

暮らしにプラスな情報紙

広報

きたしおぼら

2025
(令和7年)

9 月号

No.522



人の動き

※ () 前月比
2025年9月1日現在



●人口 2,343人(+4)(外国人含む)
(男1,192人 / 女1,151人)

●出生 1 ●死亡 1



●転入 10 ●転出 6

●世帯数 1,103世帯(+4)

9月の納税

- 国民健康保険税(3期分)
- 介護保険料(3期分)
- 後期高齢者医療保険料(2期分)
- 住宅使用料(9月分)
- 上下水道使用料(8月分)
- 下水道受益者分担金(2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。

行政相談

目 日時 場 場所
問 問い合わせ先

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。

行政相談委員 高橋 光秋

目 9月25日(木)

午前9時30分～午前11時30分

場 桧原出張所(桧原)

問 総務企画課 ☎ 23-3111

SNS

観光情報
(観光課)



X(旧Twitter)



Instagram

地域
協力
隊
おこし



Instagram

村政
情報
(北塩原村)



LINE

ふるさと納税

令和7年の寄附状況は8月末現在で、
48,287,500円をお寄せいただきました。
ありがとうございます。

広報 きたしおばら

2025.9

Contents

- 3 第10回 中学生台湾派遣交流事業
- 4 特集 クマについて知ることから始めよう
- 6 むらの話題
- 8 ふくしま駅伝
- 9 長寿番付・国保更新のお知らせ
- 10 生涯学習だより
- 12 協力隊が行く・手話のわ
- 13 子育てプラス
食改さんのお役立ちレシピ
- 14 健幸プラス
- 15 南東北裏磐梯診療所からのお知らせ
- 16 暮らしのガイド
- 19 学ぼう・食べよう・体験しよう
- 20 きたしおばら推し・文化探訪
文芸のひろば

今月の表紙 (消防団消防操法訓練)

消防団消防操法訓練は8月3日(日)、北塩原村生涯学習センターで行われ、団員約60名が参加しました。

北塩原分署員指導のもと、安全管理を重点に、座学、ホース展張、ポンプ運用、放水訓練を行いました。猛暑の中、団員たちは真剣な表情で取り組み、消防技術の向上に努めました。

(取材撮影：防災係 渡邊)

編集 北塩原村役場

発行 総務企画課企画室

〒966-0485

福島県耶麻郡北塩原村大字北山字姥ヶ作3151番地

TEL 0241(23)3112

FAX 0241(25)7358

URL <https://www.vill.kitashiobara.fukushima.jp>

印刷 北斗印刷株式会社

第10回中学生台湾派遣交流事業 ～魅力いっぱいの台湾満喫～



さらに、台湾の人気観光スポット「十分」では十分瀑布の見学や天燈上げ体験を行い、レトロな雰囲気と美しい景観で知られる「九份」の見学と合わせて、小籠包や郷土料理も味わうなど、参加した生徒たちは3泊4日の日程で台湾の魅力を存分に満喫しました。

また、世界的に有名な「国立故宮博物院」や台湾最古の寺院「龍山寺」などを見学しました。

8月6日には、日本語を学ぶ現地の大学生と共に台北市内を散策し、台湾の文化や生活をより深く体験して異文化理解を深めました。

この事業は、台湾の歴史や文化、生活習慣の違いに触れることで国際感覚を養い、将来国内外で活躍できる人材の育成を図ることを目的としており、今回で10回目の訪問となります。

中学生台湾派遣交流事業が実施され、第一中学校と裏磐梯中学校の2・3年生合わせて21人が、8月5日から8日までの4日間の日程で台湾を訪問しました。



怖いで終わらせない！「クマ」を正しく知る特集

クマの事故に遭わないために、北塩原村で事故を起こさないために

クマについて、知ることからはじめよう

近年、ヒトとクマとの軋轢がメディアで報じられることが多くなってきました。クマについて理解を深め、トラブル・人身事故を未然に防ぎましょう。今春リニューアルオープンした裏磐梯ビジターセンターの展示は「クマのすみか」をテーマにしていますので、クマについて詳しく学ぶこともできます！

1 クマの種類

世界に生息する8種のクマの仲間のうち、日本にはヒグマとツキノワグマの2種のクマが生息しています。裏磐梯に生息しているのは「ツキノワグマ」です。



ツキノワグマ
Ursus thibetanus

九州では絶滅

四国・中国などでは絶滅危惧

出典：環境省クマ被害防止パンフレット「豊かな森の生活者 クマと共存するために」

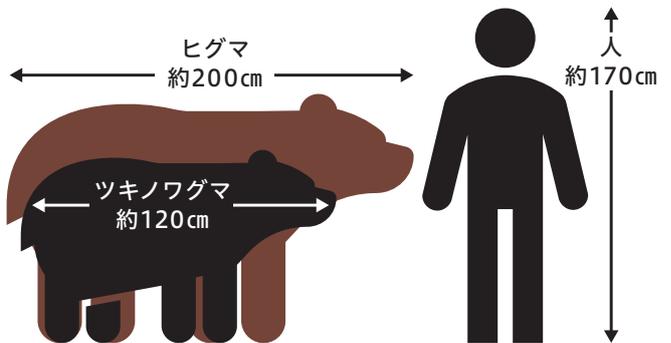


エゾヒグマ
Ursus arctos yesoensis
北海道にのみ生息



ヒグマ

ツキノワグマ



※ツキノワグマの体長は比較的小さく真っ黒なので茂みにいると気づきにくい

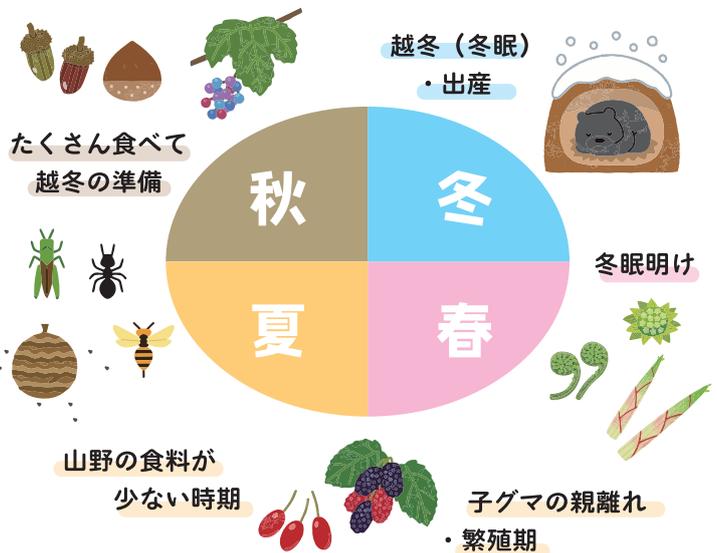
2 ツキノワグマの身体能力



頭胴長 110~140 cmほど
(鼻先から尻尾のつけ根まで)

- ・木登りが上手く、泳ぐこともできる
- ・犬よりも嗅覚が鋭い
- ・記憶力が良く、長期記憶が得意なので餌場を覚えている
- ・早朝夕方は活発に行動する
- ・母グマは1年半子育てを行う

3 クマの生活史



Topics
04

8/8
(金)

食改さん主催
「夏休みさくら小児童クラブ食育講座」

さくら小学校



北塩原村食生活改善推進員会(通称「食改さん」)が主催し、さくら小児童クラブで食育講座を開催しました。児童約20名が参加し、お鍋でのご飯炊きや野菜クイズ、包丁を使った調理などを体験。献立には防災食の要素も盛り込み、パックご飯でのおにぎり作りにも挑戦しました。子どもたちは楽しく学びながら、食の大切さと災害時に役立つ知恵を身につける温かい交流の時間となりました。

Topics
06

8/21(木)~
8/22(金)

行政区長会研修

那須塩原市

行政区長会研修を開催し、遠藤村長と行政区長9名が「持続可能な地域づくり」をテーマに那須塩原市で研修を行いました。



1日目は「もみじ谷吊橋」「塩原温泉ビジターセンター」「塩原温泉天皇の間記念公園」を見学し、自然環境を活かした観光資源の造成・活用方法について学びました。

2日目は「那須塩原市の持続可能な観光について」「那須塩原市と那須塩原市自治会長連絡協議会の連携について」というテーマで講話をいただき、観光客、事業者、地域住民の三者の合意形成による安心・安全な観光推進や行政と自治会、地元団体が連携し自立的な地域づくりに取り組む姿勢などについて学びました。

研修に参加した行政区長の皆さんは、質問や意見交換などをしながら、村における地域づくりや観光の在り方を改めて考える機会となりました。

Topics
05

8/18
(月)

卓球全国大会 出場報告

村長室



中川拳杜さん(さくら小学校6年)が村長室を訪し、8月26日~28日に東京都八王子市で開催されたロートカップ・第43回全国ホープス卓球大会への出場を報告しました。

中川さんが「頑張ってきます。」と決意を述べ、遠藤村長は「日頃の練習の成果を発揮して頑張ってください。」と言葉をかけ、激励金を手渡しました。中川さんは、喜多方卓球ランド所属で、団体(小学生以下の部)での出場でした。

Topics
07

8/26
(火)

第19回市町村対抗
福島県軟式野球大会出場報告会

村長室



9月・10月に開催される市町村対抗軟式野球大会に向けた村代表チームの出場報告会を村長室で行いました。

遠藤村長より、「健康に留意し、まずは1勝を目指して元気にプレーしてほしい。」との言葉と、チーム監督・主将へ村旗、激励金が手渡されました。

第19回市町村対抗福島県軟式野球大会
1回戦 9月20日(土) 12:30
ほばら大泉球場(伊達市)
北塩原村 - 檜葉町

8/3
(日)

大型観光ホテルで学ぶ!子ども向け職業体験ツアーを実施 — 喜多方地方 定住自立圏

メルキュール裏磐梯リゾート&スパ

喜多方地方定住自立圏(北塩原村・喜多方市・西会津町)の起業立地・起業支援ワーキンググループは、産業人材育成事業の一環として、小学生を対象に大型観光ホテルお仕事体験ツアーをメルキュール裏磐梯リゾート&スパで開催しました。

11名の児童が参加し、同ホテルが教育旅行や企業研修で実施しているSDGsに関する食育環境プログラムやベッドメイキングを体験。

児童たちは実際の業務を通して仕事の大切さや難しさを実感するとともに、地域の観光産業や持続可能な食のあり方への理解を深めました。



7/31
(木)

災害時における応急支援対策 業務の支援に関する協定

村長室



(左から) 榎内秀司喜多方市市長、遠藤和夫村長、渡部寛規猪苗代支部長

北塩原村と県建設業協会喜多方および猪苗代支部は、災害時における応急対策業務の支援に関する協定を締結しました。

村役場で締結式が行われ、資器材の確保や作業員の派遣、応急処置の連携を図ることで、被害の拡大防止と早期復旧に努めることを確認しました。今後も災害時に万全の体制を整えていくため、それぞれ協定書を交わしました。

8/4
(月)

消防団が村内の危険箇所 を視察

村内各地

大雨等による災害が発生した際、迅速に対応できるよう、村消防団は村内の危険箇所を視察しました。

佐藤団長を始め

消防団幹部9名と喜多方消防署北塩原分署の長谷川分署長が参加しました。参加者は、令和4年8月豪雨で土砂災害が発生した金山地区や小野川地区、冠水が発生しやすい狐鷹森地区や蛇平地区などを視察し、側溝の深さや冠水時の対応について確認しました。

佐藤団長は「消防団としてどのような対応が必要か、しっかり確認することができてよかった。地域住民を守るだけでなく消防団員も安全に災害対応にあたるよう、本日の視察内容を団員と共有していきたい」と防災への誓いを新たにしました。



令和7年度第37回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会 北塩原村チーム始動しました!!



北塩原村の駅伝チームが高橋宏典新監督のもと、大会に向けてスタートを切りました。

今年度の第37回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会は、令和7年11月16日（日）しらかわカタルスポーツパーク（白河市総合運動公園）陸上競技場を7：40にスタートし、ゴールの福島県庁に向け、全16区間、96.2kmを走ります。

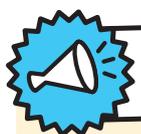
練習は、平日週2回第一中学校グラウンドと、週末月2回スポーツパーク桧原湖などで行う予定です。

皆さんの声援がチームの大きな力になりますので、応援よろしくお願いいたします!!



北塩原村チーム選手参加者募集!

北塩原村チームでは、一緒に大会出場を目指す選手を募集しています。中学生以上の方の他、村内の消防署や学校にお勤めの方などが対象です。見学も大歓迎です。詳しくは、公民館へお問い合わせください。



チームサポーターを募集します!!

北塩原村チームでは、練習や大会運営をサポートしてくださる方を募集しています。

選手たちが練習に集中し、大会で最高のパフォーマンスを発揮できるよう、皆さんの力を貸してください!



【主なサポート内容】

- 練習サポート : 選手送迎、タイム計測、グラウンド整備 など
- 大会参加サポート : 各区間までの選手送迎及び選手補助 など
- その他 : 記録撮影、用具運搬、地域の大会参加補助 など

【主な計画】

- 平日練習 毎週火曜日、木曜日 18：00 ~ 20：00 第一中学校グラウンド 他
 - 週末練習 隔週 日曜日 8：30 ~ 11：00 スポーツパーク桧原湖 他
- ※天候等により、時間や会場は変更になる場合があります。

経験は問いません。駅伝やスポーツが好きな方、地域を盛り上げたい方、子どもたちを応援したい方、どなたでも大歓迎です!
興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

問 Fukushima Station Relay Participation Committee (事務局) 北塩原村教育委員会公民館)

☎23-5236



村ホームページ
サポーター募集案内

北塩原村長寿番付

令和7年9月3日現在、令和7年9月15日時点での満年齢となります。(敬称略)

男性			番付	女性		
氏名	年齢	行政区		氏名	年齢	行政区
鈴木 辰雄 落合 義美	95	大久保 剣ヶ峯	横網	鈴木 孝子	103	大塩中区
				赤城 トミ	101	松原
				穴澤 サク子		松原
				佐藤 ハル子	100	早稲沢 小野川
山内 トミ子						
伊豆野 正雄 井上 憲 高橋 功衛	94	下吉 北山三区 大塩上区	大関	佐藤 スイ子	99	北山一区
佐藤 勲 佐藤 馨	93	早稲沢 長峯	関脇	星 ミサ子	98	下川前 大塩上区 大塩上区
藤田 キチノ 高橋 照子						
東條 録 菅沼 貢 五十嵐 司 五十嵐 好江 外島 二郎 木村 正七 遠藤 良雄 小椋 隆治	92	下吉 北山三区 大久保 上山前 松原 剣ヶ峯 蛇平 小野川	小結	中川 公子 齋藤 千里 高橋 久野 星 フデ子 小椋 ミサヲ	97	下吉 北山二区 大塩下区 大塩上区 早稲沢

9月15日から21日は「老人週間」、また9月15日は「敬老の日」です。
 多年にわたり社会に尽くしてこられた「おじいちゃん」「おばあちゃん」、ありがとうございます。
 いつまでもお元気で過ごしてください。

国民健康保険資格確認書等の更新について

現在お持ちの「国民健康保険被保険者証（保険証）」の有効期限は、令和7年9月30日までとなっています。
 令和7年10月1日から使用する「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」は、9月下旬頃に郵送し
ますのでご確認ください。

- マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」が届きます
 - ・マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みの方に、医療保険の資格情報を確認できるよう交付される書類です。
 - ・資格情報のお知らせが届いた方は、マイナ保険証で医療機関等を受診してください。
 - ・資格情報のお知らせ単体では受診等できませんが、顔認証付きカードリーダーの不具合など、何らかの事情で医療機関等でマイナ保険証を利用できない場合に、マイナ保険証とセットでご提示ください。
- マイナ保険証をお持ちでない方には「資格確認書」が届きます
 - ・マイナンバーカードをお持ちでない方、マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みでない方に、申請によらず交付されます。
 - ・資格確認書を医療機関等の窓口に表示することで、これまでどおり受診等できます。

※有効期限が切れた保険証は、ご自身で裁断し破棄いただくか、不安な方は、役場本庁保健福祉課・裏磐梯合同庁舎（観光課）・松原出張所へご返却ください。

☎保健福祉課福祉係 ☎23-3113

日 日時 場 場所 内 内容 費 費用
 他 その他 申 申込 問 問い合わせ

むらで輝くキラびと **拡大版**

スポーツ

令和7年度市町村体育・スポーツ協会 会津地域連合会表彰
 「きびたき山の会」「裏磐梯バドミントンクラブ」のみなさんが
 優良団体賞を受賞しました

北塩原村スポーツ協会に所属する「きびたき山の会」と「裏磐梯バドミントンクラブ」が、8月3日(日)に開催された令和7年度市町村体育・スポーツ協会会津地域連合会表彰にて、優良団体賞を受賞しました。

「きびたき山の会」は、昭和60年に結成され今年で40年目を迎えます。婦人登山・村民登山・村民ハイキングでは、自然の中を歩く楽しさや、刻々と変化する厳しい天候の中で頂天に立った時の感動、健康のありがたさを実感してきました。第1回目の尾瀬(59名)から今年の花見山(28名)まで、延べ参加者は1,017名をかぞえ人気のあるイベントとなっています。

「裏磐梯バドミントンクラブ」は、平成2年に結成され今年で37年目を迎えます。

地域の小中学生の育成や地域のスポーツ振興に寄与する活動を行っており、経験豊富なクラブ会員が基礎から応用まで幅広い技術を指導し、技術だけでなく、人間関係や礼儀の大切さを伝えてきました。

過去数年間で、多くの選手が各種大会で優秀な成績を収めており、その中には全国大会への出場権を獲得した選手もいます。

両団体の地域スポーツ振興や健康づくりに対する日頃のご尽力と実績が認められての受賞となりました。今回の受賞を機に、北塩原村スポーツ協会加盟の各団体へのご参加もお待ちしております。



▲きびたき山の会の活動



▲裏磐梯バドミントンクラブ

裏磐梯で
 デイ
 キャンプ!!



7月30日に開催した、子ども体験活動事業「チャレンジKids!」に、村内の4年生15名(さくら小12名、裏磐梯小3名)が参加しました。

キャンプ日和の晴天のもと、裏磐梯地区内でジュンサイ摘み体験をしたり、キャンプ場でカレー作りや、カヌー体験をしたりして自然の中での活動を思い切り楽しみました。

『北塩原村探研クラブ』
 新潟県・津川地域を学ぼう!!

募集!!

古くより、会津地域と結びつきがあった新潟県津川地域の史跡や施設を散策しながら学びませんか。

- 日 10月19日(日)
- 場 生涯学習センター8:30→新潟県阿賀町へ(北塩原村到着・解散は17時予定)
- 費 無料(施設入館料、昼食等は個人負担)
- 他 ①先着20名※小学生以下の参加者は保護者同伴
 ②比高差約200mの散策を含むので動きやすい服装にて
- 申 公民館(要:参加者氏名、住所、電話番号)
- 問 教育委員会公民館 ☎23-5236



津川城跡(新潟県指定史跡)

申し込み開始は9月24日(水)午前9時から!
 詳細は、村ホームページや回覧チラシをご確認ください。

※紙面の都合上「えほん・児童書」コーナーはお休みします。公民館図書だよりをご覧ください。



8/15
(金)

令和7年度 北塩原村二十歳を祝う会

コミュニティセンターホール



8月15日(金)に、コミュニティセンターホールにて『北塩原村二十歳を祝う会』を行いました。

今年度は、平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、該当者28名のうち21名が出席し、新たな門出を迎えました。

会では、出席者を代表して松本安友武さん(裏中卒)が、遠藤和夫村長から二十歳の証書及び記念品を受け取りました。

村長からは、「失敗を恐れず、自分の信じる道を歩んでください。時には立ち止まり、周りの人々への感謝の気持ちも忘れず、北塩原村は、皆さんの挑戦を全力でサポートします。」と応援の言葉が伝えられました。

また、中学校時代の恩師お二人も、温かいメッセージで教子の門出を祝福しました。

最後に、誓いのことを上野睦実さん(一中卒)が「故郷をこよなく愛し、諸先輩方の教えを受け継ぎ、社会人としての自覚と責任を持って、精進します。」と述べました。

会終了後は懇親会が催され、出席者は恩師や旧友と語りながら、和やかなひとときを過ごしていました。





地域おこし 協力隊が行く!

Vol.17

令和5年11月、「カヌーが学べるキャンプ場を北塩原村に作りたい」という夢を抱き、埼玉県から単身移住してきました。協力隊として活動を始めてから約2年、商工会と連携しながら創業支援や事業承継支援を行う一方で、地域行事や住民の方との交流を通じて、地道に信頼関係を築いてきました。



北塩原村
地域おこし協力隊
なかむら のみし
中村 寛

そして今年、JSPA(日本セーフティパドリング協会)公認スクールの認定を受け、いよいよ夢の第一歩として村民限定の無料カヌー体験会をスタートしました。カヌーを通じて、村の自然の魅力を再確認していただくとともに、地域の皆さんと一緒に事業を育てていきたいと考えています。

裏磐梯の湖と共に歩み、自然と人、人と地域をつなぐカヌーの物語を、これからも皆さんと一緒に紡いでいけたら嬉しいです。



村民限定カヌー体験会
QRコード

手話のわ!

~広がるやさしい
コミュニケーション~

Vol.6

日常会話で使える簡単な手話をご紹介します。ぜひ覚えて使ってみてください。

何かお困りですか?

- ①困った時に、つい頭をかいてしまうイメージで、軽くすばめた片手をこめかみのあたりで前後に動かすと「困る」という意味です。
- ②片手の人差し指を立てて左右に2~3回振ると「何」という意味を表します。
- ③「困る」と「何」と合わせて「何かお困りですか?」という質問を表現します。



村の公式Youtubeチャンネルで
動画を公開中→

子育てプラス

乳幼児健診の日程

日にち 10月2日(木)
受付時間 12時50分から
場所 北塩原村保健センター
対象者

1歳6か月児(R6.1.7～3.1生まれ)
 2歳児(R5.2.6～3.5生まれ)
 3歳児(R3.12.14～R4.3.3生まれ)

※前回未受診者も対象となります。対象者で通知が届いていない方はご連絡ください。

持ち物 乳幼児健診問診票、母子健康手帳、その他お出かけに必要なもの

問 保健福祉課 保健係 ☎28-3733

こころからチャレンジ!

Smile 18

笑顔でつながる健幸の輪

村民の健康づくりを紹介します
 8月号 本多真也さんからのご紹介

■趣味や楽しみ、笑顔になれる時は？

趣味：釣り、バイク、音楽
 笑顔になれる時：美穂ちゃんとお酒を飲んでいる時

■健康のために心がけていることは？

体調を崩すと酒やたばこも美味しくなくなるので、深酒はしない、朝はヨーグルトを飲むなど、体調管理に気を付けている

■健康のためにこれからやってみたいことや目標は？

1日1回は腹から笑いたい!

■ひとことメッセージ

ご縁があって、タカ食堂をやらせてもらってます。お腹いっぱいになって、また来てください!皆様のおかげでタカ食堂は成り立っています。

■次の方を紹介してください。

うちの食堂のお母さんを紹介いたします!



高間館 賢一さん
 [剣ヶ峯地区]

食改さんのお役立ちレシピ

YUMMY

簡単!フライパン1つでできます!

～鶏肉のぎゅうぎゅう焼き～

野菜たっぷりの時短料理をご紹介します。

材料(4人分くらい)

鶏もも肉(唐揚げ用)..... 300g
 にんじん..... 1本
 じゃがいも..... 2個
 たまねぎ..... 1個
 パプリカ(あれば黄色)..... 1個
 ブロccoli..... 1/2本
 ミニトマト..... 6個
 [A] オリーブオイル..... 大さじ4
 塩コショウ..... 適量
 ニンニク(チューブでもOK!)... 2欠け
 [B] レモン汁..... 大さじ2
 しょうゆ..... 大さじ2



作り方

- ①ポリ袋に鶏肉を入れ、[A]を入れてよく揉み込んで5～6分おく。
- ②じゃがいも、にんじんは乱切りにして耐熱容器に入れてラップをかけて600wで3分加熱する。
- ③玉ねぎはくしぎり、パプリカは乱切り、ブロッコリーは小房に切る。
- ④フライパンに鶏肉を並べて強火にかけ、きつね色に焼き色がついたら、ひっくり返す。
- ⑤ミニトマト以外の野菜をすべて加えてさっと混ぜ合わせてふたをし、中火で5分蒸し焼きにする。
- ⑥⑤に[B]をまわしかけて火をとめる。最後に輪切りにしたミニトマトを飾る。

※野菜が残ったらカレーにするとおいしいです。



9月は「健康増進普及月間」及び「食生活改善普及運動」

毎年9月1日～9月30日の1カ月は、厚生労働省が定めた「健康増進普及月間」です。

健康増進普及月間は、「#みんなで健康寿命をのばそう！」をスローガンに、生活習慣病の特性や、運動・食事・禁煙など「個人の生活習慣の改善の重要性」について理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進することを目的に、食生活改善普及運動と連携して種々の行事等を全国的に実施しています。適切な運動や食生活などを通じて健康寿命を伸ばし、元気に楽しみながら健康な毎日を送ることを目指しましょう。

健康度がどのくらいかチェックしてみましょう！

FUKUSHIMA 7つの“推し”の健活 **生活習慣チェックシート** あなたの“健活”指数はどのくらい？生活習慣を振り返って、あなたに合った健康づくりに取り組みましょう！

○できている…2点 △まあまあ…1点 ×できていない…0点

1 食生活	Q 野菜をちゃんと食べている？減塩に気を付けている？ 1日当たり野菜350g以上 両手で3杯分程度 ×3 食塩6.5gまで	A	点	
2 運動	Q 毎日8,000歩、歩いている？ ふくしま健民アプリ なら歩数が分かって特典もゲット！	A	点	
3 適正体重	Q 自分の適正体重を知って、維持している？ BMI値18.5以上25未満が適正体重！ BMI値=体重kg÷(身長m) ² 身長170cmで体重75kgの方は 75÷(1.7×1.7)=25.95	18.5未満 痩せ 18.5以上25未満 適正体重 25以上 肥満	A	点
4 適正飲酒	Q お酒の適量を知っている？飲み過ぎしていない？ 1日当たり日本酒は1合、ビールはロング缶1本(500ml)まで	A	点	
5 禁煙	Q 禁煙している？ 禁煙は、循環機能の改善、心臓発作のリスク減など健康改善効果が期待できます。	A	点	
6 睡眠	Q ちゃんと眠れている？ 睡眠時間の目安は6～9時間(60歳以上は6時間～8時間)	A	点	
7 健診・検診	Q 健診、検診を定期的に受けている？ がんは早期に発見できるほど治る可能性が高くなる！	A	点	
合計			/14点	

※まずは10点以上を目指して毎日の生活習慣を見直していきましょう！

出典：福島県ホームページ

『健診結果返却』・『健康測定会』のお知らせ



村公式
ホームページ

誰でも参加可

予約不要

9月27日(土) 9時30分から15時/コミュニティーセンター
9月29日(月) 9時30分から12時/生涯学習センター
10月24日(金) 9時30分から12時/松原多目的集会所
10月27日(月) 9時30分から15時/裏磐梯合同庁舎



詳しくはこちら



- 南** 南東北裏磐梯診療所
- 当** 休日当番医
- 救** 第二次救急当番医
- 薬** 休日当番薬局

南東北裏磐梯診療所 ☎32-2009

平日 午前 9:00 ~ 12:30 (受付 午前 8:30 ~ 12:00)
午後 1:30 ~ 4:30 (受付 午後 1:30 ~ 4:30)
土曜 午前 9:30 ~ 12:30 (受付 午前 8:30 ~ 12:00)
※第1木曜日の午後は桧原診療所、第2木曜日の午後は訪問診療の為医師不在

南東北桧原診療所 ☎34-2009

第1木曜日 午後 1:30 ~ 4:00

9~10月

南 ※かぜ症状、発熱などで受診希望の際には、受診の仕方についてご案内しますので、まずはお電話でご相談ください。

※診療予定は変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
7	8	9	10	11	12	13
当 ゆうゆうクリニック ☎22-2111 救 有隣病院 ☎24-5021	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長 午後・訪問診療	南 荒川院長	南 (脳外) 渡辺善一郎医師
14	15 敬老の日	16	17	18	19	20
当 あきもと整形外科クリニック ☎21-1515 救 会津医療センター ☎0242-75-2100	当 喜多方腎・泌尿器クリニック ☎23-5531 救 佐原病院 ☎22-5321	南 荒川院長	休診	南 荒川院長	南 荒川院長	休診
21	22	23 秋分の日	24	25	26	27
当 いとう眼科 ☎22-5900 救 有隣病院 ☎24-5021	南 荒川院長	当 入澤病院 ☎22-0267 救 会津医療センター ☎0242-75-2100	休診	南 荒川院長	南 荒川院長	南 荒川院長
28	29	30	1	2	3	4
当 大竹内科 ☎22-0241 救 佐原病院 ☎22-5321	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長 午後・桧原	南 荒川院長	※診療所にお問い合わせください。
5	6	7	8	9	10	11
当 小野病院 ☎22-0414 救 有隣病院 ☎24-5021	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長 午後・訪問診療	南 荒川院長	※診療所にお問い合わせください。

南東北裏磐梯診療所からのお知らせ



蜂に刺されたら



蜂の活動のピークは巣作りと繁殖を行う夏以降、7月~9月と言われています。

蜂に刺されると、毒に含まれる刺激により患部が赤く腫れあがり、刺された直後から激しい痛みが生じます。

- ・蜂に初めて刺された場合は1日~数日で症状は落ち着きます。
- ・蜂に一度でも刺されたことがあると、体内に蜂の毒に対する抗体ができ、再び同じ蜂に刺されるとアレルギー反応「アナフィラキシー」を起こすことがあります。

アナフィラキシー症状

口の中が腫れる、蕁麻疹、息苦しい、喘息のような呼吸(ゼイゼイ、ヒューヒュー)
動悸、めまい、意識がもうろうとする、血圧低下

蜂に刺されたら

1. その場から静かに離れる。
2. 刺された所の毒液を絞り出すように流水で洗い流す。
※口で毒を吸うのは危険なのでやめましょう。
3. 刺された所を保冷材や濡らしたタオルなどで冷やす。
4. 医療機関を受診する。

過去に蜂によるアナフィラキシーを起こしたことのある人は、自己注射タイプの緊急治療薬を携帯し、万が一に備える必要がありますので医療機関にご相談ください。

当院ではアレルギー症状に対する医薬品、緊急治療薬も取り扱っております。

気軽にご相談ください。

問 南東北裏磐梯診療所 ☎32-2009

なさまのお宅を訪問し、調査書類をお配りします。

- 回答は、スマートフォンやパソコンからかんたん便利なインターネットでお願いします。(郵送または調査員へ提出も可能です。)
- 国勢調査の結果は、国や地方公共団体だけではなく、子育て支援への利用、防災対策への利用、企業等での利用など、わたしたちの身近な暮らしに使われています。

国勢調査2025

インターネット回答期間

9/20(土) → 10/8(木)

調査票(紙)での回答期間

10/1(木) → 10/8(木)



問 住民税務課 ☎23-3114

令和7年度障害者就職面接会(会津若松会場)開催のご案内

就職希望の障害者と求人企業が一堂に会し、数多くの面接の機会を確保し、障害者の雇用の促進を図ることを目的とした「障害者就職面接会」を下記の内容で開催します。

日時：令和7年10月24日(金)
13時～16時

場所：会津アピオスペース 展示ホール(会津若松市インター西90)

テレビ番組のご案内

がん検診受診率向上<希望の虹プロジェクト> 希望の虹プロジェクト
静岡社会健康医学大学院大学 満田友里准教授が制作に協力!

NHK あしたが変わるトリセツショー「がん対策のトリセツ 第2弾」
2025年9月18日(木) 総合 19:30～放送予定

北塩原村も参加しています

暮らしのガイド



日 日時 場 場所 内 内容 費 費用
他 その他 申 申込 問 問い合わせ

村の力作をご覧ください。

また、同サイトにてWEB投票が実施されておりますので、皆さんの投票をお願いします。

■投票期間 9月15日(月)まで

問 総務企画課企画室 ☎23-3112

QRコードから専用サイトへアクセスできます。



自動車点検整備推進運動実施中!

9月～10月は「自動車点検整備推進運動」期間です。

長くご使用のクルマには、細やかなケアが必要です。定期点検を実施してクルマの不具合を減らしましょう。

問 国土交通省東北運輸局福島運輸支局

☎024-546-0345

福島県自動車適正使用推進協議会事務局

☎024-546-3451

令和7年国勢調査を実施します

- 国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人と世帯(外国人の方も含む)が対象です。
- 9月20日頃から、調査員がみ

お知らせ

行政相談月間

9月1日(月)から10月31日(金)までの2か月間は「行政相談月間」です。

行政相談委員は電話などでも相談に応じていますが、当該期間中は次の場所で「特設行政相談」を開設しますので、お気軽にご利用ください。

【特設行政相談】

月日：10月1日(水)

時間：午前9時30分～
午前11時30分

場所：北塩原村コミュニティセンター集会室4

問 総務企画課総務係 ☎23-3111

自分の気持ちや希望を書き留めておく「わたしの思いノート」を作成しました

自分の思いを残しておくことの大切さ…長い人生、思わぬ事故や病気のために、自分の思いや考えを伝えられなくなることがあります。

人生の最期まで自分らしく過ごすため、これから起こる出来事について、自分の気持ちや希望を書き留めてみませんか?

村ホームページ「私の思いノート」で検索→Word・PDFデータをご利用いただくか下記までお問い合わせください。

問 保健福祉課福祉係 ☎23-3113

ふくしまふるさとCM大賞 WEB投票のお知らせ

村では、KFB福島放送が主催する「第24回ふくしまふるさとCM大賞2025」に今年もエントリーしました。専用サイトより県内各市町

戦没者等のご遺族の皆さまへ 「第十二回特別弔慰金」のご案内

戦後80周年に当たり、今日の日本の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、戦没者等のご遺族に支給します。

支給対象者

令和7年4月1日(基準日)時点で「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方(戦没者等の妻や父母)がいない場合に以下の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

戦没者等の死亡当時のご遺族で

- 1 令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 2 戦没者等の子
- 3 戦没者等の①父母、②孫、③祖父母、④兄弟姉妹
※戦没者等の死亡当時、生計関係を有している等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
- 4 上記1~3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)
※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。

支給内容 額面27万5千円(5年償還の記名国債)

国債の償還金は、令和8年から毎年1回償還日(4月15日)以降に、年5万5千円ずつ支払いを受けることができます。

償還金の支払いを受ける場所は、請求手続きの際に、ご希望の郵便局等を指定していただきます。

請求期間 令和7年4月1日~令和10年3月31日まで
(この期間を過ぎると請求できなくなりますので、ご注意ください。)

請求窓口 北塩原村住民税務課(申請書等は窓口で配布します。)

☎ 福島県 024-521-7166



残暑の熱中症予防について

9月でも最高気温が30度を超える真夏日が多くみられ、熱中症になりやすくなります。

また、夏バテなど体が疲れている場合にも、熱中症には注意が必要です。

天気予報や暑さ指数を参考に、気温が高い日や湿度が高い日は、予防行動をとりましょう。

熱中症予防のポイント

- 天気予報等で気温や湿度の把握
- 室温を測定し、エアコン・扇風機で温度をこまめに調節
- 体を締め付けない涼しい服装で、外出時は日傘・帽子を着用
- こまめに水分補給を
喉の渇きを感じていなくても水分の補給も忘れずに
- ふくしま涼み処の活用

詳しくは、下記ホームページをご覧ください。

☎ 保健福祉課保健係 ☎28-3733 福島県 熱中症予防

参加予定企業数：30社程度

☎ ハローワーク会津若松 専門援助部門

☎0242-26-3333

(部門コード45#)

募集

ポリテクセンター会津 12月開講の職業訓練のご案内

■訓練生募集

①募集コース・募集定員

- ・テクニカルオペレーション科【機械CAD・生産サポートコース】12名
- ・電気設備技術科【電気設備技術コース】15名

②訓練期間

令和7年11月28日(金)~

令和8年5月29日(金)(6か月間)

③対象者

公共職業安定所に求職登録されている方で、職業訓練の受講が望ましいと判断された方

④受講料 無料

⑤募集期間

令和7年9月11日(木)~

令和7年11月12日(水)まで

⑥選考日

令和7年11月14日(金)

●訓練のお申込み

最寄りのハローワーク窓口でお申し込みください。窓口でご相談のうえ、「受講申込書」(写真(縦40mm×横30mm)1枚貼付)をご希望のコース募集期間内にハローワークへ提出してください。

★訓練のお申し込みの前に施設見学会に参加されることをお勧めしています。

☎ ポリテクセンター会津 訓練課

☎0242-26-0520



税 Vol.42 考える

【入湯税編】

皆さんが温泉を利用する際に納付する税金に入湯税があります。普段気にすることなく納付していますが、詳しくご存じでない方も多いのではないのでしょうか？今回は、入湯税について掲載します。

Q 入湯税って何？

A 入湯税は、鉱泉（温泉）浴場所在の市町村が課税する目的税で、環境衛生施設、観光施設、消防施設などを整備する費用に使われます。

税額は、各自治体で決定しており、北塩原村では次の税額を徴収しています。

日帰りの入湯客：

1人につき1日75円

宿泊を伴う入湯客：

1人につき1泊150円

Q 誰がどうやって支払うの？

A 温泉利用者が入浴施設へ支払います。（宿泊料等に含まれている場合もあります。）

入浴施設の経営者（特別徴収義務者）は、利用客数や入湯税額をまとめた申告書を作成し、市町村へ申告するとともに、温泉利用者から徴収した入湯税を村に納付します。

Q 入湯税がかからない事もあるの？

A 共同浴場（社員寮などで日々利用する浴場など）、一般公衆浴場（一部の銭湯など）、足湯や年齢が12歳未満の方は非課税となります。このほか、学校行事で温泉施設を利用する場合は、申請により課税が免除されます。

また、市町村の条例において非課税となる施設等が定められている場合もあります。

【特別徴収義務者の方へ】

前月分の申告納付期限は、翌月15日です。遅れずに申告納付をお願いします。

また、申告人数を確認するため現地にて帳簿などの調査をさせていただく場合がございます。その際は、事前にお知らせを送付しますので、ご協力をよろしくお願いします。

☎ 住民税務課 23-3114

お悔やみ申し上げます

・五十嵐 ミヨ子 〈93歳〉（忠寿・母） 大久保

健康相談	日にち	時間	内容	場所・問い合わせ
	10月7日（火）	午後1時30分～3時30分	心の健康相談	会津保健福祉事務所 ☎ 0242-29-5275
	11月21日（金）	午後1時30分～3時30分	うつ家族教室	

村内の空間放射線量の測定値について（令和7年8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)	桧原地区 (桧原出張所前)	裏磐梯地区 (裏磐梯台庁舎前)
8月15日	0.056	0.086	0.099	0.057
8月1日	0.052	0.083	0.083	0.054

☎ 住民税務課 23-3114

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
8月15日	0.068	0.090	0.090	0.078	0.096	0.117
8月1日	0.074	0.083	0.087	0.073	0.095	0.112

☎ 教育委員会教育係 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/>

10/1からマイナ救急の実証事業をはじめます

※マイナ救急とは、マイナ保険証のデータを活用する救急活動のことです



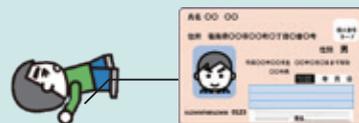
マイナナンバーカード

※マイナ救急利用のために、マイナナンバーカードの健康保険証利用登録が必要です！

- ・医療機関又は薬局のカードリーダー
- ・マイナポータル(専用アプリ)
- ・セブン銀行ATM

上記のいずれかで利用登録をお願いします。

(例) 救急車を利用するときマイナ保険証をもっていると…



救急隊がデータを読み取ることで、自分の病歴や飲んでいる薬を正確に伝えることができる



円滑な搬送先の選定や適切な応急処置ができる



搬送先病院で治療の準備ができる

☎ 喜多方地方広域市町村圏組合消防本部

北塩原分署 ☎ 32-2020

喜多方消防署 ☎ 22-6211



またしおばらで

学ぼう 食べよう 体験しよう



01

道の駅裏磐梯

秋の味覚! 早稲沢高原野菜販売中!

農産物直売所では早稲沢高原野菜の販売が始まりました。とうもろこしや大根、レタスなど新鮮な朝採り野菜を豊富に取り揃えています。特にこれから秋にかけての大根や白菜は寒暖差により甘みが強くフレッシュで多くのお客様にも好評です。



9月中旬からは生産者直売所が始まりますのでぜひお越しください。

🕒 9:00~17:00
📅 11月中旬まで無休
☎ 33-2241

02

裏磐梯物産館

9月の軽トラ市開催

毎月開催している軽トラ市も、観光客の方々に大変好評いただいております。



先月までは北山・大塩地区の野菜がメインでしたが、これからは桧原地区の高原野菜も出荷されます。

🕒 9:00~17:00
📅 無休 ☎ 32-3751

北塩原の美味しい野菜をお買い求めください。

9月は14日と28日に開催します。

両日10:30~15:00の販売となります。

どうぞお越しください。

03

裏磐梯サイトステーション

裏磐梯が生んだ奇跡の色彩、ふたたび

今夏、裏磐梯ビジターセンター館内にて開催され好評裡に終了した「中村征夫写真展 五色沼湖沼群」の写真をサイトステーションでも展示させていただきます。9月14日より2週間程度をめぐりに展示写真を前期・後期で入れ替える形(当館、狭小にて誠に申し訳ありません)で、お見逃しだった方はこの機会に是非お越しください!



🕒 9:00~17:00
📅 水曜日
☎ 32-2411

04

裏磐梯ビジターセンター

日本の国立公園印(スタンプラリー)実施中!

9月5日で磐梯朝日国立公園は制定75年を迎えました。

全国に35の国立公園があり、各地で御朱印デザインのスタンプを集めることができます。裏磐梯ビジターセンターからスタートして、全国の国立公園をめぐってみてはいかがでしょうか?(2027年3月末までのキャンペーンです)



▲日本の国立公園印

🕒 9:00~17:00
📅 火曜日
☎ 32-2850

05

裏磐梯観光協会

第18回裏磐梯スカイバレーヒルクライム大会のお知らせ

9月21日(日)、第18回裏磐梯スカイバレーヒルクライム大会を開催いたします。各クラス別ごとに7:50より順次スタートします。それに伴いまして当日の7:30から10:30までの時間帯、休暇村裏磐梯前~白布峠駐車場間が通行止めになります。村民の方々にはご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。



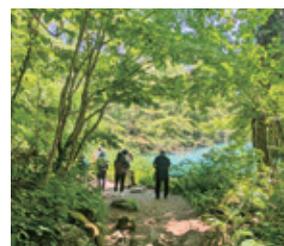
🕒 9:00~17:00
📅 年中無休
☎ 32-2349 ☎ 32-3333
✉ staff1@urabandai-inf.com

06

磐梯山ジオパーク協議会

【うつくしまみずウオーク2025】きたしおばら大会in裏磐梯

今年はガイドさんと一緒に学びながら五色沼を歩く「まなぶんコース」に同行しました。フィニッシュ先ではお楽しみの一つ【物販コーナー】でお買物。新鮮野菜、キンキンに冷えた飲料等を購入。参加者から「良い所。また来たい。」との声も聴けて、裏磐梯の特別感を再認識出来た一日でした。

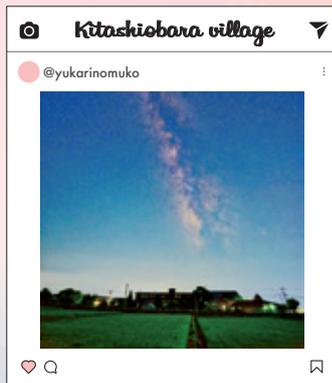


🕒 9:00~17:00
📅 土日祝
☎ 32-3180

#きたしおばら推し

8月も多くの皆さんに村の魅力溢れる写真を投稿いただきました。投稿いただいた写真の一部をご紹介します。

「#きたしおばら推し」で、まちなみや自然、食、体験などの村の魅力を発信してください。投稿方法など、詳しくは村公式ホームページをご覧ください。



文化探訪

【第18回】
屋号について

暦のうえでは秋に入り、朝晩は過ごしやすくなってきました。さて、今月は村民の皆さまにお伺いしたいことがあります。それは「屋号」についてです。屋号は各家の呼び名で、名字とは異なるものです。(今回は現代の個人事業主が開業するときの店舗名ではありません。)パターンとしてはいくつかあり、①出身地や取引先などの地名(大和屋、伊勢屋など)②縁起の良い字や「福の神」の名前(栄屋、大黒屋など)④営業品や職業(油屋、鍛冶屋など)⑤家紋や商標(マルイチ、カネスイなど)⑥「屋」以外のもの(▲▲堂、○○庵など)⑦家のある地名や環境がそのまま屋号になるもの、など様々です。村内各地に集落ができてから今日までずいぶん長い時間経っていますが、昔の集落がどのような様子だったのかを示す資料はあまり多く伝わっていません。その中で屋号は町並みなどを考える手がかりの一つになります。屋号は全ての家に必ずあるものではないのですが、多くの皆さまの情報を公民館までお寄せください。



▲北山の町並み

文芸のひろば

北塩原短歌会

アキアカネ 夕日を浴びて 茜色 蛸啼く空 群れて飛び交う
大塩 鈴木 みち子

水筒の 水まで掛けて 帰ると 何処も彼処 ああ雨が欲しい
大塩 鈴木 タケ子

もえる様な 夏の日射しに 耐えながら 緑輝く 南天の木かな
大塩 五十嵐 良子

せみの声 朝からにぎやか 我の出番 七年間の 土からの目ざめ
大塩 高橋 みす江

米寿祝 生きた証しと よみきかせば おれが八十八かと 我に問う
大塩 高橋 郁子

揚羽蝶 狭庭に咲く 朝顔や 百日草の 花々に舞う
松原 佐々木 キミ子

待ち望む 芙蓉の大輪 花開く 太陽見上げ 姿雄々しく
北山 武藤 敏子

雨降りて 田んぼ一面 すくすくと たなびく稲穂 粟光りて
北山 佐藤 裕子

白百合俳句会

仏壇のパイナップルのまだ青し

百年のときを楽しむ松手入

中川 幸恵

鈴木 隆一郎