



▲町長へ受章の報告へ訪れた滝口さん(83歳)は、今後も調査を続けていきたいと元気に語ってくれました

## 永年の貢献で表彰

＝統計調査員総務大臣表彰＝

11月9日(水)福島市の杉妻会館で行われた平成23年度福島県統計功労者表彰式で滝口芳信さん(成田)が総務大臣表彰を受章されました。

滝口さんは、昭和30年から通算11回の国勢調査に従事しており、その永年の貢献が認められ、今回、表彰の栄に浴されました。

滝口さんは国勢調査の他に、昭和28年から町の統計調査員として人口統計調査など数々の統計調査に従事してこれ、昨年の国勢調査でも成田区の調査にあたりました。「地元の方々の理解と協力があったからこそここまで調査に従事する事が出来ました」と述べられ、調査は人の結びつきが大事だと仰っていました。

## 新しい趣味にいかがでしょう

＝ダーツ入門講座＝

町老人クラブ連合会(会長 小坂三吉)では、会員の減少・高齢化対策の一環として「若手委員会(委員長 鈴木豊定)」を発足しました。その第1回目の事業として、これまでの老人クラブ事業には無かった内容を取り入れた「ダーツ入門講座」を10月29日(土)に開催しました。

大橋一雄講師(福祉ワリエーションネットワークinふくしま)から指導を受け、ダーツを体験した皆さんは「緊張してなかなか思いどおりにいかない」といつつ、「初めてやって大変楽しかった」「地域での集まりの時にぜひ皆でやりたい」と大好評でした。

委員会では、今後も料理教室やビリヤード入門講座を開催していく予定だそうです。



▲なれないダーツに四苦八苦しながら、的にあたるようになるとゲームの醍醐味にハマってしまっているようでした



▲本格的な演奏や歌の前に集まったみなさんから大きな拍手が贈られました

## 日ごろの成果をお披露目

＝鏡石町秋の文化祭＝

10月29日(土)・30日(日)、11月5日(土)・6日(日)町公民館で毎年恒例の秋の文化祭が行われました。

29・30日は幼児から高齢者までの書道や絵画、盆栽などの幅広い作品896作品が展示され、会場を訪れた皆さんの感嘆の声を誘っていました。

続いて11月5・6日に開催された発表会では、19の各団体から参加した約150名の皆さんの日ごろの練習の成果が披露されました。発表では、きらびやかな衣装を身にまとい、少々緊張した面持ちでステージに立った皆さんは、自慢ののどや演奏で集まった皆さんを楽しませていました。

## まちの話題 フォトアルバム

### 延長戦を制して見事優勝

＝鏡石中学校野球部県大会優勝＝

11月3日(木)に第18回県中学校新人野球大会の決勝がいわき平球場で行われました。決勝まで勝ち進んだ鏡石中学校野球部は、無死満塁からのタイブレークで行われた延長8回にサヨナラ勝ちで優勝を果たし、福島県代表として東北大会への出場を決めました。

中学校では、大会前には校庭の表土除去のため、グラウンドが使用できない状況でしたが、町が鳥見山球場を開放し、そこで練習を行うなど、普段と違う状況でも部員が一丸となって今回の勝利を勝ち取りました。

今後も鏡中野球部の活躍が期待されます。



▲優勝旗を手に勝利を報告に来庁。訪れた選手ら(左：先崎正史選手、中：大竹哲矢選手、右：渡辺秋也選手)は力強く今後の躍進を誓いました



▲部員の皆さんは忙しい仕事の合間を縫って、訪れる人が少しでも心が安らげばと活動を実施したそうです

### 町に癒しの空間を

＝町商工会女性部定植ボランティア＝

町商工会女性部(仲沼登美子部長)は、11月12日(土)に鏡石駅周辺や特別養護老人ホーム鏡石ホームでパンジーや葉ボタンなど約550株の定植ボランティアを行いました。

女性部では、毎年ボランティアで定植活動を行っているそうです。

今年も部員約15名で町の玄関口である駅や特老鏡石ホームの花壇に、訪れる人々の心を癒すような花々をきれいに定植していました。

### 今月の健康メニュー

## 「無塩カレーパスタ」

食事で血圧コントロールを

塩分を摂りすぎると体にいろいろな症状が現れます。  
①喉が渇く 体内の塩分濃度を薄めるために水分が必要なので喉が渇きます。  
②血圧が上がる 血液などに水分を多く取り込むため血液量が増えて血圧が高くなります。  
③むくみ 水分が溜まって細胞からあふれるとむくみます。これからの季節、外気が冷たくなると血管が収縮し、血圧が上がりがやすくなります。食事での塩分を控え、生活習慣病を予防しましょう。

《作り方》  
①キャベツと豚肉は一口大、人参は短冊切りにします。  
②フライパンにオリーブオイルを熱し、スライスした人参と具材を炒めます。  
③パスタは塩なしで茹で、具材と合わせて炒めます。  
④カレー粉と黒こしょうで味付けします。

《健康な成人の1日の食塩摂取量》  
男性 10g未満  
女性 8g未満

《材料》 2人分  
●パスタ2人前 ●キャベツ2枚 ●人参40g ●豚肉50g ●にんにく1片 ●黒こしょう適宜 ●オリーブオイル大さじ1 ●カレー粉小さじ1

