

暮らしにプラスな情報紙

2025
(令和 7 年)

12 月号
No.525

広報

きたしおばら

故郷と仲間を胸に

紡いだ絆と軌跡



人の動き

※ () 前月比
2025 年 12 月 1 日現在



●人口 2,346人(+4)(外国人含む)
(男 1,195人 / 女 1,151人)

●出生 0 ●死亡 5



●転入 18 ●転出 9

●世帯数 1,106 世帯(+6)

12月の納税

- 村県民税(4期)
- 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)
- 下水道受益者分担金(3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

日 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

日 12月25日(木)

午前9時30分～午前11時30分

場 自然環境活用センター(剣ヶ峯)

問 総務企画課 ☎ 23-3111

SNS

観光情報
(観光課)



X(旧Twitter)



Instagram

地域
おこし
協力
隊



Instagram

(北塩
原村)
村政
情報



LINE

ふるさと納税

令和7年の寄附状況は11月末現在で、
109,210,300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

2025.12

Contents

- 3 除雪について
- 4 ふくしま駅伝
- 6 むらの話題
- 8 生涯学習だより
- 10 協力隊が行く・移住・むらびと編集部
- 11 子育てプラス・手話のわ
食改さんのお役立ちレシピ
- 12 健幸プラス・健幸の輪
- 13 南東北裏磐梯診療所からのお知らせ
- 14 暮らしのガイド
- 17 学ぼう・食べよう・体験しよう
- 18 きたしおばら推し・文化探訪
文芸のひろば

今月の表紙

(第37回ふくしま駅伝・第3区走者)

11月16日(日)、第37回市町村対抗福島県
縦断駅伝競走大会が開催され、本村チームは、
一部区間に条件外選手が出走するオープン参
加での出場となりました。北塩原村駅伝選手
17名は、故郷と仲間の想いを胸に一丸となり、
白河から県庁まで走り抜きました。

この表紙は、沿道からのたくさんの声援に
応え、選手が左手を突き上げたところです。
村民の皆さんの多くの声援、ありがとうございました。

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

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、住民の皆さんのご理解、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、近づく大変危険です。

◆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うために、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、道路除雪作業は皆さん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、必ず蓋を閉めてください。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にはできませんので、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の前に、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の確保のため、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。



お問い合わせ先

【村道等の除雪】

北塩原村建設課

☎ 0241 (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

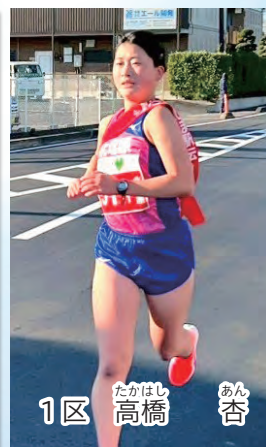
②桧原・裏磐梯地区

福島県猪苗代土木事務所

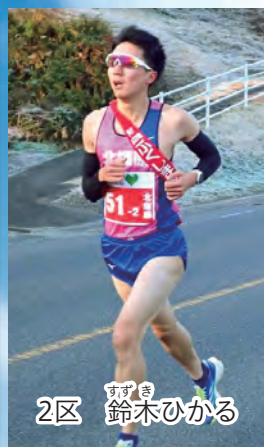
☎ 0242 (62) 3102

故郷と仲間を胸に走る―タスキが紡いだ絆の96・3 km

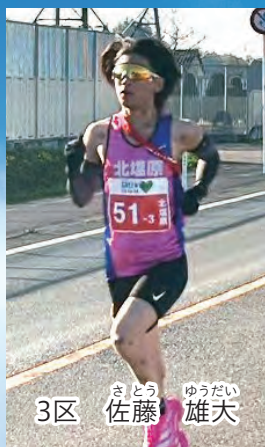
第37回市町村対抗 福島県縦断駅伝競走大会



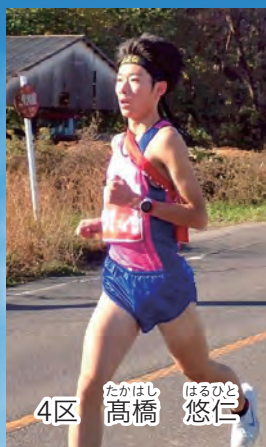
1区 たかはし 杏



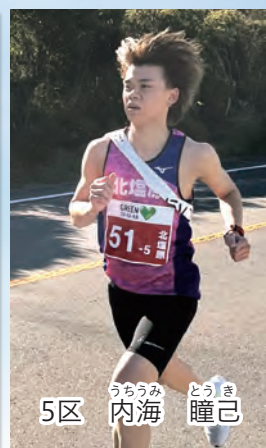
2区 すずき 鈴木ひかる



3区 さとう 雄大



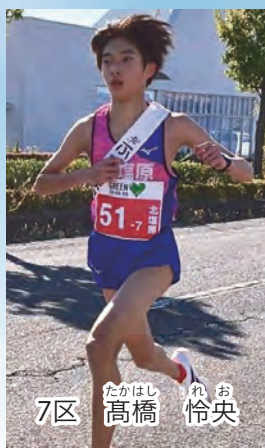
4区 たかはし 悠仁



5区 うちうみ 瞳己



6区 いわた こうたろう 岩田幸太郎



7区 たかはし 怜央



8区 うちうみ 優志

特例出場で挑んだふくしま駅伝

第37回市町村対抗県縦断駅伝競走大会は11月16日(日)、白河市のしらかわカントリー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・3 kmで繰り広げられました。今年是一部区間に条件外選手が出走する「特例出場」が認められ、例年と異なる編成での挑戦となりましたが、タスキは地域の想いをますます強く繋ぎました。

駆け抜けた16区間

北塩原村駅伝チームは、8月5日(火)から活動を開始しました。

選手たちは、厳しい練習を重ね、全区間を走り切り、タイムは、5時間59分48秒でゴールしました。(総合順位…40位相当※)

※ただし、「特例出場」によるオープン参加のため、チームとしての公式成績は残りません。

大会参加への想い

今大会は、中学生・高校生・一般を含む17名が、約4か月間出場枠を目指して励んできました。

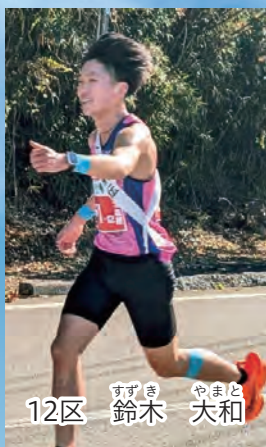
当初は単独出場が危ぶまれる厳しい状況に直面しましたが、過去に駅伝を走った経験のある選手が急遽選手登録を行い、大会の棄権を回避する一助となりました。



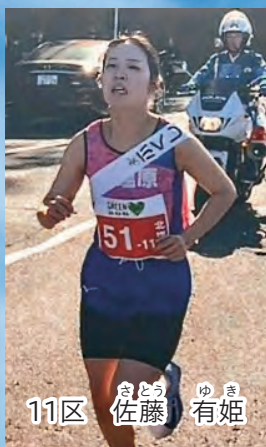
▲前日の練習の様子



▲北山地区の神社で必勝祈願



12区 すずき やまと
鈴木 大和



11区 さとう ゆき
佐藤 有姫



10区 うちうみ ともき
内海 智希



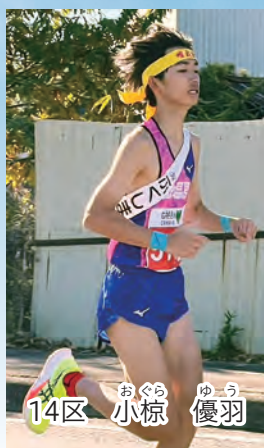
9区 すずき ほのか
鈴木 穂花



16区 おおたけ ゆうと
大竹 悠仁



15区 すずき ひより
鈴木 ひより



14区 おぐら ゆう
小椋 優羽



13区 たかはし ぜん
高橋 ぜん

多くの声援に支えられ

8月から大会当日まで、監督・サポートスタッフ・保護者・地域の皆様など多くの方々の支えを受けて参加を果たしました。指導スタッフや関係者は、平日・休日を問わず時間を割いてチームをサポートし、その結果、走力向上とともに「目標を持って取り組むこと」「最後まで諦めない姿勢」の重要性を選手一人ひとりが学びました。

大会当日は穏やかな好天に恵まれ、監督やサポート者、選手家族など多くの方に見守られてタスキを繋ぎ、チーム一丸となってゴールまで走り抜きました。

大会後の報告慰労会では、監督による結果報告に続き、村長や議長から選手への労いの言葉が贈られ、選手たちが大会を振り返り感想や来年への抱負を語りました。駅伝チーム主将・内海瞳己選手は「今日の私たちの走りが、北塩原村の方々の勇気や元氣につながっていたら幸いです」と挨拶しました。

最後に

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願います。



▲ゴール後、県庁前にて

Topics
05

11/8 (土)
11/9 (日)

すぎなみフェスタ2025

杉並区：桃井原っぱ公園



交流自治体・東京都杉並区で開催された「すぎなみフェスタ2025」に出展しました。

イベントは2日間で延べ93,000人が来場し、賑わいをみせていました。

村からは農考会や村内事業者が参加し、新米や白菜、大根、ユーカリなどをトラックいっぱいに詰めて杉並区まで運び、区民の皆さまにお届けしました。

販売を楽しみにしていたと笑顔でブースに立ち寄る方が多く、村の魅力が伝わっていることが実感できたイベントでした。

Topics
07

11/19 (水)

松陽台いきいき体操クラブ 介護予防推進活動「知事賞」受賞

福島県杉妻会館



この度、「松陽台いきいき体操クラブ」のみなさんが、日頃の介護予防活動や自然な形での支え合いの活動が高く評価され、「知事賞」を受賞されました。

県内から知事賞1団体、奨励賞3団体の併せて4団体が表彰され、表彰式には、代表の上野信子さん、山口榮子さん、内田龍子さん、佐々木佑美さんが出席し、知事から直接表彰状を受け取り、上野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地域で活動が続けてください。おめでとうございます。

Topics
06

11/9 (日)

第6回いきいき 村民フェスティバル

村コミュニティセンターホール



介護予防や健康意識の向上を目的に開催し、約90名の方が参加されました。

午前の芸能発表では、村内の各種団体が踊りや演奏など日頃の練習の

成果を披露し、活動報告では、松陽台いきいき体操クラブの皆さんより、活動内容や元気に活動を行うためのポイントなどについて発表がありました。

午後は、福島赤十字病院の理学療法士 鈴木かおり氏をお招きし、これからも元気で過ごすための生活の工夫と運動について講演が行われたほか、地域包括支援センターによる講話では、脳トレや介護予防運動を来場者全員で行い、会場には笑い声があふれていました。

Topics
08

12/2 (火)

保護司 江川アヤ子さん 法務大臣表彰受彰を報告

村長室



(左から) 遠藤村長、江川さん、喜多方地区保護司会北塩原支部長大竹榮一さん

保護司の江川アヤ子さん(下吉)は、更生保護に顕著な功績を挙げた方々に贈られる法務大臣表彰を受彰し、遠藤村長に喜びの報告を行いました。

江川さんは平成18年に保護司に委嘱されて以来、犯罪や非行をした方の立ち直りを支援する活動を長年にわたり続けてこられました。

授与式は11月14日に相馬市民会館で開催された第42回福島県更生保護大会の場で執り行われ、福島県では15名が受彰しました。

10/22
(水)

ペピーノ栽培意見交換会

生涯学習センター



10月22日(水)に北塩原村生涯学習センターにおいて、東京農業大学との包括連携協定を締結している事業の一環として、ペピーノ研究の第一人者である高畑健先生を講師に迎え、意見交換会を開催しました。

当日は6名の参加者が、ペピーノの基礎知識から栽培方法、越冬の苗の調整などについて学びました。

また、質疑応答の時間には、栽培の感想や具体的な栽培相談が寄せられ、有意義な意見交換会となりました。

10/27
(月)

更生保護女性会の方々と交流しました

さくら幼稚園



北山・大塩更生保護女性会の方々が来園し、園児と一緒にチューリップの球根を植えたり、園庭の落ち葉をきれいにしたりしました。

その後、園内で園児と一緒にゲームを楽しみました。最後に、お礼のダンスを披露し、プレゼントをいただきました。子どもたちは、地域の方々と笑顔いっぱい交流することができました。

11/4
(火)

地域おこし協力隊 辞令交付式

村長室



11月より新たに地域おこし協力隊として着任した「原宣功(はらのぶかつ)さん」の辞令交付式が行われました。

原さんは、長年にわたり株式会社シマノでロードレースやマウンテンバイクレースの活動、自転車部品の企画・開発やイベント運営などで幅広く活躍されてきました。

村では「サイクルツーリズム推進担当」に着任し、自転車を活用した新たな観光の形の創出に向け、地域おこし協力隊の一員として活動していただきます。

11/4
(火)

西沢岳人選手来訪

村長室



北塩原村出身・在住でフリースタイル・モーグルの西沢岳人(にしざわ たけと)選手が来訪されました。

西沢選手は2025～26シーズンのSAJ強化指定選手に指定されており、2026年2月のミラノ・コルティナ冬季オリンピック出場に向け、ワールドカップ連戦に挑みます。

試合への意気込みと「北塩原村 裏磐梯」のワッペンを披露いただき、村からは新米30kgを贈りました。力を十分に発揮できるよう応援しています。

11/22
(土)

北塩原村・西会津町 ビーチボールバレー交流大会

北塩原村民体育館

北塩原村から4チーム、西会津町2チームの合計6チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

大会結果

- ・優勝 「ショーヨーBVC Aチーム」(北塩原村)
- ・準優勝 「リップスティック ピンク」(北塩原村)
- ・3位 「リップスティック パープル」(北塩原村)
- ・MVP 「大内 滯斗」(北塩原村)



右上：ショーヨー BVC
右下：リップスティック



「ビーチボールバレー」は、やわらかい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。

むらで輝くキラびと

文化

北塩原村食生活改善推進員のみなさん(各地区)

ピンクのTシャツとエプロンがトレードマークの食生活改善推進員のみなさん、愛称“食改”さんは、村内各地区の60代～80代の16名の方がメンバーです。



村の料理教室や幼稚園・小学校の食育教室などで、調理実習をしたり、子どもたちに栄養のお話をしたりしています。公民館の食育講座でも強力な助っ人として度々活躍してくださっています。

会長の小椋榮子さんは、新しい料理や栄養の知識を学べるのがやりがいとお話されていました。他の会員の方も、食改の活動で学んだことを、家庭での食事に活かしているそうです。

とても明るく優しい食改のみなさんの姿から、食事を作る楽しさや食べる楽しさが伝わってきます。



現在会員大募集中です！料理が好きな方、栄養バランスのよい食事について学びたい方、一緒に活動してみませんか？



令和7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86作品の応募がありました。

今年度の入賞作品は以下の通りです。

小学生の部

【最優秀賞】

- ・さくら小学校6年 遠藤 広晴(小学校高学年の部)
「あいさつで ニコニコ笑顔の 花がさく」

【優秀賞】

- ・裏磐梯小学校1年 遠藤 誉(小学校低学年の部)
「あいさつで ステキなえがおを プレゼント」
- ・裏磐梯小学校4年 工藤 志晏(小学校中学年の部)
「こんにちは 心と心の あく手しよう」

中学生の部

【最優秀賞】

- ・裏磐梯中学校3年 水野 由華(中学校3年生の部)
「今日こそは スマホじゃなくて 家族団欒」

【優秀賞】

- ・第一中学校1年 五十嵐咲英(中学校1年生の部)
「あいさつで 皆に広がる 笑顔の輪」
- ・第一中学校2年 中川 姫咲(中学校2年生の部)
「ありがとう 家族をつなぐ まほうの言葉」



※紙面の都合上、「児童書・えほん」コーナーはお休みします。



11/1
(土)

「第19回さくらふれあい文化祭」が開催されました！

さくら小学校体育館

文化祭では、幼稚園児・小学生のダンスや楽器の演奏、学習したことのまとめなどが工夫を凝らした形で発表され、観客から大きな拍手が送られました。一般の発表では、KSB虹彩コーラスの美しいハーモニーが披露されました。また、大塩川前神楽のみなさんは、伝統文化を学んだ3年生とコラボレーションした発表となり、子どもたち手づくりの獅子との共演で、会場を大いに沸かせました。



※裏磐梯文化祭は感染症拡大防止のため中止となりました。

※文化祭の出展作品（裏磐梯地区の方の作品を含む）については、北塩原村生涯学習センターに展示しました。
(展示期間：令和7年11月12日（水）から12月12日（金）まで)

令和7年度 北塩原村青少年健全育成「北塩原村こども宣言」発表！

「北塩原村こども宣言」は、村の未来を創造する子どもたちが、今をどう生きることが将来に結び付いていくのかということをも自分たちで考え、作成したものです。

さくら小学校

- 1 元気にあいさつをします
- 2 何事にも一生懸命に取り組みます
- 3 目標に向かって友達と協力し合います

裏磐梯小学校

- 1 自分から あいさつします
- 2 ありがとうございます
- 3 相手の気持ちを考えます
- 4 自然を大切にします
- 5 夢に向かって 一生懸命 がんばります

第一中学校

- 1 自分から進んであいさつをします
- 2 北塩原村に誇りをもちます
- 3 北塩原村の歴史に関心を持ち
豊かな自然を大切にします
- 4 夢に向かって努力します
- 5 嘘をつきません
- 6 きまりを守ります
- 7 人を思いやる心をもちます
- 8 お年寄りを敬います
- 9 感謝の気持ちを忘れず
笑顔で楽しく生活します
- 10 心身共に健やかに
たくましく成長します

裏磐梯中学校

- 1 お互いが気持ち良くなるあいさつをします
- 2 感謝の気持ちを忘れず
誰にでも優しく接します
- 3 すべてのことに全力で取り組みます
- 4 いじめはしません 許しません



地域おこし 協力隊が行く!

Vol.20



北塩原村
地域おこし協力隊
佐藤 昌典

短い秋が終わり冬への季節ですね。ミッション「磐梯山ジオパーク活動推進」に挑む佐藤昌典です。着任から9か月。出来る事からコツコツとをモットーに何事も学びながら活動しています。これまでの主な活動は校内出前授業は取材。屋外、五色沼探勝路、ジオガイド養成講座等の帯同ではボディガード役?も兼ねて取材。イベントではテーマに則したブース造りを主に折り紙で少しでも華やかに観えるよう創意工夫に努めています。自らのミッション【社会貢献犬のドッグトレーナーになる】も、少しずつ進展しておりその日に備え、筋体力維持の為、時には下駄で闊歩。引き続き、ワンちゃんとお散歩されてるのを見掛ければ、自称「犬と会話できる。」のでお声かけします。吠えられても噛みつかれたことは有りません。他には惜敗しましたが村の野球チームに入部や区内清掃でも村民を実感し楽しめています。



福島中央テレビ「ゴジてれChu!」 地域おこし協力隊・中村寛さんの移住ストーリー

松原湖で取り組むカヌー事業や村での活動の様子が紹介されています。

QRコードから
ご覧下さい。



本年も移住促進活動へのご協力 ありがとうございました。

今年は6名の協力隊が、鳥獣対策、広報紙発行、ふるさと納税促進、創業・事業継承支援、ジオパーク活動推進、棚田活用による地域活性化と農地保全、サイクルツーリズム推進など、様々な分野で村を支えてくれました。また、令和7年度は空き家バンクを通じて6軒が新たな方へバトンタッチされました。

来年度も村に移住される皆さんを、どうぞ温かくお迎えください。

村民の皆さま自身が
このコーナーの編集部員
となり、イベント告知や
活動報告などを発信

村民と一緒に作る新連載 むらびと編集部

今すぐ応募



いつも明るいさくら小図書室! 地域の方もぜひお越しください!

さくら小学校図書委員会です!図書室はいつも楽しい雰囲気になっています。委員会では楽しい企画をしています。その中でも「ブックラジオ」は給食の放送で学校のみんなから集まったオススメの本を放送するという企画です。みんなワクワクして聞いてくれています。今後も図書室を盛り上げていきます!(S.T. haru)



北山地区 初詣のお知らせ

新しい年のはじまりに、
諏訪神社・松音寺へ初詣
に出かけませんか?

地域の皆さんが、穏やかで幸多い一年を願うひとときを過ごしていただるように、お屠蘇をご用意してお待ちしています。ぜひお気軽にお参りください。



開催日時/場所

- 1月1日(木)
- ・諏訪神社(構造改善センター横)
: 5時30分~10時00分
 - ・松音寺(北山北畑4255): 0時00分~14時頃

問【諏訪神社初詣】北山行政区
【松音寺初詣】松音寺 ☎22-5407

子育てプラス

芙蓉保育園の先生達からのワンポイントアドバイス

寒い日でも楽しめる遊びの工夫

Part 1

寒い日や悪天候でも室内で体を動かしたり創造性を育んだりする遊びを紹介します！

体力消費！運動遊び

・新聞紙(雑誌)、布団遊び

新聞紙(雑誌)を思いっきり破いて紙吹雪にしたり、丸めてボールにしたり、布団や毛布などを敷き詰めて坂道や山に見立ててゴロゴロ転がる遊びも喜びます。



創造力を伸ばす遊び

・廃品工作

牛乳パックやトイレットペーパーの芯などで手作りおもちゃや工作を楽しみます。



さとう
そら先生



これらの遊びも大人も童心に戻り、一緒に遊んでみると新たな発見があるかもしれません。Part2も再来月号に掲載予定です。是非お子さんと楽しい時間を過ごしてみてくださいね。

手話のわ！ Vol.9

～広がるやさしいコミュニケーション～

今年一年どんな年になりましたでしょうか。
年末の挨拶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。

良いお年を！



①「良い」：握りこぶしを鼻から前に出します。



②「お正月」：両手の人差し指を閉じます。

村の公式Youtubeチャンネルで動画を公開中→



食改さんのお役立ちレシピ



簡単なのに彩り豊か！
年末年始のおもてなし料理にぴったり！

～ 枝豆ごはん ～

たんぱく質、カルシウムが手軽にとれるレシピです！

材料(4人分)

ごはん	600 g
枝豆(冷凍も可)	40 g
白炒りごま	4 g
桜エビ(乾)	4 g



作り方

- ①枝豆は実を取り出しておきます。
- ②盛り付けたご飯に枝豆、炒りごま、桜エビをトッピングします。

レシピ考案：小檜山富士子先生



この冬・年末年始の感染症対策 ～発熱などの体調不良時のために備えましょう～

冬季はインフルエンザ等の感染症が流行し、特に年末年始などは、医療機関や救急対応がひっ迫する可能性があります。今年は体調不良時への備え、相談先の確認をさせていただき、皆様のご協力をお願いします。

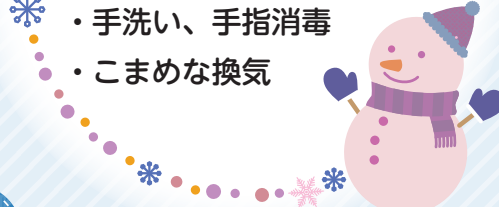
体調不良への備え

ご家庭でのマスク、
体温計、解熱鎮痛薬
などの市販薬の準備



1人1人ができる感染症対策を

- ・症状が出たら外出を控える
- ・咳エチケット
- ・手洗い、手指消毒
- ・こまめな換気



体調不良時の 相談先の確認

受診できる 医療機関の確認

休日当番医

広報誌（12月号はP13）
及び村ホームページで
休日当番医を掲載して
おりますので、
ご確認ください。

緊急・重症の場合は迷わず『**119番**』へ
病院に行くかまたは救急車を呼ぶか迷ったら、

福島県救急電話相談

『**#7119**』

または☎024-524-3020

相談時間：毎日24時間

相談者：看護師

福島県こども救急電話相談

『**#8000**』

または☎024-521-3790

相談時間：毎日 午後6時から翌朝8時

相談者：看護師、保健師及び医師



（ここからチャレンジ！）

笑顔でつなぐ健幸の輪

村民の健康づくりを紹介します。11月号 遠藤由美子さんからのご紹介。

■趣味や楽しみ、笑顔になれる時は？

- ・花づくり
- ・スイーツなど美味しいものを食べている時

■健康のために心がけていることは？

- ・バランスのとれた食事

■健康のためにこれからやってみたいことや目標は？

- ・散歩やウォーキング

■ひとことメッセージ

家の中ばかりではなく、外に出て、色々なところに参加すると、広い地域の人と知り合い、お互いに声を掛け合えるようになり、皆とお話できて気持ちが明るくなります。そうやってこれからも元気に過ごしたいです。

■次の方を紹介してください。

翌月をお楽しみに



佐藤 由美子 さん
[下吉地区]



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木曜日の午後は松原診療所、第2木曜日の午後は訪問診療の為医師不在

南東北松原診療所 ☎34-2009

第1木曜日 午後 1:30 ~ 4:00

12~1月

※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
14	15	16	17	18	19	20
当 あきもと整形外科 クリニック ☎ 21-1515 救 有隣病院 ☎ 24-5021 薬 葵調剤薬局喜多方店 ☎ 21-1785	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長	南 荒川院長	休診
21	22	23	24	25	26	27
当 いとう眼科 ☎ 22-5900 救 会津医療センター ☎ 0242-75-2100 薬 ふじき薬局 ☎ 24-3121	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長	南 荒川院長	南 荒川院長
28	29	30	31 大晦日	1/1 元日	2	3
当 入澤病院 ☎ 22-0267 救 佐原病院 ☎ 22-5321 薬 さくら薬局 喜多方店 ☎ 21-1751	臨時休診	臨時休診	救 有隣病院 ☎ 24-5021	救 会津医療センター ☎ 0242-75-2100	救 佐原病院 ☎ 22-5321	救 有隣病院 ☎ 24-5021
12月28日(日)~1月4日(日)まで裏磐梯診療所は休診となります。						
4	5	6	7	8	9	10
当 大竹内科 ☎ 22-0241 救 会津医療センター ☎ 0242-75-2100	南 荒川院長	南 荒川院長	休診	南 荒川院長 午後・松原	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



便秘で困っていませんか

便秘とは、便通が3日以上なかったり、便が硬くて量が少なく残便感があったりする状態を言います。

便秘の種類と原因

・機能性便秘

「弛緩性便秘」=大腸の運動が低下

大腸内に便が長くとどまり、水分が過剰に吸収されて硬くなるタイプ

「けいれん性便秘」=大腸の過緊張

腸の蠕動運動が強くなりすぎ、腸の一部が緊張により狭まってしまふことで、便がうまく運ばれずにウサギのフンのようなコロコロとした便になるタイプ

「直腸性便秘」=直腸に便が停滞

便が直腸に達しても排便反射が起こらず、直腸に便が停滞してうまく排便できなくなるタイプ

・器質性便秘

腸閉塞、大腸がん、腸管癒着などの器質的な原因があって消化管（小腸・大腸）に通過障害が起こるタイプ（このような便秘の場合は腸管穿孔を起こす恐れがあるため下剤は使用できません。）

便秘解消のためには・・・

水分の摂取や適度な運動、食物繊維の摂取などがあげられます。これらの対策で改善が見られない場合は、医療機関に相談し便秘薬の使用や大腸に病気が隠れていないか調べることも必要です。

当院では便秘に関するご相談も受付けております。気軽にお問い合わせください。

問 南東北裏磐梯診療所 ☎32-2009

消費生活センターからの お知らせ

■消費生活出前講座

喜多方市消費生活センターでは、振り込め詐欺や悪質商法などの被害未然防止と消費生活に関する情報や知識を深めていただくため、消費生活相談員を講師として派遣しています。

出前講座では、町内会や学校など、消費生活相談員が直接みなさまのところへ伺って、講話やグループワークなどを通して必要な知識をお伝えします。

講師の派遣は無料です。気軽にお問い合わせください。

問 住民税務課 ☎23-3114

■消費生活相談窓口の御案内

喜多方市、北塩原村および西会津町の3市町村が連携して、住民のみなさまの消費生活相談に対応しています。

「断っても強引な勧誘が続く…」「無料と聞いたのに高額な請求をされた…」など、消費者トラブルで困ったときは、一人で悩まずに喜多方市消費生活センターへご相談ください。

予約の必要はありません。電話および来所による相談を受け付けており、相談料は無料です。お気軽にご相談ください。

○相談専用電話 ☎24-5353

○相談時間 月曜日～金曜日
(土、日、祝日、年末年始を除く)
午前9時～12時・午後1時～4時

※相談時間は6月1日から変更になりました。(相談時間帯以外に相談をされたい方は、「消費者ホットライン・局番なし188(いやや)」にお電話ください。)

○場所

喜多方市字御清水東7244-2
喜多方市消費生活センター(本庁舎1階)

○相談をされる時は次のことを準備されると、相談がスムーズに

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

■その他

申請から交付(郵送)まで約1週間かかりますので、確定申告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。ご利用についての詳細は、税務署や勤務先にお問い合わせください。

問 保健福祉課福祉係
☎23-3113

自動車の登録(変更・移転・ まっ消)はお済みですか?

■自動車税種別割は、毎年4月1日現在で、運輸支局に登録されている所有者(割賦販売購入の場合は使用者)に課税されます。

■例年、「持っていない車の納税通知書が届いた」、「納税通知書が届かない」等の問い合わせが数多く寄せられています。

■納税通知書が間違いなく届くように、次のような場合は3月末までに運輸支局で登録手続きを済ませましょう。

- ①住所が変わった
- ②自動車を人に譲った
- ③廃車した など

問 福島県会津地方振興局県税部
課税第二課 ☎0252-29-5261

お知らせ

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っ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。

■認定基準日

令和7年12月31日

※ただし、対象の方が年途中で死亡された場合はその死亡日を基準日とします。

■対象者

認定基準日において次の(1)から(3)のすべてに該当する方

- (1)本村に住民登録がある65歳以上の方
- (2)介護保険の要介護度1～5の認定を受けている方
- (3)身体障害者手帳、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

※ただし、障害者手帳等による普通障害者控除対象者のうち、本制度により特別障害者控除の対象になる方は、本制度を申請することができます。

■申請方法

保健福祉課または裏磐梯合同庁舎に次の(1)から(3)をお持ちのうえ申請してください。

- (1)障害者控除対象者認定申請書
- (2)介護保険被保険者証
- (3)申請者の本人確認書類

■申請受付

令和8年1月5日(月)から



村育英事業 令和8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）。

令和8年度の奨学生を次のとおり募集しますので、ご活用ください。

■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8年1月7日(水)～2月6日(金)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） ※願書等は教育委員会にあります。
奨学生の決定	令和8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	1. 卒業1年後から8年間を限度として返還（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。） 2. 返還期日 半年賦…8月25日、3月25日 年賦…3月25日

問 教育委員会教育課 ☎23-5237
村HPも参照ください

<https://www.vill.kitashiobara.fukushima.jp/life/3/>



進みます。

・相談は事情の分かる本人からのご相談をお願いします。

・契約書・保証書・パンフレットなど相談に関する資料がある場合は、事前に用意して、ご持参ください。

※提供いただいた個人情報は、相談処理に利用し、本人の同意を得ずに他の目的で利用することはいたしません。



消費者庁イラスト集より

喜多方地方地域づくり講演会のお知らせ

喜多方地方地域づくり講演会

鳥獣被害対策における専門職員の必要性和いのちを未来へつなぐ捕獲個体活用の可能性

令和7年 **12月23日(火)** 開場 14:30 開演 15:00

喜多方プラザ文化センター 小ホール **入場無料**

講師 飯田 優貴 氏
環境庁 鳥獣被害対策専門員 鳥獣被害対策アドバイザー
講演内容 鳥獣被害対策の現状と課題、鳥獣被害対策の重要性、鳥獣被害対策の推進方法について講演。

講師 片岡 美菜 氏
やまあみ製菓 代表
講演内容 鳥獣被害対策の現状と課題、鳥獣被害対策の重要性、鳥獣被害対策の推進方法について講演。

主催 喜多方地方地域づくり推進委員会
共催 喜多方市 北郷町 西条町
後援 喜多方市 北郷町 西条町 喜多方市農業委員会
問合せ先 喜多方地方地域づくり推進委員会 ☎0241-22-3426

【講演会タイトル】

『鳥獣被害対策における専門職員の必要性和いのちを未来へつなぐ捕獲個体活用の可能性』

■開催日

12月23日(火)
(開場14時30分 開演15時)

■場所

喜多方プラザ文化センター
小ホール

■入場料 無料

ンでの聴講をご希望の方は、開催日時に喜多方地方広域市町村圏組合のHPをご覧ください。

問 喜多方地方広域市町村圏組合事務局

☎22-3426



■講師

飯田 優貴(いいだ ゆうき)氏
(猪苗代町農林課/農林水産省農作物野生鳥獣被害対策アドバイザー)

片岡 美菜(かたおか みな)氏
(やまあみ製菓製作所代表)

本講演会は、オンラインによる生配信を行う予定です。オンライ

税について考える

Vol.45
【固定資産税
＝(償却資産)編】

固定資産税の対象となる償却資産とは、会社や個人の方が事業用に供する構築物、機械、装置、工具、器具、備品等の資産をいいます(土地・家屋を除く)。今回は固定資産税の償却資産についてよくある質問を掲載します。

Q 償却資産にはどんなものがあるの？

A 業種別の例で示すと主なものは次に掲げるとおりです。

業種	主な償却資産例
共通	パソコン、コピー機、ルームエアコン、事務機、応接セット、ロッカー、キャビネット、金庫、看板、舗装路面、門、塀、外構、外灯など
飲食店業	厨房設備、テーブル、椅子、冷凍冷蔵庫など
小売業	陳列ケース、自動販売機、冷凍冷蔵庫など
旅館・ホテル業	ステレオ、ガスレンジ、洗濯設備、ボイラー、自動食洗器、製氷機、厨房設備、放送設備、温泉設備工事一式、カーテン、テレビ、ベッド、応接セットなど
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト等の大型特殊自動車
ガソリンスタンド	洗車機、ガソリン計量器、独立キャノピー、防壁、地下タンク、溶接機、コンプレッサー、照明設備、舗装路面など

Q 耐用年数を過ぎた古い資産であっても申告の対象になるの？

A 古い資産で減価償却済みであっても、事業で使われている場合は申告の対象になります。

Q 廃業して資産がなくなりましたが、申告は必要ですか？

A 全資産減少の申告をしてください。

- ・リースは対象外(リース元で申告・課税)
- ・自動車、軽自動車(原付、小型特殊自動車、二輪等)は対象外
- ・ショベル・ローダ、ロータリ除雪自動車、フォーク・リフトなどの大型特殊自動車は対象
- ・家屋の価値を上昇させる工事は対象(復元は対象外)

問 住民税務課 ☎23-3114

お悔やみ申し上げます

- ・大山 晴 男 <81歳> (千 晴・父) 剣ヶ峰
- ・加藤 ミヤ子 <90歳> (敏 實・母) 北山一区
- ・内海 トミ子 <90歳> (緊 子・姉) 関 屋
- ・武藤 トキ子 <86歳> (夕起子・母) 北山二区
- ・高畑 忠 幸 <82歳> (忠 弘・父) 大塩下区

健康相談

日にち	時 間	内 容	場所・問い合わせ
12月19日(金)	午後1時30分～3時30分	ひきこもり家族教室	会津保健福祉事務所 ☎0242-29-5275
1月20日(火)	午後1時30分～3時30分	心の健康相談	

村内の空間放射線量の測定値について (令和7年11月)

地区別	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 (裏磐梯合庁舎前)
測定日				
11月21日	0.054	調整中	0.092	0.063
11月7日	0.049	調整中	0.077	0.049

問 住民税務課 ☎23-3114

学校別	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
測定日						
11月21日	0.071	0.094	0.081	0.086	0.097	0.117
11月7日	0.074	0.079	0.082	0.078	0.093	0.102

問 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/

初顔合わせ2026

令和8年のスタートを迎えるにあたり、下記により「初顔合わせ2026」を開催します。

参加希望の方は、総務企画課総務係までお申し込みください。

村民の皆さまのご参加をお待ちしております。

日 令和8年1月5日(月)

午前11時から

場 北塩原村コミュニティセンターホール

費 無料

申・問 総務企画課総務係

☎23-3111

※申込締切 12月22日(月)厳守

当日は村内各地から送迎バスを運行しますので、ご利用ください。

初顔合わせ2026 送迎バス運行表

1号車 桧原・金山・早稲沢方面

早稲沢生活改善センター 9:55	生きがい学習施設前 10:00	桧原歴史館前 10:02
桧原郵便局前 10:10	役場 10:45	

2号車 曾原・狐鷹森・剣ヶ峰・長峯方面

曾原狐鷹森生活改善センター 9:55	ホテル小野川荘前 10:00	裏磐梯合同庁舎 10:05
長峯交流センター 10:25	橋本 10:40	役場 10:45

3号車 小野川・蛇平・秋元方面

小野川消防屯所 9:45	蛇平集会所 9:55	秋元集会所 10:00
裏磐梯合同庁舎 10:05	2号車と合流、乗り換え	

4号車 大塩・北山方面

米澤屋前 10:00	鈴木家前 10:05	大久保集会所前 10:10
榑集会所 10:15	関屋集落センター 10:20	役場 10:25
谷地集会所 10:30	下吉消防屯所 10:35	構造改善センター 10:40
役場 10:45		



きたしおばらで

学ぼう 食べよう 体験しよう



01

道の駅裏磐梯

冬のあったか新メニュー

寒～い冬がいよいよ始まりました。

そこで、食堂ヒバラティではアツアツの“鍋焼き味噌ラーメン”を新発売いたします。

たっぷりのお野菜と温泉卵がのったボリュームたっぷりのメニューです。是非みなさんお誘いあわせの上食べに来てくなんしょ！



営業 9:00～17:00
休 毎週水曜日
☎ 33-2241

02

観光課

SNSで発信中！

観光課ではXとInstagramを運用し、裏磐梯の天気・観光・イベントなど、タイムリーな情報を中心に発信しています。

観光客の皆さんだけでなく、村民の皆さんも「今日の裏磐梯はどんな感じかな？」と少し覗いて興味関心をもっていただけると幸いです。

フォロー・いいね、お待ちしております！



▲11/18 裏磐梯周辺初冠雪



観光課
Instagram

観光課
X

03

裏磐梯サイトステーション

スノーシュートレッキングのシーズンがいよいよ到来です。当館ではスノーシュー&ストック、ストック単品、子ども用スノーシュー、わかんじき、ヒップボードの有料レンタルを行っています。館内では『磐梯山におけるコウリンタンポポ防除活動』と題したパネル展示で、ここ数年有志によって継続的に実施されている外来生物の駆除の実例が詳しく紹介されています。

皆様のご来館をお待ちしております！



営業 9:00～16:00
休 水曜日
＊12月28日～令和8年1月4日
までは年末年始休館
☎ 32-2411

04

裏磐梯ビジターセンター

「裏磐梯ビジターセンター研究発表会」を開催します！

毎年冬に、磐梯朝日国立公園やその周辺における研究や活動成果を発表する「研究発表会」を行っています。今年度も2026年3月に開催する運びとなりました。

現在、発表者を募集中です。ご興味のある方は、裏磐梯ビジターセンター公式HPから詳細をご覧ください！！

HP: <http://www.urabandai-vc.jp/>

会期: 令和8年3月8日(日)

10:00～16:00(予定)

場所: ビジターセンター
レクチャールーム



営業 9:00～17:00
休 火曜日
☎ 32-2850



05

裏磐梯観光協会

冬のお楽しみあれこれ

いよいよ冬本番がやってきました。

何かと外に出るのがおっくうな時期ですが、裏磐梯には冬ならではの楽しみがあります。一つ目は、冬の風物詩、ワカサギ釣りです。11月に解禁になり、3月末まで楽しめます。二つ目は、雪の上をスノーシューで歩くトレッキングです。運動不足になりがちな時期ですが、健康維持のためにも体を動かしてみたいいかがでしょうか。



営業 9:00～17:00
休 年中無休
☎ 32-2349

06

磐梯山ジオパーク協議会

磐梯山ジオパークパネル展

11/1から12/10まで裏磐梯ビジターセンター企画展示室で磐梯山ジオパークパネル展を開催したところ、紅葉の時期とも重なり多数のお客様に観覧頂き、会場内には「教えてあなたのおすすめ!ジオサイト」ボードを掲示し来場者からのメッセージも沢山頂き、磐梯山は宝の山だと再認識出来ました。

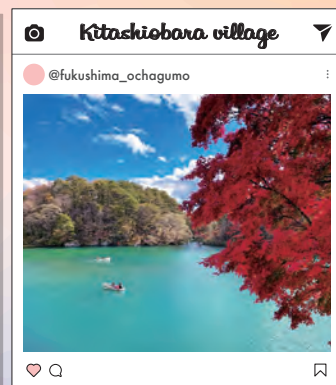
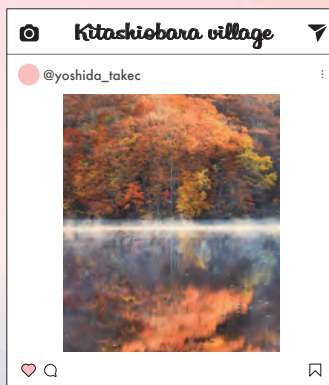


営業 9:00～17:00
休 土日祝
☎ 32-3180

#きたしおばら推し

11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21回】水中遺跡②

年の瀬が近づいてきました。今回は4月号に掲載した水中遺跡の続きです。水中遺跡は湖だけでなく河川や海にもあります。また、遺跡の性格も桧原宿跡のような集落だけでなく、港、沈んだ船や積み荷、祭礼の場など様々です。全国で調査等行われていますが、全体的な調査の状況や将来的な課題などを考える機会は陸上の発掘ほど充分とは言えない状況です。そういった中で今回、桧原宿跡調査事業の一環としてシンポジウム『水底の文化遺産：湖底遺跡調査の最新動向』が12月20・21日に東京で開催されます。桧原宿跡の調査をきっかけに全国での事例や課題を話しあえる機会が設けられたことは、水中遺跡研究そのものの歴史を振り返る時に意義深いものです。JAMSTEC(海洋研究開発機構)をはじめ関係機関のみなさんに感謝いたします。シンポジウム初日の様子はオンライン視聴できる(無料)とのことです。興味のある方は右の2次元コードから申し込んでください。(受付〆切の場合はご容赦ください。)最後に、本年も広報をお読みいただきありがとうございました！



▲磐梯山火口壁付近から見える桧原湖

文芸のひろば

北塩原短歌会

立冬に 入り山々は ぼうずなり 長い冬なる 心細さよ 桧原 佐々木 キミ子

晴れ渡る 夜空に浮かぶ 満月や 会津平野を 守りて照らす 北山 武藤 敏子

朝一番 窓から見える 雄国山 朝日登りて 紅葉美し 北山 佐藤 裕子

晩秋の 冷たい風に 音立てて 舞い散る枯葉 何処へ旅立つ 大塩 鈴木 みち子

かたばみの 種はじけずに 良かったと 何度もつぶやき 最後の草取り 大塩 鈴木 タケ子

暑い日に 蒔いた大根 太くなり 大根積みが 終りて嬉し 大塩 五十嵐 良子

連日の 熊出没で さわがしく 我も出かけず 右往左往 大塩 高橋 みす江

紅葉を ゴンドラに乗り 別世界 差し出す手を やさしく迎える 大塩 高橋 郁子

白百合俳句会

こつこつと枝毛切りをる夜長かな 中川 幸恵

檜原湖のかりがね寒き水の色 鈴木 隆一郎