独自の農業用機械やビニールハウスの補助事業を展開してきました。また、畑作の新たなチャレンジとして、平成29年度から甘藷の栽培を開始しました。5年目となる令和3年度には(株)福島しろはとファームに加え、町内生産農家33戸も栽培に取り組み、約42ヘクタールまで栽培面積が拡大。甘藷の輪が広がっています。一方で、長年優良堆肥等を施用していなかったため、地力の低下に伴う生育不良や、生産作物の新たな販路の開拓等が課題としてあげられました。まずは、作物の原点でもある土づくりに力を入れ、生産された作物が安定的に販売できるようサポートしていきます。更には6次化商品の開発を進め、食を通した健康づくりを推進していきます。

花き花木

震災以降、新たな作物としてハウスを整備し、トルコキキョウ等の花き栽培が始まりました。その後、農地を活用して露地栽培が可能で手間が少ないということで、ユーカリ等の花木栽培も始まりました。花き栽培は種類によって栽培方法が異なるため、栽培技術の習得が一番重要となります。現在、町内事業者や公共施設等へ町内で生産された花きを定期的にお配りし生産農家の支援を行っています。引き続き県農業普及所等と連携し、品質向上と栽培技術習得に向けた支援を行っています。

畜産

震災以前、町内では畜産農家43戸が450頭の牛を飼育していました。平成28年度から徐々に畜産が再開され、現在は畜産農家5戸が312頭の牛を飼育しています。畜産農家数は少ないものの1戸あたりの飼育頭数は震災以前より多く、徐々に震災以前の飼育頭数まで回復しつつあります。一方で、家畜市場価格が高騰しているため、家畜の導入費用の負担増や畜舎等の整備にも多くの費用が掛かることが課題としてあげられました。今後はこれらの課題を解消するとともに、優良堆肥を耕種農家へ還元する等の耕畜連携も進めていきます。

視察を終えて町長からのコメント

今回農業に従事されている10戸の皆様の農場・農地を視察させていただき、町の農業が着実に前進していることを実感しました。町では、今回いただいたお困り事やご要望をもとに、町で営農をされる皆様のチャレンジを後押ししながら、課題解決に向けて体制を整備してまいります。視察させていただいた皆様、ありがとうございました。



なお、今回訪問した皆様は『営農情報ならは』に掲載されていますので、ぜひご覧ください。

ギリシャ共和国から贈り物

ギリシャ共和国から、採火に参加した子どもたちに記念品が贈られました。町では、ギリシャ共和国にない、東京2020パラリンピックの採火を凹面鏡で行いました。町では今後もギリシャ共和国との交流を続けていきます。



アルゼンチン代表をオンラインで応援!

東京2020パラリンピックブラインドサッカーに出場したアルゼンチン代表の試合2試合(8月31日(予選)、9月5日(決勝戦))で、アルゼンチン共和国・広野町・稲葉町共同のオンライン応援を開催しました。両日とも100名を超える大応援団となり、画面越しにアルゼンチン代表へ大きなエールを送りました。

決勝戦でアルゼンチンは、強豪ブラジルを相手に接戦を繰り広げましたが惜敗。銀メダルを獲得しました。大会を通じ、選手の皆さんは最高のプレーを見せてくれました!

Gracias Argentina! (ありがとうアルゼンチンの皆さん!)



災害の記録を後世へ

町では災害記録誌第1編・第2編に続き、第3編を発行しました。第3編では平成27年9月の避難指示解除から令和3年3月までの出来事を掲載しています。10月中旬にダイジェスト版の全戸配付をいたしますので、ご覧ください。

力を合わせて快走

9月1日、総合グラウンドで福島県中学駅伝相双地区予選会が開催されました。稲葉中学校は、男子は富岡第一・第二中学校と、女子は向陽中学校と合同で出場し、小雨降る肌寒い中、これまでの練習の成果を十分に発揮して襷を繋ぎました。





『福沢諭吉が見た150年前の世界』
福沢諭吉／著
武田知弘／訳・解説
(彩図社)

『福沢諭吉が見た150年前の世界』
福沢諭吉／著、武田知弘／訳・解説(彩図社)
近代日本の礎を築いた教育者・福沢諭吉は、明治維新までに3度の欧米訪問を経験し、日本初の欧米旅行ガイド本『西洋旅案内』を出版しました。本書はその現代語訳。切符の買い方や旅程はもうろく、政治や文化、価値観の違いまで、諭吉が見た欧

150年前の世界

【お知れぬの図書】
(一般図書)

開室時間：午前9時～午後5時
休室日：10月11日(月)、18日(月)、25日(月)、
11月1日(月)

図書室
だより
Library



『水族館 いきものとひとのいちにち』
ほりかわあやこ／作(福音館書店)

『水族館 いきものとひとのいちにち』
(児童図書)
ほりかわあやこ／作(福音館書店)
とある水族館の一日をとあおして、そこで働く人たちが、普段見ることのできないバックヤードのようすを知ることができる絵本です。「南の島の海」「ペンギンの岩場」といった展示室をめぐるながら、水族館で使われている水や水槽のこと、いきもの、スタッフの仕事のことなど、水族館のヒミツがたくさん学べます。

米を知ることができます。幕末の武士たちの珍道中も紹介されていて興味深い！

【お知らせ】

●長時間の滞在はお控えください
ご理解とご協力をお願いいたします。

新着図書

【一般図書】

- 『戦国武将学』 加来耕三／著(松柏社)
- 『散歩で見つける薬草図鑑』 指田豊／監修(家の光協会)
- 『核のゴミ』 古儀君男／著(合同出版)
- 『どこから言葉が』 谷川俊太郎／著(朝日新聞出版)
- 『星影さやかに』 古内一／著(文藝春秋)
- 『百年の孤舟』 志賀泉／著(荒蝦夷)
- 『老いる意味』(中公新書ラクレ) 森村誠一／著(中央公論新社)

【児童図書】

- 『見つけよう!探検ブック』 露木和男／監修(えほんの杜)
- 『旅をしたがる草木の実の知恵』 盛口満／文・絵(少年写真新聞社)
- 『かっこいいぞ!じえいたい』 せんとうき／せんしゃ／ごえいかん』 菊地雅之／作(イカロス出版)
- 『31センチの約束』 嘉悦洋／作(西日本新聞社)
- 『どーすんの!? おもちゃゲット大作戦』 吉田純子／作(ポプラ社)
- 『真夜中のちいさなようせい』 シンソンミ／作・絵(ポプラ社)
- 『もりの100かいだてのいえ』 いわいとしお／作・絵(偕成社)

10月27日(水)～11月9日(火)は「読書週間」です。

今年の標語は、「最後の頁を閉じた 違う私がいた」です。読書の秋、檜葉町図書室でお気に入りの一冊を探してみませんか？

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

スイカ割り～♪

過ぎ去る夏をみんなで楽しもうと幼稚園で「スイカ割り」を行いました。目隠しをしてグルグル回り、園庭にセットされたスイカを目指して、そろりそろりと移動。「みぎ!みぎ!ひだり!そこっ!そこっ!」と周りの友達から声援を受け、全員で夏ならではの行事を体験しました。割ったスイカはみんなで仲良くテラスに座って食べました!



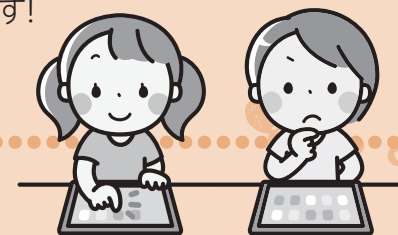
あおぞら
こども園 通信

藍の収穫



「ならは藍染め会」の皆さんからいただいた藍の苗が大きく育ち、5歳児が収穫を行いました。この苗は藍染め会の皆さんから「卒業記念品制作で使う藍だから、みんなで大きく育ててね」とのことでした。園児たちが毎日交代で水やりをしてきました。当日は、収穫した藍の葉を一人ひとりが丁寧に摘み取り、藍染め会へお渡しさせていただきました。今後、どのような記念品に仕上がるか、とても楽しみです!

ICT機器を体験～♪



こども園と小学校では幼小連携事業として、子どもたちが小学校に進学してもスムーズに生活ができるように取り組んでいます。この事業の一環として、5歳児を対象に学校で使っているタブレット端末を試験的に使わせてもらいました。町の小中学校では、児童生徒一人ひとりにタブレット端末1台が用意され、授業などで活用しています。園児たちは「あ～うちにもある!」「使い方知ってるよ!」とさすがに慣れた様子。足し算やひらがななどのソフトを使ってICT教育を体験しました。今後、園でも5歳児用にタブレット端末を準備してICT教育に取り組み、身近なところから情報機器に親しめるよう努めてまいります。



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/>





一般社団法人
檜葉町
スポーツ 協会
 Narahamachi Sports Association

旅行気分楽しく健康づくり

「スマートライフステイトリアル」が10月4・5日、Jヴィレッジにて実施されました。檜葉町が掲げる「誰もが元気に、はつらつと暮らすまち」の実現に向けて、楽しく健康づくりができるプランを計画中です。来年1月には、町民の皆様向けのプランをご案内できるように準備を進めています。ぜひご期待ください！



福島縦断駅伝チーム始動！

檜葉町の駅伝チームは昨年度敢闘賞を受賞。今年は6月から練習を重ねています。若い力も加わり、今年も活躍が期待できそうです。選手達へ熱い声援をよろしくお願いいたします！

第33回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会

〔開催日〕11月21日(日)7:40～

〔コース〕白河市総合運動公園陸上競技場～福島県庁前 16区間(95.0km)



今月のイベント

第3回檜葉町議長杯パークゴルフ大会

〔開催日〕10月10日(日)8:30～ 〔会 場〕広野町二ツ沼パークゴルフ場
 ※日程が変更となりましたのでご注意ください

檜葉町グランドゴルフ交流会

〔開催日〕10月14日(木) 〔会 場〕檜葉町総合グラウンド

第8回市町村対抗福島県ソフトボール大会

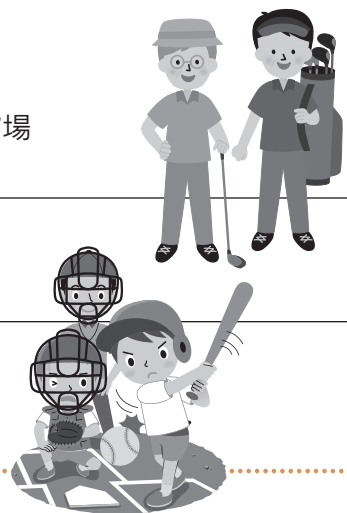
〔開催日〕10月16日(土)13:00 〔会場〕相馬光陽ソフトボール場

11月イベント予定

軽登山・ウォーキング教室

〔開催日〕11月13日(土) 〔行 先〕北茨城市・花貫溪谷
 〔参加費〕¥3,000 〔定 員〕25名 ※定員となり次第締切
 〔申込期間〕10月18日(月)～10月29日(金)
 (電話受付時間 9:00～17:00)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容が変更になる場合があります。事前に檜葉町スポーツ協会までお問い合わせください。



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

おうちでならいざっふ

今回のテーマ 気にしてませんか、体重変化。



新型コロナウイルス感染症の影響により、体重増加に悩む人が増えています。在宅勤務や外出を自粛したために運動不足になったり、おうち時間が増えたので間食も増えてしまったりなどが原因と言われています。そこで、令和2年度と令和元年度の総合健診の結果から、体重増加に関するデータを抜き出してみました。



- ✓ 体重が3%以上増加した人の割合……**15.8%**(7人に1人)
- ✓ そのうち、BMIが25以上の方の割合……**4.9%**(20人に1人)

コロナ禍における健康調査では、体重が3%以上増加した人の割合は25%(4人に1人)という結果でした。適正体重よりも大きい人(BMIが25以上)は、体重が3%増加すると血圧・中性脂肪・血糖値・肝機能といった様々な検査数値が悪化する傾向があります。ということは、体重を3%減らせば、それらの検査数値が改善するということを意味しています。

効果的に減量するためには…

日本人の標準的な体格の場合、体重の3%とは男性では2kg、女性では1.6kgです。体重を減らすためには、「摂取カロリーを減らす」か「消費カロリーを増やす」の2つを組み合わせるのが理想的です。どちらか一つから始めても良いでしょう。

先月号の広報に同封した『ウォーキングマップ』を片手に、交流館からウォーキングするなど、お気に入りのコースを歩いてみましょう。「小さなこと」からコツコツと始め、毎日の習慣にすることが大切です。

ウォーキング教室の開催

ウォーキングマップに掲載されたコースを実際に歩いてみませんか？Jヴィレッジのトレーナーと一緒に、素敵な身体を手に入れるための方法を体験しましょう。

集 合 場 所／ みんなの交流館ならはCANvas 定 員／ 20名程度 申し込み方法／ 住民福祉課(☎0240-23-6102)へ お電話でお申し込みください。	日 時	歩行コース
	10月13日(水) 13:30～15:00	初級コース①
	10月27日(水) 13:30～15:00	初級コース②
	11月17日(水) 13:30～15:00	中級コース①
	12月 1日(水) 13:30～15:00	中級コース②

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により、開催内容が変更(中止・延期等)される場合があります。予めご了承ください。

ウォーキングは肥満解消や生活習慣病の改善・予防効果だけではなく、私たちの心にも素敵な効果をもたらしてくれます。ウォーキングをすると、「幸せホルモン」(セロトニン)の効果で気持ちが穏やかになり、ストレスを上手に受け流すことができるようになります。
 秋の風を感じながら、素敵な身体づくりへの一歩を踏み出しませんか。



滝沢健師

未来守る人ジャー

今月は「第2のくるくる!?!」を紹介する!

役場前の古紙集積所を
利用していますか?

作戦
5

「ここでも古紙出しリサイクル」

みなさんは新聞や段ボールなどをどう処分していますか?
今年5月に再開した「リサイクルハウス"くるくる"」を
ご利用いただいているかもしれませんが...

"くるくる"は便利だけど、日曜日の午前中だけだから
出せない週もあるんだよね...

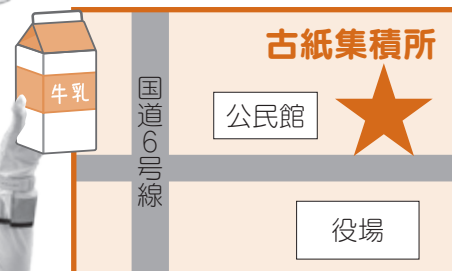
そんな
あなたに

意外と知らない人が多い!?

新聞・雑誌・段ボール・牛乳パックが出せる **古紙集積所**

場所はこちら!
家庭でよく出る牛乳パックも
出せますよ!

第2の
リサイクルハウス



新聞・雑誌・段ボールなどの古紙は
役場前の古紙集積所でも出せる!

※ビン・カン・ペットボトルは出せません。

現在、ビン・カン・ペットボトルについて、
古紙集積所でも回収できるように検討中です。

Coming Soon...
近日公開予定
呼び名も変わる!?

資源ごみのリサイクルで、今月もゼロカーボンに前進!

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

ならはスカイアリーナでは 町の皆様の運動不足解消をお助けします!!

誰もが気になるお腹周り。

ウエスト周りが、男性85cm以上、女性90cm以上あると、
メタボリックシンドロームの可能性も疑われます。そんなときは、
ならはスカイアリーナのマシントレーニングでお腹周りをすっきりさせましょう!

今回は「お腹周りが気になる...」という水泳のコーチでもおなじみ、スタッフの
平山さんにマシンを使った腹筋運動にチャレンジしてもらいました!

座ってできる腹筋運動! アブドミナルクランチ!

平山晃一コーチ



- 1 プレートの重さを自分に合った重さへ変更します。
- 2 リュックを背負うようにグリップを握る【①】
POINT! グリップに小指が当たるように握りましょう!【②】
- 3 息を吐きながら背中を丸めお腹を覗き込むように体を倒します。【③】
POINT! 背中丸められるところまで丸めましょう!
- 4 ゆっくり息を吸いながら体を元の位置に戻します。【④】
POINT! 重りのプレートが下のプレートにぶつからないようにしましょう。【⑤】
POINT! 体を戻すときに腰が反らないようにしっかりと奥まで深く座りましょう。【⑥】

③~④を10回×3セット繰り返します。

初めのうちは10回続けられるくらいの重さで行いましょう。
10回続けられないような重さはケガをする恐れがあります。自分に合った重さで行いましょう。

アブドミナルクランチはお腹まわりのシェイプアップ以外に、腰痛予防・改善、体幹部の強化にも期待できます! もちろん、ならはスカイアリーナにはお腹周り以外にも気になる部位に適したマシンを豊富に取り揃えています。ぜひチャレンジしてください!

お問い合わせ先/ならはスカイアリーナ ☎0240-23-7966

～町をきれいに!!～ 「秋のクリーンアップ作戦」について



町の環境美化を目的に「秋のクリーンアップ作戦」を実施します。皆様のご協力をお願いします。

- 日 時／10月17日(日)
8:00～(1時間程度) 小雨決行
- 集合場所／お近くの各行政区集会所など
- 服装等／作業しやすい服装、長靴(または運動靴)
- 町配布品／ごみ袋、軍手
- 保険／福島県河川道路美化作業傷害保険に加入しています。

※今後の新型コロナウイルスの状況等により、変更となる場合もありますのでご了承ください。

◎お問い合わせ先／くらし安全対策課 環境係
☎0240-23-6109

行政区	集合場所	行政区	集合場所
上井出	上井出・萩平集会所 井出川橋(北側) 鐘突堂集会所	営 団	浄光西集会所
下井出	下井出集会所 大楽院	乙次郎	乙次郎集会所
北 田	北田集会所	上小塙	上小塙集会所
中 満	中満南住宅集会所		中川原ポンプ場 (南側)
寺 脇	寺脇公営墓地北側	下小塙	下小塙集会所
大 谷	大谷集会所	山田岡	山田岡集会所
松 館	松館集会所		名古屋集会所
上繁岡	上繁岡集会所	前 原	前原集会所
繁 岡	繁岡集会所	山田浜	山田浜集会所
下繁岡	下繁岡集会所	女 平	女平集会所
波 倉	波倉集会所	大 坂	大坂集会所

県からのお知らせ 「不正軽油撲滅強化月間」

県では、10月を「不正軽油撲滅強化月間」と定め、関係団体と協力して、不正軽油の排除に取り組んでおります。軽油に課税される軽油引取税を脱税する目的で、軽油に灯油や重油を混ぜるなどして製造される燃料、いわゆる「不正軽油」が正常な軽油と偽って販売、使用されている事例があります。

この不正軽油は、悪質な脱税行為であり、環境汚染や不法投棄の問題のほか、公正な市場競争の阻害、更には暴力団等の資金源にもつながります。

不正軽油を作らない。
売らない・買わない。
使わない。



不正軽油の防止・撲滅には、県民の皆様のご協力と情報提供が欠かせません。不正軽油の情報提供につきましては、県庁税務課または最寄りの地方振興局県税部までご連絡ください。

◎お問い合わせ先／
県庁総務部税務課
☎024-521-7205 FAX024-521-7905
電子メール zeimu@pref.fukushima.lg.jp
相双地方振興局県税部
☎0244-26-1127 FAX0244-26-1128
電子メール souso.kenzei@pref.fukushima.lg.jp

令和3年度うつくしま 地球温暖化防止活動推進員 養成研修会のご案内

県では、地球温暖化の現状や影響、対策等について学習した上で、地域の人たちとともに理解を深める活動を積極的に行う「うつくしま地球温暖化防止活動推進員」を養成する研修会を開催します。

- 日 時／10月29日(金)13:30～16:00
(開場13:00)
- 会 場／郡山市中央公民館第5・6・7講義室
(郡山市麓山1-8-4)
- 対 象／地球温暖化防止活動に関心がある方
- 研修概要／改正地球温暖化対策推進法のあらましについてうつくしま地球温暖化防止活動推進員事例発表等
- 申込締切／10月22日(金)
- 受講料／無料
- 定 員／30名程度(先着順)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、
下記内容にご協力ください。
・マスク着用での参加をお願いいたします。
・入室前に検温・手指の消毒をお願いいたします。
・座席の間隔をあけて座っていただきます。

◎お申し込み・お問い合わせ先／
福島県地球温暖化防止活動推進センター
(特定非営利活動法人うつくしまNPOネットワーク)
☎024-944-0083 FAX024-953-6093

レディース検診のご案内

今年の乳がん検診・子宮頸がん検診を受けそびれてしまった方への朗報です。
昨年に続き、今年もレディース検診を実施します!

- 日 に ち／12月4日(土)
- 会 場／保健福祉会館
- 対 象 者／
 - 乳 が ん 検 診…40歳以上で、昨年度と今年度の乳がん検診を受けていない女性。
 - 子宮頸がん検診…20歳以上の女性。
 - 大腸がん検診…20歳以上の女性。
 - 健康診査…がん検診を受診する、40歳以上の女性。
- 健(検)診内容／
 - 乳 が ん 検 診…問診・マンモグラフィ
 - 子宮頸がん検診…問診・視診・細胞診
 - 大腸がん検診…便潜血検査
 - 健康診査…問診・身体計測・血液検査・尿検査等
- 健(検)診費用／自己負担額はありません
- 予 約 方 法／
 - ①予約センターに電話をして、受診する項目と受診時刻を予約する。
 - 電 話 番 号…0246-27-3611
 - 予約受付期間…11月1日～10日(9時～17時)
 - ②11月中旬に、町から受診録等が届く。
 - ③予約した時間に受診する。(お気をつけてお越しください)



JFAメディカルセンター 整形外科クリニックからのお知らせ

令和3年10月1日より、JFAメディカルセンターの名称及び診療時間に変更になりました。

- 名 称／「JFAメディカルセンター 整形外科クリニック」
- 診療スケジュール／
土曜・日曜・祝日も診療しています

診療時間/曜日	月	火	水	木	金	土	日	祝日
10:00～14:00	○	×	×	○	○	10:00～ 13:30	10:00～ 13:30	10:00～ 13:30
15:30～18:30	○	×	×	○	○	15:00～ 17:00	15:00～ 17:00	15:00～ 17:00

※祝日に受診するときには、必ずお電話にてご確認ください。

- 診 療 科 目／整形外科・リハビリテーション科
- 住 所・連 絡 先／〒979-0513 福島県双葉郡楡葉町大字山田岡字美シ森8番1号
TEL 0240-25-1557 FAX 0240-25-1575

双葉地方広域市町村圏組合からのお知らせ

双葉町に設置の斎場「聖香苑」につきましては、これまで休止しておりましたが、施設復旧整備を完了し、令和3年10月1日(金)に再開しましたことを、お知らせいたします。

◎お問い合わせ先／双葉地方広域市町村圏組合 北部衛生センター ☎0240-35-5454

ならコレ2021 ～ならはコミュニティコレクション～の開催

毎年好評をいただいている「ならコレ」を今年も開催します！この催しは、住み慣れた地域で生き生きと暮らしていくための「檜葉ならでは」の地域包括ケアシステムの深化に向けて行うものです。

今回は、コロナ禍であっても、現在の檜葉町の地域活動を共有し、住民一人一人が身近な地域課題を自分の課題と捉え、解決に向けて社会と積極的に関わることができる仕組みを、どのようにつくり上げていくかを考えるイベントです。その他、住民の皆さんの作品の展示・販売コーナーもあります。皆さん、ふるってご参加ください！これからの「ならは」の姿をみんなで考えましょう！

■開催日時／11月6日(土) 開場9:00～
■会場／檜葉町コミュニティセンター 大会議室

※シンポジウムの詳細は、今月号に同封されたチラシをご覧ください。

●お問い合わせ先／住民福祉課 介護保険係
☎0240-23-6102

ならSUNフェス2021

10月30日(土)に開催される秋の収穫を祝うイベント「ならSUNフェス2021」において、毎年恒例の檜葉町農産物品評会を開催します。出品をご希望される方は、事前に出品申込の受付を行っておりますので、産業振興課までお申込みください。町内で生産された新鮮野菜など、丹精込めて作った自慢の農産物の出品をお待ちしております。

■出品申込期間／10月1日(金)～10月15日(金)

●お申し込み・お問い合わせ先／産業振興課
☎0240-23-6104

町政懇談会の開催

町政懇談会は町民の皆様のご意見を町政に反映させていく、大切な話し合いの場です。皆様のご参加をお待ちしています。

■日時／10月23日(土)9:30～(開場9:00～)
■会場／檜葉町コミュニティセンター 大会議室

※資料は事前に役場政策企画課窓口や町のホームページで公開しております。

※参加申し込み不要。どなたでもご自由に参加いただけます。

※新型コロナウイルス感染症対策として、マスクの着用、手指の消毒にご協力願います。

●お問い合わせ先／政策企画課 ☎0240-23-6103

行政相談会の開催

行政相談委員による行政相談会を毎月開催しております。行政に対する困りごとなどお気軽にご相談ください。事前予約は不要で、秘密は守られます。



■開催日／原則毎月第2木曜日(4月～3月)

■時間／10:00～12:00

■会場／みんなの交流館ならはCANvas 2階「和室-2」

■行政相談委員＊／永山光明さん(山田岡)
＊総務大臣より行政相談委員として委嘱されています。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、来館の際はマスクの着用をお願いいたします。

※地域の感染状況によっては中止となる場合もあります。中止の際は町ホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。

●お問い合わせ先／総務課 ☎0240-23-6100

双葉警察署からのお知らせ

10月11日(月)～10月20日(水)

全国地域安全運動



メインスローガン

「みんなでつくろう
安心の街」

サブスローガン

「あやしいぞ お金の電話
さぎかもよ」

安全で住みよい社会の実現に向け、10月11日(月)から10月20日(水)までの10日間、「令和3年地域安全運動」が実施されます。犯罪の発生件数は、平成14年をピークに年々減少していますが、全国的には子ども・女性が被害者となる痛ましい事件や、高齢者を狙ったなりすまし詐欺、SNS等を介した犯罪被害は深刻な状況になっています。

そのような情勢の中で、「地域安全運動」は、警察、関係機関・団体、防犯ボランティア、そして地域住民の皆様が一体となって、安全で安心な社会の実現に向けた取り組みを進めていただくものです。

昨年に続いて本年も、新型コロナウイルス感染症の拡大など厳しい社会情勢にありますが、皆様一人一人が高い防犯意識を持ち、侵入窃盗被害やなりすまし詐欺被害などに遭わないように注意しましょう。

●お問い合わせ先／双葉警察署 ☎0240-22-2121



厚生労働省福島労働局委託事業 「福島雇用促進支援事業」

【求職者向け】行くしかない!! 就職面接会

〈合同就職面接会 in いわき〉

■日時／10月22日(金)
【第1部】10:00～12:00
【第2部】13:30～15:10

■会場／いわき産業創造館 企画展示ホール
(いわき市平字田町120番地 LATOV6階)

■参加企業／22社

■定員／各110名

■予約／10月14日(木)まで(電話またはホームページから先着順となります)

〈就職面接会 in Jヴィレッジ〉

■日時／11月16日(火)
【第1部】10:30～12:00
【第2部】13:30～15:00

■会場／Jヴィレッジホール
(双葉郡檜葉町山田岡美シ森8)

■参加企業／24社

■定員／各60名

■予約／11月8日(月)まで(電話またはホームページから先着順となります)

【個人申込型】コミュニケーション能力講座

人との関わり方、信頼関係を築くコミュニケーション術を楽しく学ぶ講座です。

■日時／①11月 2日(火) 14:00～16:30
②11月17日(水) 13:00～16:30
③12月10日(金) 14:00～16:30
④12月21日(火) 13:00～16:30

■会場／会場開催とオンライン開催があります。詳細はホームページでご確認ください。

■定員／各20名程度

■締切／①10月25日(月) ②11月10日(水)
③12月 1日(水) ④12月13日(月)

※申込締切後、当該事業の主旨に基づき厳正

に選考し、選考結果は電話にてご連絡します。

●お問い合わせ先／福島広域雇用促進支援協議会 福島統括窓口
☎024-524-2121 FAX 024-524-2125



はたらっこ

新型コロナウイルス感染症が心配なとき

発熱や風邪症状、息苦しさや強いだるさなどの症状がある場合、まずはかかりつけ医に電話相談しましょう。かかりつけ医を持たない方や、相談先に迷った際は、「受診・相談センター」に相談しましょう。対応できる医療機関をご案内します。また、接触確認アプリ「COCOA」により、濃厚接触の可能性があった旨の通知があった場合には、アプリ内で通知される番号にご相談ください。



相談・受診の前に心掛けて欲しいこと

☑発熱などの風邪の症状がみられるときは、学校や会社を休み外出を控えましょう。

☑発熱などの風邪の症状がみられたら、体温を毎日測定して記録しましょう。

☑持病があり、症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずはかかりつけ医等に電話で相談しましょう。

なお、新型コロナウイルス感染症に関して、県・保健所・町を名乗って個人情報聞き出そうとしたり、物品の購入を勧めることは、絶対にありません。くれぐれもご注意ください。

●お問い合わせ先／
受診・相談センター ☎0120-567-747
一般相談(コールセンター) ☎0120-567-177

■ 新年度の園児募集

令和4年度の入園申込みを10月1日から受付けています。対象は生後6か月から小学校就学前です。



■お申し込み先／あおぞらこども園 及び
住民福祉課 社会福祉係

年齢	生年月日
0歳児	令和 3年4月2日～令和 3年10月1日
1歳児	令和 2年4月2日～令和 3年 4月1日
2歳児	平成31年4月2日～令和 2年 4月1日
3歳児	平成30年4月2日～平成31年 4月1日
4歳児	平成29年4月2日～平成30年 4月1日
5歳児	平成28年4月2日～平成29年 4月1日

●お問い合わせ先／あおぞらこども園
☎0240-26-0808

■ 令和3年度自衛官等採用案内

防衛省・自衛隊では令和3年度自衛官等採用試験を下記のとおり行います。

募集種目	防衛医科大学校医学科学生	防衛大学校生(一般)	陸上自衛隊高等工科学校生徒
受付期間	令和3年10月13日(水)まで (締切日必着)	令和3年10月27日(水)まで (締切日必着)	令和3年11月1日(月)～ 令和4年1月14日(金) (締切日必着)
応募資格	18歳以上21歳未満で高卒または高専3年次修了(見込)の方		令和4年4月1日現在、15歳以上 17歳未満で中卒または中等教育 学校前期課程終了(見込)の男子
試験日程	10月23日(土) 一次試験(筆記)	11月6日・7日(土・日) 一次試験(筆記)	一次試験:1月22日(土)または23日(日) 二次試験:2月3日(木)から2月6日(日) までの間の1日
試験会場	郡山市 (細部については、事務所に お問い合わせください)	福島市 (細部については、事務所に お問い合わせください)	一次試験:南相馬市 二次試験:陸上自衛隊 郡山駐屯地
採用予定数	参考(令和2年度) 約85名	参考(令和2年度) 人文・社会科学専攻 約65名 理工学専攻 約235名	約260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

■ 10月の納税等

忘れずに納めましょう。

■国民健康保険税(4期) 納期限:11月1日(月)
■町県民税 普通徴収(3期)

●お問い合わせ先／税務課 ☎0240-23-6101

■介護保険料(4期) 納期限:11月1日(月)
■後期高齢者医療保険料(3期)

●お問い合わせ先／住民福祉課 ☎0240-23-6102
※口座振替の方は11月1日(月)に引落としとなりますので、
残高の確認をお願いいたします。
※年金天引き(年金特徴)の方は年金から引き落としと
なります。

■ 「ふるさとCM大賞」の放送

町でも参加している「KFB・東邦銀行第20回ふくしまふるさとCM大賞2021」が次のとおり放送されますので、ぜひご覧ください。

■番組放送予定／11月6日(土)15:00～



■ 高齢者インフルエンザ 予防接種のお知らせ

接種期間内にインフルエンザ
予防接種を受ける方は、町から
助成を受けることができます。

※対象となる方には9月下旬に
お知らせをお送りしています。



対象となる方

接種日当日に檜葉町に住民登録があり、次のいづ
れかの要件に該当する方

○接種日に65歳以上の方

○60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器の機能に障害
があり身の回りの生活を極度に制限される方、ヒト
免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり
日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手
帳1級相当)

■助成回数 1回

■接 種 期 間／令和3年10月1日(金)～
令和4年1月31日(月)

■助成方法 お住まいの場所によって異なります

◎福島県内にお住まいの方

■自己負担金／2,000円

※接種期間外に接種した場合は全額自己負担と
なりますので、ご注意ください。

◎福島県外にお住まいの方

原発避難者特例法により、お住まいの自治体で
予防接種が受けられます。今年度対象の方で接種
をご希望の方は、お住まいの自治体の予防接種担当
部署へお問い合わせください。

■接 種 費 用／お住まいの自治体(避難先自治体)
によって異なります

※助成申請書の提出により、接種費用の2,000円
を超えた額について助成を受けることがで
きます。

インフルエンザ予防接種は、受けなければならない
という法律上の義務はありません。自らの意思で接種
を希望する場合に予防接種を行いましょう。

●お問い合わせ先／住民福祉課 保健衛生係
☎0240-23-6102

■ 10月の幼児健診等

ベビママ教室

ベビママ教室は、子育てに関する色々
なことを勉強したり、おしゃべりしたり、
子育て中の皆さんのための時間です。
申し込みは不要です。みなさまのご参加をお待ちして
おります。



■日 時／10月15日(金)10:00～12:00

■テ ー マ／子どもの発達について

■会 場／あおぞらこども園 子育て支援センター

幼児検診(1歳6ヶ月児健診・3歳児健診)

幼児健診はお子さんのご成長・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。
お気軽にご参加ください。

■日 時／10月20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

■対 象／[1歳6ヶ月児健診]

令和1年12月20日～

令和2年2月29日生まれ

[3歳児健診]

平成30年5月5日～6月30日生まれ

■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

どんぐりひろば(センター開放日)を利用しながら、
日頃の気になることを、保健師に相談できます。申し
込みは不要です。

■日 時／10月22日(金)10:00～12:00

■会 場／あおぞらこども園 子育て支援センター

●お問い合わせ先／住民福祉課 保健衛生係
☎0240-23-6102

■ 有害鳥獣捕獲活動について

町では鳥獣被害防止のため、檜葉町有害鳥獣捕獲
隊に小型鳥獣用箱罠を貸し出しハクビシン、アライグ
マの捕獲活動を実施しています。

ハクビシン、アライグマによる被害がある際には、
産業振興課までご相談ください。



●お問い合わせ先／産業振興課 ☎0240-23-6104

イノシシと遭遇した際の注意

秋はイノシシにとって食べ物が豊富にあり、出産の時期にもあたるため行動が活発になります。イノシシに遭遇した際には、襲われないように次の点に注意して行動しましょう。

- 攻撃や威嚇等を行わず、背を向けないようにゆっくりその場を離れる。
- 近くににいる母イノシシを刺激しないようにウリ坊を見ついても近づかない。



●お問い合わせ先／産業振興課 ☎0240-23-6104

空き地の所有者へお願い！

土地を管理せず放置しておく、草木が繁って害虫が発生したり、粗大ごみが投棄されたり、生活環境に悪影響を及ぼします。



●お問い合わせ先／くらし安全対策課 環境係 ☎0240-23-6109

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	氏名	年齢	行政区
菅波 良二	66	下小埜	鈴木 福子	71	大 坂	長岡フク子	100	下繁岡
松本 弘	93	山田浜	高橋 行一	83	下小埜	坂本トヨ子	101	上繁岡
戸田 幸雄	96	山田岡	遠藤 澄子	75	下小埜	久保田博道	63	下井出
菅波 充江	47	前 原	齋藤 省三	95	山田岡	松本 昌二	88	前 原

(広報ならは9月号掲載以降に亡くなられた方)

おめでとうございます

(敬称略)

氏名	保護者名	行政区
はやかわ ゆうな 早川 侑那	誠一・恵	上小埜

(広報ならは9月号掲載以降に生まれになられた方)

企業広告欄

内容についてのお問い合わせは広告主までお願いします。

そば打ち処 のの家

一手打ちそばの注文販売専門店ですー

- ◆10月から新そばを打っております
(北海道新十津川町産／ぼたん)
- ◆11月からの新そば
(山形県産／でわかおり)

純手打ちの風味豊かなそばをお届けします。
ぜひ、打ちたてのそばを御賞味ください。

●お問い合わせ・ご注文は…
桧葉町井出字浄光西3-28 ☎080-3327-2702

企業
広告



司法書士法人
わたなべ法務事務所
司法書士 渡辺 大・木原雅裕

企業
広告

【主な取り扱い業務】
不動産の名義変更・会社の登記・建設業等

富岡事務所 双葉郡富岡町中央二丁目20番地
TEL 0240-22-1919
いわき事務所 いわき市平字童子町4-18 5階
TEL 0246-88-1818



太陽光発電用地募集中!

活用方法でお困りの土地はございませんか?

ふくしまの
未来へつながら
太陽光発電用地を
お貸しください!

賃料ほか、詳細については
お電話にてご連絡いただくか、
弊社ホームページをご覧ください。

<http://fukushimaenergy.co.jp>

ふくしまエナジー 検索

現地調査は無料です。
お気軽にお問い合わせください。
調査後、お受けできない場合がございます。



GROUND ENERGY GROUP
ふくしまエナジー

〒963-8002 福島県郡山市駅前1-14-1 増子駅前ビル3F

☎0120-31-2521 営業時間◎9:00～18:00
<http://fukushimaenergy.co.jp> 定休日◎日・月・祝日

企業
広告

太陽光発電の導入広がっています



エネルギーの自家消費で **災害**に強い住宅を
電気代の **節約**で **環境**にやさしい暮らしを

【桧葉町からの補助】
太陽光: 当社(桧葉町産)パネルの場合
1kWあたり**10万円**(最大40万円)
(他社製品: 1kWあたり6万円)
蓄電池: 蓄電容量1kWあたり**4万円**
(最大20万円)

【福島県からの補助】
太陽光: 最大16万円
蓄電池: 最大20万円
(売電しない場合)

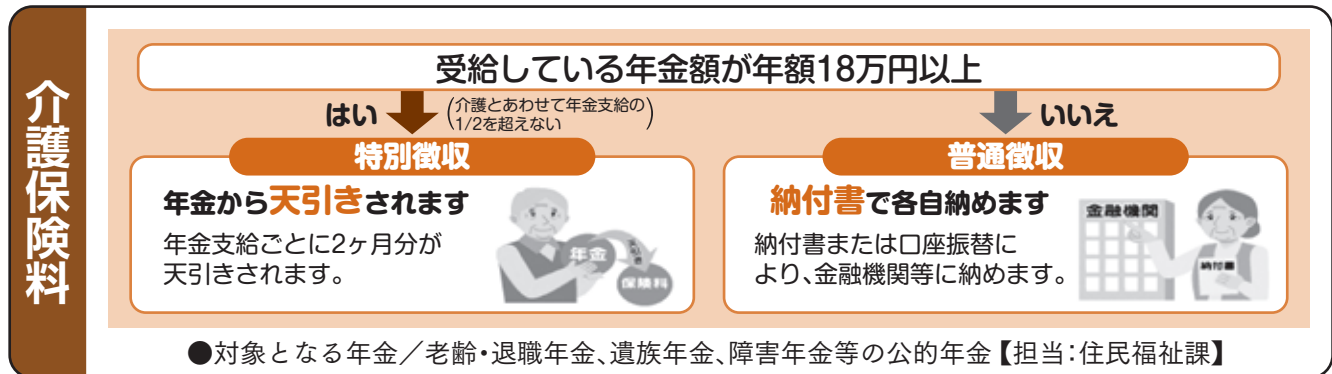
アンフィニの
パネルを使うと
町からの支援額が
上乗せされます!

製造工場【福島】
定休日: 土・日・祝日 営業時間: 9時～18時
〒979-0602 福島県双葉郡桧葉町下案岡字北台地16番地
TEL: 0240-26-0888 FAX: 0240-26-1888 アンフィニ株式会社 <https://infini-group.co.jp/>

企業
広告

年金天引き(特別徴収)が始まります

東日本大震災の影響により停止しておりました、年金から天引きさせていただく仕組み(特別徴収)を、令和3年度より再開しております。つきましては、先の周知のとおり、桧葉町で介護保険料・後期高齢者医療保険料・国民健康保険税・町県民税が賦課されていて、次の対象要件に該当する方は、令和3年10月より保険料等が年金天引き(特別徴収)されます。
※介護保険料・後期高齢者医療保険料・国民健康保険税が減免となっている方は、対象外です。



後期高齢者医療保険料・国民健康保険税・町県民税が年金天引きされる場合の要件は下記のとおりです。
(介護保険料が年金天引き(特別徴収)されていることが前提となります。)

後期高齢者医療保険料

- 介護保険料と後期高齢者医療保険料の合計額が年金受給額の2分の1を超えないこと。

【担当: 住民福祉課】

国民健康保険税

- 世帯主が国保加入者
- 世帯の国保加入者全員が65歳～74歳。
- 介護保険料と国保税の合計額が年金受給額の2分の1を超えないこと。

【担当: 税務課】

町県民税

- 4月1日現在に65歳以上。
- 受給年金が単独で18万円以上。

【担当: 税務課】

■納付スケジュール／令和3年度は年額の概ね半分を普通徴収と特別徴収で納付していただきます。

納付月	4月～9月	10月・12月・2月
金額	年額の半分(2分の1)	年額の半分(2分の1)
徴収方法	普通徴収 ※納付書又は口座振替により納付	特別徴収 ※年金からの引き落とし

●お問い合わせ先／保険料の年金天引きに関すること 住民福祉課 ☎0240-23-6102
町税の年金天引きに関すること 税務課 ☎0240-23-6101

ヒトゴトじゃない! 災害のコト③ ～そのガケ、大丈夫?～

とつぜん土砂がおそいかかってくる、土砂災害。
動きが速く、目撃してから逃げても間に合いません。
普段から身の周りをよく観察し、災害に先手を打つことが肝心です。

『ココ、キケンかも?』
と思ったら5...

- ハザードマップで確認してみよう!
- 昔、崩れたことはなかったかな?

●土砂災害についてのお問い合わせ先／くらし安全対策課 ☎0240-23-6109

ガケ崩れ

ココ、キケンかも?

- えぐれて土や岩がみえている
- ガケ下に石が積み重なっている

これはキケン!

- 石がバラバラ、水がジャバジャバ
- ガケが伸びたり、裂けたり

土石流

ココ、キケンかも?

- 山から流れてくる細い川
- 水は少なくともガレキが多い川

これはキケン!

- ゴーっつとうなるような音
- ガンガン、メキメキという音

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3年4月～令和3年7月までの測定結果の累計及び、令和3年8月分の自家消費食品等簡易測定所で実施した食品等の放射能検査結果となります。

食品種別	令和3年4月～令和3年7月分			8月分	測定物(基準値超数／検体数) 最小値～最大値(Bq/kg)		
	不検出(ND)	基準値未満	基準値以上	検体数			
水 類	5/5	0/5	0/5	0			
山菜類	17/71	38/71	16/71	0			
果実類	17/23	6/23	0/23	0			
野菜類	69/71	2/71	0/71	17	オクラ(0/2) ND	カボチャ(0/4) ND～9.30	ナス(0/2) ND
					キュウリ(0/1) ND	トウモロコシ(0/1) ND	スイカ(0/1) ND
					ピーマン(0/2) ND	サツマイモ(0/1) ND	ネギ(0/1) ND
					ミョウガ(0/1) ND	ハーブ(0/1) ND	
鳥 獣	1/1	0/1	0/1	0			
その他	1/1	0/1	0/1	0			
合 計	110/172	46/172	16/172	17			

※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(9月実施分)

- 調査期間 令和3年9月10日(金)および9月13日(月)
- 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
- 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、その平均値を記載する(県指定測定方法に基づき実施)
- 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
下井出地区集会所	(駐車場)	0.12	0.12
しおかぜ荘	(玄関前)	0.11	0.12
天神岬スポーツ公園内	(オートキャンプ場)	0.09	0.08
天神岬スポーツ公園内	(芝 生)	0.06	0.06
こども園	(園 門)	0.15	0.20
北田地区集会所	(駐車場)	0.09	0.10
木戸川漁協	(玄関前)	0.09	0.11
前原地区集会所	(駐車場)	0.07	0.08
山田浜地区集会所	(駐車場)	0.08	0.10
山田岡地区集会所	(駐車場)	0.09	0.10
木戸駅	(入口前)	0.08	0.09

※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。
※8月、9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:上繁岡集会所(駐車場) 0.20μSv/h ▶地上1cm:上繁岡集会所(駐車場) 0.20μSv/h、こども園(門前) 0.20μSv/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。9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。
※令和2年5月より南児童館の測定を開始しました。

●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3年8月31日現在)

【住民基本台帳人口】

世帯数	男	女	人口(外国人含む)
3,088	3,460	3,266	6,726

【町内居住者】

行政区	世帯数	人数	行政区	世帯数	人数
上井出	275	518	上小壩	98	200
下井出	254	347	下小壩	216	529
北 田	367	755	山田岡	264	521
大 谷	125	230	前 原	54	104
松 館	44	106	山田浜	41	87
上繁岡	61	119	女 平	14	30
繁 岡	76	135	大 坂	11	23
下繁岡	77	158	小 計	698	1,494
波 倉	40	59	合 計	2,144	4,137
営 団	125	213			
乙次郎	2	3	町内居住率	世帯	人
小 計	1,446	2,643		69.43%	61.51%

檜葉町内居住者について

- 町内居住者数／当月末の町内に居住する者の数
- 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

【町内居住者年代別集計表】

	人数		人数
0～4歳	145	60～64歳	357
5～9歳	102	65～69歳	407
10～14歳	76	70～74歳	359
15～19歳	116	75～79歳	253
20～24歳	175	80～84歳	213
25～29歳	231	85～89歳	187
30～34歳	184	90～94歳	101
35～39歳	191	95～99歳	24
40～44歳	207	100～104歳	8
45～49歳	258	合 計	4,137
50～54歳	223		
55～59歳	320		

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

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3年8月1日～31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、8月31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3年8月1日～31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(8月30日及び31日採水分につきましては、機器点検作業のため、いわき市水道局水質管理センターによる検査結果を掲載)
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)

※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。

蛇口における水道水中の放射性物質モニタリング検査について

双葉地方水道企業団では、安心して水道水をお使いいただくために、ご家庭の蛇口から出る水道水の放射性物質検査を実施しています。
申込期間は、令和3年6月1日(火)～令和4年2月28日(月)となっております。
検査を希望される方は、以下の方法により検査受託業者へお申し込みください。
お申し込みには、令和3年7月広報に同封の申込用紙(チラシ)が必要です。
紛失などの場合は、双葉地方水道企業団のホームページからプリントアウト可能です。
ぜひ、ご利用ください！

お申込み方法
検査受託事業者:㈱江東微生物研究所 環境衛生事業部いわき
①郵送の場合 〒970-1144 いわき市好間工業団地4-18
②FAXの場合 FAX番号 0246-36-7142
●お問い合わせ先／双葉地方水道企業団 施設課浄水係 ☎0240-25-5341

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3年4月1日から令和3年9月7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3年9月7日現在)

野 菜	赤しそ	アスパラガス	大葉	オクラ	かぼちゃ	キャベツ	きゅうり	キンジソウ	さやいんげん
	さやえんどう	サンチュ	ししとうがらし	ズッキーニ	スナップえんどう	セルリー	そらまめ	タデアイ	とうがらし
	トウガン	とうもろこし	トマト	なす	にがうり(ゴーヤ)	にら	ねぎ	パプリカ	ピーマン
	ブロッコリー	ほうれんそう	マクワウリ	ミツバ	ミニトマト	みょうが	モロヘイヤ	リーフレタス	
根菜・芋類	ごぼう	大根	さつまいも(かんしょ)	玉ねぎ	にんじん	にんにく	はつか大根	パイン(じやがいも)	らっきょう
果 実	うめ	日本なし	ぶどう						

※栽培は肥培管理されているもので、山取り(野生)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 産業振興課 ☎0240-23-6104



3期

う さ み ま さ お
宇佐見 雅夫

[66歳]

- ① 子供は町の宝・将来の礎との思いから交流人口拡大を図り、老若男女が共に暮らせる町の再生を目指したい。
- ② 初心忘れることなく、町民の負託に応えられるよう責任ある立場で町づくりに関わる意識を持ち続けたい。
- ③ そそかしいが、人を思いやる気持ちも強い。「ひと隅を照らす」人になりたい。余暇は庭いじり、史跡巡り、読書、ゴルフ、スキーなど楽しみも多く、ストレス解消に役立っている。



3期

す ず き つ ね お
鈴木 恒男

[64歳]

- ① 教育・農業、そして福祉と考える。特に少子高齢化が進む中、檜葉町に住んで良かったと思われる様な町にもって行きたい。
- ② 周りに流されず、自分の思っていることをしっかりと進めて行きたい。町民から気軽に声をかけられる存在になりたい。
- ③ 農業に力を入れている。自分の姿を見て、農業を目指す若人の見本になりたい。「農業は楽しい」を発信していきたい。



1期

ま つ も と み ん ぺ い
松本 明平

[40歳]

- ① 子育て、教育、福祉に力を入れ、魅力ある檜葉町を実現し、人口を増やしたい。また持続可能な町づくりを進めていきたい。
- ② 物事の本質を捉えてしっかり発言する議員を目指したい。町民の方々の意見を真摯に受けとめ、町政に届けていきたい。
- ③ 読書が好きで歴史や伝記をよく読みます。最近は経済関係が多いです。子供向けの本は大人が読むと内容が理解しやすくオススメです。

よりよい町づくりを目指して



8月8日、任期満了に伴う檜葉町議会議員一般選挙が行われ、現職9人、新人2人が選ばれました。新しい議会は9月1日からスタートしています。町と住民の架け橋として、どうぞよろしくお願いします。



インタビュー
しました！

- ① これを推進したい！
- ② こんな議員になりたい！
- ③ その他(趣味・アピールポイントなど)

在職歴順(敬称略)



4期

あ お き も と い
青木 基

議長

[70歳]

- ① 誰もが住んで良かったと思う町づくりを目指し、さらなる帰還環境の改善と地域コミュニティの再生に努めたい。
- ② 町民の負託に応えられるよう第2期復興創生期間に町づくりの完成形を目指し全力を尽くす。
- ③ 趣味は軽登山と読書。特に愛犬との朝の散歩は格別。健康には過信するくらい(笑)、自信を持っています。



4期

く さ の き み お
草野 公雄

副議長

[73歳]

- ① 町民の目線に立って、町民の意見を町に提言し、反映させていきたい。町と一緒に居住人口を増やす施策を考えたい。また子供たちの教育支援のため、保護者の経済的負担の軽減を図る。
- ② 常に謙虚な姿勢で、人間関係を大切に。また、町民と同じ感覚をもって、町民の目線で行動するのが地方議員だと考えている。
- ③ 農業(笑)? 学生の頃から、家の農業の手伝いをしていたので、身についてしまっている。ゴルフは練習中で、ストレス解消になっている。



2期

さ か も と ひ ろ し
坂本 洋

[56歳]

- ① 「未来に胸を張って誇れるまちへ！」教育環境、農業、介護が誇れる町づくりを推進していきます。
- ② 町民の声を聴くことが大事。私も「ならは町民」。自分の目で見て感じ、自分の身体で感じ町政へ反映させていきたい。
- ③ 手先は不器用だが身近な物を手作りし、DIYを楽しみたい。農業2年目、水稻、甘藷栽培に四苦八苦奮闘中🌱



1期

さ と う つ と む
佐藤 努

[43歳]

- ① ふくしのまち実現へ、地域包括ケアの推進と在宅介護サービスの、より良い環境づくりにチャレンジしたい。
- ② 誰もが身近にある、安全で安心な暮らしやすい町づくりに、住民と行政が協働できる活動を心掛けていきたい。
- ③ 各所お祭りなど、地域の方とともに、コミュニティを創造してきた。一住民として新たな創造をしていきたい。



8期

ゆ う き ま さ し げ
結城 政重

[74歳]

- ① 町民の安全・安心を最優先に医療、介護、福祉の更なる充実に向け尽力したい。
- ② 町民の声を聴くことが町をよくする第一歩。しっかりと町政に反映できるよう日々努力していきたい。
- ③ 若い時から運動が大好きで今でも時々ジムで心地よい汗を流している。好きな言葉は「継続は力なり」。



5期

い が り ま も る
猪狩 守

[73歳]

- ① 医療関係では透析施設を郡内に整備し、福祉関係ではリリー園が十分に機能するようにしていきたい。町民が安心して戻って来られる環境を整備しなければならない。
- ② 町民の負託を受けているのだから、常に町民の声をよく聴きたい。「議員」というより、自分も一町民として同じ立場で聴き、行動したい。
- ③ ゴルフはカートを使わず歩くようにしている。今は7人家族で住んでいて、2人の小学生の孫がかわいくて仕方がない。



3期

せ き も と の り さ だ
関本 範貞

[58歳]

- ① 移住定住の促進が最大の課題だと考えます。また、教育、農業、福祉も引き続き重要な課題に変わりはありません。
- ② 町民の声が、行政につたわるように、精一杯訴えていきたい。
- ③ “笑う門には福来る”人を笑わせることや、神社仏閣やダムを見ることが大好きです。



2期

い わ ま た か み
岩間 尊弥

[53歳]

- ① 幼児教育を含めた教育環境の充実を図り、次世代を担う子供達の明るい未来が見える政策を進めていきたい。
- ② 当初の志を忘れることなく更なる研鑽に励み、行動力を発揮して、しっかりと責務を全うしていきたい。
- ③ 神社仏閣に興味があり御朱印集めが趣味になっている。たまに行く下手なゴルフで運動不足解消。



秋の収穫を祝い、
町内農産物の安心安全とおいしさをPR!
見て、食べて、檜葉の秋を楽しもう!



丹精込めて作った
自慢の檜葉産
農産物の品評会

ここのり笑店街
200万人突破記念
餅まき・ステージ
企画開催!!



県内産
木材を使った
親子木工教室
など

写真はイメージです。

【開催のお知らせ】

令和3年10月30日(土)

開催時間 10:00から14:00まで

会場 みんなの交流館 ならはCANvas

主催／檜葉町



問題

お薬手帳の活用方法として間違っているものは次のどれでしょう?

- A. 処方された薬の情報を記載
- B. いつも使っている健康食品やサプリメントの情報を記載
- C. ケアマネージャーなど緊急の連絡先を記載
- D. もしもの時に備えて「ふっかつのじゅもん」を記載

本誌の1~2pで詳しく取り上げています。答えは来月号で!

●前月号の答え A.凹面鏡

東京2020パラリンピックで檜葉町はギリシャ共和国の都市オリンピックになり、凹面鏡を利用して採火を行いました!

※「1歳おめでとう!」のコーナーはお休みです。



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
●税務課	0240-23-6101	●新産業創造室	0240-23-6105
●住民福祉課	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
●産業振興課	0240-23-6104	●出納室	0240-23-6131
(農業委員会含む)		●議会事務局	0240-23-6132

〒979-0696 双葉郡檜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

【土日祝日は日直対応 8:30~17:15】

教育総務課

- 学校教育・総務係 0240-23-5515
- 文化財・生涯学習・社会教育係 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



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



Facebook



Instagram



LINE



YouTube



あおぞらこども園
Instagram