

地区だより

令和7年9月1日発行

# いいざか

<地区人口と世帯数>

男 9,209人 女 9,873人  
計 19,082人  
世帯数：8,109世帯  
(8月1日現在)

2025

9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

### 飯坂消防署 救急コラム 台風から身を守るために

台風が発生し、上陸・接近した時は、避難準備を始めるとともに気象情報を常に確認しておきましょう。台風から身を守るための避難のタイミングは、原則気象庁が発表する「注意報」「警報」「特別警報」を見て判断していきます。

近隣に注意報が発表された段階で、避難準備を始めることを考えましょう。そして自治体から避難指示が発令されたら、一刻も早く避難しましょう。

<災害の情報を取得しましょう>

災害が予測される場合や、実際に災害を発見したときは、正確な情報を知り正しく身を守る行動を取ることが大切です。

○テレビ(データ放送)

リモコンのdボタンを押し、災害時の避難指示や避難所開設状況などを確認できます。

○臨時災害ラジオ放送

万一災害が発生した場合、市ではFMポコ(76.2メガヘルツ)を臨時災害ラジオ放送局として、避難所やライフラインなどに関する緊急情報をお知らせします。

○福島市防災ウェブサイト

市のホームページに防災情報専用のサイトを開設し、様々な防災関連情報をお知らせします。

※毎月第2日曜日、飯坂消防署で普通救命講習会を開催しています。



【ご相談・お問い合わせ】飯坂消防署救急係 ☎542-2986

健康コラム

### フレイルを予防して「健康長寿」へ

9月15日は敬老の日です。飯坂方部には、令和7年6月時点で100歳以上の方が18名いらっしゃいます。健康で長生きするために欠かせないのが、フレイル予防です。

「フレイル」とは、加齢とともに心と体のはたらきが弱くなり、要介護に近づいている状態を指しますが、早めの対策で予防や改善ができます。いつまでも住み慣れた地域で自分らしく生活するためにも、敬老の日を前にした今からフレイル予防に取り組みましょう。



#### フレイル予防の3つのポイント

1. 人とつながる(社会参加)…外出や交流を大切にする
2. 体を動かす(運動)…今より10分多く、できる範囲で元気に動く
3. いろいろ食べる(栄養・食事)…たんぱく質を中心に、1日3食バランスよく食べる

【お問い合わせ】保健所健康づくり推進課  
地域保健第一係 佐藤 ☎525-7674

### 敬老の日は公衆浴場をご利用ください

9月15日(月)「敬老の日」は、日頃の感謝を込めて、**65歳以上の方の公衆浴場入浴料を無料**といたします。今後も、公衆浴場をぜひご利用ください。

○対象となる公衆浴場

	利用時間
鯖湖湯・波来湯・導専の湯	6:00~21:00
天王寺穴原湯・仙気の湯・大門の湯	6:00~13:00
八幡の湯	13:00~21:00
十綱湯	14:00~21:00

※いずれも最終入館は20分前

【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

### 特集 飯坂地区地域おこし協力隊(第2回)

さいとう ひかり  
隊員：齋藤 妃香里 さん

私は飯坂町マスコットキャラクターの「ゆげお」が大好きです。観光で飯坂を訪れてイラストを見たとき、丸っとしたフォルムが可愛くて好きになりました。そして移住してから「等身大ゆげお」に遭遇すると、いろいろな方に自ら絡んでいく姿が面白く、ますますファンになりました。

そんな地域の皆さんに愛される「ゆげお」が7月3日に誕生日を迎えました。私はお祝いしたくてたまらなくなりました。皆さんの快い協力があって実現したのが「ゆげお生誕イベント」でした。準備期間も短く、苦戦したことも多くなりましたが、このイベントで飯坂の皆さんの温かさを強く感じました。皆さんの協力や優しさから感謝し、活動を通して更なる恩返しができるよう、ますますがんばりたいと思える機会になりました。今後どうぞよろしくお願いたします。

【お問い合わせ】飯坂支所市民係 ☎542-2111



▲飯坂温泉駅前で開催された「ゆげお生誕イベント」

# 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

## 第69回飯坂総合スポーツ祭が始まります！

問合せ  
飯坂学習センター(☎542-2122)

### 令和7年度飯坂総合スポーツ祭 個人種目「ストレッチ」

- ◎日 時 10月5日(日) 10:00~
- ◎会 場 飯坂学習センター 2階 大会議室
- ◎講 師 インストラクター 阿部 純子 先生
- ◎参加資格 飯坂在住の小学生から大人まで 15名(先着順)
- ◎参加費 無料
- ◎持ち物 ヨガマット(大きめのバスタオル)、タオル、飲み物
- ◎申込み 9月20日(土)9:00から飯坂学習センター窓口  
またはお電話でお申込みください。
- ◎主 催 飯坂方部スポーツ協会連絡協議会 飯坂学習センター



### 総合スポーツ祭日程(団体種目)

- 10月15日(水) グラウンドゴルフ大会
- 10月26日(日) 家庭バレーボール大会
- 11月2日(日) 卓球大会
- 11月9日(日) ポッチャ大会
- 11月30日(日) ソフトバレーボール大会

※団体種目の申込み等については  
各地区スポーツ協会にお問い合わせ  
ください。



### 市民学校 つなごう伝統行事

#### 「親子でお月見だんごづくり」

- ◆日 時 9月14日(日) 10:00~12:00
- ◆会 場 飯坂学習センター 実習室
- ◆対 象 小学生までの親子
- ◆定 員 10組(1組最大3名まで・先着順)
- ◆参加費 1人 300円
- ◆持参品 エプロン、三角巾、  
マスク、持ち帰り用容器
- ◆申込み 8月24日(日)9:00から、右上のQRコード又は学  
習センター窓口にてお申し込みください。参加費  
は9月6日(土)までに窓口へご持参ください。な  
お、当日キャンセルは返金出来かねます。



### 子どもと楽しむ

#### てあそび・わらべうた講座



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20日(土) 10:30~11:30
- ◆場 所 飯坂学習センター 1階 和室
- ◆対 象 市内在住の0歳~3歳の乳幼児と保護者12組(先着順)  
(託児はありませんので、お子さんと一緒にご参加ください)
- ◆講 師 飯坂子ども本の会「たんぼぼ」代表 野本 明美 さん  
飯坂小学校おはなし会 代表 佐藤 寿美子 さん
- ◆参加費 無料
- ◆申込み 9月3日(水)9:00よりQRコードまたは電話、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。



## 第18回飯坂総合文化祭&子どもまつり作品展示・個人出展者募集

### ●作品展示(個人の部)

1. 内 容 地区内一般成人の自作の作品を展示します
2. 日 時 10月18日(土) 11:00~15:00  
19日(日) 10:00~16:30
3. 会 場 飯坂学習センター2階 大会議室
4. 展示作品の種類等  
絵画・書・工作作品・生け花・俳句・写真、手芸等
5. 作品出品点数 1人2点以内

### 6. 出展申し込み

9月19日(金)17時までに出展申込書により飯坂学習センターに申し込む  
(出展申込書は学習センターに備え付け、またはホームページからダウ  
ンロードできます)

### 7. 作品の搬入・搬出

- 作品搬入 10月18日(土) 8:00~11:00
- 作品搬出 10月19日(日) 16:30~17:30  
または10月20日(月) 9:00~13:30

作品設置撤去とも  
作品展示者が行う

### 8. その他 絵画のサイズは20号を限度とする

## 利用取消(キャンセル)・変更申請について

令和7年9月1日より、以下の点について取り扱いが変更となります。  
記

1. 施設利用の取り消しや変更があった場合は、原則として使用日の3日前までに申請してください。  
※災害発生時など利用者の責めによらない場合を除きます。

### ♡図書室からのお知らせ♡ 場所/飯坂学習センター

#### ☆おはなしひろば

日 時/9月6日(土) 午前11時から(対象は4歳児~小学生)  
テーマ/「おみせ」

#### ☆おひざにだっこのおはなし会

日 時/9月11日(日)  
午前10時30分から(対象は0~3歳児とその保護者)

◎9月25日(木)はふくしま読書の日  
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。

#### 移動図書館 しのび号

湯野小	9/18	13:00~13:50
もにわの湯	9/18	14:20~14:50
平野小	9/22	13:00~13:40
飯坂小	9/22	14:10~14:40

飯坂文芸 飯坂短歌会

外 國 思 っ つ 食 事 いた だ く  
 マ フ ラ ー 描 き て 記 念 に 残 す  
 福 島 の 高 値 続 ぎ て 厨 房 の 勞  
 子 ども は 訛 る 練 習 を す る  
 福 島 の こ と ば が 好 き と 東 京 の  
 両 手 で 大 き な 丸 を つ くり ぬ  
 お 月 様 太 っ て き た ね と 云 う 幼  
 卵 か け 御 飯 に 初 採 り 胡 瓜 漬  
 言 わ ず 事 足 り 二 人 の 朝 餉  
 昨 日 髪 染 め た 事 な ど 誰 一 人  
 気 づ い て く れ ず な ぜ か 淋 し い  
 向 日 葵 は 君 の 好 み の 夏 の 花  
 大 き く 育 て と 声 を かけ や る  
 義 兄 ち ら 梅 干 す か ご を 譲 り 受 け  
 修 繕 し な が ら 香 り 繫 げ る  
 臆 月 咲 き 紫 陽 花 色 付 く 庭 隅 に  
 梅 雨 の 明 け ゆ く ゆ く 漂 ふ

岡 田 稔  
 横 山 戴 子  
 森 谷 克 子  
 磯 部 碧  
 佐 藤 美 伊 子  
 鈴 木 紀 子  
 高 橋 啓 子  
 齊 藤 美 和 子  
 大 戸 広 子