

ほうらい

<地区人口と世帯数>

男 4,881人 女 5,435人
計 10,316人
世帯数：4,824世帯
(7月1日現在)



蓬萊支所からのお知らせ

【編集発行】

福島市役所蓬萊支所
〒960-8157 福島市蓬萊町四丁目1番1号
☎548-4508 ㊟547-2817

令和4年度蓬萊地区 各種団体定期総会が開催されました

4月から6月にかけて、蓬萊地区の主な団体の定期総会が書面開催され、今年度の事業計画とともに役員が決定されました。安全で安心して暮らせる地域づくりのために、皆様方のご協力をお願いいたします。各団体の会長及び総会の開催日については下記のとおりです。
※開催日については各総会の書面表決書提出日としております。

(敬称略)

開催日	団体名	会長名
4/25(月)	蓬萊地区町会長連合会	丹治 一夫
4/22(金)	蓬萊地区自治振興協議会	加藤 一位
6/15(水)	福島市社会福祉協議会蓬萊協議会	横田 照彦
6/22(水)	蓬萊地区青少年健全育成推進会	菊田 悦夫
6/24(金)	福島市交通対策協議会蓬萊支部	加藤 一位
6/24(金)	蓬萊地区防犯防火協力会	岸 儀勇

祝！百歳賀寿！！



6月10日(金)、蓬萊町一丁目にお住まいの安部茂様が百歳を迎えられ、百歳賀寿贈呈式が行われました。

健康の秘訣は、50代から始めた「写経」だそうです。平成元年から書き続けている「般若心経」は平成29年末には7,000枚にもなったそうです。

安部茂様、お誕生日おめでとうございます。これからも末永く健康にお過ごしください。

はじめまして！地区担当保健師です！！

今年度から蓬萊地区を担当させていただいている保健師の伊藤那津美と申します。



私たち保健師は家庭訪問のほか、健康相談・健康教室も行っています。町内会や老人クラブ、サークル等からの出前講座の依頼もお待ちしております。是非お気軽にご相談ください。

■問い合わせ

保健所 健康推進課 地域保健第一係
☎525-7674

道路管理者からのお願い

民地内の庭木、立木等の樹木が道路側へせり出し、見通しが悪くなるだけでなく、交通安全のためのカーブミラーを覆うなど、車両、歩行者の安全な通行を妨げる危険なケースが確認されています。

所有者の皆様には維持管理に努めていただくようお願いいたします。

■問い合わせ 道路保全課 ☎525-3754

～暑さに負けない健康づくり～

暑さに負けないための生活習慣についてお伝えします。

①冷房や冷感シーツなどを上手に使い質の良い睡眠をとしましょう

質の良い睡眠をとるために、冷房を調節したり、冷感シーツや扇風機などを利用してみましょう。ただし、冷やしすぎは起床時のだるさにつながるため、室温が28℃になるように調整しましょう。

②運動で汗をかく習慣をつけましょう

適度な運動で汗をかくことで暑さへの耐性がついてきます。比較的涼しい日の朝などにウォーキングなどをしてみましょう。運動時はマスクを外し、水分補給も忘れずにしてください！また、気温が30℃を超えるような日中は熱中症の危険があるため、避けましょう。

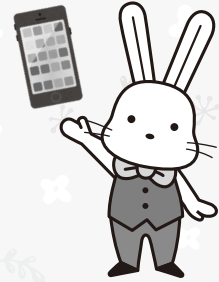
③バランスのとれた食事を心がけましょう

毎日暑い日が続くと、食欲が落ち、栄養不足になりがちです。食欲が湧くようにカレー粉などの香辛料や大葉などの香味野菜を使っていただくなど工夫し、バランスよく食べることを心がけましょう。また、冷たいものばかり食べていると胃腸を弱めてしまうため、温かいものも食べましょう。

以上、3つのポイントを意識して、皆さんで元気に夏を乗り切りましょう！

蓬萊学習センターからのお知らせ

ICT活用事業 はじめてのスマートフォン教室 ～災害時に役立つ使い方も学ぼう～



スマートフォンを使ってみたい方や、持ってはいるけど使い方にお困りの方を対象に「はじめてのスマートフォン教室」を開催します。この機会にぜひご参加ください。

- 日時** 8月22日(月)、24日(水)両日 午後1時30分～3時
- 会場** 蓬萊学習センター本館 視聴覚室
- 内容** スマートフォンの基本的な操作方法を実際に機器を使って学びます。
【電話・写真・マップ等の使い方・災害時の使用方法等】
- 対象** 市内在住の方
※5月23日・25日に実施した内容と同じ内容を行いますので、前回参加された方はご遠慮ください。
- 講師** auショップ郷野目店
- 定員** 8名(先着順)
- 参加費** 無料
- その他** ご自分のスマートフォンをお持ちください。(お持ちでない場合は貸出もできます)
- 申し込み** 8月8日(月)～15日(月)までに蓬萊学習センター本館へ直接お申し込みください。(電話申込は不可)

学習センターからのお知らせ

〈休館日〉毎週火曜日、11日(木)

夏休みの宿題は 学習センターでやろう！

主催事業や団体利用がない場合は、施設を「個人学習」利用として開放します。

当日の使用状況を電話で確認のうえ、本館窓口へお越しください。

- ◇利用時間：午前9時～午後5時45分
1人、1日1回1時間以内でご利用ください。



図書室からのお知らせ

◆◇楽しいお話や手遊びなどを用意しています。
お気軽にお越しください。◆◆

★おはなしのくれよん

(4歳から小学生まで)

20日(土) 午前10時30分～11時

※今月のみ第3土曜日に開催

★おひざにだっこのおはなし会

(3歳までのお子さんとその保護者)

28日(日) 午前10時30分～11時



★ふくしま読書の日

24日(水)は、午後7時まで開室しています。

○雨が多い季節です。本がぬれないようにエコバッグや袋をお持ちください。本を大切にしましょう。

■休室日/毎週火曜日・11日・31日

8月の行事予定

- ☆ほうらいレディースカレッジ
5日(金) 相続の話
26日(金) 消しゴムはんこ作り
- ☆蓬萊アカデミー
26日(金) 地域を知る
「江戸時代の流通路」
- ☆蓬萊寿大学
3日(水) 仲間づくり「合唱」
- ☆ちびっこ教室
6～7日(土・日) 今年こそ、泊まるゾ！
- ☆メダカの学校
1日(月) 親子でちぎり絵



蓬萊短歌会

ぼつぼつと小さき花芽の鶏頭の今日は二葉
と朝毎のぞく 横山 秀子

砲撃の荒れた路上に「クロッカス」輝き咲く
をカメラは映す 酒井 祝子

病弱な妻を残して君逝きぬ癌と闘いし静かなる顔 安倍美智子

鶯の声聞きながら散歩する心は遙か山上に遊ぶ 大口きみ江

桜咲く弥生の空の彼方にはプロバガンダと戦火の炎 松浦よし子

蓬萊文芸