



放水始め!

鏡石町消防団第8分団(高久田区担当)が第37回福島県消防操法大会に須賀川支部代表として出場しました。記事16ページ。

 広報

かがみ川

2010年

9

No.595

「鏡石町第5次総合計画・第3次国土利用計画を策定します。」

現在の町づくりの基本となつてきた第4次総合計画が平成23年度でその計画期間が終了します。そこで、町では、新たな10年の町づくりの計画を策定することになりました。計画を作るにあたっては町民の皆さんの声を第一に進めていきます。今月号では、総合計画・国土利用計画とはどんなものなのか、またこれからのようにして町づくりの計画を立てていくのかを紹介いたします。



計画策定にあたって

近年、私たちが取り巻く社会環境は大きく変化しています。少子高齢化の進行や、国民ニーズの多様化・高度化など、あるいは地球環境問題を背景とした循環型社会への転換が求められているほか、国全体の動向として、地方分権の推進・社会保障制度改革・行財政改革に伴い、地方自治体においても自らの責任と判断で進むべき方向を決め、自ら実行できる経営力が求められています。

このような状況の中、鏡石町では、町民と行政が一体となつて町づくりを推進するとともに、鏡石町の特性を充分活かした、鏡石町のまちづくりの指針にふさわしい、第5次総合計画及び第3次国土利用計画を策定します。

今年度については、先月号で公算した、「鏡石町まちづくり委員会」での協議や町民アンケートを実施し、計画策定にあたり広く町民の皆さんのご意見を聴いていく予定です。

総務課 62-2117

■総合計画の構成と期間

総合計画は「基本構想」と「基本計画」から構成され、基本計画に基づく「実施計画」を策定し、具体的な事業の展開をしていきます。



【基本構想】 本町がめざす総合的、長期的展望に立ったまちづくりの基本理念であり、どのようにその理念を達成していくかの大きな施策です。

【基本計画】 基本構想で示した施策の基本的方針を明確にするため、施策の具体的な方向づけを行うものであり、実施計画策定の基本となります。

【実施計画】 基本計画で示された施策を実施するため、具体的事業、財政的措置、実施年次等を明らかにします。

■総合計画とは

将来、私たちの鏡石町をどのような「まち」にしていくのか、また、そのためには、どのような方法がよいのかを総合的・体系的にとりまとめた町の最上位計画であり、鏡石町の長期的、総合的な施策の指針として位置づけられています。

■国土利用計画とは

国土利用計画法第8条の規定に基づき、鏡石町の区域について定める国土（町土）の利用に関する総合的かつ長期的な計画であり、今後の土地利用行政の指針とするものです。第3次計画の策定にあたっては、第5次国土利用計画（福島県計画）を基本とし、第5次総合計画に即して策定します。

計画策定スケジュール

- 22年度**
 - 総合計画
 - 町民アンケートの実施
 - 第4次総合計画の評価・分析
 - 現況・社会動向の調査・分析
 - 将来フレームの設定（将来人口推計等）
 - 策定本部会議、プロジェクトチーム
 - まちづくり委員会の開催
 - 基本構想の素案作成（メインテーマの設定）
 - 国土利用計画
 - 町土地利用現況の調査・分析
 - 将来指標の推計
 - 町土地利用に関する基本構想の検討
- 23年度**
 - 総合計画
 - 策定本部会議、プロジェクトチーム、まちづくり委員会の開催
 - パブリックコメントの実施（国土利用計画と同時開催）
 - 前期基本計画の素案作成
 - 計画審議会の開催（国土利用計画と同時開催）
 - 議会による議決
 - 国土利用計画
 - 目標及び地域別の概要作成
 - 議会による議決
 - 計画書の作成

■鏡石町第5次総合計画期間

年度(平成)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
基本構想	← 10年 →									
基本計画	← 【前期計画】 5年 →					← 【後期計画】 5年 →				
実施計画	← 【計画期間は3年とし毎年見直しローリング方式】 →									

少年の主張 鏡石町大会

8月7日(土)、町図書館で第12回少年の主張町大会が開催されました。

小学生11人、中学生6人が出場し、日頃考えている夢や希望について発表しました。

当日は、120名の観衆が訪れ、子どもたちの発表を真剣に聞いていました。

最優秀賞は、佐藤雅哉さん(一小6年)、阿部晃大さん(鏡中3年)の2人が受賞しました。

また、高橋穂花さん(一小5年)、矢萩統也さん(二小6年)、滝口結菜さん(鏡中2年)、太田百香さん(鏡中3年)の4人が優秀賞を受賞しました。今月号では、最優秀賞のお二人の作品を紹介します。



プラスの言葉

第一小学校六年 佐藤雅哉さん

「もういやだ。やめた。」「何度も、そう思ったし、何千回も口に出してばやいた。二年生の終わりに見学に行き、「面白そうだ。」と始めた、スポーツ少年団のミニバスケットボールは、学年が上がるにつれ練習がきつくなった。試合に出られるようになった5年の春からは、さらにつらく、練習中笑えなくなりました。僕より後に入った人が上手だったことも僕の気持ちを落ち込ませた。「僕はいくらやっても上手くならない。」「もういいや、やめようかな。」練習のた

びにそう思うようになってた。

でも試合に勝つのはうれしい。僕たちのチームはどんどん強くなり、県中地区大会でも優勝できるまでになった。僕も、みんなに負けないように積極的にボールを持って攻める。守るときも大きい人に負けないように、しっかりと両手を広げ、腰を落としてびったりつく。しかし、コートには、「もつと腰を低くしろ。足を動かせ。」と言われ、「周りをよく見ろ。」と指導される。「ちゃんとやっているのに。なんで僕ばかりか。」そう思うと、悔しくて情けなくて涙が出る。泣きながらボールを追って走る。悔しい。自分のできなさにいらだつ。そして、「もうできない。」「やめた。」「やめた。」

僕のように、マイナスの言葉を自分で自分に言い聞かせる人は、「自己暗示」

にかかっていると考えるのかもしれない。そのままずっと、自己暗示にかかっているとどうなるのだろうか。自信が無くなって、心の病気がかかってしまうかもしれない。

でも僕は、バスケットを続けている。つらい練習に頑張っている。いろいろな言葉に教えられるから。

「頑張れ、ファイト、どんまい、ナイスシュート」、僕にかけられるたくさんの仲間の声、僕を勇気づける。他の人にはただのかけ声でも、僕にはこの一言一言が重く嬉しい。

「もう一度頑張ろう。やってやる。」僕はそう言う、気持ちが高まる言葉を「プラスの言葉」と考えている。自分ではマイナスの言葉しか言えなくても、友だちのプラスの言葉が僕にやる気を起こさせるのだ。これがプラスの言葉の不思議な力である。「自分だけ

らいいのではない。」「僕だってできるはずだ。」僕は、友だちのプラスの言葉を原動力にして自分を励まし戦っている。試合中は、応援してくれるお母さんたちの声が僕を支えてくれる。たくさんの勇気をもたらす。

人はみんな、周りにいるたくさんのお友達のプラスの言葉に支えられて頑張っているのだらう。だから僕は、友だちが落ち込んだり、困っているとき、本気で、「頑張れ。あきらめな」と言える。今まで何百回、何千回僕にかけられたプラスの言葉の重みを感じながら、僕もみんなのくじけそうな気持ちを助けたいと思う。僕のプラスの言葉によって頑張ろうと思う人がきついているはずだから。

僕のおかげで仲間の仲間、そして僕自身を元気にするために、プラスの言葉をどんどん使って仲間も自分も励ましていきたい。



時間の使い方

鏡石中学校三年 阿部晃大さん

あなたは、時間を考えながら有効に使っていますか。僕は、今まで時間の事など深く考えずにただなんとなく、その時やりたいことをして時間を使っていました。時間は目には見えませんが、想像しにくく、よく分からないものです。でも、時間は、このたった今、刻々と流れています。そして、とても貴重でかけがえのないものです。さらに、宇宙全体、世界全体のどんな場所でも、どんな物体・生命体にも平等に与えられているもの、それが時間です。こんな素晴らしいものを僕は、ただボーッと何も考えずに使っていたのです。今までの生活は、たくさ

ん時間があって、「この事はやらなくてはいけないな。」と頭では分かっているけど、やろうと思わない。今は面倒くさい、後でやろう」と考え、結局頭でやろうとしていたことができて、ダラダラしていることに気づきました。こうして振り返ってみると、大切な時間を無駄にしている、もったいなかったなあと心の底から後悔しました。

この今までの悪い生活習慣から、時間はとても大切だと感じました。無駄な時間を勉強や筋トレにあてれば、学力や筋力をつけられて自分を高めることができます。また、時間をうまく使うことができれば、物事を早く終わらせて他の事に使うことができます。そこで、どうしたら時間を有効に使うことができるか考えてみました。

その結果、三つの事を思いつきました。

一つ目は時間設定をすることです。これは、何時から何時まで勉強をするというふうに、勉強する時間を決めるということです。「この範囲を終わらせる。」

というような計画にすると、時間は関係なくなり、途中でついだらけてしまうこともありません。だから、三十分でもいいから集中して勉強する時間を決めれば勉強の能率が上がります。このために、しっかりと時間を設定した計画を立てなければなりません。

二つ目は、続けることです。毎日短時間でもいいので継続して何かをする時間を確保することが大切だと思います。例えば、毎朝十分間読書するだけで、年間数十冊の本が読めます。毎日十分間ジョギングすれば、一年間で三百キロメートル以上走れます。その際、初めから完全なものにしようとして、高すぎる難しい目標にすると、三日坊主になってしまいます。そこで、初めは、半分ぐらいまで頑張ろうという気持ちでやることにすると、目標は前より低くなり、手が届くものになります。そして、途中でくれば完全なものに近づいていくので、また頑張れます。最初の目標は低くても、毎日続けることで大きな目標が達成で

きます。

三つ目は、自分を追い込むことです。いつも提出日がギリギリになったり、テストの日が近づいてくると普段以上の勉強ができます。だから、自分に「この課題はいつまでに終わらせないとゲームができない。」とプレッシャーをかけて自分を追い込んでいくのです。でも、最初は、自分だけでやろうとするとなかなか出来ないのです。家族に協力してもらおうと良いでしょう。これで、自分の心に焦りが出てきて、テスト前のように勉強に集中して一生懸命出来るようになります。また、時間は「まだある。」と思わず、「今やる。」と思うことです。

時間は、世界中のどんなお金持ちの人も貧しい人も、僕たちにも平等に一日二十四時間与えられています。この平等な時間をどう使うかは、それぞれの人の自由です。ゴロゴロしたり遊んだりするのもよし、必死に勉強や運動に打ち込むのもいいのです。しかし、充実した時間を過ごしているのはどちらでしょうか。確かに辛くやりにくい勉強をして過ごすよりも、楽しんで過ごす方がいいです。僕も好きなことだけをしていた小学校の頃は、そう考えていました。しかし、好きなことばかりできない中学校に来て考えが変わりました。好きなことをするのはダメだということ、勉強と自由なことのメリハリが大事だと分かりました。

人間の生きていられる時間は、皆ほとんど同じです。もし事故にあったり、重い病気にかかったりすれば、生きていられる時間は少なくなります。たった一度の人生だから、やりたいことだけをして、年をとった時、後悔するような時間の使い方はしたくないです。

今後、進路実現に向けて「入試」という大きな壁を突破するため、平等にある貴重な時間をメリハリをつけて、上手に、大切に使いしていきたいです。

福島空港利用促進特別企画



鏡石町民友好の翼事業韓国周遊(釜山、慶州、ソウル)4日間行程表

月日	都市名	スケジュール
11月15日(月)	集合	11:00 福島空港国際線ターミナル
	アジアナ航空 OZ155	13:10 福島空港よりアジアナ航空にて空路、仁川空港へ
	仁川空港	15:50 入国審査後、金浦空港へ
	金浦空港	16:10 国内線にて釜山へ
16日(火)	釜山	午前 ホテルにて朝食後、釜山市内観光 龍鎮山公園タワー国際市場など 慶州へ出発
	慶州	午後 慶州観光(世界遺産 仏国寺・天馬塚 羅輪池など)釜山へ移動 ショッピング(東水魚店)慶州見学 夕食は、韓国定食 【慶州泊 朝○ 昼○ タ○】
17日(水)	慶州	朝食後は、ホテルにて 世界遺産 石窟庵・元元見学 慶州から東大原駅へ移動 KTXにて ソウルへ(世界遺産「南大門市場」) 免税店などショッピングへご案内 夕食は、骨付きカルビ1.5人前 【ソウル泊 朝○ 昼○ タ○】
	ソウル	午後 ホテルチェックアウト後、韓国食料店 経由にて空路へ
18日(木)	ソウル	早朝 ホテルチェックアウト後、韓国食料店 経由にて空路へ
	仁川空港	朝食 10:00 出国手続き後、空路帰国の途に
	福島空港	12:10 入国手続き後、解散 【朝○ 昼○ 内】

*現地の事情により観光日程や利用交通機関、宿泊施設等が変更になることがあります。

鏡石町民友好の翼 鏡石町長と行く 韓国周遊 (釜山、慶州、ソウル)4日間の旅

平成22年11月15日(月)~11月18日(木)

旅行代金 76,000円!
更に10,000円の補助有!!

福島空港は、平成21年1月末にJALが撤退するなど、利用客の激減は福島空港の存続に大きな影響を及ぼしており、現行路線の維持が厳しい状況にあります。

町民友好の翼実行委員会(会長 遠藤町長)では、空港に隣接する自治体としてのメリットを最大限に活用し、空港の利用拡大を図るため「鏡石町民友好の翼事業」を昨年に引き続き実施することになりました。

参加者の旅行代金の一部は、福島空港利用促進協議会や福島空港活性化協議会の補助により負担されます。募集人員に限りがありますので、お早めに申込みください。

旅行代金 76,000円(内、会より1万円の補助)※一人部屋追加料金 8,000円

その他経費 空港税等 2,500円、書類作成料 2,100円、燃料サーチャージ往復 2,000円は別途

募集人員 30人(最小催行人数20人)
募集期間 9月1日(水)~9月30日(木)
食事 朝3回、昼2回、夜3回(機内食は含まない)
利用予定ホテル(同等スーペリアクラス)釜山・ソウル・慶州・ソウル・ソウル・ソウル

お問い合わせ先
町総務課 ☎62-2117



11月7日(日)
開催

第6回鏡石駅伝・ロードレース大会

10月5日(火)までに
お申し込みを

第6回鏡石駅伝・ロードレース大会は、11月7日(日)鳥見山陸上競技場をスタート・ゴールに開催されます。大会では、駅伝競走の部とロードレースの部13部門の申込みを受け付けています。申込み方法は次のとおりですので、町民の皆さんの積極的なご参加をお待ちしています。

また、当日は沿道での応援や交通規制などご協力をお願いします。

区間	競技者区分	距離
1区	女子(フリー)	3.4km
2区	男子(中学生又はシニア*)	5.0km
3区	男子(フリー)	5.0km
4区	女子(フリー)	3.2km
5区	男子(フリー)	5.0km
計		21.6km

*シニアは40歳以上となります。

部門	区分	距離	スタート時間
第1部	小学校4年男子の部	2km	9:26
第2部	小学校5年男子の部	2km	9:28
第3部	小学校6年男子の部	2km	9:30
第4部	小学校4年女子の部	2km	9:20
第5部	小学校5年女子の部	2km	9:22
第6部	小学校6年女子の部	2km	9:24
第7部	中学校男子の部	5km	9:50
第8部	中学校女子の部	3km	9:40
第9部	一般男子Aの部(高校生以上39歳以下)	5km	10:00
第10部	一般男子Bの部(40歳以上)	5km	
第11部	一般女子(高校生以上)	5km	9:00
第12部	親子の部(父と子満3歳以上小学校3年生以下)	1.5km	
第13部	親子の部(母と子満3歳以上小学校3年生以下)	1.5km	

参加料

①駅伝競走の部
・1チーム 8,000円

②ロードレースの部
・小・中学生 1,000円
・高校生・一般 2,000円
・親子 3,000円

■申込み方法 町公民館にある募集要項の「払込取扱票」に記入押印の上参加料を郵便局から振り込むか直接、公民館に持参してください。

■申込期限 10月5日(火)

町公民館 ☎62-2031



レンタルボックス始めました かんかん館

鏡石まちなか情報交流館「かんかん館」では、レンタルボックスでの販売を始めました。

これは、かんかん館に設置してあるボックスの一区画を1か月500円で貸し出して、そのスペースで出品者の作品などを販売できる仕組みです。

一区画のスペースは幅50cm×高27cm×奥45cmです。1スの空きがあれば誰でも出店することができます。みなさんの作ったさまざまな雑貨や作品を出品してみませんか。

お問い合わせ先
かんかん館 ☎62-1105

開館時間
平日 10時~17時30分
土日 10時~16時30分

鏡石「牧場の朝」オランダ・秋祭り開催



平成22年10月2日(土)10時~ 鏡石駅前

よさこい、御輿、大道芸にふれあいマーケット。見て、食べて、遊べるイベント盛りだくさん! 門倉有希出演決定!! 新曲「放されて」

お問い合わせ:鏡石牧場の朝秋祭り実行委員会 0248-62-2118



▲研修でどのような活動をするかを勉強



▲保育園で、小さな子ども達のお世話



▲鏡石ホームで高齢者の生活のお手伝い



▲一人暮らしの高齢者宅で話を聞く子ども達

夏 休みはボランティア

＝サマーショートボランティア＝

7月28日(水)から8月9日(月)にかけて、夏休み中の子ども達によるボランティア活動が町内各所で行われました。

この活動は、毎年、町社会福祉協議会ボランティアセンターの主催で、申し込みのあった小中高校生らが、町内でボランティア活動を通して町づくりについて考える活動だそうです。

今年は、自主的に申し込みのあった62名の子ども達が、町の保育所や老人ホーム、一人暮らしの高齢者宅へ出向き、様々なボランティア活動を行いました。

活動の前後に行われた研修では、「去年もやって楽しかったので今年も参加しました。」「プレゼントを作ってあげたら高齢者が喜んでくれた。」などの感想が述べられました。

暑 さに負けない熱気 =かがみいしふるさと祭り=

8月7日(土)・8日(日)の二日間、町第一小学校校庭でかがみいし「2010ふるさと祭り」が行われました。祭りでは、子どもびしゃんこ綱引きや魚つかみ大会など夏休みの子ども達が楽しめるイベントがたくさんおこなわれ、子ども達の歓声が校庭に広がっていました。

また、鏡石駅前盆踊り保存会による盆踊りが二日間にわたって行われ、お年寄りから子どもまで夏の夜を踊り明かしました。



▲負けたらびしゃんこになっちゃうぞ



▲賑わった盆踊りで踊りを観る参加者

まちの話題

大会屈指の規律 =町消防団5分団支部大会出場=

7月25日(日)須賀川市の市民スポーツ会館で、第51回福島県消防協会須賀川支部消防操法大会が行われ、鏡石町ポンプ車操法の部代表として第5分団(成田地区担当)が出場しました。

2番目に登場した第5分団は、大会に向け昼夜を問わず訓練した成果をいかなく発揮しました。

惜しくも県大会出場はなりませんでしたが、その一糸乱れぬ規律は大会屈指との評判でした。



▲ピタリとそろった敬礼



▲火点めがけて放水開始!

御 霊の冥福を祈る =戦没者黙祷式=

終戦の日の8月15日(日)に、鏡石第一小学校敷地内にある忠霊塔で鏡石町戦没者黙祷式が行われました。

当日は、町遺族会のみなさん約30名と町長、町議会議員、町議会議員ら20名が正午のサイレンに合わせて町戦没者19余名へ黙祷をささげた後、焼香を行いました。

慰霊祭にあたり、町遺族会会長の村越勝男氏より、「戦後65年が経ち、国民のためめぬ努力によりわが国の平和と繁栄が築き上げられましたが、苦難に満ちた往時をしのぶとき、感慨は尽きません。御霊の安らかなご冥福をお祈りします。」と挨拶がありました。



▲忠霊塔で焼香し、冥福を祈る参加者

今月の健康メニュー

十五夜に食べたい一品

里芋のおはぎ

日本では、中秋のこの時期に空気が澄んで最も美しい満月がみられます。十五夜には平安時代初期から、ちようど収穫盛りである里芋を供えるのが風習になってきました。糖質が豊富な里芋は、小豆と一緒に食べると疲労回復・筋肉痛・肩こりに効果があります。また食物繊維も豊富なので便秘解消にも有効です。今年の十五夜は9月22日です。里芋のおはぎで体調を整えましょう。

豆知識

ぼたもちとおはぎの違い 基本的には同じですが、一般に春は牡丹の花に例え「ぼたもち」と呼び、秋は萩の花に例え「おはぎ」と呼びます。ぼたもちは牡丹の花のように大きく作り、おはぎは萩の花のように小ぶりに作ります。また、おはぎは粒あんでは小豆の粒を散らして萩の花に似せて作ります。

●上手なおはぎの作り方

布巾を濡らして固く絞り、中央に小豆あんを乗せて楕円にのばします。そこに、そこに俵型のこぼろをのせて布巾ですっぽり包むと綺麗に仕上がります。





こんにちは 保健師です

9月は健康増進普及月間です
1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命を延ばしましょう～

人口の高齢化、生活環境の変化に伴って、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中等の生活習慣病の増加が大きな問題となっています。

生活習慣病はその名の通り、普段の生活習慣のあり方と深く関連している病気です。

定期的に健診等を受けて病気の早期発見や治療を心がけることはもちろんですが、食事や運動、禁煙など正しい生活習慣を心がけることが極めて重要です。こうした正しい生活習慣が認知症や寝たきりにならず生活できる「健康寿命」を延伸することにもつながります。

生活習慣病の予防には、身体活動を増やすことが重要です。身体活動とは生活活動(洗濯、炊事等)と運動(意図して体を動かす運動やスポーツ)を合わせた活動を言います。普段何気なく行っている掃除や買い物も、その場で足踏みしながら行う、つま先立ちで行う等のひと工夫でカロリー消費がアップします。

毎日の生活の中で意識して体を動かし、少なくとも週に1回はウォーキング等の自分の体力に合った有酸素運動を積極的に取り入れましょう。有酸素運動と筋力トレーニングを一緒に行うと効果がアップします。プールでの運動は関節などに負担がかかりにくく、高齢の方や普段運動をしていない方にはとても適しています。

広報かがみいし8月号に「すいすい」の招待券が付いておりますので、この機会にぜひご利用ください。

町や職場等の健診をまだ受けていない方は、**忘れずに受診し、自分の健康状態や生活習慣を確認しましょう。**

ふるさと 故郷だより ～私の育ったまち～



星 ゆかりさん(旭町)

今月は、宮城県石巻市(旧河北町)出身の星ゆかりさんにお話をうかがいました。

旧河北町は宮城県の東北部にあり、北上川の河口の町だそうです。小学校が田んぼの真ん中であって、小学校3年生から自転車通学となるため、学校にあがるとすぐに自転車の乗り方を練習し、奥羽山脈からの、からっ風に負けない体力をつけて学校へ通ったそうです。また海の近くだけあって、海の幸がおいしく、子どもの頃は毎日牡蠣鍋やたらちり鍋が食卓に並び、今思うと贅沢だったなと話されていました。

体を動かすのが趣味ということで、毎週必ずかがみいしスポーツクラブの陸上サークルで、親子で汗を流すそうです。「指導してくださっている佐藤先生のおかげで体脂肪がかなり減りました。今度は筋トレで部分やせに挑戦します。」と仰っていました。その他にもバドミントンやスキー教室にも参加しており、ヨガにも興味があると仰っており、「スポーツはこれからも続けたいのですが、予約無しで参加できるようなオープンな教室があればいいですね。」と話されており、とても活動的で素敵な印象の方でした。

このコーナーにご協力いただける方を募集します。故郷の思い出を語ってみませんか。お問い合わせは、町総務課(☎62-2111)までお電話ください。



▲雨れた土手が道を覆う



▲増水し溢れた河川

7・26 大雨被害

7月25日から26日にかけて、鏡石町で局地的に降った大雨により、町では、各地で土砂崩れなど大きな被害が出ました。

今回の雨では二日間の総雨量が138.5mmで一時間当たりの最大降雨量が48.5mmと、天気予報での表現だとバケツをひっくり返したような雨が降りました。

近年では全国でこのようなゲリラ豪雨が頻繁に発生しています。災害はいつ発生するかわかりません。今回の大雨をきっかけにご家族でも災害対策についてぜひ話し合ってみましょう。



▲大雨で倒れた土手



▲床下浸水の被害も多く発生しました。

9月9日は「救急の日」です

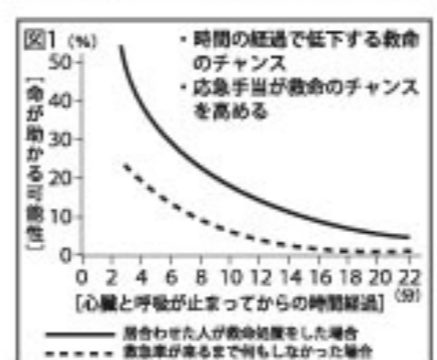
救急の日、昭和57年に救急医療及び救急業務に対する国民の理解と認識を深め、救急医療関係者の意識高揚を図ることを目的として定められました。

■もし、今あなたの大切な家族、友人の心臓や呼吸が止まったら…

普段何気なく生活している中で、あなたの大切な人がいつどこで病気がけがおそわれるかわかりません。つききまで一緒に話していたのに、突然、心臓や呼吸が止まってしまい倒れてしまった…。その場に居合わせたあなたは どうしますか？

下の図1をご覧ください。心臓や呼吸が止まってしまっただけで、命が助かる可能性を、その場に居合わせた人が処置をした場合と救急車が到着するまで何もしなかった場合をグラフで表したものです。何もしなかった場合に比べ、処置をした場合は命が助かる可能性が緩やかに上がっているのがわかります。

あなた、大切な人の命を救うのは、その場に居合わせたあなた自身なのです。



現在、消防署では心肺蘇生法の講習会を随時受け付けています。心肺蘇生法を中心に、役場や学校などの公共施設などに、最近設置されてきているAED(自動体外式除細動器)と呼ばれる、誰でも簡単に使用できる機械を組み合わせて、効果的な救命処置を実践してもらう内容となっています。

心肺蘇生法以外にも、緊急時の対処法などもご説明いたします。お気軽にお問い合わせください。

◎問い合わせ先
須賀川消防署鏡石分署
☎62-4511

つらいつらい
誰にも話せない
借金の悩み…

ご相談ください
秘密は厳守いたします

司法書士法人 あおば事務所

須賀川事務所: TEL0248-72-7057 須賀川市東町177
福島事務所: TEL024-533-0243 福島市南中央3丁目7-2

優良運転者表彰募集

町交通対策協議会では、須賀川・岩瀬地方交通安全大会の席上で表彰される優良運転者を募集しています。

なお、過去に一度受賞された方は該当になりませんのでご了承ください。

■対象者 8月末日現在で無事故無違反の期間が7年以上の方。
■申込方法 免許証・印鑑、無事故無違反証明書発行手数料(700円)を添えてお申込ください。
■申込期限 9月30日(木)

申込・問い合わせ先/町総務課☎62-2111

岡ノ内 幼稚園 入園願書受付開始のご案内

平成23年度児童募集に伴う入園願書受付を開始しました。募集希望の方は、郵送致しますので、電話にてご連絡下さい。

受付は、園費・入園料を添え、在、卒業児加算・卒業生のお子様を対象とした(卒業生加算特)→8月13日～8月18日 新規入園の方は10月1日・2日の2日間となりますが、定員になり次第切とさせていただきます。充実した保育内容・保育環境のもと、安心して預けられる幼稚園です。ぜひ、わが子に合った幼稚園選びを！夕方までお預かりする延長保育も充実しております。

【入園対象児】 3年保育 平成19年4月2日生～平成20年4月1日生 【募集人数】40名
満3歳児 平成20年4月2日生～平成21年4月1日生 【募集人数】10名

お問い合わせ先
岡ノ内幼稚園まで
TEL.0248-62-5035
92-2380
FAX.0248-62-6064
E-mail:PLA.okg@okanouchi.com

役場 日曜窓口を開始

町では、住民サービスの向上を図るため、毎週日曜日前中の窓口サービスを始めます。

町民の皆さんの生活様式が多様化する中で、さまざまな住民ニーズに応えるために実施するものです。ぜひご利用ください。

また、今回のサービス開始に伴い、これまで実施していた毎週金曜日の窓口延長サービスは行わなくなりです。

◆実施期日
平成22年10月3日(日)から毎週日曜日午前8時30分〜正午※年末年始は除く

◆取扱業務

- ①住民票・戸籍・税証明など
証明書発行業務
②戸籍関係係出
※住民異動は出来ません。
③税金等の納入

◆問い合わせ先

町税務町民課 ☎62-2112

図書館だより

◆子ども映画会
日時 9月11日(土)
午後1時30分から3時20分まで

◆読み聞かせ会
日時 9月18日(土)

午前10時30分から

・話し手 読み聞かせボランティア「あゆみらい」
・内容 絵本「ぼうし」の読み聞かせほか

◆おひざにだてこのおはなし会

・日時 9月22日(水)
午前11時から正午まで
・内容 紙芝居「はいきんこわいぞ」手遊び、工作(「屋上からこんにちは!」「エレベーターボックス」)

国民健康保険の保険証が更新されます

9月30日が有効期限の現在の保険証は更新のため、9月下旬に新しい保険証を郵送いたします。保険証が届きましたら記載内容を確認してください。

古い保険証はお手数でも税務町民課の窓口へお返しください。また、会社の健康保険に加入したり、会社を辞めたときや引越したときなどは必ず税務町民課で手続きをしてください。

○国民健康保険の滞納があると

税の滞納があり納税の相談に応じない場合は、保険証の有効期間が短期のものになり期限の来庁更新が必要になったり、保険証の代わり「被保険者資格証明書」が交付され、お医者さんにかかるとき医療費をいったん全額自己負担し、後日税務町民課の窓口で精算が必要になります。

また、差押えなどの行政処分が行われることがあります。

納付が困難な場合は早めの納税相談をお願いします。

◆問い合わせ先

町税務町民課 ☎62-2112

運動不足の生活を 見直しませんか?

◆健康セミナー「座・レクリエーション」のご案内
座ったままで簡単にできるレクリエーションです。メタボリックシンドロームの予防、運動開始のきっかけ作りなどに、ぜひご参加ください。
・時間 10月15日(金)

午後1時半〜2時半

・場所 鏡石町図書館2階

献血にご協力ください

県内では、輸血に必要な血液が慢性的に不足しており、献血によって、できるだけ多くの血液を確保する必要があります。

町では、次のとおり街頭献血を行いますので、町民の皆さまの温かいご協力をお願いいたします。
※当日の間診の内容によっては、献血をご遠慮いただく場合があります。

◆問い合わせ先

町健康福祉課 ☎62-2115

街頭献血の日程 (400ml又は200mlの全血献血)
Table with 3 columns: 実施日, 予定時間, 場所

乳幼児健診等のお知らせ

- ◎3~4か月児健康診査
日時 9月15日(水)午後1時30分~
場所 公立岩瀬病院
◎9~10か月児健康診査
日時 9月15日(水)午後1時15分~
場所 町保健センター
◎1・2歳児健康相談
日時 9月17日(金)午前9時30分~
10月1日(金)午前9時30分~
場所 町保健センター
◎つどいの広場 子育て講座
日時 9月22日(火)午前10時30分~
場所 町保健センター
内容 運動遊び ※申込み制
◎ポリオ予防接種
日時 9月30日(木)午後1時15分~
場所 町保健センター
問い合わせ先/町健康福祉課 ☎62-2115

平成22年度ふくしま多文化共生サポーター登録者募集

〔財〕福島県国際交流協会では、外国出身県民とのパイプ役のサポーター養成講座を随時実施しており、新規のサポーター登録説明会を次の通り開催します。興味のある方はぜひご参加ください。

・日時 10月30日(土) 午前10時~午後4時
・会場 郡山市労働福祉会館中ホール
・募集人数 (のべ20名程度)

【通訳翻訳分野】

実用会話程度の外国語と日本語の二か国語以上が話せる方
【日本語分野】
外国出身者に対して日本語指導の経験がある方

【国際理解分野】

国際理解講座の講師経験者・参加費 無料

◆問い合わせ先

〔財〕福島県国際交流協会
☎024-524-1316

全国一斉

「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

法務省人権擁護局と全国人権擁護委員連合会は、9月6日(月)から12日(日)までを強化週間として、身体的・心理的虐待や差別、いやがらせなど高齢者・障害者の抱える人権問題について、電話相談を実施します。

相談は人権擁護委員及び法務局職員が応じます。秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

・期間 9月6日(月)~12日(日)

午前8時30分~午後7時

(11日・12日は午前10時~午後5時)

・電話番号
☎024-534-2021

◆問い合わせ先

福島県司法書士会白河支部
☎024-534-1994

弁護士による心配事相談

弁護士による無料の心配事相談が次の通り開催されます。どんな問題でも相談する事が出来ますが、事前の予約が必要です。相談される方はお早めにお申し込みください。

・日時 9月27日(月) 午前9時~正午
・場所 町老人福祉センター

相談弁護士 滝田三良 弁護士

町社会福祉協議会
☎62-6428

◆申込み先

福島県司法書士会白河支部
では、次の通り司法書士による無料相談を行います。

相談は個別に行われ、秘密は厳守されます。
・日時 10月2日(土)
・場所 須賀川市労働福祉会館
・相談内容
土地建物の登記、会社の登記、小額の借金、遺産相続などについての相談など

◆問合せ先

渡辺司法書士・土地家屋調査士事務所
☎73-2668

戸籍の窓

7月受付分

よろこび

Table with 3 columns: 地区, 赤ちゃん, お父さん, お母さん

おいわい

Table with 3 columns: 地区, 花むこさん, 花よめさん

かなしみ

Table with 3 columns: 地区, 氏名, 年齢

この欄への掲載を希望しない方は、届出の際にお知らせください。

火災・救急事故

(H22.7.31現在)

火災 7件 (2)
救急 354件(301)
水害 29件 (0)

()は前年同様の件数
「逝したかな」あなたもまもる 命言葉 (全国統一防火標語)

交通事故

(H22.7.31現在)

件数 37件 (44)
死者 0人 (1)
傷者 49人 (63)

()は前年同様の件数
~死亡事故0日数 492日~

人口と世帯数

(H22.8.1現在)

12,762人 (-28)
6,236人 (-17)
6,526人 (-11)

4,093世帯 (-9)
()は前月との比較

9月の納税

- 国民健康保険税(4期)
●公共下水道受益者負担金(2期)
●介護保険料(4期)
●後期高齢者医療保険料(第2期)

の納期限は9月30日です。
下記の金融機関での口座振替が便利です
すがわち岩瀬農協岩石支店・須賀川信用金庫
岩山・東邦銀行岩山支店・大東銀行須賀川支店・
石野銀行・福島県農工労働組合岩石支店



◀ 団員全員が一つになって臨みました



▲ 消防署職員による熱の入った指導



◀ 火点めがけて集中



▲ 連日夜遅くまで行われた訓練



▲ 酷暑の中で迎えた本番



▲ ピンと伸びた指先、規律厳正な姿勢

◀ タイムはこれまで練習してきた中で最速でした

平成22年8月22日(日)開催

第37回 福島県消防操法大会

須賀川支部代表 鏡石町消防団第8分団

ずの競技時間、数ヶ月間の練習の成果全てをぶつけて競技を行いました。
惜しくも入賞は出来ませんでしたが、選手だけでなく団員みんなが団結して挑んだ操法大会、今後の消防団活動の大きな糧になったのではないのでしょうか。



7月25日(日)に行われた福島県消防協会須賀川支部消防操法大会小型ポンプの部で見事優勝を果たし県大会出場を決めた町消防団第8分団。
支部大会優勝後は更なる高みを目指して、厳しい練習を積み重ねました。迎えた福島県大会当日、わずか5分足ら

消防団員募集!
町消防団では、団員を随時募集しています。自分たちの町は自分たちで守る! 興味のある方はぜひご連絡ください。
◎ 問い合わせ先 総務課 ☎ 62-2111



【1番員】 根本剛志さん
「全力を尽くしました」



【指揮者】 根本浩伸さん
「この経験を次ににつなげたいです」



渡辺正晃 分団長

町、支部の代表として恥ずかしくない操法をしてこれるよう分団が一致団結してがんばってきます。選手たちには、自分が選手のとときに果たせなかった全国大会出場という目標を達成して欲しいです。



【3番員】 根本敬久さん
「楽しんで出来ましたと思います」



【2番員】 込山武志さん
「精一杯がんばりました」



▲ 「さあ! 行くぞ!」 気合を入れて競技へ向かう選手と団員



広報かがみいし9月号

発行/福島県鏡石町役場
〒969-0492 福島県岩瀬郡鏡石町不時沼345番地
電話/0248(62)2111(代表) URL/http://www.town.kagamishi.fukushima.jp/
編集/総務課 印刷/トキワ印刷株式会社

この広報紙は適切に育まれた森から生まれたFSC認証紙を使っています。FSC認証紙は、適切に管理された森林の木材を原料としており、バランスの取れた「植林→育成→収穫→製材」のサイクルを通じて森林保全を行っています。

