



家族に囲まれ笑顔のマサさん

小上 マス さん (山根町)  
よく食べたくさん眠る

2月3日に100歳の誕生日を迎えた小上マスさん。10日に遠藤市長が施設を訪問し、お祝い金と祝い状を贈呈。家族や施設関係者と長寿を喜びました。

マスさんは90歳頃までは畑にでて草取りなどをしていて、週に数回、新山根温泉べっぴんの湯へ通うのが楽しみだったそうです。かっぱえびせんが好物とのことで、長寿の秘訣を伺うと「よく食べてたくさん眠ること」と教えてくれました。

News +

農業者年金に  
加入しませんか

農業者年金は、年間60日以上農業に従事する59歳までの人が加入できる年金です。年齢が若ければ若いほど、有利な条件で加入できます。農業者年金に加入して、将来に備えませんか？詳しくは、近くのJAまたは農業委員会事務局まで問い合わせてください。

■農業者年金のメリット

- ①保険料は月額2万円から。条件を満たせば、月額最大1万円の国庫補助があります
- ②積立方式・確定拠出型。若いうちから始めるほど、将来の受取額が増えます
- ③一生生涯受け取れる終身年金
- ④税制面での優遇措置があります

農業者年金事務局 ☎52-2159

令和8年5月下旬に新たな防災気象情報が運用開始されます  
INFO 閩防災危機管理課 ☎52-2173

自治体が避難情報を発令する際や住民が適切な避難行動を行う際に参考となる情報として、気象庁が公表している「防災気象情報」がより分かりやすく改正されます。新しい防災気象情報は、令和8年5月下旬から運用が開始される予定です。

改正後の防災気象情報は、4つの対象災害（河川氾濫、大雨、土砂災害、高潮）ごとに、各警戒レベルに相当する情報が位置づけられました。情報の名称も統一され、よりシンプルになっています。

新しい防災気象情報の具体的な内容や改善点は、気象庁HPの特設ページを確認ください。

警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮	(警戒レベルごとに) 住民がとるべき行動
レベル5相当	1級河川などの大河川の氾濫	低地の浸水や大河川以外の氾濫	急傾斜地のがけ崩れや土石流	海水面の上昇や波の打ち上げによる浸水	命の危険。直ちに安全確保!
<警戒レベル4までに危険な場所から必ず避難!>					
レベル4相当	氾濫危険警報	大雨危険警報	土砂災害危険警報	高潮危険警報	危険な場所から全員避難
レベル3相当	氾濫警報	大雨警報	土砂災害警報	高潮警報	避難に時間を要する人は早めに避難、避難の準備など
レベル2	氾濫注意報	大雨注意報	土砂災害注意報	高潮注意報	避難行動を確認(避難のタイミングや場所、ルートなど)
レベル1	早期注意情報				災害への心構えを高める

災害時に備え、ポリ袋を活用した調理法を体験

NEWS 防災研修会「災害時の食を体験し、備えよう!!」

1月31日、小久慈まちづくり協議会女性部が災害時の食を体験し、備えよう!!と題した研修会を小久慈市民センターで開催しました。津波や豪雨など身近な災害に備え、家庭でも実践できる調理法を学ぼうと企画したもので、地域住民約20人が参加しました。

参加者は、防災学習や啓発活動に取り組むNPO法人や、ませデザイン会議を講師に、ポリ袋を使い鍋で湯せんする調理法に挑戦しました。耐熱性のポリ袋に食材を入れ、肉じゃがやみそ汁、米を一つの鍋で同時に調理。切り干し大根のサラダは加熱せずに仕上げ、計4品を完成させました。食材を小さめに切る、湯せんする際に袋が浮き上がらないよう空気を抜くなどの工夫も



ポリ袋の空気を抜いて下準備を行う参加者

学び、節水や時短につながる方法への理解を深めました。同女性部部長の小豆嶋睦美さんは「鍋一つで1食分の食事が完成し驚きました。小久慈地域は川が近く、豪雨による浸水などの危険も身近にあります。地域で共有していきたいです」と思いを語りました。

中高生海外派遣研修事業  
姉妹都市フランクリン市などで学ぶ10日間



1/フランクリン市のホストファミリーと記念撮影 2/フランクリン市の議場を見学 3/フランクリン大学に設置されたタマシ・アレンさんの胸像と記念撮影 4/小学生と折り紙で交流 5/フランクリン市と久慈市の姉妹都市提携を記念し造られた路地「久慈アレー」

**小柳 美沙子さん**  
(久慈中学校2年)

初日は英語で話せず不安もありましたが、挑戦を重ねるうちに聞き取りや会話が向上しました。ニューヨークの街並みや多様な人種に圧倒され、主体的に行動する大切さを実感しました。今後の学校生活でも挑戦を続けていきたいです。

**永瀬 花凜さん**  
(久慈中学校2年)

小学校高学年から文通していた友人と現地で対面できたことが最も心に残りました。レストランでは店員の質問が教科書通りで、学んだ表現で答えられたことが自信につながりました。将来は英語を使う仕事に就きたいです。

**山田 莉愛さん**  
(久慈中学校2年)

広い校舎や私服登校など日本との違いに驚きました。ホストファミリー宅にみんなで集まり、NBA観戦を楽しんだことが一番の思い出です。会話では思いを具体的に伝えられない悔しさもあり、今後は表現力を高めたいです。

**高屋敷 理央さん**  
(久慈高校2年)

ホストファミリーの温かな交流が印象に残りました。最初は英語が聞き取れませんが、3日目には大まかな内容が分かるようになり自信ができました。英検2級に挑戦し、将来は英語の学科進学や国際交流に生かしたいです。

**由子内 虹汰さん**  
(久慈高校2年)

ホストファミリーと夜にゲームやスポーツ観戦をして交流を深めました。スーパーでは大きな商品に驚きました。今後は単語と発音を意識して学び、相手の文化や生き方を理解しながら、円滑なコミュニケーションに生かしていきたいです。

1月6日から15日の10日間、中高生5人の派遣団が姉妹都市フランクリン市などで研修を行いました。学校を訪問し、折り紙や久慈秋まつりなど日本の文化を伝えながら交流しました。ホームステイでは、NBA観戦や巨大スーパーでの買い物など米国の生活を肌で実感。多様な文化に触れ、積極的に挑戦し行動する大切さを学びました。帰国後は一回り成長した姿で、将来の夢を胸に成果を報告しました。