

広報 きたかた

8月号

2020

No.176



今月の主な内容

喜多方市民憲章を制定 ②

きらレボ vol. 35 ④

サルの出没予報サービス ⑤

情報ステーション ⑭



喜多方市公式
facebook



喜多方市民憲章を制定



飯豊連峰の朝

7月1日、喜多方市民憲章を制定しました。

市町村合併以降、新市建設計画や総合計画に基づく各種施策の着実な実施により、均衡ある発展と一体感の醸成を図ってきましたが、急激な人口減少や少子高齢化などの課題に立ち向かっていくためには、市民一人一人がこれまで以上に自分が生まれ育った「ふるさと喜多方」に愛着を持ち、オール市民でのまちづくりを進めていく必要があることから、その心構えや行動規範となる市民憲章の制定に至りました。

制定に当たっては、学識経験者やさまざまな分野で活動されている有識者10人で構成する市民憲章策定委員会を設置し検討を進めてきました。

問 企画調整課 企画調整班
☎(24)5209

ぜひ、生活の中に

Interview

策定委員会
菅井 一良委員長



胸を張って次世代に残せる市民憲章を作成したい。市民が一体となって歩む、活力あるまちづくりの道しるべとなる憲章にしたい。10人の委員が最初に確認した思いです。また、表現は親しみやすく、唱えやすい、しかもその中に明確な理念と喜多方らしさを表現したいと考えました。

まず、旧5市町村や県内外のものを検討し、次に本市の持つ強みや課題、憲章全体の構成などを確認しました。その後、各方面で活躍されている委員の思いや提言のキーワードを元に素案を作成し、前文――



喜多方市民憲章

喜多方市は、会津の北方にあり、飯豊連峰や雄国山麓の雄大な自然と豊かな水、そして穏やかな風土に恵まれています。

その恵みを受け、「蔵のまち」として知られる私たちのまちは、人と自然と文化が共存する歴史と伝統に培われて発展してきました。

本市の更なる発展のために、この地を育んできた先人の知恵と精神を引き継ぎながら、市民が心をひとつに、夢がふくらむ、魅力ある喜多方市の未来をめざして、ここに市民憲章を制定します。

- 一 元気で働き 心身共に健康で 明るい家庭をつくりましょう
- 一 敬愛の心で支え合い 思いやりあふれるまちをつくりましょう
- 一 郷土を愛し 教養を高め ゆかしい文化のまちをつくりましょう
- 一 自然を愛し まちや川の美化に努め 美しい景観を守りましょう
- 一 きまりを守り 力を合わせ 住みよいまちをつくりましょう
- 一 交流の輪を広げ 人を育て 誇りと自信をもって歩みましょう



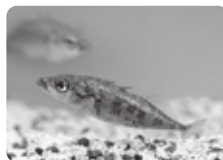
市の花ヒメサユリ



市の木飯豊スギ



市の鳥セキレイ



市の魚イトヨ



市の昆虫ホタル

本文 ― 全体 ― 個別 の順に、何度も繰り返し推敲を重ねました。

喜多方市は飯豊連峰や阿賀川などの豊かな自然に恵まれ、先人はその恩恵のもと、たくましい想像力で潤いのある暮らしを築き、人材を育ててきた歴史と伝統のあるまちです。前文はそれらを確認し継承していくという憲章の方向性を示したものです。

本文では、言葉一つ一つの持つ意味合いについて熟慮し、肯定的な呼びかけ調にすることで唱えやすくしました。また、6つの条文の配列にも検討を加えました。

現在、世界的な新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、「新しい生活様式」とともに今までとは異なる生き方が求められています。喜多方市の良さを受け継ぎ、さまざまな課題克服のためには、これまで以上に市民が一体となり、変化に対応した発想や行動が不可欠です。額に飾られ、ホコリをかぶる飾り物であってはならない。この憲章が日々の生活の中で、多くの市民の皆さんの道しるべの一助になればと、委員一同願っています。

福島日中友の会

会長 鈴木 愛利 さんに聴く

1979年生まれ 中国のハルビン(満洲)出身
2002年 来日
同年 喜多方(鈴木家)に嫁ぐ
2003年 長女誕生
2006年 理容免許取得
2014年 理容店 サロンド愛利開業
2019年 第44回東北理容競技大会優勝
理容2019メッセーシ東北大会
優勝
全国大会第2位
子ども3人と義父母の7人家族



【福島日中友の会の活動】

平成28年4月福島日中友の会設立。会員数72人。
在日華人の相互扶助、相互理解、相互支持『みんなが福を共に味わう・難を共に克服する』の理念を持ち、地域の人との交流を通じて、市民の国際理解および日中友好の促進に貢献することを目的として活動しています。

—— 来日のきっかけは

子どもの頃から日本への興味と憧れがあり、その文化を体験してみたかったからです。

—— 日本に来て困ったことはありますか

言葉、礼儀作法、習慣を正しく理解し社会生活に馴染むことが難しいと感じました。

—— 普段の生活で大切にしていることは何ですか

健康第一、家族と和気あいあい、人と人の触れ合いとつながりを大切にしています。

—— 多文化共生社会と男女共同参画社会について

言葉・文化・風習の違いをお互いが理解することで、日常生活の負の要因を回避することができ、人間関係においても信頼が生まれ、共存していけるのではないのでしょうか。

男女共同参画社会も同じです。人種・性別を問わず、

まずは相手を理解し受け入れることだと思っています。共生社会の実現のために笑顔を大切に元気で前向きに頑張ります。

—— 「福島日中友の会」の活動について教えてください

今年はコロナウイルスによる自粛のため、活動を中止していますが、例年ならば、お花見を兼ねた親睦会、日本語教室、バーベキュー、忘年会、料理教室を通しての交流会、救急救命講習会、スパリゾートハワイアンズでの懇親会などさまざまな活動をしています。

今年は2月に中国へ支援物資を送りました。また、会津大学の学生へ90kgの米を援助しました。

—— 日中友の会の今後の展望を聞かせてください

日本人の中国人に対するイメージを変えたいです。

日中関係について、いろいろな報道がありますが、良いこともたくさんあるので、もっと良いことに目を向けてほしいです。そのために

は、当会の活動を活発にし、多くの方に知ってもらえればと思います。

福島日中友の会では、随時会員募集中です。国籍・性別・年齢問いませんので、いつでも連絡してください。



※連絡先：090-2973-3888
福島日中友の会会長(鈴木愛利)

—— 今後の目標は

お客さまが自然体で安心して心癒されるお店を目指しています。そして、日中の懸け橋になるようなお店をふるさとの中国に開きたいと考えています。さらに、中国の伝統的な技術を日本に伝え、相互理解で両国の発展に貢献できればと思っています。

問 企画調整課 企画調整班
☎(24)5209

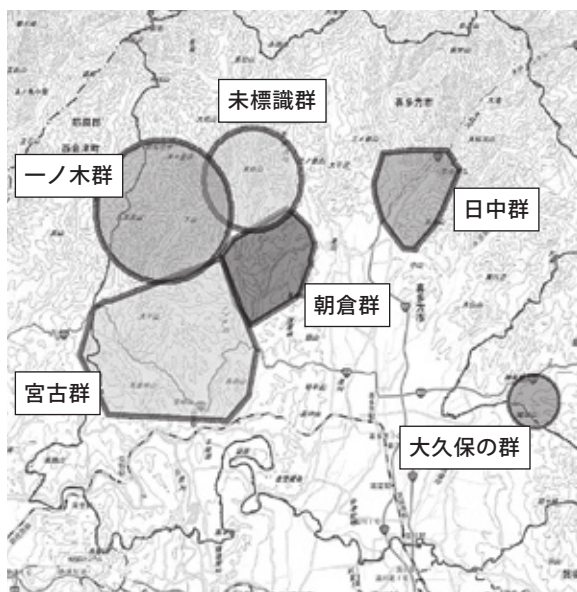
サルの群れ出沒予報サービス

～ 事前に察知して被害発生前に追い払う ～

当日の出沒集落と、翌日に出沒する
可能性が高い集落を把握しましょう

喜多方市 ニホンザル 位置情報

検 索



現在、市内では6つの群れ約250頭が確認されています。長らく、市内で農作物被害を最も多く発生させていましたが、追い払いを継続する集落では、被害が減少しています。

群の名称	頭数	出沒地域
日中群	約 30 頭	熱塩加納
朝倉群	約 30 頭	熱塩加納・山都
宮古群	約 60 頭	山都・高郷
一ノ木群	40 頭以上	山都
未標識群	60 頭以上	山都
大久保の群	約 30 頭	喜多方

群れの行動域の調査

捕獲したサルに発信機を装着し、行動域の調査を行うことで、サルの群れの出沒集落や行動先がある程度予測できるようになりました。

これにより、花火による追い払いが効率的になり、被害を未然に防ぐことにつながります。

群れの位置の確認方法

12月末日までの平日、当日のサルの群れの出沒場所と翌日に出沒が予想される集

落を、原則として、午後5時頃に市のホームページ「ニホンザルの群れの位置情報と対策」に公開します。

出沒集落・出沒予測集落は注意してください。

サルの追い払い

人間に追いかけられたり、驚かされたりすることにより、サルは徐々に集落に近寄り、サルは徐々に集落に近寄らなくなります。1人より複数の人で行い、サルが山に逃げるまでしつこく追い払いを続けると効果的です。また、サルを見かけたら必ず追い払いをすることが大切です。

す。農作物がない時期も、生ごみや収穫残渣などを食べに来る場合があるため、年間を通して追い払いを継続してください。

追い払い花火を提供します



サルが出沒している行政区に対して、追い払い用花火を配布しています。花火が必要な方は、区長を通して窓口にご連絡してください。

☎ 問 申 環境課 環境推進係
(24) 5261

化推進委員」を公募します

共通事項

募集期間 9月1日(火)～30日(水)

推薦および応募方法 応募用紙は、産業部農業振興課、農業委員会事務局および各総合支所産業建設課に備え付けるほか、市ホームページからダウンロードできますので、所要事項を記載の上、直接提出するか郵送してください。

※募集人数を超える応募があった場合は、選考となります。

兼職禁止等 農業委員と農地利用最適化推進委員の両方を兼務することはできないほか、兼務できない役職がありますので、詳しくは事務局へ問い合わせてください。

推薦・応募状況の公表 推薦・応募の状況は、農業委員会などに関する法律に基づき、市ホームページに掲載します。

公募に関する説明会 ※対象地区以外へ参加することもできます。

対象地区	場 所	日 時
塩川	塩川ふるさと会館会議室	8月18日(火)
山都	山都保健センター多目的ホール	
熱塩加納	熱塩加納会館大ホール	19日(水)
高郷	高郷総合支所大会議室	
喜多方・豊川・慶徳	慶徳ふれあい館多目的スペース	20日(木)
松山・上三宮・岩月	上三宮遊樹館多目的スペース	
関柴・熊倉	関柴公民館第1～3研修室	21日(金)

8・9月は

農地パトロール強化月間

◆農地パトロール

市内全域の農地を対象に「農地パトロール(利用状況調査)」を実施します。

調査の方法は、地区の農業委員・農地利用最適化推進委員および事務局職員が農地を見て回り、耕作

の状況などを見て適切に管理されているかを確認します。

調査の際には農地に立ち入ることもありますが、ご理解と協力をお願いします。

◆絶対にしないで農地の違反転用

許可を得ずに住宅を建築したなど農地以外に利用した場合や、事業計画どおりに転用していない場合には農地法違反となり、工事の中止や現状回復な

どの措置を講じます。

あらかじめ農業委員会の許可を得て、確実な履行をお願いします。

◆農業委員会の許可を得るには

農地の転用を含め、農地の贈与、譲渡、売買、貸借についても許可制です。

許可を得るための各種申請書は月末までに事務局へ提出してください。

農業委員会の総会は毎月17～20日頃に開催しています。

問 農業委員会事務局 農地係

☎(24) 5273 または各総合支所産業建設課 地区担当農業委員・推進委員



「農業委員・農地利用最適

農業委員および農地利用最適化推進委員の任期が令和3年1月14日をもって満了となるため、以下のとおり公募します。

農 業 委 員

業務内容

- ① 農業委員会総会に出席し、農地の権利の許可などに係る審議などを行います。
- ② 農地利用最適化推進委員と連携して担い手への農地利用の集積などの農地利用最適化活動などを行います。

募集人数 19人

任 期 令和3年1月15日～令和6年1月14日（3年間）

推薦および応募資格 農業に関する識見を有し、農地などの利用の最適化（担い手への農地利用集積など）の推進に関する事項その他の農業委員会業務を適切に行うことができる方

報 酬 年額360,000円 ※加算あり なお、会長は480,000円、会長職務代理者は370,000円



農地利用最適化推進委員

業務内容

- ① 人・農地プランなど、地域の農業者などの話し合いの推進
- ② 農地の出し手・受け手へのアプローチ、担い手への農地利用の集積・集約化の推進
- ③ 遊休農地所有者などへの利用意向調査、遊休農地の発生防止と解消の推進
- ④ 新規就農者への農地の斡旋などの支援

募集人数 30人 ※地区ごとに募集人数が異なります

担当区域	区 域	定数	担当区域	区 域	定数
第1区	第2区から第12区を除く区域	1人	第7区	豊川町の区域	2人
第2区	松山町の区域	1人	第8区	慶徳町の区域	2人
第3区	上三宮町の区域	2人	第9区	熱塩加納町の区域	3人
第4区	岩月町の区域	2人	第10区	塩川町の区域	7人
第5区	関柴町の区域	2人	第11区	山都町の区域	3人
第6区	熊倉町の区域	3人	第12区	高郷町の区域	2人

任 期 農業委員会が委嘱した日（令和3年1月下旬）～令和6年1月14日（約3年間）

推薦および応募資格 農地などの利用の最適化（担い手への農地利用集積など）の推進に熱意と識見を有する方

報 酬 年額240,000円 ※加算あり



中性脂肪の話

8月から健(検)診が始まります

新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、延期していましたが健康診査(以下、「健診」)を開始します。

今回は健診項目にある中性脂肪について紹介します。

脂肪のメカニズム

ヒトを含めた動物は、長い進化の過程で、絶えず飢えの危険にさらされてきました。

そのため、余分にエネルギー

を摂取した時に、それを脂肪

の形で蓄え、飢餓の状況下において、蓄えておいた脂肪を利用することによって生き延びる仕組みを獲得しました。



しかし、皮肉なことに、エネルギーの取り過ぎと運動不足が常態化した現代では、この仕組みが肥満の原因となっています。

そもそも脂肪とは…

本来、油脂(動植物の「あぶら」)のうち、常温で固体のものを脂肪と言います。

炭水化物、脂肪、およびタンパク質は三大栄養素と呼ばれ、これらがさまざまな割合で混じり合ったものを食事で摂取します。これらは生命活動に必要なエネルギー

源になると同時に、体を構築する材料にもなります。

脂肪は、食事から直接摂取されるほか、主にとり過ぎた炭水化物から、体内で新たに合成されます。このようにして得られた脂肪は貯蔵されます。

脂肪はエネルギーの貯蔵庫

空腹や運動時など、エネルギーが不足した際には、蓄えた脂肪が遊離脂肪酸とグリセロールに分解され、血中に放出されます。

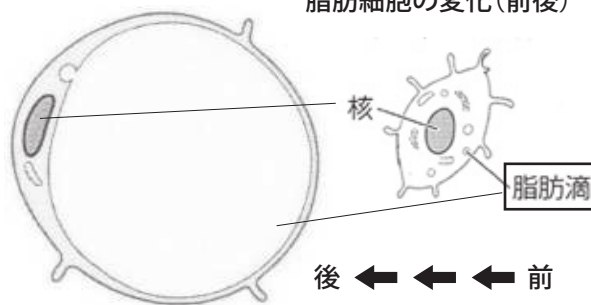
このうち、実質的にエネルギー源となるのは遊離脂肪酸であり、細胞内のミトコンドリアで、酸素を用いて二酸化炭素と水に燃焼されることで、大きなエネルギーを放出します。

運動時のエネルギー消費には、まずブドウ糖の連結したグリコーゲンが優先的に利用され、次に脂肪の燃焼が始まります。また、遊離脂肪酸の燃焼には大量の酸素が必要で、そのため、脂肪の消費には、瞬発的な激しい運動よりも、持続的な有酸素運動の方が向いています。

脂肪細胞の構造

左図のように脂肪細胞の一つ一つが肥大したり、細胞が増えるのが肥満です。

脂肪細胞の変化(前後)



脂肪の分布から「内臓脂肪型肥満」と「皮下脂肪型肥満」に大別されます。

脂肪滴と異所性脂肪

脂肪細胞は、通常の細胞の数倍〜10倍の直径を持つ巨大な細胞であり、1個の大きな脂肪滴という脂肪の塊(いわゆる中性脂肪)で埋め尽くされています。

脂肪滴は脂肪細胞だけではなく、あらゆる組織の細胞にほぼ存在します。脂肪細胞の巨大な脂肪滴に対し、他の組織の細胞に見られる脂肪滴は一般的にはるかに小さく、ごく少量の脂肪を一時的に保管する役割があります。しかし、過食や運動不足の状態が続くと、これらの組織の細胞に脂肪が過度に蓄えられてしまうのです。

これは「異所性脂肪」と言われたたとえば、肝臓の細胞に脂肪が異常に蓄えられたものが脂肪肝と呼ばれるように、病的状態となります。肝臓や骨格筋で脂肪を蓄え過ぎると、インスリン抵抗性(インスリンが効きにくくなった状態。糖尿病の前駆症状)の原因となり、心臓では心筋症の引き金となります。

健診を受診し、体内の脂肪の状態を把握しましょう！



問 保健課 健康推進室
(24) 5223



「親子みんな健康アプリ」 登録してますか？

— 地域とつながる、安心の子育てアプリ —

このアプリは、予防接種や子育て記録がスマホアプリやパソコンで簡単、便利に確認や管理できます。

アプリは**無料**でダウンロードできます。申し込みの必要はありません。

まだ登録していない方！ぜひ登録を！



面倒で忘れがちな予防接種も簡単に管理できる！

誕生日や予防接種履歴を登録するだけで、自動で接種日の目安をお知らせしてくれます。接種予定日が近づくと事前にお知らせするアラート機能やプッシュ通知もあるのです。忘れず安心です。きょうだいの登録もできるので、スケジュール管理も簡単です。

地域の情報が

簡単に手に入る！

市から育児関連のお知らせが届きますので、必要な情報をタイムリーに入手できます。

ます。

また、新型コロナウイルスの影響で開催できていない離乳食教室の代わりに離乳食初期の作り方の動画も掲載しています。ぜひご覧ください。

その他にも

身長、体重をグラフ化でき、お子さんの成長が一目で分かる機能のほか、成長や思い出の写真・コメントを記録できる日記機能付きです。さらに、家族みんながアプリをダウンロードすることで離れている家族とも共有できます。

利用している方にインタビュー

予防接種のスケジュールが簡単に管理できて、分かりやすいです！また、初めて離乳食を作るので、動画があって安心しました！



5カ月のお子さんを持つ鈴木 菜月さん

子育てをより楽しく便利にする機能が満載です！



子育て世代の皆さん、またその家族の皆さんで、ぜひ活用してください。アプリストアからダウンロードできます。App Store、Google Playから「母子モ」で検索してください。

母子モ





◆料金を改定する施設

○社会教育施設

施設名	問い合わせ
<公民館> 中央公民館分館、松山公民館、上三宮公民館、岩月公民館、関柴公民館、熊倉公民館、慶徳公民館、豊川公民館、熱塩加納公民館、塩川公民館、堂島地区公民館、姥堂地区公民館、駒形地区公民館、山都公民館、高郷公民館 <その他> 勤労青少年ホーム、カイギウランドたかさと	中央公民館 ☎(24)4811

○文化施設

施設名	問い合わせ
喜多方プラザ	喜多方プラザ ☎(24)4611
厚生会館	教育総務課 ☎(24)5304
美術館	文化課 ☎(24)5323

○社会体育施設など

施設名	問い合わせ
<体育館> 押切川公園体育館、勤労青少年体育センター、熱塩加納体育館、塩川体育館、堂島屋内運動場、山都体育館、高郷体育館、西羽賀体育館 <運動広場> 押切川公園スポーツ広場 <テニスコート> 熱塩加納テニスコート、山都テニス・バレーコート、高郷テニスコート <野球場> 押切川公園野球場、ひばりが丘球場、熱塩加納野球場 <その他> 武道館(柔道場・剣道場、弓道場)、市民プール、県営荻野漕艇場	生涯学習課 ☎(24)5319

◆改定理由

施設運営に関する費用は、市民の皆さんの税金を基本的な財源としています。施設を利用する方(利益を受ける方)と利用しない方(利益を受けない方)との負担の公

平性を確保するため、利用者に対し、利益に見合った応分の負担(受益者負担)として使用料を求めています。財政健全化を推進する観点から、受益者負担のあり方の統一や施設を維持するために必要なコストを算定し、

施設の使用料金の見直しを行いました。

◆改定時期

10月1日(木)

◆改定後の料金

改定後の各施設の使用料金については、市ホームページ

ジをご覧になるか、各施設へ問い合わせてください。



社会教育施設・文化施設・社会体育施設の使用料金を改定します

スポーツ推進委員を紹介します！

スポーツ推進委員は、市教育委員会から委嘱を受けて地域のスポーツ振興に取り組んでいます。現在45人の委員が旧5市町村の支部に分かれて活動しています。

各支部では、スポーツイベントなどの企画・運営協力やニュースポーツの普及を行うほか、地域の皆さんに対する指導や助言ができるよう必要な知識と技術の習得に努めています。

問 生涯学習課 スポーツ振興係 ☎(24)5319

スポーツ推進委員会委員長 (兼塩川支部長)

つ たき さとる
津瀧 悟 さん



スポーツ推進委員会では老若男女問わずに楽しんでもらえるスポーツの普及・体験活動を行っています。

喜多方支部長

あ べ しげ ひろ
安部 重浩 さん



体を動かすことは、とても気持ちがいいことです。スポーツを通じて皆さんの心と体の健康をサポートします。

熱塩加納支部長

なが い とし あき
長井 俊明 さん



「すぐに、みんなで、だれもができるスポーツ」を目指して、子どもから高齢者までスポーツの楽しさを知ってもらうため、より一層スポーツを推進していきます。

山都支部長

た なか つよし
田中 剛 さん



各種教室やスポーツイベントに参加する皆さんの笑顔と出会えるのが、活動の楽しみの一つです。

高郷支部長

す とう ひろ ゆき
須藤 博幸 さん



委員自らがスポーツを楽しむとともに、地域の皆さんと交流しながらスポーツ推進委員の活動を広めていきます。

問 生涯学習課 スポーツ振興係
☎(24)5319



ふくしま健民
アプリQRコード

県では「ふくしま健民アプリ」の利用を勧めており、このサイトでは、家の中で簡単にできる運動動画を公開し、アプリに登録するとさらに多くの運動動画を無料で閲覧することができます。アプリは手軽にダウンロードできるのでぜひ利用してください。



家でも運動しよう！
ふくしま健民アプリの紹介

問 生涯学習課 生涯学習係
☎(24)5318

◆**今年度の成人式について**
今年度の成人式は、新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を講じて、令和3年1月10日(日)午後1時30分に行う予定です。
詳細が決まり次第改めてお知らせします。
ただし、今後の感染状況によつては中止する場合もありますので、予めご了承ください。

◆**民法改正に伴う成人式の在り方を検討しています。**
民法の一部を改正する法律により、令和4年4月1日から成年年齢が18歳に引き下げられます。
令和4年度以降に行う成人式の対象年齢や開催時期などについて、広く意見をいただきながら検討し、随時その経過をお知らせします。



成人式に関するお知らせ