

■喜多方発21世紀シアター

（８月１日、８月４日～７日、喜多方プラザほか）

喜多方市をメインに北塩原村、西会津町の20会場で行われた喜多方発21世紀シアターでは、70作品92公演が催されました。市民を中心とした180人ものボランティアが中心になった運営がとてもユニークです。

芝居、音楽、人形劇、落語、大道芸など様々な種類の舞台芸術、伝統芸能、大道芸が集まり、喜多方の夏休みを盛り上げていました。



■日中飯森山沢登り

（７月28日、29日　熱塩加納町日中飯森山）

今回で24回目となる日中飯森山沢開きが開催され、約30名の登山愛好家が集いました。

夏の日差しの中、平成の名水百選「栂峰渓流水」の源流を目指し、大桧沢を遡行しました。

大小さまざまな滝や雪渓トンネルがいたるところに出現し、参加者は沢登りの醍醐味を十分に味わっていました。

地域の話題



■会津磐梯山庄助おどり

（８月14日　ふれあい通り商店街）

喜多方の夏祭り恒例の「会津磐梯山庄助おどり」が、市民、団体、事業所、観光客の皆さんの参加をいただいて盛大に行われました。

会津磐梯山庄助踊り保存会の皆さんによる笛や太鼓、三味線の華やかなリズムに合わせ、団体で揃えた浴衣や装束が、ライトアップされた会場に色鮮やかに映し出されていました。



■川の祭典

（7月29日　塩川町日橋川周辺）

快晴のもと開催された「川の祭典」には、大勢の家族連れや観光客で賑わいました。イカダ下りやカヌー体験、さかなつかみ大会など多くの催しが企画され、参会者も見物している人も笑顔が絶えませんでした。夜になると恒例の花火大会が行われました。華やかな日本花火と豪快な中国花火の華麗な競演に、大きな歓声が上がっていました。



化石発掘体験とクリーニング会・高郷町
カイギュウランドたかさと（７月22日）



飯豊山チャレンジ・山都町飯豊山
（７月25日～27日）



6000人の盆踊り・山都みちくさ通り
（８月15日）



池田満寿夫展・喜多方市美術館（８月18日、※ ９月９日まで開催中）



ぶらりん号で街めぐり・市内循環（８月18日※11月まで毎土日と祝日に運行中）



■太鼓台競演

（８月15日　ふれあい通り商店街）

第47回蔵のまち喜多方夏まつりのフィナーレを飾る太鼓台競演は、22町内24台の太鼓台の参加で、西四ッ谷の駐車場を出発し、市内を運行した後、ふれあい通りで各町内とも熱い競演を繰り広げました。運行した道路の沿道や競演会場では多くの方がつめかけ、復興へ向けて喜多方から大いに元気を発信することができました。

各地で行われた催しなどを
お届けします・・・



■親子ふれあい星空ウォッチング

（８月11日　熱塩加納町三ノ倉スキー場）

今年はあいにくの曇り空で、屋外での望遠鏡による天体観測はできませんでした。

心残りでしたが、参加者は会場を室内に移して「星空コンサート」や、天体望遠鏡など多数の景品が準備されたお楽しみ抽選会で盛り上がりました。最後は高梨光一氏による講話「夏の星座めぐりに挑戦」を熱心に聴いていました。

健康だより

がんから身を守るのは自分自身！
受けよう！がん検診

～７月から11月まで がん検診 実施中～

「がん」は、多数の要因が複雑に重なり合って長い時間がかかって発生してくる病気です。
ご自分の生活習慣を振り返り、偏りがあれば改善していきましょう。



厚生省 がん撲滅キャラクター

【がん検診のメリット】

① **救命** 救命の効果があります。

早期発見・早期治療による救命の効果です。

② **早期発見** 早期のがんを発見できます。

早期であれば治せる可能性は非常に高く、治療も軽いものですみますので、患者さんにかかる身体的負担や経済的不安、時間が少ないものですみます。

③ **防止** がん以外の病気を見つけることができ、治療に結びつけられます。

がんになる前段階の病変（ポリープや潰瘍、異型上皮）を発見でき、必要な治療をしてがんになることを防ぐことができます。

④ **安心** 安心して生活を続けられます。

「異常なし」と判断されれば、次の検診までの間はひとまず安心して過ごすことができます。こうしたがんの心配にわずらわされることなく日常生活を送れることも、検診を受けるメリットでしょう。

① 国民の２人に１人が「がん」

「がん」は、国民病の一つと言われ、年間30万人以上の国民ががんで亡くなっています。これは、国民の２人に１人ががんにかかり、３人に１人ががんで亡くなっていることになります。

② 喜多方市の「がん」の種類

喜多方市における死亡原因でも「がん」が第一位になっています。部位別では、胃がん・肺がん・大腸がんで亡くなられる方が多いのが現状です。

部位別死亡者順位

【喜多方市】	【全国】
１位　胃	１位　気管・気管支および肺
２位　肺	２位　胃
３位　大腸	３位　大腸

（平成21年）

③「がん」は予防できます

多くの研究成果により、がんは生活習慣・生活環境の見直しにより予防できることがわかってきました。財団法人がん研究振興財団は、日本人を対象とした調査研究から、予防のための十二か条を提案しました。


～胸部レントゲン撮影中～

がんを防ぐ 新十二か条

一条　たばこは吸わない
二条　他人のたばこの煙をできるだけ避ける
三条　お酒はほどほどに
四条　バランスのとれた食生活を
五条　塩辛い食品は控えめに
六条　野菜は豊富に
七条　適度に運動
八条　適切な体重維持
九条　ウイルスや細菌の感染予防と治療
十条　定期的ながん検診を
十一条　身体の異常に気づいたら、すぐに受診を
十二条　正しいがん情報でがんを知ることから

がん検診を受けましょう！

早期発見のため「がん検診」を受けましょう

がんは、初期の段階では症状がほとんどありません。無症状のうちにがんを早期に発見し治療することが大切です。

がん検診は症状のない方を対象とし、がんを早期発見し、適切な治療を行うことでがんによる死亡を減少させることを目的としています。

喜多方市が行っているがん検診は、肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診・乳がん検診・子宮がん検診です。これからでも受診できます

まだ受診されていない方でもこれからでも間に合います。希望される方は、保健課健康係または各総合支所住民課にお問い合わせください。

9月は「がん征圧月間」

問 保健課 健康係☎(24)5223

特定の血液製剤により C型肝炎ウイルスに感染された方へ 給付金のお知らせです

出産や手術での大量出血等の際に、特定の血液製剤を投与されたことによってC型肝炎ウイルスに感染した方に給付金が支給されます。

詳しくは厚生労働省のホームページをご覧いただくか、厚生労働省相談窓口までお問い合わせください。

問 厚生省フリーダイヤル☎0120-509-002



～胃がん検診中～

ほっと☆きらり通信





喜多方市 地域・家庭医療センター
「ほっと☆きらり」
副センター長　武田　仁

「本当？ タバコの怖い話」

市民の皆さん、こんにちは。外来患者さんの診察をしていると、本人の健康のため、喫煙されている方に禁煙をお勧めする機会がとても多いです。そこで今回は、タバコと健康の関係について紹介したいと思います。

外来でよく話題になるのが、1日に吸うタバコの本数です。「前よりもずいぶん減らしたから、大丈夫」と言う方がいるのですが、実は少ない本数のタバコでも、体への悪影響は大きいです。壮年期の喫煙者の死亡率は非喫煙者の2倍と言われています(つまり統計上は、喫煙者は非喫煙者の2倍死にやすい)が、タバコの本数が1日1～4本と少ない人でも、非喫煙者に比べて死亡率は1.5倍も高いのです。

「自分の体のことだから、タバコを吸うのは勝手でしょう」と言う方もいるのですが、家族や職場での受動喫煙の害も深刻です。喫煙者の夫を持つ妻は、脳卒中に1・5倍なりやすく、また喫煙者の親を持つ子供は、将来1・2倍心筋梗塞になりやすいという報告があります。また職場に喫煙者がいると、職場の同僚は1・8倍肺がんになりやすいという研究もあります。

タバコの経済への影響も深刻で、日本人は1人毎年3万円、タバコ病の治療のため出費している計算になります。タバコを吸うと実際にどれくらい寿命が縮むのかを計算した研究もあります。英国の研究によると、タバコを1本吸うと寿命が11分短くなり、タバコ1箱(20本)では3時間40分、タバコ1カートン(200本)では1・5日、寿命が短くなるそうです。

市内で禁煙外来を行う医療機関も増えてきました。そろそろタバコは卒業かなと思われる方、この秋、禁煙にチャレンジしてみてはいかがですか。



情報ステーション information

市民の皆さんの生活に直結するいろいろな制度や催しなどを紹介するコーナーです。

情報の詳細については、問へ連絡してください。

税などの納期限

■9月25日

- **国民健康保険税（普通徴収）**
- **介護保険料（普通徴収）**

市民課と税務課の窓口業務を、午後7時まで延長しています。

※税務諸証明は本庁のみで対応。

◆月曜日（塩川総合支所）

◆火曜日（本庁、高郷総合支所）

◆水曜日（熱塩加納総合支所）

◆木曜日（山都総合支所）

◆金曜日（本庁）

補助・支援

地域給付金の申請はお早めに

喜多方市地域給付金の申請期限は、平成24年12月20日（木）（郵送の場合は当日消印有効）です。期限を過ぎると受給できなくなります。まだ申請をされていない方は忘れずに申請してください。

高齢などやむを得ない事情で申請書の提出が困難な場合は、身の回りの世話をしている方（親類、民生委員など）が代理申請を行うことも可能です。

地域給付金の申請のことでご不明な点があれば、事務局までお問合わせください。

問申 喜多方市地域給付金事務局 コールセンター☎（33）3050（午前8時30分～午後5時30分）

アグリチャレンジ支援事業 再募集

農業関係の商品開発や販路開拓に向けた取組みを支援します。

◆補助対象経費 ○市場調査やアドバイザー依頼 ○商品開発や試作に必要な原材料、資材購入 ○外部業者への加工委託 ○成分分析委託 ○パッケージデザイン作成 ○その他（販売促進活動に要する経費）

◆補助率 補助対象経費の80％以内（上限40万円／年）

◆募集対象者・事業実施主体 農業者、農業生産法人、農業者の組織する団体など、または食品製造などを行う事業者

◆助成期間 ○2年間 農業者、農業生産法人、農業者の組織する団体等 ○1年間 市内に店舗または工場などを有する事業者

◆採択数 1事業者

◆申し込み 所定の様式（市のホームページからダウンロードできます）を提出してください。

◆募集期限 9月28日（金）

問申 農林課 経営企画係 ☎（24）5235

福島県文化振興基金 助成事業

（財）福島県文化振興基金では、平成24年度第3期分の助成申請を受け付けています。平成24年12月1日から平成25年3月31日までに行う次の事業が対象です。

【一般枠】

①広く県民に公開する文化活動の成果発表〔美術展、音楽会、演劇などの公演、文芸誌出版、映画、生活文化（茶の湯、生花、陶芸、フラワーデザイン、民俗衣装、押し花等）など〕

※生活文化の分野については、その行事が広域市町村圏レベルの組織によって行われる場合にのみ助成対象となります。

②県の代表や公的機関からの招へいにより国内外の発表会等へ参加する事業

③文化財の保護・保存のための事業など

【震災復興枠】

①東日本大震災又は原子力災害で被災した県民及び文化団体が参加する芸術文化および伝統芸能に関する事業

②東日本大震災又は原子力災害で被災した県民及び文化団体が伝統文化の保存・継承のために行うソフト事業

③東日本大震災又は原子力災害で被災した県民及び文化団体が所有する伝統芸能の用具等の新調・修理事業など

◆対象者 県内に住所または活動の本拠を有する個人（県外在住の県出身者を含む）ま

相続登記はお済みですか!!
遺言のすすめ!!
土地・建物の調査測量
相談してみませんか!!債務整理
大森登記測量事務所
司法書士・簡裁訴訟代理・土地家屋調査士・行政書士
大森 貞彦／大森 佳彦
喜多方市字東川原田7261-1（鳴瀬病院川向かい）
☎(0241) 23-1222㈹ FAX(0241) 23-1223

鉄屑・故紙買取中！
日、祝日休まず営業中!!
お問合わせは…
荒川産業株式会社 喜多方事業部
喜多方市字屋敷免3960 TEL 0241－21－1511

たは文化団体等（商工会、商工会議所、青年会議所などを含む）

◆**助成金額**　助成対象経費の3分の1または2分の1以内の額。ただし対象事業の区分により限度額があります。

◆**申込方法**　所定の申請書に記入の上、必要書類を添付し、文化課までご提出ください。

◆**申込期限**　10月31日（水）

※詳しくはお尋ねください。

問申 **文化課（喜多方市立図書館3階）☎（24）3821**

募集

中山森林公園森づくり活動参加者

森林の働きや森林環境を守り育てる大切さを理解することを目的に、森づくり活動の参加者を募集します。

中山森林公園では、企業の森づくり活動や植樹祭・育樹祭等の様々な森づくり活動が行われています。

今年度は市民の皆さまの参加を得て下草刈りなどの森づくり活動を行います。

秋の陽気の中、森づくりに参加してみませんか。

疲れた体にうれしい豚汁サービスもあります。

◆**日時**　9月30日（日）午前10時30分～正午（受け付けは午前10時から）※小雨決行

◆**場所**　中山森林公園（道の駅 喜多の郷東側）

◆**内容**　下草刈り、施肥、補植など

◆**参加費**　無料

◆**募集人数**　100人

◆**締め切り**　9月25日（火）

※電話またはFAXでお申し込みください。

問申 **農林課 農山村振興室**
☎（24）5234
FAX（25）7073

「喜多方市環境基本条例制定市民懇談会」委員の公募

市では、健康で文化的な生活を営みながら健全で自然の恵み豊かな環境を将来の世代に引き継ぎ、人と自然が共生できる地球にやさしい環境都市を実現するため、「環境基本条例」制定を計画しています。

条例の制定にあたり、条例の案および基本計画の案について市民の意見をいただくため、「喜多方市環境基本条例制定市民懇談会」委員を公募します。

◆**公募人数**　10人以内

◆**任期**　委嘱の日から同条例素案が策定されるまでの期間（10月中旬から3月下旬まで、原則として平日の昼間に6回程度開催する予定）

◆**応募資格**　市内にお住まいの20歳以上65歳までの方で、この懇談会以外に3つ以上の委員（市の審議会、検討委員会など）になっていない方。（24年9月1日現在）

◆**応募方法**　任意の様式で、「環境基本条例制定市民懇談会委員希望」と明記し、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、職業および簡単な経歴を記入のうえ、郵送、FAX（22）9571、Eメール（seikatsu@city.kitakata.fukushima.jp）、または持参により応募してください。

◆**募集期限**　9月21日（金）必着とします。

※応募者多数の場合は選考となります。

問申 **生活環境課 環境推進班**
☎（24）5261

「障がい者施策推進協議会」委員の公募

市では、「障がいのある人も、ない人も、安心して生活できる、共に支えあう地域社会」を基本理念として、平成24年4月1日から「第2次喜多方市障がい者計画」と「第3期喜多方市障がい福祉計画」を策定し推進しています。

任期満了に伴い、この計画の進行管のために、障がい者施策推進協議会委員を公募します。

◆**公募人数**　協議会委員15人のうち2人

◆**募集対象**　20歳以上で市内に居住の方

◆**募集期間**　9月3日（月）～24日（月）午前8時30分～午後5時15分（土日祝日を除く）

◆**任期**　平成24年11月1日から平成26年10月31日まで

◆**申し込み**　申込み用紙（社会福祉課の窓口にあります）に必要事項を記入のうえ提出してください。

※応募者多数の場合は選考となります。

問申 **社会福祉課 障がい福祉班**
☎（24）5276



ラックホールディングス株式会社、株式会社ラック、エー・アンド・アイシステム株式会社、株式会社アイティークルーは、2012年4月1日をもって統合し、「株式会社ラック（証券コード：3857）」となりました。株式会社アクシスは株式会社ラックの100%子会社として、地域ITインフラを支えます。

LAC 安心とともに
株式会社 ラック
TEL：03-6757-0100
http://www.lac.co.jp

AXIS 株式会社 アクシス
TEL：0241-22-2777
http://axis.akina.jp

募集

雷神山「花の森づくりサポーター」

市では、高郷町の旧雷神山スキー場跡地を「花の森」にしようと、雷神山の森づくり事業実行委員会が中心となって平成22年から毎年花木の苗木を植栽しています。現在では37種類、約1200本が植栽されています。「花の森づくり活動」を地域ぐるみで行うため、次のとおり「花の森づくりサポーター」を募集します。

◆主な活動内容
4月…雪囲い撤去、除草　6月…除草、施肥　8月・10月…除草　11月…雪囲い　その他…実行委員会主催の植樹祭などへの参加

◆会費　無料

◆サポーターの要件　雷神山花の森づくり活動に積極的に協力できる方

◆応募方法　住所、氏名、生年月日、連絡先(電話番号)を電話またはFAXでお申し込みください。

※応募された個人情報は本事業の目的以外に使用しません。

問申 雷神山の森づくり事業実行委員会事務局(高郷総合支所 住民課 地域振興班内)
〒969―4311喜多方市高郷町西羽賀字十二林2820☎0241(44)2111
FAX0241(44)2369

在住外国人対象日本語教室受講者

喜多方市に住む外国人対象の日本語教室を開催します。家族やお知り合いに言葉に困っている外国人の方がいましたらお声をかけてください。

◆日時　9月12日～11月21日毎週水曜日(全11回)午後6時30分～8時

◆会場　喜多方プラザ、喜多方市厚生会館

◆会費　3000円

◆内容　会話(レベル別)、文字(ひらがな、カタカナ、漢字)、おしゃべりクラス

※文化交流会もあります

◆申し込み　期間中随時募集。会津喜多方国際交流協会事務局へお申し込みください。

問申 会津喜多方国際交流協会☎(24)3131
FAX(25)7171
Email mailakia@akina.ne.jp

太極拳ゆったり体操サポーターステップアップ講習会受講者

太極拳ゆったり体操は、高齢者でも手軽にできる介護予防体操として、喜多方市と福島県立医科大学医学部公衆衛生学講座安村誠司教授が開発したオリジナル体操です。

市では、みなさんにより正しく安全に効果的に体操を行うため、太極拳ゆったり体操サポーター講習会を受講し、正しい動作を習得したサポーターの方に、喜多方方式の指導法を学ぶ「ステップアップ講習会」を開催します。

◆日時　11月9日(金)午後1時～4時30分　10日(土)午前9時～午後2時30分(2日間)

◆場所　喜多方市総合福祉センター

◆対象　太極拳ゆったり体操サポーターの修了証をお持ちの方

◆定員　50人

◆受講料　1500円

◆受け付け開始　9月4日(火)より

※定員になり次第締め切ります。全行程を受講された方には、「太極拳ゆったり体操サポーターステップアップ講習会修了証書」を交付します。

問申 高齢福祉課 介護予防係☎(24)5242

就職支援セミナー参加者

再就職を目指す人のために、仕事探しに役立つ情報などを紹介します。

※事前に予約が必要です。

◆日時　9月8日(土)午後1時～3時

◆場所　会津若松市一箕公民館 会津若松市北滝沢二丁目5―6

◆対象者　一般求職者、避難者、長期滞留者、若年者

◆定員　10名

問申 ふくしま就職応援センター 会津若松窓口☎0242(27)8285または喜多方市商工課☎(24)5233

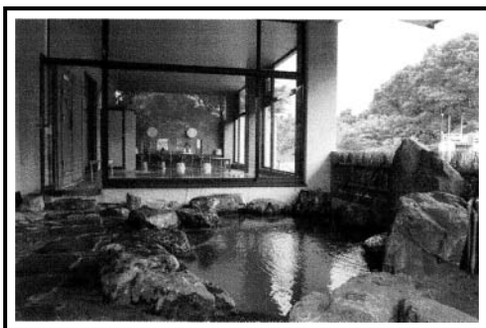
英語のことわざ・名言・格言

＊この日本語訳は？

Hunger is the best sauce.



＊ヒント：…にまずい…なし
＊答えは22ページで!!



高齢者・障がい者の方々
気軽においで下さい
コテージタイプの宿です 気兼ねなくご利用いただけます
〒992-0075 米沢市赤芝町字上河原1472　TEL 0238-32-2277
小町の湯 やまぼうし

募集

自衛官

◆募集種目と応募資格
○防衛大学校学生
平成25年4月1日現在で、18歳以上21歳未満の者
○看護学校学生
平成25年4月1日現在で、18歳以上24歳未満の者
◆受付期間　9月3日(月)～10月1日(月)
問申 自衛隊 福島地方協力本部 会津若松出張所 会津若松市門田町大字黒岩字大坪57－1 ☎0242(27)6724

「パソコンセミナー」受講者

在宅ワークなど就労希望者の支援を図るため、パソコンセミナーを開催します。
◆対象　就労を希望する市民
◆コースと内容
○WORD基礎　9月12日、13日　文字入力、文書作成、表作成、イラスト操作
○WORD応用　9月19日、20日　図形・図表・写真を使った文書作成差し込み印刷
※基礎、応用とも同内容で2回開催します。
時間はすべて午前10時～午後3時
◆場所　在宅ワーク支援センターきてねっと(喜多方市字惣座宮2712番地)
◆定員　20人
◆受講料　無料
◆申し込みの締め切り　講座実施5日前まで
問申 在宅ワーク支援センターきてねっと☎(23)5415
商工課 商工労政班☎(24)5233

料理教室「みんなでごはん1・2・3！」参加者

「食」を通じた健康づくりを学ぶ場として食事づくりをします。
◆開催日時と募集締め切り
○9月11日(火)昼の部・午前10時～午後1時(9月7日締め切り)
○19日(水)夜の部・午後6時30分～9時(14日締め切り)
○26日(水)昼の部・午前10時～午後1時(24日締め切り)
◆対象　一般市民で11日は男性、19日は小学生以上、26日は母親を対象にしています。
小学生は保護者同伴、就学年齢未満は調理できません。
◆場所　保健センター(2階)栄養指導室
◆定員　20人
◆参加費　1回300円、ただし未成年は200円
◆準備するもの　エプロン、三角きん、筆記用具、タッパー、茶碗ふきん1枚
◆その他　昼の部のみ託児を予定しています。詳しくはお尋ねください。
問申 保健課 健康係☎(24)5223

試験

平成25年度採用喜多方市職員(技能労務職)

◆募集職種および人数　技能労務職(運転手)1人
◆募集要件　昭和42年4月2日以降に生まれた人で、大型自動車免許、大型特殊免許を取得し、なおかつ車両系建設機械(整地など)運転技能講習を修了し作業資格を有する人
◆受験案内・申込用紙　9月3日(月)から配布しますので、次のいずれかの方法で入手してください。
○市ホームページ(http://www.city.kitakata.fukushima.jp/)からダウンロードして印刷する。
○総務課人事班(本庁舎2階)、熱塩加納・塩川・山都・高郷の各総合支所住民課で直接受け取る。
○郵便で請求する(120円切手を貼った宛先明記の角2号封筒を同封して請求してください)。
◆受験申し込み　受験申込用紙を郵送または持参してください。
〒966－8601(住所記載不要)　喜多方市役所総務部総務課人事班
◆受付期間　9月10日(月)～28日(金)
※郵送申込の場合は9月28日の消印があるものまで受け付けます。
◆第1次試験日　10月28日(日)
問申 総務課 人事班☎(24)5211

印刷メディアの新基準 HOKUTO Digital Work Printing
企画・デザインから自費出版までトータル・プランニング
北斗印刷株式会社
喜多方営業所 TEL.(0241)23-1227
〒966-0015喜多方市関柴町上高額字広面681-22コーポパレット102
本社 TEL.(0242)32-2366(代) FAX.(0242)32-2396
URL http://www.aizu-hokuto.com
本社 hokuto@aizu-hokuto.com 制作室 seisaku@aizu-hokuto.com
池袋営業所 福島営業所 坂下出張所 ㈲ノースプランニング

"食と職"の田中教育グループ
学校法人 啓倫学園
理事長・校長 田中啓介
(山都町出身、きたかた大使)
国際製菓専門学校　国際パティシエ調理師専門学校
西東京調理師専門学校　国際ビジネス専門学校
ラブニール国際K・Hカレッジ
(本部)東京都小平市小川東町5-21-14
TEL 042-344-5880　URL http://tanaka.ac.jp

相談

福島県民共済会主催「無料法律相談会」

あなたが抱えている法律問題を経験豊富な弁護士が解決に導きます。費用は無料で秘密は厳守されます。

◆**日時** 10月3日(水)午前10時～午後3時

◆**場所** 喜多方市厚生会館

◆**申し込み** 相談を希望される方は開催日3日前まで電話で予約をしてください。1か月前から予約受付開始、先着10名までとなります。喜多方にお住まいではない方も受け付けます。相談時間は一人当たり30分以内で、なるべく当事者本人がご相談ください。

問申 喜多方市勤労者互助会(商工課内)☎(24)5233(受付時間は祝日を除く月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時15分)

全国一斉「司法書士無料法律相談」

10月1日は「法の日」です。福島県司法書士会では、登記や供託の手続き、訴訟書類の作成などについての無料法律相談会を行います。

※相談は個別に実施し、相談内容は秘密にします。

◆**日時** 10月2日(火)午前10時～午後3時

◆**場所** 市保健センター(2階)和室

◆**相談員** 福島県司法書士会会員

問申 福島県司法書士会☎024(534)7502

「高齢者・障がい者の人権あんしん相談」強化週間中の電話相談

いやがらせ、身体的・心理的虐待や差別など、高齢の方や障がいのある方が抱える人権問題について、電話相談を実施しています。強化週間として時間延長や土日の相談を行います。相談は、人権擁護委員及び法務局職員が応じます。秘密は守られます。お気軽にご相談ください。

◆**開催日時** 9月10日(月)～14日(金)午前8時30分～午後7時、9月15日(土)～16日(日)午前10時～午後5時

☎0570(003)110

問 福島地方法務局 人権擁護課☎024(534)1994

「総合労働相談コーナー」のご案内

福島県労働局では、県内各所に「総合労働相談コーナー」を設置し、雇用、労働条件、募集・採用など、労働問題に関するあらゆる分野について、総合労働相談員が労働者・事業主からの相談をお受けし、紛争の自主的な解決を促進するための援助を行っています。

お気軽に最寄りの「総合労働相談コーナー」にお問い合わせください。

問 喜多方市労働相談コーナー(喜多方労働基準監督署内)喜多方市諏訪91番地☎(22)4211

催し

第9回 会津たかさと雷神新そばまつり

◆**日時** 10月20日(土)、21(日)一部…午前11時～午後1時 二部…午後4時～6時

◆**場所** そでやま夢交流館(ふれあいランド高郷となり)

◆**募集人数** 各部100人(限定)

※9月15日から予約の受け付けを開始します。10月14日以降はキャンセルできません。

◆**参加料** 大人(中学生以上)3000円 こども(小学生)2000円

◆**メニュー** そば、天ぷら、こづゆ、みそおでん、飲み物、シャーベット、お新香、温泉入場券(年内有効)

◆**その他** アトラクション、物産販売、お楽しみ抽選会があります。

問申 ふれあいランド高郷☎0241(44)2888(火曜休館)

問 高郷総合支所 産業課☎0241(44)2114

20ページの答え

英語のことわざ
「空腹は最高のソースである」
日本語の似たことわざ
「空き腹にまずい物なし」



「広報きたかた」「市ホームページ」 有料広告募集中！

事業者などの皆さんの広告を掲載しています。
詳しくは、市のホームページをご覧いただくか、下記へお尋ねください。

問申 総務課 広報広聴室 ☎(24)5206

http://www.city.kitakata.fukushima.jp

フランス菓子 CacheCache(カシュカシュ)(かくれんぼ)

ダイレクトメールでご案内、食べたい時だけご注文。まずはご登録を。

毎月第3日曜日に、「一日お菓子屋」をオープン。
ご登録まえにお試しください。詳細(お問い合わせ)は下記まで。

〔TEL〕22-5778 〔URL〕http://cachecache.cc

催し

日中線廃線ウォーク



昭和59年に廃線となった旧国鉄日中線の廃線跡をウォーキングでたどります。

◆**日時**　9月23日(日)午前8時30分集合、8時45分出発
◆**集合場所**　日中線記念館(旧熱塩駅)
◆**コース**　バスで日中線の始発となる喜多方駅へ向かいます。徒歩で喜多方駅を出発し、旧日中線跡をたどり、日中線記念館(旧熱塩駅)にゴールする11・6キロメートル、約3時間のコースです。
◆**定員**　50人
◆**参加費**　500円
◆**申し込み期限**　9月20日(木)
問申 熱塩駅よみがえらせ隊(熱塩加納総合支所 産業課内)☎(36)2115 FAX(36)2191

年金

国民年金保険料の納付が困難な方へ

国民年金保険料を未納のまま放置すると、将来年金を受給できない、またはいざというときの障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れない場合があります。経済的な理由などで保険料を納めるのが困難な場合は、国民年金保険料の免除・猶予申請をして未納期間をなくしましょう。

申請免除・猶予制度は、窓口で申請後に本人、配偶者、世帯主の前年度の所得で審査されます。また、退職(失業)を理由とした特例免除制度や学生納付特例もあります。審査結果は、申請してから約2か月後にお手元に届きます。

【結果一覧】①全額免除:保険料の全額が免除　②一部納付:保険料の一部が免除　③猶予:保険料の猶予　④却下

○日本年金機構より、ハガキにより免除・猶予申請書が届く場合があります。これを日本年金機構に郵送した場合、窓口で申請した場合と同じ取扱いとなります。

○結果が一部納付だった場合は、保険料が減額された納付書がお手元に届きます。期限内にお支払いがない場合には、免除ではなく未納扱いとなりますので、ご注意ください。

問申 会津若松年金事務所☎0242(27)5321、市役所市民課 国民年金係☎(24)5226または各総合支所住民課

ねんきん出張相談

◆**日時**　9月20日(木)午前10時～午後4時
◆**場所**　喜多方プラザ(1階)第一会議室
※ご予約は先着順となります。相談日の前日までにご連絡ください。
問申 会津若松年金事務所お客様相談室☎0242(27)5321
ナビダイヤルで⑨の次に②を選択します。

電話での年金相談

ねんきんダイヤル☎0570(05)1165
◆**受付時間**
○月曜日(月曜日が祝日・振替休日の場合は火曜日)午前8時30分～午後7時
○火曜日～金曜日　午前8時30分～午後5時15分
○第2土曜日　午前9時30分～午後4時

案内

窓口サービスアンケートにご協力を

窓口のサービス改善、サービスの向上を図るため、窓口サービスアンケートを実施します。市民のみなさまから職員の窓口応対に対する評価をいただき、その結果をもとに更なるサービスの向上に努めます。アンケート用紙については本庁、各総合支所の投書箱(市民の声)付近に設置してあります。ご記入のうえ投書箱へ投函してください。

◆**期間**　9月3日(月)～28日(金)
◆**内容**　職員のあいさつや説明の仕方、言葉づかい、態度など7項目。

問 総務課 人事班☎(24)5211

心の健康相談

精神的な悩みでお困りの方、またその家族の方の相談に、精神科医や保健師が応じます。※費用は無料です。電話での予約が必要です。

◆**日時**　9月10日(月)、24日(月)午後1時15分～3時30分
◆**場所**　会津保健福祉事務所
問申 会津保健福祉事務所 保健福祉課☎0242(29)5275

うつ病家族教室

うつ病の治療を受けている方の家族の方を対象に、うつ病家族教室を開催しています。うつ病についての知識や接し方の基本を学ぶとともに、日頃の思いを話してみませんか。

◆**日時**　9月28日(金)午後1時30分～3時30分
◆**場所**　会津保健福祉事務所(1階)会議室
問申 会津保健福祉事務所 保健福祉課☎0242(29)5275

案内

秋の全国交通安全運動

◆**期間**　9月21日(金)～30日(日)までの10日間。9月30日(日)は交通事故死ゼロを目指す日となっています。

◆**運動のスローガン**　「夕暮れは　早めのライトが　合言葉」

◆**運動の基本**　子どもと高齢者の交通事故防止

◆**運動の重点**

①夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止(特に、反射材用品等の着用の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底)

②全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

③飲酒運転の根絶

問 生活環境課 生活安全係
☎(24)5221

原付バイクの交通事故防止

県内において、原付バイクによる交通死亡事故が多発しています。

交通死亡事故を防止するため次の点に注意し、安全運転に努めましょう。

○一時停止のある交差点、見通しの悪い交差点では必ず一時停止し、左右の安全を確認しましょう。

○ヘルメットを必ず着用し、あご紐をしっかり締めましょう。

○スピードを控えめに、安全速度を守りましょう。

○「だろう運転」は事故の元になります。「かもしれない運転」に努めましょう

※「だろう運転」の例

まだ余裕があるだろう
譲ってくれるだろう
対向車は来ないだろう
こんな時、所では歩行者はいないだろう
ここに停めても大丈夫だろう

※「かもしれない運転」の例

思ったより速く進んでいるかもしれない
対向車が来るかもしれない
急ブレーキをかけるかもしれない
歩行者が突然現れるかもしれない

問 喜多方警察署 交通課
☎(22)5111

農作業事故防止

秋の農繁期を迎え、農作業機械を利用する機会が増えています。8月には市内で農作業中の死亡事故が発生しました。農作業時は事故が起きないよう、必ず作業前の機械点検を行うとともに、機械操作では「急がず、無理せず、余裕のある作業」を行い、事故に十分気をつけましょう。

問 農林課 農業振興対策室
☎(24)5235

不審な電話にご注意を

市内で不審な電話がかかってくることが頻繁に発生しています。内容は、市役所職員の名前を名乗り「医療費の還付分があるので、携帯電話番号を教えてください。または、フリーダイヤルに電話をしてください」など言葉巧みに話かけてくるものです。

市では医療費の還付分がある場合には必ず文書でお知らせをしております。家庭の固定電話で話をしているのに、携帯電話番号を聞き出そうとしたり、フリーダイヤルに連絡を求めること自体が不審な事です。このような電話には十分注意してください。

この種の犯罪は年々手口が巧妙化しておりますので、被害にあわないためにも、不審な電話を受けたら、家族や知人または市役所・警察署へ連絡するようにしてください。

問 保健課 国保医療係
☎(24)5224
喜多方警察署 生活安全課
☎(22)5111

クマに注意しましょう


クマの足跡

今年は各地で例年以上にクマによる農作物などの被害が多発しています。出没している周辺ではご注意ください。

◆**家屋周辺や農地などにはエサになるものを置かない。**

◆**トウモロコシ、カボチャ、果物などクマの好物を栽培する場合は、追払用点滅器や電気柵などを設置し、クマを近付けない**

◆**山や山際の農地などの作業は極力控える**

どうしても必要な場合は、熊に出会わないよう、次の点にご留意ください。

○**クマの出没状況を確認し危険な場所には近づかない**

細心の注意をもって山に入りましょう。ヤブなどの薄暗い場所には近づかないこと。

○**クマ鈴、ラジオなど大きな音を出して移動する**

クマは聴覚や嗅覚が優れているため、人の接近をいち早く察知し人を避けます。

○**悪天候の日は特に注意**

雨や風の音などで人に気づかず接近することがあります。

○**子グマを見たらそっと立ち去る**

近くに母グマがいて、子グマを守ろうとして人を攻撃することがあります。

○**身近な里山でもクマは暮ら**

している
身近な場所でも注意を払うことが必要です。

※情報を提供してください

クマを目撃したり痕跡を見つけた場合は、各行政区の区長などに連絡するとともに、生活環境課または各総合支所住民課へ連絡してください（日時、場所、大きさなど）。

問 生活環境課 環境推進班☎(24)5261 各総合支所住民課 市民サービス班（熱塩加納☎(36)2112、塩川☎(27)2400、山都☎(38)3825、高郷☎0241(44)2113

介護予防特集



目指せ いきいき生活 ～高齢期の健康づくり～

今回の介護予防特集では「栄養」をテーマにお伝えします。豊かになった現代、栄養不足になることはないと思っていませんか？意外にも偏った食事の摂り方によって栄養の足りない状態・低栄養になる人が少なくありません。自分の食事を振り返りまんべんなく食べてバランスのよい食生活を目指しましょう。

【栄養編】目指そうバランス栄養生活

下記のような偏った食生活やメリハリのない生活では低栄養になる危険性が含まれています。自分の生活を振り返り低栄養を予防しましょう。

◆「肉や魚など食べず、決まったものしか食べない」など食事内容に偏りがある
◆お腹が空かない、用意するのが面倒といった理由で食事を抜いてしまう「欠食」がある
◆身体を動かす機会がほとんどなく、家に閉じこもりがちといったメリハリのない生活をしている
◆歯が抜けたままになっている、合わない義歯を使っているなどお口のお手入れが不足がある

普段の生活の中にも低栄養の原因が隠れている場合が多くあります。いつもの習慣を見直し、いきいきとした生活を目指しましょう。

また、食品は「たくさん」より「まんべんなく」を目指し、さまざまな食品を食べるようにしましょう。

【10食品群からまんべんなく食べよう】

肉、魚介、油脂、卵、
海藻、牛乳・乳製品、
大豆・大豆製品、
緑黄色野菜、いも、
果物



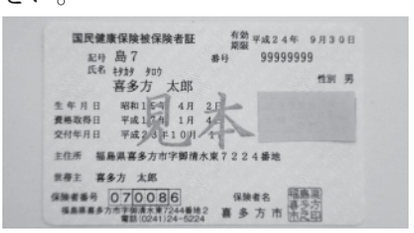
問 高齢福祉課 介護予防係☎(24)5242

国民健康保険被保険者証が更新になります

現在お使いの保険証の有効期限は、９月30日までとなっています。

10月１日から使える新しい保険証を９月下旬に郵送します。

古い保険証は10月１日以降すみやかに本庁市民課、保健課または各総合支所住民課窓口にお返しください。



問 保健課 国保医療係☎(24)5225
または各総合支所住民課市民サービス班

ふるさと納税（寄付）へのご協力ありがとうございます

今年度のふるさと納税（寄付）は、７月末現在で28人の方から7,170,025円が寄せられています。

寄付者の中には、昨年に引き続き今年も「喜多方市を応援したい」と再度寄付いただいた方もいらっしゃいます。

市では、寄付いただいた皆さんのお気持ちに沿えるよう、大切に使わせていただきたいと考えています。

引き続き「ふるさと喜多方」に対するご支援をよろしくお願いします。寄付の受け付けは随時行っています。

※これまでの詳細および申し込み方法など詳しくは、市のホームページをご覧ください。

問 申 企画政策課 過疎地域集落対策室
☎(24)5209、FAX(25)7073
電子メール seisaku@city.kitakata.fukushima.jp

今月の相談日

市では、次により無料の相談業務を行っています。相談を希望される方は電話予約をお願いします。

相談予約は、毎月1日の午前8時30分から受け付けます。
（1日が土・日の場合は、翌月曜日）

	日　時	場　所	相　談　員	予　約　先
行政	9月 7日(金) 午後 1時 ～ 4時	少年センター (本庁北側)	大原　尚子 行政相談委員	生活環境課 ☎(24)5221
	12日(水) 午前10時 ～正午	山都開発 センター	鈴木　俊子 行政相談委員	山都総合支所 住民課 ☎(38)3825
	13日(木) 午前 9時 ～11時30分	高郷公民館	須藤　茂樹 清野　健治 穴澤　松雄 行政相談委員	高郷総合支所 住民課 ☎0241(44)2113
	21日(金) 午前 9時 ～正午	熱塩加納保健 福祉センター (夢の森)	加藤　安幸 行政相談委員	熱塩加納総合支所 住民課 ☎ (36)2113
人権	9月13日(木) 午後 1時 ～午後 4時	少年センター (本庁北側)	渡部　惠子 丸山　キミ 人権擁護委員	生活環境課 ☎(24)5221
	10月 3日(水) 午前10時 ～正午	一ノ木会館	高橋　明子 佐藤　　仁 関口　高志 人権擁護委員	山都総合支所 住民課 ☎(38)3825
法律	9月21日(金) 午前10時 ～午後 3時	少年センター (本庁北側)	川瀬　裕之 弁護士	生活環境課 ☎(24)5221
消費生活	9月20日(木) 午前10時 ～午後 3時		横島　裕子 消費生活相談員	
健康相談	9月12日(水) 午前 9時30分 ～10時30分	市保健センター	赤ちゃんから高齢者まで、健康・栄養・運動・育児等について保健師・栄養士が個別相談に応じます。気軽にご利用ください。 なお、喜多方市保健センターで相談を希望される方のみ、事前の電話予約(保健課健康係☎(24)5223)をお願いします。	
	13日(木) 午前 9時30分 ～10時30分	カイギュウランド たかさと		
	18日(火) 午前 9時30分 ～10時30分	塩川保健 福祉センター		
	18日(火) 午前 9時30分 ～10時30分	山都保健 センター		
	26日(水) 午前 9時30分 ～10時30分	熱塩加納保健 福祉センター (夢の森)		

休日の当番医（初期救急）

休日	病院・医院名（　）内は所在地
9月 9日 (日)	齋藤医院(字中町) ☎(22)0212
16日 (日)	高橋小児クリニック(関柴町) ☎(25)7066
17日 (月)	武田医院(塩川町) ☎(27)4031
22日 (土)	手代木医院(字一丁目) ☎(22)0034
23日 (日)	鳴瀬病院(字稲荷宮) ☎(24)3333
30日 (日)	福田耳鼻科咽喉科(字西四ツ谷) ☎(24)4187

休日の輪番制病院（2次救急）

休日	病院・医院名（　）内は所在地
9月 9日 (日)	佐原病院(字永久) ☎(22)5321
16日 (日)	県立喜多方(字稲清水) ☎(22)2181
17日 (月)	小野病院(字沼田) ☎(22)0414
22日 (土)	有隣病院(松山町) ☎(24)5021
23日 (日)	佐原病院(字永久) ☎(22)5321
30日 (日)	県立喜多方(字稲清水) ☎(22)2181

街頭献血にご協力を！

月 日	献血時間	場　所
9月 6日 (木)	午前10時 ～正午	喜多方 合同庁舎
	午後 1時30分 ～ 2時30分	入澤病院
	午後 3時30分 ～ 4時30分	喜多方郵便局
13日 (木)	午前 9時 ～11時	喜多方消防署

喜多方市美術館からのご案内

佐藤幸代展・風のふるさと

佐藤幸代は福島県出身、東京在住の現代アート作家です。1983年から現代日本美術展、‘85年安井賞展他に出品し、二紀展(佐伯賞‘85、宮永賞’00　会員優賞’05)を受賞。時間(痕跡、記憶)をテーマに、和紙に顔料、泥、墨等で独自の宇宙空間を描いています。

◆会　　期　9月15日(土)から10月21日(日)まで

※9月15日、29日、10月13日(土)の3日間は、午後2時から作家 佐藤幸代氏によるギャラリートークを開催します。

◆開館時間　午前10時から午後6時まで
(最終入館は午後5時30分)

◆休 館 日　水曜日

◆観 覧 料　一　　般　500円(400円)
高校・大学生　300円(250円)
小・中学生　200円(150円)
※(　)は20名以上の団体割引料金

風景を描く教室のお知らせ

◆開 催 日　9月15日(土)、16日(日)、17日(月)

※詳しくは直接美術館へお尋ねください。

問 喜多方市美術館 ☎(23)0404

9月の『市民と市長の談話室』対話者を募集します

市政に対するご意見やご要望、まちづくり提案、身近な話題など　市長と直接対話してみませんか。



◆日時
○9月25日(火)　午前9時～正午

◆場所　高郷総合支所

◆対話者　市民の皆さんなら、どなたでも対話できます。

◆対話時間
1人(組)25分以内とします(受付順)

◆申し込み　9月18日(火)まで高郷総合支所住民課へ電話でお申し込みください。

※有意義な対話になるよう、お申し込みの際にお話ししたい簡単な内容(例：「○○活性化についての提案」など)をお知らせください。

問 申 高郷総合支所住民課地域振興班
☎0241(44)2111

本との出会い…

新刊案内（一部）

一般図書

・良い戦略、悪い戦略	リチャード・P・ルメルト
・ふるさと文学さんぽ　福島	澤　正宏
・ケルベロスの肖像	海堂　尊
・乱世の名将治世の名臣	中村　彰彦
・冥土めぐり	鹿島田　真希
・養生事始	玄侑　宗久
・サラダ好きのライオン	村上　春樹
・磯野家のマイホーム戦略	榊　淳司
・美しき一日の終わり	有吉　玉青
・肝臓病の最新治療	泉　並木

児童図書

・古代エジプトよみがえりのヒミツ	結城　昌子
・災害救助犬レイラ	井上　こみち
・ちきゅうのふしぎ	左巻　健男
・大接近！妖怪図鑑	軽部　武宏
・星座の伝説大図鑑	東　ゆみこ
・おにぎりがしま	やぎ　たみこ
・おひげおひげ	西村　敏雄
・たぬきくんとことりちゃん	中谷　靖彦
・れいぞうこにマンモス！？	マチュー・モデ
・くるくるなあに？	てづか　あけみ

図書館イベント案内

□おはなしドライブ　9月2日(すずの音会、おはなしかいスペシャル)、9日、16日、23日、30日(日)
午前11時～11時30分

□ちっちゃなおはなしかい　9月20日(木)
午前11時～11時20分

□ユニットおりがみ教室　9月29日(土)
午前10時～11時30分

□第9回生け花講座(要予約)　午前10時30分～正午　参加費1,500円(花代)

★注目のコーナー紹介
～ラジオ紹介本コーナー～★

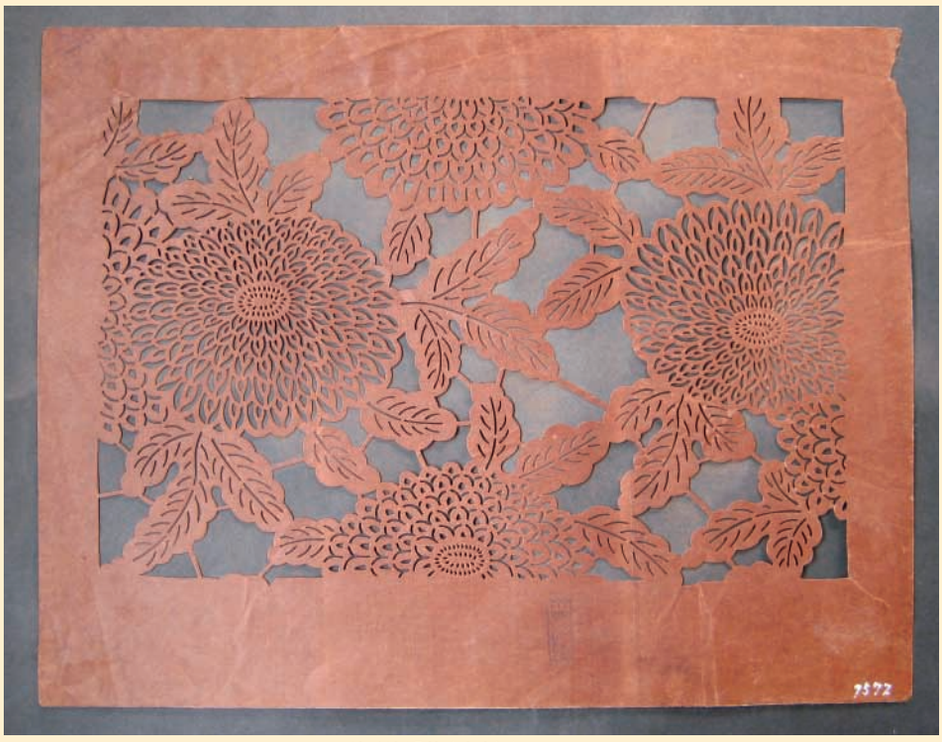
ＦＭきたかた(周波数78.2メガヘルツ)にて、毎週火曜日午後６時から「喜多方図書館ラジオナビ」を放送しています。そこで紹介した図書館スタッフのオススメ本や今週の新刊をロビーに展示しています。ぜひご覧ください。

◆開館時間
○火～金……午前9時30分～午後7時
○土・日・祝日…午前9時30分～午後5時30分
◆休 館 日　9月3日、10日、18日、24日
問 喜多方市立図書館☎(22)1855

広報きたかた No.81
（平成24年9月発行）


染型紙の代表　絣（かすり）模様




染型紙「菊（地白）」No.7572

ふるさとの遺産

会津の染型紙と関係資料

県有形民俗文化財【喜多方市　喜多方郷土民俗館】一式

型染めとは、布地に型紙をあてて模様の上に糊を置き、その部分を色に染めないことで模様を出すという染色方法です。

江戸時代、伊勢国白子（現在の三重県鈴鹿市）で作られていた染色型紙は全国に販売網を確立していました。喜多方の型紙も伊勢から伝わったものです。

安政6年（1859）に会津藩から染型紙商と兼業漆器業の公認を受けた小野寺家は、この地が良質な和紙と、型紙製作に必要な柿渋が豊富であることを生かし、東北一円に販売網を広げていきます。それは幕末から大正期にかけて最盛期を迎え、昭和10年ごろまで続きました。

型紙には斬新なデザインも見られ、東北地方の着物の柄や当時の流行を知ることができます。これらの資料は、小野寺家によって永く保存され、市に寄贈されました。

型紙36925点、原画565点、古文書類43点、商印11点、道具類等47点にものぼります。

■所在地
喜多方市郷土民俗館
喜多方市字柳原7503－1
（喜多方市立図書館3階）
☎（22）4154
問 文化課 文化振興班
☎（24）3821

表紙の写真

8月5日高郷町荻野漕艇場で行われた第5回喜多方シティレガッタには、県内外から600人のボート愛好家たちが集まりました。快晴に恵まれ、波も風も静かな絶好のボート日よりとなり、選手たちは息を合わせて力いっぱいオールを漕いでいました。



喜多方市の人口
（平成24年7月1日現在）

世帯数	16,987世帯	男	24,239人
人　口	51,229人	女	26,990人
出　生	26人	死　亡	57人
転　入	75人	転　出	71人

※国勢調査をもとに、その後の出生、死亡、転入、転出の数を加減して算出した「福島県の推計人口」の数値を掲載しています。

編集・発行
喜多方市総務部総務課
☎0241（24）5206
FAX 0241（25）7073
〒966-8601
福島県喜多方市字御清水東7244番地2
http://www.city.kitakata.fukushima.jp
Eメール kouhou@city.kitakata.fukushima.jp