

広報  
Kouhou Wakasa  
わかさ

2026年  
1月号  
No.250

渡辺町長新年のあいさつ

HAPPY  
NEW  
YEAR 2026



# HAPPY NEW YEAR 2026

## 謹んで新年のお慶びを申し上げます。

新年、明けましておめでとうございます。町民の皆さんにおかれましては、輝かしい新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。令和8年の年頭にあたり、一言ご挨拶を申し上げます。

まずもって、日頃より町政の推進に対し、格別のご理解とご高配を賜り、厚く御礼申しあげます。昨年を振り返りますと、国外においては、長期化する紛争や対立など不安定な情勢が続いている、戦後80年という節目の年にあたり、平和の尊さと、平和を次の時代へ継承すべき責任を、改めて強く感じる1年でした。

一方、国内に目を向けると米や食糧品などの物価高騰により国民生活は依然として厳しい状況が続いている。そのような中、大阪・関西万博が開催され、「いのち輝く未来社会のデザイン」のテーマのもと、人間一人ひとりが自らの望む生き方を考え、持続可能な社会を世界の人々が創造していくことをを目指す万博として、世界中から多くの人々が訪れるなど、未来への期待を膨らませる明るい話題もありました。若狭町の小中学生もたくさん万博で学んでくれました。

本町におきましては、人口減少や少子高齢化が急速に進む中、これまで培ってきた歴史や文化、自然環境を大切にしながらも、SDGsの理念やテクノロジーを取り入れた、持続可能な新しい町づくりを推進していく所存です。また、5月1日の町長2期目となる町政がスタートして以来、町民の皆さまの命と暮らしを守ることを最優先に、災害に強いまちづくりや、子育て環境の充実に力を入れてまいりました。

9月からは、小中学校の給食費無償化を実施いたしました。子育て世帯の皆さまの経済的負担を軽減するとともに、児童・生徒に栄養バランスの取れた美味しい給食を提供し、将来を担う子どもたちの成長を町全体で支えていきたいと考えております。



▲給食を食べる児童たち

# 令和8年 年頭あいさつ



若狭町長  
渡辺 英朗



8月には、物価高騰対策として、一人当たり1万円分の地域商品券「わかさハッピー商品券」を配布しました。物価高騰が長期化する厳しい社会状況の中、町民の皆さまの生活支援を図り安心できる暮らしを守るため、また、地域内での消費を喚起し、地域経済の好循環にも寄与することで、持続可能な地域社会の構築を図ることができたと考えております。

9月には、井ノ口区で地域の皆さまと取り組んできた「スマートエリア開発事業」が完成いたしました。最先端のIoT技術を導入し、持続可能な暮らしを目指して整備されたこの分譲地は、今後、子育て世代の居住を促し、次世代定住そして地域活力向上に資するものと大いに期待しています。

10月には、全天候型の子どもの遊び場「あそまなびの森」通称「あそまな」がパレア若狭内に完成いたしました。天候や季節に左右されることなく、子どもたちが安全かつ主体的に遊びと学びを深められる空間として整備いたしました。この施設によって、子どもたちの創造性や社会性を育むとともに、保護者の皆さまが安心して利用できる町の子育ての拠点としての役割も担っており、町全体の子育て環境の質を一段と高めるものとなりました。



▲あそまなびの森オープン記念式典の様子

本町を取り巻く環境は急速に変化するものの、教育や子育て、地域振興をはじめとする多岐にわたる施策を着実に前へ進めてまいります。今年は「観光振興ビジョン」の改定や、「まちづくりマスターplan」の策定など新しいまちづくりを進める年となります。これまで積み重ねてきた一つひとつの取り組みが、未来の若狭町を力強く支える礎となることを確信とともに、本年も引き続き、町民の皆さまと共に「将来も住み続けられ、心ゆたかで『幸せ』な暮らしの実現」に向け、全力で取り組むことを、お約束申し上げます。

結びに、今年1年が若狭町にとりまして、実り多き年となりますことを念願するとともに、町民の皆さまの益々のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

# 冬の安全を守るために

— 除雪作業へのご理解とご協力をお願いします —



問い合わせ 建設課 ☎0770-45-9104

## 今年も厳しい、福井の冬。

冬を迎え、福井県では例年、日本海からの雪雲の影響を受けてまとまった降雪が見られます。日本気象協会によると「今年の冬は、季節風が吹きつける時期があり、北陸や山陰など日本海側では、局地的な大雪に注意が必要」との予報が出されています。

こうした中、町では町民の皆さん的安全な通行を確保するために道路の除雪作業を行っています。除雪作業は、幹線道路や通学路など優先順位を定めて計画的に実施していますが、天候の急変や降雪量の多さによっては作業に時間要することがあります。

この特集では、町の除雪の進め方や皆さんに知っておいてほしいポイントをまとめました。冬の暮らしを安全に過ごすための参考として、ぜひご覧ください。

### 通行止めのお知らせ

町道10号線（ゴルフ場入口～白石神社間）は冬期の間通行止めとなります。

**【期限】**  
令和8年3月9日（月）まで



除雪・通行規制など  
交通状況をスマホで確認！  
**みち情報ネットふくい**



福井県が運営している  
道路情報を提供する  
サービスです。除雪状  
況や交通規制などの最  
新情報を確認できます。

▲みち情報ネットふくいはこちら

# 除雪についてのお願い

## 車の放置は厳禁！

自動車を路上に放置すると、除雪作業ができず、緊急活動に重大な支障をおよぼしますので、路上駐車はしないでください。



## 危険な樹木は伐採を

雪の重みで木が道路へ倒れると、除雪車の通行を妨げる場合があります。道路内に倒れるおそれのある木や道路まで伸びてきている枝は所有者で伐採をお願いします。

## 歩道や高齢者宅の除雪にご協力を

歩道や通学路などは、地域の皆さまで除雪をお願いします。また、高齢者世帯など、除雪が困難な場合は、地域の皆さまで協力して除雪をお願いします。



## 田畠、空地等への排雪に ご協力をお願いします。

除雪した雪が農地や空地に押し出されることがあります。集落内除雪のために、ご協力をお願いします。また、大雪等の際には、新たな排雪地が必要になる場合もありますので、ご協力をお願いします。

# 安全な雪下ろしのポイント

## 安全な装備

- ・頭部保護のためヘルメットを着用しましょう。
- ・滑りにくい長靴を着用しましょう。
- ・転落防止のため命綱を使用しましょう。
- ・命綱を体に固定する際には安全帶（墜落制止用器具）を使用しましょう。

## 落雪に注意

- ・地上での作業では、屋根からの落雪に十分注意しましょう。
- ・片側の屋根だけ下ろすと、建物に偏った荷重がかかり倒壊につながる恐れがあります。バランスよく下ろしましょう。

## 無理は禁物

- ・無理な体勢での作業は危険です。
- ・少しづつ何回かに分けて下ろしましょう。
- ・スノーダンプなどに引きずられることがあります。その場合はすぐに手を離して身を守りましょう。

## 複数人での作業

- ・一人での作業はせず、複数人で行いましょう。
- ・やむを得ず一人で作業する場合は、家族や近所に声をかけ様子を見てもらいましょう。

## はしごの固定

- ・転倒防止のため、はしごの足元はしっかりと固定しましょう。
- ・長さは十分余裕のあるものを使用し、屋根に対して真っ直ぐに適切な勾配で架けましょう。
- ・アルミ製のはしごは濡れると滑りやすいので、靴底の雪を落とすなど注意しましょう。

## 体調の管理

- ・雪下ろしは大変な重労働です。必ず準備運動をしましょう。
- ・十分に休憩を取り、水分を補給しながら作業しましょう。

# #パレア若狭

パレア若狭からのお知らせ

Parea パレア若狭 音楽ホール

## わたしたちのミュージカル物語 ～3年間の軌跡・そして未来へ～

チケット発売中

■成長を重ねてきたパレア若狭ミュージカルチームの集大成！  
これまでの3作品の中で歌ってきた曲を中心にオムニバス形式でお届けします。

開催日／3月1日（日）

時 間／開演 14:00 開場 13:30

料 金／一般 1,000円 高校生以下 500円（全席指定）

※3歳以下入場不可

出演者／増田 朱紀（指導・振付）

上野 説子

岡田 健志

佐々木 美香

辻野 俊介

ふくだなるみ（楽曲制作）

八木 美沙子

山崎 佑太

安倍 加純

石森 蘭

石森 愛梨

近江谷 海風

小形 泰宏

上野 詩織

木村 純音

木村 美音

木村 結音

久保上 莉歩

久保上 葵歩

小刀 柚芭

佐々木 拓

杉本 瑞樹

鈴木 隆

辻本 真央

坪内 陽路

坪内 美緒

堂前 智美

藤井 美佑

藤田 美穂

前田 由美子

三宅 宗左

安田 紗和



指 導／小牧 伸輔

谷口 佳奈

振 付／岡田 有里絵

問合せ

パレア文化課 Tel: 0770-62-2508

音楽ホール  
(貸館)

開催日

公演名

問合せ

2月8日（日）  
開場 13:30 開演 14:00

第10回「家族のきずな」エッセイ表彰式

福井県モラロジー協議会嶺南連絡会  
Tel: 0770-52-1540

2月22日（日）

創楽堂音楽教室ピアノ発表会

株式会社創楽堂  
Tel: 0770-52-1313

Parea パレア若狭 お知らせ

### パレア若狭ボランティア スタッフ（パボス）募集

パレア若狭の運営のお手伝いをしていただけるボランティアスタッフ（パボス）を募集しています。

#### ■活動内容

- ・ホールスタッフ
- ・図書館スタッフ など

#### ■対象

高校生以上

※パボス登録票をご記入のうえ、パレア文化課窓口にご提出ください。



◀詳細はこちら  
(パレア若狭 HP)

### パレア若狭音楽ホール チケットの購入方法

音楽ホールの公演チケットは、以下の方法でお買い求めいただけます。

①チケットカウンターで購入



②WEBで購入



③電話で予約  
(当日までにチケットカウンターで受け取り)

※①、③は9:00～17:00(火曜日を除きます)



### パレア若狭 Instagram

パレア若狭では公式Instagramアカウント(@pareawakasa)を開設しています。

イベント情報やお知らせを随時投稿していますので、ぜひフォローをお願いします。



@PAREAWAKASA

▲フォローはこちらから

## 暮らしの創作室 ワッカ

【モグサ作りとツボをつかったセルフケア】  
お灸作りとツボをつかったセルフケア体験講座

日時／2月4日（水）

13:30～15:30

場所／キッチンスタジオ & 和室 A

対象／大人

定員／10名

参加費／受講料 500円、材料費 500円

持ち物／手拭きタオル

服装／膝下、肘から先が出る服装

講師／松宮容子（鍼灸師）



### 【バレンタインのお菓子作り】

バレンタインにクッキーで作るナンバーケーキを作りませんか。

アイシングクッキーも少し作ります。

※写真のデコレーション部分はイメージです。もっと派手になります。

日時／2月14日（土）

13:30～16:00

場所／キッチンスタジオ

対象／どなたでも

（低学年は親子で参加してください）

定員／8組

参加費／受講料 500円、材料費 3,000円

持ち物／エプロン、手拭きタオル

講師／sweet deco 竹内富美子



問合せ

パレア文化課 Tel : 0770-62-2508

### 第6回ふくいの農ある風景写真展

■心に響く、ふくいの農村。福井ならではの美しい写真を通じて、ふくいの農業・農村の魅力を感じてみませんか。

展示期間／2月2日（月）  
～2月11日（水）

時 間／9:00～20:00

※火曜日休館

※初日は 12:00 から、最終日は 12:00 まで

主 催／ふくいの農ある風景フォトコンテスト実行委員会



問合せ

福井県嶺南振興局農村整備部 Tel : 0770-56-2219  
ふくいの農ある風景フォトコンテスト実行委員会 Tel : 0776-20-0453

### にじいろのおはなし会

■図書館リブラ館こどもひろばにて、毎月第4土曜日午前 11 時に紙芝居をしています。参加無料で、赤ちゃんから参加できます。



日 時／令和8年3月28日（土）

11:00～

場 所／図書館リブラ館 こどもひろば

内 容／ボランティア「にじいろ」による紙芝居  
料 金／無料

※2月の「にじいろのおはなし会」は2月28日（土）です。

### 図書館からのオススメ本

『おにぎりずかん』

新井 洋行, 田中 六大, 中垣 ゆたか / 著

いまや日本だけでなく、世界でも広く人気をあつめている日本のソウルフードおにぎり。でも、当たり前のようにわたしたちのそばにいる「おにぎり」のことを、あなたは知っていますか？その知られざるひみつを、楽しいおはなしと知識で学べる図鑑えほんの登場です。



### 令和7年度人権作品（ポスター・作文）入賞作品展示会

第28回「小学生人権ポスターコンテスト」

第44回「全国中学生人権作文コンテスト福井県大会」

■“人権尊重”をテーマに描かれた町内児童生徒および県内入賞・優秀作品の数々をどうぞご覧ください。

展示期間／2月13日（金）

～2月20日（金）※火曜日休館

時 間／9:00～20:00 ※最終日は 15:00 まで



問合せ

税務住民課 Tel : 0770-45-9106

## “住民税の申告受付について”

令和7年分（令和8年度）の住民税の申告受付期間は2月16日（月）～3月16日（月）です。

社会保障・税番号（マイナンバー）制度により、確定申告書等の提出の際は、「マイナンバーの記載」+「本人確認書類の提示、または写しの添付」が必要となりますのでご注意ください。

※マイナンバー記載の対象者 …「申告者本人」や「控除対象配偶者」、「扶養親族」および「事業専従者」

今年の申告相談日程は右記のとおりです。申告相談では町県民税（住民税）の申告のほか、給与所得者の還付申告など簡易な所得税確定申告に限り受付けております。営業所得等の青色申告、株式等の譲渡所得、住宅借入金特別控除、損益通算、繰越控除の確定申告がある方などは若狭町役場では受付ができませんので、敦賀税務署（電話 0770-22-1010）にて申告をお願いします。

なお、税理士相談日には、税理士による申告無料相談を受付けています。

相談のある方は、対象集落に関わらずお越しください。  
(税理士相談日 2/16・2/18)

### ■相談の際には事前準備をしましょう

申告相談にお越しの際には事前に次のような準備をして、相談時間の短縮にご協力をお願いします。

- ・医療費控除を受ける方は、令和7年中に支払った医療費の合計額を先に計算しておいてください。（世帯員の氏名や病院名ごとにまとめて、事前に集計してください）  
※マイナポータルより1月～12月の医療費通知情報をダウンロードし、プリントをしていただく事をおすすめします。
- ・営業所得や農業所得のある方は、収入金額及び経費などを事前に集計し、収支内訳書を作成してください。

### ■申告に必要なもの

- ・本人確認ができる書類  
…例1)「マイナンバーカード」例2)「通知カード」+「運転免許証、公的医療保険の被保険者証」など
- ・収入金額がわかるもの（給料や年金等の源泉徴収票、支払調書、帳簿など）
- ・支払った経費がわかるもの（領収書や明細書など）
- ・控除を受けるための支払額の証明書（生命保険・地震保険等の控除証明書、国民年金保険料控除証明書）
- ・医療費の支払額がわかる領収書など（保険で補填された場合は保険金の支払額がわかる書類）
- ・還付先の口座番号がわかるもの（通帳やそのコピーなど）

◎朝は混雑することが多いので、午後の来庁をおすすめします。

### ●申告相談日程（該当する集落の日に都合がつかない場合は他の日にお越しください。）

【三方会場】役場三方庁舎 2階 第1会議室  
受付時間：午前9:00～11:30、午後1:00～4:00

月	日	曜	対象集落	税理士相談日
2	16	月	倉見、白屋、成願寺、上野	税理士相談日
	17	火	能登野、横渡、井崎	
	20	金	高岸、三十三田地、岩屋、田上、東黒田	
	24	火	相田、藤井、南前川	
	27	金	佐古、田名、向笠、三方	
3	2	月	北前川、鳥浜	
	5	木	館川、気山、上瀬	
	6	金	海山、世久見、食見、塙坂越、遊子、小川、神子、常神	
	9	月	成出、田井野、梅ヶ原、田立、別庄、世久津、伊良積、北庄	
	13	金	予備日	
	16	月	予備日	

【上中会場】役場上中庁舎 2階 第1会議室  
受付時間：午前9:00～11:30、午後1:00～4:00

月	日	曜	対象集落	税理士相談日
2	18	水	大鳥羽、上黒田、麻生野、海土坂、三生野、無悪	税理士相談日
	19	木	三田、小原、南、山内、持田、長江、朝霧	
	25	水	末野、安賀里、下夕中、有田、下吉田	
	26	木	上吉田、脇袋、瓜生、閑、若葉、瓜生コープ	
3	3	火	グリーンハイツ、熊川、新道、河内、せせらぎ	
	4	水	仮屋、若王子、三宅、市場、井ノ口	
	10	火	天徳寺、神谷、日笠、かみなかコープ	
	11	水	杉山、堤、兼田、武生、玉置、上野木、中野木、下野木	
	12	木	予備日	

※若狭三方漁協本所で行っていた申告は、今年から三方庁舎に変更になります。

### ●所得の無い方でも税申告が必要な場合

所得の無い方でも次のような場合に該当する方は、所得が無いことの申告が必要となります。

- ・所得証明が必要な方（奨学金を申請する時、勤務先に家族の扶養申請が必要な時など）
- ・各種減免制度を受ける方（国民健康保険税の軽減、国民年金の免除申請、医療費の限度額認定など）
- ・福祉サービスを受ける方

※要介護度1以上の認定を受けている高齢者の方は、障害者控除の対象となる場合があります。ただし、町長が発行する認定書の交付が必要となりますので、事前に福祉課（0770-62-2703）へご確認ください。



## “住民税申告用の国民健康保険税納付確認書の送付終了について”

全国的なシステム標準化に伴い、令和8年（令和7年中納付分）以降の運用を見直し、納付書や口座振替により国民健康保険税を納付された方に送付していました「納付確認書」の送付を終了することとなりました。

国民健康保険税（後期高齢者医療保険料、介護保険料も同）の納付額を確定申告等で社会保険料控除として申告する場合は、「納付確認書」を添付する必要はありません。領収書や通帳で納付額を確認して、申告してください。

「納付確認書」が必要な場合は、税務住民課において、無料で発行しています。本人確認書類（マイナンバーカードや運転免許証等）を持参して、申請をお願いします。

納付方法が特別徴収（年金からの天引きによる納付）の方は、日本年金機構等の年金支払者が発行する源泉徴収票等で、納付額をご確認ください。

問い合わせ 税務住民課 ☎0770-45-9101

## “後期高齢者医療納付確認書について”

令和7年1月1日から令和7年12月31日の間に、納付書や口座振替で納付いただきました後期高齢者医療保険料の金額をお知らせする後期高齢者医療納付確認書について健康医療課窓口にて無料で発行させていただいております。

納付いただきました後期高齢者医療保険料は社会保険料控除の対象となります。なお、税申告の際に、後期高齢者医療保険料の領収書や納付確認書を添付する必要はありません。

問い合わせ 健康医療課 ☎0770-62-2708

## “敦賀税務署の申告会場の受付時間が変わります”

申告相談の受付期間は、令和8年2月16日（月）から3月16日（月）（平日）です。

開設期間	受付時間
2/16～27	9時～12時半※
3/2～16	9時～16時※



▲国税庁LINE公式アカウント  
友だち登録はこちら！

※申告会場への入場には、「入場整理券」が必要となりますので、国税庁LINE公式アカウントでのオンライン事前予約をご利用ください。会場において当日受付も行っておりますが、当日の相談枠に限りがあります。

問い合わせ 敦賀税務署 ☎0770-22-1010

## “20歳になったら『国民年金』”

公的年金制度は、老後の暮らしをはじめ、病気や事故で障害が残ったとき、一家の働き手が亡くなったときなどに、働いている世代みんなで支えようという考え方で作られた仕組みです。

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は、国民年金に加入し、保険料の納付が義務付けられています。  
※厚生年金保険に加入している方を除きます。

### ■保険料

月額17,510円（令和7年度）

### ■納付方法

- ・納付書で金融機関、コンビニ、キャッシュレス決済（AEONPay、auPAY、d払い、PayB、PayPay、楽天ペイのみ可能）で支払い
  - ・口座振替
  - ・クレジットカード納付
- ※前納割引制度もあります。



### ■国民年金保険料が経済的に困難で納められないとき

本人の申請によって、納付の免除、もしくは猶予される制度があります。

#### ①全額免除・一部免除

#### ②納付猶予

学生でない50歳未満の方で、本人及び配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

#### ③学生納付特例

猶予を受けた期間は、年金を受け取るための資格期間に含まれます。猶予を受けた期間の保険料は、10年以内なら後から納付（追納）することができます。ただし、2年を過ぎると加算額がつきます。

問い合わせ

税務住民課 ☎0770-45-9106

敦賀年金事務所 ☎0770-23-9904

（自動音声案内 ※2を選択→2を選択）

年金相談の際には予約相談をご利用ください。

敦賀年金事務所 年金相談予約専用ダイヤル

☎0770-23-9905



## 情報 BOX

暮らしに役立つ情報をお届けします

### “奨学金の返還を支援します！”

令和8年2月28日までに申請をお願いします。

町では、大学等を卒業後、「町内に定住する」等の要件を満たした若狭町出身者の奨学金返還を支援しています。令和8年4月に、大学等を卒業され若狭町に帰ってくる方で、奨学金返還の支援を希望される方は、**令和8年2月28日**までに「補助候補者登録申請」をしてください。

※既に大学等を卒業し、若狭町に転入（Uターン）した方で、奨学金返還の支援を希望される方は、転入後1年以内に「補助候補者登録申請」をしてください。登録の資格要件等は2次元コードからご確認ください。

#### ■登録資格要件

以下の全てに該当する方

- ・登録の申請を行う年度に県内外の大学等を卒業見込みの方
  - ・登録の翌年度の4月1日時点で満30歳未満の方
  - ・若狭町出身の方（大学等に就学するまでに1年以上若狭町に住所を有していた方）
  - ・若狭町に定住する意思がある方
  - ・奨学金の返還を行う予定の方
  - ・正社員として事業所等に勤務する見込みの方（自営業を含む）
  - ・暴力団員ではない、暴力団や暴力団員と密接な関係がない方
- ※公務員は対象外です。ただし、町内の医療機関や介護事業所に勤務する医療職および介護職の公務員は対象とします。



▲詳細はこちら

問い合わせ 観光まちづくり課 ☎0770-45-9112

### “新婚生活を応援します！”

令和8年2月28日までに申請をお願いします。

若狭町では、より幸せな新生活が送れるよう、新婚夫婦を対象に新生活のスタートに必要な費用を支援します。

#### ■補助上限額

ともに29歳以下の夫婦·····最大100万円

いずれか29歳以下の夫婦·····最大70万円

ともに30歳以上39歳以下の夫婦···最大40万円

※夫婦の少なくとも一方が25歳以下の場合は、さらに10万円加算されます。



▲詳細はこちら

#### ■対象となる夫婦

・令和7年1月1日以降に婚姻届を提出し、受理された夫婦

・ともに39歳以下の夫婦

・新婚夫婦の所得が500万円未満の夫婦

・夫婦ともに住民登録があり、町内に居住している夫婦

・町内に5年以上継続して居住する意思がある夫婦

#### ■対象となる費用

住宅取得費用	建物の購入費
リフォーム費用	建物の修繕・増築・改築・設備更新等の工事費
住宅賃貸費用	賃料・敷金・礼金・共益費・仲介手数料
引越し費用	引越し業者または運送業者に支払う費用

必要書類や手続きなど、詳細は若狭町のホームページをご確認ください。

※申請を希望する際は、事前に相談をお願いします。

問い合わせ 観光まちづくり課 ☎0770-45-9112

### “赤十字救急法救急員養成講習会”

かけがえのない命を守るため、救急法救急員の養成講習会を実施します。

#### ■日時

令和8年2月7日(土)、8(日)、14日(土)

受付8:30~8:50 開会9:00

#### ■場所

リブラ若狭 1階和室

#### ■定員

30人(満15歳以上の方)

#### ■受講料

3,600円(テキスト代、資材費、保険料等)

#### ■申込締切

令和8年1月21日(水)

※新規の方は3日間すべての受講が必要です。

問い合わせ 福祉課 ☎0770-62-2703



## “若狭町民生委員児童委員が新たに委嘱されました”

12月1日、リブラン若狭において、民生委員・児童委員委嘱状伝達式が行われ、54人の民生委員・児童委員、主任児童委員に委嘱状が交付されました。

民生委員・児童委員は、民生委員法および児童福祉法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された「地域福祉を担うボランティア」です。民生委員・児童委員は、同じ地域で生活する住民の一員として、地域住民からのさまざまな生活上の困りごとや心配ごとに関する相談に応じ、地域の専門機関への「つなぎ役」としての役割を担っています。なお、民生委員児童委員が不在の区域は、区長・自治会長等へ相談をお願いします。

【若狭町民生委員児童委員一覧】※任期：令和7年12月1日～令和10年11月30日（3年間）

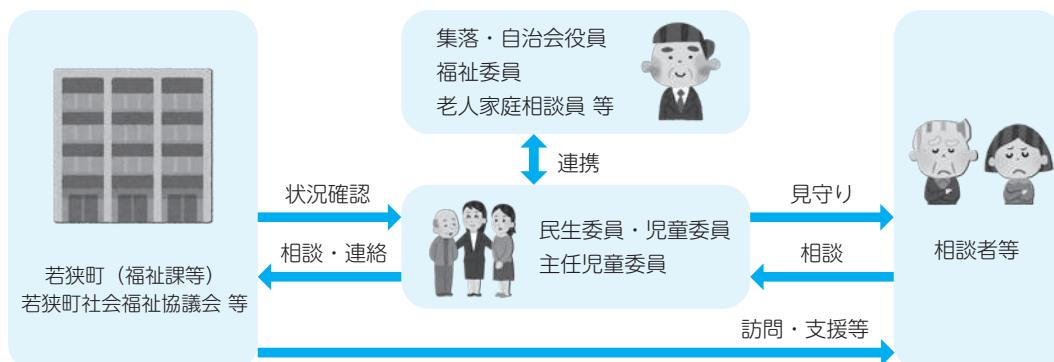
地区	氏名	担当区域
三十三	山口 司郎	倉見
	中村 勝己	白屋
	川島 里美	成願寺・上野
	松田 進	能登野
	中村 久美子	横渡
	石田 雅子	井崎
	前田 嘉継	高岸
	松宮 朋子	岩屋
	江戸 吉弘	田上・東黒田
	宮川 迪舟	相田
三方	三宅 昭枝	藤井
	坊 薫	南前川
	鈴木 克法	北前川
	渡邊 政俊	佐吉・田名
	中西 里江	向笠
	千田 博司	鳥浜
	中村 みゆき	鳥浜
	堤 豊	館川
	辻 恵美子	三方
	丸山 廣子	三方
	熊谷 広幸	気山
	砂原 清美	気山
	知場 克幸	上瀬
	渡辺 しのぶ	成出・田井野
	清水 由美	梅ヶ原・田立・別庄
西田	熊谷 守	世久津・伊良積・北庄
	山田 和光	海山・塩坂越
	髭 数馬	世久見・食見
	物部 隆弘	遊子・小川
	東 恒一	神子・常神

地区	氏名	担当区域
鳥羽	松宮 雅美	大鳥羽・朝霧
	世儀 政也	上黒田・麻生野・海土坂
	田邊 真実	三生野・無悪・三田
	森北 弘幸	小原・南・山内
	竹内 勝治	持田・長江
瓜生	下島 葉子	末野・安賀里
	中村 祐子	下夕中・有田
	中村 紀代美	下吉田・上吉田
	吉田 礼子	脇袋・瓜生コーポ
	松宮 茂喜	瓜生・関
熊川	小堀 幹夫	若葉・グリーンハイツ
	小林 美花	熊川・河内
	西野 静代	新道・せせらぎ
	——	仮屋・若王子
三宅	玉井 喜廣	三宅
	田中 靖浩	市場
	河合 とも子	井ノ口
	松宮 利昌	天徳寺
	——	かみなかコーポ
	橋本 圭一	神谷・日笠
	中森 正弘	杉山・堤
野木	小山 ヨリ子	兼田・武生・玉置
	上野 美智子	上野木・中野木・下野木

### 【主任児童委員】

氏名	担当区域
宮川 直美	町内全域
井関 和代	町内全域
今川 直	町内全域

※「主任児童委員」は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。



問い合わせ 福祉課 ☎0770-62-2703

## “わかさへ帰ろう学生帰省支援補助金”

若狭町では、町外で居住する大学等に在学し、大学等の就学以前に1年以上若狭町に住所を有していた方を対象に、若狭町への帰省にかかる交通費を応援します。

### ■補助金対象者

町外で居住かつ大学等に在学し、大学等の就学以前に1年以上若狭町に住所を有していた方が対象です。  
※大学等：学校教育法に基づく大学、大学院、短期大学、高等専門学校、専修学校、高等学校（福井県嶺南地域の高等学校を除く）

### ■補助対象経費

居住地から若狭町への帰省に要する経費であって、次のいずれかに該当するもの。  
(居住地から若狭町へ帰省する片道分のみ)

- ・鉄道の運賃
- ・航空機の運賃
- ・距離の乗合バスの運賃（近江今津駅～上中駅等までのJRバスも対象です）
- ・旅客船の運賃
- ・有料道路の料金



▲若狭町公式LINEはこちら

### ■補助上限額

1回5,000円

### ■交付回数

1人4回まで/年度（4月分～3月分）

### ■申請方法

若狭町公式LINEから、必要事項を記入し資料を添付のうえ、帰省日から30日以内に申請してください。

※3月帰省分については、翌月の4月20日までに提出してください。

※令和7年度中は紙での申請も可能です。

### ■必要書類

- ・居住地(発)から若狭町(着)までの帰省にかかる交通費を支払ったことを証明できる書類  
※区間・日付・料金が確認できるもの（切符の写真等）  
※若狭町へ帰省したことが証明できない場合、受付できない場合があります。（近江今津駅や敦賀駅等は可）
- ・学生証又は在学証明書の写し（同年度2回目～4回目の申請においては省略可）  
振込先口座がわかるものの写し（同年度2回目～4回目の申請においては省略可）

問い合わせ 観光まちづくり課 ☎0770-45-9112

## “除雪作業は皆さまのご理解とご協力が必要です。”

町は道路除雪計画に基づいて町道の除雪作業を行っていますが、除雪作業にあたり、次の点についてご理解とご協力をお願いします。

また、「みち情報ネットふくい」では、除雪車の走行軌跡を見るることができます。道路の除雪状況（いつ頃に除雪車が通ったなど）をインターネットで公開していますので、外出時等にご確認をお願いします。

- おおむね、10cmの積雪が確認でき、さらに降ると予想される場合に除雪を行います。
- 大雪の場合は、主要道路の除雪を優先させていただきます。
- 道路沿いの大切なものや、分かりにくいものには目印をつけて表示してください。
- 道路内に倒れるおそれのある木や道路上まで伸びている枝は所有者で伐採をお願いします。
- 車を路上に駐車されると、除雪ができませんので路上駐車はやめてください。
- 除雪した雪が、農地や空き地に押し出されることがあります。
- 除雪車が通って、家や車庫の前などを塞いでしまうことがあります。
- 屋根雪や家の雪を道路に捨てないでください。
- 歩道や通学路などは、地域の皆さまで除雪をお願いします。
- 高齢者世帯など、除雪が困難な場合は、地域の皆さまで支えあって除雪しましょう。
- 大雪が予想される場合、主要道路（舞鶴若狭自動車道、国道、県道、若狭梅街道など）で予防的通行止が行われる場合があります。関係機関のホームページ等で最新の情報を確認して行動しましょう。



▲みち情報ネットふくい

問い合わせ 建設課 ☎0770-45-9104

# INFROMATION

## 人のうごき Population

(1月1日現在)

人口	13,103人 (前月-7人) (前年-250人) [男 6,394人、女 6,709人]
世帯数	4,916世帯 (前月-7) (前年-20)

## 赤ちゃん Baby

(12月届出)

おなまえ	性別	保護者	集落
田辺 澄桜	ちゃん 女	晃依叶 さん 優芽 さん	(鳥浜)
野村 美唯	ちゃん 女	隆憲 さん 阿友美 さん	(市)
仲上 和誇	ちゃん 女	友健 さん 理多 さん	(神谷)
松宮 成里	ちゃん 男	宏幸 さん 佳恵 さん	(天徳寺)
山田 千華	ちゃん 女	彪我 さん 春菜 さん	(三方)
飛永 惺大	ちゃん 男	伸 紗可 さん	(上瀬)
須藤 律	ちゃん 男	竜乃介 さん 亜香里 さん	(鳥浜)

## ご 結婚 Wedding

(12月届出)

おなまえ	集落
齊藤 翔太 さん	早川 依見 さん (寺谷)
シンバコ リアム サムバシリオ さん	武田 詩音 さん (新道)

## ありがとう

ふるさと納税(11月)

寄附をいただいた方々の氏名はホームページに掲載させていただいております。  
2次元コードよりご確認ください。数ある自治体の中から若狭町にご寄附を賜り、  
誠にありがとうございました。

氏名公表	201人
匿名	2,178人
合計	2,379人
総額	53,217,000円



▲ふるさと納税寄附者名簿  
(11月分)

## 納付のお知らせ

項目	期別	納付期限
固定資産税	第4期	3月2日(月)
国民健康保険税	第8期	3月2日(月)
2月の口座振替日		2月25日(水)
2月の口座再振替日		3月16日(月)

~ウッカリ納付忘れなし!「口座振替」による自動引き落とし~  
納付の手間がなく、忘れる心配もない口座振替が便利です。  
町内の金融機関や郵便局で申込みができます。

## 今月の表紙



### HAPPY NEW YEAR 2026

今月の表紙は、レインボーライン山頂公園からの日の出の様子です。

今年一年が、町民の皆さんにとって幸せな年になるよう願っています。

本年も「広報わかさ」をどうかよろしくお願いいたします。

## マイナンバーカード目曜窓口(2月)

■日時：2月8日(日) 9:00～12:00

■場所：若狭町役場 税務住民課 ※要予約

三方庁舎 ☎0770-45-9106

上中庁舎 ☎0770-62-2700

■内容：マイナンバーカードの申請、交付、更新など



### 「広報わかさ」に関するご意見・ご感想をお寄せください

「広報わかさ」を町民の皆さんにとってより良いものとするため、広くご意見・ご感想を募集しております。下記宛に郵送・メール・Fax等でお寄せください。



〒919-1393 若狭町中央1-1  
若狭町役場 総務課広報係  
TEL: 0770-45-9109  
Fax: 0770-45-1115  
E-mail: soumu@town.fukui-wakasa.lg.jp



## 特定健診受診率 50.3% 達成！



令和6年度国民健康保険の特定健康診査受診率は50.3%となり、令和5年度（46.0%）から4.3ポイントアップしました。多くの皆さまのご協力により、目標を達成することができました。



### 特定健診を受けるメリット

#### ▶ 今の健康状態を知るチャンス

自分の体の状態を数値で確認し、生活習慣を振り返ることができます。

#### ▶ 自覚症状のない病気を早期発見

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、症状がなく進行することがあります。

特定健診は、発症や進行のサインを早く見つけるために大切です。

#### ▶ 初めての方も安心

初回受診の方には、保健師・管理栄養士が結果をわかりやすく説明します。

### 特定健診・がん検診のお知らせ

令和7年度の受診は、**1月31日**まで

令和8年度の申込は2月末より始まります。

詳しくは次号の「広報わかさ」に掲載します。

HAH IPO

特定健診・がん検診は  
HAH IPO の対象です。

いこっさ！健診  
みんなで健診



▲いこっさ！健診 みんなで健診  
福井県特定健診 HP はこちら

問い合わせ

健康医療課 ☎0770-62-2721

## 文芸ひろば

大鳥羽やよい俳句会  
尋ねれば「喫茶去」とあり帰り花  
大口の郵便受けや初明り

松宮保人（大鳥羽）  
宇田春木（大鳥羽）

熱の身に優しき甘味みかん食ぶ  
手伝ひにはなまるもらふ冬休み

小堀明理（鳥浜）  
大畠葉月（三方）

五湖俳句会

大阿蘇の外輪山の頂きに  
立ちて眺むる火の国烈し

須磨俊一（気山）

かをり歌会  
若狭町冠句の会

半島の入江の山は紅葉の  
秋を纏ひて華やかなりし

松本はま子（小川）

夢つきずまだ埋れ火は消えやらず  
野に育つ小さな花にもある力

小堀照湖（鳥浜）  
河村いさむ（相田）

上中短歌会

忠魂碑に刻まれをりし兄の名は  
八十年経てうすれてゆきぬ  
怒りいて繰りごと投げて御免なさい  
あなたを満たす言葉かえせざい

宮田ひとみ（日笠）  
井上弘子（下タ中）

2月

## くらしの カレンダー

■子育てのこと ■相談ごと ■健康のこと

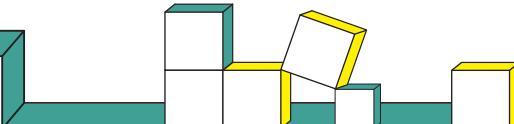


1 日		
2 月	Smileスマイル(野木ミニすく) 10:00-12:00 野木公民館	上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ 歴史文化館2階講堂
3 火	あそびにきてね(節分) 10:00-11:30 梅の里保育園	こころの相談 10:00-11:30 若狭健康福祉センター
4 水	12か月児育児教室 受付9:30-9:40 三方保健センター	上中樂々健康体操教室 受付9:30～ 開始10:00～ 歴史文化館2階講堂
5 木	10か月児育児教室 受付9:00-9:10 三方保健センター	
6 金		三方樂々健康体操教室 受付9:00～ 開始9:20～ 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00～ 開始10:30～ 三方保健センター
7 土		
8 日		
9 月	赤ちゃん広場 10:00-11:30 リブラ若狭	上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ 歴史文化館2階講堂 心の健康相談 14:00-17:00 二州健康福祉センター
10 火	いきいき広場 9:30-11:00 わかば、みそみ保育所	心配ごと相談 9:00-12:00 地域福祉センター泉 法律相談【要予約】 13:00-16:00 地域福祉センター泉 行政相談 9:00-12:00 熊川公民館
11 水		人権相談 9:00-11:30 シルバー交流プラザ
12 木	いきいき広場 9:30-11:00 とばっ子、ののはな、中央保育所 心理師と考える子育て相談【要予約】 14:00-16:00	
13 金	3歳児健診 受付12:45-13:00:パレア若狭	
14 土		
15 日	すくすく広場(パパとおうどん)【要予約】 10:00-11:30 リブラ若狭	
16 月		上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ 歴史文化館2階講堂 心の健康相談 14:00-17:00 二州健康福祉センター
17 火		行政相談 9:00-12:00 三方公民館 こころの相談 10:00-11:30 若狭健康福祉センター
18 水	2歳児育児教室 受付9:00-9:20 三方保健センター にこにこカフェ【要予約】 10:00-11:30 西田公民館	上中樂々健康体操教室 受付9:30～ 開始10:00～ 歴史文化館2階講堂
19 木	すくすく広場(骨盤ケア)【要予約】 10:00-11:30 リブラ若狭 おひさま広場(おおさくなつたね) 9:30-11:30 明倫保育園 鳥羽ミニすく 10:00-12:00 鳥羽公民館	
20 金		三方樂々健康体操教室 受付9:00～ 開始9:20～ 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00～ 開始10:30～ 三方保健センター
21 土		
22 日		
23 月		
24 火	あそびにきてね(おひなさま制作) 10:00-11:30 梅の里保育園 いきいき広場 9:30-11:00 わかば、みそみ保育所	
25 水	7か月児育児教室 受付9:00-9:10 パレア若狭 いきいき広場 9:30-11:00 三宅、気山保育所	上中樂々健康体操教室 受付9:30～ 開始10:00～ 歴史文化館2階講堂
26 木	4か月児育児教室 受付9:30-9:40 パレア若狭 いきいき広場 9:30-11:00 とばっ子、ののはな、中央保育所	
27 金		三方樂々健康体操教室 受付9:00～ 開始9:20～ 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00～ 開始10:30～ 三方保健センター
28 土		

※健康体操教室についてのお問い合わせは福寿課 地域包括支援センター（☎0770-62-2702）まで

※ストレス・心の相談は随時受付中 お問い合わせは子育て支援課（☎0770-62-2704）まで

※変更がある場合は、行政チャンネル等でお知らせします。



11/28

### 敦賀ロータリークラブ図書寄贈

敦賀ロータリークラブから町内の小学校に図書が寄贈され、贈呈式が上中庁舎で行われました。これは、敦賀ロータリークラブが子どもたちの図書に触れる機会の創出を目的に行ったもので、事前に町内の8つの小学校にヒアリングを行い、希望に沿った合計309冊の図書が寄贈されました。

同会の宇野美和会長は「これまで敦賀市内の保育園や学童保育などを対象に本を寄贈してきたが、今年は若狭町と美浜町の小学校に贈呈をした。喜んでくれると嬉しい」と挨拶しました。また、渡辺町長は「図書に触れ、学びを深める機会は子どもたちにとってとても重要。大切に使わせていただく」と感謝を伝えました。



▲絵本を前に記念撮影をする関係者ら

11/28

### 有限会社アルソア明樹 授乳用椅子寄贈

(有)アルソア明樹から授乳用椅子が寄贈され、贈呈式があそまなびの森で行われました。同社は社会貢献活動の一環として毎年募金活動を行い、自治体へ子ども向け用品等の寄附を行っており、今年は若狭町へ授乳用椅子を寄贈いただけたことになりました。寄贈された授乳用椅子はあそまなびの森の授乳スペースで利用される予定です。

同社若狭地区代理店市野悠子さんは「施設を訪れたお母さんがゆっくり授乳したり、リラックスした中で子育てをしていただければ嬉しい」と挨拶しました。また、受け取った渡辺町長は「素晴らしい授乳椅子ありがとうございます。大切に使わせていただきます」と話し、感謝を伝えました。



▲椅子を前に記念撮影をする関係者ら

12/1

### たたき網漁 初漁

三方五湖の冬の伝統漁法「たたき網漁」が、今シーズンの初漁を迎えました。たたき網漁は、湖面を竹ざおで叩き、冬の低水温で動きが鈍くなったコイやフナを網に追い込む伝統漁法で、400年以上続くとされています。

初漁となった1日には、三方湖に6隻の船が出航し、刺し網を仕掛けた後、漁師たちが約4メートルの竹ざおで勢いよく湖面をたたくと、「バシャッ！」と大きな音が響き渡り、町に冬の訪れを告げていました。

この日は50センチ以上のフナやコイもかかり、今シーズンの豊漁を予感させるスタートとなりました。

冬のコイやフナは臭みがなく、脂がのってうま味が増します。漁は3月末まで行われる予定で、刺身や煮付けなどにして、飲食店や民宿で提供されるということです。



▲湖面を叩いて魚を網に追い込む漁師

12/15

## 第76回全国高等学校駅伝競走大会出場選手激励会

全国高校駅伝に福井県代表として出場する美方高校男子駅伝部の激励会が同校で開催されました。

美方高校は、11月に開催された県高校駅伝競走大会で優勝し、2年連続32度目の都大路への切符を手にしました。

激励会では、同校後援会副会長の渡辺町長が「皆さんの活躍が美方高校のみならず地域全体の励みになっている。若狭町としても全力で応援する」と挨拶したほか、激励金と町の特産品を手渡して、選手たちに熱いエールを送りました。

3年生で主将の西野寛太郎選手は「体調不良者がいるなど厳しいチーム状況だが、今出せる力を全て出し切り、悔いの無い走りをする」と力強い決意を述べていました。

### 男子第76回 全国高等学校駅伝競走大会【結果】

第38位 美方高校（福井）【タイム】2:07:19

区間（距離）	第1区（10.0km）	第2区（3.0km）	第3区（8.1075km）
氏名（学年）	家光 応輔（3年）	辻 恒生（2年）	西野 寛太郎（3年）
通過タイム（順位）	30:17（32位）	39:09（37位）	1:03:21（29位）
区間タイム（順位）	30:17（32位）	8:52（56位）	24:12（11位）

第4区（8.0875km）	第5区（3.0km）	第6区（5.0km）	第7区（5.0km）
西出 仁亮（3年）	山本 竜星（2年）	藤田 純成（3年）	飛永 一樹（3年）
1:27:51（36位）	1:36:59（41位）	1:52:11（39位）	2:07:19（38位）
24:30（44位）	9:08（44位）	15:12（39位）	15:08（43位）

12/17

## 敦賀信用金庫より寄付金贈呈

持続可能な社会の実現を目指し、SDGsに取り組んでいる敦賀信用金庫から環境保全を目的として、町に寄付をいただきました。

この寄付は、同金庫が取り扱う、資源ごみのリサイクル量に応じて金利が上乗せされる定期預金「リサイクル定期」に基づいて行われたもので、残高増加額の一定割合を自治体に寄付するものです。

寄付にあたり、同金庫三方支店の岸本支店長は「若狭町の環境保全に役立てていただければ」と話しました。これに対し二本松副町長は「日頃から町の環境美化や地域の活性化にご尽力いただき、感謝しています。いただいた寄付は、環境保全活動や環境教育の推進に活用していきます」と謝意を述べました。



▲後援会からの激励を受けた選手たち



▲岸本支店長（左）と二本松副町長（右）



## 「ひとことポスト」のご紹介

上中診療所では、みなさまからの意見をいただくため、玄関に黄色い『ひとことポスト』を設置しております。診療やスタッフの対応に関すること、設備に関すること、どんな意見でも構いませんので、みなさまの率直なご意見・ご要望をお聞かせください。

いただいた内容は、地域のみなさまに必要とされる診療所運営や、よりよい医療・看護・介護サービス提供に役立ててまいります。

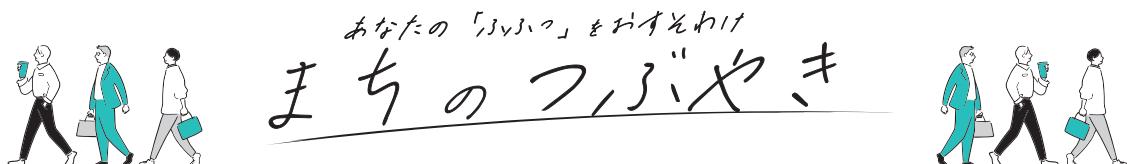
### 過去にいただいたご意見

- ▶ 父の症状について説明を受け、家族で最期をどのように迎えるか話し合いました。
- ▶ スタッフがかたまって話をしているのを見るので、誰もいないときにしてほしい。など



▲上中診療所ホームページ

問い合わせ 健康医療課 上中診療所 ☎0770-62-1188



このコーナーでは、毎月テーマを設けて、みなさんからの投稿を募集します！  
何気ない日常の一コマでも、読んだ人が「ふふっ」と笑ったり、「わかる～！」と共感したり、そんなみなさんの周りの「楽しい」「面白い」を、ぜひ気軽に寄せください。

今月の  
テーマ

### 我が家家の新年の過ごし方

我が家家の新年は、初詣に行く“つもり”で終わります。準備するも、「寒いね」「混んでるよね」と言い合い、結局こたつへUターン。神様にはテレビ越しにごあいさつ。きっと伝わっているはず！（Rさん／40代男性）

初詣をめぐる攻防、今年も激戦になるでしょう。さて、無事に神社までたどり着けたのか、こたつの勝利に終わったのか…その真相は神のみぞ知る！？（編集者：M）

こたつでみかんを食べていたら、あっという間に夕方。「まだ午前中じゃなかったの!？」とびっくり。どうやらお正月のみかんには時間を加速させる魔力があるようです。（みかんさん／50代女性）

私もその恐ろしい魔力にかかったことがあります…。気が付けばみかんの皮の山と共にお正月消え去っていました。皆さんもどうぞご注意を！（編集者：M）

来月の  
テーマ

### 二十歳の頃の私たち

二十歳のとき、どんなことをしていましたか？二十歳のつどいや成人式でのドキドキ体験、友達との大騒ぎなど。笑っちゃうハプニングから、ちよっぴり照れくさい青春の思い出まで。

あなたの「二十歳の思い出」を、ぜひ気軽に教えてください！

メールにてご応募ください

応募締切  
2/1

匿名OK!

QRコード メールに、・ペンネーム  
・年齢・投稿内容  
を記入してお送りください。  
✉koho@town.fukui-wakasa.lg.jp

# 若狭と 塩

Shio

21

## 食で育む、人と地域



### 1月11日は塩の日

1569年の1月11日、武田信玄が上杉謙信から塩を受け取った日にちなんだ記念日です。戦国時代、甲斐・信濃（現在の山梨・長野）を治めていた武田信玄は、駿河（現在の静岡）を治めていた今川氏との同盟を破棄したため、塩の流通が止められてしまいました。これを知った上杉謙信は、敵対関係にあったにもかかわらず、自分の領地の塩を武田に送ります。この出来事が「敵に塩を送る」という故事の由来です。

### 塩と若狭町

若狭の塩づくりは古墳時代前期（4世紀）の大島半島（現・おおい町）や内外海半島（現・小浜市）で始まります。若狭は「膳臣（かしわでのおみ）」に治められており、当時の中心地である奈良や京都に近いため、大和政権に塩を献上していました。食見では古墳時代中期（5世紀）の製塩遺跡が発見され、町内でも本格的な塩生産が行われていたことが分かります。



▲塩づくり（イメージ）

奈良時代には律令制の成立で、若狭は「御食国（みけつくに）」として都や天皇に塩や海産物を献上する特別な国となりました。この頃になると食見のほか、世久見、遊子、小川、神子、常神でも製塩が行われていたと考えられ、製塩土器の大型化や大規模炉の使用から、国による組織的な生産体制もあったと推測されます。平安時代に入ると若狭での塩生産は衰えますが、塩はその後も比較的容易に入手できる重要な食材であったのではないかと考えられます。

### 塩とからだ

私たちの体に欠かすことができない「塩」は、単に味付けのためだけでなく、体内の水分バランスを保ち、神経や筋肉の働きを助けるなど、生命活動にとって重要な役割を果たしています。体の中の水分は0.9%の塩分濃度に保たれており、それ以上それ以下になっても人は生きていくことができません。また、人は最低1日に2gの塩分を摂れば生きしていくことができるといわれています。

#### 食塩の国の目標量と摂取量



##### ■日本人の1日あたりの摂取目標量

男性 7.5g未満 / 女性 6.5g未満

##### ■福井県民1日あたりの平均摂取量

男性 11.9g未満 / 女性 9.9g未満

【食事摂取基準 2025、令和4年福井県の県民健康栄養調査結果】

しかし、食べ物の長期保存のための塩の使用やおいしさの追求などにより、現在の私たちは2gをはるかに超える塩分を1日に摂取しています。ここで問題となるのが、塩分の摂りすぎによる生活習慣病の発症です。塩分の過剰摂取によって引き起こされる疾患には、高血圧症、動脈硬化、腎臓病、心臓病、脳卒中、胃がんなどがあります。そこで、日本高血圧学会は、世界高血圧デー（5月17日）にちなみ、高血圧予防のために一年を通じて減塩を促すことを目的として、2017年に毎月17日を「減塩の日」と定めました。

減塩食品はおいしくないというイメージがありますが、薄味は2週間ほど続けると慣れてくるともいわれています。また、近年ではおいしさを損なわない減塩食品も販売されているので、これらを上手に活用しながら、減塩に取り組んでみませんか。日々の健康管理のため、

自身の食生活を客観的に見直すことができる塩分チェックシートを活用するのもおすすめです。

若狭との歴史的なつながりが深く私たちの生活に無くてはならない「塩」。摂りすぎには気を付けながら上手に利用していきましょう。



▲塩分チェックシート  
(若狭町HP)

安心・安全なジビエ料理を

嶺南地域有害鳥獣対策協議会では、有害捕獲や狩猟で捕獲された個体を食肉加工施設で利活用することを推進しています。

嶺南

# ジビエ

REINAN  
GIBIER FAIR  
2026

# フェア

令和8年 2/1(日)~2/28(土)

アンケートにお答え  
いただいた方の中から、

抽選で50名程度

福井鹿  
ウインナー  
プレゼント!

若狭の野山を駆け巡ったシカを使用。  
香味野菜も地元のものにこだわって  
調理しています。フライパンやグリル  
で焼くのがおすすめ。

お店の情報は  
コチラ



“山の恵み”ジビエ料理を  
めいっぱい楽しもう!

10. LA VERITA

11. 旬彩厨房 吉のぶ

12. 和旬いわもと

13. LA PETITE PLAGE

14. arcobaleno

リヨーポリ  
ほたん亭  
Speranza  
Fiore  
野坂茶屋  
JR 小浜線  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
32  
33  
34  
35  
36  
37  
38  
39  
40  
41  
42  
43  
44  
45  
46  
47  
48  
49  
50  
51  
52  
53  
54  
55  
56  
57  
58  
59  
60  
61  
62  
63  
64  
65  
66  
67  
68  
69  
70  
71  
72  
73  
74  
75  
76  
77  
78  
79  
80  
81  
82  
83  
84  
85  
86  
87  
88  
89  
90  
91  
92  
93  
94  
95  
96  
97  
98  
99  
100  
101  
102  
103  
104  
105  
106  
107  
108  
109  
110  
111  
112  
113  
114  
115  
116  
117  
118  
119  
120  
121  
122  
123  
124  
125  
126  
127  
128  
129  
130  
131  
132  
133  
134  
135  
136  
137  
138  
139  
140  
141  
142  
143  
144  
145  
146  
147  
148  
149  
150  
151  
152  
153  
154  
155  
156  
157  
158  
159  
160  
161  
162  
163  
164  
165  
166  
167  
168  
169  
170  
171  
172  
173  
174  
175  
176  
177  
178  
179  
180  
181  
182  
183  
184  
185  
186  
187  
188  
189  
190  
191  
192  
193  
194  
195  
196  
197  
198  
199  
200  
201  
202  
203  
204  
205  
206  
207  
208  
209  
210  
211  
212  
213  
214  
215  
216  
217  
218  
219  
220  
221  
222  
223  
224  
225  
226  
227  
228  
229  
230  
231  
232  
233  
234  
235  
236  
237  
238  
239  
240  
241  
242  
243  
244  
245  
246  
247  
248  
249  
250  
251  
252  
253  
254  
255  
256  
257  
258  
259  
260  
261  
262  
263  
264  
265  
266  
267  
268  
269  
270  
271  
272  
273  
274  
275  
276  
277  
278  
279  
280  
281  
282  
283  
284  
285  
286  
287  
288  
289  
290  
291  
292  
293  
294  
295  
296  
297  
298  
299  
300  
301  
302  
303  
304  
305  
306  
307  
308  
309  
310  
311  
312  
313  
314  
315  
316  
317  
318  
319  
320  
321  
322  
323  
324  
325  
326  
327  
328  
329  
330  
331  
332  
333  
334  
335  
336  
337  
338  
339  
340  
341  
342  
343  
344  
345  
346  
347  
348  
349  
350  
351  
352  
353  
354  
355  
356  
357  
358  
359  
360  
361  
362  
363  
364  
365  
366  
367  
368  
369  
370  
371  
372  
373  
374  
375  
376  
377  
378  
379  
380  
381  
382  
383  
384  
385  
386  
387  
388  
389  
390  
391  
392  
393  
394  
395  
396  
397  
398  
399  
400  
401  
402  
403  
404  
405  
406  
407  
408  
409  
410  
411  
412  
413  
414  
415  
416  
417  
418  
419  
420  
421  
422  
423  
424  
425  
426  
427  
428  
429  
430  
431  
432  
433  
434  
435  
436  
437  
438  
439  
440  
441  
442  
443  
444  
445  
446  
447  
448  
449  
450  
451  
452  
453  
454  
455  
456  
457  
458  
459  
460  
461  
462  
463  
464  
465  
466  
467  
468  
469  
470  
471  
472  
473  
474  
475  
476  
477  
478  
479  
480  
481  
482  
483  
484  
485  
486  
487  
488  
489  
490  
491  
492  
493  
494  
495  
496  
497  
498  
499  
500  
501  
502  
503  
504  
505  
506  
507  
508  
509  
510  
511  
512  
513  
514  
515  
516  
517  
518  
519  
520  
521  
522  
523  
524  
525  
526  
527  
528  
529  
530  
531  
532  
533  
534  
535  
536  
537  
538  
539  
540  
541  
542  
543  
544  
545  
546  
547  
548  
549  
550  
551  
552  
553  
554  
555  
556  
557  
558  
559  
5510  
5511  
5512  
5513  
5514  
5515  
5516  
5517  
5518  
5519  
5520  
5521  
5522  
5523  
5524  
5525  
5526  
5527  
5528  
5529  
5530  
5531  
5532  
5533  
5534  
5535  
5536  
5537  
5538  
5539  
55310  
55311  
55312  
55313  
55314  
55315  
55316  
55317  
55318  
55319  
55320  
55321  
55322  
55323  
55324  
55325  
55326  
55327  
55328  
55329  
55330  
55331  
55332  
55333  
55334  
55335  
55336  
55337  
55338  
55339  
55340  
55341  
55342  
55343  
55344  
55345  
55346  
55347  
55348  
55349  
55350  
55351  
55352  
55353  
55354  
55355  
55356  
55357  
55358  
55359  
55360  
55361  
55362  
55363  
55364  
55365  
55366  
55367  
55368  
55369  
55370  
55371  
55372  
55373  
55374  
55375  
55376  
55377  
55378  
55379  
55380  
55381  
55382  
55383  
55384  
55385  
55386  
55387  
55388  
55389  
55390  
55391  
55392  
55393  
55394  
55395  
55396  
55397  
55398  
55399  
553100  
553101  
553102  
553103  
553104  
553105  
553106  
553107  
553108  
553109  
553110  
553111  
553112  
553113  
553114  
553115  
553116  
553117  
553118  
553119  
553120  
553121  
553122  
553123  
553124  
553125  
553126  
553127  
553128  
553129  
553130  
553131  
553132  
553133  
553134  
553135  
553136  
553137  
553138  
553139  
553140  
553141  
553142  
553143  
553144  
553145  
553146  
553147  
553148  
553149  
553150  
553151  
553152  
553153  
553154  
553155  
553156  
553157  
553158  
553159  
553160  
553161  
553162  
553163  
553164  
553165  
553166  
553167  
553168  
553169  
553170  
553171  
553172  
553173  
553174  
553175  
553176  
553177  
553178  
553179  
553180  
553181  
553182  
553183  
553184  
553185  
553186  
553187  
553188  
553189  
553190  
553191  
553192  
553193  
553194  
553195  
553196  
553197  
553198  
553199  
553200  
553201  
553202  
553203  
553204  
553205  
553206  
553207  
553208  
553209  
553210  
553211  
553212  
553213  
553214  
553215  
553216  
553217  
553218  
553219  
553220  
553221  
553222  
553223  
553224  
553225  
553226  
553227  
553228  
553229  
553230  
553231  
553232  
553233  
553234  
553235  
553236  
553237  
553238  
553239  
553240  
553241  
553242  
553243  
553244  
553245  
553246  
553247  
553248  
553249  
553250  
553251  
553252  
553253  
553254  
553255  
553256  
553257  
553258  
553259  
553260  
553261  
553262  
553263  
553264  
553265  
553266  
553267  
553268  
553269  
553270  
553271  
553272  
553273  
553274  
553275  
553276  
553277  
553278  
553279  
553280  
553281  
553282  
553283  
553284  
553285  
553286  
553287  
553288  
553289  
553290  
553291  
553292  
553293  
553294  
553295  
553296  
553297  
553298  
553299  
553300  
553301  
553302  
553303  
553304  
553305  
553306  
553307  
553308  
553309  
553310  
553311  
553312  
553313  
553314  
553315  
553316  
553317  
553318  
553319  
553320  
553321  
553322  
553323  
553324  
553325  
553326  
553327  
553328  
553329  
553330  
553331  
553332  
553333  
553334  
553335  
553336  
553337  
553338  
553339  
553340  
553341  
553342  
553343  
553344  
553345  
553346  
553347  
553348  
553349  
553350  
553351  
553352  
553353  
553354  
553355  
553356  
553357  
553358  
553359  
553360  
553361  
553362  
553363  
553364  
553365  
553366  
553367  
553368  
553369  
553370  
553371  
553372  
553373  
553374  
553375  
553376  
553377  
553378  
553379  
553380  
553381  
553382  
553383  
553384  
553385  
553386  
553387  
553388  
553389  
553390  
553391  
553392  
553393  
553394  
553395  
553396  
553397  
553398  
553399  
553400  
553401  
553402  
553403  
553404  
553405  
553406  
553407  
553408  
553409  
553410  
553411  
553412  
553413  
553414  
553415  
553416  
553417  
553418  
553419  
553420  
553421  
553422  
553423  
553424  
553425  
553426  
553427  
553428  
553429  
553430  
553431  
553432  
553433  
553434  
553435  
553436  
553437  
553438  
553439  
553440  
553441  
553442  
553443  
553444  
553445  
553446  
553447  
553448  
553449  
553450  
553451  
553452  
553453  
553454  
553455  
553456  
553457  
553458  
553459  
553460  
553461  
553462  
553463  
553464  
553465  
553466  
553467  
553468  
553469  
553470  
553471  
553472  
553473  
553474  
553475  
553476  
553477  
553478  
553479  
553480  
553481  
553482  
553483  
553484  
553485  
553486  
553487  
553488  
553489  
553490  
553491  
553492  
553493  
553494  
553495  
553496  
553497  
553498  
553499  
553500  
553501  
553502  
553503  
553504  
553505  
553506  
553507  
553508  
553509  
553510  
553511  
553512  
553513  
553514  
553515  
553516  
553517  
553518  
553519  
553520  
553521  
553522  
553523  
553524  
553525  
553526  
553527  
553528  
553529  
553530  
553531  
553532  
553533  
553534  
553535  
553536  
553537  
553538  
553539  
553540  
553541  
553542  
553543  
553544  
553545  
553546  
553547  
553548  
553549  
553550  
553551  
553552  
553553  
553554  
553555  
553556  
553557  
553558  
553559  
553560  
553561  
553562  
553563  
553564  
553565  
553566  
553567  
553568  
553569  
553570  
553571  
553572  
553573  
553574  
553575  
553576  
553577  
553578  
553579  
553580  
553581  
553582  
553583  
553584  
553585  
553586  
553587  
553588  
553589  
553590  
553591  
553592  
553593  
553594  
553595  
553596  
553597  
553598  
553599  
553600  
553601  
553602  
553603  
553604  
553605  
553606  
553607  
553608  
553609  
553610  
553611  
553612  
553613  
553614  
553615  
553616  
553617  
553618  
553619  
553620  
553621  
553622  
553623  
553624  
553625  
553626  
553627  
553628  
553629  
553630  
553631  
553632  
553633  
553634  
553635  
553636  
553637  
553638  
553639  
553640  
553641  
553642  
553643  
553644  
553645  
553646  
553647  
553648  
553649  
553650  
553651  
553652  
553653  
553654  
553655  
553656  
553657  
553658  
553659  
553660  
553661  
553662  
553663  
553664  
553665  
553666  
553667  
553668  
553669  
553670  
553671  
553672  
553673  
553674  
553675  
553676  
553677  
553678  
553679  
553680  
553681  
553682  
553683  
553684  
553685  
553686  
553687  
553688  
553689  
553690  
553691  
553692  
553693  
553694  
553695  
553696  
553697  
553698  
553699  
553700  
553701  
553702  
553703  
553704  
553705  
553706  
553707  
553708  
553709  
553710  
553711  
553712  
553713  
553714  
553715  
553716  
553717  
553718  
553719  
553720  
553721  
553722  
553723  
553724  
553725  
553726  
553727  
553728  
553729  
553730  
553731  
553732  
553733  
553734  
553735  
553736  
553737  
553738  
553739  
553740  
553741  
553742  
553743  
553744  
553745  
553746  
553747  
553748  
553749  
553750  
553751  
553752  
553753  
553754  
553755  
553756  
553757  
553758  
553759  
553760  
553761  
553762  
553763  
553764  
553765  
553766  
553767  
553768  
553769  
553770  
553771  
553772  
553773  
553774  
553775  
553776  
553777  
553778  
553779  
553780  
553781  
553782  
553783  
553784  
553785  
553786  
553787  
553788  
553789  
553790  
553791  
553792  
553793  
553794  
553795  
553796  
553797  
553798  
553799  
553800  
553801  
553802  
553803  
553804  
553805  
553806  
553807  
553808  
553809  
553810  
553811  
553812  
553813  
553814  
553815  
553816  
553817  
553818  
553819  
553820  
553821  
553822  
553823  
553824  
553825  
553826  
553827  
553828  
553829  
553830  
553831  
553832  
553833  
553834  
553835  
553836  
553837  
553838  
553839  
553840  
553841  
553842  
553843  
553844  
553845  
553846  
553847  
553848  
553849  
553850  
553851  
553852  
553853  
553854  
553855  
553856  
553857  
553858  
553859  
553860  
553861  
553862  
553863  
553864  
553865  
553866  
553867  
553868  
553869  
553870  
553871  
553872  
553873  
553874  
553875  
553876  
553877  
553878  
553879  
553880  
553881  
553882  
553883  
553884  
553885  
553886  
553887  
553888  
553889  
553890  
553891  
553892  
553893  
553894  
553895  
553896  
553897  
553898  
553899  
553900  
553901  
553902  
553903  
553904  
553905  
553906  
553907  
553908  
553909  
553910  
553911  
553912  
553913  
553914  
553915  
553916  
553917  
553918  
553919  
553920  
553921  
553922  
553923  
553924  
553925  
553926  
553927  
553928  
553929  
553930  
553931  
553932  
553933  
553934  
553935  
553936  
553937  
553938  
553939  
553940  
553941  
553942  
553943  
553944  
553945  
553946  
553947  
553948  
553949  
553950<br