



すまいる

子育て・介護・健康・食育

●問い合わせ 産業課 TEL 45-9102

もういくつ寝るとお正月♪

ねえねえ、正月って何？

うんとね、正月とは本来、その年の豊穡を司る歳神様をお迎えする行事のことで、1月のことよ。今では、1月1日から3日までを三が日、7日までを松の内、あるいは松七日と呼んで、この期間を「正月」と言うのよ。まあ地方によっては1月20日までを正月とすることもあるみたいよ。

じゃあ、正月って何をするの？

正月は、家に歳神様をお迎えするのよ。歳神様とは1年の初めにやってきて、その年の作物が豊かに実るように、また、家族みんなが元気で暮らせるようにしてくれるありがたい神様よ。正月に門松やしめ飾り、鏡餅を飾ったりするのは、すべて歳神様を心から歓迎するための準備なのよ。

へえ～、でも何で餅に飾りをつけるの？

鏡餅の丸いお餅の形は鏡や魂の形をしていると云われていて、お供えをしたお餅には歳神様の魂がこめられるそうよ。それに鏡餅の飾りには、それぞれちゃんと意味があるのよ。

- ・ウラジロ・・・長命長寿や夫婦円満
- ・コンブ・・・喜ぶ
- ・ダイダイ・・・代々栄える
- ・クシガキ・・・幸運を取り込む
- ・ユズリハ・・・家が絶えず続く

さあ、歳神様が家に来てくれるように、今からちゃんと準備するわよ！

は～い

お雑煮の作り方

※全国各地にお雑煮がありますが、若狭のお雑煮は極めて具の少ない、味噌仕立てのお雑煮です。

<材 料> 2人分

餅（小2個）、味噌（100g）、水（1000ml）、コンブ（20g）、削りカツオ節（お好みで）

<作り方>

- ①鍋にコンブを敷き、その上に餅を並べて水を加えて煮る。
- ②沸騰したら弱火にして餅がやわらかくなるまで3～4分ほど煮る。
- ③火加減に注意して、味噌を溶いて加える（沸騰しないように5分ほど煮る）。
- ④お椀に盛り付けて、最後に削りカツオ節をのせてお召し上がりください。

すまいる

Sawa

Yuka

Simazu

Asami

澤 由香 & 嶋津 亜沙美

■次世代の若狭びとへの質問

おふたりの出身地を教えてください。

澤：出身は敦賀市です。

嶋津：わたしは小浜市です。

おふたりは、9月に行われた若狭町まつりに出店してパンを販売されていましたが、出店されたきっかけを教えてください。

嶋津：3、4年前ですが、三十三地区で行われた秋まつりに手作りパンを販売したことがきっかけです。その時は、わたしひとりだったのですが、自分で作ったものが売れるのが非常に楽しかったんです。それで若狭町まつりに由香ちゃんを誘ったわけです。

なるほど。では、おふたりが一緒にパンを作ろうとなったきっかけなどがありますか。

澤：保育所のママ友なんです。保育所で話しているうちに、同い年で趣味が同じということで意気投合して、一緒にパンを焼いたり、料理を作ったりしていました。

嶋津：自分の作ったパンが焼き上がった時には、すごく達成感があるんですよ。

澤：それに子どもたちが、手作りしたパンを食べると反応が違うんです。よく食べてくれるので、また作ろうという気になりますね。

嶋津：ストレス発散にもなるんですよ。

あはは。ストレスがあると、より力を込めてこねれそうですね。では、若狭町まつりに出店してみてもいかがでしたか。

澤：“若狭牛 100%バーガー”を作って販売しました。若狭牛 100%バーガーは完売し

ましたし、ほかのパンもよく売れました。

“若狭牛 100%バーガー”ですか？

澤：出店する条件として、「若狭町の食材を使う」というのがあって、何がいいかを考えてできたパンです。

嶋津：名前に「若狭」がついているし、インパクトがあるので使ってみようとなりました。でも、若狭牛をたくさん使うのは初めてだったので、仕入れの面で苦労しましたね。

澤：でも、店の名前まで考えがまわらなくて、「Misomi」って地区の名前そのままに出店しました（笑）

地区名なので、ある意味わかりやすいですよ。お客さんの反応はいかがでしたか。

澤：「おいしい」と喜んでもらえて嬉しかったです。

嶋津：地元の人でも、若狭牛などの特産を口にすることが少ないので喜ばれました。ほかにも、若狭町には、梨や梅などがあるのでいろいろ使ってみたいです。

澤：うちのおばあちゃんが岩屋で味噌を作っているの、それを活かしたものにも挑戦してみたいと思います。

自分で作ったものが売れたり、美味しいと言われるとすごく自信がつきますし、次またやろうという気になりますよね。

嶋津：そうですね。自信がつきますし、今回の出店でやりたいことがちゃんと見えたので、今年の反省点を踏まえて、来年の若狭町まつり出店に活かしていきたいと思

楽しさは人から人へ感染する



います。

澤：次は、もっとたくさんの子育て世代の人たちと一緒にしたいです。子育て中のママはやっぱりストレスもあるので、亜沙美ちゃんに誘ってもらったことがきっかけで始めたこの楽しみを広げることができたら、ストレス解消にもなるし、子育てでも楽しめるんだと思います。

嶋津：若狭町だけに限ったことではありませんが、近くに美味しい料理のお店はたくさんあっても、子どもと一緒にいるとゆっくりと味わって食べることもできないので、ストレス解消できません。好きなパンづくりを通じて楽しいことができれば、ストレス発散にもなるし、子育ての悩みや喜びを知っている同士なので、気軽に相談もしやすいです。

楽しさって感染するんですね。しかし、その楽しさが美味しいパンづくりやおふたりの子育てにつながっているのかもしれないね。澤さん、嶋津さん、ありがとうございました。

■今回の若狭びとプロフィール



(写真左)

住まい：岩屋

氏名：澤 由香（さわ ゆか）

年齢：30歳 星座：しし座

出身地：福井県敦賀市

趣味：料理、ショッピング、飲み会

尊敬する人：100点満点の主人（理解力がある）



(写真右)

住まい：井崎

氏名：嶋津 亜沙美（しまづ あさみ）

年齢：30歳 星座：しし座

出身地：福井県小浜市

趣味：料理、ショッピング、飲み会

尊敬する人：母（子育てをして実感）

暮らしのカレンダー

January 1月

日	月	火	水
		1 元旦	2
6	7  けない	8  いきいき広場 みそみ保育所 9:00~11:00 わかば保育園  あそびにきてね 9:30~11:30 岬保育所  こころの相談室(精神・社会復帰) 13:30~15:00 三方保健センター  心配ごと相談 9:00~12:00 泉	9  いきいき広場 気山保育所 9:00~11:00 三宅保育所  すくすく広場 10:00~12:00 三方保健センター  もの忘れ相談 9:00~17:00 三方保健センター
13	14 成人の日	15  12 か月児育児教室 9:30~ 9:40 三方保健センター  行政相談 9:00~12:00 泉  法律相談 13:00~16:00 パレア	16  にこにこ交流会 9:30~11:30 西田公民館  ミニすくすく 10:00~12:00 泉  1歳6か月児健診 13:00~13:30 パレア
20	21  けない	22  いきいき広場 みそみ保育所 9:00~11:00 わかば保育園  あそびにきてね 9:30~11:30 岬保育所  特定健診、肺・胃・大腸がん検診 9:00~10:30 三方保健センター  こころの相談室(精神・社会復帰) 13:30~15:00 三方保健センター	23  いきいき広場 気山保育所 9:00~11:00 三宅保育所  無料健康相談 10:30~14:30 パレア  もの忘れ相談 9:00~17:00 三方保健センター
27	28  けない	29  10 か月児育児教室 9:30~ 9:40 三方保健センター	30  にこにこひろば 9:30~11:30 梅の里保育園  もの忘れ相談 9:00~17:00 三方保健センター

● 問い合わせ

-  子育て支援
子育て支援室 TEL 62-2704
子育て支援センター
三方保健センター内 TEL45-1563
梅の里保育園内 TEL46-1030
-  母子保健
健康課 TEL62-2721
-  健康診査・健康づくり
健康課 TEL62-2721
-  思春期・若者相談
子ども・若者サポートセンター TEL62-2705
-  各種相談
社会福祉協議会 TEL62-9005
-  高齢者・障害者福祉
福祉課 TEL62-2703
-  自主グループ活動

木

金

土

3

4

5

10

11

12

-  いきいき広場 中央保育所
9:00～11:00 ののな保育園
-  赤ちゃん広場
10:00～12:00 パレア
-  バランスボール教室
13:30～14:30 歴史文化館

-  いきいき広場 明倫保育所
9:00～11:00 とばっ子保育園
-  にこにこ交流会
9:30～11:30 西田公民館

17

18

19

-  すこやかサロン
10:00～12:00 パレア

-  にこにこ交流会
9:30～11:30 西田公民館

24

25

26

-  いきいき広場 中央保育所
9:00～11:00 ののな保育園
-  子宮がん・乳がん検診
13:00～13:30 パレア
-  バランスボール教室
13:30～14:30 歴史文化館

-  いきいき広場 明倫保育所
9:00～11:00 とばっ子保育園
-  にこにこ交流会
9:30～11:30 西田公民館
-  ミニすくすく上瀬ひろさと
10:00～12:00 交流センター
-  2歳児歯科健診・食の教室
9:00～ 9:15 パレア

31

-  ふれあい広場
10:00～12:00 パレア
-  4か月児健診・離乳食教室
13:00～13:15 三方保健センター

-  断酒グループ（AA）活動日
◆ 毎週金曜日 19:00～20:00 パレア 
-  もっとこけない運動教室 
◆ 毎週月曜日 13:30～15:00 以下の公民館
（※ 7日 鳥羽、14日 中止、21日 野木、28日 瓜生）
◆ 毎週金曜日 10:00～11:30 以下の公民館
（※ 4日 中止、11・25日 西田、18日 三方）



赤ちゃん ～Happy Birth～

（11月届出）

おなまえ	性別	保護者	集落
市川結愛ちゃん	女	昇さん	（大鳥羽）
植田 滯ちゃん	女	和哉さん	（脇袋）
井上愛菜ちゃん	女	裕規さん	（上瀬）
小西隆也ちゃん	男	光隆さん	（藤井）
松村 杏ちゃん	女	真一さん	（鳥浜）
山本理央ちゃん	女	光紀さん	（横渡）
山本開晴ちゃん	男	光紀さん	（横渡）
東 知樹ちゃん	男	尚孝さん	（玉置）
吉村碧人ちゃん	男	真樹さん	（三生野）
尾崎誠歩ちゃん	男	晃一さん	（杉山）
中田咲輝ちゃん	女	雅也さん	（気山）



ご結婚 ～Happy Wedding～

- 加納大希さん ♥ 岩橋菜緒さん（あじさい団地）
- 藤田直也さん ♥ 波木井喜恵さん（相田）
- 兼松大輔さん ♥ 中積聖子さん（生倉）
- 松宮輝明さん ♥ 宮本衣麻さん（大鳥羽）



人の動き ～population～

（12月1日現在）

人口 16,159人（前月-2）（前年-130）
（男7,765人 女8,394人）
世帯数 4,986世帯（前月+15）（前年+36）



ありがとう ～thanks a lot～

◇ふるさと納税

河原周八 様（神奈川県）……………60,000円
匿名1名 様（福井県）……………200,000円



納付のお知らせ（1月）

項目	期別	納期限
町県民税	第4期	1月31日（木）
国民健康保険税	第7期	1月31日（木）

- ★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。
- ★口座振替の方は、残高の確認をお願いします。

若狭町
モバイルサイト



高ノ江のまち

天災に負けない まちづくりの努力

備え編 ②

●問い合わせ 環境安全課防災対策室 TEL 45-9126

地震や台風、集中豪雨などの自然災害は「天災」と呼ばれ、いつ、どこで発生するか分からず、わたしたち人間の手で発生を予測して逃れることは非常に難しいものです。また、火災も自分がどんなに気をつけていても、放火や近隣からの延焼などで避けられない場合もあります。

しかし、「もしも」や「万一」のことを考えて、日頃から心構えや防災対策をしておくことで、被害を最小限におさえることができます。たとえ相手が天災であろうと、日頃から災害を知る努力をし、天災に負けないまちづくりをみんなで目指しましょう。

非常持出品の準備をしよう

災害が発生した場合、水道や電気などが使えなくなるほか、道路が壊れて防災機関による救援活動がスムーズにできなかったりする場合があります。

災害が発生してから数日間は自力で生活できるように準備しておきましょう。

準備のポイント

- 災害発生時に最初に持ち出す「非常持出品」と、復旧するまでの数日を支える「非常備蓄品」に分けて用意する。
- 乳幼児がいる家庭は、離乳食や粉ミルク、要介護者がいる家庭はオムツや補助具など、各家庭の事情に合わせて準備する。
- 重すぎると反対に避難する際に支障となるため、最低限の品をかさばらないようにコンパクトにまとめるのがコツ。
- せっかく準備をしても、押し入れの奥にしまい込んで意味がないので、すぐに取り出せる場所に保管する。
- 災害発生から3日間は、行政などからの援助が期待できない可能性があるため、非常備蓄品は最低3日分を準備する。
- 準備をしたからと安心してしまいうのではなく、使用するとき支障がないか定期的に点検する。特に食品や飲料水は、賞味・消費期限を随時チェックする。

- ☒ 非常食（乾パンや缶詰など）
- ☐ 飲料水
- ☐ 携帯ラジオ（予備電池も忘れずに）
- ☐ 懐中電灯（予備電池も忘れずに）
- ☐ ろうそく
- ☐ ヘルメット
- ☐ ライターやマッチ
- ☐ ナイフや缶切りなど
- ☐ ティッシュやトイレットペーパー
- ☐ タオル
- ☐ ビニール袋
- ☐ 衣類（防寒具も忘れずに）
- ☐ 軍手
- ☐ 救急医療品や常備薬
- ☐ 貴重品
- ☐ 健康保険証のコピー

