

① 広報

ふるど

ふるど 8 Contents

- | | | | |
|---|-----------------|----|-----------|
| 2 | 第33回流鏝馬大会春の陣 | 8 | 館報 |
| 3 | 福島県中学校体育大会出場報告会 | 18 | みんなの広場 |
| 4 | 町のできごと | 19 | くらしに役立つ情報 |

2023
NO.492

8

ふるどのこども園幼年消防クラブ入団式（6月30日）

第33回流鏝馬大会

春の陣



6月25日(日)、第33回流鏝馬大会春の陣が三株高原流鏝馬馬場にて行われました。大会には、町内・外から10名の選手が参加し、会場には4年ぶりの開催にもかかわらず約60名の観客が集まりました。

選手の皆さんは、怪我をすることなく練習の成果を大いに発揮し、会場を盛り上げていました。的の真ん中に矢が当たると会場から大きな拍手が起こりました。

流鏝馬は、古殿町を代表する伝統行事で800有余年の歴史があり、福島県の重要無形文化財に指定されています。競技は、250mの馬場に馬を走らせ馬上から弓で3つの的を射ち、その的中率をもって順位を決定します。的のより真ん中に矢が当たると高得点が得られます。



▲優勝した岡部明広選手

◀競技の様子

第1位	岡部	明広選手	(古殿町)	得点	計41点	タイム	21秒08
第2位	岡部	祐樹選手	(古殿町)	得点	計37点	タイム	21秒56
第3位	小平	泉選手	(古殿町)	得点	計25点	タイム	21秒06
第4位	水野	浩幸選手	(古殿町)	得点	計23点	タイム	22秒22
第5位	岡部	光彦選手	(古殿町)	得点	計22点	タイム	22秒55



▲参加した選手の皆さんで写真撮影。選手の皆さんお疲れ様でした。

福島県中学校体育大会出場報告会



▲報告会に参加した生徒

6月30日(金)、中体連の地区大会(県南大会)で優秀な成績を残し、県大会に出場した古殿中学校の生徒28名が町役場へ出場報告に来庁しました。

生徒を代表してソフトボール部の長田紗季さんから抱負が述べられ、岡部町長から激励の言葉が贈られました。

県大会は、陸上競技が7月4日(火)から6日(木)、その他の競技が7月22日(土)から24日(月)に行われ、出場した生徒は練習の成果を発揮しました。

県大会へ出場した生徒

○陸上競技部 4名

- 3年 矢内 優菜さん (3年女子100M 県南大会第4位)
- 3年 水野 涼雅さん (男子共通走高跳 県南大会第6位)
- 1年 小野 色葉さん (1年女子100M 県南大会第6位)
- 1年 佐川 未来さん (女子共通800M 県南大会第6位)

○ソフトボール部 13名 (県南大会第2位)

- 3年 長田 紗季さん
- 2年 加藤 紗菜さん 佐川 柚葉さん 佐川 瑠菜さん 瀬谷 奏恋さん 角田 祥恵さん 水野 麗さん
- 1年 岡部 星南さん 水野 優さん 田名辺 藍李さん 生田目 麻央さん 野崎 はるなさん 溝井 心優さん

○剣道部 7名 (男子団体 県南大会第3位)

- 2年 渡邊 圭斗さん 緑川 京吾さん 矢吹 翔栄さん 有賀 悠真さん 岡部 皇誠さん
- 1年 矢内 健次朗さん 芳賀 友紀さん

○卓球部 2名

- 2年 水野 夏希さん・野村 榎音さん ペア (個人ダブルス 県南大会ベスト8)

○水泳部 2名

- 2年 曾根 柑那さん (女子100Mバタフライ 県南大会第2位)
- 1年 野崎 那奈さん (女子50M自由形 県南大会第2位、女子100M自由形 県南大会第2位)



▲抱負を述べる長田さん

第78回東北高等学校男女 バスケットボール選手権大会及び 第78回東北高等学校陸上競技大会及び 第54回東北高校女子ソフトボール 選手権大会出場選手激励会及び報告会



6月20日(火)、町役場で、バスケットボール競技、陸上競技、ソフトボール競技で東北大会へ出場した選手の激励会及び報告会が開催されました。

会では、穂積美桜さん(福島東陵高等学校2年)、小針星砂さん(日本大学東北高等学校1年)、加藤光桜さん(県立白河旭高等学校3年)、久保木杏香さん(県立白河旭高等学校3年)、久保木琉唯さん(県立白河旭高等学校1年)に岡部町長から激励金が手渡されました。

穂積さんは6月24日(土)から青森県で開催された第78回東北高等学校男女バスケットボール選手権大会に出場、小針さんは6月15日(木)から山形県で開催された第78回東北高等学校陸上競技大会において4×100mリレー競技に出場し、また加藤さんと久保木杏香さん・琉唯さんは6月17日(土)から県内で開催された第54回東北高校女子ソフトボール選手権大会へ出場し活躍を魅せてくれました。

前列左から加藤光桜さん(上山)▶
久保木杏香さん(下松川)、
久保木琉唯さん(下松川)、後列
左から渡邊教育長、穂積美桜さん
の母・智美さん(鎌田)、小針
星砂さんの母・仁美さん(鎌田)
加藤光桜さんの母・直美さん(上
山上)、久保木杏香さん・琉唯さん
の母・香さん(下松川)、岡部
町長



幼年消防クラブ入団式



▲「め組のパレード」の様子

6月30日(金)、ふるどのこども園で幼年消防クラブ入団式が開催されました。

式では、吉田園長のあいさつの後、岡部町長、矢内消防副団長、古殿分署鈴木分署長から、お祝いの言葉が贈られました。

園児たちは、小雨の降る中でしたが、大きな声で防火のちかいを行い、リズムに合わせて「め組のパレード」を元気に披露しました。

防火のちかい

1. ぼくたち、わたしたちは、
ぜったいに火遊びはしません。
2. ぼくたち、わたしたちは、お友達となかよくし、
ちいさい人や、おとしよりにやさしくします。
3. ぼくたち、わたしたちは、すなおで元気な
子どもになるようがんばります。

古殿町消防団退職報償金交付式



7月3日(月)、町公民館で古殿町消防団退職報償金交付式が開催されました。

令和5年3月31日をもって退職された消防団の方々に対し、岡部町長、矢内消防副団長、鈴木分署長、古殿駐在所齋藤巡查長から労いの言葉がかけられ、代表して第1分団の分団長を務めた生田目一幸さんから謝辞が述べられました。

長年にわたる消防団活動ありがとうございました。

◀岡部町長、矢内副団長、鈴木分署長、齋藤巡查長、退職消防団員、消防団役員の皆さん

退職消防団員一覧					
生田目一幸さん (鎌田)	第1分団	分団長	岡部 桂太さん (上山)	第2分団2部	団員
曾根 真樹さん (竹貫)	第1分団1部	部長	水野 大公さん (上松川)	第3分団1部	団員
水野 政広さん (下松川)	第3分団3部	部長	遠藤 大さん (上松川)	第3分団1部	団員
鈴木 啓祐さん (竹貫)	第1分団1部	団員	鈴木 一寿さん (下松川)	第3分団3部	団員
掛田 大地さん (田口)	第1分団2部	団員			

道路河川愛護デーに、各地区で清掃作業が実施されました

7月2日(日)、道路河川愛護デーの取組みにより、町内一円で道路や河川の清掃作業が実施されました。町民の皆様による、道路や河川脇の草取り、ゴミ拾いが行われました。

今後とも道路河川が広く、美しく、安心・安全に利用できるよう、ご協力をお願いします。



▲作業ありがとうございました

入札結果報告書

「公共工事の入札及び契約の適正化の促進に関する法律」に基づき、町発注工事の入札結果(250万円以上)を公表します。

(地域整備課)

工事等の名称	工事等場所	工事量等	請負額(円)	工期	請負業者名
道路改良工事 (社会資本整備総合交付金) 町道越代熊倉線	大久田 字 越代 地内	護岸工L=44.8m、 河川流入工L=12.0m	36,850,000	R6.3.29	(株)佐川建設 代表取締役 佐川 一男
道路舗装工事(町単) 町道浪滝石神線	大久田 字 花房 地内	延長L=260.0m、 幅員W=4.3m~6.4m、 舗装工A=1,296.7㎡	9,680,000	R5.9.29	(株)トーホクオカベ 代表取締役 岡部 稔
農道舗装工事(町単) 中道農道線	竹貫 字 千足 地内	延長L=327.9m、 幅員W=2.4m~3.2m、 舗装工A=835.7㎡	5,005,000	R5.9.22	(株)三森建設 代表取締役 三森 理有
道路維持補修工事 (緊急自然災害防止対策事業) 町道小松川須巻線	松川 字 三株 地内	延長L=1,148.0m、 モルタル吹付A=313.0㎡、 張コンクリートV=101.43㎡	19,657,000	R6.1.26	(有)ダイワ建設 代表取締役 小浜 広

古小だより

*本校の教育活動の様子は、HPでも是非ご覧ください。

【教育目標】自ら学び 心豊かにたくましく生きぬくとともに ふるさとを愛する児童の育成

めざす子ども像

○知・徳・体の調和のとれた子ども

○チャレンジ精神のある子ども

○ふるさとに誇りをもつ子ども

5つのいっぱい

「あいさついっぱい」 「友だちいっぱい」 「ノートいっぱい」

「あせいっぱい」 「ゆめいっぱい」

授業参観・学年懇談会

6月23日（金）に授業参観、学年懇談会を行いました。お忙しいところ、今回もたくさんの方の保護者の皆様にご来校いただきました。子どもたちは、保護者の皆様の参観をとても楽しみにしていました。いつも元気に学習に取り組んでいる本校の子どもたちです。この日も、話をよく聞き、とても意欲的に学習に取り組んでいました。学年懇談会では、1学期の学校での様子や夏休みの過ごし方などについて話をしました。どの学年も、とても有意義な時間となりました。



宿泊学習（5年生）・修学旅行（6年生）

5年生は、6月8日（木）・9日（金）に、那須甲子青少年自然の家で、1泊2日の宿泊学習を行いました。1日目は天候に恵まれた中での実施、2日目は雨に見舞われましたが、元気に活動を行うことができました。「なすかしの森ココロコ」、「焼き板作り」、「キャンドルファイヤー」、「なすかし探偵団」など、ゲームや活動を楽しみました。約束や時間を守り、笑顔で仲よく、とても楽しく、充実した2日間を過ごしました。6年生は、6月16日（金）に、会津若松市への修学旅行に出かけました。鶴ヶ城天守閣にみんなで登り、その後鶴ヶ城会館で昼食をとりました。降っていた雨も徐々に弱まり、班別学習では、晴れ間も見られるほどになりました。それぞれの班で立てた計画に沿って、体験活動や見学を行いました。協力しながら、笑顔で班別学習を行っていました。楽しく充実した修学旅行となりました。



森林環境学習（4年生）

4年生は、総合的な学習の時間に「古殿町の林業を知ろう」というテーマで学習しています。6月20日（火）には、役場産業振興課の齊藤係長が講師となり、古殿町の林業について、町内の森林の面積や割合、林業に関係のある仕事、町産材の利用などを学習しました。

また、子どもたちから事前に出されていた質問にも1つ1つ丁寧に答えていただきました。古殿町について学ぶよい機会となり、町への興味や関心がいっそう高まりました。※この事業は、福島県の森林環境税を活用して行っています。



防犯訓練

6月14日（水）に防犯訓練を行いました。

校内に不審者が現れたときに、どのように行動したらよいのかについて訓練をしました。今回は、南校舎玄関に不審人が現れたとの想定で行いました。放送や先生の話をよく聞き指示に従うこと、安全が確認されてから避難することなどを確認しました。全体指導では、石川警察署より3名の署員の方にご来校いただき、不審者に遭遇したときの対応の仕方などについてお話をいただきました。「いか・の・お・す・し（行かない・乗らない・大声を出す・すぐに逃げる・知らせる）」についても確認しました。

◆地域の皆様へ◆ 7月20日（木）に第1学期終業式を行いました。7月21日（金）から8月24日（木）まで35日間の夏休みとなります。子どもたちが、地域や家庭で過ごす時間が多くなりますので、安全に過ごせるよう、見守っていただきますようよろしくお願いいたします。



古中だより「坂道」



めざす生徒像
(知) 自ら学ぶ生徒
(徳) 礼儀正しく思いやりのある生徒
(体) 心身ともに健康な生徒

～「人権」についてを考える～



6月20日(火)の午後は、1年生対象に「人権教室」が行われました。町内の人権擁護委員の4名の皆さんに来校いただき、人権について考えました。

そもそも「人権」とは何か?いろいろな言い方や例えがありますが、「誰もが生まれながらにして持っている、人間として幸せに生きるための権利」ではないかと思えます。したがって、出自(しゅつじ)などの経歴や性別、容姿などの見かけで人を差別したり、区別したり、色眼鏡で見たりすることは、その人の人権を侵すこと(人権侵害)にあたります。

特に、匿名によるSNSなどへの誹謗・中傷の書き込みは、大きな社会問題になっていて、中には悲観し自殺する人も見られます。しかし、近頃は、書き込んだ人物を特定し、訴訟を起こすなど、今までは泣き寝入りをしていた被害者も、加害者に立ち向かう姿勢が見られるようになりました。このような世の中なので、被害者にも加害者にもならないためにはどうしたらよいかということ、DVD鑑賞をとおして学習しました。

中学校だと、軽いノリの「いじり」や無視するなどの「いじめ」が人権侵害にあたります。古中からは、このようなことが起こらないよう教職員一同で指導にあたっていく所存でありますので、ご家庭でもお子さんの様子をよく見ていただき、心配なこと、気にかかることがありましたら遠慮なく学校までお寄せ下さい。



～「食育講話」の実施～

6月22日(木)の午後は、全校生対象に江田実徳先生(鮫川村学校給食センター栄養教諭)による「食育講話」を行いました。本校の給食は当センターから提供され、江田先生を中心に毎日美味しい給食が作られ、生徒たちはいただいています。

講話の内容は「朝食」について、朝食をしっかり、バランス良く食べることの必要性の内容でした。

下の表をご覧ください。これは、6月21日(水)の本校生徒の朝食の摂取状況と昨年11月に実施された県調査平均とを比べたものです。朝食摂取率では、本校生徒は、ほぼ全員が朝食を食べてから登校していることがわかります。ところが、朝食に野菜を食べたかどうかでは、県平均を大きく下回っています。つまり、本校生徒の実態をまとめると、「朝食は食べているが、その内容に改善が必要である。」となります。

ご家庭では、バランス良くしっかりとしたものが準備されていると思いますが、「起きたばかりで食欲がない。」「食べている時間がない。」などの理由で、このような結果になっていると予想されます。しかし、朝食をしっかり食べてくることが学校生活の第一歩となりますので、ご家庭でもご指導のほどよろしく願いいたします。「元気に登校、元気に下校」、これが1番ではないでしょうか。

	県中学校 (R4.11)	本校 (R5.6.20)
朝食摂取率	95.5%	99.2%
朝食に野菜を食べた人の割合	58.4%	43.9%

～「1学期末テスト」終わる～

6月19日(月)は、「1学期末テスト」が行われ、日頃の学習の成果が試されました。各教室を回りましたが、どの学年の生徒も真剣に取り組む姿が見られてうれしく思います。生徒のみなさんは自分の実力を発揮できたでしょうか。

特に1年生は、はじめての定期テストということもあり緊張した人も中にはいたことと思います。テスト前の学習だけでなく、当日のテストの受け方からはじまり、テスト中は、問題の量や難易度によってどの問題からやったらよいか、1問にかかる時間配分はどうしたらよいかなど、実際にテストを受けてみないと分からないことや感じることも多いと思います。このような経験を積み重ねて、最後の高校入試に臨むこととなります。



「すべては、入試のため」とは言いませんが、そう言わざるを得ないのも現実としてあり、何か寂しい気がします。本来の学習とは、高校や大学の先にある「自分の夢の実現(なりたいたい自分になる)」のために必要な知識や技能(スキル)、応用力(思考力・判断力・表現力)を身につけることにあります。「なりたいたい自分がようやく見つかったのに、力が及ばずあきらめました。1年生の頃からちゃんと勉強しておけばよかったです。」とならないように、今から学力をしっかり身につけておくことが大切です。

親子料理教室

6月24日(土)に町公民館で、町内小学生とその保護者を対象に、親子料理教室を行いました。町健康管理センターの鈴木栄養士、食生活改善推進員(みらくる会)の方々を講師に招き、天の川そうめん、七夕肉巻き、きらきら七夕ゼリーを作りました。

参加者から「みんなで楽しく料理ができました。」と感想を多くいただきました。

みなさんも夏休みにご家庭と一緒に料理作りを楽しんでみてはいかがでしょうか。



上手に切れるかな?



火を使う時は気をつけてね



作業分担して調理しています



お父さんも真剣です

今年度は12月頃に2回目の親子料理教室の開催を予定しています。日程が近くなりましたら募集いたします。ぜひ、ご参加ください。

館報

ふるど

furudono

第781号

(2023年8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 れあいは、
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

編集 古殿町公民館

電話 53-2305

FAX 53-2500

町民水泳プールからの お知らせ

8月14日(月)は休館せずに開館し、8月31日(木)が振替休館日になります。

また県民の日前日の8月20日(日)は一般無料開放日となります。皆様のご来館をお待ちしております。

町民水泳プール所長

婚活サポーターを委嘱

古殿町婚活サポーター委嘱状交付式、婚活サポートセンター会議が、6月30日(金)、町公民館で行われました。任期は令和6年度までの2年間です。どうぞよろしくお願いいたします。

地区	氏名
上松川	嶋田 啓子
竹 貫	渡邊 太一
竹 貫	常盤 慎太郎
田 口	酒井 峰子
田 口	小澤 嘉則
鎌 田	高木 利栄
仙 石	鈴木 真樹
論 田	藁谷光太郎
上 山上	根本 泰平
上 山上	薄井ヨシ子
下 山上	酒井 稔雄
大久田	坂本 幸治
下松川	鈴木 一広
下松川	鈴木 裕貴

(敬称略)



婚活イベント等の意見交換が行われました



募集

町公民館では、クラフトセミナーの参加者を募集します。今年度は革細工で世界に一つだけのスマホショルダーを作ります。楽しみながら、おしゃれで可愛い作品づくりを行いますので、ぜひ参加してみませんか？

◆日 時 10月11日(水)、18日(水)、25日(水)の全3回
(各回とも、午前10時00分～12時00分)

◆場 所 町公民館

◆対 象 町内成人

◆講 師 古市恵子先生、香野美枝子先生

◆定 員 15名

◆参加費 材料代として、3,000円程度

◆申込期間 8月1日(火)午前9時00分から
※定員になり次第終了します。

◆申込先 古殿町公民館 ☎53-2305

なお、申し込みされるにあたり、全3回参加できる方となりますので、ご注意ください。



第16回 町民ゴルフ大会 出場者募集

町内のゴルフ愛好者が交流する機会です。是非、ご参加ください。

- ◆日時 10月9日(月) スポーツの日
- ◆場所 棚倉田舎倶楽部
- ◆対象 町内居住者、町内に勤務地を有する方または古殿町出身の方
先着72人
- ◆参加費 3,000円(パーティ他)
- ◆プレー費 11,000円(乗車カート・昼食付き・キャディ無し)
- ◆競技 新ペリア方式による18ホールストロークプレー
- ◆申込期限 8月31日(木)まで
1パーティ4人一組で申込みください。
- ◆申込先 町公民館 ☎53-2305



文化芸術鑑賞

ぜひご参加ください

ミュージカル「天使にラブ・ソングを」

超個性的なキャラクターたちが巻き起こすハラハラ・ドキドキのストーリー展開!ゴスペル聖歌、ソウル、ロカビリーなどノリノリのナンバーと全身を突き抜けるようなダンス!ミュージカルの楽しさが全て詰まっている作品です。

- ◆日時 11月23日(木)
午前7時00分出発、午後8時30分頃帰着予定
- ◆場所 東急シアターオーブ(渋谷ヒカリエ11階)
- ◆対象 町内成人 先着18名
- ◆参加費 15,500円
※チケット代のみ
※参加費を申込期間に町公民館に持参下さい。
- ◆申込期限 8月7日(月)午前9時~10日(木)午後4時まで
18名の申し込みにて締め切ります。
- ◆申込先 町公民館 ☎53-2305

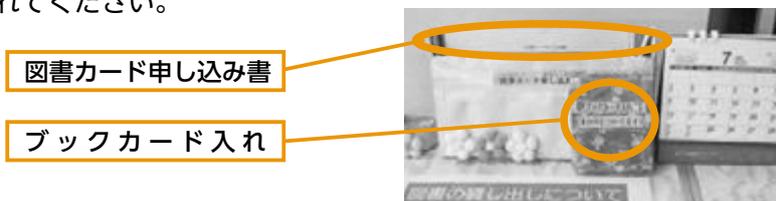


図書館だより

はじめて借りる方へ

今回の図書館だよりでは、まだ、本を借りたことがない方向けに、本を借りる際に必要な手続きについてご案内します。

- ① 図書利用カードを発行する
本を借りるには、図書利用カードが必要です。
「図書カード申し込み書」に必要事項を記入のうえ、職員にお申込みください。
- ② ブックカードを「ブックカード入れ」に入れる
借りたい本をえらんで、本の最後のページについているブックカードに、図書利用カードの番号を記入して、「ブックカード入れ」と書かれた箱に入れてください。



以上で本を借りる手続きは終了です。図書館をぜひご利用ください。

新着図書案内

【開館時間】 平日 8:30 ~ 17:15
日曜日 10:00 ~ 16:00

※本を借りる時は5冊まで、2週間以内に返却してください。

図書名	著者名	図書名	著者名
ほんとうの心の力	中村 天風	ぼけの壁	和田 秀樹
おふとんかけたら	かがくい ひろし	ハンセン病最初の女性医師	武田 房子
運命を拓く	中村 天風	ウクライナ戦争	小泉 悠
どろぼう猫のおやぶんさん	小松 申尚 かのう かりん	宗方姉妹	大佛 次郎
やるき1%ごはん	まるみキッチン	はっきよい畑場所	かがくい ひろし
CHAT GPT	古川 渉一 酒井 麻里子	ずぼらさんの作り置き	い ち
認知症の親を介護している人の子ことを守る本	西村 知香	めざめ	赤川 次郎
ルポ食が壊れる	堤 未果	パリジェンヌのように少ないものモノで	米澤 よう子

英会話教室前期、無事修了



▲ アルファベット練習中



▲ ブーフーウーゲーム



▲ 素敵なサンキューカード完成

5月25日(木)から始まった小学生向け英会話教室(低学年の部)は今年も無事に修了することができました。今年は第1回『きもち』、第2回『数・アメリカ』、第3回『サンキューカードづくり』、第4回『曜日・オーストラリア』、第5回『まとめ』というテーマで全5回活動をしました。こども園の時から一緒に英語活動をしている子どもが多かったので、自己紹介がスラスラ言えたり、数の言い方を1~10まで覚えられたりと、今回はより子ども達の成長を感じることができました。小学校での英語学習に加えて、こうしてたくさん英語や海外の文化にふれる活動をすることによって、多様な言語や異文化に興味を持ったり、臆することなく自己表現していけたりと、自分の世界を広げることにつながっていったらいいなと思います。



▲ トリプルビンゴ!!



▲ アルファベットを並べられるかな?



▲ 修了おめでとう!!

ワークシートはもう紙じゃない!?

小学校や中学校ではICT教育の指定校になって3年目となり、授業におけるタブレット端末の活用もごく自然な風景となりました。GIGA(ギガ)スクール構想として全国の教育現場でICT機器活用に力を入れ始めて数年、コロナ禍の影響もあり、全体的に順調に進んでいるのではないかと思います。古殿小学校では1年目と2年目の経験を経て、今年度はノートや文房具のようによりツールとして活用しようと試んでいます。

写真は4年生の国語の授業で、お話の内容から自分の考えをまとめ、ワークシートに書き込んでいるところです。なんと!ワークシートは紙ではありません。このようにすることによって資源の節約になるほか、教職員の教材準備の時間を他の時間に有効活用することができます。また、電子黒板を使えば児童の考えをクラス全体に共有することが容易にでき、アプリを使えば先生は教室を歩き回らなくても児童1人1人の画面を自分の端末で確認して適宜指導することもできます。情報リテラシーや管理の問題など課題もありますが、少しずつ足並みをそろえてみんなで成長していければと思います。



▲ 場面の違いを捉えて、、、



▲ 操作もスムーズ!

太鼓フェスティバルに出演してきました！

古殿に来てすぐの頃から、奥州ふるどの流鏝馬太鼓保存会に所属しています。流鏝馬太鼓保存会は、「古殿の伝統である流鏝馬を音楽で表現しよう」、「祭りに華を添えよう」と結成され、現在は中学生2名、大人12名の計14名で活動しています。稽古は毎週2日、月曜日と木曜日に行われ、町内外でのステージに向けて日々鍛錬しています。

6月18日(日)には、郡山市のユラックス熱海にて開催された「ふくしま太鼓フェスティバル」に出演させていただきました。出演団体14組、観客1,300名という大舞台上で、躍動感ある流鏝馬をイメージした演技を披露しました。太鼓はそれぞれの地域の伝統文化が表現されているのも魅力の1つだと思います。流鏝馬太鼓の曲は、軽快なリズムに乗って、矢を射るような振り付けが印象的です。この太鼓が古殿の地域文化に興味を持つきっかけに繋がるよう、保存会のみなさんと継承していければと思います。

現在は8月5日(土)の憩いの森フェスタ、そして10月の古殿八幡神社例大祭に向けて、稽古に励んでいます。流鏝馬太鼓を見る機会があれば、是非打ち手の表情や振り付けなどにも注目してお楽しみください！



▲ステージを終えて

花植え活動に参加しました

6月上旬、中学校の花植え活動に参加しました。活動の2日前に、用務員の小林さんと心の教室相談員の遠藤先生と一緒に校内に花を植えるお手伝いをしました。ほぼ全員の先生が中体連に参加する生徒と一緒に外出していたので、時間を有意義なことをして過ごしました。この作業が終わるまでにほぼ1日かかりました。疲れましたが、初めて花の植え方を学ぶことができ、満足な気持ちになりました。

生徒たちとの花植え活動では、古殿中学校へ向かう坂道脇に花を植えました。生徒たちは、植栽の穴を掘ったり、肥料をまいたり、花に水やりをしたり、掃除をしたりするなど、それぞれの活動に熱心に取り組んでいました。ある生徒から英語で「ミミズと肥料は英語でなんて言うの?」などの質問を受けました。英語では、ミミズは「earthworm」、肥料は「fertilizer」とであると教えました。

私は学生時代に植樹しか経験したことがなく、花植え活動に参加するのは初めてでした。花を植えながら生徒たちとお話するのはとても楽しい時間でした。先生方や生徒たちのご協力により、学校がきれいな花で彩られました。



▲生徒たちは3つのグループに分かれました。私は2年生に加わりました。花を植えるのに約1時間半かかりました。



▲生徒はコトと水の入ったペットボトルを持参し、笑顔で花を植えました。



6月27日(火)、トレーニング講習会を行いました。20代から70代の男女8名が参加し、トレーナーからトレーニング方法について説明を受けました。

講習会風景



説明の前に、現在の自分の体を知るために、『In Body』というスペシャルな体組成計で計測を行いました。その結果をもとに、運動の効果や継続していくことの大切さについてトレーナーから話がありました。



続いて、運動室にある運動器具の使い方を教えていただきました。皆さん、「こういう時にはどうしたらいい？」などトレーナーに積極的に質問しており、これをきっかけに運動を続けていこうという意欲があふれていました。講習会を受講された方には、今後、夜間開放日利用時に本人の目的・希望に沿ったトレーニングメニューを提案することもできます。

これからも定期的にトレーニング講習会を開催しますので、今回参加できなかった方、是非ご参加ください。

今後の講習会実施予定

8月29日(火) 9月19日(火) 10月31日(火) 11月28日(火) 12月19日(火)
令和6年1月31日(水) 2月27日(火) 3月26日(火)

[問い合わせ先] 古殿町健康管理センター ☎ 53-4038

8月は「道路ふれあい月間」、 8月10日は「道の日」です

道路は国民共有のもの、つまりみなさんの大切な財産です

●毎年8月(8月1日から31日)は「道路ふれあい月間」です

国土交通省は、身近な存在でありながら普段あまり意識することのない道路について、広く国民の方々にその役割及び重要性を再認識していただくとともに、もっと道路を自分たちのものとして考え活用していただくため、毎年8月を「道路ふれあい月間」と決めました。

「道路ふれあい月間」は、普段道路を利用しているみなさん1人1人に改めて道路とふれあい、道路の役割及び重要性を再認識していただき、さらには道路をいつくしむという道路愛護活動の推進及び道路の正しい利用啓発を図るとともに、道路を常に広く、美しく、安全に利用する気運を高めることを目的としています。毎年8月(8月1日から31日)には各地でさまざまなイベントや運動が行われています。

◎「道路ふれあい月間」はいつ始まったのですか？

「道路をまもる月間」として第2次道路整備5か年計画の初年度である昭和33年に第1回目を実施され、昭和39年(第7回)までは国土建設週間(7月10日～16日)に合わせて7月10日から8月9日までの1か月間としていましたが、昭和40年(第8回)から現行の8月1日から31日となりました。

また、平成13年からは、道路を利用する方々や地域住民の方々等により広く参加を求め、開かれた道路行政を進めるため「道路ふれあい月間」と名称が改められました。

◎8月10日は「道の日」です

道路はみなさんの生活に欠くことのできない基本的な社会資本ですが、あまりに身近な存在のため、その重要性が見過ごされがちです。そこで、みなさんに道路の意義・重要性について関心を持っていただくため、国土交通省は、昭和61年度に8月10日を「道の日」と制定しました。



◎どうして「道の日」は8月10日なのですか？

①大正9年8月10日にわが国で最初の道路整備についての長期計画である第1次道路改良計画が実施されたこと

②「道路ふれあい月間」※(8月1日～31日)の期間中であることなどによります。

(※平成13年度より「道路をまもる月間」から名称変更。)

以上のことから、8月10日は「道の日」になりました。



RIZAP
トレーナーが伝授



みんなで
健康づくり!
チャレンジ!



生活習慣の改善がポイント! 睡眠のお悩み解消法

睡眠に関して何らかの悩みを抱えている人は少なくないと言われています。
朝すっきり起きられなかったり、日中に眠気が襲ってきたり・・・ということはありませんか?
それは、もしかすると睡眠の“質”が原因かもしれません。
今日から実践できる、睡眠の質を高める習慣を厳選してRIZAPが伝授します!

寝る 30 分～ 1 時間前に取り入れよう!
快眠に導くストレッチ

Step ①

【チャイルドのポーズ】

上半身（首、肩、背中、腰）
の筋肉をリラックスさせる。



Step ②

【コブラのポーズ】

腰痛予防や背中
の引き締め効果的。



Step ③

【胎児のポーズ】

内臓の動きを整え、整腸や
お通じの解消にも。



Step ④

【深呼吸（腹式呼吸）】

心身のリラックス。
疲労回復の促進。



まずは動画でフォームを確認



▶ Point!

一つ一つの動きをゆっくり焦らず、深い呼吸で行いましょう。

◀一緒にチャレンジ!

※本動画の視聴期日は 2025 年3月末です。

睡眠の悩みを解消するには？



個人差はありますが、理想的な睡眠時間はおおよそ7時間半といわれています。寝不足を防ぐために自分に合った睡眠時間を取ることが大切ですが、今は交代勤務制で働く方が増えたり、仕事や家事に追われた

りして規則正しく十分な睡眠時間が取れないケースも多くなっています。

そのため、まずは睡眠の時間にこだわりすぎず、睡眠の“質”を高めるように意識してみましょう。

現在の生活習慣を見直して睡眠の質をグッと高めよう！

現在の習慣	影響	睡眠の質を高める習慣
朝食を食べない	生活リズムが整わず、入眠を妨げてしまう 代謝が下がり太りやすくなる	納豆や卵、牛乳など“たんぱく質”を多く含む食材を食べましょう。睡眠の質を上げるホルモンの材料になります。また1日の中で夕食のボリュームを最も少なくすると、朝の食欲UPにも繋がります。
運動習慣がない	入眠のスイッチが入りづらくなる	軽いウォーキング(20～30分程度)などを取り入れましょう。寝る3時間前までに行うのが理想です。
お風呂をシャワーで済ませる	体温変化がなく眠気を感じにくくなる	人は一度上がった体温が下がる過程で眠気を感じます。ぬるま湯で15分程度の入浴をしましょう。
寝る直前に夕食や夜食を食べる	消化活動が睡眠を妨げてしまう	夕食や夜食は、寝る2～3時間前までに済ませましょう。どうしても食事が遅くなる場合は、消化の良いもの(豆腐や納豆、茶わん蒸しなど)がおすすめです。
寝る直前までスマホやTVを見る	光による刺激で覚醒してしまう	寝る前の30分～1時間のスマホやテレビは控えましょう。
睡眠前にお酒やコーヒーを飲む	アルコールやカフェインによって眠りが浅くなってしまふ ※アルコールは寝つきは良くなりますが、睡眠の質を低下させてしまいます。	寝る1時間前にハーブティーでほっと一息つく習慣を作るのがおすすめです。また、コーヒーなどによるカフェインの摂取は寝る7時間前までにしましょう。※カフェインの効きが強い方は午前中までに摂取することがよいといわれています。
休日は昼頃まで寝ている夜更かしをする	体内リズムが乱れ、日中の眠気、夜間の覚醒を引き起こす	決まった時間に寝る／起きるというリズムをつくりましょう。就寝時間と起床時間の中央時刻のズレを2時間以内にすることもポイントです。また、日中の眠気は仮眠でカバーしましょう。仮眠時間は15～20分程度がベストです。仮眠の数分前にコーヒーなどでカフェインを摂取するとスッキリ目覚めることができます。

生活習慣を振り返り、できることから一つずつチャレンジしていきましょう！

寝る30分～1時間前にストレッチを取り入れよう！

ストレッチには心身の緊張をほぐす効果があります。そのため、寝る30分～1時間前にストレッチを取り入れることでリラックスした状態を作ることができ、睡眠の質を高めることができます。またストレッチに

よって血流が良くなることも、寝付きをよくすることに繋がります。ぜひ今回動画で紹介しているストレッチなどを取り入れてみてください。



RIZAP 語録

自分を“1番”大切にできるのは自分だけ

嫌なことがあった時、「イライラ」「モヤモヤ」して自身の生活を疎かにしていませんか？ そんな時こそ自身を労わり、睡眠や食事、入浴を丁寧に。「自分時間」を大切に過ごしましょう！ トレーナー 川元 梨代菜



【問い合わせ先】 古殿町健康管理センター ☎ 53-4038

Copyright © 2022 RIZAP, Inc. All rights reserved.



「ココア」です。
よろしくね!

みんなのひろば



「アスラン」です。
よろしくね!

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。

山叶鉄筋工業の社員の皆さんが草刈りのボランティア



6月9日(金)、山叶鉄筋工業の職員約15名が草刈りボランティアを行いました。雨が降る中でしたが、ライスセンター周辺や旧論田小学校周辺や山叶鉄筋工業沿いの広範囲にわたる道路脇の草を刈りました。

このボランティアは、いつもお世話になっている地元の方に貢献したいとの思いで行われました。

◀ボランティアの様子

おいしい 一皿

生活習慣病予防のための一品

今月の献立 韓国風えのき炒め

1人分の栄養価…16kcal
たんぱく質 0.5g カルシウム 42mg 食塩相当量 0.5g

えのきや糸こんにゃくを使用することで、よく噛む副菜となり満腹感が得られます。

えのき、糸こんにゃくは腸内環境も整えてくれる食材の組み合わせでもありますよ。

暑い季節でもピリ辛の副菜で食が進み、栄養補給できます!

材料 (4人分)

- えのき …………… 2袋
- 糸こんにゃく …………… 1袋
- 刻みねぎ …………… 5cm程度
- 酒…………… 大さじ1
- オイスターソース …… 大さじ2
- コチュジャン …… 大さじ1
- にんにく …………… 少々
- しょうが …………… 少々
- すりごま、のり …… お好みで
- ごま油 …………… 少々

(こども園栄養士 柳沼彩香)



作り方

- ① えのき、糸こんにゃくを食べやすい大きさに切る。
- ② フライパンでえのきを炒める。その間に糸こんにゃくをお湯で軽く洗い臭みを取る。
- ③ えのき、糸こんにゃく、刻みねぎをAと炒める。
- ④ ごま油を回し、完成。

お知らせ



個人事業税の納期のお知らせ

個人事業税とは、事業を営んでいる個人に課税される県の税金です。今年度の第1期分の納期限は8月31日(木)です。県中地方振興局県税部から送付される納税通知書により、納期限までに最寄りの金融機関で納めてください。

また、貯金口座から振替納税をする方法もありますので、御希望の方は納税通知書に同封の貯金口座振替依頼書に必要事項をご記入の上、口座振替を希望する金融機関へ申し出てください。新たに口座振替を申し込まれた場合は、第2期分(11月30日(木)納期限)からの取扱いとなります。

【問い合わせ先】福島県県中地方振興局県税部課税第一課事業税チーム
☎024-935-1251

自衛官を目指してみませんか

< 一般曹候補生採用試験 >

○応募資格 18歳以上33歳未満の者
(32歳の者は採用予定月の末日現在、33歳に達していない者)

○受付期間 7月1日(土)～9月5日(火)

< 予備自衛官補採用試験 >

○応募資格 【一般】18歳以上34歳未満の者
【技能】18歳以上で国家免許資格等を有する者
(資格により年齢上限は53歳未満から55歳未満)

○受付期間 6月1日(木)～9月21日(木)

詳しくは、自衛隊福島地方協力本部ホームページをご覧ください。→



【問い合わせ先】各種採用試験、資料請求などは
自衛隊福島地方協力本部 白河地域事務所
☎0248-24-0372

自衛官募集

くらしに役立つ 情報

Information

町の人口

住民基本台帳人口

6月30日現在(前月比)

世帯数 1,743世帯(-2)

人口 4,703人(-17)

男 2,331人(-6)

女 2,372人(-11)

役場の電話番号

0247-53-3111(代表)

FAX 53-3154

FAX 53-4511

ホームページ

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

Eメール

info@town.furudono.fukushima.jp

- 総務課 53-4611
- 〃 57-8778
- 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
- 健康福祉課 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

8月は食品衛生月間です!

バーベキューは、子どもも大人も楽しめるアウトドアの一大イベントです。バーベキューを安全に楽しむため次のことに気を付けましょう。

- 肉や魚はクーラーボックスに入れ保冷材でしっかり冷やしましょう。
- 生肉や生魚は中までしっかり火を通して、なるべく早く食べましょう。
- 生肉や生魚などを取り扱うトングや取り箸は専用のものを使い、焼いた肉や魚などは清潔なお箸で取り分けましょう。

【問い合わせ先】福島県県中保健所食品衛生チーム ☎0248-75-7821
県中食品衛生協会 ☎0248-75-4128



8月は電気使用月間です

電気安全に心がけましょう

夏は肌の露出が多くなり汗もかくことから、電気がながれやすくなります。

また、暑さによるより注意力が散漫になりがちなため感電事故が多くなる傾向にあります。

【問い合わせ先】一般財団法人東北電気保安協会 白河事業所 ☎0248-22-6066



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

●福島いのちの電話●

悩み苦しみ、助けを求めている方々に寄り添い、支えになることを目的に「福島いのちの電話」は1996年5月18日に設立され、翌年の9月1日に全国43番目のセンターとして電話相談を開局(☎024-536-4343)しました。ひとりで悩まずご相談ください。

地震防災対策の現状調査に係る住民向けアンケート（内閣府）

大規模地震による被害は、主に津波・揺れ・火災に大別されます。それらの被害に対して、避難施設の整備や建築物の耐震化等の対策が進められています。一方で、津波からいち早く避難する意識の徹底や、日頃からの備えの再確認をし、いざというときに迷わず行動できるようにしておくことも、被害の軽減につながります。

この度、内閣府では、今後の防災対策に活かすため、日頃の防災意識や対策等に関する調査を実施します。1人でも多くの方にご回答頂きたく、ぜひご意見をお聞かせください。また、本アンケート調査を通して、皆様1人1人が防災意識を高め、日頃から災害への備えに取り組んでいただけますと幸いです。

○回答フォーム URL <https://en.surece.co.jp/kaiko2023/>

○終了期日 8月31日（木）（予定）

○回答の際、以下の点にご注意ください。

- ・回答は1人1回限りとなります。
- ・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
- ・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。また、記述式の設問は可能な限り具体的にご回答ください。
- ・回答内容は、個人が特定できない形でとりまとめ、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。



【問い合わせ・意見・要望について】内閣府 政策統括官（防災担当）付 参事官（防災計画担当）付

問い合わせフォーム：<https://form.cao.go.jp/bousai/opinion-0067.html>

現場と消防・救急隊との架け橋に！「映像通報システム」の運用が始まりました！

須賀川消防本部では、119番通報した人に災害現場の状況や救急車を必要とする傷病者などの映像をスマートフォンで撮影し、指令センターへ送信してもらう「映像通報システム」の運用を7月3日（月）から開始しました。

【映像通報までの流れ】

音声による119番通報の内容から、視覚的に災害現場や傷病者の状態を確認することが必要と判断した場合にビデオ通報切り替えまでの操作を指示させていただきます。

【映像通報システムでできること】

- 指令センターで火災や交通事故等の現場状況が映像で分かるため、早期に消防隊を増やしたり、消防隊に状況を伝えることができます。
- 応急手当の方法がわからない場合でも、指令センターが送信する動画を見ながら心臓マッサージなどの応急手当を行うことができます！

【ご協力をお願い】

○映像通報システムにかかる通信料は、通報者のご負担となりますのでご理解とご協力をお願いします。

【問い合わせ先】須賀川消防本部警防課通信指令係 ☎0248-76-3111

FAX：0248-75-3917 メールアドレス：shirei@sukagawa119.jp

ひとり親家庭の就職活動をサポートします

福島県県中保健福祉事務所では、ひとり親家庭の方の就職活動を無料でサポートしています。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

○利用時間 平日：9時から17時まで

【問い合わせ先】福島県県中保健福祉事務所 ☎0248-75-7809

「確かな未来」が会社を変える。

中退共 で退職金。
CHU-TAI-KYO

「中退共」は中小企業のための国の退職金制度です。

- ① 国の退職金制度！
掛金の一部を国が助成します。
- ② 外部積立型でラクラク管理！
管理や運用の手間がかかりません。
- ③ 掛金は全額非課税でオトク！
節税に加え、手数料もかかりません。

- パートタイマーさんもお加入いただけます。
- 他の退職金・企業年金制度等との資産移換も可能です。

詳しくは
ホームページをご覧ください

中退共 **検索**

独立行政法人勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部 TEL(03)6907-1234 FAX(03)5955-8211

古殿町公式 SNS をご活用ください！

町では、観光、イベント、やぶさめくんの出演イベントの情報などを下記の SNS にてお届けしています、各種 SNS で「古殿町」と検索しご覧ください。

SNS : ① LINE、② Facebook、③ Twitter、④ Instagram

なお、町施設で Wi-Fi (公衆無線 LAN) も利用できます。併せてご活用ください。

施設 : ① 古殿町役場、② 古殿町健康管理センター、③ 古殿町公民館、
④ 古殿町民体育館 (やぶさめアリーナ)、⑤ 女性若者等活動促進施設
⑥ 古殿中学校体育館



ぜひ
使ってね



SSID : FurudonoFreeWi-Fi

パスワード : furudono

宅地分譲中!!

古殿町では、町が保有する宅地の分譲を下記内容により行っています。
ご希望される方は販売担当までご連絡下さい。

分譲地名 : フォレストタウン上町
所在地 : 石川郡古殿町大字竹貫字上町地内 (旧古殿保育所跡地)
販売区画数 : 6 区画
販売価格 : 3,758,280 ~ 3,881,400 円
販売受付 : 随時受付中
※午前 8 時 30 分~午後 5 時 15 分まで (年末年始、土日祝日を除く)
販売担当 : 古殿町役場 総務課 企画推進係 (☎ 0247-53-4611)



ホームページ

6月届出分

いつまでもお幸せに

氏名	住所
(新郎 駒木 根 諒さん)	仙石字清水
(新婦 小野 茜さん)	竹貫字竹貫

おくやみ申し上げます

氏名	年齢	住所	氏名	年齢	住所
佐藤 トシさん	104	山上字小滝	佐川 文子さん	85	松川字滝ノ平
鈴木 シヅエさん	88	松川字水沼	矢部 幸藏さん	93	大久田字蕨草
水野 邦典さん	74	竹貫字竹貫	岡部 イク子さん	90	山上字山口
久保 木義富さん	86	松川字戸倉内	遠藤 榮一さん	85	山上字五輪平
長久保 金三郎さん	87	山上字高柄木	水野 源一さん	89	大久田字花房
			岡部 ミヨノさん	99	松川字古内
			渡邊 幸子さん	88	松川字横川
			白川 タカ子さん	88	竹貫字上町
			遠藤 シケさん	95	山上字鹿場
			吉田 カネさん	93	田口字西作
			大樂 イツさん	91	田口字久保田
			青柳 正一さん	87	鎌田字長光地
			水野 フヨ子さん	89	大久田字蕨草

●ひきこもりについて悩まず相談ください●

「ひきこもり」は、様々な要因がいくつも複雑に絡み合っている場合があり、自分たちだけで何とかしようと思うと、不安も心労も増えていきます。「ひきこもり」の長期化を防ぐためにも、早めに相談ください。(健康福祉課 ☎ 53 - 4616) また県でも、「福島県ひきこもり相談支援センター」(☎ 024 - 573 - 0866) を設置していますので、悩まず相談ください。相談は秘密厳守で行います。



ひきこもり相談支援センター



8月 暮らしのカレンダー

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
30	31	1	2	3	4	5
		運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	憩いの森フェスタ Ikoi no Mori Festival (14:00~20:30) …町役場駐車場
6	7	8	9	10	11	12
図書館開館日 (10:00~16:00) 医味原医院 (玉川村) ☎ 57-2054	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)		山の日 医やまもと内科 クリニック (石川町) ☎ 26-8311	
13	14	15	16	17	18	19
図書館開館日 (10:00~16:00) 医ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター 医ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	運動室夜間開放日 (17:30~20:30) 医ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333		和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	
20	21	22	23	24	25	26
図書館開館日 (10:00~16:00) 医ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター	乳児相談(9:30~) こども歯科クリニック 1歳6か月児・3歳児健診 (13:00~) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター 離乳食教室 (9:30~) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター 小・中学校 2学期始業式 Elementary and Junior High School 2nd Semester Opening Ceremony 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	
27	28	29	30	31	1	2
図書館開館日 (10:00~16:00) 医大野診療所 (石川町) ☎ 26-2615	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動サポート日 (9:00~12:00) …健康管理センター 運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター		

※医は休日当番医です。

地区名 District name	燃えるごみ Burnable garbage
全地区 All districts	毎週火・金曜日 Every Tuesday and Friday

	地区名 District name	資源ごみ Recyclable garbage	燃えないごみ Non-burnable garbage
A地区	仙石、鎌田、田口 Sengoku Kamata Taguchi	10(木) Thursday 24(木) Thursday	3(木) Thursday 17(木) Thursday 31(木) Thursday
	竹貫、上松川、下松川 Takanuki Kamimatsukawa Shimomatsukawa		
B地区	下山上、上山上、 Shimoyamakami Kamiyamakami	3(木) Thursday 17(木) Thursday	10(木) Thursday 24(木) Thursday
	論田、大久田 Honden Oguta	31(木) Thursday	



ふるどのこども園七夕誕生会 (7月7日)