

「笑ってストレス解消！」

「笑いと健康」について真剣に研究され、

全国的に活躍されている大平哲也先生をお招きし、「笑い」の効能をわかりやすく解説していただきます。

毎日の生活の中に「笑い」を取り入れる方法を覚えれば、上手にストレスを発散することも期待できます。ストレスへの新しい対処法として注目されている「笑いヨガ」をいつしょに体験してみませんか？

●日 時：平成26年12月8日(月)

午後6時30分～午後8時

●会 場：季の郷 湯ら里
●講 師：福島県立医科大学 疫学講座
教授(医師)大平 哲也 先生

〈日本笑い学会理事〉

循環器疾患をはじめとする生活習慣病、認知症などの身体・心理的リスクファクターの研究及び、心理的健康と生活習慣との関連についての研究や運動、音楽、笑いなどをはじめとする効果的なストレス解消法についての実践的な研究を行つていらっしゃいます。

●問い合わせ

保健福祉課

保健係

☎ 84-7005

町長の手帳

町長スケジュール(10月分)

- 1日 湯ら里役員会、ふるさと大使委嘱状交付式・懇談会
2日 道の駅 湯川・会津坂下開所式・祝賀会(湯川村)
固定資産評価委員辞令交付式、只見振興センター建設検討委員会
3日 県道小林館ノ川線期成同盟会要望活動
(南会津町・福島市)
4日 全会津芸術文化振興大会
5日 河井繼之助没後147年法要・市民の集い(長岡市)
6日 南会津町村長会議(南会津町)、会津地区JA合併構想説明会・懇談会(会津若松市)
7日 庁議
9日 国道289号八十里越開通に向けた事業(県境)
11日 水の郷うまいもんまつり、生物多様性について語ろう
12日 水の郷まつり(沼ノ平登山)
13日 只見町駅伝大会
15日 福島県鉄道活性化対策協議会要望活動(新潟市)
17日 渡部琴子さん百歳賀寿、柏市ふるさと協議会連合会視察研修
18日 町づくり元気塾、佐藤雄平氏御尊父告別式
19日 只見町秋季消防検閲式
20日 会津地区国有林野等所在地元市町村長有志協議会(会津若松市)
21日 只見町議会全員協議会、八十里越視察見学会・交流会(只見～三条市)
22日 宝生流宮下みやび会発表会
25日 会津会総会・懇親会(東京)
26日 南郷トマトまつり(南会津町)
28日 除雪安全祈願祭・除雪始動式(南会津町)
29日 福島県森林・林業・緑化協会役員会(福島市)
30日 福島県町村会役員会、県選出国会議員との意見交換会(東京)
31日 県選出議員との朝食会、復興大臣等に対する要望活動(東京)

「自然首都・只見」ブランド

11月1日、名古屋イオンモールで開催された会津の物産祭りに出席してきました。これは、会津17市町村が参加する「桜咲く会津振興プロジェクト協議会」がイオンの協力により開催した会津全域の大規模な物産販売促進会で、地元食材で作られた惣菜がフロア狭しと並べられ、会津食材の豊かさに改めて感動しました。少し前までは遠慮された地元産品が、ここまで受け入れられるようになってきたことも実感しました。

只見ユネスコエコパークを紹介するブースも設けられ、3D画像による只見の自然紹介は子ども達を中心に人気を呼んでいましたが、施設全体で3万人の来客がある場所なので、紹介方法を工夫すればもっと只見の魅力を伝えられたのではないかとも思いました。

来客の方々は、「自然首都・只見」という名前の響きの良さに興味と好印象を持たれていたようでしたが、これは只見町の価値を表す地域ブランド名です。分かりやすくさらに明確にそのブランド価値を高めるため、具体的な取組み、活動をおこす手法として取り入れたのがユネスコエコパークで、ここが大切なポイントだと思います。今年も役場若手職員のプロジェクトチームがエコパーク事業の検証と新たな事業提案に取り組んでおります。次年度の取り組みには町民の皆さんからも提案を頂ければと考えておりますので皆さんのご協力をお願いします。

只見町長 目黒 吉久

町民の消息

(10月1日～10月31日届出分)敬称略

■おくやみ申し上げます

佐藤 實	89歳	入叶津
赤塚 哲郎	65歳	長浜
吉津 忠	79歳	長浜
菅家 ふくよ	92歳	長浜
五十嵐 恭子	72歳	塩ノ岐
五十嵐 揚一	83歳	蒲生
長谷部 悟	81歳	叶津

*「町民の消息」欄に掲載を希望されない方は、届出のときにその旨をお伝えください。

人のうごき

平成26年10月1日現在

人 □ 4, 555 (-23)

男 2,216 (- 8)

女 2, 339 (-15)

世帯数 1,800 (-11)

高輪化率 4.3 3%

*高齢化率とは、65歳以上の人⼝に占める割合です。

転入 4 転出 16 出生 2 死亡 13

あとがき

▽昨年の只見の紅葉時期は11月になつてからだつたかと記憶していますが、今年は10月中旬には見頃を迎えていました。

▽綺麗な紅葉の写真を撮ろうとシャッターを何度も切りましたが、自分の目で見る景色と写真に収めた景色は違うものでした。自分の目ではとても綺麗に感じた景色も、写真では何か物足りなさを感じます。その場の雰囲気や匂い、肌に当たる風が秋を感じさせ、景色をさらに綺麗に見させてくれるのだと思います。写真も良いですが、見たい景色は直接その場所に行つて見る事を私はおすす

(吉津)

町民憲章

- 1、ゆたかな緑ときれいな水をまもり美しい町をつくりましょう
 - 1、互いに助け合い親切をつくし楽しい町をつくりましょう
 - 1、産業をおこしみんなで働ける豊かな町をつくりましょう
 - 1、教養を深め心と体をきたえ文化の町をつくりましょう
 - 1、きまりを守り良い風習を育て住みよい町をつくりましょう

生涯學習推進員
湯田 千穂

明和振興センター
図書室 86-2111

おすすめ新着図書

★マスカレード・イブ



著 東野圭吾
(集英社)

★だいすき! 絵本からうまれた おいしいレシピ



著 きむらかよ、
晶子、
伊能勢敦子
(宝島社)

子供と一緒に絵本を読んで、その後にそのお菓子を再現する！きっと子供には、とってもうれしい記憶になると思います。子供が絵本を楽しめる本であり、大人の方にも、「懐かしい！大好きだった絵本のお菓子ができる！」と思える一冊です。

★その他、別棟、図書室(旧支所)にもたくさん本を置いております、利用時間は午前9時から午後4時までです。(土日祝日は閉館)ぜひご利用下さい。リクエストも随时受付しています。