

赤石澤 忠則さん（上飯樋）



避難先の福島市で、トルコギキョウ・ストックなどの花き栽培に取り組んでいます。新制度のもと、7月から、村の農業委員を務めています。

震災の直後は、学生時代の友人に声を掛けてもらい避難した栃木で、野菜農家を手伝っていました。手伝いながら、「やっぱりやってきたことを生かして自分で農業がやりたい」と考えていました。

それは、ゼロからの出発で、まずは土地探しからでした。水があり、放射能の影響が低い所…福島市内で「貸してもよい」という人が見つかり、畑地を借りることができました。そして国の交付金事業が立ち上がると聞き、村を通して状況を訴え…。1年かけ

て立てた計画が採択され、花き栽培を再開できたのは、平成25年のことでした。

土壌や気候の違いがあり、トルコ（ギキョウ）もよく頑張っていました。最初の年の品質は問題外でした。作型を変え、今はある程度、市場でも良い評価がもらえるようになっていきます。

自分がやりたいと言って建ててもらった施設ですから、いずれ更地にしてお返しするにしても、見合う実績を残せるまで、妻と2人で踏ん張ろうと思っています。指導や助

言、維持管理に関わる何らかの助成など、村外の営農者にも、村から力を貸していただければ助かります。

震災当時の不安や悔しさを糧にやってきて、今この施設を放棄して帰ることは考えにくいのです。7年が経ち、「戻る」「戻れない」「戻らない」といった選択をしなければならぬ時、事情はとも複雑です。それでも私は村の連帯感を感じていたい。それが村の良さだと思っています。

村の人に会えば、ほっとします。村で暮らしてきたつながりを大切にしていきたいと思っています。戻った人の頑張りを応援したいし、できることがあれば、自分も協力していくつもりです。

私は村の田園風景が好きでした。手入れが行き届いたあの美しさは、他とは違いました。誰もが見に行きたくなるあの風景を、いつの日か取り戻せるよう願っています。

推薦をいただき、農業委員となりました。村には元気になつてもらいたい。勉強させてもらえる機会として、一生懸命やりたいです。

心も自分も大切に。

村民の皆さんからの相談に、堀先生がお答えします

おしえてくんちえ！堀先生

相談 夜、ぐっすり眠ることができなくて。。。

堀先生 夜に眠れない、睡眠薬を使っているけど、できればやめたいという相談をよく聞きます。眠れないことにはいろいろ原因があるのですが、案外と見落とされているのは、カフェインの取り過ぎです。コーヒーを一日に5杯も6杯も飲むという方が時々おられますが、そういう場合には、コーヒーの量を控えてもらうだけで眠れるようになります。

コーヒー以外にも、栄養ドリンクとかエナジードリンクとか呼ばれているものにもカフェインが多く含まれています。特に夜は飲み過ぎに注意して、しっかりと眠って暑い夏を乗り切ってまいりましょう。



精神科医 堀 有伸 先生
ほりメンタルクリニック院長

「心の健康相談」お問い合わせは 健康福祉課健康係（いちばん館内）☎0244-42-1638まで

こころのぽけっと

福、来たる

全く思ってもみなかった長期の避難生活です。村民の皆さんは、大変な思いをしたのだから、これから先は「福、来たる」といきたいものです。

「福」を呼ぶには、5つの習慣が必要とかの話聞いたことがあります。多分「笑顔」「おせっかい」「分け合う」「即行動」「脱不幸」だったような気がします。

1つ目の「笑顔」は「笑う門には福来たる」ということわざは誰でも知っている話ですね。2つ目の「おせっかい」は人のために「何かしてあげたい」という気持ちが大切ということでしょう。3つ目の「分け合う」も相手のことを考える…つまり、私が何回か口に出している「心のシェア」ということかもしれません。4つ目の「即行動」は足をつかって、身体を動かし、健康を保つことも「福」を呼ぶ大切な要素ということだと思います。

5つ目の「脱不幸」は正に「考え次第」ということではないでしょうか。世の中には「0か100か」という極端なモノサシしか持たない人が結構いますが「モノは考えよう」です。人間には「不幸」か「幸福」かの2つしかないわけではありません。世の中の大変なことをクジの「中吉」ぐらいに考えて、難しいことですが「不幸」な出来事に遭った時、「まあ、いいかとするか」とか「凶でないから、ついてるのかも…」ぐらいに考えたと「福」を呼び込むことが出来るということでしょう。たった1度の人生ですので「不幸」を背負ったままの人生にしないよう少しでも「福」を呼び込む習慣を身につけたいものですね。

平成30年7月17日 飯館村長 菅野 典雄



誕生おめでとう

赤ちゃんの名前	親の氏名	行政区
あみちゃん 小山田 杏美	君・静花	前田



すくすくと元気に育ってね



結婚おめでとう

氏名	出身地
佐藤 雄紀 伊東 千亜紀	二枚橋・須賀国見町
佐藤 義幸 折笠 優紀	関根・松塚福島市

いつまでもお幸せに



おくやみ

氏名	年齢	行政区
熊谷 人平	83	前田・八和木
大内 八郎	68	八木沢・芦原
高野 右一	56	伊丹沢
星 廣見	93	前田・八和木
林 トメ子	89	白石

（6月21日から7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。

ひとのうごき

（平成30年6月30日現在）		6月1日～30日までの人口動態	
人口	今月（前月比）	◆◆人口動態◆◆	
男	2873人（-10）	転入	1人
女	2881人（-13）	転出	23人
計	5754人（-23）	出生	3人
世帯数	1810戸（-3）	死亡	4人
			（住民基本台帳人口）