

いいざか

<地区人口と世帯数>

男 9,135人 女 9,822人
計 18,957人
世帯数：8,116世帯
(2月1日現在)



【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

飯坂支所・茂庭出張所からのお知らせ

歳末たすけあい独自活動を実施

市社会福祉協議会飯坂協議会(山岸佐内会長)は、飯坂支部独自の活動として、飯坂管内の町内会の皆さまと諸団体のご協力により寄せられた浄財を、1月28日に管内の社会福祉施設等(8カ所)と特別支援学級設置校(6校)へ贈呈しました。皆さまの温かい善意に対し感謝を申し上げます。

<福祉施設>

けやきの村、静心園、青松苑、飯坂ホーム、緑光園、つぼみ、お喜らく、カラーの夢

<特別支援学級設置校>

飯坂小、平野小、湯野小、大鳥中、平野中、西根中



湯野小学校にて

【お問い合わせ】飯坂支所市民係 ☎542-2111

善意のご寄付ありがとうございました

◆福島市社会福祉協議会飯坂協議会飯坂地区会へ
○飯坂パークゴルフクラブ(会長 阿部 市郎 様)
12月19日 10,000円

地域の社会福祉向上のため役立ててまいります。
誠にありがとうございました。



【お問い合わせ】
飯坂支所市民係 ☎542-2111

花粉症のセルフケア

花粉症の症状を完全になくすことは不可能ですが、ご自分でできる工夫で症状を軽くすることができます。原因となる花粉を少しでも体の中に入れないようにする努力が必要です。

- ①外出時にマスク、メガネをしましょう。
花粉症用のマスクでは花粉が約1/6、花粉症用のメガネでは1/4程度に減少することが分かっています。
- ②花粉情報に注意し、花粉飛散が多いときには、不要不急の外出は避けるようにしましょう。
- ③家にいる場合でも、花粉飛散の多いときには窓の開け閉めに注意をしましょう。
- ④外出する場合には花粉のつきやすいコート(ウールや毛足の長いもの)を着ることは避けましょう。
- ⑤外出から帰ってきたら、玄関の外で衣類の花粉をはらい、室内に持ち込まないようにしましょう。そして、すぐに顔を洗い、うがいをするをお勧めします。
- ⑥習慣的な運動は免疫力を高める効果があるので推奨されていますが、花粉防御を忘れずにいきましょう。



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】福島市飯坂消防署 ☎542-2986

健康コラム

お口のケアで「健口(けんこう)」へ

みなさん、お口のケアはしていますか？お口の健康は、おいしく食事をとって会話を楽しみ充実した毎日を送るためにはとても大切です。また、生活習慣病の予防にもつながり、全身の健康を守るための重要な意味を持っています。

お口のケアは「定期的な歯医者受診」、「セルフケア」の両方が重要です。実は、歯ブラシのみで落とせる汚れは60%だけです。歯ブラシに加えて、糸ようじや歯間ブラシなどの清掃補助用具を使って、お口をきれいに、そして「健口(けんこう)長寿」を目指しましょう。

お口の清掃補助用具は種類がたくさん



歯間ブラシや舌ブラシ等の補助用具についての説明動画

福島市 歯 動画 検索

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

特集

地域おこし協力隊(第5回)

隊員：齋藤 妃香里さん

昨年6月に私が飯坂へ着任してから、飯坂温泉街に新しいお店が6軒もオープンしました。1年未満でこれだけ多くのお店が開店していることに、嬉しい気持ちになります。

地域おこし協力隊は3年間の任期のある仕事で、いつまでも続けられるものではありません。任期終了後は、就職するか、自ら事業を起こす必要があります。

先日、商工会の皆さんの前で話させていただく機会をいただきました。飯坂で新たに事業を始められた方や、長く続けてこられた方々の背中から、多くのことを学びました。私もその一員として関われる未来を思い描きながら、これからも日々の任務に取り組んでいきます!!

【お問い合わせ】飯坂支所市民係 ☎542-2111

「市民交通災害共済」に加入しましょう

令和8年度の市民交通災害共済の加入申し込み受付中です。万が一の事故に備えて、ご家族で加入しましょう。

- 会 費：年間1人 500円
- 共済期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日
- 加入資格：福島市に住居登録されている方
(年齢制限なし)

※自転車の自損事故も見舞金の対象となります。

【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7年度学習センター主催事業活動報告

1年間たいへんありがとうございました。
来年度も多彩な講座を企画したいと思います。
(掲載写真：活動のひとコマです)



「遊びのがっこう」
(飯坂街あるぎ)



女性スクール「はなもも」
(ねりきり体験)



女性スクール「ぎんなん」
(館外学習・絵画鑑賞会)



女性スクール「よざくら」
(しめ縄リース作り)



ももちゃんクラブ
(おはなしあそび)



ICA・KITAヤングカレッジ
(ピククルボール)



ながいき大学
(笑いヨガ)



男性チャレンジスクール
(館外学習・将平刀鍛冶)

いいざかジュニア スキー・スノボ教室

令和7年度「いいざかジュニアスキー・スノボ教室」を1月10日、11日の2日にわたり、あだたら高原スキー場で開催しました。

25名の小学生が参加し、レベルに合わせて講師の方々からの指導を受け、ウィンタースポーツの楽しさ・大自然の素晴らしさを学び、みんなとも上達しました。

ご指導いただきました講師の皆さま、ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

来年度のご参加もお待ちしております！



第13回新春健康麻雀大会

市内から腕自慢の24名が参加され、半荘4回戦を行いました。会場は和やかな雰囲気の中にも熱い戦いが繰り広げられました。

<大会結果>

優 勝	大 関	静 江	1 回 戦	樋 口	喜 廣
準優勝	紺野	玲子	2 回 戦	星	孝雄
第3位	星	孝雄	3 回 戦	大関	静江
			4 回 戦	伊藤	宜男



忘れ物は ありませんか？

上着や帽子など忘れ物が多数見受けられます。各サークルの責任者の方は、部屋の使用が終わった時点で忘れ物がないかどうか確認をお願いします。

なお、現在届いている忘れ物については、事務室にて保管しておりますので、心当たりのある方は飯坂学習センターまでお問い合わせください。忘れ物の保管期間は3ヶ月としています。期限を過ぎた物は廃棄させていただきますのでご了承ください。

飯坂スプリングスクール2026

小中学生の学習を個別に支援します

- ・日 時 3月25日(水)、26日(木)、27日(金)
小学生の部 10:00~11:30
中学生の部 13:30~15:30
- ・会 場 飯坂学習センター 研修室1・2
- ・教 科 算数、数学、英語

- ・参加費 無料
- ・持ち物 教科書、筆記用具、使用しているドリル等
- ・申込み 飯坂学習センター窓口または電話でお申込みください(祝日・火曜日を除く) 3月1日受付開始

ボランティアスタッフ大募集

小中学生の学習をサポートしてくださる方を募集します
短時間でも、1日だけでもOKです。
高校生・大学生も大歓迎！
(申込みは、問い合わせは飯坂学習センターまで)

図書館からのお知らせ

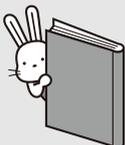
☆おはなしひろば

日 時 / 3月7日(土) 午前11時から
(対象は4歳児~小学生)

テーマ / 「パーティー」

☆おひざにだっこのおはなし会

日 時 / 3月19日(木) 午前10時30分から
(対象は0~3歳児とその保護者)



移動図書館 しのび号



平野小	3/4	13:00~13:40
飯坂小	3/4	14:10~14:40
湯野小	3月はお休みです	
もにわの湯	3月はお休みです	

水槽の氷まします厚くなり
わが家の目高冬眠に入る
早朝のカーテン越しの雪白く
待ちわびていた桜の季節
虹色の空が広がりました今日も
静かに雪の降る気配する
凍てる道軋ばぬように小股にて
ゴミ出しと云う小さな旅に
里の家の無人となりし年の明け
餅搗く父母眼裏にあり
喜寿になり子等にふとんを贈られる
いつのまにやらそんな年かと
雪原にさしくる光やさしくて
罪なき色の白は広がる
まごの碧希の酌に喜び夫の口
「飲み過ぎたるも仕方なかんべ」

飯坂文芸 飯坂短歌会

岡田 稔
横山 戴子
森谷 克子
磯部 碧
佐藤美伊子
鈴木 洋子
鈴木 紀子
穴戸 広子