



ふくしま夢つうしん

CONTENTS

特集

福島市御朱印めぐりの旅…2

ふくしまの魅力人

SMBC日興証券株式会社 人事部所属 アスリート
パラ陸上女子砲丸投げ(F46)

齋藤 由希子さん…6

インフォメーション

祝 パリ2024パラリンピック 入賞

ふくしまシティハーフマラソン2025 参加者募集中!…8

福島市御朱印めぐりの旅



岡部春日神社



レース生地で作られた所願成就のお守り



プロの手による美しい花手水

鬼門除けや方位除けの神様が祀られている「花咲く神社」。御朱印や境内2カ所の花手水には、境内や近隣の四季折々の風景がカラフルに表現されています。御朱印は、季節を感じる月替わりの御朱印のほか、雨の日限定の御朱印、切り絵の御朱印、縦長の御朱印などさまざまな種類があります。

住所／福島市岡部新山2
駐車場／なし(阿武隈河川敷駐車場から徒歩3分)
問／TEL 080-6048-9371



奉拝 信夫郡岡部村神社



御朱印

御朱印のもらい方

1. まずは御朱印帳を準備しましょう。神社やお寺のほか、文房具店などでも購入できます。
2. 御朱印をいただく前に、神社やお寺のマナーにそって参拝します。
3. 社務所(寺務所)などへ行き、初穂料を納めて御朱印をいただきます。

羽黒神社



信夫山の山頂付近、岩だらけの険しい参道を登った先に本殿があり、縁結びや健脚の神様として信仰されています。毎年2月には、長さ12メートル・幅1.4メートル・重さ2トンの大わらじを担いで参道を登り、神社へ奉納する「信夫三山眺参り」が開催されます。御朱印は、1月1日と眺参りの開催当日のみ限定で頒布しています。



御朱印



信夫三山眺参り。日本一の大わらじを奉納する。

住所／福島市御山
駐車場／神社入口下に数台分

福島縣護國神社



福島市のシンボルとして市民に親しまれている信夫山。その中腹に位置するこの神社には、戊辰戦争から先の大戦までの英霊6万8千5百余柱と、天照大御神が祀られています。御朱印は通年1種類ですが、毎年1月1～15日はお正月限定の御朱印を頒布しています。

住所／福島市駒山1
駐車場／100台
問／TEL 024-535-0519



御朱印

御朱印めぐりとは？

御朱印は、神社やお寺を参拝した証としていただくもので、神社やお寺の名前、祀られている神様や仏様の名前、参拝した日付などが書かれています。趣向を凝らしたデザインや、季節限定の御朱印を頒布しているところもあり、近年は全国の神社やお寺を巡って御朱印を集める「御朱印めぐり」が人気になっていきます。あなたも、御朱印帳を持って福島市の神社やお寺を巡ってみませんか。

小田鹿島神社



大ナマズの口元から水が出る手水口



開運・安産・勝負・方位除けの神様として信仰されている武甕槌命が祀られています。御朱印は、一つひとつ手作りの消しゴムはんこで作成しています。通年頒布しているもののほか、季節の花や旬の食べ物など、月や季節ごとにデザインが変わるものも数種類あり、色鮮やかに目を楽しませてくれます。

住所／福島市小田字鹿島山29番地
 駐車場／20台
 問／TEL 024-545-0327

陽林寺



四季折々の花手水も楽しめる。

伊達家に由来する曹洞宗の寺院で、梅雨の時期にはアナベルという白いアジサイが一面に咲く「福島のアジサイ寺」としても知られています。手水舎は、季節に合わせて花などで華やかに飾られ、参拝者を楽しませます。御朱印は、通年頒布しているもののほか、季節の花やお地蔵様などカラフルで可愛いイラストが描かれたものなど、さまざまなデザインが用意されています。

住所／福島市小田字位作山13
 駐車場／60台
 問／TEL 024-546-0177



御朱印



高畑天満宮

西根神社には、西根堰の開削に尽力した古河善兵衛重吉と佐藤新右衛門家忠が祀られています。また、境内社の高畑天満宮は、病氣平癒・難除け・学問の神様として信仰され、年2回開催される「うそかえ祭」で鴛鴦を授かると、1年間の悪いことの起こりが嘘に替わると言われています。御朱印は、他の神社などではあまり見られない版画様式で、書家・網代澄亭さんの作品です。

住所／福島市飯坂町湯野字高畑2
 駐車場／250台
 問／TEL 024-542-6474



「嘘」を「誠」にかえるうそかえ祭



木彫の鴛鴦と携帯用の鴛鴦



御朱印

西根神社・高畑天満宮

中野不動尊

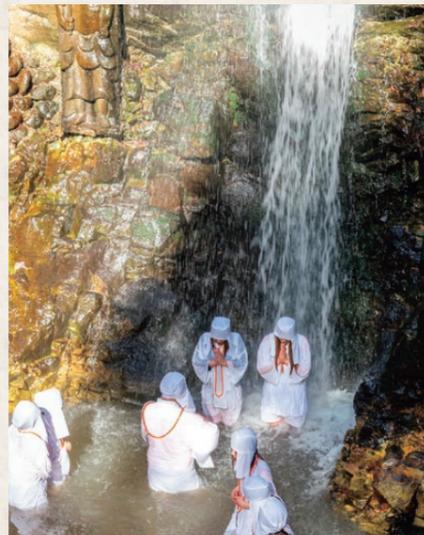


「中野のお不動様」として古くから親しまれ、日本三不動尊の一つにも数えられます。厄除けのご利益を求めて多くの参拝者が訪れますが、祀られている不動明王は、清らかな心で一心に念じれば願いを聞いてくれると言われています。御朱印は、通年で不動明王と大日如来の2種類を頒布しています。

住所／福島市飯坂町中野字堰坂28
 駐車場／第1駐車場から第5駐車場あり
 問／TEL 024-542-2100



御朱印



2月の「歳祭り」では、水行が行われます。

魅

力人

みりよくびと

Yukiko Saito

2024年夏、パリパラリンピック陸上女子砲丸投げF46クラスで、世界4位となった齋藤由希子さんは、生まれつき左腕のひじから先がありません。砲丸投げとの出会いは、中学1年生までさかのぼります。幼い頃からスポーツが大好きだったという齋藤さん。個人競技で、メキメキと頭角を現します。しかし、パラリンピックの大舞台に立つまでには幾多の困難がありました。福島市の誠電社WINDYスタジアム（信夫ヶ丘競技場）をホームに、家族に支えられながら果敢に困難を乗り越えてきた齋藤さんをご紹介します。



明るい笑顔で
競技も人生も全力投球



SMBC日興証券株式会社 人事部所属 アスリート
パラ陸上女子砲丸投げ (F46)

齋藤 由希子 さん

1993年、宮城県気仙沼市生まれ。中学生の時に入部した陸上部で砲丸投げと出会う。2011年3月、高校2年生の時に東日本大震災を経験。同年の全国高等学校総合体育大会出場を逃す。2012年、仙台大学に進学。全日本学生選手権大会を目指しながらパラスポーツの大会にも出場。大学4年生の時にパラ陸上女子砲丸投げ (F46) で世界記録を樹立。2016年、SMBC日興証券株式会社に入社。2024年、パリパラリンピック陸上女子砲丸投げ (F46) で世界4位となる。プライベートでは、2017年に結婚し福島市に拠点を構える。2022年に第一子を出産。

高校2年生の時に気仙沼市で被災
大学4年生で世界記録を樹立

「根っからの負けず嫌いです。右手しかないので、幼少期から全部右手でこなしていました」と子ども時代を振り返る齋藤さん。小学校では、鉄棒や縄跳びなどで遊ぶ時も、掃除で雑巾を絞る時も右手でこなしていたそうです。「中学生の時には既に身長が160cm以上あり、日常生活で自然にトレーニングができていたので握力もありました。砲丸投げという、障がいがあっても戦える競技に出会ったことで、力を生かす方法を知ったという感じです」。

あつという間にトップ選手に駆け上がり、高校へ進学。全国高等学校総合体育大会（インターハイ）を目指し、練習に明け暮れていた2011年3月、東日本大震災の巨大津波で自宅が流され、母と二人の弟と避難所生活を余儀なくされます。「イン



福島市役所でパリ大会の入賞報告をする齋藤選手

大震災、種目変更、
妊娠・出産を経て
パリパラリンピック初出場。
この先も笑顔で!!



新卒アスリート社員の目標は
パラリンピック。しかし…

ターハイに出場できなかったことが悔しくて。もう少し競技を続けたいと思って大学に進学しました」。

大学では目標を全日本学生選手権大会（インカレ）に定めますが、ある時、パラアスリートから誘われ、初めてジャパンパラ陸上競技大会に出場します。すると、ベストパフォーマンスではなかったにもかかわらず、砲丸投げ・やり投げ・円盤投げの3種目で日本記録を樹立。齋藤さんは、インカレで健常者の中上位を目指せば、必然的にパラスポーツでも記録が伸びると考えます。その結果、大学4年生の時のパラ陸上女子砲丸投げ（F46）の記録12m47cmは、23年に更新されるまで世界記録となりました。

アスリート社員として16年に入社以降、目標をパラリンピック出場に定めます。しかし、競技人口が少ないことから、リオデジャネイロ大会も東京大会も女子砲丸投げ（F46）は実施種目から外れていました。「ならば…」と齋藤さんは、やり投げに種目変更して挑みます。「結果は叶わず。お給料をもらいながら競技をしているのに会社に貢献できず、自分の力不足を嫌というほど感じました」。

悔しい日々が続く中、21年の暮れに朗報が。パリ大会で女子砲丸投げ（F46）が復活すると発表されたの

です。「その頃は、子どもが欲しいと思っていたタイミングでした。だから妊娠が分かった時は、本当に子どもが時を選んで降りてきてくれたんだと思いました」。

念願のパリ大会。限りある命
公私ともにこれからも全力投球

22年に無事出産し、産後2カ月で練習を再開します。出産後、15kgも減った体重と、筋力と走力の低下に苦しみます。「同じアスリートの夫が子どもを見てくれているのに、自宅に子どもを置いてまで競技場に立つことに罪悪感を抱くこともありまし

入りパリ大会の日本代表に内定。そこから24年夏までは競技最優先で駆け抜けました。

初めてのパラリンピックでは、笑顔でテーマに投げ切り、見事4位に輝いた齋藤さん。次の目標を尋ねると、「26年に名古屋市で開催されるアジアパラ競技大会での金メダルが一つの目標にはなります」と話す一方で、私生活を充実させたいとも。

「私、小学生の頃に父親を亡くしているんです。その後、東日本大震災も経験しています。限りある命。できたらもう一人子どもを産みたい。自分自身の幸せのために何を選ぶか。それは自分で決めたい」と。競技も人生も全力投球の齋藤さんを、これからも応援し続けましょう。

※F46クラス：Fは、陸上競技の投てき競技のクラスを意味する。数字は、主な障がいの種類や競技形式を示す。40番台は低身長、脚長差、切筋（義足未使用）、関節可動域制限、筋力低下などの障がいのある立位競技者で、腰と両下肢の力を使用して投てきを行う。

祝 パリ2024パラリンピック 入賞

2024年8月28日から9月8日にわたってフランス・パリで開催された「パリ2024パラリンピック競技大会」。185か国から4,400人の選手が出場した中で、福島市にゆかりのある選手3人が入賞を果たし、市民に大きな感動を与えてくれました。

ボッチャ個人戦BC1女子 **銅メダル**
 団体戦BC1/BC2チーム **銅メダル** **遠藤 裕美** 選手

陸上女子砲丸投げ（上肢障害F46） **4位** **齋藤 由希子** 選手
 陸上女子400m（視覚障害T13） **7位** **佐々木 真菜** 選手



福島市長から福島市スポーツ賞を授与される遠藤選手



福島市長に入賞報告をする佐々木選手（左）と齋藤選手（右）

図スポーツ振興課 TEL 024-525-3786



On Your Marks ~未来へ走れ、ふくしま~

ふくしまシティハーフマラソン2025 参加者募集中!

開催日 **5月18日(日)** ※雨天決行、荒天中止。

会場 **誠電社WINDYスタジアム** (信夫ヶ丘競技場)発着

募集期間
 ランナー ▶ **3月7日(金)まで**
 ボランティア・ランナー応援隊 ▶ **2月28日(金)まで**

部門	定員 (先着順)	参加料	
ハーフマラソン	4,000人	7,000円	
10km	800人	一般	5,000円
		高校生	3,000円
2kmペアの部	250組 500人	1組	3,000円
1km	25人	一般	2,000円
		高校生	1,500円
チャレンジ車いす		小・中学生	1,000円

詳しくは大会のホームページをご覧ください▼



昨年の大会には、全国から集まった4,354人のランナーが出走。ランニングサイト「ランネット」で、全国のハーフマラソンランキング上位にランクインしました。

ランナーのほか、ボランティアやランナー応援隊も募集しています。ぜひご参加ください!



図ふくしまシティハーフマラソン実行委員会 TEL 024-503-4325

市民フォト・ふくしま夢つうしん

2025年1月1日発行

2025年1月号 No.59



編集発行 **福島市広聴広報課**

〒960-8601 福島市五老内町3-1
 TEL 024-525-3710 FAX 024-536-9828
 E-mail: kouhou@mail.city.fukushima.fukushima.jp



福島市公式SNS



表紙紹介

信夫山から望む雪化粧の街
 福島市のシンボルとして市民に親しまれる信夫山。その西側の烏ヶ崎展望デッキからは、福島市街地が一望できます。また、信夫山は古くから「信仰の山」とも言われており、多くの神社があります。

※次号は2025年4月発行予定です。