

地区だより

…………… 令和3年8月1日発行

# いいざか

<地区人口と世帯数>

男 10,108人 女 10,323人  
計 20,431人  
世帯数：8,576世帯  
(7月1日現在)

2021

8月号

## 飯坂支所・茂庭出張所からのお知らせ

【編集発行】

福島市役所飯坂支所  
〒960-0201 福島市飯坂町字銀杏6-11  
☎542-2111 ㊟541-2208

**ふくしま健民アプリ 【健康づくりで競争(共創)チャレンジ】 に参加してみよう!**

福島市健康づくりポイント事業 ～あなたの取組が 地域のチカラに!～

皆さん一人ひとりの健康づくりの取り組みをポイント化し、地区毎の参加者一人あたりのポイント数や取り組みへの参加率に応じて、地域のまちづくり資金を交付する新たな制度がスタートします。資金は地域のまちづくり懇談会などに交付され、地域の課題解決や魅力の創出など、各地区で独自のまちづくりに活用されます。この機会に健康づくりに取り組んでみませんか?

### ●取り組み期間

令和3年9月1日から令和4年1月31日

### ●参加方法

①スマートフォン 「ふくしま健民アプリ」 ⇒ エントリー期間あり  
日々の歩行活動や健康事業への参加、動画エクササイズが地区ポイント化  
※9月1日から令和4年1月31日までに取得したポイントを  
地区ポイントとして加算します。

②「福島市健康づくりポイント事業台紙」  
台紙に毎日の取り組みを記入し、提出窓口に提出  
※9月1日から令和4年1月31日までに窓口に提出があった分を  
地区ポイントとして加算します。

### ●スマートフォンで参加の方

エントリー(ミッション配信)期間 **令和3年8月31日**まで  
※期間内にアプリ内のミッションから地区QRコードを読み取った方が対象となります。  
※地区QRコードは福島市ホームページにも掲載しています。

### ●台紙で参加の方

①窓口から台紙を入手  
保健福祉センター(1階 ロビー/3階 健康推進課)・福島市役所本庁舎(1階 国保年金課/2階 長寿福祉課)  
各支所・学習センター窓口  
②福島市ホームページから台紙を入手

「ふくしま健民アプリ」ダウンロード

iPhone

Android



<飯坂地区用QRコード>



福島市健康づくりポイント事業

検索



【お問い合わせ】 福島市役所 地域共創課 ☎525-3731

## ～保健師からのメッセージ～ 健康診断で自分の身体を知ろう!

今年度の健康診断は、受けられましたか?  
元気に働き、生活していくために、健康診断で身体の状態を知る・異常が見つかったら早めに治療することが大切です。

健診結果から、生活習慣を見直し改善することで病気の予防にもつながります。健康診断をきっかけに、もう一度ご自分の健康について考え、できることから取り組んでみませんか?



【お問い合わせ】  
福島市保健所健康推進課  
飯坂地区担当保健師 儀藤厚子・島田悠  
☎572-3120

## 飯坂消防署 救急コラム 水の事故に注意!!

毎年、海・川・プール等での「水の事故」が発生しています。痛ましい事故を起こさないよう次の点に注意しましょう。

- ◎飲酒時は水に入らない。
- ◎子供だけで水遊びをさせない。
- ◎危険区域・遊泳禁止区域へ近づかない。



万が一、溺れている人を見つけたら、すぐに119番通報をし、大声で周りに知らせ人を集める。

救出を試みる場合は、水中に入って直接助けるのは大変危険なので、身の回りにある物(ロープ、棒、浮き具など)を使って助ける方法を考えます。

救出後は、無理に水を吐かせず安静にする。意識がなく、呼吸をしていない場合は心肺蘇生法を実施してください。

【お問い合わせ】 飯坂消防署救急係 ☎542-2986

# 飯坂学習センターからのお知らせ

【編集】福島市飯坂学習センター  
〒960-0201 福島市飯坂町字銀杏6番地の11  
☎542-2122 ☒542-2153

## 飯坂・信陵学習センター2館合同事業

### 市民学校 『ボクシングエクササイズ』

日頃のストレス・運動不足解消に「ボクシングエクササイズ」！気分爽快になること請け合いです。

ミット打ちも体験できます。まさに気分は“プロボクサー”。体力に合わせた指導をいたします。みなさま、お気軽にお申込みください。

日時：①9月4日(土) ②9月11日(土)の2回コースです。  
各回 午後7時00分～午後8時30分

会場：飯坂学習センター 多目的ホール

内容：ボクシングエクササイズ

講師：野宮フィットネスボクシング 所属トレーナー

対象・定員：市内在住の又は、在勤、在学中の18歳以上の男女 20名(先着順)

持ち物：上履き用運動靴・運動できる服装、マスク、軍手、タオル、飲み物

参加費：無料

申込み：8月6日(金)より、飯坂学習センターへ電話または、右記QRコードにてお申込みください。



## 多肉植物の寄せ植え体験

### ブリキ缶に入った多肉植物の寄せ植えをつくろう

100円ショップやホームセンター等で簡単に手に入るブリキ缶に多肉植物の寄せ植えをして、おしゃれなインテリアに！

◆日時 8月12日(木) 午後7時から

◆場所 飯坂学習センター 工芸室

◆対象 市内在住の18歳～30歳代の男女 10名(先着順)

◆講師 マ・プリエール主宰 齋藤 真紀さん

◆参加費 1,000円

※当日納入してください。

◆申込み 8月7日(土)までに、右記QRコードにてお申込みください。なお、定員になり次第締め切らせていただきます。



## 夏休み子どもひろば

毎年好評の「プラバンキーホルダーづくり」を開催します。夏休みの思い出づくりに学習センターの楽しいひと時を加えてください。お申込みは不要です。お気軽におこしくください。

◆日にち 8月5日(木) ニューススポーツ体験  
8月11日(水) プラバンキーホルダーづくり

◆時間 午後1時30分～午後3時30分

◆ところ 飯坂学習センター 大会議室

◆対象者 原則、飯坂方に居住もしくは通学する小学生

◆定員 50名程度(当日受付順) ◆参加費 無料

## 図書館からのお知らせ

### ☆おはなしひろば

日時/8月7日(土) 午前11時から(対象は4歳児～小学生)

テーマ/「のそいでみよう海の中」

場所/飯坂学習センター 1階 和室

定員/5組程度(当日先着順)

### ☆おひざにだっこのおはなし会

日時/8月12日(木) 午前10時30分から  
(対象は0～3歳児とその保護者)

場所/飯坂学習センター 1階 和室

定員/5組程度(当日先着順)

## 8月の学級活動行事

### ☆ももちゃんクラブ

26日(木) 親子で楽しくリトミック

### ☆女性スクールはなももコース

23日(月) アンガーマネジメント  
入門講座

### ☆女性スクールきんなんコース

19日(木) ふくしまの民話

### ☆女性スクールよざくらコース

25日(水) 夏野菜を使った時短料理

### ☆飯坂ながいき大学

18日(水) ポッチャ体験

### ☆平野ながいき大学

26日(木) ポッチャ体験

※これら活動の間合せは学習センターまでどうぞ！

## 子どもと楽しむてあそび・わらべうた

てあそびやわらべうたをとおして、お子さんとのふれあいを楽しんでみませんか。

◆日時 9月16日(木) 午前10時30分から  
午前11時20分

◆場所 飯坂学習センター 和室

◆対象 0歳～幼稚園入園前の乳幼児と保護者 7組(先着順)

◆講師 飯坂子どもの本の会「たんぼぼ」

代表 野本 明美さん

飯坂小学校お話し会

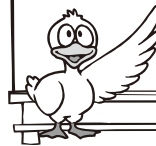
代表 佐藤寿美子さん

◆参加費 無料

◆申込み 8月4日(水)よりQRコード又は電話・窓口にてお申込みください。なお、定員になり次第締め切らせていただきます。



## 移動図書館 しのぶ号



飯坂小 8/26 14:50～15:30

中野小 8月はお休みです。

平野小 8月はお休みです。

湯野小 8/26 13:00～13:30

東湯野小 8月はお休みです。

茂庭出張所 8/26 14:00～14:25

## 飯坂町歴史再発見

### 飯坂の文化財8『文化財になった建物』

飯坂町史跡保存会

たびたびの大火に遭遇した飯坂の街ですが、幸いなことにいくつかの古い建物が残りました。「飯坂八幡神社社殿」「旧堀切家米蔵(十間蔵)」は、ともに江戸時代の建築物として福島市指定有形文化財になっています。八幡神社の本殿は、1710年に建てられた市内最古の神社建築とされ、また1775年築の旧堀切家の十間蔵は、県内で最古最大級の土蔵とされています。さらに「なかむらや旅館(本館・新館)」「旧花水館奥の間(御殿)」「旧彩進堂酒店(母屋・蔵)」「旧堀切家住宅(母屋など6棟)」は、国登録有形文化財になっています。「なかむらや旅館」の本館は江戸時代の建物、新館は「旧花水館奥の間」とともに明治期に飯坂で活躍した名棟梁小笠原国太郎が手がけたものと言われています。それぞれの詳細については別の機会に紹介する予定です。十間蔵を含めて7つもの文化財建築物が街なかにもとまってみられることは、歴史豊かな温泉地である飯坂の貴重な観光資源ですね。

次回  
縄文遺跡群  
お楽しみに