



広報

# こおり

# 12

Dec.2020  
vol.612

あなたの身近で——



## 特集 つなぐ。

風評被害で言われた、「福島食材なんて——」。  
ただでさえ、高齢化や後継者不足に悩む農業従事者。  
「もうやめっぺ」、震災を機に農業を諦めてしまう姿  
もありました。そんな中、「ふるさとを守りたい」  
と耕作放棄地の再生利用に向けて、そばを作り始め  
た熱い男たちがいました。震災からまもなく10年。  
そばが生んだつながりとは——。



献上桃の郷。  
**桑折町**  
こおりまち



半田銀山そばの会

(前列左から) 宍戸興一さん、氏家浩会長、片平滋事務局長 (後列左から) 野地実さん、渡邊育さん、小野幸男さん、阿部豊さん



元々は金色の稲穂が輝いていた田んぼ。高さ約2メートルの雑草が生い茂り、荒れ果てた姿に

昭和45年醸芳中学校男子バレー部。部活で培った郷土愛がそば栽培の原点に



耕作放棄地の増加、風評被害——

「オレらで何とかするべ」

第2の青春が始まった

高齢化、後継者問題、耕作放棄地、そして、風評被害。農業従事者の心も、町並みも、荒れていきます。「ふるさとが廃れるのは悲しい、そばで町を元気にしよう」と「半田銀山そばの会」が立ち上がりました。

誕生のきっかけは地域への愛情

「この笑顔を見てると、ああ、やつて良かったって思うよね」。お客さんがおいしそうにそばをすすむ姿を見て、しみじみと目を細める「半田銀山そばの会」の皆さん。東日本大震災による風評被害や農産物のイメージ低下を打開し、地域を元気にするため、町内の耕作放棄地を活用したそば栽培とそば打ちの実践を行っています。

た原発事故の風評被害。「せっかくがらんばってきたのに、もうやめっぺ」。生産者の心も町並みも荒れ、耕作放棄地が増える中、発起人の氏家浩さんが「このまま放っておいたら、のどかで自然豊かな大好きなふるさとの景色が失われてしまう。花も実も楽しめるそばを育てて、町おこしをしよう」と青春時代を共にした元醸芳中学校男子バレー部仲間と声をかけました。当時、県北大会で優勝し、県ベスト8まで上り詰めた強豪世代。卒業後も、社会人チーム「シーブレイジ（ひつじ年の男たち）」としてバレーを続け、家族ぐるみで交流を深めてきました。「氏家

くん頼みなら、もちろん」と二つ返事で仲間も賛成。さらに、氏家さんの熱い思いに共感した住民も加わり、平成24年1月に協議会を設立。現在はメンバー約50人で活動しています。「会を立ち上げたはいけれど、実は専業農家は誰もいなくて。はじめは苦労したよ」と振り返る氏家さん。「まさか定年を過ぎてから、大型特殊の免許を取ったり、トラクターを買ったりするなんて思わなかった」と事務局長の片平滋さんも笑います。そば栽培のいろはを学ぶため、岩手県や会津地方など、県内外からそば栽培の専門家を招き、学習会を繰り返しました。「被

災地同士、共に頑張ろう」と駆けつけてくれることが何よりの励みに。会員の原動力となりました。

現在は、半田地区の山間部や伊達崎地区の果樹園跡地を中心に、町内計8軒の農地を所有。作付け面積が増えて忙しくなっても、気心知れた抜群のチームワークで補います。平均年齢65歳、みんな高齢ですが、農機具を使いこなす人やそば打ちを極める人、イベントの段取りをする人、ホームページで活動の様子を情報発信する人など、一人一人の得意分野を生かして活動しています。校庭のバレーコートからそば畑へ。活動場所は違えど、まさに第2の青春時代、真つ盛りです。

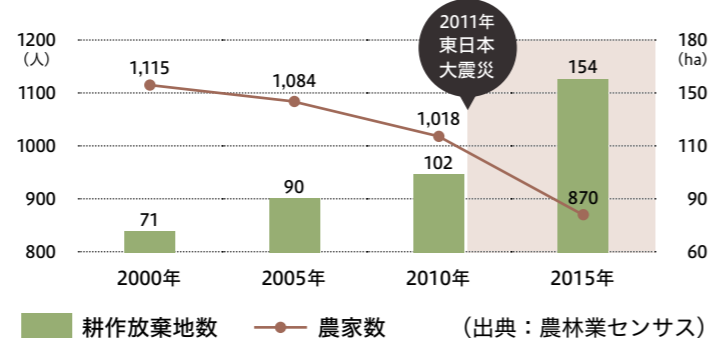


耕作放棄地がそばでよみがえる

根岸 宍戸 輝夫さん

実家が桃とイチゴの専業農家で、父の引退後、長男として土地を継ぎました。周りの生産者がきれいに畑を手入れする中、うちの区間だけ雑草が生え、景観を損ねてしまうと申し訳なく感じていました。そんな矢先、PTAのつながりで付き合いがあった片平さんから声をかけてもらい、土地を提供することに。まさに渡りに船でした。そばの会は、単に農地を貸して終わりではなく、農地提供者もできる範囲で栽培に携わる仕組みになっています。「自分も『半田銀山そば』を作る生産者の一人だ」という当事者意識が生まれ、さらに郷土愛が増します。全国的に高齢化や後継者不足などの影響から、農家数の減少や耕作放棄地の増加が叫ばれていますが、新しい農業の形として、そばの会のような取り組みも広まっていけばいいと思います。

桑折町の農地の利用状況



「耕作放棄地」とは、以前耕作したことがあるが、調査期日1年以上作物を栽培せず、この数年の間に再び耕作する意思のない土地。

「福島産なんて要らない」突如変わった世の中。農業従事者を追い詰める出来事に (福島民友朝刊 2011年3月24日、2012年6月15日付け)





1\_ 飯館村のコンバインのおかげで、短時間で広大なそば畑の収穫が可能に 2\_ 手作業で畑に生えたツルを取り除きます



飯館村前田明神  
そば生産組合  
佐藤 忠義さん

震災がつかないだ縁——

「困った時はお互いさま」

仮設住宅での出会いが

未来を拓いた

「もっと畑を増やしたい」、募る思いはあれど、体力の限界。そんな中、飯館村の生産者が作業を手伝ってくれることに。「同じ県民同士、がんばっぺ」、心強い一言に救われました——。

思わぬ出会いが希望の光に

「うちの畑も頼むよ」。活動を知った町民から、続々とうれしい依頼が舞い込むようになりました。しかし、要望に応えたくても、そば栽培に必要な機械がありません。手作業でやるにも、時間と体力が追いつかない状況——。そんな時、片平さんが仕事で訪れた伊達市内の仮設住宅で、飯館村から避難していた佐藤忠義さんと出会いました。偶然にも、佐藤さんはそば農家。「困った時はお互いさまだよ」と救い

の手が。その後、とんとん拍子で話が進み、収穫に使うコンバインや人手を貸してもらえることになりました。佐藤さんは「当時、飯館村は『計画的避難区域』に。放射線量も高く、いつ村に帰れるんだろうと途方に暮れる中、片平さんからの声掛けに、『また農業ができる』とうれしくなった。農作業をしている時間が一番幸せ。この地域に住むことができたお礼、せめてもの恩返しになればと思っ、すぐに引き受けた」とほほ笑みます。平成29年3月、晴れて飯館村に戻ることになった佐藤さん。しかし、その後この縁は途絶えません。毎年収穫期になると、大型トラックにコンバインを積み、片道1時間かけて桑折町へ手伝いに駆けつけます。震災がつかないだ奇跡の出会い。未曾有の事態、どんな苦難な状況でも諦めなかつた二人を希望の光が過ぎました。

地域に愛される存在に

そば栽培を通じて、ふるさとの食文化を学んでもらおうと、昨年から半田醸芳小学校の6年生を対象に、種まきや収穫、そば打ちなどの一連の作業を体験する特別授業が始まりました。

雲一つない青空が広がる8月21日、校舎から南に250m坂を下りたところにある学校畑で、種まきが行われました。「おいしくなれ」と願いを込

めて、種が分散するよう、大空へ種を放ちます。記録的猛暑となった夏休み期間も、地元の住民が協力して水やりをしたおかげで、そばはぐんぐん成長。秋の山霧が立ち込める10月20日、待ちに待ったそば収穫の日。子どもたちの腰の位置まで伸びたそばを手作業で丁寧に刈り取り、昭和43年製造の貴重な電動脱穀機を使って、その場で脱穀しました。3日間かけてじっくりとそばの実を自然乾燥させた後、会員が持ち寄った自慢の電動とうみや電動いしぬき、電動磨き機、電動製粉機を使って仕上げ作業を行いました。普段なかなか出来ない体験に、子どもたちは目を輝かせながら、肌でそば栽培の楽しさを感じていました。より多くの人に、半田銀山そばに親



3\_300㎡の畑いっぱい  
に種をまきます 4\_一  
束ずつ丁寧に脱穀機へ  
5\_昔ながらの手動石臼  
による製粉も体験



ふるさとの景色を  
大切に守り続けたい

半田醸芳小学校  
櫻井 莉愛さん

農業体験を通して、食の大切さや農業の大変さを実感しました。うちも農家ですが、そばの会の皆さんの思いに触れて、家の田んぼや畑も大切なふるさとの景色として、ずっと守り続けたいという思いが強まりました。

のど越し良い味わい  
そば食べて町を応援

新そば祭りに参加(福島市)  
高橋 良子さん

息子さんのお嫁さんが桑折町出身で、今日は孫も一緒に家族で「半田銀山そば」をいただきました。耕作放棄地の解消、地産地消の活動に感動。そばを食べることで、桑折町を応援したいです。



6\_ 体重をかけて素早くそば生地を均一に伸ばし、リズムカルに切る会員 7\_ 打ちたてのおいしいそばを囲んで会話も弾みます

※穀物を選別する機械。収穫した穀物に含まれるもみ殻やわらくずを風で飛ばす。



蕎麦人 (福島市)  
菅野 裕一さん

町外からふるさとを応援  
福島駅から南東へ徒歩10分、大通りから入った小路に和モダンな構えを呈した「蕎麦人」。店を切り盛りするのは、伊達崎地区出身の菅野裕一さん。「ふるさとを応援したい」と、今年から半田銀山そばを仕入れ始めました。「前よりすっきりとした味わいになったね」。常連客の声に、すかさず「桑

折町のそば粉に変えたんだよ」と笑顔でアピール。しかし、「まだまだ道半ば。もっと粉の質を高めない」と胸中を語ります。「正直、今年の出来栄には文句も言わせてもらった」。生半可な気持ちではなく、本気で桑折町のブランド力を高めたいと思っているからこそその愛のムチ。「店で地のものを使うことで、お客さんに『身近にこんな素晴らしいものがあるんだよ』と、町で頑張っている人のことも伝えたい」と力を込めます。

最近では、若者や外国人にもそばのおいしさを広めようと、ガレット



1



2

1\_11月3日に福島駅前で開かれた「蕎麦とロック」。200食が飛ぶように売れた 2\_おかみの美枝さんの笑顔が輝く



かみしめるとふるさとの香りと会員の思いが広がる半田銀山そば

折町のそば粉に変えたんだよ」と笑顔でアピール。しかし、「まだまだ道半ば。もっと粉の質を高めない」と胸中を語ります。「正直、今年の出来栄には文句も言わせてもらった」。生半可な気持ちではなく、本気で桑折町のブランド力を高めたいと思っているからこそその愛のムチ。「店で地のものを使うことで、お客さんに『身近にこんな素晴らしいものがあるんだよ』と、町で頑張っている人のことも伝えたい」と力を込めます。

桑折町のあたたかい人柄の良さと郷土愛があふれる半田銀山そば。味わいだけでなく、会員の思いも詰まっているからこそ、「うちでも扱いたい」「また食べたい」と、新たな桑折ファンの誕生につながっています。「そばで町を元気にしたい。震災を乗り越え、農業に希望の光を灯したい」。ひたすら信じて歩んだ10年、夢が現実へと変わっていきます。

そばがつなぐ結束力

作りに挑戦。知り合いのフランス料理店へ生地を提供し、新たなファンの心をつかんでいます。「インパウンドの波も押し寄せている。コロナ禍が落ち着いたら、半田銀山そばや桑折町の魅力を世界へ発信していきたい。そばの栽培段階から携わって、町の皆さんと共により良いものを作りたい」と夢を膨らませます。



参加者 (福島市)  
小松 良行さん

桑折町に親戚が住んでいます。半田銀山そばを食べるのは初めてでしたが、コシがあって食感が気に入りました。コロナ禍でなかなかイベントが出来ない中、久々に街中ににぎわいが戻り、そばを食べて元気になりました。これからも桑折町を応援しています。



参加 (福島市)  
鈴木 りかさん

10年ほど前に「蕎麦人」を見つけ、今ではすっかり常連です。店主から「桑折町のそば粉を仕入れた」と聞き、早速食べてみることに。半田銀山そばは口当たりが良く、すすった時のざらざらした感じもおいしいです。一緒に連れて行く職場仲間にも大好評です。



サン・フォトこおり  
田中 穂積さん

そば畑の写真は、会津地方を中心によく撮影に行きます。震災以降、桑折町にもそば栽培が始まったと聞き、年々撮影スポットが増えてきました。春に咲く桃の花だけではなく、夏に咲くそばの花も見事な美しさです。遠くまで行かなくても、地元にもこんなに素晴らしい撮影スポットができました。ぜひ、多くの人に来ていただき、新たな撮影名所となることを期待します。そのためにも、ぜひ全国から人が来てもらえるように、撮影スポットのマップを作成するなど、広くアピールしてもらえればと思います。



半田山を背景にそばの花が咲く

会員の思い広がる——  
「みんなの前を向こう」  
そばで元気を発信

そばを打ち、延ばしていくように、半田銀山そばを通して桑折町の魅力が全国、世界、そして——多くの人の心の中へも広がっていきます。

先人から受け継ぐ支え合いの心

追分地区、奥州羽州街道の分岐点に位置する「割烹 仙台屋」。毎月第4水曜日を「銀そばの日」として、つなぎを一切使わない打ちたての十割そばを振る舞っています。

「そばの会の設立式も、うちで行われたんだよ」と話す4代目店主の鈴木清幸さん。おかみのキヨ子さんと共に、



割烹 仙台屋  
鈴木 清幸さん

会員の一人です。「店の経営もあり、なかなか農作業に参加できない。自分には何が出来るのか?」。自問自答する中で、「料理に携わっている身として、月に1度うちでそばを提供しよう」という思いに至りました。

「おいしい、また来っかんない」と清涼感のあるそばはお客さんからの評判も上々。「1日30食くらいだけれど、新規のお客さんも多くいらして。長く

続けてきたから、知らず知らず口伝いでおいしさが広まったんだと思う」とキヨ子さんも顔をほころばせます。「桑折町には、『町を盛り上げたい』と考えている人が多い。これぞまさに、『財産』。元々この町は街道の分岐点にあり、さまざまな地域から人が集まっていた場所。先人が長い年月をかけて、助け合いの精神を築いてきた。これからも年代や居住地関係なく、多種多様な人と意見を交わして起こる化学反応を生かして、もっと明るく元気な町にしていきたい」と前を向きます。

移住者が新たな価値をもたらす――

# 「桑折っていいね」 そばでつながる新たな輪

ここが「第2のふるさと」になれば――。

そば打ち体験を通して、親睦を深め合った移住者交流会。外から見た視点が加わり、新たなアイデアが生まれます。



11月7日、うぶかの郷で行われた移住者交流会。遠くは神戸から移住してきた参加者10人が、そばを打って食べる時間を共有しました。そのうち3人が移住者ならではの視点で、桑折町の未来を語ります



埼玉県から移住  
高橋 秀樹さん

身近にある町の良さに  
もっと気付いてほしい



地域おこし協力隊  
渡邊 瑛子さん

同世代で頑張っている人と  
共に町を盛り上げたい



宮城県から移住  
大山 豊さん

人と人のあたたかい  
きずなを感じられる町

10年前に桑折町に移住してきましたが、正直今回の交流会に参加するまで、「半田銀山そば」の存在を知りませんでした。桑折町には、農産物や歴史など他にない魅力がたくさんありますが、認知度が低くてもったいないと感じます。町に来てから「なんて空は大きくてきれいなんだ」と気付かされ、半田山の紅葉や雪景色には「心を広くもとう」と元気をもらっています。身近にある桑折町の良さに目を向けて、どんどん外へ広くアピールするのいいと思います。

今年4月に兵庫県から移住し、地域おこし協力隊として活動しています。活動を通して感じるようになったのは、「最初は人見知りの人が多いけれど、実は心の内に町に対する熱い思いがあって、話すとギュッと深くつながれる」ということ。そばの会の皆さんをはじめ、家業を継いだ同世代の若い人たちも、課題と向き合い、町でひたむきに頑張っていると感じます。そうした人たちとつながって、励まし合いながら楽しくまちおこしをしたいと考えています。

今回の移住者交流会をはじめ、桑折町は「人とのつながり」を大切にしている町だなと感じます。中学生と幼稚園児の娘がいますが、転校してきてから子どもだけでなく、親同士の交流も盛んで、地域内で家族ぐるみの付き合いができています。以前は隣近所に誰が住んでいるのか分からない状況でしたが、桑折町は地域の皆さんがあたたかく迎え入れてくれて、居心地が良いです。これからも、「人と人のきずな」を感じられる町であってほしいと思います。

まもなく震災から10年。心の不安を表すかのような荒れ果てた農地に、「ふるさとを元気にしよう」という郷土愛が種となり、「大丈夫」と未来を信じ続けた心が水となり、多くの助けや励ましが肥料となり、こんなにもきれいなそばの花が咲きました。そばの花言葉は、「喜びも悲しみも、懐かしい思い出」「あなたを救う、幸福」。まさに逆境を乗り越え、地域に明るい光を灯した「復幸のシンボル」として、多くの人の心の中でこれからもずっと咲き誇ります。

住民自ら取り組むまちづくりが評価され、県と福島民友新聞社が実施する令和元年度豊かなむらづくり顕彰事業で、半田銀山そばの

諦めないで挑戦し続ければ、夢はきっとかなう。半田銀山そばの会の挑戦は、これからも続きます。皆さんと共に、そして、皆さんのそばで――。

特集 つなぐ。(完)

# 桑折の大地に復幸の花が咲く そばがつなぐ、まちづくり



1月4日から新庁舎での業務が始まります

# 役場新庁舎 一足先にお披露目

町村合併から65年、東日本大震災からまもなく10年、桑折町役場新庁舎がいよいよ来月4日に開庁します。

令和元年6月から始まった役場新庁舎の建設工事も、皆さんのご理解とご協力のおかげで、10月30日に無事完了しました。11月2日、晴れて新庁舎引き渡し式が行われ、設計・監理者の株式会社楠山設計立ち会いのもと、施工業者

の株式会社橋本店から引き渡しを受けました。

11月8日には、町民の皆さんを対象にした内覧会を実施。開庁に先立ち、約350人が新庁舎の内部を自由に見学しました。

来月の広報では、新庁舎の内部、特に町民の皆さんによく使っていただく部分や桑折町らしい特色などを詳しく紹介します。どうぞお楽しみに！

1\_分散していた部署が新庁舎に集約。分かりやすい案内板を設置 2\_旧伊達郡役所の外壁を再現した部屋の特徴について町職員が説明 3\_3階正庁から半田山を望む 4\_正面入口では、町産ヒノキで製作した半田山のオブジェが来庁者を出迎え



## Information イベント情報

**1/4(月)**  
新庁舎開庁式  
午前8時20分～(予定)

無事に引っ越し作業を終え、いよいよ新庁舎での業務開始です。記念すべき新庁舎のスタートを祝して、高橋町長、片平議長らによるテープカットを行います。

**1/9(土)**  
落成式典・記念演奏会・見学会  
午前10時～午後4時(予定)

元総務省事務次官の佐藤文俊さんの講演をはじめ、醸芳中吹奏楽部や桑折ウィンズの演奏などで盛り上げます。どなたでも庁舎をご覧いただけますので、新庁舎の完成をみんなで祝いましょう。

★12月28日は引っ越しのため混雑が予想されます。お急ぎでない人は、1月4日以降の来庁にご協力をお願いします。



元醸中卒業生として  
親しみを感じる

追分町内会長  
神田 隆雄さん

元醸中跡地に建てられた新庁舎。卒業生として感慨深く感じます。室内が広々としていて、職場環境も良さそうな印象でした。町民口ビーもできたということで、町民にさらに親しまれる庁舎になればと願っています。



安全安心で  
時代に合った庁舎へ

新庁舎建設検討委員会  
丸山 佳博さん

検討委員会で協議してきた内容がしっかり反映されたと思います。中でも、現庁舎に比べて地盤や防災機能が強化されたり、新たに自然エネルギーが導入されたり、時代に合った庁舎ができた実感しています。

# マイナンバーカード つくるなら、今!

特集

便利なメリットたくさん!

運転免許証のように  
公的な本人確認書類に

健康保険証として使える  
(2021年3月~予定)

住民票と印鑑証明書を  
コンビニで取得できる  
(2021年2月~予定)

今ならお得な特典も!

町内で使える  
「こおり応援商品券」  
3,000円分もらえる

マイナポイント  
上限5,000円分もらえる

オンラインでの  
確定申告がスムーズに

町独自



問合せ

マイナンバーカードについて：税務住民課 住民係 ☎582-2114、総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178  
こおり応援商品券について：産業振興課 商工観光推進室 商工観光係 ☎582-2126

## 申請受付体制を拡大中

マイナンバーカードの申請は、スマートフォンやパソコン、郵送、証明写真真機で受け付けています。どの方法でも、交付手数料は無料です。また、役場の税務住民課でも申請のお手伝いをしていきます。無料で写真を撮影し、申請をサポートしますので、ご相談ください。また、「平日の日中は役場に行けない」という人のために、毎週木曜日に夜間窓口（要予約）や毎月原則第一日曜日に休日窓口も開庁しています。その他、職員が企業や団体などを訪問する「出張申請受付」も行っています。役場に來ることなく、カードを作ることができますので、ぜひご利用ください。まだカードをお持ちでない人は、特典もあるこの機会に申請するのがおすすめです。申請から交付まで、約1か月かかる場合がありますので、早めに手続きをお願いします。

## 申請方法 Q&A

詳しい申請方法・よくある質問はこちら



## スマートフォン・パソコン

- 6か月以内に撮影した顔写真データを用意
- (スマートフォンの場合) 個人番号カード交付申請書のQRコードを読み取る
- 表示された申請用WEBサイトでメールアドレスなどを登録
- メールに申請者専用WEBサイトのURLが届いたら、①で撮った顔写真を登録し、必要事項を入力して申請完了

## 郵送

- 個人番号カード交付申請書に必要な事項を記入し、6か月以内に撮影した写真を貼付
  - 封筒に入れて郵送し、申請完了
- ※切手付きの封筒が役場に備え付けてあります。また、WEBからも印刷ができます。

## 個人番号カード交付申請書

平成27年10月にお送りした通知カードと一体になっています。紛失した場合は、役場で再発行できますのでご連絡ください。



## 役場税務住民課窓口

職員が申請・写真撮影（無料）のお手伝いをします。

### ■必要なもの

- 個人番号カード交付申請書
  - 住民基本台帳カード（お持ちの人のみ）
  - 通知カードまたは個人番号通知書◎
  - 本人確認書類（上記◎を持っている→Aを1点。Aがない場合はBを2点。◎を持っていない→Aを2点。Aが2点ない場合はAとBを各1点。）
- A：運転免許証、パスポート、障がい手帳など  
B：健康保険証、医療受給者証、年金手帳など
- ※15歳未満または成年後見人の人が申請する場合の必要書類は、問い合わせてください。

## 夜間や日曜日でも申請できます!

- ▶夜間窓口 木曜日 午後5時30分~7時  
※祝日・年末年始除く  
【要予約】税務住民課 ☎582-2114
- ▶休日窓口 午前9時~正午  
12月13日(日)、令和3年1月10日(日)  
2月7日(日)、3月7日(日)

## カード取得者に「こおり応援商品券」を配布します!

町では、コロナ禍で大きなダメージを受けた町民の皆さん、地元商店の皆さんを支援し地域経済の活性化を進めるため、マイナンバーカード取得者に商品券を配布します。  
※商品券の使用期間がありますので、早めの申請をお願いします。

- 【交付金額】3,000円分（500円券×6枚）
- 【交付方法】既にお持ちの人：町から郵送されます。これから申請する人：カードの受け取り時に配布します。
- 【使用期間】令和3年3月15日(日)まで
- 【取扱店舗】QRコードをご確認ください。



## おさらいしましょう! そもそもマイナンバーカードってなに?

公的な本人確認書類です。マイナンバーの他に、氏名・住所・生年月日・性別が記載されています。

表

顔写真付き!  
対面での本人確認書類



なりすましはできません。

プライバシー性の高い、税や年金などの個人情報は入っていません。

裏

ICチップ付き!  
オンラインでの本人確認



電子証明書を使うため、オンラインでの利用にはマイナンバーは使われません。

マイナンバーを見られても、悪用は困難です。

※マイナンバーカードの有効期限は、原則カード発行日から20歳以上の場合は10回目の誕生日、20歳未満の場合は5回目の誕生日までです。

## お得に申請できるのは今だけ

現在マイナンバーカードを申請すると、2つのメリットがあります。一つは町内で使える「こおり応援商品券」3,000円分がもらえること。もう一つは、テレビCMなどでも放送さ

れている国による「マイナポイント」の申請によって、一人あたり最大5,000円分のポイントが付与されることです。  
お得に申請できる今だからこそ、マイナンバーカードの申請方法について、もう一度確認しましょう。



▶児童たちはタブレットを上手に使いこなしていました

ICT環境整備・活用委員会  
 先進地の視察

GIGAスクール構想の実現に向けて、11月13日、ICT教育の先進地である新地町で行われた「ICT活用発表会」を委員の代表が視察してきました。

授業では、タブレットや電子黒板を使い、各自の考えを全体で共

有したり、写真や動画を班でまとめて発表したり、ICTを学習の道具として効果的に活用していました。

今後委員会では、研修や協議を重ね、本町ならではのICTを活用した学習の充実に努めていきます。

桑折町総合計画審議会  
 町が目指す姿の方向性を確認

第2回総合計画審議会が11月4日、桑折公民館で行われました。

今回は、前回の審議会で出された意見や「こおり未来会議」の参加者の意見を参考に検討した基本方針案などについて話し合いました。委員の皆さんか

らは「桑折ならではの」ともっと前面に打ち出した方がいい」「多世代が交流できる場が必要になる」など活発な意見がありました。

今後は、これまで出された意見を取りまとめ、素案の作成に取り組んでいきます。



▶各委員がさまざまな視点から意見を出し合いました

長年の功績をたたえて  
 さまざまな分野で町発展のために活躍した皆さんを表彰



【後列左から】白井禎啓、古川清、木村政司、齊藤保春、近藤克美、旭計器株式会社（奥山篤総務部長）  
 【前列左から】朽木直博、浅野祐子、片平議長、高橋町長、関根勉、遠藤治一郎、半田銀山そばの会協議会（氏家浩会長）（敬称略）

さまざまな分野で町発展のために尽力された皆さんを表彰する町表彰式が11月6日、イコリで開催されました。受賞者を紹介します。

（順不同、敬称略）

【功労表彰】

- ▼地方自治法第180条の5第1項各号、同条第3項各号に掲げる委員の職にあって、12年以上在職した者
- （選挙管理委員） 関根 勉
- （農業委員） 朽木直博 安永吉克
- ▼非常勤の特別職またはその他これに準ずる者で、多年本町の公務を助け、特に功績顕著な者
- （消防団員） 五十嵐和夫 齊藤保春 木村浩司 澁谷大志 木村政司 熊本祐司 古川 清
- （健康協力員） 浅野祐子 中山洋子
- （介護認定審査会委員） 佐藤啓二 白井禎啓

▼団体または個人であって、町の公益または発展に寄与した功績特に顕著な者



▲謝辞を述べる関根さん

（食生活改善推進員） 近藤克美 菅野ヒデ子（保護司） 遠藤治一郎

▼町の公益のため100万円以上の金品を町に寄附した者（寄附） 旭計器株式会社 代表取締役社長 多賀新吾 島腹桂子 光岡 優 松本 毅

【善行表彰】

- ▼町の公益のため、多額の金品を寄附し、または奇特の行為のあった者
- （寄附） 大槻三雄 多賀新吾
- ▼その他町長が表彰することとを適当と認める実績または行為があった者
- （令和元年度豊かなむらづくり顕彰事業むらづくり部門受賞） 半田銀山そばの会協議会

移住者交流会  
 桑折暮らしの良さを共有

県内外から桑折町に移住してきた人を対象にした「こおりまち移住者交流会」が11月7日に開かれました。

当日は8人が参加し、お試し住宅「ホタピーハウス」の見学や地域おこし協力隊の活動紹介、町産食材を使ったバーベキューなどで交流を深めました。また、半田銀山そばの会を講師に招き、

そば打ち体験にも挑戦。自分たちで打った出来立てのそばは格別な味でした。交流会では、町に移住したきっかけや桑折暮らしで感じたことなど、移住者ならではの会話で大いに盛り上がりました。

この企画は、今後も参加者を募り、さらなる交流を深めることを目的に、定期的開催していく予定です。



1\_秋の味覚を囲んで、移住者らが楽しく交流 2\_初めてのそば打ちに挑戦。出来立ての新そばを堪能しました



**上** サッポロビール高島社長来町  
町チアーズを激励

サッポロビールの高島英也代表取締役社長が10月30日、今年8月にオープンした上町チアーズを訪れ、関係者らを激励しました。今回の訪問は、上町チアーズの醸造の技術顧問をしている方が、高島社長の元上司というつながりから、さらには、同店を運営するTファクトリーの八巻克社長が同郷の旧保原町出身という縁から実現しました。訪問に合わせて、田中香代子副町長があいさつし、町産品を手渡しました。高島社長は、店内や醸造所を見学し、「地域活性化に向けて共に頑張りましょう」と関係者へエールを送りました。



▲田中副町長も立ち会い、高島社長に町産品を贈りました



▲警鐘と女性消防団によるアナウンスで、町内全域に「火の用心」を呼びかけました

**消** 秋の全国火災予防運動町内パレード  
消防車両5台で火災予防呼びかけ

火災の発生しやすい時季を迎えるにあたり、秋の全国火災予防運動町内パレードが11月15日、町内全域で行われ、町消防団や女性防火クラブ約30人が参加しました。役場で行われた出発式では、津田次男団長が「寒い時季を迎えるので、火の用心を呼びかけてほしい」とあいさつ。参加者は消防車両5台に乗って各地区を回り、女性消防団員のアナウンスで火の用心を呼びかけました。また、女性消防隊はJR桑折駅や町内スーパーでも街頭啓発を行い、利用客に火災予防をPRしました。

**益** 御免町町内会  
子神社へ太鼓奉納

御免町町内会が宝くじ助成金で整備した和太鼓のお披露目式が11月23日、益子神社の秋季例大祭に合わせて行われました。同町内会の和太鼓は、長年の使用により劣化が著しいことから、今回、同助成金により大太鼓1台、小太鼓3台を新たに整備しました。お披露目式では、地元の子どもたちと住民10人が演奏。大太鼓を叩いた佐久間瑞樹さん(6年生)は「新しい太鼓は音の響きがすばらしく、叩きやすかった」と笑顔で話しました。今後、地域の伝統文化の保存や継承が期待されます。



▲小・中学生を中心とした御免町町内会のメンバー。堂々たる太鼓演奏を披露しました



▲和気あいあいした雰囲気が人気で、参加者の笑顔が絶えない「やわたサロン」

**高** 久保八幡町内会 地域サロン  
高齢者つなぐ、やわたサロン15周年

久保八幡町内会の集会所で月に1度開かれる地域サロン「やわたサロン」が10月に設立15周年を迎えました。この節目を記念して、同月30日にお楽しみ会が開かれ、会員17人が参加しました。津軽三味線演奏者「夢弦大」のサプライズ演奏やコスモス婦人会からの手づくり人形のプレゼントに会員もにっこり。阿部紀子会長は「15年間もサロンを続けられたのは、会員の皆さんの大きな励ましと協力のおかげ。15年経ち、生活様式は変わったけれど、コロナウイルスに負けず、健康で楽しく過ごしていきたい」と話しました。

**教** 大波敏子さんが文部科学大臣表彰受賞  
教育委員としての功績たたえて

教育委員会委員の功績に対して文部科学大臣から贈られる地方教育行政功労者表彰を、前教育委員の大波敏子さんが受賞されました。表彰状伝達式が11月11日、福島県庁で行われ、鈴木淳一県教育委員会教育長から賞状が手渡されました。同日、役場を訪れた大波さんは「皆さんのお力添えがあって13年間務められた」と報告。高橋町長は、在任期間に起きた東日本大震災および原発事故災害下の教育現場における対応などに触れ、「長きにわたる委員経験と、子どもたちを思う気持ちのたまもの」と称えました。



▲平成23年1月から平成24年9月には委員長を務め、教育活動の充実に力を注ぎました



▲農業者の相談に応じ、行政とのパイプ役として、農業振興の発展に尽力した渡邊さん

**農** 渡邊英直さんが県知事表彰受賞  
農業委員としての功績たたえて

農業委員会委員の功績に対して県知事から贈られる功労者表彰を、元農業委員の渡邊英直さんが受賞されました。表彰状伝達式が10月28日、杉妻会館で行われ、内堀雅雄県知事から賞状が手渡されました。同日、役場を訪れた渡邊さんは「長く委員を続けられたのも、支えてくれた皆さんのおかげ。今の農業環境を見ると、有害鳥獣の問題など大変な状況もあるが、今後も行政と農業委員会と地域住民が手を取り合って、環境を整備し、美しい里山をつくっていききたいと思う」と話しました。

**空** 空き家相談会  
空き家の悩みを専門家に相談

桑折まちづくりネットが主催する「空き家相談会」が11月7日、イコーゼで行われました。午前と午後の部合わせて12組の相談者が来場し、自身で所有する空き家や近隣の空き家など、さまざまな空き家の悩みを相談。宅地建物取引士や司法書士などの専門家が問題解決に向けたアドバイスをし、一人一人の悩みに寄り添いました。来年1月にも、再度「空き家相談会」を実施する予定です。また、桑折まちづくりネット(北町66-2:旧菱沼カメラ店、☎582-5348)では、随時相談を受け付けています。気軽にご相談ください。



▲専門家が相談者から空き家の現状を聞き取り、個別にアドバイスしました



▲醸芳小5、6年生を対象とした応募作品数94点の中から、見事優秀作品に選ばれた皆さん

**安** 醸芳小学校防犯標語表彰式  
安全な町への思いを17字に託して

桑折地区住民自治協議会主催による「防犯」をテーマとした標語の表彰式が10月26日、醸芳小学校で行われました。工藤信悦会長から、優秀作品に選ばれた醸芳小学校の児童16人に賞状が手渡されました。優秀作品は、立て看板として地域内の道路脇に掲げ、町の安全を地域の皆さんに広く呼びかけていきます。【受賞者】角田倫季、朽木悠翔、斉藤莉子、大野永翔、半澤彩瞳、本間俊之介、佐竹花歩、芳賀侖人、蓬田千尋、伊藤歩夢、渡邊朔伽、畑美羽、渋谷颯起、平井捷仁、鈴木詩音、片平寧々亜、佐藤真帆(順不同・敬称略)

# 町人事行政の運営の状況

町の人事行政運営などを町民の皆さんに理解していただくため「桑折町人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数や給与、服務などの状況について公表します。 ☎ 総務課 職員係 ☎ 582-2111

## 01 職員数および任免の状況

■部門別職員数の状況（各年4月1日現在） (単位：人)

部門	一般行政部門										特別行政部門		公営企業等会計部門			合計
	議会	総務企画	税務	民生	衛生	農林水産	商工	土木	小計	教育	小計	水道	その他	小計		
令和2年度	2	28	8	13	14	9	4	10	88	27	27	6	9	15	130	
令和元年度	2	26	7	15	11	8	5	11	85	27	27	6	9	15	127	
対前年増減数	0	2	1	▲2	3	1	▲1	▲1	3	0	0	0	0	0	3	

※特別職（3人）は人数に含まれていません。

■一般行政職の級別職員数の状況 ◎

級	1級	2級	3級	4級	5級	6級	合計
標準的な職務内容	主事	主事	主任主査 主査	課長補佐 主任主査	課長 副参事	参事	-
職員数	7	11	19	35	10	3	85
構成比	8.2%	12.9%	22.4%	41.2%	11.8%	3.5%	100%

※小数点以下の処理の都合上、合計が100%にならない場合があります。

■採用および退職の状況

令和2年4月1日付け 採用者数(再任用含む)	9人
令和元年度退職者数	7人
増減	2人

## 02 職員の給与の状況

■人件費の状況（令和元年度一般会計決算）

住民基本台帳人口 (令和2年3月31日現在)	歳出額 A	実質収支	人件費 B	人件費率 (B/A)
11,679人	6,087,642千円	310,433千円	980,649千円	16.1%

※人件費には、特別職に支給される報酬や社会保険の事業主負担分なども含んでいます。

■職員給与の状況（令和2年度一般会計当初予算）常勤職員のみ

職員数 A	給与費			1人当たりの 給与額 B/A
	給料	職員手当など	計 B	
118人	480,004千円	264,109千円	744,113千円	6,306千円

※職員手当には、退職手当（退職手当負担金）および児童手当は含みません。

※給与費については、任期付短時間勤務職員の給与費が含まれていますが、職員数には含まれていません。

■職員の平均給料月額および平均年齢 ◎

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	317,662円	41歳7月
技能労務職	352,700円	54歳1月

※給料水準の改善のため給料月額を4%削減（行政職3級以上職員）

■職員の初任給の状況 ◎

区分	学歴	初任給
一般行政職	大学卒	184,900円
	高校卒	151,900円

■特別職の報酬などの状況 ◎

区分	給料・報酬月額	期末手当
町長	846,000円	6月期 1.45月分
副町長	676,000円	12月期 1.45月分
教育長	635,000円	合計 2.90月分
議長	338,000円	6月期 1.45月分
副議長	254,000円	12月期 1.45月分
議員	228,000円	合計 2.90月分

※標題◎については、令和2年4月1日現在

※04～08については、令和元年度

■主な手当の種類とその内容 ◎

期末・勤勉手当（一般職）	<ul style="list-style-type: none"> <li>期末手当 6月期 1.275月分 12月期 1.275月分</li> <li>勤勉手当 6月期 0.95月分 12月期 0.95月分</li> </ul>	※職制上の段階、職務の級などによる加算措置あり
時間外勤務手当	職員1人当たり平均支給年額…229,869円（令和元年度一般会計決算額）	
扶養手当	<ul style="list-style-type: none"> <li>子…1人10,000円</li> <li>子以外…1人6,500円</li> <li>扶養親族のうち16歳から22歳までの子…1人5,000円加算</li> </ul>	
住居手当	借家借間…28,000円上限	
通勤手当	<ul style="list-style-type: none"> <li>交通機関など利用者…63,000円までは全額、63,000円を超えた場合、その超えた額の1/2の額を63,000円に加えた額</li> <li>自動車等使用者…通勤距離に応じて、2,700円～40,900円</li> </ul>	
特殊勤務手当	<ul style="list-style-type: none"> <li>職員全体に占める手当受給者の割合…29.2%</li> <li>支給対象職員1人当たり平均支給年額…97,790円</li> <li>代表的な手当の受給者…税務職員、保育士、幼稚園教諭、保健師など</li> </ul>	※すべて令和元年度
管理職手当	職制上の段階により、39,500円～61,400円（課長補佐以上）	

## 03 職員の勤務条件の状況

■勤務時間

1週間の正規の勤務時間	38時間45分
1日の正規の勤務時間	7時間45分
開始時刻	午前8時30分
終了時刻	午後5時15分

■休暇制度

休暇の種類	付与日数
年次有給休暇	年ごとに20日間付与され、20日を超えない範囲内の残日数は翌年度に繰り越し可能 ※令和元年平均取得日数…6.4日
産前産後休暇	産前8週、産後8週
育児時間休暇	1日2回各45分以内
骨髄ドナー休暇	必要とする期間
ボランティア休暇	5日以内
子育て支援休暇	7日以内（子が2人以上の場合は10日以内）
結婚休暇	連続5日以内
忌引休暇	続柄により1～10日以内
夏季休暇	6～10月の間に5日以内
短期介護休暇	5日以内（要介護者が2人以上の場合は10日以内）

■育児休業の取得状況（令和元年度）

区分	育児休業の取得期間		
	1年以内	1～2年以内	2～3年以内
男性	0人	0人	0人
女性	1人	0人	0人

## 04 職員の分限処分と懲戒処分の状況

・分限処分…2件（休職1件）  
 ・懲戒処分…なし (令和元年度)

## 05 職員の服務の状況

区分	承認件数	事由
服務義務違反	0件	
営利企業等従事許可	0件	

## 06 職員の研修と勤務評定の状況

■職員の研修の状況

区分	内容	受講者数
派遣研修 (ふくしま自治 研修センター)	基本研修（階層別）	18人
	専門研修	19人
庁内研修	メンタルヘルス研修	40人
	新規採用職員研修	5人
	町職員としての意識啓発研修	55人

■職員の勤務評定の状況

…6月期および12月期の勤勉手当について、勤務評定を実施し、その評定を反映させて支給しています。

## 07 職員の福祉と利益の保護の状況

■健診などの受診状況

区分	受診者数	区分	件数
定期健康診断	94人	公務災害	0件
人間ドック	32人	通勤災害	0件 (令和元年度)

■公務・通勤災害の発生件数

## 08 公平委員会の業務の状況

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
不利益処分に関する審査請求の状況	0件
人事行政相談の状況	0件 (令和元年度)

※ここで用いた数値は、「地方財政状況調査」、「地方公務員給与実態調査」および「地方公共団体定員管理調査」などをもとにしたものです。

20歳以上の成人8人に1人が発症 第8回

新・国民病「CKD」を知ろう

腎臓の働きが低下して起こる「慢性腎臓病（CKD）」は新たな国民病と言われ、約1万3千人（成人の8人に1人）もの患者がいると推測されています。CKDの原因や症状を知って、早期発見・早期治療に努めましょう。

腎臓は、血液中の老廃物を排出したり、体のバランスを整えるさまざまなホルモンをつくり出す器官です。慢性腎臓病（CKD）は、慢性的に腎臓の機能が低下していくさまざまな腎臓病の総称です。その中でも、高血圧や高血糖、メタボが起因する腎臓病が増えています。

CKDの原因は？

食べ過ぎや飲み過ぎ、運動不足、喫煙、ストレスなどの悪い生活習慣が続くと発症する「生活習慣病（肥満・糖尿病・高血圧症・脂質異常症など）」。「自覚症状がないまま徐々に血管が傷み、動脈硬化が進行し、CKDを引き起こすと言われています。」

CKDの症状は？

CKDは、初期には自覚症状がほとんどありません。それがCKDの怖いところで、患者を増加させている原因でもあります。進行するにつれて、夜間尿が増える・貧血・だるさ・倦怠感・息切れなどの症状が現れ始めます。しかし、これらの症状が自覚されるところには、すでにCKDがかなり進行している場合が多いと言われています。

CKDを判断するには？

9月に実施した健診結果から、CKDの恐れがあるかを確認することができます。腎機能の指標である「eGFR値」を見てください。eGFRとは、糸球体ろ過量のことで、腎臓の働きを示す数値です。腎臓の働きが正常の60%以下に低下する状態が続くことが、CKD判定

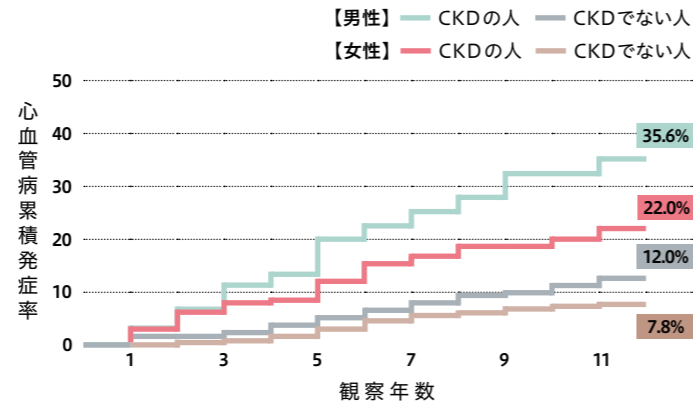
の一つとされています。

eGFR値が60未満の人は、CKDの恐れや腎機能の低下が推測されますので、かかりつけ医・腎専門医を受診するか、健康福祉課 健康増進係へご相談ください。

結果表のここを確認！  
eGFR値 ▶ 60未満  
CKDの恐れや腎機能の低下が推測されます。

検査項目		基準値	単位
身体計測	身長		cm
	体重		kg
	BMI（体格指数）	18.5～24.9	
内臓脂肪	腹部	84.9以下	cm
	メタボリック症候群		
血圧	収縮期（最高）血圧	129以下	mmHg
	拡張期（最低）血圧	84以下	mmHg
腎臓・尿路	クレアチニン	0.45～1.14	mg/dL
	eGFR	60.0以上	単位
	尿蛋白	(-)	
糖	尿糖	(-)	
	血糖（空腹時）	99以下	mg/dL
	血糖（随時）	99以下	mg/dL
	HbA1c（NGSP）	5.5以下	%

CKDの有無別にみた心血管病の累積発症率



脳卒中あるいは心筋梗塞の既往歴を有するものを除いた40歳以上2,634人を12年間追跡した成績（総合臨床より）

腎機能を改善するヒント

- 血圧・血糖管理をする。
  - 排尿は我慢しない。
  - 疲労を避ける。
  - 休養を十分にとる。
  - 食塩やたんぱく質をとり過ぎない。
  - カリウムをとり過ぎない。（生野菜や果物、減塩しょうゆなどにも注意が必要です。）
- ※腎機能の状態によりしますので、主治医や専門職に相談してください。

～年に一度は健診を受けましょう～

「追加健診」忘れずに！CKDの早期発見にも

9月に実施した各種検診を受けなかった人を対象に追加健診を実施します。新型コロナウイルス感染症予防対策のため、事前予約制となります。下記から希望する日時と内容をお知らせください。  
※時間予約制なので、待ち時間が短くおすすめです。  
※「こおり健康ポイント」の対象になります。

- 日時 ①12月17日(木)、②1月22日(金)  
(1)7:30～8:00 (2)8:00～8:30 (3)8:30～9:00 (4)9:00～9:30 (5)9:30～10:00  
(6)10:00～10:30 (7)10:30～11:00
- 場所 保健福祉センター「やすらぎ園」集団検診室
- 内容 特定健診、結核・肺がん検診、胃がん（バリウム）検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診、歯科健康診査、骨粗しょう症検診、風しん抗体検査
- 予約・問い合わせ 健康福祉課 健康増進係 ☎582-1133

特定保健指導の対象者を訪問します

生活習慣・食習慣・病態は、一人一人症状が異なります。それぞれの専門職が個別に対応しますので、不安や悩みがある人は、気軽に保健師へお声がけください。  
※他に、看護師・管理栄養士も訪問します。  
※健康相談も「こおり健康ポイント」対象となります。



CKDの症状

CKDが進行すると、これらの症状が現れてきます。

- 夜間尿**  
夜間何度もトイレに…
- むくみ**  
靴や指輪がきつくなる
- 貧血**  
立ちくらみが度々起こる
- 倦怠感**  
疲れやすくだるく感じる
- 息切れ**  
早歩きすると息切れる

12/2 WED	広報12月号、お知らせ版 企画展「伊達氏の城」(12/13まで)	★
3 THU		♡
4 FRI		★◆
5 SAT		
6 SUN	◎掛田中央内科 ☎586-1315	
7 MON	ホールボディカウンタ測定日	♡
8 TUE		
9 WED		★
10 THU	3歳6か月児健診 (H29年4・5・6月生) (受付:個人通知に記入)、健康相談日	
11 FRI		★◆
12 SAT	桑折学習塾 (中学)	
13 SUN	マイナンバーカード休日窓口 ◎かしの木内科クリニック ☎551-1411	
14 MON		♡
15 TUE	10~11か月児健診 (R1年12月、R2年1月生) (受付:13:00~13:30)	
16 WED	お知らせ版	★
17 THU	特定健診・各種がん検診、こおり友遊くらぶ	
18 FRI		♡★◆
19 SAT		
20 SUN	旧伊達郡役所ライトアップ (~1/4) ◎神岡クリニック ☎586-1318	
21 MON		♡
22 TUE	スマホ教室	
23 WED	小・中学校、幼稚園第2学期終業式 ホールボディカウンタ測定日	★
24 THU		♡
25 FRI		★◆
26 SAT		
27 SUN	◎さとう整形外科内科クリニック ☎572-7606	
28 MON	仕事納めの日、役場庁舎開庁式	
29 TUE		
30 WED		
31 THU	◎おの整形外科クリニック ☎527-1055	

●公民館 ●やすらぎ園 ◎休日当番医 ◆母子手帳交付日  
【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か月ごろのお子さんと保護者)  
★キッズひろば (1歳6か月ごろ~就園前のお子さんと保護者)  
▶やすらぎ園 (☎582-6045) へ事前に予約してください。

Recipe

今月の健康レシピ

鶏肉と三色野菜炒め

塩分 1.0g



- 材料 (4人分)  
鶏もも肉 …… 2枚 (400g)  
A 塩 …… 小さじ1/2  
酒 …… 大さじ1  
片栗粉 …… 適量  
れんこん …… 300g  
赤パプリカ …… 1個  
ブロッコリー …… 小1株  
ホールコーン …… 80g  
サラダ油 …… 大さじ2  
B 塩 …… 大さじ2  
鶏ガラの素 …… 小さじ1  
塩こしょう …… 少々

【1食分の栄養価】 エネルギー 311kcal / 脂質 11.3g / 鉄 3.0mg / たんぱく質 25.5g / カルシウム 43mg

■作り方

- 鶏もも肉は3cmに切り、Aをふり混ぜて約10分おく。
- れんこんは8mm厚さの半月切りにし、さっと洗って水気をふく。パプリカは3cm角に切り、ブロッコリーは小房に分ける。
- フライパンにサラダ油大さじ1を中火で熱し、②を炒める。水大さじ2を加え、ふたをして1分ほど蒸しゆでにし、取り出す。
- フライパンにサラダ油大さじ1を中火で熱し、鶏肉に片栗粉を薄くまぶして入れる。両面を焼き付けふたをして弱火で3分ほど蒸し焼きにする。
- ③とコーンを入れ、Bで調味して出来上がり。

voice / おすすめポイント



この一品で、たんぱく質も緑黄色野菜もたっぷりとれます。本格的な冬になり、毎日寒いですが、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

藤倉 梨絵さん、暹陽くん

野菜足りていますか?

カゴメ(株)「ベジチェック」で確認

野菜の目標量は、「1日 350g」です。ベジチェックという機器に手をのせるだけで推定野菜摂取量が分かります。ぜひお試しください。

■測定方法

ある程度の人数が集まる所へ職員が伺って測定します。電話で日時をご予約ください。

12月9日(日)まで (土日除く)

■問い合わせ 健康福祉課 ☎582-1133

生後半年ごろから始まる「人見知り」。恥ずかしがっている子どもを見ると、かわいいなと思えますよね。でも、激しい場合は、母親以外の人の顔を見るなり大泣きして、我が子の世話を他人に頼めないなんてことも。孤独な育児環境で苦しんでいるママは、さらに追い詰められてしまいます。今回は、我が子が人見知りで不安になっているママへ、子どもが人見知りをする原因や克服するための方法を紹介します。

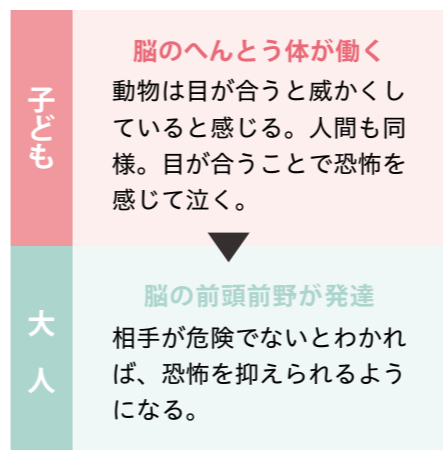
健康福祉課 子育て支援係 ☎582-1133

NEWS

人見知りは成長の過程

子育てアドバイス

人見知りがなくなるメカニズム



赤ちゃんの人見知りの原因とは?  
赤ちゃんが人見知りをし始めるのは、大きくふたつの原因があります。ひとつは、ママやパパの顔を認識し、他人と区別をつけられるようになったから。もうひとつは、見知らぬ人への興味・関心と、恐怖の気持ちに挟まれて戸惑っているからだと考えられています。つまり、人見知りは、母親以外を嫌がっているのではなく、むしろ他人を区別できるようになり、強い興味を示している「成長の証」なのです。

赤ちゃんの人見知りはいつから始まるの?  
赤ちゃんの個性や育つ環境によっても変わりますが、一般的に6か月から2歳くらいまでの間に、脳が発達し、母親と他の人の区別がつくようになって起こると言われています。一方、一般的な人見知り期間よりも早い、3~4か月のころに人見知りに似た挙動をとる赤ちゃんもいます。しかしこれは、ママと離れるのが嫌だから、という愛着が理由と考えられていて、人見知りが原因とは言えないそうです。



赤ちゃんの人見知り対策とは?  
子どもは母親が人と関わる様子を見て、人との関わり方を学びます。母親が友好的に人と接していれば、子どもは安心し「この人は自分にもとっても味方である」と認識してくるものです。人見知りがひどいから周囲から距離を置くのではなく、人見知りがあるからこそ積極的に仲間に入るようにしましょう。人見知りの改善に時間がかかる場合もありますが、「成長の証」と捉えて焦らず、気にしすぎないようにしましょう。

POINT ③ 赤ちゃんの人見知り対策

1 >> 経験を積む

人見知りも、練習や経験を積んでいくことで良くなっていくことがあります。知らない人と会った時に、ママやパパの腕に抱かれながらあいさつしたり、同じ空間で行動を共にしたりして、少しずつ距離を縮めてみましょう。

2 >> 人見知りであることを伝えておく

赤ちゃんに接する人に、事前に伝えておくことで相手も配慮しやすくなります。

3 >> 場所見知りも要注意

慣れない場所だから泣いてしまうという場合も。知らない人との接触は、慣れるまで自宅などの安心できる場所だけにするのもおすすめです。

## こおりエールプロジェクト第2弾 光の街 KOORI 2020

Information

12/20(日)~1/4(月)

旧伊達郡役所

旧伊達郡役所の壁面と周辺をライトアップ。  
訪れる人々の心も明るく照らします。

1/9(土)~11(月・祝)

役場新庁舎

開庁したばかりの役場庁舎が幻想的な色とりどりの優しい光に包まれます。

### フォトコンテスト開催

入賞者には町内で使える商品券や地場産品を贈呈します。応募は12/1(火)~2/8(月)まで。

詳細はこちら



event ① 11/29(日)~1/31(日)

JR桑折駅前  
約3万の光彩る

駅前や広場を照らします。  
追分まちづくり協議会主催。



event ② 12/20(日)~1月中旬ころ

蚕糸記念公園  
イルミネーション



蚕糸記念公園初のライトアップ。上町商店会主催。

掲示板

町総合政策課 ☎582-2115

INVITING COMMUNITY  
ZONE FOR EVERYONE

## 生涯学習だより

### 桑折ゆかりの偉人、五代友厚 「半田銀山と五代友厚展」開催

特別展「半田銀山と五代友厚」が12月5日から3月21日まで、旧伊達郡役所で開催されます。

平成28年に開催し、好評だった特別展「半田銀山と五代友厚の足跡」から約4年。12月11日から公開の映画「天外者」が、五代友厚(三浦春馬主演)を題材としていることから、本町の半田銀山とゆかりが深い五代友厚の特別展を開催します。会場は、施設上室内が寒いので、あたたかい服装でお越しください。

■特別展「半田銀山と五代友厚」

場所▶旧伊達郡役所

期間▶12月5日(土)~令和3年3月21日(日)

開館時間▶9:00~17:00

休館日▶毎週月曜・祝日の翌日・年末年始(12月26日~1月3日)

入館料▶無料(種徳美術館で受付後入館ください)



1\_平成28年に開催した特別展「半田銀山と五代友厚の足跡」の様子  
2\_五代友厚(国立国会図書館蔵) 3\_半田銀山遺跡 五代神社

## 図書だより

遊学館「よも〜よ」 ☎582-5388

今月のおすすめ

▶ 年末年始に読みたい本



一般書

■一人称単数

村上春樹：著(文藝春秋)

人の言葉を喋ることができ、人の名前を盗むことができる猿、あるはずのない伝説のジャズ奏者の最新レコードが見つかったレコード店、発作で苦しんでいる少年の前に突然現れ、謎のメッセージを残して去っていく老人などが登場します。6年ぶりに放たれる、8作からなる短編集。

■じりじりの移動図書館(ブックカー)

廣嶋玲子・まはら三桃・濱野京子・工藤純子・菅野雪虫：著(講談社)

あなたの前に、とつぜん現れた移動図書館「ミネルヴァ号」。車内には、さまざまな本がぎっしり詰まっていて魅力的。たくさんの本に囲まれ夢中になっているうちに、もし、車が出発してしまったら…!『ぐるぐるの図書室』『じりじりの本屋さん』を描いた児童文学作家5人の作品集です。



児童書

## マルベリーこおり

マルベリーこおり事務局 ☎582-3129

### スキー教室 ~町中央公民館共催~

冬の体力作りとして、今年度も基礎スキー教室を開催します。家族みんなでスキーを楽しみましょう!

◆日時 ①1月16日(土)

②1月30日(土)、③2月13日(土)

④2月27日(土) 9:00~13:00

◆場所 みやぎ蔵王白石スキー場

※現地集合・解散

◆対象

小学4~小学6年生 各回20人

【条件】町内の小学生もしくはクラブ会員、初心者については保護者同伴での参加が可能であること

◆参加料 子ども3,000円

※別途レンタル有り

(リフト1日券・参加料・保険料含む)

◆申し込み クラブ事務局まで

★大人レッスンも同時開催予定!



### 写経写仏体験 美術館deわーくしょっぷ

第8回美術館deわーくしょっぷ「ペンで書く写経写仏体験」が11月21日から12月6日まで、種徳美術館で開催されています。

写経は、薄ずみ印刷してあるものを初心者にも簡単な筆ペンを使ってなぞり書き。写仏は、ぬり絵で仕上げることもできます。

今回は、疫病退散の願いを込めて、写アマビエも選べます。参加特典として、トモビエ(伊達家初代・伊達朝宗)とタネビエ(14代・伊達植宗)のしおりとポチ袋をプレゼント中。多くの参加をお待ちしています。



### 認知症を楽しく学ぶ 高齢者大学かやのき学園

高齢者大学「かやのき学園」の令和2年度開講式が11月16日、桑折公民館で行われ、62人でスタートしました。今年度はコロナ禍での学習会となったことから、内容や開催時期を大幅に変更して行います。

第1回学習会では、「楽しく認知症について学ぼう!」と題して、公立藤田総合病院 認知症初期集中支援チーム 作業療法士の野地マリコ先生に講話をいただきました。学園生は、簡単な運動やゲームなどで体と脳を動かしながら、楽しく認知症予防について学びました。



### 桑折町総合41位 ふくしま駅伝

第32回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会が11月15日に行われました。桑折町チームの結果は、3時間03分54秒で、総合41位、町の部18位と健闘しました。

今年はコロナ禍で、各種大会や合宿も中止となり、県外のふるさと選手に走ってもらうこともできない状況に。佐藤圭監督の熱心な指導のもと、昨年に続き「町の部入賞」を目指して毎週の練習で走り込んできましたが、あと一步届きませんでした。

選手たちは、さらなる飛躍を誓い、来年に向けて練習を再開しました。

## いざ!山城サミット

Koori Nishiyama Castle

桑折西山城は、伊達氏の本城として築城されています。この時、当主の伊達植宗は、室町幕府から陸奥国守護に任じられていました。桑折西山城の本丸は、この守護が政治を行う場所として築造されています。

発掘調査の結果、本丸の中央から城の中心となる建物が発見されました。同様な建物は、伊達氏の前の本城の梁川城でも発



本丸の復元想像図

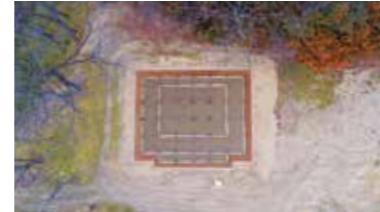
桑折西山城だより

## 伊達植宗が政治を執ったところ

見されています。この建物は、実際に植宗が政治や儀式を行っていたところと推定され、桑折西山城で発掘した伊達家の法律「塵芥集」もここで作成されたことでしょう。本丸は、この建物以外には、門と塀、柵しか見つかっておらず、会議や儀式を行うことに特化した特別な場所であったと考えられます。

植宗が任じられていた陸奥国守護は、室町幕府の地方長官です。守護は、各国の中心地域に守護所を設けて政治を行っていました。守護所は、元々平地や梁川城のような台地上の平らな

場所に造られていましたが、戦国時代になり、戦乱が起きるようになると、より安全な山の上に造られるように。植宗は、桑折西山城を陸奥国の政治の中心として築いたのです。



本丸の中心建物跡

問い合わせ  
生涯学習課 歴史文化係  
☎ 582-3129

## 協力隊通信

Cooperation corps news.

地域おこし協力隊主催「acchicocchi shop」

## 町内外から、ときめく手づくり作品が大集合



二本松市の上川崎和紙と桑折町ロゴマークのコラボアイテムも即日完売で大好評でした

今年の4月から地域おこし協力隊に着任した喜多優介と渡邊瑛子です。現在は、町公式のインスタグラムで情報発信をしながら、シティプロモーションの一環として、町のロゴマークやホタピーを取り入れたオリジナル製品を開発しています。11月12日から18日は、協力隊主催の期間限定ショップ「acchicocchi shop」を開催。県内他市町村の協力隊が手掛ける作品も展示・販売し、多くの皆さんが訪れました。

今後も桑折町の良さを大切にしながら、同時に少しずつすてきな風を吹かしていけるように頑張ります。

広告

## わたしの夢

Dreams come true.

## 動植物に囲まれて働きたい 半澤 里梨花さん（醸芳中3年生）



HANZAWA RIRIKA

趣味は音楽鑑賞と歌うこと。吹奏楽部に所属し、パーカッションを担当していました。高校でも続けたいです。

小さいころから動物や植物の世話をするのが好きで、将来は飼育員や園芸関係の仕事に就きたいと考えています。家で猫を飼っているのですが、わたしが落ち込んでいると体に頭をこすりつけて励ましてくれたり、エサが食べたくないと、エサ皿の前でわたしの目を見つめて鳴き声をあげたり、言葉がなくても心が通じてるようでとてもかわいいです。庭で育てている蘭や水仙も日々の癒しの存在で、祖母と草むしりをする他愛もない時間が大好きです。

「里に咲く梨の花のように、やさしい素敵な女の子になってほしい」と父に付けてもらった名前。花をはじめ、どんな植物にも動物にも、やさしく気配りができる大人になりたいです。

## こおりスマイル You have a good smile.



石井 莉瑚ちゃん

すくすくと大きく元気に育ってね! ママより♡



亀岡 未空ちゃん

きょうだいみんなで仲良く過ごしてね! ママより♡



丹野 琉翔くん

車が大好き! 将来はスーパーカーに乗るのかな? ママより♡

町民の皆さんの笑顔の写真を募集します。年齢は問わず、赤ちゃんから学生さん、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)を記入して応募してください。  
【応募先】総合政策課 ☐seisaku@town.koori.fukushima.jp 右QRコードから簡単にメール送信できます。



広告

広告



SATO  
KIYO

同年齢の仲間と比べて、倍の量の重りを手足に付けて体を動かす佐藤さん。「楽しく健康に」をモットーに、筋力づくりに励んでいます。

# こおり暮らし 「いきいき百歳体操」最年長 介護を必要としない、97歳の元気の源

佐藤 キヨさん（桑折）

いきいき百歳体操「あじさいの会（1）」で、5年間体操を続けている佐藤キヨさん。筋力づくりの甲斐あって、大きな病気もなく、今年の8月で97歳を迎えました。

始めたきっかけは「東上女性部の仲間と楽しく健康づくりができそうだと思ったから」とのこと。「前は少し腰痛があつたけれど、体操のおかげで血行が良くなって、腰の痛みも軽くなった」と体操の効果を実感しています。「体が健康になって、大好きな仲間とも会えて、一石二鳥。体操が終わった後のおしゃべりも楽しみのひとつ。結局『話し足りないね』となって、みんなを自宅に招き、女子会を開くのが定番の流れになっています」と肩をすくめて笑います。

事務局の鈴木紀子さんは「キヨさんはみんなのムードメーカー。体操も人一倍頑張っているし、これまで一度も介護保険のサービスを使っていないところがすごい」と話します。

「これからもいきいき百歳体操を続けたい。みんなと楽しく過ごして、元気もりの百歳になりたい」と目を輝かせました。

## 【編集後記】

震災から立ち上がった「半田銀山そばの会」を特集しました。放射能もコロナウイルスも、目に見えない脅威。どこか似ているのを感じます。未来を信じて、夢を諦めなかったメンバーの姿に勇気づけられる物語。手にとってくださった皆さんへ、元気も届けられたら嬉しいです▼もうすぐ年末です。目まぐるしい変化に耐えた心と体を労わり、新年が幸せな年となることを信じて、祈って——。どうかお体を大切に、良い年をお迎えください（愛莉）

## ◆人口（前月比）11月1日付

人口	計	11,572人	(-20)
※住民基本台帳/外国人含む	男	5,555人	(-2)
	女	6,017人	(-18)
世帯数		4,607世帯	(-5)
転入	11人	出生	3人
転出	13人	死亡	21人

## ◆今月の納税

- ・ 町県民税（普通徴収4期）
- ・ 国民健康保険税（普通徴収6期）
- ・ 介護保険料（普通徴収6期）
- ・ 後期高齢者医療保険料（普通徴収5期）

期限 **12月25日** ☎

◆住民票/戸籍/印鑑・税証明/マイナンバー受け取り・申請・更新窓口延長（毎週木曜日、午後7時まで。祝日除く。）

※当日下午5時までに税務住民課（☎582-2114）へ要予約。