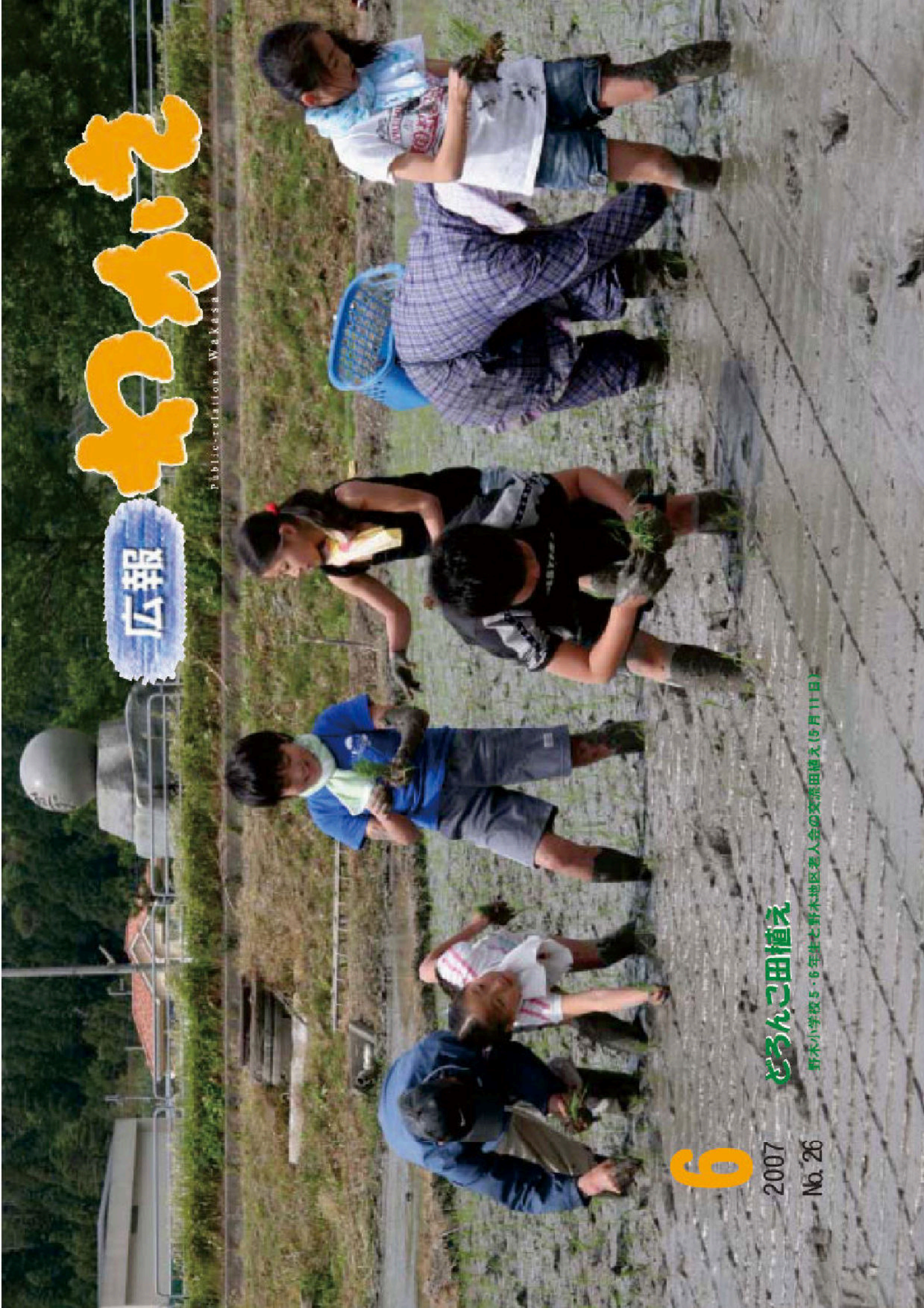


わかさ

広報

Public-relations Wakasa



6

2007

No. 26

どろんこ田植え

野木小学校5・6年生と野木地区老人会の交流田植え(5月11日)



山頂付近から見渡した町内

登ってみよう！

さん じゅう さん げん ざん

三十三間山

「三十三間山」は、京都の三十三間堂が創建された際、その棟木をこの山中から切り出したということからその名がついたと伝えられています。

4月29日、三十三間山の山開きが行われ、県内外から約270人が祈念登山を行いました。

三十三間山は、標高842.3m。ほとんど人の手が加わっておらず、自然をそのままに残した山です。

登山愛好家からも、「登りやすい山」として定評で、この日も子どもから高齢者まで多くの皆さんが登山しました。

皆さんも、町内の名山で、自然を満喫してみたいかがでしょうか。



祈念登山出発式



頂上到着を喜ぶ、右からアルパートさん、ゲラローさん、河合さん、ジョナスさん、フィリピンでは登山をしたことがなく初めての経験。

山頂からは三方五湖、日本海、琵琶湖まで見渡せます。



嶺南地域では珍しいカタクリの花



山頂付近は芝草が広がり「馬の背」と呼ばれています。「山頂でのご飯は格別！」と梅津山歩会(京都)の皆さん。

842.3m



その昔、強風に悩まされてきた住民が難を逃れるため建てた石塔。「悪風退散」と刻まれています。



「この山は道がきれいで登りやすいですよ。」と話す登山のベテラン平岡さん(左)と瀬戸さん(右)



ここから先、水は手に入りません。木を運ぶ馬もこの水場に置いていきました。このことから、別名「馬場(まば)」と呼ばれています。



岳人会代表の清水春夫さん(手前中央)と登山仲間の皆さん。岳人会は、登山客が安全に登山できるように、標識の設置などを行っています。



三十三間山登山ルート

登山のマナー

- ★ゴミは持ち帰りましょう。
- ★タバコは灰皿を持参するなど山火事に注意しましょう。
- ★登山道以外は踏み込まないようにしましょう。
- ★登山届を書きましょう。
(三十三間山では登山口に設置してあります。)

あなたは大丈夫？

— 内臓脂肪症候群 —

メタボリックシンドローム

4月22日、パレア若狭で開催されました「第2回若狭町健康を考えるつどい」で、レイクヒルズ美方病院の西尾宏之院長が「肥満とメタボリックシンドローム」と題して講演しました。

講演では、『糖尿病や高血圧などの生活習慣病は内臓に脂肪が蓄積した肥満「メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）」が原因です。生活習慣病はやがて動脈硬化を起こし、「心筋梗塞」「脳梗塞」などといった重大な病気を引き起こすことになります。健康であるために、メタボリックシンドロームの段階で改善しておきましょう』と説明。

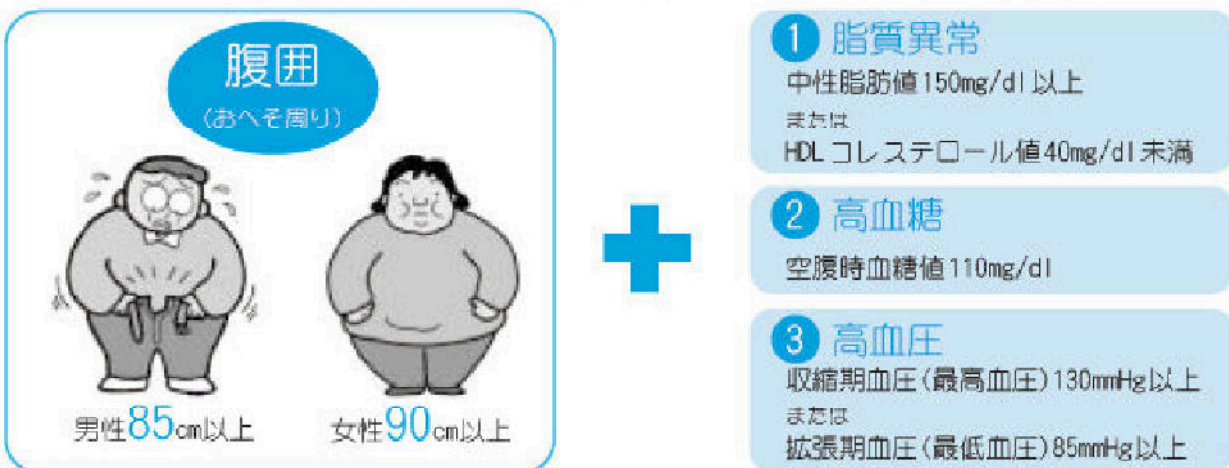
参加者は食生活や運動の大切さを再認識し、自らの健康について理解を深めました。



レイクヒルズ美方病院
西尾宏之院長

メタボリックシンドロームをチェック！

内臓に脂肪が蓄積した肥満に加え、「血圧が高い」、「血糖値が高い」、「中性脂肪が多いもしくはHDLコレステロールが少ない」のうち、2つ以上あてはまる状態をメタボリックシンドロームと呼びます。



「腹囲」に加え ①～③のうち2つ以上あてはまると

メタボリックシンドローム



メタボリックシンドロームを改善するために

★運動をしましょう！

運動は内臓脂肪を減らすのに一番有効な方法です。

毎日誰でも簡単にできる運動は、何といてもウォーキングです。

健康維持に最適な運動消費カロリーは1週間で2000kcal、1日あたり300kcalとされています。

歩数に換算すると約1万歩です。普段の生活の中でも、少しまわり道をしたり工夫をすることが大切です。



★食べ物に気をつけましょう！

脂っこいもの、甘いもの、高カロリーなものは内臓脂肪がたまりやすくなっています。

また食べすぎは禁物です。

バランスの良い食事と腹八分目が、メタボリックシンドロームにならない秘訣です。

食事量が計算できます。

目標体重でご飯や油分の摂取量が計算できます。詳しくは、福祉健康課までお問い合わせください。若狭町ホームページ「暮らしの窓口、保健・医療」のページからも計算ソフトがダウンロードできますので、ご利用ください。

★定期健診を受診しましょう！

平成20年から基本健診や保健指導の実施は医療保険者となり、「特定健康診査」と名称も変わります。

特にメタボリックシンドロームに着目した健診となります。

自分の体の状態を知っておくことが何よりも大切です。

自分は「生活習慣病の予備軍ではないか」を確認しておきましょう。



休日も健診が受けられます。

若狭町では土曜、日曜、祝日も基本健康診査をはじめ、各種がん健診を実施しています。

本年度の実施日は次のとおりです。

10月 7日(日)パレア若狭

10月14日(日)三方保健センター

11月 3日(祝)三方保健センター

11月17日(土)パレア若狭

詳しくは、福祉健康課へお問い合わせください。



◆健康を考えるつどいに参加して◆

「1日5～6キロを歩いています。ウォーキングを始めてから健康な体でいられるようになりました」と語る「若狭で若さを保つ会」の新田肇さんと川尻政男さん。

つどいに参加して「改めて運動の大切さが理解できました。今後も予防のためウォーキングを続けていきたい」と語っていました。

まちの話題

音楽は万国共通の言葉です。

今川裕代さん学校訪問コンサート(4/19、20)

福井市出身のピアニスト今川裕代さんが、町内4小学校(梅の里小学校、瓜生小学校、熊川小学校、野木小学校)を訪問して、コンサートを開催しました。今川さんは、現在オーストリアのザルツブルグ在住。数々の国際コンクールで入賞し、“タッチの達人”などヨーロッパ各紙で高く評価されているピアニストです。

このコンサートは、パレオ若狭1周年記念コンサートに出演する縁で、子どもたちに音楽の素晴らしさを知ってもらおうと企画されたものです。子どもたちは、今川さんの伴奏で合唱するなど楽しいひと時を過ごしました。



今川さんの伴奏で合唱する児童(熊川小学校)

熊川宿に鯉泳ぐ

熊川宿にこいのぼり(4/20～5/9)

ゴールデンウィーク期間中の観光サービスの一環として、熊川宿を流れる河内川に色とりどりのこいのぼり30匹が飾られました。

新緑の風を受けて気持ちよく泳ぐ鯉に、訪れた観光客は、その風情を楽しんでいました。



熊川宿(河内川)を泳ぐ鯉のぼり

1日も早い解決を

特定失踪者・宮内和也さんの真相究明を願う集会(4/24)

宮内和也さん(旧三方町職員)が勤務中に行方不明になった日から丸10年の4月24日、真相究明を願う集会在役場三方庁舎で開かれました。

集会には、宮内和也さんの父・和見さんと町職員約80人が参加し、1日も早い解決を願うとともに、事件を風化してはならないと、決意を新たにしました。



支援を呼びかける宮内和見さん

※広報紙に「あなた」が写っていましたら役場企画環境課にご連絡ください。写真をさしあげます。(TEL0770-45-9110)

貫通し握手を交わす遊子区長(左)と塩坂越区長(右)



祝・遊子トンネル貫通

遊子トンネル貫通式(4/25)

県道常神三方線の塩坂越から遊子に抜けるトンネル「遊子トンネル」が貫通し、式典が開催されました。

式典では、地元区長など関係者約50人が出席し、貫通を祝うとともに、念願のトンネルが1日も早く完成することを願いました。

工事は、昨年10月から掘削工事を行い、順調に工事が進み、この日を迎えました。今後はトンネル内の舗装や遊子側の橋梁整備などを行い平成21年春の開通を目指します。

竪穴住居で料理するDOKIDOKI 会食部会会員



野草で縄文食

DOKIDOKI 会食部会・天ぶら料理(4/27)

若狭三方縄文博物館友の会「DOKIDOKI会」の食部会が、縄文ロマンパークの竪穴住居で、スイトウや菜の花、柿や茶の葉など10種類以上の植物で天ぶらを揚げました。

会員は「縄文時代には、油で揚げるということはないか」と想像し、「縄文人の食の知恵から学ぶことは多い。現代の食生活にも生かしたい」と話し合いました。

北陸農政局長表彰

農地利用集積功労者表彰式(4/26)

長年にわたり地域の担い手へ農地の利用集積に尽力し、地域農業の発展に貢献した人に贈られる農地利用集積功労者表彰に田辺一郎さん(鳥浜)、松宮仁一郎さん(瓜生)、石田喜彦さん(関)が北陸農政局長から表彰されました。町内での受賞者は初めてで、受賞者の皆さんは今後「地域農業の発展に努めていきたい」と意欲を見せていました。



表彰状を受け取る受賞者

手作りのおもてなし

勳兵衛茶屋オープン(4/29)

熊川宿の旧逸見勳兵衛家の一部を利用した喫茶がオープンしました。運営するのは、熊川の有志で結成した「熊川宿おもてなしの会」の28人。この取り組みは、増え続ける観光客の休憩場所をつくり、観光客と地元住民の交流を図ることを目的に、熊川宿のまちづくり活動の一環として始められました。

オープン初日のこの日、多くの観光客が訪れ、「(看板メニューの)“くずようかん”は珍しくて、とてもおいしい」と好評でした。



熊川宿おもてなしの会の皆さん

野球大会開幕

第3回若狭町長杯争奪軟式野球大会(5/0)

若狭町長杯争奪軟式野球大会が開幕しました。今年は、1部、2部あわせて20チームが参加。開幕戦は三方グラウンドでGOLD(ゴールド)チームとPRIDE(プライド)チームとの戦い。

試合は、白熱した両投手の投手戦となり、0対0の引き分けとなりました。

野球大会は三方グラウンドと市姫グラウンドで、7月まで開催されます。



開幕戦 「GOLD」 VS 「PRIDE」

SAVE THE 三方五湖

三方五湖環境保全のための外来魚防除(5/13)

自然生態に深刻な影響を及ぼしている外来魚。5月13日、外来魚の一種オオクチバスの防除が実施されました。

町内外から約100人が参加し、釣りやカゴで防除しました。

釣れたバスで最も大きいものは、全長37cm、860gの大物。防除とあわせ、バスの試食会や環境パネル展も行われ、参加者はバスの生態と環境への影響について学んでいました。

三方五湖では年間約2500匹の外来魚を防除しており、今後も外来魚の卵の防除や、キャッチアンドリリースの禁止などを呼びかけていきます。



一番の大物を釣り上げた山添憲作さん(大阪市)

おそろいのTシャツを着てバス防除



三方五湖清掃活動

外来魚防除とあわせて、三方五湖保全対策協議会による三方五湖清掃活動が実施されました。

清掃活動には協議会会員のほかボランティアなど約150名が参加し湖畔のゴミを回収しました。

回収したゴミは約3t。参加者は三方五湖の環境保全に改めて意識を高めていました。



湖畔の遊歩道でゴミを拾う参加者

臨時議会

若狭町議会正副議長、常任委員会など 役職の改選がありました。

5月10日に開催されました臨時議会で、
議長に藤内良満議員、副議長に松本孝雄議員が選任されました。
このほか、各常任委員会、特別委員会などの構成が決定しました。



議長 藤内良満



副議長 松本孝雄

議長就任のごあいさつ

若狭町が誕生して、はや2年が経過しました。

このたび折り返しの3年目にあたり、議会の構成替えが行われ、不肖私が議長の要職に就かせていただくことになりました。

身に余る光栄であると同時に、その責任の重大さに身の引き締まる思いであります。

この上は、今日まで融合・融和に力を注いできた政を1万7千余名の住民の皆さまに理解していただくとともに、今、山積する課題への対応をはじめ、住民福祉のさらなる向上と均衡ある町の発展、そして足腰の強い町財政の構築を目指すことが私達の責務であると考えております。

住民の皆さまにおかれましては、なお一層のご支援ご指導を賜りますようお願い申し上げ、議長就任のごあいさつとさせていただきます。

若狭町議会構成

◆総務常任委員会

委員長 増井九右衛門
副委員長 清水利一
委員 小堀友廣
藤内良満
武田敏孝
藤本 勲

◆産業建設常任委員会

委員長 中島正昭
副委員長 中村正彦
委員 松本孝雄
清水 宏
中上 馨
井上治継

◆教育厚生常任委員会

委員長 藤田美穂
副委員長 大塚季由
委員 小堀信昭
小林和弘
河原一夫
井口一男

◆議会運営委員会

委員長 大塚季由
副委員長 清水利一
委員 藤田美穂
中島正昭
増井九右衛門
松本孝雄

◆広報特別委員会

委員長 井口一男
副委員長 藤内良満
委員 大塚季由
増井九右衛門
中村正彦
中上 馨

◆原子力発電安全対策特別委員会

委員長 中村正彦
副委員長 武田敏孝
委員 小堀友廣・松本孝雄
藤内良満・清水 宏
中上 馨・河原一夫
藤本 勲

◆総合交通対策特別委員会

委員長 大塚季由
副委員長 小林和弘
委員 小堀信昭・藤田美穂
中島正昭・増井九右衛門
清水利一・井上治継
井口一男

和

～なごやかに～

若狭町長 千田千代和

「温かい救いの手」

3月25日午前9時42分。能登半島一帯を襲ったマグニチュード6.9、震度6強の強震は時間が経つにつれ広範囲の大きな被害になりました。

593戸の住宅の全壊をはじめ建物の損壊は16,000棟に及び、道路の崩壊、上下水道の寸断などライフラインの被害も大きく、避難の状況を聞くにつれ大変お気の毒ながらも、犠牲者が1名であったことがせめてもの不幸中の幸いであったと思います。

特に震漁村の町だけに老夫婦の世帯が多く、長期の避難生活や仮設住宅の苦勞のみならず、住宅の再建や老後の生活設計に大きな不安を残す震災となりました。

よく似た田舎町である我が町も他人事とは思えず心からお見舞い申し上げたいと思います。

「明日はわが身」そうした思いが脳裏をよぎり、早速、区長さんを通じて見舞金袋を配布し協力をお願いさせていただきました。総額3,283,941円が寄せられ、住民一人ひとりの皆さんの善意に心からお礼を申し上げます。被災市町には森下副町長が直接訪ねて手渡しをさせていただきました。

「見舞い袋に名前を記入しるとは・・・」など、厳しいご意見もいただきましたが、集落などによっては代表者の裁量により集落などの会計から支出されることも考えられたため、見舞金の趣旨から本人の人的厚意が感じられるほうが良いのでは、との思いもあり記名式にさせていただきました。

ある住民の方からは「大変なことでございます、少しですがお役立てください」と、手紙が添えられてありました。この方は福井震災の体験者で、小学1年生の時の怖かった思い出が文面に書かれ、多分な見舞金が同封されており、温かい心に大変うれしく思いました。

災害はいつどこで起きるか分かりません。非常事態に備えて我が町でも防災訓練を行っていますが、いざその事態となったときには行政も住民もパニックに陥ることは必至です。そのとき、温かい救いの手を差し伸べていただくことがどれだけうれしいか。今回の地震を通して考えさせられました。

広報クイズ

しりとりのうずまきクイズ

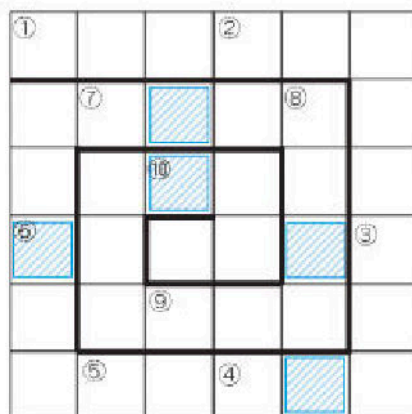
■応募方法■

キーワードを解いて、しりとりをしながら右回りにことばを入れてください。5つある青いマスの文字を並びかえると、答えになります。ハガキに答えと広報紙の感想やご意見、住所、氏名を書いて、

〒919-1393 若狭町役場企画環境課（住所は省略できます）まで送ってください。E-mailでも受け付けます(kikaku@town.fukui-wakasa.lg.jp)。正解者の中から抽選で10人に図書券が当たります。当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。締め切りは6月15日(金)必着です。

◇キーワード◇

- ①6月3日開催。沿道での声援お願いします。〇〇〇〇マラソン。
- ②三重県にある最も有名な神社。
- ③水月湖と久々子湖を結ぶ川。
- ④読めるかな。「蔵」
- ⑤昔はガラスをこう呼びました。
- ⑥エンジン点火！リフトオフ！宇宙へ飛んで行け！
- ⑦お互いに心を許し合える人。100人できるかな？
- ⑧フランス語でショコラ、英語では？
- ⑨幾重にも多く重なること。
- ⑩ピラミッドやスフィンクスが有名な国は？



ヒント：季節も変わって、心機一転!!

こたえ

〇〇〇〇〇

広報クイズ5月号の答え「世界キンエンデー」 ①ソーデーマーチ ②チンチロ ③ロクサイネンブツ ④ツカ ⑤カギ ⑥ギョドウ ⑦ウリワリノタキ ⑧キイチゴ ⑨ゴエモンブロ

このコーナーでは、その月に3歳を迎える町内にお住まいの男の子・女の子に登場していただいています。ご応募いただいた方のみ掲載しています。
今回は平成16年6月生まれの3歳になるお子さまです。

HAPPY BIRTH DAY

3歳

で～す



松村 ^{しほ} 葉帆ちゃん

6月5日生まれ(鳥浜)
親:勝典・久美子さん
歌を歌うのが大好き。
将来は歌のお姉さん・・・?

大同 ^{たいどう} 航平ちゃん

6月11日生まれ(三宅)
親:徳和・由佳さん
ジャンプと働く車を
観察することが大好きです。



新田 ^{かに} 海人ちゃん

6月9日生まれ(井崎)
親:篤司・智加代さん
じっとしていることを
知らないウルトラマン
大好きっ子。



◇「3歳で～す」応募方法◇

次回は平成16年7月生まれのお子さまが対象です。写真と25字以内のコメントを添えて、企画環境課または住民サービス室(上中庁舎)にお持ちください。(E-mailでの送付も可。)

6月5日(火)必着です。

●問い合わせ

企画環境課 (TEL 0770-45-9110)

E-mail:kikaku@town.fukui-wakasa.lg.jp
(E-mailでの送付の場合は受信確認のため、必ずお電話ください。)



冠句

川柳

短歌

俳句

広報文芸

若狭町冠句の会
祭り笛 杣美しく 雲流る
曲り角 理性が靴の 向き変える
今井 絹梅(伊良積)

ほっと川柳
ときめきは一億ドルのデビュー戦
ときめきがほしくて種子を蒔いてます 辻本 晴(兼田)
居閑久右門(上野木)

川柳湖畔
風受けて一気に駆ける青リンゴ
そよ風が知らせてくれた胸の中
今川てる子(鳥浜)
山田 和枝(倉見)

上中短歌会
二方湖の街道走る両側の梅花満開
カメラマン続く
辻本 晴(兼田)
罪のなき農民あまた捕へ来て初年兵教育と
田中利喜太郎(南)

孫と風待つ
ふうはりと舞ひ落つ桜の花びらを次こそ手にせむ
山口賀代子(気山)

かをり歌会
朗々と祝詞よみ上ぐたまゆらを驚鳴きて
春を告げる
佐久間美穂子(北前川)

つくし句会
過ぎて来し険しき道よ木の芽山
感嘆の声見下ろして糸桜
中村 豊(井ノ口)
原田 房枝(若王子)

大鳥羽やよい会
若衆の歓喜で終ゆる春祭
欠きし義理心で叱咤五月闇
小林 玄明(大鳥羽)
徐鼻 五郎(大鳥羽)





「ずっとずっといっしょがいいな 自分の歯」

6月は歯を大切に作る月です。
一生自分の歯で食事ができるように
正しい歯のケアに心がけましょう。

平成19年度
県民の歯を守る週間
6月1日～6月7日

のどが渴いたから水を飲むという当たり前の行為が、最近あまり見られなくなっていないですか？

水やお茶の代わりに清涼飲料水を飲むという人が多いようです。

確かに激しいスポーツをした後や高熱が出て汗をたくさんかいたときに清涼飲料水を飲むことは、体のバランスを整えるのに有効です。

しかし、日常的に摂取していると虫歯になりやすくなってしまいます。

清涼飲料水は、酸性度が強く、糖分も多い飲み物の代表選手です。

虫歯は口の中が酸性に傾くとできやすくなりますし、ネバネバした糖分はもちろん虫歯のもとになります。

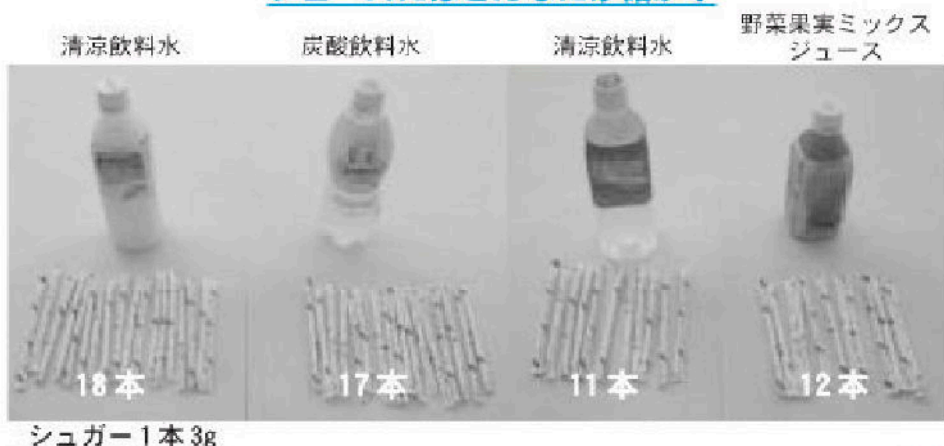
つまり、清涼飲料水は虫歯の大好物というわけです。

また、市販の野菜ジュースなどにも砂糖が多く含まれていて虫歯のもとになってしまいます。

清涼飲料水や野菜ジュースなどは飲む量を考え、飲んだらうがいや歯磨きをしましょう。



ジュースにはこんなに砂糖が！



妊婦健診の無料受診券が5枚に増えました。

対象：第1子、第2子の妊婦さん

内容：中期1回(5,800円限度)、後期1回(5,800円限度)の2回分を今までの3回に加えて町で負担します。

