

東北に春を告げるまち

ひろの

広報

No. 475

2010. 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. 仕事に誇りをもち、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。

● Contents

- ◆ 鶴田徳満広野夢大使 国際美術大賞展で
文部科学大臣賞に輝く …… 2～3
- ◆ 「広野みかんクラブ」ってな～に? …… 4～5
- ◆ お知らせ・広野町図書室 …… 6～11
- ◆ 公民館部会紹介 …… 12～13
- ◆ まちの話題・広野文芸欄 …… 14～15
- ◆ 保健センター・広報カレンダー …… 16～17
- ◆ 協会けんぽ
第1回広野町みかんロードレース大会 …… 18



もうすぐ春ですね。

—東北に春を告げるまち ひろの—

「わえ見て見て、チューリップの芽」
「あそこにも、あっちにも」

やわらかい日差しが町中を包んだ2月下旬のある日。この日は最高気温も10℃を上回り、保育所では、子どもたちが元気に園庭を駆け回りました。その足音で花壇のチューリップが目覚め始めたようで、芽が“ちょっと”顔を出しました。

見る人の心を 温かくする絵を 描き続けたい



「実りの秋」日本選抜美術協会HPより



鶴田徳満 広野夢大使

広野夢大使で画家の鶴田徳満さん（＝小樽市在住）が昨年11月上旬に東京都美術館で開かれた第35回国際美術大賞展*で、文部科学大臣賞に輝きました。大賞に次ぐ栄誉。芸術家を数多く輩出している小樽でもただ1人の受賞となりました。

70歳から本格的に絵に取り組み、配色、表現方法、道具の使い方まで、絵に関するすべてを独学で身につけました。また、小樽で開催される年末チャリティーバザーなどのボランティアに取り組み、活動の幅を広げている鶴田さん。

そんな鶴田さんが描いた今回の受賞作品は、十勝地方でのジャガイモの選別作業を画題にしたもの。題名は「実りの秋」。昭和30年代に鶴田さん自身がモノクロ写真で北海道内の風景を取りためた1枚を参考にイメージを膨らませ完成させました。

受賞作品と鶴田さんが描く絵について電話インタビューしました。

今回の作品について

昨年、ひろの童謡まつりに参加させていただきましてありがとうございます。実は出発の前日の夜10時ごろまで、作品の仕上げに取り掛かっていました。ひろの童謡まつりに出席することが決まり、1週間、小樽の家を留守にするようになったので、その1週間の間に作品が乾けば国際美術大賞展に出品しよう。もし乾いていなければ出品はあきらめようと思っていました。実際、1週間が経過して家に戻ったら作品が乾いていましたので出品することに決めました。

※国際美術大賞展とは
平成元年、新時代にふさわしい公募展、応募者のために存在する展覧会を目指して日本選抜美術家協会が主催してきた展覧会で、多くの美術関係者、画壇の注目を浴びながら飛躍的な発展を遂げたもの。そして、平成19年に第33回日選展と国際美術大賞展を一本化し、協会の本展として第35回国際美術大賞展を開催し、現在に至っている。
（日本選抜美術家協会ホームページ参考）

今回の作品のこだわりについて

この作品の1番のポイントは、光と影をきちつと描き分けているところで、それにより人間の表情、雰囲気を出したところ。前を暗くして、後ろを明るくするよう工夫しました。

題名について

とにかく絵をわかって頂く、題名は絵の一部です。審査の対象でもありません。まずは制作に取り掛かる前に、仮題名をつけます。描きながら本当の題名を何にするか判断していきます。出品ぎりぎりまで悩み、出品してから切り替えることもあります。

町民の皆さんにメッセージを お願いします

私と広野町との関りは、弟（鶴田松盛さん）が折木字太平に住居を構えてからのことで、30年ほど前からのことになります。以来、十数回も訪れていますが、特に10年くらい前からは絵を通じて、弟の友人の方々と接し、広野町の皆さんの温かい人柄にひかれて毎年のように訪れては、共に飲み、共に歓談することを楽しみにしています。そんな折に、広野夢大使の話がありました。絵を描くことしか出来ないものですので、その重責に

迷いましたが、少しでも広野町のためになるのならと決心して、平成19年10月20日に山田町長より「広野町夢大使」の委嘱状を受けました。以来、2年ほど、東北に春を告げる広野町とは違い、気象的、経済的に厳しい北海道の現況をお伝えし、少しでも広野町の行政、産業、経済等の参考になればと、微かながらご報告をさせて頂いています。今後も参考になるような情報を提供していきたいと考えています。

山田町長はじめ、広野町の皆さんのご健勝と、広野町の益々のご発展を心よりお祈り申し上げます。

次の展覧会に向けて、広野町の風景画に取り掛かっていくという鶴田さん。絵を見た人の心を温かくして、優しい気持ちを感じ出してもらいたいという言葉がとても印象的でした。

作品は日本選抜美術家協会ホームページでご覧いただけます。

なお、役場庁舎2階には、鶴田さんの作品「浅春」が展示してあります。来庁の際には、ぜひご覧ください。

光と影を強調 実りの秋を描く



作品を横に「明暗を意図的に表現し、メリハリを付けました」と話す鶴田さん

歳で、黙々と作業する様子が伝わってくる。また、奥から日が差し込んでいて、手前は遠くの箱や人の影を強調。明暗を意識した鶴田さんの作風が表現されている。

（桜井則彦）

賞で、鶴田さんは「喜寿のいい祝いになりました」と喜んでいて。作品は「実りの秋」。

小樽市銭函1の画家「抜美術家協会主催の鶴田徳満さん（76）が、文部科学大臣賞に輝いた」と喜んでいる。作品は「実りの秋」。50号の作品で今年1月から取り掛かり、10月に完成した。十勝地方の農作業風景が画題。作業小屋で収穫したジャガイモの選別を行う女性たちが描かれていた。女性はずつづき加

北海道新聞2009年12月19日掲載
地元新聞に、文部科学大臣賞受賞の記事が掲載



毎月、町へお送り頂いている広報や地元新聞の切りぬき



広野みかんクラブ (仮称)

事業内容

事業内容については以下の通りです。
 現在、プレ事業で行っている、げんきっこクラブ、太極拳等に加え、キッズ運動、フットサル、囲碁入門、水墨画入門、和太鼓体験教室等、スポーツ面・文化面のさまざまな事業（教室）を取り入れて活動します。

事業名	対象者	曜日	時間	月回数	内容	
キッズ運動	園児	木	15:30~16:30	2	体を動かす楽しさや面白さを通して運動機能を養おう!!	
親子運動	園児とその保護者	日	13:30~14:30	1	親子・仲間とふれあいながら、コミュニケーションをとって楽しく運動しましょう。	
親子おりがみ教室	園児~小学2年生とその保護者	日	15:00~16:00	1	親子でふれあいながらのおりがみ。いろいろなものを作って楽しい時間を過ごしましょう。	
囲碁入門	子供	小学生~高校生	日	10:00~11:00	2	囲碁経験がない方大歓迎!!興味がある方、ぜひご参加ください。
	大人	成人以上	木	19:00~20:00	2	
げんきっこクラブ	小学1年~小学3年	火	15:30~16:30	2	いわきスポーツクラブの先生を招いて、ゲーム形式で仲間と楽しく運動します。	
フットサル	どなたでもOK	日	13:00~15:00	2	未経験の方でも気軽に楽しめるスポーツです。みんなで楽しく汗を流しましょう。	
野球	小学生	日	13:00~15:00	1	未経験者大歓迎!仲間と一緒に汗を流してみませんか。	
ニュースポーツ	小学4年生~小学6年生	火	15:30~16:30	1	タグラグビー・スポーツ吹き矢・ベタンク等が体験できます。	
水墨画入門	成人以上	土	13:00~15:00	4	水墨画の基礎を学びましょう。	
カラオケ愛好会	どなたでもOK	水	10:00~11:30	2	歌うことが生きがいの方、カラオケが大好きな方、仲間と一緒に盛り上げてみませんか。	
健康教室	どなたでもOK	火	13:30~15:30	1	体力維持のためのストレッチ・体ほぐし体操。日々の運動不足に最適です。	
社交ダンス愛好会	どなたでもOK	水	10:00~11:30	2	経験のない方でも気軽にはじめられます。音楽に合わせて楽しく踊ってみませんか。	
		金	19:00~20:30			
ノルディックウォーキング	どなたでもOK	金	10:00~11:30	2	ノルディックを使って健康増進・体力向上を目指しましょう。	
ウォーキング	どなたでもOK	金	10:00~11:30	2	ウォーキングが好きな方、仲間と一緒に楽しく歩いてみませんか。	
太極拳	どなたでもOK	金	19:00~20:30	2	太極拳の基礎を学び、体を柔軟に動かして、心身ともにリラックス!健康効果を高めましょう。	
ヨガ教室	どなたでもOK	木	9:30~11:30	1	ふだんあまり使わない筋肉をゆっくり動かしながら、肩こり・腰痛などの改善、健康増進に。	
和太鼓体験教室	成人	土	19:00~21:00	4	和太鼓の体験。	
テニス入門	どなたでもOK	土	10:00~11:00	1	初めての方も、もっと上達したい方も一緒に楽しく汗を流してみませんか。	
ソフトテニス	どなたでもOK	土	10:00~11:00	1	ソフトテニス入門。	
バドミントン入門	どなたでもOK	土	13:00~15:00	2	バドミントンの入門。	
バレーボール	どなたでもOK	土	13:00~14:00	2	6人制・9人制バレーボールやソフトバレーボールと一緒に楽しく汗を流してみませんか。	
ランニング	どなたでもOK	水	15:00~16:30	8	体力向上・維持。ゆっくり楽しくランニングしよう!!	
山登り教室	どなたでもOK	※日時等は調整中です。			年6回のイベント事業です。仲間と一緒に楽しく山登りしてみよう!	

※事業の曜日・時間等、一部変更になる場合があります。
 ※事業の他に、イベントとして、健康ウォーキング(年2回)、期間限定のマリンスポーツ等も企画・予定しています。

広野町総合型地域スポーツクラブ
広野みかんクラブ(仮称)は
 平成22年4月に開始予定です。

広野みかんクラブ(仮称)では、各種会費について不明な点などありましたら、

広野みかんクラブ(仮称)に関するお問い合わせ先

広野町公民館

員を募集しています。入会の手続きや会費はこちらまでお問い合わせください。

☎0240-27-3244

平成22年度に、総合型地域スポーツクラブ「広野みかんクラブ(仮称)」設立に向け、現在プレ事業として、げんきっこクラブ、ウォーキング教室、児童向けの球技指導、高齢者向けの健康指導、登山教室、太極拳、卓球、バドミントンなどを住民の方々の参加により実施しています。

4月からは、これまでの活動を基本にしながら、運営面・事業面など、さらに内容の充実を図り住民の皆さんと行政が協働による総合型スポーツクラブ「広野みかんクラブ(仮称)」を立ち上げる予定です。

今後は、住民の皆さんが、スポーツや文化事業を通して、楽しめる・ふれあえるなどコミュニケーションの場を拡大したいと考えています。

2月号では、「広野みかんクラブ(仮称)」立ち上げにあたっての疑問を掲載しました。3月号では、会員の区分、料金、事業(教室)の概要を紹介いたします。

年会費

会費は、町内会員、町外会員に区分され、正会員・活動会員・賛助会員に分けています。さらに、活動会員は中学生以下・高校生・成人・シニア・ファミリーに区分しています。
 会員内容については以下の通りです。

正会員 クラブの目的に賛同して入会し、総会での議決権を有する会員です。

(単位:円)

区分	会費	保険料	合計
町内会員	5,000	1,600	6,600
町外会員	5,500	1,600	7,100

活動会員 クラブの目的に賛同して入会し、事業に参加する会員です。

●町内会員● (単位:円)				●町外会員● (単位:円)			
区分	会費	保険料	合計	区分	会費	保険料	合計
中学生以下	2,000	600	2,600	中学生以下	2,500	600	3,100
高校生	3,000	1,600	4,600	高校生	3,500	1,600	5,100
成人	4,000	1,600	5,600	成人	4,500	1,600	6,100
シニア(65歳以上)	3,000	800	3,800	シニア(65歳以上)	3,500	800	4,300
ファミリー	8,000	自己負担	8,000	ファミリー	8,500	自己負担	8,500

※年度途中の入会につきましては、年会費は割引になります。
 (7月~9月入会...25%割引、10月~12月入会...50%割引、1月~3月入会...75%割引)
 ※スポーツ安全保険に関しては、ご自身で傷害・賠償責任保険に加入されている場合は、強制はいたしません。

賛助会員 クラブの目的に賛同して入会し、クラブの活動を援助し、応援していただける個人および団体の会員です。

(単位:円)

区分	1口
個人	5,000
団体	10,000

お知らせ



福祉環境グループ

高齢者虐待に関する相談・通報窓口

「高齢者虐待防止法」では、高齢者の生命や身体に重大な危険がある場合、市町村に通報する義務があります。また、虐待を受けている高齢者本人も届出することができます。

そこで、町では「広野町高齢者虐待防止ネットワーク会議」を設置し、相談・通報の窓口を明確にしました。

虐待に気づいたり、虐待かな？と思ったときは、1人で抱え込んだり、悩んだりせずに早めに相談しましょう。

相談・通報窓口

広野町地域包括支援センター
 ☎27-4681
 広野町福祉環境グループ
 ☎27-2115

教育委員会

広野町 奨学資金貸与事業

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います。平成22年度も次のとおり奨学資金の貸与をします。

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対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。

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。

- 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）、短期大学または大学（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。
- 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。
- 国、県または他の団体から同種類の奨学資金の貸与または給与を受けていないこと。
- 経済的理由により修学が困難と認められること。

奨学資金の額

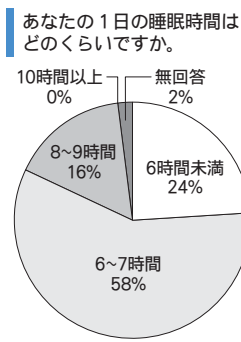
奨学資金貸与額は、月額100、

3月は福島県自殺対策強化月間です

●あなたは眠れていますか？

広野町健康づくり計画策定のため行った町民へのアンケート結果の一部です。アンケートに回答された方のうち24%の方は、睡眠時間が6時間未満と回答しています。また、十分な睡眠がとれていないと思っている方は、各年代で異なりますが、1割から2割の方が自覚しているようです。

不眠と精神疾患は密接な関係があり、十分な睡眠時間があっても眠れないという方は、うつ病などの精神疾患が原因かもしれません。精神疾患は本人が自覚しないケースもあり、周りの方の“きづき”も大変重要です。



睡眠が十分にとれていると思いますか。

年代	とれている	どちらともいえない	とれていない	無回答
60代	59.3	28.7	9.2	2.8
50代	54.6	30.6	11.1	3.7
40代	38.7	46.0	15.3	0.0
30代	46.1	40.4	13.5	0.0
20代	40.0	38.0	21.0	1.0

●ご自身や身近な方に変化はありませんか？

自分・家族・職場の同僚にこんな変化はありませんか？

- 「だるい」と言うことが増え、食欲がなくなった。
- 物事に関心がなくなった。
- 眠れない日が続いている。
(2週間以上続くときは特に要注意！)
- 集中力がなくなり、仕事の能率が落ちてきた。
- 表情が暗く、ボーっとするようになった。
- 口数が減り、人付き合いを避けるようになった。

ひとりで悩まず
相談しましょう



相談機関

- ころの健康相談ダイヤル ☎0570-064-556 (福島県精神保健センター内)
- 福島県相双保健福祉事務所 ☎0244-26-1332
- 広野町福祉環境グループ ☎27-2115
- 広野町保健センター ☎27-3040

心の相談会（専門員による相談会）

- 3月15日(月) 午前10時~午前11時
- 3月24日(水) 午前10時~午前11時・午後1時~午後3時
- ◆ 会場は、両日とも保健センターで、予約が必要です。(保健センター ☎27-3040)
- ◆ 秘密は厳守いたします。

■お問い合わせ 福祉環境グループ ☎27-2115

就学援助 (要保護・準要保護制度)

●要保護・準要保護制度とは？

広野町では、学校教育法（昭和22年法律第26号）第25条に基づき、経済的理由によって、就学困難と認められる学齢児童・生徒の保護者に対して、必要な援助を行い義務教育が円滑に受けることができるよう、学用品費や修学旅行費などの一部を援助しています。

●対象者（要保護者と準要保護者）は？

- 要保護者
 - 生活保護法第6条第2項の規定に該当する方
- 準要保護者
 - 広野町教育委員会が、要保護者に準ずる程度に困窮していると認められた方

000円以内とし、本人の希望および家庭の事情等を参酌して決定する。

●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22年4月1日から平成22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）

☎27-4166
 広野町教育委員会

方です。

- 生活保護法に基づく保護の停止または廃止されたが、生活が困難である方
- 福島県条例（昭和25年福島県条例第50号）に基づく個人事業税の減免、広野町条例（昭和29年広野町条例第37号）に基づく町民税の非課税または減免、固定資産税の減免を受けた方
- 国民年金法（昭和34年法律第141号）に基づく国民年金の掛金の減免を受けた方
- 広野町国民健康保険条例（昭和35年条例第47号）に基づく国民健康保険税の減免または猶予を受けた方
- 児童扶養手当法（昭和36年法律第238号）に基づく児童扶養手当の支給を受けている方
- 福島県社会福祉協議会による生活福祉資金の厚生資金貸付世帯の方
- 前記のほか、次のいずれかに該当する方
 - (ア) 保護者が失業対策事業適格者手帳を有する日雇労働者または職業安定所登録日雇労働者
 - (イ) 保護者の職業が不安定で生活状態が悪いと認められる方
 - (ウ) 学級費、PTA会費等の学校納付金の減免が行われている方
 - (エ) 学校納付金の納付状態の悪い者、被服等が悪い者または学用品、通学用品等に不自由している者で保護者の生活状態が極めて悪いと認められる方

●就学援助対象品目および対象児童生徒

区分	就学援助対象品目	対象児童生徒
学用品費	児童生徒の所持にかかわる物品で、各教科および特別活動の学習に必要なとされる学用品（実験・実習材料費を含む。）	準要保護児童生徒
新入学児童生徒学用品費	新入学児童生徒が通常必要とする学用品および通学用品	準要保護児童生徒
通学用品費	児童生徒が通常必要とする通学用品	準要保護児童生徒
通学費	最も経済的な通常の経路により通学する児童（4キロ以上）生徒（6キロ以上）が利用する交通機関に係る旅客運賃など	準要保護児童生徒
修学旅行費	交通費、宿泊費、見学料ならびに均一に負担すべきとなる記念写真代、医薬品代および旅行障害保険料など	要保護児童生徒 準要保護児童生徒
校外活動費	臨海・林間学校等に参加するための宿泊費など	準要保護児童生徒
学校給食費	児童生徒の学校給食費に要する費用	準要保護児童生徒

●手続きや必要なものは？

児童生徒が就学援助費受給申請書（学校・教育委員会に備え付けて

- 経済的理由により欠席日数が多い方
 - 保護者が勤務先の倒産やリストラなどの影響を受け、収入が大幅減になった方
- ※認定に際しては、申請書を基に世帯の状況を調査させていただきます。地区の民生委員などの意見を参考に教育委員会が決定します。

あり、(オ)に、教育委員会が指定するものを添付し、学校長を経由して教育委員会に提出してください。

- 前年の所得または収入証明書
- 非課税証明書または減免証明書
- その他教育委員会が必要と認める書類

☎27-4166
 広野町教育委員会

ごみと資源物は指定袋に入れて出しましょう



最近、ごみステーションに「違反ごみ」が多く見受けられます。違反ごみは収集されず景観が悪くなり住宅周辺の生活環境を損ないます！「ごみ」と「資源物」は必ず指定袋に入れて収集日の朝に出しましょう。また、指定袋に入らない粗大ごみは南部衛生センターにご相談ください。

■お問い合わせ 福祉環境グループ ☎27-2115

■ごみの分け方■

区分	袋の文字の色	収集する日
燃えるごみ	赤文字の袋	毎週 月曜・木曜
燃えないごみ	黒文字の袋	毎月 第4月曜日
ビン類	青文字の袋	毎月 第2月曜日
カン類	緑文字の袋	毎月 第4月曜日
プラスチック類	紫文字の袋	毎週 火曜日
ペットボトル類	黄文字の袋	毎週 火曜日
粗大ごみ	南部衛生センターへご相談ください	

※収集日が祝日となる場合は振り替えて翌日に収集する場合がありますので、収集日などについては、ごみ収集カレンダーをご覧ください。

平成22年 春期全国火災予防運動

『消えるまで ゆっくり火の元 にらめっ子』

春の火災予防運動が3月1日(月)から3月7日(日)までの1週間にわたり、全国一斉に実施されます。この運動は、皆さんに防火防災に関する知識や行動力を高めて頂くことにより、火災の発生を防止し、万一発生した場合にも被害を最小限にとどめ、火災から尊い生命と貴重な財産の損失を防ぐことを目的としています。

住宅防火 いのちを守る7つのポイント～3つの習慣・4つの対策～

3つの習慣

- ★寝たばこは、絶対やめる。
- ★ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ★ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ★逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ★寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ★火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ★お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

つけましたか？住宅用火災警報器

大切な命を守るために、住宅用火災警報器を1日でも早く設置しましょう！

火災による死者の7割は住宅から発生しており、住宅火災により亡くなった人の約5割が「発見の遅れ」によるものです。住宅用火災警報器は、火災による煙や熱を感知して警報音で知らせてくれるので、火災の早期発見に大変有効です。

※一般住宅の寝室などに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。



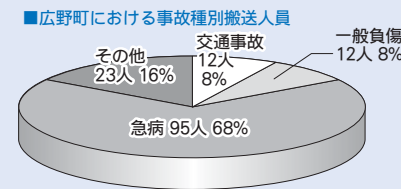
平成23年5月31日まで
残り457日
(平成22年3月1日現在)

- ①設置場所 寝室、階段(寝室がある階の階段最上部に設置)
 - ②設置の方法
 - *防災設備取扱店やホームセンター、家電量販店、電気器具販売店などで購入できます。
 - *ドライバーで簡単に取り付けすることができます。
 - *天井・壁にネジで取り付けられるものと、フックで壁に掛けるものがあります。
 - *広野町では、住宅用火災警報器設置者に対して補助金を交付しています。
- 詳しくは、役場福祉環境グループへ ☎27-2115
*消防署が直接販売を行ったり、特定の業者に販売を依頼することはありません。悪質な訪問販売にご注意ください。

富岡消防署 榎葉分署

救急車の適正利用について

平成21年中の榎葉分署の救急出場件数は523件で474人の方を搬送しました。前年より26件(4.7%) 17人(3.4%)の減少です。このうち、広野町から救急搬送された人員は142人です。広野町における救急活動状況をグラフに示しましたので参考をお願いします。



※その他とは、労働災害、運動競技、自損行為、転院搬送をいう。

救急車はけが人や病人に対し救命処置を施し病院に搬送する大切な車両です。緊急時にいつでも使えるよう適切な利用に心がけましょう。

■お問い合わせ先 富岡消防署 ☎22-2119 榎葉分署 ☎25-2119 川内出張所 ☎38-2119

農業委員会

改正農地法が平成21年12月15日施行になりました

今回の改正では、①これ以上の食い止め ②農地を貸しやすく、借りやすくし、地域との調整の上で最大限に利用し、農業を行う者の経営安定と食料の安定供給などをねらいとしています。

主な改正点

- 農地の賃借促進と効率利用
- 農地の権利移動要件の追加
- 農地の権利移動等(売買や賃借)する場合、許可の要件に「周辺地域における農地の利用に支障が起きないよう」にすることが加わりました。
- 農地の貸し借りはお互いが決めると

標準小作料の廃止により、貸し借りはお互いが決めることとなり、農業委員会は目安として借賃の動きについて情報提供を行います。

相統等で農地取得

農業委員会の許可を受けることなく平成21年12月15日以降農地を取得(相統等)した者は、農業委員会に届出をすることになりました。届出をしなかったり、虚偽の届出をした者は、罰せられることとなります。

農地違反転用処分の強化

農地法の許可を受けず農地を農

地以外の用途にした場合(違反転用、県知事から原状回復命令が出されたり、県知事等が原状回復した場合の費用は徴収することができます。

また、違反転用および原状回復命令違反の場合、3年以下の懲役または300万円以下(法人は1億円以下)の罰金が科せられます。

遊休農地(耕作放棄地)対策の強化

農業委員会は、すべての遊休地を対象として調査を行い、農地の有効利用を進めます。遊休農地の所有者に対して指導・勧告などを農業委員会が行います。所有者の不明な農地が利用できることとなります。

詳細につきましては、お近くの農業委員または農業委員会事務局にお問い合わせください。

☎農業委員会事務局
☎27-4163

相双地域雇用創造推進協議会

就職サポート巡回相談

あなたの

「就職活動」をサポート!

- ◆自分探しのカウンセリング
- ◆効果的な応募書類の書き方
- ◆面接で効果的に自分を売り込む方法
- ◆職場内での問題についてのカウンセリング
- ◆転職を考えている方の相談

仕事についてのご相談に、きめ細やかに対応します。

会場

広野町役場1F 図書室

相談スケジュール

3月15日(月)・17日(水)・19日(金)

相談時間

午前10時～午後4時

(正午～午後1時は除く)

対象者

地元での就職・転職をご希望の方、または在職者の方

相談料

無料

☎・FAX 0244-24-3650
E-mail souseukoyou@b203.plala.or.jp

福島原子力企業協議会

第41回原子力発電所定検修技能教育受講者募集

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かか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歳～35歳未満で、高等学校卒業以上の者)

募集人数

10人程度

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

平年金事務所

平成22年度の国民年金保険料月額と有利な前納割引制度

保険料は

月額1万5,100円

国民年金の保険料は、平成29年度まで毎年度引き上げられることになっていて、平成22年度の保険料は月額1万5,100円となっています。毎月の保険料は、厚生労働省から毎年4月上旬に送られてくる1年分の「納付書」によって翌月の末日までに納めます。窓口は、金融機関(ゆうちょ銀行を含む)またはコンビニエンスストアとなっています。また、ほとんどの金融機関で口座振替もできます。

- 募集期間** 平成22年 3月9日(火)～4月9日(金)
- 選考方法** 作文、面接
- 教育期間** 平成22年6月上旬～7月下旬(土日祝日を除く毎日)

☎福島原子力企業協議会
☎0244-32-2497

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日以降、必要に応じて提出して頂きます。

募集期間

平成22年 3月9日(火)～4月9日(金)

選考方法

作文、面接

教育期間

平成22年6月上旬～7月下旬(土日祝日を除く毎日)

☎福島原子力企業協議会
☎0244-32-2497

年金事務所での申込み

口座振替で平成22年度の1年分の前納(4月～9月振替の6カ月分の前納を含む)を希望する方は、2月末までに年金事務所(平成21年12月までの旧社会保険事務所)に申し込む必要があります(一部の年金事務所では3月上旬まで)。そのほか、前納制度と口座振替等の詳細については、年金事務所にご相談ください。

平年金事務所

☎0244-23-5611

*日本年金機構ホームページ
<http://www.nenkin.go.jp/>

広野町図書室 新着・おすすめ本のご案内

一般書	
タイトル	著者
廃墟に乞う	佐々木 譲：著
ゼロ、ハチ、ゼロ、ナナ。	辻村 深月：著
花や散るらん	葉室 麟：著
龍馬伝 (NHK シリーズ)	
ガールズ・ストーリー -おいち不思議がたり-	あさの あつこ：著
それゆけ! おやじヘルパーズ	東田 勉：著
セラピードッグの世界 -動物介在療法-	大木 トオル：著
日本がもし100人の村だったら	池上 彰：著
はじめての通園通学 BOOK	
Chocolate Book	Miki Miyahaara：著
球体の蛇	道尾 秀介：著
料理をしない女味がわからない男	佐藤 富雄：著
小太郎の左腕	和田 竜：著
武家屋敷の殺人	小島 正樹：著
おとなごはんと一緒に作るこどもごはん	フルタニ マサエ：著
ラウィーニア	ア-シユラ・K. ル=クイン：著
SOSの猿	伊坂 幸太郎：著
龍馬伝 1 SEASON I RYOMA THE DREAMER	青木 邦子：著
桜下の決闘	犬飼 六岐：著
下天を謀る 上	安部 龍太郎：著
下天を謀る 下	安部 龍太郎：著
子どもが喜ぶ! ハッピー・イベントクッキング	葛 恵子：著
ビジュアル戦国1000人	
「ものづくり」でリハビリ実践ガイド	畠山 真弓：著
転倒予防らくらく実践ガイド	武藤 芳照：著
本格折り紙 -入門から上級まで-	前川 淳：著
仏師に聞く仏像彫刻教室	高井 琮玄：著
家紋の事典	高澤 等：著
写真と動画でわかる一次救命処置	杉本 壽：著
子育てハッピーアドバイスもっと 知りたい小児科の巻	吉崎 達郎：著
サンドイッチ176	
死ぬときに後悔すること25	大津 秀一：著

児童書	
タイトル	著者
エルマーのとくべつな日	デビット・マッキー：著
ふたつの花	いもと ようこ：著
デモナータ 10幕 地獄の英雄たち	Darren Shan：著
チームひとり	吉野 万理子：著
猫耳探偵まどか -「パスワード」スペシャル外伝-	松原 秀行：著
アンパンマンとみるくぼうや	やなせ たかし：著
ティンカー・ベルと月の石	キンバリー・モリス：著
きかんしゃトーマスなかつまかん 3	
ケニー&ドラゴン -伝説の竜退治-	トニー・ディテルリッジ：著
時の書 1 彫刻された石	ギョーム・プレヴォー：著
時の書 2 七枚のコイン	ギョーム・プレヴォー：著
ムーミンのふしぎ	トーベ・ヤンソン：著
ピーチズ★初恋 (SUPER! YA)	ジョディ・リン・アンダーソン：著
やっとなつた -のら犬ヨハンのおはなし-	エリック・パトゥー：著
環境問題を考える自由研究ガイド	エコ実験研究会
みかんのひみつ (しぜんにタッチ!)	鈴木 伸一：著
「食育」の大研究 -からだにいい!おいしい!楽しい!-	吉田 隆子：著
手作りの食べもの絵事典	杉本 恵子：著
和菓子の絵事典	依屋 吉富：著
パーティミアス -サマルカンドの秘宝-	ジョナサン・ストラウド：著
パーティミアス -ゴーレムの眼-	ジョナサン・ストラウド：著
パーティミアス -プロレマイオスの門-	ジョナサン・ストラウド：著
三国志 1~10 -子ども版-	羅 貫中：著
回転ずしまるわかり事典 -すしネタがいっぱい!-	元気寿司株式会社
郷土料理大図鑑 -ふるさとの味がいっぱい!-	向笠 千恵子：著



『「食育」の大研究』 PHP 研究所：編

食事とからだの関係性、食事を楽しむマナーとコツ、「おいしさ」のヒミツなど、食事についてのさまざまな知識を写真やイラストでわかりやすく解説してあります。



『廃墟に乞う』 佐々木 譲：著

◆第142回直木賞受賞作
著者自身の故郷、北海道を舞台とした警察小説。13年前に札幌で起きたある事件と同じ手口の殺人事件。休職中の身である主人公、仙道は犯人の故郷、旧炭鉱町へと向かうが……

3月の休室日のご案内

9日(火) 16日(火) 23日(火)

お問い合わせ先 広野町図書室 ☎ 27-3211

仙台国税局

税務職員募集

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして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。仙台国税局に採用されると、税務大学校で研修を受けたあと、仙台国税局管内(東北6県の税務署に配属されます)。

受験資格

- (1)昭和56年4月2日から平成元年4月1日生まれの方
- (2)平成元年4月2日以降生まれの方で次に掲げる方

- ① 大学を卒業した者および平成23年3月までに大学を卒業する見込みの方
- ② 人事院が①に掲げる者と同等の資格があると認める方

申込受付期間

平成22年4月1日(木)から4月14日(水)まで

申込書の請求

最寄の税務署、仙台国税局人事二課または人事院東北事務局長

仙台国税局人事第二課試験研修係

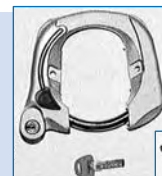
☎ 022-263-1111

内線 3236

毎月26日はツーロックの日

自転車盗難と自転車の事故をなくしましょう!!

自転車の二重施錠(ツーロック)の被害率は被害全体のわずか0.3%だからツーロック



○シリンダー式
または
○プレス式

○切れにくい
ワイヤー錠や
ハンドルロック、
サドルロック



自転車の
ちょい乗りは
犯罪です!!

やめよう!! 自転車の危険運転

- 信号無視・一時不停止・右側通行 (3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金)
- 携帯電話等使用・周囲の音が聞こえない状態での運転・傘差し運転・無灯火・急な進路変更 (5万円以下の罰金)
- 2人乗り・並列運転 (2万円以下の罰金または料科)

福島県・福島県警察

知っての声を町政に!

町では、「町民の皆さん」と行政の協働による「まちづくり」を推進するため、「町政に対するご意見」を提案等の「町民の声」を募集します。皆さんから寄せられた「町民の声」は、貴重なご意見・ご提案として今後の行政運営に反映したいと考えています。

提出方法

- ① 郵便
 - ② ファクシミリ
 - ③ 電子メール
 - ④ 直接持参
- 様式(書式)は定めておりませんが、任意様式でも結構です。用紙は役場2階企画グループに備えてありますのでご利用ください。なお、提出者は住所および氏名を必ず明記してください。

回答

内容にもよりますが、速やかに回答いたします。なお、回答処理に2週間以上の時間を要する場合は、提出者に「回答遅延通知書」により通知いたします。

公表

お寄せいただいた意見、提案等は町ホームページおよび「広報ひろの」で公表します。ただし、提出者の住所および氏名は公表しません。

提出先およびお問い合わせ先

〒979-0402 広野町大字下北
迫字苗代替35番地
「町民の声」担当宛
広野町役場総務課企画グループ
☎ 27-2114 (直通)
FAX 27-4167
E-mail kikaku@town.hirono.fukushima.jp
URL http://www.town.hirono.fukushima.jp

第7回福島民友新聞社杯

第7回福島民友新聞社杯パークゴルフが、2月14日、二ツ沼総合公園で行われました。結果は次の通りです。また、女子の部は1~3位までが同スコアで、プレーオフの結果下記順位となりました。(敬称略)

男子の部

第3位 鈴木久夫 112
準優勝 鈴木賀夫 109
優勝 根本清次 107



女子の部

第3位 松本ミサ子 119
準優勝 鈴木文子 119
優勝 坂本八重子 119



囲碁部会

初心者の方も大歓迎です。碁を初めからお教えいたしますので、小、中学生や成人のみなさん、ぜひ囲碁をはじめてみませんか？お待ちしております。

- ※練習会場 公民館
- ※練習日時 月に1回
(第1日曜日 午前9時から午後4時まで)
- ※部員数 23人
- ※主な活動内容 月例対局、年2回大会開催
相双支部の大会への参加、
郡内部局との交流会



月例会の様子

お問い合わせ先

広野町文化協会事務局 (広野町公民館内)
☎ 27-3244

広野町体育協会より

広野町体育協会には18の部会がありそれぞれスポーツを通して健康な体力維持・増進を図りながら活動しています。各部会の活動などを順次紹介します。



バドミントン部の皆さん

お問い合わせ先 広野町公民館
☎ 27-3244

バドミントン部

広野町体育協会のバドミントン部は、昭和48年に結成され一時期休部がりましたが、復活後は「明るく・楽しく・体の続く限り」をモットーに、生涯スポーツの一環として活動を行っている息の長い部です。

現在は、中学生から50歳代までの21人の部員で活動を行っており、初心者からでも優しく丁寧に指導を心がけています。中級クラスで他市町からの練習参加希望者を交え、中学・高校生の練習相手となって技

術力の向上も行っています。

広野町の代表としては、毎年の双葉郡総合体育大会・県民スポーツ大会などの各種大会への参加も行っており、優勝をはじめ上位入賞の輝かしい戦歴をもつ部でもあります。

練習日時は、月曜と土曜日(月曜：午後7時から・土曜：午後5時30分から※変更となる場合もあります)の週2回中央体育館で行っていますので参加しませんか？

広野町文化協会より

広野町文化協会には、美術や芸能、音楽などさまざまな部会があり、各部会がそれぞれ楽しく活動を展開しています。各部会の活動などを順次紹介しますのでご興味のある方はぜひお問い合わせください。

三喜流広野実富士会



町生涯学習発表会にて

お問い合わせ先

広野町文化協会事務局 (広野町公民館内)
☎ 27-3244

- ※活動場所 桜田地区集会所
 - ※活動日時 月2回(第1・3土曜日 午後1時から)
 - ※部員数 7人
 - ※指導者 三喜実富士 先生
 - ※主な活動内容 定例のお稽古、町内・いわき市などの福祉施設慰問、三喜流八千代会交流会・研修会、実富士会おさらし会・懇親会など
 - ※会費 月額1,500円
- 私たちの会は三喜実富士先生の指導のもと、楽しく活動をしています。毎年3月には各会員が一同に集まり「おさらし会」を開催しています。また、町の生涯学習発表会で踊ることを一つの目標としており、町内外の諸行事
- においてボランティアで踊ったりもしています。随時入会ができますので、ご興味のある方はご連絡ください。
- 私たちと一緒に踊ってみませんか？ぜひお待ちしております。

新舞踊(五ツ扇会)



五ツ扇会の皆さん

私たち、新舞踊「五ツ扇会」は、月3回広洋台地区集会所で親睦を兼ね、皆で男踊りや女踊りを楽しくお稽古しています。

町の生涯学習発表会で皆さんにお披露目することを一つの目標としていますが、町内においても、様々な行事に参加し、ボランティア活動をしています。ご興味のある方は、お気軽にどうぞ。お待ちしております。

- ※活動場所 広洋台地区集会所
- ※活動日時 月3回
(第1・2・3月曜日 午前9時30分から)
- ※部員数 7人
- ※指導者 笈川仲子 先生
- ※主な活動内容 毎月のお稽古、町生涯学習発表会、会への参加

お問い合わせ先

広野町文化協会事務局 (広野町公民館内)
☎ 27-3244

英語指導手のアリアンさんは広野在住で、小中学生の英語指導や公民館での英語教室を行っています。



In English there is a saying "March comes in like a lion, and goes out like a lamb."

英語では、「3月はライオンのようにやってきて、子羊のように去っていく」ということわざがあります。

It refers to how the worst winter weather usually ends during March.

それは、冬季の中でも最悪の天候が、3月のうちにどのように過ぎていくのかということに由来しています。

So at the beginning of the month the weather is fierce and violent — like a lion. By the end it is mild and gentle, like a lamb.

3月上旬の天候は、荒々しくどう猛で激しく乱暴です。まるでライオンのように。しかし3月下旬までには、まるで子羊のように穏やかで温和な天候となるものです。

But this doesn't always prove to be true in Boston, where we've gotten huge snowstorms in the middle of April.

しかし、このことは必ずしもボストンで当てはまるとは言えません。ボストンでは4月中旬にひどい吹雪を受けたことがあるからです。



広 野産農作物を給食に

学校給食に使用している野菜を作っている町内の生産者と広野小学校児童が給食を食べながら交流する給食交流試食会が1月26日、小学校で行われました。交流会では広野町ニッ沼総合公園直売所利用組合（新妻良平組合長）から11人が参加しました。

この日の献立は、あひるの農法によるあひる米、牛乳、いなか汁、鮭の福ちゃん焼きなどが並びました。赤津由美子学校栄養教諭から献立について説明がありました。参加した組合員からは、「子どもたちが野菜に興味をもって食べていることに感動しました」や「和食の献立で、給食を残す子どもがなく、みんな競っておかわりしているのに驚きました。」など感想が聞かれました。



▲地元の食材を使ったおいしい給食が並びました

広 野産農作物が大好評

第16回伊東温泉めちやくちや市が1月23日と24日の2日間、静岡県伊東市で開かれ、広野町から認定農業者やニッ沼総合公園直売所利用組合員が参加し、広野産農作物をPRしました。会場では、広野産の米、ジャガイモ、ニンジン、漬物、塩などが販売されました。また、広野産米をPRしたポケットティッシュが配られ、来場者の注目を集めていました。



▲広野町のブースもたくさんのお客さんでにぎわいました

豆 乳はどんな味？

広野小学校5年生による広野産大豆を使用した豆腐作りが2月18日、総合学習の一環として行われました。渡辺産業グループリーダーの指導で大豆をミキサーですりつぶし、豆乳とおからに分ける作業を体験。豆乳を飲んだ児童は「豆乳はあまい」と感想を述べていました。その後は、豆腐作りに挑戦。火加減に戸惑いながらも楽しそうに取り組みました。出来上がった豆腐は給食の時間においしくいただきました。

また、この日は、健康管理士で食育インストラクターの渡辺千洋さん（大字折木南沢）から食育講話を聞いて地産地消の大切さを学びました。



▲実際に豆腐作りに挑戦した児童

親 子で楽しくボールと親しむ

広野幼稚園保育参観が2月9日、園庭で行われました。JFAアカデミー福島スタッフのご協力をいただき親子サッカー教室が行われ、たくさんの親子が参加しました。サッカー教室では、コーチときちんとあいさつを交わし、鬼ごっこをしたり、手でボールをキャッチするなどからだ全体を使って、ボールと楽しく親しみました。

参加した園児はボールを使う楽しさを感じているようでした。



▲保育参観の様子

広野文芸欄

広野町如月句会

行々子先生 選

季題 当季雑詠

吉方^{きりかた}向きほほばる笑顔^{えんげん}恵方^{えんぱう}巻
霽^{はら}受け見上^{みあがり}ぐる太き氷柱^{こおりむすぶ}かな
炉話^{いろはなし}の盛り上がる時燠^{あつ}爆ぜる

暁 月

鳥小屋^{とりこや}を溢るる子等の燥^はく声
蠟梅^{ろうばい}の甘き香りや母徳^{ははのちか}ぶ
川端^{かわはた}の風にふくらむ路^{みち}の臺^{たい}

弥 生

春を待つ心で辿^{たど}る山路^{さんろ}かな
冬ぬくし老人会^{らうじんかい}の歌祭
犬散歩^{いぬさんぽ}つひ見惚^{みどろ}れるるいぬふぐり

遠藤 智

電車^{でんしゃ}過ぐる音雪原^{ねゆきばら}の無人駅
断崖^{だんげん}を駆けのぼり行く冬怒濤^{ふゆどたう}
日本海岩^{にっぽんかいがん}に動かぬ冬鷗

西山 子

粉雪^{こなゆき}の吹っかけフード^{フード}の白くなり
どんと焼く炎と音にしばたたく
木の下の吹っかけ雪の消え残る

悟 峯

ふるふきの大根とろり舌に置く
初御空^{はつみそら}もろ手を上げて深呼吸
読み初めの奥の細道結びの章

宮下 純子

松の内客間に座る生家^{なまが}かな
ゲームやめかるた取りする子供達
寒怒濤鷗の舟に乗りしまま

吉田 幸子

炬燵^{たきだこ}抜け三歳の児のくるりんぱ
元気良く足並揃ふ出初め式
愛犬のまあるくなりて日向ぼこ

木幡 綾子

弓を引く男の顔や息白し
母譲り飾りて祝ふ初雛^{はつひな}
漆黒^{しつこく}の頭の揃ふ寒の鯉

塩 史子

寒鯉^{さむい}の時折ぐらり動きけり
集落^{しゅうらく}の力合わせて野焼かな
万葉の歌碑を濡らして春時雨

遠藤健太郎

広報カレンダー

月日	行	事
3/6(土)		
7(日)	医 鈴木医院(大熊) ☎31-0131 歯 石井歯科医院(富岡) ☎22-5801	
8(月)		
9(火)		
10(水)		
11(木)		
12(金)	第63回卒業証書授与式(中学校)	
13(土)	スポーツ少年団解団式(中央体育館)	
14(日)	医 根本医院(広野) ☎28-0300 歯 山村デンタルクリニック(浪江) ☎34-3110	
15(月)	各種学級・教室閉講式(公民館) なかよしランド 10:00~11:30(保健センター) 心の相談会 10:00~11:30(保健センター)(要予約)	
16(火)	げんキッズ 9:30~11:30(保健センター)	
17(水)		
18(木)	健康カムカム学習会 10:00~11:30(保健センター)	
19(金)	修了式・第3学期終業式(幼稚園) ヘルスアップ教室 10:00~13:30(保健センター)	
20(土)		
21(日)	春分の日 医 さくらクリニック(富岡) ☎21-0873 歯 さくら歯科医院(富岡) ☎23-6479	
22(月)	振替休日 医 富岡中央医院(富岡) ☎22-6560 歯 佐山歯科医院(大熊) ☎32-5578	
23(火)	修了証書・卒業証書授与式(小学校) 修了式(中学校)	
24(水)	機能訓練 13:30~15:30(保健センター)	
25(木)		
26(金)	修了・お別れ会(児童館)	
27(土)		
28(日)	第1回広野町みかんロードレース大会 医 水谷消化器科外科医院(富岡) ☎22-3415 歯 柚原歯科医院(浪江) ☎35-5381	
29(月)	教職員離任式(小学校・中学校) なかよしランド 10:00~11:30(保健センター)	
30(火)		
31(水)		
4/1(木)		
2(金)		
3(土)		
4(日)	医 高野病院(広野) ☎27-2901 歯 豊嶋歯科医院(浪江) ☎35-3040	
5(月)	保育所入所式 9:00~ 児童館入館式 10:00~	
6(火)	第1学期始業式・入学式(小学校・中学校)	
7(水)	入園式・第1学期始業式(幼稚園)	
8(木)		
9(金)		
10(土)		

くらしの情報

●町のすがた●

世帯数 1,913世帯
総人口 5,511人
(男) 2,750人
(女) 2,761人

●人のうごき●

転入 8人
転出 15人
出生 2人
死亡 7人

平成22年1月31日現在



こんにちは赤ちゃん

名前	親	住所
渡辺 愛士	一 広	折 木
矢吹 翔真	高 志	下浅見川
北郷 倉大	幸 生	下浅見川
横田 琉愛	和 希	上北迫
新妻 莉愛	実	下北迫
倉田 剛瑠	泰 行	下北迫

(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	住所
櫻井 重俊	56歳	下浅見川
松本 仁	79歳	下北迫
上野 操	74歳	上北迫
根本 三雄	84歳	下浅見川
矢内 吉雄	84歳	折 木
北郷 良博	35歳	折 木
遠藤 宗一	73歳	夕 筋
日下 勇	72歳	下北迫

(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。

●水道企業団●

名称	3月	4月
(有)吉田鉄工所 ☎27-3241	15~21日	5~11日 26~30日
(有)山忠設備工業 ☎27-3311	1~7日 22~28日	4月 12~18日
北陽管工(有) ☎27-3419	8~14日 29~31日	1~4日 19~25日

●今月の納めもの●

国民健康保険税 (9期)
納期限 3月31日



豆知識

ぐっすり眠れる環境を整えよう!

生活のポイント

- ①朝食をきちんととる
 - ・生活リズムを整えるのに大切。
- ②カフェインを含んだ飲み物はさける
 - ・コーヒーなどに含まれている、カフェインは強い覚醒作用をもつ物質です。覚せい作用は、摂取する時間によって、プラスにもマイナスにもなります。寝る前は避けましょう!
- ③リラックスをする
 - ・軽い読書、静かな音楽を聴いたり、好きな植物の香りを楽しむ。
- ④就寝前の照明は、やわらかい色にする
 - ・眠りやすくするためには、照明もポイント
- ⑤トリプトファン、ビタミンB群などの栄養素をとる
 - ・トリプトファンを多く含む食品(牛乳、チーズ、乳製品、大豆製品、ナッツ類、バナナなど)
 - ※トリプトファンはアミノ酸の一種です。

広野町 保健センター

お問い合わせ ☎27-3040

- ・ビタミンB群を多く含む食品(魚介類、大豆類、緑黄色野菜など)
 - ※これらは、精神を安定させ眠りをもたらす効果があります。
- ⑥昼寝は午後3時までの20分以内にする
 - ・長い時間、昼寝をすると夜の睡眠に影響をおよぼします。
 - ⑦日中は適度に日光をあびる
 - ⑧運動を習慣づける
 - ・軽い体操やストレッチ、ウォーキングなど
 - ※無理なく続けられる運動を見つけましょう!

保健センターでは、
塩分測定器を
貸し出しております。



たらと野菜のグラタン

材料(4人分)

- | | |
|--------------|----------------|
| 生たら……………3切れ | *ホワイトソース |
| 塩……………小さじ1/3 | バター……………30g |
| こしょう……………少々 | 牛乳……………500cc |
| 小麦粉……………少々 | 小麦粉……………30g |
| オリーブ油…小さじ1/2 | ピザ用チーズ…80g |
| じゃがいも…2個 | バター……………小さじ1/2 |
| ほうれん草…300g | パン粉……………小さじ1 |
| 玉ねぎ……………1/2個 | |
| しめじ……………100g | |

作り方

- ①生たらは一口大に切り、塩、こしょう、小麦粉を全体にまぶす。
フライパンにオリーブ油を熱し、①を並べ両面焼く。
- ②じゃがいもはよく洗って半分に切ってゆで、1cm厚さに切る。
- ③ほうれん草はゆでて4cm長さに切る。
- ④玉ねぎは薄切りにする。
- ⑤しめじは小房にわける。
- ⑥ホワイトソースを作る。鍋にバターを溶かして玉ねぎを炒める。小麦粉を入れて牛乳を少しづつ加えながら溶き混ぜ、中火にかける。
とろみがつくまで煮て、火から下ろす。
- ⑦ホワイトソースにたら、ほうれん草、しめじを入れて全体に混ぜる。
- ⑧耐熱皿にバターを塗り、じゃがいもを並べ、その上にホワイトソース、ピザ用チーズの順にのせ、パン粉少々をふる。
- ⑨200度のオーブンに入れ、表面に焼き色がつくまで焼く。

オレンジ色の健康保険証は 使用できなくなります



協会けんぽの健康保険証については昨年6月から9月にかけて、新しい健康保険証（水色）に切替えを行いました。当面の間、従来の健康保険証（オレンジ色）も有効として取り扱ってまいりました。

今般、従来の健康保険証の使用期限が平成22年3月31日までとされました。

これにより、
平成22年4月1日以降、従来の健康保険証は使用できなくなりますのでご注意ください。

未だ、新しい健康保険証をお持ちでない方は、事業主様を通じて協会けんぽ支部までお問い合わせください。（任意継続被保険者は直接、協会けんぽ支部までお問い合わせください。）

また、従来の健康保険証をお持ちの方は、事業主様を通じて協会けんぽ支部までご返却ください。（任意継続被保険者は直接、協会けんぽ支部までご返却ください。）

■お問い合わせ先
全国健康保険協会 福島支部
〒960-8546
福島市栄町6-6 NBFユニックスビル8階
☎024-523-3915

平成22年4月1日以降使用できなくなる健康保険証（オレンジ色）



平成21年6月から9月に切替えを行いました。



平成22年4月1日以降も引き続き使用できる健康保険証（水色）

沿道で声援を
してみませんか

第1回 広野町 みかんロードレース 大会



3月28日（日）、第1回広野町みかんロードレース大会が開催されます。たくさんのランナーたちが広野町を駆けぬけます。皆さんのあたたかい声援と笑顔が、ランナーの力となります。ぜひ、沿道で声援をよろしくをお願いします。

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

広野町・楡葉町は2018/2022日本招致の
チームベースキャンプです。



BIDDING NATION
JAPAN
TEAM BASE CAMP



この広報誌は資源保護のため再生紙と
エコマーク認定大豆インキを使用しています。