

東北に春を告げるまち

広報

ひろの



無火災願って “火の用心”

— 広野幼稚園幼年消防クラブ防火パレード —

●Contents

まちの話題.....	2~3	消防署からのお知らせ.....	18
まちからのお知らせ.....	4~13	広野町内ごみ収集カレンダー.....	19
広野芸文欄.....	14	Jヴィレッジフィットネスクラブ.....	20
A L Tカイルの英語であれこれ.....	15	保健だより.....	21~25
図書室だより.....	16	ひろのっこ.....	26~27
水道企業団からのお知らせ.....	17	ふくしま駅伝.....	28

No.568
2018.12

渡辺博道復興大臣挨拶来町



↑ 渡辺復興大臣との意見交換の様子

10月11日、渡辺博道復興大臣が広野町役場を訪れ、遠藤町長と意見交換を行いました。遠藤町長は渡辺博道復興大臣に対して町の現状・復興について説明し、復興庁の後継組織の在り方や財源確保、若者の帰還支援、心の復興などを要望しました。渡辺復興大臣は、「地域により復興の状況が違っていると認識している。」と話しました。

ひろの秋まつりを開催



↑ 文化展の様子

11月3日～4日、ひろの秋まつりを広野町中央体育館や広野町公民館前駐車場で開催しました。初日の3日は、地元産の野菜などの販売があった収穫祭や、落語家による「笑いと健康」をテーマとしたユーモアあふれる話が行われたほか、2日間の日程で文化展を開催し、広野町の各種文化団体会員が丹精込めて仕上げた絵画や手芸、生け花、盆栽などの作品や、地元子どもたちの絵や習字など、多数の作品が展示され、来場した多くの方が鑑賞しました。

地方教育行政表彰受賞を報告



↑ 表彰受賞を報告した猪狩さん（写真右）

11月7日、平成30年度教育・文化関係表彰で地方教育行政表彰を受けた猪狩順子さんが広野町役場を訪れ、遠藤町長に受賞を報告しました。猪狩さんは2004年から町教育委員を務め、町の各種事業に出席するなど町の教育・文化の発展に貢献してきました。猪狩さんは、「好きで続けてきたことが認められてうれしい。」と喜びを語りました。遠藤町長は、「今後も広野町の教育・文化の醸成に貢献してほしい。」と話しました。

東北地区社会教育委員連絡協議会表彰受賞を報告



↑ 表彰受賞を報告した田村さん（写真右）

11月5日、広野町社会教育委員の田村弘一さんが広野町役場を訪れ、遠藤町長に東北地区社会教育委員連絡協議会表彰受賞を報告しました。田村さんは町社会教育委員を14年10ヶ月間務め、広野昇龍太鼓の結成に尽力するなど社会教育の推進に貢献してきました。田村さんは、「今後も社会教育の発展のため力を尽くしたい。」と話しました。

ふるさと応援寄付金返礼品出発式



↑返礼品出発式での記念撮影

11月1日、平成30年度ふるさと応援寄付金の返礼品出発式を広野町役場前で実施しました。広野町のふるさと応援寄付金に1万7千円以上寄付していただいた方へ広野産の特別栽培米20キロを返礼品として贈るもので、今年は過去最多の約1600件の申し込みをいただきました。

出発式で遠藤町長は、「町内農業者が気持ちを込めて作った米を、全国の方々に味わってほしい。」と挨拶し、遠藤町長、栽培農家ら関係者約50人、町イメージキャラクター「ひろぼー」が、出発するトラックを見送りました。

広野町津波避難訓練を実施



↑富岡消防署長の講評を聞く参加者

10月20日、福島県沖を震源とする地震が発生し、沿岸部に津波警報が発令された想定で津波避難訓練を実施しました。訓練は、下浅見川地区や折木高萩地区を対象として実施され、対象地区の住民や企業関係者らは、町の防災無線や携帯電話への緊急速報メールで避難の連絡を受けると、町内の築地ヶ丘公園や折木地区集会所に避難し、消防団員や婦人消防隊員らは避難者誘導訓練や炊き出し訓練を行いました。また、災害対策本部では、警察・消防への連絡、消防団との連携、町職員への緊急連絡体制などを確認しました。

磯崎仁彦経済産業副大臣挨拶来町



↑磯崎経済産業副大臣(写真左)に要望書を手渡す遠藤町長(写真右)

10月16日、磯崎仁彦経済産業副大臣が広野町役場を訪れ、遠藤町長と意見交換を行いました。遠藤町長は磯崎経済産業副大臣に対して町の現状を説明するとともに、①東町地区産業団地(仮称)の整備等、②高効率石炭火力発電所(IGCC)の立地に伴う新たな交付金制度の創設、③イノベーション・コースト構想の推進、④放射性トリチウム水の処分を巡る問題についてなどの要望書を手渡しました。

広野駅環境美化推進協議会と広野町婦人会に感謝状贈呈



↑感謝状が贈られた青木さん(写真中央)と木幡さん(写真右から2人目)

10月22日、広野町役場において、JR東日本水戸支社などが広野駅環境美化推進協議会と広野町婦人会に感謝状を贈呈しました。両団体は定期的にJR広野駅と駅周辺の清掃活動、花壇の手入れなどを行い、明るく美しい駅づくりに貢献したことに對して、感謝状が贈られました。青木豊道いわき駅長と浜野清和副駅長が久田芳明広野駅環境美化推進協議会会長と木幡綾子広野町婦人会会長にそれぞれ感謝状を手渡しました。

平成31年広野町成人式のお知らせ

平成31年広野町成人式を次のとおり開催いたします。

●開催日時

平成31年1月13日（日）午前10時開始
（午前9時30分受付開始）

●開催場所

広野町中央体育館

●該当者

平成10年4月2日～平成11年4月1日までの間に生まれた広野町に住所がある方（平成25年度広野中学校卒業生、平成24年度広野中学校第2学年在学学生、平成22年度広野小学校第6学年在学学生であれば在住しなくても参加できます。）

問 生涯学習課（公民館内） ☎0240-27-3244

県営広野地区ほ場整備事業の実施について

福島県相双農林事務所は、このほど県営広野地区農山村地域復興基盤総合整備事業に着手し、広野町内7地区ではほ場整備事業を実施することになりました。

作物の生産性を向上させるためには、効率よく農

作業ができる農地、簡単に管理ができる水路、農作物の運搬がスムーズにできる農道が必要です。

ほ場整備事業とは、小さな面積で散らばった農地を集め、形を整えて水路や農道を計画的に効率よく配置して、生産性の高い農地に作り変える事業です。

各工区の工事期間

工種	工区名	事業量	工事期間
ほ 場 整 備	鶴ヶ崎	7.6 ha	平成30年12月～平成31年度
	門沢	6.9 ha	平成32年度以降（見込み）
	代	3.4 ha	平成32年度以降（見込み）
	小滝平	2.8 ha	平成31年度～
	南山	3.3 ha	平成32年度以降（見込み）
	北沢	1.8 ha	平成32年度以降（見込み）
	亀ヶ崎（県道以北） "（町道以北） "（それ以外）	39.4 ha	平成30年12月～平成31年度 平成31年度～ 平成32年度以降（見込み）
全 体	65.2 ha		

問 福島県相双農林事務所 農村整備部 ☎0244-26-1157

広野町役場 産業振興課 農林振興係 ☎0240-27-4163

違反転用にご注意ください！

農地に住宅を建てたり、駐車場や資材置場等農地以外のものとして利用する場合は、農地の転用許可が必要です。

違反状態を放置したままですと新たな転用手続きが円滑に進まない場合があります。また、許可を受

けないで転用したり、許可の内容と異なる目的に転用した場合には、工事の中止などを命じられたり、罰せられることもありますのでご注意ください。

問 農業委員会事務局 ☎0240-27-4163

国民年金保険料に関するお知らせ

免除申請をお忘れなく！

収入の減少や失業、天災などにより国民年金保険料を納めることが経済的に難しい場合は、未納のままにせず、保険料免除制度・納付猶予制度をご利用ください。

また、東京電力福島県第一原子力発電所の事故に伴い、避難指示・屋内退避指示を受けた市町村に平成23年3月11日時点で住所を有していた方は、ご本人からの申請に基づき、国民年金保険料の免除および学生納付特例を審査する時、所得の審査をしないこととなります。

保険料を未納のままにしておくと、障害や死亡といった事態が発生した場合に障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない、老齢基礎年金を将来的に受けられない場合があります。

保険料の免除や納付猶予が承認された期間は年金の受給資格期間に算入されます。ただし、年金額を計算する際、免除期間は保険料を納付したときに比べて2分の1になります。また、納付猶予になった期間は年金額には反映されません。

申請ができる期間は過去期間が2年1カ月前、将来期間が翌年6月分までです。

※学生の方は、学生でいる期間はこの制度を利用できません。「学生納付特例制度」を利用してください。

年金額を増やしたいとき

保険料の免除や猶予の承認を受けた期間がある場合は、保険料を全額納付した場合と比べて年金額が低額になります。そのような場合、追納制度を利用することで老齢基礎年金の年金額を増やすことができ、また社会保険料控除により所得税・住民税が軽減されます。

追納ができるのは、追納が承認された月の前10年以内の免除等期間に限られています。納付は原則古い期間からになり、保険料の免除もしくは納付猶予を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降には、承認を受けた当時の保険料額に経過期間に応じた加算額が上乘せされますので、お早目の追納をお勧めします。

問 平年金事務所 0246-23-5611
健康福祉課 保険年金係 0240-27-2113

「町長への手紙」平成30年度上半期実績報告

平成29年度から町長への手紙事業を開始しています。この事業は平成27年度まで開催していた町長との懇談会に代わる事業で、役場までご足労いただくなくとも町民の声をじかに町長に届けるための事業です。

広報ひろのに隔月で町長への手紙の様式を織り込んでおり、平成30年10月1日時点で述べ13通のお手紙を頂戴しています。うち、回答を必要とする9件のうち、9件について既に回答書をお送りしています。

内容としては、飼い犬のマナーに対するご要望、敬老会のご要望、医療環境に関するご要望、駅前道

路の安全対策に関するご要望などを承りました。なお、お手紙の内容によっては、各担当課で確認し、可能なものを調整、実施いたしておりますが、やむを得ずお時間をいただく場合もございます。

ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

— 参 考 —

町長への手紙受付件数	: 13件
要回答	: 9件
回答済み	: 9件
現場確認、調整中	: 0件

テレビに関する無償支援について

地上デジタル放送の映りが悪くてお困りの方は、「デジサポ福島」の無償支援を受けることができます。お気軽に相談受付ダイヤルまでご連絡ください。

[相談事例]

- テレビが映らない。映りが悪い。
- 特定の放送局が映らない。季節によってテレビの映りが悪くなる。
- 帰還してみたらアンテナが壊れたり劣化して困っている。

[支援事例]

- アンテナやケーブル、ブースターなどの点検
- 壊れた(劣化した)アンテナ、ケーブル、ブースターなどの改修
- 個別アンテナの新設工事
- 共同アンテナの新設・加入工事

[支援条件]

- 東日本震災時に原発避難区域にお住いだった方
(被災証明・罹災証明)
 - NHK放送受信契約者、または今後受信契約を結ばれる方
- ※支援の対象は地上デジタル放送のみです。BS・CS放送は対象になりません。

[相談受付・支援申込先]

デジサポ福島(総務省 福島原発避難区域テレビ受信者支援センター)
 ☎0570-007-401
 (IP電話・PHSからは024-525-8220)
 受付時間 午前9時~午後6時
 (土日祝日・年末年始休日を除く)
 〒960-8031 福島市栄町10-21 福島栄町ビル7階
 Webサイト
<https://www.digisuppo-fukushima.jp/>

多重債務・^{かしきんぎょう}貸金業に関する相談窓口

財務省福島財務事務所では、返済しきれないほどの借金を抱え、お悩みの方々からの相談に応じています。借金の状況をお聞きし、必要に応じ弁護士・司法書士などの専門家に引継ぎを行います。秘密厳守、相談無料です。お気軽にご相談ください。

また、国や県の登録を受けずに貸金業を営む、いわゆる「ヤミ金融」業者には十分ご注意ください。ご利用されている貸金業者の登録状況に関する問い合わせや不正に利用されている預貯金口座に関する相談も受け付けています。

- 相談窓口 福島市松木町13-2
財務省福島財務事務所 理財課

- 受付時間 月曜日~金曜日
(祝日、年末年始除く)
午前8時30分~正午、
午後1時~午後4時30分
- 電話 024-533-0064
(多重債務相談窓口専用)
- FAX 024-535-0311

FAX、メール相談専用サイトURL
http://tohoku.mof.go.jp/b2_kinyu/03_kashikin/soudanmadoguchi.html

林業退職金共済制度(林退共)の退職金請求について

林業の仕事に従事されたことがあり、当時、林退共制度に加入していた方、もしくは加入していたかもしれない方で、退職金請求手続きをしたお心当たりのない方は、お気軽に最寄りの支部又は本部へお問い合わせください。

また、林退共事業本部では、被共済者の方に確実に退職金を受け取っていただくことなどを目的として、現況調査、アンケート調査を実施しておりますので、ぜひ調査にもご協力いただきますようお願い

申し上げます。

- 問 独立行政法人勤労者退職金共済機構
林業退職金共済事業本部
〒170-8055
東京都豊島区東池袋1-24-1 ニッセイ池袋ビル
☎03-6731-2889 FAX03-6731-2890
詳しくはホームページでもご案内しております。
<http://www.rintaikyotaisyokukin.go.jp/>

厚生労働省福島労働局委託事業「福島雇用促進支援事業」
福島広域雇用促進支援協議会からのお知らせ

【求職者向け】

行くしかない!! 合同就職面接会 in いわき

参加企業全40社【参加無料・申込不要・履歴書不要】
実は面接会が就職への近道♪

就職の情報収集は直接がいいね! 求人票には載っていない魅力がドン! っと聞ける!



企業からのラブコールもあり、あなたの選択の可能性も広がります。

★応募書類キットのプレゼント

★証明写真の無料撮影 あり!

●日時 12月14日(金)

午前10時15分～午後3時15分(受付開始 午前10時～)

【第1部】午前10時15分～正午

【第2部】午後1時30分～午後3時15分

※参加企業の詳細は、ホームページをご覧ください。

【企業申込型】【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実践的に楽しく学ぶ講座です。

企業の方へ ◎職場の雰囲気アップ!

◎求人への応募数・定着率アップ!

◎顧客満足度アップ!

求職者の方へ ◎苦手な人も好きになる!

◎新たな自分の強みを発見!

◎就職活動のアピールに役立つ!

●日時 平成31年1月22日(火) 午後1時～午後4時

●定員 100人程度

●締切日 平成31年1月9日(水)



企業申込型



個人申込型

※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。

【企業申込型】【個人申込型】

事故由来廃棄物等特別教育講習

除染で出た除去土壌や汚染廃棄物等の処分業務に従事する際には、事故由来廃棄物等特別教育講習を受講

しなければならないとされています。事故由来廃棄物等処分業務特別教育規程(平成25年厚生労働省告示第140号)に基づくカリキュラムで実施し、修了証を発行。1日で取得できます。

●内容 除染で出た除去土壌や汚染廃棄物等の処分業務、使用設備の構造・取扱方法

●日時 平成31年1月23日(水)

午前10時15分～午後6時15分

●定員 60人程度

●締切日 【企業申込型】平成31年1月9日(水)

【個人申込型】平成31年1月16日(水)



企業申込型



個人申込型

※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。

共通事項

※会場 LATOV 6F いわき産業創造館 企画展示ホール(いわき市平田町120)

※【個人申込】雇用保険受給者で証明書が必要な方に参加証明書を発行します

※受講料、テキスト代、無料です。掲載以外にも他の日程や会場もあります。

就職相談

就職活動についての悩みや不安を相談してみませんか?ひとりで悩まず、ご相談ください。

【日程】12月26日(水) おひとり20分程度

【会場】広野町公民館 1F 研修室1

【定員】5名(要予約) 【締切】12月25日(火)

※詳しくはお問い合わせいただくか、チラシまたはホームページをご覧ください。

問 ホームページ [働きたいネット](#) 検索

福島広域雇用促進支援協議会

広野窓口(広野町役場産業振興課内)

☎0240-23-5586

FAX0240-23-5587



はたらっこ

平成31年度 公立双葉准看護学院 学生募集要項

●学科・修業年限・定員

学 科：准看護学科 修業年限：2年（全日制） 定 員：30人（男女共学）

●受 験 資 格

中学校卒業以上の心身健全なる者（年齢不問）

●願書受付期間

平成31年 1月7日（月）～1月25日（金） 必着

※窓口持参の場合、土・日・祝祭日を除く午前9時～午後4時30分まで

※郵送の場合、必ず簡易書留にすること

●試験日程および科目

日 時	平成31年 2月1日（金） 午前9時30分
科 目	(1) 筆記試験（国語・数学） (2) 作 文 (3) 面 接
受 付 時 間	午前8時30分～午前9時00分
会 場	公立双葉准看護学院

●合 格 発 表

平成31年 2月8日（金） 午前11時 ※本学院玄関およびHPに受験番号を掲示

●出 願 書 類

提 出 書 類	備 考
入学検定料（10,000円）	郵送の場合、普通為替証書（一切記入不要）を同封すること
入 学 願 書	1通 本学院指定用紙に黒ボールペンで記入すること 写真（4.5×4.5cm、カラー、脱帽上半身正面）を貼付
調 査 書	1通 最終学校の所定様式により学校長が発行したもの <最終学校とは> ・専門学校および専修学校卒業者は、中学校または高等学校 ・短大、大学卒業者は、高等学校 ※卒業年数経過のため調査書を発行できない場合は、発行できない旨の証明書を提出
卒 業 証 明 書 または 卒 業 見 込 証 明 書	1通 最終学校の所定様式により学校長が発行したもの (最終学校とは、上記の調査書と同様)

※入学願書を希望する場合は、電話でお問い合わせください。

問 公立双葉准看護学院 〒975-0036 福島県南相馬市原町区萱浜字巢掛場45-76

☎0244-32-0990 FAX0244-32-0991 メールアドレス futajyun-kango@aioros.ocn.ne.jp

～学生、既卒者の皆さんへ～ 福島大卒等就職ガイダンスを開催します

2020年3月新規大学などを卒業予定の方、2017年3月以降に大学などを卒業（修了）された方を対象に、福島県内に就業場所があり、参加対象学生などを正社員として採用する計画のある事業所の企業説明会を開催します。

ぜひご参加ください。

●開催日時 平成31年3月8日（金）

<実施内容>

- ・事業所PRタイム
午前10時15分～午前11時40分
- ・各種就職支援イベント
午前10時～午前11時40分
- ・合同企業説明会
午後1時～午後4時

<会場>

ビッグパレットふくしま
(郡山市南二丁目52番地)

●主 催
厚生労働省福島労働局（新卒応援ハローワーク、ハローワーク）、福島県

●そ の 他

- ①事前申込不要、お気軽にお越しください。
- ②参加事業所は開催一週間前までに、福島労働局ホームページ上で公開します。
- ③事業所ブースにおける人事担当者などが事業概要などの会社説明や、ハローワークなど各機関による職業相談・情報提供などを行います。

問 福島労働局 職業安定課 ☎024-529-5396

2019年山形県川西町・愛知大学本間喜一奨学金について

●名 称 2019年度山形県川西町・愛知大学本間喜一奨学金

※愛知大学創設者の本間喜一氏が山形県川西町出身の縁から、同大と連携・協力の協定を締結しています。このたび、本間喜一氏の同大創設時の思いである「地域貢献者の育成」のため、奨学金制度を設け、志のある学生を山形県川西町が支援するものです。

●対 象 者 東北六県からの入学生

●対象学部 愛知大学地域政策学部地域政策学科（豊橋校舎）

●支 給 額 300万円給付
(年額75万円 4年間の継続支給)

●奨学生数 3人以内
(書類審査、面接により選考)

●給付時期 2019年4月～5月に奨学生を募集し、申請書類、面接を経て選考のうえ、同年8月頃に支給予定。

●給付条件 愛知大学在学中、3年生終了時まで、山形県川西町にてインターシップを2回実施すること。
(各5日間)

問 山形県川西町 まちづくり課 ☎0238-42-6613
愛知大学企画部入試課 ☎052-937-8112・8113

交通事故の損害賠償問題でお困りの方へ

自動車事故の被害にあわれ、示談をめぐる損害賠償の問題でお困りの方へ、弁護士が「中立・公正」な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。

被害者ご本人に損害賠償問題の法律知識がなくても、交渉に不慣れでも安心です。

弁護士費用は、一切かかりません。(無料です)

まずは、電話で予約をお願いいたします。

(注) ご相談になじまない場合もありますので、ご確認をお願いいたします。

問 (公益財団法人)
交通事故紛争処理センター 仙台支部
☎022-263-7231

富岡町内における簡易裁判所の手続案内について

裁判所では、次のとおり、富岡町内において、手続案内および受付事務を実施しています。

- 1 日 時 毎月第1、第3木曜日
午前11時から午後3時まで
- 2 場 所 富岡町文化交流センター「学びの森」
- 3 内 容 手続案内・受付事務
・建物の明渡し、お金の貸し借りや交通事故の損害賠償など、簡易裁判所で扱うことのできる民事事件手続の概要や申立方法の案内

・訴状、調停申立書、支払督促申立書など福島富岡簡易裁判所の管轄に属する民事事件の受付なお、受付後の事件処理は、郡山簡易裁判所で行います。

問 郡山簡易裁判所 ☎024-932-5697

福島地方法務局からのお知らせ

第1回 「登記しなくても大丈夫？」

Q 30年前に亡くなった祖父名義の土地について、今から相続登記をしても大丈夫でしょうか？

A 相続登記は、いつまでにしなければならないという決まりはありません。

しかし、土地の登記名義が何年も亡くなった人のままになっていると

- ① 相続人のうち誰かが亡くなってしまうと、新たな相続が発生し、その手続が複雑になってしまう。
- ② 相続関係者が多数となり、相続人間のトラブルが発生しやすくなる。
- ③ 相続人が高齢となり、認知症などになってしまった場合、裁判所に成年後見人を選任しても

らわなければならないなど、その手続に余分な費用や時間が掛かってしまう。

- ④ 土地の売買や土地を担保にしてお金を借りることができなくなってしまう。
- ⑤ 相続登記の際に必要な住民票や戸籍などの書類が、保存期限の経過などにより取得できなくなってしまう。

など、様々な問題が発生しますので、相続登記は早めに行っておくことをお勧めします。

次回は、第2回「だれが相続人になるの？①」をテーマに御案内いたします。

問 福島県司法書士会 ☎024-534-7502
福島地方法務局 ☎024-534-2045

広野町婦人会のお知らせ

○第69回福島県女性大会に参加しました。

11月8日（木）、二本松市民会館において第69回福島県女性大会が開催されました。福島県婦人団体連合会に集う各市町村の婦人会の方々には地域の誰もが笑顔で幸せな暮らしが出来ることを願い活動を続けています。そこで、県婦連では毎年、大会テーマを決めて福島県女性大会を開催して学びの場としています。今年度大会では、特に次世代を担う青少年の健やかな成長を願い、安全・安心な環境づくりのために「次世代を担う青少年により良い環境を…」を大会テーマに開催されました。広野町婦人会から21人が参加しました。



平成30年度広野町文化協会会員募集のお知らせ

平成30年11月号で、広野町文化協会各部会の会員募集を掲載いたしました。前号に引き続き、会員募集を呼びかけるにあたり、広野町文化協会 遠藤健太郎会長に会員募集にあたり寄稿いただきましたのでご紹介いたします。

過疎高齢化社会での仲間づくり

広野町文化協会会長
福島県芸術文化団体連合会
副会長

遠藤 健太郎 (折木大平)



自分の記憶の中で、未曾有の経験であった東日本大震災と大津波、原発事故による緊急避難と、多くの人々にとって普段は考えた事も無い、居住地以外のできるだけ遠い所への避難をとの事で、どの御家庭でも親戚や知人の地に向けて、済み慣れた集落をバラバラに離れました。その後用意された各種の避難施設の居住を経て現在に、広野町では郡内で逸早く帰町環境が整い現在8割以上の人々が帰町され、広野町での生活を取り戻すべく努力されている現状です。その後の7年半の間に不幸にも避難先で亡くなられた方も多く子供達の学校生活の事情や、避難先に居住を構えるなど、近隣の間人間関係まで大きく様変わりをして

しまいました。

今後日本は少子高齢化社会に向います。高齢になりますと、行動範囲も狭くなり、家に閉じ籠もりがちになります。そこで孤独にならないためにも、大切な事は、人は人との係わりを持つ事が一番大切な事と思われます。それには色々な事に関心や興味を持ち、同じ趣味を持つ人々と仲間になることが大切であると思います。

広野町文化協会には、趣味を同じくする人達の多くの部会があります。これらの部会の他にも、やがて協会に入るべく外郭で活動されている人達も多く居ります。どうぞ、少しだけ勇気を出して興味を持たれ部会、または公民館の方へ訪ねてください。現在活動している多くの部会の共有している悩みは部員の高齢化と新規加入者の不足です。今後ますます深刻さを増す過疎化高齢化社会を同好の仲間達と過ごす喜びを一人でも多くして行きたいと各部会の皆様が切望して居ます。きっと良い仲間になれる。ぜひ一度、お気軽に見学にお来ください。

五社山登山（福島県登山・トレッキングツーリズム推進事業）開催

11月11日（日）、福島県を主催とする「福島県登山・トレッキングツーリズム推進事業・五社山登山」が100人の参加のもと開催されました。

この事業は、県が昨年度から福島県内の山の魅力を伝えるための観光プロモーション事業で、福島出身でタレントの「なすびさん」や山岳ガイドと一緒に五社山を登りました。

展望台広場では、全員で記念撮影の後、なすびさ

んによる「エベレスト登山と福島復興の思い」、山岳ガイドの奥田博さんによる「エベレストから五社山」とミニトークが行われ貴重な登山体験などを聞くことができました。

なすびさんとのじゃんけん大会の後、日本代表帯同シェフ西芳照さんレシピのカレーライスをいただき、絶景に別れを惜しみつつ下山となりました。



平成30年度 第7回ナイスレディ講座開催

11月11日（日）午前10時から五社山において開催されました。

講師は、INWA（国際ノルディックウォーキング協会）公認 ノルディックウォーキングベーシックインストラクター いわきノルディックウォーキングクラブ 代表 星 孝光 先生（いわき市）

『ノルディックウォーキングで五社山登山をしよう』という内容でご講義いただきました。当日は、福島県主催の五社山登山に参加する形で12人が出席しました。

参加者の皆さまから感想をいただきましたので、ご紹介させていただきます。

- 今回、初めてノルディックウォーキングを体験しました。ポールの持ち方から星先生に教えていただき勉強になりました。また、五社山の登山の仕方も分県登山ガイドの奥田先生に聞きながら歩いて、今まで知らなかった事も聞けて良かったと思いました。特製カレーランチもおいしく、皆さんとお話しながら楽しかったです。福島県のために頑張っていたらいいな なすびさんのお話もとても良かったです。
- 初めての五社山をノルディックウォーキングで登山しました。秋の木漏れ日の中、落ち葉をサクサクと踏んで歩いて来ました。頂上でのカレーもとてもおいしく、なすびさんのトークも楽しく、とても良かったです。
- 春の新緑、秋の紅葉と町の名山に登山できて大変うれしく思っています。ノルディックウォーキングはポールの持ち方から指導を受けましたが、楽しく、楽に登山できました。なすびさんのトークも大変良かったです。
- ウォーキングポールを使うのは初めてでしたが、使い方を星先生に教えていただき、スムーズに使うことが出来ました。気持ちの良い空気の中を町民の皆様と五社山登山に参加でき良かったです。
- お天気も良く楽しく登ることができました。ウォーキングポールの使い方も星先生がわかりやすく教えてくれたので、良かったです。
- なかなか一人では登山に参加できないので、このような機会を利用して良かったと思います。ノルディックウォーキングは昨年のナイスレディ講座に続いて2回目でしたが、昨年よりはスムーズに歩くことが出来ました。
- 初めての登山で不安でしたが、天気にも恵まれて楽しく登ることが出来ました。ウォーキングポールを使っただけで登山でしたが、楽しく登れました。昼食はおいしいカレーをいただきありがとうございました。
- ノルディックウォーキングで五社山登山しました。天候にも恵まれ、きれいな紅葉見ながらの登山、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。
- 木の葉があり、ウォーキングポールがすべりなかなか思うように歩けなかったです。でも、楽しい一日を過ごせました。
- 秋晴れの中、大変楽しく、五社山に登ることができ、満足しています。しかもノルディックウォーキングでの山登り。楽に登ることができ、カレーの昼食もいただき、ありがとうございました。
- ウォーキングポール使って、初めて登山しました。他の人のノルディックウォーキングを見ていた時は、歩きにくいかと思いましたが、自分が実際に体験してみると、とても楽しく、スムーズに歩けました。今日は本当に楽しい一日でした。ありがとうございました。
- 正しいウォーキングポールの使い方が分かって良かったです。登る時、下る時の使い方の違いがあるそうで、今までは、間違っていたので、これからは正しい使い方で行きたいと思っています。



○平成30年度の広野町ふるさと創生大学卒業生です！



○「第4回 広野町ふるさと創生大学」受講生から感想が寄せられましたので何件かご紹介いたします。

講義：「人生はチャレンジ！」

講師：シニアチアダンスチーム「ジャパンポンポン」チアリーダー 滝野 文恵 先生

- シニアチアダンスチームのDVDを見せて頂きましたが、とても年齢を感じさせないし、皆さん楽しく踊っているの、とてもステキでした。年だからと言って、何事にもチャレンジしないのではなく、一回しかない人生を明るく、楽しく生きる事。また、一步踏み出す事の大切さを学びました。
- 物事をはじめると、遅いということはないのだろうということを再認識しました。
- 今まで、自分の決めた枠にとらわれている感がありました。先生のお話をお聞きして、自分の決めた枠を外すことが大事であると気づきました。
- 望みを持たば叶うことになり、一步踏み出すことが大切との言葉が身にしみました。
- 86歳には見えない若々しさ。ハツラツ感。講義に来てくださっただけで、元氣や希望を頂きました。
- 先生が、アメリカで学んだ『老年学』という学問は、どんな勉強をするのか初めて知ったし、アメリカは1960年代から大学で学ぶことができたのに、日本にはそのような学問はないそうで、日本にも必要だと感じた。
- 他人にどう思われるか、どう言われるかではなく、自分がやりたいと思う事が大事であると気づきました。
- 「人生は楽しくないといけない。」何かとても考えさせられる言葉でした。
- 歳をとっても、常にチャレンジスピリッツを持ち続けていけば自然と出来るようになる。楽しまないといけない。しかし、ただ続けていても上手にならない。目的、目標がないと覚えない。
- 身体を動かして忘れる事も大切で、笑顔を作る事もできる。
- 何事にもチャレンジをしていく事が長生きの秘訣だと思いました。
- 何から何まで驚きと感動です。先生の若々しくて、イキイキしている姿は、とても輝いて見えました。できることなら男性の私もダンスにチャレンジしてみたいと思いました。

問 広野町生涯学習課（公民館内）
☎0240-27-3244

広野文芸欄

季節を詠む 時流を読む

広野町霜月句会 猪狩行々子選

復興の街を歩みて秋惜しむ
色深め吾をいざなう草紅葉
宮下 純子

振り向けば己が靴音秋澄めり
帰らむと秋の夕焼け追いかけて
遠藤 和子

除染済むふるさとの川鮭上る
朝市や片手に重きさわし柿
芦川 鋭章

小春日や猫の蹟く勝手口
秋蝶の先導橋の渡り初め
令子



散策の疲れを癒やす草紅葉
推敲の落とし所の夜長かな
暁月

驚きはお互い様よ穴惑
行楽の遅き帰宅や後の月
遠藤 健太郎

台風の間合いを計り稲を刈る
レシピ本手元に栗の渋皮煮
塩 史子

突き抜けて縦天辺の鵜高音
繕へる母の形見や夜なべの灯
遠藤 恵美子

会員募集のお知らせ

広野町俳句会では、会員を募集しています。俳句に興味のある方大歓迎です。俳句を通してみなさんと交流してみませんか。詳しくは、下の連絡先までお問い合わせください。

問 広野町俳句会 ☎090-7063-1676

町県民税(第4期)、国民健康保険税(第6期)、介護保険料(第6期) 納期限は12月28日です

町県民税(第4期)、国民健康保険税(第6期)、介護保険料(第6期)の納期限などは、次のとおりです。

- 納期限 12月28日(金)
- 納付場所 ①あぶくま信用金庫 本・支店
②福島さくら農業協同組合 本・支店
③東邦銀行 本・支店
④いわき信用組合 本・支店
⑤ゆうちょ銀行 東北6県の各支店
⑥福島銀行 本・支店

- ⑦大東銀行 本・支店
- ⑧広野町役場 出納室
- ⑨コンビニエンスストア
- 口座振替日 あぶくま信用金庫 12月28日(金)
その他の金融機関 12月26日(水)
- ※口座振替については、振替日前に口座残高のご確認をお願いします。

問 町民税務課 収納係 ☎0240-27-4160
健康福祉課 保険年金係 ☎0240-27-2113

英語であれこれ 第7回



カイル・ホップス

October 2018

This month started off with the Kenka Matsuri in Iizaka.

10月は「飯坂のけんか祭り」から始まりました。

I went as part of some group of international people living in Japan. 日本在住の外国人グループのメンバーとして行きました。

We spent most of our day carrying a mikoshi around the city with other groups.

他のグループと共にみこしをかついで、一日中町をねり歩きました。

I lost my voice from all of the shouting I did.

叫び過ぎて声がつぶれてしまいました。



Then as night came there was the actual festival.

夜になり、メインのけんか祭りが始まりました。

We ate Okonomiyaki and watched people ram mikoshis together.

私達はお好み焼きを食べながら、みこしが激しくぶつかり合うのを見物しました。

It was very fun to watch.

とても面白かったです。

Towards the middle of the month the Young Americans came to our school.

10月中頃には「ヤングアメリカンズ」が学校にやってきました。

I spent the majority of the first day with the Elementary school students and the majority of the second day with the Junior High school students.

初日は小学生と、二日目は中学生とかなり長い時間を過ごしました。

Unfortunately I was unable to stay for the final production but I had a great time singing and dancing and just having fun with all the kids.

残念ながら、私は最終上演まで残ることが出来ませんでした。歌ったり踊ったり子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごしました。

I hope we get to do it again next year.

また来年も参加できたらいいですね。

The end of this month has one of my favorite holidays Halloween.

10月の終わりは私の大好きなホリデイ（アメリカでは祝日）の1つ、ハロウィーンです。

As far as I know Halloween is a fairly new holiday to Japan compared to America.

私の知っている限りでは、アメリカと比較して日本のハロウィーンはかなり新しい行事であるようです。



In America, kids would dress up as their favorite characters and walk around the neighborhood collecting candy from every house.

アメリカでは、子供たちがお気に入りのキャラクターの格好をして近所を歩いて回り、家々からキャンディをもらいます。

As kids get older they start to go to haunted houses that people make just for Halloween.

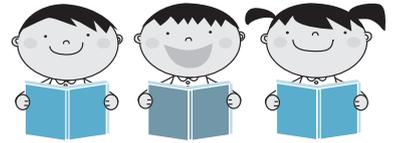
子どもたちが大きくなると、ハロウィーンの為に作られたお化け屋敷（この期間、自宅をお化け屋敷のように装飾して開放したりする）に行くようになります。

I am not sure what Halloween in Japan is like but I am looking forward to seeing how it is celebrated here.

日本のハロウィーンをよく知りませんが、どんな風に催されるのか楽しみです。



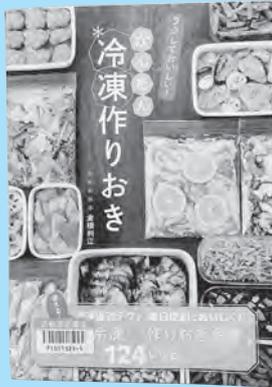
図書室だより



『かんたん冷凍作りおき』

倉橋 利江：著（一般図書）

時間を掛けずに食べられる冷凍保存おかずのレシピ。本書では、事前に食材と調味料を保存袋に入れたら、揉み込んで味を馴染ませたらそのまま冷凍庫に入れるだけの“冷凍おかず”と電子レンジやフライパンで解凍するだけですぐに食べられる“冷凍作りおきおかず”が豊富に紹介されています。休日や時間が空いている時に上記の方法で食材を仕込んで、冷凍すれば長期間保存できるだけでなく、忙しい時にもシンプルな調理手順ですぐに食べられるのが本書のポイントです。



12月は師走で、色々忙しい時期になっていますが、本書で紹介されているレシピが少しでも参考になればいいなあとと思います。

『おしりたんてい』

トルロル：さく・え（児童図書）

「フーム、においますね」が口癖で、レディーに優しく、スイートポテトが大好きのおしり探偵が登場！本書では、仕事の依頼を受けたおしり探偵が、絵を探したり、迷路に入り込んで犯人の手掛かりを探す。おしり探偵の目の前に、重なり合う謎の数々。



いったい、犯人は誰だ…!? 現在子どもたちの間で人気のあるおしり探偵と一緒に、迷路や絵探しをしながら、犯人を追い詰め、事件の真相に迫る、謎解き絵本に仕上がっています。子どもたちだけでなく、大人が読んで楽しむ絵本です。

親子でおしり探偵の気分になって、おしり探偵の世界観をぜひ味わってみてください。

リサイクル図書のご案内

図書室では、目玉コーナーとして「新着本コーナー」と「リサイクル図書コーナー」があります。

中でも「リサイクル図書コーナー」には、ご家庭などで不要となった本を列べており、必要とされて方がご自由にお持ち帰りできるコーナーとなっております。（お持ち帰りの際は、図書室スタッフまで申し出てください。）

図書室をご利用の際は、是非一度ご覧ください。掘り出し物があるかも？

また、ご家庭などで不要となった本を随時受け付けておりますので、図書室カウンターまでご持参ください。（汚れ・破損などがある本は受付できない場合がございますので、その際はご了承ください。）

現在、「リサイクル図書コーナー」が好評で多くの方々にご利用されており、本が不足している状況です。特に「絵本」が不足しておりますので、皆さま方のご協力をお願いいたします。



図書室の開室時間について

開室時間は午前8時30分から午後5時15分となります。

12月・1月の休室日のご案内

4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)
29日(土)～31日(月)・¹1日(火)～3日(木)

※図書室では、利用者から本のリクエストを受け付けています。
また、ご家庭で不要となった本をリサイクル図書などとして活用しています。
詳しくはスタッフまでお尋ねください。

浄水場を見学してみませんか？

双葉地方水道企業団では、『どのようにして安全な水道水が作られているか』を皆さんに直接ご覧いただき、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！まずは、お電話にてご相談ください。

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

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、平成31年2月28日（木）までとなっております。

検査を希望される方は、右の方法により検査受託事業者へお申込みください。

お申し込みには、平成30年6月広報に同封した専用の申込用紙（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！

（連絡先：施設課浄水係 ☎0240-25-5341）

《お申込み方法》

・検査受託事業者：(株)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 福島県いわき市好間工業団地4-18

②FAXの場合 FAX番号：0246-36-7142

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：小滝平浄水場 ■水源：大船水源（表流水）

採水年月日	ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
2018/10/ 1 } 2018/10/31	不検出	不検出	不検出

※いずれの検体も、10月31日時点で放射性物質は不検出です。
※「不検出」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。
※現在、広野町内の水道水は、小滝平浄水場および小山浄水場より給水しています。

《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	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。

【双葉地方水道企業団から凍結防止のお願い】

気温が氷点下を下回ると、水道管や水道メーターが凍結して破損する恐れがあります。水道管は毛布などで包みビニールテープで固定し、メーターボックス内には布切れなどを入れたビニール袋を詰めるなど、早めの凍結防止準備をお願いします。

平成30年度 水道修理当番表

【緊急時連絡先】 双葉地方水道企業団 ☎0240-25-5315

業者名	年月	平成30年12月	平成31年1月
北陽管工(有) ☎0240-27-3419		10日～16日・31日	1日・6日・21日～27日
(有)山忠設備工業 ☎0240-27-3311		3日～9日・24日～30日	4日・5日・14日～20日
(有)吉田鉄工所 ☎0240-27-3241		1日・2日・17日～23日	2日・3日・7日～13日 28日～31日

問い合わせ **双葉地方水道企業団**

〒979-0515 福島県双葉郡楢葉町大字上小崎字小山6-2
☎0240-25-5315（代表） FAX0240-25-5385
E-mail：soumu@f-mizu.jp



消防署からのお知らせ

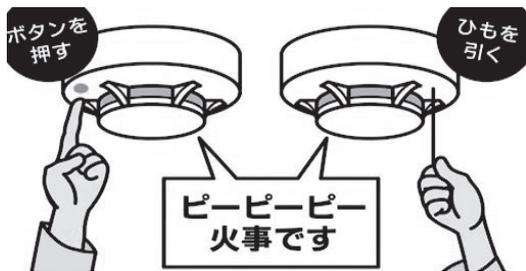


年末年始の火災に注意！

この時期は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。また、年末年始は火気を取扱う機会も増えますので、取扱いには十分注意しましょう。

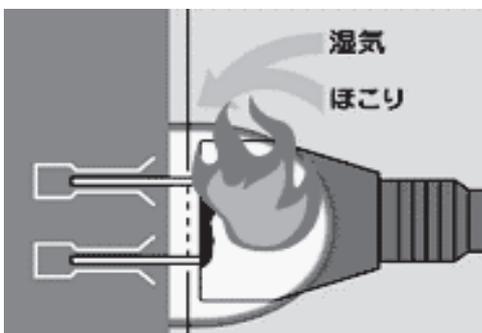


住宅用火災警報器の点検をしましょう。



住宅用火災警報器は、ほこりやクモの巣がつくと誤作動を起こしやすくなります。年末の大掃除に併せてお手入れしましょう。また、「ボタンを押す」、「ヒモを引く」ことで警報音がなるかどうかテストしてみましょう。

トラッキング現象に注意しましょう。



プラグを長時間差しっぱなしにしていると、コンセントの間にはこりや湿気がたまり、放電を繰り返し、炭化した部分から発火することがあります。この時期にプラグを抜き、ほこりを取り除きましょう。

火事と救急は119番

<消防署連絡先>
◇浪江消防署 ☎0240-34-4111
◇富岡消防署 ☎0240-22-2119



広野町内ごみ収集カレンダー

12月

1月

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	1/8
	可燃	ペットボトル プラスチック	不燃	可燃		
9	10	11	12	13	14	15
	可燃	ペットボトル プラスチック	カン類	可燃		
16	17	18	19	20	21	22
	可燃	ペットボトル プラスチック	ビン類	可燃		
23	24	25	26	27	28	29
	可燃	ペットボトル プラスチック		可燃		
30	31					

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
	可燃	ペットボトル プラスチック	不燃	可燃		
13	14	15	16	17	18	19
	可燃	ペットボトル プラスチック	カン類	可燃		
20	21	22	23	24	25	26
	可燃	ペットボトル プラスチック	ビン類	可燃		
27	28	29	30	31		
	可燃	ペットボトル プラスチック		可燃		

広野町内でのごみの収集について

12月および1月の広野町内でのごみ収集日は次のとおりです。

ごみステーション周りの汚れが大変目立ちます。ごみを出す場合は「ごみと資源の分け方・出し方」を確認し、指定ゴミ袋に分別して、収集日当日にごみステーションボックス内に出してください。

カセットボンベ・スプレー缶類を出す際は、爆発や火災など事故になる恐れもあります。必ず使い切ってから穴をあけて出してください。なお、ライター類も同様に使い切ってから出すようにしてください。

粗大ごみを出すときは、南部衛生センター【TEL0240-25-4609】へ3日前まで連絡してください。受付時間は、午前8時30分から午後3時45分までです。広域職員がご自宅まで回収しにお伺いします（有料です）。

ご家庭で不要となった衣類は、広野町役場、広野町公民館に古着リサイクルボックスを設置しています。資源の再利用によるごみの減量にご協力ください。

また、古紙類（新聞、ダンボール、雑誌など）については、広野町役場車庫にて随時回収しています。

【指定袋販売店】

- ・島村金物店
- ・福島さくら農協広野支店
- ・ニツ沼直売所
- ・ローソン
- ・渡辺金物店
- ・広野薬局
- ・イオン広野店
- 広野下北迫店
- ・(株)四倉屋
- ・セブンイレブン広野町店
- ・ニューヤマザキデイリーストア
- ・ローソン
- ・堀江商店
- ・ファミリーマートJヴィレッジ前店
- 広野みらいオフィス店
- 広野折木店

Jヴィレッジ

フィットネスクラブ利用のご案内

Jヴィレッジフィットネスクラブ
が利用できます。

体力づくりや運動不足の解消など
にぜひご利用ください。

こちらJヴィレッジフィットネスクラブです

今回は「肩」の安定性を高めてくれる「回旋筋腱板」と呼ばれる肩のインナーマッスルについて紹介していきます。ペットボトル1本でできる運動です！ぜひ運動してみてください！

インナーマッスルを鍛えよう♪

☆肩のインナーマッスルとは？

回旋筋腱板と呼ばれ、4つの筋が肩のスムーズな動作を補助する以外に、上腕骨を肩甲骨に引き付け、肩の安定性を高める役割を担っています。

準備物：ペットボトル500ml（水が入っている状態）

・肩をくるくる♪

＜方 法＞

- 1、写真①のように腰の高さにペットボトルを持ちます。
- 2、蛇口を回すように外側、内側と肩から動かします。

（写真②）

（肩にじんわりとたるさを感じると効いてきた証拠です！）

- 3、肩の高さ（写真③）、頭上（写真④）でも同様に動かしましょう。

＜ポイント＞

- ・目標回数は30回！痛みのない範囲で動かしましょう。
- ・ペットボトルの水の量で重さを調節しましょう。（重くても500ml一本分の重さ）

・エンプティカン

＜方 法＞

- 1、写真⑤⑥の位置に腕を上げます。
手を内側に返し、親指は下を向くようにします。
- 2、肘を伸ばしたまま、肩からペットボトルを上下に細かく振りましょう！

＜ポイント＞

- ・目標回数は20～30回！



写真①



写真②



写真③



写真④

「前ならえ」の
位置から
少し外側に開きます。



写真⑤



写真⑥

腕の角度は変えずに
動かします！

Jヴィレッジフィットネスクラブよりお知らせ

Jヴィレッジフィットネスクラブ元気に営業中!!
ジムエリアはもちろん、プールや体育館、お風呂のある施設となっております。運動が苦手な方でも気軽に来て楽しんでいただけたらと思います。皆様のご来館スタッフ一同心よりお待ちしております。

営業時間：平日（火曜～金曜日） 午前10時～午後9時
土曜・祝日 午前10時～午後4時30分
日曜・月曜日 休館

問 Jヴィレッジフィットネスクラブ ☎0240-23-7013

Jヴィレッジ フィットネスクラブ トレーナー

えんどう けんいち
遠藤 健一

- 出身地
須賀川市
- 得意なスポーツ
野球



げんキッズのご案内

「げんキッズ」は、就園前のお子さんを対象に、テーマ遊びや保護者同士で情報交換をする場です。保健師などによる育児相談なども行っています。

走って、転んで、いろいろな体験をしましょう。

予約不要です！

開催日	開催時間・会場	内容
12月13日 (木)	午前10時～午前11時30分 会場：児童館	クリスマス会 サンタクロースは来るのかな…!?
平成31年 1月10日 (木)	午前10時～午前11時30分 会場：保健センター	お正月あそび お正月にちなんだあそびを楽しみます。
1月24日 (木)	午前10時～午前11時30分 会場：児童館	節分 お面をつくって、 かわいい鬼になろう！



11/22 児童館でたくさん楽しいあそびをしました。

問 こども家庭課 こども家庭係 ☎0240-27-2115

子どもが遊べる場所を

無料で開放しています！～なかよしランド～

毎週、月・水・金の午前中は、保健センターの健康増進ホールが利用できます。

申し込みは不要です！気軽にお越しください。

○開放日：月・水・金曜日（12/10、12、19、24、28日および年末年始は除く）

○時間：午前9時から正午まで

○場所：保健センター（健康増進ホール）

○対象：就学前の乳幼児とその保護者

○内容：おもちゃや絵本はお貸しします。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

「心の相談会」について

様々な心の問題についてお困りの方、またその家族の方を対象に、臨床心理士による「心の相談会」を実施しています。

日時：12月19日（水）、1月10日（木）、1月24日（木）

午前10時～正午

場所：保健センター

自分ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

事前に予約が必要となります。

2日前までに、保健センターへご連絡ください。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040



運動教室のご案内

町では、Jヴィレッジのインストラクターによる元氣アップ教室を開催しています。運動が苦手な方でも、インストラクターが丁寧に指導します。日頃の運動不足解消、ストレス発散、メタボ解消にお気軽にご参加ください。

場 所：保健センター

持ち物：室内シューズ、飲料水、タオル、運動しやすい服装

料 金：無料

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

午前(水曜日) 午前9時30分～午前11時	午後(木曜日) 午後1時30分～午後3時	夜間(火曜日) 午後6時30分～午後8時
—	12月13日	12月11日
12月19日	—	12月25日
1月16日	1月10日	1月8日
1月30日	1月24日	1月22日
2月13日	2月7日	2月5日
2月27日	2月21日	2月19日
3月13日	3月7日	3月5日
—	—	3月19日

インフルエンザ予防接種はお済みですか

現在、町では高齢者を対象にインフルエンザ予防接種費用の助成を実施しております。

接種期間は12月28日までです。

お早めに接種されますようお知らせいたします。

1 対象者

①65歳以上の人

②60歳以上65歳未満の人であって、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する人（②の対象になる方は事前に広野町保健センターにご連絡ください）

2 自己負担 1,000円

3 実施医療機関 福島県内の登録医療機関

①接種を希望する医療機関へお問い合わせください。

②県外での接種を希望される人は事前に広野町保健センターまでご連絡ください。

4 接種方法

①問診票を事前に広野町保健センターまたは役場健康福祉課でお受け取りください。（平日の午前8時30分から午後5時15分まで受け付けます）。町内の医療機関で接種を希望される場合は、問診票が医療機関に置いてあります。

②接種を希望する医療機関に予約を入れてください。

③受診の際は保険証および健康手帳をご持参ください。

④接種費用の助成は、期間内に1回のみです。（2回目以降は自費での接種になります。）

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

内部被ばく検査のご案内

町民の皆様を対象に内部被ばく検査を下記のとおり実施しております。検査を希望される場合は申請が必要になりますので、保健センターへお申込みください。

	受付時間	月	火	水	木	金	土	備 考
保 健 センター	午前9時～正午	○	○	○	○	○	予 ₂	○：実施 —：未実施 予 ₁ ：前日（月曜日）までに予約が必要 予 ₂ ：第2・4土曜のみ実施。前々日（木曜日）までに予約が必要 ※事業などの都合で実施できない時間帯がありますので事前にご確認ください。
	午後1時～午後5時	○	○	○	○	○	—	
	午後5時～午後6時30分	—	予 ₁	—	—	—	—	

※事業などの都合で実施できない時間帯がありますので事前にご確認ください。

問 広野町保健センター ☎0240-27-3040

休日など診療医療機関のお知らせ

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関へお問い合わせください。

月 日	曜日	医療機関	診療時間
12月22日	土	高野病院	9：00～16：00
		馬場医院	8：00～12：00
12月23日	日	馬場医院	9：00～15：00
12月24日	月	高野病院	9：00～15：00
1月5日	土	高野病院	9：00～16：00
		馬場医院	8：00～12：00
1月6日	日	高野病院	9：00～15：00
1月12日	土	高野病院	9：00～16：00
		馬場医院	8：00～12：00
1月13日	日	馬場医院	9：00～15：00
1月14日	月	高野病院	9：00～15：00

月 日	曜日	医療機関	診療時間
1月19日	土	高野病院	9：00～16：00
		馬場医院	8：00～12：00
1月20日	日	馬場医院	9：00～15：00
1月26日	土	高野病院	9：00～16：00
		馬場医院	8：00～12：00
1月27日	日	高野病院	9：00～15：00

【医療機関連絡先】

- ・高野病院 広野町大字下北迫字東町214
☎0240-27-2901
- ・馬場医院 広野町大字下浅見川字広長100-6
☎0240-27-2231

年末年始の12月29日から1月3日までは、休診になります。

救急の場合は、ふたば医療センター附属病院（富岡町 ☎0240-23-5090）などへ受診してください。

Dr.尾崎と考える 広野町の健康づくり ⑨



広野町健康づくりアドバイザー 鳥取大学医学部 尾崎 米厚 先生

町では平成30年度に「第二次広野町健康づくり計画」を策定します。
健康についてみなさんで考え、日本一元気な町を目指しましょう。

ストレスと健康

ストレスと聞くと、悪いイメージを持つ人が多いと思うが、ストレスという用語は、もともと物理学の用語で、物体の外側からかけられた圧力によって歪みが生じた状態を言い、悪い意味はない。風船にたとえると、風船を指で押さえる力をストレッサー、ストレッサーによって風船が歪んだ状態をストレス反応と言う。ストレッサーには、「物理的ストレッサー」（暑さ、寒さ、騒音など）、「化学的ストレッサー」（有害物質、薬物、汚染された大気など）、「心理・社会的ストレッサー」（人間関係、仕事の悩み、家庭問題など）がある。適度なストレスは人間が成長するには必要であるが、過度になったり、解消できなくてたまることが問題である。

広野町住民のストレス

2007年および2017年の調査では、広野町民に不安・悩み・ストレスがあるかを聞いている。大いにある人は、2007年では、22.4%（男性21.0%、女性24.1%）であったが、2017年では17.9%（男性15.3%、女性20.1%）と女性で高く、男女とも減少していた。多少はある、と回答した人は、2007年で46.0%（男性43.8%、女性47.9%）が2017年では56.1%（男性56.0%、女性56.1%）と増加した。したがって、ない人が減少したことになる。

ストレスの解消法

ストレスの解消法は、買い物・旅行（2007年31.5%、2017年36.9%）が最も多く、次いで、休養（2007年30.7%、2017年27.6%）、酒（2007年20.4%、2017年22.2%）が多く、運動・スポーツは2007年13.0%、2017年15.5%とあまり多くなかった。特に「酒」をストレス発散に使う男性は多く、問題である。

医療機関ほか診療日時状況（平成30年11月29日現在）

●高野病院

☎0240-27-2901
月曜日 9:00~12:00
火曜日 9:00~12:00
水曜日 9:00~12:00
木曜日 9:00~12:00
金曜日 9:00~12:00
土曜日 9:00~12:00

●新妻歯科医院

☎0240-27-4020
火曜日 9:30~12:30
13:30~18:00
木曜日 9:30~12:30
13:30~18:00

●馬場医院

☎0240-27-2231
月曜日 8:00~12:00
14:00~18:00
火曜日 8:00~12:00
14:00~18:00
水曜日 8:00~12:00
14:00~18:00
木曜日 8:00~12:00
14:00~18:00
金曜日 8:00~12:00
14:00~18:00
土曜日 8:00~12:00

●広野薬局

☎0240-27-2265
月曜日 8:30~18:00
火曜日 8:30~18:00
水曜日 8:30~18:00
木曜日 8:30~18:00
金曜日 8:30~18:00
土曜日 8:30~12:00

●花ぶさ苑

☎0240-27-1755
面会時間 8:30~17:00

お酒と健康

「お酒は百薬の長」と言いますが、飲酒により、健康に影響を及ぼす場合があります。

1 お酒に対して「強い人」「弱い人」がいます

身体がアルコールを分解する働きは、体質、年齢、性別、体格によって個人差があります。お酒をたくさん飲んだからといって、アルコールを分解する力が強くなるわけではありません。長期的な飲酒習慣は身体の健康を害する恐れがあります。

2 1日の適度な飲酒量

健康な男性はビールであれば500ml、日本酒であれば1合。高齢者や女性、体調が悪い方はその半分の量です。週1～2回の休肝日を設けましょう。



500mlまで または1合まで

3 空腹状態で飲酒をしない

食事やつまみを食べながら飲酒することで、アルコールの吸収速度が遅くなり血中アルコール濃度の急激な上昇を防ぎます。

4 薬を飲んだらお酒は飲まない

飲酒により薬の効き目が強くなったり、弱くなったりします。また、副作用が出ることもあり、危険ですので、定期的に服薬している場合は飲酒を控えるようにしましょう。



5 他にも、お酒は身体にこのような影響を及ぼします

毎日飲酒する人は、飲まない人に比べ血圧が高くなるなど、健康に影響がでます。

就寝前に飲酒をすると、寝付きは良くなりますが、眠りが浅くなり睡眠の質が下がりますので、就寝前の飲酒(特に寝酒)は控えましょう。

飲酒習慣を見直すことで、健康的な生活を送りましょう。

(資料提供 ふくしま心のケアセンター
アルコール・プロジェクト)

広野町認知症施策



広野町では、広野町認知症推進員と共に、認知症の方やそのご家族同士の交流、または地域の方々と楽しく交流したり、認知症に関する情報や知識、制度などを学んだりできる場として認知症カフェを開催しております。交流を通じ、当事者の方の心理的な不安の軽減や認知症への地域の理解の促進を図るとともに、専門知識を持ったケアマネジャーなどが参加することにより、多様な相談への対応を図ってまいります。

問 広野町地域包括支援センター ☎0240-27-1885

－ みかんカフェ －

- 【開催日時】 1月7日(月)・2月3日(日)
午前9時～午前11時
- 【会場】 ひろのてらす(イオン広野店内)
- 【参加費】 無料
- 【参加申込】 お電話にて受付
- 【内容】 認知症についての勉強会、悩みごと相談、茶話会などを予定しています。

－ 純喫茶みかん －

- 【開催日時】 12月12日、26日、1月9日、23日
(第2・第4水曜日)
午後1時～
- 【会場】 高野病院 1階ロビー
- 【参加費】 100円
- 【参加申込】 お電話にて受付
- 【内容】 認知症についての勉強会、悩みごと相談、茶話会などを予定しています。



美味しく減塩しよう！
ヘルシーメニュー



レシピ提供
公益財団法人 味の素ファンデーション

鶏肉とれんこんのみぞれ煮

エネルギー
218kcal
塩分
1.3g



【材料:4人分】

鶏もも肉	300g
A 片栗粉	大さじ1
A 大根のおろし汁	大さじ1
A しょうゆ	小さじ1
大根	1/6本(約200g)
れんこん	150g
小ねぎ	適量
サラダ油	大さじ1/2
B みりん	大さじ1と1/2
B しょうゆ	大さじ1と1/2
B 柚子こしょう	小さじ1/2

【作り方】①大根は皮ごとすりおろす。(汁も使います。)ボウルにAを混ぜ合わせ、一口大に切った鶏肉を加え揉み、10分程置く。別のボウルにBの調味料を合わせる。②れんこんは皮をむき、5mm幅のいちょう切りにし、水にさらして水気を切る。小ねぎは小口切りにする。③フライパンに油をひき、鶏肉を皮目から並べてフタをし、弱めの中火で焼く。焼き目が付いたら裏返し、1分程焼いたら取り出す。④フライパンでれんこんを炒め、透き通ってきたら鶏肉を戻し入れ、Bの調味料、大根おろしを汁ごと加え、3分程煮る。器に盛り付け小ねぎをのせる。



管理栄養士の

お弁当チェック



今回は、20代女性のお弁当です！

●ほうれん草

冬の露地栽培のものは、夏のものに比べ、栄養価が高く、甘みも増しておいしくなります。
根元の赤い部分には、骨を作るときに重要なマンガンが豊富に含まれています。

●パプリカ

ビタミンCが豊富で、美肌や免疫力アップにおすすめです。そのほか、βカロテンや食物繊維も多く含まれています。



赤・黄・緑の
食材がそろっていて、
彩が綺麗ですね！



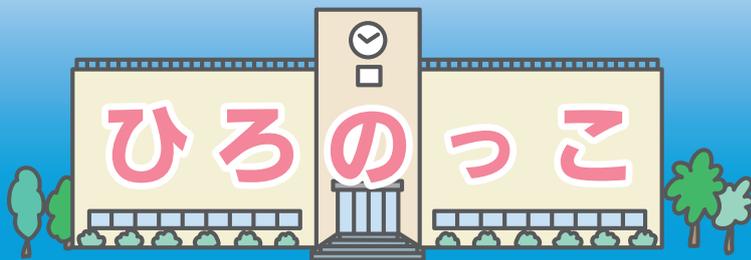
●豚肉

疲労回復に役立つビタミンB1が豊富です。にんにくや玉ねぎに多いアリシンと合わせると、ビタミンB1の効果が持続し、より効果的です。

若い女性に不足しがちな“食物繊維”

食物繊維は日本人全体に不足していますが、特に20～30代の若い世代で不足しています。食物繊維は、便の量を増やして便秘の予防・改善に役立つほか、糖質の吸収を緩やかにして血糖値の急上昇を防いだり、コレステロールの吸収を抑えてくれる働きがあり、生活習慣病の予防に役立つことも分かっています。食物繊維は穀物、根菜類、豆、果物、きのこ、海藻などに多く含まれています。色々な食品を組み合わせることが上手にとるコツです。

- ・ 広野町教育委員会事務局 : 0240-27-4166
- ・ 広野中学校 : 0240-27-3224
- ・ 広野小学校 : 0240-27-2332
- ・ 広野幼稚園 : 0240-27-2221
- ・ 広野町保育所 : 0240-27-2345
- ・ 広野町児童館 : 0240-27-3288



4年生 浅見川をたどる 広野小学校



←見学学習の様子

11月6日、4年生が浅見川ゆめ会議理事長 鈴木正範さんのご案内のもと、浅見川をたどる見学学習を実施しました。常平地区で地域の方からお話を伺った後、大船水源地、小滝平浄水場を見学しました。水源地や浄水場では職員の方から、水道水になるまでの過程の説明を受けました。最後は浅見川河口と日の出の松の見学をし、子どもたちは、きれいな川を守っていきたいという思いを強くしました。

モザイクアートに挑戦!! 広野町児童館



←みんなで協力して完成しました

今年の文化展共同作品は「ひろぼーモザイクアート」に挑戦しました。製作開始とともに黙々とチップを並べる子どもたち!! 7mm×7mmの様々な色の小さなチップをおよそ1万5千個使って、絵を完成させることができました。また、コットン人形や俳句も出品しました。モザイクアートは児童館の玄関に飾ってありますので、ご覧くださいね♪

消防車 かつこよかったね! 広野町保育所



←消防車の前でハイチーズ!

11月14日に避難訓練を行い、消防車や起震車に乗りました。揺れる車にびっくりした様子も見られましたが、大興奮の子どもたち。火事や地震についても知ることができました。

楽しく体カアップアップ!! 広野幼稚園



←バランスを崩さないよう真剣な子どもたち♪

福島県体育協会主催の事業で子どもたちに楽しく身体を動かしてもらおう体操遊びを行いました。普段の生活の中であまりしない動きや体操で大変かな?と思いました。みんな笑顔で元気いっぱい運動遊びを楽しんでいました♪正しい姿勢やバランスなど、自分の身体を守るためにも、継続していきるといいですね!

保育料を助成します

広野町では、原子力災害により避難先市町村の認可保育所および認定こども園内保育所に入所している児童の保護者に対し、申請に基づき保育料の2分の1を助成しています。助成期間は、平成30年4月分から平成31年3月分までです。詳しくは、広野町保育所にお問い合わせください。

問 広野町保育所

0240-27-2345

私立幼稚園就園奨励費補助事業

広野町に住所を有し、避難先の私立幼稚園に通園している幼児の平成30年度入園料・保育料の補助制度があります。町民税額(世帯内の合計額)により補助金額を決定します。税額によっては該当しない場合もあります。また、通園先の自治体で補助される場合は、対象となりません。書類などの配布は、通園先の幼稚園を通して行いますので、現在通園している人、途中入園した人および退園した人などは、早めにお知らせください。詳しくは広野幼稚園へお問い合わせください。

問 広野幼稚園

0240-27-2221



学校給食に使用する食材については、毎日放射性物質の検査をしています。

児童・生徒数

小学校	153人	中学校	68人
幼稚園	68人	保育所	23人
児童館	75人		H30.11.29現在

ふたば未来通信



↑震災当時の経験や将来の夢などを発表した生徒たち

寛仁親王妃信子さまが福島の現状を視察

11月20日、寛仁親王妃信子さまが福島の現状を視察するため同校を訪れました。生徒たちは、東日本大震災の被災体験や震災後に取り組んでいるまちづくり、再生可能エネルギーの研究などについて発表し、信子さまから「つらい経験が必ずプラスになる時があることを忘れずにいてください。」と励ましの言葉をいただきました。生徒たちは、信子さまからの温かい言葉を励みに復興への決意を新たにしていました。

「地域と共に創る放射線・防災教育推進事業」授業公開 広野中学校



←「Jヴィレッジ」で行われた授業の様子

11月8日、「地域と共に創る放射線・防災教育推進事業」（主催：福島県教育委員会）の実践協力校である本校の授業公開が「Jヴィレッジ」で行われ、県内各地からの多くの先生方が参観しました。「地域・社会に生きる一員として ～Jヴィレッジ再開を世界に発信!～」をテーマに、3学年の生徒たちは放射線に対する不安や疑問等をQ&Aにまとめ、パンフレットを作成するために話し合いました。震災からの復興に向けた「Jヴィレッジ」の取組を学ぶことを通して、「ふるさと広野町」の魅力を再発見した授業でした。

アカデミー通信



←試合を重ねて成長を続ける選手たち

U-18静岡県リーグBリーグを終えて

JFAアカデミー福島 9期生 龍前 大翔

静岡県リーグBリーグを終えて私たちは4位という結果でした。2位以上がAリーグへの昇格圏内のため、昇格は果たせませんでした。今シーズンのリーグでは課題も多く出たため、トレーニングでの意識や取り組み方を変えていきたいです。また、今シーズンも多くの方に応援していただき感謝しています。私はアカデミー生として来シーズンが最後です。皆さんに良い結果を報告できるよう頑張ります。

被災児童生徒就学援助

平成23年3月11日に広野町に住民登録のあった子どもで、現在も広野町に住所を有し、震災により被災し経済的な理由により小学校・中学校への就学が困難と認められる児童生徒への就学援助（学用品・給食費など）を国の補助を受けて実施しています。

なお、認定については前年の総所得金額と世帯人数により決定します。総所得金額によっては該当しない場合があります。

また、避難先の自治体で補助を受けている場合は、対象となりません。詳しくは広野町教育委員会学校教育課へお問い合わせください。

問 学校教育課

☎ 0240-27-4166



町代表選手と応援に駆けつけた関係者ら



ふくしま駅伝 広野町代表チームが健闘!

平成30年11月18日（日）、白河市から福島市までを舞台として開催された第30回記念市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会（ふくしま駅伝）に参加した広野町代表チームは、それぞれの思いを胸に出場選手全員が完走しました。

結果は総合順位**34位**、町の部**15位**で昨年の順位以上の結果とはなりませんでした。選手一人一人が最後まで諦めずに福島路を駆け抜けました。

あなたの写真が広報ひろのに載っていたら、総務課の窓口でお渡しできます。お気軽にお問い合わせください。

人口と世帯数 (住民基本台帳人口による) 町内へ戻った人は必ず役場に届け出をしてください。 平成24年7月9日の住民基本台帳法の改正により外国人住民についても集計しています。

● 町のすがた ●

世帯数 2070世帯(-13)
 総人口 4777人(-13)
 (男) 2480人(-14)
 (女) 2297人(+1)

平成30年10月31日現在

● 人のうごき ●

転入 20人
 転出 30人
 出生 3人
 死亡 6人

平成30年10月の異動

● みなし居住率 ●

139.7%
 (4142人+2531人) / 4777人
 (町民居住者+滞在者) / 住基人口

平成30年10月31日現在

防災行政無線電話応答サービス ☎0240-28-0120 ※本サービスは、通話料のみ有料となります。

Hirono Town Public Information



発行/広野町 編集/総務課政策広報室
 ☎0240-27-2111

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

● 広野町役場

福島県双葉郡広野町大字下北迫字苗代替35
 ☎0240-27-2111(代)