

地区だより 令和8年10月1日発行

ほくしん

<地区人口と世帯数>

男 15,124人 女 15,914人
計 31,038人
世帯数: 14,376世帯
(9月1日現在)

2026

10月号

北信支所からのお知らせ

【編集発行】

福島市役所北信支所
〒960-0102 福島市鎌田字中江1番地
☎554-1111 ㊚552-2477

皆様の意見やアイデアをお聞かせください！

～北信地区公開型対話集会～

※要事前申込

世代、立場など分け隔てなく、北信地区にお住まいの皆さんと、意見やアイデアを出し合う場として、公開型の対話集会を開催します。参加の皆さんからご意見を出していただき、一緒に未来を考える会です。当日は市長及びテーマに関連した市の担当者が出席します。

【日 時】：11月2日(月) 18時から(80分程度)

【申 込】：参加には事前申し込みが必要です。下記の二次元コードからお申し込みいただくか、支所の窓口でお申し込みください。

【会 場】：北信支所 2階 大会議室

*受付期間：10月1日(木)～10月26日(月)

【テーマ】：① ごみ政策について

② フリートーク

【傍 聴】：当日は傍聴も可能です(申込不要)。ただし、人数や会場の大きさによって、入場できない場合がありますので、ご了承ください。

【対 象】：鎌田・瀬上・余目地区にお住まいの方、または通勤・通学している方

【定 員】：15名(要事前申込 先着順)



(参加申込はこちら)

【お問い合わせ】北信支所 ☎554-1111

ピンクリボンキャンペーンをご存じですか？

ピンクリボンキャンペーンとは、乳がんについて正しく知り、早期発見・早期治療につなげるための活動です。乳がんは、女性がかかるがんの中で最も多く、生涯で9人に1人がかかるといわれています。しかし、乳がんは早期発見・治療により治る可能性が高いがんでもあります。早期発見のポイントを確認して、月に1回セルフチェックをしてみましょう。

また、乳がんが増え始める40歳以降は、2年に1回乳がん検診を受けましょう。

福島市では12月31日まで乳がん検診を実施しています。詳しくは下記の二次元コードからご覧ください。

※早期発見のポイント※

- ☐ 乳房の皮膚に赤み・むくみ・ひきつれ・へこみ・しこりはないか
- ☐ 乳房の形に左右差はないか
- ☐ 乳頭のへこみ(陥没)、分泌物はないか
- ☐ 乳頭、乳輪にただれはないか

→もし変化に気が付いたら、すぐ医師(乳腺外科)に相談しましょう

乳がん検診等についてはこちらをご覧ください。



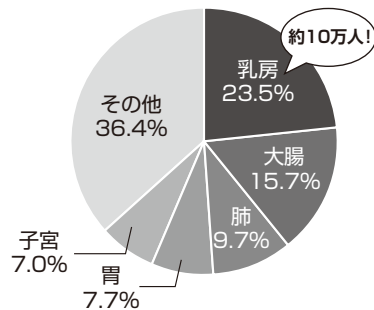
乳がん早期発見のためのブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)についてはこちらをご覧ください。



10月は乳がん啓発月間です！



2023年にがんと診断された方の
部位別割合(女性)



約10万人！

出典：厚生労働省 全国がん登録より

【お問い合わせ】福島市保健所健康づくり推進課 ☎525-7674

行政相談委員による特設相談所の開設

～困りごとや役所への要望ありませんか～

9月、10月の2か月間は「行政相談月間」です。

行政相談とは、役所(国の行政など)や公共法人(年金事務所や郵便局など)の仕事に関し、苦情や要望、困りごとなどの相談に応じ、その解決のお手伝いをするものです。

総務省より委嘱された福島市担当の行政相談委員による「行政・困りごと特設相談所」が開設されますので、お気軽にご相談ください。

【日 時】：10月23日(金) 午前10時～午後3時

【場 所】：北信学習センター 1階 和室

*相談は無料で、秘密は厳守されます。予約等の必要はありません。

【お問い合わせ】

福島行政監視行政相談センター(福島合同庁舎) ☎534-1101



行政相談マスコット
キクーン

救急車を呼ぶか迷ったら

救急車を呼ぶか迷った時の相談先は成人は#7119で、小児は#8000です。

ただし、強い胸の痛みや意識障害など緊急時はためらわず救急要請してください。



【お問い合わせ】

飯坂消防署東出張所 ☎553-7796

もちずり学習センターからのお知らせ

【編集】福島市もちずり学習センター
〒960-8204 福島市岡部字高畑46番地
☎534-2470 ㊟534-2473

第45回 もちずり地区文化祭開催のお知らせ

もちずり地区文化祭は、地域文化の高揚と生涯学習活動の更なる振興を目指し、皆様の作品や活動を展示・発表する場として45年の歴史を刻んでいます。

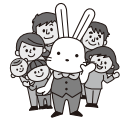
チアダンスで盛り上がるオープニング、ステージ発表や体験活動、カフェやテント村、シールラリー抽選会など、見て、参加して、味わって楽しむ魅力満載の2日間です。ご家族・ご友人をお誘いあわせの上、ぜひご来場ください。※詳細は右のQRコードからご確認ください。

- 日 時 10月31日(土) 午前9時30分～午後4時
11月1日(日) 午前9時～午後3時
■場 所 もちずり学習センター・東部体育館の敷地全体
■主 催 第45回もちずり地区文化祭実行委員会

やきそば、フランクフルト、チョコバナナ、
おにぎり、焼き芋、カフェ商品など、
美味しいものもたくさん!!



ももりも
やってくる!

三休協(月輪・大波・岡山)親善秋季
パークゴルフ大会のご案内

体育振興と地区住民との親睦を図り、豊かな社会形成を担うレクリエーションとしてもちずり地区三休協の親善パークゴルフ大会を開催いたします。お気軽にご参加ください。

- 日 時 10月29日(木) 午前9時から(8時半受付)
※小雨決行
■場 所 下釜運動公園パークゴルフ場
(福島市本内字下釜56-3)
■対 象 もちずり地区の方
(数本程度クラブの借用もあり。ご希望の方はご相談ください。)
■参加費 300円(大会当日支払い)
■申込み 10月18日(日)までに各休協実行委員またはもちずり学習センター窓口で受付

ぶらり悠々散歩

古の渡し跡や旧河道をのんびり歩こう

じょもピア宮畑をスタート・ゴールに、旧渡し跡や堤防、旧河道の史跡を訪ねます。全行程6.3kmの平坦なコースです。

- 日 時 10月17日(土) 午前9時15分
※荒天時は中止
■場 所 じょもピア宮畑北側公園駐車場
■参加費 100円
■持参物 飲み物、雨具、タオル、日除け
■申込み 前日までに学習センター窓口又は電話で

<<次回のお知らせ>>

11月の悠々散歩は11月15日(日)開催の宮畑ウオークに参加します。150名定員のため、悠々散歩としての締切を10月21日(水)とします。お早めに学習センター事務室まで。

※詳細は市政だより折込チラシで

もちずり女性講座

体力アップと体型維持の健康体操 第2弾

10月のもちずり女性講座は、ダンスファクトリー K-マニフィックの鍛冶裕美先生による健康体操教室です。楽しく体力アップと体型維持をはかりましょう!!

- 日 時 10月15日(木) 午前10時から11時30分
■場 所 もちずり学習センター ホール
■講 師 ダンスファクトリー K-マニフィック
鍛冶 裕美 先生
■対 象 もちずり地区で活動している女性
■定 員 20名(先着順)
■参加費 100円 開催当日に、つり銭の無いようご持参ください。
■持参物 ヨガマット、飲み物、タオル
■申込み 10月1日(木)から、もちずり学習センター窓口でお申込みください。

団体紹介 今月の団体は

カフェテラスサークルさん

おしゃれな名前のカフェテラスサークルです。年に一度の文化祭にケーキと飲み物を出しています。おいしいケーキと飲み物で休憩・友人、知人とのおしゃべりのひとときをお楽しみください。季節限定のゆる～い会です。ぜひご参加ください。



図書室だより

☆おひざにだっこのおはなし会

- 日 時 10月7日(水) 午前10時～
11月11日(水) 午前10時～
●場 所 おかやま子育て支援センター
●対 象 0～3歳までのお子さんと保護者
※子育てママ応援広場(要申込)の前に行います。
おはなし会への参加も可能です。

☆おはなしバスケット

- 日 時 10月31日(土) 午後2時～ ※第5土曜日開催
●場 所 もちずり学習センター
●対 象 4歳～小学生

◇休館日 毎週火曜日 12日(月) 30日(金)

◇毎月24日は、ふくしま読書の日

※ふくよみの日 貸出2倍デー
貸出された方には、手作りしおりをプレゼント。
読書に親しむ機会にしましょう。

移動図書館
しのぶ号

10月8日(木)、11月5日(木)

月輪小学校 9:50～10:20
岡山小学校 12:50～13:20

▽俳句

もちずり文芸

町衆の揃ひにそろひ踊唄
山合の湯の街灯し盆踊
手が覚ゆ久方ぶりの盆踊
聞き慣れし太鼓に合わせ踊の輪
野路の秋日々の暮しの安らけく
被災地に灯の戻りたる盆踊
せがむ子に送る地元の硬き桃
踊の輪乱さぬやうに後に付く
踊り手の三重の賑はひ過疎の村
伊藤とし子 渡邊 知子 宮武 文子 早坂いち子 富田 良子 武田三枝子 佐藤 睦美 鎌倉 厚子 大西 こう