

このページでは、避難生活での疑問や、除染・補償・賠償に対する質問にお答えします

「協力ありがとうございました」
4月17日 福島県青少年会館体育館の無料開放でお聞きしました

無料開放でお聞きしました



菅野弘さん(宮内)

(質問) 県青少年会館の体育館開放を仲間と一緒に利用しています。利用できる日がもっと増えるとなうれしいのですが。

(回答) いつもご利用いただきありがとうございます。

村と「いいたてスポーツクラブ」では、毎週水曜日(午前10時～正午)に、住民の皆さんのふれあいとスポーツの場として県青少年会館の無料開放を行ってまいりました。今後、県青少年会館と調整して、さらなるスポーツ機会の確保に努めたいと思います。

また、飯館中学校の仮設体育館及びグラウンド(飯野町)、草野・飯樋・白石小学校の仮設体育館及びグラウンド(川俣町)の開放や、4月からは、毎週水曜日(午後1時30分～3時)に伊達東公民館ホールの無料開放事業も展開しております(関連記事P10)。皆様のご参加をお待ちしております。
※問い合わせ・申し込みは村教育課生涯学習係 ☎024-562-4240 まで。

大澤京子さん(上飯樋)



(質問) いやしの宿での「までい健幸運動教室」を楽しく利用していたので、3月で終了してしまい、とても残念です。

(回答) 平成24年度は、1年間にわたり国の補助を受け、いやしの宿や各仮設住宅で運動教室を実施してきました。今年度も引き続き実施しますが、現在どのような教室を行うのか検討をしているところです。日程や会場が決まりましたらお知らせしますので、その際には是非ご参加ください。

また、教室だけでなく毎日の生活の中で体を動かすことがとても大切です。例えば1日30分時間を決めて歩く、毎朝ラジオ体操をする、寝る前に30回腹筋をするなど、具体的に目標を決めると継続して行うことができます。お仕事などで忙しい方も、買い物の時遠くに車を停める、エレベーターではなく階段を使う、歯磨きをしながらかかとの上げ下げをするなど日常生活の中で少し意識して実践してみてください。

村民の皆さんの中には、避難してから体を動かす機会が減った、体重が増えた、それによって生活習慣病を引き起こしている方がとても増えています。元気に避難生活を乗り切るためにも、ぜひ皆さんで声をかけあって体を動かす習慣をつくりましょう。

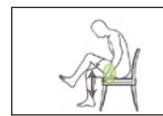
・ **おすすめ筋トレ** ・

①スクワット(太もも・お尻・大腰筋)



足は肩幅に開きます。膝をつま先よりも前に出さずにイスに座るように股関節と膝を曲げます。

③腿上げ(腹筋・大腰筋)



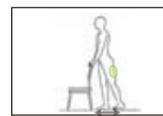
イスに浅めに腰かけ、膝をゆっくりと胸に引き付けます。

②膝伸ばし(太ももの前)



イスに浅めに腰かけ背筋をまっすぐにして、膝を伸ばします。

④後ろ蹴り出し(お尻)



イスの背に手を置き、ゆっくりと腰を反らせずに脚を後ろに持ち上げます。

いいたてのおはなし聞かせっかい



大雷神社の雨ざい

昔、「丑のくまばつ」つう大かんばつがあつたんだ。水は一つも無くて、田んぼだの畑だの干っからびたんだ。ほんでお代官様とお目付け様は、村の人らどこ見がねで、神社の境内を集めて、大雷神様と田の神様さ雨ごえさせだんだ。法印様も「何でかんで雨降らせでくいるように」つうて、お祈りしたんだ。

いよいよ最後になって、村の誰が、大声で雨ごえ言うことになったんだげんちよも、何してだが、誰も前さ出つべしねがったんだ。ほんで仕方ねがら、「無理やり誰がご出すべ」つうごんごんつうて、軍次つう男、前さ突き出さいつちまったんだ。

軍次は、困ちまったべし、おそれ多いべし、「もしかして、雨降んねがたらなじよすつべ」ど思つて、心配でビグビグしたんだ。んでも、仕方ねがら腹決めで、祭壇の上さがつてったんだ。

ほうして、目つぶつて、思いつきり空気吸つてえ、「雷さまあー、頼んからあ、雨降らせでくんちえー」つて、打裂げ

のような大つけえ声で叫んだんだ。ほうすつと、今までカンカン照つた空さ雲かがつてきて、「ポツ…ポツ…ポツポツ…ポツポツポツ…」つて、とうとう雨降つてきたんだ。ほだから、お代官

様はじめ村の人らは、ほれ「そ喜んで、特に、軍次の喜んだ」ごつたら、何だもねがった。

んだがら、村の人らは大雷神様と田の神様ごとは、大雷神社として、今でも大事に祀つてんだ。

(飯館民話の会発行「語つて聞かせっかい」掲載「大雷神社の雨ざい」を要約)



結婚おめでとう



氏名	行政区
庄司 正博	伊丹沢
佐藤 恵里	浪江町
齋藤 百年	大久保・外内
尾上 美登子	鹿児島県
熊谷 裕一	福島市
鈴木 瑠美	二枚橋・須萱

いつまでもお幸せに

誕生おめでとう



赤ちゃんのなまえ	親の氏名	行政区
仁科 祥ちゃん	貴文・真澄	佐須
庄司 陽向ちゃん	容平・己寿恵	関沢
大谷 実夢ちゃん	竜久・香代子	小宮

すくすくと元気に育つてね

おくやみ

氏名	年齢	行政区
大和田 ヨツ	84	八木沢・芦原
大久保 勝美	97	大倉
石川 正一	89	小宮
椀澤 元一	78	草野
齊藤 陸雄	73	伊丹沢
高倉 武雄	92	関沢
井上 ユキノ	74	関沢
庄司 精人	84	関沢
高倉 久	82	伊丹沢

ご冥福をお祈り申し上げます

(3月21日から4月20日までに届け出のあったものを掲載) ※この欄に掲載を希望しない方は、届け出のときに住民係へ申し出てください。

編集後記

広報担当2年目の春。21日にはまさかの大雪！村内は20センチ以上の積雪があったようです。今年度も、昨年同様、二人体制で広報をお届けします。皆さんの旬の話題を元氣にお届けしたいと思います。今頃から、村の民話を紹介するコーナーを設置。村には不思議な地名やいわれ、面白い民話がたくさんあります。村をいつまでも忘れなため、次世代に語り継いでいきたいものです。広報担当も「飯館学」を勉強！今回の特集で當農再開の方に取材。「一人ひとりの復興」について考えさせられました(羽田)

