

～五色沼入口観光プラザオープン～



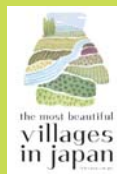
～今月の主な内容～

- P2 きたしおぼらトピックス
- P3 地域おこし協力隊
- P4 生涯学習だより
- P6 健康通信
- P8 お知らせ
- P10 ジオパーク通信・自然コラム

国道459号の交通渋滞解消と五色沼入口周辺の駐車場不足等に対応するため整備を進めていた「五色沼入口観光プラザ」が5月24日、オープンしました。

同プラザは、裏磐梯ビジターセンター駐車場西側に立地し、休憩所やトイレ、収容台数100台の駐車場があります。また、裏磐梯観光協会の事務所が入り、観光案内も行うことから、裏磐梯観光の拠点施設として期待が高まります。

オープンセレモニーでは、小椋敏一村長ら関係者がテープカットを行い、施設の開館を盛大に祝いました。施設の開館時間は午前9時から午後5時です。



北塩原村は「日本で最も美しい村」連合と「ジオパークネットワーク」に加盟しています。



5月16日(水) 北塩原第一中学校 稲作体験

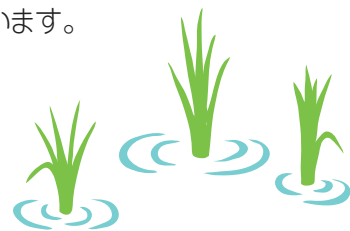


5月16日(水)に第一中学校の生徒による田植えが行われました。

稲作体験学習として例年行われているもので、内海周さんの水田をお借りして取り組んでいます。

水田にマス目を付ける作業から生徒自身が行い、内海さんのご指導の下一生懸命苗を植えている姿が見られました。

6月には草取りを行う予定となっています。



5月27日(日) 第61回磐梯山開き ～磐梯山噴火130周年～

磐梯山開きを5月27日(日)、猪苗代・磐梯町・北塩原村の各登山口で行い、記念ペナントや記念はがきを配りました。

当日は快晴となり、約4,500名が参加し、磐梯山の山頂を目指してさわやかな新緑の中を歩きました。

また、弘法清水では青空郵便局が開局され、登山者は旅の思い出などを記念はがきにしたためていました。大阪からこられた登山者からは、「母の還暦祝いで登りに来ました。とても綺麗で、来てよかった」とおっしゃっていました。

皆さんも、健康増進のため、磐梯山登山をしてみてください。



▲磐梯山頂の様子

5月27日(日) 第37回ファミリーサイクリング大会について



▲サイクリング大会開会

第37回磐原湖一周ファミリーサイクリング大会を5月27日(日)、休暇村裏磐梯をスタート・ゴールに行いました。

約1,000名の方が参加し、心地よい初夏の風が吹く裏磐梯を自転車で駆け抜けていました。

ゴール後は、美味しい豚汁が振る舞われ、参加者は談笑しながら味わっていました。

また、表彰式では恒例の抽選会も行われ、豪華賞品が表彰者の方々に送られました。

5月22日(火) 東北電力よりLED防犯灯が寄贈されました

5月22日(火)、東北電力株式会社喜多方営業所の井関智所長が村役場を訪れ、「安全・安心なまちづくりの一環として、安全と防犯に役立ててください。」とLED防犯灯10灯を寄贈する目録を小椋村長に手渡されました。目録を受け取った小椋村長は「村民の安全・安心なまちづくりのために大切に使用させていただきます。」とお礼の言葉を述べました。

これは東北電力が社会貢献活動の一環として行っているもので、これまでも多数の防犯灯を村に寄贈頂いております。



5月23日(水) 行政相談委員 高橋光秋さん 東北管区行政評価局長表彰を受章



5月22日(火)、行政相談委員の高橋光秋さんが、東北管区行政評価局長表彰(平成21年から行政相談委員としての功績が認められ、このたび表彰を受けられたものです。)を受賞されました。

高橋さんは、23日(水)に役場を訪れ、小椋村長に受賞を報告されました。「行政相談委員」10年目を迎えた高橋さんは、積極的な活躍を誓いました。

行政相談員とは? 行政相談委員法に基づき、総務大臣が委嘱する民間ボランティア(任期2年)。地域の方々から国の仕事に関する苦情などの相談を受け付け、助言や関係機関への通知を行っています。各市町村に1人以上配置されており、全国で約5,000人、福島県内で112人(H30.4.1現在)が配置されています。(総務省福島行政監視行政相談センターHPより)。

きたしおばらから 魅力発信!



Monthly Reporter

山本 賢司

やまもと けんじ

松陽台在住・実家は神奈川です。



北塩原村地域おこし協力隊

Facebookで検索!

<https://www.facebook.com/vill.kitashiobara.okoshi/>



■地域おこし協力隊活動報告■

第29回 今年もやります!ザル菊栽培

～ザル菊について～

平成29年から栽培していたザル菊が、芽を出して順調に成長しています。

ザル菊の栽培は特に難しいことはなく、剪定を行わなくても自然と丸くなります。

これから苗を作っていきますので、育ててみたいと思われた方は農林課(23-1334)までご連絡ください。

なお、花の色は赤やピンク、黄色に白色などがありますのでお好きな色をお選びください。簡単にですが育て方などをまとめたものも作りましたので、一緒に配布させていただきます。

～エミューについて～

村が東京農業大学と連携して試験飼育しているエミューが、平成30年2月15日から卵を産み始め、合計で20個産みました。

平均で約450g、一番大きな卵は539g(鶏卵の約9個分)ありました。

初卵は孵化に適していないことから、今回産まれた卵は検査や試食に活用しました。

また、地元飲食店やお菓子屋などに調理・活用方法についてアドバイスをいただきました。



昨年のザル菊の様子



今年のザル菊の様子



上川前のエミュー



エミューの卵



～村民登山～「蓬田岳」



平成30年度村民登山は4/30(月)、総勢21名で平田村の「蓬田岳」を登りました。

当日は天候が良く、新緑に包まれた森に癒されながら、登山を楽しみました。

下山後には、ジュピアランドひらたにて芝桜を見学し、色鮮やかな芝桜を満喫しました。

◀ジュピアランドひらたにて

スポーツ推進委員の絆を深める

平成30年度耶麻地方スポーツ推進委員協議会は、5月20日にラビスパ裏磐梯で開催され、喜多方市、西会津町、北塩原村のスポーツ推進委員約30名が委員の資質の向上を図りました。

総会終了後には、ラソラックス鍼灸整骨院の小林光幸先生を招き「スポーツ障害の予防に重要なストレッチについて」と題し、講習会を実施しました。

委員等は正しいストレッチの仕方やストレッチの重要性について学び、熱心に実技を行っていました。

今後、委員等の各市町村におけるスポーツ振興への活動が期待されます。



▲実技指導を受ける推進委員等

家庭教育支援事業

食育講座『3つの色の食べ物ってなあ～に?』



5/30(水)裏磐梯幼稚園において食育講座が開催されました。

講師に栄養教諭二瓶美智子氏をお招きし、「わかってはいるけど…何を食えばいいの?」「どう選べば良いの?」などの疑問を楽しく親子で学びました。

◀「明日の朝ご飯、を親子で選ぶ様子



生涯学習だより

「学校の応援団」

地域と学校をつなぐ架け橋を目指して!

学校の応援団ってなんですか? どんなことをするの?

学校の応援団は、地域コーディネーターが学校と地域をつなぐ橋渡し役として、地域の伝統や文化、自然などの宝を地域の方々が持つ特技を活かし村内の幼稚園や小中学校で教育支援を行う活動をしています。
この活動も平成23年度から始まり8年目を迎えました。

～応援団活動記～ 第1回目 読み聞かせ会がスタート!

4月より、新年度の「学校の応援団」がスタートし、地域コーディネーターと、学校支援ボランティア員が、村内の幼稚園や小中学校において、自転車教室や、英語へ親しむための英語活動など、様々なボランティア活動を展開しています。

5月からは、本の読み聞かせ会も始まり、地域コーディネーター等が村内の幼稚園や小学校を訪問し、児童や生徒たちに読書時間を利用して、読み聞かせを行い、本へ親しむための機会づくりをサポートしています。

学校の応援団では、こうした地域全体で学校教育を支援する体制づくりを推進させ、地域の教育力の活性化を図るために活動を進めていきます。「学校の応援団」では、地域の皆さんの力をぜひともお借りたいと思っています。

興味のある方は、ぜひ私たちと一緒に頑張りましょう。



▲裏磐梯幼稚園での英語活動



▲さくら小学校での読み聞かせ会

“写真”にこだわり、50年。小椋章雄さん

生涯学習センター(大塩)では、写真展「四季の裏磐梯」(公民館主催)が開催されています。

今回の写真展は、細野在住の小椋章雄さんにご協力いただきました。小椋さんが50年以上にわたって撮影しつづけてきた裏磐梯の写真から、よりすぐりの美しい風景写真を一堂に見ることができます。

見たことのある場所でも、見たことのないような素敵な瞬間を切り取った写真の数々を、ご覧になりませんか。

場 所 北塩原村生涯学習センター (旧大塩小学校)
開館日 平日 9:00～16:30
休館日 土曜、日曜、祝日



▲有名になった一本桜の写真もあります!

※企画展「戊辰戦争と北塩原」「柏木城跡出土品速報展」「民具展」も開催中です。あわせてごらんください。

今後予定している公民館事業のお知らせ

お気軽に村公民館までご連絡ください。

- | | | |
|---|--|--|
| <p>①子育てママのリフレッシュ事業
○日程：6月24日(日)
○場所：生涯学習センター</p> <p>②両幼稚園の交流『まめっこくらぶ』
○日程：6月26日(火)
○場所：さくら幼稚園</p> | <p>③第28回北塩原村子どもの主張大会
○日程：6月29日(金)
○場所：第一中学校</p> <p>④家庭教育支援事業(子育て講座)
○日程：7月6日(金)
○場所：さくら幼稚園</p> | <p>⑤北塩原村民ふれあいゴルフ大会
○日程：7月14日(土)
○場所：猫魔ホテル猪苗代ゴルフコース</p> |
|---|--|--|



足腰の筋力は衰えていませんか?~いつまでも~はつらつと過ごすために~

基本チェックリストで今のあなたの「運動機能」の状態をチェックしてみましょう。

Q1 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか?

はい(0点) ・ いいえ(1点) ※手すりなどを使わないと昇れない場合には「いいえ(1点)」を選択

Q2 イスに座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか?

はい(0点) ・ いいえ(1点) ※何もつかまらずに立ち上がれない場合には「いいえ(1点)」を選択

Q3 15分位続けて歩いていますか?

はい(0点) ・ いいえ(1点) ※15分程度続けて歩く自信がない場合には「いいえ(1点)」を選択

Q4 この1年間に転んだことはありますか?

はい(1点) ・ いいえ(0点) ※最近1年以内に転んだことがある場合には「はい(1点)」を選択

Q5 転倒に対する不安は大きいですか?

はい(1点) ・ いいえ(0点) ※歩行時に転倒の不安がある場合には「はい(1点)」を選択

上記Q1~5の質問項目で、3点以上に該当となった方⇒足腰の機能が衰えている心配があります。

生活全般が不活発になったり、転倒を招きやすくなります。散歩や屈伸などの体操を心掛けるなど、日常生活の中で少しずつ身体活動を増やすようにしましょう。

早めにご相談のうえ、村が実施する介護予防教室「はつらつ貯筋教室」や、地域で行われている「いきいき百歳体操」などにも積極的に参加しましょう!

介護予防教室「はつらつ貯筋教室」開催のご案内

開催日時

平成30年7月~11月までの5か月間
週1回(原則毎週水曜日)の開催

時 間

午後2時~4時

開催場所

北塩原村保健センター
(大字大塩字堀田山8518番地93)

教室内容

足腰の痛みや筋力低下などの心配がある方を対象に、運動機能の向上のために、リハビリ機器を使ったパワーリハビリや介護予防のための体操などを行います。(送迎有)

対 象 者

基本チェックリストの「運動機能」のチェック項目(上記参照)等により、足腰の運動機能が低下しているおそれがあると判定された65歳以上の方(定員:20名)

※村保健師や地域包括支援センター職員が事前に身体の状態等の確認を行い、参加が適切と判断された方が対象です。

申し込み

参加を希望される方は、保健センター(電話28-3733)までお問い合わせください。



平成30年度 子宮がん検診及び骨粗しょう症検診のお知らせ

「子宮頸がん」は、特に20代後半～40代の若い年代に急増しています。早期に発見し治療すればほぼ100%治せるとも言われています。

また、子宮の奥に発生する「子宮体がん」は50代が発生のピークです。気になる方は病院で検診を受けることをお勧めします。

○対象者

【子宮がん検診】

- ①20歳以上の女性で今年度偶数年齢になる方(平成31年3月31日時点の年齢)
- ②上記①以外の20歳以上の女性で、昨年度村の子宮がん検診を受診されなかった方

【骨粗しょう症検診】40歳以上の女性の方

(平成31年3月31日時点の年齢)

○実施内容等

■集団検診(子宮頸がん検診・骨粗しょう症検診)

<実施日>6月26日(火)

<場所・時間>

今年度から、北山・大塩地区の会場が変更となりました。お間違えのないようにご注意ください。

会場名	受付時間
(裏磐梯)自然環境活用センター	9:00～9:15
(北山)村民体育館	11:00～11:15

★各会場にて、骨粗しょう症の検診(40歳以上)も同時に実施します。

<自己負担金()は検診料金>

子宮頸がん検診・・・500円(3,780円)

骨粗しょう症検診・・・500円(1,620円)

■施設検診(子宮頸がん検診 ※病院で個別に受ける検診)

<実施期間>7月1日～12月25日

<実施病院>喜多方市内・会津若松市内指定医療機関

<自己負担金()は検診料金>

子宮頸がん検診・・・1,000円(7,840円)

子宮体がん検診・・・800円(6,480円)

○受診方法

詳しくは、対象年齢の方へ個別に送付される案内をご確認ください。

今年度、子宮がん検診の対象年齢(偶数年齢)となる方には、村から受診案内が送付されます。

その他の方で、受診を希望される場合は、詳しい案内を送付しますので、保健センターまでご連絡下さい。



南東北裏磐梯診療所からのお知らせ

○問合せ

南東北裏磐梯診療所 ☎32-2009

蜂刺されとアナフィラキシーショックについて

蜂に刺されたら・・・

症状と対処法

- ・刺された部分が赤く腫れ、痛みが生じる。
→局所を流水で洗い、針が残っているときはそっと抜く。病院を受診して下さい。
- ・刺されて数分～数十分で血圧低下、呼吸困難、意識障害などの全身症状が出現したらアナフィラキシーショック!
→救急搬送が必要。最悪死につながります。

★過去に蜂に刺されたことがある方は蜂毒アレルギー反応としてアナフィラキシーショックを引き起こす危険性がありますので、一度医療機関を受診することを勧めます。



- ・裏磐梯診療所では、アナフィラキシー症状の進行を一時的に緩和しショックを防ぐための補助治療剤『エピペン』を取り扱っています。
 - ・アレルギー検査を行うことができます。
- ※詳しくは診療所にお問い合わせください

<注意>

- ・エピペンの有効時間は10分～20分です。注射後は直ちに医療機関を受診してください。
- ・処方には、年齢、体重(通常15kg未満は処方できません)などの条件があります。
- ・アナフィラキシーの既往のある方、アナフィラキシーを発現する危険性の高い方に限り保険適応となります。

お知らせ・募集

平成30年度 国家公務員
「税務職員採用試験」
(高校卒業程度)のお知らせ

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる税務職員を募集しています。

国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

●受験資格

1 平成30年4月1日において高校卒業後3年を経過していない者及び平成31年3月までに高校を卒業する見込みの者

2 人事院が1に掲げる者に準ずると認める者

●受験申込受付期間

平成30年6月18日(月)から
6月27日(水)まで

●受験申込方法

受験申込みはインターネット申込みとする。

国家公務員試験採用情報NAVI

(<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>)

●第1次試験日

平成30年9月2日(日)

●試験に関する問合せ先

仙台国税局人事

第一課試験研修係

☎022(263)1111
内線 3226

人事院東北事務局

☎022(221)2022

ひとり親家庭の就職活動をサポートします

ひとりで子育て中のお母さん、お父さん、お仕事探しに困っていませんか？

ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。

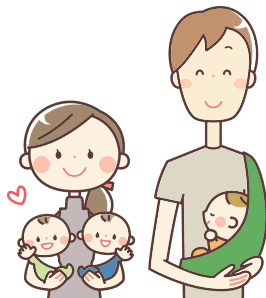
●問合せ先

福島県会津保健福祉事務所

児童家庭支援チーム

☎0242(29)5278

(平日8時30分から17時まで)



労働保険の年度更新等のお知らせ

平成30年度の労働保険の年度更新の申告期限は7月10日です。

期限までに、最寄りの銀行、郵便局、労働基準監督署、福島労働局において手続きをされますようお願いいたします。

労働保険の年度更新は電子申請を、労働保険料等の納付は口座振替をご利用ください。

●問合せ先

福島労働局総務部

労働保険徴収室

☎024(536)4607

不動産取得税の軽減制度

不動産取得税は、土地や家屋を取得したときに一度だけ納めていただく県の税金です。住宅用の土地を取得してから3年以内に住宅を新築(中古住宅の場合、1年以内に取得)した場合、住宅を取得してから1年以内にその住宅用の土地を取得した場合での一定の要件を満たすときは、これらの土地にかかる不動産取得税を減額する制度があります。

また、三世帯同居・近居住宅を取得した際の軽減措置や、災害や公共収用時などにも減免制度があります。

これらの制度は、ご本人の申請により減額・減免するものなので、該当すると思われる方は次の所にお問い合わせください。

●問合せ先

福島県会津地方振興局

県税部 不動産取得税チーム

☎0242(29)5254

戸籍の窓口

平成30年6月1日現在 ※()は前月比

- 人口 男……1,432人
女……1,379人
計……2,811人(前月比▲2)
- 世帯数……1,078戸(前月比±0)
- 転入…12人 ●転出…12人
- 出生…0人 ●死亡…2人

ご結婚おめでとう!

内田 秀人(松陽台)
遠藤 いづみ(喜多方市)

お悔やみ申し上げます

鈴木 ちよみ(壽一・母) 大塩下区
鈴木 榮子(満・母) 大久保

今月の納税など

村県民税 (1期分)
住民使用料 (6月分)
上下水道使用料 (5月分)
下水道受益者分担金 (1期分)

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!!

今月の行政相談

今月は、次の会場で相談会が開催されます。お気軽にご相談ください。
6月25日(月) 午前9時30分〜午前11時30分 生涯学習センター(大塩)
☎23-5236 行政相談委員 高橋 光秋

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

休日当番医

6月10日(日) 喜多方市地域・家庭医療センター …☎24-5320
6月17日(日) 君島内科消化器科クリニック …☎24-5800
6月24日(日) くまたクリニック …☎28-1233
7月 1日(日) 高橋小児クリニック …☎25-7066
7月 8日(日) 武田医院 …☎27-4031
7月15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。
6月10日(日) 有隣病院 …☎24-5021
6月27日(日) 佐原病院 …☎22-5321
6月24日(日) 有隣病院 …☎24-5021
7月 1日(日) 佐原病院 …☎22-5321
7月 8日(日) 有隣病院 …☎24-5021
7月15日(日) 佐原病院 …☎22-5321

お知らせ・募集

平成30年度 国家公務員
「税務職員採用試験」
(高校卒業程度)のお知らせ

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる税務職員を募集しています。

国の財政を支える税務職員に、あなたもチャレンジしてみませんか？

●受験資格

1 平成30年4月1日において高校卒業後3年を経過していない者及び平成31年3月までに高校を卒業する見込みの者

2 人事院が1に掲げる者に準ずると認める者

●受験申込受付期間

平成30年6月18日(月)から
6月27日(水)まで

●受験申込方法

受験申込みはインターネット申込みとする。

国家公務員試験採用情報NAVI

(<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>)

●第1次試験日

平成30年9月2日(日)

●試験に関する問合せ先

仙台国税局人事

第二課試験研修係

☎022(263)1111
内線 3226

人事院東北事務局

☎022(221)2022

ひとり親家庭の就職活動をサポートします

ひとりで子育て中のお母さん、お父さん、お仕事探しに困っていませんか？

ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。

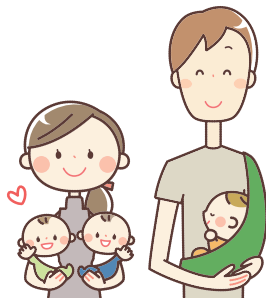
●問合せ先

福島県会津保健福祉事務所

児童家庭支援チーム

☎0242(29)5278

(平日8時30分から17時まで)



労働保険の年度更新等のお知らせ

平成30年度の労働保険の年度更新の申告期限は7月10日です。

期限までに、最寄りの銀行、郵便局、労働基準監督署、福島労働局において手続きをされますようお願いいたします。

労働保険の年度更新は電子申請を、労働保険料等の納付は口座振替をご利用ください。

●問合せ先

福島労働局総務部

労働保険徴収室

☎024(536)4607

不動産取得税の軽減制度

不動産取得税は、土地や家屋を取得したときに一度だけ納めていただく県の税金です。住宅用の土地を取得してから3年以内に住宅を新築(中古住宅の場合、1年以内に取得)した場合、住宅を取得してから1年以内にその住宅用の土地を取得した場合での一定の要件を満たすときは、これらの土地にかかる不動産取得税を減額する制度があります。

また、三世代同居・近居住宅を取得した際の軽減措置や、災害や公共収用時などにも減免制度があります。

これらの制度は、ご本人の申請により減額・減免するものなので、該当すると思われる方は次の所にお問い合わせください。

●問合せ先

福島県会津地方振興局

県税部 不動産取得税チーム

☎0242(29)5254

戸籍の窓口

平成30年6月1日現在 ※()は前月比

- 人口 男……1,432人
女……1,379人
計……2,811人(前月比▲2)
- 世帯数……1,078戸(前月比±0)
- 転入…12人 ●転出…12人
- 出生…0人 ●死亡…2人

ご結婚おめでとう!

内田 秀人(松陽台)
遠藤 いづみ(喜多方市)

お悔やみ申し上げます

鈴木 ちよみ(壽一・母) 大塩下区
鈴木 榮子(満・母) 大久保

今月の納税など

村県民税 (1期分)
住民使用料 (6月分)
上下水道使用料 (5月分)
下水道受益者分担金 (1期分)

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!!

今月の行政相談

今月は、次の会場で相談会が開催されます。お気軽にご相談ください。
6月25日(月) 午前9時30分〜午前11時30分 生涯学習センター(大塩)
☎23-5236 行政相談委員 高橋 光秋

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

休日当番医

6月10日(日) 喜多方市地域・家庭医療センター …☎24-5320
6月17日(日) 君島内科消化器科クリニック …☎24-5800
6月24日(日) くまたクリニック …☎28-1233
7月 1日(日) 高橋小児クリニック …☎25-7066
7月 8日(日) 武田医院 …☎27-4031
7月15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。
6月10日(日) 有隣病院 …☎24-5021
6月27日(日) 佐原病院 …☎22-5321
6月24日(日) 有隣病院 …☎24-5021
7月 1日(日) 佐原病院 …☎22-5321
7月 8日(日) 有隣病院 …☎24-5021
7月15日(日) 佐原病院 …☎22-5321

児童手当現況届を忘れず!

現況届は、毎年6月1日現在の状況を把握し、引き続き児童手当を受ける要件を満たしているかどうかを確認するものです。

現況届の提出がない場合、**6月分以降の児童手当が受けられなくなります**ので、ご注意ください。

●提出期限 平成30年6月29日(金)

●提出書類

・現況届 ・受給者の健康保険証の写し

●提出先

本庁住民課、裏磐梯合同庁舎(商工観光課)及び松原出張所

※現況届は5月下旬に受給者へ送付しています。

万が一書類が届いていない場合は、お手数ですが住民課までご連絡ください。

(住民課医療福祉班 ☎23-3113)

村長室へようこそ!

村長とお話しませんか。下記の日程で村長室を開放しますので、お気軽にお越しください。

6月18日(月) 9:00~12:00

●問合せ 企画室 ☎23-3112

毎年6月は「食育月間」、 毎月19日は「食育の日」です

「食育」とは、生きる上での基本であり、『様々な経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる力を育むこと』です。

子どもにも大人にも大切な「食育」

- ①家族や友人と楽しく食卓を囲む
- ②栄養バランスのとれた食事を心がける
- ③1日3食きちんと食べて生活リズムを整える
- ④早寝!早起き!朝ごはん!の実践
- ⑤家庭菜園などで野菜を栽培、料理をする
- ⑥食品の安全性に関心を持ち、
安心できる食材選びができる
- ⑦感謝の気持ちを込めて「いただきます」、
「ごちそうさま」のあいさつをする

など

実践するのは、皆さん一人ひとりです!まずは、家族や友人と一緒に食卓を囲み、“食事を楽しむ”ことから始めてみませんか?

白百合俳句会

遠足の 帰りのバスの 静けさよ
母衣重く 熊谷草の 咲きにけり
雪消えし 田に白鳥の 居残りぬ
五月晴 唸り上げる トラクター

中川 幸恵
鈴木 隆一郎
佐藤 信子
武藤 敏子

その昔 二つ髪の 幼娘が デーサービスで 世話になるとわ

大塩 渡部 新一

突然の 娘の誘いに 姑母二人 桜の名所 観音寺川音清かし

大塩 穴沢 泰子

山に住み 山の嫌いな 我を知り 友の積みし 山菜に感謝

大塩 五十嵐 良子

一回忌 法要の日は 五月晴れ 遺影の父も 微笑みかける

北山 佐藤 裕子

野の道を 黄金色に 飾れるは 疾うに亡き祖母 愛し山吹

北山 武藤 敏子

松原村 桜花ビラ 舞いおちる 古峰神社 参拝の道

松原 佐々木 キミ子

青い空 鶯鳴いた 東方 今日の良い事 ある知せかも

松原 佐藤 文世

山吹の 次はウツギと 藤の花 順を乱さぬ 花に敬意

大塩 鈴木 タケ子

風雪を しのいで香る 花々に 春の日差しも 優しく注ぐ

大塩 鈴木 みち子

集落の 譲り譲られ 同じ花 あちこち咲くを 見るも楽しき

下川前 赤城 弘美

花祭り お釈迦様の 誕生日 命の教え 尊さを説くなり

大塩 高橋 みす江

北塩原短歌会

文芸のひろば

磐梯山「宝の山」に感謝 ～高原の春のお楽しみーてんぷら会～

5/25(金) 磐梯山ジオパーク協議会事務局のある、北塩原村自然環境活用センターを会場に、裏磐梯長寿会さんの恒例行事、「てんぷら会」がありました。

集まったてんぷらの食材の山菜は、「山の恵みだなー」と宝の山・磐梯山をイメージするものがたくさんありました。タケノコ(ネマガリタケ)に行者ニンニク、コシアブラ、ヤマブドウの萌え、タラの芽…この時期ならではの、まさしく「山菜の宝庫」です。 毎年の山の恵みの宝に感謝です。

当日は、朝からメンバーが集まり、てんぷらの仕込みから調理、盛付まで手際よく準備が進められました。お話を聞

いてみると朝採りのものがあったり、採集の苦労が笑い話だったりでしたが、春の恵みに1年の流れが感じられるとのことでした。ずっと受け継がれてきた事なのでしょう。山間の深い森と川の流りに沿った穏やかな山里では春の訪れが何よりの楽しみだったのではと感ずります。みなさんから大地の恵みを教わりました。ありがとうございました。

てんぷら会には、裏磐梯幼稚園の園児も招待され、長寿会のおばあちゃん、おじいちゃんと一緒に会食を楽しまれていました。この機会が未来に「お宝」を引き継いでいくきっかけになっていく様子を見せて頂きました。



出揃った山菜・野菜



タケノコは高級品ですよ



かごも以前は竹(笹)でした



ヤマブドウの萌えは今だけ



行者にんにく おいしそう



春の山の「お宝」です

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

植物のタネ タチツボスミレ

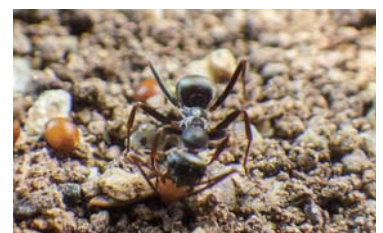
タチツボスミレは、日本全国に分布するスミレ科の多年草です。道端や人家付近のやぶ、山地までごく普通に生えており、花の色は薄紫色で葉はハート型です。

さて、そんなタチツボスミレの実(果)は円柱形で両端が尖った形をしています。実は熟すと上を向き3つに裂けて広がります。裂けたところには5～6個の種が収まっており乾燥するにつれ、幅が狭まり種を飛ばすのです。しかし、タチツボスミレの種は飛んで終わりではありません。種の端にはアリが好むエライオソームがついており、アリが種を巣まで運びます。アリは巣でエライオソームだけかじりとると、種は捨ててしまいます。こうして動けないタチツボスミレは、アリを利用して種を遠くまで運んでもらい分布域を広げているのです。

身近なタチツボスミレにもアリを利用する工夫があります。みなさんも、周りの身近な植物の工夫を見つけてみませんか？



▲スミレ類の実と種



▲アリが種を運ぶ様子