



広報

—みんな主役—

みんな笑顔

みんな家族—

かつらお

2026
No.544

10

目次

敬老会	P2～3
お知らせ	P4～18
むらの話題	P19
教育委員会だより	P20
イベントカレンダー	P21
LINE公式アカウント・「ふくしまポータル」 ダウンロードキャンペーン実施中！	P22

金婚表彰を受けられたご夫婦

(左から) 吉田義則さん・節子さん 夫妻
松本久芳さん・美喜子さん 夫妻
石井洋一さん・光子さん 夫妻
松本和博さん・きよ子さん 夫妻 (欠席)



敬老会にて金婚夫婦4組の表彰が行われました。
ご夫婦へ福島民報社、葛尾村老人クラブ連合会及び葛尾村社会福祉協議会よりしあわせ金婚夫婦表彰及び記念品が贈呈されました。
50年の歳月が育んだ深い絆と歴史に敬意を表しますとともに、お二人のこれからの人生が、より一層健やかで輝かしいものでありますようお願い申し上げます。

しあわせ金婚夫婦表彰



9月10日、みどり荘において敬老会が開催されました。今年には276名が招待され、卒寿を6名、米寿を12名の方が迎えられました。
卒寿の方々には葛尾村老人クラブ連合会から、米寿の方々には葛尾村社会福祉協議会から記念品がそれぞれ贈呈されました。
皆さま、ご長寿おめでとうございます！これからもご家族や友人と共に、たくさん笑顔と喜びに満ちた素晴らしい毎日をお過ごしください。



敬老者を代表して松本しげ子さんより謝辞が述べられました。



敬老者を代表して高野昭男さんへ祝い金が贈呈されました。



葛尾村老人クラブと葛尾村長より記念品の贈呈



米寿を迎えられた皆様

氏 名	行政地区
松本 宏子さん	大 笹
松本チイ子さん	上野川
松本 允秀さん	落 合
齊藤ウメノさん	上野川
松本 京子さん	広谷地
大山サト子さん	野 行
松本 ウメさん	野 川
松本 文雄さん	野 川
菅野 道子さん	広谷地
上野 勝利さん	広谷地
牧子 良子さん	上葛尾
渡邊 秀子さん	下葛尾

令和8年度敬老会招待者

男 性	女 性	計
121名	155名	276名

卒寿を迎えられた皆様

氏 名	行政地区
中島アキ子さん	野 川
吉田 正一さん	落 合
鷹部屋昌平さん	上葛尾
石井マスヨさん	上野川
杉本 照子さん	広谷地
松本ナツイさん	上野川

アトラクション開催

敬老会式典後、幼稚園児、女性会、歌手の藤めぐみさんより招待者へ敬意と感謝を込めたダンスや歌謡ショーが披露されました。



園児達によるエビカニクスのダンス



藤めぐみさんの歌謡ショーでは石井一人さん(落合)作曲の歌も披露され会場から拍手が起こりました。



女性会によるマツケンサンバ

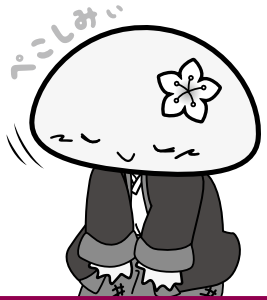
休日及び時間外のマイナンバーカード申請受付

マイナンバーカードの申請、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。平日時間内においでにならない方は、ぜひご利用ください。

※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でご予約](#)のうえ、役場窓口までお越しください。

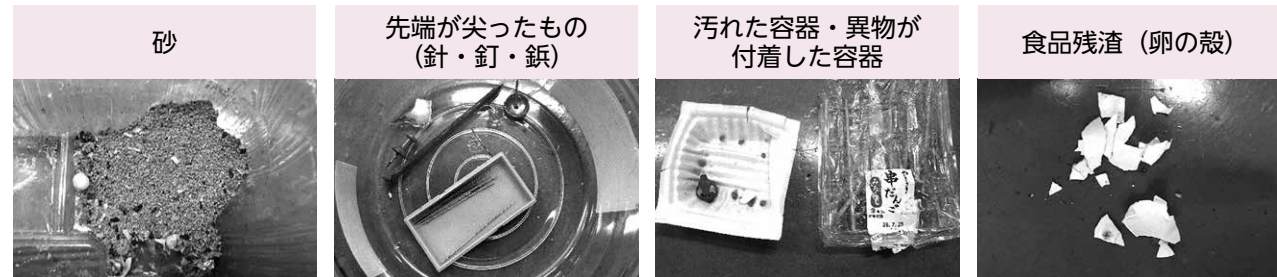
	受付日	予約期限
時間外	10月15日(木) 午後5時15分～午後6時	10月9日(金)
休日	10月25日(日) 午前9時～午後4時	10月19日(月)

☎ 住民生活係 ☎ 0240-29-2112



プラスチック製容器包装の適正な分別のお願いについて

最近、資源ごみとして排出されるプラスチック製容器包装のなかに、燃えるごみや燃えないごみ等の異物が混入しているケースが多く見られます。写真は実際に混入していた異物の一例です。



その他：タバコ、ペットボトル、ビン、食用缶、スプレー缶、電池、紙おむつ、注射針、肥料袋（汚れが付着したものや中身が残っているもの）等

衛生センターに搬入されたプラスチック製容器包装は、機械や作業員の手により、リサイクルが出来るものと出来ないものに選別を行っております。

ごみ処理過程において、異物が混入していると、リサイクル可能な資源物の品質が悪化しリサイクルが出来なくなります。

また、異物によっては、怪我や火災等、事故に繋がりがかねません。[つきましては、プラスチック製容器包装を排出される場合は、下記にご留意のうえ、分別してください。](#)

- プラスチック製容器包装のリサイクルマークがあり、汚れていないもの
 - プラスチック製容器包装以外の異物を混入しない
- ※プラスチック製容器包装のうち、リサイクルマークがないものやリサイクルマークがあっても汚れているものは、燃えるごみに分別してください。

なお、プラスチック製容器包装を含む資源ごみをごみステーションに排出する場合は、指定ごみ袋表面にある□に、該当する内容物の✓を付けてください。

プラスチック製容器包装に限らず、適正に分別が出来ていないごみは、違反シールを貼付し、ごみステーションに残置する場合がありますので、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

☎ 住民生活係 ☎ 0240-29-2112

総務課

地域振興課

有害鳥獣捕獲実績

クマ出没状況の調査報告

行政相談月間
～行政相談所が開設されます。～
9月1日から10月31日は「行政相談月間」です。

行政相談は、役所（国、県、及び市町村）や特殊法人などの仕事に関して、苦情や困っていること、心配なこと、分からないこと、要望したいことなどについて相談に応じ、その解決をお手伝いするものです。

日時

10月15日（木）
午前10時～午後3時

場所

葛尾村役場 第1会議室（2階）

行政相談委員

松本忠幸さん（上葛尾）

また、福島行政監視行政相談センターへの電話での相談窓口は次のとおりです。

☎ 0570-090110

総務企画係

☎ 0240-29-2111

○恵下越団地

令和8年7月1日より、一般公営住宅入居資格者の応募を開始しています。

・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含む）及び被災市町村（原子力災害避難者及び地震・津波災害避難者及び支援対象避難者）の方

②村が条例で定める村営住宅入居資格を有する方

・住所 三春町恵下越2

・空き戸数 31戸（平屋17戸・2階建て14戸）

○西ノ内団地

①村に帰還する方

②新たに移住する方

・戸数 9戸（集合6戸・戸建て3戸）

詳細は地域整備係までお問い合わせください。

☎ 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。

8月捕獲数7頭

令和8年度累計捕獲頭数26頭

☎ 地域づくり推進係

☎ 0240-29-2113

クマ出没状況の調査報告

令和8年7月31日、大笹地区でツキノワグマらしき動物の目撃がありました。村では、目撃地点の周辺に自動撮影カメラ2台を設置し、出没状況調査を実施しました。8月31日までの調査期間中、イノシシ等の野生動物が撮影されましたが、クマの映り込みはありませんでした。

野生動物は、生ごみや農業残渣に誘引される場合があります。宅地や田畑の適切な管理をお願いします。なお、クマを目撃された場合は、地域づくり推進係までご連絡ください。

☎ 地域づくり推進係

☎ 0240-29-2113

令和8年度放射線モニタリング測定値(葛尾村) No.173

(μ Sv/h)

計測地点	R7 9.18	R8 9.8	計測地点	R7 9.18	R8 9.8	計測地点	R7 9.18	R8 9.8
葛尾村 K6 地点	欠測	0.44	百石前バス停	0.14	0.11	上葛尾集会所	0.08	0.07
葛尾村立葛尾中学校	0.09	0.09	浜井場北平線入り口	0.10	0.08	広谷地集会所	0.13	0.13
林道広谷地線 東屋付近	0.21	0.18	井戸沢バス停	0.12	0.10	大笹集会所	0.09	0.08
野行集会所近傍	1.14	0.99	大笹行政区掲示板付近	0.11	0.08	せせらぎ荘	0.17	0.15
旧岩角集会所敷地内	0.22	0.19	木取場入口バス停付近	0.80	0.57	上野川字境ノくき付近	0.10	0.09
旧葛尾郵便局前	0.12	0.13	県道50号線よりランド入り口付近	0.15	0.13	もりもりランド管理棟前	0.14	0.13
大放多目的集会所	0.19	0.16	県道50号線関下	0.18	0.17	野川集会所敷地内	0.13	0.12
国道399号線沿い待避所観光案内板隣	0.22	0.17	岩角・野行行政区境	0.27	0.26	国道399号東平交差点	0.17	0.17
葛尾小学校前	0.12	0.11	夏湯局	0.11	0.10	8月の自家消費野菜等の放射能検査実績 69件(水22、食品36、その他11) うち、基準値超過品目1件 ノウタケ(五十人山)		
葛尾幼稚園前	0.12	0.10	大放婦人ホーム	0.13	0.13			
診療所前	0.16	0.16	葛尾村役場	0.09	0.08			
日山登山道入り口	0.13	0.11	下葛尾集会所	0.07	0.07			
かげ広谷地バス停付近	0.48	0.41	上野川多目的集会所	0.07	0.06			

測定地点に関する詳細は福島県放射能測定マップ (<https://fukushima-radioactivity.jp/pc/>) をご確認ください。

令和8年度学び愛カルチャースクール 第2回移動教室「白河・棚倉みりょく満点ツアー」開催！

令和8年度学び愛カルチャースクールの第2回移動教室をわんぱく教室と合同で開催します。

第2回目は白河市・棚倉町方面で山本不動尊やだるまランドを自由に見学します。また、小峰城歴史館を見学し、白河市について学びます。昼食はJA 東西しらかわみりょく満点物語で食べる予定になっています。どなたでもご参加いただけます。ぜひお申込みください！

●日 時 11月21日(土) 午前8時～午後5時

●場 所 白河市・棚倉町方面
・山本不動尊
・JA 東西しらかわみりょく満点物語
・だるまランド
・小峰城歴史館

●内 容
8:00 葛尾村公民館 発
8:50 恵下越団地 発
10:15～11:20 山本不動尊 自由散策
11:30～13:00 JA 東西しらかわみりょく満点物語※昼食を兼ねる
13:30～14:00 だるまランド 自由見学・お土産購入など
14:10～15:00 小峰城歴史館 見学
15:50 恵下越団地 着
16:40 葛尾村公民館 着

●対 象 者 どなたでもご参加いただけます。

●参 加 費 小峰城歴史館入館料
一般 300 円・小中高生 100 円・未就学児無料・別途、各自昼食代

●準 備 物 飲み物など

●申 込 み 11月10日(火) までに公民館へお申し込みください。

●そ の 他 未就学児が参加する際は保護者が必ず付き添ってください。

📍 葛尾村公民館 ☎ 0240-29-2008

水稻・そば・大豆・ピーマン栽培に支援

村では、農業再生に向け「葛尾村農業再生アクションプラン」に基づき、水稻・そば・大豆・ピーマン栽培を支援しています。

●水稻振興事業 水 稲 5,000 円／10 アール

●園芸振興事業 そ ば 1,125 円／10 アール

大 豆 1,000 円／10 アール

ピーマン 34,000 円／10 アール

※ピーマン資材代は初年度のみ1／2（上限10万円）

●申請期限 11月30日(月) まで

詳細は地域づくり推進係までお問い合わせください。

📍 地域づくり推進係 ☎ 0240-29-2113

令和8年度学び愛カルチャースクール パークゴルフ大会開催！

令和8年度学び愛カルチャースクールのパークゴルフ大会を開催します！

今回は広野町の二ツ沼総合公園パークゴルフ場で実施します。年齢や経験の有無は問いません。子どもから大人まで、どなたでもご参加いただけます！スポーツの秋と一緒にパークゴルフ体験してみませんか？

●日 時 10月31日(土) 7時30分～15時45分

●場 所 二ツ沼総合公園パークゴルフ場
カフェ・レストラン二ツ沼(二ツ沼公園内) ※昼食会場
(福島県双葉郡広野町大字下北迫字大谷地原 65-3)

●内 容 パークゴルフ体験・大会

●対 象 者 どなたでもご参加いただけます

●参 加 費 ゴルフ場利用料 高校生以上 300 円・中学生以下 100 円
道具レンタル料 クラブ1本 150 円・ボール1個 50 円
別途、各自昼食代

●準 備 物 飲み物、タオルなど
道具のレンタルをしない方は道具をご持参ください

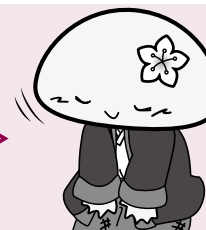
●申 込 み 10月13日(火) までに公民館へお申し込みください。
お申込み時「年齢・性別・経験の有無」を確認いたします。
※チーム編成のため
レンタル希望者には「利き手」を確認いたします。
※5～6歳から子供用のゴルフ道具のレンタルが可能です。ご希望の方は職員へお伝えください。

●そ の 他 雨天時は中止します。(判断は前日までにを行い、申込者に連絡します。)
小学生以下の参加者には参加賞をプレゼント！子どももぜひ、ご参加ください

バス運行表

【行き】	【帰り】
・恵下越発 7:30	・恵下越着 15:45
・公民館発 8:30	・公民館着 14:45

自家用車での現地集合も可能です。お申込み時にご相談ください。



📍 葛尾村公民館 ☎ 0240-29-2008

東京電力・福島第一原子力発電所の廃炉に関する対話

廃炉の最新状況をお伝えするとともに、住民の皆さまと廃炉についてお話す会を、葛尾村ほか複数会場で開催します。どなたさまもお気軽にご参加ください。

●日時 11月13日(金) 午後6時～午後7時30分

●会場 葛尾村村民会館(大ホール)

●お申込み 右記二次元コード、またはお電話よりお申込みください。

※その他の会場や日程など、詳しくは弊機構 WEB サイトをご覧ください。



📍 原子力損害賠償・廃炉等支援機構(NDF) ☎ 03-5545-7103

10月は“不正軽油撲滅”強化月間！

「不正軽油」とは？

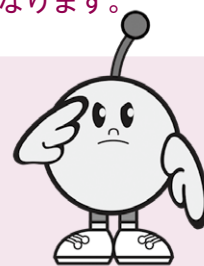
軽油に課税される軽油引取税を脱税するために、灯油や重油を混ぜるなどして製造した燃料のことで、環境汚染や不法投棄の問題の他に、石油製品販売業・運輸業・建設業等の公正な市場競争も阻害しています。

不正軽油問題へ厳正に対処するため、**不正軽油に関わるすべての人が罰則の対象となります。**

ぼく、キビタン！！不正軽油は絶対に許さないよ！！

- 不審なタンクローリー車が出入りする場所がある。
- 自動車の燃料に「重油」や「灯油」を（混ぜて）使っている。
- 不審なドラム缶が放置しており、石油のにおいや、刺激臭がする。
- 突然「とても安い軽油を購入しないか？」という営業（電話）が来た。

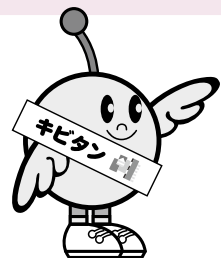
⇒このような情報をお持ちの方は、福島県不正軽油ホットライン（福島県税務課）まで情報提供をお願いします。



キビタン©福島県

不正軽油ホットライン(福島県税務課)

【電話】024-521-7205（直通）【メール】zeimu@pref.fukushima.lg.jp【FAX】024-521-7905



キビタン©福島県

★情報提供はこちらでも受け付けています★

相双地方振興局県税部（軽油引取税担当）

【電話】0244-26-1127【FAX】0244-26-1128
【メール】sousei.kenzei@pref.fukushima.lg.jp



福島県不正軽油対策会議

福島県石油商業組合 公益社団法人福島県トラック協会 公益社団法人福島県バス協会
一般社団法人福島県建設業協会 福島海上保安部 福島県警察本部 福島県

年末年始の路線バス運行ダイヤ変更について

移経由葛尾線路線バスは、福島交通株式会社の労働環境改善施策に伴い、次の通り変更となります。

- 実施日 2026 年末より
- 実施内容

変更前	12月30日 カレンダー通り	変更後	12月30日 土日祝ダイヤ
-----	----------------	-----	---------------

☎ 福島交通株式会社 ☎ 024-533-2132

青色申告特別控除の見直しについて（令和8年度税制改正）

令和8年度税制改正により、令和9年分確定申告以降、青色申告されている個人事業主等の方の青色申告特別控除の見直しが行われます。

令和9年分以降の確定申告で青色申告特別控除（75万円又は65万円）を適用するためには、e-Taxの利用や複式簿記による記帳等が必要となることから、適用をご検討の方で対応がお済みでない場合は、お早めの準備をお願いします。

【主な改正事項】

- ・複式簿記による青色申告特別控除（75万円又は65万円）の適用は、e-Taxが要件となります。
- ・簡易簿記による青色申告特別控除（10万円）の適用は、前々年の収入が1,000万円以下の方等に限定されます。

詳細につきましては、二次元コードからリーフレットをご確認ください。

【各リーフレット】

No.	リーフレット	二次元コード
1	【令和9年分確定申告から適用】優良な電子帳簿の保存又はデジタルシームレス保存により75万円の青色申告特別控除を適用しましょう！（令和8年6月）	
2	簡易簿記による10万円の青色申告特別控除を適用している皆様へ 令和9年分以後の所得税について、事業所得又は不動産所得に係る、10万円控除要件が変わります！（令和8年4月）	
3	事業所得や不動産所得等のある方には帳簿の記帳・保存義務があります！（令和8年6月）	

「2026かつらお恵みの感謝祭」
恵下越からの送迎バスのご案内について

11月3日（祝・火）に開催される2026 かつらお恵みの感謝祭にあわせて、恵下越団地の仮設店舗前から送迎バスが以下のとおり運行されます。

ご利用される方は出発時刻までに、集合場所へお集まりください。

恵下越送迎バス時刻表

行先	集合場所	出発時間
感謝祭会場（※行き）	恵下越団地仮設店舗前	11月3日（祝・火）8：45
恵下越団地仮設店舗前（※帰り）	感謝祭会場前	同日 閉会式終了後

※待機中の交通事故には十分にご注意ください。

☎ 総務企画係 ☎ 0240-29-2111

混合バレーボール体験会のお知らせ

みんなで楽しく体を動かしてみませんか？年齢・経験を問わず、どなたでも参加できる「混合バレーボール体験会」を開催します！「久しぶりに運動したい」「バレーボールをやってみたい」そんな方も大歓迎です。初心者の方にはルールや基本から丁寧にお教えしますので、お一人でも安心して参加できます。

●開催概要

- ・日 時 11月29日（日） 9時～12時
- ・会 場 葛尾村健康増進センター
- ・対 象 どなたでも参加可能
- ・持ち物 室内シューズ・飲み物・タオル
- ・申込先 電話にて受付 電話番号：0240-29-2170

男女混合で、楽しく声を掛け合いながらプレーします。勝ち負けよりも「交流」と「楽しさ」を大切にしたい体験会です。ご家族やお友達との参加也大歓迎！皆さまのご参加をお待ちしております。

📍 葛尾村公民館 ☎ 0240-29-2170

葛尾村いきいき交流教室

思わず笑顔になるような脳トレや、カラダをほぐす柔軟体操、元気な歩行を支える足腰の筋トレなどを、毎週楽しく行っています。参加していただくとスタンプがたまり、素敵な景品と交換できます。お気軽にご参加ください。※予約不要です。



みどり荘会場



恵下越会場

【10月の開催日程】

場 所	日 時	
恵下越集会所	2日・9日・16日・30日（毎週金曜日）	10時～11時30分
みどり荘	6日・13日・20日・27日（毎週火曜日）	9時～10時30分

※16日（金）（恵下越）は、村の保健師が血圧測定と健康講話を行います。

※23日（金）（恵下越）は福島県知事選挙の期日前投票が行われる予定のため、教室はお休みです。

📍 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

戸籍の窓口

（令和8年8月13日～令和8年9月14日届出分）

♡ こんにちは赤ちゃん ♡

【子どもの名】松本 琉時ちゃん 【誕生月】令和8年9月
【保護者】将人・瑞稀 【行政区】野川



第23回福島県知事選挙

任期満了に伴う福島県知事選挙が行われます。今後の県政を託す大切な選挙です。棄権しないで投票しましょう。

告示日 10月8日（木） 投票日 10月25日（日）

●当日投票所

投票所	投票日	投票時間
葛尾村村民会館	10月25日（日）	午前7時～午後6時
恵下越集会所		

●期日前投票所

投票所	投票期間	投票時間
葛尾村村民会館	10月9日（金）～10月24日（土）	午前8時30分～午後8時
恵下越集会所	10月22日（木）～10月24日（土）	午前10時～午後7時

●投票入場券について

入場券は、告示日以後速やかに発送しますが、お手元に届くまでに時間がかかる場合があります。**入場券がなくても、有権者本人であることが確認できれば投票できます**ので、投票所受付で申し出てください。

なお、選挙が無投票等になった場合は、入場券の発送は行いません。

●不在者投票

【郵便等で投票】

次に該当する方は、郵便等で不在者投票ができます。事前の登録が必要となりますので、登録方法や投票用紙の請求など詳しくは選挙管理委員会へご確認ください。

郵便等で投票できる方		
身体障害者手帳	両支肢、体幹、移動機能	1・2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1・3級
	免疫、肝臓	1～3級
代理記載制度	上記に加えて、上肢または視覚	1級
介護保険	要介護状態区分	要介護5

大事な投票、忘れずに！



【病院・施設で投票】

不在者投票施設に指定された病院・施設に入院・入所中の方は、その施設で不在者投票ができます。詳しくは病院・施設にお問い合わせください。

【仕事先・避難先で投票】

仕事や避難をして村外に滞在している方は、滞在先市町村の選挙管理委員会で不在者投票ができます。村選挙管理委員会に直接または郵送で不在者投票の投票用紙を請求してください。滞在先住所に投票用紙等を郵送しますので、滞在先市町村の選挙管理委員会で投票をしてください。

📍 葛尾村選挙管理委員会（役場内） ☎ 0240-29-2111

筋肉量や脂肪のバランスが丸わかり！「インボディ」がやってきました！ ～数分間の無料測定で、あなたの「健康の通知表」を見てみませんか？～

最近、体力が落ちてきた気がする…



運動しているけれど、効果が出ているのかな？

そんな風に感じることはありませんか？

今年7月より、葛尾村社会福祉協議会に医療機関やフィットネスクラブでも使われている高精度体成分分析装置「インボディ (InBody)」を設置しました。

インボディは、微弱な電流を流すだけで、服を着たまま（裸足になるだけで）体の状態を測れる特別な体重計のようなものです。測定時間はわずか数分です。

体重だけでなく、以下のようなあなたの体の「いま」が詳しく記された結果用紙がその場で出てきます。

- 筋肉量と脂肪のバランス（部位ごとの筋肉量、脂肪量が分かります）
- 体水分量（むくみのチェックに役立ちます）
- 基礎代謝量（太りにくさの目安になります）

「今の運動を続けていいんだ!」「もう少し足の筋肉を鍛えよう」など、これからの元気な体づくりに向けたヒントがきっと見つかります。

「今の自分の健康状態を知ること」が、元気な暮らしへの第一歩です。お仕事帰りや買い物、お散歩のついでなどに、ぜひお気軽にお立ち寄りください！

●日 時 月曜日～金曜日（祝日を除く）9時～17時

●場 所 葛尾村社会福祉協議会（みどり荘）ふれあいホール内

●対 象 村にお住まいの方ならどなたでも

●費 用 無料

●持ち物 なし

※裸足になって測定するため、ストッキング等は脱いでいただく必要があります。

※測定希望の場合は、社協職員へお声がけください。



また、普段体操教室を実施している各集会所へインボディを搬入して測定会を実施します。予約不要ですので、ご都合の良い日程でご参加ください！

測定会日程

- 2月のみ14時～、それ以外は10時～開始
- ・12月15日（火）下葛尾
 - ・1月13日（水）上野川
 - ・1月15日（金）恵下越
 - ・1月22日（金）恵下越
 - ・2月17日（水）みどり荘

☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

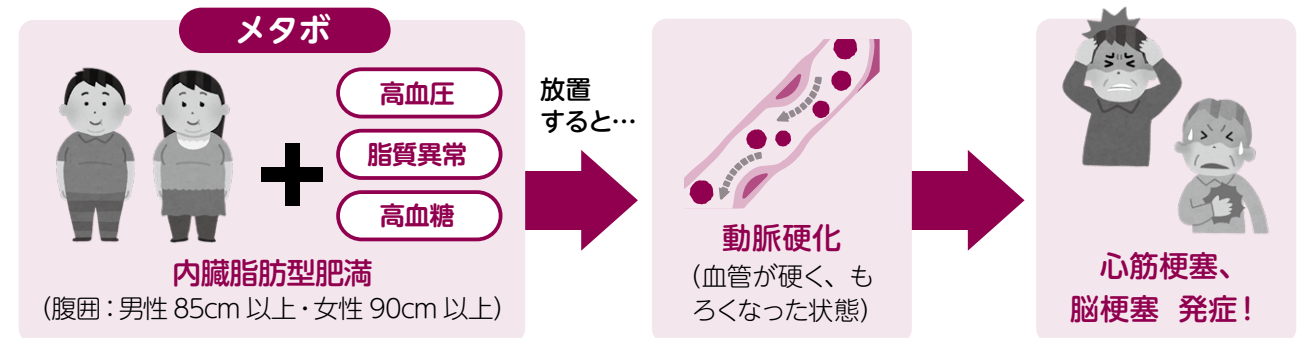
実は県内ワースト1位！？他人事ではない「メタボ」から命を守ろう

ショッキングな事実ですが、私たち葛尾村は、特定健診における「メタボリックシンドローム（メタボ）該当・予備軍率」が福島県内の自治体でワースト1位となっています。

福島県自体が全国でワースト上位にある中、その県内でトップという状況は、非常に深刻な健康危機です。「どこも痛くないし、元気だから大丈夫」と放っておくのは大変危険です。メタボは、心筋梗塞や脳卒中といった、ある日突然命を奪う病気の「一歩手前」のサインです。今こそ村一丸となって、生活習慣を見直してみませんか？

メタボリックシンドロームってなに？

単なる肥満ではなく、「内臓脂肪型肥満」をベースに、「高血圧」「高血糖」「脂質異常」のうち2つ以上を併せ持った状態をいいます。自覚症状がないまま血管がボロボロ（動脈硬化）になっていくのが特徴です。



判明！葛尾村のメタボの原因は「これ」だった！？

昨年度、村で実施した食事履歴調査（BDHQ）の結果、葛尾村のメタボリスクを高めている具体的な食品が浮き彫りになりました。

♂ 男性の落とし穴：【加工肉】の摂りすぎ

ハム、ウインナー、ベーコンなどの加工肉の摂取量に関連していることが分かりました。便利なおかずですが、塩分や脂質が多く含まれています。

♀ 女性の落とし穴：【清涼飲料水】の摂りすぎ

ジュースや炭酸飲料、甘い缶コーヒーなどの清涼飲料水の摂取に関連していることが分かりました。「水分補給」のつもりで、気づかぬうちに糖分の過剰摂取につながっています。

今日からできる！「脱ワースト1位」の食習慣

村のデータをもとに、まずは以下の2点から食生活を見直してみましょう。

① お肉・飲み物の「選び方」を変える

・加工肉から「生肉・魚」へ

ハムやベーコンの代わりに鶏肉や豚肉または魚を選ぶことで、余分な塩分や添加物、脂質を抑えられます。ソーセージは気軽に魚類の栄養を摂取できる食材です！また、最近では魚も小さく切られた状態で売られていることが多いです。食べ切れない場合は小分けにして冷凍すれば、しばらく保存できます。

・飲み物は「無糖」へ

ジュースや甘いお茶の代わりに、水や麦茶、緑茶など、砂糖が含まれていないものを選ぶ習慣をつけましょう。

② 食事の基本 「ベジ・ファースト」と「減塩」

・野菜から食べる

食事の最初に野菜（食物繊維）を食べることで、血糖値の急激な上昇を抑え、脂肪を蓄えにくくします。また、満腹感が得られ、食べすぎも防げます。

・塩分を抑える

福島県民は塩分も摂りすぎの傾向があります。「だしの旨みを活かす」、「みそ汁は具たっぷり」、「しょうゆ・ソース類はかけずに少しずつつける」など意識してみましょう。

毎年「特定健診」を受けましょう。

メタボは自分ではなかなか気づけません。自分の体の状態を知る一番の近道は、年に1回の健康診断です。年に1回は健診を必ず受診し、結果を確認して、生活習慣を振り返るきっかけにしましょう。

☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

新型コロナ予防接種費用の助成について

村では、感染した際に重症化する恐れのある高齢者を対象に予防接種費用を助成し、自己負担額 4,500 円で接種をすることができます。体調のよいときに、早めに接種しましょう。予診票・接種済証につきましては、役場窓口、みどり荘、恵下越集会所にも設置しております。希望される方には郵送をいたします。また、葛尾村ホームページから印刷できますのでご活用ください。

- 【対 象】 ・接種日時点で、満 65 歳以上の方
・60 歳以上 65 歳未満で心臓や腎臓、呼吸器に重い病気があり、障がい者手帳をお持ちの方
- 【接種料金】 ※福島県内の医療機関で接種された方
4,500 円自己負担
※県外避難者の方
避難先市区町村により助成額が異なります。
医療機関の窓口にて全額お支払い後、窓口負担額から自己負担額（4,500 円）を除いた額を村で償還払いします。詳しい金額を知りたい方は下記のお問い合わせ先までご連絡ください。
医療機関でお支払いした金額が 4,500 円よりも少ない場合は償還払いの対象とはなりません。
- 【助成期間】 令和 8 年 10 月 1 日～令和 9 年 1 月 31 日
- 【助成回数】 1 回
- 【手 順】

- 県内** ①かかりつけ医療機関に予防接種の予約をします。
②役場窓口、みどり荘、恵下越集会所、郵送もしくは葛尾村ホームページでの印刷にて予診票と接種済証を入手します。
③医療機関へ予診票と接種済証を持参し接種を受けてください。
（昨年度、接種された方が多かった医療機関には、予診票・接種済証を送付しています。予防接種予約時に医療機関へご確認ください。）
- 県外** 避難先市区町村の予防接種担当窓口にお問い合わせ、手続きをしてください。
医療機関で全額接種料金をお支払いいただいたあと、接種料金から自己負担額（4,500 円）を除いた額を村で償還払いします。
※医療機関で支払った金額が 4,500 円よりも少ない場合は償還払いの対象となりません。
葛尾村定期予防接種費用償還払込請求書、領収書の原本、接種済証のコピー、通帳（店番、口座番号が記載されているページ）のコピーをご提出ください。



☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

葛尾村診療所で予防接種（インフルエンザ・新型コロナ）を受ける予定の方へ

葛尾村診療所は毎週水曜日の午後 2 時から午後 5 時まで診療していますが、予防接種は午後 3 時から午後 5 時までとなります。予防接種を希望される方は、必ず予約の電話（毎週水曜日午前 11 時から午後 4 時 30 分まで）をしてからご来院ください。（午後 3 時まででは内科診療を行っています。）



☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

インフルエンザ予防接種費用の助成について

インフルエンザは、例年、秋から春先にかけて流行する感染症です。

村では、インフルエンザが重症化する恐れのある高齢者と子どもの予防接種費用を助成します。体調の良いときに、早めに接種しましょう。予診票・接種済証につきましては、葛尾村ホームページからダウンロードでき、役場窓口、みどり荘、恵下越集会所等にも配置しておりますのでご活用ください。希望される方には郵送いたします。

●高齢者インフルエンザ

- 【対 象】 ・接種日時点で、満 65 歳以上の方
・60 歳以上 65 歳未満で心臓や腎臓、呼吸器に重い病気があり、障がい者手帳をお持ちの方
- 【接種料金】 全額助成（福島県内の医療機関で接種された方は窓口での支払いはありません）
※県外避難者の方
避難先市区町村により助成額が異なります。医療機関にて自己負担が発生した場合には、村の上限額の範囲にて償還払いをいたします。詳しい金額を知りたい方は下記のお問い合わせ先までご連絡ください。
- 【助成期間】 令和 8 年 10 月 1 日～令和 9 年 1 月 31 日
- 【助成回数】 1 回
- 【手 順】

- 県内** ①かかりつけ医療機関に予防接種の予約をします。
②役場窓口、みどり荘、恵下越集会所、郵送もしくは葛尾村ホームページでの印刷にて予診票と接種済証を入手します。
③医療機関へ予診票と接種済証を持参し接種を受けてください。
（昨年度、接種された方が多かった医療機関には、予診票・接種済証を送付しています。予防接種予約時に医療機関へご確認ください。）
- 県外** 避難先市区町村の予防接種担当窓口にお問い合わせ、手続きをしてください。
自己負担が発生した場合には、村で償還払いとなります。
葛尾村定期予防接種費用償還払込請求書、領収書の原本、接種済証のコピー、通帳（店番、口座番号が記載されているページ）のコピーをご提出ください。



●小児インフルエンザ

- 【対 象】 ・葛尾村に住所を有する生後 6 か月から中学 3 年生
- 【助成上限額】 ・1 回目 3,600 円 ・2 回目 2,500 円（生後 6 か月～12 歳のみ）
※医療機関により接種費用が異なるため、助成上限額との差額は自己負担となります。
- 【助成期間】 令和 8 年 10 月 1 日～令和 9 年 1 月 31 日
- 【助成回数】 ・生後 6 か月から 12 歳 2 回（2 回分まとめて申請してください）
・13 歳から中学 3 年生 1 回
- 【手 順】 ①かかりつけ医療機関に予防接種の予約をしてください。（予診票は医療機関のものを使用してください）
②医療機関窓口で予防接種料金を全額お支払いください。
③下記の必要書類を窓口にご提出ください。
・葛尾村任意予防接種に係る助成金交付申請書
・領収書の原本
・母子健康手帳の接種記録欄、接種済証、接種後の予診票のいずれかのコピー
・通帳（店番、口座番号が記載されているページ）のコピー



☎ 健康福祉係 ☎ 0240-29-2112

福島広域雇用促進支援協議会からのお知らせ

実践型 Word・Excel パソコン講座（田村会場）

実践的なパソコン技術を習得して、早期就職を目指しませんか？！
ワード・エクセルの基本操作はもちろん、ケーススタディワークブックを使用してビジネスの現場が求める実践的なスキルを短期間で習得。就職に向けた応募書類作成の時間もあり。学習に使ったデータは、持ち帰って活用できます。パソコン操作に自信を持って、就職活動に活かしましょう！

- 日 時 11月9日（月）～11月20日（金）の平日9：20～16：00（10日間）
- 締 切 10月29日（木）
- 場 所 船引町商工会館 大研修室1（田村市船引町船引字上中田17-1）
- 定 員 20名

※受講料・テキスト代無料

※申込締切後、当該事業の主旨に基づき厳正に選考し、選考結果は電話にてご連絡します。

※雇用保険受給者へ参加証明書を発行します。



働きたいネットの就職応援マルシェ【出張求職者カフェ】

【参加無料・予約不要】

田村市役所に求職者カフェがやってきます。就職活動に役立つ支援が受けられます。ご来場の方には「履歴書&封筒セット」プレゼント！初めての方もお気軽にお越しください。

- 日 時 11月10日（火）10：00～12：00
- 場 所 田村市役所 多目的ホール
- 支援メニュー
 - ・証明写真撮影 ※撮影希望の方はスーツ等の着用がおすすめ！貸出用ジャケット有
 - ・応募書類作成 ・適職診断 等

- 問合せ 福島広域雇用促進支援協議会 福島統括窓口
福島市中町4-20 エスケー中町ビル202号
☎024-524-2121 FAX 024-524-2125



ホームページはこちら



はたらっこ

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

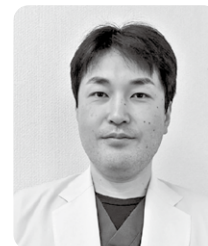
生越 憲之 様(埼玉県) 鈴木 かおり 様(千葉県) 國井 慎広 様(千葉県) 左記含め20名

寄付総額 443,000 円（令和8年8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、寄付者の申し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.86



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

今年の夏も、大雨や洪水による被害が相次ぎました。「ゲリラ豪雨」という言葉もすっかり耳慣れたものになり、短時間で道路が冠水したり、川の水位が急激に上がったたりする光景も珍しくなくなっています。

世界に目を向けても、ネパールのヒマラヤでは氷河の崩壊に伴い、大量の氷や岩、土砂を巻き込んだ濁流が下流を襲う大きな災害が発生しました。豪雨や洪水、猛暑など、極端な気象現象による被害は世界各地で問題となっています。

日本はもとも、台風や大雨、地震など自然災害の多い国です。気温の上昇に伴い、短時間に降る激しい雨が増えることも懸念されています。今年は葛尾村でも9月の大雨で農地に被害があり、災害は決して遠い

ところの出来事ではありません。

災害をなくすことはできませんが、「備え」はできます。非常食や防災用品だけでなく、日頃から体力を保つこともその一つです。また、日頃から、スマートフォンで気象・避難情報を確認する習慣をつけ、家族で「いざという時にどう連絡を取るか」を話しておいてほしいと思います。近所の高齢者へのちょっとした声かけも、災害時には大きな力になります。

暑さが和らぐ10月は、外に出るのにも気持ちのよい季節です。葛尾村では10月18日に「ふくしま緑の百景歩こう会」が開催されます。もちろん、長い距離を歩かなくても、散歩や畑仕事、地域の行事に参加することも立派な運動です。

外に出て誰かと顔を合わせ、「元気だった？」と声を掛け合う、そんな日頃のつながりも、いざという時の備えになります。葛尾の秋を楽しみながら、体力と人とのつながりという「健康の備え」について考えてみてはいかがでしょうか。

（文責：坪倉、伊東）

令和8年度介護に関する入門的研修について

福島県では、介護に関心を持つ方やご家庭で介護に関する知識や技術が必要となった方に向けた、基本的な介護の知識及び技術の習得を目的とした研修を県内各地で実施しています。

相双地方での研修会は以下の日程で行いますので、お申し込みの際は下記お問い合わせ先へご連絡ください。

- 日 時 11月27日（金）、11月28日（土）、12月4日（金）、12月5日（土）
いずれも9時30分から16時30分まで
- 場 所 南相馬市社会福祉協議会（南相馬市原町区小川町332）
- 内 容 介護の基本的な知識や技術について
- 定 員 各日最大20名（先着順）
- 申込方法 住所、氏名、生年月日、電話番号を明記の上、電話・メール・FAX等でお申し込みください。
右記の申込用QRコードからも申込ができます。
- 申込期限 11月20日（金）

申し込み用QRコード



【申込・お問い合わせ先】一般社団法人 福島県介護福祉士会
電話・FAX：024-983-1848（共通）Mail：jaccw_fukushima@ybb.ne.jp

福島県 介護に関する入門的研修

検索

ツリークライミング体験

8月23日に、葛尾村森林活用プロジェクト「ツリークライミング」がインストラクターの指導のもと、もりもりランドで行われました。参加された皆さんは、専用のロープなどを使って木に登り、木や森、自然との一体感を体験しました。

インストラクターから、木のつくりや葉っぱの形、森が持つ役割などについて説明をいただきました。体験会は、2回に分けて実施され15名の皆さんが参加されました。（葛尾村森林活用プロジェクトは、福島県森林環境交付金を財源に実施されています。）



▲インストラクターと一緒にクライミング！

葛尾村で交通安全出動式及び秋の交通安全ふれあいキャンペーンが行われました

9月17日、葛尾村復興交流館あぜりあ駐車場にて双葉警察署浪江分庁舎主催の「令和8年秋の全国交通安全運動出動式」が行われ、浪江地区の交通安全団体の関係者が参加しました。

出動式終了後は、西ノ内交差点にて葛尾村主催の「秋の交通安全ふれあいキャンペーン」を行いました。双葉警察署浪江分庁舎職員の方ご協力のもと、出動式参加者及び村内の老人クラブ、女性会や葛尾幼稚園の園児にも参加いただき、ドライバーにチラシ配布や、交通安全プラカードを用いて安全運転の呼びかけを行いました。



▲警察や浪江地区の交通安全団体の関係者にあいさつをする村長。



▲啓発物品配布や交通安全プラカードを用いて安全運転を呼びかけました。



消防署からのお知らせ

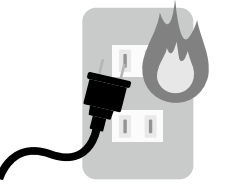
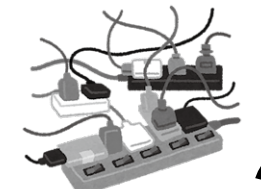
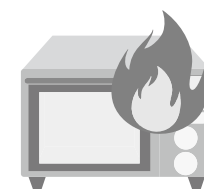


～秋の火災予防に取り組みましょう～

朝晩の冷え込みが始まり、暖房器具や電気製品を使用する機会が増える季節となりました。火災はちょっとした不注意から発生します。一人ひとりが火の取り扱いに注意し、火災を未然に防ぎましょう。

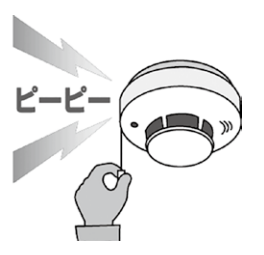
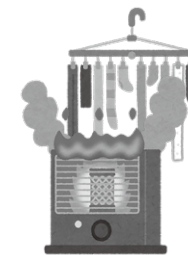
令和7年建物火災の主な火災原因（総務省消防庁より）

- 1位 こんろ
- 2位 電気機器
- 3位 たばこ
- 4位 配線器具
- 5位 電灯・電話等の配線



住宅火災を防ぐ6つのポイント

- ①コンロ使用中はその場を離れない
- ②寝たばこは絶対にしない・させない
- ③ストーブの近くに洗濯物や布団を置かない
- ④電気コードの痛みやたこ足配線を点検する
- ⑤外出前・就寝前に火の元を確認する
- ⑥住宅用火災警報器を適切に維持管理する



火事と救急は119番



〈消防署連絡先〉
 ◇富岡消防署 0240-22-2119
 ◇楡葉分署 0240-25-2119
 ◇川内出張所 0240-38-2119
 ◇浪江消防署 0240-34-4111
 ◇葛尾出張所 0240-29-2119

お悔やみ申し上げます

（令和8年8月13日～令和8年9月14日届出分）

名 前
安河内 香

死亡月
令和8年8月

年齢
94

行政区
上葛尾

今月の行事 (令和8年10月)

※事情により、中止となる場合があります。

1日(木) パッチワーク教室 (三春)・剣道教室	14日(水) パッチワーク教室 (葛尾)	29日(木) 剣道教室
2日(金) 葛尾村戦没者追悼式・慰霊祭	15日(木) パッチワーク教室 (三春)・剣道教室	31日(土) パークゴルフ体験教室
8日(木) 剣道教室	22日(木) 剣道教室	
10日(土) 公民館まつり	28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。
 予約時間:午前11時～午後5時

7日(水)福島県立医科大学 所属医師
 14日(水)雷 毅 先生(雷クリニック)
 21日(水)福島県立医科大学 所属医師
 28日(水)雷 毅 先生(雷クリニック)

📍 葛尾村歯科診療所

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8年9月1日
現在(外国人含む)

●男 性 607 人 (－4)
 ●女 性 580 人 (－1)
 ●合 計 1,187 人 (－5)
 ●世 帯 数 467世帯 (－2)

葛尾村の避難状況について
令和8年9月1日現在(外国人含む)(人)

帰村		290
避難指示解除 後の転入	村内居住	179
	村外居住	62
	計	241
避難	県内	629
	県外	27
	計	656
計		1,187

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

F A X 0240-29-2123

しっかり食べて強い体を作ろう！
～放課後子ども教室～

しっかり学んでいます！

9月4日、放課後子ども教室で、郡山女子大学の先生と学生の皆さんによる「クリエイティブヘルス教育プログラム」を実施しました。「しっかり食べて強いからだを作ろう！」をテーマに、体の中での鉄の働きや、鉄の吸収を助けるビタミンCについて学びました。身近な食品を題材に、鉄やビタミンCを含む食べ物を確認し、普段の食事を振り返りました。また、「あさりの炊き込みご飯」のレシピも紹介していただきました。毎日の食事と健康のつながりを知り、家庭でも取り入れられる食事の工夫を学ぶ機会となりました。

世界にひとつだけの作品！
～藍染め体験教室～

きれいに染まりました！

9月5日、中学校校舎で藍染め体験教室を開催しました。大山里奈さんを講師にお招きし、爽やかな秋空のもと、子どもから大人まで幅広い世代の11名が参加しました。

各自、割りばしや輪ゴムを使って模様をつくり、オリジナルの藍染めハンカチや手ぬぐいを作りました。

体験後はお茶会も実施し、風に揺れる藍染め作品を見ながら、参加者は美味しいお茶とお菓子を堪能しました。

粘り強い戦いを披露！

～市町村対抗福島県軟式野球大会～



みんなで集合写真！

9月5日、第20回市町村対抗福島県軟式野球大会に葛尾村チームが参加し、平田村チームと対戦しました。

両チームとも点を奪い合う試合展開で、選手たちは最後まで諦めない粘り強いプレーを見せました。中盤以降も一歩も譲らない緊迫した展開が続き、終盤の猛追もあと一歩及ばず、惜しくも4対7で敗れましたが、グラウンドいっぱいに選手たちのハツラツとしたプレーが光りました。

たくさんの温かい応援をありがとうございました。

むらの図書室だより



【新刊入荷のお知らせ】

9月に購入した書籍が納品されました！今回は、絵本や小説など20冊の書籍を購入しました。図書室外の新刊書籍コーナーに置いてありますのでぜひご利用ください！



【定期購読雑誌が納品されました】

公民館で定期購読している雑誌の9月号が納品されました！定期購読雑誌は公民館ロビーに置いてありますので自由にご覧ください。



【「あずま号」が来館しました！】

9月15日に「あずま号」が来館し、絵本、小説、実用書などを貸出しいただきました。ぜひご利用ください。

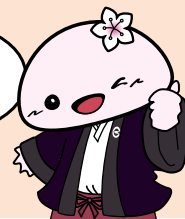


LINE公式アカウント はじめました！

葛尾村役場から、皆さんの生活に役立つ情報をLINEでもお届けします。



ぜひ友達登録を
お願いします！



登録はこちら

現在の友達登録は70人です。
村民の皆さんの登録をお願いします！

お届けする主な情報

- 防災・安心情報：災害情報や緊急連絡
- くらしの案内：ゴミ収集日や手続きの通知
- イベント・健康：村の行事や健診のお知らせ など

便利なメニュー機能

画面下のメニューをタップすると、村のホームページなどへ簡単にアクセスできます。
道路や防犯灯などの異常も通報できます。

「ふくしまポータル」ダウンロードキャンペーン実施中！

「ふくしまポータル」は、ふくしまポイントクラブや防災アプリなど、さまざまなサービスを1つにまとめた便利な総合窓口アプリです。ただいま、アプリをダウンロードして「ふくしまポイントクラブ」を利用し、ポイントを貯めて応募すると、抽選で豪華景品が当たるキャンペーンを実施中です。

応募期間	2026年8月1日～12月31日
特典	抽選で宿泊券やプロスポーツチームのグッズ等が当たります。
応募方法	「ふくしまポータル」内の「ふくしまポイントクラブ」にて応募できます。



iOS



Android

問 カンパーン事務局（福島県デジタル変革課委託） ☎ 024-935-6175

編集後記

最近雨が続く、寒い日が多かった今年もう季節の変わり目。皆様元気に過ごされていますか？

先日、畑一面に真っ白なそばの花が咲いているのを見つけました。その美しい景色に、私も元気をもらってきました。

不安定なお天気が続きますが、体調を崩さぬようお過ごしください。

(S・H)



そば畑（下葛尾）

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>

葛尾村公式アプリで、情報取得や皆様からの情報・ご意見を投稿できるようになりましたので、ぜひインストールをお願いします。また、おくやみ情報や地区のイベント情報等も掲載できますので、ご希望の場合は下記までご連絡ください。

☎ 0240-29-2111・FAX0240-29-2123



iOS



Android



LINE

葛尾村ホームページ
はこちら→



緊急情報受信・葛尾村
メールマガジンの登録
はこちら→

