



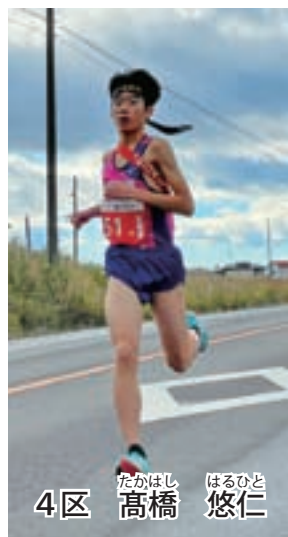
一人じゃないから強くなれた
想いを届けるため僕は走る

今月の内容

P2 ~ 3 ふくしま駅伝
P4 きたしおばらトピックス
P5 村政懇談会
年末年始のごみ収集日
P6 除雪作業にご理解とご協力を
P7 空き家対策・移住促進
P8 税について考える
喜多方消防本部からのお知らせ

P9 地域おこし協力隊コラム
健康づくりスローガン
P10 ~ 11 生涯学習だより
P12 健康通信
P13 裏磐梯診療所からのお知らせ
食改さんのお役立ちレシピ
P14 ~ 15 お知らせ
P16 ジオパーク通信・自然コラム

熱い思いをたすきに込めて、チームで繋いだ96.3km 第35回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会



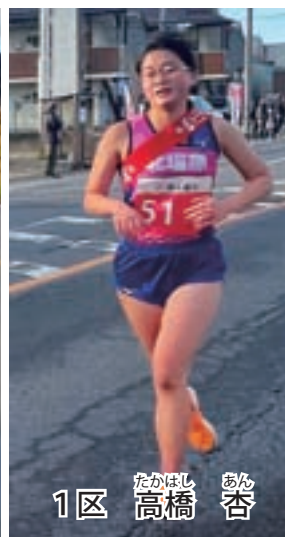
4区 たかはし 悠仁



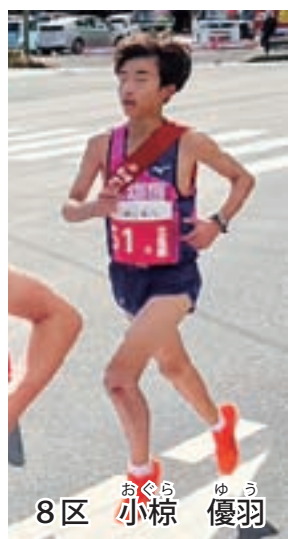
3区 うちみ 智希



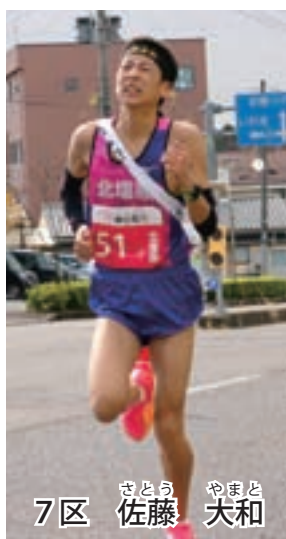
2区 さとう 雄大



1区 たかはし 杏



8区 おぐら 優羽



7区 さとう やまと



6区 すずき やまと



5区 すずき ひかる

■大会参加への想い

今年の村駅伝チームは、中学、高校、一般を含め21名の選手が、本大会へのエントリー枠を目指して5ヶ月間励んできました。

その中で、エントリーされた選手も、されなかった選手も、互いに切磋琢磨し、本大会を迎えることができました。

中学生から一般まで、幅広い世代の選手が、お互いを助け合いながら、これまで以上に高い目標に向かって取り組んだことが、昨年度より総合順位を一つ上げる結果となって表れました。

北塩原村駅伝チームは、7月9日（日）より活動を開始させました。

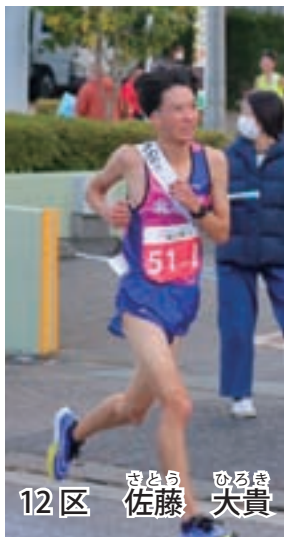
選手は、日々の厳しい練習の中で、着実に力をつけ、96.3kmを走りきりました。大会の成績は、5時間49分42秒でゴールし、総合29位（部の部5位）というすばらしい成績を収めました。

■駆け抜けた16区間

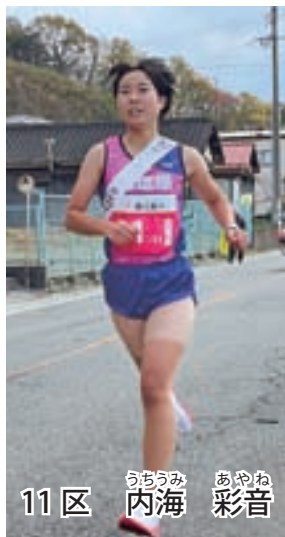
第35回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会は11月19日（日）、白河市のしらかわカナルスポーツパーク陸上競技場をスタートし、福島市の県庁前にフィニッシュする16区間、96.3kmで繰り広げられました。

今年は新型コロナウイルス感染症が第5類に移行したことを受け、従来と同じ体制での開催となりました。

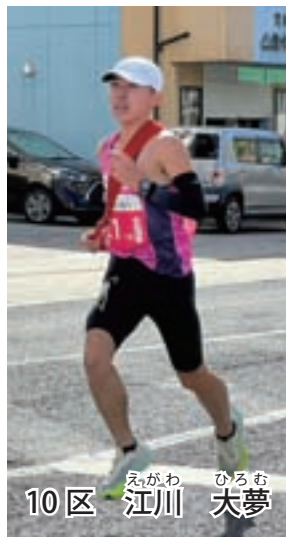




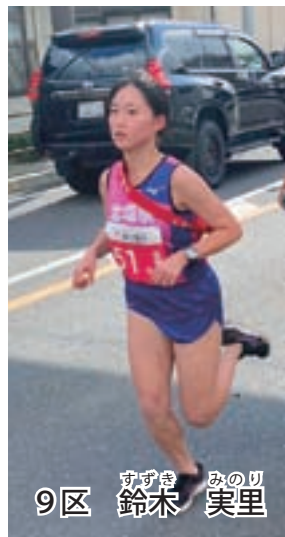
12区 佐藤 大貴



11区 内海 彩音



10区 江川 大夢



9区 鈴木 実里



16区 内海 瞳己



15区 金子 祐菜



14区 大竹 悠仁



13区 青木 孝汰郎

■多くの声援に支えられ

大会後の報告会では、選手と関係者が集まり、お互いに健闘を称え合いながら、大会当日の映像を見たり、選手への表彰や、監督、コーチ等へ指導の感謝をこめた記念品が贈呈されたりと、これまでの軌跡を振り返りながら、思い思いの時間を過ごしました。

そして、駅伝チーム主将の佐藤大和選手（裏磐梯中学校3年）が、「僕は去年の（鈴木）大和先輩みたいなキャプテンにはなれなかったと思っています。

今日のレースも前の区間の人たちが順位を上げてきてくれたのに、やっぱり自分の区間で下げてしまい、キャプテンとして情けないレースになってしまったのですが、それでもキャプテンとしてやって良かったと思っています。

また、僕をキャプテンとして選んでくれた監督に本当に感謝しています。

今日沿道で応援をしてくださった方々の声援が本当に力になりました、ありがとうございます。



■最後に

いました。今日で一旦北塩原チームの活動は終わってしまいますが、これから応援よろしく願います。」と活動を振り返り、感謝の言葉を述べました。

テレビやラジオのみならず、沿道やゴールの県庁前に多くの村民の皆さまが応援に駆けつけてくださり、選手の大きな励みとなりました。今後も引き続き駅伝選手への温かい応援をよろしくお願いします。

きたしおばらトピックス

11月3日(金) 北塩原村女性消防隊視察研修

村女性消防隊の視察研修が行われ、隊員が東日本大震災・原子力災害伝承館（双葉町）を見学しました。

研修には20名が参加し、津波や原子力災害で被災した展示物を間近で見学し、その後の復興過程を学びました。

参加者は視察研修を通し、防火・防災意識を高め、安全な村づくりに向けて思いを新たにしました。



11月7日(火) 斎藤弘幸さん 地方教育行政功労者表彰を受章

ビッグパレットふくしまにおいて令和5年度教育・文化関係表彰式が行われ、前教育委員の斎藤弘幸さんが表彰を受けました。

斎藤弘幸さんは、平成23年4月から令和5年3月までの12年間、村教育委員として教育行政の進展に寄与されました。

おめでとうございます。



11月16日(木) 介護予防推進活動知事賞「知事賞」受賞

介護予防推進活動知事賞は、介護予防を積極的に推進している個人又は団体を表彰することにより、福島県の健康長寿を推進することを目的に、平成29年度から行われています。

この度、「北山スポーツ民踊愛好会」のみなさんが、日頃の練習を通じ、長い間、積極的に介護予防活動を実践されていることが高く評価され、「知事賞」を受賞されました。

表彰式は、11月16日に福島市杉妻会館において行われ、県内から知事賞1団体、奨励賞2団体の併せて3団体が表彰されました。表彰式には、代表の岩淵力ヨ子さん、鈴木雅子さん、中川静子さんが出席され、岩淵さんが受賞団体を代表し謝辞を述べられました。

これからも健康長寿を目指し元気に活動を続けてください。



11月17日(金) 遠藤良雄さん夫妻が水墨画を寄贈

遠藤良雄さんと妻の英子さん（蛇平）は、村に水墨画「磐梯山」1点を寄贈しました。

遠藤さんの水墨画は、役場本庁舎に飾らせていただきました。



11月22日(水) 渡部盛夫さんが日本画を寄贈

渡部盛夫さん（北山一区）は、村に日本画「雲海、朝の飯豊連峰」1点を寄贈しました。

渡部さんの日本画は、役場本庁舎に飾らせていただきました。



令和5年度村政懇談会を開催

～みんなで考え みんなで前へ～

村では、村民の皆さんの声に耳を傾け、みんなが輝きみんなが誇れる村づくりを進めるため、「村政懇談会」を開催しました。村内15地区を訪問し、村民の皆様から村政に関する意見、提言及び要望等を村長が直接お聴きし、出来ることから村政に反映させてまいります。

このたびの議事録（頂戴したご意見やそれに対する村の回答の一覧）は、村ホームページでご覧いただけます。



＜村長あいさつ＞

令和5年10月4日から31日まで、合同開催を含めまして行政区を単位として、15会場で村政懇談会を開催しました。村民の皆様には、ご多忙の中、また仕事終わりにも関わらず、224名もの方々にご参加をいただきましたこと厚く御礼申し上げます。

私は、持続可能な村づくりを進めるためには、多くの村民の方々に村政に対して関心をもっていただき、村民と行政が一体となることが必要不可欠であると考えており、村政懇談会を開催したところであります。

今回は、加速化する人口減少の現状や財政状況を共有し、少子化対策、高齢化対策、人口増加対策の3つの視点から、子育て対策の充実、住環境の向上、福祉の充実、観光人口・関係人口の拡大を図る村の今後の方針についてご意見を伺いました。そして、直面する地区の課題等についても実状をお聴きする貴重な機会となりました。

寄せられましたご意見を真摯に受け止め、村政の進展に力を尽くしてまいりますので今後ともご指導とご鞭撻をお願い申し上げます。

北塩原村長

遠藤和夫

＜開催概要＞

月日	地区	村民	月日	地区	村民
10月4日	下吉	7名	10月17日	長峯	9名
10月5日	松陽台	13名	10月18日	剣ヶ峯・秋元	24名
10月6日	金山	14名	10月19日	谷地	10名
10月7日	大久保	15名	10月20日	蛇平・小野川	20名
10月11日	早稲沢	11名	10月21日	関屋・樟	11名
10月12日	大塩	15名	10月27日	桧原	11名
10月13日	北山	17名	10月31日	両川前	25名
10月16日	曾原・狐鷹森	22名	計		224名



年末年始のごみ収集日について

月	火	水	木	金	土	日
12/25	26	27	28	29	30	31
可燃ごみ (全地区)	新聞・雑誌 紙パック等 (全地区)		空缶・空ビン (桧原・裏磐梯)	可燃ごみ (全地区)		
1/1	2	3	4	5	6	7
年末年始 休業 (収集なし)	年末年始 休業 (収集なし)	年末年始 休業 (収集なし)	可燃ごみ (全地区) 不燃ごみ (北山・大塩)	プラスチック 製容器包装等 (全地区)		

※喜多方広域環境センター山都工場への一般家庭ごみの持ち込みは12月29日（金）まで。再開は1月4日（木）から。

※持ち込む際は、運転免許証（住所が確認できるもの）が必要です。

※1月4日（木）は北山・大塩地区で、可燃ごみと不燃ごみの収集が同日になります。年明けの収集日はごみが大量に出て、ステーションに入りきらないことがあります。年末年始のお掃除やごみ捨ては早めに、こまめに行いましょう。

新年を迎えるにあたり、年末に大掃除をするという方が多いのではないのでしょうか。買い換えた古いタンスや壊れた自転車、破けた布団等、様々なものが不要となり、粗大ごみとして捨てられます。粗大ごみについて基本事項を確認しましょう。

粗大ごみとは	家庭で生じたごみのうち、村指定のごみ袋に入らず、ごみ収集車で収集できない大型のごみのこと。
自己搬入	村内にお住まいの方が、家庭から生じた粗大ごみを自身で環境センター山都工場に搬入する場合は、無料で受け入れられています。 平日（月曜日～金曜日）8時30分～16時30分／土曜日8時30分～12時00分
工場では処理できないものの例	- 法律で製造企業によるリサイクルが義務付けられている家電リサイクル対象品（テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機、エアコン）は搬入できません。 - プラスチック製農業用資材（一般家庭菜園で使用したものは除く）、事業で排出された産業廃棄物は搬入できません。 - 畳や建具（ふすまやサッシ）は、改築・改装に伴う事業系廃棄物のため、搬入できません。リフォーム事業者に処分を依頼してください。

問い合わせ 環境センター山都工場 ☎ 0241-38-3005 / 役場住民課 ☎ 23-3113

冬本番！

除雪作業にご理解とご協力を

●県及び村からのお願い

冬期間の除雪は、住民の皆様のご理解、ご協力が必要不可欠です。除雪作業を安全かつ速やかに行うため、次のことにご協力ください。

道路除雪にご協力を

◆除雪作業車に近付かない

除雪車は、周囲が見えづらいため、近付くと大変危険です。

◆深夜・早朝除雪にご理解ください

冬期間の道路交通の確保と皆さんの生活を守るため、深夜・早朝から道路の除雪を行います。除雪作業を効率よく行つたために、ご理解とご協力をお願いします。

◆除雪作業が遅れる場合があります

除雪作業はできるだけ早い時間に行うことに努めていますが、降雪時間や積雪状況によっては、作業が遅れる場合があります。順次、作業を行いますので、ご了承ください。

◆出入口の除雪は各家庭で

「除雪車が出入口に雪を置いていくので困る」という苦情がありますが、道路除雪作業は皆様のご協力のもと成り立っています。ご迷惑をおかけしますが、間口の雪処理にご理解とご協力をお願いします。

◆路上駐車をしない

路上駐車している車輛があると、除雪の遅れやその先の除雪ができなくなる場合があります。



除雪中の事故防止に努めましょう

除雪作業に対する慣れや過信、油断は重大な事故を招く場合がありますので、次の点に注意してください。

①除雪車の雪詰まりや給油などは、エンジンンを切った事を確認した後に行ってください。

②屋根の雪下ろしの際は、気温の上昇に注意してください。

また、1人での雪下ろしはやめ、家族や近所の人に知らせてから行ってください。

③流雪溝の利用後は、必ず蓋を開めてください。流雪溝を開けておくと人が転落したり、除雪車で損傷させるなど、重大事故につながる恐れがあります。



除雪の要請は区長を通じて連絡を

個人からの除雪の要請に応じることではできませんので、まずは各行政区長へご相談ください。



雪に備え除雪出動式開催

本格的な除雪シーズン前に、除雪作業員の出動式が行われました。

遠藤村長より村民の交通確保のため、安全第一で作業にあたってくださいとあいさつがありました。

村では、直営作業員及び委託事業者で除雪業務にあたり、村道の維持と安全を図ります。



問い合わせ

【村道等の除雪】

北塩原村建設課

☎(23)3261

【国道・県道等の除雪】

①北山・大塩地区

福島県喜多方建設事務所

☎0241(24)5720

②松原・裏磐梯地区

福島県猪苗代土木事務所

☎0242(62)3102

空き家の解体と利活用・移住補助金について

令和3年に北塩原村は空き家等対策計画を策定。特定空き家の代執行等が可能となりました。

空き家の様々なリスクを回避する為に、村では空き家利活用事業を開始、解体に補助金を用意しています。

解体・撤去

下記該当空き家は解体を！

- ☐ 柱が傾いている・腐っている
- ☐ 床全面がフカフカする（※土台が腐敗）
- ☐ 屋根が広範囲で損傷・水が入っている
- ☐ 外壁が剥がれ下地が見える



北塩原村空き家等解体撤去補助金

- ▶補助額 最大50万円（対象経費の1/3）
- ▶対象空き家 倒壊の恐れ・利活用見込みが無い家
- ▶対象者 空き家所有者等
- ▶補助対象 解体撤去費・解体撤去に伴う廃棄物処分費

特定空き家とならない様早めの除却をご検討下さい



住まいのバトンタッチ

下記の空き家は当事業での利活用を！

- ☐ 解体対象空き家状態に該当しない
- ☐ 竣工が昭和56年6月以降、もしくは大幅な耐震改修を要さない家
- ☐ 向こう10年利用予定が無い家
- ☐ 権利整理済物件



住まいのバトンタッチ事業の流れ



空き家バンク

管理状態が良い家・別荘・土地を所有し売却・賃貸をしたい方は活用を！

- ☐ 解体対象空き家状態に該当しない
- ☐ 鳥獣の出入りが無い
- ☐ 権利整理済物件
- ☐ 村ホームページへ物件情報掲載可
- 【空き家バンク登録時のポイント】
- ☐ 登記済 ☐ 土地建物所有権等の整理済

※物件売買賃貸契約に村は関与しません

北塩原村の空き家状態の賃貸・売買物件情報を村のホームページ等で公開し、定住目的の空き家利用希望者に対して紹介をする制度

空き家バンクの流れ



「空き家の利活用」に使える補助金制度

【北塩原村】空き家改修補助金

- ▶補助額 最大150万円（対象経費の1/2）
- ▶補助対象 空き家購入者が定住の為に空き家バンク掲載物件を改修する工事（外構工事以外・村内事業者への発注のみ）

【福島県】空き家対策総合支援事業

- ▶補助対象 ①空き家解体処分費（最大80万円）②空き家改修費（最大250万円）③状況調査費（最大37,500円）
- ▶対象者 移住者・若者子育て世帯・2地域居住者等 ※令和5年度分11月締め切り済 ※令和6年度同等事業実施予定

住宅取得・移住の補助金

【県・村】移住促進住宅取得支援事業

- ▶補助額 県外から最大200万円 県内から 最大100万円（対象経費の1/2）
- ▶補助対象 関係法令適合住宅の取得経費（土地・外構工事費除く）
- ▶対象者 定住予定者（行政区加入等の条件有）

【県・村】移住支援金給付事業

- ▶補助額 単身60万円 2人以上100万円 ※子1人につき100万円加算有
- ▶対象者 移住前東京圏在住で都内通勤者（5年以上）で、移住後に補助要件を満たす就業をする者

求む！物件情報！

- ☒ 賃貸売却意向がある物件情報
- ☒ 「住まいのバトンタッチ」候補物件
- ☒ 磐梯山が見える眺望が良い土地情報



【空き家・移住問合せ先】企画室 TEL 23-3112

税について考える Vol.23

～相続登記の義務化について～

令和6年4月1日から相続登記が義務化されます！

Q1 不動産（土地・家屋）の相続登記が義務化されるのはなぜですか？

A1 相続登記がされないため、登記簿を見ても現在の所有者がわからない「所有者不明土地」が全国で増加し、周辺の環境悪化や公共工事の阻害など社会問題になっています。この問題解決のため、令和3年に法律が改正され、これまで任意だった相続登記が義務化されることになりました。

Q2 相続登記の義務化とはどういう内容ですか？

A2 相続人は、不動産（土地・家屋）を相続で取得したことを知った日から3年以内に相続登記をすることが法律上の義務になります。法務局に申請する必要があります。正当な理由がないのに相続登記をしない場合、10万円以下の過料が科される場合があります。

Q3 義務化が始まるのはいつからですか？始まった後に対応すれば大丈夫ですか？

A3 「相続登記の義務化」は、令和6年4月1日から始まります。今のうちから備えておくことが重要です。また、令和6年4月1日より前に相続した不動産も相続登記がされていないものは、義務化の対象になります（3年間の猶予期間があります）ので、ご注意ください。

喜多方消防本部からのお知らせ

暖房器具による火災にご注意ください！

寒い時期を迎え、暖房器具を使用する機会が増えてきました。暖房器具は使い方を誤ると火災の原因になります。正しい使い方を確認して火災を未然に防ぎましょう。



暖房器具火災を防ぐポイント

- 1 給油するときは火を消してから行いましょう
燃焼中の給油は、こぼれた灯油に引火するなど非常に危険です。
- 2 暖房器具の上で洗濯物を乾かさないようにしましょう
暖房器具の上に落下し火災が発生する恐れがあります。
- 3 燃えやすいものは暖房器具から20cm以上離して設置しましょう
カーテンや衣類、布団などが暖房器具に接触し燃え移る可能性があります。
- 4 就寝前や外出するときには必ず火を消す
布団等が高温部に接触して火災となる恐れがあります。



薪ストーブ使用時の注意点

- 1 定期的に点検・清掃をしましょう
煙突に煤（すす）が溜まっていると、煙道火災の原因になる恐れがあります。
専門業者などに依頼して定期的に点検・清掃をして下さい。
- 2 薪は十分に乾燥させてから使用してください
湿っていたり、一度にたくさん入れたりすると、多量の煙や臭い^{すす}煤を発生させます。
- 3 こまめに換気しましょう
空気中に酸素がなくなると不完全燃焼に繋がり、一酸化炭素中毒を起こす恐れがあります。
こまめに換気をして新鮮な空気を取り込みましょう。



災害情報案内ダイヤル(0241-23-3311)終了のお知らせ

長年ご利用いただいていた災害情報案内ダイヤル(0241-23-3311)が通信業者の全国的なサービス終了に伴い、令和5年12月末で終了します。

今後の災害案内については、喜多方消防署公式X(旧twitter)または「あいべあ」をご覧ください。

問い合わせ 喜多方消防署 ☎ 0241 (22) 6211 北塩原分署 ☎ 0241 (32) 2020

きたしおばらから (魅力発信!)



Monthly
Reporter

皆川 健太郎
みながわ けんたろう



こんにちは、皆川です。地域おこし協力隊になって2年半が過ぎました。その間、村の移住促進と空き家対策の担当として、主に空き家の現状調査から、空き家バンクの運営、空き家相談等の対応をしています。

しかしながら、一口に空き家相談と言っても、空き家になった経緯は人それぞれで、その課題も多岐にわたります。そのため、専門的な知識の中から整理し対策しないと進展しないことが多いのが現状です。

そこで、今までの空き家対策の経験を活かすため、体系的な学びが必要と思い、この度「空き家相談士」の講座を受講し、資格を取得しました。

空き家相談士としての使命と役割は、①空き家が抱えている相続やその他の法律関係の問題点を解決し、その物件の地域性・特性を踏まえてリフォーム・リノベーションを行って、より高い価値の物件へと転用すること、②空き家を取り巻く社会環境、法律、税務、登記、相続、建築に関する知識を身に着けること。

空き家相談士とは、これらの見識をもって依頼者の相談に乗り、社会に貢献していく重要な役割を担っている専門の資格者ということです。(全国空き家相談士協会 空き家相談士手引きより抜粋)

これからも、少しでもお役に立てるよう努力してまいりますので、お気軽にご相談ください。



北塩原村健康づくりスローガン入選作品

「健康」・「運動」・「食」・「つながり」～健康長寿の村を目指して～をテーマに、健康づくりに関するスローガンを募集したところ、小学生・中学生・一般の部、計42作品の応募をいただき、選考会において、入選作品を決定しました。

みなさまから応募いただいた作品は、健康づくりに関する事業等において、広く活用させていただきます。ありがとうございました。

【最優秀賞】

「食生活
みんなで見直し
長寿村」
(裏磐梯中 3年 佐藤大和さん)



《小学生の部》

【優秀賞】

「健康のために 今日から動こう！」
(裏磐梯小 6年 黒江美羽さん)

【入賞】

「長生きで 楽しい未来 味わおう」
(さくら小 4年 千田晴馬さん)
「ごはんだよ みんなで食べると おいしいね」
(さくら小 5年 武藤日向実さん)

《中学生の部》

【優秀賞】

「幸せな 時間をのぼそう 健康で」
(第一中 3年 渡部里桜さん)

【入賞】

「バランス良い食事と 適度な運動で健康な自分へ」
(裏磐梯中 1年 黒江晴登さん)
「健康は 適度な運動、食事のバランス
地域のつながりから」
(裏磐梯中 3年 青木孝汰郎さん)
「健康は 笑顔づくりの 第一歩」
(裏磐梯中 3年 六角日和さん)

《一般の部》

【優秀賞】

「いきいきと 地域の輪となる 幸齢者」
(北山2区 武藤豊昭さん)
「毎日歯みがき輝く笑顔 8020健康長寿」
(裏磐梯小勤務 小坂橋綾子さん)

【入賞】

「元気な身体 強い心 毎日えがおで感謝の気持ち」
(松陽台 金子京子さん)
「あれ食べない これ食べないは言いません
何でも食べます良く噛んで」
(早稲沢 佐藤美智子さん)
「健康は、何よりも勝る 宝なり」
(蛇平 遠藤良雄さん)

令和5年度 北塩原村青少年健全育成標語

北塩原村青少年健全育成村民会議の標語をあいさつ運動、家族のきずな、非行防止などをテーマとし募集したところ、村内の小中学生から57作品の応募がありました。

今年度の入賞者が決まり、さくらふれあい文化祭・裏磐梯文化祭の場で遠藤和夫会長より表彰状と記念品が贈られました。入賞者と作品は以下のとおりです。



▲地区文化祭にて表彰を行いました

■小学生の部

【最優秀賞】

・さくら小学校6年 高橋 柚蘭（小学校高学年の部）
「 家族への 素直な気持ち ありがとう 」

【優秀賞】

・裏磐梯小学校2年 五十嵐 遊大（小学校低学年の部）
「 おはようは なかよくなれる じゅもんだよ 」

【優秀賞】

・さくら小学校4年 千田 晴馬（小学校中学年の部）
「 「楽しい」は みんなでつくる たからもの 」

■中学生の部

【最優秀賞】

・裏磐梯中学校1年 水野 由華（中学校1年生の部）
「 あいさつは 絆深める 愛言葉 」

【優秀賞】

・第一中学校2年 武藤 はなえ（中学校2年生の部）
「 夕食後 たまには家族と お喋り会 」

【優秀賞】

・裏磐梯中学校3年 齋藤 史弥（中学校3年生の部）
「 食卓に 笑顔が揃う 午後七時 」

西会津町・北塩原村ビーチボールバレー交流大会

11月26日（日）北塩原村民体育館で、「西会津町・北塩原村ビーチボールバレー大会」が開催され、北塩原村から4チーム、西会津町4チームの合計8チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。



▲白熱した決勝戦



▲準優勝のリップスティックゴールド

大会結果

- ・優勝・・・群岡バレーボールチーム（西会津町）
- ・準優勝・・・リップスティックゴールド（北塩原村）
- ・3位・・・ショーヨー BVC A チーム（北塩原村）
- ・MVP・・・長谷川 学（西会津町）

*「ビーチボールバレー」は、やわらかなボールを打ち合います。楽しく、気持ちよく、身体を動かしてみませんか。詳しくは、各チーム、公民館までお問合せください。

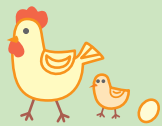
今後の公民館関連事業のお知らせ

※予定が変更となる場合がありますのでご了承願います。

①家庭教育支援事業
日時:12月11日(月)
場所:裏磐梯中学校

②ボルダリング教室
日時:12月26日(火)
場所:クライミングジム ハレロック

③少年少女スキー教室
日時:令和6年1月20日(土)
場所:裏磐梯スキー場



さくらふれあい文化祭・裏磐梯文化祭が開催されました

第 17 回 さくらふれあい 文化祭

11月4日（土）にさくら小学校において、「さくらふれあい文化祭」が4年ぶりに開催され、演劇や歌などの芸能発表と、絵画や書道などの作品展示が行われました。

小学生や幼稚園の子どもたちの劇やダンスなどの発表のほか、地域の方による伝統芸能の披露もあり、来場者からは温かい拍手が送られました。

また、会場内には、子どもたちや地域の方々の多くの作品が展示され、来場者の目を楽しませました。



▲園児による元気なダンス



▲児童による劇とダンス



▲KSB 虹彩コーラスによる合唱

第 27 回 裏磐梯文化祭

11月10日（金）に裏磐梯小学校において、「裏磐梯文化祭」が4年ぶりに開催されました。幼稚園児による元気いっぱいのダンス、小学生の工夫を凝らした劇、中学生による合唱・合奏、長寿会による踊りなどの発表があり、会場から多くの声援と拍手が送られました。

また、会場内には幼稚園・小学校・児童クラブ・中学校・地域の方の作品が展示され、来場者が熱心に鑑賞している姿が見られました。



▲園児によるかわいらしいダンス



▲児童による息の合った合奏



▲来場者全員での合唱

※さくらふれあい文化祭・裏磐梯文化祭で地域の方が出展した作品は、生涯学習センターにて展示しております。
(12月15日まで)

北塩原村探研クラブ第4弾

『耶麻郡小沼組絵図を読む』を開催しました！

村文化財保護審議委員の高橋明先生をお招きし、村指定文化財「耶麻郡小沼組絵図」には何が書いてあるのかをお話ししていただきました。

参加者は、身近な場所が江戸時代にはどんな様子だったのかを興味深く聞き入っている様子でした。

「耶麻郡小沼組絵図」は現在修復中です。修復の様子は、村ホームページに掲載している「小沼組絵図かわら版」をご覧ください。



▲熱心にご講演される高橋明先生

骨粗しょう症を知っていますか？

村では、9月に40歳以上の女性を対象に骨粗しょう症検診を行いました。今年度は要精密検査が18%、要指導が60%という結果でした。

●骨粗しょう症はどんな病気？

骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。特に、女性は閉経後のホルモンにより骨がもろくなりやすいです。

骨折しやすい部位は右のとおりです。



骨粗しょう症は、痛みなどの自覚症状がないことが多いため定期的に骨密度検査を受けることが大切です。

●骨粗しょう症を予防するためには？

骨粗しょう症予防の三本柱

食 事

特に重要なのは**カルシウム**の摂取ですが、カルシウムの吸収を助ける**ビタミンD**、骨が作られるのを助ける**ビタミンK**、たんぱく質、ミネラルなどバランスよく様々な栄養が必要です。

運 動

ウォーキングなど適度な運動は、骨に圧力が加わり骨を強くします。また、運動をすると全身の血液の流れが良くなり、骨を作る細胞のはたらきも活発になります。

日光浴

日光に当たると、骨の吸収をよくする**ビタミンD**が活性化され、強い骨を作るのに役立ちます。1日15分ほど日光に当たれば十分です。

骨粗しょう症予防の食事

カルシウム

骨の材料になります。

《乳製品》

牛乳、スキムミルク、チーズ、ヨーグルト

《大豆製品》

納豆、木綿豆腐、がんもどき、凍り豆腐

《魚介類》

ししゃも、干し海老、しじみ、いわし丸干し

《野菜類》

ひじき、小松菜、チンゲンサイ



ビタミンD

カルシウムの吸収を促し、筋力を高める。

《魚介類》

しらす干し、さけ、いわし、さんま、ぶり

《野菜類》

きくらげ、干しいたけ



ビタミンK

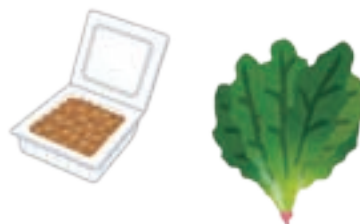
カルシウムを骨に取り込む。

《野菜》

モロヘイヤ、小松菜、ほうれん草

《その他》

納豆、干しわかめ、鶏もも肉



南東北裏磐梯診療所からのお知らせ

風邪かなと思ったら・・・

寒くなり、風邪、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症に注意しなければならない季節となりました。そこで、この3つの症状の違いなどをご説明します。

	風邪	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
原因	ウイルス(コロナ、ライノ等)	インフルエンザウイルス	新型コロナウイルス
潜伏期間	2～4日	2～5日	1～14日
感染経路	飛沫・接触	飛沫・接触	飛沫・接触・エアロゾル※
主な症状	発熱 咳・のどの痛み・鼻水	高熱 咳・のどの痛み・鼻水 関節痛・筋肉痛	発熱 咳・痰・味覚嗅覚障害 筋肉痛・倦怠感
検査方法	なし	抗原検査	抗原検査・PCR検査
治療法	対症療法	抗インフルエンザ薬 (タミフル、ゾフルーザ等)	対症療法
予防方法	手洗い、うがい、マスクの着用		

※エアロゾル感染とは、空気中に浮遊しているウイルスで感染すること。

症状はどれも似ていますが、それぞれに特徴的な症状もあります。

風邪かな？と思ったら、まずは周囲の人にうつさないように気を付けながら生活しましょう。一般的な風邪なら3～4日で症状は改善しますが、症状が良ならない場合は医療機関に相談しましょう。

裏磐梯診療所では、インフルエンザ・新型コロナ、それぞれの抗原検査も対応しております。
また、抗インフルエンザ薬も常備しております。
ただし、感染拡大を防ぐため、院内での診察はご遠慮いただいております。
まずはお電話でご相談ください、受診方法をご案内いたします。

問い合わせ 南東北裏磐梯診療所 ☎ 32-2009

食改さんのお役立ちレシピ!!

カルシウムたっぷり 「いわしの炊き込みごはん」



今回は11月の骨の健康教室でカルシウムたっぷり料理の試食として作った簡単おいしい骨太料理をご紹介します♪

作り方

- ①炊飯器の内釜に米を入れ2合の目盛りより少なめの水を加え、30分程度浸す。
- ②まいたけはほぐし、油揚げは短冊切にする。
- ③①に②といわしの缶詰(汁ごと)、塩を入れ普通に炊く。
- ④炊きあがったら、スキムミルクとすりごまを加えて混ぜる。器に盛り、しその葉を添える。

「いわしの炊き込みごはん」

材料：4人分

- ・米……………2合
- ・水……………適量
- ・まいたけ……………1パック(100g)
- ・油揚げ……………1枚
- ・いわし缶(しょうゆ)……………1缶
- ・塩……………小さじ1/2
- ・スキムミルク……………大さじ1
- ・すりごま(白)……………大さじ3
- ・しその葉(刻む)……………4枚



お知らせ・募集

要介護者に対する税法上の 障害者控除

障害者手帳等の交付を受けていない満65歳以上の要介護（要支援は除く）認定者からの申請に基づき、「障害者控除対象者認定書」を発行することで、税申告の際に提出することで、税法上の障害者控除を受けられます。

なお、申告する本人または扶養親族の所得額によつては障害者控除には該当しない場合があるほか、税額に影響しないこともあります。

○「障害者控除対象者認定書」交付対象者

- ① 令和5年12月31日時点で、本村住民票に記載されている満65歳以上の方
- ② 障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けていない方
- ③ 介護保険の要介護度1～5の認定を受けている方

○申請方法

役場本庁、又は合同庁舎に次の書類をお持ちください。

- ① 障害者控除対象者認定申請書（窓口へ備えてあります）
- ② 介護保険被保険者証、又は介護保険資格者証
- ③ 印鑑
- ④ 身分確認証（免許証、マイナンバーカードなど）

○その他

申請から交付（郵送）まで約1週間かかります。確定申告（令和6年3月15日）までに必要な場合は、早めの申請をお願いします。

なお、「障害者控除対象者認定書」の提出先は、税務署や勤務先となります。ご利用に関する詳細は税務署や勤務先にお問い合わせください。

○問い合わせ

住民課 ☎(23) 31113

生理用品の無償配布

福島県事業「コロナ禍における女性のつながりサポート事業」により、新型コロナウイルス感染症の影響により生活に困難や不安を抱える女性を支援するため、役場本庁住民課及び北塩原村社会福祉協議会にて生理用品の配布を行っています。

生理用品が必要な方は、お気軽にこ来庁のうえ、住民課女性職員にお声かけください。

○問い合わせ

住民課 ☎(23) 31113
社会福祉協議会 ☎(28) 3757

12月10日から12月16日は
北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

1970年代から80年代にかけて北朝鮮により多くの日本人が拉致され、現在17名が拉致被害者として認定されています。

拉致問題は喫緊の国民的課題であり、この問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

福島県では、週中の12月11日（月）から15日（金）まで本庁舎・西庁舎の渡り廊下において拉致問題に関するパネル展示を行いますので、ぜひご覧ください。

○問い合わせ

福島県生活環境部男女共生課
☎024-1521-17188

今月の予定

【納税】

- ・村県民税（4期分）
- ・国民健康保険税（5期分）
- ・介護保険料（5期分）
- ・後期高齢者医療保険料（5期分）
- ・住宅使用料（12月分）
- ・上下水道使用料（11月分）

村税等の納入は簡単・便利で確実な口座振替をご利用ください

【行政相談】

行政相談では、国・県・市町村・特殊法人などの仕事に関する苦情や意見、要望を受け付け、解決のお手伝いをします。

【今月の行政相談】

- 月日 12月25日（月）
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 場所 自然環境活用センター
- 行政相談委員 高橋 光秋
- 問い合わせ 総務企画課
☎(23) 31111

会津保健福祉事務所からのお知らせ

こころの健康相談

うつ状態、ひきこもり、アルコール問題など、精神的な悩みを持つ方やその家族の相談に応じます。匿名での相談も受け付けます。

○月日 12月19日（火）

ひきこもり家族教室

主に20代から30代のひきこもり問題を抱えている家族のための交流と学習の場です。

○月日 12月22日（金）

○問い合わせ

会津保健福祉事務所
☎0242(29) 5275

休日当番医

12月10日(日)	君島内科消化器科クリニック	☎24-5800
12月17日(日)	くまたクリニック	☎28-1233
12月24日(日)	高橋小児クリニック	☎25-7066
1月7日(日)	武田医院	☎27-4031
1月8日(日)	手代木医院	☎22-0034

第二次救急当番医

第2次救急当番医は、休日・夜間に入院治療を必要とする重症患者の救急医療体制です。

12月10日(日)	佐原病院	☎22-5321
12月17日(日)	会津医療センター	☎0242-75-2100
12月24日(日)	有隣病院	☎24-5021
12月31日(日)	佐原病院	☎22-5321
1月1日(月)	会津医療センター	☎0242-75-2100
1月2日(火)	有隣病院	☎24-5021
1月3日(水)	佐原病院	☎22-5321
1月7日(日)	会津医療センター	☎0242-75-2100
1月8日(月)	有隣病院	☎24-5021

戸籍の窓口

令和5年12月1日現在の人口

- 男1,221人 ●女1,197人
- 計2,418人（前月比±0）（外国人含む）
- 転入11 ●転出9
- 出生0 ●死亡2
- 世帯数 1,072（前月比+6）

ご結婚おめでとう！



大竹 剛志（上川前）
清水 怜菜（会津若松市）

お悔やみ申し上げます

- ・鈴木 直光〈70歳〉（正勝・妻の弟）北山一区
- ・岩 渕 恵子〈74歳〉（由里江・母）北山三区



会津学生寮の入寮者募集

会津学生寮では、東京近郊の4年制の大学に就学する男子学生を対象に入寮者を募集します。

○会津学生寮の所在地
東京都文京区千石1-4-16
(JR山手線巣鴨駅下車)

○応募資格

・次のすべてに該当する男子生徒
・現在会津に居住している又は保護者等が会津出身であること
・原則として4年制の大学に入学する者
・又は第2学年に進級する在学学生
・心身ともに健康で共同生活ができる者

○募集人数

15名程度

○費用

入寮金7万円、月額寮費4万7千円、個室電気料2千円(個室で月々土曜まで朝夕食付)

○申し込み方法

村教育委員会・会津管内県立高校に備え付けの入寮願用紙に必要事項を記入し、会津学生寮宛に申し込む。

なお、入寮願用紙は会津学生寮のホームページからもダウンロードできます。

○申込期間

令和6年1月11日(木)～

○問い合わせ

会津学生寮

☎031394710325

消費税のインボイス制度説明会

事業者向けの「インボイス制度説明会」を開催します。事前予約制です。お問い合わせください。

○日時 12月14日(木)
課税事業者の方向け 午前10時～正午
免税事業者の方向け 午後1時30分～3時30分

○場所

喜多方税務署2階会議室
※「登録要否相談会」の事前予約は随時受け付けています。

○問い合わせ

喜多方税務署 調査部門
☎02441(24)5057(直通)

村内の空間放射線量の測定値について (令和5年11月)

地区別 測定日	北山地区 (役場本庁前)	大塩地区 (活性化センター前)	松原地区 (松原出張所前)	裏磐梯地区 (裏磐梯合庁前)
11月17日	0.061	0.100	0.093	0.067
11月 3日	0.050	0.086	0.090	0.054

【住民課生活班】電話(23)3113

学校別 測定日	さくら 幼稚園	裏磐梯 幼稚園	さくら 小学校	裏磐梯 小学校	第一 中学校	裏磐梯 中学校
11月17日	0.092	0.097	0.083	0.106	0.103	0.128
11月 3日	0.076	0.087	0.084	0.073	0.105	0.115

【教育委員会教育班】電話(23)5237

※測定方法：リアルタイム線量システム

※単位：マイクロシーベルト

●福島県放射能測定マップ(県ホームページ)で詳細なデータを確認することができます。

福島県放射能測定マップで検索 <https://fukushima-radioactivity.jp/pc/>

村育英事業 令和6年度奨学生募集

村では、高校生、専門学校生、大学生、短大生を対象に、無利子で奨学金の貸付を行っています(所得審査・連帯保証人審査等あり)。

■応募資格

高等学校、専門学校及び大学(短期大学を含む)進学予定者(在学中も含む)で成績優秀かつ学費等の支出が困難な方

区分	貸付金額	
	月額	入学一時金
高等学校	2万円以内	20万円以内
短期大学(専門学校・高等専門学校含む)	3万円以内	50万円以内
大学	4万円以内	50万円以内

*貸付期間…正規の修学期間

受付期間	令和6年1月9日(火)～2月8日(木)まで
募集人数	5名
必要書類	○奨学生願書 ○奨学生推薦書 ○健康診断書 ○成績証明書 ○収入に関する証明書(家族全員) ○住民票(世帯全員分) *申請書は教育委員会にあります。
奨学生の決定	令和6年3月の選考委員会にて決定し、お知らせします。
貸付時期	前期…4月25日(入学一時金も同時期) 後期…10月25日
奨学金の返還	卒業1年後から8年間で限度として返還 (上級学校等に進学したときは、申請によりその在学期間中返還を猶予することができます。) *返還期日 半年賦…8月25日、3月25日 年賦…3月25日

問い合わせ 教育委員会教育課 ☎23-5237

文芸のひろば

北塩原短歌会

刈り終えた 田んぼに集う 小鳥達 朝日を浴びて 落ち穂ついばむ 大塩 鈴木 みち子

会社へと 出かけた息子の 靴の下 ナラの葉一枚 紅葉の押し葉 大塩 鈴木 タケ子

明日又 何があるのか こよみ見る 出る事多く それも生きがえに 大塩 五十嵐 良子

いつの間に 赤く染った 草もみじ 磐梯山も 雪の便りが 大塩 高橋 みす江

晩秋に 畑一面 咲く花は 我が植えし花 マリーゴールド 大塩 赤城 セイ子

病の友を 見舞って想う 安堵と 八十路の坂と 一人居のきびしさ 大塩 高橋 郁子

また一日 始まる空の しらじらと 明け行く山際 染める朝焼け 下川前 赤城 弘美

立冬も 過ぎ行き山は 唐松の葉 黄金色なり パラパラ舞いる 松原 佐々木 キミ子

時ならぬ 夜明けの雨に 目覚めれば 雲の下より 五色の紅葉 北山 武藤 敏子

去年ここに 咲きしコスモス 今年また ここに咲き出でて 年また巡る 北山 佐藤 裕子

白百合俳句会

一間を解いては話す子夜長かな 朝霧やふはりふはりと熱気球 鈴木 隆一郎 中川 幸恵

赤とんぼ指に止まるをながむれば 佐藤 信子

～姿を変えてしまった銅沼～

皆さん、こんにちは。協力隊の金です。本日は銅沼についてお話します。
銅沼は、1888年に磐梯山が岩なだれを起こした際に生まれた沼で、酸性度がとても強く鉄分を豊富に含んでいるため、沼が赤茶けて見えます。今年その銅沼にある異変が起きました。通常、銅沼は雪解けシーズンから梅雨にかけて一番水位が上がります。その後、秋頃にかけて水位が下がるのですが、今年はその水位低下が凄まじく、10月にはなんと沼底が露出するという現象が起きました。『ここまで水位が下がった銅沼は今まで見たことがない』と、磐梯山噴火記念館の佐藤館長も驚いていました。

この変化に気づいたきっかけは、9月中旬に『保全モニタリング』の一環で銅沼に行ったときでした。当ジオパークでは年に一度、各ジオサイトの安全面の確認や地形地質に変化がないか記録をしています。この活動のお陰で、銅沼の変化にいち早く気づくことができました。水位低下の要因については、現在専門家と調査中ですが、定期的にモニタリングを行うことが、いかに重要であるかを改めて感じた瞬間でした。

これから雪が積もると銅沼が見られなくなってしまうと思いますが、来年も引き続きこの変化を注意深く見守っていききたいと思います。



▲通常の銅沼。
2023年7月24日撮影



▲沼底が露出してしまった銅沼。
2023年10月27日撮影。

自然つらら 裏磐梯ビジターセンター通信

裏磐梯ビジターセンター ☎ 32-2850

最高 31.9℃

※8/31 松原

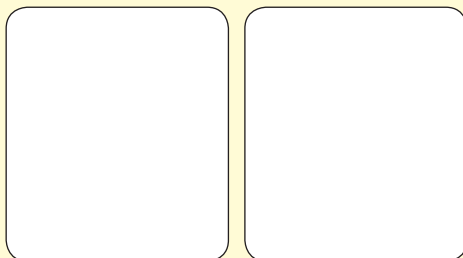
今年をふり返って ～ プチアルバムを作ってみよう! ～

今年の夏は、記録的な暑さでしたね。いつもと違った2023年の自然。

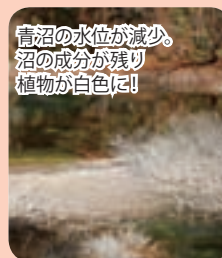
みなさんが印象に残った自然は、どんなことでしょう。

絵を描いたり、写真を貼り付けたりして、記録を残してみませんか? →→→

2023年の自然は、
こうだったよ!



20年後のわたしへ



裏磐梯ビジターセンターがオープンした20年前は、**涼しい夏**と表現されていて、最高でも**28.9℃**。この先、20年後は、どんな風になっているでしょうね。

【お知らせ】 年末年始 12月29日(金)～1月3日(水) について

・案内窓口は、お休みします。 ※仮設事務所：裏磐梯物産館内
・裏磐梯ビジターセンター公衆トイレは閉鎖します。

【問い合わせ】 ☎ 32-2850