

# ふるさと

**ふるさと 9**

Contents

- 2 | 憩いの森フェスタ開催
- 4 | 作ろうマイナンバーカード
- 6 | 町のできごと
- 12 | 館報
- 16 | RIZAPコラム
- 18 | みんなのひろば
- 20 | 暮らしに役立つ情報

マイナポイントを受け取るために必要なマイナンバーカードの申請期限は、  
9月末までとなりますので、早めの申請がおすすめです。

第2弾

マイナンバーカードで  
**マイナポイント**

最大 **20,000** 円分の  
**マイナポイント** がもらえる!

※1回最大  
キャッシュレス  
決済サービスで  
使える!

マイナンバーカードの 取得申請料 5,000円分	健康保険証がなくても 利用できる 7,500円分	マイナポイントが もらえる 7,500円分
--------------------------------	--------------------------------	-----------------------------

デジタル庁 総務省 厚生労働省

**マイナンバーカード申請受付中**



3年  
ぶりに

# 憩いの森フェスタ開催



大道芸人「ちゃむらい」さんのファイヤーパフォーマンス



バランスをとりながらのジャグリング



「HINA」さんのバルーンパフォーマンス



片腕のマジシャン「HAKU」さんのマジックショー

8月6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による憩いの森フェスタが開催されました。今年の憩いの森フェスタは、昨年までコロナウイルス感染症の感染拡大の影響により中止となっていましたが、3年ぶりの開催となりました。

今年は大道芸人の「ちゃむらい」さんが、ディアボロやファイヤーパフォーマンスでステージを盛り上げ、会場では片腕のマジシャン「HAKU」さんやバルーンパフォーマーの「HINA」さんがそれぞれのパフォーマンスで来場者を楽しませてくれました。

また、その他にもプア・リリィフラの会によるフラダンスや古殿レクリエーションクラブによるレクダンス、流鏝馬太鼓保存会による流鏝馬太鼓の演舞、豪華賞品が当たる抽選会も行われました。

最後は、恒例の花火が打ち上げられ、今年の憩いの森フェスタの幕が下ろされました。



素敵なステージありがとうございました！！

### プア・リリィフラの会



癒しを与えてくれるフラダンス

### 古殿レクリエーションクラブ



元気溢れるレクダンス

### 奥州ふるどの流鏝馬太鼓保存会



迫力満点の流鏝馬太鼓のパフォーマンス

# 作ろう！マイナンバーカード！！

マイナンバーカードは、日本国内の住民に割り振られた 12 桁の番号を証明するための顔写真つき  
のカードです。

平成 28 年からマイナンバーカードの交付がはじまり、令和 4 年 6 月末時点で、その普及率は、  
45.3%で、**おおよそ 2 人に 1 人は、マイナンバーカードを持っている計算になります。**

現在、国では住民の利便性向上と行政の効率化、公平・公正な社会の実現のため、令和 5 年 3 月末ま  
でに住民全員がこのマイナンバーカードを持つことを目標に、様々な取組を進めています。

## マイナンバーカードを作ることは義務？

マイナンバーカードは、本人が申請することで作ることができるカードです。作成は義務ではありま  
せんが顔写真付きのマイナンバーカードは、本人確認書類として利用できるほか、以下のようなメリッ  
トがあります。

## マイナンバーカードを作るメリットは何？

- マイナポイントがもらえます **(令和 4 年 9 月末までの申請なら、最大で 2 万円分のポイントが貰えます)**
- 新型コロナワクチン接種証明(電子版)の申請にマイナンバーカードが必要となります
- カード一枚で、本人確認書類になります
- 「e-TAX」(電子確定申告)の利用が簡単になります
- 保険証として利用できるようになります(病院が対応する必要があります)



今後、運転免許証との一体化や各種行政手続きの申請がインターネットからできるようになるなど、  
メリットはどんどん増えていきます。

マイナンバーカードがあれば、複数のカードを持ち歩かなくていいのに！

マイナンバーカードがあれば、簡単に手続きができたのに！

そんな場面に出会うことも増えていくかもしれません。ぜひ、早めに作ってみてはいかがでしょうか。

## 古殿町のマイナンバーカードの申請方法は3つ！

### スマートフォン

- ①スマートフォンで顔写真を撮影
- ②スマートフォンで交付申請書のQRコードを読み取る
- ③申請用WEBサイトで氏名とメールアドレスを登録
- ④申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了！

おすすめ！  
スマホ一つで  
簡単申請！！

### パソコン

- ①カメラで顔写真を撮影
- ②申請用WEBサイトでメールアドレスを登録
- ③申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、顔写真を登録、必要事項を入力して申請完了！

### 郵便

- ①交付申請書に必要事項を記入し、6ヶ月以内に撮影した顔写真を貼り付けて郵送し、申請完了！

#### 交付申請書がない場合

専用サイトから交付申請書がダウンロードできます。

マイナンバーカード総合サイト  
詳しくはこちらをご覧ください  
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

マイナンバーカード



申請が完了したら、1~2カ月後に、「交付決定通知」が届きます。本人確認書類(運転免許証等)と一緒に、申請者本人が役場窓口までカードを取りに来てください。暗証番号(4桁の数字)を決めていただきます。

【問い合わせ先】住民税務課窓口係 ☎53-4618



# 貰おう！マイナポイント！！

マイナンバーカードを使って申込みことで最大 20,000 円分のポイントが受け取れます。申込みにはキャッシュレス決済サービス(\*)が必要です。

※QRコード決済(〇〇Pay)や電子マネー(交通系のICカードなど)、クレジットカードなどのことです。

例えば、スーパーやコンビニなどで使えるnanaco(ナナコ)カードやCoGCa(コジカ)カード、電車に乗る時に使うSuica(スイカ)、などのカードにポイントが貰えます。

最大  
**20,000**円分のポイント



**マイナンバーカードの新規取得で最大 5,000 円分** 注)マイナポイント第1弾に申し込んでいない方が対象です。

マイナンバーカードを新たに取得し、マイナポイントの申込み後、20,000 円までのチャージまたはお買い物をする、ご利用金額の 25% のマイナポイント(上限 5,000 円分)を受け取ることができます。\*マイナポイント第1弾に申し込んでいない方が対象です。

**健康保険証としての利用申込みで 7,500 円分** 順次、利用できる医療機関が増えてまいります。

お持ちのマイナンバーカードを、健康保険証として利用できるよう申込み、マイナポイントの申込みをすればマイナポイントを受け取ることができます。

**公金受取口座の登録で 7,500 円分**

ご自身の預貯金口座を国(デジタル庁)に登録し、マイナポイントの申込みをすればマイナポイントを受け取ることができます。

公金受取口座をあらかじめ登録しておくことにより、今後の緊急時の給付金等の申請において、申請書への口座情報の記載や通帳の写し等の添付、行政機関における口座情報の確認作業等が不要になります。

※マイナンバーカードの申込み期限：2022 年 9 月末

※マイナポイント申込み期限：2023 年 2 月末

## マイナポイントの手続きには

＜準備するもの＞

- スマートフォンかパソコン
- マイナンバーカード
- 暗証番号  
(マイナンバーカードを取得時に設定した数字 4 桁)
- マイナポイントを申請するキャッシュレスサービスの ID とセキュリティコード
- 銀行通帳かキャッシュカード  
(公金受取口座を登録するために必要です)

### 【スマートフォンでの手続き方法】

- ① マイナポイントアプリをスマホにインストール
- ② トップ画面を表示し、ログインする
- ③ パスワード(暗証番号)を入力
- ④ スマホでマイナンバーカードを読み取る
- ⑤ 申し込む施策を選択し、マイナポイントを申込み
- ⑥ マイナポイントをもらうキャッシュレス決済サービスのロゴを選択する
- ⑦ キャッシュレス決済サービスを確認
- ⑧ ID とセキュリティコード ID とセキュリティコードを入力
- ⑨ 利用規約を確認、申込みを完了
- ⑩ 公金受取講座を設定する場合は、口座情報を入力



詳しくは、マイナポイントポータルサイトをご覧ください。  
<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>

【問い合わせ先】総務課企画推進係 ☎53-4611



マイナポイントを貰うためには、  
マイナンバーカードを 9 月末までに  
申し込む必要があります。  
早めに、申請してね！



## 関根トミさんに100歳賀寿



◀左から古山啓子さん、岡部町長

7月15日(金)、役場で関根トミさんの百歳高齢者賀寿贈呈が行われ、関根トミさんの長寿をお祝いして、賀寿並びに記念品等が贈呈されました。

式では、代理でトミさんの娘の古山啓子さんに岡部町長から賀寿とお祝い金50万円が手渡された後、県知事賀寿、老人クラブ連合会長賀寿とそれぞれの記念品も代理贈呈され、古山さんから御礼の言葉をいただきました。



## 令和4年度全国高等学校総合体育大会 出場選手に激励金交付

7月25日(月)、各大会で優勝し、令和4年度全国高等学校総合体育大会に出場した選手の激励会が役場で開催されました。式では、岡部町長からハンドボール競技へ出場する吉田空翔さん(学校法人石川高校3年)、ソフトボール競技へ出場する藁谷若栄さん(帝京安積高校3年)の代理で母の初恵さんに激励金が手渡されました。

2名は、7月23日(土)から開催された令和4年度全国高等学校総合体育大会に出場し、活躍されました。



▲左から渡邊教育長、藁谷若栄さんの母初恵さん(論田)、吉田空翔さんの母真希さん、空翔さん(下松川)、岡部町長、木村副町長

## 中学生陸上競技東北大会・全国大会出場報告会



▲左上から中学校長上野康生先生、渡邊教育長、岡部町長、木村副町長、中学校教諭鈴木雅人先生、小針星砂さん、酒井佑真さん

8月1日(月)、役場で県中体連陸上大会において、男子共通砲丸投で優勝した酒井佑真さんと男子3年100mで4位入賞した小針星砂さんが報告のため役場に来庁しました。

式では、代表して酒井さんが「自己ベストを更新し、上位入賞できるよう頑張ります。」とあいさつし、岡部町長から激励のことばが送られました。

酒井さんは、8月8日(月)に青森市で開催された東北大会と、8月18日(木)から福島市で開催された全国大会に、小針さんは東北大会に出場しました。

## 地域おこし協力隊にエンジェルさんを任命

8月1日(月)、役場にて新たに地域おこし協力隊に任命されたアルバラシン・エンジェル・フェイス・ピアネットさんに岡部町長から委嘱状が交付されました。

町長からは、「北海道での経験を活かして頑張ってください。」と声かけられると、エンジェルさんから「頑張ります」と声がありました。

エンジェルさんは、これまで北海道で5年間ALTとして英語学習の支援をされており、古殿中学校等でも英語教育に携わります。



▲エンジェルさん



▲辞令交付の様子



## 古殿町消防団退職報償金交付式



▲岡部町長、白川団長と退職消防団員とその家族、消防団役員の皆さん

7月28日(木)、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4年3月31日をもって退職された消防団の方々に対し、町長、消防団長、古殿分署長、古殿駐在所員から労いの言葉がかけられ、代表して第1分団分団長を務めた菅井友紀さん(竹貫)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。

### 退職消防団員一覧

菅井 友紀 さん (竹 貫) 第1分団 分団長	佐藤 匡 さん (上山上) 第2分団2部 団員
佐川 良雄 さん (下松川) 第3分団 分団長	野崎 出 さん (上山上) 第2分団2部 団員
中井 総一郎さん (竹 貫) 第1分団1部 部長	薄井 隆倫 さん (上山上) 第2分団2部 団員
本郷 光弘 さん (田 口) 第1分団2部 部長	大竹 信一 さん (下山下) 第2分団3部 団員
白石 一樹 さん (竹 貫) 第1分団1部 団員	鈴木 悟 さん (上松川) 第3分団1部 団員
緑川 淳一 さん (田 口) 第1分団2部 団員	水野 正宏 さん (大久田) 第3分団2部 団員
林 拓摩 さん (田 口) 第1分団2部 団員	岡部 将大 さん (下松川) 第3分団3部 団員
高木 真司 さん (鎌 田) 第1分団3部 団員	矢内 隆夫 さん (下松川) 第3分団3部 団員
小平 龍馬 さん (論 田) 第2分団1部 団員	

## 警察官父兄会が駐在所を慰問

8月4日(木)、石川地区出身警察官父兄会が古殿駐在所を慰問しました。

この活動は、交通量が増えるお盆期間に向けて毎年行われています。佐藤副会長からは、「古殿町の安心安全のためにがんばってください。」と激励の挨拶と記念品の贈呈がありました。



▲左から佐藤富男副会長、円谷隆典巡査長及び奥様のかお里さん、幕田正樹巡査部長、我妻保男理事

## 第1回JBCF古殿ロードレース大会が開催されました



▲ロードレースの様子

7月18日(月)、大久田及び山上地内で第1回JBCF古殿ロードレース大会が開催されました。例年、町内で実施していた大久田ロードレース大会の規模を大きくして、全国で自転車ロードレース大会を開催しているJBCF(全日本実業団自転車競技連盟)主催の大会として実施されました。

300人を越えるプロ・アマチュア選手が集まり、1周12.2kmのコースを7つのカテゴリーに分かれて優勝を目指して行われました。

当日は夏の日差しのもと、完走率が10%未満の難コースとして厳しいレースが展開されました。

皆様お誘い合わせのうえご来場ください

# 古殿町敬老会

9月17日(土) 午前9時～

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4年度敬老会を次の日程により開催いたします。

式典終了後には、元殿様キングスのメインボーカル「宮路オサムさん」による歌謡ショーを行い、皆様の長寿をお祝いする内容となっています。

申し込みされた方のご来場をお待ちしています。  
※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、出席される際には、検温、手指消毒を行い会話の時にはマスクを着用するなど、感染対策の徹底にご協力をお願いいたします。

## 古殿町長寿者上位20名

(敬称略) 住民基本台帳8月1日現在  
年齢は9月15日基準

氏名	年齢	行政区	氏名	年齢	行政区
窪木 セツ	104	鎌田	水野 ウメ	99	上松川
佐藤 トシ	103	下山上	吉田 ウメ	99	上松川
青柳 ツマ	103	上松川	緑川 ヒロ	99	田口
矢吹 サキ	102	上松川	桐生 イ子	98	上松川
緑川 マサ	102	下山上	野木 マツ	98	竹貫
瀬谷 つや	101	下山上	大平 俱子	98	田口
根本 マサイ	100	上山	佐河 とめよ	98	下松川
小平 ミヨ	100	論田	岡部 ミヨノ	98	下松川
薄井 フミ	100	仙石	大樂 光雄	98	竹貫
本郷 セツ	100	上松川	緑川 きみ子	98	鎌田

◇日時 9月17日(土)

式典 午前9時から

演芸 午前9時40分から午前10時40分

◇会場 やぶさめアリーナ(古殿町民体育館)

◇招待者 令和4年9月15日で満75歳以上の方

◇問い合わせ先 健康福祉課

☎0247-53-4616

## 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
農業集落排水施設更新工事 (農業農村施設維持管理事業) (古殿地区) 処理施設・中継ポンプ施設	松川字 新陣場 ほか 地内	処理施設 脱離電動弁N=1.0基ほか 中継ポンプ施設 水中ポンプN=4.0基ほか	35,970,000	R5.3.31	荏原実業(株)東北営業所 所長 古館 敦
道路維持補修工事(町単) 町道 青柳松森線	田口字 松森 地内	延長L=104.0m 幅員W=3.2~6.0m 舗装工A=373.1㎡ 暗渠工L=12.0m	11,220,000	R4.10.31	(有)古殿工業 代表取締役 鈴木 浩
道路維持補修工事(町単) 町道 松久保嶋線	論田字 宮ノ前 地内	延長L=180.0m 幅員W=5.5m 舗装工A=1,071.4㎡ 排水工L=177.5m	14,080,000	R4.11.30	(有)瀬谷工業 代表取締役 矢内 和弥
道路舗装工事 (石油貯蔵施設立地対策等交付金) 町道 才竜内石神線	大久田字 ヲテマ 地内	延長L=40.0m 幅員W=2.4m~2.6m 舗装工A=98.8㎡ 柵工L=40.0m	4,840,000	R4.10.7	(有)鈴木工業 代表取締役 鈴木 清志
古殿町簡易水道事業 水道メーター交換工事	仙石字 清水 ほか地内	量水器交換 N=328.0箇所	3,740,000	R5.3.20	(有)古殿工業 代表取締役 鈴木 浩

(教育委員会)

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
古殿中学校体育館および 町民水泳プール照明設備取替工事	松川字 横川 地内	照明設備取替工 N=1.0式	29,205,000	R5.2.28	車田電気工業(株) 代表取締役 車田 昭



# 《 9月4日（日）～10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。

01

## 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状態を観察して総合的に判断し選定します。

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、消防署で聞いた内容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場合があります。

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おいてください。

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。

02

## 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。



# 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
- ふるさとに誇りを持つ子ども

## 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」

## 児童集会(なかよし集会)

1学期の終わりに、全校児童でなかよし集会を行いました。新入生の歓迎を兼ねて、4月に予定していたこの集会でしたが、新型コロナウイルスの影響により延期して、この時期の実施となりました。1年生を、2年生から6年生があたたかく出迎え、その後、代表委員会が中心となってゲームを楽しみました。古殿小学校では、清掃は縦割り班(なかよし班)で行っています。班に分かれて、体育館では、「猛獣狩りに行こうよゲーム」や「進化じゃんけん」「人間知恵の輪」、教室では、「フィルムケースつみあげ競争」や「ふうせんバレー」「輪投げ」などの7つのゲームを楽しみました。閉会式では、2～6年生で作成したメダルを1年生にプレゼントしました。



## 古殿町の林業を知ろう

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。1学期には、講師として古殿町役場産業振興課の日浦係長が、古殿町の林業についてお話をしました。町内の森林面積や割合、林業に関係のある仕事、町産材の利用などについて学ぶことができました。古殿町への興味や関心がいっそう高まった子どもたちでした。そして、これからも町のことについて、いろいろと調べていこうという気持ちになりました。  
※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。



## 特産物生産所見学学習

3年生は、総合的な学習の時間に、「おざわふあ〜む」さんに出かけました。生産している米やぶどうなどについて、詳しく説明をいただきました。また、クジャクや羊なども見させていただきました。「和(なごみ)の丘」にも登らせていただきました。町の特産物について身近に感じるとともに、理解を深めることができました。



## 福祉について学習

6年生は、総合的な学習の時間に「福祉」について学んでいます。古殿町社会福祉協議会より職員の方にご来校いただき、お話を聞くことができました。「ふくして聞いてどんなことが思い浮かびましたか?」という問いかけから始まり、「福祉の意味」を知るとともに、「古殿町の課題」や「私たちにできること」などについて深く考えました。



## ◆地域の皆様へ◆

8月25日(木)に第2学期始業式を行いました。2学期は、季節が、夏から秋、そして冬へと変わっていきます。本校の児童にとって、実り多い充実した学期にしていきたいと思っております。地域の皆様、保護者の皆様には、変わらぬご支援、ご協力をお願いします。



# 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

## 祝 全国大会、東北大会出場へ！ 県中体連陸上大会

7月5日(火)～7日(木)にとうほう・みんなのスタジアム(福島市)において、県中体連陸上大会が行われ、古殿中学校からは3名の選手が出場しました。

**男子共通砲丸投**に出場した**酒井佑真くん(3年)**は、雷雨のため2時間以上にわたり競技が中断するという難しいコンディションの中、3投目に全国大会出場の標準記録まであと30cmに迫る12m70を記録しました。そして、迎えた5投目。高々と投げ上げられた砲丸はきれいな弧を描いて13mのラインを超えたように見えました。酒井くんも祈るような表情の中、**電光掲示板に13m46の記録が表示され**、会場にも大きな歓声が響き渡りました。**見事に第1位、自己ベストとして全国大会出場を決める一投**となりました。本当におめでとうございます。

**男子3年100m**に出場した**小針星砂くん(3年)**も雷雨のため1日目に予定されていた競技が2日目に順延されるなど、調整が難しい中での競技となりましたが、予選を順当に突破し、**準決勝では追い風参考記録ながら11秒31という自己ベストの記録**を出し、全体のトップで決勝に進みました。決勝ではいつもの走りが思うようにできず、目標としていた全国大会出場の標準記録(11秒20)には届きませんでしたが、**第4位で見事東北大会出場**を決めました。今後の大会で標準記録の突破をめざすことになります。全国大会出場の可能性は十分ありますので、ぜひ頑張ってください。

**女子2年100m**に出場した**矢内優菜さん(2年)**も同様に競技が順延されました。また、初めての県大会ということからの緊張もあり、調整が本当に難しかったと思います。そのような中で、**予選では14秒19という自己ベストを記録し健闘**しました。残念ながら準決勝へ進むことはできませんでしたが、**来年の県大会に戻ってきて、リベンジを果たしてほしい**と思います。

なお、酒井くんと小針くんは8月8日(月)～10日(水)に**新青森県総合運動公園陸上競技場**で行われた東北大会に出場しました。また、全国大会は8月18(木)～21日(日)に**地元福島県**での開催となり、県大会と同じ会場で行われました。



## 授業参観、学年懇談会、ご出席ありがとうございました

お忙しい中、多くの保護者の皆様にご参加いただき、誠にありがとうございました。お子様が真剣に授業に臨む姿勢をご覧いただけたことと思います。

また、学年懇談会では1学期の様子や夏季休業中の過ごし方、情報端末の利用のあり方等について、各学年担当から詳しく話がありました。

【1年1組】 数学科  
 新妻 美紀 教諭  
 圓谷 四郎 町指導員  
 「文字に数を代入した式の値」



【1年2組】 理科  
 砂子田就夫 教頭  
 永瀬 雄太 講師  
 「上皿天秤とメスシリンダーの使い方」



【2年1組】 英語科  
 石川 千春 教諭  
 吉田 忠夫 町講師  
 「不定詞の内容理解と表現」



【2年2組】 社会科  
 深谷 雅人 教諭  
 「江戸幕府の成立と対外政策」



【3年1組】 英語科  
 滝田富喜夫 教諭  
 「英語雑誌の記事の内容理解」



【3年2組】 音楽科  
 小玉 圭子 教諭  
 「クラス合唱曲のパート練習」



### 思春期講座を実施

7月4日(月)に全校で思春期講座を実施しました。講師に町健康管理センター保健師の佐々木みさ子保健予防係長、郡山市医療介護病院の宗形初枝看護部長を招へいし、専門的な立場から男女の性の特質や生命誕生の神秘等についてご講話をいただきました。

思春期まった中の生徒が正しい性の知識を得る上で貴重な機会となりました。



# — ソフトボール教室開講 —

7月29日(金)にソフトボール教室が開講し、今後古殿スポーツ少年団のみんなと一緒に練習に励みます。  
既にそのほか剣道教室、男子・女子ミニバスケットボール教室、卓球教室が開講しており、5つの教室ともに途中参加も大歓迎ですのでお気軽に町公民館までご連絡ください。



みんなで一緒に頑張ります！！

## 第47回 さわやか自然塾

### 猫魔ヶ岳ハイキング

化け猫を退治した伝説が残る猫魔ヶ岳。見事なブナ林が広がる豊かな森を体験することができ、山頂からは磐梯山や会津盆地、飯豊連峰を望むことができます。

秋のさわやかな風を感じてみませんか。

#### 参加者募集

日 程	10月1日(土)
場 所	猫魔ヶ岳(磐梯町、往復約2時間のハイキングコース)
対 象	町内一般、小・中学生親子
定 員	15人
参 加 費	中学生以上550円、小学生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1日(木)～9月16日(金)まで
申 込 先	町公民館 ☎53-2305



館報

# ふるどな

furudono

第770号

(2022年9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

**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



# 第75回 福島県総合体育大会県民スポーツ大会石川地区大会 (壮年ソフトボール大会)

優勝 上松川大石SBC

第3位 下松川アルコース

第3位 鎌田



送りバント成功！！



優勝した上松川大石 SBC

\*\*\*\*\*

7月17日(日)、第75回県民スポーツ大会石川地区大会が、町民運動場、やぶさめアリーナで行われました。今大会は古殿町が開催地のためソフトボール4チーム(上松川大石SBC・下松川アルコース・鎌田・竹貫大黒)、バレーボールは3チーム(仙石、下松川バレーボールクラブ、上山バレークラブ)が出場しました。

壮年ソフトボールでは、上松川大石 SBC が順調に勝ち進み、決勝戦で荒町 A (浅川町) と対戦。上松川大石 SBC の打線が爆発し 9 対 5 で勝利し見事優勝を果たしました。

家庭バレーボールでは、仙石が準決勝で曲木バレーボールクラブ(石川町)と対戦し1対2で惜しくも敗れ3位となりました。

上松川大石 SBC は、8月28日(日)の県中地域大会に出場しました。

\*\*\*\*\*

## (家庭バレーボール大会)

第3位 仙石



ナイスサーブ！！



3位入賞の仙石

## 私が観たいスポーツは、、、

7月初めの6年生の外国語の授業では、スポーツについて勉強しました。昨年東京2020オリンピック・パラリンピックが開催されていたこともあり、まとめとして最後に自分が観たいスポーツについてプレゼンテーションを行いました。生徒達の発表を見ていて思ったことは、選手の幅が多様化しているなどということでした。生徒達が取り上げたアスリートを見ると、野球や卓球など従来人気があるスポーツはもちろんですが、スケートボードやバスケットボールのNBAの選手など多岐にわたり、いろんな選手を知っているんだなと感じました。

生徒達は昨年度からこのようなタブレット端末を活用した授業をしており、加えて高学年であるため機器の操作はだいぶ慣れたものになってきました。その中で今後大切になってくるのが「情報リテラシー」です。持ち帰り学習も増え、家庭内でタブレット端末を使用する姿を見る機会も多くなってきたかと思しますので、この機会にタブレット端末を使うルールやインターネット社会のモラルについておうちでぜひ一緒にお話してみたいと思います。



▲憧れの選手を紹介！

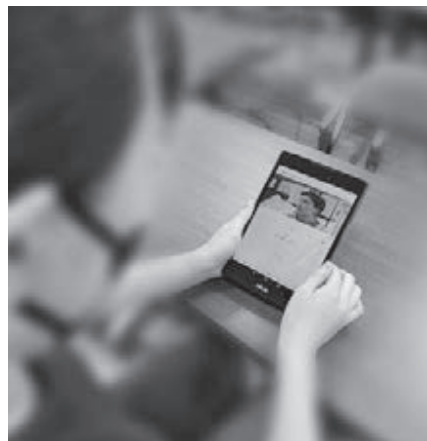


▲プレゼン姿も様になってる！

## 『おとな英会話カフェⅡ』スタート！

6月28日(火)から公民館で大人向けの英会話教室がスタートしました。今年の3月にシーズン1が終わって、なんと早くもシーズン2です！この教室は子ども向けの英会話教室とは違い、より実践的な内容になっています。

第1回目は「はじめまして」をテーマに、私がネイティブの英語話者になりきってリアルなシチュエーションの会話練習に取り組みました。皆さんは突然目の前の人に英語で話しかけられたらどうでしょうか？なかなかスムーズに言葉が出てくるのは難しいと思います。(ちなみに私は東京と京都で外国人になぜか道を聞かれてびっくりしました。笑) 受講者の皆さんも初めての状況に戸惑っていましたが、勉強した単語や文法を組み合わせることで30秒以上会話を続けることができました。後半はトピックトークということで、各自でトピックを決めてそれについてディスカッションをしました。普段なかなか深くじっくり話すことができない、でも気になっているニュースの内容について「自分の意見を話す」+「周りの意見を聞く」ことによって客観的に自分の文化や異文化について考えるきっかけになればと思います。最近は海外から日本への入国制限も解除され、国内でも外国人の方を見かける機会が多くなりましたね。日本では他の諸外国と比べると文法重視の比較的しっかりとした英語教育が浸透しており、知識は十分なのではないかと感じます。「えー英語なんて話せないよー(泣)」と弱気にならずに、自信を持ってどんどん英語を使っていてほしいと思います。



▲英会話教室では学習アプリも活用しています。無料で使えるものも多いので、スマホをお持ちの方はインストールしてみたいと思います。



## 交流スペースで、賑わいづくり

「多世代が気軽に集えるコミュニティスペースをつくろう！」プロジェクトとして、横川地区でプレオープン（仮オープン）している多世代交流スペースは、7月末現在で延 250 名の方にご来館いただきました。みなさん、ありがとうございます。雑談や卓球、勉強、ボードゲーム、打ち合わせなどで、幅広い世代の方にご利用いただいております。また、多くの方にご協力いただきながらイベントも開催しましたので、その一部を紹介させていただきます。

### 百歳体操

町内の集会所などで行われている「百歳体操」を当スペースでもお試し開催したところ、地域の方が 7 名参加してくださいました。「定期開催で運動不足を解消したい」との声が多くあがったため、地域包括支援センターの方々にご協力いただき、8・9 月は月二回開催することになりました。(9月14日(水)・9月28日(水) 両日 10時から11時)



▲大型スクリーンに映る映像をみながら行いました。

### ママたちによるフリーマーケット

こちらは、町内在住のママさんから「フリマやりませんか？」とのご連絡をいただき動き出した企画です。可愛い子ども服やアクセサリ、本、雑貨などが並び、いつもは静かなスペースがカラフルな空間になりました。当日は、近くで農家さんによるマルシェも開催されており、地域全体が賑わいを見せた一日となりました！



▲かわいいショップが誕生！



▲イベントを盛り上げてくれた出店者・サポートスタッフのみなさん

### 草木染め体験会

こちらは、町内在住の洋裁師で、酒袋バッグをはじめとしたアップサイクル製品づくりに取り組まれている豆洋裁店の野崎さんと企画をしました。町内で廃棄されていた「玉ねぎの皮」をお譲りいただき、染料として使用しました。ここでは色味が伝わらないのが残念ですが、とても鮮やかな黄色に染まります。一色で染めても美しいですが、今回は割り箸やクリップ、たこ糸といった身近なものを使った絞り染めという手法で、模様作りを楽しみました！



▲すてきな作品ができました！



▲染液づくりに興味津々！

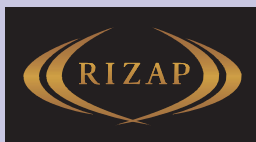
地域に合った憩いの場・コミュニティスペースをみなさんと一緒に創っていきたくておりますので、どうぞお気軽にお立ち寄りください！「こんな場所があったらいいな！」「こんなことをやってみたいな！」を一緒にカタチにしていきましょう！

### 今後のスケジュールについて

開館日やイベントの予定など当スペースに関する情報は館内に設置している掲示板と Instagram でお知らせしております。ぜひ、ご覧ください。



@tsunaya\_space



RIZAP  
トレーナーが伝授



みんなで健康づくりチャレンジ!

9月号より全6回のコラムを掲載します。左下のQRコードを読み取ると、運動など説明付きの動画をご覧くださいませのでチャレンジしてみましょう!

コラム①  
RIZAPxFURUDONO  
Perfect Body Project

# たった10回で 気になるお腹周りがスッキリ! クランチ

筋力トレーニングを始めようと思ったとき、一番取り組みやすいのが腹筋。正しい方法で行うことができれば、下腹部の引き締めや姿勢の改善に繋がります。そんな魅力たっぷりの腹筋を RIZAP トレーナーがこっそり教えます。

10回  
1セット



Step ①

仰向けに寝て、手は頭の後ろに。膝を90度に曲げて地面から浮かせます。

Step ②

息を吐きながらゆっくりとおへそを覗き込むように体を丸めていきます。



Step ③

息を吸いながらゆっくり元の位置まで戻していきます。



◀解説付き  
ワンポイント  
レッスンはコチラ



◀一緒に  
チャレンジ!

▶Point!

反動を使わないようにゆっくりと行いましょう。

※本動画の視聴期日は2024年3月末です。



# 筋力トレーニングの真実



## ● 姿勢改善

皆さんは座っている時どんな姿勢をしていますか？少し振り返ってみましょう。

猫背になっていますか？背もたれに背中を付けていますか？

実は、今挙げた動作はほとんど腹筋が使われず、そこから起こる腰痛も多いです。

腹筋は体のほぼ中心にあり、皆さんの身体を支えてくれる大切な役割を担っています。腹筋を正しい方法で鍛えることで、姿勢改善にも繋がり、正しい姿勢を身につけることができれば、腰痛の改善にも繋がっていきます！

身体の痛みが少なくなれば、仕事にも集中できるようになり仕事効率も UP しますね！



## ● 続きやすく場所をとらない

お腹周りを引き締めたい！筋力トレーニングを始めたいけど、続かかわからない・・・。

そんな方、まずはクランチをやってみましょう！クランチはシンプルな動きでありながら、非常に効果の高い運動です。

正しい動作ができるようになれば、おなか周りの引き締めを感じられることはもちろん、運動にも徐々に慣れていくことができます！

さらに、クランチは道具も必要ないため、自宅でも気軽に行うことができます。

## ● RIZAP 語録 ●

### なりたい、最高の自分に

常に「なりたい自分、最高の自分」を心の中でイメージして、自分を鼓舞するように心の中で叫び続けてください。意思を強く持ち続けることが一番の“原動力”になります。

トレーナー 今西 雅也



【問い合わせ先】 古殿町健康管理センター ☎ 53-4038

Copyright © 2020 RIZAP, Inc. All rights reserved.

「アスラン」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。

## おいしい 一皿

## 生活習慣病予防のための一品

### 今月の献立 揚げ若鶏と夏野菜のエスカベッシュ

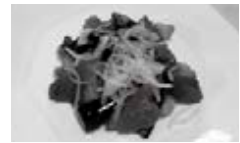
1人分の栄養価…315kcal (在宅管理栄養士 吉田かいで)  
たんぱく質11g カルシウム22g 食塩相当量0.8g

#### 材料(1人分)

- 鶏モモ肉 …… 50~65g
- でんぷん …… 10~15g
- 塩・こしょう・酒
- 米油 …………… 12g
- パプリカ …………… 10g
- 玉ねぎ …………… 15g
- かぼちゃ …………… 15g
- ピーマン …………… 5g
- なす …………… 15g
- (酢…5g しょうゆ…6g)
- 砂糖…5g

#### 作り方

- 1 鶏もも肉は、1人3切れの一口大斜め切りにし、塩、酒、こしょうを振りかけておく。でんぷんをつけて揚げる。
- 2 パプリカ、ピーマンは食べやすい大きさの乱切り、かぼちゃは薄いくし切り、なすは縦半分に切り乱切りにする。油で、パプリカ、ピーマン、なすの順にさっと揚げ、最後にかぼちゃを揚げる。
- 3 玉ねぎは薄いくし切り、塩で軽くもみ、水でさらしてから軽く絞っておく。
- 4 ( )の調味料火にかけ砂糖が溶けたら火を止め、2・3の材料を加えて味をなじませる。
- 5 皿に1の鶏肉を盛り4をかけてできあがりです。



\*鶏肉は一口大にすることで揚げた野菜や甘酢の調味料とからんで食べやすくなります。パプリカの赤、ピーマンの緑、かぼちゃやなすをそれぞれに油で揚げているので色彩もきれいで食欲をそそります。お酒の肴にもぴったりです。

## 9月は世界アルツハイマー月間です

国際アルツハイマー病協会は、世界保健機関と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。

### 認知症と共に生きる時代が来ています

【認知症とうまくつきあうために】

認知症の正しい知識を得よう



制度を知り活用しよう



1人で抱え込まない



仲間と支援者を探そう



社会や地域とつながろう



家族で話し合っておきましょう



#### 相談窓口

古殿町地域包括支援センター  
☎0247-53-4403 月曜日～土曜日  
福島県認知症コールセンター  
☎024-522-1122 月曜日～金曜日

古殿町役場健康福祉課  
☎0247-53-4616 月曜日～金曜日



## 商工会観光部会による草刈りボランティアが行われました

7月13日(水)、町商工会観光部会の皆さまによる如信上人大綱遺跡周辺の草刈りボランティアを実施されました。この取組は、毎年7月に実施されております。暑い中の作業、ありがとうございました。

左奥から常盤栄一さん(竹貫)、渡邊民一さん(仙石)、矢内一夫さん(竹貫)、木戸久康さん(田口)、▶ 瀨谷幸雄さん(竹貫)  
左手前から林廣さん(下山上)、根本源二さん(竹貫)、矢吹卓也さん(竹貫)、鈴木一美さん(下松川)





# 宝くじ公式サイトでも 宝くじを購入できます!!

宝くじ公式サイト注册会员になると、お得で便利に宝くじの購入ができます!



## 特典1 たまる!つかえる!宝くじポイント

宝くじを購入すると、  
100円につき1ポイントの  
宝くじポイントが獲得できます。



宝くじポイントは、1ポイント1円として、  
宝くじ公式サイトや宝くじ売り場で  
つかえます!



## 特典2 購入~受取までネットで完結!

原則1年中、24時間いつでも宝くじの購入ができます。  
ジャンボ宝くじ等の普通くじの購入もできます!  
宝くじの購入にはクレジットカード決済またはキャリア決済がご利用いただけます。



抽せん結果も宝くじ公式サイトで簡単に確認できます。  
当せん金は、登録した受取口座に自動でお振り込みするので、とっても便利!



## 特典3 宝くじ会員限定のキャンペーンに参加できる!

他にも!



お得な特典や便利な  
サービスいろいろ!

まずは宝くじ会員に今すぐ登録!!



宝くじの収益金は、私たちの街の公共事業等に役立てられます。

本件に関する  
お問い合わせ先

宝くじコールセンター

TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) TEL 011-330-0777 (有料)

## お知らせ



### あつまれ未来の消防士！！第12回 消防ふれあいデー

「なくそう住宅火災 未来につなげよう大切な笑顔」

**【日時】** 10月8日(土) 12時から14時まで  
(予備日: 10月16日(日) 12時から14時まで)

**【会場】** イオンタウン須賀川 駐車場(須賀川市古河105番地)

#### 【イベント内容】

- |            |                 |
|------------|-----------------|
| (1) 消火器体験  | (6) 消防あるあるクイズ   |
| (2) 応急手当体験 | (7) はしご車展示・記念撮影 |
| (3) 地震体験   | (8) 防災用品展示      |
| (4) 煙体験    | (9) スタンプラリー     |
| (5) 消防隊体験  | (10) 電気コーナー     |

★各コーナーを体験し、スタンプラリーを達成すると、消防グッズがもらえるよ！

★はしご車をバックにあこがれのレスキュー隊と記念写真を撮ろう！

★非常食がもらえます。

#### 【その他】

●悪天候または災害が発生した場合には、10月16日(日) 正午～午後2時へ変更となる場合があります。

●非常食とスタンプラリーの景品には限りがありますので、ご了承ください。



#### 【問い合わせ先】

須賀川地方広域消防本部 予防課 ☎0248 (76) 3114

### 令和4年度神経系疾患患者医療相談会・交流会

**【日時】** 10月12日(水) 13:30～15:30

**【会場】** 福島県県中保健福祉事務所 大会議室

**【対象者】** 神経系疾患患者

**【内容】** 誤嚥性肺炎について医師と医療技師からの講話。患者様同士の交流。

**【申し込み先】** 県中保健福祉事務所 健康増進課 に電話(☎0248-75-7815)もしくはFAX(0248-75-7824)

**【申し込み期限】** 9月28日(水)

**【問い合わせ】** 県中保健福祉事務所 健康増進課(☎0248-75-7815)

**【その他】** 新型コロナウイルス感染症の発生状況により開催を中止する場合があります。



※患者様に送付予定のチラシに関しては管内市町村に後日メールにて送付いたします。

#### ●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。

## 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(前月比)

世帯数 1,735世帯(+15)

人口 4,817人(+8)

男 2,382人(+3)

女 2,435人(+5)

#### 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](mailto: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

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



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



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古殿中学校校体育館

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：10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

### 7月届出分



## こんにちは赤ちゃん



くぼき りき  
 久保木 理貴くん  
 松川字戸倉内  
 (一貴さん、沙織さん)



## おくやみ申し上げます

氏名	年齢	住所	氏名	年齢	住所
竹 拔 光 三さん	90	竹貫字千足	薄 井 ス ミさん	89	仙石字湯ノ口
加 藤 藤 枝さん	94	山上字四在家			

### ●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



# 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
28	29	30	31	1	2	3
				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 (18:00～21:00)	
4	5	6	7	8	9	10
図書館開館日 (10:00～16:00)  ⑤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		運動サポート日 (9:00～12:00) …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  3か月児健診・ 脱臼検診(13:00～) …石川町保健センター	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 (18:00～21:00)	
11	12	13	14	15	16	17
図書館開館日 (10:00～16:00)  ⑤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	こころの相談 (9:00～11:30) …健康管理センター  運動室夜間開放日 (18:00～21:00)	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 (18:00～21:00)	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 (18:00～21:00)	敬老会 (9:00～) …やぶさめアリーナ
18	19	20	21	22	23	24
図書館開館日 (10:00～16:00)  ⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎55-3333	敬老の日  ⑤添田医院 (石川町) ☎26-2538	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 (13:30～) …健康管理センター  運動室夜間開放日 (18:00～21:00)	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 (18:00～21:00)		秋分の日  ⑤ひらた中央病院 (平田村) ☎55-3333	
25	26	27	28	29	30	1
図書館開館日 (10:00～16:00)  ⑤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  〈納税日〉 国民健康保険税(3期)		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 (18:00～21:00)	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	

※⑤は休日当番医です。 ※新型コロナウイルス感染症対策により、事業が変更になることがあります。

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	8日(木) 22日(木)	1日(木) 15日(木) 29日(木)
B地区	下山上、上山上、論田、 大久田	1日(木) 15日(木) 29日(木)	8日(木) 22日(木)



憩いの森フェスタ (8月6日)