

広報 ふるさと かみ

古殿町二十歳を祝う会

2026
No.522

2



カルドハ 2

Contents

- | | |
|----|--------------------------------|
| 2 | 令和8年古殿町二十歳を祝う会 |
| 4 | 古殿町ふるさと応援大使桐生順平選手SG第40回グランプリ優勝 |
| 5 | 古殿町消防団出初式 |
| 6 | 田のできごと |
| 10 | 館報 |
| 16 | みんなのひろば |
| 18 | くらしに役立つ情報 |

令和8年古殿町二十歳を祝う会

1月11日（日）、町公民館で二十歳を祝う会が行われ、二十歳になった37名が出席し、大人としての一歩を踏み出しました。

出席者一人ひとりの名前が読み上げられ、代表して野崎真由美さん（上山上）、佐川純さん（大久田）に岡部町長から二十歳の証書と記念品が贈されました。また、誓いのことばを角田涼芭さん（竹貫）が述べ、二十歳を迎えた方からの記念品が坂本秀彦さん（田口）から岡部町長へ手渡されました。

終了後、記念行事「二十歳の誓い」が二十歳を祝う会実行委員会主催で行われ、出席者一人ひとりがステージ上で近況報告と抱負を発表しました。

晴れ着に身を包んだ出席者は、久しぶりに会う友人や恩師と写真を撮ったり、話に花をさかせたりしながら楽しんでいました。

誓いのことば

本日は、二十歳を迎えた私たちの門出に、このような盛大な会を開催していただき、誠にありがとうございます。

そして町長様、町議会議長様並びにご来賓の方々からのお祝いと励ましのことばをいただき、参加者一同、心より御礼申し上げるとともに、参加者を代表し、誓いのことばを申し上げます。

今日、私たちがここに集い、笑顔で「二十歳を祝う会」を迎えることができたのは、私たちを支え励ましてくださった恩師や地域の方々、そして今日まで温かく見守ってくれた家族のおかげです。



学生として励んでいる者、社会人として働いている者、それぞれが異なる環境に置かれながらも、この古殿町でこの日を迎えることができたことに、心から感謝しています。これからは、これまで受けた恩に報いるため、模範となる社会人を目指していきたいと思います。

私は現在、短期大学で保育について学んでおり、将来は、子どもたちの成長に寄り添い、夢や未来とともに育む保育者になることを目標に、日々努力を重ねています。そして、地元に貢献したいという強い想いから、公務員試験に挑戦し、このたび合格することができました。

今年からは、子どもたちと関わる仕事をさせていただく予定です。生まれ育ったこの古殿町で、未来を担う子どもたちと共に過ごし、地域の力となれるに大きな喜びと責任を感じています。

これまで支えてくださった皆さまへ恩返しができるよう、1人ひとりに寄り添い、温かく愛情あふれる保育を実践できるよう努力してまいります。

私たちは小学校入学前に東日本大震災を経験し、中学校卒業前にはコロナ禍を経験するなど、数々の困難を経験してきました。

当たり前と思っていた日々が一瞬で変わる中で、支え合うことの大切さ、人と人がつながる温かさを、参加者全員が強く実感したことだと思います。この経験を忘れず、与えられた環境に感謝しながら、どんな時も前を向いて歩んでいける大人でありたいと感じております。

本日、生まれ育った古殿町で「二十歳を祝う会」を迎えられた喜びと感謝を胸に、社会の一員としての自覚と責任を持ち、そして古殿町の未来を担う1人として、より一層精進してまいります。

最後になりますが、まだまだ未熟な私たちに、今後とも変わらぬご指導・ご鞭撻を賜りますよう、お願い申し上げます。

本日は誠にありがとうございました。

令和8年1月11日
参加者代表 角田涼芭



▲二十歳の証書と記念品を受け取る佐川純さん（左）、野崎真由美さん（右）



▲記念品を贈呈する坂本秀彦さん



▲二十歳の誓い



▲素敵な笑顔の数々

令和8年 古殿町二十歳を祝う会に出席された人数

上松川区	6名	竹貫区	3名	田口区	2名	鎌田区	5名	仙石区	1名
論田区	1名	上山上区	7名	下山上区	2名	大久田区	4名	下松川区	6名
男 19名					女 18名 計 37名				

古殿町ふるさと応援大使 桐生順平選手 SG 第40回 グランプリ優勝



▲表彰式

12月16日（火）から住之江競艇場（大阪府）で行われた「SG 第40回グランプリ」にて桐生順平選手（下松川出身、埼玉支部所属モーターボートレーサー）が優勝されました。

SG優勝は2024年の「SG第71回ボートレースダービー」以来5回目、グランプリ優勝は2017年以来2回目となります。

他艇の攻めをゆるさない圧巻のレース▶



温かいご支援をいただきました

12月26日（金）、桐生順平選手より100万円のご寄付をいただきました。今回頂戴致しましたご寄付は「みんながいつも元気でいられる活気あふれる町」の実現のために活用させていただきます。ありがとうございました。

〈2025年のご活躍〉

グレード	開催名	結果
SG	第40回グランプリ	優勝
G1	戸田プリムローズ開設69周年記念	優勝
G3	長府製作所杯	優勝
一般	第6回清酒赤城山 近藤酒造杯	優勝
一般	第55回埼玉選手権・スポーツニッポン杯争奪戦	優勝

写真提供：公益社団法人日本モーターボート選手会

吉殿町消防回出初式

1月11日（日）、吉殿町消防団出初式がやぶさめアリーナで行われ、消防団員142名が参加し、今年1年の無火災への誓いを新たにしました。

通常点検を行い、岡部統監から「良好でした」と講評訓示後、矢内団長が訓示を述べました。

式典後、消防車両によるやぶさめアリーナからおふくろの駅までの間でパレードを行い、防火を呼びかけました。



▲▶パレードで防火を呼びかける岡部統監、矢内団長、消防団員



▲通常点検

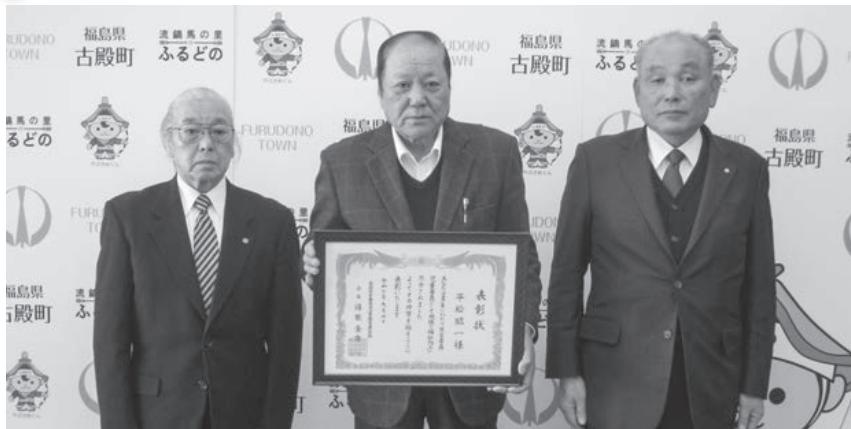


▲式典の様子

2025年度 全国統一防火標語

「急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし」

永年勤続民生委員・児童委員 表彰受賞報告



▲左から会長の鈴木一美さん（下松川）、平松昭一さん（大久田）、岡部町長

12月16日（火）、平松昭一さんが長年に渡る民生委員・児童委員の活動に対して、全国民生委員児童委員連合会会長から表彰を受けたことを岡部町長へ報告しました。

今回の表彰は、民生委員・児童委員として、10年以上在職し地域の福祉向上に寄与した方に対して贈られるもので、長年の活動が認められたことによるものです。

藁谷菊治さん（論田）から 門松の寄贈

12月26日（金）、藁谷菊治さんがご自身で製作された正月飾りの門松を寄贈いただきました。

藁谷さんの門松の寄贈は、今年で6年目になります。役場正面玄関前とおふくろの駅に飾らせていただき、多くの人の目を楽しませてくれました。

立派な門松（左：おふくろの駅、右：役場）▶



ふるどのこども園 餅つき会

12月16日（火）、こども園で餅つき会が行われました。

インフルエンザが流行していたため組ごとの餅つきになりましたが、園児たちは、臼に入った餅を一生懸命につき、見ている園児も、餅つきの歌を歌って楽しみました。

他にも蒸かしたてのおこわを食べたり、自分たちでついた餅を手で触り感触を楽しんだり、鏡もちを作ったりと園児たちは日本の文化に触れていました。



▲餅つき



ふるどのこども園 クリスマス会

12月22日（月）、クリスマス会が行われました。

サンタさんが登場すると園児たちは大興奮。1人1人にサンタさんからプレゼントが手渡されるととても喜んでいました。

会ではサンタさんに質問したり、クリスマスの歌を歌ったり、手品をみたりと楽しみました。

◀サンタさんと一緒に

2月は全国生活習慣病予防月間です

一無、二少、三多で生活習慣病を予防しましょう！



“一無”「無煙・禁煙のすすめ」たばこは万病のもと。
 “二少”「少食・少酒のすすめ」食事は腹八分目、アルコールはほどほどに！
 “三多”「多動・多休・多接のすすめ」今より10分多くからだを動かし、
 しっかり休養を！多くの人、事、物に接しイキイキした生活を！

少酒のすすめ～からだにやさしいお酒のたしなみ方～

さまざまな生活習慣病がアルコールと密接に関わっていて、過度の飲酒を長く続けると、多くの病気が誘発される可能性が高まります。もっとも怖い病気がアルコール健康障害（依存症）です。アルコール健康障害による精神的・身体的な影響のために、日常生活に支障が出てきます。

万の病は酒よりこそ起れ

「健康日本21」では、飲酒に関して、純アルコールに換算して1日約20gまでが望ましいとしています。「百薬の長とはいへど、万の病は酒よりこそ起れ」*1という格言もあるとおり、アルコールをたくさん飲める人でも、1日の飲酒量はその程度が望ましいということです。



*1：「徒然草」兼好法師（1200～1300年頃、鎌倉時代、歌人、隨筆家）

「酒は百薬の長というが、多くの病気は酒が原因だ」「酔うと嫌なことを忘れるというが、ただ単に悪酔いしているだけにも見られる」など。由来は古代中国の歴史書「漢書」

主な種類のアルコール量の目安（純アルコール量20g）

お酒の種類	アルコール度数	純アルコール量
ビール（大瓶 633mL）	5%	26g
ビール（中瓶 / 缶 500mL）	5%	20g
ビール（缶 350mL）	5%	14g
日本酒（1合 180mL）	15%	22g
ウイスキー・ブランデー（ダブル 60mL）	43%	20g
焼酎（1合 180mL）	35%	50g
酎ハイ・ハイボール（缶 350mL）	7%	20g
ワイン（グラス 1杯 120mL）	12%	17g

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」

消防署見学（3年生）

12月3日（水）、3年生が石川消防署の見学に行ってきました。これは、社会科の「事故や事件からくらしを守る」の学習の一環です。

見学をとおして、消防署の設備や仕事の様子を知ることがねらいでしたが、見学中、2度の緊急出動（救急、火災）があり、緊迫した状況を肌で感じてきた3年生。

その他、防火服を着させていただいたり、消防車に乗せていただいたりと貴重な体験をしてきました。私たちの暮らしを守ってくれる「消防士」という仕事。そして、「消防署」の役割等をしっかりと学んでくることができました。



収穫祭（5年生）

12月5日（金）、5年生が「収穫祭（餅つき）」を行いました。

これは、総合的な学習の時間に行っている「米作り」の学習の集大成として行っているものです。



当日は、米作りにも関わっていただいた、「おざわふあ～む」の皆さんと「JA夢みなみ」の担当者の方、そして、5年生の保護者の皆さんにお手伝いいただきながら、杵と臼で「餅つき」を行いました。



「餅つき」のあとは試食会。自分たちでついたお餅と機械でついたお餅の食べ比べをしました。機械よりも、子どもたちが力を込めてついたお餅の方が弾力があり、しっかりとした食べ応えがありました。杵と臼での餅つき体験は、子どもたちにとって大変貴重な体験となりました。

「くでじゅう」づくり（4年生）

12月11日（木）、4年生が「くでじゅう（組手什）」づくりに挑戦しました。これは、4年生が行っている「森林環境学習」の一環として町産業振興課で実施しているものです。

「くでじゅう」は、間伐で出る細い材や、製材所で発生する端材等を共通した規格で加工し、「組手」と呼ぶ部分を組合わせることで簡単にDIYができる木製キットです。

今回、「くでじゅう」でラックを作りましたが、組み立てる順番等に悪戦苦闘しながらも、何とか完成までたどりつくことができました。

古殿町では、平成26年度から古殿町産材のスギ（古殿杉）を利活用して「くでじゅう」を生産しています。（「くでじゅう」は、ふるさと納税の返礼品として好評を得ています。）資源循環型の社会を目指す上で、地元産「くでじゅう」を使った貴重な体験をさせていただきました。

（この学習には、県の森林環境税を活用させていただいています。）



古申だより『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

3学期始まる

短い冬休みも終わり、1月8日（木）から3学期が始まり、「始業式」を行いました。ステージ上からは、子ども達の明るい表情を見ることができ嬉しく思います。また、その表情からは充実した休みを過ごせたことが伺えました。

さて、今年は「午年」ですが、午は午でも60年に1回の丙午（ひのえうま）の午年だそうです。ちなみに、午年は、十二支の7番目で、情熱や変化、飛躍、前進を象徴する年とされています。

そこで、午（馬）にちなんだ有名どころのことわざや故事成語と言うと・・・。「馬の耳に念仏」「馬子にも衣裳」「尻馬に乗る」「野次馬」「どこの馬の骨」「生き馬の目を抜く」「馬脚を現す」等、これらは、あまり印象が良くないようだ。

では、「左馬」「馬が合う」「塞翁が馬」「千軍万馬」「天馬行空」「馬頭成功」等、これならお馬さんも喜びます。何はともあれ、2026年を迎える全ての人にとって素晴らしい1年になると良いな、と感じるしだいです。

※「丙午」…十干の「丙」（10年に1回）と十二支の「午」（12年に1回）が組み合わさったもの。10と12の最小公倍数は60なので、60年に1回の割合で丙と午が同じ年にくる、それを丙午と言うわけです。

県人権作文 奨励賞



12月9日（火）、福島地方法務局白河支局長と白河人権擁護委員協議会の地区担当が来校し、例年、3年生が参加している人権作文コンテストの表彰式が行われました。

今年度は、小野色葉さん（3の2）の作品が地区大会の推薦を経て県大会まで進み、奨励賞を受賞しました。（3年連続で奨励賞を受賞！）

支局長の話では、作文の内容が良くて分量が不足（原稿用紙5枚が目安）していると、県では上位に評価されないとのこと。しかしながら、それを承知で選考委員の皆さんのが満場一致で推薦したそうです。それだけ内容に関しては、群を抜いて素晴らしいとのことでした。

来年は、現2年生が参加することになるので、4年連続の県大会入賞を目指してほしいと思います。

○第44回全国中学生人権作文コンテスト福島県大会 奨励賞 小野 色葉（3の2）

理・社コンテスト（3年生）

12月15日（月）、3年生は1・2年生よりも一足早く、基礎学力コンテストの第3弾となる「理・社コンテスト」を行いました。（1・2年生は12月22日（月）に実施。）

事前に出題範囲表が配付され、受験勉強と並行してコツコツ取り組みました。やればやった分だけ得点となって表れるので、学習の成果が発揮されると嬉しいです。



過去2回とも満点合格している3年生は8名。この人数をどこまでキープし、最終的に「パーフェクト賞」（全て満点）までたどり着くのは何名になるのか、大変面白くなってきました。（例年、パーフェクト賞は各学年1名程度）

標準学力テスト



12月18日（木）、全学年とも「標準学力テスト」を行いました。入試に準じた実力テストとは違い、学習した内容がどれだけ定着しているかを測るテストでした。言い換えると、日々の授業の基本的な学習内容をどの程度「できた・分かった」を知るテストということになります。

朝自習の時間から子ども達は集中して取り組み、頑張る姿が見られました。テストを通して、今までよりも自分の「できた・わかった」が増えたを感じることができたら、学力が身についた、向上したという証ではないかと思います。

学力は日々の授業で身につけるものです。授業に主体的に参加し、周りの友達と切磋琢磨したり、協働的に学んだりして自分を高めてほしいと思います。

第29回 町民水泳大会

館報

ふるどん

furudono

第811号

(2026年2月号)



石拾い競争

12月14日(日)、町民の体力づくりと参加者相互の親睦を図ることを目的に、町教育委員会主催の第29回町民水泳大会が古殿町民水泳プールで開催されました。

大会には町内・外から43名が参加し、日頃の練習の成果を発揮しました。成績は次のとおりです。

小学1年石拾い競争			小学2年石拾い競争			小学3年水中かけっこ競争			小学4年男子水中かけっこ競争			小学5年女子水中かけっこ競争			一般男子水中かけっこ競争			一般女子水中かけっこ競争			小学1年25mビート板競争				
2位	1位	岡尾	1位	佐川	岡尾	1位	佐川	岡尾	1位	大谷	矢吹	1位	鈴木	1位	鈴木	1位	鈴木	1位	横田	3位	湯堅	2位	25m	1位	
小浜	横田	鈴木	渡辺	橋本	小林	関根	和里	藁谷	一平	大谷	矢吹	俊惺	和里	光優	勝茂	章	芳子	愛子	三起子	武男	璃士	舞依	mビート板競争	年	
42秒	36秒	25m	34秒	28秒	23秒	27秒	22秒	21秒	31秒	31秒	33秒	58秒	33秒	8個	8個	9個	85	12	54	00	96	62	51	77	42

小学2年25mビート板競争			小学3年25m自由形			小学4年男子25m自由形			小学5年男子25m自由形			中学1年女子25m自由形			中学2年女子25m自由形			小学1年男子25m自由形			小学2年男子25m自由形			
1位	1位	大谷	1位	小浜	璃士	1位	曲山	矢吹	1位	深野	矢吹	1位	佐川	1位	佐川	1位	水野	1位	湯堅	1位	曾根	1位	25m	年
佑月	裕斗	光優	陽日	滉晟	結祐	和里	港斗	深野	惺伊良	惺伊良	和里	芳子	利伊菜	莉愛	利伊菜	陽日	美加	芳子	美加	輝夫	輝夫	勝茂	自由形	自由形
20秒	21秒	97	36秒	25秒	50	35秒	30秒	27秒	45秒	32秒	23秒	1分09秒	35秒	32秒	1分09秒	41	25	25	44秒	13	25	25	25	25

一般男子25m自由形			一般女子25m自由形			小学5年男子50m自由形			小学5年女子50m自由形			小学6年男子50m自由形			小学6年女子50m自由形			中学2年女子50m自由形			中学2年男子50m自由形			
2位	1位	本郷	1位	1位	本郷	1位	1位	佐川	1位	水野	1位	水野	1位	水野	1位	水野	1位	湯堅	1位	矢内	1位	佐川	1年	
輝夫	秀忠	輝夫	徳華	徳華	利伊菜	利伊菜	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華	徳華
41秒	29秒	77	38秒	27秒	71	31秒	57秒	45	44秒	21	46秒	30	55秒	28	55秒	24	58秒	22秒	30秒	26秒	33秒	27	27	27



50m むかで競争



中学2年女子50m平泳ぎ

1位	曾根 佑月	1分12秒29
一般男子50m平泳ぎ		
1位	佐川 正徳	1分23秒55
申告タイムズバリ当て 25m		
1位	深野 晃伊良	タイム差 1秒25
2位	岡尾 舞依	タイム差 1秒53
3位	佐川 混戻	タイム差 1秒69

小学校団体競技50mむかで競争

1位	6年生むかでチーム	1分07秒67
(藁谷 文翔、佐川 混戻、鈴木 一平、大竹 春真、関根 美優)		

一般団体競技50mむかで競争

1位	お杉ちゃんチーム	41秒77
(渡辺 武男、曲山 忍、横田 愛子、橋本 重子、水野 陽日)		

申告タイムズバリ当て 50m

1位	深野 利伊菜	タイム差 1秒58
2位	佐川 徳華	タイム差 1秒76
3位	曾根 佑月	タイム差 1秒80
		41秒90

家族でチャレンジ(ペア) 50m

1位	曲山 侑希(忍)	41秒36
2位	藁谷 朱里(光太郎)	42秒36
3位	曲山 恵沙(忍)	43秒36

小学校団体競技100mリレー

1位	港斗くんと仲間たち	1分55秒22
2位	(本郷 輝夫、本郷 孝子、遠藤 悅子、矢内 秀忠、小野 節子)	45秒47
3位	ザ・水教チーム	

小学団体競技100mリレー

1位	港斗くんと仲間たち	1分55秒22
2位	(深野 晃伊良、矢内 港斗、藁谷 和里、深野 利伊菜)	45秒47
3位	仲良しプールチーム	2分08秒69

中学団体競技100mリレー

1位	われら中学生チーム	1分43秒13
2位	(小浜 瑞士、矢内 裕斗、佐川 徳華、曾根 佑月)	2分10秒81
3位	速いぞ!混合チーム	2分09秒10

一般団体競技100mリレー

1位	スイム・マスターーズ	2分10秒81
(本郷 輝夫、佐川 正徳、湯塙 芳子、水野 美加)		



団体競技 100 mリレー



家族でチャレンジ(ペア) 50m

少年の主張②

暴力が愛か

古殿中学校 二年 先崎 愛音



私は「暴力が愛か」と問われたとき、つまづきと「違う」と答えたいくらいいました。どんな理由があつても、暴力は人を傷つける行為であり、愛とは正反対のものだと思います。例えば、親が子どもを叱るときに手をあげることがあります。「あなたのためを思つて叩いた」と言わることもあるかもしれません。しかし、叩かれた子どもは痛みと恐怖を感じます。その瞬間ではなく、「怖い」や「嫌だ」という気持ちが心に残つてしまふのではないかと思つてしまふことがあります。

私は以前、ニュースで家庭内暴力の問題が取り上げられていました。

暴力を使うことで、伝えたい気持ちが届かなくなつてしまふことがあります。私は思つてやつた」と話していくことが印象に残つています。しかし、本当に相手のことを思つているならば、傷つけるようないい行はしないはずです。たとえ家族であつても、暴力は愛ではなく、相手との信頼関係を壊してしまふものだと感じました。もちろん、怒りやイララを感じることは誰にでもあります。しかし、その気持ちを暴力で表すのではなく、言葉や態度で伝えることが大切だと思いま

す。愛とは、相手を思いやることです。相手の気持ちを考え、どうすれば伝わるかを考えることが、愛のある行動だと思います。暴力も愛の一部だ」という人もいるかもしれません。それは本当に愛でしょうか。愛しているなら、相手を傷つけることは避けたいはずです。自分の感情を暴力でぶつけることが愛だとしたら、それは相手を思いやる気持ちではなく、自分の気持ちを優先しているだけだと思います。

私は、愛とは「相手の幸せを願うこと」だと思います。暴力はその願いの逆の行動です。だから、暴力は愛ではありません。むしろ、暴力がある関係は、愛が足りない関係だと思います。これから大人になつていく中で、いろいろな人間関係を経験すると思います。その中で怒りや不満を感じることもあるでしょう。しかし、私は暴力ではなく、言葉や行動で気持ちを伝えられる人になりたいです。そして、誰かを思いやるときには、優しさと理解をもつて接したいと思います。

だから私は、「暴力は愛ではない」と強く思います。愛とは、相手を大切にすること。暴力はその大きさを壊してしまふものです。私たちは暴力ではなく、暴力ではありません。加害者が「相手のことを思つてやつた」と話していくことが印象

きました。最近、A I がすごいという話をよく聞きましたか。授業でもニュースでも、A I の進化がどれだけ私たちの生活を便利にするかと話題になっています。スマホで調べものをしたら、一瞬で答えが出てくるし、宿題だって A I に聞けばヒントをくれたり、手伝ってくれたりします。正直、とても便利です。しかし、このまま A I に全部頼つていたら、私たちはどうなるのだろう、と最近、ふと思いました。そこで私たちは一番大切な「考える力」を少しずつ失っているのではないかとういました。

例えば、今まで行ったことのない場所に行くとき。昔は地図を広げて、どこを通るか自分で考えたり、道行く人に聞いてたりしていました。しかし、今はスマホのナビが「右に曲がって」「あと何メートルです」と正確に教えてくれます。その通りに進むだけで目的地に着きます。もしもスマホの電波が届かなかつたり、充電が切れたりしたら、果たして自分の力だけで目的地にたどり着けるかわかりません。

そのほか、わからないことがあつたとき、すぐに A I に聞けば答えは出ますが、「どうしてこうなるのだろう」と自分で深く考える時間がなくなつていて、気がします。数学の難しい問題に何時間も向き

A I は私たちから「考える力」を奪つている?

古殿中学校 二年 水野 真奈



合つたり、理科の実験で何度も失敗したりする中で、私たちは物事の本質を理解し、粘り強く考える力を身につけてきました。しかし、A I を使えば、その過程を飛ばして、一番効率的な答えだけを手に入れられます。そこには、まだ誰も思いつかないような斬新なアイディアや、予測がつかないひらめきはありません。真の創造性は、人が自分の頭で考え抜き、時には失敗を経験して、初めて生まれるもののです。A I がどんなに進化しても、私たち人間がもつ「0から1を生み出す力」だけは、簡単には真似できません。

「A I が全部やつてくれるから、人はただ A I に頼りきりになり、最後は何もかもっと楽になる」と言われますが、本当にそうなのでしょうか。もし、私たちが考えることをやめたら、人の脳はだんだん A I に頼りきりになり、最後は何も考えられなくなつてしまふかもしれません。A I が進化すればするほど、私たち人間は「考える力」を意識的に鍛え続けなければいけません。A I だけに頼らず「本当にこれでよいのかな」と一度立ち止まり、A I が出したアイディアを、自分之力でさらに面白いものに発展させてみることが大切だと思います。A I は、私たちをよりよくするための道具であるべきです。A I に仕事を任せつつも、最終的な判断は自分でする。だから湧き出る創造性は自分で形にする。そんな強い意志をもつこそが、A I に今まで支配されないための方法ではないでしょうか。

A I を敵視するのではなく、賢く使いこなす。それが A I との共存が当たり前になるこれから時代を生き抜くために、一番大切なことなのではないかと、私は

「普通」という概念を飛び出す

古殿中学校 三年 大樂 夏怜音



みなさん、「普通」について考えたことはありますか。私は、時々、周りの人たちの口から出る「普通」について疑問をもちます。

「このようにすれば『普通』にできます。」

周りの人たちが言う『普通』って、どういうものなのでしょうか。

私は、周りの同性の人たちと少し違うところがあります。流行している服や食べ物、テレビなどには、あまり興味が湧かないでいる人がいます。つまりの人の「普通」が、私は、まだからしようがないです。数学の勉強や音楽、ゲームなどの方が興味が湧きます。

「変わつてるね。」「よくそんなのに興味が湧くね。」「よくそんなのに興味が湧くね。」

「普通に考えて、同級生はだいたい知っているのに、知らない人なんていわけがない。」「知らない人がいたら逆にびっくりだよね。」

などの会話の流れになつたことがあります。私は、会話の内容とは逆側の立場の人だつたので、「私つて、相手が思つてない。」「普通とは違う人なんだ。」と自分のこい



とが否定されたわけではないのに、相手が悪気があつて言つてているわけではないのかどうかが締め付けられているのに、左側の胸のあたりが締め付けられていたかのように痛かつたです。しばらくしても、痛みが奥の方にまだ残つていたので、思い切つて友だちに相談することにしました。一通り話を聞いてくれました。そして、友達は言いました。

「周りの人つて時々、『普通』って簡単に言うけど『普通』ってさ、よく考えたら難しいよね。自分には自分の考え方があり、相手には相手の考え方がある。それを自分の基準で話をすると、相手が傷つくことがある。『普通の基準』なんて、人それぞれ違うのにね。」

私は、その言葉を聞いて、はつとしました。考えてみれば、世の中に自分と全く同じ人は存在しません。性格や趣味、好みなど、みんなそれぞれ違います。普通の基準は、人それぞれで、相手には相手の「普通」があり、自分には自分の「普通」がある。ただそれだけなのだと気づかされました。

私は、この経験を通して「普通」という概念に惑わされず、自分の「普通」も相手の「普通」も、大切にする生き方をしていきたいです。そして、いつか、自分が大人になつたら、「普通」には、人それぞれの基準があつて、相手には相手の「普通」がある。相手の「普通」を大切にしながら、あなたにとつての「普通」も大切にしてほしい。」

思いやりの世の中へ

古殿中学校 三年 小野 色葉



皆さんは、「マタニティマーク」を知っていますか。二〇二三年にあるニュースが取り上げられました。妊娠六ヶ月の妊婦さんは、つわりという症状があり、吐き気がひどく、病院へ通つていました。その日、重たい荷物を持って長い距離を歩くことに不安があつたため、スーパーの出入り口近くにあつた優先駐車場に車を停めました。妊婦さんは運転席から降りるとすぐ杖をついた高齢の男性が近づいて、「具合が悪いのか? 証拠を見せる。」と言ふのです。マタニティマークを見せたりして、理解してもらおうとしましたが、その男性は納得ができないようでした。そして思いもよらないことが起きました。「足も悪くないのに、妊婦が優先駐車場を使うな。」

と言い、杖で何度も妊婦さんの足を叩いたのです。このニュースを知つたとき、私は衝撃を受けました。心が痛みました。マタニティマークの歴史は今から十九年前、二〇〇六年に厚生労働省が決定した公式マークです。妊婦さんが周囲に認識してもらい、配慮を示すこと、緊急のときには妊婦だということを知つてもらうためにつけるものです。メリットでしかなく、デメリットもあるのです。マタニティマーク



(原文のまま掲載しています)

クを、幸せアピールや自慢と捉え、嫌がらせを受けるとか、優先席をめぐるトラブルが各地であります。SNSにも投稿が相次いでいます。配慮や思いやりどころの話ではありません。こんなに悲しいことがありますのでしようか。心が締め付けられました。

私の兄は自閉症です。兄が子どもの頃、独特な行動で周りに迷惑をかけてしまって、理解をしてほしくて「自閉症をかかえています」ワッペンをつけて外出していました。やはりメリットとデメリットを見て、独特な兄を見守つてくれる人もいれば、怪訝そうに舌打ちをする人もいたそうです。理想と伴つていない現実を目の当たりにしました。

兄のように、発達障害など可視化や比較が難しく、外見では援助や配慮が必要だとわかりにくく人もいます。現在はそのような人のために「ヘルプマーク」があります。もつと多くの人たちに周知してもらうべきだと思います。例えば、あらゆるところにポスターを貼る、テレビコマーシャルを流す、SNSで拡散するなどです。そして何よりも大切なことは、理解をするということです。自分がもしもつと世の中に思いやりが広がればいいです。思いやりとはシンプルに、相手の立場になつて考えること。私もマタニティマークやヘルプマークをつけている人がいたら、気を配つたり、自分のできる範囲で手助けもしたいです。そして、逆に配慮されることがあれば、感謝する心を忘れない人になりたいです。



フレイルかも？

もっと詳しい情報はこちら！
フレイル 健康ふくしま
[検索](#)

1 フレイルとは

加齢とともに、心と体の働きが弱くなってきた状態のこと。
早めの対策で予防や改善ができ、健康寿命を延ばします。
人生100年時代をいつまでも自分らしく歩んでいくために、
フレイル予防をはじめましょう。



✓ フレイル診断チェックシート

✓ 6ヶ月間で、意図せず体重が2kg以上減った



✓ ペットボトルのふたが開けにくくなった
(握力:男性28kg、女性18kgより低い)



わけもなく疲れたような感じがする
(ここ2週間)



✓ 横断歩道を青信号の間に渡りきることが難しくなった
(歩いて、1秒間に1m進めない速さ)



✓ ウォーキングなどの軽い運動や体操を週に1回もしていない



何個あてはまりましたか？

1つでも当てはまる人は ▶ 元気なうちから予防しましょう！

3つ以上当てはまる人は ▶ すでにフレイル状態です！
早めの対策で改善しましょう！

国立長寿医療研究センター 日本版フレイル基準（改定 J-CHS 基準）一部改変

2 予防のポイント

「人とつながる」、「体を動かす」、「いろいろ食べる」です。
楽しむことを大切に、できることを続けていきましょう。



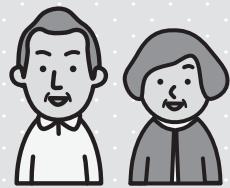
定期的に健康診断を受けて
自分の体の状態を知りましょう



● 動くことで食欲がわく ● 動いて食べることで筋量・筋力アップ

フレイル予防のポイントをご紹介します！

無理なくできそうなものからはじめて、継続することが大事です。



社会参加

つながる フレイル予防

|できるだけ外出や交流をしよう

地域に出て人とつながり、生きがいや楽しみ、目標などを持ち続けることがフレイル予防には大切です。趣味の集まりやボランティア活動、スポーツ、友人とのおしゃべり、仕事など、外と関わる機会をたくさん持ちましょう。家庭の中で役割を持って暮らすことも社会参加の一つです。

できることから社会参加を！

外出しよう



買い物、通院、散歩に出かける

友人・知人と交流しよう



友人や知人と会うための連絡をする

やりがいのある活動に参加しよう



地域の活動を探してみる
家庭での役割分担をする

他にも 地域では、様々なサロンやオリジナルの健康体操など、多様な活動が行われています。詳しくは各市町村へお問合せください。

運動

動く フレイル予防

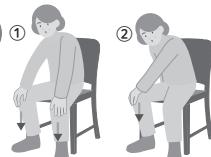
|今より10分多く、できる範囲で元気に動こう

運動は、筋力向上のほか、食欲や心の健康にも良い影響があります。「座りっぱなしの時間を減らす」を合言葉に、座ったままできる体操をしたり、近所の用事は歩いて行ったり、なるべく階段を使ったりしてみましょう。日常生活で続けられるものを、無理なく安全に行なうことが大切です。

腹筋を意識して力を入れよう!

膝押し腹筋力入れ

- ①両肘を伸ばしたまま両手を両膝に置き、息を吐きながら膝を押す
- ②片方の手を、手と逆の肘に置き同様に押す(反対側も同様に)。



おももの筋トレ!

足首交差

- ①軽く膝を曲げ両足を足首で交差させる
- ②下の足の膝を伸ばし、上の足はそれを妨げるよう押しつける(反対側も同様に)。



※ご自身の体調に合わせて無理なく行なってください

栄養

食べる フレイル予防

|たんぱく質を中心にいろいろ組み合わせて食べよう

●3食しっかりとりましょう。
●多くの種類の食品を組み合わせて食べましょう。
フレイル予防には、多様な栄養素が必要です。たんぱく質を中心に、いろいろな食品を組み合わせましょう。肉や魚などのたんぱく質は、1日に食べる量が同じでも、夕食に偏って食べた場合より、朝昼夕それぞれに食べた方が、筋肉が多く作られることがわかっています。



炭水化物・油脂・ミネラル・ビタミン
ご飯 海藻 いも 果物 油 野菜 おやつ

毎日なるべく12種類を取り入れることを心がけましょう
※持病がある方は、主治医の指示にしたがってください。

「ふくしま健康応援メニュー」でおいしく、オリジナルメニューはコチラ!
バランスの良い食事を取りましょう!

ふくしま健康応援メニュー

検索

口腔

オーラルフレイル

|しっかり噛んで、しっかり食べよう

オーラルフレイルとは、お口周りのフレイルのことです。会話がしづらいことで人の交流が減ったり、食欲低下や食べ物の偏りに繋がったりして、全身のフレイルの危険を高めます。オーラルフレイルの始まりは、滑舌が悪くなる、食べこぼす、わずかにむせる、口が渴くななどささいなものです。



食後の歯磨き

食後の歯磨きを習慣づけ、お口を清潔に保ちましょう。
義歯の清掃もとても大切です。



みんなの

ひろば

ひろばは皆さんのが
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。

古殿男子バスケスポーツ少年団 今年もお世話になりました&クリスマス交流試合

12月20日(土)・21日(日)の2日間、古殿男子バスケスポーツ少年団を含め県内外から10チームが集まり、やぶさめアリーナでクリスマス交流試合を行いました。

この交流試合ではやぶさめアリーナにツリーや風船を使ってクリスマス仕様に飾りつけをしたり、サンタクロースやトナカイなど様々な仮装をしたりして他のチームの子どもたちと交流を楽しみました。

試合の他にもお菓子投げなどの催しもあり楽しい2日間になりました。



▲様々な仮装で楽しみました



▲試合の様子

おいしい
一四

生活習慣病予防のための一品

H15(2003)2月号 NO.246より

今月の献立 大豆入りわかめご飯

1人分の栄養価…223kcal

たんぱく質 7.8 g カルシウム 21mg 食塩相当量 0.6 g



材料(4人分)

- 米……………240g
- 大豆の煮汁…………約300ml
- 大豆……………24g
- わかめご飯の素…………5g

暦のうえでは春ですが、まだ寒い日が続きます。しっかり食べて寒さを吹き飛ばしましょう。体の中の悪い鬼を追い出すために、大豆入りわかめご飯はいかがでしょうか。大豆は畑の肉と言われるほどたんぱく質が豊富で、食物繊維もたっぷりです。

作り方

【大豆の戻し方】

大豆は3倍以上の水に浸し、5時間から6時間おいて戻す。浸した水のまま鍋で煮る。アクが出たら取り除き、ふたをして弱火で約1時間煮る。火からおろし、煮汁につけたまま冷ます。

【ご飯の炊き方】

- ① 炊飯器にといた米と大豆の煮汁と一緒に炊く。
※煮汁が足りなければ水を加える。
- ② できあがったら、わかめご飯の素を入れ混ぜ合わせて茶碗に盛る。

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ですか？
- ③むし歯にならないよう心がけていることは何ですか？
- ④お子さんにひとことお願いします！！



永瀬 橙空ちゃん

(保護者：結季さん)
論田字上鶴巣

①ブロック、ままごと、かくれんぼ

②トマト、ぎょうざ、わかめご飯

③ていねいにみがく

④いつもたくさんの笑顔をありがとうございます

<福島県からの自動車税種別割のお知らせ>

お忘れですか？

～3月31日までに運輸支局で登録を！～

自動車税種別割は、毎年4月1日（午前0時）現在で運輸支局に登録された名義上の所有者（割賦販売による購入の場合は使用者）が、5月末日までに納めることになっております。

～自動車税種別割トラブル防止3カ条～

○その1：抹消等の手続は、3月31日までに運輸支局で行いましょう。

自動車を譲渡したり、下取りに出したり、廃車したりした時は必ず運輸支局で3月31日までに登録しましょう。3月31日までに登録手続きが終了しないと実際に使用をやめていても、自動車税種別割が課税されます。

○その2：転居したら、車検証の住所変更を運輸支局で行いましょう。

住民票を異動しても車検証の住所は変わりません。やむを得ず手続ができない時は、県中地方振興局県税部に連絡をお願いします。

○その3：納税証明書は車検証といっしょに大切に保管しましょう。

自動車の車検（継続検査）を受ける際には運輸支局で納税確認をしますので、銀行やコンビニで自動車税種別割を納めた時に交付される領収証書と納税証明書は大切に保管しましょう。

※ スマートフォン決済アプリ、クレジットカード等で自動車税種別割を納めた場合には納税証明書は発行されませんが、お支払手続完了日から3開庁日以降、運輸支局で電子的に納税確認ができるようになります。

○登録手続を業者に依頼した場合は、登録が済んでいることを依頼した業者に必ず確認しましょう。

★問い合わせ先★

○自動車の登録について

名称	所在地	電話番号
東北運輸局福島運輸支局	福島市吉倉字吉田54	050-5540-2015
いわき自動車検査登録事務所	いわき市内郷綴町舟場1-135	050-5540-2016

○自動車税種別割について

県中地方振興局県税部課税第二課 郡山市麓山1丁目1番1号 電話番号 024-935-1261



確定申告について

須賀川税務署から申告書作成会場についてお知らせです。

開設場所 須賀川市牡丹会館（須賀川市牡丹園 68）

開設期間 2月 16 日 (月) から3月 16 日 (月)

《土曜日、日曜日、祝日を除く》

開設時間 9時から 16 時

※1 スマホ(又はパソコン)とマイナンバーカードを利用して、自宅からe-Taxで24時間申告することができますので、是非ご利用ください。

※2 申告書作成会場での相談を希望される方は、LINEによるオンライン事前予約をお願いします。

当日の相談受付は、相談枠に限りがありますので、オンライン事前予約を是非ご利用ください。

なお、LINEによるオンライン事前予約は、LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントのお友だち追加が必要です。

※3 所得税の確定申告書の作成に当たっては、マイナポータル連携をご利用ください。医療費やふるさと納税などの情報を申告書に自動入力することができ、申告書をスマートに作成できます。

※4 申告書作成会場では、スマホとマイナンバーカードを使用し、ご自身で申告書を作成、e-Taxにより送信(提出)していただきますので、スマホとマイナンバーカードをお持ちの方は必ずご持参ください。

マイナンバーカードに設定した2種類のパスワード(注)のほか、マイナンバーカードの電子証明書が無効化されていないかを来場前に必ずご確認いただきますようお願いします。

また、マイナンバーカードに設定したパスワードが分からぬ場合及び電子証明書の有効期限が過ぎた場合、e-Tax等がご利用できません。確定申告期は、電子証明書の更新窓口(市区町村)が混雑することも予想されますので、お早めに更新手続をお願いいたします。

(注)利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)、署名用電子証明書のパスワード(英数字6から16文字)

パスワードが不明な場合又はロックされた場合、市町村の窓口又はコンビニ等で初期化が可能です。

LINE のお友だち
追加はこちら↓



暮らしに役立つ 情報

Information

町の人口

住民基本台帳人口

12月31日現在 (前月比)

世帯数	1,752 世帯 (± 0)
人口	4,394 人 (± 0)
男	2,189 人 (+ 3)
女	2,205 人 (- 3)

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

福島県の最低賃金

地域別最低賃金 福島県内で働くすべての労働者とその使用者に適用されます。
(「特定最低賃金」が適用される労働者を除く。)

福島県最低賃金	最低賃金額(時間額)	効力発生年月日
	1,033円	令和8年1月1日

特定最低賃金 福島県で次の業種に該当する事業場で働く労働者に適用されます。

業種	最低賃金額(時間額)	効力発生年月日
自動車小売業(二輪自動車小売業(原動機付自転車を含む)を除く)	1,033円	令和8年1月1日から 令和8年1月7日まで
	1,098円	令和8年1月8日から
非鉄金属製造業※	1,033円	令和8年1月1日からは、 福島県最低賃金が適用
輸送用機械器具製造業※	1,033円	令和8年1月1日からは、 福島県最低賃金が適用
計量器・測定器・分析機器・試験器・測量機器具・理化学機械器具・時計・同部品・眼鏡製造業※	1,033円	令和8年1月1日からは、 福島県最低賃金が適用
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※ (医療用計測器製造業(心電計製造業を除く)を除く)	1,033円	令和8年1月1日からは、 福島県最低賃金が適用

○上記業種に該当する者のうち、次に掲げる者は除かれ、福島県最低賃金(1,033円)が適用されます。

① 18歳未満又は65歳以上の者

②雇入れ後3ヶ月未満の者であって、技能習得中のもの

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

※の業種について、令和7年度は改正されないため、福島県最低賃金1,033円が適用されます。

【相談、問い合わせ先】

福島労働局 賃金室 ☎024-536-4604又は各労働基準監督署へ

各種電話相談窓口一覧

内容を問わない相談

- よりそいホットライン
0120-279-226
- チャイルドライン（18歳まで）
0120-99-7777

こころの健康に関する相談

- 福島いのちの電話
024-536-4343
- こころの健康相談ダイヤル
0570-064-556

暴力・いじめ・ひきこもり等に関する相談

- 福島県ひきこもり相談支援センター
024-573-0866
- 県中児童相談所
024-935-0611
- ダイヤルSOS（福島県教育センター）
0120-453-141
- いじめ110番相談コーナー
0120-795-110
- ふくしま24時間子どもSOS
0120-916-024
- みんなの人権110番
0570-003-110
- ふくしま被害者支援センター
024-533-9600

介護に関する相談

- 福島県高齢者総合相談センター
024-524-2225
- 認知症コールセンター
024-522-1122

勤務に関する相談

- 福島県労働局総合労働相談コーナー
024-536-4600、
0800-800-4611
- 福島県労働委員会事務局
024-521-7594
- 働く人のこころの耳電話相談
0120-565-455

生活（困窮、借金等）に関する相談

- 福島県消費生活センター
024-521-0999

病院に行くか救急車を呼ぶか迷った時

- 福島県救急電話相談
#7119、024-524-3020

夜、こどもが急に身体の具合が悪くなった時

- 福島県こども救急電話相談
#8000、024-521-3790

緊急に精神科を受診したい時

- 福島県精神科救急情報センター
0570-783147

お子さまの教育資金を「国の教育ローン」 (日本政策金融公庫)がサポート

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家族を対象とした公的な融資制度です。

ご融資額 お子さま1人につき350万円以内
金 利 年3.15% ※母子家庭の方などは年2.75%
(令和7年12月1日現在)

ご返済期間 20年以内

詳しくは、ホームページ「国の教育ローン」で検索又は下記までお問い合わせください。

【問い合わせ先】教育ローンコールセンター

☎0570-008656(ナビダイヤル)または☎03-5321-8656

2026年福島県立医科大学「県民健康調査」 国際シンポジウムのご案内

福島県立医科大学では、「県民健康調査」に関する最新情報等を発信する国際シンポジウムを開催しています。今年のテーマは、「これまでの15年とこれから—東日本大震災を経て」です。オンラインでの視聴も可能です。

みなさまのご参加をお待ちしています。（参加は無料。参加及び視聴は事前申込制です。）

日 時 3月12日（木）12時20分から18時10分

会 場 福島県立医科大学福島駅前キャンパス

申込締切 3月2日（月）

【問い合わせ先】放射線医学県民健康管理センター広報・国際連携室

☎024-581-5454 メールアドレス kenkani@fmu.ac.jp

参加申込は
こちらから



ホームページ

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：3区画

販売価格：3,758,400円から3,881,400円

販売受付：随時受付中 ※午前8時30分から午後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）

12月届出分

おくやみ申し上げます

氏 名	年 齢	住 所
鎌 田 ヨシさん	89	松 川字荷市場
緑 川 春次さん	77	山 上字能登沢
吉 田 傳さん	97	田 口字青柳
澤 田 梅子さん	86	松 川字新桑原
小 濱 セツヨさん	95	松 川字古内
常 盤 フジさん	89	竹 貫字貫原
水 野 憎伸さん	88	松 川字大原宿
橋 本 春藏さん	95	山 上字代
水 野 トキさん	96	大 久 田字越
宗 田 セツ子さん	91	松 川字大原
酒 井 美智子さん	87	竹 貫字大竹
太 樂 キミ子さん	92	竹 貫字上



2月 くらしのカレンダー

日 sun	月 mon	火 tue	水 wed	木 thu	金 fri	土 sat
1	2	3	4	5	6	7
医 ◎とりごえ整形外科クリニック(石川町) ☎ 26-5050 (薬局)コスモ調剤薬局石川店		ふれあい総合相談所 (10:00~12:00) …社会福祉協議会	運動サポート日 (13:30~16:30) …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	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
医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店		運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	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 (薬局)アイランド薬局平田店	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
8	9	10	11	12	13	14
医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店		運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	建国記念の日	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	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター
医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店		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 (薬局)アイランド薬局平田店	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)
15	16	17	18	19	20	21
医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店		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	運動サポート日 (13:30~16:30) …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	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
医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店		運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)
22	23	24	25	26	27	28
医 ◎角田内科医院(浅川町) ☎ 36-2067 (薬局)コスモ調剤薬局浅川店	天皇誕生日	医 ◎ひらた中央病院(平田村) ☎ 55-3333 (薬局)アイランド薬局平田店	運動サポート日 (13:30~16:30) …健康管理センター オレンジカフェ (9:30~11:30) …コスモス荘 <納税日> 国民健康保険税(8期) 固定資産税(4期)	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	和楽居処 (わらいどころ) (9:30~) …健康管理センター
医 ◎角田内科医院(浅川町) ☎ 36-2067 (薬局)コスモ調剤薬局浅川店		運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)	運動室夜間開放日 (17:30~20:30)

※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	5 (木) Thursday 19 (木) Thursday	12 (木) Thursday 26 (木) Thursday
	竹 貫、上 松 川、下 松 川 Takanuki Kamimatsukawa Shimomatsukawa		
B 地 区	下 山 上、上 山 上、 Shimoyamakami Kamiyamakami	12 (木) Thursday 26 (木) Thursday	5 (木) Thursday 19 (木) Thursday
	論 田、大 久 田 Ronden Oguta		



ふるどのこども園餅つき会 (12月 16日)