

笑顔とチャレンジがあふれるまち ならば

広報

ならば

2022 JAN. 第624号

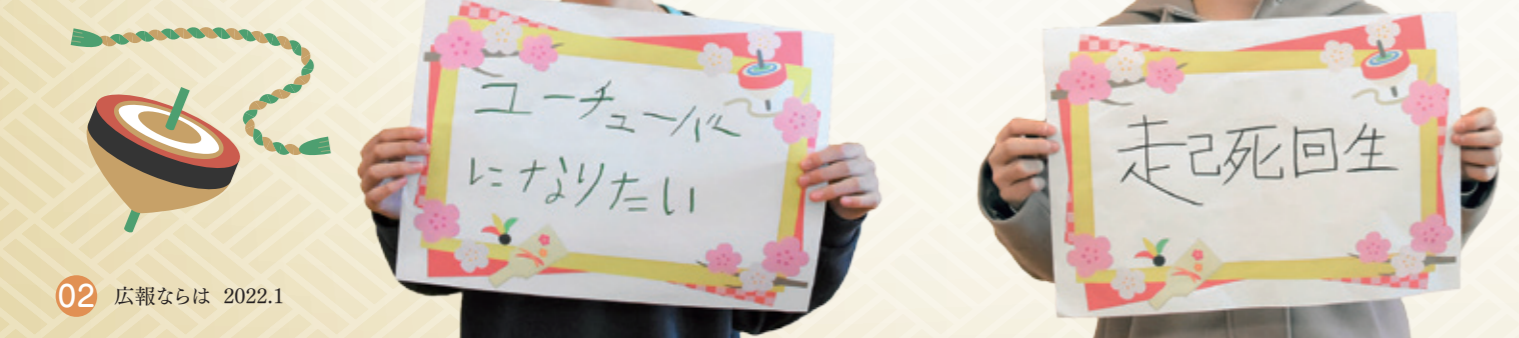
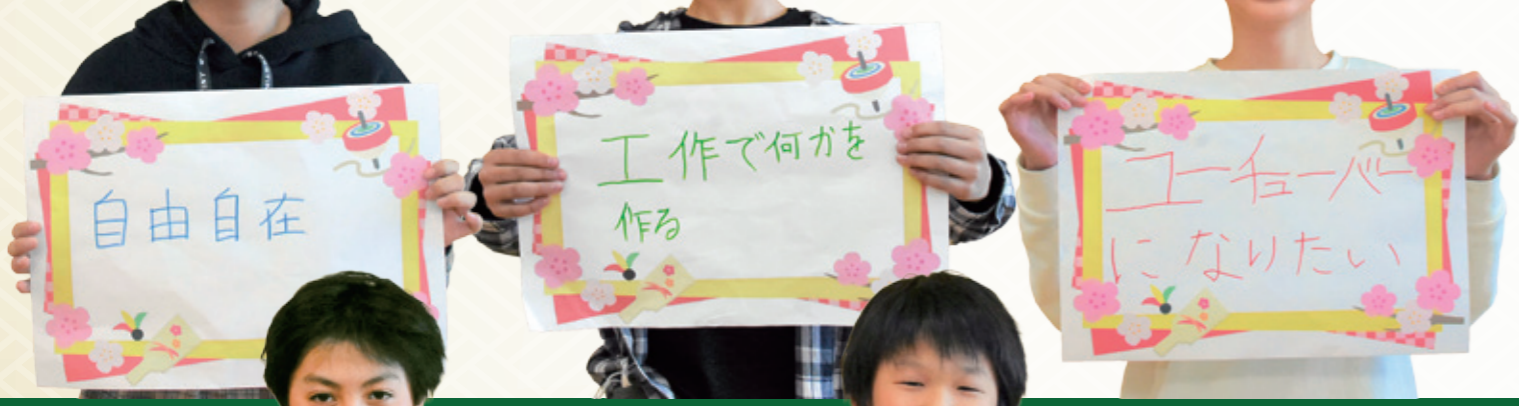
1

特集

年男・年女 ～わたしの目標～

歩こう! 走ろう!
ならばを感じた健康づくり!

●表紙PHOTO:もろもろ塾さんありがとう! 門松 上手にできました!!



わたしの目標

年男・年女

皆様の想いが実現できるよう心からお祈り申し上げます！
今年1年が皆様にとって、より良い年となりますように！

あけましておめでと〜いございます！
今年の干支は寅です。
そこで、年男年女の檜葉南北小学校5年生に、今年の抱負や目標、将来の夢などを自由に書いていただきました。



寄席、にぎわう!

11月13日、東京大学落語研究会による「ならは寄席」が、榎葉町コミュニティセンターで行われ、たくさんの方の落語ファンでにぎわいました。「新聞記事」「平林」「桃太郎」などのネタが披露され、若さ溢れる公演に、会場は終始笑いに包まれていました。



榎葉史を学ぶ

11月15日、榎葉南・北小学校4年生12名が総合学習の一環で、榎葉町歴史資料館を見学しました。見学会では、町職員が天神原遺跡や榎葉城など町の歴史について説明しました。児童からは鋭い質問が飛び出すなど、活気にあふれる内容となりました。



U-23代表からユニフォーム

11月17日、(株)Jヴィレッジ様から榎葉中学校に、サッカーU-23日本男子代表のサイン入りユニフォームが贈られました。これは10月にJヴィレッジで開催された「U-23アジア杯予選」の際に、日本代表や各国代表に向けた応援メッセージ入りの横断幕を榎葉中学校が贈ったことから、そのお礼としていただいたものです。ユニフォームは校内に大切に展示させていただきます。



福島を駆け抜けた駅伝チーム

11月21日に開催された「第33回市町村対抗福島縦断駅伝競走大会」で榎葉町は、総合34位(昨年度37位)、町の部16位(同16位)でフィニッシュしました。6月から地道な練習の成果を一人ひとりが発揮し、糧をつなぐことができました。選手の皆様、お疲れ様でした!



榎葉町長
松本 幸英



あけましておめでとうございます。令和4年の輝かしい新春をお迎えのことと拝察いたします。

今年の干支は勇猛なイメーシの寅ですが、一説には、長かった冬を乗り越え若木が芽吹くといった意味も込められ、とても縁起がよいそうです。これにあやかっ

て、復興創生の総仕上げとさらなる飛躍の年となるよう一層身を引き締めてまいります。さて、町では、第6次榎葉町勢振興計画を始動させ、「魅力ある教育」、「農業の再生」、「健康増進とスポーツの振興」などを柱としながら「新生ならは」の創造に取り組んでおります。復興の種が芽吹き、「笑ふるタウンならは」や「ならはスカイアリーナ」で、子どもからお年寄り、町内外から多くの訪問者が

集まり賑わう光景が、当たり前の日常として定着してきま

た。そして、今年の大きなテーマのひとつは「人」です。町民の居住率は約6割ですが、さらにそのもつと先を見据え、人々の交流から生まれる活力・生きがい・つながりなどをベースに、もつと地域を高めたいと考えています。今年も、榎葉町のファンを増やし、移住・定住を促進する施策をどんどん打ち出してまいります。

結びに、今なお新型コロナウイルス感染症によって、まだまだ先が見えない状況のなか、ともに町づくりのために果敢に歩みを続けられている町民の皆様にとりまして、幸多からん一年となりますようご祈念申し上げます。

HAPPY NEW YEAR 新年のごあいさつ



榎葉町議会議長
青木 基

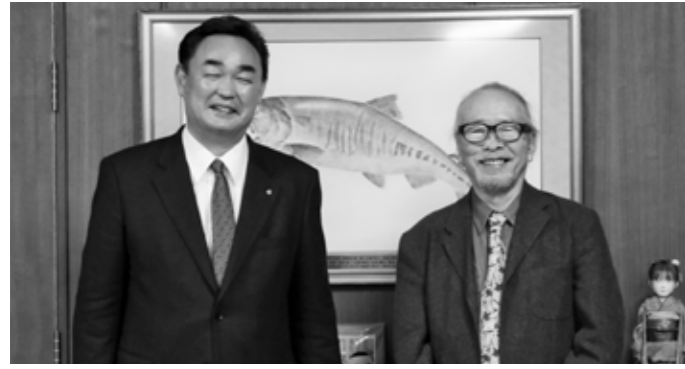
輝かしい新年を迎えお慶びを申し上げます。

さて、町制施行65年、わが町最大の危機とも言える東日本大震災、福島第一原子力発電所事故から間もなく11年を迎えます。この間、想定外の町民丸ごと避難等をはじめ、様々な時間が経過しました。避難指示解除から6年、今、町内を見渡しますと、開業以来、200万人の来訪者を記録するなどの大盛況「ここなら笑店街」を中心とする賑わいなど、まさに復興を実感できる環境下となりました。これまで、町復興計画に基づき国、県の財政支援の下、町の復興・再生まちづくりは概ね完了し、産業、生業の再生も順調に進展するなど復興も総仕上げの段階に入っています。一方で、心のケア等の被災者支

援をはじめ今後も一定の継続支援が必要な状況にもあります。

今まさに、世界規模での「新型コロナウイルス感染症」の蔓延拡大に伴い、ワクチン接種をはじめ様々な生活スタイルの変容を余儀なくされる状況ではあります。健康第一に日々安全な暮らしに努めてくださるようお願いいたします。町議会といたしま

しても、本年を「創造的復興元年」と位置づけ、さらなる町民の満足度の向上に向け「町民ファースト」の視点に立ち皆様の声を町政に反映させるとともに、当面する様々な課題を国・県・関係団体に対し強く発信を続けてまいります。本年がすばらしい一年であることを念じ、町民皆様のご多幸を願いながら、新年のご挨拶といたします。



永山先生 おめでとうございます ございます！

12月1日、今年度の県外在住功労者知事表彰が行われ、当町出身で名誉町民の永山久夫先生が選ばれました。この表彰は県外の各界で活躍する本県ゆかりの功労者をたたえるものです。永山先生、この度の受賞おめでとうございます！

学校で 工場見学!?



11月22日、檜葉南・北小学校3年生を対象に株式会社明治の中屋さんを講師に迎え、バーチャル工場見学会が開催されました。見学会では、教室と(株)明治東北工場がオンライン中継で結ばれ、工場に働いている方から、直接お話を伺うことができました。児童たちは牛乳の栄養素や牛乳ができるまでの工程を学び、積極的に質問をするなど、バーチャル工場見学を楽しんでいました。

より良い町を 目指して



11月23日、檜葉町勢振興計画推進委員会が開催されました。はじめに「第六次町勢振興計画」の進捗状況確認のため、町内を視察していただきました。視察後は、職員から町の現状について説明を受け、グループに分かれて意見交換を行いました。委員の皆様からは、振興計画の推進に向け多くのご意見やご提案をいただきました。

“ふるさと”を学び合う

12月4日、郡内の小中高生を対象とした「第8回ふるさと創造学サミット」がオンラインで開催されました。これは2014年からスタートした取り組みで、自分たちの「ふるさと」について参加校同士が意見交換を行う、町村を超えた交流を行うものです。参加した児童・生徒たちは、町の地域課題や将来像について堂々と発表していました。



こども園に 「あづま号」が やってきた!

12月7日、今年度3回目となる福島県立図書館による移動図書館「あづま号」の巡回事業が行われました。この日を心待ちにしていた園児たちは、たくさんのお本の中からお目当ての本を見つけると「楽しいね」と声を出して喜んでいました。県立図書館の皆様、いつも園児たちに素敵な本を届けていただきありがとうございます！



焼き芋づくりに チャレンジ



11月23日、町内の小学生以下の子どもたちを対象とした自然体験クラブが開催されました。これは子どもたちが体験学習を通して自然・環境への興味関心を持つきっかけをつくるために町が企画したものです。町職員の説明を聞きながら自分たちで火を起し、焼き芋づくりにチャレンジ。子どもたちは完成した焼き芋をおいしそうにほおばっていました。

中学生室 始動!



11月25日、檜葉中学校の生徒8名に、町長から檜葉町中学生室の委嘱状が交付されました。中学生室は、中学生ならではの視点で町を元気にするための様々なアイデアを形にしていく取組です。これからの中学生室の活動にご期待ください！

門松づくり 体験

12月10日、町内で活動されている「もろもろ塾」の皆さんを講師に招き、檜葉南・北小学4年生が門松としめ縄づくりにチャレンジしました。児童はしめ縄づくりや門松の飾りつけ体験を通してならわしや飾りの意味などを学びました。





榎葉町のキャリア教育

子どもたちの未来のために

11月12日、福島県のキャリア教育モデル校として榎葉南・北小学校、榎葉中学校が実践研究発表を行いました。県内各地から小中学校の先生方が視察に訪れました。

発表会では、小学校は3・5年生の授業を、中学校では全校生徒が参加した授業を公開し、子どもたちが学びに取り組み姿を視察に訪れた先生方に見ていただきました。

公開授業後は、「社会の評価軸とキャリア形成」と題して慶應義塾大学大学院大江貴志研究員が講演。続いて行われたパネルディスカッションでは、「子どもたちの人材育成」について登壇者による活

発な意見交換が行われました。

視察に参加した先生方からは、「榎葉の子どもたちがきちんと自分の考えを発表していた」、「ICT機器環境が充実している」など高い評価をいただきました。

町では、子どもたち一人ひとりが将来社会人として自立するために必要な能力を育てるキャリア教育を推進しています。学校・家庭・地域が一体となって子どもたちの将来をサポートできるよう、これからも皆様のご協力をお願いいたします。



11/11

幼年消防クラブ防火パレード

秋の火災予防運動の啓発活動として、こども園からならはCANvasまで、富岡消防署榎葉分署の方と一緒に防火パレードを実施しました。幼年消防クラブの5歳児が法被をまとい拍子木を打つと、地域にお住まいの皆様がご自宅から出て見守ってくださるなど、啓発活動は大成功！

今シーズンの標語は「おうち時間 家族で点検 火の始末」。皆様も火災にはくれぐれもご注意ください！



あおぞら こども園 通信



11/17

ゆずの収穫～



6月に見学した“ゆずの花”が実を結んだので県相双農業普及所とふたば未来学園高校の生徒さんと一緒に、ゆずの収穫体験を行いました。園児たちは、黄色くて大きな果実を高校生に手伝ってもらいながら一つずつ丁寧に収穫しました。また、収穫したゆずをその場で搾っていただき、新鮮な果汁を試飲することもできました。花の見学から果実の収穫をとおして、ゆずの生長課程を見ることができ、とても勉強になりました。



12/4

生活発表会!!

12月4日、保育部と幼稚部の2部構成により生活発表会を開催しました。運動会が終わってから準備に入り、クラスごとのプログラムを毎日練習してきました。当日は多くの保護者が見守る中でとても緊張した様子でしたが、普段の練習よりも大きな声と笑顔で立派に発表することができました。みんな良く頑張りましたー！



あおぞらこども園 ☎0240-26-0808

あおぞらこども園Instagram <https://www.instagram.com/naraha.kodomoen/>



おうちでならいざっふ

今回のテーマ 温度変化にご用心(其の貳)

新年あけましておめでとうございます。今年も皆様にとって健やかで穏やかな一年となることをお祈りします。さて、先月に続き、今月も寒い時期を健やかに過ごすためのコツをご紹介します。

第2回目となる今回は「寒暖差疲労」です。冬になると、何となく疲れやすさを感じたり、身体の不調が続いたりしていませんか?その症状、寒暖差疲労かもしれません。寒暖差疲労の症状は人それぞれですが、代表的な症状には次のようなものがあります。

身体的不調: 身体の冷え・めまい・頭痛・肩こり・顔のほてり

精神的不調: 食欲不振・睡眠障害・イライラ・落ち込み



寒暖差疲労チェック!

まずは、普段の生活をチェック!いくつ当てはまるかによって、あなたの『寒暖差に対する耐性(抵抗力)』がわかります。

① 夏の暑さも冬の寒さも苦手。	<input type="checkbox"/>	⑥ 手足など、身体の一部が冷たく感じることもある。	<input type="checkbox"/>
② 温度が一定の環境にいる時間が長い。	<input type="checkbox"/>	⑦ 寝付きや寝起きが悪い。	<input type="checkbox"/>
③ 季節の変わり目に体調を崩すことがある。	<input type="checkbox"/>	⑧ 湯船に入っても身体の芯が温まりにくい。	<input type="checkbox"/>
④ 寒い場所から暖かい場所に移ると、顔がほてりやすい。	<input type="checkbox"/>	⑨ パソコンやスマホを1日3時間以上使用する。	<input type="checkbox"/>
⑤ 手足や顔がむくみやすい。	<input type="checkbox"/>	⑩ 肩こり・首こりがある。	<input type="checkbox"/>

いかがでしたか?もし、『4個以上』当てはまったら、寒暖差に対する抵抗力が弱く、寒暖差疲労の予備軍の可能性がります。

寒暖差疲労を予防するコツ

寒暖差疲労を予防するためのポイントをご紹介します。まずはできることからチャレンジしてみましょう!

① 生活習慣	規則正しい生活	<ul style="list-style-type: none"> 朝日を浴びて、気持ち良く一日をスタート! 1日3食、しっかりと食べましょう。
	湯船に入る	<ul style="list-style-type: none"> シャワーだけでなく、しっかりと湯船に入りましょう。 お湯に浸かる時間は10分以内! ※広報ならは12月号p10参照
	身体を冷やさない	<ul style="list-style-type: none"> 三首(首・手首・足首)の周辺は太い血管が通っているため、これらの部位を冷やさないことが大切。 マフラーやアームウォーマーを利用して、三首を冷やさないようにしましょう。
② 運動	ウォーキング	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキングで血流が良くなると身体が温まるだけでなく、気分転換にも効果的。
	ストレッチ	<ul style="list-style-type: none"> 筋肉をリラックスさせて、身体のコリをほぐしましょう。
③ 食事	身体を温めるものを食べる	<ul style="list-style-type: none"> 温かい飲み物をとる習慣をつけましょう。
	バランスよい食生活	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスの良い食事を心掛けましょう。 食卓に並ぶ食べ物の彩りが豊かだと、栄養バランスが整います。五色(赤・黄・緑・白・黒)を意識した食生活を心がけましょう!

寒い時期の体調不良は、もしかしたら「寒暖差疲労」が原因かもしれません。身体を冷やさない(温める)習慣を日々の生活に取り入れて、寒さに負けない身体をつくりましょう。

滝沢保健師

図書室 だより

Library



開室時間: 午前9時〜午後5時
 休室日: 12月28日(火)〜1月4日(火)、
 10日(月・祝)、17日(月)、
 24日(月)、31日(月)

『清少納言を求めて、フィンランドから京都へ』

ミア・カンキマキ/著(草思社)



『清少納言を求めて、フィンランドから京都へ』
 ミア・カンキマキ/著(草思社)

本書は、著者であるフィンランド人女性、長期休暇制度を利用して、学生時代に会い魅了された『枕草子』とその作者・清少納言を研究するため京都を訪れる長編エッセイです。憧れの「セイ」(清少納言)が『枕草子』を書いた理由を読み解いていく。

『わたしたち』

パロマ・バルディビア/作(岩崎書店)

たとえ姿は変わっていても、変わることはない親子の深い愛情、強い絆をえがいた絵本。いつか巣立っていく、我が子へおくるメッセージにあふれています。詩情豊かな挿絵にも、たくさんのお母さん、お父さんが込められているので、何度も読み返してほしい一冊。チリの国民的絵本作家の作品です。



『わたしたち』
 パロマ・バルディビア/作(岩崎書店)

【お知らせ】

- 新型コロナウイルスの感染を予防し、図書室を快適に利用していただくために、マスクの着用と手指の消毒をお願いいたします。
- 長時間の滞在はお控えください。ご理解とご協力をお願いいたします。

新着図書

【一般図書】

- 『つながり続けるこども食堂』
 湯浅誠/著(中央公論新社)
- 『マンガでわかる脱炭素(カーボンニュートラル)』
 藤野純一/監修(池田書店)
- 『子育ての基本お口を育てよう!』
 中村武仁、林亮助/著(現代書林)
- 『「乗り鉄」教授のとことん鉄道旅』
 宮村一夫/著(潮出版社)
- 『もっと知りたい柳宗悦と民藝運動』
 杉山享司/監修(東京美術)
- 『硝子の塔の殺人』
 知念実希人/著(実業之日本社)
- 『輝山』
 澤田瞳子/著(徳間書店)

【児童図書】

- 『国語をめぐる冒険』(岩波ジュニア新書)
 渡部泰明、平野多恵/著(岩波書店)
- 『オレのジタバタ記』
 常新港/作(樹立社)
- 『小説劇場版アニメ岬のマヨイガ』
 吉田玲子/著・脚本、柏葉幸子/原作(講談社)
- 『うさぎのマリーのフルーツパーラー
 まいごのこねこ』
 小手鞠るい/作(講談社)
- 『ぼくのうまれたところ、ふくしま』
 松本春野/作・絵(福島民友新聞社)
- 『ポッポポーン』
 たまむらさちこ/作・絵(白泉社)
- 『バーナバスのだいだっそう』
 ファン・ブラザーズ/作・絵(学研プラス)

【お問い合わせ先】 檜葉町図書室(檜葉町コミュニティセンター3階) ☎0240-25-4730(月曜・祝日休館)



ならはスカイアリーナ 健康フェスタ


1月28日・30日開催!

お正月後の健康が気になる季節! ぜひ、ならはスカイアリーナで健康意識を高めませんか?
イベント参加申込は特設サイト、またはお電話にてお問い合わせください!

健康講演会&体力測定会 1月28日(金)

講演いただくのは、サッカー日本代表選手を医学面でサポートしており、JFAメディカルセンターのドクターでもある加藤晴康先生! いつまでも健康でいられるためにどういった運動をすればいいの
か、体の調子が悪いときにどのような運動をすればいいのかなど、分かりやすく解説いただきます。


イベント後半では体力測定の結果をもとに、フィットネストレーナーと理学療法士が、あなたに
合った運動方法をお教えます!

- 日 時 / 1月28日(金) 13:30~(受付開始) 14:00~(講演会)
- 申込サイトQR / 
- 講演内容 / サッカー日本代表チームから学ぶ
シニアアクティブの健康運動
- 定 員 / 先着50名
- 持 ち 物 / 室内シューズ、タオル、飲み物



バブルサッカー体験会 1月30日(日)

おもいきりぶつかってストレス発散もできるバブルサッカー!
こどもも大人も笑って動いて健康になろう!

- 日 時 / 1月30日(日) 13:00~(受付開始)
- 申込サイトQR / 
- 対 象 / [小学生の部] 小学1年生~6年生
[大人の部] 中学生以上
- 持ち物 / 室内シューズ、タオル、飲み物



来場特典 事前予約をいただいた方へスカイアリーナ利用券(1回3時間まで)をプレゼント!

※講演会やイベントの内容は変更となる場合がございます。
※参加人数が定員に達した場合、申込終了とさせていただきます。ご了承ください。



お問い合わせ先 / ならはスカイアリーナ ☎0240-23-7966

子ども交流野球大会

クラウドファンディングで多くの方からご支援をいただいた「第1回子ども
盆野球大会」。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため開催が延期となりま
したが、感染症対策を整えて12月4・5日に無事に開催することができました。
県内外から12チームが集まり、たくさんの観客が応援する中、子どもたちは
思い切りプレーをすることができました。

ご支援いただきました皆様、運営にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

大会結果



子ども交流野球大会 **おめでとう
ございます**
優 勝: 南相馬野球スポーツ少年団
準優勝: 喜久田イーグルススポーツ少年団



檜葉町集団対抗ソフトバレーボール大会 **おめでとう
ございます**
優 勝: 第4集団Bチーム
準優勝: 第2・3集団合同チーム

今月の注目イベント!

※詳細は「広報ならは12月号」をご覧ください。

スポーツ体験教室

[開催日] 1月7日(金) 13:30~15:00
[会 場] ならはスカイアリーナ

第3回ボウリング大会

[開催日] 1月22日(土) 10:00ゲームスタート
[会 場] いわき市 スポルト平

後期職域対抗フットサル大会

[開催日] 1月29日(土)
[会 場] ならはスカイアリーナ

2月イベント予定!

PICK UP! 第2回ゆずの里中学生駅伝大会

県内外の中学生チームが多数参加する予定で
す。ぜひ足を運んでいただき、拍手での応援をお
願いいたします。

[開催日] 2月20日(日)
[会 場] 檜葉町総合グラウンド
[参加資格] 中学生
[申込期間] 1月4日(火)~2月4日(金)
[申込方法] 電話・FAX・メール

軽登山・ウォーキング教室

[開催日] 2月24日(木)
[行 先] 水戸市 偕楽園
[参加費] ¥3,000
[定 員] 25名 ※定員となり次第締切
[申込期間] 1月31日(月)~2月10日(木)
(電話受付時間/9:00~17:00)

町民向けスマートライフステイ

スマートライフステイとは生活習慣病を効果的に
予防するための宿泊型健康指導プログラムです。
ウォーキングやヨガ、栄養指導など「ヴィレッジ」に宿
泊しながら、楽しく健康な身体を目指しましょう!

[開催日] 1月25日(火)・26日(水)
※詳細は同封のチラシをご覧ください。



スノースクール

[開催日] 2月5日(土)
[行 先] 猪苗代スキー場
[参加費] 小・中学生: ¥2,000
一般: ¥3,000
※参加費に施設使用料・レンタル料・
昼食費は含まれません。
[定 員] 30名 ※定員となり次第締切
[申込締切] 1月21日(金)まで
(電話受付時間/9:00~17:00)
(※12月29日~1月3日を除く)



ブラインドサッカー教室

[開催日] 2月25日(金)
[会 場] ならはスカイアリーナ
[参加資格] 小学生以上
[申込期間] 1月31日(月)~2月18日(金)
(電話受付時間/9:00~17:00)



※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、内容が変更になる場合があります。事前に檜葉町スポーツ協会までお問い合わせください。

お問い合わせ・お申込み先 (一社) 檜葉町スポーツ協会(ならはスカイアリーナ内)
☎0240-26-0076 FAX0240-23-6047 E-mail: sports-n@helen.ocn.ne.jp

未来守る人ジャー

今月は
「遅くない!
今から携帯エコバッグ!」
を紹介する!

作戦 8 「エコバッグあたりまえ作戦」

皆さんは買い物をする時に「エコバッグ」を持参していますか?
2020年7月からレジ袋有料化が始まり、1年以上が経過しました。

エコバッグを使うと、
どのくらい二酸化炭素が
削減されるの?

レジ袋1枚当たり(重さ10g)
で計算すると…

レジ袋の製造で
31g

レジ袋の焼却で
30g

レジ袋1枚当たり約61gの
二酸化炭素が発生

毎日スーパーでレジ袋を1枚もらった場合、

1人当たり年間約22kgの二酸化炭素が排出されます!

杉の木約1.6本の吸収量を
無駄にってしまう…!

一人ひとりがエコバッグを携帯できれば、
二酸化炭素の排出量を大幅カット!

1,000人で取り組めば、年間で杉の木1,600本の吸収量になります!
小さな積み重ねが、大きな一歩に!

エコバッグ携帯で、脱炭素に一歩前進だ!

お問い合わせ先/ならは脱炭素隊(くらし安全対策課) ☎0240-23-6109



おめでとう! いわきFC!



榎葉町がホームタウンとなっている「いわきFC」が、11月27日の鈴鹿ポイントゲッターズ戦に勝利し、見事、JFL優勝を決めました!

私たちに勇気と感動を届けてくれたいわきFCは、来シーズン活躍の場をJリーグの大舞台に移します。ホームスタジアムもJヴィレッジに移り、榎葉

町にとって、より一層、身近なチームとなるいわきFC。これからも「ホームタウンならは」から大きなエールを送って応援しましょう!!

がんばれ、いわきFC!
目指せ! J3優勝! 目指せ! J2!



JFL 試合結果	日付	対戦相手	対戦結果	日付	対戦相手	対戦結果
	8月29日	高知ユナイテッドSC	0-0 △	10月30日	ラインメール青森	6-1 ○
9月5日	FCマルヤス岡崎	3-0 ○	11月3日	東京武蔵野ユナイテッドFC	3-1 ○	
9月12日	MIOびわこ滋賀	2-0 ○	11月7日	FC刈谷	2-1 ○	
9月19日	Honda FC	1-5 ●	11月14日	FCティモア枚方	1-0 ○	
10月3日	松江シティFC	4-0 ○	11月20日	奈良クラブ	2-2 △	
10月10日	ヴェルスバ大分	0-0 △	11月27日	鈴鹿ポイントゲッターズ	4-1 ○	
10月17日	ソニー仙台FC	0-2 ●	12月5日	F.C.大阪	3-0 ○	
最終結果 【試合数】32 【勝ち点】71 (勝利)21 (引分け)8 (敗戦)3 (得点)65 (失点)28						

※8月22日までの試合結果は「広報ならは」6月号・9月号をご覧ください

デュークズウォーキング教室

姿勢よく颯爽とした歩き方を身に付けて、みんなで健康寿命を延ばしましょう!初めての方も、町民以外の方も参加可能です。皆様のご参加、お待ちしております!

- 講師/五十嵐KAZUKO氏
(デューク更家公認ウォーキングスタイリスト)
- 日時/1月22日(土)13:30~15:00
- 会場/ならはスカイアリーナ
(楡葉中学校武道館から変更となりました)
- 持ち物/マスク、うわばき(スニーカー等)、飲みもの、タオル
- お申し込み・お問い合わせ先/
住民福祉課 国保年金係 ☎0240-23-6102

ゆず太郎YouTuber計画 進行中!

町の公式YouTubeチャンネルでは「ゆず太郎動画」や「ふくしまふるさとCM大賞2021」参加作品などの動画を公開しています。

ぜひ、チャンネル登録をよろしく
お願いします!

チャンネルはこちら!



- お問い合わせ先/政策企画課 広報情報係
☎0240-23-6103

元気アップ教室

Jヴィレッジフィットネスジムのトレーナーが運動やストレッチ等を支援します!

- 日時/1月12日(水)、1月26日(水)、2月9日(水)13:30~15:00
- 会場/みんなの交流館 ならはCANvas

- お問い合わせ先/住民福祉課 ☎0240-23-6102

各地区の「とり小屋」



下井出地区のとり小屋

- 日時/1月8日(土) 17:00~
- 場所/一本松周辺
- 日時/1月8日(土) 17:30~
- 場所/関電工モータープール北側
- 日時/1月8日(土) 10:00~
- 場所/下繁岡堤駐車場西側
- 日時/1月8日(土) 17:00~
- 場所/大谷字海法地地内
- 日時/1月9日(日) 16:30~
- 場所/霊泉寺南側
- 日時/1月8日(土) 18:00~
- 場所/前原集会所南側
- 日時/1月8日(土) 17:00~
- 場所/広内地内(ゆず太郎の看板近く)

【双葉地方水道企業団から凍結防止のお願い】 気温が氷点下を下回ると、水道管や水道メーターが凍結して破損する恐れがあります。水道管は毛布などで包みビニールテープで固定し、メーターボックス内には布切れなどを入れたビニール袋を詰めるなど、早めの凍結防止準備をお願いします。

蛇口における水道水中の放射性物質モニタリング検査について

双葉地方水道企業団では、安心して水道水をお使いいただくために、ご家庭の蛇口から出る水道水の放射性物質検査を実施しています。

申込期間は、令和3年6月1日(火)~令和4年2月28日(月)となっております。

検査を希望される方は、以下の方法により検査受託業者へお申し込みください。お申し込みには、令和3年7月広報に同封の申込用紙(チラシ)が必要です。紛失などの場合は、双葉地方水道企業団のホームページからプリントアウト可能です。ぜひ、ご利用ください!

- お申込み方法
- 検査受託事業者:(株)江東微生物研究所 環境衛生事業部いわき
- ①郵送の場合 〒970-1144 いわき市好間工業団地4-18
- ②FAXの場合 FAX番号 0246-36-7142

- お問い合わせ先/双葉地方水道企業団 施設課浄水係 ☎0240-25-5341

被災者生活再建支援金の申請はお済みでしょうか?

東日本大震災に係る被災者生活再建支援金の申請期限が令和4年4月10日までとなっています。まだ申請がお済みでない方は、お早めに申請をお願いいたします。

- 対象となる世帯/
平成23年3月11日時点で楡葉町に居住していた世帯で、津波、地震の被害により
 - ・住宅が全壊、大規模半壊の罹災判定を受けた世帯
 - ・住宅が罹災、半壊以上の判定を受け、その住宅をやむを得ず解体した世帯

申請の方法など詳しくは、くらし安全対策課までお問い合わせください。

- お問い合わせ先/くらし安全対策課 防災交通係
☎0240-23-6109

コンビニ交付年末年始一時停止について

次の期間、コンビニ交付サービスがメンテナンス作業のため一時停止しますのでお知らせいたします。

- 停止期間/
令和3年12月29日(水)~令和4年1月3日(月)終日
- 再開日時/令和4年1月4日(火)6:30~
- 停止内容/
 - ・コンビニ交付サービスにかかるすべての証明書の交付
 - ・本籍地利用登録申請
 - ・利用登録状況確認



- お問い合わせ先/住民福祉課 戸籍住民係
☎0240-23-6102

福島県後期高齢者医療広域連合からのお知らせ 「医療費のお知らせ」(医療費通知)について

福島県後期高齢者医療広域連合では、被保険者の皆様に自己の健康管理と医療に対する関心を高めていただくために、毎年1回「医療費のお知らせ」を送付しています。

令和3年1月から12月までの「医療費のお知らせ」を、令和4年2月下旬より順次発送しますので、到着しましたら、ご自分の受診状況等について確認をお願いします。なお、対象期間内に医療機関への受診がなかった場合は、通知は発行されません。

「医療費のお知らせ」については、県内全域に順次発送する関係上、個別の発送には応じられません。確定申告を急がれる場合は、領収書により申告手続きをお願いいたします。また「医療費のお知らせ」を確定申告の参考資料として使用する場合には、「自己負担相当額」と実際に負担した額が異なる場合は、補填された金額(高額療養費等)を差し引くなど、ご自身で訂正し、申告してください。なお、医療費控除の詳細に関することは、最寄りの税務署等にお問い合わせください。

- お問い合わせ先/福島県後期高齢者医療広域連合 ☎024-528-9025(代表)

県民健康調査「健康診査」のご案内

福島県と福島県立医科大学では、県民の皆様の将来にわたる健康増進につなげていくため、県民健康調査「健康診査」を実施しています。このうち、16歳以上の方を対象とした県内の集団・個別健診を令和4年1月から3月に実施予定です。(受診期間は、新型コロナウイルス感染症の状況により変更となる場合もありますので、ご了承ください。)

対象の方には、受診のご案内を令和3年12月に発送しています。健診費用は無料ですので、ご自身の健康状態を把握するために、ぜひご利用ください。案内を紛失された場合には、福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター(☎024-549-5130)までご連絡ください。

対象者	楡葉町の住民のうち、令和3年度に16歳以上で県内在住の方。 ○対象市町村の特定健康診査・総合健診にて県民健康調査の追加項目を受診された方は、今回の健診の対象外となります。 ○県外にお住まいの方には県外健診のご案内をお送りしております。県内で受診を希望される場合は、下記お問い合わせ先までご連絡下さい。
検査方法	県内協力医療機関での個別健診、もしくは県内公共施設等での集団健診のいずれかを選択して受診できます。
注意事項	受診する際は次の項目に気を付けてください。 ・受診する前に体温測定をしましょう。 ・体調不良や発熱などの風邪症状がある場合は受診を控えましょう。 ・マスクを着用しましょう。

- 県民健康調査に関するお問い合わせ先/
福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター
☎024-549-5130(土日祝日/年末年始を除く9時~17時)

詳しくはこちら
(県立医大HP)



「榊産お米の直売について」

JA福島さくらでは、町内産お米の美味しさを知っていただき、消費拡大を目指すため毎月直売を行っています。直売されるお米は、榊産カントリーエレベーターで管理され、品質を向上させたお米で、いつでも食べても変わらない美味しさを味わえます。ぜひご家庭でご賞味ください。



【直売日】

- 日 時 / 2月1日(火)10:00~12:00
- 会 場 / JA福島さくら榊産支店
(下小埸字大木下5-1)
- 販売内容 / [品種] コシヒカリ、天のつづ
[重量] 玄米30kg(袋体)
- 注文方法 / 事前に、JA福島さくら榊産支店へお電話で注文をお願いいたします。
- 注文切 / 1月20日(木)17:00まで
- ◎注文・お問い合わせ先 /
JA福島さくら榊産支店 ☎0240-25-3131

「それ詐欺です!ご注意ください!」

県内では、なりすまし詐欺などの被害が発生しています!

こんな電話は詐欺です!

息子や孫を名乗って...
「会社のお金を使い込んでしまった。」
「今すぐお金が必要。」
「上司がお金を取りに行くから渡して」

警察官や金融機関の職員を...
「あなたの口座が悪用されています」
「カードの暗証番号を教えてください」
「キャッシュカードを受け取りに行きます」

市町村職員を名乗って...
「ATMで手続きができます。」
「私の言うとおりにATMを操作してください。」
「今日中に手続きが必要です。」

電話で「お金」や「キャッシュカード」の話が出たら、**詐欺です!**
ひとりで判断せずに家族や警察へ相談してください
◎お問い合わせ先 /
くらし安全対策課 防災交通係 ☎0240-23-6109

「権利擁護セミナー「この先の人生を自分らしく生きる!」の開催」

終活アドバイザー佐藤勇一さんが「終活」について分かりやすく解説します。
「終活」とは人生の終焉を考えることを通じて、自分を見つめ今をよりよく生きるための活動です。自分らしさ、今後の人生について一緒に考えてみませんか?
■日時 / 2月5日(土)13:30~15:30
■会場 / 榊産町コミュニティセンター 大会議室
■講師 / 佐藤 勇一氏(合同会社オリーブ 代表)
■定員 / 先着30名(事前申込)
◎申込・お問い合わせ先 /
双葉地方権利擁護支援センター8色
☎0240-23-7222 FAX0240-23-7223
e-mail: futaba.8c@gmail.com

「1月10日は「110番の日」です」

110番は緊急用の番号です。
お急ぎでないご相談やお問い合わせは、#9110または、双葉警察署 ☎22-2121へご連絡ください。



「原子力損害賠償・廃炉等支援機構からののお知らせ 団体・グループ向けの『原子力損害賠償の相談会』」

東京電力福島第一原子力発電所事故の損害賠償に関してお近くでご相談ができるように、原子力損害賠償・廃炉等支援機構が個別の団体・グループ向けに無料相談会を開催します。

- 開催要件 /
(1)個別相談の要望が2組以上
○個別相談は1組1回1時間(1日最大5組)
○賠償に係る説明会・座談会の設定可能
(2)開催日は申し込みから1か月後以降の日
○弁護士派遣等の費用も含めて費用は当機構で負担
- 申込方法 /
代表者氏名、連絡先、連絡可能な曜日・時間を当機構にご呈示ください。

◆その他
◇相談無料、1回1時間、継続しての相談も可能です。
◇原発賠償に詳しい弁護士を配置します。
◇説明会・座談会の設定も可能
【説明会内容の例】住居確保損害の賠償、ADR申立て、請求が漏れていそうな賠償内容全般について、など。
◎お問い合わせ先 /
原子力損害賠償・廃炉等支援機構 福島事務所
訪問相談チーム ☎024-953-6173
e-mail: f_sodan5@ndf.go.jp

2021年版

感染拡大防止 へのご協力を
お願いします

感染力が強い変異株にも、基本的な感染予防策が有効です。
「マスクの着用」「手洗い」「3密(密接・密集・密閉)回避」などを徹底してください。

正しく使おうマスク!

会話時は必ず着用!

●鼻の周りに合わせず
ずるずるとはみかけない

●あご下まで伸ばし鼻に
圧力がかからないようにする

●鼻を覆って鼻息を
ひもを持って鼻を
鼻の隙が空かれば不織布を

**こまめにしよう
手洗い・手指消毒!**

こんなタイミングでは必ず!

●共用物に触った後
●食事の前後
●公共交通機関の利用後 など

●ポイント
●指先・指の間の隙や手首も
忘れずに洗いましょう

目指そうゼロ密!

一つの密でも避けましょう!!

密接

マスクなしX 大声X

密集

大人数X 近距離X

密閉

換気が悪いX 狭い所X

首相官邸
Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

内閣官房
新型コロナウイルス
感染症対策推進室

厚生労働省HP
新型コロナウイルス
感染症予防のために▶

「土地の境界問題でお困りではありませんか?」

福島地方法務局と福島県土地家屋調査士会では、連携して境界問題の解決を支援します。

- ◆筆界特定制度(筆界を明確にします)
・法務局の職員が専門家の意見に踏まえて、申請者等の意見に拘束されず、真実の筆界を特定します。
※明渡しなど、所有権に関する問題を直接解決することはできません。
- ◆土地家屋調査士ADR制度(境界問題全般を解決します)
・土地家屋調査士及び弁護士が相談・調停を行い、柔軟に問題解決のお手伝いをします。
※相手方の応諾がないと手続を進めることができません。
詳細は、法務省のホームページ、または福島県土地家屋調査士会のホームページをご覧ください。
◎お問い合わせ先 /
筆界特定制度は、福島地方法務局不動産登記部門 地図整備・筆界特定室 ☎024-534-2048
土地家屋調査士会ADR制度は、境界紛争解決支援センターふくしま ☎024-535-3937

「1月の乳児健診等の予定」

- 乳児健診(4ヶ月児健診・10ヶ月児健診)
乳児健診はお子さんのご成長・発達を確認し、保護者の方が子育ての悩みや不安を相談できる機会です。ぜひ、お出かけください。
- 日 時 / 1月19日(水)
[受付時間] 12:30~13:00
- 会 場 / あおぞらこども園子育て支援センター
- 対 象 / [4ヶ月児健診]
令和3年9月~10月生まれ
[10ヶ月児健診]
令和3年2月~3月生まれ
- 内 容 / 身体測定・内科診察・お口の健診・
栄養相談・保健指導

母子健康相談

どんぐりひろば(センター開放日)を利用しながら、日頃の気になることを、保健師に相談できます。申し込みは不要です。

- 日 時 / 1月21日(金)10:00~12:00
- 会 場 / あおぞらこども園子育て支援センター

ベビママ教室

ベビママ教室は、子育てに関する色々なことを勉強したり、おしゃべりしたり、子育て中の皆さんのための時間です。申し込みは不要です。ご参加お待ちしております。

- 日 時 / 1月12日(水)10:00~12:00
- 会 場 / あおぞらこども園子育て支援センター
- テ - マ / 薬剤師による子どもとお薬のお話
- ◎お問い合わせ先 / 住民福祉課 保健衛生係
☎0240-23-6102

「消防団員大募集! 災害に強い町へ!」

消防団員は、火災や風水害などの災害から地域の安全と安心を守るために活躍する地域防災の要です。消防団員は、全国的に減少傾向であり危機的状況です!!

榊産町の未来のために「あなたの力」が必要です。消防団に関心がある方は、お気軽にお問い合わせください。

◎お問い合わせ先 /
くらし安全対策課 防災交通係 ☎0240-23-6109

農産物を通した“健康づくり”にチャレンジ!

GABA米で血圧低下や精神安定作用

町では、生産農家の安定収入と生産拡大、町内産農産物の消費拡大を図るため、農産物の6次化にチャレンジしています。

町の主要作物である水稻は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で米の需要が大きく低下し、米価も大幅に下落しています。そこで、檜葉町産米の新たなチャレンジとして、令和4年産の檜葉産お米を使った健康米「ギャバ米」の製造を行います。令和4年度に、檜葉カントリーエレベーター施設内に「ギャバ生成装置」を整備し、お米がもともと持っている栄養成分「GABA」を増やした健康米を製造します。

これからも町の農産物の販売促進とともに、農産物を通した町民の健康づくりにもチャレンジしてまいります!

そもそも GABAって何?

GABA米は特別な技術によって、お米がもともと持っている栄養成分を増やしたお米のことです。

GABAは、人の体に欠かれない天然アミノ酸のひとつ、果物や野菜など食べ物などに広く含まれている「天然成分」です。GABA米は普通のお米よりもたくさんGABAを含んだお米のことを言います。

γ-アミノ酪酸
=Gamma Amino Butyric Acid(GABA)=ギャバ
と呼ばれています。

GABAは、精神安定作用・癒し効果、血圧低下、更年期障害緩和作用を持つと言われています。



12月10日に檜葉産米を味わう産米試食会を行いました。今回は令和3年檜葉町産コシヒカリを試験的にギャバ米に加工した「檜葉町産ギャバ米」と町内で生産された野菜を使ったカレーライスを試食して頂きました。



サツマイモで健康作り

檜葉町振興公社では、サツマイモを使ったお芋ラテの販売に向けて産米試食会で試飲振舞を行いました。お芋ラテは天神岬ウィンドーランドで令和4年1月頃から販売される予定です。お芋の風味たっぷりの甘くてホッとするお芋ラテをぜひ味わってください。



GABAライスはおいしいの?

GABA米は白米のおいしさと、GABAを豊富に含んだ新しいお米です。玄米のような独特な味や食感はなく、普通の白米と同じように、食べやすいおいしいお米です。

GABA米は玄米よりも食べやすく、おいしいのじゃ!



檜葉町地域史研究会事業 歴史講演 「脇ヶ浜伝説四度(よたび)」

檜葉町地域史研究会事業として郷土史研究家 山内幹夫氏をお招きし、講演会を開催します。木戸川の流れの変遷や、かつての赤沼の所在地など、新しく発見された事実をもとに脇ヶ浜の謎に迫ります。ぜひ、ご参加ください。

- 開催日/1月15日(土)10:30~
- 会場/檜葉町コミュニティセンター大会議室
- 講演内容/(講師)郷土史研究家 山内幹夫氏
歴史講演「脇ヶ浜伝説四度(よたび)」

申込・お問い合わせ先/
教育総務課 ☎0240-25-2492

令和3年度檜葉町地域史研究会事業

深まる謎 見つけられた新事実 ここに 脇ヶ浜村があった!

歴史講演 「脇ヶ浜伝説四度(よたび)」

(講師)山内 幹夫(郷土史研究家)

この脇ヶ浜村の一部落が残っている。それは「ささむね」と言う。昔の船乗りははっきり判っている。その場所は今の前原の酒屋からまっすぐ東に向かう海岸から200米位の海で、今の河口よりはいくらか南よりである。
(松本義男著「木戸川の流れの移り変わり」より)

1/15 (土) 檜葉町コミュニティセンター 大会議室
午前10時30分~12時00分
(事前申請が必要です)

コロナウイルス感染予防のためマスクの着用をお願いします。

主催/檜葉町教育総務課 檜葉町地域史研究会
申請・お問い合わせ先 ☎0240-25-2492 FAX 0240-25-4703

消防署からのお知らせ

年末年始も火の用心!

この時期は、空気が乾燥し暖房器具や火気を使用する機会が増えることから、火災の発生が増える恐れがあります。無火災で年末年始を過ごすために次の点に注意しましょう。

- 寝たばこは絶対にしない
- ストーブの近くにもものを置かない
- こんろのそばを離れる時は必ず火を消す

消毒用アルコールの 安全な取扱いについて

新型コロナウイルス感染症対策に伴い、手指の消毒等のため、消毒用アルコールを使用する機会が増えています。アルコールから発生する可燃性蒸気は、引火の危険性があり、可燃性蒸気は空気より重く、低いところに滞留しやすい性質があります。安全に取り扱うために次の点に注意しましょう。

- ☆火気の近くでは使用しない。火気や電気火花で引火する可能性があります。
- ☆直射日光が当たる場所や、高温となる場所では保管しない。可燃性蒸気が発生しやすくなります。
- ☆消毒用アルコールの入った容器を落下させたり衝撃を与えない。アルコールが容器から流出し、可燃性蒸気が広がるおそれがあります。

火事と救急は
119番

問い合わせ先

富岡消防署 ☎0240-22-2119
檜葉分署 ☎0240-25-2119
川内出張所 ☎0240-38-2119

双葉郡内災害情報専用テレホンサービス
☎0240-26-0366

お悔やみ申し上げます

(敬称略)

氏名	年齢	行政区
高橋 イク	96	下小埜
石澤 ミヤ子	77	山田岡
松本 容子	81	上小埜
永山 恵世	96	下小埜

(広報ならは12月号掲載以降亡くなられた方)

企業広告欄 内容についてのお問い合わせは広告主までお願いします。

太陽光発電用地募集中!

活用方法でお困りの土地はございませんか?

企業広告

ふくしまの
未来へつなげる
太陽光発電用地を
お貸しください!

資料ほか、詳細については
お電話にてご連絡いただくか、
弊社ホームページをご覧ください。

<http://fukushimaenergy.co.jp>

ふくしまエナジー 検索

現地調査は無料です。
お気軽にお問い合わせください。
調査後、お受けできない場合がございます。



GROUND ENERGY GROUP
ふくしまエナジー

〒963-8002 福島県郡山市駅前1-14-1 増子駅前ビル3F

☎0120-31-2521 営業時間◎9:00~18:00
<http://fukushimaenergy.co.jp> 定休日◎日・月・祝日

太陽光発電の導入広がっています

企業広告

エネルギーの自家消費で 災害に強い住宅を
電気代の節約で 環境にやさしい暮らしを

【檜葉町からの補助】
太陽光: 当社(檜葉町産)パネルの場合
1kWあたり10万円(最大40万円)
(他社製品: 1kWあたり6万円)
蓄電池: 蓄電容量1kWあたり4万円
(最大20万円)

【福島県からの補助】
太陽光: 最大16万円
蓄電池: 最大20万円
(売電しない場合)

アンフィニの
パネルを使うと
町からの支援額が
上乘せされます!

製造工場【福島】
定休日: 土・日・祝日 営業時間: 9時~18時
〒979-0602 福島県双葉郡檜葉町下案岡字北谷地16番地
TEL: 0240-26-0888 FAX: 0240-26-1888 アンフィニ株式会社 <https://infini-group.co.jp/>

障がい者控除対象者認定書の送付について

所得税や住民税を申告する際に、要介護1~要介護5の認定を受けている方は、介護度に応じて「障害者控除」を受けることができます。

町では、対象者の方へ「障がい者控除対象者認定書」を1月下旬に発送を予定しております。該当される方は、所得税や住民税の申告をする際にご提示ください。

なお、介護認定を受けられていて、令和3年中(1月~12月)にお亡くなりになられた方につきましても、控除の対象となります。障がい者控除対象者認定書の発行を希望する場合は担当までお問い合わせください。

◎お問い合わせ先/
住民福祉課 介護保険係 ☎0240-23-6102

公立双葉准看護学院 令和4年度学生募集

公立双葉准看護学院では、一般入学試験を実施します。
地域に寄り添う看護のプロを目指しましょう!!

- 募集人員/30名
- 修業年限/2年(全日制)
- 受験料/1万円
- 受験資格/中学校卒業以上の者
(令和4年3月卒業見込を含む・年齢不問)
- 出願期間/令和4年1月5日(水)~26日(水)必着
9:00~16:30(土・日・祝祭日を除く)
- 試験日/令和4年2月1日(火)
- 試験科目/筆記試験(国語)、作文、面接

◎出願先・お問い合わせ先/
公立双葉准看護学院
〒975-0036
福島県南相馬市原町区萱浜字巢掛場45-76
☎0244-32-0990
e-mail: futajyun-kango@aioros.ocn.ne.jp

1月の納税等

忘れずに納めましょう。



■国民健康保険税(7期) 納期限: 1月31日(月)

◎お問い合わせ先/税務課 ☎0240-23-6101

■後期高齢者医療保険料(6期) 納期限: 1月31日(月)

◎お問い合わせ先/住民福祉課 ☎0240-23-6102

※口座振替の方は1月31日(月)に引き落としとなりますので残高の確認をお願いいたします。

相馬税務署からのお知らせ

令和3年分の所得税等の確定申告書作成会場について

令和3年分の所得税(及び復興特別所得税)、消費税(及び地方消費税)及び贈与税の確定申告書における申告書作成会場は、次のとおり開設する予定です。

- 開設場所/相馬市振興ビル6階
相馬市中村字塚ノ町65-16
- 開設期間/令和4年2月10日(木)~3月15日(火)
《土・日・祝日を除く》
- 開設時間/9:00~16:00

※申告書作成会場の混雑緩和のため、会場への入場には「入場整理券」が必要です。「入場整理券」は、会場で当日配布しますが、LINEを通じたオンラインによる事前発行も可能です(配付方法の詳細は、別途国税庁ホームページ等によりお知らせします。)
※「入場整理券」の配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることもあります。
※会場の駐車台数には限りがありますので、JR・バス等をご利用ください。
※税務署内には、申告書作成会場を設置していませんので、開設期間中に申告書作成会場にお越しください。

自宅からスマホ等で確定申告!



国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、お手持ちのスマートフォン・タブレット等で、所得税の確定申告書が作成できます。

- マイナンバーカード方式/
マイナンバーカードとマイナンバーカード対応のスマートフォンを利用して申告!
- ID・パスワード方式/
IDとパスワードを取得して申告!

※IDとパスワードの発行を希望される場合は、申告されるご本人が顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。(確定申告期間中に限らず、随時申請可能です。)
※申告内容によっては、ご利用いただけない場合があります。

なお、従来どおりパソコンから「確定申告書等作成コーナー」を利用して、申告書を作成・印刷し、税務署へ郵送等により提出することもできます。
国税庁ホームページ <https://www.nta.go.jp>

令和3年分確定申告書にはマイナンバーの記載が必要です

税務署に所得税等の確定申告書を提出する都度、マイナンバーの記載と本人確認書類(番号と身元の確認できるもの)の提示または写しを添付していただく必要があります。

《本人確認書類の例》

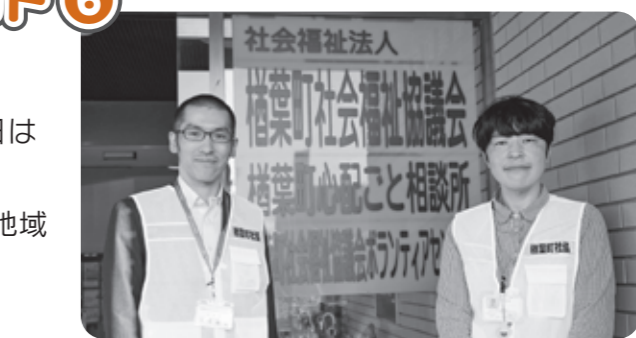
- (1)マイナンバーカード(番号確認と身元確認)
- (2)通知カード
(番号確認)+運転免許証、健康保険の被保険者証など(身元確認)

※申告書作成会場においでになる際は、本人確認書類の持参をお願いいたします。
※確定申告書を郵送する場合は、本人確認書類の写しの添付をお願いいたします。

ヒトゴトじゃない! 災害のコト

~災害ボランティア~

27年前に阪神・淡路大震災が発生した1月17日は「災害とボランティアの日」です。
災害ボランティアは、誰もが参加できる、人や地域どうしが助けあう取り組みです。
災害に備えるだけでなく、支えあって災害に立ち向かうことも大切です。



災害ボランティアの申し込みは、ボランティアセンター(社会福祉協議会)で受け付けています。

◎お問い合わせ先
災害ボランティアについて/
檜葉町社会福祉協議会 ☎0240-25-4157
災害について/
くらし安全対策課 ☎0240-23-6109

町で実施した自家消費食品等の放射能簡易検査結果

令和3年4月～令和3年10月までの測定結果の累計及び、令和3年11月分の自家消費食品等簡易測定所で実施した食品等の放射能検査結果となります。

食品種別	令和3年4月～令和3年10月分			11月分 検体数	測定物(基準値超数/検体数) 最小値～最大値(Bq/kg)		
	不検出(ND)	基準値未満	基準値以上				
水類	9/9	0/9	0/9	0			
山菜類	20/81	40/81	21/81	9	ヒラタケ(0/1) ND	シイタケ(2/3) 17.66～1,595.63	シロシメジ(1/1) 290.37
					ナラタケ(0/1) 36.44	シモフリシメジ(1/1) 423.34	クリタケ(0/1) 45.68
					ナメコ(0/1) 8.42		
果実類	27/40	12/40	1/40	10	ユズ(0/4) ND～22.57	カキ(0/2) 5.36～27.16	ミカン(0/1) 14.62
					キウイ(0/2) ND～9.75	カリン(0/1) ND	
野菜類	96/101	5/101	0/101	13	サツマイモ(0/3) ND～13.78	ハクサイ(0/2) ND～8.98	サトイモ(0/2) ND～11.03
					とろろ芋(0/1) ND	ブロッコリー(0/1) ND	ダイコン(0/1) ND
					丸ダイコン(0/1) ND	ヤーコン(0/1) ND	ヤーコン葉茎(0/1) ND
鳥獣	1/1	0/1	0/1	2	猪肉(2/2) 153.34～182.71		
その他	4/5	1/5	0/5	0			
合計	157/237	58/237	22/237	34			

※区分は県の区分に従いました。色字は検査した食品のうち国の基準を超えた検体数です。
 ※国の基準(平成24年4月1日施行)は、一般食品で1キロ当たり100ベクレル、飲料水で10ベクレル、牛乳や乳児用食品は、50ベクレルです。
 ※依頼された検査品の最小値と最大値を記載しています。
 ※「ND」は「Not Detected」の略です。「不検出」の意味で、検出限界以下であることを示す場合に用います。
 ※従来の詳細な測定値の表は、ホームページで随時公開していきます。

◎お問い合わせ先/産業振興課 ☎0240-23-6104 自家消費食品等簡易測定所 ☎0240-23-6557

橋葉町公共施設等モニタリング調査実施結果(12月実施分)

- 調査期間 令和3年12月3日(金)
- 測定器 NaIシンチレーションサーベイメータ(空間放射線量率測定用サーベイメータ)を使用
 地表面から高さ1m及び高さ1cmの空間線量率を測定(くらし安全対策課職員が実施)。
- 測定方法 測定器を水平に保ち、約30秒ほど経過させて測定値が安定したことを確認し、10秒ごとに測定値を5回読み取り、その平均値を記載(県指定測定方法に基づき実施)。

測定箇所		測定値(μSv/h)		測定箇所		測定値(μSv/h)	
		今月測定値				今月測定値	
		地上1.0m	地上1.0cm			地上1.0m	地上1.0cm
橋葉町役場	(玄関前)	0.09	0.08	上繁岡地区集会所	(駐車場)	0.20	0.21
橋葉町公民館	(玄関前)	0.09	0.09	塩貝の大カヤ	(駐車場)	0.18	0.20
橋葉町コミュニティセンター	(ロータリー)	0.16	0.17	松館地区集会所	(駐車場)	0.15	0.15
萩平地区集会所	(駐車場)	0.13	0.12	墓地公園(入口前)	(道路)	0.15	0.15
浄光西地区集会所	(駐車場)	0.11	0.11	旭ヶ丘地区集会所	(駐車場)	行政区再編により測定終了	
向ノ内地区集会所	(駐車場)	0.13	0.14	大谷地区集会所	(駐車場)	0.11	0.10
下繁岡地区集会所	(駐車場)	0.11	0.11	総合グラウンド	(陸上フィールド)	0.07	0.08
営団地区集会所	(駐車場)	0.11	0.11	橋葉中学校	(校門)	0.10	0.09
波倉地区集会所	(駐車場)	0.08	0.10	鐘突堂地区集会所	(道路)	0.11	0.12
ぼらぐち(自宅門扉前)	(駐車場)	0.17	0.14	上井出地区集会所	(駐車場)	0.10	0.11
繁岡地区集会所	(駐車場)	0.10	0.12	電田駅	(改札口前)	0.07	0.12

※全測定結果は、ホームページから閲覧することができます。
 ※電田駅が解体されたため、令和3年2月より新電田駅の改札口にて測定を行っています。
 ※平成29年5月調査より、測定箇所を概ね北部と南部に分けて2か月に1度の測定に変更しました。12月は北部の測定結果を掲載します。
 ※11月、12月実施分について、最大の測定値となった箇所は下記の通りとなります。

▶地上1m:上繁岡集会所(駐車場) 0.20 μSv/h ▶地上1cm:上繁岡集会所(駐車場) 0.21 μSv/h

◎お問い合わせ先/くらし安全対策課 放射線対策係 ☎0240-23-6109

橋葉町内居住者集計表(令和3年11月30日現在)

【住民基本台帳人口】

世帯数	男	女	人口(外国人含む)
3,068	3,447	3,247	6,694

【町内居住者】

行政区	世帯数	人数	行政区	世帯数	人数
上井出	281	519	上小墾	100	207
下井出	251	345	下小墾	214	527
北田	367	756	山田岡	263	524
大谷	125	234	前原	54	104
松館	44	106	山田浜	41	87
上繁岡	60	116	女平	14	30
繁岡	76	136	大坂	12	24
下繁岡	74	154	小計	698	1,503
波倉	38	57	合計	2,142	4,144
営団	126	215			
乙次郎	2	3			
小計	1,444	2,641	町内居住率	69.82%	61.91%

橋葉町内居住者について

- 町内居住者数/当月末の町内に居住する者の数
- 町内居住率 / 当月末の住民基本台帳人口に対する町内居住者数の割合

【町内居住者年代別集計表】

年代	人数	年代	人数
0～4歳	157	60～64歳	352
5～9歳	104	65～69歳	413
10～14歳	73	70～74歳	358
15～19歳	109	75～79歳	251
20～24歳	177	80～84歳	215
25～29歳	232	85～89歳	190
30～34歳	195	90～94歳	97
35～39歳	189	95～99歳	24
40～44歳	208	100～104歳	6
45～49歳	256	合計	4,144
50～54歳	222		
55～59歳	316		

町内居住率(%) = $\frac{\text{町内居住者数}}{\text{住民基本台帳人口(月末)}}$

水道水中における放射性物質のモニタリング結果

- 採水場所: 小山浄水場
- 水源: 木戸川(ダム放流水)
- 採水年月日: 令和3年11月1日～30日

ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
ND	ND	ND

※いずれの検体も、11月30日時点で放射性物質は不検出です。
 ※「ND」とは、一定の条件で測定機器が検出できる最小値(1Bq/kg)未満であることを示しています。

《参考》検査日現在の目標値 (単位:Bq/kg)

	ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
食品衛生法の規定に基づく新たな基準による目標値	-	10	

※これまで暫定規制値が設定されていた放射性ヨウ素については、半減期が短く、国に平成23年7月15日以降の検出報告がないことから、規制の対象から除外されました。

- 採水場所: 北林配水池
- 水源: 寺下・中川原水源池(浅井戸・伏流水)
- 採水年月日: 令和3年11月1日～30日

ヨウ素131	セシウム134	セシウム137
ND	ND	ND

測定機関: 双葉地方水道企業団
 分析装置: ゲルマニウム半導体検出器 / 検査頻度: 毎日
 測定方法: 水道水等の放射能測定マニュアル(厚生労働省)

橋葉町 令和3年度 双葉地方水道企業団 水道修理事業当番表(令和4年1月～3月)

業者名	令和4年		
	1月	2月	3月
草野建設(株) TEL 0240-25-3121	3日 10日～16日	7日～13日	7日～13日
映彩輝 TEL 0240-25-2585	4日 17日～23日	14日～20日	14日～20日
尚吉田設備 TEL 090-3982-3422	1日・5日 24日～30日	21日～27日	21日～27日
尚村井設備 TEL 0246-38-6855	2日・31日 6日～9日	1日～6日 28日	1日～6日 28日～31日

譲渡・売買が可能な町内産農産物

現在福島県では、放射能検査を行い安全な農産物が流通・消費される体制を整えています。年度毎に町内において1品目あたり1検体以上、県の放射能検査を実施する必要があります。下の表は、令和3年4月1日から令和3年12月1日までに県で行われた、検査結果です。
この表に、含まれない農産物の譲渡・売買はできません。(野生に自生する物も含まれます)

【譲渡・売買が可能な農作物】

(令和3年12月1日現在)

野菜	赤しそ	アスパラガス	大葉	オクラ	かぼちゃ	キャベツ	きゅうり	キンジソウ	こまつな	ざいひんげん
	さやえんどう	サンチュ	ししとうがらし	シュンギク	食用きく	すいか	ズッキーニ	スナップえんどう	セルリー	そらまめ
	タデアイ	チンゲンサイ	ツルムラサキ	とうがらし	トウガン	とうもろこし	トマト	なす	ニガリ(ゴ-ヤ)	にら
	ねぎ	白菜	パプリカ	ハヤトウリ	ピーマン	ブロッコリー	ほうれんそう	マクワウリ	ミツバ	ミニトマト
根菜・芋類	アピオス	カブ	キウイモ	ごぼう	さといも(ゆめしほ)	さといも	しょうが	大根	玉ねぎ	ながいも
	にんじん	にんにく	はつか大根	ルイシヨ(ゆめい)	ヤーコン	らっきょう				
果実	いちじく	うめ	かき	キウイフルーツ	日本なし	パパイヤ	ぶどう	みかん	ユズ	

※栽培は肥培管理されているもので、山取り(野生)のをのぞきます。

上の表に含まれない農産物等を譲渡・売買したい場合は、まず農業普及所に問い合わせ、県の放射能検査を受けてください。

◎お問い合わせ先/福島県双葉農業普及所 ☎0240-23-6474 産業振興課 ☎0240-23-6104

歩こう! 走ろう! ならはを感じた健康づくり!



12月12日
Jヴィレッジ
ハーフマラソン

Jヴィレッジハーフマラソンが行われ、総勢1153名の皆さんが健脚を競いました。この大会は、震災前に榎葉町と広野町で開催されていたマラソン大会を復興マラソンとして統合し、令和元年に第1回大会が開催されました。Jヴィレッジをスタートとゴールとしているコースでは、大部分で太平洋を眺めることができます。選手の中には冷たい海風にも負けず、完走を目指して師走の榎葉町を駆け抜けました。



町には、町内を楽しく散歩する「ウォーキング教室」や、デューク更家氏の直弟子五十嵐KAZUKO先生が教える「デュークスウォーキング教室」、そして寒い季節でも走るのに最適な「ならはスカイアリーナ」のランニングマシンやランニングコースなど、楽しく気軽に歩ける、&「走る」場所があります。皆様も新年からウォーキング&ランニングで健康な体づくりにチャレンジしましょう!



11月27日
ならは町秋空散策
あるこう会
2021

町内の魅力を再発見しながら歩く「ならは町秋空散策あるこう会2021」が開催されました。当日は「まちなかコース」「Jヴィレッジコース」「木戸川溪谷コース」の3コースに560名が参加。また、姉妹都市でもある会津美里町の皆さん30名も「まちなかコース」に参加され、町内の季節の移ろいや復興の様子を眺めながら秋の榎葉路を堪能していました。ゴールの天神岬スポーツ公園ではマミーすいとんやカレーなどの振る舞いや大抽選会などが行われ、秋空の下、参加された皆さんは大いに盛り上がりました。



完全予約制
 [お2名様からご予約出来ます]
 ご利用日の
 1週間前までにご予約

嬉しい、楽しい、特別な日に
しおかぜ荘展望レストラン
オリーブ

のご案内

ギリシャ共和国の「復興ありがとうホストタウン」に選ばれた檜葉町。その国樹であるオリーブを名に冠する展望レストランでは、高級感漂う落ち着いた雰囲気の中で、眼前に広がる太平洋を眺めながら心づくしのフルコースをお楽しみいただけます。

掲載写真のメニュー
 スモークサーモンのオモニエール / メバルのポッシュ / フォアグラのソテー / りんごのキャラメリゼ添え / 冷たいそら豆のスープ / 平目のコンフィ / タイムの香り / ブルーグラソニス / トマトのグラニテ / 黒毛和牛のヒステーク / 旬の野菜添えマスタードソース
 掲載のほかにも自家製デザート / コーヒー

※お飲み物料金は別途になります。※その他ご予算に合わせて承ります。※季節により食材・メニューが変わります。



ご相談・お申込み先 (電話対応時間 10:00 ~ 20:00)



檜葉町サイクリングターミナル(一般財団法人檜葉町振興公社)

しおかぜ荘展望レストラン **オリーブ**

TEL(0240) **25-3113**
 双葉郡 檜葉町 北田字上ノ原 27-29

1月 生まれ

1歳おめでとう!

繁岡 かののしょうま **片野奨真** くん

10か月健診の際にお写真をお撮りしています。

もっと 檜葉を知ろう!

ナラハ横断ウルトラクイズ!!
 Stage.20

問題 子どもたち一人ひとりが将来社会人として自立するために必要な能力を育てる教育とは?

A. フォアグラ教育 B. トリュフ教育
 C. キャリア教育 D. キャビア教育

本誌の8pで詳しく取り上げています。答えは来月号で!

檜葉町役場連絡先一覧

檜葉町役場		防災無線
● 総務課 0240-23-6100	● 土地改良区 0240-23-6137	防災無線の内容を電話で確認できます。 0240-25-5805 0240-25-5806
● 税務課 0240-23-6101	● 新産業創造室 0240-23-6105	
● 住民福祉課 0240-23-6102	● 建設課 0240-23-6106	
● 政策企画課 0240-23-6103	● くらし安全対策課 0240-23-6109	
● 産業振興課 0240-23-6104 (農業委員会含む)	● 出納室 0240-23-6131	
	● 議会事務局 0240-23-6132	
〒979-0696 双葉郡檜葉町大字北田字鐘突堂5-6 TEL 0240-25-2111 FAX 0240-25-5564 ☎ 0120-562-171 (フリーダイヤル) E-mail:naraha@town.naraha.lg.jp		
【土日祝日は日直対応 8:30~17:15】		
● 教育総務課 学校教育・総務係 0240-23-5115 文化財・生涯学習・社会教育係 0240-25-2492 コミュニティセンター 0240-25-4701		
● あおぞらこども園(子育て支援センター) 0240-26-0808		

檜葉町をちょっとのぞいてみませんか?

檜葉町公式SNS

ホームページ Facebook Instagram LINE YouTube あおぞらこども園 Instagram