

地区だより

令和3年11月1日発行

# いいざか

<地区人口と世帯数>

男 10,084人 女 10,268人  
計 20,352人  
世帯数：8,536世帯  
(10月1日現在)

2021  
**11**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

### 飯坂温泉公衆浴場のPRポスターを作成しました

飯坂温泉の観光資源である9つの公衆浴場は、利用者の固定化や高齢化の影響から利用客が減少しています。

この度、新たな利用客の獲得に向け福島学院大学情報ビジネス科のデザイン協力のもと誘客ポスターを作成しました。

完成したポスターを福島市の施設や市との包括連携企業など約100箇所へ掲示していただきました。

飯坂地域にお住まいの皆さまには、公衆浴場の利用促進と公衆浴場を利用される観光客の皆さまとの融和にご協力をお願い申し上げます。

【お問い合わせ】

飯坂支所内温泉地振興係 ☎542-0400

公衆浴場問合せダイヤル ☎542-5223



### 保健師からのメッセージ ～適しおで元気になりましょう！～



鍋や豚汁など、汁物がおいしい季節になりました。鍋物は野菜をたくさん食べることができ、おすすめしたい料理です。福島市では、**適しお**（適切な量の塩分でおいしく食べる＝減塩）を推進しております。福島市食育推進委員会とともに、おいしくて簡単に作ることができる“**適しおレシピ**”を作成し、市ホームページに掲載しております、ぜひご覧ください。今後、地域の協力店にもレシピを配布する予定です。

私たちといっしょに**適しお**について考えてみませんか？適しおをみんなで取り組み、健康で元気に長生きできる飯坂方部を目指しましょう！

日本人の食事摂取基準2020  
男性が**7.5g未満**／日、女性が**6.5g未満**／日  
福島県民の現状  
男性が**11.9g**／日、女性が**9.9g**／日



ちなみに...  
福島市の塩の購入金額  
“**全国第1位!**”

【お問い合わせ】 福島市保健所健康推進課 ☎572-3120

### 飯坂消防署 救急ヨラム 寒い季節ヒートショックに注意!!

「ヒートショック」とは、寒い季節の入浴時など、体に急激な温度の変化を受けた時に、血圧が大きく変動し体に不調を起こす病気のことです。

入浴時に体の不調を起こし救急搬送される患者のうち、8割が65歳以上の高齢者の方といわれています。

「ヒートショック」を予防するため、次のことに注意しましょう。

- ◎ 飲酒後や食事直後の入浴は避ける。
- ◎ 浴室、脱衣所を温めてから入る。
- ◎ かけ湯などをして徐々に体を温めて入る。
- ◎ 熱い風呂への長時間入浴をしない。

【お問い合わせ】

飯坂消防署  
☎542-2986



### 福島市長選挙および衆議院議員選挙の 投票所のお知らせ

【10月11日現在】

10月31日(日)執行予定の『衆議院議員選挙』および、11月21日(日)執行予定の『福島市長選挙』について、飯坂支所管内の投票所は以下のとおりです。

一部投票所が変更となっていますので、投票所入場券(はがき)をご確認の上、ご来場ください。

【飯坂支所管内投票所一覧】

- 飯坂第一投票所：パルセいいざか → 飯坂学習センター
- 飯坂第二投票所：天王寺集会所
- 飯坂第三投票所：小川集会所 → 県立北高等学校同窓会館  
(※県立北高等学校校内)
- 平野第一投票所：平野ふれあい館
- 平野第二投票所：福島県果樹研究所
- 中野投票所：JAふくしま未来中野地区活性化センター
- 湯野投票所：湯野市民センター
- 東湯野投票所：東湯野ふれあいセンター

【お問い合わせ】 飯坂支所市民係 ☎542-2111

# 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

## 令和3年度後期IT活用セミナー～年賀状を作ろう～ 初級Word教室

今回のパソコン教室はMicrosoft Wordを使って、年賀状(裏面のみ)を作成します。イラストや写真などを入れて、オリジナルな年賀状を作ってみませんか。皆さんの参加をお待ちしております。

- 日時 12月2日(木)、9日(木) 午前10時～12時
- 第1回：イラストを使ったオリジナル年賀状 ○第2回：写真の入ったオリジナル年賀状
- 場所 飯坂学習センター 研修室1
- 対象 おもに、福島市在住・在勤の成人で、自分のパソコンにMicrosoft Wordが入っている方
- 定員 10名(先着順、定員になり次第締め切ります。)
- 講師 パソコンクラブ☆PeaCh! 吉田かおりさん、高橋あゆみさん
- 参加費 2,000円(テキスト代)
- 準備物 自分のパソコン(マウス、電源、筆記用具など)
- 申込み 11月12日(金) 午前10時から(窓口での受付のみとさせていただきます) 参加費を添えて飯坂学習センターまでお申し込みください。

## 平野地区展覧会を開催します!!

- ◆日時：12月11日(土) 10:00～15:00  
12月12日(日) 10:00～15:00
- ◆会場：平野ふれあい館
- ◆内容：作品展示、折り紙コーナー等

詳しくは平野地区に配付するチラシをご覧ください。

## 令和3年度デジタル活用支援推進事業 ～シニア向けLINE入門講座～

スマートフォンは持っているが使いこなすのはなかなか……という方に朗報です。便利な通信アプリ「LINE」のシニア向け教室を開催します。市のデジタル行政サービスの紹介も併せて行います。

皆さんの参加をお待ちしております。

- 日時 11月15日(月) 午後2時～3時30分
- 場所 飯坂学習センター 研修室2 ○対象 おもに、飯坂地区在住・在勤の65歳以上の方
- 定員 10名(先着順、定員になり次第締め切ります。)
- 講師 ドコモショップ福島北店スタッフほか ○参加費 無料
- 準備物 自分のスマートフォン
- 申込み 11月5日(金) 午前10時から(窓口での受付のみとさせていただきます) 飯坂学習センター窓口でお申し込みください。
- 備考 インターネット接続時の通信料は参加者の自己負担となります。また、スマートフォン等の貸出はありません。

## 多目的ホールの利用について

学習センターの多目的ホールは、毎週金曜日・土曜日の朝から夕方まで、個人使用優先の日となっています。運動してリフレッシュしませんか!

1時間	一般	100円
	高校生以下	50円

(未就学児・65歳以上の方は減免となります。)

11月20日(土)は、支所業務のため、個人使用ができません。ご理解とご協力をお願いいたします。

### ♡図書室からのお知らせ♡

#### ☆おはなしひろば

日時/11月6日(土) 午前11時から(対象は4歳児～小学生)  
テーマ/「むかしむかし…」  
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/11月11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)

## 移動図書館 しのはが号



飯坂小	11/18	14:50～15:30
中野小	11/11	13:10～13:50
平野小	11/22	13:00～13:40
湯野小	11/18	13:00～13:30
東湯野小	11/11	10:00～10:30
茂庭出張所	11/18	14:00～14:25

## 11月の学級活動行事

- ☆もちちゃんクラブ 18日(木) 粘土あそび
  - ☆遊びのがっこう 21日(日) ミニ門松づくり
  - ☆男性チャレンジスクール 11日(木) ニューススポーツ
  - ☆女性スクールはなももコース 15日(月) 女性のための健康づくり栄養講座
  - ☆女性スクールぎんなんコース 18日(木) ZUMBAフィットネス
  - ☆女性スクールよざくらコース 13日(土) 館外学習 17日(水) ゆるペジ料理体験
  - ☆飯坂ながいき大学 17日(水) 心と体のリフレッシュ
  - ☆平野ながいき大学 25日(木) 心と体のリフレッシュ
- 上記行事は、各学級生を対象としています。これら活動の問合せは学習センターまでどうぞ!

## 飯坂町歴史再発見

## 飯坂の文化財①『西根堰』

飯坂町史跡保存会

西根堰は、湯野地内の摺上川から取水して西根郷(旧伊達郡北部のうち阿武隈川(西)を潤す2筋の用水路です。上流の穴原で取り入れ山寄りの高所を通した上堰と、十綱橋の下から取り入れる下堰で、ともに約400年前につくられました。

上堰は伊達市梁川町の五十沢まで30km近くを延々と続き、いくつもの小河川と交差しながら豊かな水量を緩やかに流すという難工事で、どのようにして路線を決めたのかは驚くばかりです。現在は伊達西根堰土地改良区が管理していて改良工事が施されていますが、江戸時代初期につくられた施設がほとんどそのままの位置で活用されているのは貴重なことで、平成22年に土木遺産に選ばれています。

この堰を開いたのは佐藤新右衛門と古河善兵衛と伝えられ、この二人を祭神として、明治19年、西根堰の受益者である沿線農家により西根神社が創建されました。

次回  
飯坂八幡神社  
お楽しみに