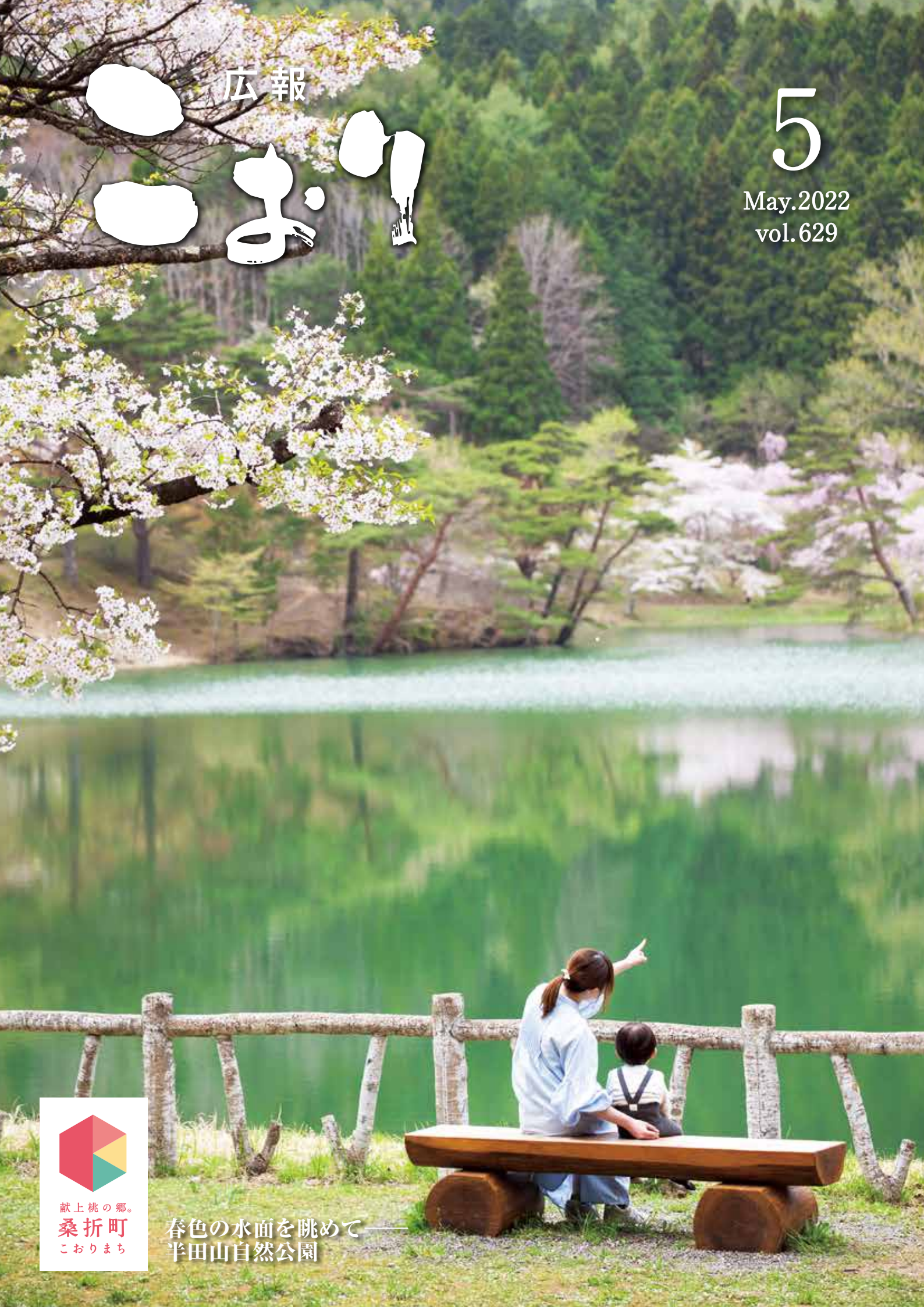


広報

5

May.2022
vol.629

こおり



献上桃の郷。
桑折町
こおりまち

春色の水面を眺めて——
半田山自然公園



2021年6月入隊

ながでん たつのり
永傳 龍規さん

年齢 36歳

出身 二本松市

前職 イベント企画

サッカーコーチ

家族 妻・子3人・猫2匹

農業以外にも
どんどん自分を
活用してほしい

interview_01

応募したきっかけ

小学4年生の時に、二本松から埼玉へ移住して以来、いつかは福島に帰りたいとずっと思っていました。そして、コロナがまん延し始めたころ、自分の生活環境も変化し、新しい生活に転換しようと考えていたとき、ネットで桑折町の協力隊募集記事の「桃」という文字が目に残り、飛びつきました。もともと桃が大好きで、農業にも興味があり、何より福島の人々の優しさ、桑折町の協力隊制度の、将来へのビジョンがイメージできる点が、決め手となりました。

日々の活動内容

私は今、相原泰之さん（中屋敷）にお世話になっています。研修圃場で桃の栽培を教わり、そろそろ1年が経ちますが、徐々に一人で管理を任されるようになりました。これも、相原さんが、近所の集まりに積極的に連れて行ってくれて、地域の人となじみやすい環境をつくってくれた影響が大きいです。周りの農家の方と顔なじみになったおかげで、何でも教えてくれる関係性



を築けたので、本当に助かっています。

町の農業に触れて

思った以上に人とのつながりが強いと感じています。隣の畑の人や地域の人、JA職員の人が、本当にたくさんの人との関わりがあり、相談や協力もしていただいています。埼玉にいたころは、「農業は大変だからやめておけ」とよく言われていましたが、皆さん優しく、毎日楽しく過ごせていますし、いくらでも桃が食べられるということが、何よりもモチベーションにつながっています。

受入農家の声



相原泰之さん

受け入れは初めてで不安でしたが、仕事を覚えるのも早いため、なるべく早く自立できるように教えています。末永く夫婦で桃を作り続けて、町の活性化につながればうれしいです。

今後の目標
まずは畑を広げ、農業で生活ができるようになることです。桃が大好きなので、桃をずっと作り続けていけたらと思っています。そしていつか、自分と同じように、仕事や生活に困っている人に、農業という世界を紹介し、農業を教え、後継者を増やしていく活動ができたらと考えています。
もし畑や町で私を見かけたら、気軽に声をかけてください。農業以外にも、私をどんどん活用してもらえたらうれしいです。

Feature

地域おこし協力隊と共に歩む 「献上桃の郷」の未来—

現在、全国で活動している地域おこし協力隊の隊員数は6,015人。2009年に制度が発足して以来、過去最多の隊員数となりました。町でも、5人（4月現在）の協力隊が地域活性化に向けて活動しています。今回は、町の「農業」に携わる協力隊3人に焦点を当て、それぞれの活動内容や、町に対する思いなどを聞きました。

協力隊希望者、続々！

地域おこし協力隊とは、都市から田舎に一定期間生活の拠点を移し、さまざまな「地域協力活動」を行いながら、地域への定住・定着を図る制度です。

現在、町では、桃農家を目指す協力隊3人が日々活動しています。5月から、新たに1人が加わるなど、入隊希望の問い合わせが続々と届き、農家の後継者不足に悩まされる中、「献上桃の郷」の未来に、明るい兆しが見え始めています。

充実した町の支援制度

農業分野の協力隊制度は、「献上桃の郷 桑折町」をこれからも維持・継承していく担い手となつてもらうため、最長3年間の任期で、桃農家のもとで研修をしながら、栽培技術を習得するとともに、就農までの間、町からさまざまなサポートを受けることができます。町認定農業者会や町農業委員会、農協の生産部会など、相談できる場もたくさんあり、地域全体で新規就農者を支えていく仕組みがあります。

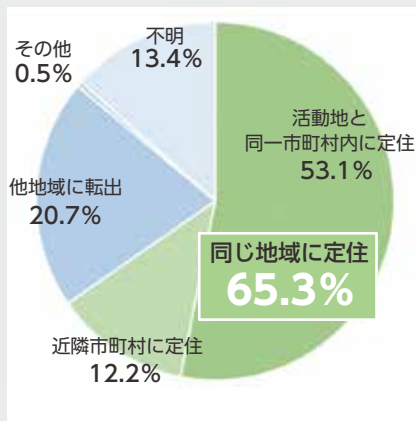
データで見る全国の地域おこし協力隊の動き

協力隊員数・取組団体数の推移



令和3年度地域おこし協力隊の隊員数等について（令和4年3月18日総務省）

任期終了後の定住率





達成感と使命感

2021年8月入隊

うめはら さとる
梅原 悟さん

年齢 34歳
出身 東京
前職 施工管理
家族 単身
趣味 ロードバイク・キャンプ

interview_03



皆さんをもっと知りたい
私をしってもらいたい

2022年4月入隊

ふかさわ てつや
深澤 哲矢さん

年齢 38歳
出身 福島市
前職 舞台などの企画
家族 妻・子1人
趣味 カメラ

interview_02

応募したきっかけ
東京で施工管理の仕事しながら、趣味のロードバイクで、地方に足を運んでいるうちに、実際に暮らしてみたいと思うようになり、自分で何かを生み出すことが好きで、自然の中で働く農業に魅力を感じ、町在住の知人を通じて、協力隊制度を紹介され、縁を感じて移住することに決めました。

日々の活動内容
私は今、渡邊慎一朗さん（上成田）の桃畑で研修しています。研修圃場で桃の栽培を教わりながら、野菜の研究もしています。新しい作り方を自分で試してみたり、JAの野菜栽培講習会にも参加したりしています。インスタグラムも始めて、町のことや桃のPRをしています。

町の農業に触れて
肉体的に大変ですが、のびのびと過ごせています。4月から畑を任されたので、責任感と使命感を感じています。近所の人とよく話をし、アドバイスももらうなど、とても親切に接していただき助かっています。



応募したきっかけ
大学在学中から東京を中心に演劇やイベントの仕事に就き、海外や日本各地を巡る中で、都市にはない地方の魅力を感じることが多くなりました。またコロナ禍中、妻と一緒に区民農園を借りて野菜や果実を育て、収穫する喜びや隣の区画の先輩たちから栽培方法を教えていただいたりする時間がとても充実していました。そんな中、福島の実家の父から地域おこし協力隊の話聞いて、家族で桑折町へ移住することに決めました。

受入農家の声

渡邊慎一朗さん

後継者不足の中、東京からきてくれたことに感謝しています。3年間という任期が終わっても、ずっと協力をしていきたいと思っています。まずは独り立ちを目指して頑張ってもらいたいです。

今後の目標
桃農家になるために技術を磨きながら、野菜や米なども研修しています。協力隊として町に移住したからには、農業で独り立ちすることも大切ですが、日々地域おこしにつながる活動を心がけています。今年は田んぼアートを企画したり、サイクリング部を創設したりなど、他の協力隊とも連携しながら活動をしていきたいです。

Instagram

協利団体の声

JA桑折営農センター
営農指導係
菅野亮一さん

町の新規就農者支援

- ・就農者支援事業補助…年額50万円
- ・農業後継者奨励金…30万円
- ・優良農地のあっせん
- ・中古農機具の仲介 など

問い合わせ 産業振興課 ☎582-2126

高齢で農業を続けられない人が多い中、就農を目指す人が増えて、本当にうれしいです。町、農協、農家の皆さん全員で応援していきます。農家としての基盤ができたなら、前職の知識を活かして、町の農業に新しい風を吹かせてほしいです。

日々の活動内容
私は今、後藤哲男さん（北沢）のもとで農業修行をしています。毎日楽しく桃畑で実践を重ねています。

桑折町の皆さんをもっと知りたい、そして、私を知ってもらいたいと思います。「もものうラジオ」という音声配信を始めました。誰でもスマホやパソコンから無料で聴けるサービスを使い、桃農家さんのリアルな声を配信しています。「献上桃の郷」の農家さん一人一人の熱い思いと、農業の面白さを多くの人に届けたいです。

ラジオの最後には、桑折町の未来についてお話ししていただいています。3月に発生した地震で、私もこのまま協力隊を続けていけるのか不安でした。被災された家の瓦や家財を片付けるお手伝いをさせてもらう中で、自分にできる事は何かを考え、少しでも前を向いてもらえるように、未来の話をすることにしました。これからは農業とラジオを通して、みんなの未来を発信します。

受入農家の声

後藤哲男さん

後継者不足の中、農業をやりたいと町に来てくれたのは、息子が一人増えてくれたらうれしいです。献上桃を受け継いでいくのも自分の役目だと思っているので、しっかり育てていきたいです。

今後の目標
まずは、農業の技術をしっかりと身に付けて、「献上桃の郷」に恥じない良い桃を作ることです。将来は、自分の農園で育てた桃を、東京やアジア地域にも販売したいと考えています。ラジオやSNSなどを活用して、桑折町の魅力を世界に発信していきたいです。

もものうラジオ

Instagram

行政と町の皆さんとのパイプ役を担う、行政連絡員。主に、町が発送する行政情報（広報紙など）を地区の皆さんに周知したり、町内会での意見の取りまとめなどを行っています。

今年度の新体制を紹介します。

※◎は今年度新任の方 ※敬称略

桑折地区

諏訪 半澤義憲
西町 齋藤茂憲
南 菅野義家
陣屋 熊坂典夫
本町 六戸興一
桑島 ◎氏家 尚
北町 佐藤 勲
東上町 熊本喜一
西上 ◎湊 芳朗
中区 ◎高橋透一
桑島西 ◎朽木由昭

桑折宿舎 **睦合地区** 工藤信悦
松原上 松原中 松原下 八木沼康明
牛沢 渡邊静雄
下成田 渡邊英直
上成田 ◎佐藤喜久
清水 ◎渡邊清美
下万正寺 ◎佐藤茂由
中屋敷 ◎佐藤芳吉
坂町 ◎佐藤佐重
平沢 ◎大内洋志
伊達崎地区 館沢 後藤益男
北沢 蓬田正英
前屋敷 ◎渡邊俊行
道林 亀岡春二
大畑 熊谷孔隆
中屋敷 石幡 隆
吉沼 朽木泰男
根岸 ◎綿貫利勝
上郡上代 ◎石幡正則
北郷 大槻貞明
中郷

南郷 下郡上代 ◎遠藤和則
下郡下 吾妻和彦
半田地区 内之馬場 佐藤一男
桐ヶ窪 半澤和輝
中北 ◎長尾吉松
田町 ◎安彦忠清
銀栗 武田敏朗
御免町 羽根田忠一
下半田 野村芳男
六丁目 津田健一
下高屋 阿部善一
久保八幡 登坂秀策
荒屋敷 ◎津田次男
追分 ◎半澤正保
坂下 太田光男

連合会役員体制

会長 佐藤久仁夫
副会長 工藤信悦
監事 渡邊静雄
委員 石幡 隆
齋藤茂憲
佐藤喜久
武田敏朗
羽根田忠一

万一の時に頼りになるのはご近所さんです
近ごろ町内会離れを心配する声が聞かれます。「隣に誰が住んでいるか分からない」ということはありませんか。

万が一、自分の身に何か起きた時、助けてくれるのは顔なじみのご近所さんです。地域の皆さんと互いに助け合い、支え合えば、いつまでも住み続けたい町になるはずですよ。

行政連絡員、令和4年度体制がスタート 町内会の結束力で住みよいまちづくりへ

総務省では、桑折町を担当する行政相談委員として、熊谷孔隆さんと網島洋一さんに委嘱しています。

行政相談とは、行政サービスに関する要望や意見などを受け付け、公正・中立な立場から、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に生かす仕組みです。

行政相談委員は、地域の皆さんの相談相手として、意見や要望を解決するために助言したり、関係機関に通知したりしています。

秘密は固く守られ、無料で相談できますので、相談事がある場合は、気軽に相談してください。

＝陣屋＝ 網島 洋一さん ☎582-2392
＝伊達崎中屋敷＝ 熊谷 孔隆さん ☎582-3552

行政相談委員へ 気軽に相談を



1_ 住民説明会 2_ くわ入れの儀を行う高橋町長

蚕糸跡地利活用 住民説明会・安全祈願祭

福島蚕糸跡地の利活用に関する住民説明会が4月11日、役場で行われました。町と株式会社いい、工事施工業者が合同で開き、利活用に至る経緯や複合施設の概要、工事の内容や日程について説明しました。

町民からは「これまでの流れを知ることができて良かった」との声が寄せられました。町では、今後も町民のみなさまへ説明の機会を設けていきます。

また、造成工事の起工式が4月21日、福島蚕糸跡地で行われました。式典には、(株)い、(社)福)松葉福祉会、高橋宣博町長をはじめとした町関係者が参列し、これらの安全な工事の施工と複合施設による地域活性化を祈願しました。

スーパーマーケット施設とアウトドア施設が来年の秋ごろにオープンし、認定こども園施設が令和6年4月に開園する予定です。

福島県沖地震の被災者へ 町と社協から災害見舞金

高橋町長と町社会福祉協議会の熊谷孔隆会長は4月1日、福島県沖地震(3月16日発生)の被害を受けた伊達崎地区の2世帯の方々を訪問し、災害見舞金を贈りました。

改めて住宅の被災状況を直接見て回った高橋町長は「早急に被害実態を

把握し、国や県と連携して被災者支援へ取り組みたい」と話しました。

被災した後藤益男さんは「みんなどうしたらいいか悩んでいる。役場で相談に乗っていただけたらありがたい」と話しました。



▶高橋町長から災害見舞金を受け取る後藤益男さん(写真右)

桃源郷にさらなる活気を 「ピーチリパーク157」開園

阿武隈川とこおり桃源郷周辺のにぎわい創出・地域活性化のため、桑折町阿武隈川多目的親水公園「ピーチリパーク157」が4月9日に開園しました。

透き通った青空のもと、開放的な遊歩道から望む半田山や、あたり一

面を埋めつくすピンク色の桃の花、川のせせらぎに揺れる菜の花など、この時期にしか見られない春一色の景色が、訪れた人たちを楽しませました。カヌーやサイクリング、バーベキューなどが、これからの季節も楽しめ方が満載です。

醸 桑折ライオンズクラブ寄付贈呈 中学生に新しい本をプレゼント

桑折ライオンズクラブは3月3日、醸芳中学校図書室に設置してあるライオンズ文庫の新しい図書の購入費用として、目録を贈呈しました。

地域の子どもたちの知見向上を目的としたこの事業は、今回で7年目。当日は、中学校の図書室で、高橋幸子会長から図書委員長の佐藤遙さんへ目録が贈られました。佐藤さんは「全校生にもっと図書室に来てほしい。どんどん新しいジャンルの本に触れていきたい」と話しました。



▲高橋会長から目録が手渡され「新しいジャンルの本が増えてうれしい」と話す佐藤さん



▲交通安全を呼びかけるため、町内へ一斉に出動する警察車両

み 春の全国交通安全運動出動式 みんなで守ろう交通ルール

春の全国交通安全運動出動式が4月5日、役場庁舎前「集いのひろば」で開かれました。町交通安全対策協議会や桑折地区交通安全協会をはじめ、町の安全を守るさまざまな団体が一堂に会し、交通安全を呼びかけました。

式では、伊達崎小学校「家庭の交通安全推進員」らが交通安全広報音源を紹介した後、町交通安全対策協議会から新入学児童ヘランドセルカバーが贈られました。閉会后、福島北警察署桑折分庁舎所属の白バイやパトカーが一斉に出動し、町内で交通安全を呼びかけました。

火 町消防団夜警活動 の用心、女性消防団員も呼びかけ

町消防団では、3月15日から5月2日の間、町内各所で夜警活動を行っています。3月25日、4月13日、15日には、女性消防団員が夕方から夜にかけて、広報車で町内パトロールを実施。台所で火を使う時間帯に合わせて、「空気が乾燥し、火災が起きやすくなっています。火の取り扱いには十分注意しましょう」と呼びかけました。

町消防団では、随時団員を募集しています。町の安全を守り、安心して暮らせる生活のためには、消防団員の力が必要です。興味のある人は、生活環境課 危機管理係（☎582-2123）まで。



▲「住宅防火の意識を高めてもらいたい」と火災予防を呼びかける女性消防団



▲フルーツを手渡すリトルオリーブこども基金のスタッフ（写真右）

子 リトルオリーブこども基金被災地訪問 子どもたちを笑顔に

被災地の子どもたちへ支援を行っている「リトルオリーブこども基金」のスタッフが3月26日、児童館を訪れ、子どもたちと交流を行いました。

3月に発生した福島県沖地震で被害にあった伊達崎小学校に通う児童が、被害の状況を話し、お見舞いとしていちごやキウイ、パイナップルなどのフルーツやおもちゃをいただきました。子どもたちは、たくさんのプレゼントに大喜び。スタッフに「ありがとうございます」と感謝の言葉を伝えました。



幼稚園入園・小中学校入学式 新たな場所で新たな道を

町内の小中学校の入学式が4月6日に行われました。小学校で84人、中学校で82人の児童生徒が、期待を胸に新たな学校生活をスタートさせました。

伊達崎小学校では、式が終わると、担任の先生から新しい通学帽子や教科書などが手渡され、新入生はうれしそうに目を輝かせていました。

醸芳中学校では、厳肅な雰囲気の中、式が行われました。石綿厚校長は「人生の中で一

番成長する時期。未来の自分を信じて頑張ってください」と歓迎しました。新入生を代表して浅野妃南さんが「何事にもあきらめず、積極的に行動していきたい」と、力強く誓いの言葉を述べました。

また、4月8日には、醸芳幼稚園の入園式が行われ、63人の園児が新しい制服に身を包みました。先生からの呼名に対し、「はいっ」とマスク越しに元気な声を響かせました。

1_ 誓いの言葉を述べる浅野さん（中学校） 2_ 新しい制服に身を包み校舎へと向かう（中学校） 3_ 緊張した面持ちの新入生（伊達崎小） 4_ ピカピカの通学帽うれしいな（伊達崎小） 5_ 先生の動きに合わせて手遊び（幼稚園）

教職員離任・着任 小中学校の新体制がスタート

令和4年度の教職員の人事は次の通りです。

醸芳小学校		睦合小学校		伊達崎小学校		半田醸芳小学校	
（退職）	校長 高野孝男	（着任）	教諭 高橋 崇	（退職）	校長 大木 修	（着任）	教諭 新藤律子
（離任）	教諭 小出 徹	（着任）	教諭 白井かなえ	（退職）	校長 佐藤浩哉	（着任）	教諭 奥山 涼
（着任）	校長 遠藤和宏	（着任）	校長 大橋久美子	（退職）	教諭 宮澤明子	（着任）	校長 五十嵐洋之
（着任）	教諭 佐藤浩子	（着任）	教諭 二瓶優子	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美
（着任）	教諭 西 晟生	（着任）	教諭 西 晟生	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美
（着任）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美
（着任）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美



▶着任者代表者あいさつを述べる五十嵐半田醸芳小学校校長

醸芳中学校		睦合小学校		伊達崎小学校		半田醸芳小学校	
（退職）	教諭 星 徹郎	（着任）	主任主査 柳沼恵子	（退職）	校長 大木 修	（着任）	教諭 新藤律子
（離任）	主任主査 柳沼恵子	（着任）	主任主査 柳沼恵子	（退職）	校長 佐藤浩哉	（着任）	教諭 奥山 涼
（着任）	教諭 天沼啓太	（着任）	教諭 伊藤由美子	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美
（着任）	主任主査 朽木千春	（着任）	主任主査 朽木千春	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美
（着任）	※敬称略	（着任）	※敬称略	（退職）	校長 五十嵐真由美	（着任）	校長 五十嵐真由美



心も身体も元気に

無理なく簡単に、そして仲間と共に楽しくできる「いきいき百歳体操」。簡単な動きですが、自分に合ったおもりをつけることで、心地良い汗が流れます。若い人や運動の苦手な人にもおすすめです。

いきいき百歳体操ってなに？

町では、シニア世代が心も体も健康でいきいきと過ごせるように、平成29年に介護予防事業のひとつとして「桑折町いきいき百歳体操」を立ち上げました。

これは、高知県のいきいき百歳体操をモデルにしたもので、約40分間のDVDを観ながら、手首と足首におもり（重さは自分で調節可能）を着け、音楽に合わせてゆっくり動く体操です。持久力運動・筋力運動・バランス運動・ストレッチなど、さまざまな種類の動きを組み合わせた内容で、椅子から立ち上がることができれば、誰でも簡単・安全に始めることができます。

どんな効果が期待できるの？

いきいき百歳体操は、手首や足首におもりを付けながらゆっくり体を動かすことで、筋力アップが期待できます。参加者からは「立ち上がりやすくなった」「歩くのが楽になった」という声が寄せられています。体操を2年間続けてきた人の中には、体力測定で握力1・6kgの増加や、片足立ち6・6秒の増加といった結果が出た人もいます。その他、腰痛や関節痛の改善、骨粗しょう症や認知症の予防にも効果があると言われています。また、地域の皆さんと一緒に活動するため、地域交流の場として活用されています。

どうやって始めたらいいの？

2つの方法があります。

- ① 既存のグループに参加する
 - ② 仲間と一緒に新たなグループを立ち上げる（5人以上）
- 興味のある人は、健康福祉課（☎582-1133）までご相談ください。

活動グループを立ち上げたい

人数（5人以上）と場所、連絡役を決め、健康福祉課にご連絡ください。準備品や運営方法などのアドバイスのほか、体操で使用するおもりやテレビも一

定期間貸出可能ですので、気軽にご相談ください。立ち上げから約2か月間は、職員が体操やDVDの操作を一緒に行うので、安心して始められます。

5種

DVD貸出中！

- ① 笑いヨガで超健康になる！
- ② こおりヘルスアップトレーニング
- ③ 桑折町いきいき百歳体操
- ④ ラジオ体操第1、第2 みんなの体操
- ⑤ 3分で効くラジオ体操

問い合わせ
健康福祉課 ☎ 582-1133

01

準備体操

※⑤⑥股関節手術をした人は控えましょう

- ① 両腕を上げ 深呼吸（2回）
- ② 肩と脇腹 伸ばし
- ③ 両手を軽く握り 腕を肩の高さまで上げ 左右にねじる
- ④ 首を回す
- ⑤ 手足を左右 交互に振りながら 足踏み
- ⑥ 膝をかかえ 胸に引き 寄せる
- ⑦ 膝を伸ばし つま先を 自分に向ける

02

筋力運動

※両腕両足に おもり付ける

- ① 両腕を前に 上げて 下げる
- ② 両腕を横に 上げて 下げる
- ③ 片腕ずつ 曲げて下ろす
- ④ 立つ・座る（ゆっくり）
- ⑤ 膝を伸ばし つま先を 自分に向ける
- ⑥ 椅子の背もたれをつかみ 片足ずつ後ろに 上げる
- ⑦ 片足ずつ 横に上げる

03

整理体操

- ① 手を組み 頭上に伸ばす
- ② 腕を前方に伸ばし 指先を下に向け 引く
- ③ 椅子の背もたれをつかみ 腰を曲げる
- ④ 椅子の背もたれをつかみ 片足ずつ後方に伸ばし 前足は軽く曲げる
- ⑤ 首を回す

voice



サロンで体験したのをきっかけに始めました。体操を始めてから、伸ばしにくかった肘がだいぶ伸びるようになりました。最初は重く感じていた重りも最近では、もう少し増やしてみようかと思えるくらいです。自宅でも湯澤伸一さん・友子さん 妻と一緒にやっています。この体操は続けることが肝心ですが、自分たちが続けられるのも、サポートして下さる町内会長さんや仲間がいるからです。体操を始めてから体が動くようになってきたので、これからは「いきいき百歳体操」を続けながら、他の体操にも挑戦していきたいです。

voice



「年をとっても筋肉はつく」と聞いて、そんな時に知人に誘われたので始めてみました。体操を始めたころは膝が痛くて、正座をすることが出来ませんでした。最近では膝の痛みも良くなり正座ができるようになりました。ゆっくりと体を動かす運動なので、無理なく取り組めて良いです。体操に参加することで、皆さんの顔を見たりお話ししたりできることも楽しいです。1人で同じように続けることはなかなか難しいですが、みんなでやるからこそ続けられています。体操を継続することと、仲間を増やすことが今後の目標です。



町では現在、約300人（21グループ）が「いきいき百歳体操」に参加しています。中にはグループを掛け持ちしている人もいて、皆さん積極的に活動しています。おもりは200g～2kgまで調節でき、おもりを増やすことによって筋トレのように運動できるため、物足りなさを感じる男性や若い人にもおすすめです。皆さんが集ま

る機会を利用して、体操の他にも熱中症予防・ベジチェック・認知症予防などの健康教育を併せて実施し、とても好評です。参加する毎に健康ポイントがもらえ、貯まると地元産品や健康グッズと交換できます。

新しいグループを立ち上げたいなど、興味のある人は健康福祉課までご連絡ください。



健康福祉課 健康増進係
保健師 菅野 綾

5/6	FRI	広報5月号、お知らせ版	★◆
7	SAT	桑折学習塾（小学：醸芳小）	
8	SUN	◎井上内科クリニック ☎581-2202	
9	MON		♡
10	TUE	4か月児（R3年12月生）・7か月児健診（R3年9月生）、健康相談日	
11	WED		★
12	THU	楽天イーグルス「献上桃の郷桑折町デー」	
13	FRI		★◆✂
14	SAT	小学校運動会（醸芳小・睦合小・半田小）	
15	SUN	◎おの整形外科クリニック ☎527-1055	
16	MON	ホールボディカウンタ測定日	♡
17	TUE	1歳6か月児健診（R2年9月生・10月生）	
18	WED	お知らせ版 成人講座「ニュースポーツ体験」	★
19	THU		♡
20	FRI		★◆✂
21	SAT	桑折学習塾（小学：睦合小）	
22	SUN	半田山山開き ◎小野寺整形外科医院 ☎575-2001	
23	MON		♡
24	TUE	すくすくカフェ「ママトーク」	
25	WED	成人講座「悪徳商法・特許詐欺対策講座」	★
26	THU		♡
27	FRI	教育委員会定例会	◆
28	SAT		
29	SUN	マイナンバーカード休日窓口（予約制）、成人講座「メダカの飼育講座」、青空ヨガ 掛田中央内科 ☎586-1315 ✂	
30	MON		♡
31	TUE		✂
6/1	WED	広報6月号、お知らせ版	★
2	THU		♡
3	FRI	成人講座「カラダは食べ物からできている」	★◆
●イコーゼ ●やすらぎ園 ◎休日当番医			
◆母子手帳交付・すくすくの日			
【子育て支援センター】：イコーゼ 10:00～11:30			
♡ベビールーム（1か月～1歳5か月ごろのおさんと保護者）			
★キッズひろば（1歳6か月ごろ～就園前のおさんと保護者）			
▶「すくすく」（☎582-6045）へ事前に予約してください。			
✂集団接種日（ファイザー） ✂集団接種日（モデルナ）			

管理栄養士のおすすめレシピ ツナとアスパラの ふわふわ炒め

塩分
1.1g



■材料（4人分）
ツナ缶 …… 1缶（80g）
グリーンアスパラ …… 8本
卵 …… 2個
スキムミルク …… 大さじ4
牛乳 …… 50ml
塩 …… 少々
こしょう …… 少々
サラダ油 …… 大さじ1

【1食分の栄養価】 エネルギー 151kcal / たんぱく質 9.5g / 脂質 10.1g / カルシウム 98mg / 鉄 0.6mg / 塩分 1.1g

■作り方

- ①ツナ缶は油をきっておく。グリーンアスパラガスは根元を切り落とし4～5cmの斜め切りにする。
- ②卵は割りほぐして、スキムミルク、牛乳、塩、こしょうを加え、泡立て器で混ぜる。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、②の卵を炒めて一度取り出す。
- ④③のフライパンでツナとグリーンアスパラガスを炒め、火が通ったら卵を戻してひと混ぜして出来上がり。

voice / おすすめポイント



スキムミルクと牛乳を加えることにより、カルシウムもアップし、ふわふわに仕上がります。卵の黄色とアスパラの緑色がきれいで、食欲をそそります。

岡崎恵子さん、咲来ちゃん

check こおり健康ポイント事業

健診や測定会に参加すると、ポイントがもらえます。50ポイント貯めて、地元産品などと交換しましょう。

地元産品の他に健康グッズも用意しています。



「カロリー茶碗」

茶碗内側に、ご飯量 100g（約 160kcal）と 150g（約 250kcal）に目安ラインが入っています。計量器を使わずに、簡単にカロリー計算ができますので、毎日の健康づくりにお役立てください。



乳幼児期は、食生活の基礎ができる大事な時期です。乳児期は母乳やミルクを飲んで過ごしますが、5～6か月ころから離乳食が始まります。今回は、食事に関する悩みにお答えします。

NEWS こんな時 どうしたらいい？ 離乳食のQ & A



Q1「ばっかり食べ」は栄養が偏る？

ある一品だけを食べ続ける「ばっかり食べ」は、子どもがおいしいものを発見した証拠。幼稚園に入るころになると、バランスよく食べられるようになるでしょう。

Q2「イヤイヤ期の食べさせ方は？」

イヤイヤ期は、自分の思いを主張できるようになった成長の証。親にしてもらっていたことを、自分で試してみたいけど、上手くいかずに困っているだけ。正しい食事の仕方を、優しく、無理せず教えていきましょう。

Q3「遊び食べ」はどうしたら？

「食事中に何度も立ち、遊んではまた食べる」という話をよく聞きますが、その行動を認めると、「食事は遊びながらするもの」と覚えてしまいます。そんな時は、①食事前に「食べ終わってから椅子から降りてね」と、優しく教えましょう。

②椅子から降りてきた時は、1度は受け入れ、2度目は、「終わろうね」と淡々と伝え、片付けましょう。

Q4「ベビーフードは手抜き？」

ベビーフードを使うことで、保護者にゆとりができた、子どもと向き合う時間が増えたりといった利点もあります。

家族みんなで楽しい食事を

初めての育児は、きちんと育てたい思いで、厳しくしつけをする場合がありますが、子どもにとっても、初めての事ばかりで不安なのです。3歳になるころまでは、十分に子どもの行動を受容してあげましょう。自分は愛されていると感じ、安心して話を聞けるようになっていきます。楽しい雰囲気、少しずつ上手に食べられるように、進めていきましょう。

point

乳幼児期の食事に大切な3つのこと

「食事は楽しい」を経験させよう

食事は体だけではなく心も育みます。おいしさを共感し合うことで、「もっと食べたい」という意欲を高めるとともに、コミュニケーション能力も育まれます。

ルーティンをつくろう

食事の前に、片付け、手を洗う、エプロンをつける、椅子に座る、「いただきます」のあいさつをするなど、ルーティンを決めて習慣づけましょう。

一緒に食べて笑顔で声かけ

生後9か月以降は、大人の料理の味を薄めたり、つぶしたりなど、一緒に食べる機会が増えます。みんなで「おいしいね」などの言葉をかけながら食事をしましょう。

図書だより

図遊学館「よも〜よ」 ☎582-5388

／ 今月のおすすめ ／

➤ SDGsを深めよう



■海をあげる
上間陽子：著（筑摩書房）

おびやかされる、沖縄での美しく優しい生活。幼い娘を抱えながら、理不尽な暴力に直面してなお、その目の光を失わない著者の姿は、連載中から大きな反響を呼んだ。どうして目の前の日々が、ここまで政治とつながらないのか。身体に残った言葉を聞きとるようにして書かれた、初めてのエッセイ集。本屋大賞2021年ノンフィクション本大賞受賞作品。

■聞かせて、おじいちゃん
原爆の語り部・
森政忠雄さんの決意
横田明子：著 山田朗：監修
（国土社）

話したくない。あんなにおそろしくてつらいことは、早くわすれてしまいたい。だれにも語れず、決して消えずにくすぶり続ける原爆の思い出。ところが、自由研究にするから原爆の話をしてほしいと孫が言い出した。かわいい5年生の孫のお願いにとまどいながら、ソファに深くすわったおじいちゃん、たんたんと語り始めた…。

掲示板

図教育文化課 ☎582-2403

～中央公民館の一般講座～
参加者募集！

6月3日 金

**カラダは食べ物からできている
元気な人生100年のためのヒント**

講師：株明治食育セミナー講師

健康寿命を延ばすために、今からできることは何でしょうか？元気な人生100年のカギとなる「栄養・運動・口腔ケア」を実例と体験を交え考えます。

6月15日 火

私と家族の「そうぞく」

講師：明治安田生命保険互助会社
専任講師

人生の最終盤に待っている「相続」が「争族」にならないための準備を始めましょう。「相続のキホン」の解説に始まり、「生前贈与」「円満な遺産分割」「遺言」など、改めて聞いておきたい内容です。

2講座とも

■会場 イコーゼ
多目的スタジオ
■時間 10:00～11:30
■申し込み 中央公民館
（イコーゼ内）
☎582-3129

マルベリーこおり

図マルベリーこおり事務局 ☎582-3129

脳トレ×運動で認知症予防！
ライフキネティック教室

いつまでも日常生活を明るく過ごせるよう、脳に新しい刺激を与えて、健康な脳と身体を目指しましょう！

■活動日 5月10日（火曜日）
以降、毎週火曜日

■時間 10:00～11:30

■場所 町民体育館

■参加料 各回 会員100円
未会員200円

■講師 ライフキネティック
日本支部公認マスター
トレーナー大内克泰先生

トレッキング

第1弾 半田山山開き（863m）

※参加者には別途行程表をお送りします。

■日程 5月22日（日曜日）

■定員 15人

■参加料 無料



モルック&ボッチャ体験

■日時 5月21日（土曜日）
10:00～11:30

■場所 ふれあい公園

■参加料 無料

※雨天時は屋内でボッチャをします。



1_歌に合わせてみんなでダンス 2_親子で楽しく触れ合う時間

INVITING COMMUNITY
ZONE FOR EVERYONE

生涯学習だより

りゅうぞうお兄さんと遊んだよ

福田りゅうぞう親子コンサート

福田りゅうぞう親子コンサートが3月26日、イコーゼで行われました。

子ども向け体操に遊びを取り入れた「あそびダンス作家」として活躍している福田りゅうぞうさんを迎え、親子46人が参加しました。動画再生回数400万回を超えるほど人気の「へそベリーちゃん」を踊ったり、音楽に合わせて体を動かしたり、りゅうぞうお兄さんの歌を聞いたりと内容盛りだくさん。絵本のパネルシアターも行われ、親子で楽しくふれあう有意義な時間となりました。参加者からは「歌もダンスも楽しかった」「親子で体を動かす良い機会だった」などの声が聞かれました。



半田山登山記を読む 250年前の紀行文

一般成人講座「250年前の半田山登山記を読む」（全3回）の第1回が4月14日、イコーゼで行われました。白雲館研究員の小野剛さんを講師に招き、6人が参加しました。

桑折町史第4巻に掲載されている「遊盤陀山記」は、江戸時代の1770年に半田山へ登った記録が漢文で書かれています。この文や豊富な資料をもとに、現在の位置関係や景色を解説。参加者からも「温泉通り」や川などの現在の様子との変化について話題が出るなど盛り上がりしました。

第2回は5月12日、第3回は6月16日に行われる予定です。



災害復旧・保存修理 旧伊達郡役所災害復旧工事

町のシンボル、国指定重要文化財「旧伊達郡役所」は、令和3年2月と、4年3月の2度にわたる福島県沖地震で被害を受けました。被災箇所は基礎石や内部漆喰壁、建物の木組みなどで、昨年11月から、国の支援を受けながら復旧工事の準備をしてきました。今回は、地震による災害復旧と、経年劣化した外壁塗装の塗り直しなどの保存修理を行います。工事期間は4月から11月を予定しています。

工事期間中は、安全確保のため、旧伊達郡役所と種徳美術館を含む文化記念館敷地内へ入ることができません。また、郡役所の周辺に足場を設置するので、外観見学もできなくなりますので、ご理解、ご協力をお願いします。なお、工事期間中に現場見学会（詳細は、決定次第、お知らせします）なども予定しています。大変ご不便をかけますが、旧伊達郡役所が美しくよみがえるまで、楽しみにお待ちください。



まちのお知らせ Town information.

町職員が職場や町内会館、自宅などを訪問し、マイナンバーカードの申請をサポート！



マイナンバーカードで暮らしを便利に

マイナンバーカード出張申請受付

対 象 企業・団体・家族・友人同士など
(人数制限はありません)

日 時 平日 9:00 ~ 12:00
13:00 ~ 16:30

お 願 い 会場手配や申請者取りまとめ、申請書配布、広報周知は、申請者において対応願います。

問い合わせ
税務住民課 住民国保係
☎ 582-2114

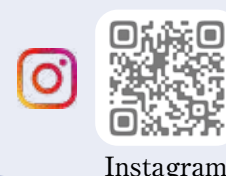
町の情報をもっと身近に KOORI OFFICIAL SNS



Facebook



Twitter



Instagram



YouTube

こおりスマイル You have a good smile.



いつもありがとう！

田中愛さん・暖乃ちゃん
井浦ちかさん



新級おめでとう！笑顔でがんばれ！ ママより♡

遠藤叶笑ちゃん
笑瑠ちゃん



すくすく育ってね！
ママより♡

浦野琴欄ちゃん
ことねちゃん

町民の皆さんの笑顔の写真を募集します。年齢は問わず、赤ちゃんから大人の方まで大歓迎！

①最近撮影した写真 ②氏名（ふりがな）・性別 ③メッセージ（20字程度・〇〇より）を記入し応募してください。【応募先】総合政策課 ☐seisaku@town.koori.fukushima.jp または右記QRコードから送信。



だてかベジフル
春の苗祭り

春の野菜苗が入荷します

接なす苗/接きゅうり苗/桃太郎トマト苗/ミニトマト苗/ピーマン苗/小玉スイカ苗/辛ナンバン苗など

◎その他、いちご/バナナ/各種野菜も入荷中！

※天候の関係で商品の入荷が遅れる場合があります。品切れの際はご了承ください。

営業時間 9:00 ~ 16:30 (季節により異なります) 問い合わせ 伊達果実農業協同組合「だてかベジフル」☎ 024-582-4560

調理スタッフ募集！

職種	調理師 (パート) ※調理師免許必須	調理員 (パート)
仕事内容	調理・盛付・仕込みなど	盛付・洗浄・仕込みなど
時給	1,000 ~ 1,200円 (試用期間: 950 ~ 1,150円)	870 ~ 1,000円 (試用期間: 850 ~ 980円)
勤務時間	5:00 ~ 14:00/10:00 ~ 19:00 (実働8h)	5:00 ~ 11:30/9:00 ~ 15:30/12:30 ~ 19:00 (実働6h)
就労日数	週4日 ~ 5日 (休日シフト制)	週3日 ~ 可能 (休日シフト制)
待遇	社会保険完備 (法定による) / 制服貸与 / 交通費規定支給 / 車・バイク・自転車通勤	

受付連絡先 グリーンハウスグループ (株) グリーンヘルスケアサービス ☎ 0120-810-300 お気軽にお電話ください。

特別養護老人ホーム「あつかし荘」(北半田一本木前5-2)
充実した職場環境で、あなたの力を生かしてみませんか？

安心な塗装工事をするために
屋根・外壁 無料・要予約 塗り替え勉強会

専門家の解説によるセミナー内容
▲施工トラブル防止のための正しい塗装知識
▲住まいの劣化状況にあわせた塗料選びのポイント
▲優良業者の見分け方

日時 2022年 5/13(金)・14(土)・20(金)
各部 5組まで 21(土)・27(金)・28(土)

午前部 10:00 ~ 11:30 (受付 9:45 ~)
午後部 14:00 ~ 15:30 (受付 13:45 ~)

会場 プロタイムズ福島店 ショールーム

塗装で失敗したくない方ぜひご参加ください！
業者に見積を取る前の「外壁塗装の教科書」
一般社団法人 市民講座運営委員会発行・非売品
プレゼント!!
しつこい営業など一切ありませんのでご安心を

屋根・外壁塗装専門店
プロタイムズ 福島店
〒960-0231 福島県福島市飯坂町平野宇東石堂12-1
営業時間 9:00 ~ 18:00
申込フォーム お申込みは ☎ 0120-001-282
プロタイムズ福島店 福島県知事許可(般-2)第3429号
株式会社 郡山塗装 福島支店

Group Home clover 認知症対応型 共同生活介護 グループホーム クローバー

業務拡大につき **スタッフ募集中！**

【入居相談受付中！】
http://www.clover-kaigo.com/

グループホームクローバー こおり
〒969-1651 福島県伊達郡桑折町大字万正寺字井天水12
tel 024-529-7890 介護事業者番号 0792000010

品格ある青少年育成に努めています
公益社団法人日本空手協会福島支部

桑折青雲館 空手道場

入会年齢：小学3年生以下募集 【師範 松原 英男】

谷地字北道合3-10 TEL 024-582-6705、090-2275-6485

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

桑折町は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

こおり暮らし

花を植え始めて5年。

道行く人に、

たくさんの笑顔を――

鈴木 芳晴さん（睦合）
よしはる



SUZUKII
YOSHIHARU

植えられた花たちの特徴や、より美しく見えるような植え方などを
楽しそうに話す鈴木さん。



睦合地下歩道の目の前に並ぶ、色とりどりの花を、たった一人で手入れする鈴木芳晴さん。

約5年前、この場所は、カヤヤスキで埋め尽くされていました。近所に住む鈴木さんは、「なんとかきれいにしなくてはならない」と、雑草を抜き、土を入れ替え、これまでたくさんの花を植えて続けました。今では、スイセンやシバザクラ、グラジオラス、ハナミズキ、紅しだれ桜など、およそ13種類の花が、沿道を彩るほどになりました。

植える花は、毎年花を咲かせる宿根草の中から、この辺りでは珍しい種類のものを選んで植えるそう。「草むしりが一番大変だけど、『きれいだね。ありがとう。がんばってね』と道行く人に言われると本当にうれしい」と笑う鈴木さん。

今は、春と秋に咲く花を中心に植えられています。「今後は、4月から12月まで、ずっと花が咲いている状態にして、いつでもはなやかに彩られている場所にしていきたい」と見事に育った花たちを優しく愛でていました。

【編集後記】

▷4月から、広報を担当することになりました総合政策課の大越です。これまで、町民の皆さんの大きな支えのもとで作り上げてきた広報を、しっかりと受け継ぎ、



町の「今」と「これから」を分かりやすく、明るく伝えていきますので、引き続きご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

◆人口（前月比）4月1日付

人口	計	11,320人	(-53)
※住民基本台帳/外国人含む	男	5,470人	(-22)
	女	5,850人	(-31)
世帯数		4,589世帯	(-12)
転入など	49人	出生	10人
転出	89人	死亡	23人

◆今月の納税

- ・軽自動車税（全期）
- ・自動車税（全期）
- ・西根堰土地改良区費（前期）

期限 **5月31日** 必

◆住民票・戸籍・印鑑・税証明交付/印鑑登録/マイナンバーカード交付など窓口延長（毎週木曜日、午後7時まで。祝日除く。）

※当日午後5時までに税務住民課（☎582-2114）へ要予約。