

# つなげよう つながろう ふたばのわ

コミュニティ情報紙「ふたばのわ」は、  
町民皆さんとそれを支える全ての人を巻き込み  
それぞれの思いやあらゆる情報に  
共有・共感できる紙面をめざしています。  
月に一度、ふたばのわのページをめくって  
みんなで一緒に笑顔になりませんか。



表紙は第5回双葉町民交流パークゴルフ大会での  
準備運動の様子(いわき市)

- ▶ 婦人学級まるわかりレポート①(P2~3)
- ▶ 夏到来!みんなでスポーツを楽しもう・町職員からのありがとうメッセージ(P4~5)
- ▶ スマイルフォト・情報掲示板(P6) ▶ 町からのお知らせ(P7)
- ▶ 放射線モニタリング情報・ふたさぼミニコラム・ブログふたばのわ(P8)

■発行: 双葉町秘書広報課(☎0246-84-5202) ■企画・編集: 双葉町復興支援員(ふたさぼ)

インターネットでも つなげようつながろう ふたばのわ

 町公式フェイスブックページ ▼  
<http://facebook.com/fukushima.futaba>

 町公式ブログ ▼  
<https://futabanowa.wordpress.com>



# 婦人学級

## まるわかりレポート①



※平成29年度の活動より



双葉町には現在10の婦人学級があります。学級によっては男性が参加しているところもあり、メンバー構成も活動内容も実にさまざまです。

婦人学級は双葉町の前身である標葉町が誕生した昭和26年には、すでに活動していたという記録があります。学級生の教養を高め充実した生活を送り、学級生相互の絆の維持や、親睦を図ることを目的としています。

震災前は行政区ごとに婦人学級があり、持ち寄った食材で料理をしたり、警察官や保健師などを講師に招き学習活動をしたりしていたそうです。震災後は

避難地域ごとの婦人学級を新たに設け、開級当初こそ町の支援を必要としましたが、現在は学級生の皆さんが中心となり運営にあたっています。そんな婦人学級の皆さんの活動を、本紙にて数回に分け紹介していきます。(取材順に掲載しています)

今回取材させていただいた4つの婦人学級の様子は、「ブログふたばのわ」でも紹介しています。本紙に掲載しきれなかった写真もありますので、ぜひご覧ください。

「ブログふたばのわ」の閲覧方法については、下記の通りです。

### ブログふたばのわの閲覧方法

『ブログふたばのわ』は町公式ホームページのトップページのアイコンから(図①)、タブレットをお持ちの方は、インターネット便利帳ボタンから(図②)ご覧いただけます。



### パッチワーク大好き 会津ふたば会 会津若松市

5月16日、会津ふたば会の皆さんはパッチワークを楽しんでいました。いつも会津若松市内の寺院の一角を借りて活動しているという皆さん。年数回の研修旅行以外は、月2回ほどのパッチワークが活動の定番です。この日の制作はログキャビンコースター。ログキャビンとは丸太小屋のことで、左下の写真のようなパターンコースターが出来上がります。パッチワークは、縫い合わせる作業のほかにも、布の長さを合わせる計算なども伴います。参加者の一人は、頭をつかうことが脳の若返りに繋がっていると話していました。会津ふたば会の皆さんの作品は、秋の町民作品展覧会で見るすることができます。今年はどんな作品が並ぶのか楽しみですね。



笑顔いっぱい  
ひめ萩婦人学級  
仙台市

仙台市を拠点に活動しているひめ萩婦人学級。中には自宅から1時間かけて参加している方もいるそうです。5月17日は、添加物を使用しないハーブソーセージ作りを行っていた皆さん。仙台市でイタリアンレストランを経営されているという、とても明るい先生を講師に迎え、二人一組、5つの班に分かれ作業スタート。開始早々「あー！卵入れるの忘れた」「皮、破っちゃったよー！」など、さまざまなお悩みがあちらこちらで発生。しかし、皆さん次第にコツを掴むと、あつという間に形の良いソーセージが出来上がっていきましました。完成後の試食会では「おいしいー！やっぱりおいしいものを食べるには手間暇かけないとね」といった声がかれました。ソーセージの調理中も試食時も、とにかく笑顔と笑い声が絶えないひめ萩婦人学級でした。



フットワークが自慢  
すみれ婦人学級  
いわき市南部

5月18日、すみれ婦人学級は北茨城市のマウントあかねで風鈴絵付け体験&食事をしました。2つのテーブルに分かれ、この季節限定の風鈴絵付け体験に参加した皆さん。慎重に下書きをする方、「めんどくさいから直接描くわー」という方。各々のやり方で好きな模様を絵付けしていきましました。作品完成後「孫に笑われる」と笑顔で話しながら、お互いの作品を見せあつていきました。

すみれ婦人学級では、月ごとの担当者が活動の下調べから準備・手配まで行っているそうです。「分担しないと誰かが大変になっちゃうから」と、皆さんで協力し合つて活動をされているようです。6月は舟下りを予定しているという皆さん。すみれ婦人学級はウォーキングやバス旅行など、この後もアクティブな活動が続くといつことですよ。



健康志向!!  
しらゆり婦人学級  
南相馬市

南相馬市のしらゆり婦人学級は現在会員が35人おり、普段は原町区にある生涯学習センターで様々な活動を行っています。5月23日は、3つの道具(ヘルター、ボール、ベル)を使用して行う3B体操に13人が参加していきました。3B体操は、激しい運動をしなくても健康効果が期待できるといわれています。ゆつくりとした動きで筋肉に負荷をかけるため、想像以上の運動量です。参加者からは「いい運動だ」「明日は筋肉痛だね」という声も聞かれました。中には「姿勢が綺麗です」と、先生から褒められる方も。参加者の中には、普段から社会福祉協議会の体操にも通つているという方や、毎日自宅で踏み台昇降を100回以上行っているという方もおり、日頃から健康維持を意識されている方が多い印象のしらゆり婦人学級でした。



5/30

## グラウンドゴルフ大会

5月30日、(株)クレハいわき事務所総合グラウンドにて双葉町老人クラブ連合会による、第7回グラウンドゴルフ大会が行われました。親睦交流を目的としたこの大会。当日は22人が参加しました。グラウンドゴルフは、6センチメートル大のボールを木製のクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を競うスポーツです。ルールもごく簡単なことから、初心者の方でも楽しく取り組むことが出来

ます。数日前の雨の影響で、グラウンドには起伏がありました。二「それも言めてコースだ」と皆さん悪条件をものともせずプレーを楽しんでいました。

6/2

双葉町民交流  
パークゴルフ大会

6月2日、いわき市鮫川河川敷公園コースにおいて第5回双葉町民交流パークゴルフ大会が開催されました。大会には40人が参加し、36ホール、ストロークプレーで競技が行われました。この日は伊澤史朗町長も参加。伊

澤町長は「プレーを楽しめたのはもちろんですが、皆さんと色々な話をする事が出来て良かった」と話しました。今大会の成績は、男性の部は安藤義勝さん、女性の部は佐々木トモさんが優勝。この他ホールインワン賞やブービー賞などの入賞者に、表彰状と記念品が贈られました。

両大会ともグラウンド内では、「あらら、もつたない」「やっぱり優勝候補だわ！こんなに上手いんだもん」など、互いのプレーで「喜ぶ」参加者

の姿がありました。皆さんからは「グラウンドゴルフを楽しみに来たけど、一番はみんなの顔を見られること」「1年ぶりに皆さんにお会いできて元気をいただけました。双葉町の人の顔を見ると安心しますね」などの声が聞かれ、このようなスポーツ交流イベントが町民同士の絆をつなぐ場となっていることがよく分かりました。参加者の皆さんは共にスポーツを楽しみながら、一緒に笑ったりがっかりしたりする時間を共有し、体の健康と同時に心の健康も育んでいたようです。

## 夏到来！みんなですポーツを楽しもう



## 毎日の柔軟体操を欠かしません

石川榮次さん(下長塚)

毎日仕事の前に柔軟体操をしています。膝の屈伸など、決まったセットを行っています。前屈して手のひらが地面につくぐらい柔らかいよ。



グラウンドゴルフ大会と  
パークゴルフ大会で聞きました!

# 『あなたの健康を 支えていること』

## 教えてください

## グラウンドゴルフを ずっと続けています

根本千恵子さん(下条)

震災前の5年、震災後3年。ずっとグラウンドゴルフを続けています。現在は会員が68人もいる郡山グラウンドゴルフ協会の五十鈴クラブにお世話になっています。



## 趣味は釣り。他にも大会参加や 剪定など体を動かしています

須藤訓行さん(下長塚)

趣味で以前から好きだった釣りをしています。他にもツツジの剪定や、グラウンドゴルフ大会・パークゴルフ大会に必ず参加して、体を動かしています。



## 釣りが大好き!

佐藤五郎さん(郡山)

双葉町にいたときから釣りが大好きです。前田川で釣りをしていたときはウナギやナマズを釣っていました。今は鮫川でコイや亀を釣っています。



## デイサービスでのさまざまな運動。 そのおかげで...

田中イクさん(三字)

デイサービスでリハビリ運動や器械運動をしています。震災後に腰が悪くなり、大好きだったグラウンドゴルフが出来なかったのですが、運動のおかげでまた元気に動けるようになりました。



い  
ま  
し  
た。  
当時は役場も膨大な業務に追われ、丁寧  
なごあいさつもできず、改めて、多くの支援に  
対して御礼を申し上げます。ありがとうございます。

小谷野様には、双葉北小学校の母子像を  
制作されたという縁で各種の支援をいた  
だきました。国際的な交流活動も展開されてい  
る中、双葉町を支援するために多くのご心配  
と、国内をはじめ海外からの支援や励まし  
のお言葉をいただきました。さらに、町民の方  
を励ますため、御子息様の関係でバリ舞踏を  
ご披露いただき、たくさんの方の勇気ももらいま  
した。

## 絵画保存研究所 小谷野様へ

このコーナーでは、2017年8月から開始された  
双葉町ありがとうメッセージプロジェクトの中で、町に  
寄せられた物心両面にわたるご支援の数々に対する、  
町職員の皆さんからの感謝のメッセージを紹介します。



# ふたさぼのわ スマイルフォト

～笑顔でみんなをつなげたい～



5月17日(木)  
ひめ萩婦人学級(仙台市)



5月18日(金)  
すみれ婦人学級  
(いわき市)



5月23日(水)  
しらゆり婦人学級  
(南相馬市)



5月29日(火)  
双萩会タブレット教室  
(仙台市)



6月2日(土)  
第5回双葉町民交流 パークゴルフ大会(いわき市)



## 夏祭り情報

- 7/20(金) ▶ 双萩会 納涼会
- 8/4 (土) ▶ 双葉町県中地区自治会 盆踊り大会  
※東京ふれあい双葉会の皆さんとの交流盆踊り大会になります。
- 8/11(土) ▶ 双葉町つくば自治会 つくば夏祭り
- 8/11(土) ▶ 夢ふたば人主催 盆踊り(復興公営住宅勿来酒井団地)  
※いわき・まごころ双葉会が協賛しています。
- 8/18(土) ▶ 県南双樹会 盆踊り大会
- 8/24(金) ▶ 県北ふたば会 夏祭り
- 8/25(土) ▶ 双葉町埼玉自治会・はなみずき婦人学級 盆踊り

## 情報掲示板



# 町からのお知らせ

## 弁護士相談窓口

### 中間貯蔵施設に係る弁護士相談窓口のご案内(7月・8月)

#### ◆開催場所及び開催日時

実施場所	開催日時
双葉町 郡山支所	7月19日(木)午後2時～午後5時
双葉町 いわき事務所	8月23日(木)午後2時～午後5時

#### ◆申し込み方法

事前申し込みになりますので下記の連絡先までご連絡をお願いいたします。

#### ◆申し込み・問い合わせ先

建設課 復旧復興係 ☎0246-84-5209  
受付時間 午前8時30分～午後5時15分(平日)

## タブレット

### お気づきですか？ふたばアプリが便利になっています。

皆さまからご要望の多かった**複数枚の写真を同時に投稿する機能**をはじめ、コミュニティ広場が楽しく・便利になる機能が追加されています。



#### ピックアップ新機能

**投稿された写真がわかるように！**  
投稿一覧に写真が表示されるようになり、どんな写真があるのかひとめでわかるようになりました。

※新機能の追加に伴い、ふたばアプリが新しくなっています。

タブレットの電源を入れたままにしておく自動的にアプリが新しくなります。  
タブレットの電源を入れたままにして、しばらくお待ちください。

### 毎月各地で無料のタブレット教室を開催中

専門のスタッフと1対1でしっかり学べることは変わらず、毎回テーマに沿ってタブレットを学んでいく講習形式もスタートしました！

**自分のペースでゆっくり勉強したい方  
タブレットをもっと便利に使いたい方**

スケジュールをご確認の上、ご参加ください▶▶▶▶▶



QRコードを撮影して  
開催スケジュールを確認

②ふたばアプリやタブレットについてのお問い合わせ 通話料無料 つなげよう ふたばのわ  
**ふたばアプリ運営サポートセンター 0120-274-280**  
受付時間▶平日 9:00～18:00(土日祝・年末年始を除く)



# 放射線モニタリング情報

## 福島県内 (単位: $\mu\text{Sv}/\text{時}$ )

平成30年6月22日

- ① 福島市 北幹線第二応急仮設住宅 …… 0.11~0.18
- ② 郡山市 日和田応急仮設住宅 …… 0.10~0.24
- ③ 郡山市 喜久田応急仮設住宅 …… 0.08~0.47
- ④ いわき市 南台応急仮設住宅 …… 0.05~0.06
- ⑤ 福島市 県北保健福祉事務所 …… 0.15
- ⑥ 郡山市 県郡山合同庁舎 …… 0.09
- ⑦ 白河市 県白河合同庁舎 …… 0.07
- ⑧ 会津若松市 県会津若松合同庁舎 …… 0.05
- ⑨ 南会津町 県南会津合同庁舎 …… 0.04
- ⑩ 南相馬市 県南相馬合同庁舎 …… 0.07
- ⑪ いわき市 県いわき合同庁舎 …… 0.06



## 双葉町内 (単位: $\mu\text{Sv}/\text{時}$ )

地区	地点	平成24年 4月1日	平成30年 6月22日
新山	新山公衆トイレ脇公営駐車場	—	0.50
新山	新山公民館	—	0.36
新山	双葉町歴史民俗資料館	—	0.35
新山	双葉南小学校	—	0.42
新山	双葉中学校	—	0.19
新山	県立双葉高等学校	—	0.24
新山	中央公園	—	0.46
下条	双葉総合公園	2.60	0.73
下条	双葉町役場	—	0.25
郡山	郡山公民館	1.48	0.40
細谷	細谷公民館	2.31	0.48
三字	三字公民館	2.53	0.83
山田	山田農村広場	24.47	4.59
石熊	石熊公民館	12.10	調整中
長塚	双葉町体育館	6.25	1.37
長塚	長塚二公民館	3.26	0.34

地区	地点	平成24年 4月1日	平成30年 6月22日
長塚	双葉町青年婦人会館	—	1.83
長塚	町西住宅	—	0.20
長塚	JAふたば北部営農センター	—	5.38
長塚	双葉北小学校	—	1.30
長塚	ふたば幼稚園	—	1.33
長塚	双葉駅北側駐車場	—	0.36
長塚	双葉町児童館	—	0.30
羽鳥	上羽鳥	1.89	0.53
羽鳥	羽鳥公民館	1.73	0.45
寺松	寺松公民館	3.46	1.03
渋川	渋川公民館	1.48	0.42
鴻草	北部コミュニティーセンター	4.30	0.93
中田	中田公民館	0.77	0.22
両竹	両竹公民館	0.54	0.09
浜野	浜野公民館	0.34	0.06

原子力規制委員会ホームページより

※全国及び福島県の空間線量測定結果については原子力規制委員会ホームページでご覧になれます。▶<http://radioactivity.nsr.go.jp/map/ja/>

## ふたさぽミニコラム

7月も中旬を迎え、暑さが本格的になってきました。この時期、夏バテ防止のため土用の丑の日にウナギを食べる風習がすっかり定着していますね。ちなみに土用の丑の日はこの時期だけではないことはご存知でしたか？春夏秋冬それぞれに存在し、2018年は計7日土用の丑の日があるそうです。またまたちなみに、ウナギの旬は冬だそうです。昔は夏にウナギがあまり売れず、販売促進のため旬ではない時期に、夏バテ防止としてウナギを食べる風習を根付かせたという説があります。皆さんウナギを食べましょうとは言いませんが、夏バテには気をつけてこの夏をお過ごしください。

遠藤 順之

## 文字と写真でコミュニケーション ブログふたばのわ

今月皆さんに是非読んでいただきたいブログは、【男が主役！男の料理教室 in 加須】です。加須市のふたば交流広場で開催されている男の料理教室は、毎回メンバーの皆さんでメニューを決め、当番で買い物をし、和気あいあいと月1回の料理教室を楽しんでいます。ここに来ることで、みんなに会えるのを楽しみにしているという皆さん。その様子をぜひご覧下さい。

