

ふくしま

市 政 だ よ り

10

令和6年
2024年



乳がんについて 考えてみませんか？

特集

ピンクリボンキャンペーン



- 令和7年4月からシルバーパスポート制度が変わります！ — 4
- 市内公衆浴場の見直しを行います — 6
- FUKUSHIMAものづくり企業ファイル — 7
- 株式会社 三栄精機製作所
- 市長コラムWe Love♡ふくしま！
第74回「障がい者の自立に向けて」
- お知らせワイド — 8
- ふくしままちなか音楽祭 2024
文化の秋「縄文」を楽しむイベントを開催！

※市政だより綴り紐用穴は経費削減のため令和6年5月号から廃止しました



「乳がんサバイバー」の体験談

乳がんサバイバー：乳がん経験者

7月28日(日)に、ウクレレの音色やフラを楽しみながら乳がんを考える啓発イベント「ピンクアロハ ウクレレ&HULA まちかどハワイアンコンサート」が開催されました。イベントの実行委員会代表である志鎌さんと、共に啓発活動に取り組む坂巻さんのお二人に乳がんサバイバーとしての実体験を伺いました。



▲イベントでフラダンスを披露する志鎌さん(左)

発見から治療までの経過を教えてください。

志鎌 横になっている私の左胸の上で愛犬がジャンプした際、息もできないほどの激痛に襲われ、その後隠れていた乳がんの塊が胸の上部に出現しました。大きな塊が不安になり受診すると、すぐに乳がんの診断を受け、翌週には抗がん剤治療が始まりました。

坂巻 お風呂で胸元を洗った際に自分で見つけました。乳腺外科を受診したその日に細胞検査をし、2週間後の誕生日にがん宣告を受け、大変ショックでした。令和3年に手術、抗がん剤治療、放射線治療を受け、現在もホルモン治療をしています。



坂巻 京子さん (ピンクリボンキャンペーン主催「ピンクアロハ実行委員会」代表)
志鎌 眞由美さん (ピンクリボンキャンペーン主催「ピンクアロハ実行委員会」代表)

みなさんへメッセージ

志鎌 乳がんの好発年齢がフラを楽しむ年代と重なること、フラ仲間に乳がん経験者が多いことに気づき啓発活動を始めました。がんと聞くと怖いですが、医学は日々進歩しています。乳がんは早期治療で完治率の高いがんです。みんなで生き抜いて人生を楽しみましょう。

坂巻 もし、がんなら早期発見に越したことはありません。病気が見つかること自体が怖いという話も聞きますが、知らないから怖いのだと思います。知ってしまえば、あっという間に肝が据わりますから大丈夫！そして、自分が思う以上にあなたは必要とされているし、力になってくれる人や制度もあるので安心してください。

福島市健康セミナー 要予約

- 日時/10月20日(日) 午前10時～11時30分
- 会場/保健福祉センター5階 大会議室
- 内容/①知っておきたい乳がんのこと
講師 福島県立医科大学 乳腺外科学講座 主任教授 大竹 徹 先生
②乳がんセルフチェックについて学ぼう
講師 大原総合病院 乳がん看護認定看護師 鹿目 明子 さん
- 申し込み方法/①オンライン申請▶
②電話 (保健所健康づくり推進課 ☎525-7680)

無料

マンモグラフィーサンデー 要予約

- 認定NPO法人J.POSH(日本乳がんピンクリボン運動)では、10月の第3日曜日に全国どこでも乳がん検診が受診できる「マンモグラフィーサンデー」に取り組んでいます。
- 日時/10月20日(日) 午前9時～正午
- 実施医療機関/君島乳腺クリニック(松浪町2-8)
- 申し込み方法/医療機関へ電話(☎528-8511)
- ※市民検診の受診券がある場合、福島市乳がん検診として受診可。※自己負担あり。

乳がんバス検診 要予約

- 東北地域の商業施設で「乳がんバス検診」を実施します。この機会にぜひ受診を！
- 対象者/年度内40～69歳で偶数歳の女性 (前年度未受診の奇数歳の方も可)
- 申し込み方法(事前予約制、先着順)
- ◎Web予約 QRコードから予約してください。
【受付期間】 検診実施日の2週間前まで
- ◎電話予約 050-3647-5870(午前9時～午後5時土日祝日を除く)
【受付期間】 10・11月検診 電話受付は終了
12・1月検診 11月18日(月)～11月29日(金)
- 費用/40歳代(2方向撮影) 1,800円 ※生活保護世帯、市民税非課税世帯、年度内40歳の方は無料。
50歳以上(1方向撮影) 1,000円
- 実施日程 ※市外の会場も申し込みできます。

会場	日程	会場	日程
イオン 福島店	10月6日(日)	ヨークベニマル 福島西店	10月19日(土)
	11月4日(月・休)		11月30日(土)
	令和7年 1月26日(日)		12月15日(日)
メガステージ 二本松	10月27日(日)	ヨークベニマル 伊達店	11月10日(日)
	令和7年 1月18日(土)		令和7年 1月19日(日)

※医療機関で実施中の乳がん検診(通常の市民検診)も12月末まで受診できます。

乳がんについて 考えてみませんか?
特集
ピンクリボンキャンペーン

ピンクリボンは乳がん啓発キャンペーンのシンボルマークです。10月は「ピンクリボン月間」として、各地で乳がんの早期発見・適切な治療の大切さを伝える活動が行われます。あなたとあなたの大切な人のために、乳がんについて学びを深めてみませんか?
■問/保健所健康づくり推進課 ☎525-7680

乳がんとは?

Q1 どんな病気?

乳がんは乳房の中に発生したがん細胞が徐々に大きくなり、硬いしこりをつくる病気です。そして女性がかかるがんの中で最も多い病気です。日本では年間約10万人、生涯で9人に1人の女性が乳がんにかかっています。

Q2 症状は?

初期の乳がんは、痛みなどの症状はほとんどありません。乳がんが大きくなると、皮膚の引きつれ(えくぼ徴候)、乳頭の陥没、皮膚の赤みやむくみ、脇の下のリンパ節の腫れなどの症状が出現します。

Q3 なぜ乳がんになるの?

生活習慣、食生活、妊娠・出産、遺伝など女性のライフスタイルの変化と密接に関連しています。肥満、飲酒、喫煙、運動不足、糖尿病、出産経験なし、高い初産年齢、家族に乳がん患者がいる場合は乳がんのリスクが高くなります。

早期発見するために!

乳がんは自分でも見つけることができ、早期に治療すれば、ほぼ100%治すことができます。早期発見のために、日頃から乳房を意識する生活習慣「ブレスト・アウェアネス」を心がけましょう。

回答いただいた方

おおたけ とおる
大竹 徹 先生
福島県立医科大学附属病院 副病院長
医学部乳腺外科学講座 主任教授
日本外科学会専門医・指導医
日本乳癌学会乳腺専門医・乳腺指導医

ブレスト・アウェアネス 4つのポイント

1 自分の乳房の状態を知る
「自分の乳房の状態を知る」ことがブレスト・アウェアネスの第一歩。入浴や着替えの時、ちょっとした機会に自分の乳房を見て、触ってみましょう。

2 乳房の変化に気を付ける
普段の乳房の状態を知ること、変化に気付くことができます。しこりを探す意識は必要ありません。「いつもと変わらないかな」という気持ちで取り組みましょう。

3 変化に気付いたらすぐ相談
しこりや引きつれなどの変化に気付いたら、次の検診を待たずに、医療機関を受診しましょう。大丈夫だろうと自己判断せず専門医の診察を受けることが大切です。

4 40歳から2年に1回検診を
症状のない初期の乳がんでもマンモグラフィ検査で見えます。乳がんが増え始める40歳以降は、定期的に乳がん検診を受けましょう。

CHECK

変化に注意するポイント

- 乳房のしこり
- 乳房の皮膚のくぼみや引きつれ
- 乳頭からの分泌物
- 乳頭や乳輪のただれ

? マンモグラフィ検査

乳房専用のX線検査。小さなしこりや炎症の痕などを写すことができ、早期乳がんの発見に有効です。

2 利用方法は 2 パターン

ご自身に合った利用方法を
選択して申請しましょう！

パターン1 バス・飯坂線 + タクシーを利用

上限 1 万円

路線バス 飯坂線(電車) + タクシー

タクシーはマイナンバーカードに登録されたデジタル助成券を利用！

シルバーパスポート を利用

マイナンバーカード を利用

※バス・飯坂線は、上限までは無料で乗車できます。
タクシーは運賃を超えて助成券を利用することはできませんので、差額をお支払いいただきます。

パターン2 バス・飯坂線のみ利用

上限 2 万円

路線バス 飯坂線(電車)

シルバーパスポート を利用

※上限までは無料で乗車できます。

タクシー助成の利用方法

- 市役所・支所(清水、北信、飯坂、松川、信夫、吾妻)の窓口でマイナンバーカードへの**利用登録が必要**です。タクシー助成を申請した方には後日、マイナンバーカード登録案内のはがきを送付します。
- 1枚500円相当のデジタル助成券を20枚交付。
運賃に応じて、1回につき4枚まで(2,000円相当)利用できます。



¥500

マイナンバーカードがない場合、タクシー助成の利用ができません。

マイナンバーカードの申請は
スマート窓口推進課
☎535-7311 へ
お問い合わせください。

3 申請方法 ※必ず申請が必要

9月末から順次
75歳以上(令和7年3月末時点)
の方へ申請書を郵送します。

上記の利用方法から、
使いたいほうを選んで
申請！

申請方法は**2種類**



申請書

バス・飯坂線とタクシー

バス・飯坂線のみ



電子申請
または
郵送申請

令和7年3月末までに新しいシルバーパスポートをお届けできる
申請期限

10月31日(木)

※11月1日(金)以降も申請を受け付けますが、シルバーパスポートの交付が遅れる可能性があります。

※令和7年4月以降に75歳になる方には、誕生月の約2カ月前に申請の案内をお送りします。



ご不明な点は **サポート事務局**へお問い合わせください。

福島市高齢者公共交通利用助成事業 サポート事務局

☎0120-963-561

受付時間/午前9時～午後5時(土日・祝日、12月29日～1月3日を除く)

10月に説明会も開催。
※詳しくは、市ホームページをご確認ください。▶



実施主体：交通政策課

令和7年4月から シルバーパスポート制度が変わります！

市では、75歳以上の方へ市内路線バスと福島交通飯坂線の運賃が無料になる「シルバーパスポート」を交付しています。

より多くの方が利用しやすく、これからも長く続けていくために、制度を変更します。

カードデザインも新しく！



1 何が変わるの？

※このページに記載の情報は、9月1日時点のものです。

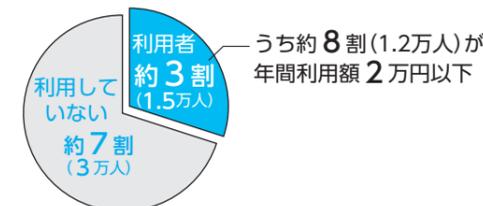
変更前	変更後 (令和7年4月から)
<ul style="list-style-type: none"> ・市内路線バス ・飯坂線(電車) 	<ul style="list-style-type: none"> ・市内路線バス ・飯坂線(電車) NEW ・タクシー
シルバーパスポート	<ul style="list-style-type: none"> ・シルバーパスポート NEW ・マイナンバーカード <p>※マイナンバーカードは、タクシーを利用する場合に使用します。</p>
無制限	年間 2万円 まで
なし	事前に 申請が必要



なぜ制度が変わるの？

バス停や駅から遠い地域では、利用しづらいという声をいただいています。市内全域の高齢者の皆さんが利用しやすい制度とするため、利用方法にタクシーを追加しました。また、持続可能で公平な制度にするために、利用額に上限を設定します。

シルバーパスポート 利用率 (令和5年度)



利用額を2万円にした理由は？

利用者のうち8割の方が、年間2万円以下の利用となっています。制度を続けていくため、上限を2万円に設定します。

上限は設けますが、同様の制度を実施している多くの自治体は1万円以下のため、その倍の金額になります。



今使っているシルバーパスポートはもう使えない？

現在お配りしているシルバーパスポートは、令和7年4月1日以降**使えなく**なりますので、ご注意ください。新制度の申請をしていただき、新しいカードを後日郵送します。



市内公衆浴場の入浴料・営業時間が変わります

公衆浴場の持続可能な経営に向け、入浴料や営業時間などの見直しを行います。

■問／観光交流推進室 ☎572-5717、河川課(もにわの湯に関すること) ☎525-3756



市公衆浴場
ホームページ

1 入浴料の見直し 令和7年2月1日(土)から

地区	名称	項目	改定前	改定後	
飯坂地区	十綱湯 天王寺穴原湯 八幡の湯 大門の湯	1回券	大人	200円	400円
			小人	100円	200円
	鯖湖湯 仙気の湯 導専の湯	回数券	大人	2,000円/12回	2,500円/10回
			小人	1,000円/12回	1,200円/10回
	波来湯	1回券	大人	300円	500円
			小人	150円	250円
		回数券	大人	2,500円/12回	3,500円/10回
			小人	1,200円/12回	1,700円/10回
	もにわの湯	1回券	大人	250円	400円
			小人	120円	200円
回数券		大人	2,500円/12回	4,000円/12回	
		小人	1,200円/12回	2,000円/12回	

地区	名称	項目	改定前	改定後	
高湯地区	あったか湯	1回券	大人	250円	500円
			小人	120円	250円
		回数券	大人	2,500円/12回	3,500円/10回
			小人	1,200円/12回	1,700円/10回
	貸切風呂	1,000円/50分	1,500円/50分		
土湯地区	中之湯	1回券	大人	500円	据え置き
			小人	250円	
		回数券	大人	5,000円/12回	
			小人	2,500円/12回	
	貸切風呂	1,500円/50分			

○市外在住の障がい者の入浴料

項目	改定前	改定後
1回券	大人	免除
	小人	免除

※市内在住の障がい者は引き続き免除。

発行済み回数券の取り扱い

改定前に購入した回数券の有効期限は、**令和7年1月31日(金)**までです。有効期間内に使いきれなかった回数券は、払い戻します。

■払い戻し期間

令和7年2月1日～3月14日
(平日の午前10時～午後3時)

■払い戻し額

- 未使用分(12枚つづり)…販売価格
- 残回数券…1枚単価に換算(1円未満切り下げ)

■払い戻し方法

発行済み回数券を払い戻し場所へ持参

■払い戻し場所

- 飯坂地区公衆浴場回数券(もにわの湯は除く) ▶ 飯坂支所
 あったか湯回数券 ▶ あったか湯
 もにわの湯回数券 ▶ もにわの湯

2 営業時間の見直し(飯坂地区)

(1)飯坂地区(もにわの湯を除く) 令和7年2月1日(土)から

項目	変更前	変更後	
営業時間	午前6時～午後10時	波来湯 鯖湖湯 導専の湯	午前6時～午後9時
		大門の湯 天王寺穴原湯 仙気の湯	月・水・金 午前6時～午後1時 火・木・土・日 午後1時～9時
		八幡の湯 十綱湯	月・水・金 午後1時～9時 火・木・土・日 午前6時～午後1時

- 休館日
- ・月曜日(鯖湖湯※)
 - ・火曜日(波来湯※、八幡の湯)
 - ・水曜日(天王寺穴原湯)
 - ・木曜日(大門の湯、仙気の湯)
 - ・金曜日(導専の湯、十綱湯)
 - ※祝日は営業、振替休日なし。

(2)もにわの湯 令和7年4月1日(火)から

項目	変更前	変更後	
営業時間	午前9時～午後9時	4月1日～11月30日	午前9時～午後8時
		12月1日～3月31日	午前9時～午後7時
休館日	年中無休	木曜日・12月31日～1月3日	

営業時間のイメージ

…営業時間



3 飯坂地区の公衆浴場「切湯」の廃止

11月14日(木)をもって、「切湯」は営業を終了します。長年にわたり、ご利用ありがとうございました。

営業終了後は、飯坂地区の他の公衆浴場をご利用ください。



株式会社

三栄精機製作所

We Love ふくしま!

第74回 「障がい者の自立に向けて」



このコーナーでは、福島市に立地しているものづくり企業の知られざる魅力にスポットをあて、紹介します。

FUKUSHIMAものづくり企業ファイル(No.24)

100年の歴史が支える 技術力を世界へ

当社は、大正14年に北海道小樽市で創業した、空圧機械の専門メーカーです。空圧技術を生かした製品を設計・製造しています。

空圧機械は、コンプレッサーで空気を圧縮し、空気圧の差をエネルギーとして機器を動かしています。可燃性のガスなどがある危険な環境でも安全に使用できるほか、高耐水性が要求される現場にも適しているため、工場や造船所など幅広い場所で使われています。

空圧機械は海外での需要も高く、2割程度が海外向けとなっています。今後も次の100年に向け、長年培った技術力を世界へ発信し、社会の発展に貢献していきます。



▲エアバランサー導入例

さまざまな吊り荷に合わせて吊り具を対応します。

クローズアップ

国内シェアトップクラス! ~ LNGポンプ吊揚装置 ~



液化ガスを低温で大量に貯蔵するLNGタンク周辺は、電気設備などにより爆発や火災が起こる危険性があるため、電気などを使用しない空圧の当社LNGポンプ吊揚装置が使われています。汎用の空圧機械の技術を応用して作られている特殊クレーンで、この分野では特許を取得しています。

【会社概要】

所在地：福島市岡島字戸切場 1-5

代表者：代表取締役社長 山本玲子

設立：大正14年5月

事業内容：設計・製造・販売

連絡先：☎573-5330



三栄精機製作所のホームページはこちら

問/企業振興課 ☎525-3723

本市の遠藤裕美選手が、パラリンピックポッチャ競技の個人・団体で2つの銅メダルを獲得。脳性まひという重い障がい乗り越えたいという快挙は大変誇らしく、大きな称賛を贈ります。遠藤選手は、24歳のときに、体を動かしたいという軽い気持ちでポッチャ教室に参加したのがきっかけで、没頭し上達したとのこと。私たちは、障がい者、となく助けが必要な方だと捉えがちですが、一定の助けが必要でも、自分で、できる範囲を切り開きたいという強い思い、そして懸命に努力する姿があり、先入観にとらわれず、障がい者の努力を見守り、困難な部分をやさしく支えたいものです。毎年、市主催の成人式(今は二十歳の集い)の日に、それに出席困難な障がい者が対象とした「もう一つの成人式」があります。参加者の抱負が述べられ、多くの参加者から「仕事をしたい」との言葉を耳にします。自分も社会を助けられることを感じたいとの思いを強く感じます。

市では、「いきいき!ふくしまマーケット」を市役所やイベントでたびたび開催するなど、製品の販売を応援しています。製品の中には、贈答品になる高品質のものもあり、記念品等に活用しています。民間でも、いちいさんが専用売り場を設置、福島銀行さんは社員食堂運営を就労支援施設に委託、市交通安全母の会等は製品を購入活用しています。8月29日からの2日間、「いきいき!ふくしまEXPO」を開催、就労支援施設と企業等とのマッチングを行いました。両者の取引が多数成立することを願っています。障がい者がつくったものだから購入するという関係は長続きが困難です。相応の金額を払う価値ある製品だから購入するという関係にしていくことが大切だと思います。市では、市内パティシエさんに協力いただいて、就労支援施設の新たなスイーツづくりを応援しました。障がい者の自立を応援していくには、まずよく理解すること。ポッチャなどを通じて障がい者と交流し、理解を深めてください。そして、仕事を認め、購入して励ますこと。市民や事業所の皆さんが少しでも製品・サービスの購入を増やすことが、障がい者の自立につながっていきます。

福島市長 木幡 浩



▲上空から見た信夫山公園



詳しくはこちら▶



明治7年10月20日に都市公園として制定された信夫山公園は、今年で開園150周年を迎え、福島のシンボルとして市民に親しまれています。

開園150周年を記念するメインイベントを開催しますので、ぜひお越しください。

■問/信夫山公園開園150周年記念事業実行委員会事務局(公園緑地課)
☎525-3765

■とき/10月27日(日) 午前10時～午後4時

■ところ/信夫山公園 駒山広場

■内容/露店の出店やステーション表

10/27(日) 信夫山公園開園150周年記念事業メインイベント

入場無料

■出演

- ・ファミリーコンティニュー DJやついでいちろう
- ・(お笑い芸人)エレキコミック DEFROCK
- ・ジントニック's
- ・紺野恭子さん
- ・県警音楽隊
- ・福島敬香保育園 他

ところ	内容
まちなか広場	古関メロディーの演奏・歌唱、バンド、DJなど
福島駅前広場地下通路	アコースティックライブ、ジャズ、ストリートピアノ、コーラスなど
新浜公園	バイオリン、ウクレレ、津軽スコップ三味線、バンド、アコースティックライブなど
福島聖ステパノ教会	ゴスペル、フルート、篠笛、二胡など
さんかく広場	アコースティックライブ、フルート、バイオリン、オカリナ、スティールパンなど

▲昨年開催したまちなか音楽祭

▲詳しくは市ホームページをご覧ください。

10/27(日) ふくしままちなか音楽祭2024

無料

まちなかの5つの会場で、多彩な音楽を奏でる音楽祭を開催します。総勢40組を超える出演者が秋の福島を盛り上げます。ぜひお越しください。

■問/文化振興課
☎525-3785

■とき/10月27日(日) 午前11時～午後4時

■ところ/内容



▶色彩豊かな花き売場 ▶毎年恒例の水産物の模擬せり

普段、一般の方は入れない卸売市場で、「安全・安心・新鮮」な生鮮食品などをお得な価格で購入できます。他にも楽しい企画が満載です。ぜひお越しください。

■問/公設地方卸売市場まつり運営委員会事務局(市場協会)
☎553-3431

■とき/10月27日(日) 午前9時～午後1時

■ところ/公設地方卸売市場

■内容

- ・鮮魚、野菜、くだもの、花などの即売
- ・関連店舗取扱商品の販売
- ・模擬せり(青果・水産・花き)
- ・マグロの解体実演販売
- ・露店、キッチンカー
- ・協賛企業出展
- ・福島県産品PR企画
- ・ステーション
- ・各種アトラクション など

10/27(日) 第40回 わくわく市場まつり

入場無料

▲物販・飲食

▲織もの体験

▲民家園 ホームページ

▲劇団1200EN ホームページ

●ふくしま絹の道フェスタ

養蚕にまつわるトークセッション、養蚕や織物に関する実演・体験・販売など

●同時開催

- ・荒井産新そばの出店
- ・昔話のおはなし会
- ・土石流模型実験・荒川のPR
- ・劇団1200ENによる演劇(有料・予約制)
- ・旧広瀬産再整備に関する出展
- ・キッチンカーの出店
- ・ワークショップ など

11/4(休) 民家園

11(月)ふれあいまつり

入園無料

文化の秋に、ふれあいまつりを開催します。ぜひご家族やご友人とお越しください。

■問/民家園
☎593-5249

■とき/11月4日(月・休) 午前10時～午後3時

■ところ/民家園

■内容

ほこみちとは?

賑わいある道路空間を構築するための指定制度です。道路空間を活用する際に必要な道路占用許可が柔軟に認められるようになります。

企画運営チームが考えた / コンセプト **さんかくストリート**

さんかく広場に面する吾妻通りが、いつもとちょっと違う空間に。市民と行政、そして街、みんなが“参画”できるみちづくりにしたい。そんな想いがこもっています。

詳しくは公式 Instagram▶

賑わいのある道路空間の創出のため、歩行者利便増進道路(愛称:ほこみち)の指定を見据えた社会実験を行います。

■問/路政課 ☎525-3770

■とき/オープニングイベント:10月18日(金) 午後6時30分(予定) 社会実験:10月19日、27日 午前10時～午後6時(金・土曜日は午後11時まで)

■ところ/福島駅前吾妻通り

10/19~27 福島駅前吾妻通りほこみち社会実験

▲詳しくはほこみちのホームページをご覧ください。

●物販販売

キッチンカーの出店

●アトラクション 無料

ご当地アイドルマジカルバルーン Yess によるバルーンショー

●縄文体験 無料

3種目(弓矢体験・土偶輪投げ・ミニ弓矢)修了者先着2000人に缶バッジをプレゼント

●土偶を探せDX 無料

縄文時代にちなんだクイズ大会。景品あり!

●縄文ものづくり体験 (午前10時～、午後1時30分～) 勾玉づくり...1個300円(各回先着50人)

文化の秋「縄文」を楽しむイベントを開催!

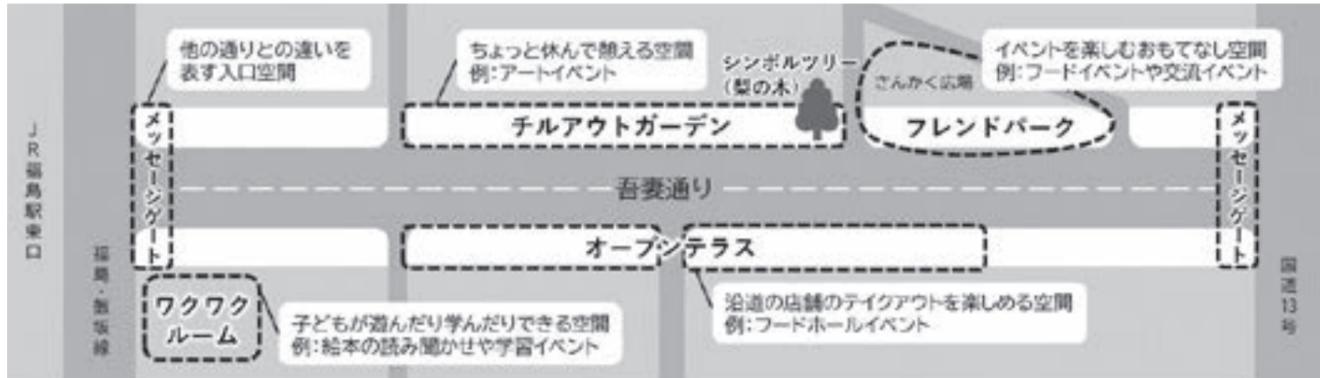
縄文時代にちなんだ催しが盛りだくさん!ぜひお越しください。

■問/文化振興課 ☎525-3785 ☎536-2128

■とき/11月4日(月・休) 午前10時～午後3時

■ところ/じよーもびあ宮畑

■内容



ぴくぴく♡会 遺跡巡りバスツアー

■とき/11月21日(木) 午前10時～午後4時

■ところ/市内各遺跡、じよーもびあ宮畑

■内容/市内の遺跡を巡りながら解説をするバスツアー

■定員/15人程度(申込者多数の場合抽選)

■参加費/200円(保険料)

■申し込み方法/10月31日(木)までにオンライン申請または電話で

■申し込み方法/10月31日(木)までにオンライン申請または電話で

第12回 宮畑ウォーク

■とき/11月10日(日) 午前9時30分～午後1時

■内容/紅葉を楽しみながら、じよーもびあ宮畑周辺を巡るウォーキング。

■定員/150人(先着順)

■参加費/200円(中学生以下無料)

■申し込み方法

10月31日(木)までにオンライン申請か、申込書に必要事項を記入し持参か郵送またはファクスで

ココフリ

心のバリアフリー広報紙
「ココフリ 第11号」には、ヘルプマークを身に着けた方を見かけたときに、周りができる具体的な行動を掲載しています。

市ホームページから、ぜひご覧ください。



知っていますか? 「ヘルプマーク」

外見から分からなくても援助や配慮を必要としていることを、周りに知らせるマークです。マークの意味を知っていることは、いざというときの助け合いの行動につながります。



やってみよう! 心のバリアフリー

●身の回りのバリア(障壁)やバリアフリーのマークを意識してみよう
●困っている人を見かけたら、「何かお手伝いできますか?」と声をかけてみよう
●一方的に決めつけず、相手の考えや思いを聞いてみよう

10月は心のバリアフリー推進強化月間

心のバリアフリーとは、さまざまな心身の特性や考え方を持つ全ての人が、お互いに理解を深めようとコミュニケーションを取り、推進強化月間をきっかけに、自分にできることを考えてみませんか?

問/共生社会推進課 572-3948

心のバリアフリー啓発冊子「心のバリアフリーってなあに?」

身の回りにどのようなバリアがあるのか、どのような気遣いができるのかなど、心のバリアフリーの基本について、マンガ調で分かりやすく表現されています。ホームページから無料でダウンロードできますので、ぜひご覧ください。

アニメーションでもご覧になれます!



▲市観光コンベンション協会ホームページ



考えてみよう! 一人ひとりできること

10月は心のバリアフリー推進強化月間



▲カンキョーズ



▲環境フェスタについて詳しくはこちらから



▲パークアンドライドについて詳しくはこちらから



注意事項

まちなか広場には駐車場がありませんので、パークアンドライドや公共交通機関、または近隣の駐車場をご利用ください。

●内容

- 1 平石小学校児童による環境学習の実践発表
- 2 カンキョーズによるステイジイベント
- 3 自転車による発電実験、モデルカー実験、間伐材やガス管を使った工作などの体験教室
- 4 クイズラリーに参加してお楽しみガラポン抽選会に挑戦!
- 5 電気自動車、水素燃料電池自動車の展示
- 6 再生家具類の即売会
- 7 再生自転車の抽選販売
- 8 ふくしまゼロカーボンDAY! 2024 in ふくしま

■とき/10月6日(日) 午前10時~午後3時 (荒天中止)

■ところ/まちなか広場、まちなか交流施設ふくふる

■講師/漫才師・タレント カンキョーズ

10/6(日) 2024

ふくしま環境フェスタ

無料

ご注意ください

- ✓ 会場に利用できる駐車場はありません。福島駅西口⇄会場間の無料シャトルバスをご利用ください。(午前11時30分~午後4時運行)
- ✓ 当日は、会場周辺道路が一方通行になります。
- ✓ 車いす利用の方や、介助者の同行が必要な方は、お問い合わせください。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



手をつなぐ親の会と共催で式典を開催します

「二十歳の集い」への出席が困難な障がいのある方に配慮した式典を、当日の午前中にホテル福島グリーンパレスで開催します。

問/障がい福祉課 525-3748

■問/生涯学習課 525-3783

■とき/令和7年1月12日(日)

■受け付け開始/正午

■式典開始/午後1時30分

■午後1時20分までに会場に入場してください。

■ところ/福島トヨタクラウンアリーナ

■対象/平成16年4月2日~平成17年4月1日生まれの方

※市内に住民登録している方には、10月中に案内がきを送付します。案内がきは、当日必ずお持ちください。

■市外在住の方の参加申し込み

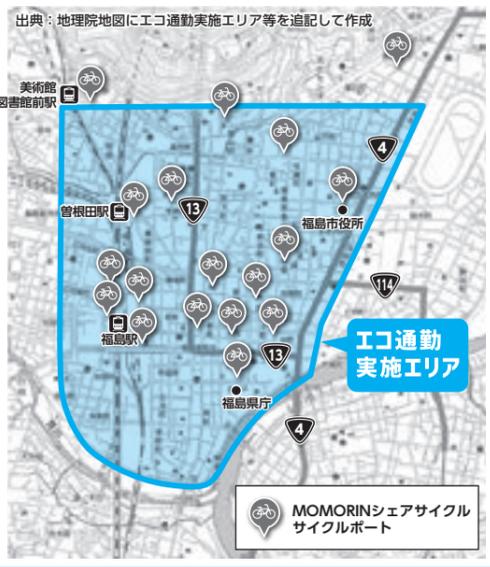
●申し込み方法/①オンライン申請②生涯学習課または各学習センター・支所、茂庭出張所の窓口

●申込期間/10月1日~令和7年1月10日(窓口は閉庁日・休館日を除く)

令和7年(令和6年度) 二十歳の集いのお知らせ

エコ通勤実施エリア

出典:地理院地図にエコ通勤実施エリア等を追記して作成



エコ通勤実施エリア

MOMORINシェアサイクル サイクルポート

詳しくは福島河川国道事務所ホームページをご覧ください。

エコ通勤 福島市

エコ通勤とは?

電車やバス、自転車、徒歩など、環境に優しい交通手段で通勤することです。

福島市中心部の渋滞緩和と二酸化炭素の排出削減のため、「エコ通勤」を実施します。

毎週金曜日を強化日とし、特に参加を呼びかけています。マイカー通勤を見直し、取り組みへのご協力をお願いします。

問 福島河川国道事務所 調査課 539-6128

市・交通政策課 525-3762

4つの取り組み

01 公共交通機関の利用

電車・バスに乗る

02 徒歩・自転車通勤

車に乗らない

03 在宅勤務

自宅で仕事

04 時差出勤

出勤時間をずらす

福島市中心部にお勤めの皆さんへ

10月の平日はエコ通勤実施日です

申し込みの前に...

◆保育施設の見学

安心してお子さんを預けていただくため、申し込み前の施設見学をおすすめします。

見学の際は必ず事前に各保育施設へお問い合わせください。

◆ニーズに合わせた施設があります

認可保育施設のほかに、幼稚園や認可外保育施設など、保護者のニーズに合わせてさまざまな施設が利用できます。申し込みは各施設で随時受け付けています。

▲問い合わせ一覧はこちらから



▲施設の利用例はこちらから



〔事前予約制〕

令和7年4月認可保育施設入所児童募集

申請期間内の希望する日を必ず予約の上、記入済みの申請書と添付書類を準備し、ご来場ください。

■問/幼稚園・保育課 525-3750

■申請書・利用案内の配布

●配布日/10月24日(木)

●配布場所/①各認可保育施設②幼稚園・保育課③市ホームページ(下記QRコードから)

■予約方法

10月24日~11月27日に下記QRコードから(希望する申請日の前日正午まで予約可)

■申請期間・場所(要事前予約)

●期間/11月12日~28日(うち17・23日は除く)

●時間/午前9時~正午、午後1時30分~4時30分

●場所/保健福祉センター4階 第1保健指導室




令和7年4月認可保育施設入所児童募集



10月お知らせ

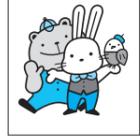
記載の情報について詳しくは、各問い合わせ先にご確認いただくか、市HPをご覧ください。イベント情報や施設情報などは変更になる場合があります。



催し

10~12月 まちなか健康まち歩き

時10月10日 2月26日 3月11日
9日 4月21日 5月12日 5日 6日
午前9時集合 会場なか交流館
市内の史跡や名所、街なかを
ボランティアと一緒に歩きなが
ら楽しく紹介①信夫山エリア
②飯坂エリア③文知摺観音エ
リア④5街なかエリア(所要時
間約3時間)
※悪天候時中止。
定各日20人(当日先着順)
料①③はバス代実費②は電車代
実費④⑤無料
問街なか交流館活用推進協議会
事務局(文化振興課内)
525-3785



例は午後2時まで。
場アオウゼ 内日本画、洋画、
彫刻、工芸、書、写真、生け花
の作品を展示
※12日(土)のみ午後3時まで無料
呈茶席を開催。
問文化振興課 525-3785

10月 あぶくウォーク2024 in福島市(福島駅)

時10月20日(日)受け付け・スター
ト・午前9時~11時
場スタート駅・阿武隈急行線福
島駅
内電車などの公共交通機関の利
用促進と健康増進を目的とした
ウォーキングイベント
料200円(鉄道の乗車料金は含ま
れません)当日はお得な乗車券
を販売。
持歩きやすい靴・服装、天候に
より帽子や飲み物、雨具など
申各有人駅(福島・保原・梁
川・丸森・角田)、または開催
当日の受け付け(阿武隈急行線
福島駅)で参加券を購入
問交通政策課 525-3762

10月 ホームまつりWith 手づくりマルシェ ♪音楽とアートクラフト フェスティバル♪

時10月20日(日)午前10時~午後4時
内チャリティーバザーやハンド
メイドショップを出店。音楽堂
ホールでは、ダンスショーや音
楽ステージを披露。空くじなし
のスタンプリリー抽選会も開催
場問働く婦人の家(勤労青少
年ホーム)、ふくしん夢の音楽堂
531-6221(共通)

10月 外国人材活用セミナー を開催

時10月24日(木)午後2時~
場コラッセふくしま 内県内で
最も多いベトナム人労働者の受
入れ方法や特徴を解説する実
践編 対市内・東北地区の企業
代表者や人事担当者
定30人(先着順)
申オンライン申請で
問産業雇用政策課
515-7746

11月 アートストリート ふくしま2024

時11月2~4日午前10時~午後
3時 場県立美術館周辺
内①美術館図書館正面道路での
屋外スケッチ②周辺の
歴史ある建物での
の歴史ある建物での
企画展
問文化振興課 525-3785

11月 ふくしま市民活動フェス ティバル2024

時11月3日(祝)午前10時~午後4時
場アオウゼ 内NPOなどの活
動紹介や食品・雑貨販売、ゲー
ムなどの体験、アニメーション
上映、トークセッションなど。
問市民活動サポートセンター
526-4533

11月 福島市学校総合文化祭

時11月8日午前9時30分~正
午 2 11月21日午前9時30分
午後4時30分
※25日(月)は、午後2時終了。
場1ふくしん夢の音楽堂②こむ
こむ 内1市内中学校の音楽発
表会②市内小・中・特別支援学
校の図画工作・美術作品展覧会
問学校教育課 525-3782

11月 ふくしまマスターズ大学 第3回講演会

時11月19日(火)午後2時30分~4
時(開場:午後1時30分)
場キョウワグループ・テルサ
ホール 内栄光への架け橋
※手話通訳あり(要予約)。
※公共交通機関をご利用ください。
講元NHKアナウンサー、解説
委員の刈屋富士雄さん 対市内
在住の方 定400人(先着順)
申10月28日(月)午前9
時から各学習セン
ターで整理券を配布

施設 だより



(一人一枚)
問中央学習センター
534-6631

日堀切郵便局

や紅葉ライトアップなど
●書道なんでも相談所 無料
時10月8・9・22・23日 1午前
10時~正午 2午後1~3時
対18歳以上 持書道用具一式
●飯坂ファーマーズマーケット
時10月20日(日)午前9時~午後4時
内農産物・パン・スイーツ・
コーヒー・ハンドメイド品の販売

御倉邸 522-2390
開館時間/午前10時~午後6時
休館日/毎週火曜日
●第124回市民定例「茶会」 無料
時10月20日(日)午前10時~午後3時
内宗偏流福島支部によるお茶の
振る舞い 定100人(先着順)
申10月3日(木)から電話で(一通
話2人まで)
●旬の鮭あぶくま鍋を愉しむ会
時10月20日(日)午前11時~午後3時
内旬の鮭を骨まですり身にした
つみれが美味しい、季節のあぶ
くま鍋をおぐら茶屋で販売

聞きにこらんしよ昔話 無料
時10月27日(日)午前11時~午後2
時30分 内ふくしま民話茶屋の
会による松川地区にまつわる民
話昔話など
●秋の茶会 無料
時11月10日(日)午前10時~午後3時
内お茶の振る舞い
※流派は電話予約の際に確認し
てください。
定150人(先着順)
申10月21日(月)から電話で(一通
話2人まで)

写真でみえるいい電今昔物語 無料
時10月11~28日
※28日は正午まで。
内約半世紀前と現在の各駅と駅
周辺の様子を写真展示。
共催 福島交通(株)、福島市
A・O・Zカフェ 奇らん処
時10月29日(火)午後1時~3時30分
料100円
開館時間/午前9時~午後9時
受付時間/午後7時まで

図書館コーナー 10月

■市立図書館 531-6551 ※のマークは絵本の読み聞かせ。
午前9時30分~午後7時 ※日曜日・祝日は午後5時30分まで。
休館日/1・8・15・22・29・31日

内容	日時	対象・定員
どようびのおはなし会	10月5・12・19・26日、 11月2日 午後2時	対4歳~小学生と保護者 定各日10組(当日先着順)
ブックスタートお渡し会・ ブックステップお渡し会 絵本のプレゼントのほか、家庭 での読み聞かせのアドバイスや絵 本の読み聞かせなど 赤ちゃんタイム 乳幼児連れでも気兼ねなく図書館 を利用できる時間	10・13日 ブックスタート: 午前11時 ブックステップ: 午前11時30分	対ブックスタート・ ブックステップ対象者 定各7組(先着順) 申来館または電話で (要事前予約)
おひざにだっこのおはなし会	17日(木) 午前10時30分	対3歳以下と保護者 定10組(当日先着順)
相談会 「電子図書館を使ってみよう!」	19日(土) ①午前10時30分 ②午前11時 ③午前11時30分	定各回2人(先着順) 申10月6日(日)から来館 または電話で(要事前 予約)
ふくよみの日 アニメ映画会 「かがみの孤城」(原作:辻村深月 116分)の上映	24日(木) 午後2時	定14人(当日先着順)
ふくよみの日 貸出2倍デー 貸出冊数が通常10冊のところ20 冊になります。 場市立図書館本館・分館・ 学習センター図書室	24日(木)	
ふくよみの日 本を借りようキャンペーン 本を借りた方にプレゼント	24日(木)	
ふくよみ本棚 「ふくよみ本棚オーナー」が 選んだおすすめ本の展示 読書週間事業 「平安文化を彩る王朝装束」 平安時代の宮中装束の解説と 十二単(裳唐衣)の着装を実演。 講(一社)民族衣装文化普及協会 東北委員長 尾形容子さん 読書週間事業 「手でさわる絵本新作展・準新作展」 内図書ボランティアの会が制作した、点字 の付いた布絵本の新作・準新作の展示 場図書館本館・子どもライブラリー	10月24日~ 12月16日 27日(日) 午後2時~4時 10月27日~ 11月9日	定30人(先着順) 申10月5日(土)から来館 または電話で

■西口ライブラリー(コラッセふくしま内) 525-4023

午前9時30分~午後7時 ※日曜日・祝日は午後6時まで。
休館日/1・8・15・22・29・31日

内容	日時	対象・定員
講座「言葉を楽しむ朗読講座」 講(一社)日本朗読検定協会認定 プロフェッサー 引田さいこさん	21・28日 午前10時30分~ 正午	対両日参加できる方 定15人(先着順) 申10月6日(日)から来館 または電話で

■子どもライブラリー(こむこむ内) 526-4200

午前9時30分~午後7時 休館日/1・8・15・22・29日

内容	日時	対象・定員
おひざにだっこのおはなし会	3・20日 午前11時	対3歳以下と保護者 定各回7組(当日先着順)
にちようびのおはなし会	6・13日 午後3時10分	対4歳~小学生と保護者 定各回5組(当日先着順)
よむよむウィーク(読書週間事業) 本を借りた利用者にふくもっ ちゃんのおみくじしおりを配布。 ふくよみの日 本を借りようキャンペーン 本を借りた小学生以下の利用者に、 おすすめ本のメモを配布。	10月24日~ 11月9日 24日(木)	
おはなし会プチ	27日(日) 午後3時10分	対4歳~小学生と保護者 定5組(当日先着順)
おはなし会 ~秋のライブラリースペシャル~	11月3日(祝) 午前11時30分 午後3時10分	対4歳~小学生と保護者 定各回5組(当日先着順)

教室名	日時	場所	講師	対象・定員	受講料	申込期間	申し込み・問い合わせ
シニア卓球 【全4回】	11月5・12・19・26日 午前10時~11時30分	NCV ふくしま アリーナ	福島市卓球協会	60歳以上 30人	2,000円	10月 7~9日	申市スポーツ振興公社HP
ソフトリフレッシュ 【全4回】	11月7・14・21・28日 午前10時~11時30分		YAGOメディカルフィットネスクラブ 三瓶 好先生	60歳以上 30人	2,000円	10月 7~9日	問NCVふくしまアリーナ 535-4106
ヨーガ 【全6回】	11月7・14・21・28日、 12月5・12日 午後7時~8時30分		ヨーガ療法士 今野真理子 先生	18歳以上 30人	3,000円	10月 7~9日	LINEのお友だち登録をすると、 各教室の申込期間初日に案内が 届きます。
体操で健康づくり 【全4回】	11月26日、12月3・10・17日 午前10時~11時30分		健康体操指導士 荒川 保子 先生	60歳以上 30人	2,000円	10月 21~23日	
ドッジボール 【全4回】	11月29日、12月6・13・20日 午後6時~7時30分		福島市ドッジボール協会	小学1~4年生 30人	2,000円	10月 28~30日	

※状況によっては開催場所・日時が変更となります。持ち物などは、HPをご確認ください。電話での受け付けは行っていません。
※定員を超えた場合は抽選。申込受付終了日の翌日に抽選を行います。当選の発表は払込票の発送をもってかえさせていただきます。(返金はできません)
※WEB以外の申込方法は、参加申込書(HPからダウンロードできます)に必要事項を記入の上、①来館(NCVふくしまアリーナ)または②535-4107のみ。

いっせい 524-3131
開館時間／午前9時30分～午後7時
休館日／10月1・8・15・22・29日

☆星と宇宙のじかん
「月の美術館へようこそ。」
時10月18日(金)①みんなにやさしいプラネタリウム・午後3時～3時45分②お仕事あとのプラネタリウム・午後7時～7時45分
②は未就学児入場不可
内 絵画に描かれた月とそこに隠された物語を紹介し
ます。
定105人(当日先着順)
●カラダとココロを癒す
「プラネタリウムYOGA」
時11月7日(木)午後2～3時(15分前から受け付け開始)
内 プラネタリウムの座席に座って行うやさしいヨガです。クリアスタルボウルの音色で心身ともにリラックスマししましょう。
講 ロータスヨガスタジオオラディカあかねさん
対18歳以上 定25人(先着順)
料800円(保険料含む) 持動きやすい服装 申10月10日(木)午前9時30分からこむこむHPで

土湯温泉観光交流センター湯楽舞台 572-5503
開館時間／午前9時～午後6時

●こけし絵付け体験
時10月5・12・19日午前9時～午後6時(最終受け付け・午後5時)
内 手回しろくろを使っ

古関裕而記念館 531-3012
開館時間／午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
入館料／一般300円(団体240円)、小・中学生100円(団体80円)
※団体は20人以上。
●フルートとピアノの調べ
～音楽で世界旅行～
時10月20日(日)午後2時～3時30分
出演／フルート若月美香さん、ピアノ菅野弘子さん
定80人(先着順)
申10月6日(日)から電話で

じょいもぴあ畑畑 573-0015
開館時間／午前9時～午後5時
休館日／10月1・8・15・22・29日
●縄文ものづくり体験
時10月6・27日②10月12日③10月13日④10月14日、11月3日⑤10月20日⑥10月26日いずれも午前10時～、午後1時～、2時30分、※時間制で要予約。
内1土笛②勾玉③キーホルダー④コースター⑤土偶ランタン
定12346各回15人、5各回10人 料15400円、234300円

とき 会場 内容 講師 対象 定員 料金 持参物 申し込み方法 問い合わせ 電話 ファクス HP ホームページ

た土湯こけしの絵付け体験(所要時間約1時間。持ち帰り可。)
※5人以上の団体は要予約。
料1本70円(通常1100円)
申電話で(当日受け付け可)
●紅葉の男沼&女沼ハイキング
時10月30日(水)、11月2日(土)午前9時30分(湯愛舞台集合)～午後2時ごろ 内 仁田沼駐車場から男沼・仁田沼・女沼まで約7kmのコースを、もりの案内人のガイドで周遊。 定各日15人(最小催行10人) 料900円
申電話で
※車でお越しください。

市民会館 535-0111
開館時間／午前9時～午後9時
受付時間／午前8時30分～午後6時
施設点検日は午後5時まで
休館日／12月29日～1月3日
※休館日は、申請手続きも不可。
内 次の日は、施設点検日のため終日部屋を利用できません。
10月9日、11月13日、12月28日
※市民会館は令和7年1月10日をもって閉館します。

ヘルシーランド 536-5600
開館時間／午前9時～午後8時
休館日／10月15日(火)
●健康セミナー
「良い睡眠をとるためには」
時10月18日(金)午後1時30分～2時15分 内 健康維持に必要な「睡眠」をテーマに分かりやす

●健康セミナー
「良い睡眠をとるためには」
時10月18日(金)午後1時30分～2時15分 内 健康維持に必要な「睡眠」をテーマに分かりやす
●縄文体験 無料
時10月19日(土)②11月2日(土)午前10時～正午、午後1～3時
内1弓矢体験②火おこし
対小学生とその保護者
●じょいもぴあ畑畑文化フォーラム「じゃがむ土偶びびぐ」の誕生を考えるーびびぐはなぜ上岡遺跡で生まれたのかー 無料
時11月9日(土)午後1時30分～3時30分 場ふくしん夢の音楽堂
内 東北地方南部の土偶と北部の土偶の変遷を比較しながら、じゃがむ土偶が福島市で誕生した理由を考えます。 講 岩手県埋蔵文化財センター八木勝枝さん、千葉大学阿部昭典さんほか
定120人(先着順) 申10月2日(水)から電話かメールで

民家園 593-5249
開館時間／午前9時～午後4時30分
閉園日／毎週火曜日
●年中行事「稲刈り、脱穀」
「収穫祭」
時10月6日(日)午前10時～11時30分
対小学生とその保護者
●なぞときラリーM5 無料
時10月12～14日午前10時～午後3時 内 古民家を回ってクイズを解きます。
●年中行事「子ども秋まつり」
時10月20日(日)午前10時～午後0時30分 内 輪投げ、手づくりおもちゃ、水ヨーヨーなどの露店

とき 会場 内容 講師 対象 定員 料金 持参物 申し込み方法 問い合わせ 電話 ファクス HP ホームページ

国・県などからのお知らせ

募集 自衛官採用案内
内 採用種目／①一般曹候補生
②自衛官候補生
応募資格／①18歳以上33歳未満の方
受付期間／①10月1日～11月28日まで②2通年
試験期日／①12月7日～12日
※いずれか1日を指定。
②受付時にお知らせします。
内 自衛隊福島募集案内所
545-7995

暮らしの困りごと 無料相談会 無料
時10月8日(火)午前10時30分～午後3時30分 場 コラッセふくしま
内 9～10月の「行政相談月間」に合わせ、行政相談委員や行政機関、弁護士などによる無料相談会を行います。
※弁護士、司法書士相談は要予約。
内 福島行政監視行政相談センター 534-1101

暮らし 新たな土砂災害の発生のおそれのある箇所
内 県は新たに、市内の土砂災害が発生するおそれのある箇所

を1707カ所公表しました。
内 県土木部砂防課
521-7493

年金 年金生活者支援給付金制度
内 本給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乘せし支給されます。
対 次のいずれかに該当する方
①老齢基礎年金を受給している方で①65歳以上②世帯員全員が市民税非課税③前年の年金収入額とその他の所得額の合計が69歳以上・88万7700円以下、68歳以下・88万9300円以下
②障害基礎年金か遺族基礎年金を受給している方で、前年の所得額が基準以下(扶養親族が無い場合47万1千円以下)
申 新たに対象となる方/日本年金機構から送付される案内に同封の請求書に必要事項を記載し切手を貼りポストへ投函
年金を新規に請求する方/年金の請求手続きと併せて年金事務所または国保年金課で
内 給付金専用ダイヤル
0570-0544092(ナビダイヤル)

10・11月 飼い犬のしつけ方教室 無料
時10月12日②10月26日③11月9日④11月30日午前9時30分～11時 場 市役所おもいやり駐車場
講師...①DOG SCHOOL & SALON わんぱくズ Kommi 後藤啓寿さん②ペットサービスマもせ鈴木奈緒子さん③県北動物愛護ボランティア会ドッグトレーナー栗原泉さん 対 本市に登録された飼い犬 定10組程度(飼い主と犬を1組とする)
申 電話で
内 保健所衛生課 597-6409

10月 NPO 税務・会計のポイント講座 無料
時10月18日(金)午後1時30分～3時30分 内 インボイス制度の注視点など、NPO法人の税務・会計のポイントや動きを学ぶ。
※オンライン受講可。
講 加藤英夫税理士事務所所長加藤英夫さん 対 市内に居住または通勤する方
定30人(先着順)
申 オンライン申請か電話またはファクスで
内 市民活動サポートセンター 526-4533

とき 会場 内容 講師 対象 定員 料金 持参物 申し込み方法 問い合わせ 電話 ファクス HP ホームページ

講座
講 加藤英夫税理士事務所所長加藤英夫さん 対 市内に居住または通勤する方
定30人(先着順)
申 オンライン申請か電話またはファクスで
内 市民活動サポートセンター 526-4533

とき 会場 内容 講師 対象 定員 料金 持参物 申し込み方法 問い合わせ 電話 ファクス HP ホームページ

10月 事業の組み立て方講座 **無料**
 時10月25日(金)午後2時～4時
 内調査・情報収集などから、事業の設計方法を学ぶ。
 ※オンライン受講可。
 講NPO法人こおりやま子ども・若者ネットワーク理事長 鈴木綾さん **対**市内に居住または通勤する方
定30人(先着順)
申オンライン申請か電話またはファクスで
場市民活動サポートセンター **問**526-4533
問526-4560

10月 10月28日(月)午後1時30分～午後3時 **場**アオウゼ **内**ライフステージの変化に応じた生命保険との付き合い方について学びませんか。 **講**公益財団法人生命保険文化センター鈴木千秋さん **定**40人(先着順)
申オンライン申請か電話で
問消費生活センター **問**525-3774

10月 10月28日(月)午後1時30分～午後3時 **場**アオウゼ **内**ライフステージの変化に応じた生命保険との付き合い方について学びませんか。 **講**公益財団法人生命保険文化センター鈴木千秋さん **定**40人(先着順)
申オンライン申請か電話で
問消費生活センター **問**525-3774

11・12月 一学校支援ボランティア研修会(全2回) **無料**
 時11月25日(月)12月9日(月)各日午前10時～正午 **場**アオウゼ **内**1スタートアップ研修(主に
 履歴書を郵送か持参で。
 ※面接時間は別途連絡。
問幼稚園・保育課 **問**572-3122

市営住宅入居者募集
 募集住宅発表/10月21日(月) 申込受付期間/11月1～15日 抽選会/11月21日(木) 入居開始/12月9日(月)
 ※一年以上所得のある世帯向けの特別市営住宅、子育て世帯向けの子育て支援住宅、若者夫婦(子育て世帯含む)向けの街なか市営住宅は空き住戸を随時募集中。
問住宅政策課 **問**525-3757

暮らし
祝日のごみ収集
内10月14日(月)スポーツの日が収集日にあたる地区の可燃ごみ、資源物・プラスチック製容器包装は収集します。
問ごみ減量推進課 **問**525-3744

秋の全市一斉清掃は11月3日(祝)
 清掃や道路側溝などの土砂上げを行う際は、安全衛生に配慮した服装(長ぐつ・手袋・マスクの着用)で作業してください。

未経験者を対象とした内容 / 講話「学校支援ボランティアの活動状況」、経験発表、情報交換、説明など
2 スキルアップ研修(主に経験者を対象とした内容) / 講話「学校支援ボランティアに期待すること」、経験発表、情報交換
 ※どちらにも参加可。
講1市立飯野小学校校長佐藤育男さん **2**中央学習センター生涯学習統括指導員古関明善さん **対**学校支援ボランティアに興味のある方、学校支援ボランティアとして活動されている方など
定各日30人程度(先着順)
申7日前までにオンライン申請か電話、ファクスまたは各学習センターに備え付けの案内チラシで
問生涯学習課 **問**525-3783 **問**536-2128

募集
うふうふくくしま写真プロジェクト **写真募集!**
 募集期間/11月15日(金)まで
内テーマは「みんな笑顔になあれ」。子どもたちの笑顔や成長を感じた瞬間など、みんなが「うふう」となれる写真を募集します。写真は選考の上、市HPや各種広報物に使用させていただきます。

募集
うふうふくくしま写真プロジェクト **写真募集!**
 募集期間/11月15日(金)まで
内テーマは「みんな笑顔になあれ」。子どもたちの笑顔や成長を感じた瞬間など、みんなが「うふう」となれる写真を募集します。写真は選考の上、市HPや各種広報物に使用させていただきます。

ごみ出しの注意
145リットル以内の透明袋に入れる **2**枝木は60cm以内に切りそろえ、直径30cm以内に束ねる(枝木1本の直径は10cm以内) **3**枝木についている葉はできるだけ取り除いて袋に入れる **4**雑草の土はよく落とす **5**草類はできるだけ乾燥させる
 ※土砂と臨時ごみは別々に収集します。
問ごみ減量推進課 **問**525-3744

10月の各種相談 無料

相談内容	相談・予約・問
法律(弁護士) 要予約 (※年度内1人1回)	市民相談室 問 535-2121 予約受け付け/毎週月～金曜日 午前9時30分～正午、午後1時～4時45分
市政・一般(生活課相談員)	県司法書士会福島支部 問 529-7331
登記(司法書士)	県公共福祉登記士地家屋調査士協会県北支所 問 531-0986
土地家屋調査(土地家屋調査士)	相談/ 問 ・ 問 521-8331 問/福島行政監視行政相談センター 問 534-1101
行政(行政相談委員、来所・電話・ファクスで)	県社会保険労務士会 問 526-2270 問 534-5432
年金・労働(社会保険労務士) 要予約 ※Zoomでも対応可	法テラスサポートダイヤル 問 0570-078374
法的トラブルに関する法制度・相談窓口の情報提供(電話・メールフォームで)	法テラス福島 問 0570-078370
法的トラブルの相談(借金・離婚・相続など) 要予約 ※収入・資産が一定基準以下の方のみ無料	県政相談コーナー 問 521-4281
交通事故	消費生活センター 問 522-5999
消費生活(生活課消費生活相談員)	消費生活センター 問 522-7867
多重債務110番(生活課消費生活相談員)	
多重債務・消費生活法律相談(司法書士) 要予約	権利擁護センター 問 533-3341 問 533-8879 問 kenriyougo@f-shishakyo.or.jp
社会福祉士による成年後見制度や権利擁護全般に関する相談(来所・電話・ファクス・メールで)	こども家庭課 問 525-3780
配偶者などからの暴力・夫婦間の問題など(女性相談員)	県労働委員会事務局 問 521-7594
育児不安・児童虐待・家庭内での悩みなど	総合労働相談コーナー 問 536-4600 問 0800-8004611(労働者フリーダイヤル)
労働困りごと相談窓口	福島労働局雇用環境・均等室 問 536-4609
労働局総合労働相談コーナー(解雇、労働条件、いじめ・嫌がらせ、セクハラ・マタハラなど労働問題に関する相談)	みんなの人権110番 問 0570-003-110 子どもの人権110番 問 0120-007-110 女性の人権ホットライン 問 0570-070-810
職場のマタハラ、セクハラ、パワハラ、性差別、育児・介護休業など	定住交流課(市国際交流協会事務局) 問 525-3739 問 533-5263 問 teijyuu@mail.city.fukushima.fukushima.jp
人権なんでも相談	県国際交流協会 問 524-1316 問 521-8308 問 ask@worldvillage.org
外国人の生活相談	県国際交流協会 問 524-1316
外国人住民のための相談窓口(来所・電話・ファクス・メール・LINEで)	
外国人住民のための弁護士・行政書士電話相談 要予約	

10月のイベントカレンダー
 毎月のイベント情報を市HP内「イベントカレンダー」に掲載しています。お出かけの際にご活用ください。
問地域共創課 **問**525-3731

コミュニティ助成事業を行いました
 この事業は、宝くじの委託事業収入を財源とし、住民が自主的に行うコミュニティ活動の促進を図るものです。地域の連帯感に基づく自治意識を盛り上げることで、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目指しています。
●今年度の助成内容
 飯坂地区町内会連合会/コミュニティ活動を充実させる祭り太鼓の修繕、整備
問地域共創課 **問**525-3731

令和7・8年度入札参加資格審査申請を受け付けます
 賞品を贈呈し、
 ※市内で撮影した写真に限る。
申オンライン申請で
問こども政策課 **問**572-3416

公立保育施設 保育士など面接会
時10月19日(土) **場**保健福祉センター **内**個別面接で、希望する施設や地区、就労時間などを伺います。
 ※会計年度任用職員(非正規職員)としての雇用。
対公立保育所・認定こども園での就労を希望し、**1**保育士資格を有する方(取得見込みも可)
2看護師資格を有する方 **3**資格はないが、調理・用務職を希望する方 **申**10月15日(火)までに、

10月の各種相談 無料

相談内容	相談・予約・問
法律(弁護士) 要予約 (※年度内1人1回)	市民相談室 問 535-2121 予約受け付け/毎週月～金曜日 午前9時30分～正午、午後1時～4時45分
市政・一般(生活課相談員)	県司法書士会福島支部 問 529-7331
登記(司法書士)	県公共福祉登記士地家屋調査士協会県北支所 問 531-0986
土地家屋調査(土地家屋調査士)	相談/ 問 ・ 問 521-8331 問/福島行政監視行政相談センター 問 534-1101
行政(行政相談委員、来所・電話・ファクスで)	県社会保険労務士会 問 526-2270 問 534-5432
年金・労働(社会保険労務士) 要予約 ※Zoomでも対応可	法テラスサポートダイヤル 問 0570-078374
法的トラブルに関する法制度・相談窓口の情報提供(電話・メールフォームで)	法テラス福島 問 0570-078370
法的トラブルの相談(借金・離婚・相続など) 要予約 ※収入・資産が一定基準以下の方のみ無料	県政相談コーナー 問 521-4281
交通事故	消費生活センター 問 522-5999
消費生活(生活課消費生活相談員)	消費生活センター 問 522-7867
多重債務110番(生活課消費生活相談員)	
多重債務・消費生活法律相談(司法書士) 要予約	権利擁護センター 問 533-3341 問 533-8879 問 kenriyougo@f-shishakyo.or.jp
社会福祉士による成年後見制度や権利擁護全般に関する相談(来所・電話・ファクス・メールで)	こども家庭課 問 525-3780
配偶者などからの暴力・夫婦間の問題など(女性相談員)	県労働委員会事務局 問 521-7594
育児不安・児童虐待・家庭内での悩みなど	総合労働相談コーナー 問 536-4600 問 0800-8004611(労働者フリーダイヤル)
労働困りごと相談窓口	福島労働局雇用環境・均等室 問 536-4609
労働局総合労働相談コーナー(解雇、労働条件、いじめ・嫌がらせ、セクハラ・マタハラなど労働問題に関する相談)	みんなの人権110番 問 0570-003-110 子どもの人権110番 問 0120-007-110 女性の人権ホットライン 問 0570-070-810
職場のマタハラ、セクハラ、パワハラ、性差別、育児・介護休業など	定住交流課(市国際交流協会事務局) 問 525-3739 問 533-5263 問 teijyuu@mail.city.fukushima.fukushima.jp
人権なんでも相談	県国際交流協会 問 524-1316 問 521-8308 問 ask@worldvillage.org
外国人の生活相談	県国際交流協会 問 524-1316
外国人住民のための相談窓口(来所・電話・ファクス・メール・LINEで)	
外国人住民のための弁護士・行政書士電話相談 要予約	

浄化槽は管理者(使用者)が適正な維持管理を

内 1 保守点検は保守点検業者へ / 保守点検は市の登録を受けた業者に委託しましょう。保守点検業者は資格証を携帯しています。
2 定期的な清掃を / 市の許可を受けた清掃業者に委託し、年に一回以上清掃を実施してください。
3 法定検査の受検 / 法定検査は、保守点検・清掃とは別に毎年受検が必要です。
検査の申し込み / (公社) 県浄化槽協会浄化槽検査委員会福島支所 531-1766
問 下水道総務課 525-3768

税

市・県民税・森林環境税第3期 国民健康保険税第4期 納期限は10月31日(木)

内 市税などの納付には口座振替がおすすです。また、地方税統一QRコード(eJ-QR)が印字されている納付書は、便利な納付方法を利用できます。
問 納税課 525-3717



福祉

ポッチャ教室

時 11月1・8日午後1～4時

内 11月1日(金)・チーム力の高め方・技・戦略などを学んだ後、8日の大会に向けたチーム編成
11月8日(金)・チーム対抗の小規模な大会を実施
講 東京2020パラリンピックポッチャ競技日本代表監督村上光輝さん(11月1日(金)のみ)
対 市内在住の障がい者(障害者手帳などをお持ちの方)
定 12人(先着順) **料** 300円(教材費) **持** タオル、飲み物
申 10月2～24日に電話または、
1住所 **2**氏名 **3**生年月日 **4**電話番号 **5**障がい種別を明記の上ファクスで
場 問 腰の浜会館(火・日曜日を除く午前9時～午後5時)
533-5261 533-5262

認知症サポーター養成講座

無料

時 11月15日(金)午後1時30分～3時
内 1 認知症とは何か 2 認知症の症状と支援の仕方 3 認知症サポーターのできること
受講者には「オレンジリング」を贈呈。
講 キャラバン・メイト
定 20人(先着順)
申 日本赤十字社福島県支部HPから
場 問 日本赤十字社福島県支部 545-7996



手打ち蕎麦体験教室

時 11月15・22日各日午後1時30分

3時30分 ※いづれかの受講。
講 福島手打ちそばの会代表富田美都男さんほか **対** 市内在住の障がい者(障害者手帳などをお持ちの方) **定** 各日10人(先着順)
料 500円 **持** エプロン、三角巾、手提げ袋 **申** 10月28日(月)までに電話または、
1住所 **2**氏名 **3**生年月日 **4**電話番号 **5**希望日 **6**障がい種別を明記の上ファクスで
場 問 腰の浜会館(火・日曜日を除く午前9時～午後5時)
533-5261 533-5262

福祉サービス従事者養成基礎研修

無料

時 11月25・26日午前10時～午後4時 **場** ラコパふくしま
対 市内在住で60歳以上の方(就業意欲の高い方を優先)
定 10人程度(書類選考あり)
申 11月5日(火)までに申込書を持参又は郵送かファクスで
※申込書は、シルバー人材センターなどに備え付けるほか、シルバー人材センターHPに掲載。
問 市シルバー人材センター 531-2511 531-8274

子育て

児童手当の振り込み

内 児童手当は、10月10日(木)に振り込みます。
問 こども政策課 572-7103

市民検診の平日受診が難しい方へ(土曜日実施)

時 11月16・30日、12月7・14日
場 県保健衛生協会総合健診センター(方木田字水戸内19-6)
申 県保健衛生協会へ直接予約。
オンライン予約は10月15日(火)から、電話予約10月21日(月)から
546-3533
問 保健所健康づくり推進課 525-7680

平成9年4月2日から平成21年4月1日 生まれの女性の方へ

時 令和7年3月31日(月)
場 市登録医療機関
内 HPVワクチンは子宮頸がんを予防するワクチンです。3回接種のうち、3月末までに接種した方は無料です。できるだけ早く接種を検討し、医療機関にご相談ください。
料 無料
※ 期間を過ぎると全額自己負担。
持 1 母子健康手帳 2 マイナンバーカードや保険証などの住所・氏名・生年月日が確認できるもの 3 予約
持ちでない方は予約時に医療機関へ申し

平成9年4月2日から平成21年4月1日 生まれの女性の方へ

子育て講演会

無料

時 10月27日(日)午後1時30分
場 キョウワグループ・テルサホール
テーマ / 「幸せ子育て / 子どもを育つ力」を育むほめ方・しかり方
講 恵泉女学園大学学長大日向雅美さん
対 子育て中の方、子育てに関心のある方 **定** 300人(先着順)
※1歳未満学児の託児あり(要予約)。
申 10月23日(木)までにオンライン申請で
問 こども政策課 525-3767



写真提供: アートスタジオスキ

ストレスを抱えて生きるわが子のために知っておきたいアタッチメントの話

無料

時 11月2日(土)午後2時～3時30分
場 保健福祉センター **講** 福島大学特任教授安部郁子さん
対 子育て中の方、子育てに関わっている方
定 70人(先着順)
申 オンライン申請か電話で
問 こども家庭課 525-3780



妊娠期～子育て期の相談窓口「こども家庭センター」えがお

無料

時 月～金曜日(祝日・12月29日～1月3日を除く)午前8時30分～午後5時15分

健康

高齢者新型コロナウイルス・インフルエンザ定期予防接種

時 10月1日～令和7年1月31日
場 市登録医療機関
内 接種希望の方は、早めにご予約を。予約票は市登録医療機関

内 妊産婦、子育て世帯、子どもを対象にさまざまな相談に応じ、必要なサービスにつなげます。
問 妊娠・出産・子育てに関すること 525-7671
子ども・家庭に関すること 525-3780

に設置しています。
対 市内に住民登録があり、次のいづれかに該当する方
1 接種当日65歳以上
2 接種当日60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいにより身体障害者手帳1級
料 新型コロナウイルス2100円、インフルエンザ1500円
生活保護受給中の方は無料
※助成は実施期間内に1回のみ
持 マイナンバーカードや保険証など住所・氏名・生年月日が確認できるもの。
2 の方は身体障害者手帳。生活保護受給中の方



児童センター放課後児童クラブ登録利用のご案内

保護者が仕事などにより留守の児童は、児童クラブに登録することで、学校から直接児童センターへ来館して利用できます。
■登録対象 / 保護者が仕事などにより留守にする家庭の小学1～3年生
■利用日時 / 月～金曜日(祝日、振替休日、年末年始を除く) 来館時～午後5時30分
■料 金 / 無料(ただし、活動に応じて実費負担あり)
■申込方法 / 11月1日(金)から各児童センターで申請書を配布します。必要事項を記入の上、11月1～30日(日曜日、祝日は除く)の開館時間内に各児童センターに提出してください。
■登録の決定 / 12月20日(金)以降、随時決定通知書を送付します。
■問い合わせ / 東浜児童センター(東浜町11-45) 531-5601
野田児童センター(笹木野字館1-3) 556-1332
蓬萊児童センター(蓬萊町四丁目14-1) 549-8764
清水児童センター(南沢又字上河原21-1) 559-1429
渡利児童センター(渡利字番匠町43) 522-2564
※児童センターは健全な遊びによる心身の健康増進を目的とした18歳未満の全ての子どものための施設です。

乳幼児健康診査

無料

問 こども家庭課 525-7671

〈4カ月児健康診査・10カ月児健康診査〉
個別健診で実施しています。「すこやか手帳」をご覧になり、登録医療機関に予約の上、受診してください。転入の方、診査票を紛失した方は、登録医療機関またはこども家庭課へお問い合わせください。
※10カ月児健康診査の診査票の有効期間は、1歳の誕生日前日までです。
〈1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査〉
個別に通知をしています。内容などをご確認の上、お越しください。
※登録医療機関、持ち物など、詳しくは市HPをご覧ください。
※ブックスタート・ブックステップ事業については、市立図書館(531-6551)へお問い合わせください。





緊急休日当番医

受付時間／午前9時～午後4時30分
医療機関により異なる場合があります

※当番医が変更になる場合もあります。
最新の情報やオンライン診療について、
詳しくは市ホームページをご確認ください。



月日	内 科	小 児 科	外科・整形外科
10月6日 日曜日	高野医院内科消化器内科 笹谷 573-9863	岩谷医院 太田町 528-7770	渡辺政行整形外科クリニック 北五老内町 529-7655
10月13日 日曜日	森合くにい内科 森合 555-1881	ひがしはまクリニック 東浜町 563-1366	安斎外科胃腸科医院 北五老内町 535-3353
10月14日 月曜日	いつま内科・循環器科クリニック 鎌田 552-2844	ふくしま共同診療所 太田町 573-9335	泌尿器科・皮膚科・内科 北町丹治医院 北町 522-5911
10月20日 日曜日	いずみさとう内科 泉 563-7573	待井内科糖尿病内科クリニック 南中央 533-5578	ふくしま心臓と血管のクリニック 御山 563-3065
10月27日 日曜日	スリープ呼吸器内科クリニック 鎌田 572-7040	この花内科クリニック 郷野目 563-1287	いわた整形外科 南矢野目 555-1151
11月3日 日曜日	野田循環器・消化器内外科クリニック 北矢野目 559-1133	みやざき内科循環器科クリニック 八木田 544-2622	君島乳腺クリニック 松浪町 528-8511
月日	産婦人科	眼 科	耳鼻咽喉科
10月6日 日曜日	ささや産婦人科 笹谷 557-1115	堀切眼科 太田町 563-1504	まるべりー耳鼻科 太平寺 529-6550
10月13日 日曜日		しおや眼科 置賜町 521-8710	やすた耳鼻咽喉科クリニック 東中央 525-7565
10月20日 日曜日	てらだクリニック 八島田 559-3101	ましこ眼科クリニック 丸子 552-5335	村上耳鼻咽喉科医院 松木町 534-3387
10月27日 日曜日	新妻産婦人科 陣場町 533-1103	さかい眼科医院 泉 559-3800	大原綜合病院 上町 526-0300
11月3日 日曜日	いちかわクリニック 南矢野目 554-0303	さとう眼科 大森 544-6833	イノモト医院耳鼻咽喉科 瀬上町 553-3185
月日	皮膚科		
10月6日 日曜日	皮フ科たんじクリニック 天神町 531-5725		
10月13日 日曜日			
10月20日 日曜日	伊藤皮フ科クリニック 伊達市岡前 551-1121		
10月27日 日曜日			
11月3日 日曜日	ふたば皮膚科 森合 573-0343		

夜間休日 急病センター

☎525-7672

診療日／
夜間：毎日
(内科、外科、小児科)
休日：第2・4日曜日
(小児科のみ)
時間／
夜間：午後7時～
翌朝7時30分
(受け付け：午後6時
30分～翌朝7時)
※小児科は午後10時
まで。
休日：午前9時～正午
(受け付け：午前8時
30分～午前11時30分)
午後1～5時
(受け付け：午後1～
4時)
場所／
上町テラス2階
(上町5-6)

休日救急 歯科診療所

☎525-7673

診療日／日曜・祝日
時間／
午前9時～正午、
午後1～5時
(受け付け：午前9時
～11時30分、午後1時
～4時30分)
場所／
保健福祉センター
1階



体調が急変したら 急な病気やけがの相談に、以下の急病時短縮ダイヤルをご利用ください。

救急車を呼ぶべきか迷ったら(24時間対応)



救急電話相談 ☎ #7119

※固定電話(ダイヤル回線)、ひかり電話、IP電話など
[#7119]につながらないときは024-524-3020

毎日(午後7時～翌朝8時)の子どもの症状の相談は



子ども医療でんわ相談 ☎ #8000

※固定電話(ダイヤル回線)、ひかり電話、IP電話など
[#8000]につながらないときは024-521-3790

福島県 医療情報ネット

医療機関・薬局を検索
するときに便利です。



(c)AIR RACE X

#31



エアレースX2024 決勝 パブリックビューイング開催!

観覧
無料

■日時／10月19日(土) 午後2時～(予定)

■会場／福島駅西口駅前広場「ふくしまエールビジョン」

むろや よしひで
室屋 義秀選手が参戦するエアレースX決勝の様子を放映します!

当日は、「あづま山麓ふく^{むかいかいどう}酒街道」ブースも出店予定!

みんなで大いに盛り上がりましょう! ■問／観光交流推進室 ☎572-5717 ▲詳しくはこちら



公式SNS



YouTube ふくしまチャンネル

X 福島市

f 福島市

電子広報



カタログポケット

マチイロ

マイ
広報紙

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

表紙の
説明

【ピンクALOHA ウクレレ&HULAまちかどハワイアンコンサート】

7月28日(日)に行われた乳がん啓発イベントを撮影しました。フラダンスを楽しみながら乳がんについて学び合う機会になりました。

ふくしま市政だより900号
令和6年10月1日発行

編
行
集
福島市政策調整部広聴広報課

〒960-8601 福島市五老内町3-1 ☎024(535)1111(代)