

① 広報

ふふとへ

祝 新成人



平成26年成人式（1月12日）

2014
NO.378

2

ふふとへ 2 Contents

2	成人式	8	館報
4	消防団出初式	12	みんなの広場
5	古小だより ほか	14	くらしに役立つ情報
6	自転車の交通ルール	16	2月くらしのカレンダー



平成26年 古殿町成人式

— 新たな抱負を胸に —

平成26年成人式は1月12日、町勤労者体育センターで行われました。成人者67人が出席。岡部町長の式辞に引き続き、代表で鎌田拓希さん（上松川）と小野優美さん（上松川）に成人証書と記念品が手渡されました。

成人者代表の金澤正輝さん（上松

川）が誓いのことを述べ、遠藤直弥さん（竹貫）より成人者から町へ奨学資金として寄付金が贈られました。式終了後は成人式実行委員会からの出し物として、中学生の頃の写真がスライドショーで流され、中学生時代の懐かしい姿を振り返っていました。



成人証書授与



奨学資金の贈呈



誓いのことば



代表 正輝
金澤

今日は、私たち成人者のためにこのような盛大な成人式を執り行なっていただき、誠にありがとうございます。

町長様をはじめ、来賓の方々からお祝いの言葉、励ましのお言葉をいただき厚く御礼申し上げます。

今日、私たちは成人という大きな節目を迎えました。二十年間という歳月を経て、多くの人に出会い、そして別れを繰り返し、一人の人間として成長することができました。また、たくさんの方の学び、毎日が自分のことで精いっぱいでした。しかし、これからは社会の中で「大人」としての自覚と責任が求められます。「子供」の気分から「大人」意識にうまくハンドドルが切れるか不安な気持ちがあるのは事実です。しかし「大人」の一員として歓迎されていることへの喜びも感じております。

私は現在、古殿町を離れ、警察官として福島県民のため、福島県の復興のため、仕事をしております。常々感じることは、両親の偉大さとありがたみです。そして古殿町の豊かな自然や街が温もりあふれ

ていることなど、故郷の良さを改めて認識しました。そのような故郷があることを誇りに思います。私たちが生まれ育ち、遊び、学んだ、大好きな古殿町を守っていくことは私たちの使命だと感じております。

今日まで、多くの困難が与えられ、試された期間であり、そのなかで、がむしやりに精一杯歩んできて、大きく成長することができました。これからは今までの以上に長く険しい道であると思います。

このような時代に成人となった私たちは、時代を動かすエネルギーとして、新しい経済と社会を創造していかなければなりません。自分の可能性を信じ、夢へのチャレンジはもとより、人に対する思いやりと感謝の心を持ち、広く世界に目を向け、力を発揮していきたいと思えます。

私たちは成人として第一歩を踏み出したばかりでまだまだ未熟ではございますが、社会に貢献できる成人となれるように努力してまいります。先輩方には今後ともご教導くださいますようお願い申し上げます。

最後になりますが、私たちがこうして成人式を迎えることができるのは、支えてくれた両親や家族、導いてくださった先生方、温かく見守ってくださった地域の方々、そしてともに歩んできた仲間たちのおかげです。

この感謝の気持ちと故郷の古殿町で育ったという誇りを忘れず、一層自己研鑽に励み、心豊かな成人として次代を担うことを誓い、新成人代表のあいさついたします。



～ 無火災を願い ～ 消防団出初式

古殿町消防団出初式は1月5日、消防団員約200人が参加し、多くの来賓の方々のご臨席のもと役場駐車場で行われました。

式では通常点検の後、岡部町長が「今後とも消防人としてさらなる精進をしてほしい」と講評し、退職消防団員に対し、消防庁長官表彰を伝達しました。

引き続き役場から古殿郵便局まで分列行進を披露。その後、鮫川沿いで各部による一斉放水が行われました。

▶ 通常点検



▶ 消防庁長官表彰を受賞したみなさん



古小だより

楽しい冬休みから、まとめの3学期へ!!

2学期は、台風による休校が1日あり、授業日は80日間でした。子どもたちは毎日元気に登校し、地区音楽祭や小体連陸上大会、各種コンクール等で素晴らしい活躍をしました。学習面でも真剣に授業に取り組みました。また、1学期に植えた芝生が青々と育ち、校庭で遊んだり、体を動かしたりする姿がたくさん見られました。

冬休みは1月7日まで、約3週間近くありました。年末年始の大きな行事で、人の出入りも多く、何かと気ぜわしい日々が続いたり、出かけたりする機会が多かったと思いますが、事故がなく子どもたちは規則正しい生活を送ったようです。

1月8日(水)3学期始業式の日、子どもたちの元気な顔がありました。子どもたちを代表して4年生藁谷彩花さんと6年生矢内日陽くんが3学期の目標を発表しました。2人とも素晴らしい目標を発表しましたが、特に、矢内君は卒業までの50日間を、最上級生として下級生の手本となるよう生活し、堂々と卒業できるようにしたいと頼もしい発表をしました。



出前授業 ～古中から先生がやってきた～

◇12月12日(木)昨年に続き、古殿中学校から西牧ひとみ先生、橋本祐子先生の二人が小学校にやってきて、6年生に理科の出前授業をしました。液体窒素による状態変化(中学校理科「化学」)の実験やアイス作りの実験でした。科学を扱ったテレビ番組ではよく見られる実験ですが、それを直接目の前にした子どもたちは大喜びでした。

県児童画展で最高賞

◇2学期末、第27回県小学校児童画展において、6年の三森祐太くんの作品が最高賞の児童画展賞に選ばれたという連絡が飛び込んできました。あわせて、5年の渡邊順子さんの作品も入選となりました。今年の子どもの活躍を象徴するものでした。



表彰を受ける三森くん、渡邊さん



古殿幼稚園
古殿保育所

クリスマス会

古殿
幼稚園



サンタさんに興味津々!

古殿
保育所



どんな質問をするのかな?



サンタさんに「ありがとう!」



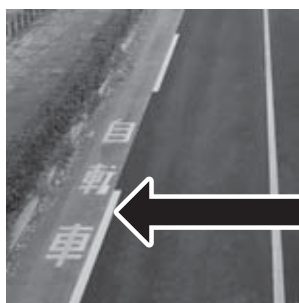


自転車の交通ルールを守りましょう

自転車は「車両」です。車道の左側(端)通行が原則です。

「道路左端」を通行しましょう。

自転車は原則として



【自転車の通行方法の規定（道路交通法）】

- 車両（自転車を含む。）は、歩道又は路側帯と車道の区別された道路では「車道」を通行しなければなりません。（第17条1項）
- 自転車は、道路の左側端を走行しなければなりません。（第18条1項）

自転車「歩道」を通行できる場合

- ①道路標識や道路標示により自転車通行可の場合。
- ②自転車の運転者が、児童・幼児（13歳未満）、70歳以上、車道通行に支障がある身障者
- ③道路工事、駐車車両、著しく交通量が多い、車道の幅が狭いなど、歩道を通行することがやむを得ない場合。

※歩道は、歩行者の通行のための場所ですから、自転車を走行させる場合は、歩行者の安全を最優先しなければなりません。

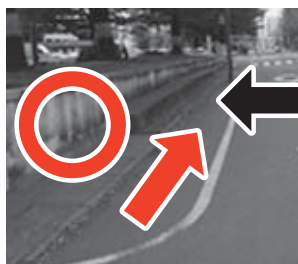
※『自転車専用通行帯』とは、自動車等と自転車の通行部分を区分し、自転車専用通行帯として指定された部分です。

自転車専用通行帯は、道路左側の自転車通行帯を通行しましょう。

自転車の路側帯通行に関する規定は次のとおりです。

道路交通法には、「軽車両は、著しく歩行者の通行を妨げることとなる場合を除き、・・・路側帯を通行することができる。」と規定されています。（第17条の2）

自転車で道路左側の路側帯を通行する場合は、歩行者の妨げにならないように注意しましょう。



○『路側帯』とは、歩行者通行のため、歩道がない道路に設置されているいわゆる「歩行者用」の通行部分です。

○『駐停車禁止路側帯』とは、『路側帯』を駐停車禁止として指定した通行部分です。



※一番上の写真のように、歩道がある場所での白線は、『車道外側線』です。『路側帯』ではありません。

自転車が通行できる路側帯は道路左側に限定されました。

道路交通法の一部改正
平成25年12月1日施行



左側の路側帯は通行可能



右側の路側帯は通行不可

路側帯を通行する場合は、「道路左側の路側帯」を通行しなければなりません。

改正前の自転車を含む軽車両の路側帯通行に関しては「・・・路側帯を通行することができる。」とされ、進行方向が明確に規定されていなかったため、双方通行が可能でした。

本改正は、自転車同士の正面衝突やすれ違い時の接触事故等を未然に防止するとともに、軽車両の通行ルールを整理し、その徹底を図るため、通行できる路側帯を左側に限定したものです。

（罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金）

救命講習会開催のお知らせ

石川消防署古殿分署では、3月に行われる救命講習会の参加者を募集しています。

講習内容

○普通救命講習Ⅰ（3時間講習）

呼吸や心臓が止まったときに大切な「AEDの使い方」を含む心肺蘇生法を学んでいただく講習で、主に成人に対する処置の方法を学んでいただきます。

○普通救命講習Ⅱ（4時間講習）

普通救命講習Ⅰの内容に、心肺蘇生法に関する筆記と実技の試験が加わったもので、一定の頻度で心肺停止者に対し応急の対応をすることが期待・想定される方を対象とした講習です。

対象者

須賀川地方広域消防組合管内（須賀川市、岩瀬郡、石川郡の各町村）に在住または通勤・通学する小学生（高学年）以上の方

開催場所

古殿町健康管理センター

講習日時

平成26年3月 1日(土)9時から各講習所定の時間

平成26年3月27日(木)9時から各講習所定の時間

定員

5名以上30名以内（個人での申込みも可能です）
※定員になり次第締切ります。また、5名未満の場合は受講日を調整させていただきます。

受講料

無料

申込方法

受講日の5日前までに所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、お申込みください。申込用紙は、石川消防署古殿分署で入手するか、須賀川地方広域消防組合ホームページのダウンロードサービスをご利用ください。また、電話による予約も受付けておりますので、お気軽にご連絡ください。

予約受付

石川消防署古殿分署

☎0247-53-3412

FAX 0248-94-2092

ホームページURL

<http://www.sukagawa119.jp>

国有林モニターを募集します

国有林の管理経営に皆様の声を反映させていくため、意見や提言を伺ったり、アンケートにお答えいただく、平成26年・27年度国有林モニター70名を募集します。

応募条件

関東森林管理局管内1都10県に居住の成人（国会・地方議会の議員、地方公共団体の長、国家公務員、国有林モニターの経験がある方を除く）

応募方法

平成26年2月14日(当日必着)までに郵便はがき等へ必要事項記入の上、下記の申込先へ応募下さい。

なお、関東森林管理局ホームページからもご応募いただけます。

必要事項

氏名（ふりがな）、性別、年齢、住所、電話番号、職業、応募の理由

発表

応募状況によっては抽選による選定をさせていただきます。抽選結果を平成26年3月末までに書面にてお知らせします。

申込み先

〒371-8508

群馬県前橋市岩神町4-16-25

関東森林管理局国有林モニター係

(FAX: 027-210-1154)

申込方法等の詳細については、関東森林管理局ホームページをご覧ください。

問い合わせ

林野庁関東森林管理局国有林モニター係

☎027-210-1150



選手宣誓の霜田悦希さん

記念大会特別表彰(敬称略)

最優秀賞 水野 雅人
優秀賞 矢吹 凌平
特別賞 佐川 サワ



12月8日、古殿町民水泳プールで町民水泳大会が開催されました。今回は、第20回の記念大会となり、古殿小・中学生、一般町民〇〇人が参加し、日頃の練習の成果を大いに発揮した大会となりました。成績は次のとおりです。

館報

ふるとん

furudono

第668号

(平成26年2月号)

《3つの運動》

1. 時間を守りましょう
2. 自然を大事にしましょう
3. あいさつをしましょう



石拾い競争 いっぱい取るぞ！

大会結果(敬称略)	
1. 小学1年男子	石拾い競争
1位	野村 思温
2位	生田 目皓太
3位	江嶋 孝宏
小学1年女子	石拾い競争
1位	矢吹 彩乃
2位	有賀 花梨
3位	荒川 真由
小学2年男子	石拾い競争
1位	木戸 晴登
小学2年女子	石拾い競争
1位	鈴木 瑠那

大会結果(敬称略)

2. 小学1年女子水中かけっこ競争



水中かけっこ競争

1位	荒川 真由	44秒97
2位	神山 琴音	50秒02
小学3年女子水中かけっこ競争		
1位	荒川 裕菜	30秒01
2位	佐川 玲奈	38秒89
3位	大竹 真生	43秒27



第20回町民水泳大会



表彰

小学4年女子水中かけっこ競争		
1位	大竹 美穂	29秒77
2位	佐藤 杏奈	30秒33
一般男子水中かけっこ競争		
1位	天野 政司	18秒92
一般女子水中かけっこ競争		
1位	永沼 くに	27秒27
2位	横田 愛子	27秒79
3位	斉藤セキ子	28秒72

編集 古殿町公民館
電話 53-2305
FAX 53-2500



ビート板競争

3. 小学1年男子 25mビート板競争

1位	佐々木璃玖	35秒62
2位	野村 思温	36秒21
3位	生田目皓太	44秒06

小学1年女子 25mビート板競争

1位	矢吹 彩乃	31秒60
2位	有賀 花梨	43秒32

小学2年男子 25mビート板競争

1位	有賀 康成	27秒89
2位	鈴木 雅文	39秒89
3位	木戸 晴登	40秒62

小学2年女子 25mビート板競争

1位	加藤 光桜	34秒36
2位	平松 優海	57秒88

4.

小学3年男子 25mビート板競争	1位 佐々木碧透 31秒20
小学3年女子 25mビート板競争	1位 渡辺 琳香 33秒71
小学4年男子 25mビート板競争	1位 渡辺 琉楓 26秒79
小学4年女子 25mビート板競争	2位 橋本 愛未 45秒05
小学2年男子 25m自由形	1位 有賀 康成 34秒42
小学2年女子 25m自由形	2位 鈴木 雅文 43秒69
小学3年男子 25m自由形	1位 加藤 光桜 36秒67
小学3年女子 25m自由形	2位 平松 優海 58秒59
小学4年男子 25m自由形	1位 佐々木碧透 26秒71
小学4年女子 25m自由形	2位 我妻 圭吾 29秒97
小学5年男子 25m自由形	1位 矢吹 幸太郎 23秒56
小学5年女子 25m自由形	1位 矢吹 凌平 20秒63

5.

小学6年男子 25m自由形	1位 矢吹 将也 18秒10
中学1年男子 25m自由形	1位 大山 樹 16秒96
中学2年女子 25m自由形	1位 坂本英里奈 18秒60
中学3年男子 25m自由形	2位 円谷 朋美 25秒03
一般男子 25m自由形	1位 水野 雅人 16秒52
一般女子 50m自由形	1位 青柳 真彩 1分01秒51
小学5年男子 25m平泳ぎ	1位 有賀 大登 40秒01
小学5年女子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 美佳 40秒56
小学4年男子 25m平泳ぎ	1位 有賀 大登 40秒01
小学4年女子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 美佳 40秒56
小学3年男子 25m平泳ぎ	1位 我妻 圭吾 36秒79
小学3年女子 25m平泳ぎ	1位 我妻 圭吾 36秒79
小学2年男子 25m平泳ぎ	1位 有賀 大登 40秒01
小学2年女子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 美佳 40秒56
小学1年男子 25m平泳ぎ	1位 有賀 大登 40秒01
小学1年女子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 美佳 40秒56

8.

小学4年女子 25m平泳ぎ	1位 長倉未桜季 24秒83
小学5年男子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 凌平 30秒84
小学5年女子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 凌平 30秒84
小学6年男子 25m平泳ぎ	1位 矢吹 将也 26秒67
一般男子 50m平泳ぎ	1位 小野 景利 56秒51
一般女子 50m平泳ぎ	1位 野木 郁美 1分33秒54
申告タイムズバリ当て25m	1位 渡辺 琳香 時間差0秒45
小学4年男子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学4年女子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学3年男子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学3年女子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学2年男子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学2年女子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学1年男子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49
小学1年女子 25m平泳ぎ	1位 加藤 光桜 0秒49



ファイト!!



家族でチャレンジ

9. 申告タイムズバリ当て50m

- 1位 矢吹 凌平 時間差0秒09
2位 矢吹 将也 〃 0秒39
3位 水野 雅人 〃 2秒23

10. 家族でチャレンジ(ペア) 50m

- 1位 佐々木知之(璃玖) 47秒27
2位 加藤 恒夫(魁人) 47秒62

11. 中学団体競技 50mむかで競争

- 1位 スイミングスクール(古殿中) 32秒95
〔本郷勇太、霜田悦希、水野秀亮、水野慎人、根本聖士〕

- 2位 スイミングボーイズ(古殿中) 35秒58
〔矢内裕大、大竹雅樹、細田 暁、加藤辰弥、秋山悟資〕



むかで競争(中学)

3位 野球部1年(古殿中)

- 〔加藤裕翔、矢内 稔、大山 樹、薄井 敦、矢内泰晴〕

38秒71

一般団体競技 50mむかで競争

1位 プール大学

「お杉ちゃん」チーム

- 〔水野常子、松本美智子、西丸リキ、矢内トシ子、小澤英子〕

41秒60

2位 プール大学

「さくらちゃん」チーム

- 〔松田弘子、斉藤セキ子、野木郁美、有賀ツル子、永沼くに〕

41秒98

3位 プール大学

「山ゆりちゃん」チーム

- 〔横田愛子、佐川サワ、白石真嗣、三森りう、野崎昭子〕

45秒80

12. 中学団体競技 100mリレー

1位 Free (古殿中)

- 〔水野秀亮、水野慎人、霜田悦希、本郷勇太〕

1分08秒94

2位 スイミングボーイズ(古殿中)

- 〔根本聖士、加藤辰弥、矢内裕大、秋山悟資〕

1分17秒61

3位 1位を目指す野球部(古殿中)

- 〔水野瑠也、菅生 凜、大山 樹、芳賀大貴〕

1分22秒33

古殿町民水泳プール

臨時休館のお知らせ

古殿町民水泳プールでは、スライダー階段修繕及びプール内清掃のため、次の期間が臨時休館となります。

◎臨時休館の期間 **2月12日水~21日金**

プールをご利用の皆さまには、大変ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。

平成26年度

公民館・体育施設の

利用申請について

平成26年度(平成26年4月1日
平成27年3月31日)に大会・行事等で体育施設等を専有使用する団体・サークル・グループ等の利用申込みを受け付けます。

申請できる施設名称

- 古殿町公民館
- 古殿町民第1体育館
- 古殿町民第2体育館
- 古殿町勤労者体育センター
- 女性・若者等活動促進施設
- 古殿町屋内ゲートボール場
- 古殿町民運動場

申請の手続き

- 町公民館事務室内で各施設使用許可申請書に必要事項を記入し、申込みしてください。

●2月14日(金)~2月21日(金)まで先着順に受付します。

ただし、町の行事等が優先します。

申込み(問い合わせ)先

町公民館 ☎53-2305

ふ れあいはい、親子で話す明るい家庭
親子話し合い

る ールを守って楽しい生活
生活規律確立

ど んなときでもかけあおう元気なあいさつ
町民皆あいさつ

の ぞましい子ども育てよ愛の一声
愛の一声

青少年育成町民会議



ダニエル先生の英会話教室が12月18日、閉講しました。
クリスマスを前にした最後の教室では、サンタの帽子をかぶったダニエル先生と、ゲームやクイズで楽しい時間を過ごしました。

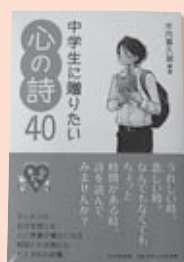
ダニエル先生の 英会話教室



137億年の物語 宇宙が始まってから今日までの全歴史

著：クリストファー・ロイド
訳：野中香方子

理系と文系が出合った初めての歴史書。生命はどこから来たか。文明はなぜ生まれ、滅びるのか。豊富な写真とイラストで旅するように歴史を感じることが出来るこの一冊をぜひ手にとってみてください。



中学生に贈りたい心の詩40

編著：水内喜久雄

多感な時期を生きる忙しい中学生のために、自分、友だち、恋、将来、毎日、歌の6つのテーマにそった詩が集まっています。自分にぴったりの詩が見つかるかもしれませんよ。



わくわく漢字の世界の大冒険

著：馬場 雄二

漢字忍術を修行しているかんぺー丸たちが、漢字パズルにチャレンジしていく冒険のお話です。ふしぎとおどろきの漢字の世界へかけてみましょう。

今月の図書

英歌友会例会作品（十二月例会）

秋野菜収穫終えて宅配を

遠藤ヨシイ

わが町の葉煙草生産江戸初期に

佐川 静子

京より御坊が持ち来しと言う

矢吹 和子

原発のトラブル多く毎日の

我妻 慶子

柚子きざむ厨に香り漂いて

長田 正夫

年の瀬の世相表す一文字は

生田目とみ

煩惱を鐘の音に乗せ百八つ

ふるどの吟社俳句作品（十一月例会）

洗われし牛蒡色なす匂ひなす

竹拔石路夫

鮭の口カツとひらきぬ死への快

安西 博

立ち尽す案山子の薄木日暮初む

鈴木 清満

血液の悪玉はじけ川紅葉

大竹 鬼道

きのこ籠中に瀕死の秋がある

関口 一平

木魚のリズム早まる冬隣り

添田かつお

晴れのち曇りときどき一人根深汁

関根栄三郎

天辺へ欲しい一段柿梯子

薄井 日暮

みんなのひろば

「コブちゃん」
遊ぼうー!



ひろばは皆さんが参加するページです

お知らせしたいことや学校での出来事、自慢のペットや趣味など何でもお寄せください。みなさんにご紹介します。

3歳児健診で、むし歯のない子が表彰されました。

むし歯のない子 表彰

質問は

- ①お子さんはどんな遊びが好きですか？
- ②お子さんの好きな食べ物は何かですか？
- ③むし歯にならないよう心がけていることは何かですか？
- ④お子さんにひとことお願いします！！



水野 望くん
(保護者：静恵さん)
大久田字石神

- ①ボール、車。
- ②あさりバター焼き、果物。
- ③毎日磨く。
- ④優しい子に育ってね。



岡部 結ちゃん
(保護者：徳子さん)
山上字浪滝

- ①ごっこ遊び、プール、かけっこ、どろんご遊び。
- ②いくら、たまご、チョコレート、ココア。
- ③毎日、仕上げ磨きをすること。
- ④いつも笑顔にさせてくれる結ちゃん。これからもたくさん食べて元気いっぱい明るい女の子でいてね。大好きだよ！



小野 色葉ちゃん
(保護者：容子さん)
山上字大平

- ①家では姉と人形で遊んだり、ままごとをしたりする事が好きです。お絵かきも好きです。兄弟4人でする戦いごっこも好きです。
- ②さつまいも、おにぎり、ポテトサラダ。
- ③必ず仕上げ磨きをすること。
- ④個性的なおもしろい色葉のまま自分らしく成長していった下さい。



本郷 岳くん
(保護者：美喜さん)
田口字鍋作

- ①ウルトラマンごっこ、太鼓をたたく、ボール遊び。
- ②ラーメン、カレー、いくら、ウィンナー、紅しょうが。
- ③仕上げ磨きをする。
- ④これからも元気で健康に育ってね！



小澤 健吾くん
(保護者：嘉則さん)
田口字石畑

- ①ヒーロー遊び、カーズの本、DVD、おもちゃ等での遊び。
- ②和食のおかず、野菜。
- ③毎晩、歯磨き＆フッ素を行っていました。
- ④元気いっぱい愛さようたっぴの健吾。大好き♡。これからもスススと素直に育ってね。



生田目麻央ちゃん
(保護者：享子さん)
山上字能登沢

- ①パズル、お絵描き、ブロック。
- ②焼き魚、ブロッコリー、きゅうり、アイスクリーム。
- ③寝る前にしっかり仕上げ磨きをする。
- ④我が家の可愛い可愛いお姫様。いっぱい遊んでいっぱい笑って思いやりのあるステキな女の子になってください。



江嶋 優希ちゃん
(保護者：佳生さん)
松川字桑原

- ①ブランコ、砂遊び、追いかけて、人形を使った遊び、兄と戦いごっこ、子ども番組を見ることなど。
- ②いちご、牛乳、からあげ、おかし。
- ③寝る前は必ず歯を磨く。親の使ったお箸で食べさせない。
- ④負けずじらいで、強い子になりそうで女の子として心配もあり。でもとても可愛く育ってくれていると思います。



動 ちょっ いてみっかい

寒さが一層厳しく、身に凍みるようですね。

外での運動も難しくなってきましたが、そんな時はお家の中で無理なく行いましょう。

腰痛予防のエクササイズ

1 背中丸め



頭を膝につけるように丸め、腹筋を使って起き上がります。何度か繰り返して行い、腰の筋肉を伸ばします。

2 腰伸ばし



四つんばいになり腰を丸めた姿勢と、腕をつき胸を伸ばした姿勢を交互に繰り返します。

3 腹筋



両手をお腹か胸の前で組み、肩甲骨が床から離れるくらいまでゆっくりと上体を起こし、3秒ほど静止します。

おいしい 一 四

生活習慣病予防のための一品

今月の献立

牛乳入り豚汁

1人分の栄養価…179kcal

たんぱく質13.5g カルシウム146mg
食塩相当量1.6g

寒さが厳しい日が続きますが、体が温まる豚汁はいかがでしょう。いつもの豚汁に牛乳をプラスすることで、みその量を減らすことができ減塩にもなります。牛乳のコクでまろやかな味になります。
(健康管理センター 栄養士 鈴木かおりさん)



作り方

材料 (4人分)

豚もも薄切り肉……………150g
じゃがいも……………1個(100g)
大根……………1/6本(150g)
にんじん……………40g
ごぼう……………40g
万能ねぎ……………適宜
だし汁……………2カップ
牛乳……………1カップ
みそ……………大さじ2と1/2

- ① 豚肉は3cm幅に切る。
- ② じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切って水に放す。
- ③ 大根とにんじんは皮をむいていちょう切りにする。
- ④ ごぼうは皮を包丁でこそげ取りさがきにして、切り端から水に放してアクを抜く。
- ⑤ 万能ねぎは1cmの長さに切る。
- ⑥ 鍋にだし汁を入れて火にかけ、豚肉を入れ、アクを抜きながら煮る。
- ⑦ ⑥にごぼうと万能ねぎ以外の野菜を入れて煮、じゃがいもがやわらかくなったら牛乳を加え、みそを溶き入れる。
- ⑧ 最後にごぼうを入れ、煮立つ直前に火を止める。
- ⑨ 器に盛り付け、万能ねぎを散らす。

くらしに役立つ 情報

Information

お知らせ



～学生等の皆さんへ～ 大学等合同企業説明会

平成27年3月新規大学等を卒業予定の方を対象に、県内事業所の説明会を開催します。参加事業所は開催1週間前に、福島労働局ホームページ上で公開します。

会場では、事業所ブースにおける人事担当者の事業・職務内容の説明、今後の採用計画等の情報提供、ハローワーク等各機関による職業相談・情報提供等を行います。
事前申込不要、お気軽にお越しください。

町の人口

現住人口調査

12月1日現在(前月比)

世帯数	1,757世帯(+8)
人口	5,639人(+7)
男	2,756人(±0)
女	2,883人(+7)

郡山会場

開催日等

2月25日(火)

～県内事業所120社

が参加予定～

実施内容

職種・業界研究ゼミ

10時～11時

事業所PRタイム

11時～12時

合同企業説明会

12時30分～16時

会場

ビックパレットふくしま

(郡山市南2丁目52番地)

岡郡山新卒応援ハローワーク

024-927-4633

主催 郡山新卒応援ハロー

ワーク、福島労働局(ハロー

ワーク)

役場の電話番号

0247-53-3111 (代表)

FAX 53-3154

FAX 53-4511

ホームページ

<http://www.town.furudono.fukushima.jp/>

Eメール

info@town.furudono.fukushima.jp

●総務課	53-4611
●地域整備課	53-4612
〃	53-4615
●産業振興課	53-4613
〃	53-4620
●農業委員会	53-4614
●生活福祉課	53-4616
●住民税務課	53-4617
〃	53-4618
●出納室	53-4619
●議会事務局	53-4621

教育委員会 53-3655

公民館 53-2305

古殿幼稚園 53-2255

古殿保育所 53-2436

健康管理センター 53-4038

いきいき遊里工房 53-2313

おふくろの駅 53-4070

ふるどの荘 32-1180

社会福祉協議会 53-4394

古殿小学校 53-2049

古殿中学校 53-3135

福島地方務局から のお知らせ

須賀川市文化センターで登記事項証明書等の交付が受けられます！

須賀川市文化センター1階に設置されている法務局の「須賀川証明サービスセンター」において、登記事項証明書等の交付が受けられますので、是非ご利用ください。

なお、本年2月3日(月)から請求者の利便性の向上を図ることを目的として、オンラインにより交付請求された登記事項証明書等を同証明サービスセンターにおいて交付する取扱いの試行運用を開始いたしましたので、併せてお知らせいたします。

●設置場所

須賀川市文化センター1階

「福島地方務局須賀川証明サービスセンター」

●受付時間

平日 午前9時～正午

午後1時～4時30分

●取扱業務

○全国の土地・建物及び会社・法人の登記事項証明書

○全国の会社・法人の代表者事項証明書

○全国の会社・法人の印鑑証明書(印鑑証明書の請求には、印鑑カードが必要となります。また、請求する際に代表者の生年月日の入力が必要です。)

○全国の地図(公図)、建物図面、地積測量図に関する証明書



※コンピュータ化されている不動産及び会社等に限られます。
※要約書等の交付は行っておりませんので、ご注意ください。
※オンライン請求による地図等情報の証明書の交付は、証明書サービスセンターでは取り扱っておりません。
岡福島地方務局郡山支局
024-962-4505

12月届出分



こんにちは赤ちゃん

氏名・住所・保護者



さがわ ひろたか
佐川 大岳くん
松川字薄木
(友克さん、詩織さん)

いつまでもお幸せに



氏 名 住 所

(新郎 水野 元気さん 論田字下 論田
新婦 飛田 香織さん 白 河 市)

おくやみ申し上げます

氏 名 年 齢 住 所

鈴木 フミヨ 95 松川字横川
遠藤 コト 90 松川字横川
柏 葉 久美子 82 竹貫字水ノ出
渡邊 正孝 78 松川字桑原
田口 弘 81 竹貫字竹ノ内

2月7日は「北方領土の日」

毎年2月7日は、「北方領土の日」です。択捉島、国後島、色丹島及び歯舞群島から成る北方四島は、歴史的に見ても、また、国際間の諸取り決めに照らしても明らかに我が国固有の領土です。北方四島の日も早い返還を実現するために、国の外交交渉を後押ししましょう。



確認しましょう！最低賃金

福島県の最低賃金

福島県最低賃金 (地域別最低賃金)	最低賃金額(時間額)	効力発生日
	675円	平成25年10月6日

※福島県最低賃金は、常用・臨時・パート・アルバイトなどの名称にかかわらず、福島県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。

次の業種で働く方には、「特定(産業別)最低賃金」が適用されます。

特定(産業別)最低賃金	非鉄金属製造業	789円	平成25年12月18日
	計量器・測定器・分析機器・試験機・測量機械器具・理化学機械器具、時計・同部品、眼鏡製造業	774円	平成25年12月27日
	電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業(医療用計測機器製造業(心電計製造業を除く。))を除く。)	741円	平成25年12月7日
	輸送用機械器具製造業	776円	平成25年12月27日
	自動車小売業(二輪自動車小売業(原動機付き自転車を含む。))を除く。)	772円	平成25年12月18日

※次に掲げられる者は除かれますが、福島県最低賃金(675円)が適用されます。

- ①18歳未満又は65歳以上の者
- ②雇入れ後3月未満の者であって、技能習得中の者
- ③清掃、片付けその他これらに準ずる軽易な業務に主として従事する者
- ④①～③のほか「電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業」にあつては、小型電動工具若しくは手工具を用いて行う穴あけ、かしめ、巻線、組線、取付け又は小物部品の包装若しくは箱入れの業務に主として従事する者

注① 次の賃金は、最低賃金の計算には含まれません。

- (1)精皆勤手当 (2)通勤手当 (3)家族手当
(4)結婚手当 (5)賞与等 (6)時間外・休日・深夜手当

注② 日給制、月給制、歩合給制の賃金については、1時間当たりの賃金額が、最低賃金の時間額を上回らなければなりません。

詳しくは、福島労働局賃金室

又は最寄りの労働基準監督署へお問い合わせ下さい。



福島労働局賃金室

☎024-536-4604



2月 暮らしのカレンダー

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎55-3333	母と子の広場 (9:30~) 遊びの教室 (10:00~) 元気はつらつ教室 (13:00~) …健康管理センター	運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター		いきいきくらぶ (10:00~) 転倒予防教室 (13:30~) …健康管理センター	リハビリ教室 (13:00~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター	
9	10	11	12	13	14	15
町民スキースノー ボード教室 ⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎55-3333	母と子の広場 (9:30~) 元気はつらつ教室 (13:00~) …健康管理センター	⑤やまもと内科 クリニック (石川町) ☎26-8311		3ヵ月児健診・ 脱臼検診 (13:00~) …石川町保健センター	いきいきくらぶ (10:00~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター	
16	17	18	19	20	21	22
ふるどの小中学校 卓球大会 ⑤とりこえ整形外 科クリニック (石川町) ☎26-5050	母と子の広場 (9:30~) 元気はつらつ教室 (13:00~) …健康管理センター	母親学級 (9:30~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター	乳児相談(5ヵ月児・ 7ヵ月児・10ヵ月児) (9:30~) 2歳児相談 (13:00~) …健康管理センター	いきいきくらぶ (10:00~) 転倒予防教室 (13:30~) …健康管理センター	リハビリ教室 (13:00~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター	
23	24	25	26	27	28	1
⑤角田内科医院 (浅川町) ☎36-2067	母と子の広場 (9:30~) 1歳6ヵ月児・3 歳児健診 (13:00~) …健康管理センター	元気はつらつ教室 (13:00~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター 【納税日】 国民健康保険税(8期) 固定資産税(4期)	献血…町内一円		いきいきくらぶ (10:00~) 運動指導室開放日 (18:00~21:00) …健康管理センター	

※⑤は休日当番医、④は地区の行事です。掲載を希望される行事がありましたらご連絡ください。

地 区 名	燃えるごみ
全 地 区	毎週火・金曜日(11日火除く) 12日(水)

	地 区 名	資源ごみ	燃えないごみ
A 地区	仙石、鎌田、田口、竹貫、 上松川、下松川	6日(木) 20日(木)	13日(木) 27日(木)
B 地区	下山上、上山上、論田、 大久田	13日(木) 27日(木)	6日(木) 20日(木)



1/12 成人式