

もっと

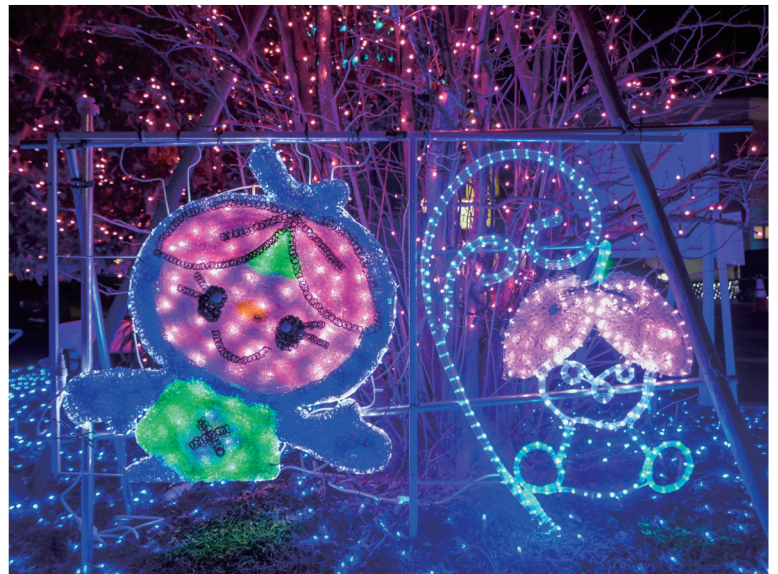
「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

広報もとみや

2021
Jan.
No.168

1

街の明かりが、笑顔をともす。
みんなが光輝く1年に！



特集①年頭のごあいさつ

特集②これまでの感染症対策に＋1 部屋の湿度を保ちましょう

特集③食べて高める免疫力

もとみやの冬を彩る風物詩。現在、「もとみやライトアップ笑店街」と題し、2月14日(日)までJR本宮駅前や商店街をライトアップしていますので、ぜひご覧ください。(関連記事8ページ)



本宮市長・市議会議長

年頭のごあいさつ



市民の皆様には、令和3年の新春をお健やかに迎えのことと存じます。

今年^{かのとし}は辛丑^{かのとし}の年でございます。苦境の終止符により物事が着実に進み、大きな希望が芽生える年であると言われております。災害からの復旧復興、そして新型コロナウイルス終息に向け、辛丑の大きな希望を心に刻み前進する芽生えの年としたいと考えております。

去年は、東日本大震災・令和元年東日本台風災害からの復旧復興に加え、新型コロナウイルス感染症対策に取り組みなければならぬ状況でありましたが、災害対応は、計画通り順調に進んでおります。これもひとえに市民の皆様をはじめ、多くの方々のご協力の賜物と深く感謝申し上げます。

全国各地で新型コロナウイルス

感染症が確認されております。皆様には、これまで感染対策の徹底にご協力いただき感謝申し上げます。お一人おひとりの対策が大きな成果を生むことは、はつきりしております。引き続き、気を緩めることなく、感染対策を徹底の上、「コロナ第3波襲来注意！徹底予防でフツーの暮らし」をお願いいたします。

私は、行政の基本はその時々々の状況を冷静に見極めながら、様々な施策を展開しなければならぬと考えております。

令和3年につきましては、台風災害の教訓を基に、ハード・ソフト面の充実と市民の皆様との危機感の共有を図りながら、防災・減災対策の強化に取り組んでまいります。また、少子高齢化社会の中で、効果的な本市の魅力発信と定住促進に向けた

事業を積極果敢に取り組みながら人口減少を克服し、市民の皆様が笑顔が絶えないまちづくりを目指してまいりますので、今後とも一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、皆様にとりまして、新しい年が健やかで幸多い年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

笑顔の絶えない
「まちづくり」を目指して

本宮市長 高松義行



謹賀新年



謹んで年頭のご祝詞を申し上げます。

市民の皆様方におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃より本市議会に格別のご理解とご協力を賜り、衷心より厚く御礼を申し上げます。

昨年から世界中で感染が拡大している新型コロナウイルス感染症の影響で、本市でも様々なイベント・行事が中止や延期となり、市民の皆様には、多大なご負担をお掛けしていることと存じます。

今後も、新型コロナウイルスの不安は続きますが、市議会といたしまして、一日も早く、新しい生活様式の中で、普通の暮らしが再建できるよう、市や関係機関と連携を図りながら、全力で取り組んでまいります。

また、昨年9月から議員定数等に関する特別委員会を設置し、議会がより多くの市民の皆様

の意見を反映させ、最良の意思決定を導く役割を担う重要な機関として、議会の機能を充実発展させていくため、種々検討課題に取り組んでおります。

年々重要性を増す市議会としての役割を果たし、市民の代表として皆様の負託に応えられるよう、さらなる議会の活性化に取り組んでまいります。

本宮市議会は、今後も、地域振興や市民福祉の充実などといった、もとみや創生に取り組むみ、本宮市が『笑顔』あふれる『人』と『地域』が輝くまちとなるよう、議員一同、努力してまいりますので、引き続き市議会活動に対するご指導、ご協力をお願いいたします。

結びに、今年一年が市民の皆様にとりまして、健康で希望に満ちた年でありますことを心よりお祈りし、新年のご挨拶いたします。

議会の機能を充実発展させ
さらなる議会の活性化に取り組む



本宮市議会議長 渡辺由紀雄

これまでの感染症対策に+1 部屋の湿度を保ちましょう



冬は空気が乾燥します。乾燥した空気を吸い込むと、喉の粘膜からウイルスを排出する機能が低下するため、この時期は感染症にかかりやすくなります。コロナ対策のためにも、部屋の湿度を保ちながら、こまめに水分を取るなどして体の外と中から乾燥を防ぐことが必要です。

1. 乾燥による感染症のリスク



乾燥した部屋では飛沫の量が**2倍以上**！部屋の湿度は**60%**を目標に！

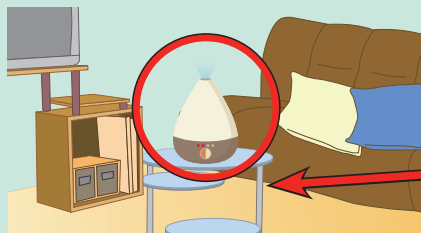
会話や咳・くしゃみをしたときなどに口から出た飛沫は、乾燥した環境では小さい微粒子になるため、拡散しやすくなります。飛沫の拡散を防ぐためにも、部屋の湿度が50～60%になるよう湿度計を使って確認しましょう。

2. 体の外から乾燥を防ぐ



①加湿器を正しく使いましょう

加湿器は部屋の中央で、台の上など床から70～100cmくらいの高さに置くと、部屋全体がバランスよく加湿されます。ただし、お手入れを怠ると細菌感染の恐れがありますので、取扱説明書をよく読んで適切にお使いください。



②台の上など床から70～100cmの高さに

①加湿器は部屋の中央に



②加湿器がなくてもできる部屋の加湿方法

洗濯物を室内に干すだけで湿度は上がります。室内に干すことに抵抗がある人は、タオル（バスタオル）をぬらして部屋に干す方法がお勧めです。

また、スプレーや、ルームミストなどの水分をカーテンやソファなどに吹き付けることでも加湿になります。



3. 体の中から乾燥を防ぐ



喉の乾燥対策も忘れずに！マスクは最強です！！

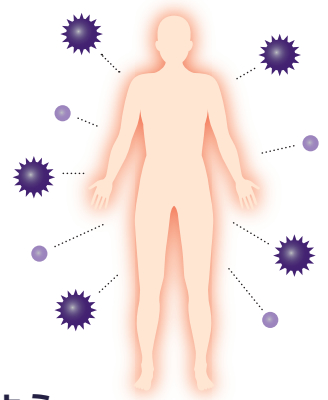
部屋の湿度を保ちながらこまめに水分を取るなどして、喉の乾燥を防ぎましょう。また、マスクは、喉の乾燥対策としても効果があります。耳の引っ張りが少ないタイプのものや、うるおいを促すタイプなども市販されていますので、外出用や部屋でのくつろぎ用など使い分けてみるのもお勧めです。



問 保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782



食べて高める免疫力



免疫とは、体が感染症などに対して抵抗力を獲得する現象です。この免疫の働きは、強弱の差はあるものの、誰もが持っている体の防衛システムです。今回は免疫力を高めるための食事について紹介します。

食事から免疫力を高めるポイント

1 抗酸化食品を摂取しよう

抗酸化物質とは、ビタミンC、ビタミンE、ビタミンB群、βカロテン、ポリフェノールなどで、活性酸素を取り除く効果が高く、主に野菜や果物に含まれています。また、根菜類、芋類、香辛料などには、体温を上げる働きがあるので、積極的に利用しましょう。食品に含まれる栄養素は、チームワークで働くので、多種類の食品を食べることが大切です。1日3食、よく噛んで、味わって食べましょう。

2 腸内環境を整えよう

腸内の善玉菌が多いと免疫力が高まります。善玉菌を増やすには、食物繊維、発酵食品、乳製品の摂取が効果的です。食物繊維はぬるぬる・ねばねば食品、海藻類などに多く含まれています。発酵食品には、みそ、しょうゆ、乳製品など、いろいろありますので上手に利用しましょう。免疫細胞の活性にはタンパク質とミネラル(カルシウム、鉄、マンガンなど)が必要で、肉、魚、卵、大豆製品、乳製品に多く含まれています。

本宮の特産品を食べて免疫力UP !!

とろろ芋には、食物繊維、ビタミンB1、カリウムや善玉菌を増やすレジスタントスターチが含まれています。

卵には、良質なたんぱく質が豊富に含まれていて、皮膚、粘膜、免疫細胞の材料になります。卵黄に含まれるレシチンが免疫細胞(白血球)の代謝を活発にさせます。さらに免疫細胞の働きを高めるためには、ビタミン類(ビタミンA、ビタミンC)が取れる野菜も合わせて食べましょう。

今回は、本宮の特産品「とろろ芋」と「本宮烏骨鶏卵」を使ったレシピを紹介します。



とろろ芋入りオムレツ



材料 (1人分)

とろろ芋 30g/ 本宮烏骨鶏卵(卵)2個 / 豚ひき肉 15g/ 玉ねぎ 10g/ 小ねぎ 3g/ 塩・コショウ少々 / サラダ油(バター) 小さじ1 / ケチャップ適量

作り方

- ①とろろ芋、玉ねぎは、1cmくらいの角切りに切る
- ②小ねぎは、小口切りに切る
- ③卵は割りほぐして、塩・コショウを入れ、よく混ぜる
- ④フライパンにサラダ油を入れ熱し、①とひき肉を入れ炒める。ひき肉に火が通ったら、③の卵液を流し入れて、混ぜ合わせる。卵液が半熟状に火が通ったら②を散らし、半月形に整えて器に盛り付け、ケチャップをかけたらできあがり

とろろ芋と卵のみそ汁



材料 (2人分)

とろろ芋 100g/ 本宮烏骨鶏卵(卵)1個 / 長ねぎ 10g/ だし汁 300cc / みそ 大さじ1~1と1/3

作り方

- ①とろろ芋はイチョウ切りに切る
- ②長ねぎは小口切りに切る
- ③卵は割りほぐしておく
- ④鍋にだし汁を入れ、①を入れ、とろろ芋が煮えたら②、③を入れ、沸騰したら火を止めてみそを溶き入れたらできあがり

問 保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

不審者対応訓練を実施

防犯器具の使用方法を学ぶ

市では、不審者侵入の対策強化のため、公共施設に防犯器具「ネットランチャー」と「刺股」を配備しています。

万が一の場合に備え、防犯器具の刺股やネットランチャーの使用方法を学ぶ不審者対応訓練を、11月18日、市役所で行いました。

訓練には、職員45人が参加し、警察関係者や防犯器具メーカー担当者の指導の下、器具の特性を活かした有効な使用方法について、実演しながら理解を深めました。今後も、来庁される皆さんの安全・安心の確保に努めていきます。



刺股を使用し、訓練する職員

全国民生委員児童委員連合会

会長表彰を受賞



受賞を報告した石井会長（左）

11月24日、全国民生委員児童委員連合会会長表彰の受賞報告会が市役所で行われ、本宮市本宮方部民生児童委員協議会の石井清会長から高松市長へ報告がありました。

協議会の皆さんは、毎月の定例会による地域福祉の情報共有や事例検討、令和元年東日本台風でのボランティア活動者への支援など、模範となる活動が認められ受賞されました。

石井会長は、「受賞は、口頭、地域で活動いただいている民生委員、児童委員のおかげです」とあいさつしました。

戦没者追悼式

恒久平和を願い追悼

令和2年度本宮市戦没者追悼式は、11月26日、白沢公民館大ホールで開催され、戦没者遺族や関係者約70人が参列しました。

式では戦没者に対し黙とうが行われ、高松市長が「同じ過ちを繰り返すことのないよう、最善の努力をしていきたい」と式辞を述べたほか、関係者から追悼の言葉がささげられました。

また、遺族会を代表し、仁井田遺族会の遠藤会長から「戦陣に散った犠牲者を思い、恒久平和のために一層の努力をしていきたい」と平和への誓いの言葉がありました。



追悼の言葉をささげる遺族

青少年健全育成推進大会

思いや意見を主張



大会で発表した児童・生徒と関係者の皆さん

第14回本宮市青少年健全育成推進大会は、11月29日、しらすわカルチャーセンターで行われました。

大会では、小中学校の各学校の代表11人の児童・生徒が、学校生活や新型コロナウイルス、令和元年東日本台風災害など、これまでの経験をを通して学んだことや考え、夢などについて力強く発表しました。

また、記念講演として、元プロ野球選手 石毛宏典氏をお招きし、「夢を持ってーイヤ、夢など無くていい!!」と題した講演が行われました。

福島県知事感謝状を受賞

ボランティア功労

11月27日、福島県知事感謝状の受賞報告会が市役所で行われ、手編み講座代表の遠藤タイ子さんから高松市長へ報告がありました。

手編み講座の皆さんは、高齢者への編み物ボランティアや給食サービス事業の調理ボランティアなどの多年にわたる社会福祉に関するボランティア活動が認められ、団体として表彰を受賞されました。

手編み講座代表の遠藤さんは、「コロナの影響で思うように活動ができない状況ですが、今後も活動を続けていきたい」とあいさつしました。



受賞を報告した手編み講座代表の遠藤タイ子さん（左）前代表の伊藤和子さん（中央）



鍋島組合長の説明を聞く参加者の皆さん

市の特産品である「とろろ芋」の栽培技術を学ぶ第3回講習会は、11月19日、松沢地区のほ場で開催され、受講希望者4人が参加しました。
白沢長芋生産組合の鍋島正則組合長が、とろろ芋の収穫について実践を交えて説明しました。参加者からは、芋の形が悪くなる原因や種芋について質問がありました。
白沢長芋生産組合では組合員を募集しています。種芋代の補助や新規加入者には資材代の補助もありますので、興味がある人は白沢総合支所 産業建設課☎(44)2115へご連絡ください。

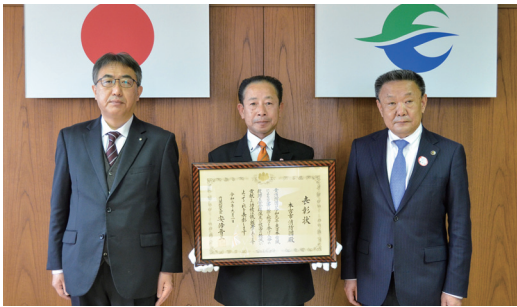
とろろ芋「夏の間く」事業
とろろ芋栽培講習会開催



各団体の皆さんが参加した出動式の様子

年末年始の事件事故防止運動合同出動式は、12月7日、本宮第一中学校体育館で開催され、防犯や交通安全の団体が参加し、犯罪の未然防止や交通事故防止に向け一丸となつて取り組むことを誓いました。運動は昨年12月10日から1月7日まで行われ、子どもや女性、高齢者の安全安心確保や、夕暮れ時や夜間の交通事故防止、飲酒運転の撲滅などを目指します。
出動式終了後は、市内の飲食店に飲酒運転防止ポスターを配ったほか、本宮駅前などで街頭活動を行い、事件事故の防止を呼びかけました。

年末年始の事件事故防止運動
合同出動式を開催



熊田孝局長（左）から表彰状が伝達された渡辺明弘団長（中央）

令和2年防災功労者内閣総理大臣表彰伝達式は、12月14日、市役所で行われ、福島県県北地方振興局の熊田孝局長から、本宮市消防団の渡辺明弘団長へ表彰状が伝達されました。
今回の受章は、令和元年東日本台風の際の排水作業や冠水によって道路などに堆積した土砂の撤去、被災施設の清掃などの功績が認められたことによるものです。
渡辺団長は、「台風19号の経験を糧として、市民の安全安心のために消防団一丸となつて、まい進していきたい」とあいさつしました。

防災功労者内閣総理大臣表彰伝達式
台風時の貢献が評価

東京もとみや会通信 その64



東京もとみや会 会長
福本賢太郎さん

『新年のごあいさつ』

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

昨年は、一昨年の台風19号による大災害からの復興途上で新型コロナウイルスが世界中に感染拡大するという予期せぬ事態になりました。

私たち東京もとみや会の活動も3月以降全面的に休止状態に追い込まれました。そのような中で、何とか会報「あだたら」第5号の発行や、賛助会員である株式会社本宮烏骨鶏さまの「平飼い」復活のためのクラウドファンディングへの参加などの活動ができました。また、はからずも本宮市より「善行章」をいただき、明るい面もありました。

さて、今年は「東日本大震災」から満10年の年となります。昨今の気候変動による自然災害などに十分な対策が必要であると痛感しています。そして、コロナの終息はまだ見えておりませんが、オリンピック・パラリンピックをはじめ、全ての活動が順調に戻り、私たちも“ふるさと本宮市”の応援活動が再開できることを願ってやみません。

結びに、本宮市民の皆さまがご健勝で、希望のある年でありますように心よりお祈り申し上げ新年のごあいさついたします。

お問い合わせは、下記「東京もとみや会」事務局へ

千葉県柏市南逆井 6-3-13 野地 博 ☎04-7175-0517 Eメール: hirosi-nj@jcom.home.ne.jp



本 第32回ふくしま駅伝 本宮市のたすきをつなぎ疾走

第32回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会は、11月15日、郡山市の郡山ヒロセ開成山陸上競技場をスタートし福島県庁前をゴールとする、9区間50.2キロメートルで開催されました。

本宮市チームの記録は2時間52分18秒で、総合24位、市の部で12位でした。

新型コロナウイルスの影響で例年と異なる条件の中、選手たちは全力を尽くし、全ての選手が目標タイムを上回りました。



①白岩屋商店前中継所で4区の樋口拓海選手にタスキを渡す3区の遠藤滉己選手
②1区を走る渡辺紫織選手 ③福島県庁前でゴールを目指し力走する村上秀選手

鮮 イルミネーション点灯式 やかに商店街を彩る

「もとみやライトアップ笑店街」イルミネーションの点灯式は、11月28日、モコステーション前で開催されました。点灯式では高松市長や来賓の皆さんによるカウントダウンが行われ、点灯のボタンが押されました。イルミネーションは市内商店街で午後5時から午後10時まで点灯され、2月14日(日)まで開催されます。



ボタンを押すと同時に点灯されたイルミネーション

阿部先生と手回し発電機を使った実験をする児童ら



科 本宮小学校でサイエンスショー 科学の不思議を体験

11月20日、本宮小学校でサイエンスインストラクター阿部清人先生のサイエンスショーが行われ、空気や電気などに関する科学実験が披露されました。このショーは、次世代を担う子どもたちに科学の不思議を体験してもらおうと、東北電力株式会社が開催しているものです。子どもたちは、体験しながら楽しく科学を学びました。

高 健康生活支援講習会 高齢者の健康増進支援を学ぶ

本宮市本宮赤十字奉仕団は、12月2日、高木地区公民館軽運動場で健康生活支援講習会を開催しました。講習会では、日赤福島県支部から講師を招き、「高齢者の健康と安全のために」というテーマで、生活習慣病の予防法や新型コロナウイルスの感染予防対策などについて講義を受けたあと、実際に体を動かしながらストレッチ体操を行いました。



講師に習い体操をする本宮市本宮赤十字奉仕団の皆さん

講師に新商品を提案する生徒ら



素 福島イノベーションコースト構想 素材の特性を生かす商品開発

12月3日、本宮高校で、情報会計科3年の生徒21人が参加し、商品開発に関する授業が行われました。授業では、トラスト企画株式会社が開発したクッション素材などの特性を生かした新商品をグループごとに提案し、それに対し講師からアドバイスがされました。生徒たちは、自分たちが提案した商品がどのように人に役立つかを考えることの重要性を学びました。

読 読書感想文・読書感想画コンクール表彰式 読書感想文・感想画受賞者を表彰

令和2年度本宮市読書感想文・感想画コンクールの受賞者へ表彰状が贈られました。この事業は、市の読書活動推進のため毎年実施しており、今年度は白岩小学校の児童が両部門で最優秀賞を受賞しました。

【読書感想文の部】

- ・最優秀賞 林 星穂 (白岩小6年)
- ・優秀賞 武士俣直史 (岩根小6年)
- 相楽康太 (本宮まゆみ小4年)
- ・佳作 橋本愛来 (岩根小4年)
- 磯崎陽葵 (白岩小2年)
- 三浦彩愛 (白岩小4年)
- 猪狩匠翔 (五百川小1年)

【読書感想画の部】

- ・最優秀賞 伊藤心晴 (本宮まゆみ小3年)
- ・優秀賞 河尻悠都 (本宮まゆみ小3年)
- 本多快成 (本宮小6年)
- ・佳作 本多 晴 (本宮小1年)
- 武田七咲 (白岩小2年)
- 遠藤 晴 (本宮まゆみ小2年)
- 鈴木咲結 (本宮まゆみ小2年)



読書感想文の部で最優秀賞を受賞した白岩小6年の林星穂さん(左)と読書感想画の部で最優秀賞を受賞した同3年の伊藤心晴さん(中央)

電池づくりを体験する児童ら



企 本宮まゆみ小学校で出前授業 企業と連携し電池づくりを体験

本宮まゆみ小学校では、12月9日、株式会社東北村田製作所と連携した、電池を学ぶ出前授業が6年生を対象に行われました。理科の発展学習として行われたこの授業では、電池の種類や電池がどのようなものに使われているかを学んだ後、連携企業の皆さんの指導を受けながら、実際に電池づくりを体験し、その仕組みを学びました。

Life!

Work!

ヒトとシゴト つながるもとみや

福島県の『へそのまちもとみや』。

交通の要衝の本宮市には多数の企業が立地し、地元で生活する若者も多く働いています。このコーナーでは、そうした働く若者と企業を紹介していきます。

地元で働き、暮らす選択を考えてみませんか。

紹介者：アサヒロジ株式会社

北海道・東北支社 福島支店

こくぶん りゅうじ
国分 竜次さん(22)

白岩地区在住

Work!



Q. どんなお仕事？

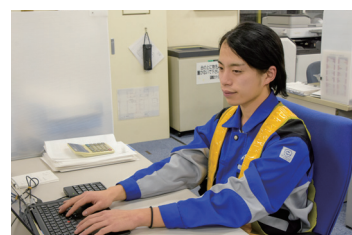
A. 物流課に所属し、1.5トンから7トンまでの大型フォークリフトを使用して、酒類・飲料水の入庫および出荷作業を行っています。

Q. どうしてこの仕事を選んだの？

A. 本宮高校在学時に職場見学で訪れ、大型フォークリフトを自在に操り、大きな荷物を運んでいる社員の皆さんの姿に魅了されたからです。体の大きさに関係なく他の人と対等に仕事ができるのではないかと感じたのも入社きっかけです。

Q. 仕事でやりがいを感じることは？

A. 繁忙期は毎日200台以上のトラックが出入りし、ひたすら荷下ろしや積み込みを行います。最後の1台が終わり、みんなで一息ついたときに達成感を感じます。また、店頭などで商品を見かけたときや美味しそうに飲んでいる姿を見たときにやりがいと「アサヒブランド」を背負っているという誇りと責任を感じます。



Life!

Q. 休みの日は何をしています？

A. 小学校から野球を続けており、現在は地元の野球クラブに所属しています。現役バリバリでまだ後輩には負けません！

お酒も好きなので、コロナが落ち着いたら、また飲みに行きたいです！

Q. これから本宮市で働く人へ！

A. 本宮市は治安や利便性が良くとても住みやすい街です。住み良い街なら安心して仕事もでき、市外の人もすぐ環境になじめると思います。仕事でリフレッシュしたいときは、「アサヒビール園本宮店」もありますので、ぜひ利用してみてくださいね。



取材企業

アサヒロジ株式会社
北海道・東北支社 福島支店
本宮市荒井字上前畑1
事業内容：運送、倉庫、荷役、
梱包、開梱、通関業務など

アサヒロジ株式会社は、アサヒグループの物流を一手に担っています。福島支店は主にアサヒビール株式会社 福島工場を拠点にグループの酒類・飲料水の入出荷を行っています。供給先エリアは東北6県、新潟、栃木の合計8県のお得意先さま、アサヒビール福島工場以外のビール7工場への製品供給も担っています。一部アサヒビール株式会社 福島工場での製造請負も行っており、一般のお客さまの輸配送・倉庫保管のご依頼も賜っています。



自家消費野菜などの食品の放射能測定結果

11月は全15品目・20検体を測定しました。基準値となる1キログラムあたり100ベクレルを超えたものはありませんでした。市内2カ所の測定所で受け付けていますので、持ち込みの相談、予約などお気軽にお問い合わせください。

■ 11月の測定結果

品目	測定数	結果	
		うち検出有	検出値 (Bq/kg)
キノコ (ムラサキシメジ茹で)	1	1	42.20
ゆず	3	検出なし	
ギンナン、ダイコン、白菜	各2		
小豆、柿、カブ、キウイフルーツ、 キクイモ、サツマイモ、ターサイ、 ネギ、ヤーコン、落花生	各1		
計15品目	20		

【測定の申込先】

受付時間 (平日) 9:00 ~ 16:00

白沢測定所 (白沢総合支所内)

☎ 44-2113

荒井測定所 (荒井地区公民館内)

☎ 24-8781

【その他のお問い合わせ】

放射能除染・モニタリングセンター

☎ 63-2682

※検出限界値：きざんで測定 :10 ベクレル / キログラム

きざまず測定 :25 ベクレル / キログラム

仮置き場内の空間線量

市内22箇所の仮置き場内の空間線量は12月14日現在、最小値0.05マイクロシーベルト/時~最大値0.12マイクロシーベルト/時です。今後ともご理解とご協力をお願いします。



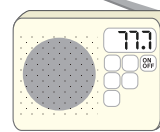
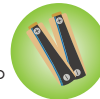
冬だ！雪だ！安全生活！ 各種警報時は 「ラジオ」の準備を！

■ ラジオの電池は大丈夫？

持ち運びに備えて、防災ラジオの脇に単三電池を準備しておきましょう。

■ 車でもラジオは聞こえます。

FM77.7メガヘルツに合わせれば、車で常にチェックできます。



■ ネットでもラジオは聞こえます。

スマートフォンアプリ「リッスンラジオ」をダウンロードし、東北から「FMモットコム」を選択すると皆さんのスマホがラジオに早変わり！



■ 気をつけよう！（車の運転で、こんなところでは路面の凍結に注意！）

1) 信号交差点

車が発進や停止を繰り返すことによって、路面が非常に滑りやすくなる場合があります。

2) 橋梁（橋げた）

ほかの路面が凍っていないなくても橋の上だけは凍結している場合があります。

3) トンネルなどの出入口

日陰になることが多く、局所的に路面が凍結している場合があります。



■ 歩行者の皆さん＝夕方からは「反射材」をつけましょう！

買い物のお母さん達、皆さん自身が思っているより車の運転手からは夕方の歩行者が暗くて見づらくなっています。自分の命を守るため「反射材」をつけましょう！

みんなでつくるみんなのラジオ
FMmot.Com 77.7 MHz

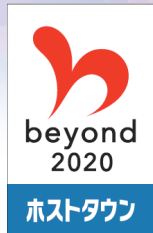
エフエムモットコム

TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050 web@fm-mot.com



英国との絆

～英国の「復興『ありがとう』ホストタウン」MOTOMIYA～



今年は待ちに待った東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会！本宮市は、英国を相手国とする「復興『ありがとう』ホストタウン」に登録されています。英国や異文化をより身近に感じ、親しんでいただけるよう、市の異文化理解の取り組みなどを紹介していきます。

◆ 今月は「英国チーム」について紹介します！

英国は、1896年の第1回アテネ大会以来、全ての夏季オリンピックに出場し続けている5カ国（ギリシャ、英国、フランス、スイス、オーストラリア）のうちの1つです。また、1924年以降全ての冬季オリンピックに出場し続けているのは、英国、フランス、スイスだけです。

英国チームは、2016年のリオデジャネイロオリンピックで、金メダル27個、銀メダル23個、銅メダル17個、合計67個のメダルを獲得しました。金メダルの獲得数は、アメリカに次いで第2位と大活躍でした。多くの金メダルを獲得した競技は、自転車やボートです。カヌーやセーリング、馬術なども注目すべき競技です。

今年の東京 2020 大会では、**日本チームの応援に加え、英国チームも応援しましょう！**

2019年 英国訪問
(未来へつなげる
英国訪問団)



リオオリンピック金メダリスト（カヌースプリント男子カヤックシングル 200M）のリアム・ヒース選手との交流

英国ミニコラム

『黄金のポスト』

こんにちは！国際交流課の緑川です。私は大学在学中に英国のエジンバラ大学に3週間短期留学していました。今回は留学中に見つけた黄金のポストについて紹介します！



英国国内を歩いていると、写真のような黄金のポストを見つけることがあります。教育部 国際交流課 なぜポストが金色なのか知っていますか？
緑川 悠



英国のエジンバラ市内にある黄金のポスト。ポストには選手の名前が刻まれています。これは、自転車競技（トラック）の選手であるクリス・ホイ選手のポスト

実は、2012年夏に開催されたロンドンオリンピック・パラリンピック競技大会に秘密があります。開催国であった英国はオリンピックで29個、パラリンピックで34個の金メダルを獲得しました。英国の郵便ポストを統括している「Royal Mail（ロイヤル・メール）」は英国の選手たちをたたえ、金メダルを獲得した選手の実家に一番近いポストを赤色から金色に塗り替えました。英国を旅行する機会があったら、ぜひこの黄金のポストがないか探してみてください。

教育部 国際交流課 ☎ 24-5303

しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112

【利用時間】(火)~(土) 9:30 ~ 20:00 (日)・祝 9:30 ~ 17:00

【休館日】1月1日(金)~4日(月) (年始休館日)、12日(火)、18日(月)、25日(月)

※上記以外の休館日や開館時間が変更となる場合もあります
ホームページや電話でご確認の上、ご来館ください

RECOMMEND

今月の一冊



『幸福になるための人生のトリセツ』

▶著者 黒川伊保子 ▶出版 清流出版

本書は「本当の人生は、56歳から始まる」という言葉で始まります。著者は人工知能の研究者として、ヒトの能力をメカに搭載するという仕事をしてきたため、ヒトの脳も研究対象としてきました。その結果、人間は56歳から84歳の時期が脳のピーク(本書では「エレガントな脳世代」)であり、そこにいたる各世代の脳の発達に根ざした「人生のトリセツ」を述べています。年齢を重ねることは、美しく楽しいことであると教えてくれる希望の書です。



『子ども手に職図鑑』
子供の科学と手に職
図鑑編集委員会



『小学生なら知っておきたい教養366』
齋藤孝



『絶滅危惧種のふしぎ ぎりぎりいきもの事典』
成島悦雄

NEW ARRIVALS

おすすめ新着本



『百年後を生きる子どもたちへ』
豊田直巳



『楽園の鳥』
阿部智里



『東大脳を育てる! 読み聞かせ絵本100』
佐藤亮子



『旅をする本』
丸山晃

LIBRARIAN

学校図書館の現場から



「しもばしら」
野坂勇作

ある寒い冬の朝、男の子がおばあちゃんと畑に行くと「しもばしら」を見つけます。そこで、おばあちゃんは男の子にどうやって「しもばしら」ができるかを教えます。ちょうど、「しもばしら」ができる季節に子どもたちに読んだところ、興味をもって聞いてくれました。おしまいの方に「しもばしら」を冷凍庫で作る場面があり、特にそこがみんな気に入ったようです。小学1年生から自分で読める絵本です。

【安達靖子さん / 学校司書】

図書館・図書室からのお知らせ

しらさわ夢図書館より

赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会

とき 1月22日(金) 11時00分~11時20分

内容 赤ちゃんへの絵本の読み聞かせやわらべうた、親子でのふれあいあそびなどを行います。また妊婦さん、新米ママ向けの赤ちゃんへの接し方や子育て豆知識などについてもお話します。

対象 赤ちゃん(0・1・2歳くらいまで)とその保護者、妊婦さんとその家族

ドリームおはなし会

とき 1月24日(日) 11時00分~11時45分

内容 季節の絵本の読み聞かせ、手袋人形、紙しばい、パネルシアター、エプロンシアターなど親子で一緒に楽しめます。

対象 幼児~小学生とその保護者、子どもの本に関心のある大人

※上記のおはなし会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、検温・マスク着用の上、ご参加ください。感染状況によっては、開催を中止する場合があります

新春企画・おたのしみ本の福袋(今年は、オーダーメイド福袋もあり!)

とき 1月5日(火)~31日(日)

内容 お薦めの本を福袋に入れて貸し出しします。(子どもはお年玉プレゼント付き)今年、オーダーメイド福袋もお作りします。希望される人はカウンターにある「オーダーメイド福袋申込書」でお申し込みください。

対象 幼児~一般まで

中央公民館図書室より

中央公民館図書室は、令和元年東日本台風の被害により現在休館しています。大変ご迷惑をおかけしていますが、ご理解とご協力をお願いします。



持続可能な開発目標（SDGs）は貧困や飢餓、エネルギー、気候変動、平和的社会などのさまざまな問題を根本的に解決することを目指す、世界共通の17の目標です。

今月号から、市役所の各課のSDGsに関連する取り組みをご紹介します。

政策推進課 × SDGs

ひと・地域・都市間などと、さまざまな分野において連携が図られているまちを目指します

- 広域連携による住民サービスの向上やスケールメリットを生かしたサービスの提供など、相互補完・相乗効果を高める取り組みを推進しています。

【こおりやま広域連携中枢都市圏推進事業 / 福島圏域連携推進協議会事業】

- 友好都市や全国へそのまち協議会加盟市町村などと市民間、観光物産などの分野で交流を深め、交流人口拡大による人材育成と地域の活性化につなげています。

【友好都市交流推進事業 / 全国へそのまち交流事業】

- 市内外に住みながら本市の情報発信や地域活動に取り組む人材の育成や市民との交流基盤を構築しています。

【全国まゆみちゃん交流プロジェクト / 市民が主役のまちづくり推進事業】



友好都市・上尾市とのスポーツ交流



あなたができること

本市に限らず近隣の自治体などでも、SDGs 普及啓発などのイベントが開催されていますので、参加してみましょう。

中古住宅や空き家などの利活用と流通を促進するため、官民連携による取り組みを推進しています

- 民間事業者などと連携し、中古住宅や空き家、空き地などの利活用と流通を促進し、住まいの受け皿をつくるとともに、資源の有効活用を図っています。

【空家等対策協議会運営事業 / 空家等の適正管理及び利活用推進事業】



もとみや
空き家バンク



あなたができること

活用していない空き家を所有している場合は、空き家バンクへの登録や家の売却などを行いましょ。できる限り空き家にならないように家の維持・管理に努めましょ。

新春ミニ街頭献血を行います

- 日時** 1/27 (水) 9:00 ~ 12:30
- 場所** えぼか
- 献血の種類** 全血献血 (400ml)
- 対象者**



17歳から69歳までの人で、男女とも体重が50Kg以上で健康な人
 ※輸血を必要とする人のために、できるだけ400ml献血にご協力ください
 ※65歳以上の献血については、60歳から64歳の間に献血経験がある人が可能です
 ※新型コロナウイルス感染予防のため、会場の換気、職員のマスク着用、受付時に検温を行います

あなたの献血で救える命があります！～400ml献血が必要な理由～

輸血を受ける患者さんにとって200ml献血に比べ400ml献血からの血液を輸血した方が、副作用（発熱、発疹）発生が大幅に減少し、安全が向上するためです。今、医療機関では、95%程度が400ml献血による輸血を求めており、200ml献血の需要は5%程度しかありません。輸血は、「がん」「白血病」などの病気の治療に80%以上が使われていますので、ぜひ400ml献血にご協力をお願いします。

閩保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

募集

食の力講座

- ▶日時：2/1 (月) 13:30 ~ 14:30
 - ▶テーマ：健康に過ごすには、バランスの良い食事から
 - ▶講師：郡山女子大学短期大学部 健康栄養学 水野 時子先生
 - ▶場所：えぼか 1階 健康増進広場
 - ▶定員：30人 (先着順)
 - ▶申込：1月12日(火)の午前9時から電話で受付開始
 - ▶料金：無料
 - ▶その他：筆記用具をご持参ください。当日の体温測定をお願いします。発熱、体調不良などがある場合は、参加をご遠慮ください
- 閩保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782



行事

弁護士によるB型肝炎特措法無料電話相談会

- ▶日時：1/23 (土) 10:00 ~ 15:00
 - ▶内容：B型肝炎特別措置法に基づく給付金支給手続きに関して、弁護士が相談に応じます。下記お問い合わせ先へご連絡ください
 - ▶料金：無料 (通話料はかかります)
 - ▶場所：全国B型肝炎訴訟新潟事務所
- 閩全国B型肝炎訴訟新潟・福島・山形弁護士団
 ☎ 025-223-1130



情報ナビ

「行事」「募集」「健康」などあなたの暮らしに役立つ情報コーナーです。

本宮市役所 ☎ 0243(33)1111 (代表)
 〒969-1192 本宮市本宮字万世212番地
<https://www.city.motomiya.lg.jp/>

行事

就職相談会

専門のキャリアカウンセラーが就職に関するさまざまな相談に応じます。当日でも相談でき、費用は無料です。(事前予約も可)お気軽にご来場ください。

- ▶日時：1/14 (木) 13:00 ~ 16:00
 - ▶場所：モコステーション 2階 中会議室
 - ▶対象者：本宮市内に居住する人 (新卒学生も含む)、原発事故の影響により本宮市内へ避難されている人、新型コロナウイルス感染症により影響を受けている人
 - ▶相談内容：就職相談、職業紹介、応募書類の書き方など
- 閩ふくしま生活・就職応援センター 郡山事務所 ☎ 024-925-0811

行事

県立テクノアカデミー 個別相談会

- ▶日時：1/24 (日) 10:00 ~ 15:00
 - ▶場所：福島県立テクノアカデミー郡山 (郡山市上野山5番地)
 - ▶対象者：大学や専門学校を卒業または中退、もしくは就職後に中途退職した人で、福島県内を中心に正規雇用を目指す人、またはその家族
 - ▶申込：1月18日(月)までに事務局へお申し込みください
- 閩福島県立テクノアカデミー会津
 ☎ 0241-27-3221
 FAX:0241-27-3312
 HP:<http://www.tc-aizu.ac.jp/>

医療法人 佑和会

雷クリニック

理事長 医学博士 雷 毅 医学博士 齋藤 広信

一般内科診療、消化器・肝臓病診療、胃カメラ
 大腸カメラ、日帰り胃・大腸ポリープ切除術、訪問診療、
 一般健康診断、ドックなど行っています。

三春駅前：三春町担橋 2-1-2
 TEL 0247-62-6333

真心・親切、お客様の足となり日々安全運転!
 一般貸切旅客自動車運送業
 小型バスから大型バスまで

協和交通株式会社

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご用命は

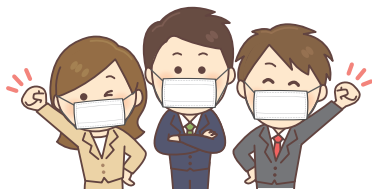
TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481
 〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1

親と子の健康相談

育児のこと、お子さんの発達や健康のことなど、お気軽にご相談ください。お子さんの身長・体重測定もできます。完全予約制ですので電話などでお申し込みください。

- ▶日時：1/15(金) ① 10:00～
② 10:15～ ③ 10:30～ ④ 10:45～
 - ▶場所：えぽか 1階 健康増進広場
 - ▶持ち物：母子手帳、バスタオル、その他(替えのおむつなど)
 - ▶感染症対策に関するお願い
 - ・発熱(目安 37.5℃以上) や呼吸器症状のある人、体調不良の人の入場はご遠慮ください
 - ・お子さん1人につき、保護者1人までの同伴としてください
- 閩保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

再就職のための離職者
訓練受講者募集



- ▶内容：生産情報システム科
 - ▶料金：無料(テキスト代、作業服などは個人負担)
 - ▶訓練期間：3/4(木)～8/26(木)
 - ▶場所：ポリテクセンター福島
 - ▶申込：1/8(金)～2/9(火)
- ※詳しくは下記へお問い合わせください
- 閩ポリテクセンター福島
☎ 024-534-3644

介護福祉士養成科の
訓練生募集

テクノアカデミー郡山では、求職中の人を対象として、国家資格「介護福祉士」の取得と介護福祉業界への正社員就職を目指すことを目的とした2年間の教育訓練を実施します。

- ▶募集コース：介護福祉士養成科
 - ▶料金：無料(テキスト代や保険代などは、個人負担)
 - ▶訓練期間：令和3年4月～令和5年3月(2年間)
 - ▶訓練会場：県内の介護福祉士養成施設
 - ▶その他：募集期間は、1月中旬から2月末日を予定していますが、受講対象者・申込方法などについては下記へお問い合わせください
- 閩福島県立テクノアカデミー郡山
教務課委託訓練担当
☎ 024-944-1663
FAX:024-943-7985

information navi

pick up

本宮市は、「まゆみちゃん」を探しています!

本宮市イメージキャラクター「まゆみちゃん」と同じ名前の方を大募集!!!
全国の「まゆみちゃん」で、本宮市に!全国に!!そして世界に!!!一大ムーブメントを起こしません!?

～探している人の特徴は～

- ★ 名前に「まゆみ」を含み、で全国の「まゆみちゃん」とつながりたい方
- ★ 本宮市イメージキャラクター「まゆみちゃん」を他人とは思えない方
- ★ 本宮市のことを、どこか放っておけない方
- ★ 全国の「まゆみちゃん」が集まると聞いて、ワクワクした方
- ★ 「まゆみちゃん」が何となく気になる方

全国まゆみちゃん交流プロジェクト事務局

ぜひチェックしてください!

名前に「まゆみ」を含む人を絶賛募集中!

名前の読み「まゆみ」を含み、本宮市を応援していただける人なら、どなたでも登録OK!
例えば…

- 『まゆみ たけし』 『さとう まゆみ』
- 『さくま ゆみこ』 さんなど

本宮市一丸となって、このプロジェクトを盛り上げていきましょう!ぜひ、お知り合いの「まゆみ」さんにお声がけください。個別のプロジェクトは、全力企画中!

詳しくは、



閩総務政策部 政策推進課 ☎ 24-5323

ネーブルシティもとみや aube

**各種宴会・ご法要・会議等
ご予約承っております。**

※ソーシャルディスタンスを確保してご利用いただけます。
※フリーWiFi完備

**テイクアウト
できます!**

※3000円～承っております。
※刺身、寿司等も可。要相談。
※2日前要予約。

オーブの「オードブル」

TEL.24-8140 FAX.24-8141
〒969-1131 本宮市本宮南町裡 38 URL http://www.m-mot.com/aube/

ひとり親世帯臨時特別給付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、子育てに対する負担の増加や収入の減少などが発生しているひとり親家庭を支援するため、給付金が支給されます。

【基本給付】

対象	① 6月分の児童扶養手当を受給している人 ② 公的年金などを受給していることにより、児童扶養手当の支給はされていないが、収入や所得が支給制限限度額を超えない人 ③ 申請時点でひとり親などであり、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変した人
支給額	1世帯5万円。児童が2人目以降の児童1人につき3万円加算
申請方法	申請期限は2月26日(金)までです ①に該当する人については7月10日に振込済です ②、③に該当する可能性がある人のうち、他の制度で市が把握している人には、8月上旬に案内と申請書を送付しました。それ以外の方は、市のホームページをご確認いただくか、お問い合わせ先へご連絡ください

【追加給付】

対象	基本給付の①か②に該当する人で、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が大きく減少しているとの申出があった人
支給額	1世帯5万円
申請方法	申請期限は2月26日(金)までです 該当する可能性がある人のうち、他の制度で市が把握している人には、8月上旬に案内と申請書を送付しました。それ以外の方は、市のホームページをご確認いただくか、お問い合わせ先へご連絡ください

圏厚生労働省「ひとり親世帯臨時特別給付金」コールセンター
☎ 0120-400-903 (受付時間 平日9:00～18:00)
保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375

放課後児童クラブの利用児童を募集します

各放課後児童クラブでは、来年度の利用児童を募集します。放課後児童クラブは、保護者が仕事などで日中いない小学生を対象に、授業の終了後に適切な遊び、生活の場を提供し、児童の健全な育成を図ることを目的としています。

保育時間と保育料

	保育時間	保育料
基本利用	授業終了後～18:00	月額2,000～7,000円 (市民税額による)
土曜日・長期休業期 (夏休みなど)	7:00～18:00	
延長利用	18:00～19:00	月額:2,000円 日額:100円

※一時的に児童を保育することができない場合は、臨時放課後児童保育を月8日以内で利用できます

申込方法

学区内の放課後児童クラブに備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、必要書類を添えて、希望するクラブに提出してください。定員を上回る申し込みがあった際には、学年による利用制限を行う場合があります。

受付期間 1月12日(火)～22日(金) 14:00～18:00 ※土曜、日曜を除く

提出書類 ・利用申込書

・就労証明書など、児童を保育することができないと証明できる書類
(父と母および、同一住所にお住まいの祖父母分が必要となります)

圏各放課後児童クラブへ
お問い合わせください

放課後児童クラブ	開設場所
①もとみや	本宮小学校内 ☎ 090-2027-9248
②まゆみ	本宮第2児童館 ☎ 33-5244
③五百川	五百川小学校内 ☎ 080-6052-4423
④岩根	岩根小学校内 ☎ 080-9071-3585
⑤和田	和田分館 ☎ 080-6052-4424
⑥糠沢	糠沢分館 ☎ 44-4435
⑦白岩	白岩コミュニティセンター ☎ 080-6052-4422

お客様“ありがとう”抽選会

毎月抽選で10名様に1,000円分の買い物券が当たります。

今月の当選番号

01-155 (南町裡) 03-365 (高木)
04-280 (下高木) 08-081 (舘町)
09-325 (作田) 10-125 (一ツ屋)
11-020 (玉井) 13-131 (仁井田)
14-335 (栴形) 15-310 (青田)

■今月、買い物券の使えるお店は
▶ 飲み食いどころ大和(中條)
▶ 山本家(駅前) ▶ 虎屋菓子店(万世)
▶ めか茂菓子店(馬場) ▶ ハルツ(仲町)です。

■ 買い物券は当選者までお届け致します。
■ ご利用有効期限は本日より令和3年2月末日です。

【みずいる夢カード】
ガス器具類ご購入分押印致します。

Rinnai
DELICIA

株式会社 岩城屋商店

本宮字荒町58

TEL 0243-34-2632

給付または無利子の奨学金～篤志奨学資金・遠藤輝雄奨学基金～

市には、返済義務のない「給与型」と無利子で貸し付ける「貸与型」の2つの奨学金制度があります。現在、来年度奨学生を募集しています。どちらの奨学金も年間を通して申し込むことが可能です。

※国・県・他の団体の奨学金との同時利用はできませんが、本宮市篤志奨学資金と遠藤輝雄奨学基金は同時利用が可能です

【給与型】

本宮市篤志奨学資金	
月額	一律 10,000 円
対象	短大・大学・大学院
条件	最終2カ年の学習成績平均値が5段階評価で3.5以上

【貸与型（無利子）】

遠藤輝雄奨学基金			
月額	大学・短大	公立（国公立）	35,000 円
		私立	40,000 円
月額	高専・専修（専門）	公立（国公立）・私立	35,000 円
		公立（国公立）	15,000 円
月額	高校・専修（高校）	公立	18,000 円
		私立	18,000 円
対象	短大・大学・高専・専修学校・高校		
条件	最終2カ年の学習成績平均値が5段階評価で3.0以上		

※給与型、貸与型どちらも所得制限などの条件があります

申し込み

令和3年4月から利用希望の場合は、**1月4日(月)～3月31日(水)までに** 教育部 教育総務課へ提出

※募集要項や奨学生願書などの必要書類は、教育部 教育総務課 総務係、または、市のホームページから入手できます



☎教育部 教育総務課 ☎ 24-5441

info navi pick up

令和3年から成人の検診

(特定健診・各種がん検診など)の申し込みがインターネットからできます!

市では毎年2月に各世帯に次年度の「各種検診についての意向調査」を健康づくり推進員を通じて実施しています。今年度からは、それと同時にインターネット(パソコン・スマートフォンなど)からの申し込みが可能となります。



※詳しくは、1月26日(火)以降に健康づくり推進員から各世帯に配布される「各種検診についての意向調査書」に案内を同封しますのでご覧ください

☎保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

健康 ボディリメイク スクール



ストレッチと筋力アップトレーニングを行います。体型が気になる、運動を通して健康になりたい人をご参加ください。

- ▶日時：2/8(月)、2/26(金) いずれも 13:30～14:30
- ▶場所：えぼか 1階 健康増進広場
- ▶対象：市内にお住いの人
- ▶準備物：飲み物、ヨガマット(貸し出しはありません)、マスク
- ▶定員：各20人(申込順)
- ▶受付：1月15日(金)から受付開始。下記へご連絡ください
- ▶その他：体調不良の場合はご遠慮ください

☎保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

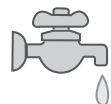
子育て 幼児クラブの申し込みを受付中

幼児クラブでは、集団遊びを通して幼児の豊かな心と社会性を養い、保護者同士の仲間づくりの場を提供します。3歳から6歳の幼児とその保護者が利用できます。

- ▶日時：毎週月・水・金曜日 9:30～11:30
 - ▶場所：第2児童館
 - ▶定員：30組
 - ▶料金：月額1,500円
- ☎第2児童館 ☎ 33-5244



水まわりのリフォームで快適な暮らしを!



お風呂・台所・トイレ・洗面台のリフォームなら当社におまかせ! 給湯器など水道設備の修理も承ります

(株) 小山設備

KOYAMA

〒969-1124 本宮市本宮字仲町39
TEL0243-33-3031 FAX0243-33-3036

アットホーム おおたま

当館自慢の温泉は、アルカリ泉質でとろみがありナトリウムを含んでいるので体の芯から温まり、身体を「ポカポカ」にしてくれて湯冷めしにくく、これからの寒い季節にぴったりです!



福島県宿泊支援制度(県民割)のご利用で通常料金より**5,000円引き**でご宿泊いただけますので、この機会にぜひお越しください!

※支援予算枠に達した場合は県民割でのご予約はできません

☎お問い合わせ ☎ TEL:0243-48-2026

1月6日(水)・20日(水)は定休日となっております

合併処理浄化槽の維持管理費用のうち 7千円を補助します

浄化槽を設置している人は、年3回以上の保守点検、年1回以上の清掃、年1回の法定検査を受検することが法律で義務付けられています。

市では、合併処理浄化槽を適正に維持管理している人へ補助金を支給しています。

対象者(下記全てに該当する人)

- ①下水道の認可区域外で、住宅に設置している合併処理浄化槽(10人槽以下)を使用管理している人
- ②浄化槽法の規定に基づき、適正な維持管理(保守点検・清掃・法定検査)を行っている人
- ③市税および水道料金などに未納がない人

※浄化槽法第11条検査結果書が、お手元に届いてから申請してください

単独浄化槽から合併浄化槽への転換を～設置整備費用を一部補助しています～

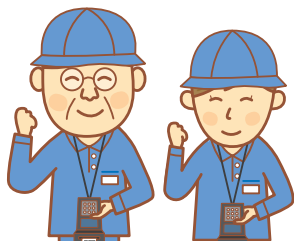
単独処理浄化槽は、トイレからの汚水(し尿)のみを処理する浄化槽です。生活雑排水は、処理されずに、河川などに流れ込んでいます。

現在、単独処理浄化槽・くみ取り便槽を使用されている人は、生活雑排水も併せて処理できる合併処理浄化槽を設置するようお願いいたします。

市では、設置整備費用の一部を補助しています。ぜひご利用ください。

閩建設部 上下水道課 ☎ 24-5413

暮らし 水道メーターの検針を 実施します



12月から1月分の水道メーター検針を、1月20日(木)から25日(月)に実施しますので、メーターボックスの上には物などを置かないよう、ご協力をお願いします。

閩建設部 上下水道課 ☎ 24-5411

暮らし 消費者トラブルの相談 はお気軽にご連絡を!

「悪徳商法などによる被害にあった」「ある製品を使ってけがをしてしまった」などの消費者トラブルで困っていませんか?日常生活において悪徳商法や消費者トラブルなどで困ったときや不安なときは、一人で悩まずに早めに相談しましょう。

下記のいずれかにご相談を!

- ◆ 消費者ホットライン
※最寄りの消費生活相談窓口を案内します
☎ 188(イヤヤ!)
- ◆ 福島県消費生活センター
☎ 024-521-0999
- ◆ 市民部 防災対策課
☎ 24-5366

アルコール家族教室

アルコールに関する問題を抱えるご家族の人が、アルコール依存症について対応方法を学び、同じ悩みを持つご家族と日頃の悩みや心配事を話し合う家族教室を開催します。

▶日時: 1/21(木) 13:30～15:30

▶開催場所: 福島県県北保健福祉事務所 4階 中会議室

▶参加方法: 電話で下記へお申し込みください。なお、初めて参加される人は事前に個別面談を行いますので、お早めにご連絡ください

閩福島県県北保健福祉事務所

障がい者支援チーム

☎ 024-534-4300

きぼうホットライン を実施しています

毎週水曜の午前10時から午後5時に、こころの健康電話相談「きぼうホットライン」を実施しています。専門の精神保健福祉士が相談をお受けしています。相談して ^{みょうこころまる} 34-5560 までお気軽に電話してください。



閩保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

心の悩み、ご相談を! こころの相談室

専門家(臨床心理士)が、心の悩み、不安などの相談に応じます。

▶日時: 1/22(金) ① 13:00～

② 14:00～ ③ 15:00～

▶場所: えぼか 2階 相談室4

▶申込: 完全予約制。事前に電話でお申し込みください

閩保健福祉部 保健課 ☎ 63-2782

新車 / 中古車販売 / 車検整備はお任せ下さい



福島トヨタ

くるまックス本宮店

〒969-1104 本宮市荒井字青田原 209-1

TEL:0243(63)5555 FAX:0243(63)5560



のびる
チーズ
チップス



アマビエの上生菓子
好評発売中!

★ ぬか茂 ★



★ 疫病退散! ★

営業時間: [火～土] 8:00～18:45 [日] 8:00～18:00
定休日: 毎週月曜日(祝日の場合翌日)
〒969-1126 福島県本宮市本宮字馬場 98
☎0243-34-2203 FAX 0243-34-1831



1月4日(月)
からスタート!

市へ提出される申請書・届出などの 押印が省略できるようになりました!

※一部例外あり

市への申請・届出などがより簡単に!

市では、市民や事業者の皆さんの利便性の向上と、申請や届出などに伴う行政手続きの簡素化に向けて、1月4日(月)から押印の省略を実施しました。

市の判断で押印の要否を決定できる申請書や届出などで、自署、もしくは記名により押印が省略できます。

国や県の法令などにより押印が義務付けられているものについ

ては、押印省略ができませんのでご注意ください。(下記「押印省略の例外」を参照)

市役所で各種手続きをされる場合、押印が必要なものが混在していますので、当面の間、これまでどおり印鑑をご持参ください。



押印省略の例外 (従来どおり押印が必要なもの)

- 国および県の法令・条例・通知などにより押印が義務付けられているもの
- 契約事務関連書類 (契約書・請求書 など)
- 印鑑証明書の添付が必要なもの など



閩総務政策部 総務課 ☎ 24-5301

20歳になったら国民年金

国民年金は、老後やいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた制度です。また、国民年金は20歳以上60歳未満の人は加入することが義務付けられています。

20歳になった人には、日本年金機構から資格取得のお知らせが届きます。その後、1週間から2週間後に年金手帳が送付されます。(厚生年金・共済年金加入者を除く)

本人が
65歳になったとき

老齢基礎年金

10年以上納付した人が65歳から受け取る老後のための年金です。

病気やケガで
障害が残ったとき

障害基礎年金

加入中、病気やケガが原因で障害が残ったときのための年金です。

もしも
亡くなったとき

遺族基礎年金

加入中の人が亡くなったときの遺族のための年金です。

3つのメリット

- ①生涯にわたって受け取れます
- ②物価変動など経済変化に対応しています
- ③保険料の納付免除・猶予制度があります

閩東北福島年金事務所 ☎ 024-535-0141

水道工事はお任せ! 本宮市水道工事指定店会

- オオナミ (株) (33-10001)
- 本宮市高木戸崎63番地3
- (有)光設工業所 (33-18995)
- 本宮市青田字孫市2番地25
- (株)小山設 (33-30301)
- 本宮市本宮字仲町39番地
- (有)須藤住機工業 (34-55588)
- 本宮市本宮字小幡33番地1
- (株)タカマツ (33-5242)
- 本宮市本宮字一ツ屋12番地7
- (有)浜野和水道 (33-27888)
- 本宮市本宮字塩田49番地2
- (有)本宮設備 (33-25992)
- 本宮市本宮字南町1-44番地1
- (有)三和設備 (44-4542)
- 本宮市和字作田3番地1

TOTOリモデルクラブ

水まわりのトラブル 不便解消 修繕
リフォーム 配管 快適生活



株式会社 タカマツ 33-5242

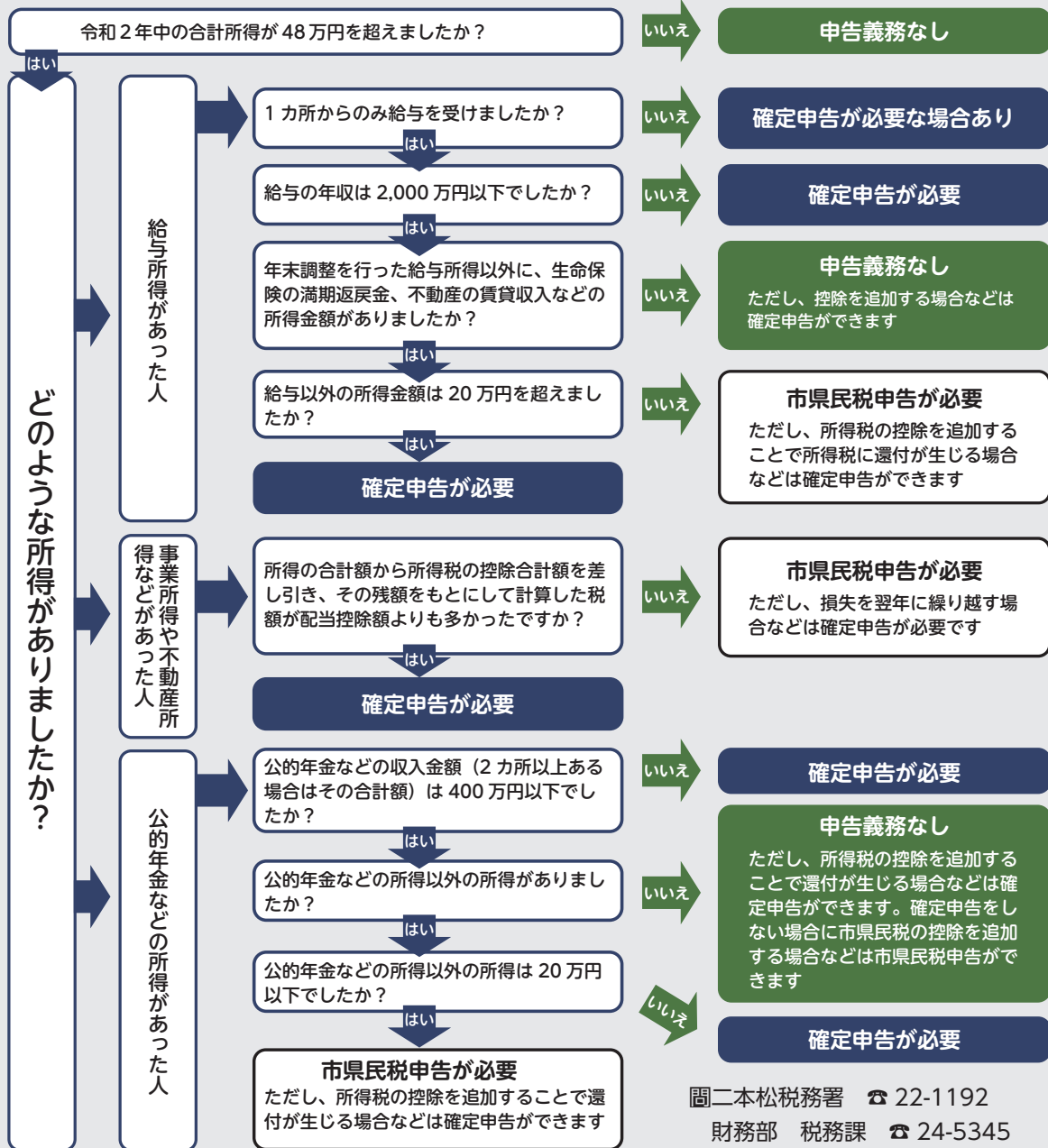
もとみや おおたま にほんまつ みはる 上下水道工事指定店



2月10日(水)から確定申告がスタート

令和2年分の所得税や市県民税の申告時期が間近になりました。申告が必要な人は、1月下旬に各戸へ配布される「申告受付日程表」をご確認の上、各地区の指定日時に申告会場へおいでください。新型コロナウイルス感染防止のため、申告会場ではマスクの着用をお願いします。

申告が必要かチェック!



閩二本松税務署 ☎ 22-1192
 財務部 税務課 ☎ 24-5345
 白沢総合支所 地域振興課 ☎ 44-2113

洋服お直しお任せ下さい

スソ上げ・ウェスト直し・袖丈直し
 着丈直し・ファスナー交換・かけはぎ
 etc...。お気軽にご相談下さい。



白岩小学校前 **ワタナベ洋服店**

本宮市白岩字馬場 178-1 ☎44-2427

InnoCent 美容室 イノセント ☎0243-34-6030

ご来店時にはマスクの着用をお願いします

感染予防対策として！！しばらくの間、毎週月・金カットデーをご予約制にさせていただきます
 カットデー 1,600円 (シャンプー・ブロー込み) ロング+300円
 ●カット 3,300円 (優待券、広報を見た!で 2,200円)
 ※カラー・パーマについては、お電話でお問い合わせください
 ♀女性限定メニューになります
 本宮市本宮字館町 199-1 毎週水曜定休 感染予防対策中!!!

広告

ごみの収集を行います

1月11日(月) 成人の日

通常通り、ごみの収集を行います。ただし、もとみやクリーンセンターへの個人搬入はできませんのでご注意ください。

ごみの収集を休みます

2月11日(木)～13日(土)

祝日および定期点検整備

上記期間中は、ごみの収集を行いませんので、ごみステーションにごみを出さないようご協力をお願いします。

個人搬入のお休み

2月1日(月)～28日(日)

上記期間中は、施設点検整備のため、もとみやクリーンセンターへの個人搬入はできませんのでご注意ください。

もとみやクリーンセンター

☎ 33-5499

市民部 生活環境課 ☎ 24-5362

白沢総合支所 市民福祉課

☎ 44-2114

産業廃棄物処理施設の事前協議書の提出がありました

福島県東北地方振興局へ福島県産業廃棄物処理指導要綱に基づく産業廃棄物処理施設等設置事前協議書の提出がありましたので、お知らせします。当該事前協議書の概要は下記のとおりです。

1. 協議者：本宮市本宮字万世 212 番地 本宮市長 高松 義行 (指定管理者 一般社団法人 本宮堆肥生産組合 (白沢有機センター))
2. 設置場所：本宮市長屋字館 1 番地
3. 産業廃棄物処理施設などの種類および処理能力：産業廃棄物の堆肥化施設 12.9 トン/日

福島県東北地方振興局
県民環境部 環境課
☎ 024-521-2722

餅などによる窒息事故に注意！

例年1月は、窒息事故が多くなります。窒息事故は高齢者に多く、約9割を占めています。餅を食べる際には次の点に注意しましょう。



餅を食べる際の注意点

- 食べやすい大きさにする
- ゆっくりよく噛んでから飲み込む
- 先に飲み物や汁物を食べて、喉を潤しておく

万が一の時は 119 番通報と背部叩打法など応急手当が必要です！

背部叩打法 (はいぶこうだほう)

患者の後ろから、手のひらの基部で、左右の肩甲骨の中間当たりを力強く何度も叩きます



詳しくはこちら



亶安達地方広域行政組合 南消防署 ☎ 33-2875

暮らし 無戸籍者でお困りの人へ

戸籍に記載されていないために、各種行政サービスが受けられないなどでお困りの方は、最寄りの法務局や市の戸籍担当窓口にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。

相談窓口でお話を聞いた上で、お一人お一人に寄り添いながら、法務局または市の戸籍担当職員が、手続きをご案内します。また、戸籍がない人の情報を知っている人からの情報提供もお待ちしております。

詳しくは、法務省のホームページをご覧ください。



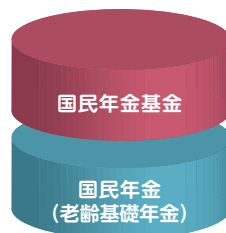
亶福島地方法務局

戸籍課 ☎ 024-534-1933

(受付時間 /8:30 ~ 17:15 土曜、日曜、祝日を除く)

市民部 市民課 ☎ 24-5341

暮らし 基礎年金にプラス！国民年金基金



国民年金基金は、自営業、農業などの国民年金の第一号被保険者の皆さんがゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乗せする公的な年金制度です。いろいろな給付タイプを現在の状況や将来設計に合わせて選ぶことができます。受給前や保証期間内の死亡の際、ご家族に一時金が支給される保証を選択することもできます。

また、掛金は税制面で優遇されます。

亶福島県国民年金基金

☎ 0120-65-4192

女子力 up の知活

☆草月流いけばな教室 ☆きもの教室 ☆習字教室

- ◎ジュニアコース
 - ◎女子大生・高校生特設コース (習得心得あれば海外でも強みよ)
 - ◎成人及び講師養成コース ◎ロイヤルシニアコース
- 振袖・留袖・卒業式袴・十三参り着付け承ります。

ビューティーライフ
青桐塾

本宮市本宮字一ツ屋 44-8
TEL:090-8925-6637
お気軽にお問い合わせください

小学生・中学生のためのプログラミングスクール

2019年 させたい習い事 No.1

CodeCamp KIDS

コードキャンプキッズ 本宮教室

本宮市本宮字南ノ内65-1 MARUCO ware 2F

☎0243-33-1508 受付時間:月~金 10:00~18:00

コードキャンプキッズ 本宮 検索

運営会社:株式会社ノジリ 〒969-1149 本宮市本宮字万世214-1



10月開校

無料体験随時受付中!!

お気軽にお問い合わせください



※○の中の数字は掲載ページ番号です

1月のイベント情報

市 本宮市役所 支 白沢総合支所 モコ モコステーション 白公 白沢公民館
 え えばか 夢 しらさわ夢図書館 FM FMモットコム ふ文 ふれあい文化ホール
 高公 高木公民館 白カ しらさわカルチャーセンター

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
12/27	12/28 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	12/29 ごみの収集を休みます	12/30 ごみの収集を休みます	12/31 ごみの収集を休みます 	1/1 ごみの収集を休みます 	2 ごみの収集を休みます
3  かんきをしよう	4 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課 篤志奨学資金・遠藤輝雄奨学基金の奨学生募集⑩（～ 3/31） ふれあい書き初め大会 10:00～ 白公	5 新春企画・おたのしみ本の福袋⑭ 夢（～ 1/31）	6	7	8 へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～ 11:43 FM	9
10 令和3年消防出初式 9:30～ 令和3年成人式 白カ 13:30～ 	11 ごみの収集を行います⑬	12 放課後児童クラブの児童募集⑩（～ 1/22） 14:00～ 18:00	13 ボディメイクスクール え 13:30～ 14:30	14 就職相談会⑯ モコ 13:00～ 16:00 1歳6カ月児健診 え 13:00～ 13:30	15 親と子の健康相談⑰ え 10:00～ 10:15～ 10:30～ 10:45～	16  マスクをしよう
17	18 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	19 	20 水道メーターの検針⑳（～ 1/25） 3歳児健診 え 13:00～ 13:30	21 アルコール家族教室⑳ 13:30～ 15:30	22 へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～ 11:43 FM こころの相談室㉑ え 13:00～ 14:00～ 15:00～ 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会⑭ 夢 11:00～ 11:20	23 弁護士によるB型肝炎特措法無料電話相談会⑯ 10:00～ 15:00
24 県立テクノアカデミー個別相談会⑯ 10:00～ 15:00 ドリームおはなし会⑭ 夢 11:00～ 11:45	25 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課 ボディメイクスクール え 13:30～ 14:30	26	27 新春ミニ街頭献血⑯ え 9:00～ 12:30	28  てをあらおう	29	30
31	2/1 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課 食の力講座⑯ え 13:30～ 14:30 もとみやクリーンセンターへの個人搬入を休みます㉒（～ 2/28）	2/2	2/3 	2/4	2/5	2/6  うがいをしよう

皆さんの善意

ご寄付ご支援に感謝します

▽株式会社東北イノアック
 ・食器洗浄用スポンジ

お詫びと訂正

広報もとみや12月号6ページ「令和2年度の上半期財政運営状況」の記事で、基金名「未来育成基金」の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

編集後記

例年とは異なる環境下で幕を開けた2021年。皆さんはどのような正月を過ごされましたか？表紙にあるように、一人ひとりが笑顔輝く爽りある一年になることを願っています。

さて、2月号より新コーナー「もとみやの数字」がスタートします。数字を知ると、知らなかった本宮に出会えるかもしれません。コロナで増えたおうち時間を活用して、家族みんなを考えてみてくださいね。正解者には抽選でプレゼントもありますよ！
 今年も「広報もとみや」をどうぞよろしくお願ひします
 (三)



今月の納期

■納期限 2月1日(月)

- ・市県民税(4期)
- ・国民健康保険税(7期)
- ・介護保険料(7期)
- ・後期高齢者医療保険料(6期)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、納付が困難な場合は、随時納付相談を行っていますので下記へお問い合わせください

閩財務部 税務課 ☎24-5347

人口と世帯

・令和2年12月1日現在

本宮市現住人口・世帯数

総人口	30,252人	(-11)
男性	14,915人	(-20)
女性	15,337人	(9)
世帯数	10,736世帯	(-1)

前月比
カッコ内は

11月の自然増減 -19
11月の社会増減 8
その他職権など 0

※自然増減：出生数と死亡数の差
※社会増減：転入数と転出数の差
※国・県の公表結果と異なる場合があります

交通事故発生状況

・令和2年11月1日～11月30日

	件数	死者	傷者
本年	5(67)	0(0)	5(80)
前年	11(70)	0(1)	11(80)
増減	-6(-3)	0(-1)	-6(0)

郡山北警察署本宮分庁舎より
カッコ内は1月からの集計

定住促進住宅の募集

階	募集戸数	間取り	家賃(月額)	駐車場使用料(月額)
5階	2	6畳2室、4.5畳1室、DK	3万円	2千円/台
4階	3		3万4千円	
3階	2		3万8千円	
2階	1		4万円	
1階	1			

住宅名：本宮市定住促進住宅「サン・コーポラスしらさわ」

所在地：本宮市糠沢字小田部19番地1

建設年：平成6年

※入居を希望される人は、入居基準の確認および必要書類の提出が必要ですので、下記へお問い合わせください

※なお、市営住宅の募集は行っていません

閩建設部 建設課 ☎24-5393

漏水当番表

修繕受付時間 8時30分～17時

上記以外の時間帯は、メーターボックス内の水抜栓で仮止めしてください。

1日(金)	(有)光設工業所 ☎33-1895	23日(土)	(有)光設工業所 ☎33-1895
2日(土)	(株)小山設備 ☎33-3031	24日(日)	(株)小山設備 ☎33-3031
3日(日)	(株)タカマツ ☎33-5242	30日(土)	(株)タカマツ ☎33-5242
9日(土)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357	31日(日)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357
10日(日)	(有)三和設備 ☎44-4542	2月6日(土)	(有)三和設備 ☎44-4542
11日(月)	(有)浜野和水道 ☎33-2788	2月7日(日)	(有)浜野和水道 ☎33-2788
16日(土)	(有)本宮設備 ☎33-2592	2月11日(木)	(有)本宮設備 ☎33-2592
17日(日)	オオナミ(株) ☎33-1001 ☎33-2412	2月13日(土)	オオナミ(株) ☎33-1001 ☎33-2412

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ

日曜・休日の当番医

9時～11時30分 14時～16時30分

定期的な診察や予防接種など緊急性のない受診はご遠慮ください。

1月1日(金)	土川内科小児科【小児】 (二本松市槻木) ☎22-6688	1月17日(日)	(医)博愛会 東和クリニック ☎66-2122 【小児】(二本松市針道)
	整形外科内科リウマチ科 小林医院(二本松市根崎) ☎22-0682		(医)辰星会 柘病院 (二本松市本町) ☎22-2828
	(医)落合会 東北病院 【精神】(本宮市青田) ☎33-2588		(医)青木整形外科医院 【整形】(二本松市榎戸) ☎22-3103
1月2日(土)	(医)渡辺クリニック【小児】 (本宮市高木) ☎34-3311	1月24日(日)	(医)佐藤内科胃腸科医院 【小児】(二本松市油井) ☎22-0174
	(医)安斎内科胃腸科医院 (二本松市若宮) ☎22-3001		(医)慈久会 みずのクリ ニック(二本松市根崎) ☎23-5158
	さくらクリニック (二本松市藤之前) ☎62-3931		—
1月3日(日)	(医)よしだこどもクリニック【小児】 (本宮市高木) ☎34-6418	1月31日(日)	(医)社団法人実生会 土川産婦 人科医院【小児】(二本松市松岡) ☎22-0035
	二本松ウイメンズクリニック (二本松市亀谷) ☎24-1322		本宮市国保白岩診療所 (本宮市白岩) ☎44-2008
	(医)しかの眼科【眼】 (二本松市油井) ☎62-2520		(医)菊慈会 きくち整形 外科【整形】(二本松市油井) ☎23-2627
1月10日(日)	(医)上遠野内科医院 【小児】(本宮市本宮字荒町) ☎33-5866	2月7日(日)	(医)よしだこどもクリニック 【小児】(本宮市高木) ☎34-6418
	(医)辰星会 柘記念病院 (二本松市住吉) ☎22-3100		二本松ウイメンズクリニック (二本松市亀谷) ☎24-1322
	—		—
1月11日(月)	かさい小児科クリニック 【小児】(二本松市油井) ☎22-8800	2月11日(木)	土川内科小児科【小児】 (二本松市槻木) ☎22-6688
	東雲堂内科・循環器内科 クリニック(二本松市岳温泉) ☎24-2830		(医)渡辺クリニック (本宮市高木) ☎34-3311
	—		—

休日・夜間の救急医療機関

◎夜間(18時～翌日8時) ●休日(8時～翌日8時)

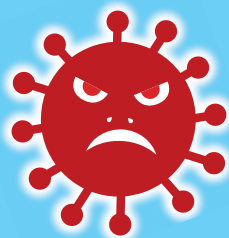
月	1月																														
	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
柘記念病院			●			○				●				○				○			○					○					○
柘病院		●					○					○						●		○				○				○			
谷病院					○					○	●			○							○				○				○		●
二本松病院	●			○				○						○							○			○						○	

月	2月														
	日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
柘記念病院			○				●					○			○
柘病院	○			○				○			●				
谷病院					○				○			○			
二本松病院	○				○				○					●	

病院群輪番制は、休日または夜間における入院治療を必要とする重症救急患者の医療確保を目的に、安達管内の病院(上記の4病院)が輪番制で診療にあたるものです。診療については、事前に病院へお問い合わせください。

柘記念病院 ☎22-3100 柘病院 ☎22-2828
谷病院 ☎33-2721 二本松病院 ☎23-1231

新年も家族で徹底!! 感染予防で静かに過ごす



食事の際は、下記の点を守りましょう!

食事中も
会話のときは、
マスクを着用

換気を
しっかり!

個々の
お皿で!

ジグザグに
座って
飛沫を回避

適度の保湿
も大切



※少人数で、できるだけ短時間で食べましょう

【誹謗中傷などは絶対にやめましょう!】

現在、全国的に新型コロナウイルス感染症に関する誹謗中傷が見受けられています。私たちは、東京電力福島第一原子力発電所の事故による風評被害で、大変つらい思いを経験しています。あの思いを決して繰り返してはいけません。私たちが今すべきことは、徹底した感染症対策です。感染予防を徹底し、誹謗中傷などは絶対にやめましょう!

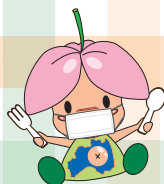
県では、新型コロナウイルス感染症に関する誹謗中傷などの防止を呼びかけ、共感の輪を広げるため、皆さんの優しさや励ましの気持ちをハートにして届ける特設サイトを開設しました。「優しさは、心を結ぶ」を合言葉に、この感染症を乗り越えていきましょう。

福島県 優しさは心を結ぶ

検索



QRコードからも
ご覧いただけます



本宮市

食べて得得!! キャンペーン

令和3年5月31日(月)まで実施中

キャンペーン加盟店は感染防止のため、
新しい生活様式に取り組んでいます



キャンペーン
の詳細はこちら

※もとみや市民エール商品券の利用期限は、令和3年1月31日(日)までです。
忘れずにご利用ください

問 産業部 商工観光課 ☎ 24-5382 本宮市商工会 ☎ 33-2541

スマホへ広報紙を配信



マチイロ

ダウンロードはこちらから



読み上げ機能付きはこちら!

右のQRコードからダウンロードできるアプリ「カタログポケット」では、音声読み上げのほか、さまざまな言語で広報もとみやをご覧いただけます。



Google Play 版



App Store 版