

涌谷町ボランティアの会
涌中アルカス咲楽隊

城山公園を清掃ボランティア



4月3日(金)に、来たるべき桜まつりを前に、涌谷町ボランティアの方々と涌中アルカス咲楽隊(涌谷中学校ボランティア活動グループ)約230名が、城山公園を清掃しました。

涌谷町ボランティアの会では、毎年この時期に清掃活動を行っており、今年は、昨年よりも多くの町民の方が参加しました。

また、涌中アルカス咲楽隊は、新生涌谷中学校の開校の活動となっており、地域に、そして、県下・全国に誇れる中学校を築き上げるための意気込みを感じることができました。

今後も、他に誇れる涌谷町となるよう、美化活動へのご協力をお願いいたします。

遠田商工会青年部から

さくらんぼこども園に玩具を寄贈



写真左) 玩具を手渡す遠田商工会青年部の皆さん

3月16日(月)に、遠田商工会青年部からさくらんぼこども園に、ブロックの玩具5セットが地域社会貢献活動の一環として寄贈されました。

高橋園長から「朝早くから夕方まで親を待つ子どもたちの癒しになります」と御礼の言葉が返されました。

小里駐在所が新築移転開所



写真) 開所式にて新たな駐在所の看板を設置

4月20日(月)に、遠田警察署小里駐在所が、新築移転し開所式が執り行われました。明治21年に笹岳駐在所としての開所以来、移転や分所、改名を経て、長きにわたり小里地区の治安を守り続け、今後も装いも新たに守り続けてくれることでしょう。

六軒町裏地区に続き、渋江地区・中江南地区で引き渡し

すべての災害公営住宅が完工

4月16日(木)に、渋江地区において、災害公営住宅完成式が執り行われました。昨年8月に完成し、すでに入居されている六軒町裏地区に続き、今回、渋江地区に28戸、中江南地区に12戸が完成し、この春からそれまで仮設住宅に住まわれていた方々が利用できるようになりました。この2地区の完成をもって、涌谷町における災害公営住宅の整備がすべて完了しました。渋江地区には、住まいをなくされた被災者の方々が親交



を深められるよう、集会所が整備されており、新たなコミュニティの誕生が期待されます。完成式が行われたこの日は、八雲区自治会の方々が入居者の皆さんを手づくりの「おぼろ汁」と「おにぎり」でおもてなしました。入居される方々が、平穏で安心な毎日を一日も早く取り戻していただけることをお祈りいたします。



便利に！そして、安全に！

JR上涌谷駅前広場の整備が完工

3月31日(火)までにJR上涌谷駅前広場の整備事業が完工し、4月1日(水)から便利で安全なJR上涌谷駅へと生まれ変わり、供用が開始されました。今回の整備事業によって次のような設備が整備されました。

①ホームへの階段とスロープ
駅ホームへ上がるための階段と足が不自由な方のために、スロープを整備。
②自動車送迎用の乗降場
古川方面に向かう車線側に、駅利用者を送迎するための自動車乗降場を整備。
③夜間の歩行者用照明
歩行者の足もとを照らす照明を整備。電力はすべて太陽光発電でまかなう。
④駐輪場を新設
駅の反対車線にあった駐輪場を駅側に移動し、整備。

平成27年度中には、JR上涌谷駅に隣接する踏切の拡幅工事を予定しており、さらに便利で安全な駅の環境整備を行ってまいります。工事の際には、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

春休み企画「わくわくパラダイス」開催！

3月25日(水)、町民医療福祉センターで、恒例になった「わくわくパラダイス」を開催しました。春休み中の子ども達30名と保護者の皆さん総勢55名が大集合！チケットと交換するお買いものごっこに、アートバルーン風の風船屋さんが初出店。射的、輪投げ、魚釣りのゲームコーナー。くるくる回るタコ足風車の工作コーナー。盛り沢山なわくわくに子ども達は大喜び。更にわくわくタイムは続いて、ピアノのBGM付きの紙芝居や、オカリナ演奏に合わせたパネルシアター、歌ったり、踊ったりもしてあっといふ間のひと時。場内いっぱいには笑顔と歓声が響いて大盛況でした。



写真)パン屋さん、ジュース屋さん、バナナ屋さんなどのお店コーナー

オカリナコンサートを開催

3月8日(日)に、わくや天平の湯小劇場において、第4回「オカリナ彩音コンサート」が開催されました。今回は、6チームがアンサンブル演奏・講師演奏・ゲスト演奏等、童謡からクラシックまで様々なジャンルの演奏を披露しました。ゲストには、涌谷町出身で現在は栃木県小山市を拠点に活躍するプロオカリナ奏者の山村多恵子さんが招かれました。プロの豊かな演奏力・表現力を味わうことができるオカリナ演奏が行われ、オカリナの魅力の奥深さを感じられる機会となったようです。会の最後は、心に響く演奏に感動し、中には涙する方もいて、心穏やかな癒しのひと時となりました。



写真)♪ねこバス(右)コントラバス管で演奏する山村さん



しろやま さん 徒然日記 産金の歴史の縁が形に！

前回の徒然日誌でご紹介した「ベガルタ仙台」との縁により、4月4日(土)ユアテックスタジアム仙台で行われた試合に、涌谷町としてブースを出展し、物産販売や砂金採り体験を行ったのじゃが、多くのサポーターの皆さんが立ち寄り、涌谷町をPRすることができた。また、「涌谷ベガルタ仙台後援会」会長の安部町長からベガルタ仙台西川社長に、天平ろまん館とわくや天平の湯の入場券を100枚ずつ贈呈いただいた。

さらに、涌谷町のサッカースポーツ少年団の方々がこの試合に招かれた。涌谷町が誇る「産金の歴史」が縁となり、それが形となりつつあり、涌谷町の新たなまちづくりへと発展していくことが期待されるのう。

大事な飼い犬に 狂犬病予防注射を

▶ 問合せ先

町民生活課 町民生活班
☎ 43-2113

今年度も狂犬病予防注射を行います。登録済みの飼い主の方には、通知書を配付しますので、内容を確認のうえ必要事項を記入し、会場にお持ちください。

ただし、登録内容に変更などがある場合は事前にご連絡ください。また、新しく登録される場合は、各会場でも受け付けします。

動物病院で接種される方は、配付された注射済票交付申請書と動物病院で発行される注射済証明書を持って、5月21日以降、町民生活課にお越しください。

なお、桜町公会堂会場は、交通安全に配慮し廃止とさせていただきます。3区の飼い主のみなさんにはお手数料をおかけしますが、勤労福祉センター、商工会館前など別会場での接種にご協力をお願いします。

新規登録の犬の手数料	
登録手数料	3,000円
注射済票交付手数料	550円
狂犬病予防注射料	2,550円
計	6,100円

登録済の犬の手数料	
注射済票交付手数料	550円
狂犬病予防注射料	2,550円
計	3,100円

月日	時 間	会 場
5/13 (水)	午前 9:30~ 9:50	日向公会堂
	10:00~10:20	黄金公会堂
	10:30~10:50	中地区コミュニティセンター
	11:00~11:20	花勝山石坂集落センター
	午後 1:30~ 1:50	追戸横穴古墳公園
	2:00~ 2:20	瀧の沢生活センター
5/14 (木)	午前 9:30~ 9:50	吉住運動広場
	10:00~10:20	大谷地集落センター
	10:30~10:50	猪岡会館
	11:00~11:20	短台集落センター
	午後 1:30~ 1:50	脇会館
	2:00~ 2:20	成沢自治会館
5/15 (金)	午前 9:30~ 9:50	小里集落センター
	10:00~10:30	長根会館
	10:40~11:00	生栄巻生活センター
	11:10~11:40	農村環境改善センター
5/18 (月)	午前 9:30~ 9:50	長柄町生活センター
	10:00~10:30	のびのび会館
	10:40~11:30	勤労福祉センター
5/19 (火)	午前 9:30~ 9:50	上地区生活センター
	10:00~10:20	上地区コミュニティセンター
	10:30~10:50	下郡集会所
	11:00~11:20	上町公会堂
	午後 1:30~ 2:00	上谷地共同文化センター
	2:10~ 2:30	三十軒・九軒多目的集会所
5/20 (水)	午前 9:30~11:00	遠田商工会館前

家庭での「野焼き」は、 禁止されています。

「野焼き」は田んぼや畑で行うものだけでなく、各家庭の敷地内などでドラム缶やブロック焼却炉等で行うものも含まれます。

「野焼き」は環境・健康・防災などの面から問題があり、現在、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により原則禁止されています。違反者には「5年以下の懲役もしくは1千万円以下の罰金」が科されます。また、次のトラブルの原因とも成りえます。

▼**ご近所トラブル**
悪臭や煙の発生によって迷惑を受ける方が出ます。

▼**健康被害**
焼却施設よりも格段に低い温度で燃やすことにより人体に有害なダイオキシン類などを発生させ、健康への影響が心配されます。

▼**火事**
火の粉の飛散や後始末不足によって火災の発生につながる場合があります。

▼**認められる場合**
家庭ごみの焼却は認めら

れていませんが、「野焼き」が例外で認められる場合があります。

- ① 国・地方公共団体がその施設の管理を行うために必要な廃棄物の焼却
- ② 災害の予防、応急対策・復旧のために必要な廃棄物の焼却
- ③ 風俗慣習上・宗教上の行事を行うために必要な廃棄物の焼却
- ④ 農林漁業を営むためにやむを得ないものとして行われる廃棄物の焼却(稲わら等)
- ⑤ たき火その他日常生活を営む上で通常行われる廃棄物の焼却であつて軽微なもの

ただし、軽微なものであつても近隣に迷惑をかけるものは認められません。

禁止されている野焼きは行わず、家庭ごみは収集日にきちんと出し、環境・健康・防災など様々な面で安全安心な町づくりにご協力ください。

▼ 問合せ先
町民生活課 町民生活班
☎ 43-2113

国民年金のお知らせ

国民年金保険料額の ご案内

平成27年度
国民年金保険料額(月額)

定額	15590円
定額+ 付加保険料 (400円)	15990円

4月に1年分の保険料納付書が入った「国民年金保険料納付案内書」が送付されています。一部免除に該当している方は、4月と7月に納付書が送付されます。

なお、口座振替の利用者、全額免除・若年者納付猶予の該当者、今年度も同じ学校に在学予定の学生納付特例該当者には、納付書が送付されません。

※学生納付特例申請は、年度毎の申請が必要です。住所のある役場で申請する場合は、在学証明書の原本もしくは学生証の写し、年金手帳、認め印、家族が代理申請するときは、代理で手続

きする方の身分証明書(運転免許証や健康保険証)が必要となります。

※一般の方の免除申請は、平成27年度分は7月1日以降の受付となりますので、ご了承ください。

《注意点》

●免除申請が遅れ、未納のままになっていると、万一の際に障害年金などを受け取れない場合があります。

●学生であった期間は、学生納付特例に限られますので、学生であった証明が必要になります。

●免除は、前年所得や失業などの状況に基づき審査を行いますので、承認されない場合があります。

●ご不明な点がありましたら、下記にお問い合わせください。

▼問合せ先

古川年金事務所 国民年金課
☎23-11203
町民生活課 町民生活班
☎44-2898

町営住宅入居者を募集

▼募集住宅

住宅名	家賃月額	間取	戸数
八雲住宅 231号	24,200~47,400	3DK	1戸
八雲住宅 325号	24,200~47,400	3DK	1戸
八雲住宅 512号	24,300~47,600	3DK	1戸

駐車場を使用する方は別途月額2000円かかります。

▼申込期間

5月1日(金)

5月15日(金)

▼抽選予定日

5月19日(火)

※複数申込みの場合は、抽選となります。

▼入居可能日

6月1日(月)

▼入居要件

- ①暴力団員でないこと。
- ②持ち家がないこと。

③同居する親族(申込みから3ヶ月以内に婚姻予定の人を含む)がいること。

※3人以上の世帯人数であること。

④町税等を完納していること。

⑤収入(各種控除後の月額所得)が下記に該当すること。

※一般世帯

158000円以下

※裁量世帯(高齢者、障害者世帯など)

214000円以下

⑥公営住宅法と涌谷町町営住宅条例を遵守できること。

▼申込用紙

建設課備え付けの申込用紙に記入の上、申し込みください。

▼問合せ・申込先

建設課 都市計画班
☎43-2129

広告

集めて得するろまんシール

次回「応募方式商品交換会」を企画しております。お楽しみに!
ろまんシールの使い方、いろいろあります。

- ★加盟店でのお買物
- ★古川信用組合への預金
- ★わくや天平の湯へのご入浴等
- ★スタンプ会主催の各種イベント

ろまんシールはお客様の応援団です
涌谷スタンプ会
TEL 43-3450 FAX 43-3341



広告

全国の処方箋受け付けます

〈薬の一包化いたします〉

(株)アサヒ薬局

涌谷本店 ☎0229(42)2035 FAX 0229(42)2107
南郷店 ☎0229(58)3993 FAX 0229(58)3992

売り場面積1,000㎡未満の店舗は、換金手数料0!

涌谷町 3割増プレミアム付き 美里町 商品券取扱加盟店を募集します

町では、国の交付金を活用し、「美里町・涌谷町3割増プレミアム付き商品券」を販売します。この商品券はあらかじめ加盟登録をした両町内の事業所で、商品などを購入する際に現金と同様に使えるものです。小売業、建設業、飲食店など、さまざまな業種からこの商品券の取扱加盟店を募集します。

▶加盟登録受付期間

5月7日(木)から5月29日(金)

土・日・祝日を除く

※この期間以降も受け付けますが、商品券購入者に配布する登録店一覧には掲載されません。

▶登録受付時間 午前9時から午後5時

▶登録受付場所・申込方法

遠田商工会各事業所で配布する申込用紙に必要な事項を記入の上、同窓口に提出してください。

※ファックスによる申し込みも受け付けます。

※取扱加盟店になる場合、商工会加入が条件となります。

【加盟することのメリット】

売り場面積が、1,000㎡未満の小規模事業所は、換金手数料ゼロ。1,000㎡以上の大規模事業所でも換金手数料は2%です。工場・倉庫等は、売り場面積に含まれません。

また、発行される商品券1セット(1,000円×13枚つづり)のうち、**7枚は小規模事業所のみで使用できる専用券として発行**されます。そのため、小規模事業所でも加盟により売上げが期待されます。

▶問合先 遠田商工会涌谷事業所 ☎43-3450・FAX43-3341
(加盟登録の申込み・問合せ)
まちづくり推進課商工観光班 ☎43-2119(全般)

3割増

プレミアム付き商品券とは!?

遠田商工会が事業主体となり、地域の消費拡大と経済の活性化を目的に、涌谷町と美里町が合同で、販売する商品券です。

▶販売時期 7月15日(水)～完売次第終了

▶販売場所 遠田商工会の涌谷事業所、小牛田事業所、南郷事業所

▶販売価格・セット数

●1セット1万円(現金販売)

1枚1,000円券の13枚つづりで、1万円の商品券購入で、13,000円分買い物が可能なお得な商品券です。

▶発行券種

●共通券6枚

(大規模・小規模事業所のいずれでも利用可)

●専用券7枚

(小規模事業所のみで利用可)

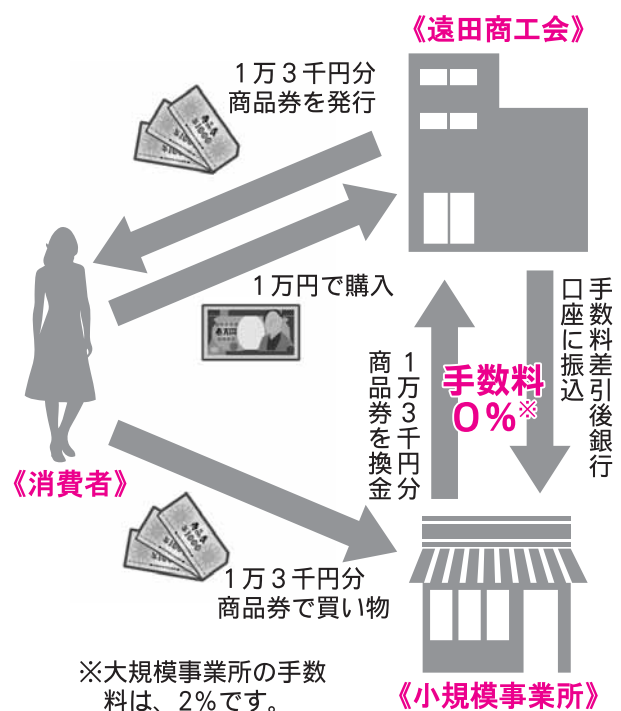
※大規模事業所とは、売場面積1,000㎡以上の事業所のこと。

▶発行数 涌谷町・美里町両町合計で、11,000セット(販売総額11,000万円)

▶購入限度 1人3セットかつ1世帯10セット

▶利用期間 平成27年7月15日～平成28年1月14日

【プレミアム商品券利用の流れ】





東洋医学外来便り

—第18回 寒がりで、

身体が冷えやすい人(腎陽虚)の不妊症—

温めるエネルギーの低下したタイプの人の「不妊症」では、腰が痛いや頻尿など、一見不妊とは関係なさそうな症状も出ます。

体を流れるエネルギーの働きには様々あります。内臓を動かしたり、栄養分の流れを促したり、体の表面を守り風邪などを引かないようにしたり、体の中にある余計な水分を汗や尿として体の外へ出したりなど、体を温めるのもその働きの一つです。そのため、体を流れるエネルギーの低下は温める働きだけではなく他の働きにも影響を及ぼすため、腰が痛いや頻尿といった症状も出てくるのです。この状態を「腎陽虚」といいます。

体を温めるエネルギーが低下してしまう主な原因は次の通りです。
①生まれつき体を温めるエネルギーが低下している
②病気を患ったことによる体の弱り



- ③ 性生活の不摂生
- ④ 老化

体を温めるエネルギーの低下には個人差があるため、影響の出かたも様々です。

このタイプの人は不妊だけでなく、寒がり・下半身が冷えやすい・むくみ・顔色がすぐれない・インポテンツ・月経痛は温めると楽になる・腰が痛い・頻尿・精神の萎縮といった症状もあるのが特徴です。

この状態を改善するにはどうしたらよいか。今回は食材やツボ、漢方薬の例を挙げお話ししていきたいと思えます。

東洋医学外来

鍼灸師 菊谷 大亮
医師 関 隆志

＜東洋医学外来診療案内＞

- ▶ 毎週火～木曜日 午前 担当 関隆志 医師
- ▶ 第1・3月曜日 担当 渡邊秀和 医師
- ▶ 毎週月曜日 担当 神谷哲治 鍼灸師
- ▶ 毎週月曜日～金曜日 担当 菊谷大亮 鍼灸師
- ▶ 診療は予約制です。
- 診療予約・問合先
☎0229-43-5111 (内線102)

安心して暮らせる

まちづくり(障害編)

障害福祉サービスについて③

居住系サービスとは、入所施設等で住まいの場における支援を行うサービスです。

●施設入所支援

施設に入所する方に、入浴や排せつ、食事の介護などを行う

●共同生活援助(グループホーム)

グループホームで共同生活をする方に、住居における相談や日常生活上の援助を行う

《障害福祉サービスの利用方法》

1相談

福祉課または指定特定相談支援事業者に相談。サービスが必要な場合は、福祉課に申請。

※指定特定相談支援事業者とは、障害福祉サービスの申請前の相談や申請するときの支援、サービス等利用計画の作成、サービス事業者との連絡調整などを行う事業者

2申請・調査

支給の申請を行うと、現在の生活や障害の状況について認定調査が行われる。

3審査・認定

調査の結果や医師の意見書などをもちに審査・支援区分の認定を行いどのくらいサービス

4通知

指定特定相談支援事業者が、利用者の希望などを考慮に入れたサービス等利用計画を作成し、それらを踏まえてサービスなどが決まり、通知書及び受給者証を交付。

5事業者と契約

サービスを利用する事業者を選択し、利用に関する契約を行う。

6サービス利用を開始

障害に関することや、福祉サービスに関することなど、お気軽にご相談ください。

問合先

福祉課 福祉班
☎43-51111
(内線527)

わくや元気アップ教室 参加者募集

この頃、運動不足がみ、ダイエットしたい、メタボを解消したい、みんなと楽しく集まりたいと思ってる皆さん。教室に参加しませんか？今年度は5月、7月、9月、10月、11月、2月の年6回の開催を予定。健康運動指導士と栄養士のサポートで楽しく仲間づくりをしながら、あなたも「健康寿命100歳」を目指しましょう。

開催場所

町民医療福祉センター研修ホール

日時 5月26日(火)

9時30分～11時30分

内容

●運動 「痩せやすい身体にリセットしましょう」健康運動指導士とストレッチとフットコンディショニングで血流改善

●栄養 「食事で生き生き元気」栄養士と偏らない食事を作しましょう

※参加希望の方は、左記にお申し込みください。

問合先

健康課 健康づくり班
☎43-51111
(内線550)

住民健診・節目人間ドックのお知らせ

受診票の配布が始まりました！

5月から今年度の住民健診が始まります。受診票が手元に届きましたら、必ず対象日程を確認してください。

また、特定健診は、遠田郡内の指定医療機関でも無料で受けることができます。ご希望の方は、指定医療機関に予約し、受診してください。

※胃がん、子宮頸がん、乳がん検診の各受診票は、随時お届けいたします。

《健診日程》

- ①**集団健診** 国保病院健診センター
5月11日(月)から8月7日(金)
バス健診(成人病予防協会)
8月22日(土)から8月28日(金)

- ②**個別健診(特定健診のみ)**
遠田郡内指定医療機関
5月11日(月)から9月30日(水)

※詳細は受診票に同封の案内を確認してください。

なお、40歳から74歳までの涌谷町国民健康保険に加入の方で、職場や個人で特定健診を受診された場合は、右記の担当課まで健診結果の提出にご協力ください。

節目人間ドックが かわりました！

昨年度から「節目人間ドック」が、涌谷町国民健康保険に加入の方は「無料」、社会保険に加入の方は以前の半額の「4,500円」になりました。6月から国保病院健診センターで開始予定です。対象者は40・45・50・55・60歳(年齢は平成28年3月31日現在)の方です。男性は町で実施の健診項目を1日で受診できます。女性は子宮頸がん・乳がん検診以外は1日で受診できますので、ぜひこの機会に受診してください。

申し込みがまだの方は追加・変更ができますので、下記問合先までご連絡ください。

▶問合先
健康課 健康づくり班
☎43-5111 (内線525)

わくや健康ステップ21計画 ー運動習慣づくり推進中ー 「ながら」体操で毎日運動♪～生活活動を増やそう～



シリーズ1：歩行

歩くことは健康への第一歩！
今月は基本的な歩き方から！

1 正しい姿勢をチェック！

- あごを引く □背筋をまっすぐ伸ばす □視線はまっすぐ
- ポイント：体に1本の芯が通ったようなイメージで

2 腕を振り、元気よく歩いてみよう！

- 腕は直角に曲げて。
- 肩の力を抜いて肩甲骨をゆっくり後ろに引く。
- 足はかかとから着地、つま先でしっかり地面をけて。

めざそう！健康寿命100歳の町★わくや

☎43-5111
健康課健康づくり班
(内線534)

健診・相談名	日程・受付時間	対象者	場所	相談内容
7か月児 離乳食相談	5月21日(木) 9:30~9:45	H26年9月生 10月生	集 町 団 民 医 療 検 福 診 祉 心 セ 室 ター	身体計測 離乳食試食 初期離乳食指導
1歳6か月児 健康診査	5月12日(火) 13:00~13:15	H25年9月生 10月生		身体計測 健康相談 歯科診察(歯ブラシ持参) 内科診察
3歳児 健康診査	5月13日(水) 13:00~13:15	H23年9月生 10月生		身体計測 健康相談 内科診察 尿検査 聴覚検査 歯科診察(歯ブラシ持参) 減塩味噌汁試食

子ども健康カレンダー
相談・健康診査の対象となっているご家庭には通知しますが、日程・受付時間を確認し、お越しください。
母子健康手帳の交付は随時行っています。妊娠がわかった方は早めに交付を受けてください。
なお、交付を希望される方は、事前に電話でご連絡ください。