

しみず

<地区人口と世帯数>

男 16,541人 女 17,713人
計 34,254人
世帯数：15,233世帯
(5月1日現在)



【編集発行】

福島市役所清水支所
〒960-8253 福島市泉字扇田9番地
☎557-2388 ㊚555-2209

清水支所からのお知らせ

～住みよいまちづくりを推進します～ 令和8年度清水地区主要事業の概要

令和8年度に清水支所管内で実施予定の事業です。工事の際はご協力をお願いいたします。

No.	路線・施設等	工事内容	工事箇所	担当課
1	北沢又小学校体育館	エアコン設置	北沢又字愛宕1番地	教育施設管理課
2	清水中学校体育館	エアコン設置	南沢又字清水端23番地	教育施設管理課
3	森合小学校体育館	エアコン設置	森合字中谷地2番地の3	教育施設管理課
4	清水中学校	LED化工事	南沢又字清水端23番地	教育施設管理課
5	森合小学校	LED化工事	森合字中谷地2番地の3	教育施設管理課
6	北沢又小学校	LED化工事	北沢又字愛宕1番地	教育施設管理課
7	森合幼稚園	解体工事	森合字谷地3-1	教育施設管理課
8	御山清水尻地内ほか200mm配水管布設替工事	水道管取替工事	御山字清水尻～松山町地内	水道整備課
9	南沢又東谷地地内100mm配水管布設替工事	水道管取替工事	南沢又字東谷地地内	水道整備課
10	市道前田・古屋敷線	道路改良工事	御山字谷地地内	道路整備課
11	市道中條・西原前線	道路改良工事	南沢又字西原前地内	道路整備課
12	明神前・堀ノ内線	側溝修繕	森合字南上古屋 地内	道路保全課
13	成出西・南館線	側溝修繕	北沢又字下釜 外地内	道路保全課
14	泉・萱場線	舗装修繕	泉字清水田 外地内	道路保全課
15	樋ノ口・南館線	舗装修繕	南沢又字籠ノ内 外地内	道路保全課
16	主要地方道福島飯坂線(南沢又1工区) 工事主体：福島県	道路改良	南沢又字柳清水 外 地内	路政課
17	主要地方道福島飯坂線(南沢又2工区) 工事主体：福島県	道路改良	南沢又字上並松 外 地内	路政課

市が発令する避難情報に応じて速やかに避難しましょう

○福島市公式防災アプリをご利用ください！

防災・災害情報を分かりやすくまとめたスマートフォン向けアプリです。災害時・平常時問わずご利用いただけますので、この機会にぜひダウンロードしてください！

@InfoCanal(アットインフォカナル)で検索、または右のQRコードからインストールできます。

災害時：災害情報、避難情報等をプッシュ通知でお知らせします。

平常時：各種ハザードマップなど災害に役立つ情報が収集できます。



○洪水・土砂災害時の開設避難所

警戒レベル3 [高齢者等避難] 発令で開設する避難所(エアコン設置済)

清水中学校	北沢又小学校	清水支所
-------	--------	------

※北沢又小学校は浸水想定区域(浸水深0.5m未満)にありますが、建物基礎高を0.5m以上確保しているため、避難可能です。グラウンド、駐車場の利用は浸水の可能性があります。

警戒レベル4 [避難指示] 発令で追加開設する避難所

森合小学校

警戒レベル3 [高齢者等避難] 発令で、下記店舗等駐車場への一時避難が可能です。

ヨークベニマル 福島泉店	ダイユーエイト 福島西店	コープふくしま いずみ店 (店舗南側)
けんみん葬祭御山ホール	ハシドラッグ 西店	イオン 福島店

○地震災害時の開設避難所

一次開設避難所	災害の状況により開設
清水学習センター本館	清水中学校

○ペット同伴避難所

勤労青少年ホーム

○福祉避難所

NCV ふくしまアリーナ

このマークがある避難所にはエアコンが設置されています。

※そのほか開設する避難所については、市政だより5月号に掲載の「福島市防災ガイド」をご覧ください。

- 安全な場所に住んでいる親戚、友人宅や集会所等への避難も考えましょう。
- 避難する際は、非常持出品(食料、水など)を持参しましょう。
- もしもの時に備えて、普段から家庭用の備蓄品を準備しましょう。

清水地区担当の保健師・助産師です！

こんにちは！清水地区担当保健師の五十洲と助産師の牧野です。私たち健康づくり推進課では、「たのしく「健脚」、おいしく「適しお」」をキャッチフレーズに、個別相談や健康出前講座を行いながら、清水地区にお住まいの皆さんの健康づくりをサポートしています。

一緒に楽しく、小さなことからでも「健康づくり」ははじめませんか？

新しく運動を始めることに対してハードルが高いと思われる方はいませんか？そのような方は、普段の生活の中の“隙間時間”を意識してみましよう。歯みがき時間や電子レンジの温め時間など隙間時間でできる運動・体操(けんトレ+10等)があります(QRコード参照)。小さなことから「健康づくり」を意識してみませんか？

皆さんが清水地区で元気に過ごせるように、一緒に健康づくりをすすめていきたいと思っておりますので、ぜひお気軽にご相談ください。みんなでいきいき元気な清水地区を盛り上げていきましょう！

■問合せ 保健所健康づくり推進課 地域保健第二係 ☎572-3120

地震による電気火災対策を！

「感震ブレーカー」が効果的です。東日本大震災で起きた建物火災の過半数が電気関係の火災でした。

＜どうして電気から火災が発生するの？＞

- ・事例1：地震の揺れで転倒した電気ストープやストーブに落ちた洗濯物から出火。
- ・事例2：家具が転倒し、その下敷きで断線した電気コードがショートして出火。
- ・事例3：水槽が転倒し、水槽用のヒーターが燃える物に触れて出火。

＜感震ブレーカーとは？＞

感震ブレーカーは、震度5強相当の揺れを感じると自動的にブレーカーを落として電気を止めます。簡易タイプ、コンセントタイプ、分電盤タイプ(内蔵型)・(後付型)の4種類がありますので、ご家庭にあった「感震ブレーカー」の設置をご検討ください！

■問合せ：福島消防署清水分署 ☎557-5415



清水学習センターからのお知らせ

ふるさと学びカレッジ事業 豊かなセカンドライフ ピルピスワーク体験講座

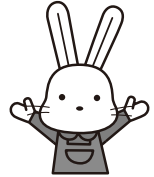
体の中心にあり、土台となっている骨盤。骨盤がゆがむと全身にゆがみが生じます。ゆがみを放置すると姿勢が崩れ、肩こり、腰痛、偏頭痛、生理痛や下腹に脂肪が付く等の悪影響を及ぼします。

ピルピスワークは、骨盤呼吸という呼吸法を用いた骨盤のゆがみを解消する運動です。体の土台である骨盤を整えることで、健康で美しい体を作り上げることができます。

ぜひお試しください！

- 日時 ①6月20日(土) 午前10時～11時
②6月27日(土) 午前10時～11時
- 場所 清水学習センター 本館 軽運動室
- 講師 三瓶 奈央 先生
- 対象 市内在住または在勤の一般成人(女性限定)
- 定員 ①②とも15名(先着順)※申込はいずれかのみ

- 内容 音楽に合わせて優雅にトレーニングします。
- 持ち物 飲み物・タオル・ヨガマット
- 参加費 100円(保険代等)
- 申込み 6月6日(土)から清水学習センターへ直接またはお電話(☎557-7400)でお申込みください。



はじめてでも安心！ やさしいスマホ教室

スマートフォンの使い方がよくわからない方など、スマホ初心者の方を対象にした教室です。

全2回コースで基本的な操作方法とコミュニケーションアプリ「LINE(ライン)」について学びます。

ICTサポーターの方々皆さんのそばでサポートしますので、安心してご参加ください。

- 日時 ①7月3日(金) 午前10時～11時30分
②7月10日(金) 午前10時～11時30分
- 場所 清水学習センター 本館 研修室
- 対象 市内在住の一般成人10名(先着順)
- 講師 合同会社のりぶろ 佐藤 慎子 さん
ICTサポーターの方々
- 参加費 無料
- 持ち物 自分のスマートフォン、筆記用具
※スマホを持っていない方はご参加いただけません。
- 申込み 6月8日(月)午前9時から清水学習センター本館へ直接またはお電話(☎557-7400)でお申込みください。

教えて！栄養士さん 清水地区 離乳食教室

「硬さはどうかな?」「どんなものを食べさせればいいのか?」赤ちゃんの健やかな成長の第一歩となる離乳食について、気軽に楽しく学んでみませんか。

- 日時 6月29日(月) 午前10時～11時30分
- 場所 清水学習センター 本館 和室
- 内容 発達に応じた離乳食の作り方等の講話、フチ試食会、子育てに関する相談など
- 講師 栄養士 佐藤 正子 さん
- スタッフ 健康づくり推進課保健師など
- 対象 4～10ヶ月のお子さんとその保護者
- 定員 10組(先着順)
- 持ち物 普段使っているスプーンと器、お子さんの飲み物など
- 参加費 親子1組100円(保険代等) 3名以上での参加の場合、1名につき50円加算します。
- 申込み 6月4日(木)午前9時から二次元コードまたは清水学習センターへお電話(☎557-7400)でお申込みください。



清水囲碁講座を 開催します！

囲碁を始めたいと思っている方や初級者の方を対象(小学生から大人まで)にした参加費無料の囲碁講座を開催します。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 第1回：7月3日(金)
第2回：7月10日(金)
第3回：7月17日(金)
午後1時から4時
- 場所 清水学習センター 分館 研修室
- 主催 清水囲碁愛好会
- 参加費 無料
- 申込み 6月1日(月)から30日(火)までに清水囲碁愛好会事務局または清水学習センター分館(火曜日を除く)へお申込みください。
- 問合せ 清水囲碁愛好会 会長 佐藤(☎558-7015)



図書室からのお知らせ

毎月24日の「ふくしま読書の日」(通称「ふくよみの日」)。

図書室では、貸出2倍デーを開催！20冊まで本が借りられます。

11冊以上本を借りた小学生までのお子さんは「ふくもっちゃんガチャ」を回せます。

6月24日(水)は、ぜひたくさん本を借りに来てくださいね！

★おひざにだっこのおはなしかい
(対象：3歳までのお子さんとその保護者)

6月13日(土) 10:30～

★おはなしポケット
(4歳以上～小学生まで)

6月20日(土) 14:00～

休室日/毎週火曜日、29日(月)



お知らせ

清水学習センター
7月分使用受付開始日

6月1日(月)

午前9時より受付いたします

移動図書館しのぶ号

6月3日(水)

森合小学校 10:00～10:30

松北町会館 14:05～14:30

北沢又集会所 14:40～15:10

6月11日(木)

北沢又団地 14:20～14:40

6月17日(水)

南沢又集会所 14:10～14:40

6月22日(月)

清水小学校 13:00～13:50

6月の休館日
毎週火曜日

休館日は、講座申込・施設使用申請などの窓口・電話対応ができません。