



雪解け間近 残雪を満喫

「すってんコロリンピック」が2月21日、町営スキー場で開催されました。親子連れなど約60人が参加し、雪遊びを楽しみました。

2月後半は比較的気温の高い日が続き、雪解けが進みました。長い冬もそろそろ終わり。春はもうすぐです。



温かいご支援 ありがとうございました

町内各地でボランティアが除雪支援

昨年 12 月 16 日、急速に発達した低気圧の影響で全国的に広い範囲で大雪となり、町では 17 日豪雪対策本部が設置されました。1 月、2 月も降雪が多く、除雪作業に追われる日が続きました。

大雪で苦勞する高齢者の方を助けようと、2 月 17、18 日の 2 日間、県会津地方振興局が主催する「会津の田舎を守りたい事業」の一環で、県内の大学生による除雪ボランティア 21 人が名入地区の高齢者宅で除雪作業に励みました。このほか、富士ソフト(株)の社員の方やいわき明星大学の皆さんが除雪ボランティアに訪れました。

富士ソフト(株)の社員の方やいわき明星大生も除雪のお手伝い

早戸地区



文・写真 町民記者
五十嵐信一さん（早戸）

2 月 15 日、横浜市に本社のある富士ソフト株式会社の社員の方々がボランティアで除雪作業を行い、雪が降りしきる中、慣れた手つきでこなしていました。

当地区でソフトウェアの仕事をしたのがきっかけで、地域の役に立ちたいという想いから除雪ボランティアとして来てくれるように、今年で 2 年目です。

清匠庵でソフトウェアの仕事と除雪作業をしながら、1 週間程滞在しました。富士ソフト(株)の方々は、過疎地域の交流拡大や活性化に、大きく貢献されています。



桧原地区



文・写真 町民記者
佐々木邦雄さん（桧原）

いわき明星大学の除雪ボランティアが 2 月 6 日から 8 日まで町に訪れました。同大学の学生は毎年除雪対象世帯の除雪を自主的に手伝っています。

桧原地区では 2 月 7 日の午後、高齢者宅の除雪作業を行いました。晴天に恵まれ、気温もあがり屋根から落ちた雪をスコップやダンプを使って除雪作業をしました。

学生たちは地域の方々のためにと一生懸命に汗を流して作業してくれました。終了後には住民から感謝の言葉が伝えられました。大変ご苦勞様でした。



西方地区



文・写真 町民記者
坂内洋二さん（西方）

2 月 8 日、西隆寺で除雪が行なわれました。檀家の方 35 人程が、屋根の雪を下ろしたり、3 台の除雪機を駆使して軒まで埋める雪を飛ばしたり等手際よく作業を進めました。また、同月 6～8 日の日程で奥会津の除雪ボランティアに来ていた「いわき明星大学」の教官と学生 21 人も、雪国の本格的な除雪作業と一緒に汗を流しながら体験しました。



3 月

目次

2 交通事故死亡者ゼロ 2000 日達成

3 町内各地でボランティアが 除雪支援

4 町民記者通信

ボランティアさつき会で「配食と豆まき」／
高清水の「百万遍」／
川井長寿会で親睦旅行／
団子まきの托鉢／
桧原地区「子供サイの神」／
県立宮下病院出前講座による健康講演会／
春を告げる「カシャギ山のナデ」／
川井地区で健康講話と福祉座談会／

6 マイナンバーについて

8 非破壊式放射能検査を開始します

9 国民健康保険運営協議会委員の委嘱 桐の里産業株式会社が業務開始

阿部英敏さんに 8020 運動の認定証

10 民話 第 48 話 小僧さんと坊さん 夢ポケット Book Review

11 こんにちは。協力隊です。Vol.17 自衛官採用試験のご案内

12 会津坂下警察署から／自殺予防対策強化月間／国民年金基金制度のご案内／ご寄附／ 滝谷建設工業(株)が町に寄附／町の人口と世帯／会津坂下消防署三島出張所から／保健・子育て・健康づくり予定／地域ふれあいサロン予定／県立宮下病院から

14 ふくしま DC キャンペーンが始まります

16 第 43 回雪と火のまつり



表彰状を手にする町交通対策協議会長（二瓶町長）
（右から）須藤浩光 県会津地方振興局長、小松けい子 交通安全母の会副会長、栗城功 交通教育専門員、二瓶町長、小柴修一議長、鈴木美紀夫 会津坂下警察署長

**交通事故死亡者ゼロ
2000 日達成**
福島県交通対策協議会長表彰
三島町は 2 月 20 日午前 0 時で交通事故死者ゼロ 2、000 日を達成し、福島県交通対策協議会長表彰を受けました。
会津地方振興局の須藤浩光局長が 2 月 23 日、表彰状を二瓶隆司町長に伝達しました。須藤局長は「今後も地域が一体となった運動にご尽力いただき、一層の努力をお願いします」と話しました。
今年度、県内で発生した交通事故 87 件のうち約半数は高齢者が犠牲になった事故です。これから暖かくなり、外出する機会も増える時期になりますが、交通事故に遭わないように、また、起こさないようにご注意ください。



福島県大沼郡三島町 みしまち

三島町は、福島県の西部を流れる只見川沿いの小さな町です。優良な「会津桐」の産地として知られるほか、小正月の行事「サイノカミ」や、野山の材料で作る「編み組細工」などの伝統が受け継がれ、「日本で最も美しい村」連合に加盟しています。
■面積 90.83km² ■人口 1,809 人（2 月 1 日現在）





伝統を守る桧原地区「子供サイの神」

文・写真 町民記者 佐々木邦雄さん（桧原）

2月15日、桧原地区の「子供サイの神」が行われました。この小規模なサイの神の特徴は、身内の不幸などで1月15日の「サイノカミ」に参加できない人でも参加できる行事で、約1ヶ月遅れの日曜日に行われています。

夜7時に6mのサイの神が海老名英機区長と片山寧々さんらにより点火されると勢よく燃え上がり歓声が上がりました。みかん撒きも行われ、餅やスルメを焼きながら今年一年の無病息災を願いました。



県立宮下病院出前講座による健康講演会

文・写真 町民記者 坂内洋二さん（西方）



2月19日、ふるさとセンターで「西方健康を守る会」主催の健康講演会が開催されました。

「いつまでも元気に」をテーマに、県立宮下病院の齋藤さおり看護師が、いつまでも元気に生活する心の持ちようについて、おしゃれ、人に会う事など、8つのポイントを講話した後、脳の活性化と転倒防止につながる気軽にできる体操として、ゴム風船を脹らまし、ビニール袋に入れてみんなで撞き合っ



春を告げる「カシャギ山のナデ」

文・写真 町民記者 坂内洋二さん（西方）

2月22日、すっかり春めいた道路で、子ども達がサッカーに興じていました。その背景には、子ども達と同じくサッカーを楽しんでいるように躍動的な雪崩跡。

西方地区では昔から、「カシャギのナデがこげっと春だ！後、雪も終わりだ。」と云われてきました。最近、地球温暖化の影響なのか寒中に雪崩が見られます。今年も1月24日には小規模の雪崩が確認されましたが、その後に大雪！

しかし、もう本格的な春が、すぐそこまで来たようです。



川井地区の健康講話と福祉座談会

文・写真 町民記者 角田伊一さん（川井）



2月24日、川井長寿会と友愛サロン共催の健康講話と福祉座談会が開催されました。宮下病院薬剤部の山田正人先生から出前講座として「お薬の正しい知識」についての講話を拝聴したあと、輪投げゲームを楽しみました。高得点のお父さんもほとんど点数の稼げなかったおばあちゃんも、わいわいがやがや、とても楽しくプレーに興じました。お腹を空かせたあとは楽しい食事会。後援していただいた福祉協議会の関係者を交え、身近な話題について話し合うことが出来て、とても充実した一日となりました。



一足お先に「福はうち」

文・写真 町民記者 角田陽市さん（大登）

2月1日、ボランティアさつき会の恒例行事「配食と豆まき」が行われました。「地域ふれあい配分事業」の一環として毎年実施しています。午前8時30分、役員・会員が生活改善センターに集合、事前に準備した食材をもとにお弁当が出来上がりました。

お弁当と節分の豆、会員の手作りによる折り紙で作った縁起物のコマを添え、75歳以上のお年寄りの家庭を訪問し、激励して回りました。以前は子どもたちが一緒にお年寄りを訪問し、玄関先で子どもたちが豆まきをしたそうです。一足早い節分でした。



高清水の「百万遍」

文・写真 町民記者 菅家敏一さん（高清水）



大雪の今年も、高清水地区では2月7日に大きな数珠を持って各家庭を回る「百万遍」を行いました。各家庭の方々と一緒に「なんまいだ・なんまいだ」と唱えながら大きな数珠を左回しで回します。

数珠を回すことには、鎮魂^{ついでん}、追善、豊穰、除災などの意味が込められているそうです。この祈願を込めて各家の方々が数珠を回しました。小さな地区の行事ではありますが、継続していければと思います。



川井松音寺の団子まき

文・写真 町民記者 角田伊一さん（川井）

2月11日、川井の松音寺で団子まきが行われました。本来はお釈迦様のお亡くなりになった15日の涅槃会に行われる恒例の行事ですが、近年は涅槃会に関わりなく実施されています。

前日に川井・大登の檀家のお母さん達が、三色に染めて丸めた団子約千袋を用意しました。当日は午前10時よりお住職のお勤めがあり、説話を拝聴したあと護持会の役員が団子をまきました。参詣に訪れた老若男女は歓声をあげて拾い集め、楽しいひとときを過ごしました。



団子まきの托鉢

文・写真 町民記者 坂内洋二さん（西方）



2月11日、西隆寺の団子まきの浄財を集める托鉢が実施されました。

みしまテレビで2月後半に、昭和56年の「托鉢／団子まき」が放映され、現在とは少々異なる懐かしい托鉢の様子が甦っていましたが、今年も手伝いの小学生3人が布袋を担いで遠藤弘佳和尚と一緒に歩き、沿道に並んだ地区の方々から浄財の米やお金を頂きました。3月19日に団子丸め、21日・彼岸の中日に団子まきが行われます。



マイナンバーは国や公共団体などで利用されます。

平成 28 年 1 月から、社会保障、税、災害対策の行政手続にマイナンバーが必要になります。

ただし、マイナンバーは社会保障、税、災害対策の中でも、法律や自治体の条例で定められた行政手続でしか使用することはできません。

社会保障

- ・年金
- ・労働
- ・医療
- ・福祉

- ・年金の資格取得や確認、給付
- ・雇用保険の資格取得や確認、給付
- ・ハローワークの事務
- ・医療保険の保険料徴収
- ・福祉分野の給付、生活保護 など

税

- ・税務当局に提出する確定申告書、届出書、調書などに記載
- ・税務当局の内部事務 など

災害対策

- ・被災者生活再建支援金の支給
- ・被災者台帳の作成事務 など

※このほか、社会保障、地方税、災害対策に関する事務やこれらに類する事務で、地方公共団体が条例で定める事務にマイナンバーを利用することがあります。



民間事業者でもマイナンバーを取り扱います。

民間企業は、従業員の健康保険や厚生年金の加入手続を行ったり、従業員の給料から源泉徴収して税金を納めています。また、証券会社や保険会社等の金融機関でも、利金・配当金・保険金等の税務処理を行っています。平成 28 年 1 月以降は、これらの手続を行うためにマイナンバーが必要となります。そのため、企業や団体にお勤めの方や金融機関とお取引がある方は、勤務先や金融機関にご本人やご家族のマイナンバーを提示する必要があります。

行政機関や民間企業へマイナンバーの告知が必要となります

マイナンバーを提示する身近な例は？

「年金を受給しようとするとき年金事務所に提示」「確定申告をするとき税務署に提示」「児童手当の現況届を提出するとき役場に提示」「源泉徴収票などに記載してもらうとき勤務先に提示」などの場面で使われます。



シリーズマイナンバー 第1回

マイナンバー 社会保障・税番号制度

国民生活を支える社会的基盤として、社会保障・税番号制度を導入します

国民一人ひとりに番号を割り振り、社会保障や納税に関する情報を一元的に管理する「共通番号（マイナンバー）制度」を導入するための法律が平成 25 年 5 月に国会で成立し、平成 28 年 1 月からマイナンバーの利用が始まります。何回かに分けて、シリーズでマイナンバーの制度についてご案内します。

📍役場 町民課 ☎（48）5556



イメージキャラクター
マイナちゃん



マイナンバーってなに？

マイナンバーは、住民票を有する全ての方に 1 人 1 つの番号を付して、社会保障、税、災害対策の分野で効率的に情報を管理し、複数の機関に存在する個人の情報が同一人の情報であることを確認するために活用されるものです。

マイナンバーは、行政を効率化し、国民の利便性を高め、公平かつ公正な社会を実現する社会基盤です。

マイナンバーによって期待される 3 つの効果

国民の利便性の向上

添付書類の削減など、行政手続が簡素化され、負担が軽減されます。情報提供など記録開示システムによる情報の確認や提供などのサービスを利用できます。

公平・公正な社会の実現

所得や他の行政サービスの受給状況を把握しやすくなり、脱税や不正受給などを防止するとともに、本当に困っている方にきめ細かな支援を行えます。

行政の効率化

行政機関や地方公共団体などで、様々な情報の照合、転記、入力などに要している時間や労力が大幅に削減されます。複数の業務の間での連携が進み、作業の重複などの無駄が削減されます。



マイナンバーはいつわかるの？

平成 27 年 10 月から 12 桁のマイナンバー（個人番号）が通知されます。

- ・町から、住民票の住所に通知カードが送付されます。
- ・通知カードを受け取られた方は、同封された申請書を郵送することなどにより、役場窓口で「個人番号カード」を受け取ります。

国民健康保険運営協議会委員
6 人に委嘱状を交付

2015.2.23



委嘱を受ける長谷川清雄町議会議員

町国民健康保険運営協議会委員の委嘱は 2 月 23 日に行われ、6 人が委嘱されました。会長には、小柴正洋議員が選任されました。

当協議会は町長の諮問に応じて招集され、国民健康保険の運営、税率などについて審議し、町長に答申します。委員定数は 6 人（被保険者代表 2 人、保険医または保険薬剤師代表 2 人、公益代表 2 人）で任期は 2 年間です。

町国民健康保険運営協議会委員名簿			
	氏 名	備考	任期
	北 館 長 一	被保険者代表	H27.1.1 から H28.12.31 まで
	馬 場 弘 子	被保険者代表	
	黒 沢 正 喜	保険医代表	
	五 十 嵐 真 吾	保険薬剤師代表	
会 長	小 柴 正 洋	公益代表	
	長 谷 川 清 雄	公益代表	

規則正しい生活で歯も体も元気

阿部英敏さん
歯の健康が認定される
歯っぴいライフ 8020 運動

阿部英敏さん（桧原）81 歳は県が推進する「歯っぴいライフ 8020 運動」で 80 歳で自分の歯が 20 本以上保たれていることが認められ、認定証が授与されました。

一本だけ欠けた歯以外はすべて自分の歯。阿部さんは「毎日寛容な気持ちで規則正しい生活をするのが健康長寿の秘訣です」と話しました。



二瓶町長と岸本篤美執行役員（写真左）

農業法人「桐の里産業株式会社」は松原地区の「旧三島町他二町一カ村衛生処理組合事務所」を、同社の事務所として、新たな看板を掲げ業務を開始しました。

桐の里産業株式会社は町内に現存する優良な農地を守り、農業の担い手である「認定農業者」に集積を行い、農地の有効活用及び遊休農地が増加することを防ぐ目的で設立されました。

町の重要な生活基盤である農地を守り、農業の新たな担い手の確保を目指します。

農業法人「桐の里産業株式会社」
3月1日から業務を開始しました

非破壊式による自家消費野菜などの
放射能検査を開始します

町の放射能検査室（道の駅尾瀬街道みしま宿 2 階）では平成 27 年 4 月 1 日より、検査品を切り刻まなくても放射能検査ができる機器の運用を始めます。

【非破壊式検査のポイント】

検査品を細かく切り刻む手間が不要です。また、基準値を超えない場合は検査後に食べられます。

●検査の目的

非破壊式の検査は、従来の検査（細かく切り刻む方法）と同様に、検査品が基準値（100 Bq /kg）以内かどうかを調べることが目的です。

●事前にある程度の処理が必要

検査する前には下記の作業をお願いします。

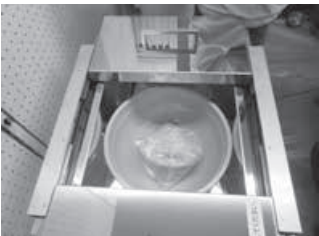
- ①土（泥）などをよく洗い流す
- ②大きい（長い）サイズのものはカットする
- ③食べられない部分はできるだけ取り除く（魚は三枚おろしにする）



●従来の検査のメリット

放射能は測定値がばらつく性質があり、測定ごとに値が多少変わります。従来の検査は細かく切り刻む手間はありますが、**非破壊式の検査に比べ測定値のばらつきが小さい特徴があり、より確実なスクリーニングができます。**次の品は従来の検査をお勧めします。

- ①米、豆などの粒径が小さいもの
- ②液体
- ③食べられない部分が多いもの（トウモロコシなど）



☎放射能検査室 ☎（52）3511 役場 地域政策課 ☎（48）5533

非破壊式検査の流れ

- ①検査の申し込み
予約は不要ですが、事前に電話予約してもらうとスムーズに対応できます。
- ☎（52）3511
※平日のみ 8 時 30 分～17 時 15 分
- ②検査食品の準備
自家消費野菜などを 500g（できれば 700g）以上準備する
- ③自宅などで前作業
・土や泥はよく洗い流す
・大きい（長い）ものはタテ・ヨコ・高さともに 15 cm 以内に切る
・食べられない部分は出来る限り取り除く
・ビニール袋に二重に密封して持参する
- ④検査
・放射能検査室にある申込書に記載する。
・最終受付時間は 16 時まで
- ⑤検査結果説明
・検査が終了した食品はお持ち帰りください
・受付からの所要時間は 30 分です

民話



第48話

小僧さんと坊さん

元話

故 秦 テイさん（大石田）

再話

五十嵐七重さん（西 方）

ざつとむかしが あった
どお。

あつとごで小僧さんのど
ごさ、もらわつちえっただ
どお。

したら、そこは坊さんでな
くて、鬼じじど鬼ばばが居
だだどお。小僧さんぶつた
まげだわやれ、なじよが
して逃げんべど考えでだ
どお。

夜中なつと、鬼じじど鬼
ばばがいつべんに寝つから
なあゝおつかねえの。

「ゴソツ ゴソツ」長ゝゝ
いペロだして、小僧さんの
背中あ「ズラズラゝゝッ ズ
ラズラゝゝッ」どつてなめん
だどおゝ

「いやいや おつかねえ
なじよしたら逃げられん
べえ」

なめられながら小僧さん考
えだどお

「おばばあ おばばあ
バツコ出だぐなつたあ」

ビグビグ言つたんだあ

「ああゝ バツコがあ。こ
ごさいいよ」

「こうだ布団の中さいや
んにえ」

「さすけねえ たいよお」
「なんぼうなんでも 布団
の中さいたいやんにえが
ら、便所さやつてくんつえ」

「そんじやら たつちやら
すぐに戻れよつ」

したら鬼じじは、小僧さん
の腰さひもゆつつぶつて
「そら 行つて来おゝ」

つたどお。小僧さん便所さ
へえつと

「こんぞお こんぞお
まあだあがあ」

「まあだだあゝ」

ちゅうど、急いでひもほど
いで逃げだどお。似せ坊さ
んは、

「まあだがあゝ まあだ
があゝ」

切らさず言つてからにげだ
どお。

わつしよ わつしよ 逃げ

だどお。したらば、明りポ
ポポゝゝゝッと見えだから

「助けてくんつえゝゝ」

助けてくんつえゝゝ」

どつて、どんどん どんど
ん とんだのなあ。

明りんどごさ着ぐど

「寄せでくつえ 早ぐゝゝ」
そこは、本物の坊さんの寺
であつたがらなあ、助け
らつちえ ほんに、安堵し
たごどやれ。

ざゝゝつと むかしさけだ
どお。



こんにちは。協力隊です。

Vol.17

三島町地域おこし協力隊 三浦 健太郎

3月に入り雪もあまり降
らなくなり、町内もだいぶ
落ち着いてきたように思ひ
ます。今年の雪はかなり多
かったようで、家の前や周
りが雪でいっぱいになり、
少し心が折れかけるなど、
雪には慣れてもその大変さ
にはまだまだ慣れず、自分
の認識の甘さを痛感したと
ころです。

さて、今年度も残すはあ
と1か月となり、地域おこ
し協力隊としての2年目の
活動も終わろうとしていま
す。そこで、今回は三島町
に来た当初のことについて、
簡単にですが振り返ってみ
たいと思います。

私は一昨年の5月、地域
おこし協力隊の面接の際に
初めて三島町を訪れまし
た。車ではなく鉄道を利用
し、会津宮下駅で降りまし
たが、その時の第一印象は
「山がすぐく近いな」とい

うものでした。こちらの人
からしたら変な感想かもし
れませんが、自分の地元は
おろか埼玉県にも山という
山は無かったので、山がこ
れだけ身近にあるというこ
とでまるで別世界に来たよ
うな感覚でした。

そして、町内を少し歩い
てみると、やはり人やお店
が少ないことや、自然が豊
かであることなど、ありき
たりですがいわゆる「田舎」
の部分を感じました。その
当時は勉強不足で、三島町
の人口約1,800人、高
齢化率50%近くという数字
が、自分の地元や都会と比
べるとかなり深刻だとは思
っていましたが、田舎は
どこもこれくらいなのかと
も思っていました。

しかし、この数字は県内
だけでなく全国でもトップ
クラスであり、三島町がい
わゆる「田舎の中の田舎」

であるという事実気づい
たのは、町で暮らし始めて
からしばらく経ってからで
した。また、田舎で暮らし
ということだけでなく一人
暮らし自体も初めてだった
ので、仕事だけでなく生活
の面でも初めて経験するこ
とがほとんどでした。

そんな中、当初は不便
だったり、苦手な虫が多
かったり、マイナスの部分
に目が行ってしまいがちで
した。しかし、地元や都会
にいたら、気づかなかった
り経験できなかったと思う
ことがたくさんあり、三島
町に来たことは、自分にとつ
ての非常に良い選択になつ
たと思っています。

紙面の都合上非常に簡単
に、またほんの一部のこと
しか振り返れませんでした
が、このように三島町との
出会いやそこでの生活は、
自分の人生にとって色々と
衝撃的であり、また非常に
良い経験となっています。
次回のこの投稿では、その
約2年間三島町で暮らして
みて感じたことについて書
いてみたいと思います。

自衛官採用試験のご案内

募集項目	資 格		受付期間	試験日
幹部候補生 (一般)	22歳以上26歳未満の者(20歳以上22歳未満の者は大卒 (見込含)、修士課程修了者等(見込含)は28歳未満		3月1日～5月1日	1次試験 5月16日・17日
	修士課程修了者等(見込含)で20歳以上28歳未満の者			2次試験 6月16日～19日
予備 自衛官補	一般	18歳以上34歳未満の者	① 1月8日～3月24日 ② 7月1日～9月18日	① 4月10日～4月14日
	技能	18歳以上で国家免許資格等を有する者 (資格により53歳未満～55歳未満の者)		② 10月2日～10月5日

※予備自衛官補は教育終了後予備自衛官として任用されます。教育訓練は7月以降に開始し、訓練では日額7,900円が
手当として支給されます。

詳しくは下記までお問い合わせください。

☎自衛隊 福島地方協力本部 会津若松出張所 会津若松市門田町大字黒岩字大坪 57-1 ☎0242 (27) 6724



町民センター図書コーナー ゆめばけつと

Book Review

●利用時間 月～土 9:00～21:00 日祝 9:00～17:00 ●お休み 年末年始 ㊦教育委員会 ☎(48) 5599



ローマ法王に
米を食べさせた男

高野 誠鮮 著
講談社

過疎高齢化で疲弊した石川県羽咋市の神
子原地区を60万円の予算でわずか4年間
で立ち直らせた“スーパー公務員”高野氏
の30のアイディア集。



鬼龍院花子の生涯

宮尾 登美子 著
文春文庫秋社

土佐高知を舞台に鮮やかに描かれる任侠
一家の人生模様。
直木賞をはじめ、数々の文学賞を受賞し
昨年他界した著者の傑作長編。



でんでんむしのかなしみ

新美 南吉 作
かみや しん 絵
大日本図書

自分の背中の殻の中にたくさんの悲しみ
がつまっていることに気がついたでんでん
むしは、何匹もの友達を訪ねて嘆いてみた
のですが・・・さて友達の反応は？

保健・子育て・健康づくり

☎町民課 ☎ (48) 5565



実施予定

▶ 4カ月児健診

3月10日㊥ 11:15～ 坂下厚生総合病院

4月14日㊥ 11:15～ 坂下厚生総合病院

地域ふれあいサロン

浅岐あったかサロン

3月12日㊥ 10:00～ 浅岐集会所

サロンないり

3月18日㊥ 10:00～ 名入公民館

心配ごと相談

3月12日㊥ 9:30～ 福寿草

☎町社会福祉協議会 ☎ (52) 3344

県立宮下病院から

栄養士のつぶやき

県立宮下病院 管理栄養士 小野知恵氏

「和食」が2013年12月、ユネスコの無形文化遺産に登録されました。この「和食」とは料理そのものだけでなく、行事食や地域に合った食材や調理法、多彩な器など日本人の伝統的な食文化を指しています。料理の基本形としては、主食＋汁物＋おかず＋漬物の組み合わせで、味付けは、食材の持ち味を活かす「だし」とみそやしょうゆなどの発酵調味料です。

だしの代表は「昆布だし」「かつおだし」などですが、うま味の素は昆布のグルタミン酸とかつお節のイノシン酸です。かつお節の1番だしは澄んだうま味の特徴で、汁物やうどん、そばなどのつゆ、2番だしはうま味が濃く、鍋物や煮物に適しています。また、「かつお昆布だし」にするとうま味は、7～8倍になると言われています。冷凍保存すると1週間はおいしく食べられますし、おいしいだしは減塩効果も期待できます。毎日の献立にいいだしを活用して、「和食の文化」を次の世代に継承していきたいものです。

会津坂下消防署三島出張所から

ヒートショックに注意しましょう

◆「ヒートショック」とは…

急激な温度の変化で身体がダメージを受けることです。入浴時に多く発生し、寒い脱衣室で衣服を脱ぐと、急激に体温が下がり、寒冷刺激によって血圧が急激に上昇します。この血圧の急上昇が、心筋梗塞、脳卒中を起こす原因のひとつとされています。ヒートショックの危険性が高い人として、高齢者、高血圧、糖尿病、脂質異常症をもっている人が挙げられています。

＜ヒートショックの対策方法＞

- ・除雪前には準備体操などで体を慣らし、血圧の変動を抑える
- ・シャワーによるお湯はり（浴室全体を温める）
- ・夕食前・日没前の入浴（外気温が高く温度差が少ない）
- ・食事直後・飲酒時の入浴を控える
- ・湯温を41℃以下に設定する
- ・ひとりでの入浴を控える
※可能な場合は、家族による見守りや、公衆浴場、日帰り温泉等を活用し、1人での入浴を控えることも有効です。

市民救急講座を受講しませんか

会津若松消防署では、毎週土曜日9時から市民救急講座を開催しています。㊥今年4月からは第3・第4日曜日の9時からの開催となります。会津坂下消防署でも毎月第2土曜日9時から開催しています。

市民救急講座では、心肺蘇生法やAEDの使い方、けがの手当など、応急手当を習得してもらえるよう、町民の方や事業所などを対象に救命講習を開催しています。大切な人を、家族を、命を守るため、救命講習を受講して知識と技術を学びましょう。

☎会津坂下消防署 三島出張所 ☎ (52) 3032

一枚写真が入選 映像は佳作

県市町村広報コンクール

第60回県市町村広報コンクール、一枚写真の部で当町の広報みしま12月号の表紙が入選に選ばれました。また、映像の部ではみしまテレビの「桐の里運動会」が佳作に選ばれました。



ご寄附

ありがとうございました

ふるさと納税(町へのご寄附)

五十嵐 竹男 様(会津若松市)

町社会福祉協議会への寄附

ご遺志によるもの

羽田 芳治 様(西方)

栗城 才二 様(宮下)

滝谷建設工業(株)が

町に寄附

滝谷建設工業(株)は、2月14日に開催された第43回雪と火のまつりの出店売上金を町に寄附しました。目黒通浩代表取締役が役場を訪れ、二瓶町長に目録を手渡しました。



二瓶町長に目録を手渡す滝谷建設工業(株)の目黒通浩代表取締役

町の人口と世帯

2月1日現在

人口	1,809	-11	出生	0
男	876	-4	死亡	6
女	933	-7	転入	2
世帯	810	-7	転出	7

㊥住民基本台帳による数値です。増減は前月との比較、出生・死亡・転入・転出は前月1カ月間に届出のあった人数です。

自殺予防対策

強化月間のお知らせ

3月は自殺予防対策強化月間です。福島県では毎年400人以上が自殺により尊い命をなくしており、自殺はみなさんの身近にあるものです。自殺を予防するにあたって大切なことは、「きづく・つなぐ・まもる」の3つです。自分がなやみを抱えた場合は、一人で抱え込まず、悩みを話せる相手に相談してみましょう。また、周囲の人の変化に気付いた場合は、勇気を出して声をかけてみてください。そして、安易に励ましたりせず、その人の話に耳を傾け、早めに専門家に相談するよう促しましょう。

話を受け止め、一緒に考えてくれる人が身近にすることで、悩んでいる人の孤立を防ぐことができます。みなさん一人ひとりの気づきが、自殺を減らすことにつながります。

国民年金基金制度のご案内

国民年金基金は、自営業、農業などの国民年金の第一号被保険者の方々がゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乘せする公的な年金制度です。加入は任意で色々な年金のタイプから現在の状況や将来設計にあわせて選ぶことができます。

◆加入できる方

国民年金に加入している20歳以上60歳未満の方及び60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している方

※掛金は全額社会保険料控除、受け取る年金公的年金等控除の対象になり、税制面で優遇されます。また、年金受給や保証期間内にお亡くなりになった場合、ご家族に一時金が支払われます。

☎福島県国民年金基金

☎ 0120 (65) 4192

会津坂下警察署からのお知らせ

三島町での刑法犯(1月) 0件

なりすまし詐欺
被害防止の取り組み

平成26年中における「なりすまし詐欺」被害は、過去最悪となり、特に65歳以上の高齢者の被害が、約8割を占めるなど、高齢者の被害が急増しています。県警察と各金融機関との間で、「なりすまし詐欺被害防止に関する協定」を締結し、窓口での確実な声かけと迅速な通報を要請しています。

その要請内容は以下のとおりです。ご協力をお願いします。

各金融機関において、おおむね65歳以上で、200万円以上の現金を引き出そうとする高齢者の方に、なりすまし詐欺被害の有無を確認するチェックリストなどを活用して、被害の可能性が疑われる場合には、警察署への通報を要請しています。

街頭犯罪発生件数(1月)

区 分	管 内	三島町
強 盗		
空き巣ねらい		
忍 び 込 み		
事務所荒らし		
出 店 荒 ら し		
自 動 車 盗		
オートバイ盗		
自 転 車 盗		
自販機ねらい		
車 上 ね ら い	1	
ひ っ た く り		
部 品 ね ら い		
強制わいせつ		
街頭犯罪合計	1	0
全 刑 法 犯	3	0

※全刑法犯には街頭犯罪以外（器物損壊、暴行、傷害、万引き、詐欺など）の犯罪発生件数が含まれます。

／ふくしまDC本番に向けてパワーアップ!!／

おもてなし伍バッジ
みんなでおもてなし
福が満開
福のしま。
ようこそ!
福島へ

福が満開 おもてなし隊

DC
開幕版

／参加者募集中!／

福が満開おもてなし隊とは…ふくしまDCのキャッチコピー「福が満開、福のしま。」には、春に咲き誇る花々や130を超える良質な温泉、豊かな食など、福島にあふれる観光資源の魅力と、全国からのご支援に対する感謝の笑顔で、福島を訪れる人をみんなでおもてなしたいという気持ちが込められています。この気持ちを本県に訪れるお客様に伝え、「福島にまた来たい」と感じてもらえる福島をつくりあげていく活動が「福が満開おもてなし隊」です。

新事業がスタート!

ワンランク上のおもてなし
6つのどうぞ

旅のお客様に向けて、6つのおもてなしを実施する方や団体様を募集します!

いすをどうぞ
お座りください

福が満開、福のしま。
ようこそ!
福島へ

かわいい
伍バッジが
自印!

福が満開 おもてなし隊

U-18 アンダーエイティーン

小・中・高校生等の学生のご登録も募集しています。

お茶をどうぞ
お飲みください

かさをどうぞ
お持ちします

トイレをどうぞ
お借りください

かけ込みどうぞ
お申し込みください

お荷物をどうぞ
お預かりします

登録申込書のダウンロードWebからのお申込みはこちら▶ [福が満開おもてなし隊](#) | Q

ようこそ!
福島へ

ふくしまDC用 オリジナルPRツール配布中

自治体・企業・団体・事業者向け

／オリジナルPRツールでふくしまDCを盛り上げよう!／

PRツール例)のぼり、ポスター、パンフレット・ステッカー等※オリジナルPRツール及びその発送に要する経費は無料です。

申込書のダウンロードWebからのお申込みはこちら▶ [ふくしまDC 盛り上げたい](#) | Q

福が満開、
福のしま。

ふくしまデスティネーション キャンペーン開催

2015年 4月1日～6月30日

デスティネーションキャンペーン(DC)は県や市町村等とJRグループ6社が連携して実施する国内最大級の観光キャンペーンです。

花をはじめとする美しい自然、豊かな食、くつろぎの温泉、そして歴史や伝統文化。福島はたくさんの魅力に満ちていて、まさに「福が満開」です。キャンペーン期間中は、今までの御支援に対する福島ならではのおもてなしと、たくさんのイベントや周遊企画などで皆様のお越しを心からお待ちしております。

ふくしまDC3大周遊特別企画

● 花巡り!

福島県の花の名所を巡る
花の王国 福島
キビタンフラワースタンプラリー 2015

開催期間: 2015年 3月21日(土)～6月30日(火)
福島県7エリア
218箇所の花の名所にあるスタンプを集めて、豪華プレゼントをもらおう!

● 食・温泉巡り!

ふくしまデスティネーションキャンペーン特別企画
福が満開、福のしま。プレゼント&クーポンキャンペーン 2015

2015年1月9日(金)～12月31日(木)

DC期間中はプレゼント多数!!

お得なクーポン付き
県内1033施設・店が参加!
福島県内の温泉・ホテル、お店、施設などのお楽しみが満載!!
クーポンが満載!!

ポイントを集めて豪華プレゼントをもらおう!

県内1033施設が参加
宿泊施設や観光施設などを巡ってポイントを集めて豪華プレゼントをもらおう!

● 歴史+街なか巡り!

福島県×リアル探検隊
リアル宝探しイベント in 福島
コードF-5
～福島に咲く神の花伝説～

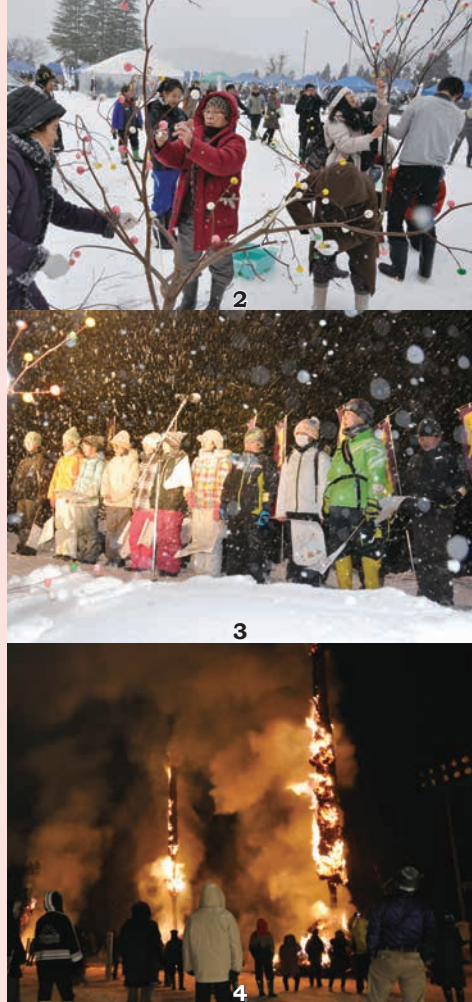
開催期間
2015年3月20日(金)～9月27日(日)
※一部エリアのみ4月17日(金)から開始

謎めいた宝の地図を手がかりに、福島県内各地のどこかに隠された宝箱を探す体験型の宝探しゲーム。宝箱の発見者には、各エリアの素敵な特典や発見者賞のほか、抽選で豪華賞品をプレゼント。

お問合せ 福島県観光復興キャンペーン委員会(県観光交流課内) TEL 024-521-7398 [ふくしまDC](#) | Q

雪国の伝統行事を再現

第43回 雪と火のまつり

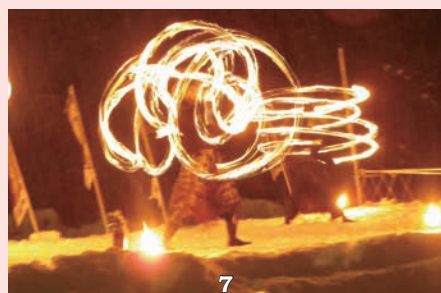


第43回雪と火のまつりは2月14日、町民運動場で開催され、町内外から多くの来場者で賑わいました。国の重要無形民俗文化財「三島のサイノカミ」や「鳥追い」が再現され「団子さし」が飾られた会場は、雪国の民俗文化に染まりました。

会場では、朝から松原地区と川井地区の方々が高さ20メートル以上の御神木を立てました。また、大登地区の皆さんの指導により、三島小・三島中の児童生徒と、いわき市四倉の子どもたちが、サイノカミ作りを体験。雪に覆れた会場には、計5本のサイノカミが立ちならびました。

辺りが暗くなつてくると、サイノカミに御神火が点火され、立ち上る炎が会場を赤く照らしました。

日中は雪上フラッグや雪上綱引き、アイスづくりなど、雪の中で楽しいイベントが繰り広げられました。まつりの最後は福々みかんまきが行われ、クジつきのみかんを拾った方に景品が贈られました。



1_大登地区の皆さんの指導により、小中学生がサイノカミ作りを体験 2_会場を飾った団子さし。色とりどりの団子は老人クラブ女性部の皆さんと三島中の女子生徒によって作られた。 3_三島小の子ども達が参加し、再現された年中行事の鳥追い 4_激しく雪が降る中、5本のサイノカミが燃え上がった 5_会場では雪上綱引きや雪上フラッグなど楽しいイベントが繰り広げられた 6_お笑いコンビ「ワンパラ」の2人とお笑いタレントの神道裕さんらがステージを盛り上げた 7_「不知火人」によるジャグリングと炎のパフォーマンス。人と炎が織り成す技と幻想的な光景に観客は魅了された 8_恒例のくじ付きみかんまきが行われ、福を引き当てた方々には各種賞品が贈られた