

広報



# かつらお

2023  
No.500

2



祝!  
広報かつらお  
500号

広報かつらおは今月号で発行から  
第500号を迎えました。  
これからも皆様に情報を届け、  
愛される広報づくりを  
目指します!

## 目次

広報かつらお第 500 号記念特集 …………… P 2～3  
 令和 5 年葛尾村二十歳の集い ……………P 4～5  
 お知らせ ……………P 6～16  
 むらの話題 …………… P17

教育委員会だより …………… P18  
 イベントカレンダー ……………P19  
 みんなでなかよく大掃除&餅つき大会  
 ～上野川行政区～…………… P20

# 広報かつらお 第500号 記念特集

『広報かつらお』は、本号で創刊から第500号を迎えました。今月号は、特別特集として今日まで村民の皆様とともに歩んできた『広報かつらお』と広報から見る葛尾村の軌跡を振り返ります。

平成3年には村のキャッチフレーズ「心なごむ高原の里かつらお」が決定しました。また、平成4年6月には交通死亡事故ゼロ1万日を、平成7年2月には交通死亡事故ゼロの記録30年を達成しました。



広報200号  
(平成8年12月号)



震災の影響で休刊を余儀なくされた広報かつらおが1年4ヶ月ぶりに復刊しました。その間、情報紙「ひろがる和」を発行し、避難により離れ離れになってしまった住民の皆様へ情報を届け続けました。

広報372号  
(平成24年6月号)



## 震災のため、平成23年5月から発行された情報誌「ひろがる和」

震災により避難生活を送る住民の皆さんに、村の情報を届けるために月2回発行されました。広報かつらお復刊後の平成24年6月からは、広報かつらおお知らせ版として、避難指示解除の直前(平成28年3月)まで発行されました。

震災から3年半、村はまだ全村避難が続いており、住民の皆さんもそれぞれ仮設住宅などでの避難生活を余儀なくされていきました。しかし、日本中で復興の輪が広がり、チャリティーイベントや、住民同士の交流イベントも開催されるようになりました。

「離れていても心はひとつ」、避難生活が大変な中でも故郷の絆を大切に過ごしてきました。

広報400号  
(平成26年10月号)



## 『広報かつらお』500号、そしてこれからも

広報かつらおは前身の公民館報を合わせ50年以上、住民の皆様とともに歩んできました。インターネットで何でも情報を調べることができる時代に、こうして誌面として広報誌を届けることは大きな意味があると思います。皆様の手元に「葛尾村の歩み」をかたちとして残すこと、広報1号1号がいつか葛尾村の記録の1ページになります。数年後に広報誌を見てこんなことがあったな、と振り返ってもらえるように、これからも皆様に「今の葛尾村」を届けていきます。



公民館報  
(昭和45年1月号)

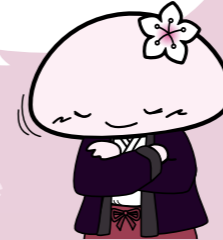


広報かつらお創刊号  
(昭和55年5月)

広報かつらおは昭和55年5月に発行され、創刊号では広報誌の発行に際して当時の村長の挨拶などが掲載されました。広報の前身である、「公民館報」が広報かつらおの創刊まで十数年間発行されており、村民の皆様の中には「館報」になじみのある方もいらっしゃるかと思えます。

当時は今よりも一回り小さいB4版の二つ折りで作られており、以降、毎月1日に定期的に発行され今日まで皆様に情報をお届けしてきました。

「広報かつらお」は創刊から今年で43年！長きにわたり、皆さんと歩んできたしみ～



発行から8年3ヶ月、広報かつらおは100号を数えました。この時期に現在の中学校やグラウンド、役場庁舎の整備が完了しました。また、昭和5年には冷害と大雪により被害総額が3億にのぼる大きな被害もありました。

広報100号  
(昭和63年8月号)



大人の仲間入りをした皆さんに二十歳の抱負と、どんな大人になりたいか漢字一文字で表現してもらいました！皆さん未来に向かって、大きく羽ばたいてください

目力



松本 玲於奈さん(野川)

**医療で患者さんを助けたい！**

将来、薬剤師として働いていくために大学で勉強を頑張ります！

笑顔



松本 和さん(下葛尾)

**周りも自分も笑顔でみんな幸せに！**

20歳になり今年から社会人となるので、より一層自分の行動に責任を持っていきたいです。

笑顔



松本 光月さん(上野川)

**たくさん笑ってみんなと幸せに！**

家族やお世話になっている方々に少しずつ恩返ししながら、大人としての責任を持って楽しく過ごします。夢を叶えるために勉強も頑張ります。

道



松本 渉吾さん(大笹)

**これからもまっすぐ自分の道を！**

明るく元気に日々を過ごします！

幸



小橋 誠也さん(落合)

**パティシエの私はお菓子でみんなを幸せに！**

自分自身抜けているところがあるので、行動をしっかりしていきたいです。

力



渡辺 千尋さん(上野川)

**力をつけて立派な美容師になります！**

美容師の試験に合格します！また、仕事も始まるので少しでも活躍できるように頑張ります。

笑顔



野地 章吾さん(落合)

**ずっと笑っていたい！**

大人の仲間入りをしましたが、昔と変わらない元気とエネルギーな姿で、たくさんの人を笑顔にしたいです！

優



松本 ひまりさん(下葛尾)

**誰にでも優しい人に！**

今年、専門学校を卒業して就職するので、社会人として失敗を恐れずに頑張ります。



## 晴れ着で華やかに 大人の第一歩

1月2日、村民会館で「二十歳の集い」が執り行われました。令和4年4月の民法改正により、成人年齢が十八歳に引き下げられたことを受け、葛尾村では例年の「成人式」を「二十歳の集い」と名称を改め、今年二十歳となる8名が出席しました。

出席者は、小学二年生の時に震災により、離ればなれとなつて以来、久々に旧友との再会を果たし、会場は嬉々とした声であふれました。式典では、村長が一人一人に記念品を手渡し、「輝かしい将来に向け、希望を胸に羽ばたいてほしい」と、祝福の言葉を贈りました。

また出席者を代表し、松本和さん(下葛尾)が育んでくれた家族や地域の人々に感謝を伝え、「明るい未来に進めるようがんばっていききたい」と希望あふれる将来に向けて誓いの言葉を述べました。

令和5年葛尾村  
はたち  
二十歳の集い



みんなでなかよくピース！



代表で誓いの言葉を述べる松本 和さん

### 新型コロナウイルス抗原定性検査キットを配布します

#### 1. 対象者

葛尾村に住所を有する方で重症化リスクの低い以下のいずれかを満たす方

##### (1) 濃厚接触者

※陽性者と同居または長時間の接触があった方

##### (2) 症状のある方（発熱や喉の痛み等があらわれた方）

※以下に該当する場合は、かかりつけの医療機関または診療・検査医療機関を受診してください

- ・高熱が続く、息苦しさを感ずるなど、重い症状がある方
- ・重症化リスクの高い方

(注)重症化リスク：65歳以上の高齢者、基礎疾患がある方、肥満の方、妊娠している方など

・症状がある方でも、すでに症状が軽快している方は申し込みをご遠慮ください

#### 2. 申し込み期間

当面の間

#### 3. 申し込み～配布まで

申し込み ☎080-2110-3188 受付時間 平日 8:30～17:15

・ご家族及び同居している方が濃厚接触者に該当する場合、あわせて申し込みが可能

・1人あたり1回の申し込みで1キット配布

検査キットの配布は、申込者本人及びご家族いずれの方においても、申し込みできるキット数は、期間中1人につき2回（2キット）まで

・検査キットは申し込みいただいた当日か翌日にレターパックで発送します

※申し込みの翌日が閉庁日のときは、発送が翌開庁日になる場合があります

☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

### 令和4年度県民健康調査「こころの健康度・生活習慣に関する調査」

#### ここから調査のお知らせ

福島県立医科大学では、県民の皆さまの「こころ」や「からだ」の健康状態をお伺いし、必要に応じて適切なケアや支援を行うための調査を実施しています。普段の生活では気づきにくいご自身の「こころ」や「からだ」の変化をチェックできる機会にもなりますので、積極的なご回答をお願いします。

なお、令和5年8月末までに回答をいただいた方には、結果通知書をお返しいたします。

専門的な支援が必要と判断された場合には、公認心理師、保健師、看護師等による「ここから健康支援チーム」からご連絡をさせていただきます。

対象者	令和4年4月1日現在住民登録のある方等
発送時期	令和5年2月上旬より発送予定
回答方法	郵送またはオンライン（スマートフォン・パソコンによる）回答
問合せ	福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター TEL: 024-549-5170 9:00～17:00（土日祝・年末年始を除く）

☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

## 総務課

### 消費税のインボイス制度に関する説明会

税務署では、事業者の方を対象に消費税のインボイス制度説明会を開催します。

説明会は、事前予約制により、各回とも定員になり次第、受付を終了します。

#### 【日程等】

① 2月27日（月）

午前10時～午後0時

会場：福島県南相馬合同庁舎

南庁舎4階401会議室

（南相馬市原町区錦町1丁目30）

定員：60名

② 2月27日（月）

午後1時30分～午後3時30分

（主に消費税の免税事業者の方向け）

会場：福島県南相馬合同庁舎

南庁舎4階401会議室

（南相馬市原町区錦町1丁目30）

定員：60名

※説明会終了後、希望する方を対象に登録申請相談会を開催します。

※会場の駐車場には限りがありますので、ご来場の際には、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

#### 【申込先】

相馬税務署 法人課税第一部門  
☎ 0244-363942（直通）

### 地域振興課

#### 村営住宅入居者募集

○ 恵下越団地

・ 入居資格要件

① 入居者が平成23年3月11日時点

で葛尾村民の方（転出者及び帰村者を除く）

② 現に住宅に困窮している方

・ 住所 三春町恵下越2

・ 空き戸数 29戸（平屋12戸・2階建て17戸）

詳細は地域整備係までお問い合わせください。

#### 有害鳥獣捕獲実績

地域整備係

☎ 0240-29-2113

葛尾村鳥獣被害対策実施隊は、村内の有害鳥獣を捕獲しています。

村内におけるイノシシの捕獲状況は次のとおりです。

12月捕獲数0頭

令和4年度累計捕獲頭数36頭

地域づくり推進係

☎ 0240-29-2113

令和4年度放射線モニタリング測定値（葛尾村）No.129 (μ Sv/h)

計測地点	R4 1.12	R5 1.17	計測地点	R4 1.12	R5 1.17	計測地点	R4 1.12	R5 1.17
葛尾村 K6 地点（広谷地）	0.41	0.51	日山登山道入り口	0.13	0.15	夏湯局	0.12	0.11
葛尾村 立葛尾中学校	0.08	0.08	かげ広谷地バス停付近	0.45	0.51	大放婦人ホム	0.14	0.13
林道広谷地線 東屋付近	0.19	0.23	百石前バス停	0.14	0.15	葛尾村役場	0.10	0.10
野行集会所近傍	1.07	1.22	浜井場北平線入り口	0.11	0.11	下葛尾集会所	0.06	0.06
旧岩角集会所敷地内	1.19	0.19	井戸沢バス停	0.14	0.14	上野川多目的集会所	0.07	0.07
旧葛尾郵便局前	0.13	0.15	大笹行政区掲示板付近	0.11	0.11	上葛尾集会所	0.07	0.07
大放多目的集会所	0.17	0.19	木取場入口バス停付近	0.98	0.95	広谷地集会所	0.12	0.12
野川集会所敷地内	0.12	0.13	もりもりランド管理棟前	0.14	0.16	大笹集会所	0.09	0.09
国道399号線沿い待避所 観光案内板隣	0.17	0.18	国道399号東平交差点	0.11	0.18	せせらぎ荘	0.15	0.16
葛尾小学校前	0.10	0.11	県道50号線もりもりランド入り口付近	0.14	0.18	上野川字境ノくき付近	0.12	0.12
葛尾幼稚園前	0.09	0.15	県道50号線関下	0.19	0.18			
診療所前	0.14	0.17	岩角・野行行政区境	0.29	0.28			

# 村・県民税の申告と所得税の確定申告

▶日時 2月14日(火)～3月15日(水)  
▶場所 葛尾村村民会館 大ホール

ポイント① 令和5年1月1日現在で葛尾村に住民登録がない方は、葛尾村の申告会場で申告できません。

## ①申告が必要な方

- 営業・不動産・農業・雑所得・一時所得などの所得があった人
  - 給与所得で次に当てはまる人
    - ・勤務先で年末調整をしていない
    - ・2か所以上の勤務先から給与をもらっている
    - ・給与、退職所得以外の所得がある
    - ・医療費控除などの各種控除を追加したい
  - 障害年金、遺族年金などの非課税収入のみの人
  - 無収入の人
 

非課税収入のみや無収入の方が未申告の場合、国民健康保険税の軽減措置や所得課税証明書の発行ができないなどの不利益を受けることがあります。
- ※確定申告に関するフローチャート(10ページ)を利用し、申告の対象になっているかご確認ください。  
※避難者の方は、最寄りの税務署でも確定申告できます。

ポイント② 確定申告に必要なものが用意できたら、ボールペンなどで✓をなぞりましょう。

## ②申告に必要なもの

今回の申告対象は、令和4年1月1日から令和4年12月31日の間に収入・支出したものです	給与をもらっている方	年金をもらっている方	事業を営んでいる方※1	農業を営んでいる方	不動産を貸し付けている方	2つ以上混在している方※2	チェック
①源泉徴収票	◎	○	○	○	○	◎	✓
②公的年金の源泉徴収票	○	◎	○	○	○	◎	✓
③東京電力からの賠償金支払い明細書	△	△	◎	◎	◎	◎	✓
④農協からの賠償金支払い明細書			◎	◎		◎	✓
⑤経費ごとに集計した領収書			◎	◎	◎	◎	✓
⑥医療費の領収書 ※3	○	○	○	○	○	○	✓
⑦社会保険の領収書(国民健康保険、国民年金等)	○	○	○	○	○	○	✓
⑧生命保険の支払証明書	○	○	○	○	○	○	✓
⑨地震保険の支払明細書	○	○	○	○	○	○	✓
⑩寄附金の証明書	○	○	○	○	○	○	✓
⑪マイナンバーカードまたはマイナンバーを確認できる書類(住民票の写しなど)	◎	◎	◎	◎	◎	◎	✓

◎：必ず必要 ○：該当があれば必要 △：就労不能賠償があるときは必要  
※1 独立して仕事をしている方(農業以外の個人事業主の方)  
※2 給与+農業、年金+不動産など、所得の種類が2つ以上該当する方  
※3 セルフメディケーション税制を選択される方は、スイッチ OTC 薬の領収書をご持参ください。



## 役場での申告相談は事前の予約が必要です

令和5年2月より行う申告相談は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、来場者の集中による会場の混雑緩和を図るため、電話での「事前予約制」を導入します。  
申告相談される方は、希望する相談日や時間帯を事前に予約したうえで、会場へお越しください。

### 役場での確定申告相談には電話での予約が必要です

- 予約受付期間 2月1日(水)～3月14日(火) ※土・日・祝日を除く
- 予約受付時間 午前9時～午後5時
- 電話番号 0240-29-2111

#### 【注意点】

- ①予約人数には限りがありますのでご希望に添えない場合があります。
- ②複数日の予約はできません。
- ③予約した時間に必ず相談できると限りません。他の方の申告の進み具合によってはお待ちいただきます。



## 申告相談受付日時

日	月	火	水	木	金	土
		2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日
		9:00～16:00	申告休	9:00～16:00	9:00～16:00	
2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日
	9:00～16:00	9:00～16:00	申告休	祝日	9:00～16:00	
2月26日	2月27日	2月28日	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日
	9:00～16:00	9:00～16:00	申告休	9:00～16:00	9:00～16:00	
3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日
	9:00～16:00	9:00～16:00	9:00～16:00	9:00～16:00	9:00～19:00	
3月12日	3月13日	3月14日	3月15日			
9:00～16:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～12:00			

※3月8日、15日以外の水曜日は受付を行いません。  
※37.5度以上の熱や咳、全身倦怠感がある方は新型コロナウイルス感染症対策のためご来場をご遠慮ください。

### 「農業等の事業収支」事前整理のお願い

待ち時間を短縮するため、収支の事前整理をお願いします。特に農業を営む方で、日常、ノートなどで収支を仕分けしていない方は、今号に同封の「農業所得収支計算書」に事業収入・経費を記載のうえ、申告会場にお越しください。事前整理をした方の申告相談を優先し領収書等を整理せずにお越しただいた場合、申告会場の別スペースで領収書などの整理をお願いし、整理が終わった段階で予約状況に応じて申告を受け付けます。

☎ 税務財政係 ☎ 0240-29-2111

# 令和5年度予備自衛官補募集案内



自衛隊福島地方協力本部では、次のとおり予備自衛官補を募集します。

募集項目	予備自衛官補(一般)	予備自衛官補(技能)
受付期間	令和5年1月10日から令和5年4月6日(木)まで(締切日必着)	
採用予定数 (参考 令和4年度)	陸上自衛隊	
	東北方面隊管内 約130名	東北方面隊管内 約30名
		海上自衛隊 約20名
受験資格 (令和5年7月1日現在)	18歳以上34歳未満(男女)	18歳以上で国家免許資格等を有する者 (資格により35歳以上~55才未満(男女))
試験期日	令和5年4月8日(土)~23日(日)の間の指定された1日	
合格発表	令和5年5月31日(水)	
受験会場	細部については相双事務所にお問い合わせください	

※技能公募に必要な資格や受験案内の配布及び試験内容等詳細は、下記の地域事務所にお問い合わせください。

☎ 自衛隊福島地方協力本部 相双地域事務所  
〒975-0033 南相馬市原町区高見町1丁目142-2 ☎・FAX 0244-23-4712

## 転出届はマイナポータルからも可能に!

マイナンバーカードを所有している人は、マイナポータルからオンラインでも転出の届出が可能です。詳しくはデジタル庁ホームページをご覧ください。  
※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。

☎ 住民生活係 ☎ 0240-29-2112

## マイナンバーカードの申請期限が2月末まで延長しました!

マイナポイントの申込みに必要なマイナンバーカードの申請期限が令和5年2月末までに延長しました。

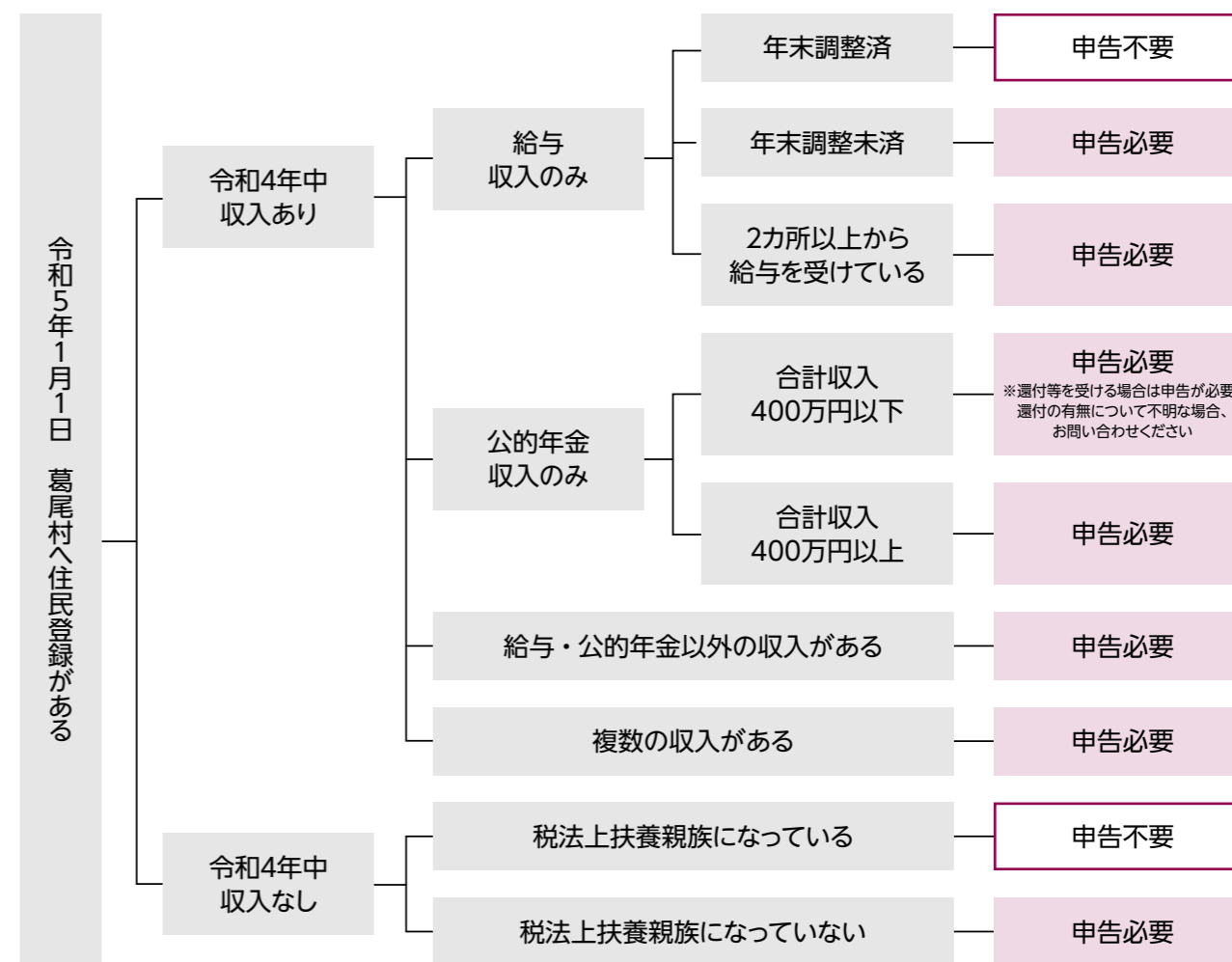
令和5年2月末にマイナンバーカードの申請をした方がマイナポイント付与の対象となりますので、お早めに申請してください。



☎ 住民生活係 ☎ 0240-29-2112

## 確定申告に関するフローチャート

令和4年の1年間に得た収入について所得税及び住民税の申告をしてください。下記のフローチャートを参考に申告の対象になっているかご確認ください。



### 賠償金等の申告について

営業に係る賠償や中山間に関する賠償、水田・園芸・畜産等の賠償についても確定申告が必要となります。賠償金の申告に関して、数年にわたり申告していただいておりますが令和4年中に収入がない方でも申告が必要となる場合がありますのでご確認ください。

### e-Tax(電子申告)について

- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため積極的に電子申告の利用をお願いします。
- ・税務署でID・パスワードを取得することで、自宅のパソコンなどで申告が可能です。
- ・電子申告に必要なID・パスワードについての詳細は下記にお問い合わせください。

☎ 相馬税務署 ☎ 0244-36-3111

※このフローチャートは申告が必要かどうかを簡単に判断するための目安です。不明な点等はお問い合わせください。

※未申告の場合、所得課税証明書の発行や児童扶養手当・国民健康保険税の算定などで不利益を受ける場合があります。

# ふるさと納税

次の方々からご寄付をいただきました。

## ◆お名前

戸川 聡 様(福島県) 馬場 弘至 様(福島県) 村上 修作 様(大阪府) 土田 秀幸 様(東京都)  
 武内三樹子 様(福島県) 小倉 文子 様(京都府) 折田 祥二 様(鹿児島県) 富田 栄治 様(東京都)  
 阪下 達也 様(神奈川県) 西川 洋文 様(大阪府) 松本菜都弥 様(千葉県) 田中 良範 様(兵庫県)  
 橋本 雅司 様(東京都) 立花由里子 様(福島県) 吉田 拓己 様(栃木県) 齋藤 広明 様(東京都)  
 有田 洋 様(大阪府) 平松 慎矢 様(東京都) 佐藤 譲 様(青森県) 岡田健太郎 様(東京都)  
 大芦 一夫 様(神奈川県) 渡部 和成 様(福島県) 小賀 政広 様(京都府) 鏡 明祥 様(東京都)  
 片山 千佳 様(大阪府) 齋藤 春夫 様(宮城県) 須田ゆう子 様(宮城県) 大石 昌明 様(北海道)  
 立野 展夫 様(栃木県) 阿久津邦彦 様(東京都) 有山 弘顕 様(兵庫県) 熊谷 知彦 様(神奈川県)  
 吉田 将也 様(福島県) 遠藤 智裕 様(神奈川県) 師田 晃彦 様(東京都) 堀 恭樹 様(神奈川県)  
 伊藤 義寿 様(千葉県) 黒田 浩司 様(神奈川県) 福家 隆志 様(大阪府) 永井 真紀 様(東京都)  
 大坪 知博 様(東京都) 浅川 寛子 様(大阪府) 玉山 秀雄 様(東京都) 平田 翔馬 様(東京都)  
 岡田 正樹 様(静岡県) 深野 昌明 様(栃木県) 塚原ちひろ 様(神奈川県) 中川 幸雄 様(埼玉県)  
 月山 聖子 様(和歌山県) 石川 大勇 様(千葉県) 今崎 秀貴 様(東京都) 今村 章吾 様(埼玉県)  
 岡井 孝二 様(京都府) 林 太郎 様(広島県) 片岡 敦 様(兵庫県) 仁志 貴美 様(千葉県)  
 本多 輝夫 様(福島県) 富永 浩史 様(東京都) 小澤 洋崇 様(群馬県) 室井 賢一 様(宮城県)  
 安瀬 楓 様(福島県) 熊坂 悠 様(東京都) 川崎 俊介 様(東京都) 秋江 靖樹 様(山梨県)  
 久保 宜映 様(東京都) 鎌田 雅子 様(東京都) 中島 則之 様(東京都) 笹田 淳 様(大阪府)  
 吉澤 宏隆 様(神奈川県) 伊藤 雄次 様(三重県) 澤田 正克 様(東京都) 杵渕 洋一 様(東京都)  
 北原 尚之 様(千葉県) 中田 隆三 様(兵庫県) 藤田 彩子 様(京都府) 杉野 知包 様(神奈川県)  
 沼田 祐輔 様(東京都) 阿竹 優紗 様(兵庫県) 松本 德行 様(神奈川県) 立園 隆右 様(大分県)  
 茅根 健 様(東京都) 今若 清貴 様(滋賀県) 長谷川小百合 様(福島県) 岸本 隆明 様(大分県)  
 芦葉 紗香 様(東京都) 佐藤 紘治 様(福岡県) 露崎 香織 様(茨城県) 山岡 宏嘉 様(京都府)  
 川副 奈美 様(長崎県) 岡 隆文 様(東京都) 山西 裕 様(茨城県) 木村 剛 様(岩手県)  
 戸井 陽介 様(東京都) 佐藤 幸延 様(愛知県) 宮本 雄太 様(福島県) 石松裕紀子 様(埼玉県)  
 新原 弘之 様(神奈川県) 町田 悠希 様(千葉県) 野村 明弘 様(神奈川県) 梁 乾日 様(大阪府)  
 工藤 崇裕 様(静岡県) 井沼 孝輔 様(兵庫県) 竹内 正明 様(静岡県) 菊川 賢志 様(愛知県)  
 小川 均 様(東京都) 糸井 隆二 様(東京都) 北郷 秀一 様(福島県) 浅野 正敬 様(愛知県)  
 津田 怜男 様(鹿児島県) 鈴木 康寛 様(埼玉県) 上田 圭介 様(東京都) 大下香緒里 様(大阪府)  
 岡本泰一郎 様(東京都) 野田 友 様(東京都) 石井 尚貴 様(埼玉県) 宮崎 知之 様(愛知県)

西川 勝美 様(東京都) 稲垣真一郎 様(愛知県) 伊藤 公治 様(東京都) 山田 仁 様(福島県)  
 勝部知早野 様(島根県) 佐伯 則通 様(兵庫県) 中西 鮎美 様(兵庫県) 藤本 智洋 様(東京都)  
 藤田 偉雄 様(大阪府) 安田 功 様(岐阜県) 友田 光昭 様(大阪府) 杉本 光昭 様(兵庫県)  
 石川 純 様(愛知県) 丸岡 大記 様(東京都) 松本 大生 様(福井県) 田中ゆかり 様(東京都)  
 照井 有 様(東京都) 成田 昌之 様(東京都) 吉田 景子 様(青森県) 河野 森 様(東京都)  
 小島 良昭 様(東京都) 大垣 大 様(青森県) 伊藤 巧 様(北海道) 田村 稔忠 様(鳥取県)  
 下田 勝秀 様(東京都) 天川 美那 様(東京都) 伊沢 伸秀 様(栃木県) 麗奈ボアズ 様(東京都)  
 小林 洋介 様(愛知県) 長井 博昭 様(東京都) 吉田 雄 様(東京都) 近藤 麗 様(岩手県)  
 鎌田 聡子 様(東京都) 伊藤 勇輝 様(東京都) 金井 雄二 様(神奈川県) 吉岡 尚子 様(奈良県)  
 粟村 正一 様(福島県) 畑 正典 様(福井県) 古敷谷 昇 様(東京都) 少路剛一郎 様(奈良県)  
 本田 豊 様(東京都) 河原 亨 様(神奈川県) 小竹 達之 様(新潟県) 野呂 秀明 様(茨城県)  
 根本 崇 様(千葉県) 白岩 透 様(東京都) 斎條 弘之 様(東京都) 栗山 弘平 様(東京都)  
 山口 賢二 様(岡山県) 山本 祐二 様(東京都) 内藤 純行 様(神奈川県) 吉村 浩司 様(岡山県)  
 柳迫 勇人 様(東京都) 清水 将 様(神奈川県) 若尾 莉子 様(大阪府) 森若 耕輔 様(北海道)  
 岡 恭介 様(東京都) 渡辺千沙人 様(福島県) 中島 一博 様(京都府) 城台 悦史 様(北海道)  
 平野 朋子 様(岐阜県) 原田 朋子 様(兵庫県) 加藤 亮二 様(三重県) 清水 将 様(神奈川県)  
 西澤 誠一 様(東京都) 前田 晃 様(熊本県) 五嶋 奈々 様(神奈川県) 小岩 圭一 様(栃木県)  
 山田ちひろ 様(埼玉県) 猪俣 洋彰 様(東京都) 中塩 了 様(広島県) 加藤佐之輔 様(東京都)  
 高山 直一 様(東京都) 坂本 享平 様(千葉県) 出口 英一 様(大阪府) 須賀 幸一 様(東京都)  
 高木登企久 様(岐阜県) 柳澤 孝彦 様(長野県) 鈴木 拓 様(千葉県)  
 TESHIMA THEODOR TOSHIAKI 様(東京都)

上記含め 1,040 件

## 寄付総額 22,235,000 円 (令和4年12 月分)

寄付金は、観光・農林業・商工業の振興や教育・文化の振興等、寄付者の申出に合わせた事業等に有効に活用させていただきます。ありがとうございました。葛尾村では、ふるさと寄付金（ふるさと納税）の返礼品（地場産品）を募集しています。詳細は担当までお問い合わせください。

☎ 総務企画係 ☎ 0240-29-2111

# 坪倉先生のいきいき健康ナビ No.43



坪倉正治先生  
福島県立医科大学 医学部  
放射線健康管理学講座主任教授

### 「ウクライナ」

ロシアのウクライナ侵攻からまもなく1年。エネルギー価格の上昇に伴う世界的な物価高騰に急激な円安など、世界的にも不安定な情勢の中であって、私たちの生活にも大きく影響した1年だったことと思います。同時に、新型コロナウイルスの感染発生から丸3年、その間にも感染の波が8回もやってきて、いまだ終息が見込めない日々です。私たちの生活は大きくゆさぶられていると言えます。

災害時には人々の大移動が起こります。現在、ウクライナの約2000万人が、安全を求めて国内外に避難をしています。国民の半数近くと大きい割合です。様々

な国や地域が避難民を受け入れているとはいえ、当事者にとって他国で生きることはとても難しいものです。災害後の避難生活では、仕事や人間関係、食事や経済状況などの活動が低下したという報告もあり、これらは私たちの健康に中長期にわたって影響します。多くのサポートを必要とします。にもかかわらず、高齢者など社会的に弱い立場にある方々は、繰り返しゆさぶられることでダメージを受けやすく、さらに必要な支援からもこぼれ落ちてしまうことが十分あり得るのです。

かつて日本でも、戦後の疎開や引き揚げ、開拓や移民など、私たちの祖父母世代が大移動を経験してきました。戦後の復興に何十年も要したことを思えば、その子孫として生きる私たちへの影響も少なくはなかったはずですが。村内外で皆さんのお話を聞かせていただいています。村では住民の皆さんの生活状況を踏まえつつ、引き続き健康対策を行っていきます。

## お悔やみ申し上げます

(令和4年12月15日～ 令和5年1月14日届出分)

名前	死亡月	年齢	行政区
松本光明	令和4年12月	80	下葛尾
的場ユキコ	令和4年12月	91	野行
篠木俊二	令和5年1月	92	下葛尾
松本方富	令和5年1月	88	野川

## 休日及び時間外のマイナンバーカード申請受付

マイナンバーカードの申請や交付、電子証明書の有効期限更新などの受付を月に2回、休日と木曜日の時間外に行っています。予約制となりますので、希望される方は必ず住民生活係へお電話にてご予約のうえ、役場窓口までお越しください。

今月の受付日は  
**時間外** 2月16日(木) 午後5時15分～午後6時  
※予約の受付は2月10日(金)まで  
**休日** 2月26日(日) 午前9時～午後4時  
※予約の受付は2月20日(月)まで  
平日時間内においでになれない方は、ぜひご利用ください。

☎ 住民生活係 ☎ 0240-29-2112



# 保 健 だ よ り

## 糖尿病予防セミナーを開催しました！

令和4年11月6日、11月26日、12月17日の全3回で「糖尿病予防セミナー」を村民会館大ホールにて開催しました。福島県立医科大学から医師の大平哲也先生と栄養士の長尾匡則先生をお招きし、糖尿病とはどんな病気なのか、予防のためにはどんな食生活をすれば良いのかを楽しく分かりやすくお話いただきました。また、日本生命保険相互会社様のご協力のもと、血糖値の変動をリアルタイムでチェックできる機器を装着し、セミナー参加者の皆さんには2週間の測定を体験してもらいました。最終回の第3回では、皆さんでグループになり測定結果と食生活について振り返りをしました。それぞれの測定結果を見比べながら、食事内容と血糖値の上がり方に関係があることが理解できた様子でした。参加者の皆さんからは「またやってみたい」「とても勉強になりました」と前向きな声が多く聞かれました。村では、予備軍や治療中を含めて糖尿病の方が多いことが課題です。来年度も引き続きこうしたセミナーを開催したいと考えておりますので、皆さんのご参加をお待ちしております！



大平哲也先生

健康には笑が一番！  
「笑いで血糖値が下がる」という研究結果も出ています。  
糖尿病になると、身体中の血管が傷ついて全身に悪い影響が出てまいります。



長尾匡則先生

血糖値スパイク（食後の短時間に血糖値が急上昇すること）が起きやすい人は、糖尿病予備軍の可能性がります。  
私もご飯を食べた後は洗い物をして体を動かすようにしています。血糖値も下がって奥さんの機嫌も良くなる、一石二鳥です。



説明を聞きながら装着

先生方のお話ではクスッと笑いがこぼれる場面もありました。

**合間に挟まれたシルバー川柳（一部抜粋）**  
「ときめきが 動悸に変わる 古希の恋」  
「プロポーズ あの日に帰って 断りたい」  
「日帰りで 行ってみたいな 天国に」

食事内容や食べ方、運動で血糖値の上がり方が違うしね～



### 【グループワークの様子】

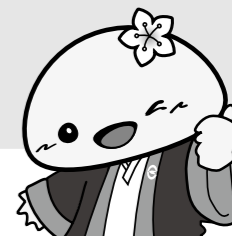


- ・カフェモカを飲んだら血糖値がすごく高くなりました…
- ・りんごやみかんなどの果物も血糖値が上がるんですね。
- ・外食に行ったあとは血糖値が160近く上がってびっくりしました。
- ・朝ご飯のあと、マシンで運動をした時は血糖値がすぐ下がりました。
- ・よく噛んだときは、あまり上がらなかったです。

### 【参加者の皆さんの声】

- ・血糖のコントロールには生活習慣が大切であることが分かりました。
- ・意識付けのきっかけになりました。
- ・(血糖測定について) 有意義な2週間になりました。また機会があればやってみたいです。壮年層の方々に体験してほしいです。
- ・大変勉強になりました。今後も食生活に気を付けてみます。
- ・先生のお話が面白く、分かりやすかったです。

これからも健康な食生活を意識して、元気に長生きしたいしね～！



☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112



# むらの話題

## 第38回葛尾村剣道錬成大会 (葛尾少年剣道団創立40周年記念大会)

12月18日、葛尾村健康増進センターにおいて第38回葛尾村剣道錬成大会が、三春町や葛尾村出身等の剣道愛好者を招待し、幼稚園児から高校生・一般まで5部門に62名が参加して開催されました。

大会は、葛尾少年剣道団創立40周年記念大会を兼ねて開催し、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、例年実施されていたふうせん割大会や東西対抗戦を取りやめるとともに、全日本剣道連盟が策定した感染拡大予防ガイドラインに基づき、面マスク・シールド着用等の対策を講じての開催となりました。

開会式では、避難先で一緒に稽古し、お世話になっている三春町武道館剣道スポーツ少年団に感謝状の贈呈が行われました。

試合には、公民館学級の剣道教室生や、保健体育科剣道授業を受けた中学生も参加し、日頃の稽古の成果を発揮し、気迫あふれる熱戦が展開されました。



### 大会成績

部 門	優 勝	準優勝	3 位	
基 本	本多 桃子 (葛尾)	松本 彩楓 (葛尾)	村上 珠愛 (三春)	渡辺 悠葵 (沢石)
小学生低学年	松本 輝琉 (葛尾)	渡辺 彬仁 (沢石)	加藤 和樹 (葛尾)	上野 瑠唯 (三春)
小学生高学年	渡邊 汰誠 (三春)	村上 惺愛 (三春)	渡邊 春樹 (沢石)	若林 蒼真 (三春)
中 学 生	松本 尊琉 (葛尾)	本田 亘 (三春)	松本 倅介 (葛尾)	佐久間 輝 (沢石)
一 般	松本 康聖 (葛尾)	松本 和幸 (葛尾)	松本 智 (葛尾)	松本 徹也 (葛尾)

部 門	敢闘賞	
基 本	杉本 彩 (葛尾)	松本 春樹 (葛尾)
小学生低学年	村上 佳愛 (三春)	加藤陽奈子 (葛尾)
小学生高学年	村上 陽愛 (三春)	佐久間 瑠 (沢石)
中 学 生	鈴木 隆正 (沢石)	古川 爽碧 (三春)

○特別賞 加藤百江  
(子どもが剣道を始めたことで、剣道を再開し18年ぶりに錬成大会に出場)



## 消防署からのお知らせ

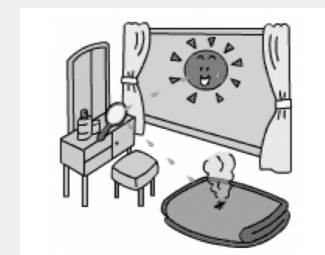


### 収れん火災に気を付けましょう!!

収れん火災は、レンズや金魚鉢等により太陽光が集まり、その集まった光が可燃物に当たって発生します。冬は太陽の高度が下がり、屋内に太陽の光が差し込みやすくなるため危険性が高くなります。一年間に全国で数件ほどしか発生しておりませんが、その一件があなたの家で発生してしまうかもしれません。下記のチェックポイントに気を付け火災を未然に防ぎましょう。

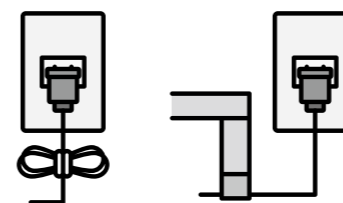
#### チェックポイント

- ・外出の際はカーテンを閉める。
- ・窓際や光が差し込む範囲に鏡やガラス製品を置かない。
- ・タイヤのアルミホイール、水を入れたペットボトル等への保管場所に注意する。



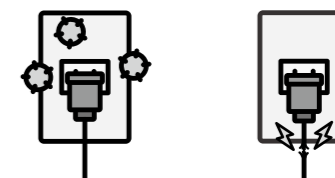
### コンセントの確認をお願いします!

#### 電気コードの注意点



- ①コードを家具などの下敷きにしない。
- ②コードの位置や状態を点検する。
- ③コードを束ねて使用しない。
- ④被覆が切れて導線が剥き出しのコードは使用しない。

#### コンセント・プラグの注意点



- ①コンセントやプラグにホコリが溜まらないように手入れする。
- ②傷みや緩みがあるプラグは使用しない。
- ③コードを引っ張ってプラグを抜かない。

### 火災、救助、救急は119番

〈消防署連絡先〉  
◇浪江消防署 0240-34-4111  
◇葛尾出張所 0240-22-2119



今月の行事 (令和5年2月)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となる場合があります。

2日(木) パッチワーク教室 (三春)	8日(水) パッチワーク教室 (葛尾)	16日(木) 発達相談会・剣道教室
剣道教室	9日(木) ふれ愛給食試食会・剣道教室	21日(火) にここ教室
5日(日) わんぱく教室	16日(木) パッチワーク教室 (三春)	22日(水) パッチワーク教室 (葛尾)

葛尾村診療所

受付時間:午後1時30分～午後5時  
 診療:午後2時～午後5時  
 診療科目:内科・小児科  
 ☎0240-29-2036  
 ※予防接種を希望の方は、あらかじめご予約をお願いします。

1日(水)矢吹 康 先生(矢吹医院)  
 8日(水)雷 毅 先生(雷クリニック)※1  
 15日(水)上遠野栄一 先生(かとうの内科クリニック)※1  
 22日(水)雷 毅 先生(雷クリニック)

※1 新型コロナウイルスワクチン接種のため、通常の診療は午後2時～3時です。

葛尾歯科診療所

受付時間:午前9時00分～午前11時30分  
 午後1時30分～午後5時30分  
 診療日:毎週火・水・木曜日(祝日除く)  
 ☎0240-29-2110  
 ※院内感染予防の観点から事前にご予約ください。

注意事項 ※発熱等の症状がある場合は、受診前にご連絡ください。また、受診の際はお薬手帳をお持ちください。

人の動き

令和5年1月1日  
 現在(外国人含む)

- 男性 675人 (±0)
- 女性 632人 (-2)
- 合計 1,307人 (-2)
- 世帯数 489世帯 (-1)



葛尾村の避難状況について  
 令和5年1月1日現在(外国人含む)(人)

帰村	327	
避難指示解除後の転入	村内居住	137
	村外居住	23
	計	160
避難	県内	772
	県外	48
	計	820
計	1,307	

葛尾村役場

〒979-1602  
 福島県双葉郡葛尾村大字落合字落合16

総務課	☎0240-29-2111
復興推進室	☎0240-23-5200
住民生活課	☎0240-29-2112
地域振興課	☎0240-29-2113
議会事務局	☎0240-29-2160
教育委員会	☎0240-29-2170
公民館	☎0240-29-2008

FAX 0240-29-2123

今月の納期限

国民健康保険税 8期

納期限 2月28日(火)

避難先をお知らせください

避難先住所を移動された方は、変更があった日から14日以内に、住民生活課窓口に届出をしてください。  
 ☎0240-29-2112

休日の医者さん

(田村地区) 診療時間  
 市外局番:0247 午前9時～午後6時

2月5日	大久保クリニック	船引町 ☎82-2555
2月11日	雷クリニック	三春町 ☎62-6333
2月12日	かとうの内科クリニック	船引町 ☎81-1388
2月19日	橋本医院	小野町 ☎72-3711
2月23日	さとう耳鼻咽喉科クリニック	船引町 ☎81-1333
2月26日	せんざき医院	三春町 ☎61-2777

※受診の際は、健康保険証を持参してください  
 ※当番医、診療時間等変更になることがあります。あらかじめ電話等でご確認ください。

福島県医師会 <http://www.fukushima.med.or.jp/>  
 田村医師会 <https://www.tma.or.jp/>  
 〒963-3401 福島県田村郡小野町大字小野新町字品ノ木123

教育委員・社会教育委員による  
 園・学校訪問を行いました



他校とのオンライン授業の様子



園児の授業を参観しています

1月16日、教育委員・社会教育委員による園・学校訪問を行いました。この活動は、葛尾幼稚園と小・中学校における学習指導と生徒指導の実際、及び教育環境の参観、校長との懇談などを通して、村の幼稚園、小・中学校教育に対する理解を深めるとともに、教育長・教育委員・社会教育委員・事務局としてのさらなる資質向上に努めることを目的としたものです。

小中学校合同  
 クリスマスコンサート!



みんなで集合写真!

12月21日、小中学校合同でクリスマスコンサートを行いました。児童生徒の歌や演奏でとても楽しいコンサートになりました。最後にみんなで「ジングルベル」を歌って幕を閉じました。

給食センターに  
 エビ、米、味噌の提供



美味しくいただきました

このほど、株式会社HANERU葛尾、松本智さん(野川)、葛尾村生活研究グループ(代表:松本順子さん、上野川)からそれぞれバナメイエビ、米、味噌を給食センターに提供していただきました。

子どもたちはこの食材を使った給食を食べています。ありがとうございました。

令和4年度教育行政アンケートご協力への御礼及び結果の公表について

令和4年度教育行政アンケートにご協力いただいた皆様へ感謝を申し上げます。ありがとうございました。アンケートの結果・考察を葛尾村ホームページへ掲載しましたのでご覧ください。



葛尾村  
 教育委員会だより  
 第70号

# みんなでなかよく大掃除&餅つき大会 ～上野川行政区～

昨年12月28日、上野川行政区の皆さんで集会所の大掃除と「ニコニコワイワイなかよしこよし餅つき大会」を行いました。上野川行政区の36名が参加し、みんなで力を合わせて集会所と集会所周辺を大掃除しました。その後、準備したお餅を囲みながらみんなで楽しく談笑し、心もお腹も満たされました。



みんなで囲むおいしいお餅



みんなでニコニコワイワイなかよしこよし

今月号で「広報かつらお」は発行から500号となりました！記念すべき節目の号を担当することができ、皆様がこれまで支えてきてくださった葛尾村の歴史を知る機会にもなったと同時に、素晴らしい経験をさせて頂いたと思っています。まだまだ未熟な私ですが、皆様が積み上げてきた歴史を大切に、未来に繋げていけるようこれからも一生懸命頑張ります。

## 編集後記



冬の夕日と竜子山

公式ホームページ | <https://www.katsurao.org/>  
 メールマガジン登録 | <http://katsurao.inf-gnet.jp/regist.html>  
 広報担当電子メール | [hp@vill.katsurao.lg.jp](mailto:hp@vill.katsurao.lg.jp)

葛尾村ホームページ  
 (携帯用) はこちら→



皆さまからの情報や意見のご提供をお待ちしております。

✉ [hp@vill.katsurao.lg.jp](mailto:hp@vill.katsurao.lg.jp)  
 ☎ 0240-29-2111・FAX0240-29-2123



緊急情報受信・葛尾村  
 メールマガジンの登録  
 はこちら→

