

\\ 笑顔とがんばりの町 //

広
報

おのまち

2022

12

No.718





11月20日に行われたふくしま駅伝。最後の踏ん張りを見せゴールを目指す、16区矢吹恭叶選手。小野町チームは総合40位(町の部20位)の成績を取めました。詳しくは、1月号でお知らせします。

広報おのまちは



iOS用



android用



で配信中!

若者民間賃貸住宅家賃補助事業のご紹介

町では、移住・定住の促進と地域の活性化を図るため、町内の民間賃貸住宅に入居された39歳以下の方に家賃の一部を補助しています。

○補助対象者(すべて該当する方)

- ・Uターン者であること
- ※Uターンとは、町外に転出してから3年経過以降に再度町内に戻って来ること
- Iターンとは、町外出身者で定住を目的に町内に移り住むこと
- ・39歳以下の単身世帯(単身赴任を除く)または夫婦ともに39歳以下の世帯であること

○補助の要件

- ・申請日に町外に住民登録をしていること、または町内に住民登録をしてから1年未満であること
- ・町内の民間賃貸住宅に居住する予定、または居住していること
- ・市町村税の滞納がないこと

02 INDEX / 若者民間賃貸住宅家賃補助事業のご紹介

03 沖縄県石垣市との交流事業を実施

04 小野町功労者表彰式

06 おのまち認定こども園通信

07 小野小通信 / 小野高通信

08 おのまち地域おこし協力隊活動記

09 第9回市町村対抗ソフトボール大会

10 除雪についてのお願い / 献血のご協力ありがとうございます

11 年末年始のし尿汲み取りの申し込みはお早めに / 廃タイヤ・農業用ビニールの受け入れが終了となります / シルバー人材センター美化活動 / ふるさと文化の館情報

12 地域包括支援センターからのお知らせ / 「つどいの広場」開催のお知らせ

13 町税など納期のご案内 / 国民年金コーナー

14 みんな笑顔で健康づくりコーナー

16 公立小野町地方総合病院からのお知らせ

17 夜間診療所当番医・休日当番医

18 各種健診・教室日程

19 食品放射能測定結果 / 上水道水質検査結果 / お誕生日おめでとう / おくやみ申し上げます / 町の人口と世帯数 / 梅毒が急増しています!

20 令和4年度小野町米の消費拡大推進ポスターコンクール

移住・定住される方へ!



- ・以前に民間賃貸住宅の賃料について町の補助金等の交付を受けていないこと

○補助額

月額家賃から住宅手当などを除いた実質家賃負担額の2分の1に相当する額で、月額上限2万円(最長1年間)

制度の詳細や申請書などについては、町公式ウェブサイトをご覧ください。



ウェブサイトQR



問 企画政策課 ☎72-6939



- 1、2、3_小野高生と八重山農林高生と一緒に販売!
- 4_小野町の特産品も好評でした
- 5_石垣島まつりオープニングセレモニー
- 6_セレモニーでの町PRのようす



3年ぶり通常開催の「石垣島まつり」で町特産品をPR

〜沖縄県石垣市との交流〜

平成28年度から継続している沖縄県立八重山農林高校と県立小野高校の交流を産学官の連携による自治体間交流に拡大発展させるため、町は平成31年2月に「特産品交流による地域づくり協定」を石垣市と締結しました。以降、特産品を中心としたPR活動を相互に行っています。

〜今回の石垣市訪問〜

町長、訪問交流団員および高校間の交流事業に取り組む小野高校の代表生徒が石垣市を訪問しました。

中山石垣市長への表敬訪問にあたって、町からは「町産新米」、今年度販売を開始した日本酒「純米吟醸 東堂山勝馬(とうどうさんかちうま)」を、小野高校からは昨年度、八重山農林高校と共同開発した「どら焼き」結(ゆい)をそれぞれ贈りました。

また令和元年以来、3年ぶりの通常開催となった「石垣島まつり」の交流自治体ブースに出展し、町特産品販売によるPRおよび石垣市民との交流を図りました。

イベントのため準備した特産品は完売となる好評で、石垣市の皆さんに「福島県小野町」を知っていただく有意義な機会となりました。

今後も特産品を中心に交流を継続し、産業6次化・発酵のまちづくりをさらに推進していきます。



5 6



永年の功績をたたえ

小野町功労者表彰式

小野町功労者表彰式が11月23日、多目的研修集会施設で行われました。

功労者表彰は、小野町表彰条例に基づき、町の政治、教育、文化などの振興に寄与された方々ならびに多くの人の模範と認められる行為があった方々に対して授与されるものです。今回は、特別功労として6人、功労として1人、善行として2人が受表彰されました。

受表彰者は次のとおりです。(50音順)



大千里 義市さん
▽ ■ 特別功労
町政振興功労

教育委員を14年6カ月間務められ、このうち6年6カ月間は教育委員長としてご尽力されました。小・中学校の再編統合を進めるなど、教育行政に大きく貢献されました。



猪狩 信男さん
▽ ■ 特別功労
町政振興功労

消防団長として4年間、消防・防災行政の発展にご尽力されました。また統計調査員を35年以上務められるなど、本町の振興発展に大きく貢献されています。



宍戸 美恵子さん

▽**特別功勞**
町政振興功勞

社会教育委員として16年間ご尽力されました。商工会女性部での活動経験を生かし、社会教育や芸術文化事業の振興に大きく貢献されました。



熊坂 丈夫さん

▽**特別功勞**
町政振興功勞

社会教育委員として16年間ご尽力されました。芸術文化や生涯スポーツに関する見識を生かし、社会教育や社会体育事業の振興に大きく貢献されました。



渡邊 一雄さん

▽**特別功勞**
町政振興功勞

消防団長として8年間ご尽力されました。町民の生命と財産を守るため、火災予防啓発や団員の指導育成に力を注ぎ、消防や防災行政の発展に大きく貢献されました。



中山 博晶さん

▽**特別功勞**
町政振興功勞

永年にわたり町の学校医として児童生徒の健康管理にご尽力されています。また予防接種事業への協力や障害認定審査会会長を務められるなど、医療や福祉行政の発展に大きく貢献されています。



宗像 芳子さん

▽**善行**
衆人模範

永年にわたり、夏井千本桜駐車場周辺のゴミ拾いや駐車場内の花壇の手入れを行い、地域の環境美化に大きく貢献されています。

草野 次男さん

▽**善行**
衆人模範

町の振興発展に役立ててほしいと、100万円を寄附いただきました。



宗像 泰弘さん

▽**功勞**
町政振興功勞

社会教育委員として10年間ご尽力されました。自身の幅広い見識を生かし、社会教育や生涯学習事業の振興に大きく貢献されました。

おのまち認定こども園通信



保護者の方も記念撮影 //



- 1_ 衣装した5歳児
- 2_ 0歳児も衣装しました
- 3_ 1歳児はカートに乗って出発
- 4_ 2歳児は歩いて出発しました

ハロウィンパレード

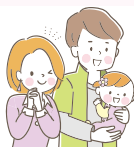
子どもたちが楽しみにしていたハロウィンパレードが10月28日に行われました。朝から自分たちの好きな衣装をして登園し、部屋に入ると友達と衣装を見せ合ったり話をしたり、とても盛り上がりがありました。

当日は天候にも恵まれ、こども園からリカちゃんキャッスルまで衣装した子どもたちのパレードが行われました。年長児から順にパレードがスタートし、沿道にはたくさんの保護者が駆け付け、子どもたちも元気に手を振ったり笑顔を見せたりして、楽しみながら歩くことができました。

またリカちゃんキャッスルの皆さんにもご協力をいただき、アツプルガーデンでリカちゃんにお出迎えいただきました。リカちゃんたちと記念撮影してもらい、子どもたちは大喜びでした。

パレードが終わり、こども園に戻った子どもたちは、園庭でお菓子をもろうために、大きな声で「トリック・オア・トリート(お菓子をくれないといたずらしちゃうぞ)」と合言葉を唱え、楽しみにしていたお菓子を一人ひとりもらいました。

子どもたちは衣装したままハロウィンの一日を楽しく過ごしました。



地域子育て支援事業のお知らせ



地域子育て支援事業は、子育て家庭の育児不安などの相談、子育てをしている仲間同士の交流を図り、子育ての楽しさを共有し、地域の子育て家庭に対する育児支援を目的とします。

- 開設日
月曜日・水曜日・金曜日
- 開設時間
午前10時から午後3時まで
- 料金 無料

● 12月のイベント

★ 絵本の読み聞かせ

12月21日(※)

午前11時から午前11時30分まで

※イベントには定員がありますのであらかじめご了承ください。

■ 予約先

おのまち認定こども園 ☎73-8321

クラブ活動をしています！

小野小学校では、水曜日の6校時目に4年生から6年生までの子どもたちが年間15時間、クラブ活動に取り組んでいます。

クラブ活動は、いろいろな年齢の子ども同士が協力して自主的、実践的に取り組むことで個性を伸ばすことや「学校が楽しい」という思いをよりふくらませたり、子ども同士の連帯感を深めたりしながら、共によりよい生活を築こうとする態度を育てることを目的としています。

「ちぎり絵クラブ」では、郡司茂子さん(谷津作)を講師にお招きし、ちぎり絵制作を楽しんでいます。



芸術鑑賞教室！

10月12日に開催された芸術鑑賞教室では、劇団マグネットワールドによる「地雷探知犬 ニーナ」を鑑賞しました。地雷が紛争に使用され、今も悲劇を生んでいること、地雷探知の現場に犬が使われていることなど、地雷について理解を深める機会となりました。地雷の近くで生活せざるを得ない現地の人々の心情がよく分かる内容で、生徒たちは集中して耳と目を傾けていました。



公開文化祭開催！

3年に1度の公開文化祭である「柏葉祭」が10月22日と23日に開催されました。22日は開催式の後に授業で学んだことや部活動、有志による発表会が行われました。日頃の生徒たちの学習成果が存分に発揮され、全校生徒で盛り上がりました。また23日の一般公開では、クラスや部活動、各系列が、趣向を凝らした展示発表をしました。感染対策を慎重に行いながらの運営となりましたが、前回は上回るお客さんに来場いただきました。ありがとうございました。



君の夢をカタチに！！
福島県立小野高等学校

福島県田村郡小野町大字小野新町字宿ノ後63
☎0247-72-3171 FAX 0247-72-6211
<http://www.ono-h.fks.ed.jp>

おのまち 地域おこし協力隊活動記

「町の暮らしは自然と共にある」

寒さが一段と厳しくなってきました。温かい場所と寒い場所との急な温度差で体に負担がかかります。寒い場所への移動は、十分に防寒をして移動してくださいね。この記事を書いている時は、ちょうど紅葉の真っ盛り。山が赤・黄色に染まり、わが家の近くのモミジも真っ赤に色づき、晴天の青空と赤のコントラストがみごとです。夜になると星空が近く感じ、冬は特に空

気もシンと静まり星空が美しいです。皆既月食もくつきりと観測できました！赤黒いお月さまは神秘的でしたね。

移住フェアや相談をしていると「自然が豊か・星がきれい」は日本の田舎ならどこでも同じ、みんなそう言うよ」とおっしゃる方がいます。たしかにそうではありますが、果たして人口のどれほどの割合の人がこの豊かな自然の中で暮らしているのか？と考えると、それほど多くはないような気がします。（なんの裏付けもない、私の勝手な私見です。）先日、お世話になって

いる方に会津方面へドライブに連れて行っていただきました。「会津の山の形は、あぶくまの山とは違うんだ」と教えていただき「なるほど！」私にはそのような視点はありませんでした。たしかに会津は尖った山が多く、裾から頂上までくっきりと山の形が見え、その裾野に人々は暮らしています。なだらかな山が続く、あぶくま山系とは違います。ひとくくりに「山の田舎

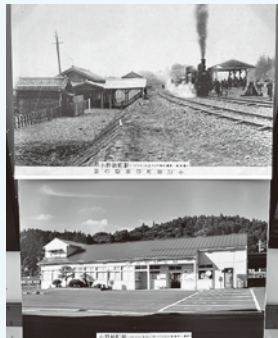
暮らし」と同じにはできません。自然環境が違えば暮らし方も違う。それに考え方や暮らしの知恵、風習も違う。そうやって長年かけて形成された文化がある。日本の田舎、ひとつひとつに伝統・文化という、いわゆる個性があると感じました。「日本の田舎はみんな同じ、じゃないぞ！」話は変わりますが、小野町の空き家・空き地バンクのウェブサイトに「ふるカツ」が

ふるさと物件フルに活用
小野町空き家・空き地バンク



「ふるカツ」ウェブサイト

そのウェブサイトを作るにあたり、移住者インタビューとして谷津作の「東方文化堂」を取材しに行きました。小野町出身で都会から田舎に戻ってきたご主人は、磐越東線と小野町に関する情報や物品を収集しており、無料でコレクションを閲覧できます。ご主人とお話をすると、文化・伝統を重んじる心を自然と学ばず、というよりも自然とすりこまれていくような気がします。（良い意味です笑）普段、生活しているだけでは見過ごしていたり、知らない、気が付かないままの存在のものを、きちんと裏付けを説明しながら私たちに伝えてくださいます。そんなご主人との交流もあつたからか、山を見た時にそんな風を感じました。



東方文化堂で昔の小野新町駅の写真をみつけました

◆小野町空き家・空き地バンク専用サイト「ふるカツ」の検索方法

- ① 町の公式ウェブサイトのトップページを開く
- ② トップページの下部にある4つのバナーの中から「移住・定住」をクリック。
- ③ はじめてみませんか 小野町での暮らし。ページが開くので、ページ中段のオレンジ色のバナーをクリック。
- ④ ふるカツサイトが開きます。

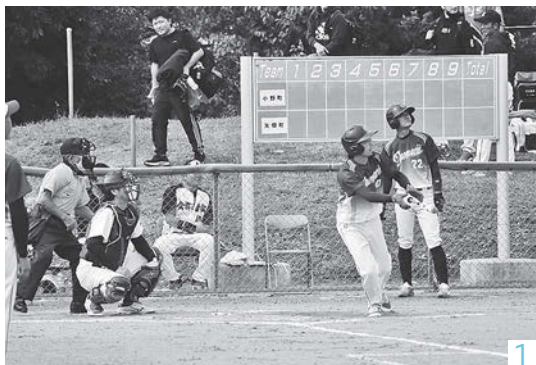
☎ 問 61-6731
つどってのおのまち

今回の担当は…



東方文化堂を取材したときの一枚！
阿井 由加子 隊員(写真右)
担当/移住・定住分野
主な活動場所/
つどってのおのまち

小野町チーム熱戦を繰り広げる 第9回市町村対抗福島県ソフトボール大会



1、2、3_ 対矢祭町のようす
4、5、6_ 対本宮市のようす

第9回市町村対抗福島県ソフトボール大会が10月15日から16日にかけて、相馬光陽ソフトボール場(相馬市)で開かれました。

【対矢祭町】
15日に小野町チームはシードのため2回戦から出場し、矢祭町と対戦しました。1回、郡司蓮選手のタイムリーヒットで先制し、庭田勉選手と矢吹正稀選手がホームランを放つなど長打を重ね、8点を挙げました。2回も打線が爆発し7得点しました。試合を通して14安打を放ち15対0の猛攻で勝利しました。

選手一覧(敬称略)

背番号	役職	氏名	背番号	ポジション	氏名
-	代表者	吉田 勝司	31	コーチ	中野 智介
30	監督	常恒 榮美	32		草野 喜輝
10	主将	庭田 勉	-	スコアラー	宗像 良和
背番号	ポジション	氏名	背番号	ポジション	氏名
16	投手	草野 大輔	5	外野手	草野 拓哉
29		中野 敬太	6		高崎 寛太
21	捕手	鈴木 直哉	13		吉田 洸規
24		草野 太雅	14		吉田 悠太
1	内野手	小松 翔人	19		籠田 充喜
2		鈴木 奎志	20		安藤 晃希
3		矢吹 正稀	22		草野 政氏
18		草野 竜二	23		村上 裕也
25		宗方 達也	28	郡司 蓮	

【对本宮市】
16日に行われた3回戦では、本宮市と対戦しました。2回に宗方達也選手のランニングホームランで先制しましたが、その裏本宮市に三塁打などで一挙5点を挙げられ逆転されました。終盤に中野敬太選手、矢吹正稀選手のタイムリーヒットで追い上げましたが6対8で

惜しくも敗れました。小野町からも多くの方が応援に駆け付け、選手の健闘に温かい拍手を送っていました。小野町チームの皆さん、大変お疲れさまでした。

○安全な除雪作業ができるよう ご協力ください

安全で効率的な除雪作業ができるよう、次のご協力をお願いします。

【道路沿いにお住まいの皆さんへ】

○歩道および消火栓や防火水槽などの除雪は、地域の皆さんで協力体制を整えて行いましょう。

○道路への排雪は交通事故の原因となります。絶対にやめましょう。

○除雪車は、広い地域を短時間で除雪しなければならず、玄関先まで手が回りません。除雪車が通った後、住宅の出入口に残った雪は、各家庭で除雪をお願いします。

○道路わき(道路敷地内)にある電気柵などの支障物は、除雪作業時に破損する可能性が非常に高いです。降雪前に必ず撤去しましょう。

○重要物には除雪で損傷を受けないように旗ざおなどで目印をつけるか移動させましょう。



【ドライバーの皆さんへ】

○路上駐車は絶対にやめましょう。

○危険防止や効率的な除雪作業のため、除雪作業中の区間を一時通行止めにする場合があります。

○雪道は特に道幅が狭くなりますので歩行者に配慮して通行しましょう。

【町民の皆さんへ】

○除雪車が通った直後の道路は滑りやすいので注意しましょう。

○作業中の除雪車は危険ですので絶対に近づかないでください。

○除雪作業はなるべく迅速に実施するよう努めています。除雪・積雪の状況などにより、時間帯が遅れる場合もありますのでご了承ください。

問 地域整備課

☎ 72-16937

問 福島県三春土木事務所業務課

☎ 62-13151

問 道路緊急ダイヤル

☎ #9910

献血のご協力ありがとうございます

10月30日に小町ふれあいフェスタ会場で献血を実施し、64人にご協力をいただきました。

献血にご協力いただいた方には、小野町ライオンズクラブ様から社会貢献活動の一環として提供された「卵(1パック)」を記念品として配付しました。献血にご協力をいただいた皆さんに紙上より厚くお礼を申し上げます。

現在までの献血実施状況は下表のとおりです。日頃から健康管理に努めていただき、多くの方が献血会場にお越しくださいますよう、あらためてお願いします。

問 健康福祉課 ☎ 72-6934



左から町長、小野町ライオンズクラブ会長 太田さん、幹事 吉田さん

【次回献血予定】

令和5年1月29日(日)

場所：おのショッピングプラザ・コムコム

時間：午前10時から午後12時30分まで

午後2時から午後4時まで

令和4年度	目標(人)	6月5日	9月9日	10月30日	計	達成率(%)
200ml	5	0	1	1	2	40.0
400ml	210	81	32	63	176	83.8
200ml換算単位数	425	162	65	127	354	83.3

○ 年末年始のし尿汲み取りの 申し込みはお早めに

年末年始の次の期間は、し尿の汲み取りをお休みしますので、早めにお申し込みください。

12月29日(※)から令和5年1月3日(※)まで

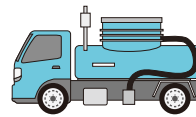
～お願い～

①留守中にし尿汲み取りや浄化槽清掃を実施した際は、作業員が自宅の郵便受けなどに請求書を投函しますので、金融機関窓口でお支払ってください。

②トイレや浄化槽には、し尿やトイレトペーパー以外の異物を流さないようご注意ください。

③台所で皿などを洗う際は、油污れなどはいったん紙などで拭き取ってから洗うようお願いいたします。

☎ 田村地方衛生処理センター
82-11272



○ 廃タイヤ・農業用ビニールの 受け入れが終了となります

田村東部環境センターでは、廃タイヤと農業用ビニールの処分の受け入れをしていますが、12月28日(※)をもって、その受け入れを終了します。

■受け入れができなくなるもの

- ・ 廃タイヤ
- ・ 農業用ビニール(肥料袋など含む)

受け入れ終了後に廃タイヤや農業用ビニールを廃棄する場合は、専門業者へ依頼するなど、適切な方法で処分をお願いします。

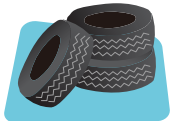
参考
廃タイヤ..

廃棄物処理業者、販売店、自動車整備業者、ガソリンスタンドなど

農業用ビニール..

廃棄物処理業者、農協、販売店など

☎ 町民生活課
72-16933



ふるさと文化の館情報



図書館
Library

☎ ふるさと文化の館
72-2120

読書マラソン完走

樽井羽音さん(小野小1年)が2回目のゴールを迎え200冊読破を達成しました。

樽井さんにはバッチと記念品が贈られました。読書マラソンへの参加は随時カウンターで受け付けています。皆さんの参加をお待ちしています。



樽井羽音さん

「蔵書検索」が変わりました

インターネット上からの蔵書検索がより見やすく使いやすいものになりました。アドレスも変わりましたので、ブックマークなどご利用されている方は再度登録をお願いします。



蔵書検索QR

シルバー人材センター美化活動



11月12日に役場、老人憩の家「たかむら荘」、小野町商工会の3カ所でシルバー人材センター会員の皆さん約60人が、早朝から草刈や植木の剪定、施設清掃などの美化作業を行いました。会員の皆さんの経験や技能を生かした作業で各施設が美しく整備されました。毎年実施されるシルバー人材センターの皆さんのご好意に紙上よりお礼申し上げます。

シルバー人材センターでは、おおむね60歳以上の方が積み上げた知識や技能、経験を生かし町内のさまざまな場所で地域活性にご尽力いただいています。

興味のある方は、下記までお問い合わせください。

☎ 小野町シルバー人材センター ☎72-2412

地域包括支援センターからのお知らせ

～支え合いの地域づくりを応援しています～

町では、高齢者が気軽に集まれる「あったかサロン」を開催しています。

どなたでも参加できる集いの場として、地域で自主的に運営され、高齢者の交流や仲間づくりの場になっています。

今月は、浮金行政区「浮金ふれあいサロン」を紹介します。

浮金ふれあいサロンは、地区の集落センターで定期的に開催しています。脳トレや運動、ゲームなど毎回内容を工夫して開催し、会員の皆さんは楽しみながら参加しています。

10月には、地域包括支援センター職員が「認知症予防」について講話を行い、自宅でも簡単にできる認知症予防運動や脳トレゲームなど、「認知症」について理解を深めていただく機会となりました。



浮金ふれあいサロンの様子

高齢になっても、自分らしく生活していくためには、みんなで支え合うことが大切です。

地域包括支援センターでは、地域の支え合いの力を高める取り組みを応援しています。

☎地域包括支援センター ☎72-2128

「つどいの広場」開催

～同じ悩みを語り合い、互いに支え合う場～

☆田村地方基幹相談支援センターから☆

基幹相談支援センターは、障がいを持つ方やその家族が安心して相談できる場所です。原則毎月最終金曜日に「つどいの広場」を開催しています。

今回のつどいの広場は、「ここから。」のスタッフをお招きして「お楽しみ会」を企画していますので、ぜひご参加ください。

■日 時：12月23日(金)

午前10時から午前11時30分まで

■場 所：田村地方基幹相談支援センター
(田村市船引町北鹿又字沼ノ下121-190)

■対象者：田村市、三春町、小野町在住の方

■定 員：10人程度

■内 容：お菓子作り

■申し込み方法：電話での申し込み

○基幹's コラム

■障害者手帳について

障害者手帳は、障がいのある方に交付される手帳で、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の3種類があります。身体障害者手帳は、目や耳、腕や足、心臓やじん臓といった内臓などの機能に一定以上の障がいがあると認められた方に交付されます。療育手帳は、知的障がいがあると判定された方に交付されるものです。精神障害者保健福祉手帳は何らかの精神障がいにより、長期にわたり日常生活または社会生活への制約がある方に交付されます。いずれかの手帳をお持ちの場合でも、福祉サービスや各種減免制度や割引制度などの支援が受けられます。手帳についての相談は、基幹相談支援センターまでお気軽にご連絡ください。

☎田村地方基幹相談支援センター ☎61-5056

町税など納期のご案内

納期限

12月26日 月

固定資産税 3期
国民健康保険税 6期
介護保険料 5期
後期高齢者医療保険料 5期

※口座振替の方は、納期限の前日まで
に口座残高の確認をお願いします。



スマートフォン決済アプリでの納付について
詳しくは、町公式ウェブサイトをご覧ください

◆町では口座振替での納付を推進しています

口座振替は、指定の口座から納期限日に自動的に振り替えて納付できる便利な制度です。ぜひご利用ください。なお利用するためには申し込みが必要です。申し込み方法の詳細については、税務課へお問い合わせください。

◆固定資産税・国民健康保険税はコンビニエンスストアやスマートフォン決済アプリでも納付できます

ただし納付書1枚の金額が30万円を超えたり、納期限後30日を経過した納付書は使用できません。

☎税務課 72-6932

国民年金コーナー

－生活を支える方が亡くなったとき遺族基礎年金が支給されます－

国民年金では65歳から老齢基礎年金が支給されますが、不慮の事故などで生活を支える方が亡くなった場合に「遺族基礎年金」が支給され、国民の暮らしを守ってくれます。

■支給対象者

亡くなった方に生計を維持されていた「子のいる配偶者」または「子」に支給されます。

※遺族基礎年金でいう子とは、①18歳到達年度末(3月31日)までの子、②20歳未満で障害年金の障害等級1級または2級の子、③婚姻していない子のことです。

■受給要件(次のいずれかを満たすこと)

- ・国民年金の被保険者である間に死亡したとき
- ・老齢基礎年金の受給権者であった方が亡くなったとき
- ・被保険者または老齢基礎年金の受給資格期間を満たした方が亡くなったとき(保険料納付済期間(保険料免除期間を含む)が保険料を納付しなければならない期間のうち3分の2以上あること。)
- ・死亡日に65歳未満で、死亡日のある月の前々月までの1年間に未納がないとき(令和8年4月1日前に亡くなった場合に限り。)

■遺族基礎年金の支給額

受給者	子の人数	年金額(A)	子の加算額(B)	合計(A+B)
子のいる配偶者	1人	77万7,800円	22万3,800円	100万1,600円
	2人		44万7,600円	122万5,400円
	3人		52万2,200円	130万円
子	1人		-	77万7,800円
	2人		22万3,800円	100万1,600円
	3人		29万8,400円	107万6,200円

■厚生年金の加入者

遺族基礎年金は厚生年金の加入者にも支給されます。受給要件などがありますので、詳細はお近くの年金事務所にお問い合わせください。

☎郡山年金事務所 024-932-3434

☎町民生活課 72-6933

定期的な血圧管理は健康管理の基本です

みんな笑顔で健康づくりコーナー

血圧の基準値

正常血圧の基準値		
家庭で測定	収縮期	拡張期
	115 未満	75 未満
病院で測定	収縮期	拡張期
	120 未満	80 未満
高血圧の診断基準		
降圧治療の対象		
家庭で測定	収縮期	拡張期
	135 以上	85 以上
病院で測定	収縮期	拡張期
	140 以上	90 以上

血圧計の選び方

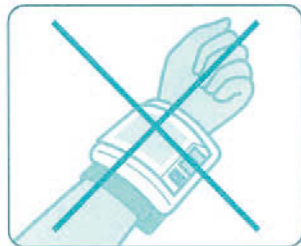
上腕測定タイプ



上腕挿入タイプ

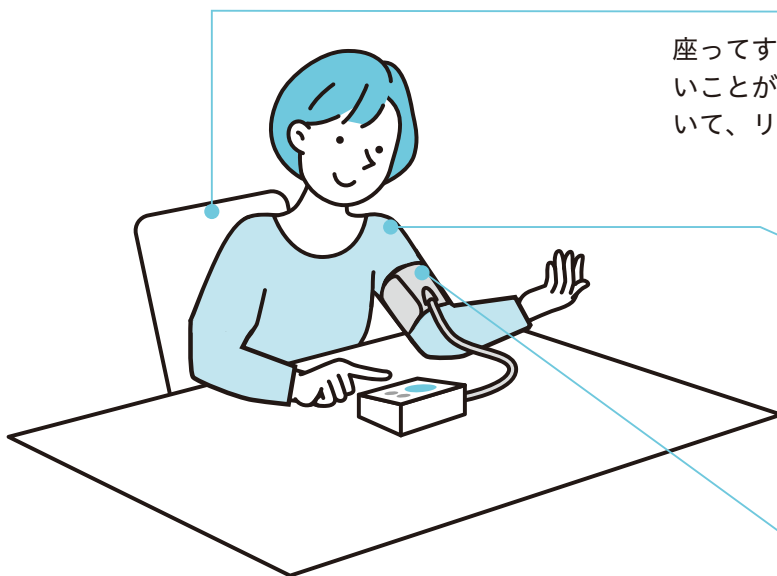


手首測定タイプ



生活習慣病の1つである高血圧は、多くの場合、自覚症状がありません。高血圧が長期化すると、動脈硬化が引き起こされ、心臓や脳などへのダメージが積み重なり、脳卒中や心筋梗塞といった死に至る重大な病気を引き起こす原因となります。そのため、日頃から自分のふだんの血圧を把握しておくことが大切です。

測定時のポイント



椅子に座って1～2分経ってから測定する

座ってすぐだと、血圧が安定していないことがある。測定時には腕の力を抜いて、リラックスすることも大切。

薄手のシャツ1枚なら着たままでもよい

カフは素肌に巻き付けたほうがよいが、薄手のシャツ1枚ぐらいなら着たまま測定してもよい。

カフは心臓と同じ高さで測定する

カフが心臓よりも低い位置だと「数値が低く出る」など、不正確になる場合がある。

(参考)日本高血圧学会 家庭血圧測定ガイドライン

健康福祉課
7216934

高血圧予防・改善のために“減塩”しましょう

— 食べ方のひと工夫 —

「こうやさん」でおいしく減塩

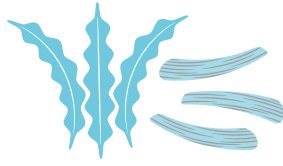
こ「香辛料」

コショウ、唐辛子などのスパイスを効かせる。



う「旨味」

かつお節、昆布など天然のだしで旨味を増やす。



や「薬味」

ショウガ、ネギ、ニンニクなどを利用して、風味豊かに。



さん「酸味」

酢、カボス、レモンなどの酸味で、素材の味を引き立てる。

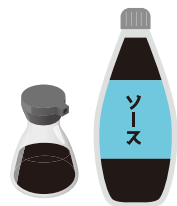


■卓上の醤油やソースは必要以上に使わない

- ・料理の味を確かめずに醤油やソースをかけないようにしましょう。

■調味料は食材の表面につける

- ・肉や魚を焼くとき→焼き目をつけてから、塩を振りましょう。
- ・お浸し→味付けは食べる直前に！食材から水分が出て、味が薄まるのを防ぎます。
- ・ドレッシングや醤油→かけるのではなく、つけて食べることでかけ過ぎを防ぎます。



■汁物は具だくさんにする

- ・野菜を多く入れると野菜から旨味が出て、塩分を控えることができるだけでなく、汁の量を減らすことができます。



■減塩食品の活用

- ・味も従来品と変わらずおいしくいただけます。
※減塩だからといって、いつもの量以上に使わないようにしましょう。

■ごはん食のすすめ

- ・白米の塩分は0gです。パンや麺類には食塩が含まれています。

■汁物や麺類の汁は残す

- ・みそ汁は1日1杯にしましょう。またうどんやラーメンの汁は残しましょう。



■野菜摂取で食塩を体の外へ

- ・野菜や果物、海藻に多く含まれるカリウムは、ナトリウム(塩分)の排せつを促します。
※腎疾患をお持ちの方は、まずかかりつけ医にご相談ください。



公立小野町地方総合病院からのお知らせ

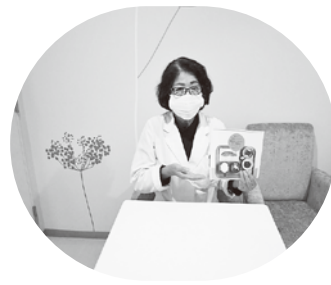
～正しい食べ方を身につけましょう～

「食は命なり、命は食にあり」という言葉を聞いたことはありませんか？これは、料理ジャーナリストの岸 朝子さんが残した言葉です。食べることは生きることと同義なのです。

毎日の食事は当たり前になりすぎて、どこか軽く考えてしまいがちです。最近では、エネルギーは満たされていても、栄養素が足りていない人たちが多く、問題になっています。食事とは、必要な栄養素を取るだけでなく、病気の予防にもつながるのです。

私は現在「五皿法」というやり方をメインに話しています。お盆の中に5つの器を並べて盛り付けていく簡単な方法です。この食べ方が標準

体重を維持します。大切なことは、体重を増やさないこと、内臓脂肪が減ればキレイな血液と強い血管ができ、さらに細胞活性化、免疫力アップにつながるのです。心も体も元気になり、若々しく健康を取り戻していきましょう。栄養指導についてお気軽にご相談ください。



管理栄養士
小澤登美子

～公立小野町地方総合病院 令和3年度決算について～

令和3年度の損益の状況については、収入総額2,119,819千円に対し、支出総額が1,967,116千円となり、収支差引で152,703千円の黒字決算となりました。

令和3年度は、電子カルテの導入により総支出は増加しましたが、一方で入院患者数の伸びや外来の診療単価の増額などによる収益の増加が主な黒字の要因となっています。

直近3カ年度の収支状況

単位：千円

年度	収入	支出	収支差引
令和元年度	1,821,187	1,909,303	△88,116
令和2年度	2,081,301	1,904,252	177,049
令和3年度	2,119,819	1,967,116	152,703

☎公立小野町地方総合病院
☎72-3181

※詳しくは、病院ウェブサイトをご覧ください。

令和5年度採用 公立小野町地方総合病院企業団

【応募受付期間】

12月28日(水)まで

【募集職種】

看護師…5人程度

薬剤師…1人

臨床検査技師…1人

言語聴覚士…1人

【試験日】

令和5年1月18日(水) 午後

職員募集

☎公立小野町地方総合病院
事務部 総務課 渡邊・白土
☎ 72-3181

◎詳しくはウェブサイトをご覧ください

公立小野町地方総合病院

検索

当 番 医

休日当番医

月日	当番医	所在地	電話番号
12月 11日(日)	まつざき内科胃腸科クリニック	田村市大越町	61-7030
18日(日)	かみや内科クリニック	小野町	72-3212
25日(日)	都路診療所	田村市都路町	75-2003
29日(木)	せんざき医院	三春町	61-2777
30日(金)	石川医院	三春町	62-2630
31日(土)	たむら市民病院	田村市船引町	82-1117
令和5年1月 1日(祝)	公立小野町地方総合病院	小野町	72-3181
2日(月)	三春病院	三春町	62-3131
3日(火)	青山医院	田村市常葉町	77-2015
8日(日)	さいとう医院	小野町	72-2500
9日(祝)	秋元医院	田村市船引町	82-1514

- 夜間診療所および休日当番医で受診する場合は、必ず事前に電話確認の上、受診してください。
- 詳しい情報は「ふくしま医療情報ネット」の「休日当番医をさがす」をご確認ください。

ふくしま医療情報ネット

<https://www.ftmis.pref.fukushima.lg.jp/>



子ども救急電話相談

- ◆ 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

—発熱などの症状がある方へ—

まず電話で「かかりつけ医」や身近な医療機関へご相談ください。かかりつけ医がいない場合やどこに相談してよいか分からない場合は、「受診・相談センター」にご相談ください。

- ◆ 受診・相談センター
(平日・休日問わず24時間対応)
☎0120-567-747



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。

新型コロナウイルス感染症拡大の状況により診療の状況が変更になる可能性があるため、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9時30分まで

月日	当番医
12月 12日(月)	雷クリニック
13日(火)	秋元医院
14日(水)	石川医院
15日(木)	かとうの内科クリニック
16日(金)	島貫整形外科
19日(月)	橋本医院
20日(火)	東部台こどもクリニック
21日(水)	清水医院
22日(木)	石塚醫院
23日(金)	のざわ内科クリニック
26日(月)	船引クリニック
27日(火)	のざわ内科クリニック
28日(水)	青山医院
令和5年1月 4日(水)	遠藤医院
5日(木)	まつざき内科胃腸科クリニック
6日(金)	三春病院
10日(火)	白岩医院
11日(水)	青山医院
12日(木)	さとう耳鼻咽喉科クリニック
13日(金)	のざわ内科クリニック

- 田村医師会では、地域の医療・介護に関する皆様のご意見・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

FAX 72-6178

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	
乳幼児健診	4カ月児健診	令和4年7月22日から9月22日まで生まれのお子さんが対象です。	12月21日(水)	13:00~	子育て支援課 キッズルーム 子育て支援課 ☎72-2212
	10カ月児健診	令和4年1・2月生まれのお子さんが対象です。			
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。	1月16日(月)	※要申し込み	
	育児教室	生後1カ月から2カ月までのお子さんとその親を対象とした教室です。対象者には母子保健推進員から案内します。	12月20日(火)		
	幼児のわくわくタイム	親子の運動遊びや交流のための教室です。	1月10日(火) 1月11日(水)		
	すくすく発達教室	発育や発達の相談、親子遊びや保護者の交流の場として開催します。	12月16日(金)		
	子どもの相談室	言葉の遅れや行動など、お子さんの発達についての相談に臨床心理士が対応します。			
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。	12月22日(木) 1月12日(木)	19:00~20:30 ※要申し込み	B&G海洋センター
	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。	1月6日(金)		
	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。	12月23日(金) 1月13日(金)		

広告募集中

- 1号広告：各ページの下1段
掲載料…1回10,000円／連続6回50,000円
 - 2号広告：各ページの下1段の2分の1
掲載料…1回5,000円／連続6回25,000円
- 詳しくは、お問い合わせください。

☎総務課 ☎72-2111

社会福祉法人 田村福祉会
特別養護老人ホームこまち荘
職員募集のお知らせ

- ◇ 採用情報を随時更新
 - ◇ 交流会・職場説明会を継続中(第4日曜日)
- 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。
- 田村福祉会本部事務局 0247-61-2761
〒963-7752 田村郡三春町字六升蒔8



お誕生おめでとう

(敬称略)

届出月	氏名	(父・母)	行政区
10月	大山 凛虎	(裕 希・有 希)	荒 町
	大千里 かの 樺乃	(義 幸・杏 由)	飯豊上

おくやみ申し上げます

(敬称略)

届出月	氏名	年齢	行政区
8月	神成 昌子	89	本 町
	矢吹ハルヨ	95	菖蒲谷
10月	吉田 フク	94	菖蒲谷
	鈴木 ノブ	91	雁股田
	猪狩 トモ	97	飯豊上
	長久保定夫	74	浮 金
	村上 喜昭	93	南田原井

人口と世帯 (令和4年11月1日現在)

人口	男	4,476人(2人)
	女	4,540人(△4人)
	計	9,016人(△2人)
世帯数		3,393世帯(5世帯)

※()内は前月比

梅毒が急増しています！

全国的に報告数が急増しており、福島県でも11月6日現在で124人(昨年同時期74人)と報告数が増加しています。

梅毒は主に感染している人との性行為における接触によってうつる感染症です。症状として、口腔や性器に痛みのない潰瘍かいようが形成されたり、全身に発疹が出たりします。

梅毒はコンドームの適切な使用により、リスクを減らすことができます。一度治っても再び感染することがあるので、心配なときはパートナーと一緒に検査しましょう。

●相談窓口

県中保健福祉事務所 ☎0248-75-4338

(平日午前8時30分から午後5時15分まで)

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(10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。

☎健康福祉課 ☎72-6934

上水道水質検査結果

11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	0CFU/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	9.7mg/l
有機物(TOC)	3mg/l以下	0.5mg/l
PH値	5.8~8.6	7.0
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

☎地域整備課 ☎72-6936

お米のおいしさをPR

令和4年度小野町米の消費拡大推進ポスターコンクール

テーマ「ごはんを食べよう！」

米の消費拡大推進とごはん食に対する理解・関心を持ってもらうために「米の消費拡大推進ポスターコンクール」を実施しました。

昨年度同様、町内の小中学校と小野高校の児童・生徒の皆さんを対象に募集を行ったところ、合計53点の応募がありました。

審査の結果、11人の皆さんが入賞され、10月30日の小町ふれあいフェスタで表彰式が行われました。

どの作品も力作ぞろいで、お米に対する感謝の心やおいしさなどが作品に表現されていました。

受賞者は次のとおりです。(敬称略)

■令和4年度小野町「米の消費拡大推進ポスターコンクール」入賞者

【小学校低学年の部】

▽最優秀賞

郡司 蒼大(小野小3年)

▽優秀賞

岩崎 結心(小野小1年)

石井 晶晴(小野小2年)

本多 陽葵(小野小3年)

【小学校高学年の部】

▽最優秀賞

岩塚 結咲(小野小5年)

▽優秀賞

吉田 直央(小野小4年)

宇佐見采音(小野小5年)

津田 芽吹(小野小5年)

【高校生の部】

▽最優秀賞

熊耳 葵(小野高1年)

▽優秀賞

関根 静香(小野高1年)

佐藤 優妃(小野高2年)



郡司蒼大さんの作品



岩塚結咲さんの作品



熊耳葵さんの作品



岩崎結心さんの作品



石井晶晴さんの作品



本多陽葵さんの作品



吉田直央さんの作品



宇佐見采音さんの作品



津田芽吹さんの作品



関根静香さんの作品



佐藤優妃さんの作品



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。

