

ひろの ひろの

No. 451

2008. 3

町民憲章
1. 自然を愛し、心のふれ合う、平和なまちにします。
1. 仕事に誇りを持ち、力をあわせて、豊かなまちにします。
1. 互いに尊敬し、仲良く話し合える楽しいまちにします。
1. 教養を高め、からだをきたえ、明るいまちにします。
1. あしたに希望を持ち、たくましく、前進するまちにします。

東北に春を告げるまち

ニツ沼総合公園では「^{あきひめ}草姫」という品種のいちごを水耕栽培しています。土を使わないため、清潔でそのまま食べることができます。毎週月・水・土、公園内の「ふるさと広野館直売所」で販売しています。ひとあし先に春気分を満喫してはいかがでしょうか？

● Contents

- ◆ 立志式 2 ~ 3
- ◆ 森林環境交付金事業 4 ~ 5
- ◆ トピックス 6
- ◆ 童謡のまちづくり実行委員募集 ... 7
- ◆ インフォメーション 8 ~ 13
- ◆ 広野町図書室 新着本・DVD 14
- ◆ 保健センター 15
- ◆ 直売所 利用組合員紹介 16
- ◆ 広野文芸欄 17
- ◆ 保育所・幼稚園豆まき 18



立志式

自覚

立志

健康



人生の節目、 志を新たに

2月1日(金)

広野中学校「立志式」が元服にちなんで14歳を迎えた中学2年生を対象に中学校武道館で行われました。
式では、A組代表 内田貴浩さんとB組代表 松本沙織さんがそれぞれの将来の目標と家族への感謝の言葉を発表しました。
記念講演ではマリーゼの村上今日子選手が「学んだこと」と題して、これまで目標をもってサッカーに取り組んだことなど経験から学んだことを講演しました。
生徒は自分たちの夢に向かっていっそう努力したいと決意を新たにしています。

森林環境交付金事業

広野
中学校

広野中学校では1年生の技術の時間を学習にあて、講師に大工（八巻建築）八巻隆さん（南沢）を迎え本立てを製作しました。まずは、八巻さんによる木に関する説明。今回は国産・無節のスギを使用しました。木にもそれぞれ特徴があり、本立てにはどの木が最適なのか、生徒に質問しながらわかりやすく説明していました。苦勞して作り上げた作品は町文化展に出展しました。



年輪はこうなってます。



木はこのようにして育ちます。



自分の手で、一生使用できる本立てを作ろう!!



製図



鉋掛け



のこぎりびき



ねじ締め



ニス塗り



代表者の作品（本立て）を町文化展に出展しました。



地元製材所さん、国産・無節の杉材料を揃えていただき立派な作品に仕上がりました。

広野
小学校

4年生の図工の時間を学習時間にあて、講師に林業技師の豊田新一さん（いわき市）を迎え木工クラフトを製作しました。はじめに、豊田さんよりあけびやこくわの実など実際に使用する材料の説明があり、作業へと入りました。小刀やのこぎりの扱いにとまどっていた子どもたちですが、作品を仕上げる頃には慣れた手つきで作業していました。



授業参観でのおかあさん、おばあちゃんのご感想は？



もみじの木でえんぴつストラップができたよ!



これが、作品（木工クラフト）の一部です。



皆さん、ここにある、あけび、こくわの実を食べたことありますか？

童謡のまちづくり 実行委員募集



「童謡」から皆さんは何をイメージしますか？
思い浮かべたイメージを広野町のまちづくりに活かしてみませんか。
「とんぼのめがね」や「汽車」など、童謡や唱歌と縁の深い本町では、平成6年度より童謡によるまちづくりに取り組んでいます。
これからも町民の皆さんと童謡による協働のまちづくりを推進するために、「童謡のまちづくり実行委員会」を立ち上げることいたしました。
つきましては、下記により「童謡のまちづくり実行委員」を募集しますので、童謡や唱歌に興味のある方、まちづくりに興味のある方、広野町が好きな方、是非ご応募ください。

応募要領

- 1 応募対象 広野町内在住者又は町内通勤者等で協力のできる高校生以上の男女
- 2 募集人員 30名程度
- 3 募集期間 平成20年3月31日(月)まで
- 4 応募方法 総務課企画グループまでご連絡ください
☎27-2114
- 5 その他 無報酬

2月9日～11日(土～月) 全国ガールズ8 (*U-12) サッカーフェスティバル開催 ※12歳以下

広野町の食をPR
試合会場では地元物産展のブースが設けられました。広野町のブースでは、広野産100%使用したうどん、食生活改善推進協議会メンバーが作ったみかんジャムやパン、あんこもちやきなこもちなどが選手や応援に訪れた観客に無料で振舞われました。

「第4回Jヴィレッジなでしこカップ」が開かれました。大会では全国の地域から32チームが出場し、4チームごと8組に分かれて予選リーグが行われ熱戦が繰り広げられました。福島県からは開催地代表としてエスレーラ相馬Jr(相馬市)が出場し予選リーグ4位、4位トーナメントの1回戦敗退の成績で大会を終えました。
大会はバディーフットボールクラブ(東京)が決勝で初出場の奈良葛城ガールズ(奈良)と対戦し1-0で勝利し2年ぶりの優勝を飾りました。



▲広野町のブースでは無料でうどんなどが振る舞われました



▲開会式の様子

2月3日(日)スキー教室開催

広野町スキー教室がグランドコススキー場で開催されました。今年は、町内から益山嘉通さんと伊藤仁己さんにインストラクターとしてご協力をいただきました。参加者は慣れない雪にとまどいながらも道具の使い方やすべりかたを教わりながら雪に親しんでいました。



▲インストラクターから基本の姿勢を学ぶ参加者

2月21日(木) 防犯灯を寄贈していただきました

▶齋藤所長より副町長に目録が手渡される



東北電力相双営業所様より、防犯灯10台を寄贈していただきました。いただいた防犯灯は防犯上危険と思われる個所に設置させていただきます。ありがとうございます。

福祉環境グループ

● 戦傷病者相談員

広野町を担当する戦傷病者（戦没者遺族）相談員として、厚生労働大臣から任命されましたので、戦傷病者（戦没者遺族）の恩給、各種給付金に関する事など援護全般や、生活に関する事など、何でも御相談ください。

- 氏名 猪狩 壮夫
- 住所 榎葉町大字上小埜小山28
- 電話番号 ☎25-13669
- 担当地区 広野町・榎葉町・富岡町・川内村

教育委員会

● 広野町奨学資金貸与事業のお知らせ

広野町では、平成4年度から奨学資金貸付事業を実施しておりますが、平成20年度も次のとおり奨学資金の貸与をしますので、お知らせいたします。

- 1、目的
広野町出身の学生であって、能力があるにもかかわらず、経済的理由により修学が困難と認められる者に對し奨学資金を貸与し、もって教育の機会均等を図り、健全な社会の発展に資する。
- 2、貸与を受ける者の資格
次の各号に掲げる要件を備える者に対して申請に基づき貸与する。
(1)専修学校専門課程（学校教育法（昭和22年法律第14号）第82条の3第3項の専修学校専門課程をいう。）、短期大学又は大学（大学院を除く。）（次号において「大学等」という。）に在学し、品行が正しく学術にすぐれていること。
(2)前号の大学等に合格した際に広野町に引き続き1年以上住所を有していること。
(3)国、県又は他の団体から同種類の奨学資金の貸与又は給与を受けていないこと。
(4)経済的理由により修学が困難と認められること。
- 3、奨学資金の額
奨学資金貸与額は、月額1000、000円以内とし、本人の希望及び

家庭の事情等を参酌して決定する。
4、申請手続き
貸与を希望する方は、奨学生願書等により広野町教育委員会に申込みください。
◆受付期間
平成20年4月1日から平成20年4月30日まで（期間厳守）
（ただし、土日祝日など役場閉庁日を除く）

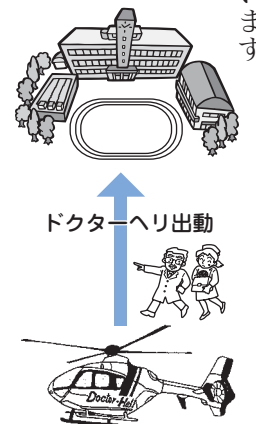
■お問い合わせ先
広野町教育委員会
☎27-4166（直通）
E-mail: kyouiku@town.hirano.
fukushima.jp

保健センター

● 福島県ドクターヘリの運航と安全確保のための避難協力について

福島県は、県内の救急患者の治療開始までの時間や搬送時間を短縮し県内の救命率の向上を図るため、県立医科大学附属病院においてドクターヘリを運航するととなり、本年1月28日より運航を開始しております。
広野町は、広野町総合グラウンド及び広野中学校グラウンドがドクターヘリの離着陸場所に指定されており、安

● JR広野駅の発車ベルが、「上り」とんぼのめがね」、「下り」汽車」にメロディー化されます。



3月17日からJR広野駅の発車ベルがメロディー化されます。

♪上り「とんぼのめがね」

「とんぼのめがね」は額賀誠志医師が常平地区に往診に行った際、子どもたちがとんぼと遊んでいる様子を見て作詞されたものです。当町から生まれた重謡にちなんで「とんぼのめがね」を採用することとなりました。

♪下り「汽車」

「汽車」の歌詞は大和田健樹氏が常磐線いわき市久ノ浜から広野町の間の風景をうたったものだと言われています。このことにちなんで「汽車」を採用することとなりました。

春の全国火災予防運動 3月1日(土)~3月7日(金)

3月1日から1週間、春季全国火災予防運動を実施いたします。全国的に建物の火災が多く発生し、逃げ遅れによる犠牲者があとを絶ちません。家族間でもう一度話し合い、火災予防を心掛けてください。

富岡消防署

住宅火災の発生原因 ~低温着火~

火のない所に火事…?

直接火源に接触しなくても木材が燃え出すことがあります。コンロや風呂釜付近の壁が低温で長時間加熱されることによって、炭化が進み、ついには低温で着火してしまいます。「コンロ付近の壁」や「煙突が貫通している壁や屋根」が熱を伝えにくい構造となっているか、熱をもっていないか、点検してみましょう。



皆さんは設置していますか？

住宅用火災警報器を平成23年5月31日までに設置することが定められています。皆さんの家族を火災から守るために早期設置に努めて下さい。

平成23年5月31日まで 残り1,186日（平成20年3月1日現在）

（詳しくは 富岡消防署 ☎22-2119 榎葉分署 ☎25-2119 川内出張所 ☎38-2119まで）

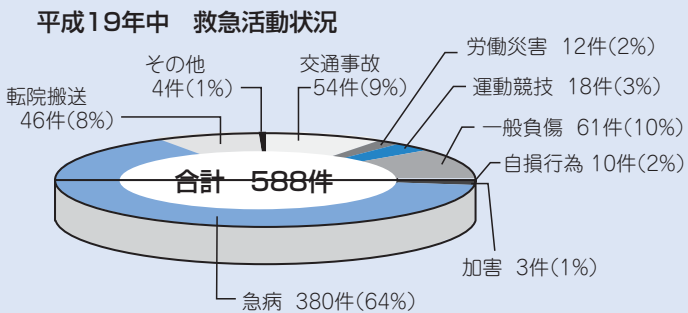
救急車の適正な利用について

平成19年中の消防榎葉分署の救急活動状況は、救急出場件数が588件でありました。このうち、「急病」による救急車の出場が380件になります。広野町の住民の方が、「急病」により病院に搬送された人員は380件のうち、106人であることが分かりました。救急搬送状況をグラフに示しましたので参考に願います。

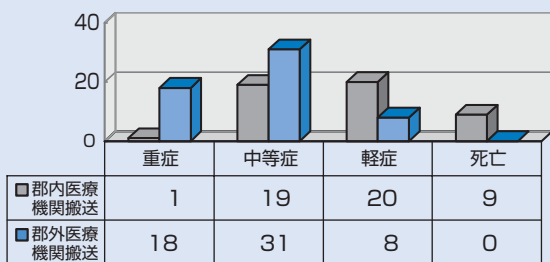


救急車は、住民の皆さんを病院まで搬送する大切な車両です。適切な利用に心がけ、緊急の時にいつでも使えるようにしましょう。

【榎葉分署における救急活動状況】



【広野町における急病事故搬送状況】



消防署では、急な発熱や腹痛で救急車は使わずとも自家用車等で病院に行くことができる方々に「受入病院の紹介」を行っています。お問い合わせは、一般電話での照会となります。電話番号は、榎葉分署 ☎25-2119、若しくは富岡消防署 ☎22-2119 にお問い合わせ願います。

消防 榎葉分署

相馬税務署

平成19年分の所得税、消費税（個人事業者）の申告期限と納期限は次のとおりですので、ご注意ください。

申告所得税 (第3期分)	平成20年 3月17日(月)	申告期限、 納期限
消費税 (個人事業者)	平成20年 3月31日(月)	振替納税 ご利用の場合 の振替日
	平成20年 4月22日(火)	
	平成20年 4月24日(木)	

※振替納税をご利用の方は、振替日の2、3日前までに預貯金残高の確認をお願いいたします。
※申告に関してご不明な点がございましたら、次の番号までお問い合わせ願います。

相馬税務署
☎0244-3613111(代表)
税務署におかけいただいた電話は、自動音声応答(音声ガイダンス)によりお受けいたします。アナウンスに従ってご用件に応じた番号を選択して下さい。
なお、国税に関する一般的なご質問や相談については、「電話相談センター」にて、仙台国税局税務相談室

「ねんきん特別便」が届いたら必ず手続きをしましょう

県内六カ所の社会保険事務所と福島市の福島年金相談センターでは、「ねんきん特別便」に関する手続きや相談に対応するため、受付時間を変更します。

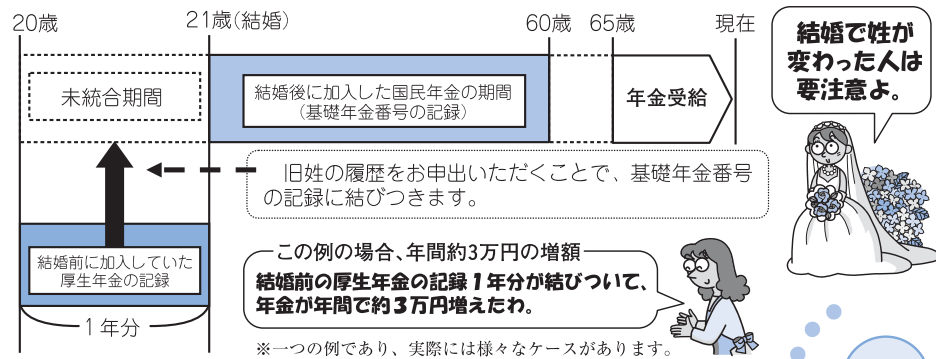
- ◆ 平日の受付時間を延長します。
2月と3月の平日は、午前8時30分から午後7時まで
 - ◆ 休日にも相談を受付けます。
2月9日(土)と3月8日(土)、9日(日)は、午前9時から午後4時まで
- ※福島年金相談センターは、工事のため2月9日のみ実施します。
ねんきん特別便専用ダイヤル ☎0570-058-555

社会保険庁

平成8年12月以前に旧姓で年金に加入していた方は、ご注意ください。～旧姓の頃の記録が統合されていないことがあります～

記録をご確認いただき、お申出をいただくことにより記録を速やかに結びつけることができます。

(例)
A子さん(67歳)が結婚前の厚生年金1年分を統合した場合



1. 記録の確認は以下の3つの方法で

- ① 社会保険事務所または年金相談センターで
[受付時間] ○月～金曜日：午前8：30～午後5：15
2月と3月は一部の年金相談センターを除き午後7：00まで受付時間を延長します。
○2月9日(土)、3月8日(土)、3月9日(日)：午前9：30～午後4：00
(都合により開庁できない社会保険事務所・年金相談センターもあります。)
※お近くの社会保険事務所の所在地や開庁時間の延長などについては、社会保険庁ホームページ(<http://www.sia.go.jp/>)でご案内しております。
- ② お電話で「ねんきん特別便専用ダイヤル」 0570-058-555
※IP電話、PHSからは「03-6700-1144」にお電話ください。
[受付時間] ○月～金曜日：午前9：00～午後8：00
○第2土曜日および3月9日(日)：午前9：00～午後5：00
※原則として皆様の基礎年金番号や生年月日をお尋ねし、後日、回答票を郵送させていただきます。
※「ねんきんダイヤル」(0570-05-1165)でも受け付けております。
- ③ インターネットで(ユーザID・パスワード)
現役加入者の方は、社会保険庁ホームページから、ユーザID・パスワードをお取りいただければ、同ホームページでいつでもご自身の年金加入記録をご覧いただけます。
社会保険庁ホームページ <http://www.sia.go.jp/>
平成20年の4月から10月までの間に、すべての年金受給者・現役加入者の方々に「ねんきん特別便」をお送りし、改めて記録の確認をお願いすることとしております。

まずは記録をご確認ください。

記録がもれている場合

2. 旧姓履歴の申出
申出は社会保険事務所へ
3. 記録の調査及び統合
記録の調査及び統合は社会保険事務所で行い、皆様に結果をお知らせします。

※平成9年1月以降にはじめて年金に加入された方は、基礎年金番号制度の導入により、年金記録が一元的に管理されておりますので、ご安心ください。

社会保険庁・社会保険事務局・社会保険事務所

職員又は東北税理士会の会員税理士が電話でお答え致します。

福島原子力企業協議会

第39回原子力発電所定検 必修技能教育受講者募集

- 1、募集対象者
原則として福島県浜通り在住者で地元に着し、原子力発電所の定期検査作業等に係る技能を総合的に身につけ、求職活動に備えようとする者。(原則として18才～35才未満で、高等学校卒業以上の者)
- 2、募集者数 10名程度
- 3、応募手続
受講申込書(協議会所定用紙)を協議会事務局に提出してください。なお、一般健康診断個人票、電離放射線健康診断個人票を面接以降、必要に応じて提出して頂きます。
- 4、募集期間
平成20年3月10日(月)～平成20年4月7日(月)
- 5、選考方法 作文、面接
- 6、教育期間
平成20年5月下旬～平成20年7月下旬(土日祝日を除く毎日)
- 7、詳細についてはお問い合わせ先
福島原子力企業協議会
☎024013212497

人事院

国家公務員採用試験のお知らせ

人事院では、国家公務員採用I種試験及びII種試験(いずれも大学卒業程度)を実施いたします。

【I種試験】
受付期間は4月1日(火)から4月8日(火)までで、(郵送により申込む場合は、最終日までの通信日付印有効)、第1次試験は5月4日(日)に行います。

【II種試験】
受付期間は4月11日(金)から4月22日(火)までで、(郵送により申込む場合は、最終日までの通信日付印有効)、第1次試験は6月22日(日)に行います。

なお、申込用紙の請求や受験資格等の詳しい内容については、人事院ホームページ又は左記にお問い合わせください。

■お問い合わせ先
人事院東北事務局 第二課 試験係
☎022122112022
人事院ホームページ
<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>

平成20年度国家公務員「国税専門官採用試験」(大学卒業程度)のお知らせ

仙台国税局では、地元の大学に通っている方、首都圏からUターンして公務員を目指す方など、東北を拠点に活躍するバイタリティあふれる税務職員を募集しています。

今回募集を行うのは、試験内容が大学卒業程度の「国税専門官」です。
◆受験資格
1、昭和54年4月2日から昭和62年4月1日生まれの者
2、昭和62年4月2日以降生まれの者で次に掲げるもの
(1)大学を卒業した者及び平成21年3月までに大学を卒業する見込みの者
(2)人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者

◆受験申込受付期間
平成20年4月1日(火)から4月14日(月)まで
◆受験申込書の請求
最寄りの税務署、仙台国税局人事第二課又は人事院東北事務局
■お問い合わせ先
仙台国税局人事第二課
☎02212631111
内線3236

その他

● 2009年1月、上場会社の株券が電子化されます!!

● 株券電子化により、上場会社の株券は無効となり、株主の権利は証券会社などの金融機関の口座で電子的に管理されます。

● お手元の株券が本人名義になっていない場合は、電子化により株主としての権利を失うおそれがありますので、注意が必要です。御自宅のタンスや貸金庫で長期間保管されている株券の中には、名義書換や転居の際の住所変更などが済んでいないものもあると考えられますので、この機会にご確認されることをお勧めします。

● 株券電子化により、株式の管理や取引がより効率的に、より安全に行えるようになります。

■ 電子化に関するお問い合わせは左記までお願いします。

日本証券業協会 証券決済制度改革推進センター
 ☎ 03 1366714500
 (平日 9時〜17時)

● ライフジャケット着用義務化のお知らせ!

平成20年4月1日より、1人乗り小型漁船で航行・漁ろう作業に従事する場合、携帯電話等の連絡手段の有無にかかわらず、ライフジャケットの着用が必要となります。

万が一海中転落した場合、ライフジャケットを着用した場合の生存率は85%で、未着用の場合の生存率の約3倍となります。

ライフジャケットには、膨張式をはじめとする様々なタイプの物が販売されており、漁ろうの種類に応じて適切なライフジャケットをお選びください。

■ お問い合わせ先

東北運輸局海上安全環境部 船員労働環境・海技資格課
 ☎ 022179117524

● 軽自動車検査協会よりお知らせ

3月(特に月末)は、軽自動車の名義変更や抹消の申請が極端に集中し、長時間お待ちいただくこととなりますので、できる限り早めに申請されるようお願いいたします。

裁判員制度 Q&A

Q どのような人が裁判員に選ばれるのですか?

A

選挙権がある方(有権者)から裁判員を選びます。

衆議院議員の選挙権がある方(有権者)であれば、原則として誰でも裁判員になることができます。ただし、選挙権のある方でも法律上、裁判員になることができない方もいます。



へー そういうことか!

すくすく写真館

広報ひろのでは、お子さんの写真を募集し掲載するコーナーを企画しました。たくさんのご応募お待ちしております。



お子さんの写真を掲載します!!

掲載例

写 真

..... コメント
 名 前

募集要領

生後3ヶ月から5歳くらいまでの就学前のお子さん。任意の用紙に①氏名(ふりがな) ②年齢(生年月日) ③住所 ④電話番号 ⑤父母や祖父母等の家族のコメントを添えて、直接または、封書で郵送してください。写真の裏面に名前を書き添えて下さい。写真は返却いたしません。

投稿先

〒979-0402 広野町大字下北迫字苗代替35 広野町役場総務課企画グループ広報担当 「すくすく写真館」あて ☎ 27-2114

ローレンのポイント英会話



Time for Spring! 春です!

Let's enjoy spring together with these English phrases... この英語表現で春を満喫しよう。

First Spring Bird - Americans know that spring is here when we see the first robin flying around the town. ファースト スプリング バード①-アメリカ人は町中を飛び回るコマドリを見かけると春の訪れを感じるため、その鳥を指します。

- * March weather: Goes in like a lion and ends like a lamb (ゴオウズ イン ライク ア ライオン アンド エンズ ライク ア ラム)3月の気候について言う時: ライオンの様に始まり、羊のように終わる。(厳しい寒さと共に月が始まり、穏やかな暖かさで終わる様子の例え。よく使われる表現。)
- * Let's view Cherry blossoms together (レッツ ヴュー チェ(ウ)リー ブラッサムズ トウギャダー) ...一緒に桜を見ましょう。
- * Happy Spring! (ハピ スプ(ウ)リング) 良い春を!



くらしの 情報

3月が納期の町税は

■ 国民健康保険税(9期)

納期限 3月31日(月)

納期内の納税に心がけてください。

● 町のすがた ●

世帯数 1,869世帯
 総人口 5,563人
 (男) 2,753人
 (女) 2,810人

● 人のうごき ●

転入 3人
 転出 18人
 出生 3人
 死亡 6人

平成20年1月31日現在



おめでとうお幸せに

西本 大樹 山下 理沙

下浅見川

【1月16日~2月15日】届出



こんにちは赤ちゃん

名 前	親
佐藤 光治郎	孝 広 上浅見川

(出生届出は14日以内に) 【1月16日~2月15日】届出



おくやみ申し上げます

名 前	享年
飯谷 小柳 千代子	75歳
飯谷 小柳 幸子	83歳
根山 本内 良兼	83歳
根山 本内 良兼	69歳
根山 本内 良兼	68歳
根山 本内 良兼	77歳
根山 本内 良兼	65歳
根山 本内 良兼	88歳
根山 本内 良兼	79歳

下浅見川 下北迫 下北迫 下浅見川 上北迫 下北迫 上浅見川 下北迫 折木

(死亡届出は7日以内に) 【1月16日~2月15日】届出

* 個人情報保護に基づき許可を得た方のみ掲載しています。

健康カレンダー

月日	時間	事業名	場所
3月10日(月)	(受付)13:00~13:20	3歳児健診	保健センター
3月12日(水)	9:30~11:30	健康相談会	保健センター
	13:30~15:30	機能訓練	
3月13日(木)	9:30~11:30	げんキッズ	保健センター
3月14日(金)	10:00~13:30	ヘルスアップ教室	保健センター
3月17日(月)	10:00~11:30	なかよしランド	保健センター
3月26日(水)	13:30~15:30	機能訓練	保健センター
4月3日(木)	(受付)13:00~13:20	B C G 予防接種	保健センター
4月7日(月)	10:00~11:30	なかよしランド	保健センター
4月8日(火)	(受付)13:00~13:20	2歳児歯科健診	保健センター
4月9日(水)	(受付)9:30~9:50	もぐもぐキッチン	保健センター
4月11日(金)	13:30~15:30	機能訓練	保健センター

骨の健康度チェック [✓]

- 牛乳や乳製品はあまり好きではない。
- インスタント食品やテイクアウトの食品をよく利用する。
- 魚より肉を多く食べる。
- 無理なダイエットをしたことがある。
- 運動をあまりしない。
- 日光を浴びない日がある。
- タバコを吸う。
- 酒を飲みすぎることが多い。
- ささいなことで骨折することがある。
- 疲労感がある。
- 閉経している。

※この項目にいくつかあてはまる人は生活習慣病を引き起こす原因となるので、検査を受け病院の指導・治療を受けましょう。



カルシウムたっぷりメニュー

すり身魚の大葉巻き

材料(4人分)

- タラ切り身…… 200g
 - 木綿豆腐…… 1/3丁
 - 塩…… 小さじ1
 - 人参…… 40g
 - ごぼう…… 40g
 - 蓮根…… 40g
 - 大葉…… 16枚
- 【A】
- 卵白…… 1/2コ
 - 片栗粉…… 小さじ1
 - 粉チーズ…… 大さじ2
 - 大根おろし…… 100g
 - ポン酢…… 大さじ2
 - 油…… 大さじ1

作り方

- ① 人参、ごぼう、蓮根はみじん切りにし、さっと下ゆでし、水気をきる。
- ② 豆腐はよく水切りをする。
- ③ すり鉢に骨と皮を取り除いたタラをいれ、塩を加え粘りがでるまでよく混ぜる。
- ④ ③に②とAを加えておろなく混ぜ、①を加えて混ぜこむ。
- ⑤ ④を16等分して丸めて小さめの俵型にし、青しそを巻く。
- ⑥ フライパンに油を熱し、弱めの中火で⑤をきつね色に焼く。
- ⑦ 皿に盛り、大根おろしとポン酢でいただく。

お問い合わせ先 広野町保健センター ☎ 27-3040

豆知識

骨粗しょう症

骨粗しょう症とは、骨の量の減少や、骨の質の変化などにより骨が弱くなる病気で、転倒等により、骨折がおこりやすくなります。

骨粗しょう症を防ぐには!

- ① **カルシウムを摂る。**
(目安量、男性600~650mg 女600mg)
*カルシウムの多い食品
●牛乳・乳製品
(牛乳コップ1杯 200ml 中カルシウム 220mg)
●大豆製品
(豆腐 1/2丁 150g 中カルシウム 180mg)
●緑黄色野菜(小松菜 80g 中カルシウム 136mg)
●小魚・海藻・乾物類
(ひじき(乾燥) 5g 中カルシウム 70mg)
※ビタミンD(きのこ類など)と摂ると吸収がよい!
- ② **リン酸、食塩に注意する。**
※カルシウムの吸収を妨げる
- ③ **無理なダイエットはしない**
- ④ **運動習慣をつける**
- ⑤ **1日2回は外に出て、日光にあたる**
- ⑥ **お酒、たばこ、コーヒーの嗜好品の取りすぎに注意する!**

グー・チョコキパー体操 一人でジャンケンをしてみよう

- ① 手の指を使って体操
- ② 足の指を使って体操



「グー・チョコキパー」といいながら右はそのとおりに出し左はそれに勝つジャンケンを出します。(反対でもやってみよう。)

※指を閉じたり開いたりすることで、指の力が増します。手足の指が丈夫だと、歩く際に転びにくくなります。指の体操は脳への刺激とともに、転倒防止にも役立ちます。

広野町図書室 新着本・DVD

一般書	
タイトル	著者
スウィートフリースドッグ	SINCO 著
余命1ヶ月の花嫁	TBS「イブニング・ファイブ」編
ベーコン	井上 荒野著
靖国への帰還	内田 康夫著
食べない人、食べられない人の介護食メニュー	落合 敏著
悪果	黒川 博行著
敵影	古処 誠二著
私の男	桜庭 一樹著
警官の血 下	佐々木 譲著
警官の血 上	佐々木 譲著
広辞苑 1	新村 出編
広辞苑 2	新村 出編
怨霊記魔洞界 4	千秋寺 京介著
眼科 119番	中村 友昭編著
約束の地で	馳 星周著
ダイニング・アイ	東野 圭吾著
はやぶさ新八御用帳 2	平岩 弓枝著
青の回帰 上	平岩 弓枝著
よろずや平四郎活人剣 下	藤沢 周平著
源氏物語 5	紫式部著
源氏物語 6	紫式部著
源氏物語 7	紫式部著

DVD	
タイトル	著者
アルプスの少女ハイジ 5	ヨハンナ・スピリ原作
アルプスの少女ハイジ 6	ヨハンナ・スピリ原作
アルプスの少女ハイジ 7	ヨハンナ・スピリ原作

児童書	
タイトル	著者
シャーロットのおくりもの	アマンダ・リー著
カニグズバーグ作品集 1	カニグズバーグ著
わたしが子どもだったころ	ケストナー作
じっぼ	たつみや 章作
青いかいじゅうと赤いかいじゅう	デイビッド・マッキー作
子どものための作文の本 1	ながた みかこ文と絵
子どものための作文の本 2	ながた みかこ文と絵
紙人形のほうけん	マーガレット・マーヒー作
魔女のたまご	マデライン・エドモンドソン作
きいろいばけつ	もりやま みよこ作
ゴールライン	秋木 真作
森は呼んでいる	及川 和男作
ぼくはアイドル?	風野 潮作
灼眼のシャナ 0	高橋 弥七郎著
灼眼のシャナ 10	高橋 弥七郎著
灼眼のシャナ 11	高橋 弥七郎著
鬼の市	鳥野 美知子作
森のお店やさん	林原 玉枝文
盗角妖伝	廣嶋 玲子作
はれときどきぶた	矢玉 四郎作・絵

○志学舎様より 図書2冊の寄贈を受けました。
ありがとうございました

3月の休室日のご案内

4日(火) 11日(火) 18日(火) 25日(火)

■お問い合わせ先
広野町図書室 ☎ 27-3211

広野町二ツ沼総合公園直売所



利用組合員紹介

第8回

昨年5月3日に広野町二ツ沼総合公園直売所がオープンしました。
消費者の皆さんに新鮮、安全、安心な農作物を提供するため日々生産に励んでいる組合員を毎月シリーズで紹介しします。今回はシリーズ第8回です。

- ① 組合員氏名
- ② どんな物を出荷していますか？
- ③ 直売所に出荷して初めての感想は？



① 芳賀 清さん

- ② しいたけ、にんじん、たけのこ、ねぎ、ほうれんそう、じゃがいも、柏餅の粉等
- ③ ・出荷の際、出荷物に貼付する商品ラベルが見えにくく、記入するのが大変なので、もう少し、工夫したい。

① たんぼぼクラブさん

- ② 卵、しいたけ、手芸品（フェルト、ビーズ、藤）等
社会福祉法人育成会いわき希望の園からの委託販売 EM 菌石鹸、ぼかし活性液
- ③ ・EM 菌石鹸、ぼかし活性液は環境にやさしいからとリピーターで購入してくれる方がいるのでよい。
・平日も営業すれば、売上げも上がるのではないかと。
・将来、我がたんぼぼクラブの会員、子ども達もこの直売所で働けるようになればいい。



① 居酒屋どんどんさん

- ② キムチ（大根、白菜、きゅうり）
- ③ ・直売所の出荷者は皆同じ野菜作りをするのではなく、それぞれ分担して野菜作りをすれば種類も量も増やせるようにしたい。
・もう少し、消費者が購入しやすい食品陳列棚を用意するなど工夫したい。



お知らせ

◎広野町二ツ沼総合公園直売所の営業時間は
毎週土・日 午前9時から午後5時まで（10月から4月）

お申し込み・
お問い合わせ先

広野町二ツ沼総合公園直売所利用組合では組合員を募集しています。
加入希望される方は、下記へご連絡ください。
広野町役場 産業グループ ☎0240-27-4163

広野文芸欄

季題 当季雑詠

広野町如月句会

遠藤健太郎

春光や散歩のコース延びており
年男今年は若く声高し
明らかに日射強めて春立ちぬ

西山子

雪原や大河は黒く光りおり
美しく生きる勇氣や冬薔薇
大寒に立ちむかふべき卯酒

塩 史子

手を会わず燈明ゆるゝ阪神忌
せんべい割る音のかわきや寒に入る
寒々と青空透くる雑木山

悟 峯

凧あげの糸引く児の手あからみて
朝日射す梅一輪の香の高し
路面凍結の案内板に緊張す

阿部 真生

夕暮れの小雨の音や枯芒
春を待つ整理されたる耕地かな
木枯の海鳴りとなるひゞきかな

酒井 津祢

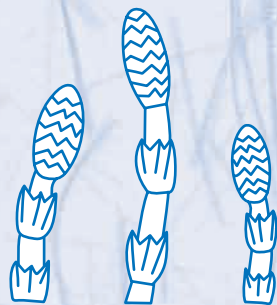
埋火に炭つぎ今日のはじまりぬ
友思ふ庭には紅き寒椿
人に会う足かろやかに冬の道

宮下 純子

百二才の元氣給る年賀状
引き当つる大吉に笑む初詣
着ぶくれて回覧板を隣まで

鯨岡 正子

柿落葉深くつもれる庭のすみ
梅の枝赤く目立つや凍る朝
山茶花や風の冷たさ耐いて咲く



※広野みなづき短歌会は、しばらくの間
休載いたします。



オニは外、福は内

2月1日(金)

広野保育所と広野幼稚園で毎年恒例の豆まきが行われました。

保育所では、子どもたち全員で紙芝居を見たあと教室に戻って元気いっぱい豆まきをしました。

幼稚園では、子どもたちが自分たちで作ったオニのお面をかぶり、「オニは外、福は内」の元気なかけ声で豆をまきました。

Hirono Town Public Information

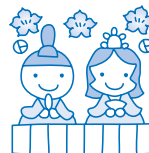


編集・発行/広野町役場総務課企画グループ
☎(0240) 27-2114

ホームページ <http://www.town.hirono.fukushima.jp>
Eメール kikaku@town.hirono.fukushima.jp

ひろの Monthly カレンダー

2008年
3月
(3/1~15)



医 休日当番医
歯 休日当番歯科医
☑ ゴミ収集
税 納税

水 水道修理当番業者
水道関連
・水道企業団 広野営業所：☎ 28-0911
・水道企業団 本庁：☎ 25-5315

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7 赤口	8 友引
9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口	13 先勝	14 友引	15 先負
医 こんの内科クリニック (大熊) ☎ 32-1700 歯 宮嶋歯科医院 (富岡) ☎ 22-5877 ☑ 可燃・ビン		☑ プラ・ペットボトル	水 吉田鉄工所 (~18日) ☎ 27-3241	中学校第61回卒業 証書授与式 ☑ 可燃		

1ヶ月の予定を直接記入するなど、ぜひご活用ください。 16日以降はウラにつづきます

ひろの Monthly カレンダー

2008年
3月
(3/16~4/5)



医 休日当番医
歯 休日当番歯科医
♻️ ゴミ収集
 税 納税

水 水道修理当番業者
 水道関連
 ・水道企業団 広野営業所：☎ 28-0911
 ・水道企業団 本庁：☎ 25-5315

日	月	火	水	木	金	土
16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引	21 先負	22 仏滅
医 とみおか整形外科 クリニック(富岡) ☎ 21-1330 歯 木村歯科医院(富岡) ☎ 22-2600 ♻️ 可燃	彼岸入り JR広野駅発車ベル メロディー化記念式典 ♻️ 可燃	♻️ プラ・古紙	水 幼稚園修了式・終業式 水 山忠設備工業(～25日) ☎ 27-3311	春分の日 医 川村医院(富岡) ☎ 22-3311 歯 新妻歯科医院(大熊) ☎ 32-7856	小学校修了式・ 卒業証書授与式 中学校修了式	
23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先負	28 仏滅	29 大安
医 ときクリニック (榑葉) ☎ 25-1222 歯 山村デンタルクリニック (浪江) ☎ 34-3110 ♻️ 可燃・カン・不燃	♻️ 可燃・カン・不燃	♻️ プラ・ペットボトル	水 北陽管工(～31日) ☎ 27-3419	保育所修了式 ♻️ 可燃	離任式(小・中)	
30 赤口	31 先勝	4/1 友引	2 先負	3 仏滅	4 大安	5 赤口
医 夜の森中央医院 (富岡) ☎ 22-2211 歯 穴田歯科医院(富岡) ☎ 22-3522	♻️ 可燃 税 国民健康保険税 (納期限日)				広報ひろの発行日	

1ヶ月の予定を直接記入するなど、ぜひご活用ください。