



北緯37度 自然・歴史 人が輝く 棚倉町

☆笑顔(^_^)のわがまちづくり☆

広報

たなぐら

12月号
DECEMBER
No.600

2008年
(平成20年)

URL:<http://www.town.tanagura.fukushima.jp/>

E-mail:info@town.tanagura.fukushima.jp



心をととのえ無の境地に...
坐禅を組む

CONTENTS

- 特集 食育.....P2~5
- 証明書自動交付機を利用しましょう ほか.....P6
- 交通安全:年末のごみ収集について.....P7
- 上下水道課通信.....P8
- すこやかさん・保健福祉センターだより
・保健師の健康ノート.....P9~11
- 生涯学習情報誌ふれあい・倉美館情報.....P12~13
- まちの話題.....P14~15
- みんなのひろば.....P16~17
- お知らせ.....P18~19
- たなぐらスナップ.....P20

特集

食育

食 べる 事 の 大 切 さ を 学 び

元 気 に 育 つ

た な ぐ ら つ 子

みなさんは朝食を毎日食べていますか。
規則正しい食事をしているでしょうか。

最近の世の中、単身世帯の増加、女性雇用者の増加等社会情勢の変化によって食事を外に依存する食の外部化や、産地偽装による食の安全の問題など様々な問題が起っています。

これらのことから、現在あらためて注目されている「食育」について考えるとともに、取り組みなどもお知らせします。



① 食育ってなんだろう？

食

育という言葉はいつ頃から使われているのでしょうか？この食育という言葉は明治時代から使われており、「知育」「徳育」「体育」の基本となるものといわれています。

しかし、その後しばらくは食育という言葉は、世間で広く使われることがありませんでしたが、近年の食生活をめぐるさまざまな問題が起こる中で、食育が改めて注目されています。

そして平成17年6月に、国民一人ひとりが自ら健全な食生活を実践できるように、日々の食生活を見直し、豊かな人間性を育むことを目指して、食育基本法が成立しました。

食育基本法の中では、「生きる上での基本であって、知育、徳育および体育の基礎となるべきものと位置付

けるとともに、様々な経験を通じて食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができ人間を育てる食育を推進すること」となっています。

これらのように、様々な問題がありますが、行政や産業側が努力すれば解決できるものではありません。解決のためには、国や行政、

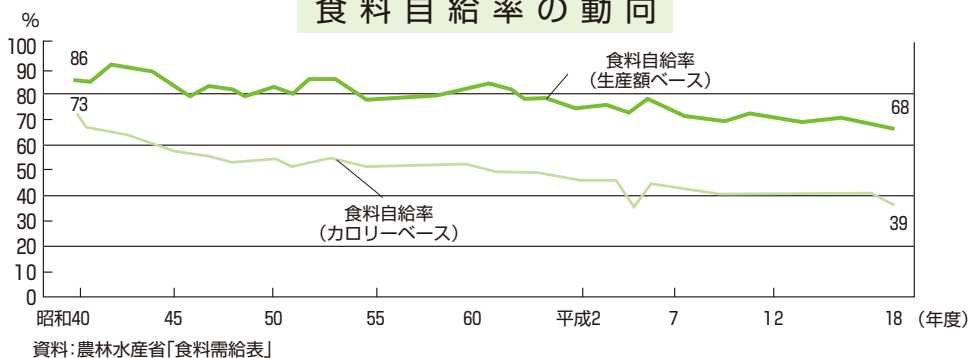
② 食育が必要なわけ

近

年、食に関係することとしては、次のような問題が生じています。

- ① 食に関する理解や判断力の低下
- ② 脂質の過剰摂取や野菜の摂取不足等の栄養の偏り
- ③ 不規則な食事
- ④ 肥満と過度のダイエット
- ⑤ 生活習慣病の増加
- ⑥ 食に関する感謝の念と理解の欠如
- ⑦ 食料自給率の低下傾向の長期化
- ⑧ 多彩な食文化が失われつつある

食料自給率の動向



③ 食の安全上の問題

学校、生産者、もちろん家庭を含む地域社会等様々な分野が一体となり、自らが食について考え、判断する力をつけるための食育が必要なのです。

③ これからの主役 子ども達への食育

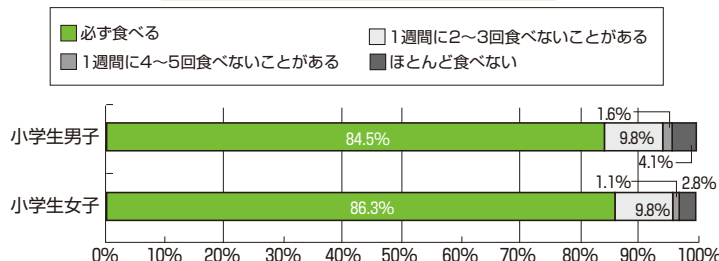
子

子ども達への食育は、生涯にわたって健全な心と身体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となります。

また、子どもの頃に身に付いた食習慣を大人になって改めることは困難です。最近の子ども達においては、食事を抜く欠食や、一人で食べる孤食・個食という不規則な食生活の実態があることから、幼児期からの食育はきわめて重要なことなのです。

このため、健全な食生活・食習慣のための取り組みをはじめ、様々な機会や場所

小学生の朝食欠食状況



における適切な食生活の実践や、食に関する体験活動の促進、適切な知識の啓発等によって、子どもの成長に合わせた食育を推進できるとともに、豊かな人間形成を育むことが期待されます。



4

地域から 食育を発進！

(株)

まち工房たなぐら
(鈴木壮一 代表取

締役)は、「ふるさとたなぐら給食発信！みんなで給食作ろう」と題して取り組みを行ないました。

この取り組みは、自分たちで考えた給食の献立を作成し、地元の食材を使っての調理、そして町民の方々に試食してもらうまでの、ステップ1〜5(全5回)で行われました。

参加したのは今回の主役である町内の小学生(4〜6年生)です。また、(株)まち工房たなぐらの関係者、商工会女性部のボランティア、町給食センター管理栄養士がアドバイザーとして参加しました。

さて、給食はどのようになったのでしょうか。取り組みの内容について、紹介します。

ステップ2

9月27日、ステップ②では、地元で作られている農作物には何があるのかを学ぶとともに、給食を作る際の献立における分量の出し方などを学びました。



▲写真を見て何の農作物かを当てるクイズなどを通して農作物への興味と関心を高める

ステップ1

9月13日、ステップ①が行なわれ、「あか」(体をつくるもと)「き」(エネルギーのもと)「みどり」(体の調子をととのえる)に分かれる食品を、食品分類表によってグループ分けする方法について学び、栄養バランスを考えた献立を考えました。



ステップ3

10月18日、普段食べている農作物が、どのようにしてつくられているのかを学び、安全・安心に関心をもつことを実際に体験するため、トマト生産者の金澤さん、ブルーベリー生産者の梶さん、イチゴ生産者の大槻さんの農場を訪ね、また、実際にそれらの農産物を販売しているたな菜館を訪ねました。



▶町内の農産物生産者などを訪ねて生産と流通について学ぶ

▶作る献立をイメージしてイラストを描く



ステップ5

11月9日、(株)まち工房たなぐらで行なわれた町民のみなさんへの試食会。子ども達が精一杯作った給食がふるまわれました。

ステップ4

10月26日、考えてきた献立をいよいよ調理。4班に分かれた子ども達は商工会女性部の方々のサポートのもと、見事な給食を完成させました。



☆子ども達が作ったメニューの紹介(写真の左上から)☆

- ①いためもの、プリプリン、コロコロコロケ、牛乳、ご飯、ニラ玉汁
- ②かてん、きんぴら、鶏肉のムニエル、牛乳、きのこごはん、かき玉汁
- ③宝石箱サラダ、おいしい茶巾、納豆つくねだんご、牛乳、ご飯、すいとん入りとん汁
- ④サラダ、クレープ、サケのムニエル、牛乳、ご飯、なめこ汁

子ども達が一生懸命考え、完成した給食は、町民のみなさんにも大変評判のようでした。今後、これらの給食のメニューが、学校の給食に登場する日も近いかもしれません。



現在、これからの食育について 学校給食センター田原さんに聞く

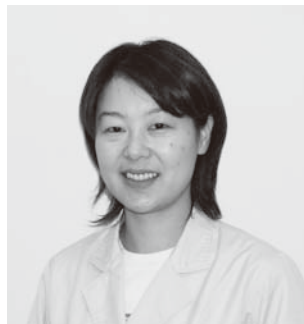
①現在の子どもたちに、なぜ食育が必要なのでしょう。

今、子どもたちを取り巻く食環境は著しく変化しています。栄養バランスの偏った食事や不規則な食事等を原因とする生活習慣病の低年齢化、また、食の安全上の問題や食を大切に作る心の欠如、食の海外への依存、伝統ある食文化の喪失など、健全な食生活が失われつつあり、心身の様々な健康問題が指摘されています。

このようなことから、学校教育における食育は、知育、徳育及び体育の基礎と位置づけ、子どもたちが生涯にわたって健全で生き生きとした生活を送ることができるよう、望ましい食習慣や食に関する適切な判断力を身につけさせたいと考えています。

②学校等で「食育」への取り組みは、ありますか。

県教育委員会では、～ふくしまっ子食育指針～を掲げ、様々な体験活動をとおして、「感謝の心」「食べる力」「郷土愛」の育成を目指しています。棚倉町の各学校も、学級活動や家庭科の時間をとおし朝食の大切さや、栄養のバランス、おやつについてなど学習しています。また、学校給食の時間には子ども達が考える希望献立やテーブルマナー・小学校で行われている食育の授業和食のマナーなどの体験学習も積極的に行い、食に関する知識や関心を高めています。



町学校給食センター
副主任栄養技師
田原 智代子さん



小学校で行われている食育の授業

③今後の食育について、どのように進めていきたいですか。

学校、家庭、地域との連携・協力のもと、児童生徒の食生活の実態を把握し、課題を明確にして食育に取り組んでいきたいと考えています。今後も学びの活動場面を確保し、様々な体験学習をとおして、食に対する興味・関心を高め、地域に根ざした食育を進めていきたいと思ひます。

みなさんも一度作ってみてはいかが？

「ふるさとたなぐら給食発信！！」

親子で作れる厳選一品オススメのメニュー～

納豆つくねだんごの作り方

材料（5人分）

鶏ひき肉	400g	しょうゆ	大さじ2
納豆	1パック	みりん	大さじ1
ツナ缶	1缶	油	適量
ねぎ	1本		
卵	1個	砂糖	小さじ2
かたくり粉	大さじ1	かたくり粉	小さじ1
塩	小さじ1	納豆のタレ	大さじ1
にんじん	1/2本	しょうゆ	大さじ2
しいたけ	2個	みりん	大さじ1

A

- ①野菜を洗う
- ②ねぎはみじん切り、にんじんとしいたけは千切りにする。
- ③ナベでお湯をふっとうさせる。（塩を少し入れる）
- ④鶏ひき肉に、納豆、ツナ缶（汁ごと）、ねぎ、卵、かたくり粉、しお、納豆のタレを加える。
- ⑤④をねばりがでるまで、よくまぜる。
- ⑥⑤を湯の中に、スプーンで落とし入れる。
- ⑦火が通ったら（浮いてきたら）取り出し、冷ましておく。
- ⑧フライパンで、⑦のつくねだんごをこんがり焼く。
- ⑨にんじん、しいたけに火を通し、Aであんかけをつくる。
- ⑩つくねだんごにあんかけをかける。



食

事をする時のあいさつとして「いただきます」というようになったのは、その昔、神様のお供え物や位の高い者から品物や食べ物を受け取る際に、頭の上、つまり頂（いただき）に乘せる動作をしていたことから「もらう」「食べる」の謙譲語として「い

5
いただきますと
ごちそうさま

ただく」という言葉が使われるようになったのがきっかけだといわれています。「いただきます」という言葉には、食事を作ってくれた人への気持ちだけでなく、材料の生産や輸送など、食卓に並ぶまで携わった全ての人々への感謝、そして動植物の生命をいただくという感謝の気持ちなど様々な意味合いが含まれています。そして「ごちそうさま」は「ご馳走様」と書

き、走り回って食事を用意してくれたことへの感謝の意味です。みなさんも「いただきます」「ごちそうさま」の意味をもう一度理解することで、感謝する心が育まれていくのではないのでしょうか。



電子証明書を取得して e-Taxを利用しませんか

平成20年分の所得税の確定申告書の提出を、納税者本人の電子証明書を利用して、平成21年1月5日から3月16日までの期間内にe-Tax（国税電子申告・納税システム）で行う場合、所得税から最高5,000円（その年分の所得税額を限度とします。）の控除を受けることができます。（※ただし、平成19年分の確定申告で、この税額控除の適用を受けた方はうけられません。）

なお、このe-Taxを利用するには電子証明書の取得が必要となり、取得方法・手数料は下記のとおりです。

◎電子証明書の取得方法

住民票のある市区町村の窓口で住基カードを入手し、申請書を提出して取得できます。（なお、本人確認書類として運転免許証などの官公署が発行した写真付きの証明書をご持参ください。）

◎発行手数料（棚倉町の場合）

住基カード……………**無料**

電子証明書……………**500円**

※住基カード、電子証明書の取得方法等の詳細については住民課住民係☎33-2116までお問い合わせください。

住民基本台帳カードを作って 証明書自動交付機を利用しましょう！

夜間・休日・勤め帰りなどに証明書が取れます

◎交付できる証明書

- 住民票 ○印鑑登録証明書 ○納税証明書
- 所得証明書

◎自動交付機稼働時間

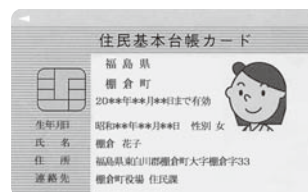
土・日、祝日は午前8時30分～午後5時まで
平日は午前8時30分～午後7時まで

◎住基カードの申請手続き

- ①運転免許証またはパスポート等の顔写真付きの公的な証明書を持参してください。（※顔写真付きの公的な証明書がない場合は、住民課までお問い合わせください。）
- ②暗証番号（4ケタ）
- ③交付手数料は**無料**（カードの再交付の場合は500円）
- ④従来の印鑑登録証をお持ちの方は住基カードと引き換えになります。



従来の印鑑登録証
（役場窓口のみで利用）



住基カード（写真入り）

☆特に現在、印鑑登録証をお持ちの方は、住基カードへ変更することにより、さらに便利になります。

■お問い合わせ 住民課 住民係 ☎33-2116

住民基本台帳の閲覧状況について公表します

住民基本台帳の閲覧制度は、住民基本台帳法の改正により、毎年1回以上閲覧状況を公表することが義務付けられています。これに基づき、平成19年11月1日から平成20年10月31日までの閲覧状況を公表します。

●国または地方公共団体の機関の請求による閲覧

閲覧の請求をした 機関の名称	請求事由	閲覧の年月日	閲覧に係る住民の範囲
防衛省	自衛官募集	H20年2月7日	H2年4月2日～H3年4月1日生の男女及びH5年4月2日～H6年4月1日生の男の住所・氏名・生年月日・性別

●個人または法人の申出による閲覧

閲覧申出の氏名	利用目的	閲覧の年月日	閲覧に係る住民の範囲
なし	なし	なし	なし

12月10日(水)～1月7日(水)まで 交通事故防止県民総ぐるみ運動が始まります



行者とドライバーの感覚のギャップ

年末から年始にかけては、1年の中でも最も交通事故の多発する時期です。

その事故の原因の多くは、交通場面での油断や自分勝手な思い込みです。青信号で交差点を横断中、右・左折してきた車にはねられる、自宅付近で安全確認を怠って横断し、車にはねられるという事故が多発しています。「青信号だから安全…」と油断せず、特に右・左折の同行に目配りしながら渡りましょう。



故につながる油断や思い込み

夜間、近づいてくる車があるのに、車のほうが減速・停止してくれるだろう…と思い込んで横断し、車にはねられる場合もあります。歩行者からは、車のライトはまぶしいくらい明るく見えますが、ドライバーからは300メートルくらいまで接近しないと歩行者の姿は見えません。

ドライバーは状況に応じたライトの切り替え、歩行者は明るい服装と反射材を活用するなどして事故を未然に防ぎましょう。



酒運転追放！

飲酒運転は1発で免許取り消しとなり、たとえわずかな飲酒でも大事故を起こす危険性があります。また、「運転手が飲酒していると知っていながらその車に同乗した」「飲酒運転するおそれがある人に車を提供した・酒を飲ませた」という行為も処罰の対象になります。

○お酒を飲んだら絶対に運転しない・運転させない

○運転するなら絶対に飲まない・飲ませない

車で飲酒店に行く際には、飲酒しない運転役（ハンドルキーパー）を決めておく「ハンドルキーパー運動」の推進にご協力ください。



保育園第1園舎で行われた交通教室

■お問い合わせ 住民課 消防環境係 ☎33-2116

家庭でのゴミ燃やしは

やめましょう！

ゴミを燃やすことで、けむりや悪臭が発生し、周囲にとっても迷惑がかかります。

また、ダイオキシン類など有害物質の発生や二酸化炭素を大量に放出するなど、私たちの健康や環境へ非常に悪影響を及ぼします。

ドラム缶や基準に適合しない焼却炉、ブロック囲い、素掘りした地面での焼却は、法律で禁止されています。

ゴミは燃やさずに、きちんと分別して所定の集積所へ出すか、東白クリーンセ

ンター（東白衛生組合）へ、直接搬入してください。

■お問い合わせ

住民課 消防環境係
☎33-2116



ドラム缶を使っ
ての焼却

ブロック囲い
での焼却

基準に適合し
ない焼却炉

年末年始のゴミ収集・ ゴミ搬入について

年内の通常業務は………12月30日(火)まで
燃えないゴミの収集は………12月26日(金)で終了
年末年始の休業日は………12月31日(水)～1月4日(日)まで

■お問い合わせ

東白クリーンセンター（東白衛生組合） ☎43-0378

水道管等の凍結破裂にご注意ください！

水が凍って氷になると体積が増え、水道管やメーターが破裂してしまいます。

凍結を防止するためには、不凍栓（水抜栓）を利用し水道管内の水抜きをすることや、蛇口・水道管を保温して凍らないようにすることが大切です。保温材や保温ヒーターを取り付けて、凍結防止を心がけましょう。

水道管(給水管)やメーターが破裂した場合

町指定給水装置工事業者に連絡し、自己負担で修理をしていただくことになります。

水道メーター検針のお知らせ

12月末から1月上旬にかけて、定期のメーター検針を行います。

下記事項に気をつけていただき、スムーズな検針にご協力をお願いします。

- メーターボックス付近に犬をつながないでください。
- メーターボックスの上には物を置かないでください。

冬季休日水道修繕工事当番表

12 月			1 月		
6	土	(有)パルクリエイト	10	土	(株)コバヤシ
7	日	(株)コバヤシ			(株)藤田組
13	土	(株)藤田組	11	日	(有)フジサワ設備工業
14	日	(有)フジサワ設備工業			白坂水道工業所
20	土	白坂水道工業所	12	月	松本電化設備(株)
21	日	松本電化設備(株)			藤田建設工業(株)
23	火	藤田建設工業(株)	17	土	双ノ平金沢風呂設備
27	土	双ノ平金沢風呂設備			(有)藤田水道工業
28	日	(有)藤田水道工業	18	日	(有)大野商店
1 月					(株)田村組
1	木	(有)大野商店	24	土	水谷工業(株)
		(株)田村組			森本建設(株)
2	金	水谷工業(株)	25	日	(株)神林建設
		森本建設(株)			フジ住設工業
3	土	(株)神林建設	31	土	(有)鈴木設備工業
		フジ住設工業			(有)パルクリエイト
4	日	(有)鈴木設備工業			
		(有)パルクリエイト			

上下水道課通信

水は大切な資源です

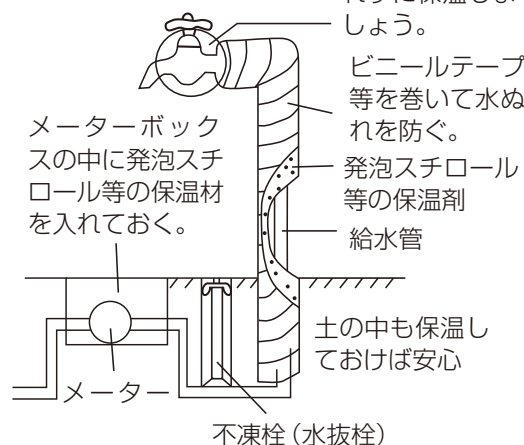
■お問い合わせ 上下水道課 ☎33-21119

不凍栓(水抜栓)の操作方法

①不凍栓（水抜栓）を完全に閉める

②蛇口を開ける

蛇口にも水は来ています。忘れずに保温しましょう。



棚倉町内指定給水装置工事事業者

事業者名	電話番号	事業者名	電話番号
(有)鈴木設備工業	33-3315	(株)藤田組	33-3244
(株)コバヤシ	33-6661	(有)松浦工務店	33-6103
松本電化設備(株)	33-4307	(株)田村組	33-5714
双ノ平金沢風呂設備	33-5126	水谷工業(株)棚倉営業所	33-2308
(有)藤田水道工業	33-2149	森本建設株	33-4535
(有)大野商店	33-2504	緑川建材工業(株)	33-6525
白坂水道工業所	33-4561	(株)神林建設棚倉営業所	33-5941
(有)フジサワ設備工業棚倉営業所	33-6200	フジ住設工業	33-4018
(有)パルクリエイト	33-6236	※町外にも指定業者がありますので、必要の際はお問い合わせください。	
藤田建設工業(株)	33-2281		
金沢風呂店	33-2828		

長寿医療制度 (後期高齢者医療制度)の お知らせ



きめ細かい見直しにより、さらに「あんしん」の制度へ

平成21年1月より実施

○自己負担の限度額を一部見直します。

平成20年4月から12月までに月の途中で75歳の誕生日を迎え、長寿医療制度に加入した月の自己負担が移行前の保険との合算で多くなった方は、見直し後の限度額で再計算しお戻しします。

なお、平成21年1月以後に加入される方は、見直し後の自己負担限度額が適用されます。

○窓口での負担割合を一部見直します。

長寿医療制度への切り替えで窓口負担割合の判定基準が変わり、世帯構成や収入が変わらないのに病院などでの負担割合が「1割」から「3割」になった方は、負担割合を「3割」から「1割」へ見直します。

該当する方には「広域連合」または「お住まいの市町村」より改めて通知します。

国保の加入・脱退、忘れずに届け出を!!

国保に加入するときや、脱退するときは、役場への届け出が必要です。

加入の手続きが遅れると、国保税を資格の発生した月までさかのぼって納めることになります。

また、脱退する手続きが遅れると国保税が二重払いになってしまうこともあるので、忘れずに届け出をしましょう。

国民年金の第1号被保険者のみなさまへ

国民年金基金制度のご案内

国民年金基金は、自営業や農業などの方が加入する国民年金の上乗せ年金制度です。

◎福島県国民年金基金には、福島県にお住まいの20歳から60歳未満の方が加入できます。

ただし、次の方は加入できません。

- ・厚生年金や共済年金に加入している方や、その被扶養配偶者の方
- ・国民年金保険料の納付を免除(一部免除、学生納付特例、若年者納付猶予などを含む)されている方
- ・農業者年金に加入している方

◎毎月の掛金額や将来の年金額は、年齢、性別、加入する年金の種類、口数によって決まります。年金の種類は、終身年金を基本に自由に選ぶことができます。

◎毎月の掛金は、全額「社会保険料控除」の対象となります。

受取る年金も、公的年金等控除の対象となります。

■お問い合わせ・資料請求は

福島県国民年金基金 フリーダイヤル 0120 (65) 4192 ロゴ ヨイクニ 〒960-8043 福島市中町1番19号中町ビル5F
ホームページURL <http://homepage2.nifty.com/nenkinkikin/>

保健福祉センターだより



■お問い合わせ・お申込は 保健福祉センター 健康福祉課 ☎33-7801 FAX33-7820

☆乳幼児健康診査

区分	実施日	受付時間	対象児	場所
3歳児健康診査	12月12日(金)	午後12時30分～1時20分	平成17年5月1日～6月15日生	保健福祉センター
9～10か月児健康診査	12月17日(水)		9～10か月児	
1歳6か月児健康診査	12月18日(木)		平成19年3月21日～5月15日生	

◆持参するもの：母子健康手帳、問診票、1歳6か月児・3歳児健診は歯ブラシとコップ

☆休日当番医

12月の当番医			1月の当番医		
日(曜日)	医療機関名	電話番号	日(曜日)	医療機関名	電話番号
7日(日)	和田医院	33-2012	1日(木)	木村医院	46-3528
14日(日)	埴厚生病院	43-1145	2日(金)	おおひら整形外科クリニック	33-9468
21日(日)	車田医院	43-1019	3日(土)	埴厚生病院	43-1145
23日(火)	中島医院	43-0373	4日(日)	車田医院	43-1019
28日(日)	大木医院	33-2424	11日(日)	大木医院	33-2424
30日(火)	東館診療所	46-3165	12日(月)	あらまちクリニック	33-8018
31日(水)	東白川中央病院	33-3263	18日(日)	金沢医院	46-2312
			25日(日)	和田医院	33-2012

☆BCG予防接種

実施日	受付時間	対象児	場所
12月16日(火)	午後1時00分～1時20分	生後3か月～6か月未満	保健福祉センター

◆持参するもの：母子健康手帳
予診票(注意⇒必要事項を記入して下さい。)

母子健康手帳の交付

妊娠とわかったらすぐに母子健康手帳の交付を受けましょう。

◆交付月日：12月11日(木)、19日(金)、25日(木)、1月9日(金)に保健福祉センターで交付します。

◆交付時間：午後4時00分～午後4時30分

◆その他：交付日以外に交付を受ける方は、必ず電話連絡をしてから来庁ください。

※地区健康相談日程変更のお知らせ

下大梅 12月9日(火)
→12月17日(水)
午前9:00～11:30

検診実施による受診率について

平成18年度に～健康たなぐら21計画～を策定し、町民の方々に各種の検診事業を展開しています。ただし、受診者は国民健康保険の加入者、全国健康保険協会保険等加入者の被扶養者を対象としたものに限り、平成18年度の本町死亡原因の1位「悪性新生物」28.7%、2位「心疾患」17.4%、3位「脳血管疾病」13.2%の三大疾病で約60%を占めており、個人の生活習慣の改善と検診による疾病発見の重要性がたかまっています。町は検診の受診率の向上に努めており、今年の中間結果は、下記のとおりです。

検診項目	対象者(人)	受診者(人)	受診率(%)	備考
特定健康診査	3,042	1,365	44.9	国保のみ
歯周病検診	588	31	5.3	一般住民
肝炎ウイルス検診	196	25	12.8	一般住民
骨粗鬆症検診	588	156	26.5	一般住民
胃ガン検診	6,498	1,175	18.1	一般住民
肺ガン検診	6,097	2,056	33.7	一般住民
前立腺ガン検診	2,068	470	22.7	一般住民
大腸ガン検診	6,097	1,123	18.4	一般住民
子宮ガン検診	4,583	666	14.53	一般住民・補正有り

☆子育て交流のひろば☆

お子様、お母さん達の交流の場として、保健福祉センターを育児開放しますので、ご活用ください。

おいでよ“おひさまクラブ”へ

- ◆月 日：12月16日(火) “クリスマス会”
- ◆時 間：午前10時00分～午前11時30分
- ◆持参物：飲み物・タオル
- ◆会 場：保健福祉センター

おいでよ“ワイワイ広場”へ

- ◆月 日：12月10日(水) “紙芝居・ボール遊び”
- ◆時 間：午前9時10分～正午
- ◆会 場：保健福祉センター

保健師の健康ノート



体にやさしい

お酒の飲み方

12月に入り、忘年会・新年会などお酒を飲む機会が増える季節となりました。

「お酒が美味しくて、つい、飲みすぎてしまう」ということはありませんか？

適度なお酒は、血行をよくし、ストレスを軽減するなどの効果があるといわれています。

しかし、度を越すと体にさまざまな悪影響を及ぼします。

楽しいお酒にするために、上手なお酒の飲み方を知

ておきましょう。

適量とはどれくらいの量かご存知ですか？

『適度な飲酒量』

健康を守るための節度ある飲酒量は、

☆ビール中瓶1本 (500 ml)

☆日本酒1合 (180 ml)

☆ワイングラス2杯 (240 ml)

☆ウイスキーダブル1杯 (120 ml)

☆焼酎グラス (25度) 3/4合

アルコールを飲むと、胃・

腸へ吸収され、大部分が肝臓で運ばれて分解され、「アセトアルデヒド」とい

う物質に変わります。顔を赤くしたり、二日酔いを起

こす原因が、この物質です。

お酒の強さは「アセトアルデヒドを分解する酵素の分

泌量」で決まります。少し

飲んで、顔が赤くなったり、

気分が悪くなる人は、分解

酵素が少ない(お酒が弱い)

ので、無理に飲まないこと

が肝心です。

『悪酔いを防ぐ』

食べながら飲むことで胃

腸の粘膜が保護されます。

また、アルコールの吸収が緩和され、飲み方のペースも抑えられます。

アルコール自体に栄養は

ないので、飲むときのつま

みは食事と考え、良質の蛋

白質・ビタミン・ミネラル

食物繊維が十分取れるよう

に気を配りましょう。

豆腐などの大豆製品・魚・

野菜・海藻のメニューを選

びましょう。

良質のたんぱく質は、肝

臓のはたらきを助け、食物

繊維は、アルコールの吸収

を抑えてくれるので特にお

すすめです。

『健康的な飲み方のポイント』

①適量を守ってマイペース

で飲み早めに切りあげる

②週に2日は、お酒を飲ま

ない休肝日を作り定期健

診を欠かさないようにす

る

③つまみは栄養バランスを

考えてエネルギーオーバ

ーにならないように気を

つける

④強いお酒は、そのまま飲

まずに水や水で薄めて
⑤飲んだあとは水分補給を
わすれずに

生活習慣病予防講座の ご 案 内

- ◇内 容：生活習慣病とお酒
- ◇実施日：1月20日(火)
- ◇場 所：保健福祉センター

ポイント 飲んだあとのアフターケア

飲んだあとは、肝臓のはたらきを助けるため、睡眠など休養をとりたいものです。十分に水分をとり、有害なアセトアルデヒドの分解に役立つ糖分やビタミン、ミネラルの多い果物・レバー・しじみ汁などを補給することも役に立つでしょう。タンニンの多い柿やお茶も酔いざまし効果があるようですね！

ふれあい

生涯学習課

第29回青少年の主張発表会

町青少年育成町民会議と町教育委員会の主催で、11月15日に町文化センターで開催されました。



高野小学校
6年
緑川 佳樹さん

『いじめをなくしたい』



杜川小学校
6年
須藤 帆香さん

『高齢者の方々との関わりを通して』



棚倉小学校
6年
八巻 千夏さん

『平和な未来を築きたい』



近津小学校
6年
安部菜緒子さん

『「ミ」拾いから見えてきたもの』



棚倉中学校
1年
藤成 希さん

『私の大切にしたいもの』



山岡小学校
6年
松岡あかねさん

『かけがえのない友だち』



棚倉高等学校
2年
鈴木 未奈さん

『大切にしたいもの』



棚倉高等学校
1年
石井 捺未さん

『私が最近気になること』



棚倉中学校
3年
高橋 愛美さん

『ばあちゃん、うちを覚えてる？』



棚倉中学校
2年
本多 史歩さん

『命の大切さ』



棚倉中学校
PTA会長
橋本 義治さん

特別発表
『今、PTAは何をすべきか』



商工会青年部
和田 圭太さん

『生まれ育った町で働くようになって』



東白川農商高等学校
1年
大竹 祥恵さん

『平和について考える』



東白川農商高等学校
1年
佐藤 光さん

『情報社会に生きる私達』

ラビット12月の行事

おはなしタイム

11日(木)午後3時～3時30分

場所 こどもとしょかんラビット

(東中居81 ☎33-7122)

冬でもラビットはあたたかいよ！

流廃寺跡現地説明会

平安時代の山岳寺院の本堂（金堂）、講堂、仏堂等の建物跡を確認しています。

日 時……12月6日(土) 午前10時から

集合場所……上流集会所（JR中豊駅近く）

*国立歴史民俗博物館名誉教授の濱島正士先生による解説があります。

■お問い合わせ 生涯学習課 ☎33-0111

平成21年 棚倉町成人式

と き… 1月11日(日)

場 所…棚倉町文化センター(倉美館)

*受付 午前9時より *開式 午前10時より

*町内に住民登録がされていない方で出席を希望される場合の申込みを随時受付しています。

■お申込み先 生涯学習課 生涯学習係
(町文化センター内)

☎33-0111 fax33-9611

社会教育施設
年末年始休館のお知らせ

次の各施設は、12月27日(土)から1月4日(日)まで休館となります。なお、1月5日(月)は臨時開館いたします。

町文化センター ☎33-0111

町総合体育館 ☎33-3160

町中央公民館 ☎33-2860

町立図書館 ☎33-4342

*子ども図書館ラビットは、12月21日(日)から1月7日(水)まで休館になります。詳しくは町立図書館(☎33-4342)までお問い合わせ下さい。

倉美館情報

棚倉町文化センター ☎0247-33-9610 (お問い合わせ・チケット予約専用)

日 時	事 業 名 及 び 内 容	チケット料金(税込)	主 催
12月13日(土) 開場13:30 上映14:00	デジタル映画名画館 「モンスターハウス」 少年たちが力を合わせなんでも飲み込んでしまうモンスターハウスに立ち向かうアドベンチャーアニメ。 ★平成20年12月2日(火)よりチケット発売。お得な回数券も発売中	全席自由 500円	倉美館 運営協会
12月14日(日) 開場 18:00 開演 18:30	ゴスペルソングの神髄 ザ・ボイセス・オブ・ジャパン 亀渕友香& VOJA  日本のゴスペルシンガーの第一人者である亀渕友香が結成したザ・ボイセス・オブ・ジャパンのコーラスは圧倒的なパワーを持って聞き手に迫ってきます。「クリスマス・ゴスペル・コンサート」をお楽しみください。 ★好評発売中	全席指定 3,000円	
平成21年 1月31日(土) 開場 17:00 上映 17:30	デジタル映画名画館 「伊豆の踊り子」 出演:吉永小百合、高橋英樹 外 ★平成21年1月20日(火)よりチケット発売。お得な回数券も発売中	全席自由 500円	
平成21年 2月1日(日) 昼の部 開場 13:30 開演 14:00 夜の部 開場 18:00 開演 18:30	美川憲一コンサート  ★平成21年1月10日(土)午前9時より電話予約受付開始。 (初日は電話1回につきチケット4枚まで予約可)	全席指定 6,000円	

☆予約開始初日は、午前9時より午後5時まで電話のみの受付(1回の電話につき4席まで予約可)のため、初日だけは来館されても予約・販売はいたしません。休館日は、毎週月曜日・祝日です。

☆購入後の返金及び交換は一切できません。公演名、日時、座席番号などを必ずご確認の上、お買い求めください。

☆チケット購入は予約をした翌日から概ね10日以内に購入してください。

最後までつないだタスキ！棚倉町チームに敢闘賞

11月16日に開催された「第20回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会」。棚倉町チームは、白河市の総合運動公園陸上競技場をスタートし、福島市の福島県庁前までの16区間を無事一本のタスキでつなぎました。

スタート後、各区間の中継所には、応援に来ていた選手の家族や多くの町民から、各選手へ大きな声援が送られていました。

今年の棚倉町チームは今年の悔しさをバネに、昨年よりタイムを22分縮め、総合成績38位（町の部で18位）となり、敢闘賞を受賞しました。

選手のみなさん、日々寒い中、長期間の練習大変ご苦労さまでした。



ま

話

ち

題

の

TOWN TOPICS

掲載した写真はさしあげます。ご希望の方は企画情報課まで!!
また、身近な情報がありましたら、ご連絡ください。
企画情報課 ☎ 332112

農商100年の歴史のブースには昔を懐かしむ多くの来校者



それぞれの思いがつまる学校祭

○東白川農商高校 東光祭

10月25日から27日にかけて、今年創立100周年をむかえた東白川農商高校の東光祭が行われました。来年からは棚倉高校と統合し、修明高校として新たなスタートとなることから、今回の東光祭のテーマは「Iラブ農商 ～ありがとう・バイバイ～」。初日はクラスごとにテーマを設けた仮装行列などを行ない、2日目の一般公開では、各科の展示や発表、また、花や農産物の販売もあり、多くの来校者でにぎわいました。

○棚倉中学校 日輪祭

10月24日、町文化センターにおいて、棚倉中学校の日輪祭が行われました。

会場では、意見文発表、理科自由研究発表、ステージ発表のバンド演奏やダンス、合唱、合奏などが行なわれ、多くの父兄が来場しました。



棚倉中学校のクラス別による合唱の発表

奥 久慈山本公園で 秋の味覚を楽しむ

10月25日、「第3回山本不動健康保養の森きのこまつり」が、山本キャンプ場で開催されました。会場には、きのこごはんや松茸酒、芋煮汁が用意され、参加者は秋の味覚を満喫していました。また、松茸などが当たるビンゴ大会や、町消防団によるラッパ隊の演奏が行われました。



今年は友好都市の川越市のみなさんも参加してかんばしい!



火の用心マッチ一本火事のもと!

11月12日、棚倉幼稚園幼年消防クラブによる防火パレードが、全国火災予防運動の一環として行なわれました。

このパレードに参加したのは、幼年消防クラブ員144名と、関係者をあわせた198名です。参加者は、地域住民への防火思想の普及と啓発を図りました。

高齢者安全運転競技大会開催

10月31日、棚倉自動車学校において、第3回東白川地方高齢者安全運転競技大会が行なわれました。この競技大会には、郡内4町村から男女合わせて24名（うち棚倉町から男女4名づつ）の選手が参加し、学科試験と技能試験が行なわれました。

技能試験は、原動機付自転車の部と自転車の部に分かれて行なわれ、各町村から応援者などが見守る緊張のなか、練習の成果を披露しました。



原動機付自転車の部
(鈴木良さん)



自転車の部
(鈴木栄子さん)



1億円(レプリカ)を持ってみると重いんだね!

税金は大切なんだね!

11月11日、社川小学校において租税教室が行なわれ、6年生25名が参加しました。

今回の租税教室では、(社)白河法人会青年部の佐川裕一さんが講師を務め、「税金がもし無くなったらどうなるか」といった内容のビデオを鑑賞したり、「所得税、固定資産税は国・県・市町村のどこに該当するのか」などをクイズ形式で行いました。子ども達は税金について、楽しみながら理解を深めていました。

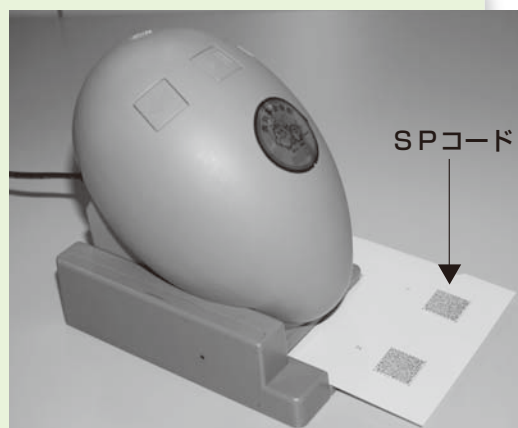
広報たなぐらを音声で

ボランティア団体スピーチオ・フリークラブでは、目の不自由な方への情報環境改善を図るため、「広報たなぐら」を音声化しています。音声化した「広報たなぐら」は、スピーチオ（右記写真：音声読み上げ装置）でSPコードを読み取り、音声で読み上げます。

目の不自由な方、また、そのご家族の方で聞いてみたい方は、町社会福祉協議会ボランティアセンターまでお問い合わせください。

■お問い合わせ

町社会福祉協議会ボランティアセンター ☎33-2623



※社川小学校敷地内磁界測定値は、P17「みんなのひろば」に掲載しています。



町民リレー⑨

氏名…生方 清 さん

住所…岡田字下平

職業…無職

趣味…パソコン、旅行

バトンを引き受けまし
ても最後まで完筆できる
か（老齢のため）心配です
が、農家の戦前戦後を振り
返り、現在を見つめてみた
いと思います。

私は次男坊で、棚倉町に
在住していなかったかもし
れないのですが、兄が太平
洋戦争で戦死されたため、
家を継ぎ、農業を行なっ
てきました。当時を思い
出しますと、食料事情が悪
く、農家で米作りをしなが
らにして、国からの強制出
荷命令で耕作面積と家族の

人数により、出荷数量が割
り当てられる当時の言葉で
供出し、一日三度のご飯も
充分に食べられなかったの
ですが、農家のため、雑穀
や芋類等を一緒に食べ、腹
を満たしてきました。非農
家の方々は配給米の他に何
も無く、大変苦労されたと
思います。昭和二十年には
太平洋戦争も終わりました
が、戦後も食料難が続いま
した。しかし、終戦後は軍
事産業も平和産業に移り、
農業も一次産業として発展
し、農地の拡大また農作物

の栽培技術等の向上により
食料作物の収量が増大し、
戦後二十年にして国内での
食料の自給率が百パーセン
トになったといわれ、農家
経営も安定し、生産意欲も
増してきましたが、こうし
た時代も長くは続きませ
んでした。一次産業に代わり
二次産業が発展を続け、工
業製品の輸出が進み、貿易
格差等により輸入食料品の
増加また主食である米の消
費が減り国内での米余り現
象が起き、戦後の食料増産
とは正反対の生産調整の実
施と、輸入農産物による価
格の下落により農産物の減
産が進み、国内での食料自
給が年々減少し、また一部
の国においては深刻なる食
料不足に直面し、異常気象
等による世界的同時食料危
機が到来するのではない
かともいわれ、今後の農業対
策の新たな必要性がある
と思います。

☆次回は須藤 初男さん
（玉野）へバトンタッチ!!



町のスポーツチーム 紹介します ⑨

棚倉町家庭バレーボール 中山本 チーム

チーム紹介！

中山本チームは、監督の甲賀美奈子さんが率いる
メンバー10名のチームです。監督の甲賀さんに、チ
ームについての抱負などを語っていただきました。

「私たちのチームは、大会があれば毎回参加するこ
とを目標としており、怪我をしないように心がけて
います。みんな元気で明るいメンバーです。」

■チームについてのお問い合わせ

企画情報課 ☎33-2112

緑川 宗吉さん(八槻)
大正九年十一月一日生



甲賀イサ子さん(中山本)
大正九年十一月五日生



グレッグ

Autumn Colors

紅葉



シャノン

Shannon: Hey Greg, how are you doing?

シャノン: やあ、グレッグ。元気ですか？

G r e g: Pretty good. How are you?

グレッグ: まあまあです。シャノンは？

Shannon: I'm doing okay. I'm a little disappointed about this years fall colors. They weren't as pretty as last years.

シャノン: 元気です。今年の紅葉には少しがっかりしています。去年ほどは綺麗じゃないですね。

G r e g: Why do you think that is?

グレッグ: それはなぜだと思いますか？

Shannon: It's been too cold at night and too warm during the day. By the way, did you go anywhere to see the fall leaves?

シャノン: 夜は寒すぎて、日中は暖かすぎだと思います。ところで、今年は紅葉を見に行きましたか？

G r e g: Yeah, I went to Yamamoto Fudoson a couple of weeks ago.

グレッグ: 私は数週間前に山本不動尊に行きました。

Shannon: How was it?

シャノン: どうでしたか？

G r e g: Really pretty. You should go there.

グレッグ: 本当に綺麗でした。見に行ったほうが良いですよ。

おめでた (10月中の届け出)

両親の名	出生児	住 所
近藤 重盛・絵里子	尊 仁 (たかひと)	一 色
根本 芳徳・美 穂	芽 依 (めい)	清戸作
田部井裕一朗・満里奈	叶 夢 (かなと)	関 口
松本 貴志・典 子	姫 莉 (ひかり)	下手沢
鈴木 勝彦・直 子	豪 悠 (ごうゆう)	逆 川
小濱 賢一・清 香	遥 香 (はるか)	下山本
岸波 智紀・寿 美	晃 広 (あきひろ)	寺 山
沼田 隆之・美 香	唯 (ゆい)	上手沢
佐川 稔・亜矢子	民 優 (たみや)	逆 川
長田 政彦・麻 美	琉之介 (りゅうのすけ)	堤
下重 喜平・祥 子	俐 喜 (りき)	寺 山
草野 洋一・智 美	亜優奈 (あゆな)	丸 内
阪東 亮・愛	花 瑠 (みちる)	崖ノ上
三森 健司・佳 織	聖 羅 (せいら)	逆 川

おくやみ (10月中の届け出)

亡くなった方	年 齢	住 所
須 藤 友 弥	8 6	城 跡
高 橋 ス イ	9 0	逆 川
富 岡 才次郎	8 5	山 際
古 川 キ ク	8 9	北 町
宍 戸 タ ケ	9 6	北 町
後 藤 邦 男	7 9	逆 川
高 坂 ヤスノ	8 7	塚 原
石 井 榮 一	8 1	古 町
古 市 福太郎	8 2	八 槻
齋 藤 利 勝	5 7	小山下
宗 田 ト ヨ	9 4	鷹匠町
西 牧 キ ヨ	9 2	堤
小 林 善 助	7 6	一 色

10月分社川小学校敷地内磁界測定値を報告します

測定結果

A 地点 (体育館裏自動計測器)	最高値 1.8ミリガウス
B 地点 (遊歩道と送電線のい場所)	10月15日手動計測による値 5.1ミリガウス

※「世界保健機構 (WHO)」による磁界の許容値は、50,000ミリガウス以下です。

※1ミリガウス = 1/1,000ガウス

■お問い合わせ 商工農林課 ☎33-2113

※「おめでた」・「おくやみ」について、掲載を希望されない場合は、企画情報課 (☎33 | 2 1 1 2)までお申し出ください。

お知らせ

今月のトークの日は**18日**（木）です。
詳しくは企画情報課までお問い合わせください。

【お問い合わせ 一覧】

FAX 33-3715

総務課	☎33-2111
選挙管理委員会	☎33-2112
企画情報課	☎33-2113
商工農林課	☎33-2114
建設課	☎33-2116
住民課	☎33-2117
健康福祉課	☎33-2118
税務課	☎33-2119
上下水道課	☎33-7801
保健福祉センター	☎33-7881
教育総務課	☎33-7882
議会事務局	☎33-7883
農業委員会	☎33-7885
出納室	☎33-0111
生涯学習課	☎33-3160
総合体育館	☎33-3438
学校給食センター	☎33-4342
図書館	

除雪作業にご協力ください

町内の主要な幹線町道を対象に除雪作業を実施します。作業に際し、次のことについてご協力をお願いします。

○路上に車があると除雪作業の妨げになりますので、路上駐車はしないでください。

○除雪作業後、道路わきや家の前に雪がたまることがありますが、ご了承願います。

○坂道やカーブ、日陰の場所には融雪剤やスベリ止め砂が設置してありますので、路面凍結の際にご利用ください。（融雪剤・スベリ止め砂の使用については、目的外利用をせず、正しい利用にご協力

ください。）

○雪道や凍結した道路を通行するときは、スタッドレスタイヤやチェーンを着し、安全に走行するように注意してください。

▼お問い合わせ

建設課 道路河川係
☎33-2114

家屋を取り壊したときは届出を

建て替えや老朽化などで家屋を取り壊したときは、町税務課に届出をしてください。

家屋の固定資産税は、毎年1月1日に所有する建物に課税されます。平成20年中に家屋を取り壊した場合、届出があれば、新年度から固定資産税が課税されません。

登記をしてある家屋を取り壊した場合は、法務局に滅失登記の申請をしてください。

※住宅を取り壊して店舗や駐車場などにする場合は、土地の固定資産税が増額になることがあります。

▼お問い合わせ

税務課 固定資産税係
☎33-2118

ふくしま環境・エネルギーフェア2008

▼日時

12月20日（土）
午前10時～午後5時
12月21日（日）
午前10時～午後4時

▼場所

ビックパレットふくしま

▼内容

・さまざまなライフブートク

就職支援セミナー & 合同就職面接会

正社員として就職を希望するフリーターの方、概ね35歳未満の若年者（新規学卒者を除く）を対象に、就職支援セミナー及び正社員を雇用する県内事業所との就職面接会を開催します。

▼日時

平成21年1月19日（月）
午前10時30分～午後4時
（合同企業説明会）

▼場所

ビックパレットふくしま

▼主催

県中小企業団体中央会

▼その他

・事前申込不要
・ハローワーク相談コーナー設置

・参加事業所は、12月中旬に県中小企業団体中央会HP上で公開します。

▼お問い合わせ

県中小企業団体中央会雇用支援室
☎024-536-1283

お詫びと訂正

広報たなぐら11月号、P20の「むし歯のない子」へ掲載しました『ねもとはるなちゃん』→『ねもとはるちゃん』の誤りでした。
P20「みてみよう！棚倉町の遺跡⑥」の文面中のフリガナで、古渡（ふっこ）→（ふつと）の誤りでした。
P20「人の動き」の世帯数4,912→4,780の誤りでした。
お詫びして訂正いたします。

油流出事故を防ぎましょう

冬本番をむかえ、家庭でも灯油等を取扱う機会が多くなります。次の点に注意し、油流出事故を防ぎましょう。

★油流出事故防止のポイント

- ①点検
ホームタンクや配管に異常はないか、定期的に点検しましょう。
- ②取扱い上の注意
給油中はその場を離れないようにしましょう。
使用後はバルブやコックなどを完全に閉めましょう。
- ③事故発生時の対応
油が流れている事に気付いたら、直ちに布などで回収し、河川へ流出しないようにしましょう。

※河川等に流入させてしまった場合、又は河川等に油が流れているのを発見した場合、速やかに役場住民課、消防署に通報してください。

▼お問い合わせ

住民課 消防環境係
☎33-2116

ニワトリ等を飼っている皆さんへ

高病原性鳥インフルエンザウィルスの侵入を防ぎましょう

異常鶏（原因が分からないまま次々と連続して死亡する）などが確認されたら家畜保健衛生所へ連絡してください。

野鳥などからニワトリ等へ高病原性鳥インフルエンザの感染を防ぐために、鶏小屋周囲の衛生対策や防疫対策の徹底をお願いします。

▼お問い合わせ・連絡先
県南家畜保健衛生所
☎0248-271221

放送大学 4月生募集のお知らせ

放送大学では平成21年度第1学期（4月入学）の学生を募集中です。

放送大学はテレビ等の放送を利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

出願期間は、平成21年2

月28日までです。
資料を無料で差し上げていますので、ご請求下さい。

▼請求先

放送大学福島学習センター
1（郡山女子大学内）
☎024-9217471

まほろん 12・1月のお知らせ

▼体験活動室メニュー
○昔の遊びを体験しよう
12月9日（火）～27日（土）
○匂袋をつくってみよう
平成21年1月6日（火）～18日（日）

○土器をつくろう
平成21年1月20日（火）～2月1日（日）

▼実技講座

○土器づくり上級編①②
①平成21年1月 17日（土）・18日（日）
②平成21年1月 24日（土）・25日（日）

・午前10時～午後4時
・参加対象 中学生以上
・募集人数 10名（先着順）
・材料費 粘土1kg100円
・募集締切日 1月9日（金）

▼イベント

○第5回双六大会

・平成21年1月10日（土）
・午前10時～午後3時
・参加対象 小学生以上
・募集人数 20名（先着順）
・募集締切日 1月6日（火）

▼その他

12月28日（日）～平成21年1月5日（月）は、休館となります。

▼お問い合わせ

まほろん（県文化財センター1白河館）
☎0248-210700

ひきこもり家族教室の開催のお知らせ

▼日時

12月16日（火）
午後1時30分～3時30分

▼場所

県南保健福祉事務所

▼内容

○講話「コミュニケーションについて」

▼講師

県精神保健福祉センター心理判定員

▼その他

事前に申込が必要です。

▼お問い合わせ・申込み

県南保健福祉事務所
☎0248-2215649

今月の納税

- ・町県民税……………4期
- ・国民健康保険税……………6期
- ・後期高齢者医療普通徴収保険料……………5期

納期限は1月5日（月）です。

▶お問い合わせ 税務課 ☎33-2118

献血にご協力ください

▼実施日 12月19日（金）

実施時間	実施場所
9:00～10:30	(株)スズキ製作所
12:00～13:00	小田川電機工場 (株)田棚倉
13:30～14:30	(株)石黒製作所
15:00～16:45	目黒プレス工業場 福島工場

▼お問い合わせ

健康福祉課健康づくり係
☎33-7801

たなぐらスナッフ

むし歯のない子

●3歳児の健康診査で、むし歯がありませんでした。



▲ふじた さき ちゃん



▲こたけ きょうへい くん



▲すずき ちひろ ちゃん



▲ひろせ まい ちゃん



▲まつもと ゆうと くん



▲しもじゅう さおり ちゃん



▲はら ゆりな ちゃん



▲えんどう はると くん

みてみよう！

棚倉町の遺跡⑦

流麿寺跡「県指定史跡流の廃堂跡」(棚倉町大字流地内)

平安時代の九世紀から十世紀にかけての古代寺院跡で、標高三百二十メートルの通称流山の山中にあります。分布調査により六十箇所の平場が確認され、東西南北それぞれ約六百メートル四方の範囲を寺域とし、県史跡に「流の廃堂跡」として指定されている十号平場は、現存する礎石の配列から、間口五間・奥行四間の建造物があつたことがわかります。出土している遺物には、軒丸瓦片、軒平瓦、丸瓦、土師器、金銀象嵌鉄剣(県指定重要文化財)が出土しています。



発見された金銀象嵌鉄剣



人の動き

平成20年11月1日現在

人口	15,596人 (+7人)
男	7,684人 (+7人)
女	7,912人 (±0人)
世帯数	4,784世帯 (+4世帯)
	※()は前月比

11月1日、棚倉小学校の父母と教師の会が行った、6学年を対象とした研修行事。この日の研修の一つとして、坐禅が行われました。
坐禅は、流にある常隆寺で行なわれ、住職の鈴木玄英さんによって坐禅の仕方などの説明があり、参加した子ども達は住職の説法を聞きながら、20分間の静寂の時を過ごしました。



今月の表紙から