

広報いいいで

5

14, May
2015
Vol.1058



**全校生徒で
沿道に花植え**

写真／飯豊中ボランティア委員会が
中心となり全校生で行なう植栽活動

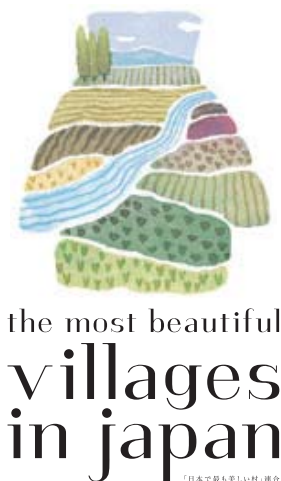
- 03 飯豊・農の未来事業
目指すは「未来に繋ぐアルカディア・いいで」
- 06 飯豊町高齢者保健福祉計画・第6期介護保険事業計画
安心して生き生きと暮らせる高齢者福祉の推進
- 10 こんにちは！私たち、食生活改善推進員です！
- 12 まちかどNEWS
認知症フォーラム／日本ペンクラブ会長浅田次郎氏来町／町消防団辞令交付式 ほか
- 14 直伝おふくろの味
- 15 子育てファイル／あ～す図書室情報
- 16 ようこそ！わたしたちの倶楽部に／町長の見て歩き
- 17 健康ikikiプラス
- 18 お知らせ／戸籍の窓／人の動き／編集後記
- 20 第3回心の古里いいでフォトコンテスト
最優秀賞「散居の夜明け」

町のホームページから さらに情報を！

町からのお知らせや情報は飯豊町ホームページにも掲載しています。
大きなアイコンとすっきりしたデザインで、だれでも見やすく、欲しい情報が簡単にさがすことができるように工夫されています。
どうぞアクセスし、生活情報に役立ててください。



www.town.iide.yamagata.jp



the most beautiful
villages
in japan

飯豊町は「日本で最も美しい村」連合に加盟しています。
これからも美しい景観と里山文化に磨きをかけていきます。

今月の 表紙

生徒主体のボランティア活動



沿道に潤いと癒やしを生み出す花たち

5月10日、飯豊中学校前の町道の花壇に中学生たちが花を植えました。同花壇は、ボランティア委員会（尾形達也委員長）が中心となり全校生で行なっているもので、今年で3年目。生徒たちはクラスごとに、町道両側の花壇（片側約200m）に1000株のベゴニアを植えました。尾形委員長は「ボランティアは“自分から”の気持ちが大切です。日ごろからその気持ちで行動できる飯豊中生を目指しています」と話します。

新たな農業の未来を切り拓き 美しい村を未来に繋ぐ

飯豊・農の未来事業

目指すは「未来に繋ぐアルカディア・いいで」



写真／さつきだ阜月田の朝（齋藤徹氏撮影）

豊穡の大地に農村の原風景ともいえる田園散居集落が形成された飯豊町。明治の初頭にこの地を訪れた世界的な旅行作家イザベラ・バードは、この美しい景観を「東洋のアルカディア（桃源郷）」と絶賛しました。

町は平成25年度に、美しく実り豊かな田園散居村を未来に繋ぐ想いから、「飯豊・農の未来賞」を創設し、農業に関する企画提案論文を全国に募集しました。審査の結果、2編の最優秀論文が決定しました。

昨年度、提案論文の具現化に向けて事業名を「飯豊・農の未来事業」と定め、論文執筆者、町農政審議会と町農業技術者会などからご意見を伺い、7つの実施計画「セブン プランseven plan」を策定しました。

町ではセブンプランに沿って、町民の皆さんと力を合わせて、これまで育んできた「豊穡の地・飯豊」を未来の子どもたちに引き継ぐ取り組みを展開していきます。

次ページより「飯豊・農の未来事業」の概要をお伝えいたします。



事業

事業推進のポイント

自
発

7

ひと・こころふるさとと交流

ふるさと飯豊の地において都市の人と心の交流を行い、農村地域の活性化を図ります

業 推 進 の
イ ン ト

協
働

6

六次産業化推進

農業生産と加工・販売の一体化、地域資源を活用した産業の創設を図ります

夢

連
携

5

飯豊ブランドの確立

農業の基礎である土づくりによる高品位な町産農産物や特産品などの「飯豊ブランド」の確立を目指します

・技術向上

町外からの人材・技術を取り入
活性化を推進します

農業の取り組み

指すは

「アルカディア・いいで」

3 目標・指標を期間ごとに設定した事業展開

計画期間を30年間とします。農業では種をまき収穫するまで数カ月、米づくりは1年を要します。土づくりにあっては10年必要といわれます。こうしたことから農業農村社会の改善・改革には長い期間が必要と考え、30年間で短期（～平成29年度）、中期（～平成39年度）、後期（～平成56年度）に分け、各期間中に達成する目標と指標を定めました。

期間中は進捗状況の把握に努めるとともに、農業を取り巻く政策や社会情勢の変化などを的確に把握しながら、必要に応じて内容の見直しを行います。

4 “オールいいで” による事業推進

事業実施においては、事業推進機関が具体的な取り組みを検討し実施します。施策が適切に実施されるよう、飯豊町農業技術者会や農業関係者などが中心となり、十分な効果が発揮できるよう事業を推進します。

◆問合せ先／役場農林振興課農業振興室 ☎ 87-0525 ㊚ 72-3827 ✉ i-nougyo@town.iide.yamagata.jp

飯 豊



飯豊・農の未来事業のイメージ図

Seven plan と

1

持続可能な地域自給

地産地消を推進するとともに、「置賜自給圏構想推進機構」との連携を図り、持続可能な地域自給を目指します

2

飯豊型水田利活用

稲作から新たな土地利用作物への転換を図り、美しい田園景観を保全し未来へ引き継ぎます

3

農地の有効活用

農地に関する情報を提供することにより、耕作放棄地等の対策を図り、農地を保全し有効利用を図ります

4

人財確保育成

地域農業の担い手支援やれることで、地域農業の

理解

食
事
ポ
協
力

1 厳しさを増す農業

農業を取り巻く現状は、農業従事者の減少や高齢化、後継者不足、それに伴う耕作放棄地の拡大、平成26年産米概算金の下落、先行きが見えないTPP交渉など、さまざまな課題を抱え厳しさを増しています。

また、米政策に関しては、国が平成29年産をもって直接支払交付金を廃止することや行政による生産数量目標の配分に頼らずに生産者などが需要に応じた生産を行う方針を打ち出すなど、大きな転換期を迎えています。

持続可能な

目

つな
「未来に繋ぐ」

2 未来に繋ぐアルカディアに向け7つの計画を策定

美しく実り豊かな豊穡の地を未来に繋ぎ新たな農業の未来を切り拓くため、「飯豊・農の未来賞」の提案論文に基づき、7つの計画「seven plan」を策定しました。セブンプランは、27の主要施策と67の具体的施策で構成されています。

地域を主体的に考え、一人一人が地域に目を向け、農業・農村が持つ多様な文化を再認識・継承し、地域を基礎とした持続可能な農業農村の地域づくりをみなさんとともに実践します。

安心して活き活きと暮らせる

高齢者福祉の推進を目指して

飯豊町高齢者保健福祉計画・第6期介護保険事業計画を策定しました



計画策定の背景と主旨

本町では、平成27年4月1日の時点で、人口7623人のうち、65以上の年齢の方が33.3%（高齢化率）を占めています。そして、昭和22年から24年に生まれた「団塊の世代」といわれる方が75歳以上（後期高齢者）になる平成37年（2025年）には、高齢化率は39%程度に上昇することが見込まれています。介護保険サービス利用者の約9割が75歳以上の方であることから、後期高齢者が増大する平成37年以降は、介護や福祉サービスへの需要が今以上に高まることが予測されます。

こうした状況を踏まえ、高齢者が住み慣れた地域で安心して、自分らしく生涯を過ごせるまちづくりを目指して、「飯豊町高齢者保健福祉計画及び第6期介護保険事業計画」を策定しました。計画期間は、平成27年度から平成29年度までの3カ年としています。計画の策定にあたっては、65歳以上の高齢者1500人の方を対象に実

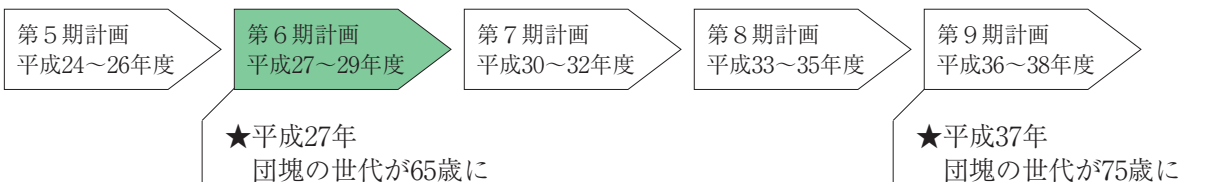
施したアンケート結果を基に、将来必要なサービス量を推計するほか、社会福祉関係者や住民の方などで構成される介護保険運営協議会で審議いただくなど、幅広く町民の皆さまのご意見を反映することに努めました。

本計画では、「安心して活き活きと暮らせる地域社会の実現」を基本理念としています。その実現のために、住まい・医療・介護・予防・生活支援サービスを適切に組み合わせる「地域づくり」をさらに推進し、「高齢者の社会参加」「健康づくり・介護予防」「在宅医療と介護の連携」「認知症施策の推進」を積極的に推し進めます。

介護保険事業を持続し、介護保険料の上昇を抑えるためには、これまで町を支えてきた高齢者の方が、より元気で自分らしく生活していただけるよう介護予防の取り組みを強めることが重要です。介護サービスを受ける側ではなく、地域福祉の担い手としてご協力いただけるような社会の実現に向けて取り組みを進めていきます。

● 計画の期間

平成37年度（2025年）までの見通し



平成27年度介護保険制度改正について

4月から変わりました

- ★介護保険サービスを利用した時に支払う金額が変わりました
- ★特別養護老人ホームへの入所基準が変わり、原則として要介護3以上の方が対象になりました
(ただし、要介護1・2の方でも特例で入所が認められる場合もあります)
- ★介護保険制度の見直しにより介護保険料が変わります(表1)

8月から変わります

- ★一定以上の所得がある方は、サービスを利用した時に支払う金額が、1割から2割に変わります
(介護保険の認定を受けている方は介護保険負担割合証を交付します)
 - ★利用者負担額が高額になった時の上限が一部の方について引き上げられます
(利用者負担段階区分に「現役並み所得者」が新設されます)
 - ★70歳未満の方の、介護保険と医療保険の自己負担額が高くなった時の限度額が変わります
 - ★低所得者の方で施設及び短期入所サービスを利用している方の食事・住居費の適用条件が変わります
(一定以上の預貯金がある場合または配偶者に住民税が課税されている場合は、対象外になります)
- ※詳しい内容については、6月中にパンフレットをお配りします。

表1

所得段階	対象となる方	改定後(第6期)		前期との比較
		保険料率	保険料(年額)	
第1段階	生活保護受給者の方 老齢福祉年金受給者 世帯全員が町民税非課税で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.45	37,233円	5,493円増
第2段階	世帯全員が町民税非課税で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円超120万円以下の方	基準額×0.75	62,055円	14,445円増
第3段階	世帯全員が町民税非課税で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が120万円超の方	基準額×0.75	62,055円	14,445円増
第4段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は町民税非課税で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円以下の方	基準額×0.9	74,466円	10,986円増
第5段階	世帯の誰かに町民税が課税されているが、本人は町民税非課税で、前年の合計所得金額と前年の課税年金収入額の合計が80万円超の方	基準額	82,740円	19,260円増
第6段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.2	99,288円	19,938円増
第7段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上190万円未満の方	基準額×1.3	107,562円	28,212円増
第8段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が190万円以上290万円未満の方	基準額×1.5	124,110円	28,890円増
第9段階	本人が町民税課税で、前年の合計所得金額が290万円以上の方	基準額×1.7	140,658円	45,438円増

第5期計画の保険料基準額(月額)は、5,290円でしたが、第6期計画では6,895円になりました。介護保険料は介護保険事業総額の一定割合を65歳以上の方の保険料で負担することになっており、介護保険を使われる方が増加し給付額が増えているため保険料が高くなっております。

また、平成26年度までは第6段階の区分でしたが、平成27年度からは第9段階の区分に変更になりました。なお、個人ごとの保険料は、所得額や町民税額が決定した後、6月にお知らせします。

介護予防の取り組みと 地域で支え合う体制づくり

介護予防への取り組み

介護保険は、介護保険サービスを利用した際の自己負担と介護保険料でまかなわれます。介護保険を利用する方が多くなれば、保険料にも影響を与えることになります。

介護が必要になる理由で多いものとして、認知症、筋力の低下、それに脳血管疾患があげられます。

元気な体を保つため、適度な運動により衰え始めた筋肉を動かすことや、地域の皆さんで集まり談笑などをするこ
とで、筋肉や脳に刺激を与え、筋力の低下や認知症を予防することが出来ます。

町では、介護予防のため以下の取り組みを行っています。高齢になっても元気に健康で過ごせるよう、また楽しみと生きがいづくりの機会として、ぜひご利用ください。

【らくらく筋トレ教室】

町社会福祉協議会「筋トレルーム」にて、平日（水曜・祝日除く）開催しています。

自分の都合に合わせて来館して、介護予防運動指導員のもとでトレーニング器具を使った筋力トレーニングを行えます。



【ほのぼのサロン・ゆうゆうクラブ】

公民館などを利用して週1回開催しています。高齢者間の交流を図り、自分の心身に合わせた介護予防体操、脳活性化ゲーム、談話などを楽しみます。

- ・ほのぼのサロン：16地区（中津川を除く）
- ・ゆうゆうクラブ：5地区（中津川）



【なでしこ教室】

介護予防のための活動が必要な方を対象に、運動機能や体組成を定期的に検査しながら、介護予防のための運動や口腔、栄養に関する教室を開催しています。

【ひまわりサービス】

一人暮らしまたは75歳以上の高齢世帯を対象に、郵便局と連携して毎月の郵便物配達時に声掛けによる安否確認を行っています。

【高齢者口腔ケア】

寝たきりの高齢者を対象に、歯科衛生士が定期的に訪問し、口腔ケアと飲み込みの力の衰えによる誤嚥性肺炎予防を行っています。

また今年度より要支援の方を対象にした勉強会を開催いたします。



【安心生きがい訪問】

一人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方で、見守りを希望される方を対象に、定期的な訪問やお元気コール（電話確認）を行っています。

元気な今から介護予防！

平均寿命と健康寿命（健康で過ごせる期間）の差は平成22年で男性が9・13年、女性が12・68年となっています。この差は日常生活に制限のある期間ということになり、何らかの健康問題を抱え介護が必要となってしまう期間です。この期間を縮めていくことが健康づくりや介護予防の目的となります。

平成25年3月作成の健康いいで21では11項目の課題について目標と取組内容を掲げています。その中で特に介護保険と関係するのは「高齢者の健康」という項目です。「高齢者の健康」では特定健診の受診率の向上、介護予防の充実、高齢者の健康づくりの推進を掲げています。健康医療室では特定健診後の結果説明会や訪問などで検査データをみながら日常生活で注意したいことなど一緒に考えたり、いきいきデイサービスなどにお伺いして健康づくりのお話をさせていただきます。今年度は健康寿命延伸を目的に前期高齢者では脳卒中予防を後期高齢者ではロコモ（運動器の衰えや障害によって、要介護になるリスクが高まる状態）予防と認知症予防をテーマに保健事業に取り組んでいく予定です。



健康医療室
(保健師・栄養士)

地域にお伺いしながら健康づくりを進めていきますのでお声をかけて下さい。

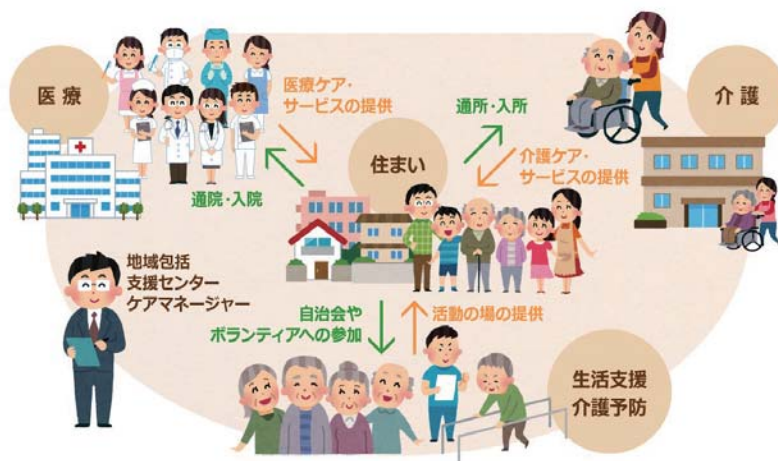
住み慣れた地域で

安心して生活を続ける

高齢になっても住み慣れた地域で安心して生活し続けられるためには、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域づくりが大切です。

そして、その地域づくりを実現するためには、自分や家族が支えあう「自助」、行政などが行う「公助」、健康保険や介護保険など制度化された「互助」だけではなく、地域での助け合いやボランティアなどの「共助」も含めた、地域ぐるみで支え合う体制づくりが不可欠です。住民の方々、各種団体や関係機関が相互に連携しながら「安心して生き活きと暮らせる地域社会」の実現を目指します。

地域で支え合う体制づくり



これから取り組んでいく事業

【介護予防・日常生活支援総合事業】

介護保険制度の改正により新たに創設された事業です。住民の方々や各種団体などと連携して、軽度の支援を必要とする高齢者に対しての地域サロンの開催、見守り安否確認、外出支援、買い物や掃除などの家事支援など、多様なニーズに合わせたサービスを提供していく体制づくりを行います。

【在宅医療と介護の連携】

できる限り住み慣れた地域で必要な医療・介護サービスを受けつつ、安心して自分らしい生活を実現できる体制づくりを行います。

【認知症初期集中支援推進事業】

専門の支援チームを設置し、家族や地域の方からの情報提供のもと、認知症と思われる方に初期の段階からかわりもち、個々の状態に合わせた支援を行います。

【お出かけ見守り事前登録事業】

認知症などにより行方不明となった方を早期に発見・保護するために、長井警察署と協力し体制づくりを行います。



こんにちは！私たち、食生活改善推進員です！



食生活改善推進員とは？

市町村から委嘱を受けて、食を通じた健康づくり活動をしている全国的なボランティア組織です。飯豊町では、各地区の公民館や健康福祉センターを拠点に、料理講習会を開催するほか、ご近所や地域の方々との対話を通して健康づくりの知識普及を行っています。

減塩料理やバランスの良い食事を作れるようになりたい



あなたのまちの「食改さん」

日常生活が便利で豊かになる一方で、日頃の食生活が健康に大きな影響を与える生活習慣病などが増加しています。あなたの身近で食事作りの工夫や調理のコツをアドバイスしてくれるのが食生活改善推進員…通称「食改さん」です。食を通じて地域のつながりを深めるとともに、子どもから高齢者までの健康づくりを応援しています。

食生活改善推進員の状況

全国の会員数…約16万人
町の会員数…183名

(平成27年4月現在)

家族や近所の人たちに元気になるってほしい！



食に関わるボランティアがしたい！

～新会員大募集のお知らせ！～

今年度は2年に1度の食生活改善推進員を養成する「食改養成講座」開催の年です。ぜひこの機会に、自分や家族の食生活、そして飯豊町の健康づくりについて仲間と一緒に学んでみませんか？

子どもから高齢者までの幅広い世代へ向けた「食」を通じた活動だけでなく、ご自身や家族の健康づくりに役立つ知識を学ぶことができます。また、入会してからもさまざまな研修会があるのでスキルアップしながら活動することができます。

「食」や「健康」に興味のある方は、ぜひご参加ください！

大募集

◆日程（講座は全7回となります）

	開講日	内容	時間
1回目	7月28日(火)	開講式	9:30~ 15:00
2回目	8月18日(火)	講話、 調理実習 など	
3回目	9月8日(火)		
4回目	9月29日(火)		
5回目	10月20日(火)		
6回目	11月10日(火)	閉講式	
7回目	12月8日(火)		

※場所は健康福祉センター

- ◇申込方法
電話で申し込みください
- ◇締め切り
6月30日(火)
- ◇受講料
2,000円程度
(調理実習の食材費)
- ◇申込・問合せ先
町健康福祉課健康医療室
☎86-2338
(平日8:30~17:15)



私たちの健康は私たちの手で！ 食生活改善推進員

活動紹介



こども・親子との料理教室
や食育絵本の読み聞かせ♪



みらい館での手づくりおやつ作り！



会員の研修会と普及活動♪

平成26年度は、だしの旨味と牛乳のコクを利用した減塩料理を勉強しました！より多くの方々へ広められるように、各地区で「伝達講習会」も行っています。



いいウォーキング♪
気持ちよく歩いて運動からの健康づくり！



調理実習の様子



みそ汁の塩分調査♪

ご近所さんを訪問して、ふだん飲んでいるみそ汁の塩分チェックをします。現状をお知らせして減塩の大切さを伝えています！



男の料理教室♪

バランスよく健康的な食事が作れるように男性の方対象の料理教室を開催しています！



TUNAGUパートナーシップ事業♪

「食」を通して地域の方々のつながりや絆を深め、健康の輪を広げることを目指します。

調理実習と講話の中で、食事のバランスや減塩の工夫などを一緒に学び、健康について考えます！



問合せ先 健康福祉課健康医療室 ☎86-2338

まちかどニュースは、皆さんの広場です。
地域のできごとやご意見などお気軽にお寄せください。
役場総務企画課情報防災室まで（直通 ☎ 87-0522）



認知症フォーラム

住み慣れた地域で暮らすために

4月25日、あ～すで「認知症フォーラム」が行われました。講師に招かれた鷺見幸彦医学博士は「認知症とは・治療と介護・地域で見る」について講演し、認知症への正しい理解を求めました。記憶障害や実行機能障害（先の段取りが不得手）のある患者の気持ちを、「暗闇の中を足元だけを照らして生きている」と代弁。約150名の聴衆はメモを取りながら熱心に聞き入っていました。ほかに、認知症初期の方を対象とした町の支援事業の紹介もありました。



町消防団辞令交付式

地域を守る412名



4月5日、あ～すで「町消防団辞令交付式」が行われました。式には、消防団幹部や団員など約100名が出席。田辺隆団長から異動された団員に辞令が交付されました。今年度は19名が退団し、17名が新たに入団。団員の総数は412名となりました。式中、新入団員を代表して第4分団第3部第2班の鈴木拓弥さん（小白川）が、「良心に従って忠実に消防職務の遂行にあたります」と力強く宣誓されました。

日本ペンクラブ会長浅田次郎氏来町

ここは小説の舞台



4月19日、作家で日本ペンクラブ会長の浅田次郎氏が、自身の作品に登場する宇津峠を訪れました。浅田氏が川西町での講演のために来県する好機に現地を見てもらおうと、手ノ子地区協議会の高橋純宇津峠部会長が町教育委員会に相談して実現したものです。現地を初めて訪れた浅田氏は、高橋部会長の説明を質問をしながら注意深く聞き、「峠の介茶屋」や四人による「雪踏み」には殊更の関心を示しました。



八幡山「桜の森」でお花見

将来を見据えた地域づくり

4月28日、手ノ子小学校裏の八幡山で、地域の女性団体が花見をしました。この山の桜は、地域に憩いの場とシンボルを作り出そうと手ノ子地区協議会さんさん部会（古川啓治部会長）が中心となって4年前から植栽しているもの。その数約400本。ほかに早春の花木も植えられています。花見に招かれた古川部会長は、多様な花木を植栽して初冬まで楽しめる「桜の森」を目指していることを説明し、「地域の方々に訪れてもらえ活動に弾みがつきます」と感謝を述べました。

わくわく おはなし広場

子どもたちに物語の楽しさを



4月26日、こどもみらい館で「わくわく おはなし広場」が行われ、親子連れなど約35人が参加しました。米沢市から読み聞かせ団体を招いて、絵本の読み聞かせや紙芝居、紙人形劇などが行われました。子どもたちは、主人公が発する決め台詞（せりふ）を覚えて読み手と一緒に声に出したり、動物のまねをしたりと、物語の世界を思い思いに楽しんでいました。ほかに、色画用紙を使ってこいのぼり作りも行われました。

野菜作り講習会

野菜作りで健康元気



4月15日、白樺地区公民館で「野菜作り講習会」が行われ、約30名が参加しました。同講習会は、畑仕事を心身の健康増進と生きがい作りにつなげようと同公民館が企画したもの。講師に招かれた齋藤恒助元農業改良普及員は、自身が育てた野菜を手に、育て方や効能、病気とその対策などについて講義しました。講義後の参加者からは、「今年はどんな野菜を作ろうかな」と意欲的な感想が聞かれました。



第二小6年生がプール清掃の事前作業としてEM菌投入（町民プール）



飯豊少年自然の家主催「水芭蕉ウォッチング」（添川地内）



かもしかクラブリーダー委嘱状交付式（役場）

直伝おふくろの味



大根煮カレー味

カレー粉のスパイスが食欲をそそる

【材料】

◇ダイコン(1kg程度)	1本
◇ネギ	1本
◇ウインナー	300g
◇昆布	50g
◇めんつゆ	40~50cc
◇カレー粉	大さじ1杯

【作り方】

- ①ダイコンは皮をむき、2cm幅に切り下ゆでする。はしがスツと通ったら、かぶる程度のゆで汁を残して、余りは捨てる。
- ②昆布は5mm幅に調理はさみなどで切る。ウインナーはななめに切り込みを入れる。ネギは1cm幅の斜め切りにする。
- ③①に昆布を入れてしばらく煮る。だしが出たところでめんつゆ、ウインナー、ネギを加える。
- ④仕上げに、煮汁で溶いたカレー粉を加えしばらく煮たら、出来上がり。

大根煮をアレンジ。料理のレパートリーに追加してみては



黒沢地区
食生活改善推進員
樋口おちよさん

年間を通して食卓に並ぶダイコン。さまざまな大根料理がありますが、煮物はどうしても同じ味付けになりがちです。そこで、カレー粉を入れてスパイスを利かせた大根煮を考えました。

下味でめんつゆを使うことによって和風のカレー味で、ダイコンやネギとの相性も抜群です。また、ウインナーからも旨みが出ますので、余計な味付けは不要で減塩効果も期待できます。

調理の際のポイントは仕上げに入れるカレー粉をダイコンの煮汁でしっかりと溶かすことです。溶かさずに鍋に直接カレー粉を入れてしまうと、粉っぽさが残ったり、混ぜた際にダイコンの形が崩れてしまいます。

子どもから大人まで親しんでもらえるような味付けです。ぜひ、家庭料理のレパートリーのひとつに加えてみてはいかがでしょうか？



こどもみらい館の予定表 (6月の日程)

6月3日(水) 10:00~	親子エクササイズ教室
4日(木) 10:30~	おはなし広場
9日(火) 10:00~	5歳児リトミック
10日(水) 10:00~	親子エクササイズ教室
11日(木) 10:30~	保健師さん指導
17日(水) 10:00~	親子エクササイズ教室
18日(木) 10:30~	あそびの広場・避難訓練

絵本が大好きな子どもを目指して

こどもみらい館では、毎日、お帰りの時間を利用して絵本の読み聞かせを行っています。豊かな心をはぐくむ絵本と一緒に、親子の時間を楽しみましょう。

episode

子育て応援談

kosodate
ouendan

当たり前を褒めよう

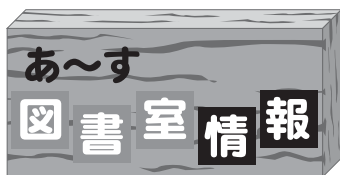
手ノ子のSさんより

子どもを褒めることは特別なことだと思いませんか？特別にすごいことや変わったことだけが、褒めるに値することでないと思います。子どもは褒められた分だけ成長しますし、成長のきっかけをつかんでいきます。ですから、特別なことをした時だけ褒めるのではなく、日常にありふれる「当たり前のこと」に対しても褒めることを心がけたいものです。

実際に私が子育てをしていた時も心身共にゆとりがなくなり、つい叱ることが多くなっていました。今、孫の面倒を見ながら改めて感じることは、叱ることから子どもの成長は生まれないこと。褒められたり身近な人に喜んでもらえると、子どもはやりがいを感じて次のステップに進んでいくのだなと思います。

●こどもみらい館 ☎72-3336

開館日/火曜日から土曜日 休館日/月曜日、日曜日、祝祭日
利用時間/8:30~12:00、13:00~17:00



今月の おすすめ図書



児童図書

カエルと王かん

なかじま ゆうき/作 山田 真奈未/絵 B L出版

カエルのピクトールは、ぴかぴかひかる王かんを見つけました。頭の上にのせると何だかとてもえらくなった気分です。さっそく仲間たちに自慢しますが…。



児童図書

おばあちゃんが おばあちゃんになった日

長野 ヒデ子/作・絵 童心社

赤ちゃんが生まれたので、あこちゃんのお母さんは大忙し。お姉さんになったあこちゃんのお迎えには、おばあちゃんが来てくれます。あこちゃんは、おばあちゃんがいつからおばあちゃんになったのか気になって…。

一般図書

牛と土 福島、3.11その後。

眞並 恭介/著 集英社



東日本大震災で被災地となった福島で、殺処分を受け入れず被災した牛を生かそうとする牛飼いたちと、帰還のため土壌の調査に奮闘する研究者たち。両者への丹念な取材を重ね、失ったものは何かを問いかけるノンフィクション。

一般図書

クックパッドの美味しい厳選！お弁当レシピ

クックパッド株式会社監修 新星出版社
料理レシピ投稿・検索サイト『クックパッド』の195万品以上のレシピの中から、お弁当にぴったりの95レシピを紹介。バランスよく詰め合わせた3品弁当を中心に主菜・副菜・おにぎりのバリエーションで構成。



●開館時間 午前9時~午後6時(5月~10月)

※土・日曜日は午前9時~午後5時まで

●休館日 毎週月曜日・祝日

●問合せ先 町民総合センターあ〜す図書室 ☎72-3111

ようこそ！ わたしたちの倶楽部に

スポーツ、音楽、芸術、史話、ボランティアなど町内には活動団体がたくさんあります。このコーナーでは、そんな皆さんの活動を紹介していきます。



ミュージカルと演劇

めざまキッズ+!

- ◆会長／鈴木康太郎さん（手ノ子）
- ◆会員数／男性4名、女性6名
- ◆主な活動／ミュージカルや演劇の創作やレッスンおよび上演活動
- ◆会員募集対象／住所年齢性別を問わず関心のある方

●めざまキッズ+! へのお問い合わせは、町民総合センター「あ〜す」まで ☎72-3111

◆クラブのピーアール

私たちのクラブは平成9年「ミュージカルワークショップ」が始まりで、平成12年「めざまキッズ」に、平成25年「めざまキッズ+!」と名前を新たに、ミュージカルや演劇などを楽しく作って演じています。今年3月の創作演劇「星空の乙女」では、メンバー全員が一生懸命に演じました。多くのメンバーが「めざまキッズ+!」で演劇を始めた人です。体験レッスンも随時ありますので、経験の無い方やお子さまも安心して参加できます。ほかにも夏合宿やクリスマス会などイベントも予定しています。お気軽にご連絡ください。



鈴木さんにとって
ミュージカルとは…
演者、音響、照明、みんなとのふれあい、仲間づくりが楽しみですよ

◀鈴木康太郎さん

「小さな成長点」

連載

町長の思ふ歩き

68

後藤 幸平

生まれた時は、小さく弱々しく、生イカの品悪くなったような体つきだったそうだ。そう言われ続けて育った。無鉄砲な行動をするたびに、母からそう言われてたしなめられた。考えてみれば、大きく強く磐石な体制よりも、荒波に浮かぶ小舟のような世界でばかり生きてきたように思う。そのせいなのか、町長は町の顔なのだから、重い存在であれとの助言も少なくない。しかし、高級料亭よりも止り木で、止り木よりも屋台で飲んでいたのである。性分を変えるのは困難である。形はチップokeだつて中身と根性はデッカイぞ、負けてたまるかの精神が好きだ。

植物の場合、成長点は根や茎の先端にあり、絶えず盛んに細胞分裂を続ける小さな組織である。稲の場合、出穂の三十日前ごろに稲体の根元、第五節の上に数ミリの幼穂が出現する。これが稲の成長点である。この成長点のために稲は全身を使って養分を吸収し、蓄え、そこに供給するのである。実り豊かな稲穂の姿はこうした過程を経て出現する。

連日、経済成長の話題を聞かない日はない。税収、財政力、社会保障、社会資本整備など成長率次第であり、国民総生産や国民総所得などの動向、いわゆるマクロの経済成長率が注目されるゆえんである。ただ、である。この機軸の成長神話だけを手本にしていると進路を見誤る。

『降りてゆく生き方』という地方のまちづくりをテーマにした自主上映の映画が日本の各地でロングランを続けているという報道があった。ことし一月三十日付の朝日新聞のオピニオン欄『豊かな地方とは』である。山に登るときには気が付かない背後の広大な大地、豊かな大地に見方を換えようと呼びかけている。経済的な成功とは違う別の選択肢が大事であり、地方で生きる人々の生の言葉から知られざる豊かな生き方が見えると、プロデューサーの森田貴英さんは指摘する。

マクロな成長とは違う、もう一つの成長点。稲の体の中に潜んでいるような「小さな成長点」を見つけ出す作業がいま飯豊で始まっている。

健康福祉課からの健康コラム

health column

健康に関する身近なテーマを2つ取り上げて、皆さんの健康づくりを応援します。

今月の テーマ

・お口の健康

※
・ロコモ予防

※筋肉や骨などの運動器の障害による要介護の状態や、要介護リスクの高い状態



お口のケアが全身を守る (パート1)

歯を失う原因として歯周病があります。歯周病とは、細菌感染によっておこる歯周組織（歯の周りの組織）の病気です。歯肉の出血や腫れを特徴とする歯肉炎と、歯を支えている歯槽骨が破壊される歯周炎とに分けられます。

歯と歯肉の深い隙間に歯垢がたまり、歯垢中の細菌が歯周組織を攻撃します。歯周組織は、炎症・免疫によって防戦します。その際、歯周組織の細胞から出るタンパク質（サイトカイン）が自らの組織を破壊するという現象を引き起こし、歯肉炎がさらに歯周炎と発展してしまいます。歯周炎になると歯槽骨が破壊され、ついには歯が抜けてしまいます。サイトカインは歯肉の血管を通じて血液に流れ込み全身に影響を与えると考えられています。

糖尿病の人は、そうでない人に比べて、中等度あるいは高度の歯周病になる頻度が2〜3倍と高く、さらに歯周病の進行が早いと言われています。糖尿病をもつ歯周病患者に歯周病治療を行うと、血糖値が改善したという報告が多数あります。言い換えれば、歯周病は糖尿病を悪化させる要因のひとつである可能性がきわめて高いとい

うことであり糖尿病の方は歯周病を治療することが重要であるといえます。

歯周病は、糖尿病だけでなく、心血管系疾患、呼吸器感染症、早産・低体重児出産、骨粗鬆症など、さまざまな全身疾患と関連性があるといわれています。

最近では、メタボリックシンドロームとの関連性も指摘されています。したがって、お口をケアすることは全身を守ることになるのです。20〜30歳代の若い世代も油断せずに口腔ケアが必要です。

「よい生活習慣づくり」が歯周病予防、糖尿病予防のキーワードです。歯・口を清潔に保つことと同様によい生活習慣づくり・健康管理にも気をつけましょう。

歯周病のセルフチェック

思い当たる症状にチェック！

- 朝起きたときに口の中がネバネバする
- 歯磨きのときに出血する
- 口臭が気になる
- 歯肉がむずかゆい、または痛い
- 歯肉が赤くはれている
- かたい物が噛みにくい
- 歯が長くなったような気がする
- 出っ歯になったり歯と歯の間に隙間ができた

3つ該当：油断禁物です。予防に努めてください
6つ該当：歯周病が進行している可能性があります
すべて該当：歯周病がかなり進んでいます

体幹トレーニング (パート2)

◆背筋群のトレーニング

腰痛は、腹筋が弱くなると背筋に負担がかかり背骨や腰を支えきれなくなるのが原因で起こります。特に背中の広背筋を鍛えることで、腰痛予防になり、正しい姿勢をつくることも可能になります。

① 3点支持

体幹を四つん這いの姿勢で安定させ、お腹に力を入れた状態を意識して片足を上げる。



② 2点支持

①の片足を上げた3点支持の状態から、さらに片手を同時に上げる。(右手と左足、左手と右足のペアで上げる)



※姿勢は5〜10秒間程度保持する。慣れてきたらセット数を増やしていきましょう。

飯豊町役場

電話 0238-72-2111

FAX 72-3827

ホームページ www.town.iide.yamagata.jp

Eメール iide-info@town.iide.yamagata.jp



「あ～す」	☎72-3111	社会福祉協議会	☎72-3353	東部地区公民館	☎74-2447
町健康福祉課	☎86-2233	ひめさゆり荘	☎74-2011	西部地区公民館	☎75-2111
介護老人保健施設	☎86-2117	スポーツセンター	☎72-3086	中津川地区公民館	☎77-2020
国民健康保険診療所	☎72-2300	中部地区公民館	☎72-2126	飯豊駐在所	☎72-2245
附属中津川診療所	☎77-2330	白樺地区公民館	☎72-2242	中津川駐在所	☎77-2110

やまがた森の感謝祭2015

- ◆日時／6月6日(出)10:00～15:00
- ◆会場／山形県遊学の森(金山町)
- ◆内容／○植樹、枝打ちなどの森づくり活動※5月29日(金)まで申し込み
- 木工クラフト作りや森林散策などの体験コーナー
- 山菜など盛りだくさんの物販コーナー
- 景品がいっぱいの大抽選会
- ◆参加料／無料
- ◆申込・問合せ先／やまがた森の感謝祭実行委員会(最上総合支庁 森林整備課 ☎0233-29-1348)

フェット・ド・ラ・ミュージック 出演団体大募集

音楽活動をされている方、または音楽をしてみたい方、お気軽にご参加ください♪ギター演奏、ロック、ジャズ、合唱…音楽なら何でも大歓迎です。

- ◆開催日時／6月21日(日) 17:30～19:30(予定)
- ◆会場／「あ～す」屋外(雨天時屋内)
- ◆募集組数／10組(先着順)
- ◆出演申込方法／6月6日(出)まで「申込書」に必要事項を記入の上、下記に提出ください(FAX可)
- ※「申込書」は町ホームページからダウンロードいただくか、下記にお電話をお願いします。郵送いたします
- ◆申込・問合せ先／「あ～す」☎72-3111、FAX72-3163

鉄道線路での事故を無くしましょう

鉄道路線では子どもの好奇心が事故につながる場合があります。鉄道路線から事件・事故をなくしましょう

- ◆問合せ先／山形県鉄道防犯連絡協議会連合会 ☎023-623-0467

人権問題は人権擁護委員にご相談ください

人権擁護委員は人権問題解決のお手伝いや法務局と協力して人権被害者の救済、人権の啓発活動を行っています。

- ◆町内の人権擁護委員による相談会
- ◇開催日／6月5日、8月7日、10月16日、12月4日、2月19日
- ◇時間／13:00～15:00
- ◇場所／白樺地区公民館
- ◇問合せ先／役場住民税務課生活環境室 ☎87-0514

- ◆置賜地区の人権擁護委員による相談会
- ◇開催日／毎週月曜日・金曜日
- ◇時間／8:30～17:15
- ◇場所／山形地方方法務局米沢支局
- ◇問合せ先／山形地方方法務局米沢支局 ☎0238-22-2148

※上記以外でも法務局職員が随時相談を受け付けています

- ◆電話による相談受付
- 子どもの人権110番 ☎0120-007-110
- 女性の人権110番 ☎0570-070-810
- みんなの人権ホットライン ☎0570-003-110

県営住宅(飯豊アパート)の8月上旬入居者募集

詳細は問い合わせください。

- ◆飯豊アパート／萩生3893-3
- ◇間取り／6畳+6畳+4.5畳+DK
- ◇家賃／14,900円～29,300円
- ◇募集期間／6月8日(月)～12日(金)
- ◆申込先／置賜総合支庁西庁舎1階総合案内窓口(長井市) ☎88-8200
- ◆問合せ先／県営住宅指定管理者(株)西王不動産置賜事務所 ☎0238-24-2332

飯豊町消防演習の開催

消防団の資質向上と士気高揚、および有事に備えた消防力を確立し社会公共の福祉増進のために、消防演習を行います。消防団の雄姿をご覧ください。

また、消防団では随時団員を募集しています。

- ◆日時／6月7日(日)8:50～12:15
- ◆場所／町民総合センター「あ～す」
- ◆内容／下記のとおり。開始時間は予定です。雨天時は内容・時間が変更になります

内容	開始時間
火災防ぎょ訓練	8:50
人員報告など	9:20
観閲	9:30
姿勢・服装の点検	9:40
新入団員や女性団員による訓練	9:50
ポンプ車操法	10:20
応急手当訓練	10:30
初期消火訓練	10:45
園児によるアトラクション	10:55
分列行進・防火パレード	11:15
閉会式	11:35

- ◆入団・問合せ先／西置賜行政組合消防署飯豊分署・加藤 ☎72-2222

「緑の宇津峠を歩こう」参加者募集

- ◆日時／5月24日(日)8:00(小雨決行)
- ◆集合場所／落合地藏尊前(手ノ子)
- ◆持ち物／飲み物、昼食、雨具類
- ◆参加費／無料※事故や怪我には自己責任もとで処置と対応してください
- ◆申込方法／5月21日(休)まで下記に電話で申し込み
- ◆申込・問合せ先／高橋純 ☎75-2832、松山清次 ☎75-2453、鈴木春男 ☎75-2169

こせきの窓
戸籍の窓

(4月届け出分)

ご結婚おめでとうございます

住所	氏名
(添米) 川 伊 藤 博 人さん (米沢) 市 廣 瀬 葉 さん	
(添南) 川 井 上 達 也さん (陽陽) 市 小 関 梨 奈さん	
(萩秋) 生 鈴 木 朋 一さん (川西) 町 後 藤 歩 生さん	
(須賀) 椿 竹 田 洋 介さん (賀川) 市 安 藤 真 純さん	

お誕生おめでとうございます

住所	氏名	ご両親
萩生 渡 部 翔 くん	純 香陽子	
小白川 小 野 姫 奈 里 ちゃん	誠 祐 庸美	
中 梅 津 楽 翔 くん	卓 香 也織	
小白川 井 上 凜 香 ちゃん	洋 恵 平恵	

心からおくやみ申し上げます

住所	氏名	年齢
黒沢 旭 手 塚 き く さん		71
萩生 中 睦 後 藤 き み さん		88
高峰 西 向 伊 藤 啓 さん		87
椿 椿 第一 吉 田 き よ さん		79
萩生 石 原 井 上 し う さん		69
椿 坂 下 大 石 り よ さん		97

※この欄に掲載を望まない場合は届出の際にお申し出てください。

人の動き

4月分 () 内は対前月比			
世帯数	2,394 (3)	転入	18
人 男	3,695 (- 3)	転出	27
女	3,914 (-11)	出生	4
計	7,609 (-14)	死亡	9

第27回いいで黒べこ祭り
前売り券を販売します

最高級の飯豊産米沢牛を準備し、皆さんのお越しをお待ちしています。

◆日時/7月5日(日)11:00~14:00
※雨天決行

◆場所/どんでん平ゆり園

※入口は正面北側の専用ゲート

◆イベント内容/こくわワイン・どぶろく・地酒の振る舞い、豪華景品大抽選会など

◆前売り券/ファミリーセット(4名分)13,000円※牛肉・野菜・つや姫おにぎり・飲み物セット

○販売日/5月19日(火)から

○購入先/JA山形おきたま飯豊支店、畜産団体の役員の方、町観光協会、ゆり園、役場農林振興課

◆その他/当日の牛肉販売は11:30から

◆問合せ先/役場農林振興課農業振興室 ☎87-0525

東北の道の駅を巡る
スタンプラリー

東北「道の駅」連絡会では、東北の道の駅を回って、スタンプを集めるスタンプラリーを行っています。

◆賞品応募期限/集めたスタンプ数に応じて抽選により賞品が当たります。平成28年1月15日(金)

◆完走証明書申込期限/スタンプ数142個以上の方に完走証明書とステッカーをプレゼント。平成29年1月15日(日)

◆参加方法/東北のすべての道の駅で販売している「スタンプラリーブック」(税込200円)を購入して、東北の道の駅を巡りスタンプを押印する。応募必要数のスタンプを集めたら東北の道の駅の窓口で応募する

◆応募・問合せ先/東北「道の駅」連絡会 ☎022-398-5518、めざみの里観光物産館 ☎86-3939

5月は不法投棄と海岸漂着
ごみ削減強化月間です

置賜地区不法投棄防止対策協議会では、草が繁茂する前の5月を「春季不法投棄および海岸漂着ごみ削減強化月間」と定め、パトロールや啓発などを集中的に行います。海岸漂着ごみの発生源となる河川地域でも監視などを行い、不法投棄の防止や早期発見に努め、ごみのないクリーンな山形県を実現しましょう。

◆不法投棄相談窓口・問合せ先/役場住民税務課生活環境室 ☎87-0514

善意の毛布をアフリカへ

「アフリカへ毛布を送る運動」置賜地区実行委員会では、ご家庭で使わない毛布を、アフリカで必要とする方々に届ける活動をしています。下記日程で、皆さまの善意をお待ちしております。

◆お願い内容/清潔な毛布の提供、輸送費協力金(1000円)の寄付

◆日時/5月24日(日) 9:00~13:00

◆場所/長井市役所南側駐車場

◆問合せ先/置賜地区実行委員会飯豊地区担当・富永 ☎72-3688

山形大学公開講座開講
「世界遺産ナスカの地上絵」

山形大学では、世界遺産ナスカの地上絵について公開講座を行います。考古学や文化人類学、地理学などの研究者が、自らの体験や分析結果に基づき分かりやすい言葉で講義を行います。

◆開催日時/6月1日(月)、4日(木)、8日(月)、11日(木)、15日(月)。18:30~20:10

◆場所/山形大学人文学部(山形市)

◆受講料/2,000円(大学・高校生無料)

◆募集人数/30人(高校生以上の方)

◆申込期限/5月27日(木)

◆申込・問合せ先/山形大学人文学部事務室 ☎023-628-4203

河川の支障木の無償提供の
申し込みについて

4月号でお知らせいたしました今月20日(火)~22日(金)に行われる河川支障木の無償提供につきましては、「事前申込」は不要ですが、当日の受け付けにおいて申し込みが必要です。なお、提供物が無くなり次第終了となります。

◆問合せ先/置賜総合支庁西置賜河川砂防課 ☎88-8234



◇今月初めて編集後記を執筆しました、広報担当の嶋貫大地です。先月下旬に行われました県縦断駅伝競走大会では多くの方からのご支援・ご声援ありがとうございました。▽5月10日、白川ダム湖畔にて町内外から多くの参加者を招いてマラソン大会が開催されました。初夏のさわやかな風とはうって変わってこの日は時折突風も…。ダム湖畔公園には八重桜がまだ咲いており、1か月前に逆戻りしたようでした。新緑と残雪を一望しながらマラソンのできる飯豊町に改めて魅力を感じた1日でした。

(だいち)

第3回 心の古里いいでフォトコンテスト

テーマ：訪れてみたい飯豊町～春（旬）・夏（花）・秋（収）・冬（灯）～

最優秀賞 「散居の夜明け」



ISO100 1/50秒 F16

佐藤秀明審査員の講評

絹層雲が太陽の前面を覆い、気温が下がるとこのような幻日と呼ばれる太陽を見る事ができます。もっと気温が下がると太陽が三つ出現したかのように見える事があります。写真の腕と運が重なってこのような素晴らしい風景をものにすることができたのですね。

審査員 佐藤 秀明 氏

日本大学芸術学部写真学科卒業後、世界中の辺境を旅し、自然と人間、文化を独自の視野で撮り続けておられます。

受賞のよろこび

このたびは最優秀賞をいただきましてありがとうございます。

飯豊町は妻の実家もあり、特別な思いのある町です。そんな事もあり今回の作品の場所にも度々訪れてはカメラを向けていました。

皆さん撮りつくされている場所だと思いましたが、今回はたまたま昇る朝日に日傘がかかりラッキーな一枚になりました。ありがとうございました。

佐藤 正信 さん （白鷹町）

①

Series

掲載順について
 上位の作品から順に掲載します

撮影地 中地内/ホトケヤマ展望台