

① 広報

ふるとの



ふるとの 9

Contents

- | | |
|--------------|----------------|
| 2 憩いの森フェスタ | 10 館報 |
| 4 防災の日 | 16 みんなのひろば |
| 7 町のできごと | 20 ぐらしに役立つ情報 |

2019
No. 445

9

憩いの森フェスタ (8月3日)



フェスタ



サンシャイン池崎さんのお笑いステージ



憩いの森



プア・リリイフラの会



FULLSPO レクダンス



流鏑馬太鼓

8月3日(土)、古里・夢・ふるどの実行委員会、古殿町商工会、古殿町商工会青年部主催の憩いの森フェスタが行われました。今年は、お笑い芸人サンシャイン池崎、どんぐりパワーズの2組が登場し、当日の暑さも吹き飛ばような盛り上がりとのステージとなりました。また、「NHKのど自慢の感動を再び」と題したカラオケ大会も行われ、FULLSPOレクダンス・ヒップホップダンス、流鏑馬太鼓等とともに盛り上がりしました。ファイナールの花火大会では約千発の花火が打ち上げられ、夏の恒例イベントが締めくくられました。



「NHK のど自慢の感動を再び」カラオケ大会



FULLSPO ヒップホップダンス

9月1日は防災の日です。
防災の情報を改めて確認しましょう！

危険度分布のうす紫は警戒レベル4相当！
自ら避難の判断を！

警戒レベル	住民がとるべき行動	市町村の情報	警報等	警戒レベルに相当する 気象庁等の情報	指定河川 洪水予報
5	災害がすでに発生しており、命を守るための最善の行動をとる	災害発生情報 ※可能な範囲で発令	大雨 特別警報	危険度分布	氾濫発生情報
4	・危険度分布の「極めて危険」（濃い紫）出現時には、道路冠水や土砂崩れにより、すでに避難が困難となっているおそれがあり、この状況になる前に避難を完了しておく 速やかに避難 ・危険な区域の外の少しでも安全な場所に速やかに避難	避難指示(緊急) ※緊急的又は重ねて避難を促す場合等に発令 避難勧告	土砂災害 警戒情報	極めて危険 非常に危険	氾濫危険情報
3	高齢者等は速やかに避難 土砂災害警戒区域等や急激な水位上昇のおそれがある河川沿いにお住まいの方は、避難準備が整い次第、避難開始	避難準備・高齢者等避難開始	大雨警報 洪水警報	警戒 (警報級)	氾濫警戒情報
2	ハザードマップ等で避難行動を確認 ・危険な区域や避難場所等を再確認		大雨注意報 洪水注意報	注意 (注意報級)	氾濫注意情報
1	災害への心構えを高める		早期 注意情報 (警報級の可能性)		



*防災気象情報と警戒レベルの対応の詳細については、ホームページをご覧ください。
<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/bosai/alertlevel.html>

古殿町長寿者上位20名

氏 名	年齢	住所
我 妻 ト ミ	102	上松川
永 井 志子	101	上松川
窪 木 セ ツ	101	鎌 田
小 濱 義 久	101	上松川
生田目 タ カ	101	鎌 田
佐 藤 ト シ	100	下山上
青 柳 ツ マ	100	鎌 田
田名部 トメヨ	100	上松川
野 村 タ ケ	99	上松川
矢 吹 サ キ	99	上松川
緑 川 マ サ	99	下山上
小 平 亀 代	98	論 田
瀬 谷 つ や	98	下山上
佐 藤 スミ子	98	上山上
緑 川 キ イ	97	竹 貫
根 本 マサイ	97	上山上
荒 川 ミサエ	97	田 口
小 平 ミ ヨ	97	論 田
薄 井 フ ミ	97	仙 石
本 郷 セ ツ	97	論 田

(敬称略) 住民基本台帳8月1日現在
年齢は9月15日基準

長年にわたり社会の発展に貢献された皆様の長寿をお祝いするとともに、感謝の気持ちを込めて令和元年度敬老会を次の日程により開催します。

式典終了後には、こども園の園児による踊りの披露や、三笠優子さんによる歌謡ショーが行われ、長寿のお祝いをします。

申込みされた方のご来場をお待ちしています。

◇日時 9月14日(土)

式典 午前9時から

演芸 午前9時40分から午前11時30分

◇会場 やぶさめアリーナ
(古殿町民体育館)

◇招待者 本年9月15日で満75歳以上の方

◇問い合わせ先

健康福祉課

☎024715314616

古殿町敬老会

9月14日(土) 午前9時

皆様お誘い合わせのうえご来場ください

古殿町公共工事等の入札結果

「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。

【健康福祉課】

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
旧シルバー人材センター等解体工事	松川字横川地内	解体工事 A=115.17m	7,020,000	R1.10.31	(株)トーホクオカベ 代表取締役 岡部 稔

訂正とお詫び

広報「ふるどの」8月号のP.9「第1回振興計画審議会」記事の審議会委員名簿の一部に誤りがありましたので、下記のとおり訂正し、お詫びいたします。

正 → 古殿町保健協力員会長

誤 → 古殿町保健協力委員長

消防団研修所



◀今後の活躍に期待！

6月20日(木)、消防団員研修所が町公民館で開所しました。研修は新班長、新入団員等17人を対象に全6回の日程で行われ、消防法等の法令や消防団の基本動作、緊急救護、機械器具操作・点検などを学びました。7月12日(金)には閉所式が行われ、分列行進披露の後に白川団長より修了証が手渡されました。

酒井忠男さん(竹貫)に高齢者叙勲



▲左から2番目が酒井忠男さん

7月18日(木)、町役場で酒井忠男さん(竹貫)の高齢者叙勲伝達式が行われました。酒井さんは教職に就き、平成3年3月31日に退職するまでの42年間、永きにわたって学校教育の振興に寄与し、その功績が認められ、今回の瑞宝双光章受章となりました。

警察官父兄会が駐在所を慰問

8月8日(木)、石川地区出身警察官父兄会(我妻良臣会長)が古殿駐在所を慰問しました。この活動は、交通量が増加するお盆に向けて毎年行われています。我妻会長が「古殿町の安心・安全のためにがんばってください」と挨拶し、その後、記念品が贈呈されました。



新・体力テスト実施！

今年も、7月1日(月)より3日間、低・中・高学年に分かれての体力・運動能力・運動習慣の調査を行いました。全国に比べ福島県の体力は、震災の影響で低下していましたが、昨年度よりはほぼ全国水準に回復傾向にあります。本校の昨年度の結果は、低学年が全校平均を下回った種目が多いという課題がありました。特に、反復横跳びについては、大きく下回りました。昨年度の反省を受け、教科体育においては、敏捷性をたかめる運動を意図的に実施するなど取り組んできました。

シャトルラン！6年生男子



バランスを上手に・平均台



児童集会オリエンテーリング

7月16日(火)、夏休み直前、代表委員会の主催で行われました。この集会の特色は、仲良し班(縦割り清掃班)ごとに、様々なミッションに挑戦し、成功(合格)すると、カードをゲットすることができ、最後に集めたカードを並べ替えて意味のある文を見つけるというものです。平均台渡りでは、班長さんが助けても良いなどのルールもあります。音楽室からは、班全員で歌う町民歌が聴こえてきました。今年の正解は、「みんな大好き古殿町」でした。

第1学期終業式

7月19日(金)、68日間の第1学期が終了しました。今年の夏休みは、10連休の影響で短縮され、8月23日(金)が第2学期の始業式となります。

終業式では、児童を代表し3年大樂夏怜音さんが、5つのいっばいに対してがんばったこと、5年代表の高木穂乃さんは、挨拶とメダカの観察をがんばったこと、時間を守ることをもっとがんばりたいと発表しました。

1学期を振り返って！



ガンバレ特設合唱部・太鼓部！



終業式終了後、8月22日(木)に矢吹文化センターで行われる、音楽祭に出場する合唱部・太鼓部の壮行会が行われました。合唱部を代表して遠藤美和さんが、太鼓部を代表して曾根匠真さんが、ベストを尽くしますと力強く決意を述べました。

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

激闘!! 福島県中学校体育大会

令和元年度の福島県中学校体育大会が7月中に実施されました。古殿中学校からは陸上競技、剣道競技、ソフトボール競技、卓球競技、柔道競技の5競技に参加しました。各地区を勝ち抜いた精鋭たちが競う大会ですので、それぞれの会場で熱戦が繰り広げられました。入賞することはできませんでしたが、それぞれの生徒が部活動を通して多くのことを学ぶ機会となりました。3年生は引退となります。ご苦労さまでした。



卓球競技



柔道競技



ソフトボール競技



剣道競技

第45回「玲瓏祭」テーマ 決定!!

10月19日(土)に行われる古殿中学校学校祭「玲瓏祭」のテーマが決定しました。シンボルマークは、夏休み明けに決定となります。どのようなデザインとなるのか楽しみです。古殿中学校は、生徒会本部役員を中心に各生徒が自主・自立の精神をもって企画・運営がなされています。仲間との絆を深め、思い出に残る学校祭を目指していきましょう。

○テーマ 「Times」 ～仲間と過ごした時間～ 3年1組 森 悠妃さん 作

「Times」というテーマには、次のような思いが込められています。

◇中学校生活の3年間はあっという間に過ぎていきます。部活動でのチームメイトや教室でのクラスメイトと過ごした時間がどんなに大切かを改めて思いこのテーマを考えました。

『元気・やる気・本気』の夏休み!!



特設合唱部



特設駅伝部

特設合唱部は8月22日(木)に開催される石川地区小中学校音楽祭に向け、特設駅伝部は9月4日(水)に開催される県南中体連駅伝大会へ向け、夏休み期間中も『元気・やる気・本気』で練習に取り組んでいました。活躍を期待しています。

また、8月27日(火)に開催される石川地区英語弁論大会に向け、暗唱の部に2人、創作の部に1人が、特設合唱部・特設駅伝部の練習や高校の体験入学との調整を図りながら、熱心に練習を行ってきました。

【暗唱の部】 角田 千祥さん (3年) タイトル「Education First ～教育を第一～」

【創作の部】 岡部 絢花さん (3年) タイトル「The Power of Words ～言葉の力～」

国井 優奈さん (3年) タイトル「The Spirit of Mutual Support ～相互支援の精神～」

※なお、開会行事では、2年生の加藤光桜さんが開会の言葉を英語で行います。

中畑清杯争奪女子ソフトボール大会2連覇!!

8月3日(土)・4日(日)にかけて、中畑清杯争奪女子ソフトボール大会が矢吹町で開催され、古殿中学校ソフトボール部は、見事2連覇を達成しました。1回戦から決勝戦までの4試合全てが完封試合という見事な戦いぶりでした。



学校生活の様子を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。

歴史教室

町外研修 ～会津方面～



福島県立博物館にて

7月17日(水)、歴史教室の移動教室を会津方面で行いました。

最初に福島県立博物館を訪れ、度重なる戦乱や災害によって被害を受けながらも復興を成し遂げた興福寺の福島復興祈念展を鑑賞しました。その後磐梯町の慧日寺跡にて、復元された金堂や薬師如来坐像を見学しました。参加者は会津に息づく文化にふれ感銘を受けていました。

悠遊学級～料理教室～

7月24日(水)、町公民館で郡山女子短期大学の先生方を講師に迎え、白身魚のソテーや豆乳スープなど、豪華な料理が完成しました。



長距離選手育成合宿 in 三島町

8月4日(日)から5日(月)まで三島町の森の校舎カタクリにおいて長距離選手育成合宿が行われました。

合宿に参加したのは、中学生の男子11人、女子2人の計13人。

練習は、山道を使った集団走や、美坂高原にて3チームに分かれての駅伝レース、3キロメートルタイムトライアル等を行いました。また、練習後にはスイカ割りや花火で懇親を深め充実した合宿となりました。



練習風景



森の校舎カタクリにて

館報

ふるど

furudono

第734号

(2019年9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



キッズ広場 「お楽しみ会」

編集 古殿町公民館

電話 53-2305

FAX 53-2500

♥ 第3回古殿コン開催 ♥

10月6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」を開催します!!

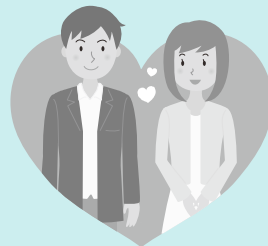
今回は豊國酒造の酒蔵を見学した後、居酒屋はやしにてパーティーを楽しむ約3時間の婚活イベントとなっています。

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おり、ふくしまボンガーズの心強いサポートもあります。みなさんの参加をお待ちしています。

応募方法等、詳細については古殿コンチラシまたは町ホームページをご覧ください。



第45回 さわやか自然塾 半田山ハイキング

半田山は江戸時代に銀山として栄え、中腹の半田沼には多くの伝説が残されています。松林の中を尾根伝いに登って行くと時期によって半田沼がハート型に見えるポイントがあり、頂上では東側に展望が開けるコースです。さわやかな風を感じてみませんか?

参加者募集

日 程 9月28日(土)
場 所 半田山(桑折町、往復約2時間半のハイキングコース)
対 象 町内一般、小・中学生
定 員 25人
参 加 費 小・中学生250円、高校生以上350円
 (保険、入浴料、写真代含む)
 ※昼食は自己負担
申込期間 9月2日(月)～13日(金)まで
申 込 先 町公民館 ☎53-2305



タブレット相談会

タブレット端末の基本操作でお困りのことはありませんか?

内 容 すでにタブレット端末をお持ちで使用経験が浅い方向けの相談会です。参加申し込みの際に以下の点についてお聞かせください。

- ・お持ちの端末の種類
- ・どのようなことを相談したいか 等

日 時 9～10月(全4回)
午後6時～8時

場 所 町公民館
対 象 町内成人(タブレット端末所有者)
定 員 10人

申込期間 9月6日(金)まで

申 込 先 町公民館 ☎53-2305



図書館からのお知らせ

図書館を9月の日曜日も開館します。多くの方々のご利用をお待ちしています。

記

1. 日時 9月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日) 午前10時～午後4時
 ※10月以降の開館日は毎月の館報、ホームページ等で掲載します。



9月は、認知症予防月間です。

もし、家族の様子が変わったら？

「母の様子が気になって受診をしたら、認知症だと診断されました。」おかしいと思ったのは、「あれ・それ」と言って名前がまったく出てこないことだった。一見ただの物忘れのようですがこれは認知症の初期症状です。



認知症と物忘れのちがいは？

数分前のことを思い出せない。日付や曜日が分からない・・・これらは認知症の症状です。認知症を発症する大きな原因は加齢によるもの。一般的なものの忘れは「自分が何かを忘れてる」という自覚がありますが、認知症はその自覚がありません。そのため、自分が認知症であることにも気づきにくいのです。(物忘れは、朝何を食べたか忘れる。認知症は、朝食食べたことを忘れる。)



早期発見のポイント！

日常生活での様子に変化がないかを家族や周囲の人が気づくことが第1歩です。しかし家族に気になる症状が現れても「きっと年のせいだ」「まさか認知症ではないだろう」と思いためらうかもしれません。認知症も病気です。早く見つけて早く対応することが本人にとっても家族にとってもそれ以降の生活に大きな差が生まれます。「何かいつもと様子が違う」と感じたら、すぐにかかりつけ医に相談してください。

古殿町の高齢化率が37%を超えました。町民の約5人に2人が高齢者です。令和7年には、いわゆる団塊の世代が全員75才以上となり、65歳の5人に1人が認知症になるといわれています。若くても発症することがあるこの病気は、決して他人事ではありません。「大切な家族がもし認知症になったら・・・」少し自分に置き換えて考えてみましょう。

認知症になっても、住み慣れた地域で住み続けるためには、地域の方々の認知症に対する理解を得るとともに、その支援が欠かせません。

認知症サポーターで支える 現在古殿町に 570 人



講座を受講した証として
「オレンジリング」を配布

認知症の正しい情報提供を行うとともに、認知症の方や家族を温かく見守り、支援する応援者となる認知症サポーターの養成講座があります。小学校や役場などで毎年行っており、町内のサポーター数は570人となりました。（オレンジリングが目印です。）

みんなの力を町の力に！認知症サポーターに関心がある方へ無料の講座を提供しています。

お申込先：古殿町地域包括支援センター ☎53-4403

認知症初期集中支援チームが支える

認知症になったらもう終わりだという社会意識が強くある為、「認めたくない」という方が多く、本人の強い拒否によって診断が遅れ重症化していきます。サポート医や専門職によるチームで専門医療機関との連携を通して、サポートします。



チーム員会議は、毎月行われます。



げんきでいっかい協議体

町のげんきでいっかい協議体も、みんなで支え合いの仕組みづくりを考え中です！ぜひ、一緒に取り組みたい方は、健康福祉課へお声掛けください。

一人で悩まないで！

相談窓口は、古殿町地域包括支援センター ☎53-4403
古殿町健康管理センター ☎53-4038
古殿町役場 健康福祉課 ☎53-4616



9月8日(日)～14日(土)は救急医療週間です。

厚生労働省では、毎年9月9日を救急の日とし、この日を含む1週間を救急医療週間と定め、全国各地で救急に関する様々な行事を実施しています。

救急車についての理解を深めましょう。



Q 古殿町には何台の救急車があるの？

A 古殿町にある救急車は1台だけです。

Q 救急車で病院に行けばすぐにお医者さんに診てもらえる？

A 救急搬送されても優先的に診療を受けられるとは限りません。病院の判断により緊急度の高い患者さんが優先される場合もあります。

Q 希望した病院に運んでももらえますか？

A 搬送先の病院を自由に選ぶことはできません。かかりつけ医療機関への搬送は考慮しますが、救急隊員が患者さんの病状等を観察して総合的に選定します。

Q 消防署に電話すれば早く救急車が来る？

A 救急車を呼ぶときは「**119番**」に電話してください。消防署に直接電話すると、消防署で聴取した情報を通信指令室に伝えてから出動することになり、救急車の到着が遅くなることがあります。

Q 救急車で病院に行ったら、帰りは送ってもらえるの？

A 救急車は、患者さんを病院へ搬送するまでの行政サービスです。帰りの手段はご自身で確保してください。

Q 近所に迷惑をかけるのでサイレンを鳴らさないで来てほしい。

A 救急車は緊急車両です。その運用については法律で定められており、サイレンを消して救急業務を行うことはできません。

救急車の適正利用をお願いします。



救急車は限りある医療資源です。救急車で病院に搬送された方のうち、約半数の方が軽症と診断され、その日のうちに帰宅しています。本当に救急車を必要としている方が利用できるよう、安易な救急要請は控えましょう。

知っていますか？建退共制度

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づき建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は、事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙を共済手帳に貼り、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

加入できる事業主：建設業を営む方

対象となる労働者：建設業の現場で働く人

掛金：日額310円



★特長

- ◎国の制度なので安全、確実、申し込み手続きは簡単です。
- ◎経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ◎掛金の一部を国が助成します。
- ◎掛金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
- ◎事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

○建退共制度の特例措置のお知らせ

建退共では、地震等により災害救助法が適用された皆様に対し、各種手続の特例措置を実施しております。

☆建退共から事業主の皆様へのお願い

- ・共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付して下さい。
- ・「建設業退職金共済手帳」を所持している労働者が、建設業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するよう指導して下さい。

ホームページ「建退共」に、制度説明用動画、Q & Aなど建退共制度の知りたい情報が記載されています。ぜひ、アクセスしてご覧下さい。

建退共

検索

【問い合わせ先】建設業退職金共済組合福島県支部 ☎024-523-1618

「コアラ」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。

商工会観光部会による草刈りボランティア

7月19日(金)、商工会観光部会による如信上人大網遺跡周辺の草刈りボランティアが行われ、商工会観光部会の10人が参加しました。この試みは、毎年7月に行われているものです。大変暑い中の作業、お疲れ様でした。



ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ3,000万円

(1等2千万円・前後賞各5百万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

9月24日(火)2種類同時発売!

発売期間 9/24(火)~10/18(金)
抽せん日 10/30(金)

公益財団法人福島県市町村振興協会

各1枚 300円



塩の道を解剖します！

古殿町の中心を横切るセンター街は塩の道。昔、車がない時代にいわきの土地と内陸部を結んだ道です。海で採れた塩を運ぶ人々が行き来し商業が栄えたと聞きます。

そんな歴史のある古殿町のセンター街のお店ですが、駐車場や営業時間が分からなかったり、町外の大型商業施設の利用でなかなか町内の方でも使う方が限られるのではないのでしょうか？僕もその一人です。でも使いたい気持ちはあります。きっと多くの方が同じだと思います。なぜなら馬杉スタンプラリーを行い、お店のことをちゃんと紹介すれば、通り過ぎていた人たちが足を止めたからです。

そこで今日の古殿町を創り上げてきた「こんなお店あったんだ！」なお店を、移住者目線で毎月紹介させていただけることになりました！題して「塩の道 解剖図鑑」。以下ボリューム1です！↓



解剖図鑑



移住者が知りたい
「こんなお店あったんだ」な古殿のお店を紹介します！



移住して心配なのは体調を崩した時！フラッと行って親身に相談に乗ってくれるお薬屋さんを知っていると安心ですね。(有)美保薬局 古殿支店 店主の岡部浩子さんにお話を伺いました。

創業は昭和25年。戦後間もなかった当時店主の岡部保(たもつ)さんは、自転車で郡山まで医薬品を仕入れに行き、町内と鮫川村で販売していたそうです。町のみんなの薬屋だったんですね。その後竹貫の現在の場所に店を構えました。また美保薬局の美保と言うのは保さんとその奥さんの美代子さんの名前から取った店名とのこと。

現在はお嫁にきた浩子さんがお店を引き継いでいます。風邪薬などはもちろん、漢方と肌関係に詳しいので、美容のことで相談に足を運んでもらうのも歓迎とのこと。看板犬のアルゴも待ってます！



Vol. 1
(有)美保薬局
古殿支店様

竹貫字竹貫44

TEL 0247-53-2035

営:月～金 9:00～19:00

土・祝 9:00～18:00

休:日曜日



移住者にぜひ紹介したい！オススメ古殿スポットをどしどし募集します！
あなたのおすすめ古殿スポットを地域おこし協力隊 鈴木に教えてください！

9月は健康増進普及月間・ 食生活改善普及月間です！！

《健康増進普及月間の統一標語》

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ

～健康寿命の延伸～

健康寿命

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間のこと

健康寿命を短くしてしまう原因として、脳血管疾患や心疾患などの生活習慣病があります。これらを予防することが健康寿命を延ばすことにつながります。

・・・そのためには

☆適切な運動を習慣化すること

☆塩分控えめやバランスを考えた食事をとること

☆禁煙

ぜひ心掛けてください。



健康寿命を延ばして元気でいきいきと自分らしい生活を送りましょう！

また、食生活改善普及月間では、野菜の摂取量を今よりも増やすことに焦点を当てて、『毎日プラス1皿の野菜+ベジファースト』を目標とした運動を展開します。

大人が1日に必要とする野菜の摂取量は350g以上。でも、足りていないのが現状です。健康寿命を延ばすために、

『食事の一口目は野菜から。今までのメニューに野菜料理+1品』

を意識してみませんか？

※ベジファースト…野菜を先に食べることで野菜摂取量を増やしたり、食べ過ぎ防止にも繋がります！！

あなたも、食改さんになりませんか？

☆食生活改善推進員とは？

食生活改善推進員・通称『食改さん』^{しょっかい}は「食」を中心とした地域の健康づくりの案内役として他の組織の方たちと協力しながら、元気で活力のある健康な町を目指して活動する全国的なボランティア組織です。



古殿町では平成7年に古殿町食生活改善推進員会・通称『みらくる会』が発足され、現在19人の会員で活動しています。各地区で行っている料理教室や、高齢者や子どもとの交流など食改さん自身も楽しめる活動を行っています。

【問い合わせ先 古殿町健康管理センター Tel53-4038】



9月 暮らしのカレンダー

日 SUN	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
1	2	3	4	5	6	7
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 ~ 11:30) 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)	運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	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 ~) …健康管理センター 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	
8	9	10	11	12	13	14
⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	母と子の広場 (9:30 ~ 11:30) 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)	離乳食教室 (9:30 ~) …健康管理センター 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	3カ月児健診・脱臼検診 (13:00 ~) …石川町保健センター	いきいきくらぶ (10:00 ~) …健康管理センター 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	敬老会
15	16	17	18	19	20	21
⑤やまもと内科医院 (石川町) ☎ 26-8311	⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	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)	乳児相談 (9:30 ~) (5カ月児・10カ月児) こども歯科クリニック (13:00 ~) 1歳6カ月児・3歳児健診 (13:00 ~) …健康管理センター 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	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 ~) …健康管理センター 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	
22	23	24	25	26	27	28
⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎ 55-3333	運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	すくすく教室 (10:00 ~) …健康管理センター 納税日: 国民健康保険税 (3期) 運動指導室開放日 (18:00 ~ 21:00)	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)	こども園運動会
29	30					
⑤大竹眼科 (石川町) ☎ 26-4118	母と子の広場 (9:30 ~ 11:30) …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	12日(木) 26日(木)	5日(木) 19日(木)
B地区	下山上、上山上、論田、大久田	5日(木) 19日(木)	12日(木) 26日(木)



憩いの森フェスタ (8月3日)



白河司法書士総合相談センター無料相談のお知らせ

①相談内容

不動産登記や会社登記、相続・遺言、多重債務、少額の裁判、成年後見等に関する法律相談

10月3日(木)・12月5日(木)

時 間 午後5時～午後8時

場 所 マイタウン白河（白河市本町2番地）

11月21日(木)

時 間 午後1時～午後4時

場 所 須賀川市民交流センター「tette（てって）」3階
（須賀川市中町4-1）

※事前に予約をお願いします。緊急を要するものについては、最寄りの相談員を紹介します。秘密は厳守します。

②予約・問い合わせ先

午前10時～午後0時30分、午後1時30分～午後4時
（祝祭日を除く月曜日～金曜日）

☎0120-81-5539

「全国一斉！法務局休日相談所」開設のお知らせ

法務省では、行政サービスの向上を図ることを目的として、全国の全ての法務局・地方法務局において、**10月6日(日)**に統一的に相談所を開設することとし、福島地方法務局においては、次のとおり相談所を開設して地域住民の皆様から日常生活での様々な心配ごと、困りごとの相談に応じます。（相談は予約制）

①日 時 10月6日(日) 午前10時～午後4時

②場 所 福島地方法務局
福島市霞町1番46号（福島合同庁舎）

③内 容 不動産・商業登記の手続き、土地の境界の問題（筆界特定含む）、遺産相続、地代・家賃等の供託、戸籍・国籍の問題、夫婦・家庭内の問題、成年後見、公証に関すること、お年寄り・子どもの虐待、いじめ・体罰問題、セクシャルハラスメント、障がい者の差別問題、風評被害による人権問題など。

※相談は無料で、秘密は守られます。

④相談員 法務局職員、公証人、司法書士、土地家屋調査士
人権擁護委員

⑤相談予約先 福島地方法務局総務課 ☎024-534-1941

くらしに役立つ 情 報

Information

町 の 人 口

住民基本台帳人口
7月31日現在

世帯数	1,757世帯（－1）
人 口	5,219人（－9）
男	2,571人（－9）
女	2,648人（±0）

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
●政策推進室	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

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

令和2年度公益財団法人福島県文化振興財団 正規職員(主事)採用試験のお知らせ

公益財団法人福島県文化振興財団は、指定管理者として福島県文化センター、福島県文化財センター白河館を運営しているほか、芸術文化に関する事業、文化団体への助成事業及び埋蔵文化財の発掘調査業務等を実施しています。この度、下記のとおり正規職員を募集します。

① 採用予定職種及び人員

主事(事務職) 1人

② 勤務予定地

いずれかを予定し、転勤があり得ます。

- (1) 福島県文化センター・財団事務局
(福島市春日町5-54)
- (2) 福島県文化財センター白河館
(白河市白坂一里段86)
- (3) 遺跡調査部
(福島市山下町1-25山下分庁舎)

③ 主な職務内容

勤務課所により(1)～(5)の職務に従事する場合があります。

- (1) 庶務・経理、現金出納等
- (2) 文化センター(文化会館・歴史資料館)の運営・施設管理、企画立案、利用案内等
- (3) 文化センター(文化会館)の舞台運営業務等

(4) 文化財センター白河館の運営・施設管理、企画立案等

(5) 埋蔵文化財発掘調査に関する庶務・経理等

④ 採用予定年月日

令和2年4月1日

⑤ その他

詳細に関しては、ホームページをご確認ください。(福島県文化振興財団で検索)

⑥ 問い合わせ先

公益財団法人福島県文化振興財団事務局総務課

〒960-8116 福島市春日町5-54

とうほう・みんなの文化センター

(福島県文化センター)内

☎ 024-534-9192

FAX 024-534-9196

Mail: office@fcp.or.jp

記念証をさしあげます！

婚姻届・出生届を古殿町役場へ届出された方に、お祝いの記念証をさしあげています。

記念証は、写真見本の2種類からお選びいただけます。本籍や住所の有無にかかわらず町役場窓口係に届出された方が対象です。



おくやみ申し上げます

氏名	年齢	住所
上田 武さん	60	松川字前木
小濱 春男さん	90	松川字古内
高木 秋男さん	64	松川字美沢
矢内 次雄さん	78	竹貫字竹貫
渡邊 トリさん	90	松川字堀越



こんにちは赤ちゃん

氏名・住所・保護者



曲山 ^{りさ} 怜沙ちゃん

大久田字石神
(忍さん、まゆみさん)

憩いの森フェスタ (8月3日)



子どもたちに人気のアニマルジャングルスライダー



白熱した3on3大会



やぶさめくんが射的に挑戦



どんぐりパワーズのお笑いステージ



3on3大会出場者みんなでの記念撮影