



今月の内容

P2 ～ 3 きたしおぼらトピックス
P4 国民健康保険税率改正
P5 後期高齢者医療制度のお知らせ
P6 子育て世帯生活支援特別給付金
P7 税について考える
P8 熱中症予防対策
 地域おこし協力隊コラム

P9 喜多方広域消防職員試験案内
 自衛官募集
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

5月24日(水) 献血へのご協力ありがとうございました

今年度1回目の献血が実施され、地域住民や村内在勤者50名の方にご協力いただきました。

献血は病気の治療や手術で輸血を必要とする患者さんの尊い命を救うために無償で提供するボランティア活動です。

2回目の献血は、12月5日(火)に村役場本庁前において実施予定です。引き続き皆様の献血へのご協力をお願いします。

	献血協力者数
村役場本庁舎	39
裏磐梯合同庁舎	11
合計	50

6月3日(土) 第76回 福島県消防大会

第76回福島県消防大会が喜多方ブラザで開催され、消防について功労のあった団体、消防団員、消防職員、事業所等に対して表彰を行いました。

大会では、受賞者を代表して村消防団の大橋健一団長が県知事表彰(功績賞)を、村消防団前訓練本部長の佐藤幸一さんが県消防協会表彰(退職団員感謝状)を受け取りました。

また、大橋団長が受賞者代表謝辞を述べました。



▲謝辞を述べる大橋団長(左)



▲消防協会表彰を受賞した佐藤幸一さん(中央)

6月6日(火) 第73回「社会を明るくする運動」内閣総理大臣等メッセージ伝達式・村推進委員会～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

第73回「社会を明るくする運動」内閣総理大臣等メッセージ伝達式及び北塩原村推進委員会が行われました。

喜多方地区保護司会の東條勝会長より内閣総理大臣メッセージ、喜多方地区更生保護女性会の湯田功会長より福島県知事メッセージが村長へ手渡され、伝達式に引き続き、村推進委員会を開催しました。

「社会を明るくする運動」は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

本村においては、保護司や更生保護女性会による朝のあいさつ運動や、人権擁護委員による学校訪問など、学童期から人と人とのつながりや地域との関わり合いの大切さを共に考える取り組み等を中心に活動してまいります。

7・8月は長期休業期間となり、生活習慣も変わることから、開放的な気持ちになる時期です。地域や家族での見守りそして心通い合う一声をお願いします。



6月7日(水) さくら幼稚園「わくわく広場」開催

さくら幼稚園において今年度初めての「わくわく広場」を開催しました。上野祥子さん(松陽台)を講師にお迎えし、音楽鑑賞会を実施したところ、2組の親子に参加いただきました。

子どもたちの大好きな曲がピアノで奏でられると、「あっ!この歌知ってる!」と嬉しそうに聞き入っていました。ドラえもんやディズニーの曲、童謡など幅広いジャンルの曲をたくさん弾いていただき、楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいました。

最後には上野さんのピアノに合わせて、『僕の誇り』と『村の歌』を子どもたちも一緒に歌いました。本物の音楽に触れることができた、貴重な時間となりました。



6月9日(金) 全国町村議会議長会等より感謝状贈呈

令和3年6月より2年間、福島県町村議会議長会会長を務めました小椋眞議員に、在職中の功績により、全国町村議会議長会及び福島県議会議長会より感謝状が贈呈されました。

6月議会定例会議に先立ち、五十嵐善清議長より伝達されました。



6月11日(日) 第26回雄国山開き開催

第26回雄国山開きを開催しました。当日はラピスバ裏磐梯の駐車場で安全祈願祭を執り行いました。その後、参加者61人をバスで雄子沢川駐車場まで送り、雄国せせらぎ探勝路から雄国山まで歩きました。

あいにくの雨模様でしたが、参加者はレンゲツツジを見ごろを迎えた初夏の雄国山の登山を楽しんでいました。



6月29日(木) 新体制でスタート ～村選挙管理委員会委員改選～

6月の村議会定例会において、村選挙管理委員会委員及び同補充員の選挙が行われ、次の方々が選任されました。

任期は、令和9年6月28日までの4年間です。

◆選挙管理委員会委員

齋藤 将（北山）高橋 善美（大塩）小椋 政廣（早稲沢）
高橋 光秋（秋元）

◆同補充員

内海 義和（北山）赤城 幸二（下川前）伊藤 和好（桧原）
佐藤 照明（蛇平）



また、6月29日に行われた改選後初めての委員会では、委員長に齋藤氏、委員長職務代理者に高橋善美氏が選任されました。

▲(左から)高橋光秋委員、小椋政廣委員、齋藤将委員長、高橋善美委員長職務代理者

ご寄附ありがとうございます

北塩原村ふるさとづくり寄附金としてご寄附をいただきました。

寄付金は、村の発展のため大切に活用させていただきます。

寄附者：遠藤昭二さん（千葉県）

寄附額：10,000,000 円

令和5年度 緑の募金活動の報告

令和5年度緑の募金にご協力をいただき、ありがとうございました。

今年も多く募金が寄せられ、200,794 円の募金が集まりました。皆様方のあたたかいご協力に感謝申し上げます。

寄せられた募金は、公益社団法人福島県森林・林業・緑化協会が県内全体の取りまとめを行い、その後本村に交付されます。交付金は、本村の幼稚園、小学校、中学校の環境緑化整備等に活用させていただきます。

今後とも、緑の募金活動へのご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和5年度国民健康保険税の税率改正のお知らせ

国民健康保険は、持続可能な医療保険制度を構築し、将来にわたり国民皆保険制度（国民全員が国保、社会保険等に参加している状態）を守るため、県と村が共同して運営をしています。県が財政運営の主体となり、市町村ごとの国保事業費納付金を決定するとともに、市町村ごとの標準保険税率を算定します。村は県が算定した標準保険税率を参考に、国保事業納付金を納めるために必要となる村の国保税の税率等を決定します。

この度、令和5年度の標準保険税率と国保事業費納付金が県から示され、その納付金を納めるために必要な財源となる村の国保税の税率を改正しました。

令和5年度国民健康保険税率改正内容

項目	算定区分	令和4年度	令和5年度	比較
医療給付分	所得割	6.20%	6.51%	+0.31%
	均等割	22,100 円	24,600 円	+2,500 円
	平等割	16,500 円	17,600 円	+1,100 円
後期高齢者支援金分	所得割	2.29%	2.24%	▲ 0.05%
	均等割	8,200 円	8,400 円	+200 円
	平等割	5,200 円	5,400 円	+200 円
介護納付金分 (40 歳～ 64 歳の方)	所得割	1.95%	1.98%	+0.03%
	均等割	9,400 円	9,600 円	+200 円
	平等割	5,100 円	5,100 円	± 0 円

※所得割：前年中の所得を基に算定（総所得金額等－基礎控除額）×税率

均等割：被保険者 1 人あたりの税率

平等割：1 世帯あたりの税率

医療費の負担を減らす5つのポイント

1. かかりつけ医を持ちましょう。

日頃から、自分や家族の病気の治療や相談に応じてもらえる「かかりつけ医」を持ちましょう。紹介状なしで大きな病院を受診すると費用が余計にかかってしまいます。

2. 診療時間内に受診しましょう。

休日や夜間など時間外の医療費は通常よりも高く設定されています。緊急時以外は、平日の診療時間内に受診しましょう。

3. 「はしご」受診は避けましょう。

同じ病気で複数の医療機関にかかってしまうことは、医療費の増加の原因となります。症状がなかなか改善されなかったり、治療方針に不安がある場合は、病院を変える前にかかりつけ医にきちんと相談し、意向を伝えることをおすすめします。

4. 薬は正しく使いましょう。

自己判断で服薬を中断したり、飲み忘れてしまうと薬が無駄になるだけでなく、回復が遅れる原因となります。また、積極的に後発医薬品（ジェネリック医薬品）を利用しましょう。

5. 健康診査を必ず受けましょう。

健診を受けて早期に発見できれば、適切な治療を受けられ快復も早く、治療費の負担が少なくなります。年に1回は必ず健診を受けましょう。

後期高齢者医療制度のお知らせ

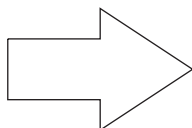
被保険者証について

現在お使いの被保険者証（ピンク色）は、令和5年7月31日で有効期限を迎えるため、使用できなくなります。令和5年8月1日からは、7月下旬に交付する新しい被保険者証（オレンジ色）をご使用ください。

期限の切れた被保険者証は、誤使用や詐欺被害を防ぐため、8月1日以降、役場住民課、裏磐梯合同庁舎に返却いただくかご自身で破棄してください。ご自身で破棄する場合は、個人情報に留意のうえ、裁断等により確実に破棄してください。

後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	令和5年7月31日
交付年月日	令和4年10月1日
被保険者番号	12345678
住所	福島市広域一丁目〇〇番地
氏名	広域 太郎
性別	男
生年月日	昭和〇〇年〇〇月〇〇日
資格取得年月日	〇〇年〇〇月〇〇日
発効期日	〇〇年〇〇月〇〇日
一部負担金の割合	〇割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 0 7 0 0 0 0 福島県後期高齢者医療広域連合 印

▲令和5年7月31日まで



後期高齢者医療被保険者証	
有効期限	令和6年7月31日
交付年月日	令和5年8月1日
被保険者番号	12345678
住所	福島市広域一丁目〇〇番地
氏名	広域 太郎
性別	男
生年月日	昭和〇〇年〇〇月〇〇日
資格取得年月日	〇〇年〇〇月〇〇日
発効期日	〇〇年〇〇月〇〇日
一部負担金の割合	〇割
保険者番号並びに保険者の名称及び印	3 9 0 7 0 0 0 0 福島県後期高齢者医療広域連合 印

▲令和5年8月1日～
令和6年7月31日

マイナンバーカードが保険証として利用できます

マイナンバーカードの保険証利用に対応している医療機関・薬局等においては、従来の保険証だけではなく、マイナンバーカードでの受診も可能です。

保険証として利用するためには、事前に利用申込が必要となり、スマートフォンやパソコンから簡単に行うことができます。ご自身の申し込みが困難な方は、住民課で手続きを支援しますので、お問い合わせください。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」、「限度額適用認定証」について

住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」を、住民税課税所得が基準額内の被保険者もしくは同一世帯に該当する被保険者がいる方は「限度額適用認定証」の申請ができます。これらの認定証を医療機関に提示することで、窓口負担が一定の限度額までとなります。

前年度に認定証を交付されている方で、8月1日からの認定区分が「区分Ⅰ」、「区分Ⅱ」に該当する方及び「現役Ⅰ」、「現役Ⅱ」に該当する方は、新しい被保険者証と一緒に送付します。

また、新たに8月から必要となる方は、8月以降、住民課医療福祉班で申請してください。

問い合わせ 住民課医療福祉班 23-3113

低所得の子育て世帯に対する 子育て世帯生活支援特別給付金

～支給額 児童1人当たり5万円～

物価高騰に直面し、影響を特に受ける子育て世帯に対し、全国一律の支援策として給付金を支給します。

支給対象者

対象児童を養育する方で以下の（１）～（５）のいずれかに該当する方に支給します。

<低所得のひとり親世帯>

- （１）令和５年３月分の児童扶養手当受給者の方
- （２）公的年金等を受給していることにより、令和５年３月分の児童扶養手当の支給を受けていない方（※児童扶養手当の支給制限限度額を下回る方に限ります）
- （３）食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変している、児童扶養手当を受給している方と同じ水準の収入の方（家計急変者）

<低所得の子育て世帯（上記以外の世帯）>

- （４）令和４年度「低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金（その他世帯分）」を受給された方
- （５）（４）のほか、令和５年３月３１日時点で１８歳未満の児童（障害児の場合、２０歳未満。）を療育する父母等であって、食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変し、収入が住民税非課税の方と同じ水準の方

対象児童

０歳～１８歳の児童（平成１７年４月２日～令和６年２月２９日生まれの子）

※障害のある児童（特別児童扶養手当の対象児童）については２０歳未満まで対象

※令和６年２月２９日までに生まれた新生児も対象になります。

支給金額

児童１人当たり５万円

申請手続き

- ・（１）、（４）に該当する方は申請不要です。
- ・（２）、（３）、（５）に該当する方は申請が必要です。

申請期間

- ・（２）、（３）、（５）に該当する方の申請期限 令和６年２月２９日まで



問い合わせ 住民課医療福祉班 ２３－３１１３

～国民健康保険税編～

国民健康保険は加入者の皆さんが病気やケガをした場合に安心して医療が受けられるように、お互いに助け合う制度で、皆さんに納めていただく国民健康保険税によって支えられています。

令和5年度の国民健康保険税は、7月に税額が確定し、納税通知書を世帯主の方に送付していますので、内容をご確認いただき納期内納付にご協力をお願いいたします。

国民健康保険税の納税義務者

世帯主が納税義務者と定められています。そのため、世帯主の方が国民健康保険に加入していなくても家族のどなたかが加入している場合には、世帯主が納税義務者となります。

国民健康保険の加入・脱退手続きについて

国民健康保険の加入、脱退の手続きは、自動的に行われませんのでご自身で手続きが必要です。

加入の手続きが遅れると、国民健康保険税がさかのぼって課税となります。また、脱退の手続きが遅れると国民健康保険税が課税されたままとなり、他保険との二重払いになるなど不利益が生じる場合がありますので、異動があった場合には14日以内に手続きをお願いします。

国民健康保険税の軽減制度

軽減制度には次のものがありますが、令和4年分の所得を申告されていることが必要です。

- 1 低所得世帯に対する軽減
 - 2 後期高齢者医療制度への移行に伴う緩和措置
 - 3 非自発的失業者に対する軽減
- ※1と2の軽減は自動で適用となりますが、3の軽減を受けるためには手続きが必要です。

非自発的失業者の軽減について

○対象者（①と②どちらにも該当する方）

- ①離職時点で、65歳未満の方
- ②雇用保険受給資格者証に記載されている離職理由コードが下記対象コードに該当する方
特定受給資格者：11、12、21、22、31、32
特定理由離職者：23、33、34

○軽減内容

離職日の翌日から翌年度末までの期間、対象者の前年所得の給与所得を100分の30として国民健康保険税を算定します。

○軽減を受けるためには、役場窓口にて申請が必要です。申請の際は、雇用保険受給資格者証と印鑑をご持参ください。

～介護保険料編～

介護保険は、介護の必要な方が安心してサービスが利用できるよう社会全体で支え合う制度です。

介護保険の被保険者は、40歳以上の方全員です。また、被保険者は40歳から64歳までの方（第2号被保険者）と65歳以上の方（第1号被保険者）に分かれます。

※年齢により自動加入となりますので加入手続きの必要はありません。

40歳から64歳までの方（第2号被保険者）の介護保険料

加入している医療保険（国民健康保険や会社の健康保険など）に上乗せして徴収されます。保険料の計算方法や額は、加入している医療保険によって異なりますので、詳しくは加入している医療保険者へお問い合わせください。

65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料

市町村が策定した介護保険事業計画に基づいて決定し徴収しています。

令和5年度の介護保険料は、7月に決定し、通知書を送付していますので、通知書がお手元に届きましたら内容をご確認ください。

介護保険料の納付方法について

納付方法は、2種類あります。

○特別徴収（年金からの天引き）

年金年額が18万円以上の方は、年金から介護保険料を差し引かれます。

なお、次の事項に該当する方は、一時的に納付書等での納付（普通徴収）となります。

- ・65歳になったばかりの方
- ・他市区町村から転入した方
- ・年度途中で年間保険料額に変更があった方など

○普通徴収（納付書で納付）

年金年額が18万円未満の方、または、年金を受給していない方は、口座振替や納付書などで介護保険料を納めていただきます。

便利な口座振替をご利用ください

一度申し込むことで、納期のたびに金融機関等へ出向く必要がなく、また、納付し忘れることもないため大変便利です。ご希望の方は、税務課までお問い合わせください。



熱中症予防対策について



熱中症は高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働くなり、体内に熱がこもった状態です。

●熱中症予防のポイント

こまめな水分補給

- ・のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしましょう。1日あたり1.2リットル（コップ約6杯分）を目安に、入浴前後や起床後などに、水分補給をしてください。大量に汗をかいた時は、塩分も忘れずにとりましょう。

暑さを避ける

- ・外出時にはなるべく日陰を歩く、帽子や日傘を使う、涼しい服装を心掛けましょう。
- ・家の中では、ブラインドやすだれで直射日光を遮る、扇風機やエアコンで室温・湿度を調整しましょう。

高齢者や子どもは
特に注意が必要です！



保健師の田澤です。
ゴクゴク飲むなら、
利尿作用のある緑茶
やコーヒーより、麦
茶がおすすめです！

きたしおばらから 魅力発信！



Monthly
Reporter

友坂 優毅
ともさか ゆうき



皆さんこんにちは！地域おこし協力隊の友坂です。

7月12日にて、北塩原村地域おこし協力隊の任期満了を迎える事となりました。着任時に「まずは村の事を知る為にも色んな所を歩きなさい」の言葉から始まった協力隊生活。歩くたびに、知るたびに、出会うたびに北塩原村を好きになり、もっともっと知りたい・出会いたいと思って過ごした3年間でした。主業務は観光促進でしたが、村の情報発信として観光だけでなく農作物や田園風景などの写真や、動画作成など行い農家さんとの交流もできました。その他、地元幼稚園の行事にも参加し村内での子育て環境などの発信も行ってきました。

これらの交流は卒隊後の定住へ心強い後押しとなりました。やはり誰も知り合いがいない田舎への移住となるとハードルも高いです。地域おこし協力隊という制度で移住者を呼び込むのも人口を増やす有効な方法だと思います。これからも村に来てくれる地域おこし協力隊を同じく暖かく迎え入れてくれると嬉しいです。

最後に地域の皆様、様々なサポートありがとうございました。卒隊後は村内に定住し、妻の実家の宿泊業と自然ガイドを通じて北塩原の魅力を伝えていく所存です。これからもどうぞよろしくお願い致します。



令和6年度喜多方地方広域市町村圏組合消防職員 (高校卒程度) 採用候補者試験受験案内

1 試験職種、採用予定人員及び職務の内容等

試験職種	採用予定人員	勤務予定先及び職務の内容等の一例
消防吏員 (高校卒程度)	若干名	当広域圏組合消防本部及び各消防署において、火災、救急、救助等各種災害における現場活動並びに火災予防等に関する業務、その他消防行政に関する業務に従事します。

2 受験資格

平成10年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による高等学校を卒業した者（高等学校卒業程度認定試験合格者を含む。）又は令和6年3月卒業見込みの者。

3 受付期間

令和5年7月10日（月）から8月10日（木）の午前8時30分から午後5時15分まで（土、日曜日、祝日を除く）とします。

郵送による場合は8月8日（火）までの消印があるものに限りします。

4 試験日及び試験会場

一次試験日 令和5年9月17日（日）

試験会場 磐梯町中央公民館（磐梯町大字磐梯字仁渡1018）

5 受験手続（試験申込書の請求）

ア 喜多方地方広域市町村圏組合消防本部総務課及び各署、分署

イ 北塩原村役場総務企画課

ウ 消防本部ホームページ（<http://119.kouiki.kitakata.fukushima.jp>）からダウンロードして使用できます。

6 問い合わせ

〒966-0015 福島県喜多方市関柴町上高額字割田4番地1

喜多方地方広域市町村圏組合消防本部総務課

電話 0241-22-6212（内線121）

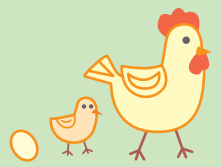
自衛官募集のお知らせ

募集種目	航空学生	一般曹候補生	自衛官候補生
資格	海：18歳以上23歳未満者高卒 又は高専3年次終了者（各見込含） 空：18歳以上21歳未満者高卒 又は高専3年次修了者（各見込含）	18歳以上33歳未満の者 （32歳の者は採用予定月の末日現在、33歳に達していない者）	
受付期間	令和5年7月1日～9月7日	令和5年7月1日～9月5日	年間を通じて行っています。
試験期日	1次試験 9月18日 2次試験 10月14日～19日 （うち1日） 3次試験 海：11月17日～12月13日 空：11月11日～12月14日 （各うち1日）	1次試験 9月15日～24日 （うち1日） 2次試験 10月14日～ 11月5日 （うち1日）	筆記試験・口述・身体検査 受付時にお知らせします。
試験場所	1次試験受付時にお知らせします。		試験受付時にお知らせします。

応募・問い合わせ 自衛隊福島地方協力本部 会津若松出張所

〒965-0825 会津若松市門田町黒岩字大坪57-1

電話 0242-27-6724



第16回 会津米沢街道歴史ウォーク2023 「国指定史跡 柏木城跡と会津山塩の魅力に迫る」



通常規模での開催に 多くの参加者が集う

「会津米沢街道歴史ウォーク2023」が6月17日（土）に、晴天の下、開催されました。4年ぶりの通常開催となった今大会は、約430人が参加し、国史跡指定を受けた柏木城跡を巡るコース、会津山塩工場の見学が含まれたコース、大塩地区の神社仏閣コース、川前地区の棚田コースの4つのコースで散策を楽しみました。

今大会には、滋賀県立大学名誉教授の中井均先生を講師にお招きし、「戦国時代の城と柏木城跡の魅力」と題し、柏木城跡の見どころや魅力についてご講演いただきました。参加者は中井先生のお話に熱心に耳を傾けていました。



大塩川前神楽保存会による演舞で大会の安全を祈願したのち、参加者は新緑の中、コースへと出発しました。

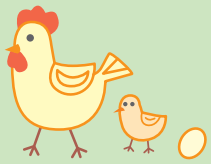
コース上では住民によるおもてなしが4年ぶりに再開し、心づくしの品がふるまわれ、参加者から大好評を博しました。

また、ゴール会場の活性化センターでは、出店ブースが設けられ、大塩高原そば伝承会の手打ちそばや、おもしろ夢農場虹のおにぎり、松原漁業協同組合のワ



カサギの唐揚げなどの他、山塩関連商品や編み細工作品などが販売され、村の特産品をPRしました。さらに、会場ではお楽しみ抽選も行われ、参加者等の楽しむ姿が見られました。

当日のスタッフ業務、出店、おもてなしにご協力いただいた皆様、前日までの準備や草刈り等にご協力いただいた多くの皆様に感謝申し上げます。



生涯学習だより

さくら小学校村民合同運動会開催!!

さくら小学校村民合同運動会は、6月3日(土)、さくら小学校において開催されました。運動会では、小学生や幼稚園児が行った種目に、地域住民からは温かい声援が送られました。また、地域住民が参加する種目も行われるなど、歓声も校庭に響き渡りました



▲地域住民による種目



▲幼稚園児による種目



▲児童による応援の様子



▲児童による鼓笛パレード



裏磐梯運動会開催!!



裏磐梯運動会は、6月10日(土)、爽やかな晴天の下、裏磐梯小学校で開催されました。

当日は、幼稚園児の愛らしい親子ダンス、小学生のはつらつとした姿、中学生の趣向を凝らした競技などが多数行われ、会場内は子どもたちと地域住民の声援が響き渡りました。



▲全力で駆け抜けた「短距離走」



▲地域住民も参加して行われた「紅白玉入れ」

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ください。

①子どもの主張大会
日時:7月14日(金)
場所:裏磐梯小学校

②ビーチボールバレー交流大会
日時:7月16日(日)
場所:西会津町

③キャンプ体験
日時:7月25日(火)~26日(水)
場所:松原キャンプ場

④北塩原村二十歳を祝う会
日時:8月15日(火)
場所:村コミュニティセンターホール

からだのための健康習慣！ ～年に1回健(検)診を受けましょう～

7月より、令和5年度健康診査・がん検診を実施します。
医療機関で受ける施設健(検)診は医療機関ごとに実施できる人数に限りがありますので、希望される方はお早めにご予約ください。

治療中の方も、健診は必ず受けましょう！
健診を受けることが、健康への第一歩です。
村の診療所でも村の各種健(検)診を受けられます。お気軽にご相談ください。



◀南東北裏磐梯診療所の皆さん

【施設健(検)診】

健(検)診項目	実施期間	実施機関名
特定健康診査 後期高齢者健康診査	令和5年12月25日まで ※喜多方市内の医療機関は11月30日まで	・南東北裏磐梯診療所(村内) ・矢吹医院(猪苗代町) ・喜多方市内の指定医療機関
各種がん検診 ・胸部 ・胃がん ・大腸がん ・前立腺がん	令和5年12月25日まで ※喜多方市内・矢吹医院(猪苗代町)の医療機関は11月30日まで ※喜多方市内の胃がん検診のみ12月25日まで	・竹田綜合病院 / 会津中央病院(会津若松市) ・坂下厚生病院(会津坂下町)
乳がん検診 《対象者》 40歳以上の女性 (※2年に1回)	令和6年2月29日まで ※会津若松市内の医療機関は11月30日まで	・有隣病院 ・竹田綜合病院 ・会津中央病院 ・会津医療センター ※視触診は有隣病院のみ
子宮がん検診 《対象者》 20歳以上の女性 (※2年に1回)	令和6年2月26日まで	・山田産婦人科医院 ・ゆうゆうクリニック ・会津若松市内の指定医療機関(5ヶ所)
成人歯科健康診査 《対象者》 30歳以上 ※節目年齢の方は無料 その他は500円	令和6年3月31日まで	喜多方市内、猪苗代町内、西会津町内の指定歯科医院

※必要書類等は個別に配布したお知らせをご覧ください。保健センターにお問い合わせください。

【集団健(検)診】

子宮がん、乳がん、総合健診(集団健診)の詳細については配布したお知らせ又は、村ホームページをご覧ください。

南東北裏磐梯診療所からのお知らせ

蜂刺されの危険性

夏になり庭仕事や畑仕事など外での作業が増えると、虫に刺されることが増えてきます。今回は虫刺されの中でも、特に注意すべき蜂刺されについてお話しします。

蜂に刺されると体内に蜂毒に対する抗体ができ、次に同じ種類の蜂に刺されたときに、人によってはアレルギー反応を起こし、アナフィラキシーと呼ばれるショック症状を起こすことがあります。アナフィラキシーを起こすと最悪の場合、死に至ることもあります。

刺された時の対処法

- ①まずは、慌てず、騒がず、その場からそっと離れます。(何度も刺してきたり、他の蜂が攻撃してくることがあります。)
- ②針が残っている場合は、ピンセットでそっと抜きます。
- ③蜂の毒は水に溶けるので、すぐに傷口から毒液をしぼりだし、水で洗い流します。※口で吸い出してはいけません！
- ④薬を塗り、保冷剤などで冷やします。

こんな時は救急車ですぐ病院へ！

- 呼吸が苦しくなる、嘔吐、下痢、冷汗、めまい、しびれ、意識が無くなるなどのショック症状が出た場合(アナフィラキシー・ショックとよばれるものです)
- 1度にたくさんの蜂に刺された場合

蜂に刺されたことがある方や、アレルギー反応が心配な方は血液検査で蜂に対する抗体を検査することができます。抗体がある方は、アナフィラキシーの恐れがあるため、緊急時に使用する「エピペン」というアドレナリン自己注射薬を携帯しておく必要があります。

当院では、抗体検査、「エピペン」の処方を行っております。また、蜂以外の虫刺されの診察も行っております。お気軽にご相談ください。

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!!

旬の野菜をおいしく食べよう 「きゅうりと豚肉の豆板醤炒め」



今回は、おつまみにもなる暑い夏にぴったりな一品をご紹介します。

作り方

- ①きゅうりは拍子切りにし、ねぎは斜め薄切りにする。
- ②豚肉は一口大に切り、酒、塩、こしょう各少々で下味をつける。
- ③フライパンを温め、ごま油を入れ、豚肉、きゅうりの順に炒める。
- ④豚肉に火が通ったら、豆板醤を加えてよく混ぜる。
- ⑤ねぎを加えさっと混ぜたら出来上がり。

「きゅうりと豚肉の豆板醤炒め」

材料(4人分)

- ・きゅうり 3本
- ・ねぎ 1/2本
- ・豚薄切り肉 50～80g
- ・豆板醤 小さじ2/3
- ・ごま油 適量
- ・酒 少々
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々

1人分の栄養価

エネルギー 75kcal
塩分 0.2g

きゅうりの栄養成分

ほとんどが水分ですが、ナトリウムを排出してくれる、カリウムが豊富です。水分が多いので、夏の暑い時に体を冷やしてくれる食べ物です。

お知らせ・募集

ひとり親家庭の就職活動をサポートします

会津保健福祉事務所では、ひとり親家庭の方の就職活動を無料でサポートしています。詳しくはお問い合わせください。

○問い合わせ

会津保健福祉事務所

児童家庭支援チーム

☎ 0242(29)5278

喜多方税務署からのお知らせ

消費税のインボイス制度に関する説明会

税務署では、事業者向けの「インボイス制度説明会」や登録の要否を検討している方向けの「登録要否相談会」（個別相談）を開催しています。

説明会は、事前予約制になっておりますので、参加希望の方は申込先にお問い合わせください。各回とも定員になり次第、受付を終了します。

インボイス制度説明会

（各回定員20名）

○日時

7月25日（火）

（課税事業者の方向け）

10時～12時

（免税事業者の方向け）

13時半～15時半

○会場

喜多方税務署2階会議室

○申込先

喜多方税務署 調査部門

☎ 0241(24)5057

※「登録要否相談会」の事前予約は随時受け付けております。

「地震防災対策の現状調査に係る住民向けアンケート」について

内閣府では、今後の防災対策に向けて皆さまの声を反映させるため、避難意識等に関する調査を実施します。一人でも多くの方に回答いただきたく、ぜひご意見をお聞かせください。

○回答フォーム

URL: <https://en.s-urece.co.jp/kai2023/>



今月の予定

【納税】

・固定資産税（2期分）

・国民健康保険税（1期分）

・介護保険料（1期分）

・住宅使用料（7月分）

・上下水道使用料（6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。

○月日 7月25日（火）

○時間 午前9時30分～

午前11時30分

○場所 構造改善センター

（北山）

○行政相談委員

高橋 光秋

○問い合わせ

総務企画課

☎ (23)3111



休日当番医

7月16日（日） ゆうゆうクリニック ☎22-2111
7月17日（月） あきもと整形外科クリニック ☎21-1515
7月23日（日） いとう眼科 ☎22-5900
7月30日（日） 入澤病院 ☎22-0267
8月6日（日） 大竹内科 ☎22-0241

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。

7月16日（日） 会津医療センター ☎0242-75-2100
7月17日（月） 佐原病院 ☎22-5321
7月23日（日） 会津医療センター ☎0242-75-2100
7月30日（日） 有隣病院 ☎24-5021
8月6日（日） 佐原病院 ☎22-5321

喜多方プラザ7月催し物のご案内

日曜	催し物名	開演	入場方法
16日	落語 de 夏祭り会津寄席喜多方公演	14:00	全席自由 前売 2,000円 当日 2,500円 未就学児入場不可
29土	喜多方酒蔵オペラ ラ・ボエーム	14:00	全席指定 S席 5,000円 A席 4,000円 B席 3,000円 当日 500円増し 未就学児入場不可

問い合わせ 喜多方プラザ ☎ 0241(24)4611

戸籍の窓口

令和5年7月1日現在の人口

●男1,235人 ●女1,204人
●計2,439人（前月比±0）（外国人含む）
●転入4 ●転出3
●出生0 ●死亡1
●世帯数 1,067（前月比+3）

お悔やみ申し上げます

・五十嵐 キヨ子 〈78歳〉（博利・母）下吉



○実施期間

7月1日～8月末頃を予定

○回答の際の注意点

・回答は1人1回限りとなります。

・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。

・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。また、記述式の設問は可能な限り具体的に回答ください。

・お答えいただいた内容は、個人が特定できないようとりまとめた後、今後の防災対策の検討に活用させていただきます。

○問い合わせ

内閣府政策統括官付参事官付 大竹、吉田

☎03(3501)6996

不動産取得税の軽減制度について

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（中古住宅の場合は、1年以内に取得）した場合や、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、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、詳しい要件及び必要書類について、次のところにお問い合わせください。

○問い合わせ

会津地方振興局県税部

不動産取得税チーム
☎0242(29)5254

村内の空間放射線量の測定値について（令和5年6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)
6月16日	0.071	0.093	0.091	0.058
6月2日	0.056	0.079	0.085	0.056

【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
6月16日	0.082	0.095	0.095	0.084	0.118	0.119
6月2日	0.082	0.082	0.082	0.081	0.110	0.114

【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/>

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 7月18日（火）

うつ病家族教室

精神科医療機関でうつ病と診断された方の家族のための交流と学習の場です。

○月日 7月21日（金）

○問い合わせ

会津保健福祉事務所

☎0242(29)5275

文芸のひろば

北塩原短歌会

幾数年 校舎守りし サクラ花 チェーンソーに 雄姿倒れる 北山 武藤 敏子

晴れた午後 友に誘われ バラ園へ 甘き香りに 至福のひととき 北山 佐藤 裕子

雨打たれ 俯く姿 儚げに 太陽待つ花 辛抱強し 大塩 鈴木 みち子

久しぶり 肩を揉むよと 息子背に 涙堪えて やつとありがとう 大塩 鈴木 タケ子

山田にも 青田が光り 夕日落ち かえるの合唱 響く夕暮 大塩 五十嵐 良子

初めての ところあおいを 頂いた やぶれ笠とは 悲しい呼び名 大塩 高橋 みす江

里に出て まだ伸びぬ稲 目にすれば 我子のごとく 愛しくなる 大塩 赤城 セイ子

今日の雨 夏野菜苗に 恵みの雨 めでる祈りに 収穫待つ時 大塩 高橋 郁子

葉桜に 寄り添う岩の 苔むして 幾年月を 語り合いしか 下川前 赤城 弘美

突然に 帰省して来て 顔を出す 父の日想い 優しき彼は 松原 佐々木 キミ子

白百合俳句会

陽炎の中より子らが手を振りぬ 中川 幸恵

みどりの日牧野図鑑の重たさよ 鈴木 隆一郎

花係芍薬三本手に持つて 武藤 敏子

田水張る父の使ひし板抜いて 佐藤 信子

～守りたい磐梯山の宝～

皆さん、こんにちは。協力隊の金です。今月は、植物に関するお話です。

皆さんは『バンダイクワガタ』をご存知でしょうか。昆虫のクワガタムシを連想されそうですが、磐梯山の固有種とも言われる紫色の可憐な花の名前です。このバンダイクワガタの名付け親は、現在放送中のNHK連続テレビ小説『らんまん』の牧野富太郎先生とされており、この小さな花を見るために磐梯山を訪れる人も多いようです。



▲見頃を迎えるバンダイクワガタ。
2023年6月撮影。



▲磐梯山で駆除したコウリントンポポ。根の長さが、繁殖力の強さを物語っています。

先日磐梯山に登った際、辺り一面に咲いているバンダイクワガタを見てとても感動しました。近年では、コウリントンポポという外来種に生息範囲を奪われているという課題もあり心配していましたが、今年は例年に比べて多く咲いているようです。

磐梯山の大事な固有種を守るため裏磐梯エコツーリズム協会では、5年ほど前からコウリントンポポ駆除作業を毎年実施しています。昨年は、年間でなんと100kg以上も駆除したようです！山の上での保全活動は、正直大変ではありますが、今年のように沢山のバンダイクワガタが咲いている姿を見ると、改めて保全活動が大事であると感じると共に、継続する大切さを痛感させられました。今後も、色んな保全活動に積極的に参加していきたいと思います。

* 保全活動に関する詳しい情報は、NPO法人裏磐梯エコツーリズム協会に直接お問い合わせください。

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

モリアオガエルを観察しよう！

毎年6月中旬～7月上旬、当施設前の小さな沼の水面に張り出した木の枝に直径10～15cmほどの球状の白い泡のような塊が付きまします。これはモリアオガエルの泡巣で、中には300～500個の卵が入っています。

メスは産卵しながら、卵塊を膀胱にためておいた水と一緒にうしろ足でこねながら泡巣を作ります。泡巣の表面は乾燥していますが、内部は水分が保たれていて、2週間ほどで孵化したオタマジャクシは、泡巣の中で激しく動き、泡巣を破って下の沼に落ちます。

▶産卵中の親と泡巣

当施設前の沼に限らず裏磐梯では多くの沼でモリアオガエルの産卵や泡巣を観察することができます。

