

柳津町将来像

みんなが**主役!** 笑顔広がる**絆**のまち

広報
やないづ

12

vol.549 2013



●今月の内容●

秋のイベント特集	2
平成25年度自治功労者表彰式	4
再生可能エネルギーについて考えてみませんか ...	6
町内の中学校のあり方について	10
赤べこ新聞社	12
情報プラザ	16

西山保育所もちつき大会 (11月12日)

柳津町文化祭

11月2日(土)及び3日(日)に、柳津町文化祭が開催され、小中学生や文化協会加盟団体による作品展示やお茶会が実施されました。

また、4日(月)には郷土歴史文学作家 笠井尚氏による講演が「竹久夢二と柳津」を演題に行われました。

料理教室活動記録



RC-gilsがおもてなしのダンス



S L只見線紅葉号運行

11月2日(土)及び3日(日)に、S L只見線紅葉号が運行され、多くの鉄道ファンで柳津駅は賑わいました。

柳津駅では、名産品の振る舞いや柳津小学校のダンスユニット「RC-gils」がダンスを披露し、乗客は心のこもったおもてなしを楽しんでいたようでした。

お点前の披露



小中学生作品展示



駅へ入るC11形325



可愛い一日駅長さん



秋のイベント特集

軽トラ市での野菜販売



大盛況の芋煮振る舞い



一斉にスタート



軽快に走るランナー



第15回農林業まつり・JAまつり

11月3日(日)に、柳津町農林業団体連絡協議会主催による第15回農林業まつりが開催されました。

会場では新鮮な秋野菜や加工品の販売、軽トラふれあい市やリンゴの皮むき競争、JAまつりによる芋煮の振る舞いなどが実施され、秋の味覚を楽しむ多くの家族連れの姿がみられました。

柳津町産野菜の加工品販売



見事フィニッシュ!



第2回赤べこ発祥の地 会津柳津フルマソン大会

10月27日(日)に、第2回赤べこ発祥の地会津柳津フルマソン大会が開催され、県内外から160名のランナーが参加されました。

当日は台風の影響による雨や風が心配されましたが、スタート時には爽やかな秋晴れが広がり、赤や黄色に色づき始めた柳津の自然や街並みの中をランナーは軽快に走っていました。

職員及び特別職の給与等のお知らせ

職員の給与は、人事院及び県人事委員会勧告をもとに、県や他の地方公共団体との均衡を考慮して、町議会の議決を経て条例で定められています。

このたび、平成25年4月1日現在の地方公務員給与実態調査等の結果から職員及び特別職の給与等について公表いたします。

なお、平成25年9月から平成26年3月までの間、町長、副町長及び教育長の特別職にあつては10%、一般職員については給料表5・6級で5.47%、3・4級で4.35%、1・2級で2.67%の給与の減額措置を実施しています。

◆職員給与費の状況（平成25年度一般会計予算）

(単位：千円)

職員数 (A)	給料	職員手当	期末勤勉手当	計 (B)	1人当たり給与費 (B/A)
68人	244,604	118,804	89,717	453,125	6,664

※教育長含む。町長及び副町長は含まない。

◆人件費の状況（平成24年度普通会計決算）

住民基本台帳人口(平成25年4月1日現在)3,883人 (単位：千円)

歳出額 (A)	実質収支	人件費 (B)	人件費率 (B/A)
4,366,407	187,310	545,342	12.5%

※人件費には、非常勤の特別職に支給する給料及び報酬を含む。

◆特別職の報酬等

(単位：円)

区分	役職	月額	期末手当
給料	町長	739,000	6月期 1.4月
	副町長	598,000	
	教育長	556,000	
報酬	議長	266,000	12月期 1.5月
	副議長	215,000	
	議員	193,000	

◆職員の平均給与月額及び平均年齢の状況

(単位：円、歳)

区分	平均給与月額	平均年齢
一般行政職	304,121	40.03
技能労務職	304,960	50.06

◆職員の手当

区分	6月期	12月期	合計
期末手当	1.225月	1.375月	2.6月
勤勉手当	0.675月	0.675月	1.35月
合計	1.9月	2.05月	3.95月

◆初任給の状況

(単位：円)

区分	月額
大卒	175,100
短大卒	155,400
高卒	142,500

◆職員の配置状況（平成25年4月1日現在 普通会計及び特別会計の合計79名）

(単位：人)

一般行政部門	議会	総務	税務	農林水産	商工	土木	民生	衛生
職員数	2	13	3	8	5	5	17	3
前年比	±0	-1	±0	±0	±0	±0	±0	±0

(単位：人)

(単位：人)

特別行政部門	教育	公営企業等会計部門	病院	水道	下水道	その他
職員数	12		3	1	2	5
前年比	±0		±0	±0	±0	±0

☎ 総務課総務班 TEL 42-2112

平成25年度自治功労表彰式

11月3日（日）文化の日、町役場において「柳津町自治功労者表彰式」が行われ、町政の発展のため貢献された方々に町長から表彰状と記念品が贈呈されました。

なお、受賞された方々は下記のとおりです。



(敬称略・順不同)

1. 功労表彰

氏名	行政区	表彰略歴等
佐藤正喜	桐ヶ丘	区長 (12年6月)
矢部幸一	大平町	消防団員 (30年11月)
角田友行	久保田	消防団員 (30年4月)
小島文江	湯八木沢	消防団員 (30年1月)
鈴木敬之	琵琶首	会津坂下地区交通安全協会西山分会役員(20年7月)
有限会社河内屋商店 代表取締役 山内拓也	寺家町	寄付 150万円

2. 善行表彰

氏名	行政区	表彰略歴等
菊地正意	五畳敷	区長 (4年)
坂上重郎	岩坂町	区長 (4年)
唐澤誠	門前町	区長 (4年7月)
山内光栄	石生	区長 (4年)
鈴木榮	麻生	区長 (4年)
佐藤晴男	小柳津	区長 (4年7月)
鈴木義博	古屋敷	区長 (4年)
芳賀信夫	新村	区長 (4年)
白井和男	大野	消防団員 (17年6月)
鈴木篤男	石神	消防団員 (17年6月)
眞田健治	猪鼻	消防団員 (17年1月)
鈴木亘	大成沢	消防団員 (17年1月)
飯塚正	湯八木沢	消防団員 (17年1月)
小貫恵	安久津	献血に協力し、保健衛生事業に貢献 (30回)
横田啓子	八坂野	献血に協力し、保健衛生事業に貢献 (30回)
齋藤正彦	出倉	農業共済役員 (10年5月)
小島信和	湯八木沢	納税貯蓄組合長 (11年7月)
田崎榮子	出倉	多年にわたり、柳津町と西会津町を結ぶ林道芝倉線の交通の安全確保・道理維持管理に貢献した。

3. 顕彰表彰

氏名	行政区	表彰略歴等
西村康	桐ヶ丘	成24年度福島県高等学校新人体育大会 ソフトテニス 団体 優勝 第59回福島県高等学校総合体育大会 ソフトテニス 団体 優勝 平成25年度東北高等学校選手権大会 ソフトテニス 団体 準優勝 第44回東北高等学校インドアソフトテニス大会兼 第38回全日本高等学校選抜ソフトテニス大会 団体 準優勝
天野亮	牧沢	国立環境研究所主催 第2回絵画コンテスト「地域環境研究センター賞」受賞
伊藤匠	黒沢	国立環境研究所主催 第2回絵画コンテスト「生物・生態系環境研究センター賞」受賞
横井陽美	出倉	全国染織連合会主催 第16回きものデザインコンクール ジュニアの部「京都府知事賞」受賞
鈴木大地	塩野	全国染織連合会主催 第16回きものデザインコンクール ジュニアの部「日本絹業協会会長賞」受賞
伊藤玲奈	一王町	全国染織連合会主催 第16回きものデザインコンクール ジュニアの部「銀賞」受賞
田巻亜美	八坂野	全国染織連合会主催 第16回きものデザインコンクール ジュニアの部 入選
鈴木義樹	琵琶首	全国染織連合会主催 第17回きものデザインコンクール ジュニアの部「京都市長賞」受賞
佐藤凌	諏訪町	全国染織連合会主催 第17回きものデザインコンクール ジュニアの部「京都市芸術文化協会理事長賞」受賞
橋本匠	細越	全国染織連合会主催 第17回きものデザインコンクール ジュニアの部「美しいキノコ賞」受賞
鈴木一壮	桐ヶ丘	第67回福島県合唱コンクール 金賞 第65回全日本合唱コンクール東北支部大会 金賞

4. 感謝表彰

氏名	住所地	表彰略歴等
半沢政人	三島町	多年にわたり非常勤美術講師として、柳津・西山中学校の生徒の指導にあたり、多くのコンクール入賞者を輩出した。

再生可能エネルギーについて考えてみませんか



斎藤清美術館屋上の太陽光パネル(出力10kw)

平成23年3月の東日本大震災による福島第一原子力発電所事故以降、原子力発電に依存しないエネルギー供給体制への関心が高まっています。また、二酸化炭素などの温室効果ガスの影響による地球温暖化防止の観点から、環境負荷の少ない発電方法への関心もまた高まっています。

このような状況の中、柳津町では環境と共生しつつ持続可能な発展を遂げるため、環境への負荷の少ない再生可能エネルギーの利活用を積極的に進めることを目的に平成20年2月に「柳津町地域新エネルギービジョン」を策定し、公共施設への太陽光パネルの設置、小水力発電可能性適地調査又は住宅用新エネルギー設備等補助金等の事業を進めています。

なぜ、再生可能エネルギーが必要なの？

これまで、私たちは生活の利便性と快適性を追求し、石油などの化石燃料の大量消費により、二酸化炭素等の温室効果ガスの大量排出による地球温暖化やエネルギー資源の枯渇懸念といった問題を引き起こし、地球規模での積極的な環境問題への取り組みが緊急の課題となっています。

また一方では、福島第一原子力発電所事故以降、福島県では原子力に依存しない安全・安心で持続的に発展可能な社会を目指すため、浮体式洋上風力発電実証事業を進めるなど、復興計画の柱として再生可能エネルギーの飛躍的推進を掲げ、福島県再生可能エネルギー推進ビジョンにおいては、2040年頃を目途に県内の一次エネルギー供給に占める再生可能エネルギーの割合を100%以上を目指すとしています。

では、なぜ柳津町が取り組むの？

柳津町は、単機出力で日本最大規模である柳津西山地熱発電所や豊富な只見川の水量を利用した柳津発電所などの自然エネルギーの豊かな地域であり、エネルギー自給率では全国第4位の町です。

こうした町の特色は、単に地球温暖化やエネルギー対策だけではなく、地域の活性化や地球の未来を担う子ども達をはじめとする多くの人々への教育・啓発効果が見込まれます。

こうしたことから、町では「柳津町地域新エネルギービジョン」の「新エネルギーによる夢と活力の創造」をテーマに地域の特色を活かした新エネルギーの導入を進めています。

エネルギー自給率は全国第4位

順位	都道府県	市区町村	2012.3 エネルギー 自給率	2011.3 エネルギー 自給率
1	長野県	平谷村	1,067.24%	1,028.86%
2	長野県	大鹿村	1,001.37%	974.61%
3	大分県	九重町	938.09%	1,153.42%
4	福島県	柳津町	891.46%	809.28%
5	熊本県	水上村	850.59%	776.66%
6	青森県	東通村	576.05%	571.03%
7	熊本県	五木村	562.04%	529.86%
8	徳島県	佐那河内村	534.19%	530.64%
9	宮崎県	西米良村	508.25%	519.67%
10	長野県	栄村	423.42%	419.05%

出典：千葉大学倉庫研究室及びNPO法人環境エネルギー研究所「エネルギー永続地帯」2013年版試算結果（速報版）

これまでの柳津町の主な取り組み

平成19年度

柳津町地域新エネルギービジョンの策定

平成20年度

新エネルギー等に関する意識の啓発

- ・新エネルギー施設見学会の実施
- ・新エネルギー紹介パネル展及びペレットストーブ展示の実施

平成21年度

1 新エネルギー等に関する意識の啓発

- ・環境教育の実施（公民館主催学級での講演）
- ・環境・エネルギーブースの出展

2 新エネルギー普及を牽引する先導的な導入

- ・ペレットストーブの導入（つきみが丘町民センター1台）
- ・住宅用新エネルギーシステム設置事業費補助制度の創設

平成22年度

1 新エネルギー等に関する意識の啓発

- ・環境教育の実施（公民館主催学級での講演）
- ・地球温暖化及び新エネルギー関連パネル展

2 新エネルギー普及を牽引する先導的な導入

- ・公共施設への太陽光発電など新エネルギー導入 役場庁舎（太陽光発電システム 10kW）
- ・住宅用新エネルギーシステム設置事業費補助制度の改正
対象設備にペレット・薪ストーブを追加

平成23年度

1 広報紙等への省エネルギーの事例紹介

2 住宅用新エネルギーシステム設置事業費の補助

平成24年度

1 公共施設への太陽光発電など新エネルギー導入
・柳津小学校（太陽光発電システム10kW、蓄電池11kW設置）

・斎藤清美術館（太陽光発電システム10kW）

2 小水力発電可能性適地調査の実施

新エネルギー対策検討委員会の開催

10月25日（金）に、平成25年度柳津町新エネルギー対策検討委員会が開催され、これまでの町の取り組みや次世代自動車インフラ整備促進事業等の今後の事業計画について、協議されました。



柳津町住宅用 新エネルギー設備等 設置費補助金

町では、町民の皆さんの新エネルギー導入を積極的に支援することにより、地球規模での環境保全とエネルギーの安定供給の確保を図り、自然と共生する美しく快適なまちづくりを推進するため、住宅に新エネルギー設備等を設置する町民の方に対し、予算の範囲内で補助金を交付します。

○補助金交付対象者

- (1) 自らが居住し又は居住しようとする柳津町内の住宅(店舗等との併用等も含む。)に設置する方
- (2) 太陽光発電システムを設置する方は、電力会社と電力需給契約を締結する方
- (3) 町税等の未納が無い方
- (4) 平成26年3月20日までに実績報告のできる方

○対象設備と募集件数

- (1) 太陽光発電システム：3件
- (2) 太陽熱利用システム：1件
- (3) ペレットストーブ又は薪ストーブ及び薪ボイラー：1件

○補助金額

- (1) 太陽光発電システム：6万円/kw（上限4kW、24万円）※別途、国、県補助あり
- (2) 太陽熱利用システム：設置事業費の1/10以内（上限8万円）
- (3) ペレットストーブ又は薪ストーブ及び薪ボイラー：設置事業費の1/5以内（上限5万円）

○取付費用（例）

・太陽光発電システム（4kw）の場合
総事業費220万円－補助金46万円（国8万＋県14万＋町24万）＝自己負担額174万円

・太陽熱利用システムの場合
総事業費80万円－補助金8万円（町のみ）＝自己負担額72万円

※出力数や1kWあたりの経費等によって補助金交付額は変動します。

○太陽光発電設備導入実績例（4kw程度）

・Aさん（柳津地区）
年間売電額76,638円（1か月あたり6,386.5円）
年間発電量3,322kw（1か月あたり276.8kw）

・Bさん（西山地区）
年間売電額64,032円（1か月あたり5,336円）
年間発電量3,826kw（1か月あたり318.8kw）

※売電額は家庭での余剰電力量に、発電量は設置した設備の性能等によって異なります。

○問合せ・申込先 柳津町役場総務課企画財政班
(Tel. 0241-42-2112)

12月は一斉滞納整理強化月間です

税金は、私たちの生活に身近な教育、福祉、道路整備などの行政サービスを提供する上で非常に重要な財源です。町税の滞納は、町の財産を圧迫し、納期限内に納めている大多数の町民のみなさんとの公平性を欠く行為です。

そこで町では、会津地域地方税滞納整理機構と連携し滞納者の財産の差押え等の滞納処分を強化します。

税金を納期限までに納めなかった場合は、まず督促状を送付し、督促状を送付しても税金の納付がない場合には滞納者の財産を差押えます。

税金は、納期限内の自主納付が原則です。納期限を過ぎた場合は、督促状の発送などに多額の経費がかかり、その経費も税金で負担することになります。納期限内の納付に御協力をお願いします。

事情により、納期限までに納められない場合は、そのまま放置せず、できるだけ早めに納税相談をしてください。

柳津町は「納税完納推進の町」です。

☎ 総務課税務班 TEL 42-2113
会津地域地方税滞納整理機構
TEL 0242-29-5241

財産の差押えについて

税金を滞納すると預貯金や給与、不動産、自動車の登録などの「差押」を行います。

- ◆預貯金
金融機関に照会を行い、預金（貯金）を差し押さえ、税金を徴収します。
- ◆給与
勤務先の会社などを調査し給与債権の差し押さえを行い、税金を徴収します。一度の差し押さえで完納にならないときは、完納になるまで継続して行う場合があります。
- ◆不動産
土地・建物などの不動産は、法務局で差し押さへの登記を行い、納付がない場合は公売をし、税金を徴収します。
- ◆自動車
自動車にタイヤロックを装着し運行不能状態にした上で、公売によって換金し、税金を徴収します。

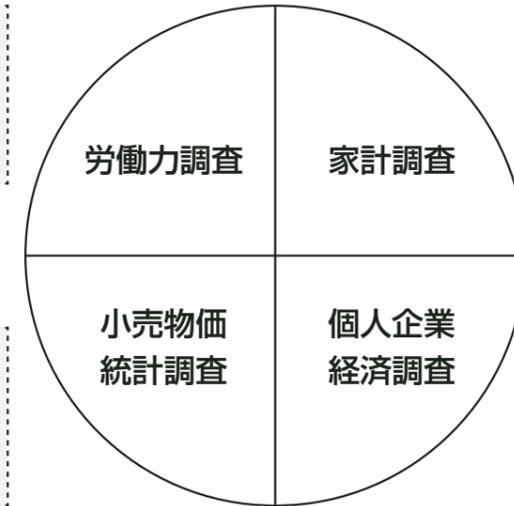


暮らしを見つめる 統計調査

総務省統計局では、国民の暮らしを見つめ、よりよい社会を実現するためにさまざまな統計調査を定期的に行っています。

これらの調査は、「国の姿」を明らかにする重要な調査ですので、皆様が調査の対象となった場合は、調査への御協力をお願いします。

就業状況や完全失業率など「雇用」を明らかにし、景気判断や雇用対策の立案に使われます。



世帯の収入や支出など「家計収支」を明らかにし、景気動向の分析に使われます。

小売価格など「物価」を明らかにし、消費者物価指数など物価に関する基礎資料として使われます。

個人経営の事業所の「景気」を明らかにし、国民総生産（GDP）の推計資料などに使われます。

☎ 総務課企画財政班 TEL 42-2112

「赤べこトータルスポーツ」 (副) クラブマネージャー募集

柳津町総合型地域スポーツクラブ「赤べこトータルスポーツ」では(副)クラブマネージャーを募集しています。

- 勤務先 柳津町B&G海洋センター
 - 業務内容 (正) クラブマネージャーのサポート、教室の企画・実施・管理等
 - 勤務時間 8時30分から17時30分
 - 賃金 クラブ規定による
 - 雇用条件 スポーツ愛好者
- パソコンの操作（ワード、エクセル）ができる者
普通自動車運転免許所持者

■申込み
随時申込みを受け付けておりますので、興味がある方は下記問い合わせ先へ御連絡ください。

☎ B&G海洋センター TEL 42-2246



各種運動教室の運営を通して、町民の健康づくりに参加していただける方をお待ちしています。

明るくやる気のある方募集中！！

宝くじの助成金で除雪機及び防犯灯を整備



(財)自治総合センターが実施するコミュニティ助成事業を受け、一王町地区で除雪機を購入、大平町地区で防犯灯を整備しました。

今後、除雪機は、高齢者世帯をはじめとする地域住民の冬期間の安全・安心な生活の確保、防犯灯は、犯罪の抑止や夜間の交通事故防止等に活用します。

本事業によって地域コミュニティが促進され、住民がお互いに支え合う暮らしやすい町づくりとなるよう期待しています。



町内の中学校のあり方について

柳津町教育委員会

教育委員会では、平成22年度から町内の中学校のあり方について、保護者との話し合いの場を設けるなどして、議論を重ねてまいりました。

このたび、8月に学校教育調査検討委員会から西山中学校の今後のあり方に関する報告書が提出されたことを受け、教育委員会は、下記の方針で今後の教育行政を進めていくことを決定しました。

今後の中学校のあり方に関する基本方針

柳津中学校、西山中学校の二校を廃し、新たな中学校一校としたい。

その際、通学にかかる負担等、生徒と保護者の不安を解消あるいは軽減するための対応を明確にするとともに、保護者や地区住民に十分な説明を行い、新たな教育環境を創設する必要性について理解を深めるよう努力したい。

よって、柳津中学校、西山中学校の生徒数の推移を見通しながら、平成27年4月という時期にはこだわることなく、必要・十分な準備期間を設定して慎重に進めたい。

平成25年10月25日 柳津町教育委員会

基本方針の策定にあたって（概要）

基本方針の策定にあたっては、将来にわたって柳津町の児童生徒をどのように育てていくのか、そのために学校はどうあるべきなのかを深慮し、学校教育のビジョンをより明確にしました（詳細は右ページの図を参照ください）。

さらに、各学校の教育環境を整備し、よりよい教育環境のもとで教育活動が展開できるようにして、生徒一人ひとりの本来持っている能力を引き出し、学力はもちろん人間性や社会性をさらに豊かなものに育成するためには、現状から一歩進んでいくことが教育委員会の責務であると考えました。

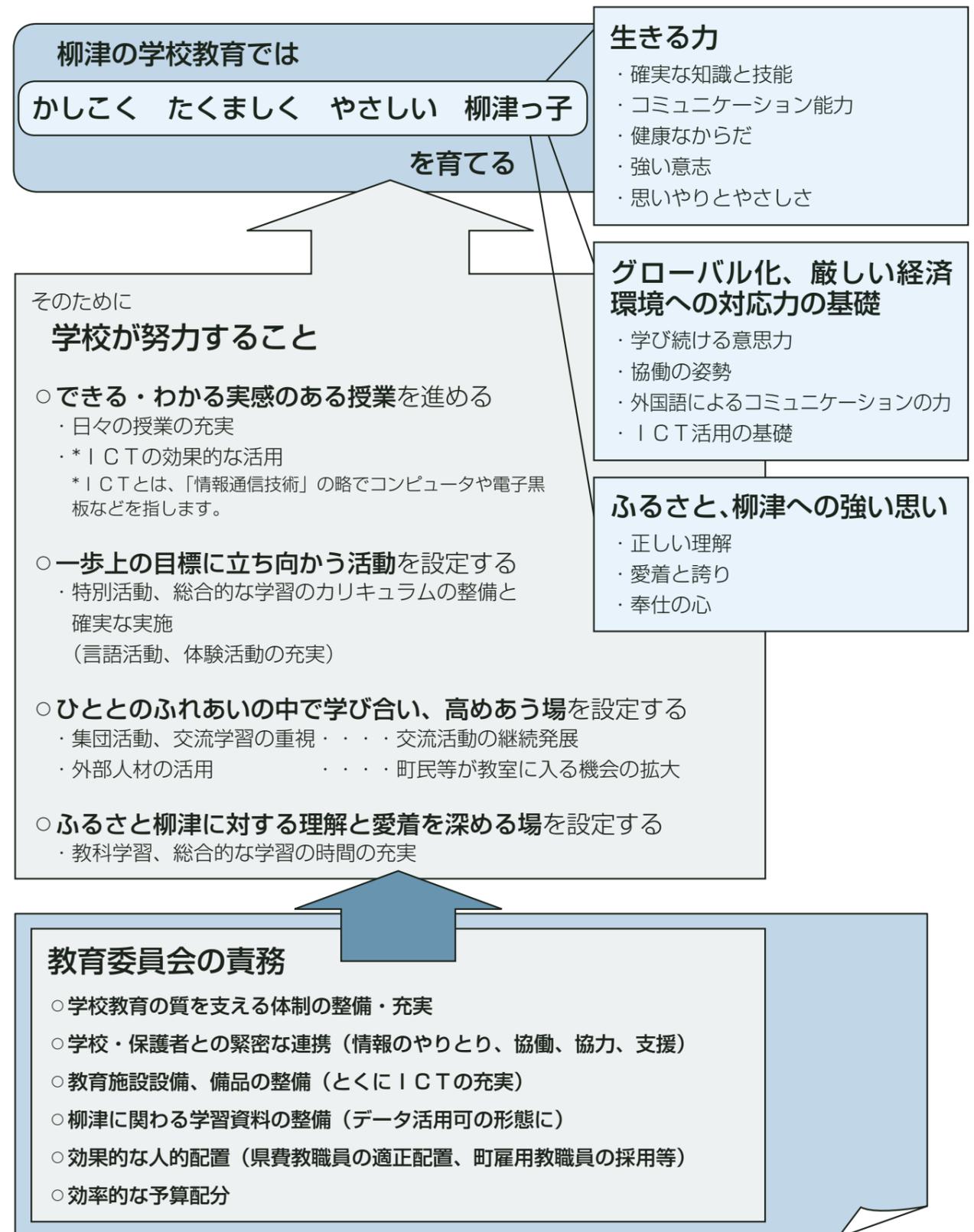
柳津町の小中学校は少子化が進み、日々の学校生活の一番身近な環境である学級集団が、小規模で固定化した人間関係になっており、児童生徒の自己肯定感の低さ、学力のばらつき、あるいはコミュニケーションのあり方、中学校を卒業した後の新たな集団への適応等の課題が浮かび上がっています。

すべての課題を一挙に解決することは困難ですが、このような状況から一歩前進するためには、生徒のもっとも身近な環境である学級集団を大きくすることが最善であると考えました。そのことによってそれまでの集団から離れ、それぞれ異なる環境で成長してきたもの同士が、新たな仲間作りをすることは教育的に大きな意味をもつと考えました。また、限られた集団の中でそれまで固定化した位置付けとみなされていた自分自身の可能性を広げるチャンスを与えられるものであり、思春期にあたる中学生の時代により多くの仲間に触れ、今まで以上に幅広い経験を積むことで新たな自分を発見できる生徒が増えることが期待できます。

※全文については、やないづ教育ねっと (<http://yanaizu-ed.net/>) を御覧ください。

柳津町学校教育構想

(平成26年度～教育委員会)





頑張る人にズームイン
みなさんの「ホット」するような情報をお知らせください。取材にお伺いします！
©総務課企画財政班 ☎42-2112



葛尾村・柳津町☆心のふれあい展

10月29日(火)から11月4日(月)にかけて、斎藤清アトリエ館において、「葛尾村・柳津町☆心のふれあい展」が開催されました。この展示会では、福島第一原子力発電所の事故によって当町に避難されていた葛尾村の方々が立ち上げた夢工房「葛桜(かつらおう)」による木工作品の展示が行われ、ひとつひとつ心を込めて作られた作品に来館者は心をうたれていたようでした。

西山小・中学校駅伝大会

11月6日(水)に、西山小学校と西山中学校が合同で開催する駅伝大会が開催されました。当日は爽やかな秋晴れに恵まれ、走者はこれまで練習してきた成果を存分に発揮し、応援する児童と生徒は元気に走者へ声援を送っていました。また沿道では保護者をはじめとした地域の方々が見守っていたほか、中学生が低学年の児童に併走して励ますなど地域の絆が感じられる大会となりました。



保育所もちつき大会

11月8日(金)に柳津保育所、12日(火)に西山保育所においてもちつき大会が行われました。保護者の方々に手伝ってもらいながら児童たちは実際に杵でもちつきをし、その後、みんなで作ったもちを食べました。つきたてのモチはやわらかくて美味しく、もちを食べる児童たちの顔には笑みが溢れていました。

道の駅会津柳津大感謝祭

10月19日(土)及び20日(日)に、観光物産館「清柳苑」オープン20周年及び道の駅「会津柳津」認定10周年を記念して大感謝祭が開催されました。当日は博士そばの新そば振る舞いや地元農産物の詰め放題などが行われ、大盛況となった会場では、訪れた観光客の柳津町の味を満喫する姿や土産物を買求める姿が見られました。



柳津町バレーボール連盟創立30周年記念式典

10月19日(土)に、柳津町バレーボール連盟は創立30周年を記念してつきみが丘町民センターで記念式典を行い、各大会の主催者や連盟加入チーム、歴代会長など約30名が参加されました。式典では、会長の二瓶博樹氏が、「30周年の歴史の重さを考え、40周年、50周年と連盟を継続させバレーボールを通して青少年の育成、他町村との親睦をはかりながら更なる発展に努めていきたい。」とあいさつされました。



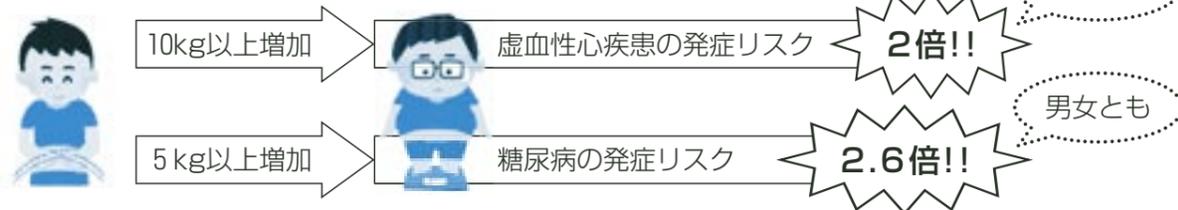
中学校文化祭

10月26日(土)に西山中学校、27日(日)に柳津中学校において文化祭が開催され、生徒たちがこれまで学習してきた成果や合唱などを発表したほか、授業での製作の展示などが行われました。生徒たちが力を合わせて開催した文化祭は、来場した保護者、卒業生や地域の方々も含めて大いに盛り上がりました。

冬太りを防ごう

体重が増えるとなぜ悪い？

肥満になると、高血圧や糖尿病などの生活習慣病になるリスクが高くなります。20歳の頃は痩せ型の体型で、その後体重の増えが少なかった人に比べると…



つまり中年期に5kg以上体重が増加した場合は要注意です。

また、肥満は生活習慣病などの健康のリスクを高めるだけでなく、**将来的に医療費負担を大きくする**との調査結果があります。

20歳の頃に標準体形の人が中年期で体重が増加し、新たに糖尿病・高血圧性疾患になったり、体重増加により糖尿病などが悪化した場合…

たとえば・・・
 <男性>約20kg増加した人
 <女性>約16kg増加した人

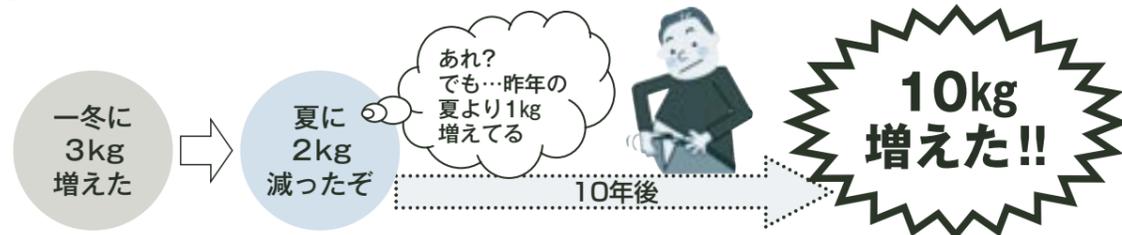
糖尿病に関する医療費は
なんと2.5倍増加
 高血圧性疾患の医療費は
1.3倍増加

男性で体重が約14kg、女性で約12kg増加した場合は、糖尿病医療費と高血圧性疾患の医療費ともに1.2倍増に!!

特定健診の結果の事でお話ししていると、

『冬になると動かなくなるから体重が3kgくらい毎年増えんだ。これから夏になって汗かくと体重減っから大丈夫だ!!』

と言う話をよく耳にします。しかし、本当に大丈夫でしょうか？ 本当にもとの体重まで戻ってますか？



こんなことになっていませんか？

柳津町では、平成22年度の特定健診の結果をみると、腹囲が基準値以上の人が33.7%、BMI 25以上の人が29.6%で福島県や全国に比べて多い傾向にあります。特に50代60代に多い傾向が見られます。

冬になるとなぜ太る？

では、なぜ冬になると体重が増えてしまうのでしょうか？冬に太るのは仕方がない事なのでしょうか？

体に脂肪をためこむ

私たちの体は、寒くなると体温を保とうとします。つまり脂肪を蓄え内臓を寒さから守ろうとします。

摂取エネルギーが増える

年末年始は、『クリスマス・忘年会・正月・新年会』があり、飲んだり食べたりする機会が多くなり、カロリーオーバーに…。

消費エネルギーが減る

寒くなると動くのがおっくうになりがち。外出や運動の機会も少なくなりエネルギー消費の量も少なくなります。

太る = 食べるエネルギー > 燃やす(消費する)エネルギー

体重が1kg増えるのには、約7,000kcalのエネルギーが必要です。ということは…7,000kcal余計に食べると体重が1kg増えることになります。

単純に計算すると年末年始の10日で1日1,000kcalいつもより多く食べてしまうと、10,000kcalに。ほぼ1.5kg太ることになります。また、体重が1kg増えると腹囲も1cm増えると言われています。

しかし、実は・・・冬は痩せやすい季節なのです。

冬は体に脂肪をためやすくなるため、太りやすくなるはなりますが、実は痩せやすい季節なのです。

外が寒いと、カラダは頑張って体温を上げようとするため自然と基礎代謝が上がり、カロリー消費がアップします。つまり、少しの運動でも効果的に脂肪燃焼が促されるという事になるのです!!

冬に体重を増やさないために

忘年会や新年会は普段の飲み会以上に暴飲暴食になりがちです。

- 宴会の御膳は野菜が不足しがちです。当日及び次の日の朝・昼食は、野菜をたっぷり取りましょう。
- 御膳を全部食べるとかなりの高カロリーに…。
- 脂っこい料理を少し残すなど、自分で選んで食べましょう。

あんこもち 1個 227kcal
 納豆もち 1個 175kcal です。

- お正月にはお餅がつきもの。お餅は一個50g(市販の切りもちの大きさ)で120kcalあります。2個食べると240kcalになり、ご飯茶わん一膳分とほぼ同じエネルギーになります。
- おせち料理には砂糖を使っている物も多く、カロリーの高い物が多いようです。食べる量や食べる回数に気をつけたいですね。
- コタツの中でのダラダラ食べは、太る元! コタツの上に、お菓子やみかんなどを常に置いておく事はやめましょう。

- 代謝の良い冬だからこそ、コタツから出てこまめに体を動かしましょう。

冬に体重が増えなければ、『冬は動かないし、食べ過ぎて体重増えたから検査結果悪くなったんだべ。』という事はなくなるかもしれませんね。

☎ 町民課保健衛生班 TEL 42-2118

情報 Information プラザ

家屋の滅失(取り壊し)届について

建て替えや老朽化などで家屋の一部や全部を滅失(取り壊し)したときは、「家屋滅失届」を総務課税務班まで届出ください。家屋に対する固定資産税は、毎年1月1日現在の状況に基づいて課税されます。年の途中で取り壊し等された家屋につきましては、翌年度の課税内容に影響がありませんので、床面積の大小にかかわらず、12月27日(金)までに届出をお願いします。

☎ 42-2113
総務課税務班

住民税申告者及び所得税白色申告者の決算説明会について

事業所得等を有する全ての住民税申告者・所得税の白色申告者について、平成26年1月から帳簿の記帳及び保存が義務付けされます。柳津町では、税務署と共同で、記帳と帳簿書類の保存制度の概要や平成25年分の確定申告にあたっての決算の仕方等を説明する「決算説明会」を実施します。

○対象となる方
事業所得(農業所得を含む)、不動産所得又は山林所得を生ずべき業務を行う全ての方です。

○説明会実施日
12月11日(水) 10時~11時30分

○会場
やないづふれあい館1階
「会議室」

※三島町と共同での開催となります。また、帳簿についての説明を会津若松税務署職員が、決算についての説明を税理士が行います。

会津若松税務署 会津坂下警察署からのお知らせ

☎ 0242-27-4311
柳津町では10月中、刑法犯の発が2件ありました。

なりすまし詐欺被害防止のために

警察署では、なりすまし詐欺などの被害を防止する観点から、各金融機関に対し、高額の振込みをされるお客様、高額の現金をお持ち帰りになるお客様への声かけのほか、最寄の警察署への連絡を求めています。

金融機関の窓口は、なりすまし詐欺などの被害を防止するための「最後の砦」となる場所ですので、皆様の御理解と御協力をお願いいたします。

次の電話やダイレクトメールは要注意です。

- 急にお金が必要になる、息子や孫のお金の手続きを求める、〇〇署の警察官・銀行協会職員・役場職員など
- 必ず儲かると言う、投資会社・情報屋

このような話があった際には、一人に対応せずにすぐに家族、知人又は警察署などに相談してください。

☎ 0241-83-3451
会津坂下警察署

会津坂下消防署柳津出張所からのお知らせ

年末・年始特別警戒実施
12月15日(土)~1月15日(火)

暖房器具の使用が多くなる時期です。火災を起こさないよう次のことに注意して、楽しい年末・年始を過ごしましょう。

- 暖房器具の上に洗濯物を干さない。
 - 暖房器具の周りには燃えやすいものを置かない。
 - 点火したまま動かしたり、給油したりしない。
 - カートリッジタンクの蓋が閉まっていることを確認する。
 - 灯油以外のものは絶対に給油しない。
- これらのことに注意して暖房器具を使用してください。

会津地域若者サポートステーション

☎ 0241-42-2150
会津坂下消防署柳津出張所
シヨンは、仕事に就くことへの不安があるなどの理由で社会への第一歩を踏み出せないでいる若者や、そのことに関して心配している御家族に気軽に御相談いただける

就労支援施設です。職場体験や履歴書の書き方講座など、様々なサービスを無料で提供し、個別的、継続的に職業的自立を支援します。希望者には臨床心理士による心理カウンセリングも実施しております。また、現在パソコンのワード・エクセル無料講習を実施しております。基礎から応用まで社会で役立つスキルを短期間で身につけることができますので、お気軽に

相談ください。

○対象 15歳~39歳までの若者とその御家族

○場所
会津若松市一箕町大字亀賀藤原52
ヨークベニマル一箕町店隣接テナント

○利用時間
平日午前10時~午後7時

☎ 0242-32-0011
会津地域若者サポートステーション

テクノセミナー「汎用CAD」の御案内

○対象 建築系CADの作成技法習得を目指す方

○日時 平成26年1月18日・25日
午前9時~午後4時

○定員 10名
会場 テクノアカデミー会津

○受講料 3100円
○テキスト代 3360円

○内容 JWCADを活用し、建築平面図・立面図の作成技法を学びます。

○申込方法 「受講申込書」に記入し、左記住所へ郵送、持参、もしくはFAXで送信してください。(「受講申込書」はチラシ裏面か、本校ホームページ <http://www.tc-aizu.ac.jp/> からダウンロードしたものをお使いください。)

○申込先 福島県立テクノアカデミー会津
ミイ会津 教務課・経営企画
〒965-3527 喜多方市塩川町御殿場4-16

○申込締切 平成25年12月25日

☎ 0241-27-3321
FAX 0241-27-3312
福島県立テクノアカデミー会津

宮下病院 だより 認知症を理解しよう

宮下病院 病棟看護師 舟木 智恵

超高齢化社会を迎え、三島町も例外ではなく、高齢者が高齢者を介護する、という状況が珍しくありません。

宮下病院の入院患者様も、100歳を超えるご長寿さんが増えてきました。

中でも、認知症の方を介護するご家族の苦勞は計り知れません。

そこで今回は、「認知症の症状」についてお話したいと思います。

認知症は、脳細胞が破壊されることによって起こる「中核症状」と呼ばれる、「新しいことを覚えられない」「今日の日付や季節が分からなくなる」「誰と話しているのかわからなくなる」「計画を立てられなくなる」「その場の状況が読めない」といったことが起こり、その中核症状に性格や環境、人間関係など様々な要因がからみあい、「周辺症状」と呼ばれる、うつ状態や妄想、興奮等の心理面・行動面の症状が起こります。

認知症の方は「やらない」のではなく「やれない」のであり、家族や周囲の方は「やれるのにやらない」と感じていることが時折見受けられます。期待と現実のズレは、お互いのすれ違いと苦悩を生みます。

自尊心を傷つせず、本人の持つ世界に合わせ、こだわりを受け入れる、習慣や役割を続けられるように接する、といった対応が大切です。

苦悩を感じたら、周囲に助けを求めましょう。ケアマネージャーやヘルパーはもちろんのこと、宮下病院も積極的にサポートさせていただきます。

クリスマスコンサートのお知らせ

宮下病院では毎年恒例となりました「クリスマスコンサート」を開催します。演奏者は当院でお馴染みのフルート奏者・音楽療法士の岩沢麻実さんです。フルートが奏でる優しい音色をお楽しみいただき、素敵な時間をお過ごしください。病院スタッフ一同、お待ちしております。

日時・場所
平成25年12月20日(金)
午前10時~ 宮下病院 1階外来受付ロビー
午前11時~ 宮下病院 2階病棟中階段踊り場

演奏者
岩沢麻実さん(フルート奏者・音楽療法士)
演奏曲
クリスマスソング他

行事の予定 12



消防団秋季検閲式

10月20日(日)に、平成25年度柳津町消防団秋季検閲式がすばく柳津において実施されました。式に先立ち、退職された消防団員に対する町長感謝状の贈呈や永年勤続団員に対する表彰などが行われ、前団長 角田 久一氏らへ町長から感謝状等が贈られました。式では、通常点検、特別点検、機械器具点検及び分列行進が行われ、団員は日頃の訓練の成果を発揮されました。

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3 みんなであそぼう(はとぼっぼ教室)(柳保)(9:30)	4	5 スポーツ推進委員定例会 ライオンズクラブ例会	6 柳小授業参観、学期末懇談会	7 西山保育所保育発表会	8 第14回会津西部総合演芸大会(町セ)(13:00)
9 英語で遊ぼう(柳保)	10 年末年始における地域安全運動(~1/7) 年末年始の交通事故防止県民総ぐるみ運動(~1/7) 英語であそぼう(西保)	11 町議会第4回定例会(~13日)	12 西小授業参観、懇談会 運動教室(西セ)(13:30)	13	14	15 年末年始火災予防特別警戒(~1/15)
16 柳中第2学期末保護者会	17 伝統工芸教室(しめ縄づくり等)(~18日)(ふれ)(9:30) はとぼっぼ教室(柳保)(9:30) お茶教室(合同)(ふれ)	18 乳児健康相談(銀)(13:30)	19 ライオンズクラブ例会 運動教室(銀)(13:30)	20 第3回献血町内小中第2学期終業式 虚空蔵菩薩すす払い	21	22
23 柳津温泉スキー場開き(柳津温泉スキー場)	24	25	26	27 官公庁仕事納め 保育所保育終わり	28	29
30	31	※放課後子ども教室<省略> 柳保……柳津保育所 西保……西山保育所 銀……銀山荘 ふれ……ふれあい館 ジャンプやないづ杉の子サークル 月・水 15:30~ 木 13:30~ ふれ 西セ 町セ……町民センター 西セ……西山交流センター サブ……さゆり運動公園プール BG体……運動公園体育館 BGグ……運動公園グラウンド 柳中体……柳津中学校体育館 西中体……西山中学校体育館				

平成二十五年も残すところ
一月となり、本格的な冬の到来がもうそこまで来ていることを感じます。
さて、今年の出来事を振り返ると、まず思い浮かんだことは東北楽天ゴールデンイーグルスが初の日本の栄冠を手にしたことでしょうか。東日本大震災から二年半あまりが経過したとはいえ、未だ多くの方々が震災以前の生活を取り戻してはいない中、東北に元気を与えてくれた選手たちの姿には、感動いたしました(なお、私の最良の球団は読売なので、胸中複雑でした。同じような気分になった方も多いのでは?)。
また、今年には自然災害が多発した年でもありました。西日本の各地を襲った豪雨災害、関東地方を中心とした竜巻被害、そして台風二十六号によって伊豆大島では多くの犠牲者が出てしまいました。行政に携わる者としては、住民の方々の生命とくらしを守るため、臨機応変に行動できるように心構えをしておきたいと思っております。
(派遣のはが)

人の動き 3,840人(-2) / 男1,864人(+1) / 女1,976人(-3) / 世帯数1,327戸(-1)
平成25年11月1日現在(前月比) 住民基本台帳より

風評被害に関する損害賠償相談会

福島第一原子力発電所の事故による風評被害に関して、法人および個人事業主が被った損害に関する賠償の仕組みや具体的な手続き等について、東京電力による個別相談会を次の日程で開催します。予約は不要です。ぜひこの機会を御利用ください。

なお、損害賠償請求権の消滅時効については、時効撤廃について国会で議論されているところですが、民法上では時効が3年と定められています。まだ、相談会を御利用でない方は御利用ください。

○対象
柳津町で事業を行う観光業、
商工業、サービス業、農林業等の事業者

○日時
12月3日(火)、12月17日(火)
午前10時~午後4時

○場所
柳津町商工会館

問 東京電力株式会社
福島補償相談室
☎0120-926-404

寄付

ありがとうございます
(10月分・敬称略)

- 柳津小へ
ご遺志
塩田 恵介 (寺家町)
- 柳津中へ
ご遺志
塩田 恵介 (寺家町)
- 社会福祉協議会へ
ご遺志
塩田 恵介 (寺家町)
- ご逝去
塩田 富代 (寺家町)
- 新井田 常雄 (麻生)
- 小野 雄 (久保田)
- 佐藤 マス (野老沢)
- 高橋 直樹 (喜多方市)
- 齋藤 竹史 (野老沢)
- 菅沼 あかね (喜多方市)

戸籍の窓

- (10月1日~10月31日届出・敬称略)
- お誕生
猪俣 玲美 (八坂野・拓也)
 - 松野 颯人 (砂子原・順一)
 - 二瓶 昂河 (諏訪町・博樹)
 - 樋蒼 人と (一王町・智人)

12月

休日当番医 (変更になる場合があります)	休日救急・夜間救急センター
1日(日) こばやしファミリークリニック (会津美里町) ☎(0242) 55-0388	坂下厚生総合病院 (会津坂下町) ☎(0242) 83-3511
8日(日) 菅原医院 (会津坂下町) ☎(0242) 83-2311	
15日(日) 白井内科クリニック (会津美里町) ☎(0242) 55-0122	
22日(日) 昭和村国保診療所 (昭和村) ☎(0241) 57-2255	
23日(月) 星医院 (会津坂下町) ☎(0242) 83-2136	

- ご逝去
塩田 富代 (寺家町)
- 新井田 常雄 (麻生)
- 小野 雄 (久保田)
- 佐藤 マス (野老沢)
- 高橋 直樹 (喜多方市)
- 齋藤 竹史 (野老沢)
- 菅沼 あかね (喜多方市)

— 柳津町は納税完納推進の町です —

今月の納期

納期限: 12月25日(水) 第3期
固定資産税

納期限: 1月6日(月) 第5期
後期高齢者医療保険料(普通徴収)

※口座振替納入の方は25日(水)が振替日になります。
※納期限を過ぎると延滞金が加算されます。

総務課税務班 ☎42-2113

編集敬白

力走！柳津町チーム～ふくしま駅伝



第25回 市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会 成績 総合28位 町の部10位 記録 5時間36分3秒

◎スタッフ

スタッフ職名	氏名	地区名	所属
監督	田崎 為浩	新村	スポーツ推進委員
ヘッドコーチ	鈴木 金憲	出倉	奥会津地熱(株)
コーチ	青柳 博		柳津中学校教員
	渡部 典男		西山中学校教員
	赤城 吉晴	寺家町	さくら家土産店
	佐藤 潤一	細越	柳津測量設計(株)
	鈴木 公	寺家町	富士通(株)
マネージャー	戸倉 勉	安久津	会津若松広域消防
	天野 祐太	牧沢	喜多方広域消防
	菊地美奈子	五置敷	柳津町役場
マネージャー 兼事務局	横田 善登	八坂野	柳津町役場

◎選手

区間	氏名	地区名	所属
1区	佐藤 萌	細越	葵高校1年
2区	猪俣 雄太	五置敷	会津工業高校3年
3区	伊藤 匠	黒沢	西山中学校3年
4区	赤城 大地	寺家町	陸上自衛隊神町
5区	田巻 直也	八坂野	会津学鳳高校2年
6区	箕田 誠也	砂子原	日本大学4年
7区	赤城 直也	寺家町	柳津中学校2年
8区	二瓶 雄人	胄中	西山中学校2年
9区	渡部 雪乃	砂子原	西山中学校1年
10区	箕田 英治	砂子原	富士重工(株)
11区	伊藤 桃子	黒沢	葵高校2年
12区	二瓶 涼太	胄中	坂下高校3年
13区	鈴木 金憲	出倉	奥会津地熱(株)
14区	鈴木 公	寺家町	富士通(株)
15区	鈴木 優杏	湯八木沢	西山中学校2年
16区	国文 真介	石神	一般廃棄物協業組合

次の皆さんも選手と一緒に練習し、チームを支えていただきました。

齋藤勝孝、田崎万豊、小林大祐、菊地裕也、杉原正晃、金子和暉、小島彩、菊地志帆

11月17日(日)に、第25回市町村対抗福島県縦断駅伝大会が、「うつくしま復興 確かな歩み」をスローガンに、震災からの一日も早い復興への願いを込めて開催されました。

本大会には県内全59の市町村が参加し、白河市総合運動公園陸上競技場から福島県庁までの16区間95.1kmをタスキをつなぎました。

柳津町チームは、沿道からの声援を力に素晴らしい走りを見せ、総合順位では昨年から1つ上げて28位、町の部では昨年と同じく10位入賞と見事な成績を残しました。

これまで、チームを支え応援してくださった皆様、ありがとうございました。

