広報

いずみざき

www.vill.izumizaki.fukushima.jp／

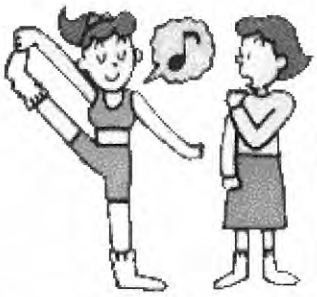
すくすく育ってます！

7月15日に保健福祉総合センターで「6・7か月児健康相談」が開かれ、身長・体重の計測や離乳食の指導などが行われました。

泉崎村議会議員一般選挙
投票日……9月21日(日)

2003
No.432
8

～いい汗かこう～　充実汗で充実感！



実践していますか 貯筋運動

埋蔵筋を発掘する有酸素運動（貯筋会の様子）

あなたはどっち？

みなさん、チョキンしていますか？

昨年7月より掲載をはじめた「貯筋通帳」が丸1年を迎えました。

チョキンとは、お金の「貯金」ではなく、筋肉の「貯筋」のことです。

私たちの生活はたいへん便利になった反面、運動不足により筋肉が衰え「貯筋不足」の人を増やしてしまいました。

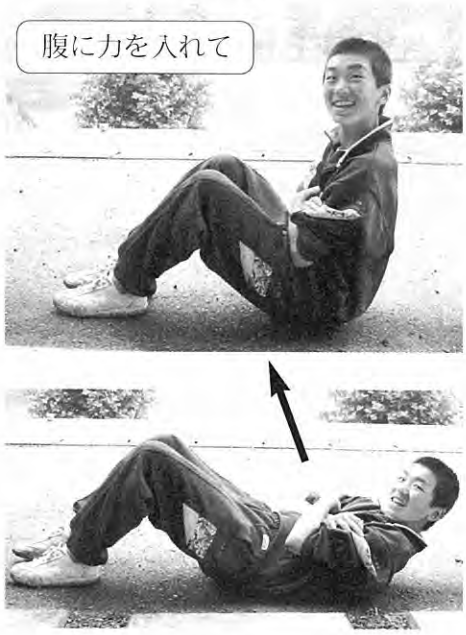
一生懸命に働いて貯金をしても、筋肉が衰えて、寝たきりになってしまえばベットの上でしかお金を使うことが出来ません。貯筋不足の方は、もう一度再確認をして、老後のために貯筋運動をはじめてみませんか。

＊ぜひ、毎月掲載している貯筋通帳を参考にしてください。

貯筋運動４つのメニュー

記帳の方法：毎日おこなった貯筋運動を記入する貯筋通帳が村内公共施設の窓口にあります。腹貯筋、脚貯筋、うで貯筋、埋蔵筋発掘の４つの貯筋運動を何回、何分おこなったかを記帳しましょう！

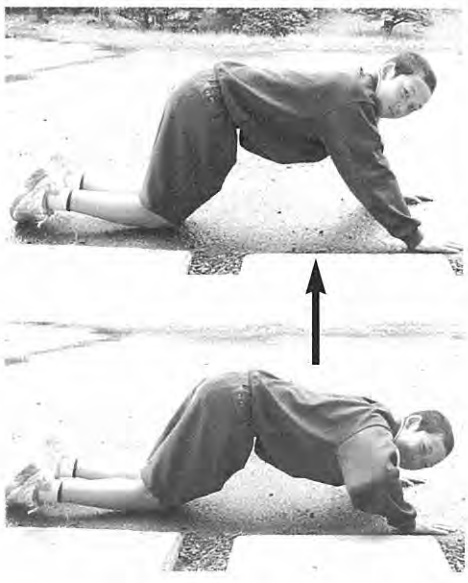
① 腹貯筋
上体起こし
目標　30回以上



② 脚貯筋
スクワット
目標　40回以上

③ 埋蔵筋発掘
ウォーキング／ジョギング
目標　30分以上

④ うで貯筋
腕立てふせ
目標　20回以上



「貯筋会（ちょきんかい）」開催中!!
貯筋運動の内容を実践的に行う「貯筋会」を開催しています。
どうぞお気軽に参加してください。
※バスも運行しておりますご利用ください。

＊日　時　毎月第１、第３火曜日
　　１０：００～１１：３０
＊場　所　農業者トレーニングセンター

～老後のために貯筋運動をはじめましょう～

特集
ストレッチ

貯筋通帳〈パート14〉

～みんなで伸ばそう健康寿命～

特集―身体調律プログラム（その3）

さて、先月号の❷大腿四頭筋チェックはどうでしたか？今月は3種目め大腿四頭筋（前太もも）のチェックです。

この筋肉は非常に大きな筋肉です。体重を支えて歩いたり走ったりするときに着地の衝撃を和らげるクッションの役割を果たします。

この筋肉が衰えたり硬くなると、クッションをすることができなくなり、直接衝撃が膝関節に加わるようになります。

膝の調子が悪い人は、この筋肉が衰えているか、硬くなっているかもしれませんね。（スポーツに盛んな少年少女の皆さん、膝が痛いなんて言っていませんか？悩む前に、ストレッチと筋力作りを行いましょう。）

方法：相手の足を人差し指だけで押します。かかとがお尻についたら良い（20点）。お尻につかない、又は押している人の人差し指が痛い場合はダメ（0点）。

❸大腿四頭筋【得点　　点】

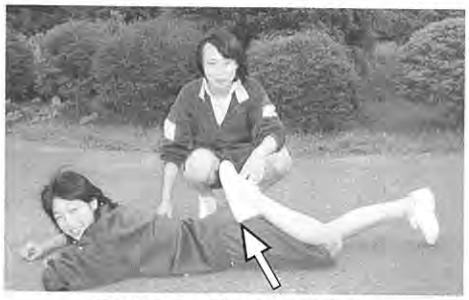


写真１．良い　20点
（かかとがお尻につく。）

写真２．ダメ　　0点
（かかとがお尻に着かない。
または押している人の指が痛い。）

写真3．大腿四頭筋のストレッチ
（やさしい）

写真4．大腿四頭筋のストレッチ
（ややきつい）

写真3・4．大腿四頭筋のストレッチ

片方の脚を折りたたみます。逆の脚は伸ばしたままの状態。写真３で楽な時は、ややきつい写真４のようにゆっくりと仰向けになりましょう。

写真5．大腿四頭筋

得点法について・・・・５種目の合計【　　／１００点満点】

❶腸腰筋（６月号）❷大腿二頭筋（７月号）❸大腿四頭筋（今月号）❹ふくらはぎ（９月号）❺体重分の脚筋力（10月号）でチェックしていきます。毎月、良い**２０点**・ダメ**０点**で合計してみましょう。

※良い２０点を取れた方：問題ありません。

※ダメ　０点の方：ストレッチ体操を行いましょう。毎日10分程度時間をとり伸びている筋肉と会話をするように行う。（伸び始って突っ張りだす感覚、突っ張りだして痛みのでるまでの感覚など・・・）

※スポーツ・健康についてのお問い合わせは、体育振興課（53-3775）まで。次回はふくらはぎの筋肉についてです。
※この内容は、村ホームページ(http://www.vill.izumizaki.fukushima.jp/)の体育振興課ｺｰﾅｰに掲載してあります。

泉崎村選挙管理委員会からのお知らせ

泉崎村議会議員一般選挙
投票日…９月21日（日）

９月30日任期満了に伴う泉崎村議会議員一般選挙を次により行います。

◆告 示 日　　平成15年９月16日(火)

◆投票時間

１．投票日当日　午前７時～午後６時

２．不在者投票（９月16日～９月20日まで）
　　午前８時30分～午後８時

◆投票のできる人

１．昭和58年９月22日までに生まれた者

２．平成15年６月15日までに転入届をした者

・・・・・ルールを守ってきれいな選挙・・・・・

介護の翼

在宅要介護認定者の住宅改修について

在宅要介護認定者が必要に応じた一定の住宅改修を行った時、居宅介護住宅改修費が償還払いで給付されます。本人の自立のためや介護の負担を軽くするため、必要な時はケアマネジャーにご相談ください。

〔住宅改修費の支給限度基準額〕

居宅介護住宅改修費の支給限度基準額は、同一住宅で20万円です。この20万円には、要支援者に対する居宅支援住宅改修費も含みますので、同一住宅、同一対象者の合計支給限度額は20万円の９割になります。

〔住宅改修費の対象となる住宅改修〕

種　　類	想定される内容例
①手すりの取り付け	廊下、便所、浴室、玄関等への設置 ＊形状は二段式、縦付け、横付け等の適切なもの
②床段差の解消	廊下、便所、浴室、玄関等の各室間の床の段差及び玄関から道路までの通路等の段差の解消
③滑りの防止・移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更	居　室：畳敷きから板製床材、ビニール系床材等への変更 浴　室：滑りにくい床材への変更 通路面：滑りにくい舗装材への変更
④引き戸等への扉の取替え	扉全体の取替え（開き戸の引き戸・アコーデイオンカーテンへの取替え）、ドアノブの変更、戸車の設置等
⑤洋式便器等への便器の取替え	和式便器から洋式便器（暖房、洗浄機能付等）への取替え ＊暖房等機能のみの取り付けは対象外
⑥その他	①～⑤の住宅改修に必要な付帯工事

なお、介護保険の対象にならない高齢者についても、予防対策のための住宅改修制度がありますので、詳しくは村保健福祉課（☎５４－１３３３）までお問い合せください。

Monthly Topics 今月の話題

「泉崎友の会」総会・親睦会

6月22日(日)、東京都新宿区で「第19回泉崎村友の会総会」が東京及び近郊の会員60名が出席し開催されました。

総会は、佐川秀勝会長の挨拶で始まり、来賓として出席した村長、議長、助役が祝辞や村の現況を述べました。議事では、14年度事業報告や15年度事業計画が審議されたのち、役員改選が行われ、佐川秀勝氏（踏瀬出身、埼玉県在住）が次期会長として全会一致で再選されました。

総会終了後、引き続き懇親会が行われ、久しぶりに再会した仲間と郷土の話やカラオケ、踊りなどで盛り上がりました。また村から芳泉流（創作舞踊）家元の小松芳泉さんや穂積チエ子さん、峠節保存会の菊地聖子会長他3名の方が出席し、泉崎村歌や峠節を披露し大いに会場を沸かせました。

天栄村の兼子村長を講師に迎え 第6回地方自治講演会 開催

6月27日(金)、保健福祉総合センターにおいて、第6回地方自治講演会が岩瀬郡天栄村の兼子司村長を講師に迎え開催され、約70名が聴講しました。

講演会では、兼子村長より民間での経験に基づいた業務への取り組みに対する姿勢や、各種施策、イベント等についてお話しいただきました。

村民ハイキング 開催

7月19日(土)、72名の参加のもと第26回村民ハイキングが開催されました。

あいにくの雨にもかかわらず、北塩原の小野川不動滝探勝路約10キロの長いコースを参加者全員が元気に完歩しました。

参加者の皆さん、お疲れさまでした。来年の計画も楽しみにしていてください。

じゃがいも掘りを体験！
「e－村民」夏の交流会　開催

7月20日㈰に「e－村民」夏の交流会が開催され、埼玉や東京などから来村した「e－村民」と、村からは天王台や八雲神社の方など合わせて70名が参加し、交流を深めました。

この日はまず、踏瀬にある「グリーンランドいずみざき」で完全無農薬が自慢のじゃがいも掘りを体験しました。はじめてという方もいて、土の中から出てくるじゃがいもを夢中で掘っていました。

昼食では、もちろん「じゃがいも料理」を満喫。肉じゃがにふかし芋、油味噌炒めなど、皆さんお腹一杯食べていました。

また昼食後は、数百種類の山野草や花木が生息しているという「タキッパラ植物の村」を歩きながら観賞し楽しみました。

＊じゃがいも掘りや料理などお世話をいただいた関係者の皆さん、御協力ありがとうございました。

プールで　安全祈願

7月8日㈫にさつき公園プールで、関係者約40名が出席したなか、オープン期間中の無事故を祈り安全祈願祭が行われました。

皆様のご利用をお待ちしております。

＊オープン期間
7月19日～8月31日
＊利用時間
1回目　午前9時30分～
午前11時30分
2回目　午後12時30分～
午後2時30分
3回目　午後3時～
午後5時
＊8月17日㈰は、県民の日で無料開放します。

泉崎村に防犯協会と
ボランティア連絡協議会が発足

防犯協会の設立総会

6月25日㈬に保健福祉総合センターで、泉崎村防犯協会の設立総会が、消防や防犯、交通、学校などの関係者30名が出席したなか開催されました。

この協会は、関係機関が連携し防犯体制を確立するとともに、防犯活動を推進し、明るい村づくりに寄与することを目的に設立されたもので、総会後には、白河警察署生活安全課の高住課長より、管内の防犯についての講演が行われました。

ボランティア連絡協議会の設立総会

6月25日㈬に中央公民館で、ボランティア連絡協議会の設立総会が、各団体や個人の会員の方45名が出席し行われました。

この協議会は、団体及び個人ボランティアの相互連携を図り、互いに研修しボランティア活動の参加促進を図ることが目的です。

これからも入会を募りますので、希望される団体・個人の方は中央公民館へご連絡ください。

（☎53・2258）

天王台ニュータウン東側道路に きれいな「あじさい」の花

この7月、天王台ニュータウンの東側道路の花壇にあじさいの花がきれいに咲き誇りました。

この花壇は、村内の友人等で結成しているグループ「味彩会（あじさいかい）」（代表　西巻幸さん、会員数15名）の皆さんが、ボランティア的な活動として4年前に植えたもので、現在その数は200本あり、毎年、除草など手入れをしているものです。

会の皆さん、来年もきれいな花が見られるようよろしくお願いします。

味彩会の皆さん（7/6除草作業後）

村立病院で 七夕まつり

7月7日(月)に、村立病院で「七夕まつり」が行われました。

七夕まつりでは、「いずみざき語りの会」の皆さん4名が、入院している患者さん30名を前に、昔話や紙芝居を披露、終わりにはアンパンマンなどに扮した会の皆さんより、お手玉がプレゼントされました。

一小・二小の児童が昔の遊びを体験！

第二小学校で「昔の遊び集会（6／26）」、第一小学校で「泉っ子まつり（7／4）」がそれぞれ開催されました。

これは、同校の毎年恒例の行事で昔の遊びの楽しさを味あわせ、作り方を伝授し、子供たちの遊びの幅を広げることを目的としており、この日、子供たちは公民館の人材活用の皆さんと交流を深めました。

二小「昔の遊び集会」

一小「泉っ子まつり」

クリーンアップ作戦

7月6日(日)に第3回村内統一クリーンアップ作戦が行われました。

作業は、草刈りが中心に行われましたが、同時に大変多くの空き缶などのごみ（1tトラック1台と軽トラック2台分）が回収されました。

子どもは宝！ 出産祝品贈呈

7月16日㈬に役場において、出産祝品贈呈式が行われ、第3子以上のお子さまが誕生された方へ村から出産祝品が贈られました。

また、踏瀬にアトリエをもつ彫刻家の村上勝美さんより、すてきな絵がプレゼントされました。

今回の対象者は、平成14年10月1日から平成15年3月31日までに生まれた方で、下記のとおりです。

（保護者・対象児童）

三村　哲久さん・友里菜ちゃん
佐々木紀一さん・仁くん
高橋　勝さん・悠くん
有賀　和広さん・圭佑くん
深澤　祐一さん・彩恵ちゃん
古澤　由次さん・龍斗くん
白髭　功さん・広くん
加藤　貴博さん・綺琳ちゃん
大河原　郷さん・舞ちゃん
泉川　修さん・和輝くん
海上　雅博さん・志歩ちゃん

＊村上さんより贈られた絵

ドライバーの皆さん安全運転を

7月16日㈬の夕方、役場前で、夏の交通事故防止県民総ぐるみ運動の一環として「交通安全テント村作戦」が行われ、帰宅途中のドライバーにチラシや缶ジュースを配り安全運転を呼びかけました。

ドライバーの皆さん、小さな子供やお年寄りに気をつけ、これからも安全運転でお願いします。

シニア英会話講座スタート

7月2日㈬に中央公民館で、公民館主催のシニア英会話講座が始まりました。

クラスが始まる前は、皆さん緊張していましたが、先生がハローとあいさつすると、元気良く英語で自己紹介をしていました。

笑いの耐えない楽しいクラスに皆さん喜んでいました。

勾玉づくり・火おこしを体験 第3回こども体験くらぶ

7月12日㈯、公民館主催事業こども体験くらぶが行われました。今回は、白河市の「まほろん」へ出かけ、福島県内外から出土した貴重な文化財を見学したり、体験学習として、勾玉づくりや火おこし体験を行いました。

館内は、見たり触れたりと体験型となっており、一日古代の文化に触れました。

八ケ代周辺環境対策委員会報告

7月3日㈭に八ケ代周辺環境対策委員会を㈱コラボ・ウェイストにて開催しました。協議の内容は下記のとおりです。

1．損害保険の件

万が一の事故に備えて損害保険に加入したことについて会社から報告がありました。

2．苦情の件

保育所から悪臭の苦情があり、会社、役場で対応したが、原因、原因者について特定するに至らなかたこと、7月中旬以降臭いは記録されていない旨などが報告されました。なお、引き続き追跡調査を実施することとなりました。

3．ダイオキシン類調査について

(1)排ガスダイオキシン類調査結果

協定値3ng-TEQ/m^3（注1）に対して0.032ng-TEQ/m^3と低い結果であったことが報告されました。

(2)土壌ダイオキシン類調査結果について

前回の委員会において平成10年の調査で510pg-TEQ/gが検出された箇所で再度調査してほしいという要望があったため、当時の写真を参考にして委員の方にも立ち会ってもらい当時の調査地点に近いところを選定して、平成15年3月25日に会社で役場、委員の方の立ち会いのもと調査を実施しました。

その結果、670pg-TEQ/gという結果が出ました。環境基準（注2）は1000pg-TEQ/gですが、「必要な調査の実施」を要する調査指標値である250pg-TEQ/gを上まわっていました。

このことから村では再調査について会社と打合せをしてきましたが、福島県で指導することになりましたので、県の指導をまって委員会を開催することになりました。

4．リサイクルプラント等について

会社からリサイクルプラント（焼却灰や無機汚泥等を再利用する施設）について変更後の計画について説明があり、種々質疑がありました。委員長から前回委員会で議題になった「関係地域住民の意見・申し入れ書」の主旨にかわりはない旨の発言がありましたが、会社からは、ご理解をいただきよろしくお願いしたい旨が伝えられました。

5．その他

現在㈱コラボ・ウェイストで行っている車庫建設（駐車場として使用していた場所）の件及び駐車場建設の件（工場下の沢）について説明がありました。駐車場建設については、雨水排水による下流域への影響を少なくするよう要望が出されました。

注1）「ng」は1グラムの10億分の1、「pg」は1グラムの1兆分の1。
＊東京ドームに相当する入れ物に水を満たして角砂糖1個（1g）を溶かした場合を想定すると、その水1ccに含まれている砂糖が1pg（ピコグラム）になります。

注2）環境基準とは、人の健康を保護する上で維持されることが望ましい基準として「ダイオキシン類対策特別措置法」に基づき定められた基準。

8月1日は「水の日」
8月1日～7日「水の週間」

身近にできる節水

「水は限られた貴重な資源」ということを理解し、日常生活でも必要以上の水を使わないよう心がけましょう。

浪　費　型

【材料・食器洗い】

蛇口を目一杯開きっぱなしで野菜洗いや食器洗いをする。

朝晩2回で　約6,100ℓ／月

【歯みがき】

水を流しっぱなしで歯みがきを3分間行うと、1回1人で36ℓの水を使用。

朝晩1日2回で　約8,600ℓ／月

注）一家4人家族として計算

節　約　型

【材料・食器洗い】

水をためて野菜や食器を洗う。

朝晩2回で　約2，200ℓ／月

【歯みがき】

歯みがきはコップ3杯の水で充分できます。

朝晩1日2回で　約150ℓ／月

住民基本台帳ネットワークシステム

住基ネット第２次サービス（本年８月25日から）

【住民票の写しの広域交付】

全国どこの市区町村でも自分の住民票の写し（戸籍の表示を省略したもの）が取れるようになります。

現在、住民票の写しの交付は、住んでいる市区町村でしか受けられません。

住基ネットを活用して全国の市区町村間で住民票の情報のやりとりができるようになることにより、全国どこの市区町村でも、住民基本台帳カード、運転免許証などを市区町村の窓口で提示することによって、本人や世帯の住民票の写し（戸籍の表示を省略したもの）の交付が受けられるようになります。

【転入転出手続の簡素化】

住民基本台帳カードの交付を受けている場合、転出届を郵送で行うことにより、

引っ越しの手続きで窓口に行くのは転入時１回だけで済みます。

現在、引越の場合には、まず、住んでいる市区町村に転出届を行い、転出証明書の交付を受けた上で、引越先の市区町村に転入届を行う必要があります。

住民基本台帳カードの交付を受けている場合は、確実な本人確認ができるため、一定の事項を記入した転出届を郵送で行い（この場合の転出届は、近い将来、インターネットで行うことも可能となる予定です）、住民基本台帳カードを引越先の市区町村の窓口で提示して転入届を行うことにより、引越の場合に窓口に行くのが転入時の１回だけで済むようになります。

住民基本台帳カードの登場

高度のセキュリティ機能を備えたICカードを採用します

- カード内に記録されている住民票コードにより、住基ネットでの本人確認に利用できます。
  →住民票の写しの広域交付、転入転出手続きの簡素化、法令で住基ネットの利用を認められた事務での本人確認に活用
- 写真付きを希望した場合は、公的な証明書として利用できます。

＊住基カード発行等の窓口業務時間

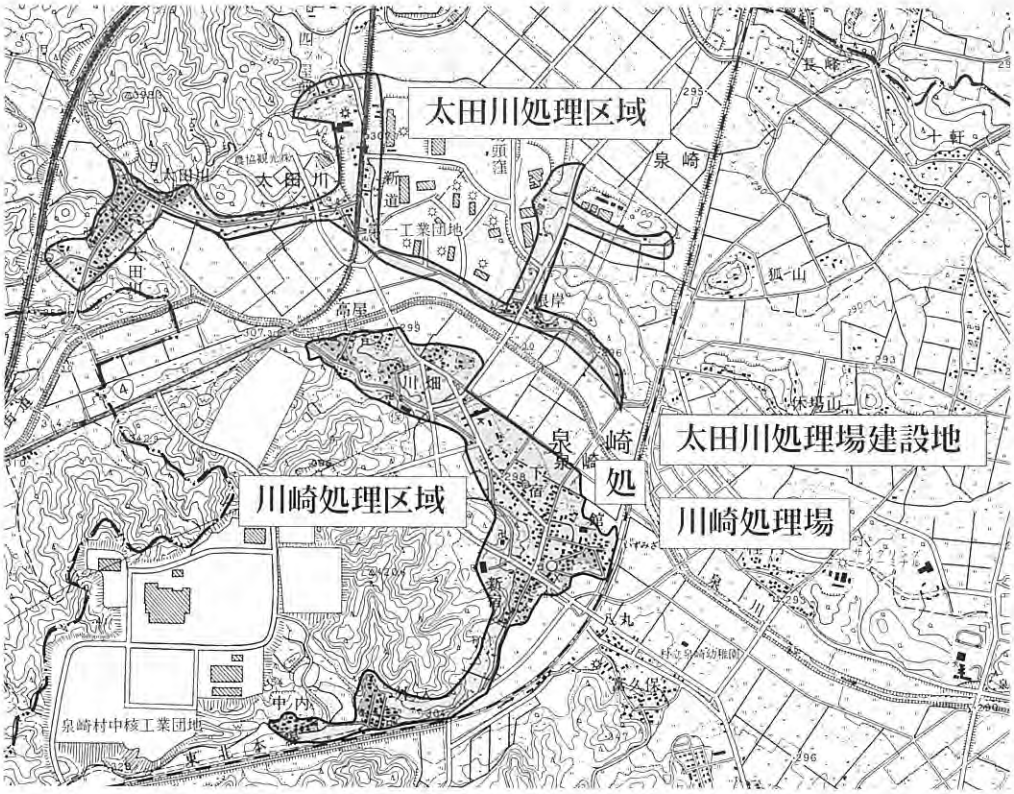
午前８時30分～午後５時

（土・日・祝日・年末年始の休日は除きます。）

○問い合わせ先

村住民課　☎５３－２１１１

より良い生活環境をめざして
農業集落排水事業 太田川・川崎地区の概要



平成	実施内容	
	太田川地区	川崎地区
平成6年度	管路工事L＝533m実施	
平成7年度	管路工事L＝1,975m実施	
平成8年度	管路工事L＝2,012m実施	
平成9年度	管路工事L＝1,842m実施	
平成10年度	管路工事L＝1,034m実施	
平成11年度	管路工事L＝330m実施	太田川地区と共同工事協定書締結
平成12年度	事業休止	事業休止
平成13年度	事業休止	事業休止
平成14年度	管路工事L＝30.9m実施	管路工事L＝23.4m実施
平成15年度	処理施設躯体・機器製作実施予定	処理施設躯体・機器製作実施予定
平成16年度	処理施設上屋・機器製作実施予定	処理施設上屋・機器製作実施予定
平成17年度	処理施設機器据付実施予定	処理施設機器据付実施予定
平成18年度	中継ポンプ実施予定	旧処理施設補修
平成19年度	供用開始予定	

太田川・川崎地区の概要

太田川・川崎地区の概要ですが、川崎地区は昭和60年から供用開始となった村の第1号機であります。近年、老朽化が著しく、また急激な世帯増加により飽和状態となっている現状であります。平成11年に隣接で建設予定であった太田川地区と合併することで、川崎地区の施設補修及び機能強化を図るべく、認可を得ました。

太田川・川崎地区を合併することによって処理人口が3千人を超えることから、都市計画法の規定により、位置の決定が必要となり泉崎村都市計画審議会を経て建設の運びとなりますが、これらの案について縦覧に供されますので、周知いたします。

なお、事業内容の経過及び今後の予定については上記表のとおりです。

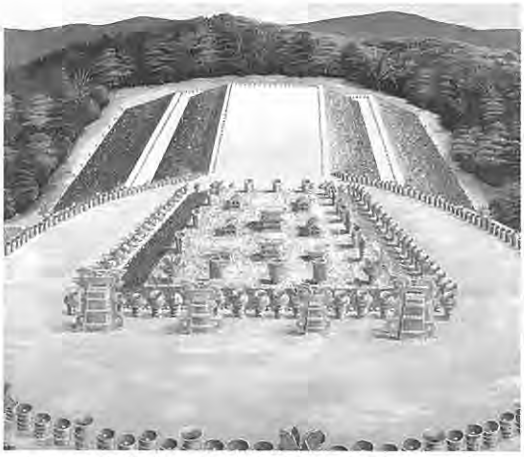
～いずみざき歴史文化遺産紹介コラム～

カラスの足跡 No.6

＊＊＊古墳時代の覇者　VOL3＊＊＊　～埴輪の役割～

原山古墳から発見された人物像などの形象埴輪は、一体どのような意味をこめてつくられたのでしょうか？よく聞くところでは、「昔は主人が亡くなったときに、その家来たちを生埋めにしていたが、それではあまりにかわいそうなので代わりに埴輪を造って立てたそうだ」というような話がありますね。ですが、考古学的には日本で人間を犠牲にしていた例は発見されていませんのでこれは違うようです。

さて、前号では原山古墳出土の埴輪には種類によって置かれた位置が違うようだと話しました。ここで、もう一度原山古墳出土の埴輪をおさらいしてみますと、力士・盾持ち人・琴弾き人・踊る人・天冠人・盛装女子・鳥の７種類の形象埴輪と多数の円筒埴輪でした。このうち明らかに場所を違えて出土しているのが力士と盾持ちの埴輪でした。この二つの埴輪は武人埴輪です。あとの埴輪５体は古墳のくびれた部分から発見されましたが、女子像と鳥を除いた３体の男子像埴輪は楽舞人埴輪といいます。そして女子像ですが恐らくこれは巫女でしょう。実は、形象埴輪が登場する初期の段階から見られるのはこの巫女埴輪で、人物埴輪を出土する古墳からは必ずといっていいほど出土します。感のいい方ならすぐわかると思いますが、巫女がいるということはつまり古墳上の埴輪は祭礼の様子を表したものだということです。その祭礼にどのような意味があったかは、すでに前々号でふれていたのですが気付かれましたでしょうか？



三重県石山古墳の埴輪配列復元図（５世紀）

当時の人々は、人の死に対して強い再生観念をもっていました。特に王の死に対しては特別で、このような埴輪を用いて王の再生あるいは鎮魂を祈ったのです。その間、王の骸を悪霊から守るために武人埴輪を、賑やかに音を奏で踊りを舞って王の魂を呼戻しやすくするため楽舞人埴輪を、それら祭礼の参列者に酒を振舞う巫女を、そして闇から朝の到来を告げ魂を呼戻すとされる鳥を古墳上に立てたのです。

個人事業税納期のお知らせ

個人事業税とは、個人で事業を行っている方に課税される税金です。

個人事業税は、県南地方振興局県税部から送付される納税通知書により、最寄りの金融機関から９月１日までに納めてください。

納期限は、第１期分が８月末日、第２期分が11月末日と２回に分けて定められていますが、今年度の第１期分は８月末日が日曜日のため、９月１日㈪となり、第２期分も11月末日が日曜日のため、12月１日㈪となります。（税額１万円未満は第１期に一括で納めることとなります）

なお、金融機関の預金口座から振替納税する方法もあります。納税通知書には口座振替依頼書を同封していますので、その口座振替依頼書を金融機関に届け出てください。ただし、今回この口座振替を申し込みますと第２期分からの口座振替となります。

○問い合わせ先
県南地方振興局県税部
☎23・1517（課税内容）
☎23・1514（口座振替）

消費税が変わります

（消費税法の中小企業に対する特例措置が改正されます）

＊事業者免税点の適用上限の引き下げ

納税義務が免除される基準期間における課税売上高が１千万円（現行３千万円）に引き下げられます。

＊簡易課税制度の適用上限の引き下げ

簡易課税制度を適用することができる基準期間における課税売上高の上限が５千万円（現行２億円）に引き下げられます。

これらの改正は、個人事業者は平成17年分から、事業年度が１年である法人については、平成17年３月決算分から適用されます。詳しくは最寄りの税務署や税務相談室にお尋ねください。

○問い合わせ先
白河税務署☎22・7111

健康いちばん！

みなさん参加してみませんか

「出前元気はつらつ教室」

毎月1回、各地区の公民館で、出前元気はつらつ教室を開催しています。おおむね60歳以上の方ならどなたでも参加できます。

まだ参加されていない方、ぜひ参加してみませんか！

【９月の出前元気はつらつ教室予定表】

日　　時	会　　場	内　　容
８月 １日(金)　午前９時～10時30分	太田川公民館	軽い体操とレクリエーション
８月 ４日(月)　午前９時～10時30分	新田地区研修集会場	習字
８月 ４日(月)　午後１時30分～３時	保健福祉総合センター	健康体操
８月 ８日(金)　午前９時～10時30分	高根生活改善センター	軽い体操とレクリエーション
８月18日(月)　午前９時～10時30分	八雲コミュニティセンター	軽い体操とレクリエーション
８月25日(月)　午後１時30分～３時	関和久宿集会場	健康体操
８月26日(火)　午前９時～10時30分	農村環境改善センター	習字
８月28日(木)　午前９時～10時30分	瀬知房生活改善センター	軽い体操とレクリエーション
８月28日(木)　午後１時30分～３時	踏瀬生活改善センター	音楽療法
８月30日(土)　午前９時～10時30分	愛宕山公民館	軽い体操とレクリエーション

○問い合わせ先　村保健福祉課　☎５４－１３３３

年金の泉

障害基礎年金

国民年金加入中に、病気やケガで障害になったときや、20歳前の病気やケガで障害になった場合に障害基礎年金が支給されます。

障害基礎年金を受けるための要件

①初診日（病気やケガで初めて医師の診療を受けた日）において国民年金の被保険者であること、または国民年金の被保険者であった60歳以上65才未満の人で、日本国内に住所を有していること。

②初診日前に被保険者期間の３分の２以上の保険料を納めた期間（保険料免除期間、学生納付特例期間も含む）があること。

＊平成18年３月31日までに初診日がある場合は、②の特例として初診日の属する月の前々月までの１年間に保険料の未納期間がないこと。

③障害認定日に政令で定められている障害等級表の１級または２級の障害の状態になっていること。または、障害認定日に該当しなかった人が65歳の前日までに該当するようになったとき。

④20歳前に初診日があること。なお、この場合本人の所得制限があります。

＊障害認定日とは

原則として病気やケガにより、初めて医師の診療を受けた日から１年６カ月を経過した日。または、１年６カ月以内に症状が固定した日。

●年金額（平成15年度価格）　１級障害・・・９９６,３００円
２級障害・・・７９７,０００円

また、障害基礎年金の受給者によって生計を維持されている18歳到達年度末までの子が、20歳未満の障害者の子があるときには、右記の額が加算されます。

加算対象の子	加算額
１人目・２人目（１人につき）	各２２９,３００円
３人目以降（１人につき）	各　７６,４００円

○問い合わせ先　福島社会保険事務局白河事務所　☎27－4164

青少年健全育成第18回作文コンクール作品紹介⑤

優秀賞

体験活動

泉崎中学校3年　五十嵐　優子

七月十五、十六日の二日間、寿光園という老人ホームに行ってきました。初めは、どんな話をすればいいのだろうか、お年寄りの人達はどんな人達なのかなど、少し不安でした。

寿光園に着いて最初に行ったことは、部屋の掃除でした。ベットの脇や台などをふいてまわりました。九時ごろだったので、まだ寝ているお年寄りもいて、起こさないように注意しながら掃除をしました。すでに起きている人たちには、

「おはようございます。」

と、思いきってあいさつをしました。すると

「どこからきたんだい。」

「（掃除をしてくれて）ありがとう。」

などという言葉が返ってきて、不安な気持ちが吹き飛び嬉しくなりました。

その後は、ラジオ体操を行い、バレーボールをやりました。お年寄りの人達が楽しそうにしている姿が印象的でした。

昼食の時間がきて、車いすの移動を手伝いました。曲がるのが少し難しかったです。エプロンを掛けたり、おしぼりや昼食を配ったりして、ご飯を食べる様子を見ていました。合間に、

「ここのご飯はおいしいですか。」

と聞いてみると、

「おいしいですよ。」

と言って、残さずきれいに食べていました。食器の片づけをして、一日目が終わり、お年寄りへの接し方が少しだけわかったように思いました。

二日めも部屋の掃除から始まりました。二度目なので、掃除も手際よく行うことができました。また、お年寄りと話すことにも馴れ、前日よりもたくさんの人達と話ができました。

この日は、私達が考えたレクリエーションをしました。内容はカルタと歌です。カルタの文を読んだのですが、お年寄りにはよく聞こえなかったようで、耳のそばで、

「おばあちゃん、「ほ」だって！」

と聞き取りやすいように工夫をして、楽しんでもらおうと努めました。

車椅子を移動させようとした時、職員の方が、

「その人は、自分で移動できるから、自分でやらせて。」

と言ったので、自分でできることはやらせなくてはだめだということを知りました。

この二日間は楽しいことばかりではありませんでしたが、お年寄りからの「ありがとう。」の言葉に励まされ、頑張ることができました。お年寄りの人達が私に向けてくれる笑顔が何よりも励みになりました。

この体験活動で学んだことは忘れません。

＊この作品は、平成14年に書かれたものであり、五十嵐さんは現在高校1年生です。

村立病院の待合室にきれいな花

7月20日㈰に外ノ入の中野目綾子さんより、村立病院の待合室にすてきな花を飾っていただきました。

患者さん達は、「きれいですね。心が癒されます。」と花に見とれていました。

information
お知らせ

募集　案内　お願い　催し　相談

役　場	53-2111	教育委員会学校教育課	54-1533
保健福祉課	54-1333	体育振興課	53-3775
水道課	53-2735	中央公民館（生涯学習課）	53-2258

案内

住宅金融公庫より

住宅金融公庫の住宅ローンをご返済中で、最近の不況に伴う失業や収入の減少などで返済にお困りの方に対しては、次のような返済方法の変更を実施しています。

＊返済期間の延長
（最長15年）
＊元金措置期間の設定
（最長3年）
＊元金措置期間中の金利引下げ

●取扱期間
平成16年3月末まで
●問い合わせ先
住宅金融公庫東北支店
☎022・227・5003
または、現在ご返済中の金融機関まで。

55周年を迎えた検察審査会

検察審査会は、本年7月12日に検察審査会施行55周年を迎えました。検察官が被疑者（犯人と思われる人）を裁判にかけなかったこと（不起訴処分）のよしあしを、国民の中から「くじ」で選ばれた11人の検察審査員が審査するのが検察審査会制度です。詳しく知りたい方は、お問い合わせください。

●問い合わせ先
郡山検察審査会事務局
☎024・932・5656

終戦当時の海外引揚者の方々へ

税関では、海外からの引揚げの際お預かりした次の通貨・証券などをお返ししています。

＊終戦後、外地から引揚げてこられた方が、上陸地の税関、海運局に預けられた通貨・証券など。
＊外地の集結地において、総領事館などに預けられた証券などのうち日本に送還されたもの。

返還の申し出は、預けられた方ご本人はもとより、ご家族の方でも結構です。

お心あたりの方は、次のところへお問い合わせください。

●問い合わせ先
小名浜税関支署
☎0246・92・5151

NTT東日本より「災害用伝言ダイヤル」を運用します

「災害用伝言ダイヤル」とは、大きな災害等が発生した際に被災地域内やその他の地域の方々との「声の伝言板」です。より多くの方にご利用体験していただこうと「防災とボランティア週間」に合わせて「災害用伝言ダイヤル」を運用します。

●利用体験期間
8月30日㈯午前9時～9月5日㈮午後5時
●利用方法
「171」をダイヤルし、聞こえてくるガイダンスに従って操作してください。
●利用料金
発信地域から伝言登録電話番号の地域までの通話料金（通常おかけになる時と同様）がかかります。

相談

心配ごと相談

村社会福祉協議会では、心配なことがあって困っている方のために、心配ごと相談を行っています。

秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

●日時　8月9日㈯
午前10時～12時まで
●会場
村保健福祉総合センター
●相談員　村民生委員
小山勝美・菊地美津子
●問い合わせ先
村社会福祉協議会
☎54・1555

行政相談

役所（国・県・市町村）やJR・NTT・公団等の仕事について、処理や説明に納得できない、なかなかやってくれない、どうすればよいかわからない、こうしてほしい、などの苦情や意見・要望がありましたら、お気軽にご相談ください。

●日時　8月9日㈯
午前10時～12時まで
●場所
村保健福祉総合センター
●行政相談員　小林敏明
泉崎字谷地久保50－42
☎53・3357
＊いつでも自宅で相談に応じています。
●問い合わせ先
村住民課
☎53・2111

法務なんでも無料相談

相談は無料で、秘密は守られます。

●日時　9月7日（日）
午前10時～午後4時
●場所　福島地方法務局白河支局（白河小峰城合同庁舎内）
●相談内容　登記の手続き、土地境界などの問題、お年寄り・子どもの虐待、他。
●問い合わせ先
福島地方法務局白河支局
☎22・1201

募集

平成15年度自衛官募集

自衛隊では、自衛官を募集（表参照）いたします。詳しくは、お問い合わせください。

●問い合わせ先
福島地方連絡部白河募集事務所
☎24・0372

種目	資格	受付期間	試験期日
防衛医科大学校	高卒（見込含）以上〜21才未満	9/12〜10/10	1次11/1・2
防衛大学校	高卒（見込含）以上〜21才未満	推薦9/5〜9/9 一般9/12〜10/10	1次9/20・21 1次11/8・9
看護学生	高卒（見込含）以上〜21才未満	9/12〜10/10	1次10/19

「蘇れ！故郷のまほろば」〜地域文化の発掘、創造、高めよう郷土愛〜作品募集

矢吹ロータリークラブ創立20周年記念事業として、故郷の作品（俳句ほか）を募集しています。

●応募作品
次の観光スポットの「四季」を通じての作品で場所の特定できる作品。
＊矢吹町「大池公園」
＊大信村「隈戸川」
＊中島村「あせかき地蔵」
＊泉崎村「烏峠」

●作品の種類
俳句・短歌・詩・作文・絵画・写真（FAX可）

●応募枚数
お一人様何種類、何枚でも応募できます。

●応募期限
10月31日まで

●発表
11月20日
＊直接本人に通知

●応募先
＊矢吹ロータリークラブ事務局（ホテルニュー日活内）
☎42・3721
FAX53・2794
＊泉崎村中央公民館
☎53・2258
＊泉崎村事業担当責任者
大野孝　☎53・2855

放送大学福島学習センター平成15年10月入学（第2学期）学生募集

放送大学とは、テレビやラジオで授業を行う正規の大学です。

現在、平成15年度第2学期の学生を募集しております。詳しくは、お問い合わせください。

●出願受付期限
8月31日(日)　必着
＊募集要項の請求はホームページ又はフリーダイヤルでできます。
http://www.u-air.ac.jp/hp
☎0120・864・600

●問い合わせ先
放送大学福島学習センター（郡山女子大学もみじ館内）
☎024・921・7471

8月10日は「道の日」

8月1日〜31日は、
「道路ふれあい月間」です。

身近な道路に目を向け、夢のある豊かな暮らしのために、道に関心を持ちましょう。

白河医師会休日当番医

診療日＼地区	白河地区 小児科	白河地区 内科	矢吹地区
8月3日(日)	関根医院	小崎内科医院	小針医院
8月10日(日)	みうら小児クリニック	片倉クリニック	半澤医院
8月17日(日)	おかざきクリニック	かねこクリニック	松崎医院
8月24日(月)	みうら小児クリニック	クリニックおおまち	会田病院
8月31日(日)	関医院	佐藤循環器科内科クリニック	渡部病院
9月7日(日)	関根医院	関根医院	きたむら整形外科
9月14日(日)	みうら小児クリニック	鈴木ホームクリニック	樋口小児クリニック

白河歯科医師会休日当番医

診療日	歯科医療機関名（市町村名）
8月3日(日)	佐藤歯科医院（白河市）
8月10日(日)	鈴木歯科医院（白河市）
8月13日(水)	鈴木歯科医院（表郷村）
8月14日(木)	すずき歯科（矢吹町）
8月15日(金)	須藤歯科医院（白河市）
8月17日(日)	高久歯科医院（矢吹町）
8月24日(日)	秋山歯科医院（東村）
8月31日(日)	ひまわり歯科医院（白河市）
9月7日(日)	円谷歯科医院（白河市）
9月14日(日)	内藤歯科医院（西郷村）

＊休日当番医に受診してもらう場合は、「しらかわ救急情報センター」にお問い合わせてください。
しらかわ救急情報センター　☎23−9909

みんなの広場

みなさんが日ごろ考えている、さまざまなご意見や、ご要望、日常生活での出来事などをお寄せください。写真やイラスト、絵画などの作品も募集しています。ただし、中傷や営利目的のものはご遠慮ください。また、紙面の関係で掲載できないこともあります。匿名希望、ペンネームでも結構ですが、必ず住所、氏名、電話番号をお知らせください。

〒969-0101　泉崎村大字泉崎字新宿２
泉　崎　村　総　務　課
TEL 0248-53-2111　FAX 0248-53-2958
ホームページアドレス
http://www.vill.izumizaki.fukushima.jp/
E-mail soumu@vill.izumizaki.fukushima.jp

泉崎俳句会

子を連れて嫁ぎしひとや辣韮漬　遠藤　慶奈
水馬わが沼なれば跳びはねる　金沢　仁子
夏桑の影を三時の風過ぎる　仲丸　輝男
瞬きを忘れて見入るあめんぼう　矢部津代子
徽の本ひらけば饂飩の汁が跳ね　森川　光郎
曇天を掻きまわしたる水馬　川上まつえ
あじさゐを四葩と言へし切りにけり　石井　奈加
辣韮をひとまず置いて夕仕度　五十嵐直子
夏の星旅恋ふこころ北へ向く　井上　美江

はっぴいばあすでい　…１才になりました…

大野尊澄（たかすみ）くん
（下原）

永山智美（ともみ）ちゃん
（谷地久保）

緑河晴斗（はると）くん
（下原）

リレートーク㉛

瀬戸　敏行（二ツ堂）
せと・としゆき

趣味……スポーツ
夢……フルマラソン出場
目標……生涯健康

私は自然豊かなこの街に生まれ育ち、この街を誇りに思う一人です。

私はこの数年実行していることがあります。それは年のはじめでありますす元旦の初日の出を烏峠で見ることです。私の一年の始まりはここにあります。朝6時に出発しますが、冬のこの時間はまだ真っ暗でとても寒いです。でも、頂上にたどり着く頃にはうっすらと明るくなり、Tシャツは汗でびっしょりです。その中で迎える「初日の出」は最高です。その場で今年も健康に過ごし、また来年もここに来ることを誓います。皆さんもぜひ、烏峠の初日の出を見てはいかがでしょうか。

また私は、県内各地で行われるウォーキングのイベントにも参加しています。県内各地から参加してくる人とのふれあいとその景観を眺めながらのウォーキングで心をリフレッシュ、終わってからの温泉入浴は最高です。次の三春、いわきの大会も参加を楽しみにしています。

（次回は、草野洋子さんへバトンタッチ）

こちらパイン食楽部です

旬の野菜を上手に使い切り、おいしく食べる。
今回は、今が旬のトマトを使い、おいしいソースを2品紹介します。

トマトソース

＜材料４人分＞

トマト……900g　　玉葱…… 120ｇ
油……大さじ1.5　　ベリーフ……１枚

＜手　　順＞

①トマトは湯むき。4つ割りして、厚目のいちょう切りにしたら、種を取りのぞいておきます。
②玉葱はみじん切りにし油で炒め、辛味が抜けたら①を入れ、ベリーフを入れゆっくり煮つめ、トマトソースを作っておきます。

※このトマトソースに、魚や肉や野菜を加えてトマト煮にしたり、パスタソースにしたり、スープにしたりして、トマトのおいしさを十分に味わってください。

ピッツァソース

＜材料４人分＞

トマトソース……1C（左記のもの）
にんにく……1片
油（又はオリーブ油）……大さじ1
オレガノ……小さじ1弱

＜手　　順＞

①にんにくはみじん切りにし、油で炒め、トマトソースを入れ、オレガノを入れサッと煮ます。

※このピッツァソースは、パンにつけてピッツァトーストにしてもいいし、じゃがいもをピッツァ生地変わりにしてソースとチーズをのせてオーブンで焼いたり、いろいろと楽しんでください。

パイン食楽部　成瀬　雪

スナップショット

お得な省エネ・節電

エアコン

・夏の冷房設定温度は28度を目安に。
・不必要なつけっぱなしをしない。

冷蔵庫

・ものを詰め込みすぎない。
・扉の開閉は少なく、短く。
・熱いものは冷ましてから入れる。

おめでた

お子さま名	父母名
泉崎字休場山8番地	
中野目稀叶（ききょう）ちゃん	洋一・忍
関和久字瀬知房6番地1	
岡部　雄（ゆう）くん	修久・由紀子
関和久字八雲神社33番地9	
吉田　栞（しおり）ちゃん	望・真樹
太田川字岩崎4番地	
鈴木美緒（みお）ちゃん	博明・千春
泉崎字高屋原19番地	
安田帆ノ香（ほのか）ちゃん	浩行・敬子

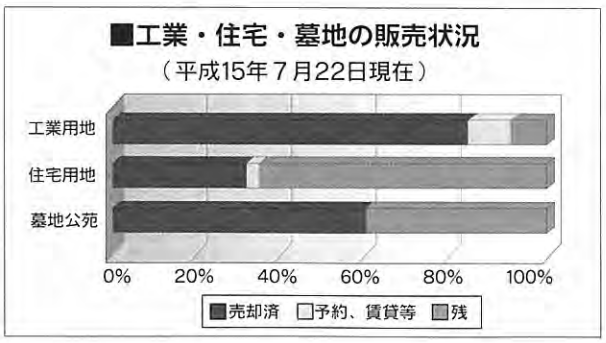
おいわい

住所　新郎新婦

泉崎字前畑1番地の2　吉田一美さん・あけみさん
泉崎字谷地久保50番地の4　穂積　実さん・麻里さん
関和久字上町111番地　穂積祐二さん・恭子さん

おくやみ

踏瀬字長峯72番地7	
水戸文子さん	72才
関和久字雷神山20番地	
北澤正爾さん	86才
関和久字瀬知房後25番地	
佐川忠作さん	78才



広報いずみざき
No.432

8月の行事

1（金）

2（土）
㊊ ちびっこ夏祭り
㊋ こども体験くらぶ

3（日）
クリーンアップ作戦

4（月）
㊊ 夏季保育

5（火）
㊌ すいか割大会
㊋ ＣＯＯＫ＆cooking
㊋ コールいずみ
㊐ 貯筋会
㊌ なかよしクラブ
㊍ ふれあいクッキング

6（水）
白河農協組合長杯GG大会
㊋ シニア英会話講座
燃えるごみの日

7（木）
資源ごみの日

8（金）
粗大ごみ戸別収集日

9（土）
休肝日
㊎ 心配ごと相談
㊎ 行政相談

10（日）

11（月）

12（火）

13（水）
㊍ 夏季休館日（～16日）
㊌ 夏季家庭保育（～16日）
燃えるごみの日

14（木）
燃えないごみの日

15（金）

16（土）

17（日）
さつき公園プール無料開放日

18（月）

19（火）
㊋ コールいずみ
㊐ 貯筋会

20（水）
㊋ シニア英会話講座
燃えるごみの日

21（木）
福島県民の日
㊎ 無料開放
㊊ 夏季保育
資源ごみの日

22（金）
㊋ 成人学級

23（土）
㊋ 庭木剪定教室

24（日）
㊏ PTA親子奉仕作業
県民スポーツ大会

25（月）
㊊㊓㊏ 第２学期始業式

26（火）
㊎ なかよしクラブ自由参加日

27（水）
㊋ シニア英会話講座
㊋ 英会話講座
燃えるごみの日

28（木）
㊀ 校内水泳記録会（下学年）
㊋ ボランティア連絡協議会役員・理事会
燃えないごみの日

29（金）
休肝日
㊁ 校内水泳記録会（上学年）
水道料金第３期納入期限

30（土）
㊀ PTA親子作業
㊏ 朝日ラバー杯中学生卓球大会
㊅ チルドレンカップソフトボール大会

31（日）

1（月）
介護保険料第２期納期限
国民健康保険税第２期分納期限
村県民税第２期・固定資産税第２期納期限

2（火）
㊏ 体験活動（～３日）
㊋ ＣＯＯＫ＆cooking
㊋ コールいずみ
㊐ 貯筋会

3（水）
㊋ シニア英会話講座
㊋ 英会話講座
燃えるごみの日

4（木）
㊀ 見学・修学旅行
県南自動車学校杯GG大会
資源ごみの日

5（金）
㊎ ３・４か月児、９・10か月児健診（13：00～）
教育講演会（二小会場）

6（土）
㊊ 奉仕作業
オータムフェスタinいずみざき
スポーツフェスタいずみざき
㊋ ガーデニング教室

7（日）
㊁ ５年生学年行事
㊅ 協会長杯ソフトボール大会

8（月）

9（火）
休肝日
㊁ 授業参観

10（水）
㊋ シニア英会話講座研修旅行
㊋ 英会話講座
なかよしクラブ（童里夢公園）
燃えるごみの日

㊐：農村環境改善センター　㊎：保健福祉総合センター　㊌：資料館　㊍：保育所　㊊：幼稚園　㊓：児童館　㊋：中央公民館
㊀：第一小学校　㊁：第二小学校　㊏：中学校　㊐：トレーニングセンター　㊅：さつき公園　㊃：村立病院

■今月の納期　８月29日まで…水道料金第３期
９月１日まで…介護保険料第２期、国民健康保険税第２期、村県民税第２期、固定資産税第２期

■村のうごき

	人口	人口	合計	世帯数
（６月１日現在）	男 3,374人	女 3,484人	6,858人	1,843戸
（７月１日現在）	男 3,385人	女 3,491人	6,876人	1,849戸

発行・編集　泉崎村総務課
〒969-0101　福島県西白河郡泉崎村大字泉崎字新宿2
TEL 0248-53-2111　FAX 0248-53-2958
ホームページアドレスhttp://www.vill.izumizaki.fukushima.jp/
平成15年８月11日発行（毎月１日発行）
印刷　㈲タサキ印刷

R100「広報いずみざき」は古紙配合率100％再生紙を使用しています。