

# 後期高齢者医療の保険証が切り替わります >>

令和3年8月1日から『後期高齢者医療被保険者証』が切り替わります。 (緑色から桃色の保険証になります。)

新しい保険証は、福井県後期高齢者 医療広域連合から7月中に世帯ごとに 郵送されます(保険証は一人に1枚発行 されます)ので、病院等にかかる際は、 お間違えのないようにお願いいたしま す。

8月1日を過ぎても保険証が届かない 場合は、上中サービス室にお問い合わ せください。

### 令和3年7月31日まで

#### 令和3年8月1日から





問い合わせ

税務住民課上中サービス室 ☎0770-62-2708 福井県後期高齢者医療広域連合 ☎0776-54-6330

# 令和2年度エコクル美方『ガス化溶融施設』公害関係測定結果のお知らせ >>

エコクル美方「ガス化溶融施設」の令和2年度の稼働実績は、定期修繕工事等に伴う約2か月の運転停止期間はありま したが、当初の年間運転計画に基づいて予定どおり運転を続けることができました。

今後も、住民の皆様に安心して利用していただけるよう施設の運転管理業務委託会社と十分に連絡調整を行いながら、 施設の安全運転に努めていきます。

この度、令和2年度に実施しました排ガスの測定結果がまとまりましたのでお知らせします。

測定結果については、すべての項目において法排出規制値を下回り、安全な運転状況を確認しています。

#### 【排ガス測定結果】

	測定実施日および測定結果			法令による	
測定項目	R2.6.11	R2.9.11	R2.11.27	R3.2.15	排出規制値
ダイオキシン類	0.0019	0.00081	0	0.0019	5 (ng-TEQ / Nm³)
ばいじん濃度	0.0031未満	_	0.0034未満	_	0.15 (g /Nm³)
硫黄酸化物排出量	0.1未満	_	0.1未満	_	16.15 (Nm³/h)
窒素酸化物濃度	52	_	54	_	250 (ppm)
塩化水素濃度	11	_	10未満	_	429 (ppm)
一酸化炭素濃度	6	10	14	7	_
用語・単位の参考説明	質量:ng(ナノグラム)…10億分の1g 体積:Nm³(ノルマルリュウベ)…1気圧0℃の1m³の体積 濃度:ppm(ピーピーエム)…100万分の1 毒性当量:TEQ(ティーイーキュー)…実測濃度に係数をかけて濃度換算したダイオキシン量の単位				



問い合わせ 美浜・三方環境衛生組合 ☎45-1215

# 難病に関する困りごと総合相談会 >>

- ■と き 9月9日(木) 13時00分~15時00分(薬剤師による相談) 9月9日(木) 15時00分~17時00分(脳神経内科医師、管理栄養士、理学療法士による相談)
- ■方 法 電話またはリモートによる個別相談
- ■内 容 個別相談会(予約が必要です。)脳神経内科医師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士が相談をお受けします。
- ■対 象 難病で療養中の方・家族・関係機関の方
- ■参加費 無料

※定員になり次第、締め切らせて頂きます。

問い合わせ 二州健康福祉センター 地域保健課 ☎0770-22-3747



# 託児ボランティアを募集します >>

若狭町では、乳児とその保護者を対象に毎月育児教 室を開催しています。

また、母親が健診を受けやすいよう母の健診日をもう けています。

この度、サポートしていただける託児ボランティアを 募集します。

■時 間 育児教室:平日午前中1時間程度

■資格 資格・年齢等は問いません

託児ボランティアにご登録いただける方は、下記まで お電話ください。

問い合わせ

保健医療課 ☎0770-62-2721

# "低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援 特別給付金支給事業(ひとり親世帯以外の世帯分) >>

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化して おり、低所得の子育て世帯に対し生活支援を行うため、 子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

#### ■対 象 者

- ①令和3年4月分の児童手当または特別児童扶養手当 の支給を受けている方のうち、令和3年度分の住民 税均等割額が非課税である方
- ②上記のほか、令和3年3月31日時点で18歳未満の子 (障害児については20歳未満)または令和4年2月28 日までに出生の新生児の養育者であって、以下のい ずれかに該当する方
- ・令和3年度分の住民税均等割額が非課税である方
- ・新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、 令和3年度分の住民税均等割額が非課税である方と 同様の事情にあると認められる方
- ■支 給 額 対象児童1人あたり一律5万円

#### ■申請方法

①の方は申請不要

- ②の方は所定の申請用紙にて福祉課宛に申請が必要
- ※該当すると思われる方については、下記までお問い 合わせください。
- ■支給時期 審査等が完了次第順次支給

※令和3年4月1日時点でひとり親世帯(児童扶養手当 受給世帯) については令和3年5月11日(火)に支給 しています。

問い合わせ

福祉課(子ども・若者支援室) **2**0770-62-2704

# 木造住宅の耐震診断と改修工事をしませんか >>

町の補助事業を活用して、家屋の耐震化を考えてみませんか?

(1)耐震診断と補強プラン作成(セットでの申し込みになります) 福井県木造住宅耐震診断士が住宅の耐震性能を診断し、 性能が不十分な場合は、具体的な補強方法や費用などの 補強プランを作成します。

#### 〔対象者〕

町内に昭和56年5月以前に着工した一戸建て木造住宅を 所有している方で、町の要綱で定める要件を満たす方 [個人負担] 10,000円 (1割負担)

#### ②耐震改修工事

耐震改修工事にかかる費用の一部を補助します。

#### 〔対象住宅〕

耐震診断の結果、耐震性能が不十分とされた住宅で、町 の要綱で定める要件を満たす住宅

[補助金額] 耐震工事費×23% (上限補助額120万円)

問い合わせ 建設水道課 ☎0770-45-9103

# "令和3年度敦賀美方消防組合 消防職員採用候補者試験案內 >>

令和4年4月採用の敦賀美方消防組合消防職員採用候 補者試験を実施します。

- ■採用予定数 消防吏員 3人程度
- ■受 付 令和3年8月2日(月)~令和3年8月20日(金)

#### ■受験資格

- ・平成6年4月2日から平成16年4月1日までに生まれた 者で、高等学校卒業程度以上の学力を有する者
- ・日本国籍を有する者(令和4年3月までに取得見込みの 者を含む)

#### ■第一次試験

日時:令和3年9月19日(日)午前9時~

会場:敦賀美方消防組合消防本部

科目:一般教養試験(高校卒業程度の択一式筆記試 験)、作文試験、体力試験

#### ■第二次試験

日時:令和3年10月下旬(予定) (第一次試験合格者に通知)

会場:敦賀美方消防組合消防本部 科目:口述試験(個人面接)その他

#### ■申込方法

敦賀美方消防組合消防本部総務課又は、敦賀、美浜、三方 各消防署に用意してある受験申込書に必要事項を記入し、 敦賀美方消防組合消防本部総務課に提出してください。 ※郵送による申込書の請求及び提出も可能です。

#### 問い合わせ

敦賀美方消防組合消防本部総務課 敦賀市中央町2丁目1-2 ☎23-9983 HP http://fire119.ton21.ne.jp/



若狭町タクシー利用料金助成制度

# 9月から新たに「おでかけ応援タクシーチケット事業」がスタートします! >>

移動手段の確保が困難な要介護老人等への、生活利便性の向上や社会活動への参加を応援します! また、障害者の方を対象とした「重度身体障害者等タクシー料金助成事業」の内容も見直します!

- ■助成内容: タクシー利用料金助成券 (1枚500円) を年間48枚 (24,000円分※) 交付
  - ※利用期間 1年間(7月1日~翌年6月30日)
  - ※期間の途中に申請された方は、資格の対象となる月から毎年6月末までの間で、月4枚として換算した 枚数を交付いたします。
  - ※今年度は、最大20,000円分(令和3年9月1日~令和4年6月30日の10ヶ月分)を交付します。
- ■対 象 者:町内在住で次のいずれかに該当する方
  - ▶要介護老人等
    - ①在宅で生活する介護保険制度の要支援、要介護認定者で、かつ町民税非課税世帯の方
    - ②人工透析が必要な方で [特定疾病療養受療証] をお持ちの方

- ①身体障害者手帳1級または2級(下肢・体幹・視覚障害)をお持ちの方
- ②療育手帳をお持ちの方
- ③精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- ※障害者で、自動車税の減免を受けている場合は対象になりません。
- ■利用方法:○乗車料金の範囲内で、1回につき助成券10枚(5.000円分)まで使用できます。
  - ○(一社)福井県タクシー協会に加盟しているタクシー事業者および若狭町内の個人介護タクシー事業者 で利用できます。

※デマンドタクシーでは使用できません。

■利用開始日:9月1日(※9月1日以降乗車分から利用可能です。)

■申請窓□:若狭町役場 福祉課

※資格が確認できるもの(介護保険被保険者証、障害者手帳など)をご持参ください。

問い合わせ 福祉課 ☎0770-62-2703

# **44** 8月3日 司法書士の日 「司法書士の日記念無料相談」を実施します >>>

8月3日は「司法書士の日」です。この「司法書士の日」を記念し、福井県司法書士会(会長青垣幸仁)では、下記のとお り無料相談を実施します。

不動産の相続や売買など登記に関することをはじめ、成年後見に関すること、借金に関すること、その他訴訟に関する ことなど、市民の皆様の様々な相談をお受けします。

■日 時:令和3年8月3日(火)午前9時から午後5時まで

■場 所:県内各司法書士事務所 ※ホームページ [もよりの司法書士] を御覧ください。

予約は、不要です。

■相談例:相続が開始したが、土地や建物の登記名義をまだ変えていない。

ひとり暮らしの老後の生活をサポートして欲しい。

もう何年も返済を続けてきたのに一向に借金が減らない。

アパートを退去する際、多額の原状回復費を請求された。

日常生活で悩みやトラブルを抱えている方の中には、適切な相談場所やその解決方法がわからずにお困りの方が数多く いらっしゃいます。「くらしの法律家」司法書士は、本事業を通じてそのような市民の皆様からの相談をお受けし、法的解 決に導きたいと考えます。

問い合わせ

#### 福井県司法書士会

〒918-8112 福井市下馬二丁目314 司調合同会館 **2**0776-43-0601 FAX 0776-43-0608 HP http://www.fukuishiho-shoshi.or.ip/



# "マイナンバーカードの出張申請を 受け付けます! >>

みなさんマイナンバーカードはお持ちですか? 若狭町では約4割の方が申請済みです(6月中旬時点)。 「申請の仕方がわからない」

「役場の窓口に取りに行くのが面倒」

そんなお悩みに、町職員が指定の場所に出向き、マ イナンバーカードの申請をサポートします。

町内の団体(企業、自治会、サロン、 各種サークル活動団体など)を対象に、 1人当たり5~10分程度の時間をいただ き申請を受け付けます(要事前予約)。



費用は無料で、写真もお撮りします。 ぜひ出張申請をご利用ください。

予約・問い合わせ 税務住民課 ☎0770-45-9106

# 令和3年度に実施する海上保安大学校・ 海上保安学校学生採用試験日程 >>

		海上保安学校	海上保安大学校	
受付期間	インターネット	7月20日 (火) ~ 29日 (木)	8月26日 (木) ~ 9月 6日 (月)	
	郵送·持参	7月20日 (火)・ 21日 (水)	8月26日 (木)・ 27日 (金)	
第1次試験日		9月26日 (日)	10月30日 (土) · 31日 (日)	
第1次試験合格発表日		10月13日(水)	12月10日 (金)	
第2次試験日		10月19日 (火) ~ 28日 (木)	12月17日 (金)	
第2次試験合格発表日 (航空課程のみ)		11月24日 (水)	_	
第3次試験日 (航空課程のみ)		12月 4日(土)~ 14日(火)	-	
最終合格発表日		11月24日(水) 【航空課程以外】 令和4年1月20日(木) 【航空課程】	令和4年1月20日 (木)	
入校年月		令和4	年4月	

※今後、新型コロナウイルス感染症の影響により日程 変更が生じる場合があります。

人事院及び海上保安庁のホームページ で必ず最新情報を確認してください。



海上保安庁採用サイト

問い合わせ 小浜海上保安署 ☎0770-52-0494

# 福井県電話でがん相談 >>

新型コロナウイルス感染症の発生により、がん患者お よびその家族等は、日ごろの悩みや体験を話したり、療 養や体調等に関する相談のできる場所が減少していま す。一人で抱え込まず、まずはお電話ください。

■日 時:7月~9月の第2・4水曜日

10:00~12:00/13:00~15:00

**\*\***7/14**、**7/28**、**8/11**、**8/25**、**9/8**、**9/15

■その他:無料・予約不要

問い合わせ

福井県保健予防課がん対策グループ(がん相談担当) **2**0776-20-0349

# 若狭町職員採用候補者試験について >>

令和3年度若狭町職員採用候補者試験を実施します。 受験申込受付期間は、7月15日(木)から8月5日(木)ま でです。(7/1から申込用紙を交付)

#### ■試験職種・採用予定人数

事務職(高校卒業枠)1名 (一般枠)若干名 保育士 若干名 社会福祉士 若干名 土木 若干名

#### ■受験資格

試験	職種	資格·免許等	年齡要件
事務	高校卒業枠	必要なし	平成12年4月2日から平成16年 4月1日までの間に生まれた者 但し、学校教育法による大学、 短期大学、高等専門学校、専修 学校及び専門学校 (専門課程を 置く専修学校) の修業年限2年 以上の専門課程を卒業した者 並びに卒業予定日までにこれら の学校を卒業見込みの者を除き ます。
	般枠	必要なし	昭和62年4月2日から 平成14年4月1日まで の間に生まれた者
保育士		保育士資格取得者又は 令和4年3月31日までに取得 見込みの者	昭和62年4月2日から 平成14年4月1日まで の間に生まれた者
	:会 业士	社会福祉士資格取得者又は 令和4年3月31日までに取得 見込みの者	昭和62年4月2日から 平成12年4月1日まで の間に生まれた者
土木		学校教育法による大学、短期 大学、高等専門学校、専修学 校、専門学校 (専門課程を置 く専修学校) 及び高等学校の 土木に関する専門課程を卒業 (修了) した者又はこれを専攻 して令和4年3月31日までに 卒業(修了) 見込みの者	昭和62年4月2日から 平成16年4月1日まで の間に生まれた者

#### ■試験期日

第1次試験:令和3年9月19日(日)

第2次試験:令和3年10月24日(日)、25日(月) ※申込用紙は、若狭町役場総務課 (三方庁舎) 又は上中サービ ス室 (上中庁舎) に備え付けてあります。

問い合わせ・申込受付 若狭町総務課 ☎0770-45-9109

### INFORMATION



Population

人 □ 14,277人 (前月 -19) (前年 -233) [男6,909人 女7,368人]

世帯数 4,986世帯 (前月 -3) (前年 -20)







Baby (6月届出)

	なまえ	性別	保護者	集落
カた なべ 渡辺	芽衣ちゃん	女	直輝 さん	(成出)
もり なが <b>森長</b>	結交ちゃん	女	和晃 さん	(三方)
西陣	そう た <b>颯汰</b> 5ゃん	男	涼太 さん	(関)
きた がわ <b>北川</b>	いろは <b>彩</b> ちゃん	女	一樹 さん	(三田)
やぶ た <b>数田</b>	あお ば <b>青葉</b> ちゃん	女	淳生 さん	(能登野)
浜松	りの 莉音 ちゃん	女	弘典 さん	(世久見)
	ら依梨 ちゃん	女	翔太郎 さん	(井崎)
はす もと <b>蓮本</b>	こう <b>香羽</b> 5ゃん	女	享佑 さん	(横渡)
瀬間	あ お <b>碧雄</b> ちゃん	男	雄嗣 さん	(長江)
	あたる 5ゃん	女	大輔 さん	(天徳寺)
おかもと	つ き <b>紬生</b> ちゃん	男	和也 さん	(熊川)
なれ ないきた 森北	情乃 ちゃん	女	雄貴 さん	(新道)





vedding

佐藤 浩明 さん >> 橋本みゆき さん (無悪) 江口 航平 さん 🧼 本村絵美子 さん (朝霧) 田中 健吾 さん 🧇 大藤 真央 さん (せせらぎ) 宮田 康平 さん 🧼 辻本 恵梨 さん (無悪)





#### ふるさと納税(5月)

和田	哲典 様	<b>一 岡本 純治</b> 様
. – –		
中島	<b>猛</b> 様	森井 一喜 様
	<u> </u>	
北山	<b>一宏</b> 様	宮越 裕久 様
41x Jeff	<b>1</b>	ᅉᆟ
小城	<b>稔</b> 様	<b>笹山 文徳</b> 様
<del>- m</del>		工 中 和 丰 老
三田	敏嗣 様	大島利恵香 様
今村	<b>晃</b> 様	大久保浩之 様
713		
西尾	公孝 様	徳岡 隆様
<u> </u>		
成子為	建之介 様	匿名335名
产土区	きんり 惊	色石シンシ石
+/\ ++	ᄚᅝ	A=1= 066 000F
似廾	直樹 様	合計5,066,000円
		,_,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

# 納付のお知らせ(8月)

項目	期 別	納 期 限
町県民税	第2期	8月31日 (火)
国民健康保険税	第2期	8月31日 (火)
8月の口座振	8月25日 (水)	
8月の口座再振	9月15日 (水)	

- ★納期限までに納めましょう。
- ★集落集金の方は、区の集金日となります。
- ★□座振替の方は、残高の確認をお願いします。



# 今月の表紙

## 縄文博物館入館60万人達成

2000年4月の開館以来、約21 年間で60万人の入館者をお迎 えしました。60万人目となった のは修学旅行で訪れた大野市 上庄小学校6年生18人のみな さんでした。笑顔いっぱいの 元気な子ども達と一緒にお祝 いができました。

〈6月25日 若狭三方縄文博物館にて〉



# 「広報わかさ」へ ご意見・ご感想を お聞かせください!



「広報わかさ」を町民のみなさま一人ひとりに 育てていただくため、広くご意見・ご感想を募集 します。下記宛てに郵便・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

••••••

# くらしのカレンダー

8月



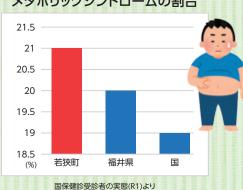
		■子育でのこと ■相談ごと ■健康のこと
1 🖯		
2 月	<b>5·6か月児さんあつまれ!</b> 10:30~11:30 パレア若狭キッズルーム	上中健康体操教室 受付13:30~ 開始14:00~ パレアフィットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
3 火		ハレアフィット不入 鳴本インストフノッー 歴史文11.657時刊至
4 水		上中楽々健康体操教室 受付10:30〜 開始11:00〜 リリ・フィジオ予防センター 山中理学療法士 歴史文化館3階和室
<b>5</b> 木	4か月児育児教室 受付9:30~9:40 パレア若狭 2歳児歯科検診(未就園児対象) 受付13:20~13:30 三方保健センター	<b>バランスボール教室</b> 13:30~14:30 三宅公民館
6 金	すくすく広場(水遊び)【要予約】10:00~11:30 パレア若狭キッズルーム にこにこ交流会(海の生き物とのふれあい) 9:30~11:30 海浜センター	三方楽々健康体操教室 受付9:00~ 開始9:20~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00~ 開始10:30~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 断酒グループ(AA) 19:00~20:00 パレア若狭 和室
7 ±		<b>レディースがん検診〈大腸・乳・子宮頸〉</b> 【要予約】 受付12:45~13:45 三方保健センター
8 🖯		
9月		
10火	あそびにきてね(海で遊ぼう) 9:30~11:30 岬保育所	<b>行政相談</b> 9:00~12:00 熊川公民館
11 水	すくすく広場(ふれあい遊び)[要予約] 10:00~11:30 パレア若狭キッズルーム	人権相談 9:00~11:30 シルバー交流プラザ2階小会議室
12 木 13 金	2歳児育児教室 受付9:20~9:30 三方保健センター 3歳児健診 受付①12:45~13:00 ②13:45~14:00 パレア若狭	<b>断酒グループ(AA)</b> 19:00~20:00 パレア若狭 和室
14±	<b>JMX/16性が</b> 文刊 (12.43 13.00 例 13.43 14.00 /10 / 石)	<b>副旭 / / / / / / / / / / / / / / / / / / /</b>
<b>15</b> ⊟		
16月		
17火		<b>行政相談</b> 9:00~12:00 三方公民館
18水	にこにこ広場(ママとクッキング) 9:30~11:30 岬保育所 10か月児育児教室 受付9:00~9:10 三方保健センター	上中楽々健康体操教室 受付10:30~ 開始11:00~ リリ・フィジオ予防センター 山中理学療法士 歴史文化館3階和室
19木	おひさま広場(水遊び) 9:30~11:30 明倫保育園 鳥羽ミニすく 10:00~12:00 鳥羽公民館 1歳6か月児健診 受付①12:45~13:00 ②13:45~14:00 三方保健センター	
20 金	にこにこ交流会(助産師さんのお話と計測) 9:30~11:30 西田公民館	三方楽々健康体操教室 受付9:00~ 開始9:20~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00~ 開始10:30~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 断酒グループ(AA) 19:00~20:00 パレア若狭 和室
<b>21</b> ±		
22 ⊟	- (- (- (- (- (- (- (- (- (- (- (- (- (-	1 + Photo 14 19 41 - 57 / 14 0 0 0 0 57 / 14 0 0 0
23月	<b>すくすく広場(災害時のこころがまえ)</b> 【要予約】10:00~11:30 リブラ若狭ぴよぴよルーム	上中健康体操教室 受付13:30~ 開始14:00~ パレアフィットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
24火	いきいき広場 9:00~11:00 わかば、みそみ保育所 あそびにきてね(プール遊び) 9:30~11:30 梅の里保育園	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
25 水	いきいき広場 9:00~11:00 三宅、気山保育所 すくすく広場(子育てのコッ) 【要予約】 10:30~11:30 パレア若狭キッズルーム 12か月児育児教室 受付9:30~9:40 三方保健センター	上中楽々健康体操教室 受付10:30~ 開始11:00~ リリ・フィジオ予防センター 山中理学療法士 歴史文化館3階和室
26 木	<b>いきいき広場</b> 9:00~11:00 とばっ子、ののはな、中央保育所 <b>7か月児育児教室</b> 受付9:00~9:10 パレア若狭	<b>バランスボール教室</b> 13:30~14:30 三宅公民館
<b>27</b> 金	<b>にこにこ交流会(骨盤体操)</b>   9:30~11:30  西田公民館	三方楽々健康体操教室 受付9:00~ 開始9:20~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 三方健康体操教室 受付10:00~ 開始10:30~ 岩澤スポーツプログラマー 三方保健センター 特定健診・がん検診〈肺・結核・胃・大腸〉・肝炎検査 【要予約】 受付8:30~11:00 歴史文化館レディースがん検診〈大腸・乳・子宮頸〉 【要予約】 受付12:45~13:45 歴史文化館 断酒グループ(AA) 19:00~20:00 パレア若狭 和室
28 ±		
29 🖯	= U+ <b>0</b> <del>2</del> + <b>0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</b>	<b>上中健康体操教室</b> 受付13:30~ 開始14:00~
30月	こどもの育ちの相談日【要予約】13:00~16:00 上中庁舎他	パレアフィットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室

31火

# メタボ(内臓脂肪型肥満)

# 知っていますか? メタボ改善は町の課題です

### メタボリックシンドロームの割合



## 私はこれでメタボ改善しました

「50歳の健診で、生活習慣病を指摘 されたショックがきっかけで、診療所の 先生の指導の下、ウオーキングを始めま した。」と教えてくださったのは、田上の 森さん。

ウオーキングを始めて5年、山のぼり や自転車なども始められた森さんは、周 りの方に「6年前と全然違う」と驚かれる ほど、見た目がスリムに。体重が減ったこ とで、血圧値も血糖値も下がりました。

若狭町はメタボが 増えているのか 僕も気をつけないとね



町のメタボの実態を見る森さん(左)と ハッピーロード看板作成者斎藤さん(右)

## 楽しく歩ける歩道があります

看板ができたことで、 時には笑い、ぶつぶつ呟き、1kmで止めよう かなと思う日も、楽しくて終点まで歩いて しまいます。(森さん)



「たがみハッピーロード」と名 付けられたウオーキングコース をご存じですか。集落の有志 が、約1.7kmの歩道に100mご との看板を設置しました。「三 十三間山を望んで、景色を楽し める」「看板のメッセージが楽し くて、歩く速度が速くなる」「計 算問題もあって認知症予防に なる」と好評です。

く歩ける道がある町は

な町につながっています

☎0770-62-2721

三宅公民館

句

初夏の風肌やはらかに野路の里

走り梅雨球激戦の町長杯

保健医療課

何処へゆく当てもなけれど白髪染めて

若狭町冠句の会 晴れ晴れと

父に似てきた子の背中 自慢の里に生きる幸

池 百 田 浩子 道子 (三田) 相 田

田 中 枝

気持ちおちつく朝な夕なに

上中短歌

頑張れよと久々に聞く老兄の 電話の声に潤む夕ぐれ

小林 福 (日笠)

早苗田

に稚鯉千匹放ちたり 隊列をなし動き素早

山

眺めるひととき至福の時

間

砂

かをり歌会

プランターの花の色どり朝毎 角打つて扇子を扇ぎ始めたり

大鳥羽やよい俳 草刈やエンジン吹かし千秋楽 句、

宇田 小 田中 松岡喜代治 林 大山 喜良 春木 (大鳥羽 (若王子)

シリーズ企画 vol.33

FUREAISARON

# ふれあいサロン

高齢者を対象に、身近な場所(集落センター等)でサロンを 開設し、ふれあいを通じて心の張りを保ち、身体の機能低下 を予防することで、地域で自立した生活を送れることを目的に、 開催するものです。若狭町内に約50グループが活動されて います。

コロナ禍において、サロンの開催が難しい時期もありまし たが、それぞれのサロンで内容を工夫しながら活動しておら れます。





活動の様子 (5月26日)

# よりそい会(上黒田)

# 魅力ある活動をして 進んで入ってもらえるサロンへ

リーダーの澤清彦さんに伺いました。 「結成して12、3年になります。私は



リーダーになり3年目です。会員は80歳以上で、未満 の方はサポーターとして動いてもらっております。い つもは20人くらい集まります。今日みたいな軽運動や、 栄養の摂り方などの食に関することや、また口の中の ケアなどもやりました。いつまでも地域と関わることに

より、社会性を持ち、心に張りが生まれると思います。今はコロナウイルスに気をつけながらではありますが、 いろんな人の話も聞け知識も広がります。楽しそうやなあ、入りたいなあ、と思われるサロンでありたいと思っ ています」と元気に話しておられました。

# 井崎ふれあいサロン楽笑会

80代中心の約50人が会員で、いつも 20人くらいで活動されています。約20年 前より民生委員、福祉委員、保健推進員、 老人クラブ (家庭相談員) のみなさんで 運営されています。

4月はボッチャ、輪投げを楽しみ、伺っ た6月2日は講師の方と軽運動をされてい ました。

代表の清水俊晶さんは「お誘いは毎回 しています。しかし自由参加で無理強いは していません。メンバーのふれあいを大 切にしています」と話されていました。



活動の様子 (6月2日)

この「わが村自慢」で集落の紹介をしませんか? お問い合せは、総務課広報係まで ☎0770-45-9109