

① 広報

ふるどろ

鬼は外！ 福は内！



ふるどろ 3 Contents

- | | |
|------------------|----------------|
| 2 住民異動の手続きについて | 10 町公民館について |
| 4 町のできごと | 15 暮らしのカレンダー |
| 8 館報 | 16 暮らしに役立つ情報 |

2017
No. 415

3

こども園 節分・豆まきの会(2月3日)

住民異動の手続きはお済みですか？

4月は新しい年度が始まり、入学や就職、転勤される方も多い時期です。
 今まで住んでいたところから、新しいところへ引っ越す方へ、必要な届出の手続きについてお知らせします。

住所が変わるときは…



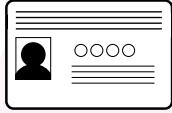
転入や転出によって、住所が変わった場合には町への届出が必要です。届出期間内に正しい住所の手続きをしないと、選挙ができなかったり、子どもの健診や入学などに影響がでたりと、様々な場面で不都合が生じてしまいます。

届出は時間に余裕を持って



この時期、役場の窓口は混み合いますので、待ち時間が長くなってしまうと、特に、正午から午後2時頃までは、昼休みを利用して来庁される方で混雑します。時間には余裕を持ってお越しください。

本人確認にはマイナンバーカードが便利です



本人確認書類がなくて、困ったことはありませんか。
 マイナンバーカードなら、公的な身分証明書として利用することができます。申請は、通知カードに付いている申請書に記入、押印の上、写真を同封して送付します。お手元に届くまで2〜3カ月かかりますのでご注意ください。

主な届出

※届出には①印鑑、②届出人の本人確認ができるもの（運転免許証、パスポートなど官公署が発行する顔写真入りの証明書など。）が必要です。

こんなとき	種類	届出期間	①、②のほかに持参するもの
町外から古殿町に移ってきたとき	転入届	引っ越してきた日から14日以内	・転出証明書（前の住所地で発行） ・通知カードまたはマイナンバーカード
古殿町から町外へ移るとき	転出届	引っ越す予定日の前および14日以内	転出先の住所、世帯主、転出予定日をあらかじめ調べておいてください。 該当者のみ ・国民健康保険証 ・印鑑登録証 ・子ども医療費受給者証 ・後期高齢者医療被保険者証 ・介護保険被保険者証
町内で住所を移したとき	転居届	引っ越した日から14日以内	該当者のみ ・国民健康保険証 ・通知カードまたはマイナンバーカード ・子ども医療費受給者証 ・後期高齢者医療被保険者証 ・介護保険被保険者証
世帯主が変わったとき	世帯変更届	変更した日から14日以内	該当者のみ ・国民健康保険証

【問い合わせ】住民税務課 ☎53-4617 ☎53-4618

健康保険と年金の変更

届出期間は、異動した日から14日以内
 ※届出には①印鑑、②年金手帳が必要です。

こんなとき	種類	①、②のほかに持参するもの
職場の健康保険をやめたとき	取得届 (国保・国民年金に加入)	・ 社会保険資格喪失証明書 (職場の健康保険をやめた年月日のわかる書類) ・ 通知カードまたはマイナンバーカード
職場の健康保険の被扶養者からはずれたとき		・ 被扶養者資格喪失証明書 (健康保険からはずれた年月日のわかる書類) ・ 通知カードまたはマイナンバーカード
職場の健康保険に加入したとき	喪失届 (国保を脱退)	・ 今まで使用していた国民健康保険証 ・ 新しく加入した職場の健康保険証 (交付が遅れている場合は、加入年月日のわかる書類) ・ 通知カードまたはマイナンバーカード
職場の健康保険の被扶養者となったとき		

代理人について

やむをえず代理の方(同一世帯以外の方)に住民異動の届出を頼む場合は、委任状が必要です。窓口にお越しの際には次のものをお持ちください。

代理人が届出するとき

・ 代理人の本人確認ができるもの (運転免許証など)

・ 代理人の印鑑

・ 委任状 (頼んだ本人が署名・押印したもの。)

委任状の書式(例)

委 任 状

平成〇年〇月〇日
古殿町長様

委任者の住所 古殿町〇番地
氏名〇〇〇〇〇〇〇〇 (印)

私は、「住所 古殿町〇番地 氏名〇〇〇〇〇〇〇〇」を代理人として、左記の権限を委任しました。

記
〇〇届出に関する一切の手続き

予約受付	祝祭日を除く月～金曜日、午前9時～午後4時
申込先	住民税務課窓口係 ☎53-4618
交付できる書	・ 住民票の写し(個人の証明か世帯全員の証明かお知らせください。)・ 印鑑証明書(予約時に印鑑登録証の番号をお知らせください。)・ 所得証明書・ 課税証明書・ 納税証明書(車検用を除く。)・ 資産証明書(登録事項証明、公課証明、評価額証明を除く。)
持参するもの	本人確認ができるもの(運転免許証、パスポートなど官公署が発行する顔写真入りの証明書など。)印鑑証明書の場合は、印鑑登録証
手数料	1通200円(おつりのないようにお持ち下さい)

※受け取りは本人(住民票の写しについては、本人または同一世帯員)に限られます。

事前に電話で予約をすることにより、休日に証明書の交付が受けられます。



電話予約による証明書の
休日交付もご利用ください

食育コンクールで 古殿小学校が最優秀賞を受賞



2月5日、石川町においてJ A夢みなみあぶくま石川地区支援センター主催の「食育のつどい」が開催され、その席上で、古殿小学校5年生による「はくたちわたしたちの米作り」と題した研究が「平成28年度 食育コンクール」の最優秀賞に選ばれました。

古殿小学校の5年生たちは、ふるさと工房おざわふぁ～む（小澤昌男・啓子氏）の協力による田植え体験や、バケツ稲による水稻の栽培観察、また自らコメについて調べ学習をおこなった成果を上手にまとめ会場で披露しました。

また、田口ひろびろ子供会（田口地区）の「バケツの田んぼ」と題した研究も優秀賞に選ばれ、表彰されました。

収入保険制度導入に係る青色申告説明会を開催



1月23日、町役場大会議室において「収入保険制度導入に係る青色申告説明会」を開催しました。

平成30年度の米政策改革に向け導入が決定している「収入保険」は、自然災害による収量減少だけでなく、価格低下なども含めた収入減少を補てんする仕組みです。青色申告をしている農業者が対象となっていることから、(有)益子総合会計事務所の益子秀一税理士を講師に迎え、「はじめてみませんか？ 青色申告！」と題して青色申告のメリットや、農業経営の合理化・効率化のため日々お金の流れを管理することの重要性など講演をいただきました。参加した農業者は、真剣な面持ちで先生の話に聞き入っていました。

イノシシ等捕獲に係る安全講習会を開催

近年イノシシによる農作物被害が増加し、ワナの免許を取得する方が増えています。危険な作業に従事することから、1月22日、町役場大会議室において、従事者が安全に作業を実施するための「イノシシ等捕獲に係る安全対策講習会」を実施しました。

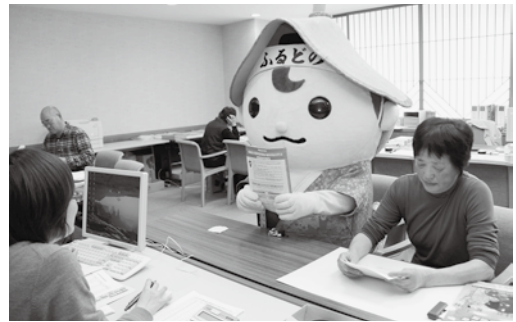
講習会には、町内外から32人が参加し、福島県猟友会の尾形英一講師の話に真剣に耳を傾けていました。



確定申告が始まりました

今年も確定申告の時期となりました。町役場の確定申告受付会場では、3月15日までの間、申告の受付を行っております。

みなさまから申告された内容に基づき、所得税・町県民税・国民健康保険税の税額が決定されるほか、国民年金の免除申請や国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者保険料、保育料などの軽減の判定にも利用されます。申告が必要な方は、お早めにお越しください。



—住み慣れた地域でいつまでも暮らしていくために— 勉強会を開催

1月27日、生活支援体制整備事業第1回勉強会を町公民館で開催しました。(公財)さわやか福祉財団の大山重敏さんを講師に、「もっと豊かな地域をつくるには… ~あったらいいな、こんな助け合い!~」について講話を頂きました。

42人の参加者は、「助け合いカード」などを使いながら、「普段自分が何気なく行っている助け合い」、「こんな助け合いがあったらいいな」等について楽しく話し合いました。勉強会後は、「今の助け合いがこの先もできるのか不安」、「近所の人と話し合いたい」といった声が聞かれました。これからも、みなさんで話し合っていきたいと思っておりますので、ご参加お待ちしております。



空気が乾燥し、風も強く、火災が発生しやすい季節となりました。火の元に十分注意し、火災の無い古殿町にしましょう。

平成29年3月1日(水)から3月7日(火)までの7日間

春季全国火災予防運動



～住宅防火 いのちを守る 7つのポイント～

～3つの習慣～

- 寝たばこを絶対やめる。
- 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、衣類及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、**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**を作る。



【お問い合わせ先】 須賀川地方広域消防組合 石川消防署古殿分署 (Tel.0247-53-3412)

古小だより



子どもたちの元気もどってきました!!

1月末、流行が始まったインフルエンザは5年生の学級閉鎖による2日間の休業も含め全校的に猛威をふるいました。その間感染予防に努め、手洗いうがいやマスクの着用、縦割り清掃等の全校的な活動を制限してきました。校内に響く子どもたちの声も若干小さかったように感じ、寂しくもありました。しかし、子どもたちの熱心な予防の効果により、一時は全校で30名以上いた罹患者が、2月6日には2名にまで減り、ようやく流行も終息に向かいました。また、この間休止していた縦割り班清掃も新たに5年生が班長になって始まりました。休み時間の外遊び、交流活動も解禁となり、体育館では早速学級での長なわ練習が始まり、練習に熱が入っています。ようやく学校が元気を取りもどした感じです。この2週間あまりほぼ全部の学年、学級でインフルエンザ罹患者が出た中、唯一4年2組だけは一人の罹患者も出ませんでした。賞賛に値しますね。すごいね！4年2組！

冬休みの成果！ がんばった漢字検定

1月13日(金) 本校を会場に漢字検定が行われました。この検定を目指して冬休み一生懸命がんばった子どもたちです。真剣に集中しての取り組み、さて結果は!?



健康管理センター 出張食育指導



健康管理センターの食育指導が1月末に1年生と2年生で行われました。1年生は「栄養がどのように身体のためになるか」2年生は「食べものを食べる時、しっかりよく噛むことが大切」という内容をそれぞれ分かりやすく教えていただきました。興味深げに聞き入る子どもたちの顔が印象的でした。今年度も2学期から始まった全学年の食育指導はこれで終了です。内容の違う食育指導を全学年で行うことは、他校や他市町村では余り例がありません。素晴らしい事業です。感謝、感謝!!

再度のご寄付に感謝!

雑巾100枚を松川新桑原にお住まいの澤田梅子様よりご寄付いただきました。昨年の6月にも同様に雑巾を100枚ご寄付をいただいております。澤田様のお心遣いを思いながら、大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

古中だより

英語力アップ 「ALT」 *****



(サラ先生の授業の様子)

ALT（外国語指導助手）とは、Assistant Language Teacherの略で、外国語を母国語とする外国語指導助手をいいます。古殿町では昨年の6月から小学校や中学校等でアメリカ合衆国メリーランド州出身のAdams, Sara（アダムスサラ）先生が、それぞれ児童・生徒の英語の指導にあたっています。とても明るくて気さくな先生です。中学校の英語でTT（チームティーチング：二人の先生で授業をすることです。）の授業が行われています。数年後には小学校でも教科として英語が教えられるようになります。休み時間等もどんどん話しかけて英語力を高めて将来に役立ててほしいと思います。

***** みんなで協力 「除雪作業」

積雪があると、登校した生徒達が自主的に除雪作業を行ってくれます。雪国では、アパート等の駐車場で誰かが先に除雪をしてくれたら、今度は自分が先に起きて除雪をします。無言のルールではありませんが人に何かしてもらった時、今度は自分が相手にしてあげる。

自然が厳しい環境では、お互いに協力しないとできないこともたくさんあります。学校生活や家庭生活の中でも人の好意は遠慮せず受け、してもらったら、「ありがとう」の感謝の気持ちを伝え、今度は級友や家族のために何かをしてあげる。そのようにお互いが気遣い協力するよい雰囲気の方が更にはできればいいなと思います。



(体育館側の通学路の除雪の様子)

資格取得 「英語検定」 *****



(受験の様子をガラス越しに撮影)

「英語検定」の試験が行われました。今回で第3回となりますが、5級から準2級まで85名の生徒が受験しました。5級は中学初級程度、4級は中学中級程度、3級は中学卒業程度、準2級は高校中級程度とされています。中学校段階では3級の取得が概ねの目標となりますが、難関の準2級にも挑戦しています。

リスニングの最中でしたので、教室の中へ入ることはできませんでしたが、真剣に検定試験に取り組んでいる姿を見て心強く感じました。

***** 自主自立 「生徒会専門委員会活動」

生徒会専門委員会が行われ、年間の反省と次年度に向けた改善点や活動内容の見直しをしました。

中学校の生徒会活動は、望ましい人間関係を形成し、集団や社会の一員としてよりよい学校生活づくりに参画し、協力して諸問題を解決しようとする自主的、実践的な態度を身につけることを目的としています。間もなく平成28年度も終わりを迎えますが、この一年間、各委員会の3役の人達が中心となり、自主自立の古中の生徒会活動に、新たな伝統をつくってくれました。



(委員会での真剣な話し合い)

ありがとうございます。「ロッカー」「雑巾」の寄贈 *****

職員玄関に、生徒達が各種大会で活躍したカップや楯等が飾ってありますが、ロッカーに収まりきれず、机等を利用して掲示をしていました。それらを収納するロッカーを、菅生文具店の菅生恒孝様より寄贈いただきました。「生徒達が今後益々活躍してくれたらうれしいです。」とお話いただきました。また、松川新桑原にお住まいの澤田梅子様より、社会福祉協議会へ中学校で使ってほしいと、雑巾の寄贈がありました。中学校へ社会福祉協議会の方が来校され、雑巾を届けてくださいました。一つ一つ手縫いの雑巾で、全部で100枚いただきました。毎日の清掃は勿論のこと、様々な場面で大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

学校生活の様子は古殿中ホームページでも紹介しています。ご覧いただければ幸いです。



町民スキー・スノーボード教室

平成28年度スキー・スノーボード教室を猪苗代スキー場で行いました。1回目の1月22日は、小学生から大人まで27人が、2回目の2月5日には20人が参加しました。1回目は快晴で大変気持ちよく滑れたのではないのでしょうか。2回目は帰る時間の少し前に雨が降りましたが、教室にはさほど影響はありませんでした。1回目にはうまくできなかった子供たちも、2回目の教室が終わる頃にはかなり上達していました。また先生方の熱心な指導で、ケガをすることもなく無事に教室を終えることができました。

来年度も2回のスキー・スノーボード教室を予定していますので、ぜひご参加ください。

**カップル14組成立！
第6回石川コン**

2月4日(土)、ホテル松多屋にて「第6回石川コン」が開催されました。バレンタインデー間近の開催となった今回は、男性67人、女性45人の計112人が参加しました。ふくしまボンガーズが司会を務め、会場の雰囲気も和やかになり、参加者の方々の会話も弾んでいました。その結果、カップリングタイムでは、14組のカップルが誕生しました。

石川コンは平成29年度も開催予定となっています。新たな出会いのきっかけに、ぜひご参加ください。

♥第1回古殿コン開催♥

3月19日(日)、20歳以上の未婚男女を対象にした婚活イベント「古殿コン」が開催されます!!

第1回となる今回は、旅館喜楽亭を会場に、食とドリンクを楽しむビュッフェ形式のパーティーです。男性は古殿町内に居住する方、女性の居住地は問いません。また、いわき方面、白河方面、郡山方面から参加する女性限定で無料送迎車を運行します。募集定員はどちらも10人となっています。

小規模のパーティーですので、大きな会場ではなかなか声をかけづらい方にも参加しやすいイベントとなっています。ふくしまボンガーズの心強いサポートもありますので、新たな出会いを求めている方はぜひご参加ください。

応募方法等、詳細については町ホームページ (<http://www.town.furudono.fukushima.jp/news-topikkusu/event/1825>) または古殿コンチラシをご覧ください。

館報

ふるどの

furudono

第704号

(平成29年3月号)

《3つの運動》

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

ふれあい、親子で話す明るい家庭
親子話し合い

ル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

編集 古殿町公民館

電話 53-2305

F A X 53-2500

まほろん白河館見学

2月9日(木)、歴史教室生18人が白河市にある「まほろん白河館」に見学に行きました。当日の天候はあいにくの雪模様でしたが、まほろん白河館の主任学芸員である國井秀紀先生に案内していただき、資料展「編み組技術のルーツと現在」を見学しました。展示されているものの中には、國井先生が映像のみで再現した工芸品があったり、古殿町の佐藤富勇さん(論田)制作の「つとっこ」が展示されていました。「つとっこ」とは、祭礼等でお供えするものを入れる籠です。この展示では、今は失われつつある技術をなんとか後世に伝えたいという思いが感じられました。

歴史教室生一同、様々な編み組技術を見て懐かしい時代を思い出していたようでした。資料展「編み組技術のルーツと現在」は現在、終了しておりますが、常設展示の縄文時代から昭和までの暮らしは観覧できますので、是非足を運んでみてはいかがでしょうか。



「体力アップ自宅運動」

2月16日(木)、町公民館研修室にて寿大学「体力アップの自宅運動」が行われました。講師には、株式会社リードシステムの管理栄養士及び運動指導員である井上真由美さんをお招きし、運動と食事について講義していただきました。

運動についての講義は座って出来る運動や笑うことによって腹筋を鍛え、口角を上げることに顔の筋肉を動かす運動でした。これらの運動は同時にやることによって効果が上がることでした。

次に食事についての講義は、タンパク質等のことについてでした。タンパク質には動物性・植物性の二つがあり、両方をバランスよく摂取することが大事であるとのことでした。また、摂取する脂に関しても良質な脂を取ることが大切とのことでした。



文芸 歌友会例会作品

〜 一月例会 〜

新春を祝ぐごと庭に南天の

実のふさふさと朱色まぶしき

我妻 慶子

マイナスの四度は頬刺す寒さにて

つららは胸刺すほどの長さに

佐川 静子

野菜畑のくぼみに生えし芹・なすな

摘みきて炊きたり七草粥

有賀 智枝子

糸魚川の飛び火大火に身震す

一四〇棟が燃え盛る様

矢吹 和子

月の生れ我が家に四人なり

歩みそれぞれ恙が無かれと

鎌田 佳子

孫子等と家族で仕上げた鏡餅

三段重ね祝いで供う

遠藤 ヨシイ

町公民館をご案内します

昨年6月に改装された町公民館。リニューアル後の館内を、改めてやぶさめくんがご案内します。春から平成29年度開講の教室も始まりますので、町公民館へ出かけてみませんか？詳しくは、町公民館（☎0247-53-2305）へお問い合わせください。



①会議室(1)～(3)

20人弱の利用が可能な会議室です。机やいすを設置できます。



▶書いたら消さずね



〈開館時間〉8:30～17:15

〈利用時間〉9:00～22:00

〈休館日〉年末年始
(12/29～1/3)
土日祝祭日



⑥ロビー

お子さんのための遊具があります。毎週木曜日はキッズ広場開催中です。



⑦自動販売機コーナー

喉が乾いたらここへ。



◀調理の前には手を洗ってね。



④調理室

料理教室が行われます。調理器具は貸出もしています。



③作業室

工作教室などが行われます。



②視聴覚室

スピーカーなどの音楽機材が利用できます。



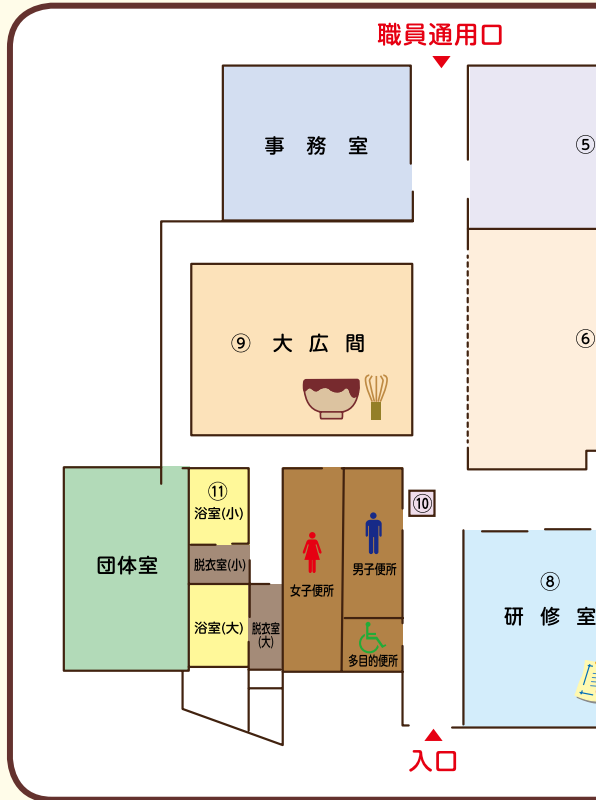
⑤ 図書館 町内の方は「図書利用カード」を作成し、本の貸出しができます。
また、閲覧・学習のためのスペースや小さいお子さんのためのスペースもあります。



⑨ 大広間

⑥ ロビー

ソファやテレビがあります。
ちょっとした休憩にもどうぞ。



⑧ 研修室

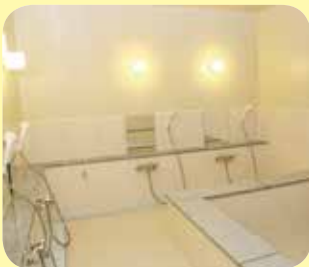
各種教室、会議、サークル活動などで利用されています。大人数の場合はこちらを利用してください。

素敵な音色が
聞こえてくるぞ。



⑪ 浴室

大と小2つの浴室があります。



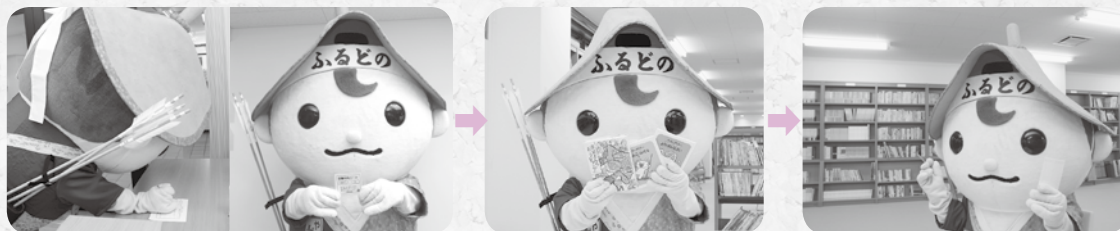
⑩ 公衆電話



▲オカリナサークルのみなさんが練習中でした。

図書館の利用について

本の借り方



- ①登録をして「図書利用カード」を受け取る。
※初めて借りる時は登録が必要です。
- ②借りたい本を選ぶ。
- ③本に入っているブックカードの氏名欄に自分の「図書利用カード」の番号を記入する。
※図書利用カードの番号を間違わないように気を付けてください。
※自分の番号を忘れた方は、職員に聞いてください。
- ④借りた月日を書く。
- ⑤ブックカードを「カード箱」の中に入れる。

本の返し方



- ①返却カゴへ本を入れてください。
※借った本は本棚に戻さないでください。
※2週間を過ぎた場合は、一度返却してからもう一度借りてください。

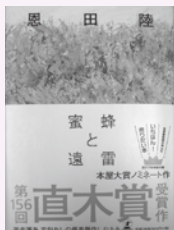
利用上の注意

- ・登録した方で、住所、氏名の変更があったときには必ず申し出てください。
- ・古殿町から引っ越す方は、図書利用カードは使えなくなりますので、返却、もしくは公民館への申し出を忘れずをお願いします。
- ・図書利用カードは他人に譲渡したり、貸したりしないでください。
- ・図書利用カードを紛失された場合は、申し出てください。
- ・貸出冊数は1人1回につき5冊以内です。
- ・貸出期間は2週間です。(ただし、月刊誌等は1週間以内にご返却ください。)
- ・紛失したり破損したりしてしまった場合には申し出てください。
- ・未返却の本がある場合は借りられません。借りた本を返却してから借りてください。

📖 今月の図書 📖

蜜蜂と遠雷

恩田 陸 著



第156回直木賞受賞作品

私はまだ、音楽の神様に愛されているだろうか。ピアノコンクールを舞台に、人間の才能と運命、そして音楽を描き切った青春群像小説。

行事のおはなし12か月

左近 蘭子 著

くすはら順子 イラスト



行事にはひとつひとつ意味があります。季節と深くかわり、人々の願いや生活の知恵がぎゅっと詰まっている行事を、子どもたちに伝えていきたいものです。

3月は自殺対策強化月間です

3月は卒業や退職を迎えたり、進学や就職を控えたりと、生活に大きな変化をもたらす時期です。このような時には、ストレスを溜め込みやすいといわれています。適度なストレスは、心に程よい刺激を与えてくれますが、過剰に重なったり、解決されずに長く続いたりすると「うつ」の原因になります。

うつ病はその人の「気分」に関することが症状の中の中心になっているため、自分も周囲も治療が必要な病気と思わず、「気の持ちよう」「放っておいても自然に良くなる」と思いがちです。

○原因不明の体調不良、うつ病が原因のことも

頭が痛い、頭が重い、耳鳴り、めまい、息苦しい、動悸がする、肩こり、腰が痛い、吐き気、異常に汗をかく、寝つけない、朝早く目が覚める、食欲がない、疲れやすい、だるいなど

原因不明の体調不良が2週間以上続く場合は、「うつ」が疑われます。専門家（精神科、心療内科）への早めの相談をお勧めします。

☆ひとりでかかえこまないで！

悩み事は、抱え込まないことが大切です。安心して話せたり、悩みを共有し共感してくれる人に相談しましょう。

◇相談された人は・・・

話を聴いてみましょう！本人の思いを尊重し受け入れて共感する気持ちが大切です。

◎良い聴き方

ちょっとお茶でもどう？

相手が無理なく話せる環境をつくる

元気がないから心配で

心配していることを伝える

そうだったんだ

悩みを真剣に受け止める

つらかったね…よく我慢したね

相手の気持ちに寄り添い、ねぎらいの言葉をかける

×悪い聴き方

そう重く考えなくても！

話をそらす

それは思い込みだよ

相手の言い分を否定する

こうすればいいよ絶対いいから

一方的に説得する

大丈夫だよ。何とかなるって

安易な解決策を提案し、単に励ます

話を聴いた上で、必要な支援につなげ、温かく見守ってください。

- ・ 専門機関への相談を勧めてみる（医療機関や相談機関など）
- ・ 話を聴いた人も一人で抱え込まない（プライベートに配慮した上で、協力を求めましょう）
- ・ その後も温かく見守る（調子はどう？など自然な雰囲気ですべてをかけるなど）



相談機関のご紹介

○古殿町健康管理センター ☎0247-53-4038 ○福島県中保健福祉事務所 ☎0248-75-7811
○こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556 ○福島いのちの電話 ☎024-536-4343

※電話が繋がりにくい場合もあります。

「コリア」です。
よろしくねー



みんなの

ひろば



「アスラン」です。
よろしくねー

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虫歯にならないように心がけたことは何かですか？
(現在、むし歯があってもなくても)
- ④お子さんに何かひとつお願いします！！



生田 尚希くん
(保護者：奈津美さん)
鎌田字沢

- ①ミニカー、変身グッズでなりきり戦いごっこ
- ②いちご、ハム、チョコレート、漬物、おせんべい
- ③夜の歯みがきはしっかりやる。
- ④のんびり成長してる尚希。お兄ちゃん大好きな尚希。どんな時も大好きだよ。毎日元気ですごうね。



矢吹 悠成くん
(保護者：和美さん)
大久田字高房

- ①仮面ライダー、ウルトラマン等のごっこ遊び、ミニカー、絵本、お絵かき、外遊び(雪遊び、水いじり等)
- ②鶏唐揚、カレー、パスタ、ピザ、刺身、焼飯、ラーメン、コルスロー、かぼちゃ煮、豚キムチ、みそ汁
- ③就寝前の仕上げみがきは、入念に行う。
- ④たくさんごはんを食べて、もっともっと大きくなってね。これからも楽しい悠くんできてください。

まいしー皿

生活習慣病予防のための一品

今月の献立 しらたきのチャプチェ風炒め



一人分の栄養価…150kcal たんぱく質 8.6g
カルシウム 160mg 食塩相当量 1.6g

通常のチャプチェに使われる春雨をしらたきで代用した一品です。しらたきなどのこんにやく類に含まれるグルコマンナン(食物繊維の一種)は、胃の中に入ると膨れる性質があるため食欲を抑える働きや、糖やコレステロールの吸収を抑える働きがあります。

(管理栄養士 小針 望さん)

作り方

- ①しらたきは食べやすい長さに切り、さっと茹でて水気を切る。
- ②豚肉は食べやすい大きさに切る。にんじんは千切り、たまねぎはスライス、白菜は1cm幅に切る。
- ③フライパンに油を熱し、豚肉を炒め、色が変わったら野菜としらたきを加えてさらに炒める。
- ④Aを加えて味付けをし、塩こしょうで味をととのえる。
- ⑤最後にごま油を回し入れて完成。

材料 (2人分)

- | | |
|-------------------|-----------|
| しらたき………200g | たまねぎ………¼個 |
| 豚肉………80g | にんじん………¼本 |
| 白菜………2枚 | 油………小さじ1 |
| しょうゆ……… | 小さじ2 |
| 豆板醤(お好みで調整してください) | 小さじ½ |
| 中華風スープの素……… | 小さじ1弱 |
| おろししょうが……… | 小さじ½ |
| おろしにんにく……… | 小さじ½ |
| 塩こしょう……… | 少々 |
| ごま油……… | 小さじ1 |



3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	1	2	3	4
				いきいきくらぶ (10:00～) …健康管理センター	すくすく教室 (10:00～) 運動指導室開放日 (18:00～21:00) …健康管理センター	
5	6	7	8	9	10	11
⑤石川中央病院 (石川町) ☎ 26-2024	母と子の広場 (9:30～15:00) 元気はつらつ教室 (13:00～) …健康管理センター 献血 (9:30～) …町内3ヶ所	こころの相談 (9:00～) 運動指導室開放日 (18:00～21:00) …健康管理センター	母親学級 (9:30～) …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 3ヶ月児健診・脱臼検診 (13:00～) …石川町保健センター	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	
12	13	14	15	16	17	18
⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	母と子の広場 (9:30～15:00) 元気はつらつ教室 (13:00～) …健康管理センター 中学校卒業式	乳児相談 (午前) (5カ月児・10カ月児) こども歯科クリニック (午後) 運動指導室開放日 (18:00～21:00) …健康管理センター	離乳食教室 (9:30～) …健康管理センター	いきいきくらぶ (10:00～) …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	こども園卒園式
19	20	21	22	23	24	25
⑤田中内科医院 (石川町) ☎ 26-3333	⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	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	小学校修了式	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 小学校卒業式 中学校修了式	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	
26	27	28	29	30	31	
⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	母と子の広場 (9:30～11:30) 1歳6カ月児・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		いきいきくらぶ (10:00～) …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	

※⑤は休日当番医です。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

	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	2日(木) 16日(木) 30日(木)	9日(木) 23日(木)
B地区	下山上、上山上、論田、 大久田	9日(木) 23日(木)	2日(木) 16日(木) 30日(木)



こども園 節分・豆まきの会 (2月3日)

暮らしに役立つ 情報

Information

お知らせ



須賀川税務署よりお知らせ

須賀川税務署の平成28年
分所得税の確定申告作成会
場（須賀川市産業会館）は、
3月15日(水)で終了です。

時間…午前9時～午後4時
場所…須賀川市産業会館

※確定申告書の提出に当
たっては、個人番号及び
身元確認書類（免許証等）
の提示または写しの添付
が必要です。
詳しくは、須賀川税務署

町の人口

現住人口調査

2月1日現在（前月比）

世帯数	1,674世帯（-4）
人口	5,182人（-15）
男	2,522人（±0）
女	2,660人（-15）

にお問い合わせくださ
い。

問 須賀川税務署

☎ 0248-7512194

検察審査会とは？

検察審査会は、選挙権を
有する一般国民から選ばれ
た11人の検察審査員が、検
察官が被疑者を裁判に掛け
なかつたこと（これを「不
起訴処分」といいます。）
が正しかったかどうかを審
査するのを主な仕事にして
いるところで、検察官の職
務に一般国民の良識と視点
を反映させ、その適正な運

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
- ふるどのこども園 57-5736
- 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

募集



平成29年度 国家公務員
「国税専門官採用試験」
(大学卒業程度)のお知らせ

問 郡山検察審査会事務局
☎ 024-932-5656

営を因るために設けられて
いるものです。
審査の申立てには、費用
は掛かりません。申立てに
ついての相談も受け付けて
います。
詳しくは郡山検察審査会
事務局までお問い合わせく
ださい。

仙台国税局では、バイタ
リティーあふれる税務職員
を募集しています。
国税専門官は国の財政を
支える重要な仕事を担い、
税務署等において、調査・
徴収・検査や指導などを行
う税務のスペシャリストで
す。

○受験資格

- 1 昭和62年4月2日から
平成8年4月1日生ま
れの者
 - 2 平成8年4月2日以降
生まれの者で次に掲げ
るもの
- (1) 大学を卒業した者及び
平成30年3月までに大
学を卒業する見込みの

者
(2) 人事院が(1)に掲げる者
と同等の資格があると
認める者

○受験申込受付期間

平成29年3月31日(金)から
4月12日(水)まで

○受験申込方法

受験申込みはインター
ネット申込みとする。

国家公務員試験採用情報NAV-I
(<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>)

なお、インターネットで
申し込めない場合は、受験
申込受付期間前に仙台国税
局人事第二課試験研修係へ

1月届出分



こんにちは赤ちゃん

氏名・住所・保護者



おかへ **岡部** あおい **葵くん**

田口字松森
(貴司さん、美里さん)

いつまでもお幸せに

氏 名 住 所

(新郎 渡邊 明央さん 竹貫字池ノ内
新婦 大樂 恵美さん 田口字久保田)

おくやみ申し上げます

氏 名 年 齢 住 所

水野 キヲさん	95	論田字下論田
小澤 サタさん	80	田口字石畑
岡部 ヨネさん	90	山上字高柄木
増子 ケサさん	93	松川字林 (玉川村)
鈴木 弘之さん	59	松川字前木
緑川 シナさん	95	鎌田字竹ノ内
薄井 正彦さん	62	仙石字湯ノ口
大越チイ子さん	86	竹貫字竹貫
吉田千代子さん	89	松川字桑原

問 仙台国税局人事第二課
試験研修係
☎ 022-2263-1111
内線 3236



○第1次試験日
平成29年6月11日(日)

ご連絡ください。

国家公務員採用試験のお知らせ

人事院では、次のとおり国家公務員採用試験を実施いたします。

試験名	申込受付期間	第1次試験日
総合職試験 (院卒者試験・大卒程度試験)	【インターネット】 3月31日(金)～4月10日(月) [受信有効]	4月30日(日)
一般職試験 (大卒程度試験)	【インターネット】 4月7日(金)～4月19日(水) [受信有効]	6月18日(日)
一般職試験 (高卒者試験)	【インターネット】 6月19日(月)～6月28日(水) [受信有効]	9月3日(日)

なお、申込方法や受験資格等の詳しい内容については、人事院ホームページ又は下記にお問い合わせください。

問合せ先 人事院東北事務局 第二課 試験係

TEL 022-221-2022

人事院ホームページ

[<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>]

自衛隊幹部候補生募集

幹部候補生とは 各自衛隊の幹部自衛官となる者(飛行要員を含む)を養成するコースです。

募集項目	受付期間	試験期間	合格発表
幹部候補生	3/1(水) ～ 5/5(金)	1次:5/13(土)・14(日) 2次:6/13(火)～16(金) 3次:海7/10(月)～14(金) 空7/15(土)～8/3(木)	1次:6/2(金) 2次:海7/3(月) 空7/7(金) 最終:陸8/4(金) 海8/7(月) 空7/7(金)
		1次:5/13(土) 2次:6/13(火)～16(金)	1次:6/2(金) 最終:陸8/4(金)

応募資格 大学卒業程度試験

ア 平成29年4月1日現在、22歳以上26歳未満の者
イ 院卒者のものは、20歳以上28歳未満の者

細部、ご不明な点については、下記にご連絡ください。

〒961-0972 福島県白河市立石60-1

自衛隊福島地方協力本部 白河地域事務所

TEL 0248-24-0372

ふるどのこども園（2月3日）

