

【町 長】 渡辺 英朗
 【副町長】 二本松 正広
 【教育長】 松宮 毅



若狭町事務

【役場三方庁舎】

総務課 45-9109	
課長	岡本 隆司
課長補佐	大下 誠之
課長補佐	松宮 克也
課長補佐	玉井 克幸
運転手	小畑 耕司
給与	吉村 文佳
財政	清水 久貴
法制・行革・選挙	加藤 章寿
秘書	吉村 優子
財政・交付税	吉岡 正裕
文書・統計	澁谷 太陽
管財	熊谷 和希
行政財政改革推進室	
室長(兼)	大下 誠之
DX推進室	
室長(兼)	松宮 克也
室長(兼)	池田 和哉
DX推進(兼)	村松 芳行
DX推進(兼)	河原 卓哉
DX推進(兼)	兼松 研也
DX推進(兼)	山中 健至
DX推進(兼)	上野 雄大
DX推進(兼)	藤森 将志
派遣	
若狭広域行政事務組合	三宅 翔
福井県	松宮 和政

総合政策課 45-9112	
課長	竹内 正
課長補佐	河合 博文
総合計画	森下 敏行
総合計画・公共交通	上野 雄大
空家対策・宅地分譲	奥村 知行
定住促進・男女共同	高田 奈奈
SDGs推進室	
室長(兼)	河合 博文
SDGs推進(兼)	森下 敏行
派遣	
福井県京都事務所	入江 幸治

観光商工課 45-9111	
課長	泉原 功
課長補佐	西村 学
課長補佐	池田 和哉
広域観光・観光誘客	栗本 裕史
観光振興・観光拠点整備	塚本 真也
観光振興・施設管理	岩崎 誠
観光振興・観光宣伝	今井 里美
商工振興	山名 覚

議会事務局 45-9117	
事務局長	松宮 登志次
局長補佐	河原 典史
書記	石倉 美穂

会計課 45-9100	
会計管理者・課長	三宅 宗左
課長補佐	石倉 治夫
出納	北清水 佳代
出納	浜野 詩織

環境安全課 45-9126	
課長	岸本 晃浩
課長補佐	三木 一彦
環境保全	田中 隆
環境衛生	高垣 匠
環境衛生	森口 正人
防災対策室	
室長	原田 太輔
防災	兼松 研也
交通安全・防犯	下南 侑加
派遣	
美浜・三方環境衛生組合	嶋津 忠英

税務住民課 45-9101	
課長	中西 みや子
課長補佐	吉村 浩二
課長補佐	井口 敦子
滞納整理機構	河原 昌之
固定資産税	竹中 正鋭
国保・法人税・滞納	井上 貢一
固定資産税	河原 卓哉
住民税	田中 涼太
収納・軽自動車税	澤田 侑哉
窓口・戸籍・住基	宮下 佳苗
窓口・年金・住基	山田 光基
窓口・人権	中西 千鶴

産業振興課 45-9102	
課長	中村 和幸
課長補佐	金田 隆宏
担い手育成	植野 継男
水産振興	山口 明男
農政推進	中村 吉宏
農地管理	鳥居 正明
林業・獣害	渡邊 龍樹
特産振興室	
室長	今井 貴哉
特産振興	杉浦 康造
食育推進	高橋 里奈

建設課 45-9104	
課長	中村 辰也
課長補佐	大南 輝也
課長補佐	吉村 卓也
公共土木・除雪	山口 浩幸
公共土木・住宅	田辺 博之
公共土木・砂防	石田 喜文
公共土木・道路	今筋 平
公共土木・河川	川崎 侑成
農林土木	河村 謙哉
土地改良	森下 雅広
土地改良	出口 淳一
土地改良経理	山田 百合子

上下水道課 45-9103	
課長	飛永 浩志
課長補佐	武田 信幸
課長補佐	中村 伸也
下水道	吉田 明史
下水道	井口 翔太
下水道・料金	増井 望美
上水道・料金	大野 真洋
上水・工水	澤 啓史
上水・工水	田中 瑛二

【役場上中庁舎】

上中サービス室 62-2700	
室長	二本松 めぐみ
窓口	田邊 里果
窓口・戸籍	田中 礼佳

健康医療課 62-2721	
課長	山口 勉
課長補佐	小嶋 巧
課長補佐	霜中 典子
成人保健	河原 生乃
栄養管理全般	永木 繁美
保健予防・広域医療	村松 芳行
後期高齢者医療	宮田 奏枝
成人保健・健康増進	百田 聖子
母子保健・予防接種	大下 裕子
母子保健(兼)	年光 仁美
成人保健・がん検診	金森 侑紀
成人保健	森下 はるか

三方保健センター 45-1563	
所長(兼)	霜中 典子
新型コロナウイルスワクチン接種対策室	
室長	瀧口 陽子
室長(兼務)	小嶋 巧
接種支援(兼)	河原 生乃
接種支援(兼)	村松 芳行
接種支援(兼)	宮田 奏枝
接種支援(兼)	永木 繁美
接種支援(兼)	百田 聖子
接種支援(兼)	大下 裕子
接種支援(兼)	森下 はるか
(会)接種支援	池田 佳子
(会)接種支援	田邊 奈緒子

福祉課 62-2703	
課長	佐野 明子
課長補佐	田中 啓司
介護保険	島田 理恵
介護保険	中村 えり奈
高齢者福祉・介護保険	下西 裕絵
地域福祉・社会福祉	増井 兼一
地域福祉・社会福祉	江戸 祐輔
障害者福祉	田中 万理
障害者福祉	小堀 雄也
地域包括支援センター 62-2702	
所長	高田 徳雄
介護予防	崎田 典子
包括支援	堂前 和世
居宅支援	山田 薫
総合相談	澤 織絵
(再)介護予防	河原 智恵美
(会)居宅支援	片山 玉枝
(会)居宅支援	長谷 早苗
(会)相談員	今井 ひろみ

子育て支援課 62-2704	
課長	旭 明男
課長補佐	青池 和哉
保育事務	松宮 知里
児童手当・施設管理	大田 晃暢
相談支援	鳥羽 祐一朗
子育て世代包括支援センター	
所長	土阪 何夜子
相談支援	年光 仁美
子育て支援センター	
所長	和田 誠子
子育て支援	森上 広野
(会)子育て支援	成瀬 郁子
(会)子育て支援	山田 郁恵

教育委員会事務局	
事務局長	宮田 雅秋
学校教育 62-2730	
局長補佐	千田 茂
教育庶務	清水 美加子
教育環境	藤森 将志
施設管理	山形 真大
放課後児童	久池 篤史
社会教育 62-2731	
局長補佐	岡本 潔和
公民館・人権	石倉 文晴
社会体育	松宮 卓紀
青少年育成・国際交流	青池 大樹
リブラ若狭 45-2222	
施設管理	岡田 一也

* (再)：再任用職員

* (会)：会計年度任用職員

* 電話は直通番号をご利用ください。有線電話の場合は、市外局番(0770)は必要ありません。
 (NTT電話、IP電話、携帯電話の場合は市外局番が必要です。)

分掌一覽表

令和4年度

【学校給食】

給食センター	45-1830
所長	中上 博昭
(会)栄養士	高木 恵

【パレア若狭】

パレア文化課	62-2508
課長	山本 裕之
課長補佐	堀田 美名子
芸術文化振興	大下 祐市
ホール運営	山中 健至
施設管理	小林 大作
芸術文化振興	島田 真帆
図書館パレア館	62-2505
館長(兼)(司書)	石田 弥生
図書館リブラ館	45-9115
館長(司書)	石田 弥生

【縄文博物館】

歴史文化課	45-2270
課長	木下 忠幸
課長補佐	小島 秀彰
(再)文化財・学芸員	永江 寿夫
名勝・運営・施設管理	上下 勝
文化財・学芸員	岡本 晃明
文化財・学芸員	近藤 匠
観光活用・体験	山口 恵美
受付・運営	中村 友美
縄文博物館	45-2270
(再)館長(兼)	永江 寿夫
歴史文化館	
(再)館長(兼)	永江 寿夫

【学習支援員・校務員】

学習支援員	
(会)三方小	一瀬 聡子
(会)気山小	熊谷 智子
学校校務員	
三方小	小堀 義弘
みそみ小	河原 和明
鳥羽小	千布 誠
三方中	田辺 一郎

放課後児童クラブ	
(会)支援員	澤田 智子
(会)支援員	中島 和代
(会)支援員	大崎 理代子
(会)支援員	小竹 加克子

【公民館】

三方公民館	45-9137
(会)館長	小山田 勝昭
(会)主事	鑑継 みどり
三十三公民館	45-3103
(会)館長	石地 弘
(会)主事	川越 百々代
西田公民館	46-1515
(会)館長	高木 吉男
(会)主事	小西 ひろみ

鳥羽公民館	64-1800
(会)館長	池上 博
(会)主事	松宮 典子
瓜生公民館	62-0053
(会)館長	橋本 米次
(会)主事	畠中 八重子
熊川公民館	62-0135
(会)館長	片山 隆司
(会)主事	武田 智子

三宅公民館	62-0140
(会)館長	田中 和也
(会)主事	津田 理恵
野木公民館	62-1469
(会)館長	山形 久喜
(会)主事	村上 小百合

【保育所(園)】

みそみ保育所	45-0705
所長	左近 理恵
保育士	藤川 美紀
保育士	有田 知子
保育士	井上 由香理
保育士	緩詰 奈々
調理員	磯辺 美里
(会)保育士	中川 晴菜

中央保育所	45-1815
所長	河村 美和
保育士	天渡 美紀
保育士	中村 江美
保育士	上野 依希子
保育士	植田 雄也
保育士	武笠 菜夏美
調理員	竹下 純子

気山保育所	45-1329
所長	北川 香緒里
保育士	深川 朝子
保育士	河村 美鈴
保育士	久保 知子
保育士	栗駒 朋代
調理員	山内 ひとみ

とばっ子保育園	64-1100
園長	梅木 洋子
保育士	池上 幸子
保育士	竹内 奈央
保育士	加藤 美紀子
保育士	辻本 天子
保育士	竹村 百々香
調理員	藤田 美和

わかば保育園	62-1411
園長	武田 恵美子
保育士	高橋 文代
保育士	片山 暢子
保育士	森口 初美
保育士	塚本 晴名
調理員	森下 ほづみ
(会)保育士	大谷 彩乃

三宅保育所	62-1461
所長	寺井 和美
保育士	池田 純子
保育士	森下 麻子
保育士	島津 沙苗
保育士	大上 実歩
保育士	渡辺 真人
調理員	吉川 美佐江
(会)保育士	緩詰 真弓

ののほな保育園	57-1488
園長	竹内 美央
保育士	呉林 智代
保育士	塚本 由佳
保育士	武田 二葉
保育士	山本 翔真
(再)調理員	竹内 絹子
(会)保育士	田中 音衣

【診療所】

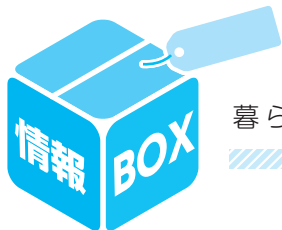
上中診療所	62-1188
所長	岡本 敏幸
管理者	長谷 健司
歯科医師	間 悠介
事務長	下島 寛久
事務	堀尾 順子

(再)放射線技師	前田 勝典
臨床検査技師	田辺 智子
作業療法士	清水 重和
理学療法士	和多田 鈴香
理学療法士	奥 共平
歯科衛生士	三島 めぐみ
看護師長	井上 みち代
主任看護師	中村 尚子
主任看護師	大下 雅美
主任看護師	本家 清美
看護師	下嶋 万枝
看護師	宮下 千夏
看護師	塚本 淳子
看護師	宇野 千春
看護助手	田中 愛
(会)看護師	岡本 晴美
(会)准看護師	岡本 京子
(会)准看護師	松宮 美智子
(会)薬剤師	増井 好伸
(会)歯科助手	青山 さとみ
(会)歯科助手	栗原 汐梨
(会)事務	西村 直和
(会)事務	中島 麻子
(会)事務	山田 莉央

通所リハビリテーション	62-1189
主任作業療法士	小林 佳洋
(会)介護職員	岡本 梨香
(会)介護職員	古川 るみ
(会)介護職員	中村 淳子

三方診療所	45-0714
所長	岩田 竹矢
事務長	西川 英之
看護師	石川 純子
看護師	衣川 尚美
(会)事務	竹村 鮎美





暮らしに役立つ情報をお届けします

“ごみ処理方法の変更について(第1弾)”

可燃ごみの処理

若狭町、小浜市、おおい町、高浜町で構成する「若狭広域行政事務組合」では、各市町の可燃ごみ焼却施設の老朽化に伴い、令和5年4月からの運転開始に向けて、新たな広域ごみ処理施設と中継施設の整備を進めています。

第1弾では、新施設の概要について、お知らせいたします。(※今後も、ごみの処理方法について、随時、お知らせしていく予定です。)

【可燃ごみ処理施設】

- 所在地：高浜町水明
- 事業費：84億1,500万円
- 敷地面積：約1万7,300平方メートル
- 建築面積：約2,200平方メートル
- 延べ床面積：約4,600平方メートル



イメージ図

- 施設の性能：新施設は、2基の焼却炉を備え、24時間運転を行います。24時間あたり計70トンの可燃ごみを焼却することができます。焼却時の熱エネルギーを利用した1,550キロワットの発電設備を備えており、施設内の電力をまかなうことで、電気代の削減を図ります。

【中継施設】

- 所在地：若狭町日笠
- 施設の性能：中継施設は、家庭から持ち込まれた可燃ごみを積替え、大型の運搬車で新施設へ運び、焼却処理します。



イメージ図

令和5年4月から可燃ごみの持ち込みについては、若狭町日笠の「中継施設」、または、高浜町水明の「広域ごみ処理施設」で受け入れをする予定です。

問い合わせ

若狭広域行政事務組合 ☎0770-62-2604
環境安全課 ☎0770-45-9126

“後期高齢者医療制度に関するお知らせ”

●一定以上の所得のある被保険者の医療費の窓口負担割合が変わります。

令和4年10月1日から、一定以上の所得のある被保険者および同じ世帯の被保険者は、現役並み所得者および同じ世帯の被保険者(窓口負担割合3割)を除き、医療費の窓口負担が1割から2割に変わります。住民税非課税世帯の方は、基本的に1割負担で変わりません。

※窓口負担が2割になる方には、令和4年10月から3年間、1カ月の外来医療費の負担増加額を3,000円までに抑える配慮措置があります。配慮措置が適用される方は、高額療養費として後日払い戻します。



●窓口負担割合が2割となる方は、次の条件にすべて該当される方となります。

- ①世帯内に住民税課税所得額(各種所得控除後の取得額)が28万円以上145万円未満の後期高齢者医療の被保険者がいる場合。
- ②後期高齢者医療の被保険者が1名の場合、被保険者の年金収入と年金所得以外の合計所得金額の合計が200万円以上であること。同じ世帯に後期高齢者医療の被保険者が2名以上の場合、被保険者全員の年金収入と年金所得以外の合計所得金額の合計が320万円以上であること。

※令和4年10月1日からの窓口負担割合については、令和4年8月頃に福井県後期高齢者医療広域連合で電算処理をして判定しますので、それまでは、お問い合わせ頂いても、お答えできません。

※今回の制度改正については、下記へお問い合わせください。

問い合わせ

後期高齢者窓口負担割合コールセンター
☎0120-002-719



暑さに慣れて、熱中症を予防しましょう

～令和4年夏の気温は全国的に高くなると予想されています～

「暑熱順化」という言葉を、聞いたことがありますか？

暑熱順化とは

暑熱順化とは、
体が暑さに慣れることです。
暑い日が続くと、
体は次第に暑さに慣れて（暑熱順化）、
暑さに強くなります。

暑熱順化による体の変化

暑熱順化できていない時



- ・皮膚の血流量が増えにくく、熱放散しにくい
- ・汗に含まれる塩分が多く、ナトリウムを失いやすい
- ・体温が上昇しやすい など

熱中症になりやすい状態

暑熱順化できている時



- ・皮膚の血流量が増えやすく、熱放散しやすい
- ・汗に含まれる塩分が少なく、ナトリウムを失いにくい
- ・体温が上昇しにくい など

熱中症になりにくい状態

※暑熱順化ができていても、数日暑さから遠ざかると暑熱順化の効果はなくなってしまいます。自分が暑熱順化できているかをいつも意識し、暑熱順化できていない時には、特に熱中症に注意しましょう。

暑熱順化に有効な対策

日常生活の中で運動や入浴をし、汗をかき、
体を暑さに慣れさせましょう。
個人差もありますが暑熱順化には、
数日から2週間程度かかります。
暑くなる前から暑熱順化のための動きや活動を始め、
暑さに備えましょう。

日常生活でできる暑熱順化するための動きや生活

ウォーキング・ジョギング (帰宅時に一駅分歩くなど)

ウォーキング 運動目安 30分
ジョギング 運動目安 15分
頻度目安 週5回



サイクリング

運動目安 30分
頻度目安 週3回



適度な運動 (筋トレやストレッチなど 適度に汗をかくもの)

運動目安 30分
頻度目安 週5回～毎日



入浴

(シャワーだけでなく、湯船に入るもの)

頻度目安 2日に1回



※上記はあくまで目安となります。個人の体質・体調、その日の気温や室内環境に合わせて無理のない範囲で行ってください。運動時は水分や塩分を適宜補給して、熱中症に十分注意してください。

出典：日本気象協会推進 熱中症ゼロへ

○熱中症に特に注意が必要な時期はいつ？

- ・最高気温が25度以上の夏日、30度以上の真夏日になることがあります。
体がまだ暑さに慣れていないため、熱中症に注意しましょう。
- ・梅雨で雨が降り、気温が下がると、それまでに暑熱順化していても、体が元に戻ってしまいます。
梅雨の晴れ間は特に注意が必要です。

○エアコンの点検も行い、適切に使用しましょう。

○熱中症の危険性が極めて高いと予測される「熱中症警戒アラート」が発令された場合は、音声告知放送でお知らせしますので、外出はなるべく避け、屋内であっても水分補給をこまめに行うようにしてください。

問い合わせ

健康医療課 ☎0770-62-2721
環境安全課 ☎0770-45-9126

“ 福祉のお仕事 ～移動相談会の実施について～ ”

福祉の仕事に関心のある方、福祉分野への就職や転職をお考えの方、職場での人間関係や仕事の内容に不安や悩みのある方等を対象に、スタッフが相談をお受けします。また、職員の確保や定着について悩んでいる施設・事業所の方からの相談にも応じています。ぜひこの機会をご活用ください。

【二州地区】

■日時：毎月第3火曜日 10:00～12:00

■場所：ハローワーク敦賀

敦賀市鉄輪町1-7-3 敦賀駅前合同庁舎1階

【若狭地区】

■日時：毎月第3水曜日 13:00～15:00

■場所：ハローワーク小浜

小浜市後瀬町7-10 小浜地方合同庁舎1階

問い合わせ

(福) 福井県社会福祉協議会嶺南支所
☎0770-52-7833

人のうごき Population (5月1日現在)

人口 13,977人 (前月-3) (前年-332)
[男 6,766人 女 7,211人]

世帯数 4,954世帯 (前月+6) (前年-43)

赤ちゃん Baby (4月届出)

おなまえ	性別	保護者	集落
いけだ はる 陽瑠 ちゃん	女	聖太 さん	(海士坂)
すが あやめ 彩芽 ちゃん	女	荘太 さん	(麻生野)
ふじもり かなた 奏詩 ちゃん	男	将志 さん	(グリーンハイツ)
にしむら こうな 紅那 ちゃん	女	悠馬 さん	(別庄)
たなか すい 翠 ちゃん	女	文也 さん	(せせらぎ)
やまだ つむぎ 紬生 ちゃん	女	樹 さん	(相田)

ご結婚 wedding (4月届出)

新田 亨平 さん ♥ 藤原 梨紗 さん (井崎)

納付のお知らせ(6月)

項目	期別	納期限
町県民税	第1期	6月30日(木)
6月の口座振替日		6月27日(月)
6月の口座再振替日		7月15日(金)

- ★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。

今月の表紙

春まつり

年に一度のおまつりです。今年
は良い天気になりました。
お囃子を響かせながら獅子
の登場です。
「ぼくは怖かったけど頑張
りました!」



(4月3日 海士坂にて
写真: 四方由紀子)

まごころ基金

故 吉村 領様(白屋)..... 100,000円

ありがとう Thanks

ふるさと納税 (3月)

勝又 啓太 様	澤田由美子 様	堀 紗希 様	上内 康政 様	澤田 篤郎 様
吉岡 尚徳 様	吉川 賢志 様	菊地 利正 様	熊谷 明典 様	浦野 甲士 様
片岡 惣一 様	林 諭 様	久保 功 様	安川 倫子 様	今井 洋介 様
金子 英彰 様	高田 博輝 様	長堂 朝圭 様	柳田 光康 様	匿名431名
ふ しゅみ 様	森 一紀 様	横山 修 様	石田 健太 様	
金山 邦彦 様	山本リンリン 様	中本 寿宏 様	向井 彩乃 様	
足立 幸謙 様	樋口 嘉彦 様	浅田 昌紀 様	谷口 充展 様	
野村 誠 様	岸本 行雄 様	CHAO TZUHSIANG 様	蒲池 信介 様	
前野 剛伸 様	三田村一彦 様	北村 健夫 様	森 大輔 様	合計6,002,000円

「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 TEL 0770-45-9109 FAX 0770-45-1115
若狭町役場 総務課広報係 E-mail: soumu@town.fukui-wakasa.lg.jp

くらしのカレンダー

6月



■子育てのこと ■相談ごと ■健康のこと

1 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
2 木	4か月児育児教室 受付9:30～9:40 パレア若狭	
3 金	赤ちゃん広場(ベビーマッサージ) 10:00～11:30 リブラ若狭芸文室 にこにこ交流会(花育) 10:00～11:30 梅の里保育園	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 リブラ若狭 がん検診(大腸・乳・子宮頸) 【要予約】 受付12:45～13:45 リブラ若狭
4 土		
5 日		
6 月		上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ パレアフイットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
7 火	あ・そ・ぼ! 10:30～11:30 リブラ若狭びよびよルーム あそびにきてね 10:00～11:30 旧岬保育所	
8 水	いきいき広場 9:00～11:00 三宅保育所 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 人権相談 9:00～11:30 シルバー交流プラザ2階小会議室
9 木	いきいき広場 9:00～11:00 とばっ子、ののはな、中央保育所 12か月児育児教室 受付9:30～9:40 三方保健センター	バランスボール(+筋トレ)教室 13:30～14:30 岩澤スポーツプログラマー 三宅公民館
10 金	すくすく広場(骨盤ケア)【要予約】 10:00～11:30 リブラ若狭びよびよルーム にこにこ交流会(読み聞かせ) 10:00～11:30 梅の里保育園	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
11 土		
12 日		
13 月	子どもの育ちの相談日【要予約】13:00～16:00 上中庁舎	上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ パレアフイットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
14 火	いきいき広場 9:00～11:00 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
15 水	いきいき広場 9:00～11:00 気山保育所 みそみミニすく 10:00～11:30 三十三公民館 2歳児育児教室 受付9:20～9:30 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
16 木	おひさま広場(ベビーマッサージ)【要予約】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	
17 金	にこにこ交流会(助産師さんのお話と計測) 10:00～11:30 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 がん検診(大腸・乳・子宮頸) 【要予約】 受付12:45～13:45 歴史文化館
18 土		
19 日		
20 月		上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ パレアフイットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
21 火	あそびにきてね 10:00～11:30 梅の里保育園	行政相談 9:00～12:00 三方公民館
22 水	いきいき広場 9:00～11:00 三宅、気山保育所 にこにこ広場(ママとクッキング) 10:00～11:30 旧岬保育所	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
23 木	いきいき広場 9:00～11:00 とばっ子、ののはな保育園	バランスボール(+筋トレ)教室 13:30～14:30 岩澤スポーツプログラマー 三宅公民館 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 リブラ若狭 がん検診(大腸・乳・子宮頸) 【要予約】 受付12:45～13:45 リブラ若狭
24 金	すくすく広場(木のおもちゃで遊ぼう)【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(手作り布おもちゃ) 10:00～11:30 梅の里保育園	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
25 土		
26 日		
27 月	子どもの育ちの相談日【要予約】13:00～16:00 リブラ若狭	上中健康体操教室 受付13:30～ 開始14:00～ パレアフイットネス 嶋本インストラクター 歴史文化館3階和室
28 火	いきいき広場 9:00～11:00 わかば、みそみ保育所	
29 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
30 木	7か月児育児教室 受付9:00～9:10 パレア若狭	

※ストレス・心の相談は随時受付(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。



健康チャレンジしてみよう!!

実は、若狭町は高血圧者が多い町。
歩くこと、減量することは血圧を下げる効果があります。
これを機会に、あなたも測ってみませんか?



血圧測定・体重測定・歩数測定のうち自分が取り組むものを1つ決めて、30日または60日分記録を付けると景品をプレゼント! (すでに取り組んでいるもの以外で1つ決めてください。記録は毎日じゃなくてもOK)

18才以上の若狭町民が対象です。年間おひとり様1回限り参加可能。申請期間は令和4年12月19日(月)まで。

多くの町民が住み慣れた自宅で1日でも長く元気で過ごすために「わがまち健康プロジェクト」を繰り広げています

- 健康医療課または三方保健センターに申請し、記録手帳を受取る
ご自身のお好きなスマートフォンアプリで記録も可
- 30日または60日測定し記録する
- 申請から3か月以内に健康医療課または三方保健センターへ記録を見せにくる➡景品をゲット!

60日取り組まれた方は
すこし豪華に!

体重または歩数測定に取り組み、
目標達成した人には特典があります。



景品内容

A 減塩商品詰め合わせ



B 万歩計



いずれかをお選びいただけます

※商品の内容に変更になることがあります

問い合わせ

健康医療課

☎0770-62-2721

文芸ひろば

五湖句会

村の名の駅舎のカフェや春灯
理科好きは父親ゆづり木の芽張る

石井 達(上野)
原 稔(田井)

大鳥羽山水会

風そそぐ一歩踏み出す暖かき
花曇一人暮らしの注意書

松宮 妙子(大鳥羽)
松鼻澄美江(大鳥羽)

かざり歌会

制服の姿もりり一年生
この日喜ぶ亡き友の顔

山口賀代子(気山)

玄関から見えるさくらら蓄から

日毎ふくらみ今日は満開

砂原恵美子(気山)

上中短歌会

忘れ難き夫倒れ日も凍てつい

十七回忌の今年も大雪

川端美代子(日笠)

針箱に握り鉄の古ぼけて結び

布に母の名の「ミヨ」

井上 弘子(下タ中)

若狭町冠句の会

宝物 四季ある緑の里が好き
ラブソング 母に捧げるありがとう

黒石 嘉枝(相田)
池上 博(三田)

三宅公民館つくし句会

亡夫残し日記頼りに春の畑

高木 笑子(杉山)

先月号に誤りがあったため再掲します。謹んでお詫び申し上げます。

入学・入所特集



4月8日
梅の里小学校



4月6日
みそみ保育所



4月8日
上中中学校



4月8日
熊川小学校



〈写真・四方由紀子〉

4月4日 私立 梅の里保育園

4月5日 私立 明倫保育園

4月6日 中央保育所・気山保育所・とぼっ子保育園・
わかば保育園・三宅保育所・ののはな保育園

7日 気山小学校

8日 三方中学校

三方小学校・みそみ小学校・鳥羽小学校・
三宅小学校・瓜生小学校・野木小学校