

広報

にしゅう

09月号

2022. SEPTEMBER



表紙

認知症特集
- 鈴木壽雄・文子さん -



9月是世界アルツハイマー月間です

認知症について考えてみませんか

認知症は、脳の病気や障がいなど様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。西郷村では約480名の方が認知症をお持ちです。2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると推計され、誰もがなりえる病気です。

自分が、家族が、知人が、もしなってしまったら……認知症を正しく理解し、認知症の方や周りの方が安心して過ごせる社会を作るにはどうしたらいいか、一緒に考えてみませんか。

〈インタビュー〉

はるお ふみこ
鈴木壽雄さん・文子さん 夫妻

平成26年から認知症の症状が現れ、今年の1月にアルツハイマー型認知症の診断を受けた鈴木壽雄さん。

病氣と闘う夫に長年寄り添い、支えている妻・文子さんにお話を伺いました。

発症

「症状が現れ始めたのは、平成26年頃からです。その頃から、鍵がない、財布がないと身の回り品を置いた場所が分からなくなりまして」と話すのは壽雄さんの妻・文子さんです。最初はただの物忘れくらいと思っていたのですが、ある時、「これまで何十年も農業をやってきた自分の田んぼの

場所がどこか分らないと言ってきました。これはおかしいなと思いました」

翌年にMRI検査を受けたところ、脳の萎縮が見られました。当時、かかりつけ医には薬を飲むほどでないと言われましたが、家族の希望で薬を処方してもらい治療を始めました。

徐々に進行していく

認知症

薬を服用してから症状は横ばい状態でしたが、最近になり症状が進行しているそうです。「それまでは物忘れだけだったのが、あるとき見えないものが見えるといった幻視がありました。また物事を順序立てて進めることができなくなりました。夫はトラクターで

畑を整備するのが上手で、近所でも評判だったんですよ。しかし今はそれもできません。できていたことができなくなってしまう、そんな姿を見るのはとても辛いですね」

発症前の壽雄さん

大工の父をもつ壽雄さんは小さいころから父の仕事の手伝いをしていたせい

打ち明ける決意

文子さんは、壽雄さんの症状が現れた頃から、認知症のことをたくさん勉強したそうです。書籍や資料を集め、認知症のメカニズムや症状、患者さんが求めているものなど細かく調べました。村の認知症サポートー養成講座も2回ほど受講しました。

「認知症のことについて調べていくうちに分かったこ

とは、認知症になって一番辛いのは家族でもない、周りの人たちでもない、なった本人なんです。夫が自分の言動と周りの反応が食い違うことに『何が何だか全然わからない』と話す姿を見ると、なおさらそう感じます。

このまま一人で悩んでいたら、ストレスで夫にあたってしまうし、自分自身が参ってしまう。そうなら

ないために私は周りの人に夫が認知症であることを隠さずに話し、そして自分の悩みも聞いてもらうようにしました」

一人の目よりも

みんなの目

「周りの人に認知症であることを話したことにより、みんなが夫を気にかけてくれるようになりました。家の前で見かけたときに『壽雄さん、元気かい』と声をかけてくれたり、家に遊びに来てくれたりしました。何かあったときはすぐに連絡をくれるようお願いしています。一人の目で見ると、みんなの目で見ると、みんなの目でおかげで、今まで徘徊したり、トラブルを起こしたことはありません。夫も私もみんなに支えてもらっています。本当に感謝しています」

妻としてできること

認知症の壽雄さんを支えていくために心がけていることを聞いたところ「優しく接してあげること、それとできなくなったことを否定するのではなく、できることを褒めてあげることです」と教えてくれました。

壽雄さんは自分の名前も生年月日も、自宅の住所も言えます。もし行方不明になり、誰かに聞かれたときに、すぐ答えられるよう文子さんが毎日欠かさずトレーニングをしているそうです。取材中に、文子さんが「壽雄さん、奥さんの名前は分かりますか」と質問をすると、「俺には妻がたくさんいますよ」と冗談を言いつつ、「ふみこ……」と照れ臭そうに言う場面もありました。文子さんが毎日献身的になつて訓練しているの、大事なことは忘れずにきちんと覚えていきます。

最後に

「認知症になつても一緒に冗談を言い合ったり、音楽を聴きながら歌ったりしています。できないことは増えていきますが、できることを存分に楽しんでいます。今は、週2回、仲間たちとプレーするグラウンドゴルフが楽しみです。発症前は気性が荒いところがありました。認知症になつてから穏やかになりました。会話がたくさん増えました。これからも自宅と一緒に暮らしていきたいです」



専門家に聞きました

認知症は
早期発見・早期治療
が重要

皆さんは認知症についてどのくらい知っていますか？認知症は脳の老化によるもの忘れではなく、何かしらの原因で脳の神経細胞が壊れ起こる病気です。

認知症のメカニズムや症状、予防方法などを認知症サポート医の福島県立矢吹病院 院長の橘高一先生にお話を伺いました。

●認知症は脳の病気？

認知症は脳の病気で、その発症の原因は大きく分けて2つあります。

1つは「変性疾患」によるもので、アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症などがあります。このタイプの多くの人には、その脳神経細胞に特定のタンパク質がたまっている所見が認められます。ひとつの原因として考えられていますが、まだ分かっていないのが現状です。

もう1つは原因がはっきりと分かっているものです。脳梗塞や脳出血など血管の病気により起こる「血管性認知症」の他に、エイズなどの炎症や交通事故などの外傷によって脳がダメージを受けて起こる場合もあります。

●初期症状は？

認知症の中でもっとも多いのがアルツハイマー型です。共通する初期症状としては、「もの忘れ」から始まるものが多く見られま

す。進行すると場所や時間、人物などを認識できなくなります。周辺症状として、不安や抑うつ感、物盗られ妄想などが見られます

が、早期には目立たないことも多く、怒りっぽさや今までやっていた家事をしなくなったなどの変化で気づくこともあります。

次に多いのがレビー小体型認知症です。実際には存在しないもののはっきりと見えてしまう幻視や夜中に寝言を言うなどの行動異常、また、便秘や立ちくらみなどの自律神経症状などがみられます。

●治療法は？

アルツハイマー型やレビー小体型、血管性認知症などは現在、完全に治す方法はありません。そこで、できるだけ症状を軽くし、進行を遅らせるための治療をしていきます。薬を使う方法と使わない方法があり、これらを組み合わせる治療していきます。認知症の治療効果は、発見が早け

れば早いほど高くなるとされているので、気になることがあれば早めにご相談ください。

●予防方法は？

認知症を予防したり、進行を遅らせたりするには脳を活性化することが非常に重要です。特に人と交流をすることが大事です。友人や家族と楽しく過ごしたり、コミュニケーションを取るようにしましょう。

また何かを計画して取り組むことは認知機能を鍛えることができ、予防効果があるとされています。体力や筋力が低下すると認知症になりやすいとも言われているので、適度な運動も予防に効果的です。

福島県立矢吹病院

きったか はじめ
院長 橘 高 一 先生

精神科全般を専門とし、認知症の診療を習熟し、かかりつけ医等への助言その他の支援を行う認知症サポート医も務めています。西郷・矢吹・中島・泉崎4町村合同の「認知症初期集中支援チーム」の構成メンバーとしてもご活躍しています。

●周りのサポートが重要

認知症は、進行すると、できなくなってしまうことが増えていくため、家族や周りの方のサポートがとても必要になります。認知症の方と接するときには気を付けてほしいのが、できなくなってしまうことや、忘れてしまったことに対し「なんでできないの?」「すぐ忘れるよね?」という言葉をかけないようにすることです。自信をなくして、ますますやらなくなったり、怒りっぽくなってしまうこともあります。できることに目を向けてあげて、「こうしてみるといいよ」と提案やアドバイスをしてあげることが病気の予防や本人への支援にも繋がります。

病気になるって一番心配で、苦しくて、悲しいのは認知症になった本人であることを理解してあげてください。

加齢によるもの忘れと認知症の違い

	加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
原因	脳の生理的な老化	脳の神経細胞の変性や脱落
体験したこと	一部を忘れる 例) 朝ごはんのメニュー	すべてを忘れている 例) 朝ごはんを食べたこと自体
もの忘れの自覚	ある	ないことが多い
探し物に対して	(自分で) 努力して見つけようとする	誰かが盗ったなどと、他人のせいにすることがある
日常生活への支障	ない	ある
症状の進行	極めて徐々にしか進行しない	進行する

政府広報オンラインより抜粋

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

それぞれの質問に合う点数を付けていき、その合計を計算してみましょう

ほとんどない → 0点 時々ある → 1点 頻繁にある → 2点

	質問	点数		質問	点数
1	同じ話を無意識のうちに繰り返す		6	器具の使用説明書を読むのが面倒	
2	知っている人の名前が思い出せない		7	理由もないのに気がふさぐ	
3	物のしまい場所を忘れる		8	身だしなみに無関心である	
4	漢字を忘れる		9	外出が億劫だ	
5	今しようとしていることを忘れる		10	物（財布など）が見当たらないのを人のせいにする	

0～8点	問題なし	もの忘れも老化現象の範囲内です。疲労やストレスによる場合もあります。8点に近かったら、気分の違うときに再チェックしてみましょう。
9～13点	要注意	家族に再チェックしてもらったり、数か月単位で間隔を置いて再チェックをしましょう。認知症予防対策を生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。
14～20点	要診断	認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族にも再チェックしてもらい、結果が同じなら、医療機関を受診してください。

認知症予防財団ホームページより抜粋

支援

認知症の方やその家族を応援する
認知症サポーター養成講座
に参加してみましょう

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けをする「認知症サポーター」を養成する講座です。講座修了者は、サポーターの証であるオレンジリングがもらえます。

出張講座も行っています

住民向け、事業所向けの出張講座を行っていますので、受講をご希望の方は、下記までお知らせください。

問 健康推進課 ☎ 25-3910

問 西郷村地域包括支援センター ☎ 25-5121



▲ 中学校で実施された講座の様子
寸劇を通じて認知症の人への接し方について学びました



▲ オレンジリングは
認知症サポーターの印

▲ 認知症サポーターキャラバン
マスコット「ロバ隊長」

交流

どなたでも気軽に参加できる
「さわやか高原森のカフェ」
を開催します

認知症の方とその家族の方、地域の皆さん誰もが気軽に参加して、「話をする」「話を聴いてもらう」「認知症について知る」ことのできるカフェスタイルの交流の場です。
何でも相談できる場所ですので、どうぞお気軽にお立ち寄りください。

開催日時	開催場所
8月28日（日） 10:00～11:30	ウエルシア西白河西郷店 （西郷村大字米字中山前 84-10）
10月30日（日） 10:00～11:30	ウエルシア西白河西郷店 （西郷村大字米字中山前 84-10）
12月13日（火） 13:30～15:00	西郷村保健福祉センター （西郷村大字小田倉字上川向 76-1）

参加費：100 円

問 健康推進課 ☎ 25-3910

問 西郷村地域包括支援センター ☎ 25-5121

知識

認知症のガイドブック
「認知症ケアパス」
をご活用ください

認知症についての基本的な知識や、対応方法、知っておきたい制度やサービスが掲載されています。認知症の進行や状態に応じて適切なサービスを利用できるように、その支援の流れなどを紹介しています。相談窓口や認知症診療を行う医療機関なども掲載しています。健康推進課、地域包括支援センターで配布しています。



問 健康推進課 ☎ 25-3910

認知症になってしまったから、何もできなくなるわけではありません。
周りの人が認知症を正しく理解し、接すること、時には他人と協力し合うことで、
認知症の人も住み慣れた地域で自分らしく暮らすことができます。
誰もがなるかもしれない身近なものとして、この機会に認知症のことを考えてみましょう。



認知症の方や家族のための
サポート体制

西郷村では、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていけるような様々なサポート体制があります。その一部をご紹介します。

相談

「認知症かな？」と思ったら
西郷村地域包括支援センター
に相談してみましょう

自分自身や家族、周りの人について「認知症」の疑いがあったときに、認知症や認知症患者の介護に関する相談を受け付けるほか、相談内容に応じて病院や施設などと連携を取りながら、適切なサービスが受けられるように支援していきます。保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などが配置されています。
早期発見、早期治療が進行を遅らせることもありますので、一人で悩まずに、まずは相談してみましょう。



西郷村地域包括支援センター

〈電話番号〉
0248-25-5121

〈住所〉
西郷村大字小田倉字上川向 76-1
（西郷村保健福祉センター内）

医療

福島県立矢吹病院には
認知症疾患医療センター
を設置しています

認知症に関する専門的な医療相談の受付、診断、治療などを行っています。かかりつけ医からの紹介・本人や家族からの相談・市町村・地域包括支援センター・介護保険事業所等の関係機関からの認知症に関する医療相談に対応します。
専門知識を有する医師、臨床心理技術者、精神保健福祉士などのスタッフが配置されています。
幻覚、妄想、徘徊、攻撃的言動などの症状が多くなり、お困りの場合などお気軽にご連絡ください。



福島県立矢吹病院 地域医療連携室

〈電話番号〉
0248-44-2051（直通）

〈受付時間〉
9:00～16:30

〈住所〉
矢吹町滝八幡 100

認知症の困りごと・心配ごとに対応します
認知症初期集中支援チーム をご存知ですか？

認知症の専門家たちによって構成されたチームで、認知症が疑われる方や認知症の方、その家族を訪問して困りごとや不安なことを伺い、今後の対応を一緒に考えていきます。必要に応じて医療機関への受診や適切な介護サービスへつなげるための支援を行います。西郷村、矢吹町、中島村、泉崎村合同で県立矢吹病院に設置し、認知症専門医と医療・保健福祉の専門職（看護師、公認心理師、精神保健福祉士、作業療法士）で構成されています。

問 西郷村地域包括支援センター ☎ 25-5121

暮らし
手続き

1人最大20,000円分がもらえる
マイナンバーカードを早めに申請しましょう



マイナポイント第2弾の対象となるマイナンバーカードの申請期限は、**令和4年9月末まで**です。マイナンバーカードを申請して、お得なマイナポイントを受け取りましょう。

01
マイナンバーカードの新規取得等でのポイントがもらえる

マイナンバーカードを取得後、キャッシュレス決済を登録すると、最大5,000円分のポイントがもらえます。
※チャージまたはお買い物をすると25%のマイナポイント（上限5,000円分）を受け取ることができます。

- 【対象となる方】
- ・マイナンバーカードを初めて取得した方
 - ・マイナポイント第1弾で申し込まなかった方

02
マイナンバーカードの健康保険証としての利用申込でのポイントがもらえる

マイナンバーカードを健康保険証として利用登録をすると、選択した決済サービスでポイントを受け取ることができます。

- 【対象となる方】
- ・新たに健康保険証として利用登録を行った方
 - ・6月30日のマイナポイント申込開始より前にマイナンバーカードを健康保険証としての利用申込を行っていた方

03
公金受取口座の登録でのポイントがもらえる

マイナンバーカードに給付金などの公金を受け取る口座の登録をすると、選択した決済サービスでマイナポイントを受け取ることができます。

- 【対象となる方】
- ・新たに口座の登録を行った方

カードの申請から取得までに1ヶ月半～2ヶ月程かかります。マイナポイントの申請は令和5年2月末までです。
マイナンバーカードの受取案内（はがき）が届いた方は、カードをお渡ししますので住民生活課までお越しください。

マイナンバーカード交付率について

国では、令和4年度末までに全ての国民が保有することを目指して普及に努めています。西郷村は全国の交付率と比べて普及がなかなか進んでいない状況です。

全国	45.9%
西郷村	36.6%

申請よろしく
お願いします。



詳しくは
こちら



- カードの申請・取得について
問 住民生活課（住民生活係） ☎ 25-1114
- マイナポイントについて
問 住民生活課（住民生活係） ☎ 25-1114
問 企画政策課 ☎ 25-2943

新型コロナ
新型コロナワクチン接種証明書が
コンビニで取得できます

接種証明書についてはこちら



8月17日より、新型コロナワクチン接種証明書をセブンイレブンの端末で取得できるようになりました。対象のコンビニ店舗は順次拡大予定です。

発行に必要なもの

- ① マイナンバーカードと4桁の暗証番号
 - ② 接種証明書発行料（120円）
- ※ 海外用の接種証明書を発行するためには、令和4年7月21日以降に新型コロナワクチン接種証明書アプリまたは市町村窓口で海外用の接種証明書を取得している必要があります。発行できる時間は6:30～23:00です。

他市町村より転入された方へ

他市町村より転入された方については、転入前の接種履歴を村で参照することができないため、接種券は個別送付されません。

接種を希望される方は申請が必要となりますので、下記までお問合せください。これまでの接種を証明する書類（接種済証）が必要となります。

接種予約がお済みでない方へ

接種券を受け取っている方は、「受付専用ダイヤル（☎ 0570-02-2450）」または「ウェブ予約」でお申込みください（右記QRコードよりアクセスできます）。接種を希望される方はお早めの接種予約をお勧めします。
※ 12歳以上の方の1・2回目接種については健康推進課での申し込みとなりますので、お問い合わせください。

予約サイト
はこちら



問 健康推進課 ☎ 25-1115

募集
令和5・6年度
西郷村指名競争入札参加資格審査の定例受付について

西郷村では、令和5・6年度の入札参加資格審査申請受付を行います。名簿登録をご希望の方は、必要書類を下記までご提出ください。窓口受付をご希望の方は、感染症対策にご協力ください。

受付方法	窓口受付	郵便受付
受付期間	11月7日(月)から11月21日(月)まで (土日・祝日を除く) 9:00～11:30、13:00～16:00	11月7日(月)から12月6日(火)まで (消印有効)
提出場所	西郷村役場庁舎前プレハブ会議室A (西郷村大字熊倉字折口原40)	〒961-8501 西郷村大字熊倉字折口原40 西郷村役場 財政課 管財契約係 行 ※ 郵送方法は村ホームページ掲載の 各手引きをご参照ください。
資格および有効期間	令和5年4月1日から令和7年3月31日まで	

村ホームページはこちら



問 財政課 ☎ 25-2910

安心安全

西郷村「防災アプリ」の登録をサポートします

スマートフォンに村の情報が届く「防災 Info にしごう」の普及促進と防災意識の啓発のため、各ご家庭を巡回訪問し、アプリの登録・操作方法の説明を行っています。
シルバー人材センターの委託職員が2名体制で訪問します。この機会にぜひアプリのご登録をお願いします。
旧防災無線戸別受信機の回収も併せて行っています。



村ホームページはこちら 

問 防災課 ☎ 21-5190

調査

「令和4年就業構造基本調査」にご協力ください

総務省統計局では、10月1日現在で「就業構造基本調査」を実施します。
この調査は、国民の就業・不就業の実態などについて調査し、就業構造に関する基礎資料を得ることを目的として、5年ごとに実施されています。
調査の結果は、国や地方公共団体の雇用に関する各種施策や、学術研究の資料として利用されます。

■ 調査対象

調査対象は、無作為に選ばれた全国の約54万世帯、その世帯に普段住んでいる15歳以上の世帯員約108万人です。西郷村では、8つの調査区が指定されています。

■ 調査時期

8月下旬～9月中旬に、準備調査として統計調査員が各世帯を訪問し、世帯主氏名や住所等の確認を行います。
また、9月下旬から調査員が実地調査対象となった世帯へ調査書類を配付します。



■ 個人情報について

調査に従事する人には守秘義務が課されており、違反者に対する罰則も設けられています。また、インターネット回答における通信も、全て暗号化され、回答データは厳重に守られます。

調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

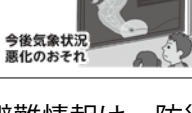
詳しくはこちら 

問 企画政策課（情報統計係） ☎ 25-2943

安心安全

9月1日は防災の日
災害時の避難情報を再確認しましょう

今年も全国各地で大雨による災害が発生しています。これから本格的な台風シーズンを迎えるにあたり、改めて「警戒レベル」を確認し、避難行動について考えましょう。
「警戒レベル」は、村が発令する避難情報を伝えるために、みなさんがとるべき行動を直感的に理解できるよう5段階に分けて提供する情報です。

警戒レベル	避難情報など	
5		緊急安全確保
警戒レベル4までに必ず避難！		
4		避難指示
3		高齢者等避難
2		大雨・洪水・高潮注意報（気象庁）
1		早期注意情報（気象庁）

- ※1 警戒レベルに基づく避難情報は、防災 Info にしごう、緊急速報メールなどの手段を用いてみなさんへお知らせします。
- ※2 警戒レベル3は、高齢者など以外の人も必要に応じ、普段の行動を見合わせ始めたり危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

避難所マップ
について



避難情報
について



問 防災課 ☎ 21-5190

『防災 Info にしごう』で村の情報をもっと身近に

新しい情報配信システム「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を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、窓口でもご案内していますので、お気軽にお申し付けください。

村ホームページはこちら 



問 防災課 ☎ 21-5190

催し

令和4年度
敬老会開催日変更のお知らせ

村ホームページ
はこちら



広報にしごう 8月号でお知らせしました敬老会の日程が下記のとおり変更になります。

開催日時	9月22日(木) 10:00～11:00
対象となる方	① 令和4年9月15日現在で1年以上西郷村にお住まいの80歳以上の方 ② 88歳の方 ③ 令和4年度しあわせ金婚夫婦の方

7月下旬に対象となる方へご案内を送付しました。詳しくはそちらをご覧ください。村ホームページをご覧ください。

問 健康推進課（高齢者支援係） ☎ 25-3910

鑑賞

小田倉小学校・西郷第二中学校
吹奏楽部の演奏を参観してみませんか

今年度の各コンクール出場曲の練習・録音を行いますので、ご自由にご鑑賞ください。

■ 日時 9月18日(日) 【小田倉小】10:00～11:30 【西二中】13:30～15:00

■ 場所 村文化センター 大研修室

■ 曲目 【小田倉小】 曲名：月魄^{げつぱく}狂^{きやう}詩^し曲^{きょく} 作曲：片岡 寛晶
【西二中】 曲名：秘儀^{ひぎ}Ⅱ 作曲：西村 朗



※ 参加費用・申込などはありません。
録音の際は、お手持ちのスマートフォンなど音が
でるものは電源をお切りください。

問 中央公民館 ☎ 25-2371

募集

西郷村の魅力を発信してみませんか？
西郷イイとこ伝え隊！隊員募集のお知らせ

住民の皆さんの視点から、村の魅力やまちの話題を取材して情報発信をする「西郷イイとこ伝え隊！隊員」（村民リポーター）を募集します。

主な内容	都合の良いときに村内の魅力や話題などを取材していただき、作成した記事や写真、動画を村へ提供していただきます。提供いただいたものは村の広報紙やSNS等でご紹介します。
応募資格	① 村内在住、在勤または在学する18歳以上の方（18歳未満の方は、親権者の方と一緒に応募） ② 写真・動画の撮影機材を用意できる方（スマートフォンを含む） ③ 記事や写真、動画等を電子データにより提供できる方 ④ 無償で活動できる方（取材などに対する手当等はありません）
申込方法	申込用紙に必要事項を記入し、総務課に 持参・郵送するかまたは電子メールにてお送りください。（申込用紙は村ホームページで配布しています）

【mail】koho@vill.nishigo.lg.jp

村ホームページはこちら



問 総務課 ☎ 25-1112

健康
福祉

気づく 繋がる 支える「いのち」
自殺予防週間のお知らせ

村ホームページ
はこちら



9月10日は世界自殺予防デーです。9月10日から9月16日の1週間を自殺予防週間としています。

自殺予防街頭キャンペーンを行っています

- ▶ 日時 9月6日(火)～8日(木) 10:00～12:00
- ▶ 場所 まるごと西郷館（西郷村大字熊倉字折口原146）



あなたの「気づき」で救えるいのちがあります

悩みや苦しみをたったひとりで抱え込み、誰にも相談できず、自ら命を絶つという悲劇が私たちの身近で起きています。

自殺を考えている人は、口に出さなくても何らかのサインを発しています。ゲートキーパーとは、そのサインにいち早く気づき、支え、見守る「命の門番」です。相手のことを想う気持ちと、勇気ある行動で救える命があります。私たち一人ひとりが「大切な誰か」のゲートキーパーとなって、かけがえのない命を守りましょう。

こころや体の不調があるときには相談しましょう

誰かに相談したいと思っても、「みんな大変だから」と相談することをためらっていませんか？そんなときには、医療機関や専門の相談窓口を利用しましょう。決して、ひとりで悩まず、積極的に相談してください。

相談窓口

相談方法	相談機関	受付時間	電話番号
健康相談 （電話・来所）	西郷村保健福祉センター 健康推進課 保健係	月～金曜日 （土日・祝日・年末年始を除く） 8:30～17:15	25-1115
心の健康相談 （電話・来所） ※ 要予約	福島県県南保健福祉事務所 障がい者支援チーム	月～金曜日 （土日・祝日・年末年始を除く） 8:30～17:00	22-5649
相談電話	福島いのちの電話	年中無休（※） 10:00～22:00	024-536-4343

※ 毎月第3土曜日は午前10時から翌日午前10時までの24時間

問 健康推進課（保健係） ☎ 25-1115

農業・
子育て

安全な登下校を子どもたちに
学校周辺および通学路における農薬などの使用について

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虫害や雑草の防除には「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



▲ 村長と出場する選手のみなさん

全国中学校ゴルフ選手権大会 激励金交付式を行いました

7月28日、村長室にて「全国中学校ゴルフ選手権大会」の激励金交付式が行われました。

交付式には、川谷中学校の新井俐奈さん、新井志穂さん、蛭田莉那さんが来庁し、激励金を受け取りました。

8月6日から7日にかけて大会が開催され、団体の部として出場しました。



▲ 村長と出場する選手のみなさん

リトルリーグ野球 全国大会 激励金交付式を行いました

7月28日、村長室にて「AIG プレゼンツ MLB CUP 2022 リトルリーグ野球小学5・4年生全国大会」の激励金交付式が行われました。

交付式には、大会に出場される鈴木奏汰さん、和知大聖さん、吉田悠生さんが来庁し、激励金を受け取りました。

7月29日から31日に、大会が開催され、東北連盟代表として白河・郡山連合が出場しました。



▲ 鈴木ナツエさんご家族のみなさん

家族と一緒に祝う 百歳賀寿

7月13日、100歳を迎えた鈴木ナツエさんの百歳賀寿を祝い、グループホーム星の郷みらいでお祝い会が行われました。

賀寿祝として福島県、西郷村、村社会福祉協議会から祝状と記念品が贈られました。

ご家族や職員、施設利用者の方が見守る中、楽しい時間を過ごすことができました。



▲ 美化活動に取り組んだ組合のみなさん

喫煙者のマナー向上へ 美化活動を行いました

7月11日、白河たばこ販売協同組合のみなさんが喫煙マナーの向上を図るとともに、村内の美化活動としてクリーンキャンペーンを行いました。

役場・文化センター周辺を回り、落ちていた吸い殻やごみなどを拾い集めました。また、たばこのポイ捨てをなくすために喫煙者にマナーの向上を呼びかけました。



▲ 日本舞踊が披露される様子

伝統文化の継承・発展のため 「唄語日和」が開催されました

8月6日から7日にかけて、村文化センターにて「唄語日和 ～伝統芸能を体験+鑑賞しよう～」が開催されました。

公演では、長唄・落語・日本舞踊・和妻などが披露されました。その他にも、小中学生を対象とした体験プログラムなども行われ、参加されたみなさんは三味線を弾いたり、日本舞踊を踊ったりしました。



▲ 村長と沖野局長（右）

税の表彰 感謝状の伝達が行われました

8月4日、村長室にて令和4年度納税功労者等に対する知事の感謝状贈呈式が行われました。これは県から納税について功績のあった個人、団体に贈られるものです。

西郷村は「個人県民税優良市町村」として、沖野県南地方振興局長から村長へ伝達が行われました。西郷村は4年連続での受賞となりました。



▲ 草刈りに取り組む様子

新甲子国道 289 号 美化活動を行いました

7月28日、西郷村建設業組合主催で新甲子国道289号の美化活動が行われました。

組合のみなさんと村職員が参加し、289号線沿いの草刈りとごみ拾いが行われました。

この活動は、甲子の美しい展望を維持するため毎年ボランティアで行われています。



▲ 生徒たちと住民の方が協力してごみ拾いする様子

西二中 地域クリーン作戦 地域の美化活動を行いました

7月13日、西二中の生徒たちが4つの地区に分かれて美化活動を行いました。

西二中の全校生徒、教職員のほか地域住民の方々にも参加していただき、協力してごみ拾いや除草作業などに取り組みました。

生徒たちは、普段お世話になっている地域への感謝の気持ちを込めて、一生懸命活動しました。



令和4年度

全国・東北中学校各種大会出場選手激励会

8月1日、村文化センターで全国・東北中学校各種大会に出場する選手の皆さんへの激励会が行われました。各大会に出場される中学生の皆さんは以下の通りです。

西郷第一中学校

〈ソフトテニス部〉

東北大会：8月8日(月)～10日(水) 秋田県大館市

男子団体

長谷部凱大 (3年)	室井 楓伍 (3年)
北野 咲斗 (2年)	佐藤 優真 (2年)
相山 尚慧 (2年)	吉成 溪斗 (2年)
佐藤 蒼真 (1年)	室井 悠伍 (1年)

男子個人

長谷部凱大 (3年)	室井 楓伍 (3年)
北野 咲斗 (2年)	佐藤 優真 (2年)
相山 尚慧 (2年)	佐藤 蒼真 (1年)

女子個人

溝井 美月 (3年)	小山田亜希 (3年)
------------	------------

〈柔道部〉

東北大会：8月3日(水)～5日(金) 山形県南陽市
全国大会：8月21日(日)～25日(木) 福島県須賀川市

女子個人

佐藤 優月 (3年)

西郷第二中学校

〈陸上部〉

東北大会：8月8日(月)～10日(水) 青森県青森市
全国大会：8月18日(木)～21日(日) 福島県福島市

女子個人

女子 1500m 佐藤 舞歩 (3年)

〈吹奏楽部〉

東北大会：9月4日(日) 福島県いわき市

小林 莉子 (3年)	梨本 佳暖 (3年)
関根 希歩 (3年)	青木 寛佳 (3年)
高畑 芽依 (3年)	高木 しほ (2年)
真船 優海 (2年)	大森ひかり (2年)
角田 純菜 (2年)	保坂 莉子 (2年)
石井 愛子 (1年)	馬上 崇太 (1年)
津田 和暉 (1年)	鈴木 希彩 (1年)
本田 奏一 (1年)	齊藤 柚希 (1年)
大塚 千鶴 (1年)	

(敬称略)

🐾 9月20日から26日は動物愛護週間です 🐾

動物は、愛情と責任を持って最期まで飼いましょう。

犬の飼い方

- ・生後91日以上の犬は、登録を済ませ、年1回の狂犬病予防注射を受けさせましょう。鑑札と注射済票は、犬の首輪などに必ず付けましょう。
- ・リードや首輪の点検を定期的に行い、万が一のために迷子札も付けましょう。
- ・犬の散歩の際はトラブルを防ぐため、正しいしつけをしましょう。
- ・日常のトラブルを防ぐため、正しいしつけをしましょう。

猫の飼い方

- ・交通事故、病気、迷子、近隣へのフン尿の被害の防止、災害時に同行避難ができるよう室内で飼いましょう。
- ・迷子になったときのために、迷子札をつけましょう。
- ・野良猫に餌を与えている方は、その猫の管理者となります。
- ・フン尿の後始末は管理者が責任を持って行い、まわりに迷惑をかけないようにしましょう。

問 福島県動物愛護センター

☎ 024-953-6400

図書室だより

おすすめ図書

☆ 図書室よりお知らせ

図書室利用時は、引き続き入室時の手指の消毒やマスクの着用、会話を控えるなどの感染予防対策にご協力をお願いします。

☆ 9月の読み聞かせ会・イベント

・27日(火)「よみきかせ会」
10:30～図書室

☆ 9月の休館日

5日(月)、12日(月)、20日(火)、26日(月)

一般書



飛鳥新社
にゃんこ四字熟語辞典
西川 清史：著

「無我夢中」「大胆不敵」「一心不乱」などの四字熟語を可愛いになんこ写真と組み合わせた辞典。世界中の激カワになんこ写真を見て、ほっこりするうちに賢くなる写真集！

児童書



偕成社
エリック・カールのえいご いっぱいどうぶつあつまれ!
今村 正樹：発行

アメリカを代表する絵本作家エリック・カールの絵をふだんに使って、さまざまな環境にぐらす生き物の名前を英語と日本語で表記。幅広い年齢で楽しむことができます。

絵本



マガジンハウス
パリン グリンドーン
中居 正広：著
劇団 ひとり
古市 憲寿

キャラ原案・中居正広、デザイン・劇団ひとり、文・古市憲寿のオリジナル絵本。中居さんが愛情を込めて名付けた主人公「なさいくん」とは何者なのか？ しかけ付き作品です。

遺言作成・遺産分割・交通事故・その他の法律問題でお困りの方へ…
どうか一人で悩まずに、お気軽にご相談下さい。

みなかみ法律事務所
福島県弁護士会所属 弁護士 水上泰真人
ご相談受付時間 / 平日 9:00～17:00
福島県白河市新白河4-61-12 水上新白河ビル2F
http://minakami-law.com/
☎0248-21-7712

新白河駅前
丸島新白河ビル
丸島新白河ビル
丸島新白河ビル
丸島新白河ビル

毎月第2・第4土曜日「塗装・リフォーム勉強会」開催!
今月のテーマ 9月は10日(土)・24日(土)
「雨漏りの原因になりやすい場所の点検・メンテナンスのポイント(付帯部編)」
通話無料 0120-145-380
有宮尾塗工
地元白河で創業84年 白河市合戦坂50-1

～医療を軸に地域貢献をめざす～
かねこクリニック
当院は、MRI・CT・内視鏡(上下部)・超音波などの医療機器を完備しています。【糖尿病専門医外来】毎週月・火・金曜日
【内視鏡検査外来】(胃・大腸)毎週火曜日
【形成外科専門医外来】毎週水曜日
その他専門医外来もあります。詳しくは、お問い合わせください。
健診結果(要精査・要治療等)は、そのままにせず、医療機関を受診しましょう

KANAHARA
泳力検定会 開催!
R4.10月16日(日)



健康がもっとたのしくなる 健康コラム

第7回

今回のテーマ
「糖尿病について（検査値編）」

■ 糖に関する検査基準値

健康診断の尿検査と血液検査の結果から、ご自身の血糖の状態を知ることができます。

○糖に関する検査基準値

	適正	保健指導が必要	要受診
尿糖 ^{*1}	－（陰性）		1＋～4＋（陽性）
空腹時・随時血糖 (mg/dL) ^{*2}	99 以下	100 以上 125 以下	126 以上
ヘモグロビンエーワンシー HbA1c (%) ^{*3}	5.5 以下	5.6 以上 6.4 以下	6.5 以上

出展 厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム」

1 尿糖 血液中のブドウ糖濃度（血糖）が高くなると腎臓で再吸収されなくなり、尿中に出ます。陽性の場合には糖尿病が疑われます。

2 血糖 血液中に含まれるブドウ糖の量です。ブドウ糖が適切にエネルギーとして取り込まれていないと血糖が高くなり、糖尿病が疑われます。

3 HbA1c（ヘモグロビンエーワンシー） 赤血球の中のヘモグロビンにブドウ糖が結合したものをHbA1cと呼びます。検査前1～2ヶ月の平均的な血糖の状態を反映します。

■ 高血糖予防のためのワンポイント

ゆっくり・よく噛んで・腹八分目に

食べ過ぎは食後血糖値を急激に上げてしまいます。食後、眠くなったり、動きなくなったりするときは、満腹の状態です。常に腹八分目を心がけ、臍臓の負担を減らしましょう。早食いすると、満腹中枢が刺激される前にたくさん食べてしまうので、食べ過ぎに繋がってしまいます。早食いの傾向のある方は、ひと口食べたらずを置くといった工夫が効果的です。

今回は、「糖尿病について（糖尿病の種類編）」をお届けします。

健康のことで気になることがございましたら、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（保健係） ☎ 25-1115

フットパスで西郷の魅力を再発見！



第22回 今年もやります！「駅からハイキング」

今回はイベントのお知らせです。JR東日本の「駅からハイキング＆ウォーキングイベント」で西郷フットパスのコースが歩けます。配付した地図を参考に自由散策する形式で行います（ガイドによる案内はありません）。

コースは新白河駅前から堀川沿いを歩き、住宅地を通る約8.5km。時期が来ればソバの花や曼珠沙華（彼岸花）を見ることができます。

- ▶ 実施日 9月23日(金)～9月25日(日)
- ▶ 受付 新白河駅高松口前「まちおこしセンター」
9:00～12:00

※ 無料の駐車場は用意していませんのでご注意ください。

詳しくは、JR東日本 <https://www.jreast.co.jp/ekihai/> をご覧ください。

▲ 秋の田園風景も素敵です



西郷村を楽しく歩いて地域を元気にする西郷フットパスの会では会員を募集しています

散歩が好きな方、自分たちの地域のことをもっと知りたい方
地域の活性に興味がある方など、フットパスの活動に加わってみませんか？
まずはお試しでの参加もお待ちしています。

問 西郷村観光協会内 地域おこし協力隊 北浦 ☎ 25-5795

問 産業振興課（観光係） ☎ 25-1116

コミュニティ・スクール活動だより

令和4年5月と7月に、熊倉小学校、羽太小学校、西郷第二中学校区（小田倉小学校・西郷第二中学校）にて「学校運営協議会」を開催し、学校運営に関する話し合いが行われました。

コミュニティ・スクールとは

保護者や地域の方、教育委員会、校長などが委員となり学校運営について協議する「学校運営協議会」が設置された学校のことを指します。

熊倉小学校では、「くまっく美術展」オープニングセレモニーと併せ、第2学期以降の活動などについて意見交換がなされました。

羽太小学校では、1学期の学校運営についての報告と今年度のテーマである「表現力」について熟議を行いました。「表現力」については、子ども達による挨拶についてのアンケート結果、登下校や授業の様子（動画）をもとに協議し、子ども達の表現力向上へとつながる貴重な意見を多数いただきました。

西郷第二中学校区は分科会方式で開催され、小田倉小学校では、各教室の授業参観及び児童引き渡し訓練の参観と、懇談等が行われました。西郷第二中学校では、情報モラル教育講演会の参観と併せ、第1学期の学校運営状況について報告がなされ、地域との連携による教育活動の推進について話し合われました。

問 学校教育課 ☎ 25-2370

在宅リハビリマッサージ けやき

- ご自宅・施設への訪問マッサージです。
- マッサージ師は、全員国家資格保持者で、安心なマッサージが可能です。医療保険適用。
- ★後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方
- ★身体障がい者手帳1級または2級の交付を受けている方

説明 → 手続き → 開始

- お問い合わせ -
白河市双石高田 19-1
0248-22-3419
鈴木 英世

首も腰も痛くならない
”ヘッドスパ専用シャンプー台”
うとうとしながら癒しの時間。
頭がスッキリ軽くなります！
【ヘッドスパ・シャンプー・ブロー込】
45分 ¥5,500/60分 ¥7,150/75分 ¥8,800

lulu Beauty&Relax
西郷村真船茂助屋敷8-1 080-5738-3131
10:00～17:30 予約制 日曜定休

令和5年度 学校法人 藤田幼児教育学園
園児募集 丘の上幼稚園 丘の上保育園
幼児期の心と体を豊かな環境の中で大切に育みます。
【願書配布】10月3日(月)～10月13日(木)
【入園説明会】10月3日(月)
入園説明会には申込が必要です。詳しくはHPをご覧ください。
☎ 0248(27)3363
(受付時間 8:00～17:00)

毎月15日は に関する なんでも相談の日

会場 総合葬祭あおき しらかわ本社
(白河市大観音前 39)

時間 9:00～16:00 (要予約)

葬儀の気になること不安なこと
なんでもご相談ください

葬祭有資格者が安心のサポート

総合葬祭 あおき ☎ 0120-75-4949

友だち追加QR

chipu
photo
salon

新田 綾子 さん



こ
こ
で
し
か
残
せ
な
い
写
真
を

—どんな写真を撮影していますか—
基本的には、お子さんの写真や家族写真を撮影しています。写真を撮り返ったとき、その場所でもう過ごしたかわかる写真が一番記憶に残ると思うので、フォトスタジオだけでなく家の周りや、村内の公園でも撮影しています。

—今後の目標はありますか—
写真を中心としたSNS「インスタグラム」や自分のブログを中心に、写真の魅力を発信しています。
インスタグラムでは、西郷村の綺麗な散歩道や景色を教えてもらうためフォロワー^{※1}さんたちに質問を投げかけ、映えるスポットを教



お問い合わせ
chipu photo
salon
チブフォトサロン
【mail】
chipu8hi
@gmail.com

—フォトグラファーとして活動したきっかけはなんですか—
フォトスタジオが併設されている美容室を開業することが夢で、カメラの勉強を始めたことがきっかけです。
西郷村で育ち、その後東京で13年間美容師として働きました。東京では髪の毛をセットしてすぐに撮影ができるようフォトスタジオと美容室が併設されているところが多いですが、西郷村ではあまりありません。開業するため、まずはフォトスタジオから始めてみようと思いました。

—西郷村を拠点として活動する理由はありますか—
子育てしやすく自然が豊かな場所なので活動の拠点としています。
フォトグラファーとして活動していくうちに、西郷村に魅力的な所が沢山あることに気が付きました。外で撮影すると自然がいっぱいなのでここで撮影しても季節感が出て特別な写真になります。
もちろんフォトスタジオでも、私にしか撮影できない特別な写真をみなさんに提供できるような心がけています。

※1フォロワー 自分のアカウントを登録してくれている人
※2ハッシュタグ 特定の話題であることを示すマーク。

えて頂いたり、「西郷村」のハッシュタグ^{※2}を付けて投稿したりしています。
私の投稿を見た誰かが、これをきっかけに西郷村へきてくれたらいいなと思います。そういった写真で人とのつながりをつくっていけるフォトグラファーになりたいです。

東京から西郷村へリターンし、フォトグラファーとして活躍される
新田 綾子さんにお話を伺いました。

スナッグゴルフ全国大会



7月17日(日)、グランディ那須白河ゴルフクラブで、「第19回スナッグゴルフ対抗戦 JGTO カップ全国大会 in 西郷村」が開催されました。

大会には全国から23校118名がエントリーしました。

西郷村からは3校が出場し、小田倉小5位、川谷小8位、熊倉小11位という結果になりました。



出場されたみなさん

【小田倉小学校】
① 中田隼人さん
② 竹村優莉さん
③ 渡辺桜和さん
④ 星凜花さん
⑤ 渡辺延和さん
⑥ 星瑛斗さん
⑦ 原颯希さん

【川谷小学校】
① 長谷部颯さん
② 有賀大稀さん
③ 青木芙蓉さん
④ 有賀千夏さん
⑤ 石井凜さん
⑥ 新井永寿さん
【熊倉小学校】
① 江上蒼さん
② 藤掛陽向さん
③ 山口蒼さん
④ 江上颯さん
⑤ 高木侑河さん



▲プロゴルファーのみなさんとキッズキャディを務めた西の郷スポーツクラブのみなさん

主催：一般社団法人日本ゴルフツアー機構
日本スナッグゴルフ協会

にしごう PICK UP

8月1日から31日まで、「目撃大作戦！」と名付け、TOKIO-BAの一般来場者向け（予約制）にプレオープンしました。大勢の方が来場し、TOKIOのメンバーが作った看板やブランコなど楽しんでいました。



概要はこちら



スマートフォンアプリから、現場の最新情報の確認やアイデアの投稿、企画会議への参加などができます。

無料となっていますので、是非登録をして村内にあるTOKIO-BAを盛り上げていきましょう。

アプリのダウンロードはこちら



Google Play



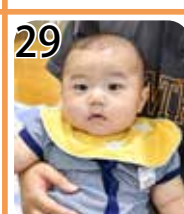
App Store

広報
担当

編集後記
の部屋

認知症カフェが8月、10月、12月に行われます。認知症の方やその家族だけでなく、地域の人たちも参加できるスタイルです。飲み物を飲みながら参加者同士で交流を深めたり、頭の体操をしたり、とてもアットホームな雰囲気です。機会があれば是非参加してみたいかがでしょうか。

9月の行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1 ・1歳6ヶ月児健康診査 (保健福祉センター)	2 燃える・燃えない	3 
4 ・マイナンバーカード 受取窓口開設 (9:00～12:00 住民生活課) ※予約制	5 ・赤ちゃんママの ふれあいひろば (9:50 保健福祉センター) ・12～13ヶ月児健康相談 (保健福祉センター) ・体育施設休館日 ・図書室休館日	6 燃えるごみ ・延長窓口(18:15まで) (住民生活課・税務課)	7 資源ごみ	8 	9 燃えるごみ	10 ・第6回西の郷クロス カントリー大会 (甲子高原子ども運動広場) ・まる西マルシェ (9:00 まるごと西郷館)
11 ・マイナンバーカード 受取窓口開設 (9:00～12:00 住民生活課) ※予約制	12 ・母子健康手帳の交付 (福祉課子育て支援センター) ・体育施設休館日 ・図書室休館日	13 燃えるごみ ・延長窓口(18:15まで) (住民生活課・税務課) ・まるごと西郷館休館日	14 資源ごみ	15 	16 燃える・燃えない	17 ・運動会 (9:00 村立西郷幼稚園) (9:00 まきば保育園)
18 ・マイナンバーカード 受取窓口開設 (9:00～12:00 住民生活課) ※予約制	19 敬老の日 	20 燃えるごみ ・延長窓口(18:15まで) (住民生活課・税務課) ・体育施設休館日 ・図書室休館日	21 資源ごみ ・抱っこ、おんぶ講座 (9:50 保健福祉センター)	22 ・令和4年度敬老会 (10:00 保健福祉センター)	23 秋分の日 	24 ・まる西マルシェ (9:00 まるごと西郷館)
25 ・マイナンバーカード 受取窓口開設 (9:00～12:00 住民生活課) ※予約制	26 ・母子健康手帳の交付 (福祉課子育て支援センター) ・体育施設休館日 ・図書室休館日	27 燃えるごみ ・よみきかせ会 (10:30 文化センター) ・延長窓口(18:15まで) (住民生活課・税務課) ・村民屋内プール休館 (～10/1)	28 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)	29 	30 燃える・燃えない ・国民健康保険税納期限 ・介護保険料納期限 ・後期高齢者医療保険料 納期限	

※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。

9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)
4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	よこむら整形外科クリニック	白河市	21-1455
	歯科	かたの歯科医院	白河市	22-8833
11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	明溪醫院	白河市	27-3060
	歯科	河島歯科医院	白河市	23-2739
18日 (日)	小児科	すずき内科クリニック	白河市	24-4114
	内科・外科	らくらく医院	白河市	54-5333
	歯科	国馬歯科医院	矢吹町	45-2781

月日	診療科目	医療機関名	所在地	☎ (0248)
19日 (月)	小児科	白河厚生総合病院	白河市	22-2211
	内科・外科	吉田医院	白河市	23-4033
	歯科	斎須歯科医院	白河市	32-4347
23日 (金)	小児科	樋口小児クリニック	矢吹町	42-2040
	内科・外科	南湖こころのクリニック	白河市	23-4401
	歯科	ひぐち歯科クリニック	矢吹町	21-5307
25日 (日)	小児科	みうら小児クリニック	白河市	28-1001
	内科・外科	わたなべ内科医院	白河市	22-1531
	歯科	たまち歯科医院	矢吹町	44-4889

【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

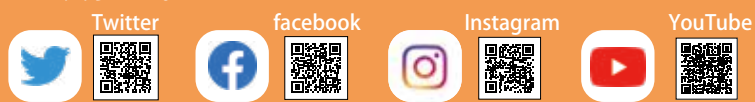
・時間 19:15～21:15 (土日・祝日を除く)

※受診するときには、必ず事前に連絡してください。

【平日】健康推進課 ☎ 25-1115

【休日】西郷村役場 ☎ 25-1111

西郷村公式 SNS



人口と
世帯数
(8/1 現在)



区分	人数 (前月比)
男	10,300 (+14)
女	10,029 (0)
人口	20,329 (+14)
世帯数	8,556 (+9)