広報 にしごう

2024
6
月号

表紙

ー特集 わたしたちの学校給食ー

熊倉小学校
給食の様子

目次

▶ 特集－２
▶ 福祉情報－６
▶ 健康・医療情報－８
▶ 安心安全情報－１０
▶ 環境に関する情報－１１
▶ 暮らし・その他の情報－１２
▶ 高齢者サービスのご案内－１５
▶ にしごうの話題－１８

特集

わたしたちの学校給食

撮影協力：熊倉小学校

6月は『食育月間』です

「食育月間」は、家庭、学校、地域、職場など社会全体で食育推進に取り組むために設けられた、食育の強化月間です。学校生活や社会生活などが少し落ち着き始め、取り組みやすい時期ということで、毎年6月に設定されています。

学校給食を通じての食育

近年、偏った栄養摂取や朝食欠食など食生活の乱れによる肥満・痩せすぎ傾向など、子どもたちの健康に関する問題が挙げられています。

こういった状況から、平成17年に食育基本法、平成18年に食育推進基本計画が制定され、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることができるよう、学校においても積極的に食育に取り組むことが重要となっています。

村では、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけられるよう取り組んでいます。

今回は、学校給食に関わる人や現在の給食のことなどを紹介します。

西郷村学校給食の特徴

西郷村の学校給食では、村独自の「にしごうマクロビ給食」を実践しています。和食中心のメニューで、主食は麦ごはんや雑穀ごはん、カミカミ食材（小魚や豆など噛み応えのある食材）が付きます。よく噛む必要がある食材や家庭で食べることが減っている魚を献立に取り入れることで、バランスの良い健康的な食事を摂ることができます。

昨年、新しい学校給食センターが完成しました。現在、学校給食センターでは、1日に約2,000食の給食を作り、週5回小・中学校8校へ、週3回村立西郷幼稚園へ提供しています。

～栄養士の2人に話を聞きました～

バランス良く楽しい献立を作っています

西郷村の給食の特徴は「にしごうマクロビ給食」です。魚料理を多く取り入れた和食中心の献立で、カミカミ食材を付けることもあります。最近の家庭では、きんぴらごぼうなどの和食や魚料理を食べる機会が少なくなったというお話も聞くので、給食では、意識して食べてもらう機会を設けています。子どもたちに抵抗なく食べてもらえるよう、味付けや食材の切り方、サイズなども調理員さんと工夫し、学校の先生方とも情報共有しながら給食作りに励んでいます。

栄養面を考えた給食も大切ですが、子どもたちには様々な食の体験もして欲しいと思っています。例えば、行事食と呼ばれる日本の文化や季節を感じる献立です。今年度は入学・進級のお祝いにお赤飯を出したり、こどもの日に合わせてかしわ餅を出したりしました。予算の中で子どもたちの学びとなる給食作りにも取り組んでいきたいと思います。

＼＼ 私たちが献立を作っています ／／

▲栄養技師の鈴木由芳さん（左）と栄養教諭の菅野美穂さん（右）

給食は、生きた教材といわれています。大人になって「バランスのよい食事ってどんな食事かな？」と迷ったとき、「にしごうマクロビ給食」を思い出してもらえるような給食をこれからも調理員さんと一緒に作っていきたいと思います。

また、新しい学校給食センターになり設備が新しくなったことで、衛生的で快適に調理ができるようになりました。学校に給食を届ける食缶も新しくなり、保温性の高い食缶を採用することで、温かい物は温かく、冷たい物は冷たいまま子どもたちに届ける事ができるようになりました。給食センター内には見学スペースもできましたので、子どもたちが見学に来た際には、自分たちが食べる給食が作られる様子を間近で見て学習できるよい経験になっていると感じます。

～学校給食センター給食係長に話を聞きました～

安全安心な給食のために

＼＼ 施設の管理をしています ／／

▲尾形浩給食係長

栄養士さんや調理員さんが安全安心な給食を作り、学校へ届けられるように、給食センターの調理器具や調理機械などの管理をしたり、給食で使う野菜や肉、調味料などを業者と契約したりしています。また、学校の子どもたちが給食を食べる前に、検食をしています。

栄養士さんと想いは同じで、子どもたちに安全安心な給食を提供していきたいと考えています。

栄養士さん オススメレシピ①

おからサラダ

材料（4 ～ 5 人分）
- ▶おから…60g
- ▶マカロニ…30g
- ▶きゅうり…40g（1/2 本）
- ▶たまねぎ…40g（1/6 個）
- ▶にんじん…40g（4cm 程度）

【A】
- ▶マヨネーズ…30g（大さじ 2 と 1/2）
- ▶穀物酢…6g（小さじ 1 強）
- ▶きび砂糖…1.3g（ひとつまみ）
- ▶食塩…1.3g（ひとつまみ）
- ▶こしょう…少々

作り方
① きゅうりは輪切りにして、食塩（分量外）で塩もみしておく。
たまねぎはスライス、にんじんはいちょう切りにする。
② おからは、耐熱皿にふんわりラップをかけ、電子レンジ（600w）で 2 分半から 3 分温めてから、冷ましておく。
③ マカロニは表記の時間通り茹でる。最後の 2 分は、にんじんも一緒に茹でる。
④【A】の調味料で食材を和える。

炒めて食べるイメージが強い「おから」ですが、サラダにするのもおすすめです。
ポテトサラダのような味わいで食べやすく、不足しがちな食物繊維やたんぱく質を摂ることができます。

栄養士さん オススメレシピ②

大豆と小魚の佃煮

材料（5 人分）
- ▶かたくちいわし…40g
- ▶水煮大豆…50g
- ▶片栗粉…小さじ 2
- ▶油…大さじ 2
- ▶白いりごま…5g

【A】
- ▶三温糖…大さじ 1
- ▶しょうゆ…小さじ 1
- ▶酒…小さじ 1
- ▶水…大さじ 2

作り方
① 水煮大豆は、さっと水で洗い、キッチンペーパーで水気をきり片栗粉をまぶしておく。
② 【A】の調味料を合わせておく。
③ フライパンに油を入れ、片栗粉をまぶした大豆を揚げ焼きにする。
④ 大豆がカリッとしてきたら、かたくちいわしも入れて炒める。
⑤ フライパンに【A】の調味料を入れ、大豆とかたくちいわしに絡めながら炒める。
⑥ 仕上げに白いりごまをまぶす。

大豆に片栗粉をまぶす時に、ビニール袋を使うときれいにまぶせて、後片付けが簡単です。

西郷村食育の取り組み

子どもたちが楽しく、正しく「食」を知り、健全な成長や望ましい食習慣を形成できるよう、村では 5 つの取り組みを進めています。

①「にしごうマクロビ給食」の献立づくり

次の 4 つを基本軸とした、村独自の「にしごうマクロビ給食」を実践しています。これにより、肥満や糖尿病など生活習慣病の予防、村の地域産業への理解に繋げます。

1. 麦や黒米、雑穀などを入れたご飯の採用
2. 魚や豆など和食中心の献立
3. 地産地消の推進
4. カミカミ食材の採用

② 食に対する正しい知識の普及

学校給食を通して食事の楽しさを知るとともに、食事のマナーを学びます。
また、栄養士の指導のもと、心身の健全な成長に必要な食生活を学ぶことで、偏食や肥満・痩身を予防し、自己管理能力を育みます。

③ 家庭での健全な食習慣の実践

保護者を対象とした給食試食会や食育講話を開催することで、幼少期からの健全な食習慣の普及を促進します。また、生き生きと暮らすために、食育を通して「食べる力」を育みます。

④ 安全・安心な学校給食の提供

調理過程における衛生管理はもとより、食品の安全性と信頼性を確保しています。また、学校給食センター調理室内では、衛生管理の徹底のため、床が乾いた状態で作業する「ドライ方式」を採用し、さらなる安全安心に努めています。

⑤ 県が提唱する食育目標の実践

福島県が掲げる 3 つの食育目標である、「食べる力」・「感謝の心」・「郷土愛」の育成 に対し、学校給食センターでは、栄養教諭や栄養技師による献立づくりのほか、地元の食材を多く取り入れ、目標の推進を図っています。

\\ 私たちが給食を作っています //

ホームスタート事業

ホームビジター養成講座の参加者募集について

ホームスタートしらかわでは、ご自身の子育て経験を活かしながら、訪問型の子育てボランティアをしていただける方を募集するため、令和 6 年度 第 12 期ホームビジター養成講座を白河市・西郷村で合同開催します。

地域で、みんなで、一緒に子育てしませんか？

▶ ホームスタートとは

未就学のお子さんがいるご家庭に、養成講座を受講したスタッフが、週 1 回、計 4 回訪問し、利用される方と一緒におしゃべりしたり、一緒に家事や育児、お出かけをしたりする活動です。

▶ 対象者

・子育て経験があり、受講後に訪問支援活動ができる方
・養成講座の全日程に参加できる方

▶ 開催日程

No.	日時	内容	講師
1	6 月 27 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「オリエンテーション」 「ホームスタートの内容、意義を学ぶ」 家庭訪問型子育て支援の役割と意義	ホームスタートしらかわ オーガナイザー
2	7 月 4 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「家庭とは何か、親とは何か」価値観と多様性 「子どもの理解」（＊）	県中児童相談所白河相談室 主任児童福祉司 白河こひつじ学園児童発達支援管理責任者
3	7 月 11 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「傾聴の意義と方法 1」 「傾聴の意義と方法 2」	スクールソーシャルワーカー （精神保健福祉士）
4	7 月 18 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「家庭で活動する上でのポイント」 「ホームビジターの実務」	ホームスタートしらかわ オーガナイザー
5	7 月 25 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「地域の子育て支援の実際と連携」（＊） 「問題や悩みのある家庭への理解」（＊）	白河市こども家庭センター 西郷村こども家庭センター
6	8 月 1 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「家庭の中で活動する―傾聴と協働の実際Ⅰ」 「家庭の中で活動する―傾聴と協働の実際Ⅱ」	ホームスタートしらかわ オーガナイザー
7	8 月 8 日㈭ 9:30 ～ 16:00	「シェアリング・修了テスト」 「修了式、登録、交流会」	ホームスタートしらかわ オーガナイザー
8	8 月 9 日㈮ 9:00 ～ 16:00 のうち 1 時間	個別面接およびおひさまひろば見学	ホームスタートしらかわ オーガナイザー

＊ 白河市ファミリーサポートセンター「まかせて会員養成講座」と合同講座になります。

▶ 場所

マイタウン白河（白河市本町 2）
※ 7 月 4 日㈭のみサンフレッシュ白河（白河市久田野城内 31）で開催

▶ 受講料

無料

▶ 申込方法

電話またはメールにてホームスタートしらかわまでお申し込みください。
☎ 0248-27-2090
✉ hss@shirakawa-shienkai.or.jp

村ホームページはこちら

問 福祉課　こども家庭センター　☎ 25-0001
問 ホームスタートしらかわ　☎ 27-2090

令和 6 年度

ふくしサポート法律相談会について

弁護士による法律相談会が開催されます。

▶ 相談内容

民事・家事・行政に関する相談
（例）借金問題・消費者被害・賃金未払い・成年後見・相続問題・離婚問題・養育費未払い等
※ 刑事に関する相談は対象外です。

▶ 対象者

次の 2 点に該当する方
① 資力（収入及び資産）が一定額以下であること
※ 基準額は、福祉課までお問い合わせいただくか村ホームページでご確認ください。
② 下記の趣旨に適すること
・報復的感情を満たすもの、宣伝、権利濫用などでないこと
・過去に、法テラスの立替制度を利用しての滞納がないこと
・法人の相談でないこと
・過去に同一問題について法テラスの民事法律扶助制度を利用した相談が 2 回以内であること
・当事者による相談であること

▶ 開催日時

6 月 20 日㈭、10 月 24 日㈭、令和 7 年 2 月 27 日㈭
各日 13:30 ～ 16:00（相談者 1 人あたり 30 分）　※ 時間は相談決定後にお知らせします。

▶ 会場

福島県社会福祉協議会　生活自立サポートセンター県南事務所
（東白川郡棚倉町大字棚倉字北町 95-5）

▶ 相談料金

無料

▶ 申込方法

各開催日の 3 週間前までに福祉課窓口にてお申込みください。対象者の要件を確認後、法律相談の可否を連絡します。なお、電話でのお申込みはできませんのでご了承ください。
※ 定員になり次第、受付を終了します。

その他ご不明な点などありましたら右記までご連絡ください。

村ホームページはこちら

問 福祉課（地域福祉係）
☎ 25-1509

令和 6 年度

視覚障がい者相談会について

視覚に障がいのある方、見えにくいことで日常生活に不自由を感じている方、またはその家族の方を対象にした相談会を開催します。

▶ 日時

6 月 19 日㈬ 10:00 ～ 13:00
※ 受付は 10:00 ～ 12:00
※ 相談は無料ですが、事前申込が必要です。

▶ 場所

サンフレッシュ白河（白河市久田野城内 31）

▶ 担当医

北福島医療センター　八子 恵子 医師

▶ 申込方法

開催日の 2 週間前までに福祉課窓口にてお申込みください。なお、電話でのお申込みはできませんのでご了承ください。

村ホームページはこちら

問 福祉課（地域福祉係）
☎ 25-1509

県民健康診査の実施について

生活習慣病の予防や疾病の早期発見、早期治療のため積極的に受診しましょう。

▶ **対象者**

下記の全てに該当する方

① 昭和 60 年 4 月 1 日から平成 18 年 4 月 1 日までに生まれた方

② 令和 6 年 4 月 1 日時点で西郷村に住民登録がある方

③ 職場や学校などで健診を受ける機会がない方

▶ **申込方法**

健康推進課窓口（村保健福祉センター内）または電話にてお申込みください。（☎ 25-1115）

申込み後、後日受診案内をお送りします。

▶ **申込期限**

6 月 19 日㈬まで

健康診査の結果（データ）は、県民健康調査データベースに登録され、長期にわたる健康管理に活用されます。受診には「承諾書」が必要となります。

【集団健診】

▶ **実施期間**

7 月 17 日㈬～ 7 月 31 日㈬

※ ただし、7 月 21 日、28 日は除く

▶ **場所**

村保健福祉センター

▶ **検査項目**

身長・体重・BMI・血圧・尿検査・血液検査（肝機能、血中脂質、血糖）

※ 集団検診のみ、貧血および腎機能検査（血液検査）が追加されます。

▶ **料金**

無料

【個別健診】

▶ **実施期間**

令和 6 年 10 月～令和 7 年 1 月

▶ **場所**

指定医療機関での受診

▶ **検査項目**

身長・体重・BMI・血圧・尿検査・血液検査（肝機能、血中脂質、血糖）

▶ **料金**

無料

村ホームページはこちら

問 健康推進課
☎ 25-1115

第 2 回

「元気からだ塾」参加者募集について

▶ **テーマ**

「理学療法士から学ぶ、ひざ痛と腰痛予防」

講師：医療法人社団　博英会　理学療法士

▶ **日時**

7 月 8 日㈪　13:30 ～ 14:30

▶ **場所**

村保健福祉センター

▶ **対象者**

西郷村在住で概ね 65 歳以上の方

▶ **定員**

50 名程度

▶ **申込み方法**

6 月 3 日㈪から 6 月 28 日㈮までに電話、または健康推進課（村保健福祉センター内）窓口へお申し込みください。

※ 事前申込み制で定員になり次第締め切ります。

▶ **令和 6 年度の今後の予定**

・第 3 回：8 月 27 日㈫

「知っておきたい女性の体の変化」

～尿漏れ、転倒予防体操～

・第 4 回：10 月 29 日㈫

「高齢者の食と栄養」

～飲み込む力の鍛え方とバランスの取れた食事～

・第 5 回：11 月 9 日㈯

介護予防講演会

「ピンピン元気に生きるために」

～脳卒中・心臓病・認知症にならない生き方～

※ 第 3 回以降の参加者募集は、都度行います。

村ホームページはこちら

問 健康推進課
☎ 25-1115

日々の健康づくりを応援

にし GO ココカラ元気プロジェクト

村では健康づくりと生活習慣病予防、健康の保持・増進を目的に、「にし GO ココカラ元気プロジェクト」を実施します。ココロとカラダの元気のために、日々の生活の中で何か一つ目標を決めて、10 分でも多く体を動かしてみませんか。今年度はコースや内容をリニューアルし、皆さんの健康づくりを応援します。

▶ **対象者**

18 歳以上の西郷村民の方（ただし高校生を除く）

▶ **コース**（1 人 1 コース、1 回限り）

D. ふくしま健民カードコース

（A. ウォーキングコース、B. ランニングコース、C. 血圧測定コースについては、7 月 1 日㈪に開始予定です。）

▶ **取組対象期間**（D. ふくしま健民カードコース）

6 月 1 日㈯から令和 7 年 1 月 31 日㈮

▶ **参加方法**

D. ふくしま健民カードコースへの参加を初めて希望される方は、下記へお問い合わせください。

※ 令和 5 年度に本事業のふくしま健民カードコースに参加された方には、5 月中旬頃に記入台紙をお送りしていますので、ご確認ください。

▶ **記入台紙の提出期限**

令和 7 年 2 月 14 日㈮

▶ **コース内容について**

D. ふくしま健民カードコースは、健康に関するポイントを貯めて、お得な特典が受けられる「ふくしま健民カード」を手に入れるコースです。詳しくは、村ホームページをご覧いただくか、下記までお問い合わせください。

※ A コースから C コースの概要については、村ホームページに掲載しています。また、次号でも詳しくお知らせします。

村ホームページはこちら

問 健康推進課
☎ 25-1115

西郷村における

新型コロナウイルスワクチン特例臨時接種について

▶ **秋冬接種（令和 5 年 9 月 20 日以降）の接種人数・接種率**

西郷村全体（生後 6 ヶ月以上）		高齢者（65 歳以上）	
人数	接種率	人数	接種率
6,018 人	29.5%	3,304 人	62.2%

▶ **1 ～ 7 回目接種における接種人数・接種率の状況（累計）**

	西郷村全体		うち 65 歳以上		うち 5 歳以上 11 歳以下		うち生後 6 ヶ月以上 4 歳以下	
接種回数	人数	接種率	人数	接種率	人数	接種率	人数	接種率
1 回目接種	17,373 人	85.1%	5,023 人	94.6%	465 人	33.9%	61 人	8.4%
2 回目接種	17,301 人	84.8%	4,974 人	93.7%	459 人	33.5%	60 人	8.2%
3 回目接種	15,125 人	74.1%	4,876 人	91.8%	264 人	19.2%	54 人	7.4%
4 回目接種	11,326 人	55.5%	4,582 人	86.3%	124 人	9.0%	23 人	3.2%
5 回目接種	7,201 人	35.3%	4,182 人	78.7%	64 人	4.7%	-	-
6 回目接種	4,514 人	22.1%	3,461 人	65.2%	-	-	-	-
7 回目接種	3,140 人	15.4%	2,775 人	52.3%	-	-	-	-
対象人口	20,409 人		5,311 人		1,372 人		730 人	

※人口は、令和 6 年 1 月 1 日時点の住民基本台帳人口に基づき算出しています。

村ホームページはこちら

問 健康推進課
☎ 25-1115

令和５年度
河川水質検査結果

西郷村の河川の水質はおおむね良好ですが、一部環境基準を超過したものがありました。

▶ **検査結果**

※ 環境基準を超過した項目は、赤く着色しています。

検査項目（生活環境項目）	環境基準値	阿武隈川（高速道路下長坂）	堀川（鈴関橋下）	谷津田川（下新田墓地前）	真名子川（処理場下流）	千歳川（森ノ越橋下）	鳥首川（鳥首橋下）	黒川（境橋下）
pH（水素イオン濃度）	6.5 以上 8.5 以下	7.6	7.8	7.7	7.5	7.3	7.6	7.8
DO〔mg/ℓ〕（溶存酸素量）	5mg/ℓ以上	11.1	11.1	9.7	12.3	10.7	12.7	10.3
BOD〔mg/ℓ〕（生物化学的酸素要求量）	2mg/ℓ以下	1.0	**2.1**	**2.9**	1.5	0.9	1.8	0.8
COD〔mg/ℓ〕（化学的酸素要求量）	-	1.6	1.7	3.8	2.7	1.9	1.2	1.4
SS〔mg/ℓ〕（浮遊物質）	25mg/ℓ以下	1.7	1.2	3.8	6.1	1.0 未満	1.0 未満	3.4
大腸菌数〔CFU/100mℓ〕	300CFU/100mℓ以下	65	90	26	6	24	**380**	28

▶ **pH**
水中の中性・アルカリ性・酸性を表す指標

▶ **DO**
水中に溶けている酸素の量

▶ **BOD**
有機物の酸素消費量で汚濁状況を判断する指数

▶ **COD**
被酸化性物質の化学的酸化で消費される酸素量

▶ **SS**
水中に浮遊している粒径２ミリ以下の物質

▶ **大腸菌数**
し尿による水質汚染の程度などを表す指標

▶ **堀川**
生物化学的酸素要求量（BOD）が超過しましたが、令和４年度調査までは超過していないため、一時的な要因と考えられます。

▶ **谷津田川**
生物化学的酸素要求量（BOD）は、令和４年度調査に引き続き、今回も超過する結果となりました。河川の流量に占める人為的な排水量が多い谷津田川では、他の６河川と比較すると水質が良くない傾向にあります。

村ホームページはこちら

問 環境保全課　☎ 25-2197

ボランティア募集
不法投棄監視サポーターを募集します

▶ **主な活動内容**
① 通勤、散歩やドライブなど日常生活において不法投棄などを目撃した場合、環境保全課へ通報する。
② 路肩や山際、川沿いなどに空き缶・ペットボトル・コンビニ袋（食べ物包装類）が捨ててある場合、環境保全課へ情報提供する。
※ 私有地への不法投棄を除きます。

▶ **応募資格**
村内に居住する満 20 歳以上の方または村内勤務者または団体

▶ **募集期間**
４月１日から随時

▶ **サポーターの期間**
期間は概ね２年間（登録日から令和８年度まで）

▶ **応募方法**
環境保全課で配布している申請書に必要事項を記入の上、ご提出ください。

▶ **報酬等について**
ボランティア活動なので報酬はございませんが、必要に応じてパトロール活動のための資材をお渡しします。ボランティア保険も村で加入します。

村ホームページはこちら

問 環境保全課
☎ 25-2197

６月１日から 30 日は土砂災害防止月間です

土砂災害の防止と被害の軽減を目的に、昭和 58 年より６月を「土砂災害防止月間」と定めています。

近年全国各地で、記録的大雨の影響で土砂災害が発生し、多数の方が犠牲になっています。

土砂災害から身を守るためには、日頃から備える必要があります。この機会に、土砂災害の種類・特徴・前兆現象について再確認しましょう。

【がけ崩れ】
斜面の地表に近い部分が、雨水の浸透や地震などでゆるみ、突然崩れ落ちる現象です。崩れ落ちるまでの時間がすごく短いため、人家の近くで起きると逃げ遅れる人が多く、命にかかわる大きな災害です。

▶ **前兆現象**
- がけにひび割れができる
- 小石が落ちてくる
- がけから水が湧き出る
- 湧き水が止まる
- 湧き水が濁る
- 地鳴りがする

【地すべり】
斜面の一部あるいは全部が地下水の影響と重力によってゆっくりと斜面下方に移動する現象です。移動する土塊の量が多いため、甚大な被害を及ぼします。

▶ **前兆現象**
- 地面のひび割れや陥没
- がけや斜面から水が噴き出す
- 井戸や沢の水が濁る
- 地鳴り、山鳴りがする
- 樹木が傾く
- 亀裂や段差が生じる

【土石流】
山腹や川底の石、土砂が長雨や集中豪雨などによって一気に下流へと押し流される現象です。時速 20 ～ 40km という速度で一瞬のうちに人家や畑などを壊滅させてしまいます。

▶ **前兆現象**
- 山鳴りがする
- 急に川の水が濁り、流木が混ざり始める
- 腐った土のにおいがする
- 雨が降り続いているのに川の水位が下がる
- 立木がさける音や石がぶつかり合う音が聞こえる

問 防災課　☎ 21-5190

学校周辺・通学路における農薬の使用について

農薬は、農産物の病気や害虫の防除において有効な手段であり、適切に使用すれば安全な薬剤です。

しかし、周囲に飛散することで子どもたちの健康などに影響を及ぼす場合があります。

学校の周辺や子どもたちが通る通学路での病害虫や雑草の防除には「農薬を使用しない方法」を検討し、ご配慮をお願いします。

問 学校教育課
☎ 25-2370

西郷村子どもの安全見守り隊隊員募集について

通学路などにおける村内の子どもたちの安全を守る、見守り隊員を募集しています。子どもたちが安心して登下校できるよう、挨拶、声掛け、交通指導などを行い、学校と地域が連携して、安全を確保する活動です。

ご協力いただける方は、お近くの村立小・中学校までお問い合せください。

村ホームページはこちら

問 学校教育課
☎ 25-2370

防災 Info にしごうで村の情報をもっと身近に

情報配信システム「防災 Info にしごう」を登録すると村の情報がスマートフォンなどで簡単にチェックできます。災害時も防災情報などいち早くお知らせしています。ぜひご登録ください。

詳しい登録方法は、村ホームページをご覧ください。

システムの設定方法や使用方法が分からない場合、防災課窓口でもご案内していますので、お気軽にお問い合せください。

村ホームページはこちら

問 防災課
☎ 21-5190

漏水調査のご協力をお願いします

限りある水資源の有効活用のため、漏水調査を実施します。

村内給水区域において、村が委託する調査業者が路上での漏水調査や仕切弁調査を実施しますので、ご協力をお願いします。

▶ **調査期間**

6月1日㈯～令和7年3月21日㈮（夜間調査含む）

▶ **調査業者**

フジ地中情報㈱東北支店

住所：宮城県仙台市青葉区上杉五丁目3番36号

※ 調査員は、村が発行した身分証明書を携帯しています。不審に思われた場合は、身分証明書の提示を求めるか、下記までご連絡ください。

なお、日中に限り、皆さんの敷地内の漏水調査を行うことがありますが、お声がけをしてから調査を開始しますので、ご協力をお願いします。

▲調査の様子

村ホームページはこちら

問 上下水道課
☎ 25-2912

令和5年度　情報公開件数報告

昨年度の公文書開示請求・自己情報開示請求件数、開示決定件数は下記のとおりです。

【公文書開示請求】

▶ **開示請求件数**　6件
（内、任意開示請求3件）

▶ **開示決定件数**　5件

▶ **開示請求者内訳（任意開示請求を除く）**

・村内に住所を有する方　2件
・村内に事務所または事業所を有する個人および法人、その他の団体　0件
・村内に利害関係を有する方　1件

【自己情報開示請求】

▶ **開示請求件数**　0件

問 企画政策課
☎ 25-2943

下水道で快適な暮らしを
下水道供用開始のお知らせ

令和5年度下水道管渠（かんきょ）布設工事により、村内の大字小田倉字後原の一部の下水道処理区域が拡大されました。これにより、令和5年度時点の村内の公共下水道区域の整備面積は、740.72ヘクタールとなりました。

▲新たに供用開始となった区域
（令和6年4月1日現在）

▶ **接続のメリット**

下水道に接続すると、これまで使用していた汲み取り便所や浄化槽の維持管理費がなくなり、経済的です。嫌なにおいもなくなり、河川をはじめとする自然環境を守ることにつながります。

▶ **手続き、工事が必要です**

実際に下水道を使用するためには、受益者の申告、負担金・分担金納付の手続き、排水設備の工事などが必要になります。

▶ **助成制度を活用しましょう**

新築の場合をのぞき、水洗化助成制度（告示の日より3年以内に下水道に接続する方が対象）や、融資あっせん制度などがあります。

村ホームページはこちら

問 上下水道課
☎ 25-2912

「d ボタンかわら版」サービスについて

「d ボタンかわら版」とは、テレビのデータ放送を活用した情報発信サービスです。テレビでKFB福島放送（5チャンネル）を選局し、テレビのリモコンのdボタンを押すだけで村からの最新情報を見ることができます。

▶ **配信内容**

暮らし・手続き、子育て・教育など、防災Infoにしごうにて配信する情報をお知らせします。

詳しくは、ホームページをご覧いただくか、下記までお問い合わせください。

ホームページはこちら

問 総務課
☎ 25-1112

ふくしま駅伝大会 西郷村チームの選手募集について

ふくしま駅伝大会西郷村運営委員会では、第36回ふくしま駅伝大会において村の部3連覇を目指し、高校生以上の選手候補生を募集しています。

チームでは、定期練習会や各種大会等に参加することで、競技レベルの向上を行っています。

参加を希望される場合は、下記までご連絡ください。

▶ **第36回ふくしま駅伝大会開催日**

11月17日㈰

▶ **対象者**

高校生以上の男女

▶ **参加資格**

① 村内在住の方（村に住民票がある方）
② 他市町村や他県在住で、村内中学校出身の方（ふるさと選手）

▶ **参考記録**

男子　5000m走　17分30秒以内
女子　3000m走　11分30秒以内

村ホームページはこちら

問 生涯学習課
☎ 25-2371

会津大学オンライン講座
女性のためのITキャリアアップ塾

▶ **募集コース**

IT基礎・Webデザイン基礎コース（定員60名）
プログラマ基礎コース（定員40名）

▶ **対象者**

県内企業等に就業・起業等を希望する女性

▶ **受講費用**

IT基礎・Webデザイン基礎コース　25,000円
プログラマ基礎コース　40,000円

▶ **募集期間**

6月20日㈭まで

▶ **申込方法など**

詳しくは、ホームページをご覧ください。

ホームページはこちら

問 公立大学法人 会津大学
女性のためのITキャリアアップ塾事務局
☎ 0242-37-2768

西郷村「人と地域の絆づくり」推進補助金の申請受付について

西郷村「人と地域の絆づくり」推進補助金の第3回申請受付を行います。

この補助金は、行政区や住民団体などの人々が地域の課題解決に向け、村民の参画と協働によって、特色を生かした魅力ある地域を形成し発展させていくための活動を支援するものです。住みよい地域社会の実現に向け、ぜひこの補助制度をご活用ください。

▶ **申込期間**

7月8日㈪～8月9日㈮　9:00～17:00
※ 土日、祝日を除く

▶ **提出場所**

西郷村総務課

▶ **提出書類**

① 西郷村人と地域の絆づくり推進補助金交付申請書
② 事業計画書
③ 住民団体等の規約等及び会員名簿
④ 事業収支予算書
⑤ 団体概要書等

▶ **補助金について**

・補助金額は、事業対象経費から国、県、市町村（西郷村を除く）、民間団体などによる補助金等を引いた補助金対象経費を基に算出します。詳しくは下記までお問い合わせください。
・補助金の交付回数は、各年度1団体に対して1回です。

提出書類①～④の様式は、役場で受け取るか、村ホームページからダウンロードできます。

審査会により補助金の交付が決定すると、補助金を振り込むための団体等名義の預貯金口座が必要となります。

村ホームページはこちら

問 総務課（庶務係）
☎ 25-1112

ご希望の方に庭木等をお譲りします

新庁舎建設事業に伴い、役場敷地内の庭木・植栽等を、ご自身で搬出可能な方にお譲りします。

詳しい条件などについては、村ホームページをご覧いただくか、下記までご連絡ください。

村ホームページはこちら

問 企画政策課（拠点整備係）
☎ 21-5191

第１回
寝具洗濯乾燥消毒サービス事業

在宅で生活する高齢者や身体障がい者の方の寝具類の衛生向上のため、寝具などの洗濯や乾燥、消毒を行います。

▶ **対象者**
居宅する 65 歳以上の高齢の方、40 歳以上の重度心身障がい者の方（障がいの程度が 1，2 級で寝たきり）であって、次のいずれかに該当し、家庭において寝具類の洗濯乾燥が困難な方。

高齢者の方	重度身体障がい者の方
① 要介護 3 以上に認定された方 ② 1 人暮らしの方 ③ 65 歳以上のみ世帯の方	① 寝たきりの重度身体障がい者の方 ② 1 人暮らしの方 ③ 身体障がい者のみ世帯の重度身体障がい者の方

▶ **回収日**
7 月 18 日㈭・19 日㈮

▶ **納品日**
7 月 25 日㈭・26 日㈮

▶ **申込について**
健康推進課にある申請書に記入し、**6 月 20 日㈭まで**にお申し込みください。

▶ **対象寝具と利用金額**

区分	種類	金額		
		シングル	セミダブル	ダブル
掛布団類	綿	280 円	310 円	340 円
	羊毛	340 円	370 円	400 円
	羽毛	400 円	430 円	450 円
敷布団類	綿	280 円	310 円	340 円
	羊毛	340 円	370 円	400 円
	羽毛	400 円	430 円	450 円
毛布類	綿毛布	140 円	170 円	170 円
	羊毛毛布	180 円	200 円	200 円
	二重毛布	180 円	200 円	200 円
寝巻類	丹前	180 円		

・寝具の区分ごとに各 2 枚までとし、合計 3 枚を限度とします。
・シングル布団類のほか、**今年度よりセミダブル・ダブルサイズの布団類も対象**となります。（健康布団、特殊布団類、パジャマ類は対象外）
・対象寝具以外は自費となります。
詳細は、下記までお問い合わせください。

村ホームページはこちら

問 健康推進課（高齢者支援係）
☎ 25-3910

国民健康保険に加入している方へ 高齢受給者証等更新のお知らせ

▶ **新しい高齢受給者証を７月中旬から順次郵送します**
70 歳から 75 歳未満の方が現在使用している高齢受給者証の有効期限は、7 月 31 日㈬です。
8 月 1 日㈭からは、新しい高齢受給者証を保険証と一緒に医療機関の窓口に提示して下さい。

▶ **限度額適用認定証が必要な方へ**
8 月 1 日以降も引き続き認定を受ける必要がある場合は、8 月末までに住民生活課国保年金係へ申請してください。申請には、限度額適用認定証が必要な方の「保険証」が必要です。
なお、認定証の対象者が 70 歳以上の方の場合、世帯員全員の住民税（村・県民税）課税状況によっては、限度額適用認定証の交付が必要ないケースもあります。
また、マイナンバーカードを健康保険証として利用できる医療機関では、限度額適用認定証がなくても、限度額を超える支払いを免除することができます。

村ホームページはこちら

問 住民生活課（国保年金係）
☎ 25-1449

後期高齢者医療に加入している方へ 被保険者証更新のお知らせ

▶ **新しい被保険者証（ピンク色）を送付します**
現在ご使用いただいている後期高齢者医療被保険者証（オレンジ色）の有効期限は、7 月 31 日㈬です。
8 月 1 日㈭から使用する被保険者証を 7 月中旬より、順次**特定記録郵便**で郵送します。
8 月 1 日㈭からは、新しい被保険者証を医療機関の窓口に提示して下さい。

▶ **役場での受け取り、簡易書留での郵送を希望される方へ**
役場の住民生活課窓口での受け取りまたは簡易書留での郵送を希望される場合は、**6 月 28 日㈮**までに、下記の問い合わせ先までお電話ください。
なお、窓口での受け取りが可能な場所は、役場の住民生活課のみです。保健福祉センターや行政サービスセンターでは受け取りできません。

村ホームページはこちら

問 住民生活課（国保年金係）
☎ 25-1449

令和７年度採用　白河地方広域市町村圏整備組合
行政職員採用候補者試験について

▶ **職種・採用人員**
行政事務（大学卒程度）　若干名

▶ **受験資格**
平成元年 4 月 2 日から平成 15 年 4 月 1 日までに生まれた方（学歴は問いません。）

▶ **試験科目**
（1 次）教養試験・職務適応検査
（2 次）（第 1 次試験合格者）小論文試験・口述試験等

▶ **試験日時**
（1 次）7 月 14 日㈰　※受付時間　9:00 ～ 9:30

▶ **試験会場**
福島県立福島西高等学校（福島市方木田上原 37 番地）
※ 第 2 次試験は、第 1 次試験合格者に通知します。

▶ **申込受付**
【窓口】6 月 14 日㈮まで
8:30 ～ 17:15（土日・祝日を除く）
【郵送】6 月 12 日㈬消印有効

▶ **申込方法**
申込用紙に必要事項を記載し、下記まで提出してください。申込用紙等は、組合事務局総務課で交付またはホームページからダウンロードできます。

ホームページはこちら

▶ **提出先**
〒 961-0416　白河市表郷金山字長者久保 2 番地（白河市表郷庁舎内）
白河地方広域市町村圏整備組合　事務局総務課

問 白河地方広域市町村圏整備組合　事務局総務課
☎ 21-5193

令和 6 年度
税務職員採用試験（高卒）について

▶ **受験資格**
① 令和 6 年 4 月 1 日において高校または中等教育学校を卒業後 3 年を経過していない方および令和 7 年 3 月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの方
② 人事院が①に掲げる方に準ずると認める方

▶ **申込受付期間**
6 月 14 日㈮～ 6 月 26 日㈬

▶ **申込方法**
受験申込みは採用情報 NAVI より行ってください。

▶ **第 1 次試験**
9 月 1 日㈰

採用情報 NAVI はこちら

問 仙台国税局人事第二課試験研修係　☎ 022-263-1111
問 人事院東北事務局　☎ 022-221-2022

6 月 1 日は、人権擁護の日です

法務省および全国人権擁護委員連合会は、人権擁護委員法が施行された日を記念して、毎年 6 月 1 日を「人権擁護委員の日」と定め、6 月 1 日を中心に、人権擁護委員が特設人権相談所を開設して人権相談に応じたり、全国的な啓発活動を実施しています。

【特別相談所開催について】

▶ **日時**
6 月 4 日㈫　10:00 ～ 12:00

▶ **場所**
村文化センター（西郷村大字熊倉字折口原 76-1）

相談は無料で、秘密は厳守されます。困りごとや悩みごとなどお気軽にご相談ください。
なお、やむを得ない事情により、開催日等を変更する場合があります。お越しの際は、福島地方法務局 白河支局までご連絡ください。

問 福島地方法務局 白河支局　☎ 22-1201

【電話相談について】

みんなの人権 110 番　☎ 0570-003-110
子どもの人権 110 番　☎ 0120-007-110
女性の人権ホットライン　☎ 0570-070-810

交付開始 4 周年
図柄入り白河ナンバープレート

知名度向上や地域振興を目的に導入した「図柄入り白河ナンバープレート」が 4 周年を迎えました。
白河地域の魅力発信のため、是非ご登録をお願いします。

▶ **該当地域**
白河市・西郷村・泉崎村・中島村・矢吹町

▶ **申込方法**
【新車・中古車の購入時に申し込む場合】
販売店などにご相談ください。
【現在所有する自動車のプレートを交換する場合】
以下の窓口で手続きが必要です。
普通自動車：福島県自動車会議所
☎ 024-546-7415
軽自動車：福島県自動車会議所　福島軽分室
☎ 024-545-2180

◀ 図柄入り白河ナンバープレート

村ホームページはこちら

問 企画政策課
☎ 25-2943

令和６年度

西郷村高齢者在宅福祉サービスのご案内

在宅の高齢者を対象にした福祉サービスについて、次のようなサービスを行っております。

【高齢者補聴器購入費助成事業】

高齢者の外出支援、フレイルや認知症の予防、健康寿命の延伸を図ることを目的とし、補聴器購入助成を行います。

▶ **対象者**

65 歳以上の方で、下記の 2 つに該当する方

① 中度難聴で医師から補聴器が必要と認められた方

② 聴覚障がいの身体障害者手帳の交付を受けていない方

▶ **助成額**

25,000 円（上限）

※ 購入前の申請・審査が必要となります。

【要介護等高齢者介護者激励金支給事業】

要介護等高齢者を在宅で介護している介護者に対して激励金を支給します。

▶ **対象者**

村内に住所を有し、要介護認定 3 以上の方 (＊) を在宅で 6 ヶ月以上介護している介護者

(＊) 要介護認定 3 以上の期間が 6 ヶ月以上の高齢者に限ります。

▶ **助成額**

要介護等高齢者と同一世帯：25,000 円

要介護等高齢者と別世帯（村内）：15,000 円

【寝たきり等高齢者紙おむつ支給事業】

在宅で生活する要介護認定を受けている方に対し、紙おむつ給付券を交付します。

▶ **対象者**

要介護認定・要支援認定・総合事業対象者の方

▶ **支給限度基準額（月額）**

要介護 5…5,800 円

要介護 3・4…4,200 円

要介護 1・2 …2,500 円

総合事業・要支援 1・2…1,000 円

※ 支給限度基準額の 1 割が自己負担になります。

【さわやか訪問収集事業】

家庭ごみを、ごみ収集所まで搬出することが困難で、身近な協力が得られない方を対象に、ごみの訪問収集および安否確認を行います。

▶ **対象者**

65 歳以上の方、または 40 歳以上 65 歳未満の要介護認定の方で下記のいずれかに該当する方

① 1 人暮らしの方

② ごみの搬出が困難な高齢者などと同居する方

※ 白河地方広域市町村圏整備組合が定める収集種別および分別方法により分別し、適正な方法により排出されたごみのみ、収集します。

【訪問理美容サービス事業】

理容院または美容院に出向くことが困難である方に対して、訪問による理美容サービスの出張費用を助成します。

▶ **対象者**

65 歳以上の寝たきりなどの方で、下記のいずれかに該当する方

① 要介護 4 以上の方

② 1 人暮らしの方

③ 高齢者のみ世帯の方

▶ **助成額**

年間最大 8,000 円（1 回 2,000 円× 4 枚）

【生きがい活動支援通所事業】

デイサービス通所にて各種サービス（入浴、食事、生活指導、健康チェックなど）の提供を行っています。

▶ **対象者**

65 歳以上の介護保険対象外の方で、下記のいずれかに該当する方

① 1 人暮らしの方

② 高齢者のみ世帯の方

③ 同居の家族はいるが、日中独居になる方

※ サービス利用料の自己負担があります。

【高齢者にやさしい住まいづくり助成事業】

手すりの取付け、段差解消、滑り防止の床材変更、引き戸への取替えなどの住宅改修工事費の助成を行います。

▶ **対象者**

下記のいずれかに該当する方

① 65 歳以上の方

② 40 歳以上 65 歳未満の要介護認定者の方

▶ **助成額**

支給限度額 20 万円の 2 割が自己負担となります。

※ 要介護認定を受けている方は負担割合証の利用者負担の割合となります。

【冷房器具購入費助成事業】

熱中症対策として、居住する家屋でエアコンを初めて設置する世帯に対し、購入費の助成を行います。

▶ **対象者**

65 歳以上の住民税非課税の方で、下記のいずれかに該当する方（世帯で 1 回限り申請可能）

① 1 人暮らしの方

② 高齢者のみ世帯の方

▶ **助成額**

30,000 円（上限）

※ 購入前の申請・審査が必要となります。

【はり、きゅう、マッサージ等の施術費助成事業】

村の指定施術者による、はり・きゅう・マッサージなどの施術を受ける場合の助成券を交付します。

▶ **対象者**

下記のいずれかに該当する方

① 70 歳以上の方

② 65 歳以上で身体障害者手帳の交付を受け、その障害程度等級が 1 級または 2 級の方

▶ **助成額**

年間最大 12,000 円（1 回 1,000 円× 12 枚）

【軽度生活援助事業】

週 1 回 1 時間以内で、訪問介護員を派遣し、軽易な生活援助を行います。

▶ **対象者**

65 歳以上の介護保険対象外の方で、下記のいずれかに該当する方

① 1 人暮らしの方

② 高齢者のみ世帯の方

▶ **助成額**

1 回につき 500 円の自己負担となります。

【見守り安心ネットワーク事業】

緊急通報主装置・見守りセンサー・火災報知器などを貸与することにより、24 時間体制で、急病や火災および事故等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図ります。

▶ **対象者**

65 歳以上の方で、次のいずれかに該当する方

① 1 人暮らしの方

② 高齢者のみ世帯の方

③ 重度身体障がい者のみ世帯の方

▶ **要件**

2 名の協力員の登録が必要となります。

※ 通話料は自己負担となります。

【西郷村高齢者福祉トータルサポート事業】

西郷村高齢者福祉トータルサポートセンターを設置し、トータルサポート調査員が各家庭を訪問し、実態調査・介護予防チェックリスト作成・ニーズ調査・福祉サービスの広報・啓発や相談を行います。

▶ **対象者**

65 歳以上の方（前年度の 2 月末日現在）

【おかえり・見守り事前登録事業】

認知症等により徘徊するおそれのある高齢者等を事前登録することにより、行方不明届があった場合に警察署等の協力を得て、早期発見・保護できるように図ります。

▶ **対象者**

下記のいずれかに該当する方

① 65 歳以上で、認知症等により徘徊のおそれのある方

② 若年性認知症により徘徊のおそれのある方

※ 登録には、白河警察署等の関係機関への情報提供に同意が必要です。

【地域見守り体制ネットワーク事業】

地域住民が安心して暮らせる地域社会を実現することを目的として、村地域包括支援センター等により構成される地域見守りネットワークが、高齢者・障がい者・子ども等の地域住民の見守りを行い、日常生活における異変や問題を早期発見し対応します。

村ホームページはこちら

問 健康推進課（高齢者支援係）

☎ 25-3910

4/25
自分の夢に向かって
西郷単位制総合大学入学式

▲入学式の様子

村文化センターで、西郷単位制総合大学新入生９名（大学院３名、大学２名、短大４名）の入学式が行われました。大学では必修科目、選択科目等、卒業に向けて単位取得を目指すとともに、自身の夢に向かって学びます。

4/23
これからのリーダーと懇談
内堀県知事が西郷村訪問

▲懇談に参加した皆さん

内堀知事が来庁し、地域をけん引するこれからのリーダー３名と懇談しました。懇談には鈴木靖信さん、小針永子さん、草野佳子さんが参加し、今までの取り組みやこれからの活動について話し、内堀知事と意見交換をしました。

4/17
農業のことを知ろう
補助教材本の贈呈

▲贈呈式の様子

夢みなみ農業協同組合より、小学校高学年の児童に補助教材として冊子「農業とわたしたちのくらし」と、併せて各小学校に DVD1 枚が贈られ、農業について理解を深める教材として使われます。

にしごうの話題 topics

5/15
功績を称えて
全国土地改良功労者表彰

▲表彰された圓谷さん（中央）

全国土地改良功労者として、村土地改良区副理事長の圓谷光良さんが表彰されました。圓谷さんは 26 年の長きにわたり、土地改良区の発展に貢献し、長年の経験を活かし後進の育成にも尽力されました。

4/27
白河広域消防本部
実車を使用した救出訓練

▲訓練の様子

㈲オートクラフト草野敷地内で、白河広域消防隊員による、救助技術の向上を目的とした救出訓練が行われました。廃車を使用した車両破壊や車外救出活動などを行い、実践的な訓練となりました。

4/21
地域を守るために
白河支部春季連合検閲

▲検閲の様子

表郷総合運動公園多目的グラウンドにて白河支部春季連合検閲が行われ、村消防団は 180 名が参加しました。消防団員の団結と規律の確認を目的に、通常点検や規律訓練、分列行進などが行われました。

4/18
にしごうジャズ研究会
日本赤十字社へ寄附

▲ジャズ研究会の皆さん

４月に開催されたコンサート会場に募金箱が設けられ、７万円の募金が集まりました。集められた募金は日本赤十字社福島県支部西郷村分区長（髙橋村長）へ手渡され、能登半島地震と台湾東部沖地震救援金のために充てられます。

～ 医療を軸に地域貢献をめざす ～
かねこクリニック
【糖尿病専門医外来】毎週月・火・水・金曜日
【内視鏡検査外来】（胃・大腸）毎週水曜日
【形成外科専門医外来】毎週水曜日
【アレルギー・リウマチ専門医外来】第1木曜日
その他専門医外来も行っております　詳しくはお問せください
『ホームページをリニューアルしました』
かねこクリニック　検索　TEL 0248-24-3111

雨の日こそジムでリフレッシュ！
梅雨の不調はカナハで解決、
筋トレで自律神経を整えましょう！
西郷村下前田東6(新白河駅前)
TEL:0248-24-7711
医療と連携し、安心サポート。
メディカルフィットネス KANAHA

過去最大級 補助金制度が、今年もスタートします！
※ 1申請あたり合計補助額が5万円未満の場合は申請できません。
先進的窓リノベ2024事業・子育てエコホーム支援事業
窓リノベ 今だけもらえる YKK AP
先進的窓リノベ2024事業を活用した窓リノベの補助金
内窓設置　外窓交換
大 1箇所 68,000円　1箇所 149,000円
中 1箇所 46,000円　1箇所 110,000円
小 1箇所 29,000円　1箇所 74,000円
※ カバー工法の場合
※ 改修後の窓の性能がSグレード（熱貫流率（Uw値）1.5以下）の場合の補助金
マドリモ 最大50%相当還元
先進的窓リノベ2024事業・子育てエコホーム支援事業
窓と一緒にドア リフォーム 今だけもらえる YKK AP
先進的窓リノベ2024事業 対象はシンプル4デザイン D2仕様採光無しのみ
子育てエコホーム支援事業 お好みで選べる46デザイン D2仕様採光付き
ドアリモ 中 1箇所 87,000円 熱貫流率：1.9以下（A）
ドアリモ 大 1箇所 37,000円 熱貫流率：2.3以下（B）
新築リフォームで うれしい補助金がもらえます！
MADOショップ 白河中央インター店
(株)徳商
白河市飯沢39
0248-23-3550
お見積り無料！
まずはお電話を

フットパスで西郷の魅力を再発見！

令和６年度実施イベントのお知らせ

西郷フットパス協会では、今年も下記イベントを予定しています。皆さんの参加をお待ちしています。
（イベント詳細や募集開始日などの最新情報は、村ホームページや Instagram をご覧ください。）

内容	開催日	募集開始予定
甲子高原（剣柱）フットパス 甲子高原地区は日光国立公園内に位置しており、標高は約 800m、真夏でも比較的涼しく過ごすことができます。 目的地の剣柱は樹齢約 370 年の大木で、「江戸時代、ここに鬼神が現れ路行く人々を苦しめたので、時の城主松平定信公が、剣をもって柱の大木に鬼神を封じ込めた」という伝説も残っています。 甲子高原のさわやかな風を感じることができるコースです。	7 月 20 日(土)	6 月上旬
「来て。」由井ヶ原の天の川を見に行こう～夜のフットパス～ 令和 5 年度福島県観光 PR ポスター「来て。」西郷村賞に選ばれた「由井ヶ原地区の天の川」を見に行くコースです。 周囲の明かりがないので、満点の星空を見ることができます。	8 月 10 日(土) ※ 曇天や雨天時は中止	6 月上旬
西の郷遊歩道フットパス 残暑厳しい 9 月上旬でも、阿武隈川源流沿いにある西の郷遊歩道は涼しい風が吹いています。 水辺まで近づけば、「熊のすべり台」や「一休みの滝」を間近で見ることができ、阿武隈川源流の美しさ、涼しさ、冷たさを感じることができるでしょう。	9 月 7 日(土)	7 月上旬
甲子高原（紅葉まつり）フットパス 同日開催の「にしごう紅葉まつり」とのコラボレーション企画。 日光国立公園甲子地区の紅葉とフットパスを合わせて楽しむことができます。 参加特典として、「にしごう紅葉まつり」の大抽選会参加券付き。	10 月 26 日(土)	8 月上旬
堀川ダムフットパス 堀川ダム、まぶね湖、堀川源流、那須甲子連山の絶景と紅葉を楽しみながら、堀川ダム周辺を歩きます。	11 月 4 日（月・振休）	8 月上旬
スノーシューフットパス 甲子高原エリアをスノーシューで歩きます。野生動物の足跡や、冬しか見られない景色を楽しむことができます。	2 月 15 日(土)	11 月上旬

※ イベントの日程・内容は現在の予定です。予告なしで変更する場合があります。

村ホームページはこちら　　公式 Instagram はこちら

問 産業振興課　☎ 25-1116

にしごうの文芸

西郷村仰歩句会

のどけしや　電子レンジに忘れ物　コウ
囀りの　樹下に戊辰の志士の墓　功
さき惚れて　鶯とゐる山路かな　ゆき子
長閑さや　鶏の声牛の声　千代子

西郷文芸クラブ

今月の作品はお休みとなります。ご了承ください。

村内の文芸サークル会員の素晴らしい作品を毎月ご紹介しています。入会したい方はぜひご連絡ください！

問 生涯学習課　☎ 25-2371

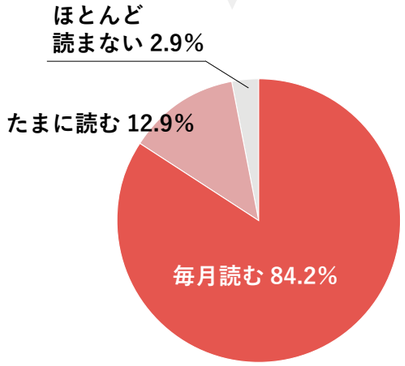
シンエツエスアイセミコン株式会社
[本社/事業所] 〒961-8061福島県西白河郡西郷村大字小田倉字大平150
TEL 0248-25-6058 FAX 0248-25-6720

白河市に待望の樹木葬霊園が誕生！
メモリアルパーク白河霊園
Memorial Park Shirakawa Cemetery
〒961-0047 福島県白河市八竜神 84-1
0120-033-900

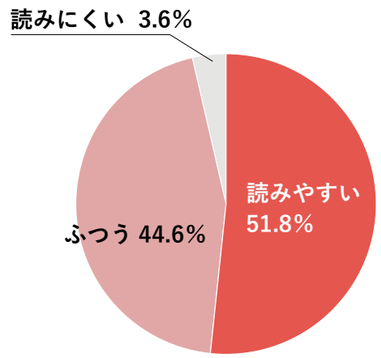
広報にしごう アンケート調査結果

調査方法：広報にしごうに調査用紙の折込、インフォカナルホームページ、SNS によるアンケート
調査期間：令和 6 年 2 月 22 日～ 4 月 30 日
回 答 数 ：139 件

Q 読む頻度はどのくらいですか？

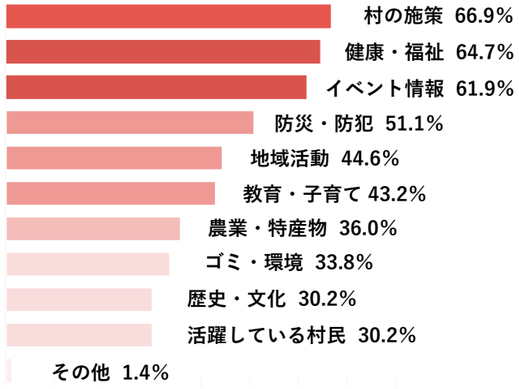


Q 読みやすさをおしえてください



読みにくいと答えた方のうち、工夫が必要な点で「写真のレイアウト」、「記事のレイアウト」、「文章の表現」が挙げられました。
令和５年５月号よりフルカラーになり、読みやすいと回答していただいた方が増えました。

Q 興味のある情報や知りたい情報は何ですか？



Q 工夫や改善が必要なところは何ですか？

- 議会の議決内容を誰でも分かりやすく掲載してほしい。
- デジタル化・アプリ化に力を入れてほしい。
- 写真や図を多く使ってほしい。
- 特集内容が一過性で終わらないような工夫がほしい。
- 事後報告だけでなく、予定している行事・イベント情報を密に掲載してほしい。
- 各課の推進事業を掲載してほしい。
- 村内施設のクーポンを付けてほしい。

など

ご回答をいただきありがとうございました。
いただいた回答や意見は、今後の広報紙作成の参考とさせていただきます。

調査結果の詳細はこちらから

問 総務課　☎ 25-1112

健康がもっと楽しくなる 健康コラム

第27回

今回のテーマ
「塩分の摂り過ぎが招く危険性」

塩分を摂り過ぎると起こること

塩は人間の体に必要なミネラルですが、〝塩分の摂り過ぎは体に悪い〟ということは、皆さんもご存知かと思います。日本の食卓は塩分が多くなりやすい傾向があり、中でも福島県は塩分摂取量が全国ワースト２位という結果も出ています。

では、塩分を摂り過ぎると、体にどんな悪影響があるのでしょうか。

人間の体には、塩分濃度を一定に保つ働きがあります。塩分を摂り過ぎると、一時的に高くなった塩分濃度を下げるために、体内に水分がため込まれます。

その結果、心臓に送り込まれる血液量が増え、大量の血液を流すために血管壁にかかる圧力が増し、血圧が上がってしまいます。

つまり、塩分の摂り過ぎは、「高血圧」を招くことになるのです。

※高血圧の原因は、遺伝的な要因のほか、塩分の摂り過ぎや運動不足、肥満、喫煙、飲酒、ストレスなどが挙げられますが、中でも重要なのは塩分だといわれています。
生活習慣を見直し、塩分に注意して食事をし、健康を維持していきましょう。

減塩レシピ紹介

≪タンドリーチキン（3～4人分）1食　塩分0.7g≫

材料

▶鶏手羽元…8～10本（700g）
▶オリーブオイル…大さじ1
▶付け合わせ…パセリ、トマト、ピクルス等（お好みで）
【A】
▶プレーンヨーグルト（無糖）…大さじ3
▶カレー粉…小さじ1
▶塩麹…小さじ2
▶トマトケチャップ…大さじ1
▶黒こしょう…少々
▶にんにく、しょうが（チューブ）…各小さじ1

作り方

① 鶏手羽元は、味が染み込みやすいようにフォークで所々さしておく。
② 保存袋に①と【A】を入れてもみ込み、冷蔵庫で1時間から一晩おく。
③ フライパンにオリーブオイルを入れ、弱めの中火で熱し、②の手羽元の皮面を下にして並べる。
こんがりと焼き色がついたら裏返し、蓋をして5分程度蒸し焼きにする。
④ お好みの付け合わせを添えて盛り付けたら、完成。

減塩ポイント

その1…プレーンヨーグルトでコクとまろやかさが加わる。
その2…カレー粉の風味を効かせる。
その3…塩ではなく塩麹をまぶすことで、うま味が加わり、塩よりも少ない塩分（1/5程度）で味付けができる。
その4…にんにくとしょうがの香味野菜で、味にアクセントが加わる。
※塩麹は、下味をつけて調理する料理によく使われますが、うま味やまろやかさをプラスすることができます。

次回も、「減塩」をテーマにご紹介します。

健康のことや人間ドックを含む健康診断の結果などで気になることがありましたら、下記までご相談ください。保健師・管理栄養士がご相談に対応します。

問 健康推進課　☎ 25-1115

令和６年度「西郷村地域学校協働本部事業」

地域と学校の連携・協働体制の構築を推進しています

村では、学校・家庭・地域といった社会全体で未来を担う子どもたちを育むために、「地域学校協働本部事業」を実施しています。この事業では、主に学校の環境整備や授業の支援などを行う「学校支援」、放課後の教室や児童館で行う「学習支援（ステップフリー）」、毎週水・金曜日の放課後に体験・交流活動を行う「放課後子ども教室」といった活動を展開しています。

「運営委員会」・「評価・検討委員会」

事業の円滑な推進を目的に、上記活動の年間計画を審議するための「運営委員会」（構成員：学校関係者、PTA関係者、各種団体の関係者、地域コーディネーターなど）と、事業の適切な在り方を検討する「評価・検討委員会」を設置しています。

５月８日㈬に行われた会議では、運営委員会長の大高紀元氏と評価・検討委員長の長谷部修一氏に代表として委嘱状を交付し、地域が一丸となって、それぞれの立場で事業を推進していくことを確認しました。

また、各中学校区には、学校との連携・協働で重要な役割を担う「地域コーディネーター」を設置しており、今年度も以下の方々にお願いしています。

・西郷第一中学校区　高田 雅雄 氏　小針 章 氏　近藤 徹 氏
・西郷第二中学校区　菅野 一 氏　鈴木 隆宏 氏
・川谷中学校区　横川 光雄 氏

▲会議の様子

問 生涯学習課　☎ 25-2371

図書室だより

☆図書室からのお知らせ

・名探偵コナン世界史探偵12巻
・科学漫画サバイバルシリーズ10巻
・ドラえもん社会ワールド12巻
・はじめての世界名作えほん40巻
・わにわにの絵本セット５巻
上記をはじめ、新しい本がたくさん入りました。多くの本の中から読みたいものを見つけてみませんか？

☆６月の読み聞かせ会・イベント

25日㈫　よみきかせ会
10:30～　図書室

☆６月の休館日

３日㈪、10日㈪、17日㈪、24日㈪

おすすめ図書

一般書

Gakken
地球の歩き方　ムー JAPAN
地球の歩き方編集室：著
神秘と不思議の国〝ニッポン〟。『地球の歩き方』と『月刊ムー』の世界を知ると、日本がもっと好きになって旅がもっと楽しくなる。さあ、あなただけの日本を見つける旅にでかけよう！

児童書

朝日新聞出版
ロボット世界のサバイバル
キムジョンウク：著
大人気の科学漫画シリーズ。ロボット博物館を訪ねた少年たちが、ロボットを操作しているうちに、ロボットが動き出し、少年たちを襲ってくる。果たしてここから脱出できるのか!!

絵本

福音館書店
わにわにとあかわに
小風　さち：著
わにわにが目をさまし廊下を歩いていくと、出てきたのは小さな赤いわに。わにわにが台所へ行くと、赤わにもついてきて……。大人気「わにわに」シリーズの第５作。

広報にしごう
第642号
令和6年6月1日号
毎月1回 1日発行

■発行 / 西郷村 ■編集 / 総務課広報広聴係
〒961-8501 福島県西白河郡西郷村大字熊倉字折口原 40
☎(0248)25-1111（代表） FAX(0248)25-2689
■ホームページ https://www.vill.nishigo.fukushima.jp/
■E-mail koho@vill.nishigo.lg.jp

6月の行事カレンダー

今月の顔

幼児・6歳児歯科クリニック（4/17）

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ・体育施設、図書室休館日	4 燃えるごみ ・延長窓口（18:15まで） （住民生活課・税務課・上下水道お客様センター） ・人権相談会 （文化センター）	5 資源ごみ	6	7 燃える・燃えない	8 ・まるにしマルシェ （まるごと西郷館）
9	10 ・6～7ヶ月児健康相談 （保健福祉センター） ・母子健康手帳の交付 （福祉課こども家庭センター） ・赤ちゃんとママのふれあいひろば （保健福祉センター） ・行政相談会 （文化センター） ・体育施設、図書室休館日	11 燃えるごみ ・延長窓口（18:15まで） （住民生活課・税務課・上下水道お客様センター）	12 資源ごみ ・4~5ヶ月児健康診査 （保健福祉センター）	13	14 燃えるごみ	15
16	17 ・体育施設、図書室休館日	18 燃えるごみ ・延長窓口（18:15まで） （住民生活課・税務課・上下水道お客様センター） ・まるごと西郷館休館日	19 資源ごみ ・抱っこ・おんぶ講座 （保健福祉センター）	20 ・3歳児健康診査 （保健福祉センター）	21 燃える・燃えない	22 ・まるにしマルシェ （まるごと西郷館）
23	24 ・母子健康手帳の交付 （福祉課こども家庭センター） ・体育施設、図書室休館日	25 燃えるごみ ・延長窓口（18:15まで） （住民生活課・税務課・上下水道お客様センター） ・よみきかせ会 （10:30 文化センター）	26 資源ごみ ・幼児歯科クリニック ・6歳児歯科クリニック （保健福祉センター）	27	28 燃えるごみ ・総合美術展（～6/30） （文化センター）	29
30						

※乳幼児健康診査・健康相談については、対象となる方に通知をお送りしますので、そちらをご覧ください。

6月の休日当番医

診療時間 9:00 ～ 17:00

月日	診療科目	医療機関名	所在地	☎（0248）
2日(日)	小児科	ねもとキッズクリニック	白河市	21-5623
	内科・外科	白河市表郷クリニック	白河市	32-2316
	歯科	なみ歯科クリニック	泉崎村	21-8143
9日(日)	小児科	わたなべ子どもクリニック	白河市	21-2166
	内科・外科	田口医院	白河市	24-1111
	歯科	赤沼歯科医院	泉崎村	53-2004
16日(日)	小児科	樋口小児クリニック	矢吹町	42-2040
	内科・外科	ありがクリニック	白河市	21-1311
	歯科	安部歯科医院	白河市	23-1123

月日	診療科目	医療機関名	所在地	☎（0248）
23日(日)	小児科	みうら小児クリニック	白河市	28-1001
	内科・外科	大髙整形外科	白河市	23-9988
	歯科	モアナ歯科医院	矢吹町	42-4363
30日(日)	小児科	にしごうキッズクリニック	西郷村	29-8725
	内科・外科	いがらし内科クリニック	白河市	21-9111
	歯科	片倉内科・歯科室	白河市	21-6640

【小児平日夜間救急外来】
・場所　白河厚生総合病院　小児科外来　☎ 22-2211
・時間　19:15 ～ 21:15（土日・祝日を除く）
※受診するときには、必ず事前に連絡してください。

【救急電話相談】
▼こども救急電話相談（19:00 ～翌 8:00）
8000 または ☎ 024-521-3790
▼救急電話相談（24 時間対応）
7119 または ☎ 024-524-3020

西郷村公式 SNS

X（旧 Twitter）　facebook　Instagram　YouTube

人口と世帯数（5/1 現在）

区分	人数（前月比）
男	10,417（+69）
女	10,094（+48）
人口	20,511（+117）
世帯数	8,848（+107）