

# 東京で町特産・観光PRイベントを開催しました！ 「東堂山勝馬」と発酵食品を楽しむ交流会も大盛況！！

2月20日と21日の二日間にわたって小野町の特産品および観光PRイベントを実施しました。20日は日本橋ふくしま館MIDETTE(東京都中央区)、21日は東京交通会館(東京都千代田区)に出店し、両日も多くの方々にご来場いただき、町の特産品を手にとっていただきました。

町オリジナル日本酒「東堂山勝馬」の試飲・販売については、醸造元の奥の松酒造株式会社様の協力を受けて行い「初めて飲んだが、すごくおいしい」とのお声を多くいただき、中には複数本ご購入される方もいました。(今回の出店を契機に「東堂山勝馬」のMIDETTEでの取扱いがスタート)

20日の夜は都内キッチンスタジオで、首都圏の方々に「東堂山勝馬」と町の農産物・発酵食品・燻製商品などの特産品、伝統料理を楽しみながら町の魅力を知っていただく交流会「日本酒と発酵食品のマリアージュ・ナイト」を開催しました。食事とともに、生産者による食材の説明のほか、観光大使やふるさと応援大使による町の魅力発信が会場を盛り上げ、参加された皆さんの笑顔あふれる、大盛況の一夜となりました。

## PRイベントでも大好評！！ 町の特産品をご紹介します！



くんせいたまご



寒ちぢみほうれん草



おのっこ一笑漬



小野町オリジナル日本酒  
「東堂山勝馬」



万能木炭袋



黒にんにく



小松菜



ぬれ花まめ

## 農業経営改善計画認定書を交付 新たに2名が認定農業者に！

農業経営改善計画認定書の交付式が2月13日に役場で行われました。  
今回、新たに横田善博さん(南田原井)、会田俊也さん(飯豊上)のお二人が認定を受けられました。

町長から認定書が交付された後、小野町担い手育成総合支援協議会の宗像智会長と小野町認定農業者会の二瓶章一会長から激励の言葉が述べられました。

横田さん、会田さんともに水稻の経営規模拡大を目標とした経営計画となっています。

目標とする農業経営の改善と今後ますますのご活躍を期待します。



横田さん(中央左)、会田さん(中央右)



### 農作業の安全確認

## トラクターの安全対策を徹底しましょう！



春を迎え、農繁期に入るとトラクター等の農業機械を使用する機会が多くなり、農作業事故が発生しやすくなります。

余裕のある作業を心がけ、安全確保に努めながら、農作業を行いましょう。

**トラクターの利用に当たっては、次のポイントを改めてご確認ください。**

#### ①作業前における機械の点検・整備および周辺環境の確認はしっかり行いましょう！

- ・傾斜地だけでなく、平地でも条件によっては転倒します。
- ・作業前にはほ場内の凹凸や軟弱状態などを確認し、安全な操作をしましょう。

#### ②可倒式安全フレームは運転時には必ず立てて使用しましょう！



#### ③シートベルトは必ず締めましょう！

- ・シートベルトを着用することで大幅に死亡事故を減らすことができます。あわせて頭部を守るため、ヘルメットも着用しましょう。



#### ④作業時以外は左右独立ブレーキを連結しましょう！

※トラクターによる死亡事故のうち、転落・転倒による原因が約8割。また転落・転倒後に下敷きとなるケースが約6割を占めます。

#### ⑤機械点検・清掃時はエンジンを止めましょう！

- ・エンジンをかけたまま作業部に近づくと作業部に腕や足、衣服が巻き込まれる危険があります。

## おのまち 地域おこし協力隊活動記

### 協力隊3年目に突入しました！

地域おこし協力隊の成井です。早くも3年目に突入し、残りもわずかです。11月から空き家相談なども乏しく、移住相談に関しても問い合わせに対しマッチングのいく案件がないのも寂しいものです。また私事になりますが、県中地方振興局からの業務と最近の実績についてご報告できたらと思います、この場をお借りしています。以前にも記事にしたワーク&ステイが再び小野町を絡めて行われました。今回いらつしやったのは東京の大学に通

う20代の女性一人。福島県の他市町村に訪れたことをきっかけに小野町にも関心を持ったとのこと。リカちゃんキャッスルなどの観光地を回り、宿泊もしていただき小野町を満喫してもらいました。時期的な都合で収穫体験ができなかったのが残念ですが、心地良いアットホームなおもてなしをさせてもらったつもりです。行動力のある方々だったので移住とまではいかなくとも二地域居住であれば可能性があるかもと感じた次第です。

参加者のように申し込み可能もしくは相談可能な事業の詳細が若い人たちの目に入れば、それを活用して来てもらうことにハードルは高くなく、受け入れの質を高めればより前向きになってくれます。

そのためには市町村だけでなく県とサポートを合わせて相乗効果を出していくことが必要になります。

片方だと抜けてしまう点をもう片方で補い、負担を最小限にする。参加者の数字が伸びれば、その後の内容もより充実して自然と移住者も増えると思います。

また近隣市町村と共同で開催することで呼び込みもしやすくなります。その中で本気で頑張りたい人を応援する。これが本場の地域活性化であると私は考

えています。そして、その軸を担うのが行政の役割だと思うのです。

私は既存にとられすぎずに考え、動くことが大切であるというのをこれまでの仕事で実感しています。実際に町が所有していた物件があり、眠ったままだったのですが、それを使用できる形にしていたいただき入居もされました。

暮らしが成立したことで空き家が一つ減り、町外への流出も止めることができました。協力いただいた職員さんには感謝しかありません。

行政の範囲で柔軟性を確保していけば、より良い事業が出来る上だと確信しています。

事実、私ができることは非常に限られておりますが残りの期間も頑張りたいと思いますので引き続きよろしく願っています。

今回の  
担当は…



なるい ときめき  
成井 秋暁 隊員  
担当/移住・定住・交流分野  
主な活動場所/つどっておのまち

## 統計功労者表彰受彰

令和7年度福島県統計功労者表彰式が2月10日に行われ、次の方々を受賞されました。(敬称略)

### 2025年農林業センサス功績者農林水産大臣表彰 矢吹 市雄

2025年農林業センサスの際に、調査結果に誤りがなく、調査の実施に当たり創意工夫を行うなど、積極的に調査に取り組む姿勢や、長年にわたり農林業センサスに従事した実績が評価され、今回の受賞となりました。

### 福島県統計協会名誉会長表彰 折笠 裕之

工業統計調査や国勢調査など各種統計調査に通算7年以上従事し、統計の普及発展に貢献した功績が認められ、今回の受賞となりました。

今後も統計調査の普及発展のため、ご尽力いただきますようお願い申し上げます。  
この度の受賞、誠にありがとうございます。



表彰を受けた矢吹市雄さん

## 町の移住定住活動を紹介します ふるさとON(おの)LINEミーティングを開催しました!

首都圏や県外在住の小野町出身者や小野町に関わりのある方(対象年齢20歳~45歳未満)に参加いただき、町の現状の紹介、参加者同士・町関係者との交流により、関係人口の創出・強化、今後のまちづくりに関わっていただける環境づくりを目的に開催しました。

懇親の際には、町の食材を活用した料理を提供し、地元の味を存分に楽しんでもらいました。

参加者には、町の現状を知ってもらい、現在の課題やこれからの小野町を考えてもらえる良い機会となりました。

今後も、継続的に開催し、町の関係人口、交流人口を強いものにできるようにしていきます。



まちづくり推進室では、移住定住に関する情報やまちづくりに関する情報、イベント情報など町の魅力を発信するためInstagramを開設しています。

右のQRコードからご覧いただき、ぜひフォローしてください!



まちづくり推進室  
公式 Instagram

問まちづくり推進室 ☎72-6939

## データ放送 情報発信サービス 「dボタンかわら版」の試験運用を開始しました!

「dボタンかわら版」は、テレビのデータ放送を活用した情報発信サービスです。リモコンのdボタンを押すだけで町から発信された情報を簡単に見ることができます。

町では3月31日までを試験期間として運用し、4月1日以降からの本格的な運用を開始する予定です。



### 「dボタンかわら版」の利用方法について

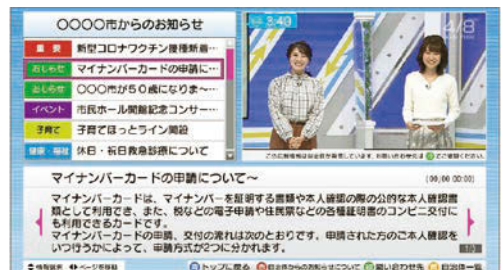
1 KFB 5 チャンネルを選局



2 リモコンのdボタンを押す



3 小野町のdボタンかわら版を選択



問デジタル推進室 ☎72-6935



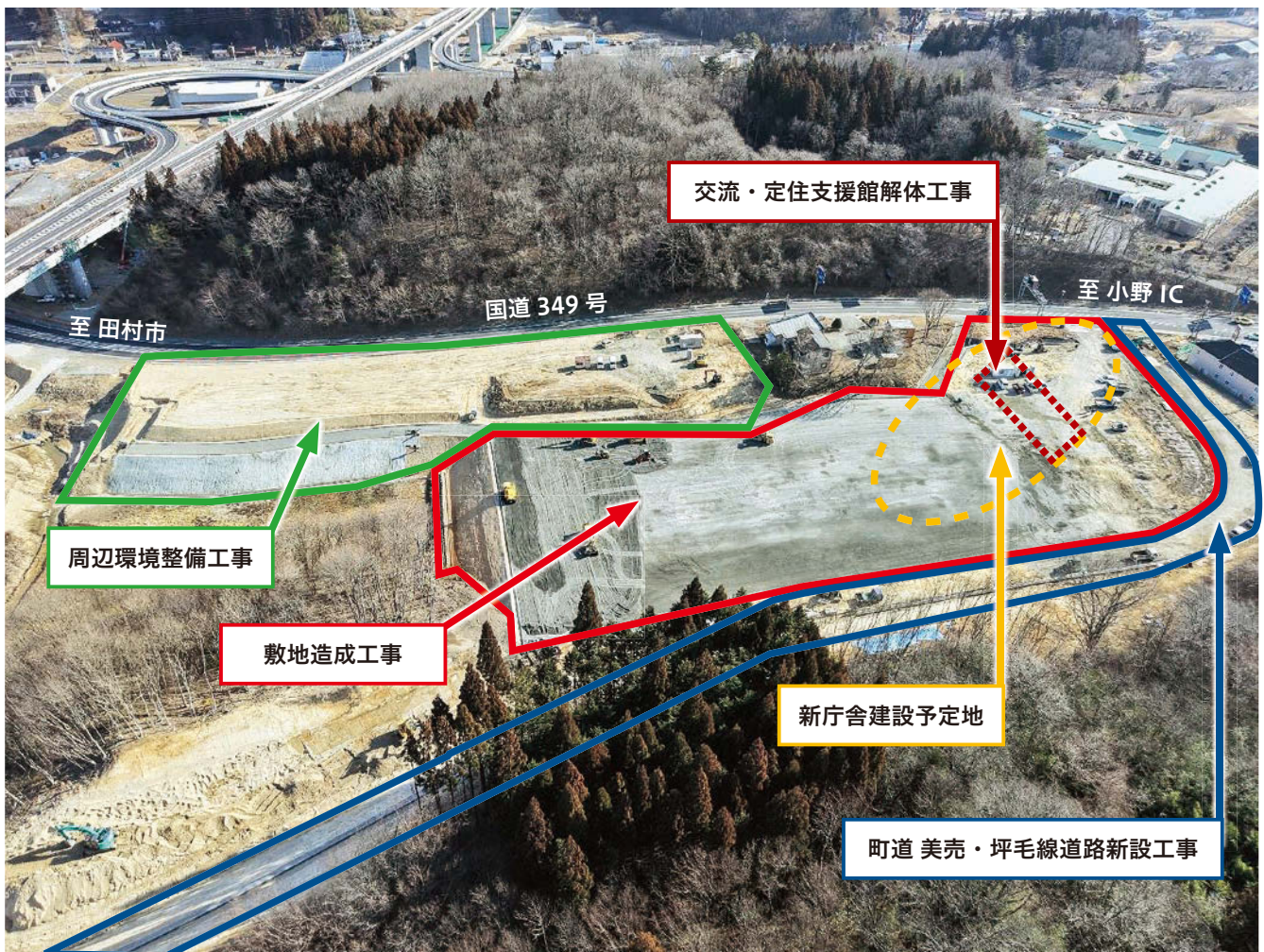
### 新庁舎整備事業における関連工事の進捗状況について

今年度計画していた下記工事が今月末までに竣工する予定です。

- ◇小野町交流・定住支援館解体工事
- ◇小野町役場新庁舎敷地造成工事
- ◇小野町役場新庁舎周辺環境整備工事
- ◇町道 美売・坪毛線道路新設工事

新庁舎における建築設計業務については、基本設計の概要がまとまり次第、広報等でお知らせします。

なお新庁舎については、令和8年度中に工事着手する計画で進めております。工事期間中は、重機やダンプトラックによる騒音や振動でご迷惑をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をお願いします。



## 新庁舎建設予定地周辺の施工状況



【令和7年8月撮影】



【令和7年8月撮影】



【令和7年8月撮影】



【令和7年8月撮影】



【令和8年2月撮影】



【令和8年2月撮影】



【令和8年2月撮影】



【令和8年2月撮影】

# おのまちごみ減量大作戦！

## ～一般廃棄物処理業許可事業者についてご紹介します～

家庭で発生するごみの処理を事業者に依頼する場合には、町が許可する一般廃棄物処理業許可事業者に依頼する必要があります。

許可事業者については、下記のQRコードから町公式ウェブサイトをご覧ください。

### ●無許可業者について

「無許可」の回収業者を利用しないでください。

無許可の廃棄物回収業者とは、町の一般廃棄物処理業許可や委託を受けず、違法に回収している業者のことです。(産業廃棄物処理業の許可や古物商の許可では、家庭ごみを回収できません。)

これらの業者に回収を依頼すると、適正な処理が行われない場合や後から高額な手数料を請求されることもあり、不法投棄や環境汚染につながる可能性があります。

### ●事業系ごみについて(事業系一般廃棄物)

事業所から出る「事業系ごみ」は法律などにより、業者自らの責任と負担によって適正に処理することが義務付けられています。地域のごみ収集所に出すことはできませんので、次のいずれかの方法により適正に処理してください。

#### 処理方法① 処理施設へ業者自ら搬入する！

搬入先：たむらクリーンセンター

住所：田村市滝根町広瀬字矢大臣48-29 ☎0247-78-2723

開所時間：午前9時から午後4時まで

開所日：「小野町分別収集日程」をご覧ください。

※10kgあたり100円(税込み)の手数料を負担いただきます。

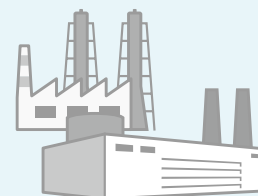
※事前に田村市環境課に届け出が必要です。



#### 処理方法② 町指定の一般廃棄物処理業許可業者に依頼する！

町が許可を出している一般廃棄物処理業許可業者に処理を依頼してください。

※料金などの詳細については業者に直接お問い合わせください。



#### 事業系ごみ(事業系一般廃棄物)とは？

店舗、会社、事業所、工場などの営利を目的とするものだけでなく、病院、官公庁、学校など広く公共サービスを行っているところも含めて、事業活動に伴って出される産業廃棄物以外の廃棄物のこと。(紙類、段ボールなどの梱包材、弁当の空き容器、剪定枝などを含む)



「資源とごみ分別の手引き」を次の場所で配布しています。

(英語・ベトナム語版もあります。)

- ・役場窓口・多目的研修集会施設
- ・子育て支援課・ふるさと文化の館
- ・町民体育館

資源とごみの分け方についてのより詳しい情報は町公式ウェブサイトでもご覧になれます。

小野町 ごみの出し方



問 町民生活課 ☎72-6933

## 手話講座を実施 ～小野町民生児童委員協議会～

令和7年4月1日に「小野町手話言語及び障がい者コミュニケーション条例」が施行され、手話言語の理解促進および普及を図るため、一般社団法人福島県聴覚障害者協会様による手話講座を実施しました。

手話講座は、地域の身近な相談役としてご活動いただいている民生児童委員を対象に実施し、聴覚障がいの基礎知識や、日常生活に必要な基本的な手話を学び、聴覚障がい者への理解を深められました。

今後も関係団体と協力し、多様なコミュニケーション手段の学習機会の確保に努めてまいります。



手話講座の様子



健康福祉課 ☎72-6934

## 小野町火葬場「おの悠苑」使用料の改定について

小野町火葬場「おの悠苑」については、物件費や燃料費などの高騰により、下記のとおり使用料を改定しますので、ご理解とご協力をお願いします。

<適用期日> 令和8年4月1日以降に使用を許可する火葬から適用します。

### <火葬炉>

#### ・改定前

区分	小野町住民	田村市滝根町および田村市大越町住民	左記以外の住民
12歳以上	5,000円	25,000円	50,000円
12歳未満	3,000円	15,000円	30,000円
死胎・肢体	1,000円	10,000円	20,000円

#### ・改定後

区分	小野町住民	左記以外の住民
12歳以上	20,000円	80,000円
12歳未満	12,000円	48,000円
死胎・肢体	8,000円	32,000円

### <動物炉(ペット火葬場)>

#### ・改定前

区分	小野町住民が飼養する動物	左記以外の動物
5kg以上	10,000円	30,000円
5kg未満	8,000円	24,000円

#### ・改定後

区分	小野町住民が飼養する動物	左記以外の動物
5kg以上	15,000円	35,000円
5kg未満	12,000円	28,000円

「小野町住民」の使用料は、死亡した方が当時小野町に住民票を有していた場合、もしくは火葬を行う方が小野町に住民票を有している場合に適用します。

町民生活課 ☎72-6933



## 住民異動の手続きはお早めに

～入学・就職・転勤などで引越される方は手続きが必要です～

### ■住民異動届の届出人

本人または同じ世帯の方が届出人となります。代理人が届け出す場合は「委任状」が必要です。

※同じ住所であっても世帯が異なる方は別世帯のため「委任状」が必要となります。

### ■受付時間

月曜日から金曜日(祝祭日・年末年始を除く)までの午前8時30分から午後5時15分まで

※毎週水曜日の窓口延長時間や第2日曜日の開庁日には受け付けていませんのでご注意ください。

### ■届け出に必要な書類

届出人の顔写真付きの本人確認書類

(マイナンバーカード、運転免許証など官公署で発行されたもの)

こんなとき	手続きに必要なもの	届け出の期限
転入したとき	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 本人確認書類</li> <li>▪ 転出証明書(前住所地で交付された方のみ)</li> <li>▪ 後期高齢者医療負担区分等証明書または広域内異動連絡票(前住所地で交付)</li> <li>▪ 介護保険受給者資格証明書(前住所地で交付)</li> <li>▪ 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳</li> <li>▪ 小・中学生の子どもがいる場合は在学証明書(前学校で交付)</li> <li>▪ マイナンバーカードおよび暗証番号(カードの交付を受けている方のみ)</li> </ul>	転入した日から <b>14日</b> 以内
転出したとき	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 本人確認書類</li> <li>▪ 印鑑登録証(印鑑登録している方のみ)</li> <li>▪ 国民健康保険資格確認書(町で発行したもの)</li> <li>▪ 国民健康保険高齢受給者証 (70歳以上の方で町で発行したもの)</li> <li>▪ 後期高齢者医療資格確認書</li> <li>▪ 子ども医療受給者証</li> <li>▪ ひとり親家庭医療受給者証</li> <li>▪ 介護保険被保険者証</li> <li>▪ 重度心身障害者医療費受給者証</li> <li>▪ マイナンバーカード(カードの交付を受けている方のみ)</li> <li>▪ 防災ラジオ(世帯全員が転出する場合のみ)</li> </ul>	転出した日の 前後 <b>14日</b> 以内
町内で住所を変更したとき	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 本人確認書類</li> <li>▪ 国民健康保険資格確認書(町で発行したもの)</li> <li>▪ 国民健康保険高齢受給者証 (70歳以上の方で町で発行したもの)</li> <li>▪ 後期高齢者医療資格確認書</li> <li>▪ 子ども医療受給者証</li> <li>▪ ひとり親家庭医療受給者証</li> <li>▪ 介護保険被保険者証</li> <li>▪ 身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳</li> <li>▪ 重度心身障害者医療費受給者証</li> <li>▪ マイナンバーカードおよび暗証番号(カードの交付を受けている方のみ)</li> <li>▪ 防災ラジオ(転居先により戸別受信機の設定の変更が必要となる場合があります)</li> </ul>	町内で住所を 変更した日から <b>14日</b> 以内
世帯主が変わったとき	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 本人確認書類</li> <li>▪ 国民健康保険資格確認書(町で発行したもの)</li> <li>▪ 国民健康保険高齢受給者証 (70歳以上の方で町で発行したもの)</li> </ul>	世帯主が 変わった日から <b>14日</b> 以内

※マイナンバーカードは転入日から90日以内に継続利用手続きを行う必要があります。

90日を過ぎるとマイナンバーカードは失効し、利用できなくなりますのでご注意ください。

町民生活課 ☎72-6933



## マイナンバーカードはお持ちですか？ 転出届をオンラインで提出できます

小野町から引越し(国外を除く)される時の手続きを、マイナンバーカードを使って、オンラインで届け出ができます。このサービスを利用される方は、転出にあたり窓口への来庁が原則不要です。(防災ラジオの返却などがある場合にはご来庁ください。)

転出の申請をした当日や転入予定市町村の来庁予定日以前は転入(転居)先での手続きができないことがありますので、来庁前にマイナポータル上で転出届・転入(転居)予定連絡の申請状況が「完了」になっていることをご確認ください。

### ■手続きの際の注意点

- 引越しする日や新住所が分からない場合、国外へ引越しをする場合には、利用できません。

- マイナンバーカードは、署名用電子証明書が有効な状態のもので、各暗証番号が必要です。
- 利用にあたっては、マイナンバーカードの読み込みに対応したスマートフォンなどの機器が必要です。
- 転入・転居手続きは、引越しをするご本人が窓口で手続きを行う必要があります。

### 《マイナポータル》



Android



iPhone

☎町民生活課  
☎72-6933

## 国民年金コーナー

### 令和8年度の国民年金保険料について

#### ◆保険料額

令和8年度の国民年金保険料は月額17,920円です。(令和7年度保険料月額17,510円)

※国民年金保険料の額は、平成16年度の価格水準で規定された額をもとに、物価や賃金の変動に応じて改定されます。

#### ◆納付方法

##### ①納付書でのお支払い

日本年金機構から送付される納付書を使用し、銀行などの金融機関や郵便局、コンビニエンスストアで納付してください。(役場では保険料を納付できません。)

##### ②口座振替

口座振替を利用すれば、毎月の手間がかからず、納め忘れを防ぐこともできます。ご希望の方は、町民生活課またはお近くの年金事務所、金融機関の窓口でお申し込みください。

##### ③その他の便利な納付方法

保険料の納付は、①や②のほかに、クレジットカード納付やインターネットなどを利用した電子納付なども利用できます。

#### ◆納付期限

毎月の保険料の納付期限は「納付対象月の翌月末日」と定められています。

保険料の納め忘れがあると、将来の老齢基礎年金が少なくなるほか、万一の場合に、障害基礎年金や遺族基礎年金が受け取れないことがありますので、忘れずに納付してください。

#### ◆納付が困難なときは

失業した場合や所得が少ないなど、保険料を納めることが経済的に困難な場合には、申請により保険料の納付が免除または猶予(先送り)される制度があります。

また学生の方でご本人の所得が一定額以下の場合、在学中の保険料納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

保険料の未納期間をつくらないためにも、保険料の納付が困難なときには、免除や猶予制度をご利用ください。

☎郡山年金事務所 ☎024-932-3434

☎町民生活課 ☎72-6933

## 今月のお知らせコーナーだよ！

- (1) 児童扶養手当の受給には申請が必要です！
  - (2) 特別児童扶養手当の受給には申請が必要です！
  - (3) 国税専門官採用試験のお知らせ
  - (4) JICA海外協力隊春募集説明会の開催
- 詳細は下記を確認してね！



児童扶養手当の受給には申請が必要です！

児童扶養手当は、父または母と生計を同じくしていない児童が育てられているひとり親家庭などの生活の安定と自立を助けるために支給される手当です。

次のいずれかに該当する児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで。心身に一定の障がいがある場合は20歳未満)を監護している母、監護しかつ生計を同じくする父、父母に代わって養育している方。

- 父母が婚姻を解消
  - 父または母が
    - ① 死亡
    - ② 一定の障がいがある
    - ③ 生死が不明
    - ④ 引き続き1年以上遺棄している
    - ⑤ 裁判所から保護命令を受けている
    - ⑥ 法令により引き続き1年以上拘禁されている
  - 母が婚姻によらず妊娠
  - ▽ 手当支給額(児童一人当たり月額、全額支給の場合)
    - 1人目
      - 4万6,690円
    - 2人目以降
      - 1万1,030円
- ※支払いは年6回、2カ月分の手当が指定の口座に振り込まれます。

※所得制限があります。申請や受給方法などお問い合わせください。

☎ 子育て支援課  
72-22212

### 特別児童扶養手当の受給には申請が必要です！

特別児童扶養手当は、一定の障がいのある児童を、家庭において監護している方に対して支給される手当です。

#### ▽ 受給資格

身体、精神に中度または重度の障がいのある20歳未満の児童を監護している父または母、父母に代わって養育している方。

#### ▽ 手当支給額

児童一人当たり月額

■ 1級 5万6,800円

■ 2級 3万7,830円

※支払いは年3回、4カ月分の手当が指定の口座に振り込まれます。

※所得制限があります。申請や受給方法など詳しくはお問い合わせください。

☎ 健康福祉課  
72-16934

### 国家公務員「国税専門官採用試験」(大学卒程度)のお知らせ

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍するバイタリティーあふれる国税専門官を募集しています。

国の財政を支える国税専門官に、あなたもチャレンジしてみませんか？

#### ■ 受験資格

- (1) 平成8年4月2日から平成17年4月1日生まれの方
- (2) 平成17年4月2日以降生まれの方で次に掲げるもの
- ① 大学(短大を除く。)を卒業した方および令和9年3月までに大学を卒業する見込みの方
- ② 人事院が①に掲げる方と同等の資格があると認める方

#### ■ 受験申込受付期間

3月23日(月)まで

#### ■ 受験申込方法

受験申し込みはインターネット申し込みとする。  
国家公務員試験採用情報NAVI(<https://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.html>)

#### ■ 第1次試験日

5月24日(日)

#### ■ 試験に関する問合せ先

☎ 仙台国税局人事第二課試験

研修係

☎ 022-263-1111  
内線3236

☎ 人事院東北事務局

☎ 022-221-2022

### JICA海外協力隊春募集説明会を開催！

30周年を迎えた二本松青年海外協力隊訓練所で、JICA海外協力隊の募集説明会を行いますので、お気軽にお越しください。

#### ■ 開催日時

3月20日(金)  
午後1時から午後4時10分まで

#### (事前申し込みあり)

詳細は次のお問い合わせ先か公式ウェブサイトでご確認ください。

☎ 0243-124-3200

(代表)

E-mail: [jikanjy-bk@jica.go.jp](mailto:jikanjy-bk@jica.go.jp)  
JICA二本松・公式ウェブサイト: <https://www.jica.go.jp/domestic/nihonmatsu/index.html>

## 公立小野町地方総合病院からのお知らせ

～明るく元気に！「いきいき♪こまちカフェ」開催～

### \*\*\*「いきいき♪こまちカフェ」\*\*\*

令和元年7月から地域住民の方を対象に、当院の医療スタッフの専門的知識や経験をもとに認知症予防などに役立つ情報を発信する健康講座、また理学療法士などからだのプロとともに行う体操教室など、地域全体の健康づくりを目的としたコミュニティの場として「いきいき♪こまちカフェ」を開催していました。

令和2年1月開催を最後にコロナ禍で中断していましたが、1月から新たな医療スタッフも加わり「いきいき♪こまちカフェ」を再開しました。

### \*\*\*開催の様子\*\*\*

□1月

テーマ：「肩こりの予防」と「嚥下(えんげ)体操・唾液腺マッサージ」

内容：看護師と薬局スタッフが「嚥下について説明し、参加された方と一緒に楽しく体操を行いました。」



□2月


テーマ：「骨密度について知ろう！」「みんな楽しく脳トレ・体操！」

内容：放射線技師と看護師が説明し、一緒に全身を使って体と頭をほぐす体操を行いました。

毎月開催

どなたでも参加可能です。  
ぜひお立ち寄りください。

参加無料

■開催日時やテーマについては、病院ウェブサイトお知らせ一覧  または院内掲示版のお知らせをご確認ください。

■  問 公立小野町地方総合病院  72-3181 ■



## 「困ったなあ」を一緒に考えます!

障がいのあるわが子の  
親亡き後が心配…  
今から準備できることって  
あるのかな?

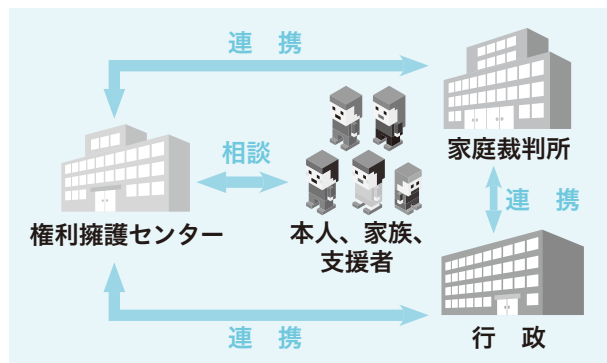
最近、物忘れが増えて、財産管理が  
難しくなった気がするな…  
一人暮らしだし、  
将来が心配

成年後見制度って  
なんだろう。  
自分や家族も使える  
のかな?

小野町権利擁護センターは、認知症や障がいなどにより判断能力に不安がある方が地域で安心して暮らせるようその権利を守り支援する相談窓口です。困ったことがある場合は、ささいなことでもご相談ください!

センターでは、弁護士、司法書士、社会福祉士、ケアマネジャー、地域包括支援センターなどと協力し、地域全体で皆さんを支援します。

☎小野町社会福祉協議会  
小野町権利擁護センター ☎72-6866



## 小野町地域包括支援センターからのお知らせ

### ～「フレイル」の予防と改善について<運動編>～

「フレイル」とは、加齢により心身の活力が低下した健康と要介護の中間状態のことです。

フレイル予防のためには、足腰の衰えを防ぎ「動ける」体でいることが大切です。高齢期でも、筋肉・筋力は鍛えることで向上します。また積極的に体を動かすことは、糖尿病や高血圧などの病気や認知症予防にも役立ちます。

#### ○ウォーキングで有酸素運動を!

有酸素運動には、心肺機能を高め、脂肪を燃焼させることで動脈硬化を予防する効果があります。中でもウォーキングは手軽にできるためおすすめです。まずは、1日10分程度歩く時間を増やすことから始めましょう。外出が難しい場合は、室内での足踏みも効果的です。

#### ◆効果的なウォーキング方法

- ①足を肩幅に開き、背筋をのばします。
- ②腕を大きく振りながら、太ももが床と水平になるくらい膝を高く上げます。

#### ○筋力トレーニングで下半身強化を!

「歩く・立つ・座る」を支える足腰のトレーニングは、転倒や骨折を防ぐためにも大切です。実は、掃除や買い物といった毎日の家事も、意識一つで立派な運動になります。「これも筋トレ!」と前向きに捉え、全身をしっかり使って動きましょう。

#### ◆「膝伸ばし運動」で簡単トレーニング

- ①イスに浅く座り、片足をまっすぐ水平に伸ばし10秒キープします。
- ②ゆっくり戻し、反対の足も同様に行います。左右5回ずつを目安に無理のない範囲で行いましょう。

地域包括支援センターは、高齢者の自立した暮らしを支える総合相談機関として、介護・医療・福祉などさまざまな分野の専門職と連携し、サポートしています。気になることは、いつでもご相談ください。

☎小野町地域包括支援センター ☎72-2128

## 当 番 医

### 休日当番医

月日	当番医	所在地	電話番号
3月 15日 <sup>㊤</sup>	秋元医院	田村市船引町	82-1514
20日 <sup>㊤</sup>	橋本医院	小 野 町	72-3711
22日 <sup>㊤</sup>	遠藤医院	田村市船引町	85-2016
29日 <sup>㊤</sup>	なごみファミリークリニック	三 春 町	62-2473
4月 5日 <sup>㊤</sup>	さとう耳鼻咽喉科クリニック	田村市船引町	81-1333
12日 <sup>㊤</sup>	南東北病院滝根診療所	田村市滝根町	78-2442

- 夜間診療所および休日当番医を受診する場合は、必ず事前に電話確認のうえ、受診してください。

\*医療機関・薬局情報検索は

「医療情報ネット」もご利用ください。

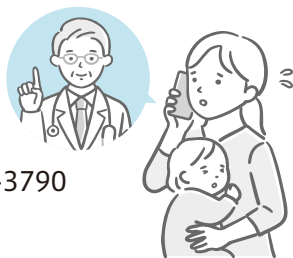


### 救急電話相談

- ◆ 受付時間  
24時間(年中無休)
- ◆ 電話番号  
〈短縮ダイヤル〉☎#7119  
〈一般ダイヤル〉☎024-524-3020

### こども救急電話相談

- ◆ 受付時間  
午後7時から翌朝8時まで  
(年中無休)
- ◆ 電話番号  
〈短縮ダイヤル〉☎#8000  
〈一般ダイヤル〉☎024-521-3790



### 田村地方夜間診療所の当番医

田村地方夜間診療所では、田村地方の医療機関が交替で診療しています。

下記に電話をしてから受診してください。

- ◆ 診療場所  
田村市船引町船引字源次郎68番地2  
(福祉の森公園地内)  
☎0247-81-2233
- ◆ 受付時間  
午後7時から午後8時30分まで

月日	当番医
3月 16日 <sup>㊤</sup>	なごみファミリークリニック
17日 <sup>㊤</sup>	矢吹医院
18日 <sup>㊤</sup>	青山医院
19日 <sup>㊤</sup>	石川医院
23日 <sup>㊤</sup>	のざわ内科クリニック
24日 <sup>㊤</sup>	雷クリニック
25日 <sup>㊤</sup>	清水医院
26日 <sup>㊤</sup>	東部台こどもクリニック
27日 <sup>㊤</sup>	三春病院
30日 <sup>㊤</sup>	のざわ内科クリニック
31日 <sup>㊤</sup>	まつざき内科胃腸科クリニック

- 田村医師会では、地域の医療・介護に関する皆さんのご意見・ご質問を募集しています。

☎ 田村医師会事務局  
〒963-3401  
小野町大字小野新町字品ノ木123  
☎ 72-2161 / FAX 72-6178

## 田村地方夜間診療所 休止のお知らせ

医療スタッフの欠員に伴い、診療継続が見込めないことから、夜間診療所での診療を4月1日から休止します。

皆さんには大変ご不便をおかけしますが、何卒ご理解をお願いします。

夜間に体調が悪くなった場合は、救急電話相談ダイヤル#7119(15歳以上)、#8000(15歳未満)をご利用ください。医師・看護師または相談員が対応します。

## 各種健診・教室などの日程

内 容		日 時	場 所	申し込み・問い合わせ先	
親子の教室	ママのリフレッシュ教室	産前・産後・子育て中のお母さんを対象に体操教室を実施します。	3月16日(月)	※要申し込み	児童館 キラッと☆おの  子育て支援課 ☎72-2212
	すくすく発達教室	お子さんの発育や発達の相談、親子遊びや保護者同士の交流の場として開催します。	3月10日(火)		
健康づくり	夜間ヘルスアップ運動教室	運動不足解消を目的としたストレッチや有酸素運動を行います。	3月19日(水)	19:00~20:30 ※要申し込み	B&G海洋センター  健康福祉課 ☎72-6934
	フィットネスクラブ	ヨガなどを中心とした運動を行います。	3月26日(水)		
	ヘルスアップ運動教室	60歳以上を対象に介護予防を目的とした運動を行います。	3月13日(金) 27日(金)	10:00~11:30 ※要申し込み	多目的研修集会施設

### ○便利な機能がたくさん

#### 「子育て応援アプリおののびby母子モ」配信中

町では、妊娠期から出産・子育て期をサポートするアプリ「子育て応援アプリおののびby母子モ」を配信中です。



便利な機能が  
たくさんあるよ!



#### ▶アプリの主な機能▶

##### ■子育て情報配信

妊娠・出産や子育てに関する町のお知らせやイベント情報、各種申請手続きなどを簡単に確認することができます。

##### ■予防接種の管理

お子さんの生年月日や接種履歴をもとに、接種できるワクチンと最適な接種間隔を自動で算出し、予定日が近づくこと事前にお知らせが届きます。

##### ■子どもの成長記録

150種類の記念日を参考に、写真とコメント付きで記録ができ、日々のできごとを思い出しとして残すことができます。

##### ■家族共有

お子さんの成長記録を、遠く離れて住むご家族と共有することが出来ます。

このほかにもさまざまな機能がたくさんあります。妊娠している方、すでに子育てをされている方、どなたでもご利用が可能です。お気軽にご利用ください。



母子モアプリ  
アイコン



母子モ  
QRコード

☎ 子育て支援課  
7212212

## おくやみ申し上げます

(敬称略)

届出月	氏名	年齢	行政区
12月	高崎 ナミ	78	平 館
	國分ヨシ子	91	皮籠石
	横田 猛雄	100	飯豊中
	荒井ユキ子	84	仲 町
	先崎 久	102	仲 町
1月	秋元 賢一	70	荒 町
	佐久間杉子	65	中 通
	吉田 ナツ	87	中 通
	渡邊フヂエ	84	平 館
	西牧今朝和	78	小野赤沼
	佐藤 勝一	87	雁股田
	佐藤 ケイ	90	飯豊上

## 町の人口・世帯数(令和8年2月1日現在)

人口	男	4,128人(▲12人)
	女	4,096人(▲7人)
	計	8,224人(▲19人)
世帯数		3,326世帯(▲4世帯)

※( )内は前月比

## 上水道水質検査結果

2月に実施した水道水の水質検査の結果は、次のとおりです。

試験項目	水質基準	試験結果
一般細菌	100CFU/ml以下	0 CFU/ml
大腸菌	検出されないこと	検出せず
塩化物イオン	200mg/l以下	12mg/l
有機物(TOC)	3mg/l以下	0.5mg/l
PH値	5.8~8.6	7.1
味	異常でないこと	異常なし
臭気	異常でないこと	異常なし
色度	5度以下	0.5度未満
濁度	2度以下	0.1度未満

問 地域整備課 ☎72-6936

## 食品などの放射能測定結果

町で実施している簡易検査および非破壊式測定器による検査結果(1月分)をお知らせします。

### ■非破壊式測定器による測定結果

区分	検体数	検体名	測定結果 (Bq/kg)
基準値を超えたもの	0	—	—
基準値未満 または 検出限界値 以下のもの	4	井戸水、引き水	

※測定結果の値は、セシウム134およびセシウム137の合計値です。

### 食品中の放射性物質(セシウム)の基準値

飲料水	…	10Bq/kg
牛乳・乳幼児食品	…	50Bq/kg
一般食品	…	100Bq/kg

### ◆検査を希望される方へのお願い

- ①検体を持参するときは、土やごみなどの汚れはきれいに洗い流し、すぐに調理できる状態にしてください。
- ②検体は必ず1キログラム持参してください。量が少ないと正確な値が出ない場合があります。

問 健康福祉課 ☎72-6934



## 広告募集

## 社会福祉法人 田村福祉会 交流会・職場説明会のお知らせ (3月22日・4月26日)

採用に関する詳しい内容は、  
ホームページをご覧ください。▶▶▶  
ご連絡お待ちしております。



社会福祉法人田村福祉会  
〒963-7752 田村郡三春町字六升蔭68 ☎0247-61-2761

広  
告  
欄

# 路線バス「小野線」の運行経路変更のお知らせ

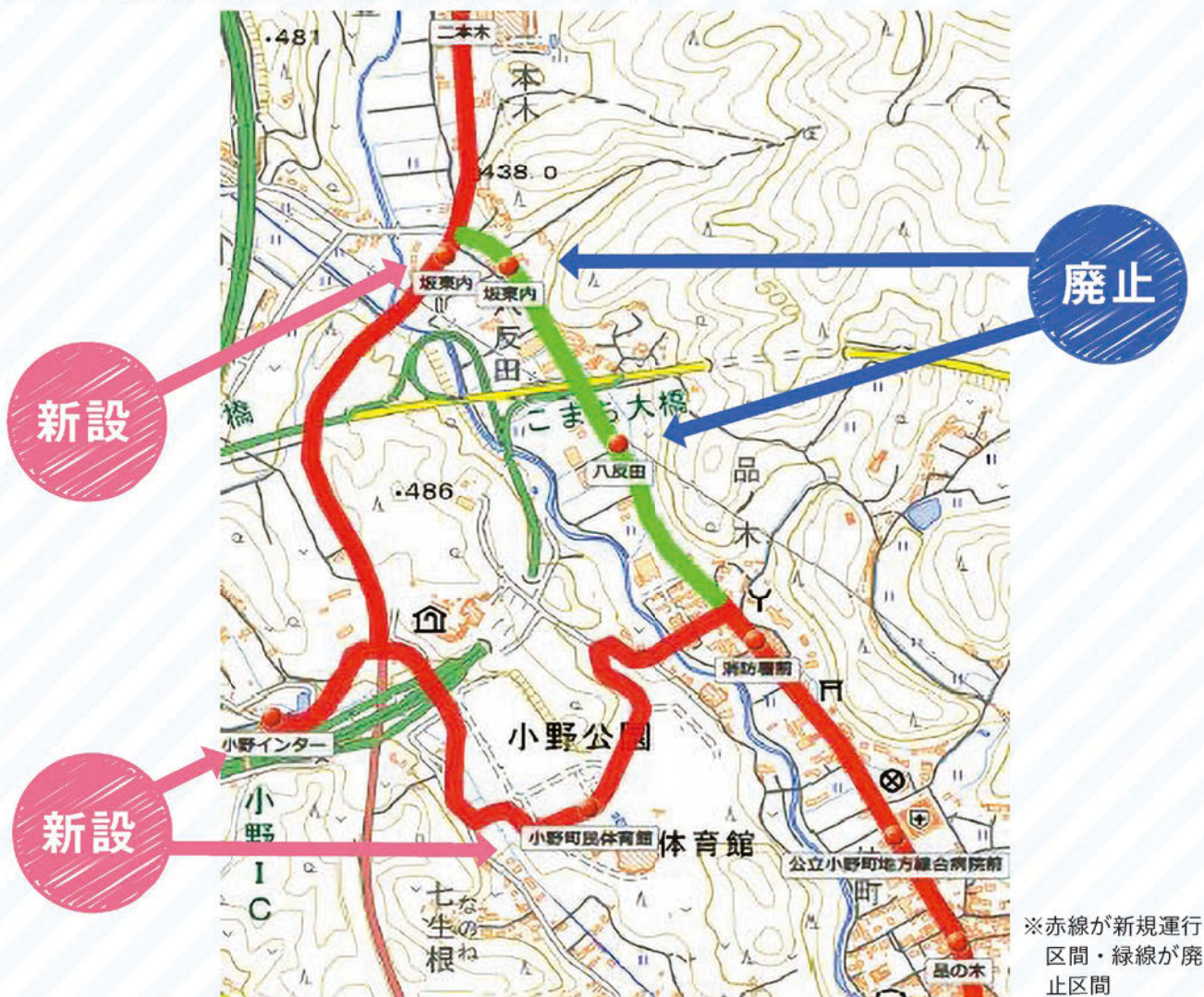
4月1日から運行経路が変更になります！

路線バス 小野線(福島交通株式会社)

## 運行経路変更のお知らせ



路線バス「小野線」(小野町～郡山市)について、4月1日から小野町内での運行経路が変更となります。停留所「坂東内」が国道349号沿いに移動、「八反田」が廃止となり「小野 IC 高速バス利用者用駐車場内」および「小野運動公園内」に新たに停留所が設置されます。



※経路の変更に伴い、運行ダイヤも一部変更となりますので、確認のうえご利用ください。  
詳細については、町公式ウェブサイトを確認または福島交通株式会社へお問い合わせください。

福島交通株式会社  
小野営業所：☎0247-72-2816



この印刷物は、FSC®の基準に従って認証された適切に管理された森からの木材を含んだ用紙で印刷されています。

