

# 広報いいいで

5

11, May  
2017  
Vol.1082



冒険に向かって出発

写真／安全な自転車の乗り方を教わって、冒険の旅へ出発



- 03 西置賜行政組合消防署飯豊分署竣工
- 04 中浄水場本格稼働開始
- 06 「日本で最も美しい村」連合総会  
フェスティバルinいいで
- 07 受賞者紹介／町民川柳  
まちかどNEWS
- 08 道の駅いいで・めざみの里観光物産館開館20周年記念式典／スポーツ少年団合同入団式／茶屋よっとごえ ほか
- 10 直伝おふくろの味
- 11 子育てファイル／あ～す図書室情報
- 12 いいで・ヘリテイジ／町長の見て歩き
- 13 健康ikiikiプラス
- 14 お知らせ／戸籍の窓／人の動き／編集後記
- 16 第4回心の古里いいでフォトコンテスト  
入選「温もりの町灯かり」

## 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](http://www.town.iide.yamagata.jp)



the most beautiful  
villages  
in japan

「日本で最も美しい村」連合

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

#### 交通安全を学び、 いざ冒険へ



晴天のもと、元気よくペダルをこぎ出します

4月25日、手ノ子小で交通安全教室が行われました。長井地区交通安全協会西部支部の方や町交通安全専門指導員からグラウンド内で安全な自転車の乗り方を教わったあと、4年生以上は路上で実地講習です。小学生が、より広い世界を体感するために自転車は必要不可欠です。さまざまな景色を楽しみながら、今日は友達とどこへ出かけようか。自分の身を守るための交通安全を学び、視野を広げるための冒険に出発です。

# 西置賜行政組合 消防署 飯豊分署 竣工



4月14日、西置賜行政組合消防署飯豊分署の竣工式が行われました。  
飯豊産の木材をふんだんに使用した温もりある庁舎で、さまざまな防災訓練活動を行いながら、町民の安全で安心な暮らしのために、昼夜を問わず業務にあたります。



飯豊分署

## 【庁舎概要】

- ◆場 所 : 飯豊町大字椿2800番地 1
- ◆敷地面積 : 2,499㎡
- ◆建 物 : 分署棟 鉄骨造 685.44㎡  
倉庫棟 鉄骨造 55.48㎡
- ◆飯豊産材使用率 : 95%  
(使用した木材のうちで集成材を除く)



竣工式テープカット

この度完成を迎えた飯豊分署は、町内中津川地区や隣接する小国町にも出動しやすい椿地区に建設され、西置賜地域約6万人の防災拠点の1つとして建設されました。

分署員は、日勤者を除く15名が隔日勤務で業務にあたります。平成28年度の出動実績として、町内の火災件数は7件、救急件数は395件でした。

庁舎北東に設けられた訓練施設では署員による訓練が毎日行われています。この新しい訓練施設は2階建てで、上階で逃げ遅れた要救助者を助け出す訓練を実施することができます。また、施設内部でも放水訓練を実施できることが特徴で、署員は訓練施設を有効に使用しながら、いつ起こるかかわからない災害に備え、日々の訓練に励んでいます。



救助訓練の様子



新庁舎完成見学会



# 中浄水場本格稼働開始

地下水を水源とした「中浄水場」が、6月1日に本格稼働します。  
「白川水源」、「萩生水源」に新たな「中水源」を加え、より安全・安心で良質な水道水を安定的に供給します。

## ○中浄水場施設概要

取水施設	浄水施設	送水施設
深井戸 : 深さ45m(3箇所)	着水井 : 鉄筋コンクリート造14m <sup>3</sup>	送水ポンプ : 揚水能力0.83m <sup>3</sup> /min
取水ポンプ : 揚水能力0.83m <sup>3</sup> /min	浄水池 : 鉄筋コンクリート造155m <sup>3</sup>	送水管 : ダクタイル鑄鉄管(GX形) 250mm 延長3,960m
	浄水棟 : 鉄筋コンクリート造121m <sup>2</sup>	



## 位置図



※略図のため、建物や道路、水路などは、実際と異なる場合があります

○新たな水道施設整備の経緯

平成23年夏の水道水の異臭問題がきっかけとなり、新たな水道施設整備の計画が始まりました。

年月日	案件	備考
平成23年8月	異臭問題発生	臨時給水・臨時活性炭の注入開始
平成24年3月	「小白川浄水場活性炭注入設備設置工事」着工	
平成24年6月	「小白川浄水場活性炭注入設備設置工事」完成	小白川浄水場にて活性炭注入開始
平成25年9月	「新水源調査業務」着手	地下水の利用を前提に、建設用地の調査 および選定業務から候補地を決定 地下水位観測・水質検査・揚水試験の実施
平成27年3月	「新水源調査業務」完了	
平成27年7月	用地買収	
平成27年9月	「中浄水場整備工事」着工	「中浄水場」の建設に着手
平成28年7月	「中水源 送水管布設工事」着工	
平成28年12月	「中浄水場整備工事」完成 「中水源 送水管布設工事」完成	
平成29年6月1日	本格稼働開始	

○「上水道」の運用と配水エリア

置賜白川において臭気物質の発生しやすい夏季（6月～10月）は、「中浄水場」を稼働し、萩生湧水と合わせて上水道区域（中津川地区以外）全体に配水します。

1月～5月、11月～12月は、これまでと同様に、小白川浄水場を稼働し、萩生湧水と合わせて2つの系統で配水します。

新たな施設を加え、より安全・安心で良質な水道水を安定的に供給していきます。

期間	運用
1月～5月、11月～12月	○水源：萩生湧水・置賜白川 萩生湧水→萩生配水池→家庭へ 置賜白川→小白川浄水場→中央配水池→家庭へ
6月～10月	○水源：中水源・萩生湧水 中水源→中浄水場→萩生配水池→家庭へ 萩生湧水→萩生配水池→家庭へ



## 「日本で最も美しい村」 連合総会・フェスティバル2017inいいで

6月28日(水)～30日(金)

本町が加盟するNPO法人「日本で最も美しい村」連合の総会とフェスティバルが、6月28日(水)から30日(金)の3日間、本町で開催されます。連合に加盟する町村や地域から、400名を越える参加者をお迎えすることになります。飯豊町のまちづくりと町民のみなさまの活躍の姿を紹介する絶好の機会です。

現在、実行委員会および運営委員会を組織し、準備をすすめています。

### 「日本で最も美しい村」連合とは？

平成17年10月に、「フランスの最も美しい村」運動を模範にして全国の7町村から発足しました。

飯豊町は平成20年に連合に加盟しました。その後、年々加盟する町村や地域が増加し、現在、63町村・地域が加盟しています。

さらに、連合の理念や取り組みに賛同するサポーター会員は86社、準会員476人(社)です。

### 総会、フェスティバルの内容

町民総合センター「あ～す」を会場に、定期総会、基調講演、パネルディスカッション、全体交流会、町内視察などが行われます。

基調講演は、「住民自治からの美しい村づくりを考える」と題し、認定NPO法人「共存の森ネットワーク」理事長 澁澤寿一氏から、講演をいただきます。

基調講演やパネルディスカッションは、町民の方もご参加いただけます。



### 特産品を販売する出店団体募集

総会期間中、町内特産品などを販売する団体を募集します。6月29日(木)終日、30日(金)の午前中、町民総合センター「あ～す」屋内での出展販売です。応募多数の場合は調整の上、決定します。出展を希望する場合は、5月26日(金)まで役場総務企画課総合政策室(☎87-0521)までご連絡下さい。

※総会、フェスティバルの内容は、来月の広報で詳しくお知らせします。

## ～きれいな川で住みよいふるさと運動～

今年は、6月25日(日)に実施します。

7月と9月は「きれいな川で住みよいふるさと運動」の重点運動期間です。

山形県と県内市町村の主催で、美しく快適で豊かな県土づくりの一環として、住民と関係団体などの積極的な参加によって昭和52年(1977年)から推進されてきました。

本町では、毎年7月に、地域の実情に合わせて衛生組合ごとに河川や水路、道路の美化活動が町内全域で行われています。今年は、本町でNPO法人「日本で最も美しい村」連合の総会、フェスティバルが開催され、全国からお客さまをお迎えするため、例年よりも早い6月25日(日)に実施します。

堤防の草刈りや水路の土砂上げ、道路のごみ拾いや法面の草刈りなどにより、地区全体がきれい、気持ちよい環境になるよう、ご協力をお願いします。

◆日時／6月25日(日) 5:30～7:00

◆作業箇所・内容／各衛生組合長の指示に従って活動してください

◆問合せ先／役場地域整備課建設室 ☎87-0516





# 飯 豊 町 消 防 団

# 2016年度総務省消防庁長官表彰



左から：(町長)、田辺隆団長、青木健一飯豊分署長

飯豊町消防団では、2013年度から取り組んでいる婚活支援イベント「ポンプ・コン」を開催。その功績が認められ、2016年度総務省消防庁長官表彰を受賞しました。町消防団では、独身率の高い団員のパートナー探しとしてこのイベントを始め、これをきっかけに、結婚した団員もあり、子宝に恵まれ幸せに暮らしているとのこと。また、参加する男性を対象に、事前に女性との話し方や服装の注意点などを学ぶ「男磨き講座」も実施しました。

# セブン-イレブン飯豊椿店

# 特殊詐欺防ぎ感謝状贈呈



左から：後藤昇平オーナーさん、船山恵さん、(町長)

セブン-イレブン飯豊椿店に、特殊詐欺被害を防いだとして長井警察署長から感謝状が贈呈されました。3月中旬、来店した女性が電子マネーのギフト券約10万円分を購入したいと申し出たことを、従業員の船山さんが不審に思い、オーナーの後藤さんに報告。使途を確認すると詐欺の疑いがあったため警察に相談するよう促し、後日、架空請求詐欺だったことがわかったものです。船山さんは「不審に思ったら確認し詐欺を未然に防ぎたい」と話します。

## 町民川柳

お題／「旅」または自由題

- ・福祉の日 暮る「美の里」の 指定席 中津川 「美の里」利用者
  - ・これからも 八十路の旅を 二人して 添川 二瓶 モト
  - ・春日和 旅の思い出 夢うつつ 手ノ子 鈴木 いち
  - ・旅行けば 世の中学び 身を磨く 椿 遠藤 チヨ
  - ・デイサービス みんなの笑顔で 心安らぐ 添川 伊藤 とみ
  - ・旅めぐり 二人並んで 手を合わせ 椿 五十峰 野信子
  - ・夢の旅 枕楽しく 今日も生き 椿 新野 せつ子
  - ・春がきて 気の向くままに 花植える 椿 辛夷(雅号)
  - ・初鯉 春のよるこび たのしみに 椿 天道虫(雅号)
  - ・山超えて みんな元気に 光あり 椿 碧山(雅号)
  - ・春風に 心はればれ ランドセル 椿 あかべこ(雅号)
  - ・楽しいな 足腰きたえ サロンの日 椿 若駒(雅号)
  - ・恋の唄 孫と一緒に カラオケへ 椿 ひばりっ娘(雅号)
  - ・年かさね 夢いっぱいの新社会 椿 山茶花(雅号)
  - ・老眼で 孫にも勝てぬ カルタ取り 萩生 カコ(雅号)
  - ・人口減 広報に見る 黄泉の旅 萩生 樋口 忠夫
  - ・認知症 オレオレ詐欺に おもてなし 中 頭の婆(雅号)
  - ・同レベル なのにおたがい かばいあう 中 大谷部 ハル
  - ・飛行機で 函館夜景 見ての旅 椿 加藤 秀夫
- ◆ 作品を募集しています。毎号先着18名(1人1作品)を掲載します
- ◆ お題／「根」または自由題
- ◆ 提出方法／掲載号の前月の第4木曜日までに、未発表の自作の川柳と住所、電話番号、氏名(または雅号)を明記の上、はがきまたはFAXで提出
- ◆ 提出・問合せ先／役場総務企画課情報防災室 ☎8710522 FAX7213827

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）



## めざまの里観光物産館20周年

### 観光・防災の拠点

4月11日、道の駅いいで・めざまの里観光物産館の「開館20周年記念式典」が行われました。式典の中で、作詩家で道の駅いいで名誉駅長の村田さち子さんを含む7名に感謝状が贈呈されました。道の駅いいで・めざまの里観光物産館は、1997年にオープンし、2007年には旅行雑誌「東北じゃらん」誌上企画「道の駅人気ランキング」で第1位を受賞。また猛吹雪の際、避難所としての施設開放などにより、警察署などから数々の感謝状が贈られています。



## 茶屋よつとごえ

### お茶を飲みながら健康増進



4月24日、ケアハウスめざまで「茶屋よつとごえ」が開かれ、町内の14名が参加しました。「365歩のマーチ」に合わせての体操で体をほぐし、脳トレクイズを楽しんだ後、スイートポテトをほおぼりながらお茶を楽しみました。中地区から参加した女性は、「脳の活性化になるし、歌を歌ったり、世間話をしたりと、とても楽しい」と話しました。「茶屋よつとごえ」は毎月第4月曜日14時から開催されます。

## スポーツ少年団合同入団式

### 仲間と一緒にスポーツ



4月9日、町民スポーツセンターで「スポーツ少年団合同入団式」が行われ、島貫潤一郎本部長から9つのスポ少の代表に認定証が手渡されました。飯豊わかさバレースポ少の勝見薫さん（添川小）が代表して団員綱領に沿って「スポーツをとおして健康な体と心を養うことや、スポーツの喜びを学び、友情と努力を大切にします」など5項目を宣誓しました。今年の団員は総勢139名です。





## 四季の歌“春うた”を歌う集い

## 伸びやかに春うたを満喫

4月8日、あ～すで、「四季の歌“春うた”を歌う集い」が行われました。講師は、四季の歌ではお馴染みの小松伸子氏と安部里美氏。町内外の子どもからお年寄りまで約30名が参加しました。参加者は小松氏から「にこやかに」「もっと口を大きく」などと指導を受けながら、「花」「翼をください」といった曲を、体を揺らしながら伸びやかに歌い上げました。集いは、夏（7月）、秋（9月）、冬（12月）にも開催予定です。

## 町消防団辞令交付式

## 地域を守る411名



4月9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21名が退団し18名が新たに入団。団員総数は411名です。式中、新入団員を代表して本部分団第1部第2班の秋葉圭太郎さん（萩生）が、「良心に従って忠実に消防職務の遂行にあたります」と力強く宣誓しました。

## 平成28年度飯豊町スポーツ振興賞授与式

## 栄光をたたえて



4月22日、東部地区公民館で「平成28年度飯豊町スポーツ振興賞授与式」が開催されました。殊勲賞を受賞した手ノ子地区の小関杏実さんは、第53回東北中学校スキー競技大会で優勝、第54回全国中学校スキー大会アルペン競技に出場した功績が認められての受賞です。ほかに栄光賞6名、奨励賞に平成28年度西置賜地区中学校体育大会で優勝を果たした飯豊中野球部を含む2団体7個人が受賞されました。



4/23

水仙ロード手入れ  
(中津川地内)



4/17

少年非行防止広報(少年補導員飯豊ブロック・町防犯協会)(萩生駅)



4/2

第57回飯豊ロードレース大会  
(飯豊中学校周辺)

## 直伝おふくろの味



# 越冬キュウリのしょうゆ漬け

この時季にだからこそ食べられる一品

## 【材料】

- ◇越冬用に塩漬けしたキュウリ 20本
- ◇シヨウガ 1片
- ◇トウガラシ 1本
- ◇白砂糖 300g
- ◇ししょうゆ 300cc
- ◇酢 30cc

## 【作り方】

- ①越冬用に塩漬けしたキュウリに、たっぷり熱湯をかけて浸し、冷めるまで置いておく。これを新しいお湯に変えながら3〜4回繰り返し、塩抜きをする。
- ②塩抜きした越冬用キュウリは1cm幅の斜め切りにし、重石をのせて一晩おき水分を抜く。
- ③シヨウガとトウガラシを刻み、白砂糖、ししょうゆ、酢と一緒に鍋で混ぜ合わせ、火にかけて煮立たせる。
- ④②のきゅうりを耐熱容器に入れ、③の調味料を熱いうちにキュウリにかけて冷めるまで待つ。冷めたら再度調味料のみを鍋に移して煮立て、キュウリにかける。粗熱が取れたら冷蔵庫で保存し、2日間ほど漬ければ出来上がり。

## パリッとした食感と甘辛い味付けは、ご飯のお供にぴったり

今回紹介する料理は、この時季だからこそ食べられる、越冬用に塩漬けしたキュウリを使った一品です。皆さんの家に食べ切れなかった塩漬けキュウリは残っていませんか？ぜひ再活用しておいしい一品に変身させてみましょう。

作る際のポイントは、塩漬けしているキュウリの塩抜きをしっかりと行うことです。大きめのボウルを用意してキュウリが熱湯をかけたときにすべて浸るようにします。水にさらすよりも熱湯の方が短時間で塩抜きできます。調味料は、キュウリからの水分も出るため少し塩辛くても大丈夫です。また、大葉やゴマも入れて風味付けしてもよいかもれません。

少し手間がかかるかもしれませんが、その分おいしくいただけます。皆さんもぜひ作ってみてください。



食生活改善推進員  
役員  
舘石洋子さん





### こどもみらい館の予定表 (5月・6月の日程)

- 5月13日(土) 10:30～ ブックスタート  
 17日(水) 10:30～ あそびの広場・避難訓練  
 24日(水) 10:30～ かんがるー広場  
 26日(金) 10:30～ にこにこルーム  
 6月2日(金) 10:00～ タッチケア  
 7日(水) 10:30～ あそびの広場  
 14日(水) 10:30～ かんがるー広場  
 15日(木) 10:30～ 5歳児リトミック  
 17日(土) 10:00～ 子育て合同研修会(要予約)  
 親子でヒップホップダンス  
 20日(火) 10:30～ 親子リトミック

episode

子育て応援  
 談  
 kosodate  
 ouendan

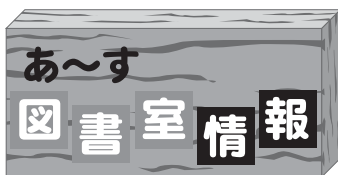
### 「家族そろって」

中のTさんより

皆さんは家族そろってご飯を食べていますか？「孤食の時代」といわれていますが、「おいしいね」と共感する相手がいないければ、新しい味を教えても、食事のマナーを教えても意味無いと思うのです。家族で囲む食卓は子ども自身が自分の居場所、親に守られていることを確認することができます。子どもに安心感と、心の栄養をたっぷりと与えることのできる貴重な場となるはずですよ。さらに調理や買い物のお手伝いをさせると、食べることへの意欲や興味がはぐくまれます。平日は仕事から帰ってすぐにご飯の支度をして、時間に追われることが多いですが、休日を利用して子どもと一緒に菓子作りや夕飯づくりにチャレンジしてみたいかがですか？今まで以上に子どもの成長が実感できるはずですよ。

●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

#### 甘くてかわいいお菓子の仕事

KUNIKA/著、河出書房新社

かわいいお菓子でまわりの人を笑顔にしたい! 誰もしたことがないことを、仕事にしたい! パティシエになる夢を叶えて、唯一無二のスイーツアーティストになったKUNIKAが、「好き」を仕事にする方法を伝える。



児童図書

#### たんぼぼのおかあさん

こんのひとみ/作、いもとようこ/絵、金の星社

たんぼぼのお母さんに見守られて育ったこねこ。ところが、お母さんは綿毛に変わり、飛んでいってしまいます。それを追いかけていったこねこは、たんぼぼ畑に辿りつき…。心がほっこりする、こねことたんぼぼの物語。

一般図書



#### 素敵な日本人

東野圭吾/著、光文社

登場する人物が知人に似ていたり、経験のあるトラブルだったり、つい思い浮かべてしまう妄想の具現化だったり…。意外性と機知に富み、四季折々の風物を織り込んだ短編ミステリー9編。



一般図書

#### 角野栄子の毎日いろいろ

角野栄子/著、KADOKAWA

「魔女の宅急便」など、千冊以上の児童文学を生み出してきた作家、角野栄子。82歳の彼女から学ぶ、人生を明るく、色鮮やかに生きていくための「衣」「食」「住」のレシピ集。

- 開館時間 午前9時～午後7時(4月～9月)
- 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

# 飯豊遺産

## いいで・ヘリテイジ

⑭

### ③— 樁焼③—

前回は江戸時代の早い時期に操業した樁焼裏山窯のお話しをしました。裏山窯は17世紀の終わり頃には操業をやめてしまうのですが、その後、樁には新たな窯が興ります。18世紀末から19世紀の初め頃のことです。これは米沢藩に上杉鷹山が登場し、傾いた藩の財政を立て直すべく奮闘している時期で、この際に、鷹山の改革の一環として藩内で多くの産業が興ります。窯業もその一つでした。当時、飯豊町の小白川や樁に、越後から多くの人が移住していました。この中に焼物の技術者がいたので、市内という名前



長寺様寺宝の龍文皿

の人物です。子孫の

方が現在も樁に住んでいます。市内は樁村の村長だった伊藤嘉六家から資金を借り受けると、大福寺の西側の山手で窯業を行いました。藩の支援もあったかもしれませんが、窯跡は見つかっていませんが、裏山窯跡の周辺だったと思われます。この辺りは、窯業を始めるのに何かメリットがある土地だったのかもしれませんが。市内の焼物は現在も見ることができます。本長寺の寺宝の龍文皿と、



樁印印刻甕

須郷にある「とよさと荘」に収蔵されている「樁印」が捺された甕です。

問合せ先／社会教育課生涯学習振興室 ☎72-3111

五月一日と二日を休めるなら九日間の大型連休となる。連休の谷間を休めなくても七日間の休暇はすごい。これまでは、行事が入り連続して休めることはまず無かった。今回は休める。年末年始にテレビ出演がないタレントに似た寂しさはあるけれど自活のチャンス到来である。

溜まった新聞、読みかけの本や資料を一挙に読んで頭に入れる、家の周りの掃除、風雪に破壊されたかざらいの片付け、樹木の手入れ、破れ障子貼り、衣類の修繕と整理、日頃は行けない町内外の最前線や現場に立ち実情を見聞きし、朝は運動を欠かさず、町を歩く。若者と対話し音楽を聴く、お墓参りをする、壊れた家具の修理、庭と畑の草むしり、それらの完了の後、机に座って将来を展望し新政策を練り上げる。これが七日間の休暇構想だった。だがしかし、現実はその甘くはない。

わが家の五月のGWは、家族の三分の二が農と食に関わる仕事を持つゆえに一年で最も多忙なときである。深夜も交替勤務で出勤である。時間を自由にできる自分が食事や身の回

りの世話をせざるを得ないから、主婦の役割の尊さを痛感することになる。この際、休み中にしてほしい家の願いを尋ねれば冬の間溜め込んだ生ごみの処理だという。全ての計画を棚上げして畑の肥塚の処理に取り掛かる。きれいに地ならししコンポスターを置いて持続可能な生ごみの資源化を図ろうとした。そこで驚愕の事実を発見する。第一に無数のビニールの混入、第二にあるうことかスプーンや小皿など食器の混入、そして真白く風化した貝殻の堆積である。まさに現代版貝塚である。

なぜこのような事実が発生するのかを問うと、分別の暇もない多忙が原因とのこと。縄文時代から何千年も繰り返された庶民生活、男と女の暮しの断面である。それにしてもあらゆるものが土に還ることを知る。ビニールと食器と貝殻を除いて。

町を歩くと、志を成し名を遂げ、顕彰する碑に気づく。碑は懸命に生きた人々の大切な証である。同時に、日常を生き抜いて繰り返される命の輪廻、その証が貝塚である。碑と貝塚を並べたら罰が当たるだろうか。

### 『貝塚』

連載

## 町長の息を歩きたい 90

後藤 幸平



Karte ⑦

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**
- ・朝ごはんは1日のスタートを
  - ・体幹エクササイズ



忙しい毎日の朝、朝食を食べるぐらいいなら、身だしなみを整えたり、あと5分寝ていたい。そんな気持ちもよくわかります。しかし、朝食を抜くと、エネルギー不足のため、学校や職場でなんとなくイライラしたり、勉強や仕事がかかどらない、頭がぼーっとするなど、午前中の学習意欲や作業能力に影響が出てきます。また、若い頃から朝食抜きの生活パターンが続いている方は、生活習慣病のリスクも高まります。朝食を抜いて空腹のまま昼食を食べると、血糖値が急激に上がってしまい、体は余分なエネルギーをため込んで太りやすい体質になります。

町の調査では、朝食を食べている園児の割合は91%となっており、(平成25年度第2次健康いで21アンケート調査結果)また、朝食の摂取と学力調査の平均正答率との関係を見ると、小学校では、毎日食べる児童では75%、食べない児童では57%と学力でも差が出るのがわかっています。(文部科学省平成24年度全国学力・学習状況調査)この調査結果から、朝ご飯を食べる子は、集中して勉強に取り組んでいることがわかります。

では、朝食は具体的に体にどのような影響を与えているのでしょうか。

うか。脳の栄養は、ブドウ糖です。ブドウ糖は、体内に大量に貯蔵しておくことができないため、すぐに不足してしまいます。夕食をたぐさん食べても、ブドウ糖は寝ている間に消費されるため、翌朝には脳がエネルギー不足になっていきます。脳にエネルギーを補給するためには、「朝食を食べること」以外にありません。

それでも、作る時間や食べる時間がとれないという方は、おにぎりや卵かけごはんや野菜ジュース、チーズトーストと牛乳など、簡単で、手軽に、まずは朝食を食べるという習慣を身につけましょう。朝食を食べることに徐々に慣れてきたら、味噌汁や卵焼き、サラダや果物を加えるなど、もうひとつ工夫できるようにすれば、さらに栄養バランスのとれた朝ごはんになります。

よりよい1日がスタートできるように、今までより少しの早起きを心がけ、朝食を見直してみましよう。



体幹エクササイズ(パート②)

今回は体幹と肩甲骨の安定につながるエクササイズです。

◆フロントポジション

①うつ伏せになり肘を床について、肩と一直線にする。その状態で息を吸ったり吐いたりしながら姿勢を保持する。

この時、お尻が上がったり下がったりしないようにする。

保持する時間は三十秒程度。慣れてきたら徐々に長くしましょう。



②さらに可能な方は、①の状態から片足をゆっくり上下させる。

回数は交互に十回を目安にしていきましょう。

※ポイント  
肩を下げ肩甲骨を安定させること。



お腹でしっかり支えるイメージで行いましょう。

**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

**「やまがた縁結びたい」  
結婚相談会**

出会いの機会がない、お見合いの相手を紹介してほしいなど、結婚に関する不安やお悩みをお持ちの方に、ボランティアで仲人活動を行う「やまがた縁結びたい」が個別の相談会を開催します。相談は無料です。

◆日程

5月14日(水)、7月16日(水)、9月17日(水)、11月19日(水)、平成30年1月14日(水)、3月18日(水)

◆時間/13:00～16:00

◆会場/山形県職員会館 あこや会館(山形市)

◆対象/結婚を希望する方 各回18名(ご本人が出席できない場合は親御さんなどでも可)

◆申込・問合せ先/山形県子育て推進部子育て支援課☎023-630-2668  
※開催日の2日前までに申し込んでください

**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

茂木栄子氏(東部)、高橋敏夫氏(高峰)、伊藤幸子氏(萩生)、井上慶次氏(椿)、手塚淳子氏(黒沢)

◆町内の人権擁護委員による相談会

○開催日/6月2日(金)、8月4日(金)、10月6日(金)、12月8日(金)、平成30年2月16日(金)

○時間/13:00～15:00

○場所/町民総合センター「あ～す」

◆問合せ先/役場住民税務課生活環境室☎87-0514

**見守り配食サービスを利用してみませんか？**

食事作りが大変な方へ、お弁当を届けるサービスです。

また、お弁当を配達する際に声掛けをし、見守りも行います。

◆利用対象者/65歳以上の1人暮らし世帯または高齢者のみの世帯で利用を希望する方

◆実施日

○中、萩生、黒沢、椿、小白川、東部地区：月～金曜日

○高峰、手ノ子地区：月～水、金、土曜日

◆利用料/1食400円(おかずのみは300円)

◆内容/①実施日のうち希望の曜日(年末年始を除く)に、利用者へ昼食のお弁当を届けます

②食事作りの参考として、栄養に関する資料を届けます

③配達の際に、利用者の方の見守りを行います

◆申込・問合せ先/役場健康福祉課福祉室☎86-2233

**第29回いいで黒べこ祭り  
前売り券を販売します**

満開のゆりが咲く中で、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2日(水)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)15,000円

※牛肉・野菜・つや姫おにぎり・飲み物セット

○販売日/5月15日(水)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、どんでん平ゆり園、役場農林振興課農業振興室

◆問合せ先/役場農林振興課農業振興室☎87-0525

**飯豊町消防演習の開催**

飯豊町消防団では、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4日(水)8:50～12:15

◆場所/町民総合センター「あ～す」

◆内容/火災防ぎょ訓練、新入団員・女性団員による訓練、ポンプ車操法、応急手当訓練、分列行進・防火パレードなど。

※雨天時は内容・時間に変更になります

◆入団・問合せ先/西置賜行政組合消防署飯豊分署☎72-2222

**町民プール監視員募集**

詳細はお問い合わせください。

◆募集人員/5名

◆勤務期間/6月中旬～8月下旬

◆申込期限/5月23日(火)

◆申込・問合せ先/町社会教育課生涯学習振興室☎72-3111



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
岩沼市	庄司良春さん
萩生	土屋久美子さん
黒沢	横澤貴大さん
長井市	鈴木琴さん
米沢市	後藤亜星さん
松原	長谷川秀佳さん

お誕生おめでとうございます

住所	氏名	ご両親
黒沢	佐藤莉維くん	(孝博 あやか)
添川	石井慧くん	(豪舞)
椿	遠藤櫻盛くん	(大基 亜香里)

心からおくやみ申し上げます

住所	氏名	年齢
椿	下椿岩野正さん	86
中	中西渡部幸さん	81
小白川	十字舟山太さん	79
椿	椿第一伊藤孝一さん	57
萩生	町上阿部武司さん	68
中	中西山口昭三郎さん	84
黒沢	黒沢鈴木兵助さん	82
萩生	中ノ舘菊地幸男さん	83
萩生	高野石山光二さん	92

※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	2,385 (-2) 転入 21
人	男 3,603 (-13) 転出 25
	女 3,762 (-2) 出生 3
計	7,365 (-15) 死亡 14

「(仮称)道の駅よねざわ」農産物など直売所説明会

平成30年春オープン予定の「(仮称)道の駅よねざわ」内、農産物などの直売所について、出荷に関する事前説明会を開催します。

- ◆日時 / 5月17日(木)19:00~
- ◆場所 / 町民総合センター「あ~す」
- ◆申込・問合せ先 / 米沢市農林課農政担当 ☎0238-22-5111
- ※前日までに申し込んでください。

河川等の伐採木を無償提供

県では、河川支障木を一般の方に無償提供します。事前申し込みは不要で、提供物が無くなり次第終了します。営利・転売目的の場合は提供できません。

- ◆提供期間 / 5月30日(火)~31日(水) 9:00~16:00
- ◆提供場所 / 置賜白川飯豊橋下流東側の河川敷(添川地内)
- ◆対象者 / 自ら積み込み運搬できる方
- ◆提供量 / 一人軽トラック1台程度
- ◆問合せ先 / 置賜総合支庁西置賜河川砂防課 ☎88-8234

羽越水害50年記念事業 巡回パネル展

甚大な被害をもたらした昭和42年の「羽越水害」から50年目の節目を迎えます。これを契機に、羽越水害とその後の防災を振り返る取り組みとして巡回パネル展を行います。

- ◆期間 / 5月30日(火)~6月6日(火)
- ◆場所 / あ~すふれあいホール
- ◆問合せ先 / 羽越水害50年記念事業実行委員会事務局 ☎023-688-8926

借金返済に関する相談窓口

山形財務事務所 借金返済相談窓口  
◆相談専用電話 / ☎023-641-5201  
◆受付 / 月~金(祝日、年末年始除く)

いいでハイツの入居者を募集します

- ◆募集戸数 / 1戸(3階)
- ◆募集期間 / 5月15日(月)~5月19日(金)
- ◆住宅情報 / 萩生3623番地3
- 間取り / 3DK(6畳和室2室・4.5畳和室1室・DK6畳)
- 家賃 / 38,000円※駐車場代は別
- ◆申込・問合せ先 / 役場地域整備課建設室 ☎87-0516

おしどり金婚さん募集

山形新聞・山形放送では、昭和41年に結婚され50年を経過したご夫婦を「おしどり金婚さん」として10月に顕彰します。対象者を募集しています。

- ◆募集期限 / 5月31日(木)
- ◆申込・問合せ先 / 山形新聞「おしどり金婚さん顕彰」事務局 ☎0120-81-8040または町社会福祉協議会 ☎72-3353

来春卒業予定の学生・生徒を採用予定の事業主の方へ

平成30年3月卒業予定者(中学~大学など)採用予定の事業所の方を対象に求人受理説明会を開催します。事前に申し込みが必要です。

- ◆日時 / 5月26日(金)14:00~16:00
- ◆場所 / 長井市生涯学習プラザ
- ◆申込・問合せ先 / 長井公共職業安定所 ☎84-8609

平成29年度税務職員採用試験のご案内

- ◆受験資格 / 高校卒業見込みの方および高校卒業後3年経過していない方。また、その同等の資格があると人事院が認める方
- ◆受付期間 / 6月19日(月)~6月28日(木)
- ◆申込方法 / インターネット申込  
国家公務員試験採用情報NAVI (<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>) インターネットで申し込みめない場合は申込受付期間前に仙台国税局人事第二課試験研修係または人事院東北事務局へ連絡すること
- ◆第1次試験日 / 9月3日(日)
- ◆申込・問合せ先 / 仙台国税局人事第二課試験研修係 ☎022-263-1111  
人事院東北事務局 ☎022-221-2022

◇広報担当になって早くも一カ月がたちました。文章を書くにあたり、共同通信社刊「記者ハンドブック」を購入。それを傍らに編集業務を行っています。「分かりやすくやさしい文章、言葉で書く」と、目で見れば理解できることも、いざ書いてみると、その難しさを痛感しています。

◇町内のイベントなどの多さに正直なところ驚いています。各種団体の方々が試行錯誤の末に開催するイベントは多様で、私自身はもちろん、子どもも連れて、見て感じて楽しみたいものばかりです。自分の視野を広げるチャンスだと感じています。(ともあき)



# 第4回 心の古里いいでフォトコンテスト

テーマ：あの人に送りたい一枚～いいで町～

最優秀賞 「温もりの町灯かり」



## 佐藤秀明審査員の講評

絵の中では小さな町灯りですが、人間が寄り添って生きているんだと思わせるほど大きく感じます。プラス撮影の苦勞が伝わって来るような作品です。中津川地区をここから撮った作品は数多くありますが新鮮な眼差しで捉えた優れた作品です。

### 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。

1  
Series

掲載順について  
上位の作品から順に掲載します

## 受賞のよろこび

この場所は撮りつくされていて、もう新しい写真はみることが出来ないというくらい有名な場所からの撮影です。

雪をひそかに待っていて、その日が訪れ行ってみると、素晴らしい光景が目前に現れました。

町灯かりがやさしく、そこに住む人々の温もりが伝わってくるような感じがしました。

鈴木 明吉 さん (南陽市)

撮影地 中津川地内／源流の森展望台