

地区だより 令和8年8月1日発行

しみず

＜地区人口と世帯数＞

男 16,480人 女 17,659人
計 34,139人
世帯数：15,180世帯
(7月1日現在)

2026

8月号

清水支所からのお知らせ

【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

各団体で総会を開催 ～新体制が始動～

清水地区の各団体は5月～6月にかけて令和8年度総会を開催し、令和7年度の事業・決算報告及び令和8年度の事業計画、予算が承認されました。また、役員改選により代表者が選出されました。

各種団体の代表者は、次のとおりです。

(敬称略、順不同)

団 体 名	代表者氏名(主な役職名)
清水地区自治振興協議会	齋藤 幸吉(清水地区町内会連合会顧問)
清水地区町内会連合会	東 陽一(泉地区町会連合会長)
清水地区衛生団体連合会	降矢 邦郎(南沢又地区町会連合会長)
福島市交通対策協議会清水支部	渡邊 哲男(御山地区町内会連合会長)

団 体 名	代表者氏名(主な役職名)
福島市社会福祉協議会清水協議会	佐藤 公広(森合地区町会連合会長)
清水地区英霊顕彰会	東 陽一(清水地区町内会連合会長)
清水地区防犯協会	菊田 将恒(北沢又地区町会連合会長)
清水地区自主防災組織連絡協議会	東 陽一(清水地区町内会連合会長)

地域発展の功労者を表彰

～清水地区町内会連合会～

清水地区町内会連合会は、住民自治の振興や住民福祉の増進に尽力した町内会及び個人を表彰しました。

令和8年度の受賞者は次のとおりです。

◆優良町会等表彰(敬称略、順不同)

式斗蒔町内会(泉) 森合戸ノ内町会(森合)
曲堀町会(南沢又) 川寒町会(北沢又)
ハビータウン御山町内会(御山)

◆町会長等表彰(退任者)(敬称略、順不同)

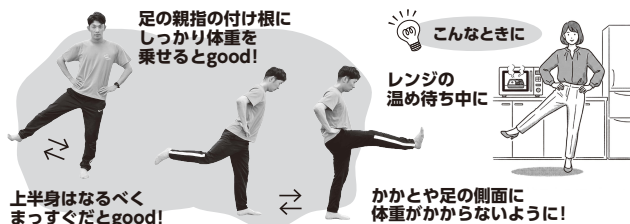
齋藤 恒幸(泉長涌町会) 富田 文夫(泉早稲田町会)
瓶子 巧(森合北部町会) 江田 和行(森合一盃森町会)
坂内 恒夫(森合中央町会) 大竹 亨(南沢又玄場西部町会)
佐々木喜弘(南沢又西原町会) 佐藤 光彦(曲堀町会：南沢又)
本多 悟(松北町会：南沢又) 白坂正一郎(御山壁谷沢町内会)

◆地区連合会長等表彰(退任者)(敬称略、順不同)

齋藤 幸吉(北沢又地区町会連合会)
白坂正一郎(御山地区町内会連合会)

隙間時間でできるトレーニングの『いつでもけんトレ+10』から、今回はバランスアップを目的としたレッグレイズをご紹介します。隙間時間にぜひお試しください！

レッグレイズ 股関節強化にも！



両手を腰に当てて、左右の足をそれぞれ前後左右に10回ずつ大きく振る

毎月『いつでもけんトレ+10』を1つずつご紹介いたします。けんトレの詳細を確認したい方は、右記QRコードからご覧ください。



問合せ：健康づくり推進課 ☎572-3120

地域みんなで考えよう！災害時の備え

日本赤十字社福島県支部では、住民自らが災害から命を守るための「自助」と「共助」の力を高めることを目的とし、防災セミナーを開催しています。地震や大雨災害が頻発する今、地域の皆さんで学びませんか。

問合せ 日赤福島市地区清水分署 ☎557-2388

主なプログラム (所要時間はそれぞれ2時間程度)

- 講義「災害への備え」
- 身近なもので役立つ技術
- 非常食づくり ほか



※その他プログラム、詳細については上記QRコードからご覧ください。

防災気象情報が変わりました！ 新たな防災気象情報は、避難情報の5段階の警戒レベルに対応した情報になっています。

警戒レベル	避難情報	住民がとるべき行動	行政の防災気象情報
5	緊急安全確保	命の危険！その場で身の安全を確保！	氾濫特別警報 大雨特別警報 土砂災害特別警報
警戒レベル4までに必ず避難			
4	避難指示	危険な場所から全員避難	氾濫危険警報 大雨危険警報 土砂災害危険警報
3	高齢者等避難	高齢者などは危険な場所から避難	氾濫警報 大雨警報 土砂災害警報
2	氾濫・大雨注意報	ハザードマップなどで避難行動を確認	氾濫注意報 大雨注意報 土砂災害注意報
1	早期注意情報	災害への心構えを高める	早期注意情報

■レベル5特別警報 → 今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動する ■レベル4危険警報 → 危険な場所から全員避難する

■レベル3警報 → 高齢者等は危険な場所から避難する

防災気象情報で警戒レベル3相当や4相当が出ても、必ずすぐに避難情報が発令されるわけではありません。避難情報が出ていなくても、キキクル(危険度分布)・河川の水位情報などを確認して危ないと感じたら、分散避難など命を守る行動をとってください。

問合せ先：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

【編集】福島市清水学習センター
〒960-8252 福島市御山字松川原 5-1
☎557-7400 ☎557-7401
【分館】〒960-8254 福島市南沢又字柳清水 8-1
☎557-1411

ふるさと学びカレッジ事業 豊かなセカンドライフ たのしいダットン・ワイクルー体験講座

ダットン・ワイクルーは、ムエタイ式ヨガ(ダットン)と祈りの舞(ワイクルー)を組み合わせたタイ式のエクササイズです。深い呼吸とストレッチで代謝を高め、ダイエットや姿勢改善に効果的です。

- 日 時：8月28日(金) 午前10時～11時30分
- 場 所：清水学習センター本館 軽運動室
- 対 象：市内在住・在勤の一般成人12名(先着順)
- 講 師：ダットン・ワイクルーインストラクター 高畑 有美恵 先生
- 参加費：100円(保険代等)
- 持ち物：ヨガマットまたはバスタオル・タオル・飲み物
動きやすい服装
- 申 込：8月3日(月)午前9時から二次元コードか、清水学習センターへ直接またはお電話(☎557-7400)でお申し込みください。



ふるさと学びカレッジ事業 豊かなセカンドライフ「気功」講座 東洋医学による健康法と実践講座(2回コース)

未病、予防養生等、運動機能と筋力アップ、ツボの刺激による脳の活性化等を身につけましょう。

- 日 時：9月4日(金)、18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
- 講 師：日中漢方気功協会 柏村 裕之 先生
- 対 象：市内在住または在勤の一般成人でいずれも参加できる方
- 定 員：20名(先着順)
- 持ち物：動きやすい服装、タオル、飲み物など
- 参加費：200円(傷害保険代等)
- 申 込：8月6日(水)午前9時から二次元コードか、清水学習センターへ直接またはお電話(☎557-7400)でお申し込みください。



第33回清水地区親善テニス大会結果

5月22日(金)、インテックテニスガーデン(福島市庭球場(森合テニスコート))において清水地区親善テニス大会を開催しました。

14ペア28名の参加者が熱戦を繰り広げました。結果は下記のとおりです。おめでとうございます。(敬称略)

【松】クラス(5ペア)

優 勝 渡辺 恵・安斎 美和 ペア
準優勝 鈴木 英之・安彦 隆雄 ペア
第3位 近藤 務・富田 稔 ペア

【竹】クラス(9ペア)

優 勝 大石 幸一・伊藤 千春 ペア
準優勝 丹治 弘子・青田真紀子 ペア
第3位 田岡登喜子・安齋 浩子 ペア

おひざにだっこの おはなしかいスペシャル

清水学習センター主催事業「すくすく親子広場」と行うスペシャルなおはなしかいです。

大型絵本・紙芝居の読み聞かせ、てあそび、パネルシアターなどで楽しく過ごしましょう！

申込不要ですので、お気軽にご参加ください！

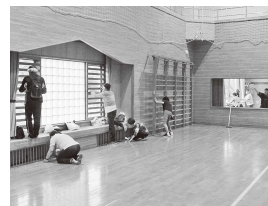
- 日 時：8月8日(土) 午前10時から
- 場 所：清水学習センター本館 図書室内こどものへや
- 対 象：3歳までのお子さんとその保護者
- 参加費：無料
- 内 容：パネルシアター、大型絵本、手あそび、
工作「手づくりマラカスをかざりつけよう！」

地区の皆様 清掃奉仕活動ありがとうございました

6月7日(日)に「ふくこぼし清水」29名・清水西地域包括支援センター・陽光会の皆様が、清水学習センター分館周辺の除草作業をしてくださいました。とてもきれいになりました。



6月26日(金)及び7月6日(月)に「定期利用団体」により、本館及び分館の清掃奉仕活動が行われました。参加された皆様、ありがとうございました。



(本館)



(分館)

お知らせ

清水学習センター
9月分使用受付開始日

8月1日(土)

午前9時より
受付いたします

図書室からのお知らせ

★おはなしポケット

(4歳以上～小学生まで)

8月15日(土) 14:00～

休室日／毎週火曜日
12日(水)・31日(月)



毎月24日は「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。

8月24日(月)は、ぜひたくさん本を借りに来てくださいね！

移動図書館

しのぶ号

8月28日(金)

清水小学校

13:00～13:50

(他の地区はお休みです)

