

もっと

「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

# 広報もとみや

2024  
Jun.  
No.209

6



災害に備えて、

いまからはじめる防災

## 目次

03

**特集** 災害に備えて、いまからはじめる防災

06 注目記事①

本宮市春まつり・もとみやロードレース大会

07 注目記事②

市内小学校運動会

08 注目記事③

熱中症・食中毒対策

09 全国・東北大会出場者のご紹介

10 ふるさと納税

11 令和5年度下半期 財政運営状況

12 まちの話題

15 エイミーとの英国散歩

16 私の随想録

17 本高通信 / 学校ひろば

18 本宮の書齋から

19 保健課だより

22 情報なび

29 イベントカレンダー / 寄付

30 しらさわファンクラブ /

本宮市長 今月の「いとおかし」こと事

## 今月の表紙

今月の表紙は、「災害に備えて、いまからはじめる防災」です。

表紙は、「自分にあった避難行動＝マイ避難」を作る国分さんご家族の様子です。

今年も大雨による災害が発生しやすいとされる出水期を迎えました。災害時には、避難することが何よりも大切です。

令和元年東日本台風からまもなく5年が経過するにあたり、改めて防災に対する意識を高め、災害への備えをお願いします。

特集では、一人一人が今からできる災害への備えを紹介しています。災害から命を守るため、早め早めに備えを進めていきましょう。



## ご意見・ご提案をお寄せください

市では、市政全般や窓口サービスなどへのご意見を、以下の方法で受け付けています。



市ウェブサイト



本宮 ご意見

検索



FAX

FAX:0243-34-3138  
(秘書広報課宛)



郵便

〒969-1192  
本宮市本宮字万世 212 番地  
本宮市役所 秘書広報課宛



提案箱

市役所、総合支所、えぼか、中央公民館等に提案箱と用紙を設置しています。

## 本宮市公式ウェブサイト

くらしに関わることや、イベント・観光、施策に関する情報を発信しています。

本宮市

検索



## 防災行政無線放送

行政情報と有事の際の災害情報をいち早くお知らせするため、防災ラジオを通して、防災行政無線を放送しています。定時放送は毎日、朝6時45分と夜18時55分の2回です。

## 本宮市公式 SNS



[LINE]

興味のある情報が届きます。

LINE アプリで『本宮市』と検索し、友だち追加してください。



[Instagram]

本宮の素敵な写真を紹介。

Instagram で『@motomiya\_city\_fukushima』と検索し、フォロー。



[Facebook]

市の最新情報をお知らせします。

Facebook で『本宮市役所』と検索し、いいね！してください。



[YouTube]

市政情報や観光情報を動画で配信。

YouTube で『本宮市』と検索し、公式チャンネルを登録。

## 市政広報番組

FM モットコム・ラジオ福島で市政情報を発信しています。

FM

みんなで作るみんなのラジオ  
Mot.Com 77.7MHz

【へそのまち まゆみちゃん情報コーナー】

毎月第2・第4金曜日 11:30～11:43

rfc  
ラジオ福島

1098kHz/  
90.8MHz

【本宮市民ニュース】

毎月第1・第3土曜日 8:35～8:40

## NHK データ放送

①テレビのチャンネルをNHKにします。→②リモコンの d ボタン を押します。→③矢印キーで「新型コロナウイルス（福島）・防災・生活情報」を選び、「決定」ボタンを押します。→④矢印キーで「市町村からのお知らせ」を選び、「決定」ボタンを押すと閲覧できます。

# 災害に備えて、いまからはじめる防災

今年も台風や集中豪雨によって水害が発生しやすい時期、いわゆる“出水期”を迎えました。

また、今年で令和元年東日本台風から5年が経過します。

過去の災害を忘れず、教訓として早めに行えることをはじめていきましょう。

## ■雨による災害で注意すべきこと

～それぞれの災害の特徴を防災マップで確認しておきましょう～

### 川から水が溢れる



川や水路などには  
絶対に近づかない！

### 斜面が崩れる



がけ地や斜面には  
絶対に近づかない！

### 道路が冠水する



線路や道路の下などを  
通行する際は要注意！

## 災害への備え、できていますか？

～自分の命を守るためにできることから進めていきましょう～

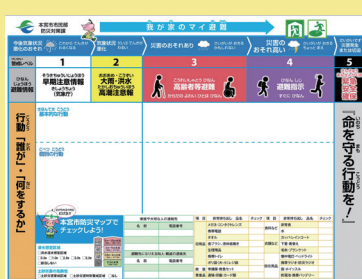


▲▼出前講座でマイ避難を作る白岩7区自主防災会



圏市民部 防災対策課 ☎ 24-5365

●マイ避難の作成を支援しています  
市では、行政区や自主防災組織での出前講座などに  
伺い、マイ避難の作成を支援しています。



防災マップ2022の  
8～10ページを参考に  
作ってみよう！



家族や親戚と話し合い  
「マイ避難を作成しよう」  
災害から命を守るために一番大切なことは避難することです。  
しかし、災害が差し迫った状況で「いつ」、「どこに」、「どのように」避難するか判断するのは簡単ではありません。  
いざという時に的確に避難できるよう事前に自分に合った避難行動「マイ避難」を作成しておきましょう。

家族や親戚と話し合い

「マイ避難を作成しよう」

### 災害情報ツールなど

- 防災ラジオ
- 携帯電話
- 乾電池
- モバイルバッテリー



### 安全装備品など

- 懐中電灯
- 雨具
- ヘルメット
- 軍手



### 医薬品類

- 常備薬
- 歯ブラシ
- マスク
- 生理用品



防災マップ2022の  
13ページも参考に  
考えてみよう！



### 貴重品

- 現金・預金通帳
- 健康保険証
- 印鑑
- 免許証



### 食料類

- 非常用食品
- 飲料水
- 離乳食
- 粉ミルク

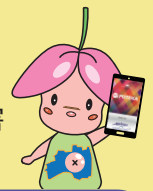


口頃から準備・点検  
「持出品と備蓄品を確認しよう」  
災害時には、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまふことが想定されます。  
いざという時に安全に避難できるよう口頃から非常時の持出品や備蓄品を確認しておきましょう。

口頃から準備・点検

「持出品と備蓄品を確認しよう」

# 気象情報や災害情報の取得方法を知っておきましょう！



的確なタイミングで避難するためには、気象情報や災害情報を入手することが大切です。

情報はさまざまな方法で取得することができますので、今のうちに取得方法について確認し、災害時に生かせるようにしましょう。

## ■ POTEKA (ポテカ) 【本宮市】

ポテカとは、小型気象計が観測した情報をウェブサイトやスマートフォンアプリで簡単に見ることができるサービスです。市では、令和4年から市内7カ所に気象計を設置しています。職場や外出先から自宅や学校付近の気象状況をリアルタイムに確認できます。

### 【観測できる情報】

気温・湿度・風速・1時間雨量・連続雨量など

### 【閲覧方法】

専用のウェブサイトやスマートフォンアプリで閲覧できます。

【ウェブサイト】



【スマートフォンアプリ】  
Android iPhone



## ■ 福島県防災アプリ 【福島県】

今年4月から運用が始まったスマートフォンアプリで、登録することで気象警報や避難情報、避難所情報などの通知がタイムリーに届きます。

### ● 主な機能

- ・各種防災情報の通知
- ・マイ避難の作成・登録
- ・洪水や土砂災害ハザードマップなどの閲覧
- ・現在地周辺の避難所情報の確認
- ・グループ登録したユーザー間の安否情報の共有

Android



iPhone



## ■ NHK データ放送 「dボタン」【NHK】

テレビのリモコン「dボタン」で災害時に役立つ避難情報や避難所開設情報、河川の水位などを簡単に見ることができます。

操作方法は、市のホームページをご覧ください。



## ■ 福島県防災ポータル 【福島県】

今年4月から運用が始まったウェブサイトで、さまざまな災害情報や防災情報を簡単に確認することができ、的確な避難に必要な情報を入手することができます。

### ● 主な機能

- ・地図上で最新の気象情報や河川の水位情報（ライブカメラ映像含む）、道路規制情報、避難所開設情報などの閲覧
- ・洪水や土砂災害ハザードマップの閲覧
- ・県や市町村からの緊急情報や防災に関するお知らせの確認

【ウェブサイト】



## 地域防災マネージャーの防災いろいろ

### ～「ポリ袋レシピ」について～

皆さん、ご飯はどうやって炊きますか？炊飯器が多数だとは思いますが、今回は災害時に役立つ洗いがほとんど出ない「ポリ袋と鍋」で炊くご飯の炊き方を紹介します。

災害が発生して停電すると大方の炊飯器は使用できなくなります。そこで、ポリ袋、お米、備蓄の水、適当な鍋、カセットコンロでご飯を炊きましょう。

この際、おかずも一緒に作ることができます。冷蔵庫にあるお肉や野菜を調味料と一緒にに入れて湯煎すれば、ほぼ洗い物なしのポリ袋レシピの完成です。その他にも専門の本やウェブサイトもありますので、のぞいてみると意外なレシピがあることに驚くことと思います。ポリ袋レシピの作り方も大事ですが、備蓄がないと何もできませんので災害に対する備蓄も忘れないようにしてください。

最後に、加熱するポリ袋レシピを作る際は、ポリ袋が「高密度ポリ袋」や「加熱可能」なものであるかを必ずご確認ください。

地域防災マネージャー **こさいひろし 小斎広志**



### ～家庭で簡単ポリ袋レシピ～

#### ■ 材料

- ・お米 1合
- ・備蓄水 180 ml
- ・高密度ポリ袋

#### ■ 作り方

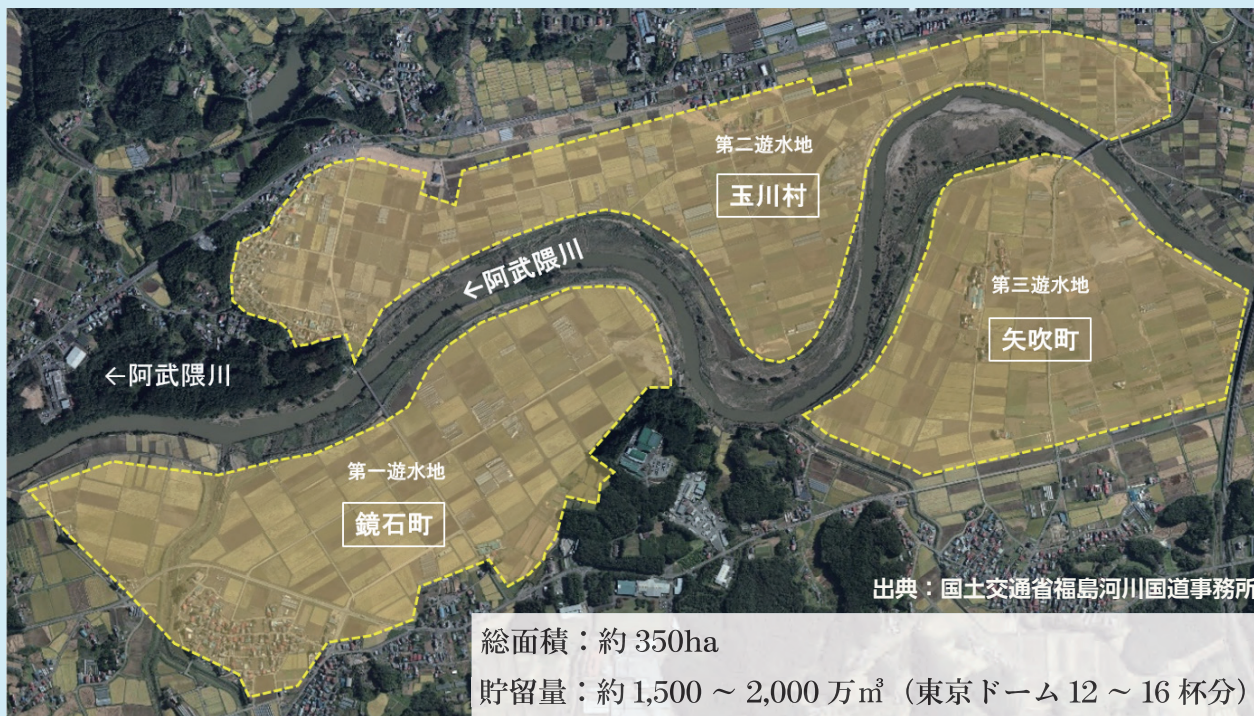
- ①お米と水をポリ袋に入れて空気を抜き、口を縛り、沸騰した鍋に入れる。
- ②コンロを中火にし25～30分程度湯煎する。
- ③ラップなどをかぶせたお皿に取り出して完成です。

# 令和元年東日本台風の被害を踏まえ、進む流域治水対策

## 新たな『遊水地』整備

国土交通省は、令和元年東日本台風の甚大な被害を受け、阿武隈川上流域の鏡石町、矢吹町、玉川村に遊水地の整備を進めています。遊水地の整備には、多くの家屋の移転や広大な土地が必要となります。現在、鏡石町、矢吹町、玉川村の皆さまのご理解とご協力により、令和10年度の完成を目標に事業が進められています。

下流域に住む私たち本宮市民にとって、大きな恩恵を受けるこの事業の大切さを理解するとともに、遊水地整備にご協力いただいている皆さまへの感謝の心と令和元年東日本台風の災害を忘れることなく、私たちも積極的に防災・減災に取り組んでいきましょう。



### 遊水地とは？

洪水時に河川の流水を一時的に貯留するための施設です。

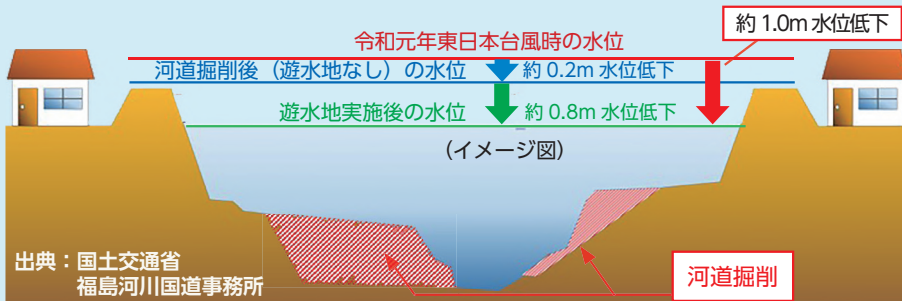
遊水地に一時的に水を貯留することで、その地域と下流域の浸水被害を軽減する役割を果たします。



### どのくらいの効果があるの？

令和5年8月時点のシミュレーション結果では、河道掘削と遊水地の整備により、阿久津水位観測所（郡山市）で約1mの水位低下が見込まれています。

※今後の調査や計画によって、数値が変更となる可能性があります。



## 給水車を1台追加、より柔軟な災害対応が可能に！

今年3月、市内に給水車1台が追加配備され、2台体制での運用となりました。

給水車は、主に災害などにより断水が発生した際に、飲料水や生活用水を供給するために使用されます。

2台体制での運用となり、本宮地区と白沢地区に1台ずつ配備したことで、これまでよりも柔軟な災害対応が可能となりました。



▲新たに配備された給水車

◀給水車による実際の給水の様子

# 本宮市春まつり



本宮市の春の風物詩「本宮市春まつり」は、もとみやロードレース大会の前夜祭として、4月20日に開催されました。

晴天の中、本宮高等学校音楽（吹奏楽）部のオープニングアクトで幕を開けました。

ステージでは、本宮市文化団体連絡協議会の皆さんによる芸能発表や、バンドLive、ダンスステージのほか、もまねタレント「なみなな」さんによるもまねLiveステージが披露されました。

また、例年大人気のアンパンマンショーでは、ショー終了後に握手会が行われ、多くの子どもたちがアンパンマンとの握手を喜んでいました。フィナーレには、マジカルバルーンYesによるカウントダウンにより、夜空を彩る「もとみや春花火」が打ち上げられ、来場者を魅了しました。

また、4月21日には「第18回もとみやロードレース大会」が、白沢公民館・白沢体育館周辺一帯をメイン会場に開催されました。今大会は第13回以来の人数制限なしでの開催となり、例年通り28部門の規模で行われました。

ゲストランナーとして谷川真理さん、本宮市出身の橋本隆光さんが参加。当日は好天に恵まれ、約2000人のランナーによる力強い走りにより、大盛況のうちに大会を終えることができました。

## もとみやロードレース大会





和田小学校



本宮まゆみ小学校

# 市内小学校運動会

4月27日に糠沢小学校と和田小学校で、5月11日に本宮小学校、本宮まゆみ小学校、五百川小学校、岩根小学校、白岩小学校でそれぞれ運動会が行われました。



本宮まゆみ小学校



白岩小学校



本宮小学校



岩根小学校



五百川小学校



五百川小学校



白岩小学校



糠沢小学校



岩根小学校



和田小学校



本宮小学校



糠沢小学校

# 6月から始める！

問保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

# 熱中症&食中毒対策！

## 熱中症

「熱中症は真夏の気温が高い日にかかるもの」と思い込んでいないでしょうか。確かに熱中症発生のピークは7月～8月ですが、実は、発生数が増え始めるのは5月～6月なのです。

### 体を暑さに慣れさせよう！

梅雨の晴れ間、梅雨明け直後など、急に気温が上がったり、蒸し暑くなったりすると、身体がまだ高温多湿に慣れておらず、体温調節をする準備が不十分なため熱中症になりやすくなります。

熱中症の危険が高まる前に、無理のない範囲で汗をかくことが大切です。日常生活の中で、運動や入浴することで、汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。

(出典：日本気象協会推進 熱中症ゼロへ)



#### ウォーキング・ジョギング

(帰宅時に一駅分歩くなど)

ウォーキング 運動目安 30分  
ジョギング 運動目安 15分

頻度目安  
週5回



#### サイクリング

運動目安  
30分

頻度目安  
週3回



#### 適度な運動

(筋トレやストレッチなど  
適度に汗をかくもの)

運動目安  
30分

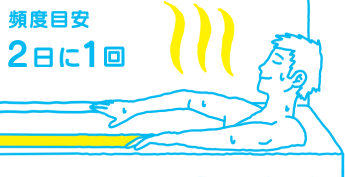
頻度目安  
週5回～毎日



#### 入浴

(シャワーだけでなく、湯船に入るもの)

頻度目安  
2日に1回



※上記はあくまで目安となります。個人の体質・体調、その日の気温や室内環境に合わせて無理のない範囲で行ってください。運動時は水分や塩分を適宜補給して、熱中症に十分注意してください。

## 食中毒

夏本番を前に、じっとりした湿気とともに気温もぐんぐん上昇する6月。食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。

### 食中毒予防の3原則

#### 1 菌をつけない

- 手や調理器具類を清潔に保つ。
- 包丁・まな板・ふきんなどの殺菌。



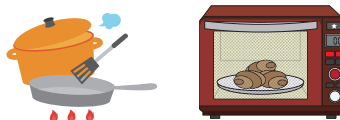
#### 2 菌を増やさない

- 適切な冷蔵保存。冷蔵庫を過信しすぎるのも禁物！
- 早めに食事をしましょう。



#### 3 菌をやっつける

- 食品の中心部に火がとおるよう  
に加熱。レンジも活用しましょう。



そのほかに、肉・魚・野菜などの食材は別々に保存し、調理の際には別々に洗いましょう。臭いや傷みが気になる場合は口にしないようにしましょう。

#### テイクアウトなどを利用するときの注意

- ▶ 購入したら持ち歩き時間は短く済ませ、できるだけ早めに食べましょう。
- ▶ 常温で放置せず、すぐに食べない場合は冷蔵庫へ。
- ▶ 帰宅後、食べる前には、必ずしっかり手を洗いましょう。



#### 観賞用植物の誤食に注意！

例年、特に春先から初夏にかけて、有毒植物の誤食による食中毒が多く発生しています。食用として植えた覚えのない植物は食べないでください。



全国で大活躍!

# 全国・東北大会出場者のご紹介

令和5年度に東北大会以上の大会などに出場した市民の皆さんをご紹介します。

※氏名は常用漢字で表記しています(順不同・敬称略) ●は国際大会・◎は全国大会・○は東北大会

## ハンドボール

- ◎全国高等学校総合体育大会ハンドボール競技 矢吹望海 後藤栄輝 橋本輝琉 矢作晁
- ◎特別国民体育大会かごしま国体 ハンドボール競技会 後藤栄輝 橋本輝琉 矢作晁
- ◎全日本学生ハンドボール選手権大会 武藤瑞希
- ◎高松宮杯第74回全日本高等学校ハンドボール選手権大会 渡辺すみれ
- ◎第47回全国高等学校ハンドボール選抜大会 佐藤玲生 佐藤詩依 加藤椎奈 佐藤華穂
- 第76回東北高等学校ハンドボール選手権大会 矢吹望海 渡辺すみれ
- 第50回東北総合体育大会ハンドボール競技 武藤瑞希 矢作晁
- 第47回東北高等学校ハンドボール選抜大会 佐藤玲生 佐藤詩依 加藤椎奈 佐藤華穂

## 野球

- 2024 桃城盃軟式少年野球大会 伊藤利玖
- 2024 台北市棒球協会盃軟式少年野球大会 遠藤蒼也 鈴木和空
- ◎第31回全日本古希軟式野球大会 菅野吉三
- ◎NPB ガールズトーナメント 2023 全日本女子学童軟式野球大会 佐久間優羽
- ◎第45回全国中学校軟式野球大会 松井翔湧 鈴木結大
- ◎第4回お伊勢さん杯・PRIDE JAPAN 全国選抜学童軟式野球大会 佐藤佑咲
- ◎第7回 CBS 少年軟式野球「6年生選抜大会」全国大会 佐藤佑咲
- ◎第32回ヤングリーグ春季大会 三菅真輝 菅野翔真
- ◎文部科学大臣杯第15回全日本少年春季軟式野球大会 鈴木結大
- 第26回北日本還暦軟式野球大会 本宮まゆみクラブ
- 第15回北日本古希軟式野球大会 本宮まゆみクラブ
- 第52回荒鷲旗争奪東北中学校野球大会 松井翔湧
- 第46回東北早起き野球大会 渡辺歩夢
- 第4回「東松島市長杯」CBS 少年軟式野球「6年生東北大会 2023」 遠藤蒼也 鶴巻颯斗 伊藤利玖 宍戸彪雅 国分敦史 佐久間優羽 二瓶新 小山弾久 伊藤来門 国分理人 鈴木和空

## ソフトボール

- ◎第44回全日本クラブ女子ソフトボール選手権大会 白石璃奈
- ◎第38回全日本壮年ソフトボール大会 渡辺隆司
- 第43回東北クラブ女子ソフトボール選手権大会 白石璃奈

## 空手

- ◎第50回全国高等学校空手道選手権大会 遠藤涼
- ◎第15回全日本空手道選手権 鈴木結陽
- ◎文部科学大臣杯第65回小学生・中学生全国空手道選手権大会 柴原侑希 陳野重亮 渡辺日葵 斎藤明日香 加藤葵
- 第45回東北高等学校空手道選手権大会 遠藤涼
- 第50回東北地区空手道選手権大会 陳野重亮 板橋凜 斎藤宗一郎 斎藤明日香 渡辺日葵 加藤葵 菊田広太郎 武田樹希也 根本遥貴 林琉斗

## 卓球

- ◎全農杯 2023 年全日本卓球選手権大会 原鳳芽 小沢佑真
- ◎全国高等学校総合体育大会卓球競技大会 兼谷彩音 原夢璃
- ◎第42回全日本クラブ卓球選手権大会 本宮卓球クラブ(男子)(女子)
- ◎第41回全国ホープズ卓球大会 本宮卓球クラブ(男子)
- ◎特別全国障害者スポーツ大会かごしま国体 村山洋太
- ◎第36回全国ラージボール卓球大会 鈴木久美子
- ◎第21回全国ホープズ選抜卓球大会 原鳳芽 小沢佑真

## バスケットボール

- ◎特別全国障害者スポーツ大会かごしま国体 遠藤晴空
- ◎第76回全国高等学校バスケットボール選手権大会 押山悠大
- ◎高松宮記念杯第6回全日本社会人バスケットボールプレミアムチャンピオンシップ 松尾達樹
- ◎第6回全日本社会人バスケットボール選手権大会 平龍太郎
- 第50回東北総合体育大会バスケットボール競技 遠藤晴空
- 第78回東北高等学校男女バスケットボール選手権大会 押山悠大
- 第6回全日本社会人バスケットボール選手権大会 平龍太郎

## ミニバスケットボール

- 第43回東北ミニバスケットボール交歓大会 本宮ミニバスケットボールスポーツ少年団

## 柔道

- ◎第54回全国中学校柔道大会 石塚文也 佐久間篤
- ◎全国高等学校総合体育大会柔道競技大会 斎藤翔輝
- ◎第46回全国高等学校柔道選手権大会 斎藤翔輝
- 第46回東北中学校柔道大会 石塚文也 佐久間篤

## バドミントン

- 第75回東北バドミントン選手権大会 大寺真史

## 硬式テニス

- 第64回東北高等学校テニス選手権大会 日向冬羽
  - 第45回東北ジュニアテニス選手権大会 日向冬羽
- ## ソフトテニス
- ◎第40回全日本小学生ソフトテニス選手権大会 伊藤小都花
  - ◎第58回全日本私立高等学校選抜ソフトテニス大会 辻本泰知
  - ◎第49回全日本高等学校選抜ソフトテニス大会 辻本泰知

## バレーボール

- ◎第43回全日本バレーボール小学生大会 白沢トリニティ JVC
- ◎第26回全国ヤングバレーボール大会 渡辺花音

## ドッジボール

- ◎2023 JDBA 全日本総合選手権 正木愛結
- ◎第10回全日本女子総合ドッジボール選手権 正木愛結

## ラグビーフットボール

- ◎KOBELCO CUP 2023 第19回全国高等学校合同チームラグビーフットボール大会 遠藤祥輝
- 第74回東北高等学校ラグビーフットボール大会 遠藤祥輝

## ブレイクダンス

- ◎第5回全日本ブレイキン選手権 長沼凜
- ◎JAPAN BREAKIN CUP 2023 全国大会 長沼凜

## 陸上競技

- ◎特別国民体育大会かごしま国体 小林夢(女子走幅跳)
- ◎JOC ジュニアオリンピックカップ U16 陸上競技大会 小林夢(女子走幅跳)

## 小中学校の学校教育活動に基づく大会等 調理

- ◎第23回全国中学生創造ものづくり教育フェア「あなたのおべんとうコンクール」 佐藤英奈 三戸心路

## 陸上競技

- ◎第50回全日本中学校陸上競技選手権大会 小林夢(女子走幅跳)
- 第44回東北中学校陸上競技大会 小林夢(女子走幅跳) 菅田心響(陸上100m)

## 水泳

- 第55回東北中学校水泳大会 渡辺莉緒 大橋颯介

## 卓球

- 第53回東北中学校卓球大会 兼谷遥斗

## 相撲

- 第44回東北中学校相撲大会 吉田友也



# 本宮市ふるさと納税



## ふるさと納税とは？

平成20年度に創設された「ふるさと納税（寄付）」は、生まれ育った故郷、ゆかりのある地域、思い出のある地域、大切な人がお住まいの地域を「寄付金」の形で応援できる制度です。

本宮市のふるさと納税は平成20年8月に始まり、令和5年度は、延べ3万9115人の皆さんから総額7億5065万4千円のお申し込みをいただきました。皆さんの温かいお気持ちに、心より感謝申し上げます。いただいたご寄付は、ご厚意に添うよう本宮市の子育て支援事業や教育活動推進事業などの財源として有効に活用させていただきます。

## ふるさと納税のメリットは？

都道府県や市町村へ寄付をしていただいた場合に、ふるさと納税（寄付）額のうち2千円を超える部分について、一定の上限まで、所得税や個人住民税から控除されます。毎年12月末ま

でにご寄付いただいた分は、ワンストップ特例申請制度または翌年の確定申告で控除されることとなります。

※控除される額は、年収や寄付金額により異なります。

## ふるさと納税返礼品について

感謝の気持ちとして市の特産品の中から寄付者の方が選んだ返礼品をお送りしています。「返礼品」で市の特産品を知っていただき、さらに本宮市に興味を持っていただくことで市のPRと産業の活性化につなげていきます。

※ふるさと納税でお送りした返礼品は一時所得に該当し、年間の一時所得合計額が一定の金額（50万円）を超えた場合は課税対象となります。

## 寄付金の主な活用先

### ●学校給食支援事業

保護者の経済的負担を軽減するとともに、児童・生徒の健全な育成と食育の充実を図るため

給食費の半額支援に活用させていただきますました。引き続き、給食の質を低下させず栄養バランスのとれた美味しい給食の提供に取り組んでいきます。



### ●地域公共交通運行支援事業

市民の皆さんの「生活の足」として、誰もが安全・安心・快適に出かけられる地域公共交通のために活用させていただきます。幅広い世代の利用を見据えながら、移住・定住対策にも適応できる「どこに住んでも使える公共交通」として令和5年10月に再編しました。



## 令和5年度にいただいた寄付の使いみち

ご寄付いただく際に、寄付者の方が寄付金の使いみちを自分で選ぶことができます。

寄付者が選んだ使いみち	活用先	具体的には…
子育て・教育環境の充実	多様な保育サービス、児童・生徒の健全育成などに活用	・学校給食支援事業 ・未来担い手奨学金 ・保育所へのICTシステム導入 ・幼稚園弁当配食の試行など
社会福祉の充実	医療・福祉の充実を図るとともに、高齢者・障がい者など誰もが安心して暮らせるまちづくりに活用	・地域公共交通運行支援など
市長におまかせ	本宮市の将来像である『笑顔』あふれる『人』と『地域』が輝くまちもとみやを実現するために、市の重点事業等に活用	・公園維持管理事業 ・観光関係団体運営支援など

## ふるさと本宮市への応援をお願いします！

就職などで本宮市を離れる人や市外にお住まいのご親戚などに、ぜひ「ふるさと納税（寄付）」をPRして、本宮市を応援していただきますようお願いします。

### 各ポータルサイトがご利用いただけます

下記のふるさと納税ポータルサイトから、インターネットを通じてお申し込みから納付、返礼品の選択など一連の手続きが簡単に行えます。

- さとふる ●楽天ふるさと納税
- ふるさとチョイス ●ふるなび

☎総務政策部 秘書広報課

☎ 24-5331

※税控除や税申告について

財務部税務課 ☎ 24-5345



■詳しくは、左記QRをご覧ください

令和5年度  
下半期

# 財政運営状況 をお知らせします

下半期（10月1日～3月31日）の  
財政状況がまとまりました。

問い合わせ  
財務部 財政課 ☎ 24-5305

## 一般会計予算の概要

令和5年度の一般会計は、当初予算144億7,200万円でしたが、前年度からの繰越金が20億4,027万7千円、上半期で補正予算額16億7,329万3千円が加わり、上半期での現計予算額は、181億8,557万円でした。

下半期には、ゲストハウス整備のための補正増、ふれあい文化ホールの展示施設化のための補正増、荒井地区公民館耐震補強改修工事、長屋分館長寿命化改修工事の補正増、

しらさわグリーンパーク野球場の改修、道路維持補修事業、障がい者福祉サービス介護給付事業などの補正増、さらに既存事業の予算整理による補正減をした結果、17億8,395万2千円増となり、予算の累計は199億6,952万2千円で当初比72%の増となりました。



## 主な補正予算項目

令和5年度下半期には主に下記の事業のため補正を行いました。

### ゲストハウス整備事業

…約4,229万円

宿泊を伴う体験、交流により関係人口、交流人口の創出・拡大を図り、移住・定住を促進することを目的に本宮市ふるさと暮らし体験住宅「和暮和暮」を整備しました。



### しらさわグリーンパーク野球場長寿命化事業

…約1億5,590万円

しらさわグリーンパーク野球場の屋内照明のLED化、トイレの洋式化およびバリアフリー化、空調整備などを行いました。



### ふれあい文化ホール維持管理事業

…約2億2,020万円

ふれあい文化ホールを芸術・工芸などの展示に特化した施設に改修するため、補正を行いました。

### 荒井地区公民館耐震補強改修工事

…約2億5,872万円

耐震補強のほか、すべての部屋の段差解消、エアコンやみんなのトイレの設置などに要する経費を計上しました。



その他、特別会計・企業会計の歳入歳出状況、借入金、基金の状況について詳しくは、市のホームページで公表しています。  
<https://www.city.motomiya.lg.jp/soshiki/43/>



### 道路維持補修事業

…約1億6,180万円

市道富士内線、小田部・八幡線、荒井線など7路線を主とする道路維持工事および諸修繕工事を実施しています。

5/15

## 水素ステーションが オープンしました

24時間365日稼働に対応できる「エア・リキード本宮インターチェンジ水素ステーション」が、荒井字青田原地内（国道4号線下り沿い）に完成し、5月15日に開所式が行われました。

この水素ステーションは、走行時にCO<sub>2</sub>を排出しない水素を用いた乗用車や商用トラックなどに水素を充てんする施設であり、長距離走行に優れた次世代モビリティである水素自動車の普及のため、交通の要衝である本市に整備されたものです。

『本宮市2050ゼロカーボンシティ』に向け、電気自動車やハイブリッド車も含めたベストミックスが図られ、交通・運輸部門のCO<sub>2</sub>削減が進んでいくと期待されます。

オープン当初の営業時間は7時30分から19時30分ですが、秋ごろから24時間365日営業となる見込みです。



4/11

## 人権擁護委員 本宮地区部会の総会を開催

4月11日、福島人権擁護委員本宮地区部会の総会が、市役所で開催されました。総会では、橋本広栄部会長が、「一人一人との対話や、一つ一つの行動により、多くの方々に人権の大切さを伝えていきたい」と述べました。

また、役員の変更が行われ、令和6年度の部会長に、遠藤剛さん（仁井田）が選出されました。

市内では、7人の人権擁護委員の皆さんが、人権に関する相談を受けるなどの活動を行っています。



4/10

## もとみやグレートアカデミーが 30周年を迎えました

市内の生涯学習団体もとみやグレートアカデミーは平成7年に当時の本宮町教育委員会からの依頼により始まり、今年で30周年を迎えました。

4月10日には、中央公民館で本宮市まちづくり出前講座を開催し、22人が参加しました。出前講座では、高松市長からゼロカーボンや企業誘致、人口減少対策などについての講話がありました。



4/6

## 埼玉県上尾市で 本宮市産品をPR

4月6日、友好都市である埼玉県上尾市のJR上尾駅自由通路内で「キラリ！駅 de ほっと市」が開催されました。

このイベントには、本市と本市産品のPRを目的に本宮市と市内販売業者で参加しました。

当日は、甘酒やハチミツ、加工品等を販売したほか、パンフレットを配布し、多くの来場者に本市と本市産品をPRすることができました。



4/15

### 本宮市鳥獣被害対策実施隊に 委嘱状を交付

4月15日、本宮市鳥獣被害対策実施隊の委嘱状交付式が、市役所で行われ、高松市長から実施隊22人に委嘱状が手渡されました。

本宮市鳥獣被害対策実施隊の皆さんには、本宮市における農作物をはじめとした農林水産業などの鳥獣被害防止に取り組んでいただきます。

任期は令和6年4月1日から令和8年3月31日までの2年間です。



4/14

### 春季消防連合観閲式を開催

4月14日、福島県消防協会本宮支部の春季消防連合観閲式が、本宮運動公園多目的グラウンドで開催されました。

本宮市と大玉村の消防団員ら約400人が参加し、本宮支部の定例表彰が行われました。

式典では、福島県消防協会本宮支部長の本宮市消防団渡辺団長から、「団員各位においても、地域の防災リーダーとして大きな期待が寄せられていることを自覚し、消防・防災活動により一層精励いただくようお願いしたい」と訓示がありました。



4/12

### 女性消防協力隊総会を開催

4月12日、本宮市女性消防協力隊の定期総会が、えぼかで開催されました。

総会では、武田ひろみ隊長が「私たち女性消防協力隊は『火災予防は家庭から』を合言葉に、隊活動を通して防火意識の向上に努め、地域の住民に対し、積極的な防火意識の浸透・普及を進めていきたい」と述べました。

また、今回の定期総会で本部役員が改選され、隊長に河野清香さんが選出され、新たな体制での活動が決まりました。



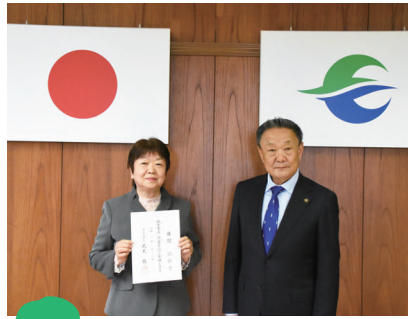
4/25

### 第46回安達地方広域行政組合 消防表彰式が行われました

4月25日、安達地方広域行政組合消防表彰式が、安達地方広域行政組合消防本部で行われ、三瓶義衛前本宮市消防団副団長と武田ひろみ前本宮市女性消防協力隊長に感謝状が贈呈されました。

三瓶前副団長は、平成3年に入団し、平成28年度から8年間、副団長を務められ、地域防災と広域消防の発展に貢献されました。

武田前隊長は、平成25年に入隊し、令和4年度から2年間、隊長を務められ、地域防災と火災予防思想の普及に貢献されました。



4/22

### 民生委員・児童委員へ 委嘱状を交付

4月22日、本宮市民生児童委員の委嘱状伝達式が、市役所で行われ、高松市長から藤間比佐子さんに委嘱状が伝達されました。

藤間さんは本宮11区の2（3班）を担当され、任期は令和7年11月30日までです。

民生児童委員は、厚生労働大臣からの委嘱を受け、担当地域内の皆さんの福祉全般の相談に応じるほか、一人暮らし高齢者宅への訪問、子どもたちの見守りなどを行います。



4/17

### 石川県能登町へ 支援物資を輸送

令和6年能登半島地震で甚大な被害を受けた石川県能登町に、4月8日から17日まで市職員2人を派遣し、災害廃棄物や被災家屋の解体業務に関する業務支援を行いました。

派遣先である能登町から避難所生活の長期化などを踏まえ、物資の支援要請があり、4月17日にペットボトル水（500ml）3,000本と間仕切りワンタッチテント30張を送りました。

支援物資は、市内の運送事業者により輸送され、翌日、無事に能登町に届けられました。



4/25

### しらさわ夢図書館が 文部科学大臣表彰を受賞

しらさわ夢図書館が、令和6年度子どもの読書活動優秀実践校・園・図書館・団体（個人）文部科学大臣表彰を受賞しました。

この表彰は、子どもが積極的に読書活動を行うよう意欲を高める活動を推進するため、特色ある優れた実践を行っている学校や図書館、団体などが受賞するものです。

しらさわ夢図書館は、旧白沢村時代の平成18年にも受賞しており、18年ぶり2度目の受賞で、本宮市としては初めての受賞となります。



4/25

### 区長会連絡協議会 令和6年度総会を開催

4月25日、本宮市区長会連絡協議会の総会が、サンライズもとみやで開催され、市内の行政区長が出席しました。

総会では、石井隆会長（本宮1区行政区長）が、「人口減少の問題を抱える中でも、各行政区と市で力を合わせて、さらに住みよいまちにしていきたい」とあいさつしました。

また、今年度の事業計画や役員選出などが審議され、会長には、引き続き石井隆会長が再任されました。



4/25

### 行政区長会議 114人に委嘱状を交付

4月25日、行政区長会議が、サンライズもとみやで開催され、市内の行政区長が出席しました。

会議では、114人の行政区長を代表して、青田戸ノ内行政区長の伊藤正宏さんに高松市長から委嘱状が交付されました。また、市から今年度の重点事業などについての説明を行いました。

地域のつながりや行政区活動の活性化に向けて、1年間よろしくお願います。



4/29

### 全国まゆみちゃん交流プロジェクト 「まゆみ姫田植えイベント」開催

4月29日、プロジェクト会員による田植えイベントを実施し、県内のほか、岩手県、東京都、静岡県から計7組の「まゆみさん」が参加し、泥だらけになりながら、笑顔で「まゆみ姫」の田植えを行いました。

当日の様子は、全国まゆみちゃん交流プロジェクトおよびコラボレーションした御稲プライマル株式会社のInstagramから生配信され、全国の会員がオンラインで応援するなど、盛り上がりを見せました。



4/29

### 危険業務従事者叙勲を受賞

第42回危険業務従事者叙勲が4月29日に内閣府より発令され、警察功労として瑞宝単光章が伊東代三郎さんに授与されました。

伊東さんは、警察官として主に交番勤務に従事し、地域の安全・安心に寄与されました。受賞に当たり伊東さんは「住民からの感謝の言葉が支えになり、最後まで務めることができた」と述べられました。



4/27

### ふるさと暮らし体験住宅 「和暮和暮」がオープン

地域の魅力発信と移住定住を促進するため整備を進めてきた「本宮市ふるさと暮らし体験住宅」（愛称：和暮和暮）が4月27日にオープンしました。

「和暮和暮」は、主に市外からの移住を検討している人や住民との交流などにより地域と関わる人を対象に、連続7日間、年間14日間まで利用できます。

施設の詳細は、「和暮和暮ホームページ」から確認できます。



# Spill the Beans エイミーとの英国散歩

こんにちは！国際交流員のエイミーです。  
今月は、イギリスのカテドラルのひとつを  
紹介したいと思います。



皆さん、カテドラル（英：cathedral）がどんなものかご存じですか？

簡単にいうと、キリスト教の宗教建築の種類のひとつで、司教・主教  
が長を務めるとても大きな聖堂です。なので、日本語では大聖堂や、司  
教座聖堂および主教座聖堂という呼び方もあります。ヨーロッパの国々  
をはじめ、キリスト教が信仰される国に多く見られる建築です。

大聖堂はイギリスにもたくさんあり、国内で有名なもののひとつは「リ  
ンカーン大聖堂（英：Lincoln Cathedral）」です。イングランドの中部  
のリンカーン市（エイミーの実家の近く！）にウィリアム1世の命令で  
建てられ、最も古い部分は900年以上前のものです。近代では、さまざ  
まな映画の背景として使われたこともあります。

リンカーン大聖堂の中に入ってある一角へ目を向けると、「ザ・リンカ  
ン・インプ（英：The Lincoln Imp）」が見つかります。インプという  
のは小鬼のような存在で、大聖堂にあるインプ像は悪魔の命令に従って  
地上に行ったが、天使に捕まって石に変えられた姿だと言われています。

もしリンカーン市を訪れたら、ぜひリンカーン大聖堂に行ってインプへ  
手を振ってください！

## イギリス

ENGLAND



### フレンドシップカフェのお知らせ

国際交流員と英会話や英国文化を学ぶ「フレンドシップ  
カフェ」を開催します。今月は、ボードゲームカフェを  
行います！初心者や親子も大歓迎です。参加は無料です。

**日時** 6/15(土) 14:00～16:00

**場所** モコステーション 2階 中会議室

**対象** 小学生以上 ▶定員：40人（先着順）

**申込** 6/12(水)までに電話か電子メールで申し込み。

〒教育部 国際交流課 ☎ 24-5303

メール：kokusai@city.motomiya.lg.jp



もとみや

令和6年度福島特定原子力施設地域振興交付金事業

もとみや夏祭り同日開催



# ビールフェスタ 2024

7.20(土) 7.21(日) 本宮市  
中條ゆめ広場  
(セブンイレブン本宮店脇)

詳細は広報もとみや7月及び回覧板等でお知らせいたします。

FM Mot.Com 77.7MHz

【お問い合わせ】

エフエム モットコム TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050 web@fm-mot.com



# 私の 随想録



今回のライター

遠藤 武士さん

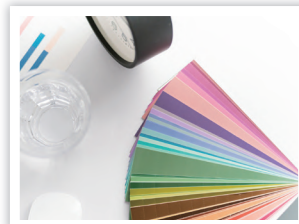
(本宮)

— Endou

— Takeshi —



一日中パソコンと向き合っているため、自然と独り言が増えます。



「好きを仕事に。笑って楽しむ。」

私は県内の広告会社でグラフィックデザイナーとして働き20年目になります。やりがいがあり充実した生活を送っています。

若い時から同じ時間を過ごすのが楽しいと感じ、笑って好きと言える仕事に就きたいと考えていました。仕事が終わり「疲れた」だけでは面白くない。疲れている時こそ「もっとやりたい」と思える仕事をしたい。「プライベートも仕事も楽しんでやる」と思ったのがきっかけです。

当時、一番興味があったのは広告業でした。専門学校に入学後、楽しさを知ると同時に難しさも知りましたが、簡単にできないことが楽しいと思える自分を発見することができました。

仕事内容は、ポスターやパンフレットなどの企画・編集・デザインを行っています。毎回違うものを求められ、頭を悩ませることも度々。しかし、初心に振り返りチャレンジ精神が生まれ、私なりに面

白さを感じています。

プライベートの時間でも関連する情報を集めることが自然となっており、広告物に目がいき、資料として手に取ってしまいます。休日であっても仕事のことを考え、楽しく思える。そこに充実感が生まれています。

また、1年半前に持病の悪化で心臓の手術をし、人工弁とバイパス手術をしました。手術が必要と告知された時はショックが大き過ぎました。生きているのが当たり前という感覚がなくなった瞬間でした。しかし、手術前後に家族・友人からの励ましがとてもうれしく勇気づけられたのを覚えています。改めて身近な人の大切さを実感しました。

これからも「どうせやるなら笑って楽しむ」をモットーに1日1日を大切に、家族・友人に感謝しつつ、プライベートも仕事も全力で楽しんでいきたいです。



# 本高通信

ココで創ろう君のミライ!



## 2024 本宮市春まつり

4月20日、本宮高校音楽部（吹奏楽）が「2024 本宮市春まつり」に参加しました。天候に恵まれ、春の日差しが降り注ぐ中、部員全員と卒業生が6曲の演奏を披露しました。

小さい子どもからお年寄りの方まで演奏を聴いた市民の方々から大きな拍手をいただきました。貴重な体験ができた充実感いっぱいの春のひとつときでした。



▲ 2024 本宮市春まつりで演奏する本宮高校音楽部



▲本宮高校音楽部 渡辺愛夢さん

～ 春まつりに参加しての感想 ～

私たちは1年生4人を迎え入れ、一緒にステージで演奏しました。良い天気の下で演奏することができ、とても嬉しかったです。1年生は初本番となりましたが、ステージを盛り上げ、迫力ある演奏をするために、一生懸命頑張ってくれました。本宮市に声を掛けていただき、こうして演奏できることはとてもありがたいです。今後も地域イベントに積極的に参加し、本宮市を盛り上げるために頑張ります。



## 学校ひろば

「学校ひろば」のコーナーでは、市内小中学校のイベントや行事などを毎月紹介していきます!

### 今月は、本宮小学校「第3校庭をリニューアルしました」

令和6年度の本宮小学校は、「考える子 思いやりのある子 やりぬく子 ～夢と希望をはぐくむ学校～」の学校目標のもと全校児童422人ががんばっています。

昨年10月から今年3月まで行われた校庭の改修工事が終了しました。

これまでの校庭とは見違えるほど、きれいな校庭に生まれ変わりました。水はけもよくなり、少量の雨ならすぐに乾いて使えるようになりました。

子どもたちは、さっそく鬼ごっこやボール遊びなどを楽しんでいます。

すでに、5月の運動会を皮切りにさまざまな行事が行われていますが、最後まであきらめない本小っ子魂を発揮して、保護者や地域の皆さまに元気をお届けできるようにがんばっていきます。

▶新しい校庭で運動会の練習



▶新しい校庭でみんな楽しく活動



RECOMMEND

今月の一冊



『犯罪心理学者は見た危ない子育て』

▶著者 出口 保行 ▶出版 SBクリエイティブ

著者は、長年、刑務所などで犯罪者の心理分析をしてきた犯罪心理学者です。本書は、犯罪者の育った家庭環境の事例とともに、子育てで気をつけるべきことについて書かれています。子育ての環境は「過保護型」、「高圧型」、「甘やかし型」、「無関心型」の4つのタイプがあり、どの家庭もいずれかのタイプに当てはまるということです。どのタイプでも、育て方が極端に偏ってしまうと、子どもは非行に走りやすくなり、どの家庭も偏りがあるが、子どもの反応を見て子育ての方向を修正できると説いています。

そのための対策や巻末にタイプ別のチェックリストがあるので自身の子育ての振り返りにも役立ちます。子育て中の保護者や子どもと関わる方、関心のある方におすすめの一冊です。

しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 中央公民館図書室 ☎ 24-1932  
どちらの窓口からも借りることができます。

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

【休館日】6月3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)

※休館日や開館時間が変更になる場合があります。ホームページや電話でご確認の上、ご来館ください。

NEW ARRIVALS

おすすめ新着本



『ビートルクス・ポター物語  
ピーターラビットと自然を守った人』

▶キャティ・ウーリー



『ひとりあそびの教科書』  
宇野 常寛



『りすねえさんの  
さがしもの』  
大久保 雨咲



『心をひらいて、  
音をかんじて』  
テウ・オン・ホルワース



『ネットいじめの現在』  
原 清治



『どっちが正しい？  
幸せになるねこ暮らし』  
獣医にゃんとす



『しあわせの高齢者学  
「古稀式」という試み』  
樋口 恵子 ほか

LIBRARIAN

公共図書館の現場から



「ぴょーん」  
／まつおか たつひで

図書室や図書館では季節に合わせた本を展示しています。本書は、今の季節のおすすめの赤ちゃん・年少児向けの絵本です。ページをめくると、いろいろな生きものが「ぴょーん」という言葉に合わせて跳び上がります。この季節、小さい子どもさんが、読み聞かせをするお母さんのそばで、「ぴょーん」の声に合わせて跳びまねをする姿をよく見かけます。

【渡辺 真理子さん / 図書館司書】

図書館(室) イベント情報

ちびっ子おはなし会

とき 6月12日(水) 10時30分~11時00分

場所 中央公民館 児童室

内容 小さい子(2才~未就学児向け)の季節の絵本の読み聞かせ、わらべうたなどをを行います。

対象 幼児(2才~)とその保護者

バリアフリー絵本のおはなし会

とき 6月23日(日) 11時00分~11時45分

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

内容 「世界のバリアフリー児童図書展」に合わせたバリアフリー絵本の読み聞かせをします。

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

赤ちゃん・妊婦さんのおはなし会

とき 6月28日(金) 11時00分~11時20分

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

内容 赤ちゃんへの絵本の読み聞かせやわらべうた、親子でのふれあい遊びなどを行います。

対象 赤ちゃん(0・1・2才くらいまで)とその保護者、妊婦さんとその家族

世界のバリアフリー児童図書展

とき 6月4日(火)~30日(日)

場所 しらさわ夢図書館内

内容 国際児童図書評議会(IBBY)によって選定された世界22カ国40作品の世界のバリアフリー児童図書を展示します。(入場無料)

## 街頭献血キャンペーンを行います

- 日時 7/6(土) 9:00～16:30
- 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。
- 持ち物 マイナンバーカードや運転免許証など(初めての方)  
献血カード(お持ちの方のみ)

### 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。輸血が必要なのは、「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。ぜひ、400ml献血にご協力をお願いします。

園保健福祉部 保健課 ☎24-5112

## 6月4日～10日は歯と口の健康週間です

### 令和6年度の標語「歯を見せて 笑える今を 未来にも」

健康な歯と口は、「おいしく食べる」「楽しく会話する」など、元気で豊かに生きていく力を支えます。「6(む)4(し)」にちなんで「虫歯予防デー」としていた6月4日からの1週間を「歯と口の健康週間」とし、歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発などを行っています。毎日の丁寧な歯磨きや歯科医院への定期受診など、この機会にお口の健康に目を向けてみませんか？

### 第13回 歯っぴーかむかむ健康フェア2024のご案内

安達歯科医師会では歯と口の健康週間にあわせて、歯っぴーかむかむ健康フェアを実施します。ぜひご家族でお出かけください。

- 日程 6/9(日)
- 開催時間 9:30～14:00
- 場所 二本松市安達公民館  
(二本松市油井字濡石3-1)

#### ■コーナー

- ・口腔がん検診(専門医による)・むしばりスクテスト
- ・お口の乾燥度を測ってみよう・お口の中を見てみよう
- ・歯垢を顕微鏡で見よう・フッ化物洗口・お口の何でも相談
- ・お口のミニ講話・歯科衛生士による歯磨き指導



園保健福祉部 保健課 ☎24-5112

## えぼかの台所

### ■えぼかの台所

#### 【食育と郷土料理について】

- ① 6/3(月) 10:00～、13:30～
- ② 6/5(水) 10:00～

#### 【夏バテ予防と食中毒予防について】

- ① 7/5(金) 10:00～、13:30～
- ② 7/8(月) 10:00～

※テーマに沿った内容の講話、調理デモンストレーションを行います。

#### ■場所 えぼか 2階調理室

#### ■定員 各教室 20～25人

#### ■申込

電話または申し込み用紙を記入の上、保健課へ提出。締め切りは各実施日の一週間前まで。

#### 【体力維持と低栄養について】

- ① 9/2(月) 10:00～、13:30～
- ② 9/6(金) 10:00～

#### 【メタボ予防について】

- ① 10/4(金) 10:00～、13:30～
- ② 10/9(水) 10:00～

#### ■参加費 無料

#### ■持参物 筆記用具

※発熱、体調不良などがある場合は参加を見合わせてください。

園保健福祉部 保健課 ☎24-5112



## 保健課だより

### きぼうホットライン 電話相談

毎週水曜日の10時から17時に、こちらの健康電話相談「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ます。相談して34-5560までお気軽にお電話ください。

相談は無料、秘密は厳守します。

園保健福祉部 保健課 ☎24-5112

### 親子の健康相談

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。電話で申し込み)

- ▶日時: 6/7(金) ① 10:00～  
② 10:20～ ③ 10:40～

▶場所: えぼか 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)

園保健福祉部 保健課 ☎24-5152

### 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: 6/24(月) ① 13:00～  
② 14:00～ ③ 15:00～

▶場所: えぼか 2階 相談室

▶申込: 6/7(金)から受付。予約制。事前に電話で申し込みください。

園保健福祉部 保健課 ☎24-5112

### 塩分測定 してみませんか？

毎日、ご自身が飲んでいる味噌汁、スープなどに含まれている塩分を測定してみませんか。塩分の摂取が多い状況が続くと高血圧を発症します。

- ▶日時: 6/5(水)、8/7(水)、10/2(水)、12/4(水)、令和7年2/5(水)  
10:00～11:00

▶場所: えぼか 1階イベント広場

▶持参物: 100cc程度の味噌汁、スープなど液体を容器に入れて持参ください。

塩分測定後に、本宮市食生活改善推進員より、減塩、高血圧予防などの説明があります。

園保健福祉部 保健課 ☎24-5112

# 令和6年度の総合検診

## ■ 検診日・会場

### 【集団検診】（完全予約制）

今年度から完全予約制で行いますので、当日、少ない待ち時間で受診ができます。

予約をされた方には、検診の日時や会場名、受診する検診項目などが記載された「受診カード」が届きますので、受診の際にお持ちください。

また、事前の問診票の記入が不要となり、当日、タブレットで問診に回答していただくようになります。なお、インターネット予約された方は、事前にWEB問診で回答いただくこともできます。

検診日	会場
6/11 (火)～6/15 (土)の5日間	白沢公民館
7/19 (金)、20 (土)、7/22 (月)～26 (金)、 7/28 (日)～8/2 (金)、5 (月)	えぼか

### 【施設検診】

施設検診の申し込みをされた方には「施設検診用受診シール」など、関係書類が届きます。

今年度から、受診録（問診票）から「施設検診用受診シール」に変わります。関係書類が届きましたら、指定医療機関へお申し込みください。

●実施期間 6/3 (月)～令和7年2月28日(金)

※12月末日までに必ず予約を済ませてください。

※予約が混み合うことが予想されますので、お早めの予約をお勧めします。

●施設検診医療機関 安達管内の指定医療機関となります。詳しくは、「施設検診用受診シール」に同封されている「医療機関一覧」をご覧ください。

## ■ 検診料金（集団検診および施設検診）

検診名	対象年齢	料金（自己負担）		無料となる方
		集団検診	施設検診	
健康診査	一般	30～39歳	無料	
	特定	40～74歳の国民健康保険被保険者	1,000円	
	後期高齢者	75歳以上	無料	
肺がん検診（胸部）	40歳以上	200円		◆70歳以上の方 ◆身体障がい者手帳1,2級の方、 精神保健福祉手帳1,2級の方、 療育手帳A、Bの方 （※受診の際、手帳を提示してください） ◆生活保護世帯の方 ◆市民税非課税世帯の方 （がん検診のみ）
胃がん検診	バリウム検査：40歳以上	700円	※バリウム検査のみ 1,300円	
	内視鏡（カメラ）検査： 50歳以上（偶数年齢のみ対象）			
大腸がん検診	40歳以上	100円		
前立腺がん検診	50歳以上（男性）	200円	300円	
肝炎ウイルス検診	今まで受けたことがない 40～70歳までの5歳刻みの方	無料		

※自覚症状があるなど、健康上の心配がある方は、検診を待たずに医療機関を受診してください。



オーブの「ご法宴」  
会席膳 5,500円～  
(税サ別)  
■イス席でのご準備■  
室料無料・バス送迎有(有料)

各種会合承ります。

- ・料理 3500円～(税別)
- ・飲み放題 1500円～(税別)
- ・室料無料《180名様迄可能》

[各種ご宴会をお客様のプランにてご提案いたします]

ネーブルシティもとみや **aube** TEL.24-8140 FAX.24-8141

〒969-1131 本宮市本宮南町裡38 URL <http://www.m-mot.com/aube/>

広告

# 令和6年度の女性がん検診（乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症）

## ■検診日・会場

### 【集団検診】（完全予約制）

予約をされた方には、検診の日時や会場名、受診する検診項目などが記載された「受診カード」が届きますので、受診の際にお持ちください。

今年度から、事前の問診票の記入が不要となり、当日、タブレットで問診に回答していただくようになります。なお、インターネット予約された方は、事前にWEB問診で回答いただくこともできます。

検診名	検診日	会場	検診名	検診日	会場
乳がん検診	8/20(火)	白沢公民館	子宮頸がん検診 (骨粗しょう症 検診同日実施)	8/27(火)	白沢公民館
	8/29(木)、30(金)	えぼか		9/6(金)、20(金)、10/9(水)	えぼか
	9/4(水)、11(水)、13(金)、18(水)、 10/7(月)、10(木)、18(金)				

### 【施設検診】

施設検診の申し込みをされた方には「施設検診用受診シール」など、関係書類が届きます。

今年度から、受診録（問診票）から「施設検診用受診シール」に変わります。関係書類が届きましたら、指定医療機関へお申し込みください。


- 実施期間 6/3(月)～令和7年2月28日(金)
- 施設検診医療機関 安達管内および郡山市内の指定医療機関となります。詳しくは、「施設検診用受診シール」に同封されている「医療機関一覧」をご覧ください。

## ■検診料金（集団検診および施設検診）

検診名	対象年齢	健診内容	自己負担金		無料となる方
			集団検診	施設検診	
乳がん検診	40代の偶数年齢	マンモグラフィ2方向	600円		◆乳がん検診：40歳の方 ◆子宮頸がん検診：20歳の方 ◆70歳以上の方 ◆身体障がい者手帳1, 2級の方、 精神保健福祉手帳1, 2級の方、 療育手帳A, Bの方 （※受診の際手帳を提示してください） ◆生活保護世帯の方 ◆市民税非課税世帯の方
	50歳以上の偶数年齢	マンモグラフィ1方向	400円	600円	
子宮頸がん検診	20歳以上の偶数年齢	子宮頸部細胞診	400円	800円	
骨粗しょう症検診 （※集団検診のみ実施）	40歳から70歳までの 5歳刻みの女性	超音波法	100円		

※自覚症状があるなど、健康上の心配がある方は、検診を待たずに医療機関を受診してください。

### 予約 申込

- 集団検診（総合検診・女性がん検診）（6月実施の総合検診（白沢公民館）の予約は終了しました）
  - ①電話：本宮市各種検診予約コールセンター（通話料無料）☎0120-489-811 平日9:00～17:00まで
  - ②インターネット：本宮市各種検診予約システム（24時間受付可）▶ 
- 施設検診（総合検診・女性がん検診）  
保健福祉部 保健課（☎24-5112）までご相談ください。

図保健福祉部 保健課 ☎24-5112

### 広告

くすのき  
**住宅サポート楠木**  
TEL:0243-24-7418

- ◎排水管高圧クリーニング  
1世帯分 ¥11,000
- ◎基礎補強工事・屋根外壁塗装など

〒969-1106 本宮市岩根字みずが丘 1-539 

水まわりのリフォームで  
快適な暮らしを！  
まずはご相談ください

未来へ 暮らしをつなぐ  
**株式会社 小山設備**

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

暮らし

## 結婚新生活支援補助金

結婚を機に市内で新生活を始めた人の住居費や引越費用の一部を補助します。

▶補助金額：最大 60 万円

▶対象者：令和 6 年 1 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日までの間に婚姻届を提出し、受理された夫婦で下記の要件を満たす人

- ①夫婦の合計所得が 500 万円未満
  - ②申請時に夫婦の双方または一方の住民票の住所が市内にあること
- ※その他諸要件があります。ご不明な点はお問い合わせください。

▶申請期限：

令和 7 年

3 月 31 日(月)まで



詳しくはこちら

閩総務政策部 政策推進課 ☎ 24-5323

募集

## 県中浄化センター

### 夏休み・親子下水道探検隊

県中浄化センターでは、夏休み期間中に施設を開放し、施設見学、水質実験、微生物観察などを行う「夏休み・親子下水道探検隊」を実施します。

▶場所：①県中浄化センター

(郡山市日和田町高倉字追越 89)

▶日時：7/28 (日)※雨天決行

① 10:00～12:00

② 14:00～16:00

▶対象者：原則として郡山市、須賀川市、本宮市、鏡石町、矢吹町、白河市、西郷村の小学校 3 年生から 6 年生までの児童とその保護者

※参加は保護者の同伴が必要となります。児童のみの参加はできません。

▶参加費：無料 (記念品進呈)

▶定員：各回 7 組※応募多数の場合は抽選となります。

▶申込：7/17 (水)まで。

申し込みフォームからお申し込みください。



閩県中浄化センター

☎ 024-958-5095

暮らし

## 本宮市夏季プールの利用について

令和 6 年度本宮市夏季プールの利用情報をお知らせします。

### ■本宮市子ども屋外プール

▶開館期間：① 6/15 (土)・16 (日)・

22 (土)・23 (日)・29 (土)・30 (日)

② 7/6 (土)・7 (日)・13 (土)・14 (日)

③ 7/20 (土)～8/21 (水)

④ 8/24 (土)・25 (日)・31 (土)・9/1 (日)

▶開館時間：10:00～11:40

/13:00～14:40/15:00～16:40

### ■白沢 B & G 海洋センター

▶開館期間：① 6/15 (土)・16 (日)・

22 (土)・23 (日)・29 (土)・30 (日)

② 7/1 (月)～8/31 (土) ③ 9/1 (日)

▶開館時間：10:00～11:40

/13:00～14:40

/15:00～16:40/18:00～20:40

### ■本宮市民プール※月曜日休館

▶開館時間：10:00～12:00

/13:00～16:00 /17:00～21:00

※ 8/21 (水)は福島県民の日事業として市民プール・白沢 B & G 海洋センターを無料開放します。

閩生涯学習部 文化スポーツ振興課

(総合体育館内) ☎ 33-2611

暮らし

## 6/2 (日)～6/8 (土)は危険物安全週間です

身近にある危険物の保管や使用方法について確認しましょう。

□ガソリンや灯油缶は、直射日光や高温となる場所を避けて保管する。

□ガソリン給油時は、エンジンを停止後、静電気を除去し、安全に給油する。

□スプレー缶を捨てる際は、中身を使い切り、ガス抜きは通気性の良い屋外で実施する。

□アルコール消毒液を使用する際は、火の近くで使用しない。

取り扱いに注意し、ルールを守って安全に使用しましょう。

閩安達地方広域行政組合 南消防署

☎ 33-2875

info

## 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

<https://www.city.motomiya.lg.jp/>

子育て

## 児童手当現況届

児童手当の現況届は、一部の方を除き、児童の監護状況が住民基本台帳などで確認できる場合は、提出が不要となりました。

現況届提出の対象となる方には 6 月上旬までに通知を発送しますので、6 月 21 日(金)までに提出をお願いします。

▶現況届が必要な方：

①配偶者からの暴力などにより

本宮市と住所が異なる方

②戸籍や住民票がない児童を養育する方

③離婚協議中で配偶者と別居されている方

④法人である未成年後見人、施設などの受給者の方

⑤その他、本宮市から提出の案内があった方

※現況届が提出されない場合、

令和 6 年 6 月分以降の児童手当が

支給されませんのでご注意ください。

閩保健福祉部 子ども福祉課

☎ 24-5375

暮らし

## 職場の化学物質管理が変わります

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和 6 年 4 月から職場における化学物質規制が大きく見直しとなっています。

閩化学物質管理

無料相談窓口



詳しくはこちら

(厚生労働省業務委託：テクノヒル株式会社) ☎ 050-5577-4862



ぬか茂

## ぬか茂の紅茶かりんとう



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



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

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご用命は

## 協和交通株式会社

TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481

〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1

広告

## 相談 就職相談会

専門の相談員が就職に関するさまざまな相談に無料で応じます。

- ▶日時：6/19(水) 13:30～16:30
  - ▶場所：モコステーション2階 中会議室
  - ▶対象者：就職を希望する市民や学生
  - ▶相談内容：就職相談、職業紹介、応募書類の書き方など
  - ▶申込方法：電話予約(当日可)
- 圏ふくしま生活・就職応援センター  
郡山事務所 ☎ 024-925-0811

## 暮らし お子さんの障がいや成長についての情報交換会

子育てに関するテーマで参加者のフリートークを中心に行います。相談支援専門員や行政職員など支援機関も同席します。

- ▶対象：18歳以下のお子さんの障がいや成長、進路に不安や悩みをお持ちの保護者
- ▶主催：あだち地方地域自立支援協議会
- ▶会場・日時：
  - えぼか ①6/27(木) 10:00～12:00
  - 二本松市役所
    - ②6/28(金) 10:00～12:00
    - ③6/28(金) 19:00～21:00

▶申し込み：6/12(水)まで  
圏保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371

## 暮らし 国・地方共通相談チャットボット(Govbot)

Govbot(ガボット)は、国や自治体のさまざまな制度、給付金などに関する質問に回答するチャットボットです。国民の皆さんに関わる「定額減税」や「子育て」、「マイナンバー」、「医療保険」、「年金」、「税」、「不動産登記」、「戸籍」などさまざまな分野の質問に答えます。ほかにも困った時に相談できる相談窓口を探すことができますので、ぜひご活用ください。

圏総務省福島行政監視行政相談センター  
行政監視行政相談課 ☎ 024-534-1101



## 暮らし 6月1日から7日は「水道週間」です

たいせつに みずはみんなの  
たからもの

水道は、健康で文化的な生活や経済活動を支える上で最も大切なものです。水は限りある資源です。節水を心がけながら大切に使いましょう。

●水道検針のご協力をお願いします  
メーターボックスの上に、荷物や植木鉢等を置かないでください。

●使用しない家屋の水道は、閉栓の届出をお願いします

長期間水道を使用しない場合、水道管や給湯器が破裂し、水道料金が高額になる可能性がありますので、上下水道課まで閉栓の届出をしてください。



圏建設部 上下水道課  
☎ 24-5411

## 暮らし マイナンバーカードの出張申請に伺います

市の職員が市内の個人宅・企業・福祉施設などに伺い、マイナンバーカードの申請についてお手伝いをさせていただきます。必要書類がそろっていれば、一度も市役所に来ることなくマイナンバーカードを取得できますので、お気軽にご相談ください。

▶受付：月曜日から金曜日  
(祝日・年末年始を除く)  
午前の部 9:00～11:00  
午後の部 13:30～15:30

▶対象：【個人宅】申請者本人が市内にお住まいで、住民票があること  
【企業・施設など】申請者本人が本宮市に住民票があること、市内の企業や施設であること



◀詳しくはこちら

圏市民部 市民課 ☎ 24-5341

## 募集 しあわせ金婚夫婦表彰者の募集

福島県老人クラブ連合会と福島民報社では、結婚して50年の金婚式を迎えるご夫婦に「しあわせ金婚夫婦表彰」を行います。

該当基準を満たし、表彰を希望されるご夫婦はお申し込みください。

なお、9月開催予定の各敬老会会場で表彰式を行う予定です。

▶対象者：昭和49年1月1日から同年12月31日までに結婚されたご夫婦、またはそれ以前に結婚され、表彰を受けておらず、今回希望されるご夫婦

- ▶申込先：①福寿会・新生活
  - ②えぼか2階 保健福祉部 高齢福祉課
  - ③本宮市役所 市民部 市民課
  - ④白沢総合支所

▶申込期限：7/1(月)まで

※申し込まれた方には、別途、日程と場所についてご連絡します。

圏保健福祉部 高齢福祉課  
☎ 24-5208

## 暮らし 多世代ファミリーなかよし奨励金

新たに多世代(3世代以上)で同居・近居するために、住宅を新規取得または増改築した人に奨励金を交付します。

▶奨励金額：最大50万円

- 基本額…30万円
  - 市内事業者と契約・施工…10万円加算
  - 空き家バンク登録物件…10万円加算
- ※奨励金合計額のうち1割は、本宮商品券で交付します。

▶対象住宅：令和5年4月1日から令和8年3月31日までの間に取得または増改築工事が完了した住宅  
※その他諸要件があります。ご不明な点はお問合せください。

▶申請期限：令和8年3月31日(火)まで



◀詳しくはこちら

圏総務政策部 政策推進課 ☎ 24-5323

InnoCent 美容室 イノセント 0243-34-6030

カット	¥2,200(一般)、¥1,600(中学生以下)、 ¥3,300(メンズ) ※ロングはプラス¥300
カラー	¥4,800(シャンプーはプラス¥1,000、カット別料金)
パーマ	¥4,300～¥10,000(シャンプー・カット込)
縮毛矯正	¥9,700(ショート)、¥12,900(セミロング)、 ¥16,000(ロング) (シャンプー・トリートメント・カット込)

※広報もとみやを見たとお伝えいただければ、上記の割引価格で対応します。

本宮字戸崎7-3  
定休日 毎週水曜日  
予約制

## 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)
- 本宮市高木字戸崎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)小山設備 ☎(33-30031)
- 本宮市本宮字仲町39番地
- (有)藤藤住機工業 ☎(34-15528)
- 本宮市本宮字小幡33番地1
- (株)タカマツ ☎(33-15242)
- 本宮市本宮字一ツ屋12番地7
- (有)浜野和水道 ☎(33-12788)
- 本宮市本宮字塩田49番地2
- (有)本宮設備 ☎(33-12592)
- 本宮市本宮字南町榎144番地1
- (有)三和設備 ☎(44-4542)
- 本宮市和田字作田3番地1

## プリンス・ウィリアムズ・パーク 令和5年度募金箱集計報告

プリンス・ウィリアムズ・パーク屋外あそび場と屋内あそび場に設置している募金箱の令和5年度集計は148,710円でした。いただいた募金は、プリンス・ウィリアムズ・パークの遊具修繕や植栽管理などの施設維持管理に使われます。多大なご支援をありがとうございました。

今後とも利用者の皆さまに喜んでいただけるような公園づくりに努めてまいりますので、引き続きの募金のご協力をお願いします。



▲屋外あそび場  
募金箱



▲屋内あそび場  
募金箱

園建設部 都市整備課 ☎ 24-5406

### 募集

#### 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	-	6畳2室、	3万円	2千円/台
4階	4	4.5畳	3万4千円	
3階	-	1室、	3万8千円	
2階	-	DK	4万円	
1階	-			

- ▶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
  - ▶建築年：平成6年
  - ※内覧も随時受け付けています。
  - ※市営住宅の募集は現在行っていません。
- 園建設部 建築住宅課 ☎ 24-5393

### 相談

#### アルコール家族教室 (県北保健福祉事務所)

アルコールに関する問題を抱える家族が、依存症の対応方法を学び、同じ悩みを持つ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。おひとりで悩まず、ぜひご参加ください。

- ▶日時：6/27(木) 13:30～15:30
- ▶場所：福島県県北保健福祉事務所(福島市御山町8-30)
- ▶申込：下記に電話でお申し込みください。初めての参加の場合、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。

園福島県県北保健福祉事務所 障がい者支援チーム ☎ 024-534-4300

### 健康

#### 高齢者元気 パワーアップ講座開催

認知症、介護予防に興味のある高齢者の皆さん、いくつになっても元気な生活を続けるため、ぜひご参加ください。

- ▶日時：6/26(水) 10:00～12:00
- ▶場所：えぼか1階 健康増進広場
- ▶内容：いきいき百歳体操、体力測定会
- ▶定員：先着50人
- ▶参加費：無料
- ▶申込：6/6(木)から申し込み開始。居住地域を担当する地域包括支援センターへ電話でお申し込みください。

園地域包括支援センター

本宮第一 ☎ 24-6220

本宮第二 ☎ 34-3344

白沢 ☎ 24-5131

上記につながりにくい場合

保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204

### 暮らし

#### 国家公務員 税務職員採用試験

仙台国税局では、税務職員を募集しています。

- ▶申込期間：6/14(金)～6/26(水)
- ▶申込方法：右記QRからお申し込みください。
- ▶第1次試験日：9/1(日)

園仙台国税局人事第二課試験研修係

☎ 022-263-1111 (内線 3236)

人事院東北事務局

☎ 022-221-2022



### 暮らし

#### ブロック塀改修費用を補助します

市では、避難路沿いにある建築基準法に適合しない、または、地震などで倒壊する恐れのあるブロック塀などの除去・改修について、費用の一部を予算の範囲内で補助します。

▶補助対象者：下記要件にすべて該当するもの

- ①個人であること
- ②市税を滞納していないこと
- ③当該ブロック塀などの所有者または所有者の同意を得た賃借者、購入予定者、管理者であること
- ④本宮市暴力団排除条例第2条第1項第2号に規定する暴力団員でないこと

▶補助対象となるブロック塀など：

市内に存する避難路沿いのブロック塀などで、地震などで倒壊する恐れのあるもの

▶対象となる工事：ブロック塀などの「除去・改修」

▶募集件数：2件

▶補助金額：対象工事に要する費用の3分の2以内かつ10万円以内

▶申込受付終了：6/28(金)

※募集件数に到達次第、申込受付を終了します。必要書類など、詳しくはお問い合わせください。

※申請前に工事契約や工事着手した場合、または年度内に工事が完了しない場合には、補助対象になりませんので、ご注意ください。

園建設部 建築住宅課 ☎ 24-5312

### 暮らし

#### 交通事故発生状況

・令和6年4月1日～4月30日

	件数	死者	傷者
本年	3(13)	0(0)	3(13)
前年	4(13)	1(1)	4(13)
増減	-1(0)	-1(-1)	-1(0)

郡山北警察署本宮分庁舎より

カッコ内は令和6年1月からの集計



医療法人 佑和会

# 雷クリニック

理事長 医学博士 雷 毅

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

住設機器・各種配管・水廻りリフォーム 相談及び見積無料

キッチン・浴室・トイレ・洗面・給湯器・エアコン 販売 設置



本宮市本宮字一ツ屋12-7 ☎ 33-5242

土日祝祭日の修繕対応いたします(二日前までに要予約)

本宮市 大玉村 二本松市 三春町 郡山市 上下水道工事指定店

クレジットカード 電子マネー QRコード等 キャッシュレス決済 対応可



広告



## 本宮市社会福祉協議会職員を募集します

本会では、令和6年10月1日採用予定の職員採用試験を行います。

**正職員** 業務内容：主に生活困窮者などの相談支援業務

■職種・採用予定人数・応募資格

職種	採用人数	資格
相談支援職	1人	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成元年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学・短大（高専を含む）専門学校または高等学校を卒業した方</li> <li>社会福祉士または令和6年度国家試験により社会福祉士取得見込みの方</li> <li>普通自動車免許を所持している方または見込みの方</li> </ul>

**嘱託職員** 業務内容：
 

- 地域福祉を推進する業務やボランティアセンター業務
- 放課後児童クラブや高齢者生きがいデイサービス業務

■職種・採用予定人数・応募資格

職種	採用人数	資格
地域福祉職	1人	<ul style="list-style-type: none"> <li>平成元年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学・短大（高専を含む）専門学校または高等学校を卒業した方</li> <li>普通自動車免許を所持している方または見込みの方</li> </ul>

■試験案内・職員採用受験申込書 本宮市社会福祉協議会本所と同協議会支所（えぼか）で交付します。本宮市社会福祉協議会ホームページからもダウンロードできます。

■応募期間 7/31（水）まで（土日・祝日を除く 8:30～17:15）※郵送の場合は、

■試験日 8月下旬頃予定※詳しくは右記QRをご覧ください。 当日消印有効。



〒985-0801 本宮市社会福祉協議会 総務課 ☎ 24-7780

## 健康 脳の健康度チェックを受けてみませんか？

ファイブ・コグ検査を受けて、自分自身の「脳の健康状態」を知り、認知症の正しい理解と予防について考えてみませんか。

▶対象：65歳以上で2回とも参加できる方

▶定員：先着50人

▶日時：

1回目…7/8（月）10:00～12:00

2回目…7/18（木）10:00～12:00

▶場所：えぼか1階 健康増進広場

▶検査の流れ：1回目：①検査の説明

②検査の実施（約50分間）

③認知症や転倒予防のための運動と講話

2回目：①検査結果の返却と見方

②認知症や健康に関する栄養と口腔の講話

▶持ち物：眼鏡や補聴器（必要な方）

▶参加費：無料

▶申込：6/6（木）から申し込み開始。

居住地域を担当する地域包括支援

センターへ電話でお申し込みください。

■地域包括支援センター

本宮第一 ☎ 24-6220

本宮第二 ☎ 34-3344

白沢 ☎ 24-5131

上記につながりにくい場合

保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204

## 健康 歯科口腔健康診査

後期高齢者の歯科健康保持および疾病予防などのため、歯科口腔健康診査を実施しています。対象者には5月下旬に案内状を送付しています。

▶対象者：①昭和23年4月1日から昭和24年3月31日までに生まれた人

②昭和18年4月1日から昭和19年

3月31日までに生まれた人

▶期間：6/3（月）～11/30（土）

▶備考：歯科口腔健康診査が無料で受診できるのは1回です。

■福島県後期高齢者医療広域連合

☎ 024-528-9025

## 木造住宅の耐震診断希望者を募集します

市では、対象となる木造住宅の耐震診断を希望する人に対し、耐震診断者を派遣し診断します。

■対象地域 本宮市内全域

■対象住宅 下記要件に全て該当するもの

①所有者自ら居住する住宅

②昭和56年5月31日以前に工事着工された戸建て木造住宅、または店舗などの併用木造住宅（併用部分は延べ床面積の2分の1未満であること）

※昭和56年以降に増改築された住宅については対象外となります。

③在来軸組工法、伝統的工法、枠組壁工法などによる木造3階建て以下の住宅

※屋内の床下、天井裏などの調査（検査）が不可欠となりますので、立ち入りができない場合は診断できません。

④過去にこの制度に基づく耐震診断を受けていない住宅

■募集戸数 7件

■費用負担 11,120円または12,160円（建築確認申請図書の有無により費用負担が異なります）

■申込受付 6/28（金）まで ※募集戸数に到達次第、申込受付を終了します。必要書類など、詳しくはお問い合わせください。

■耐震改修補助金

診断結果によって、補助制度を利用することができます。なお、令和5年度より補助金が工事費の5分の4以内の額（最大100万円）となるほか、既存住宅の改修に加え、現地建替えも補助の対象となりました。

■建設部 建築住宅課 ☎ 24-5312



小学生・中学生のためのプログラミングスクール

**春の無料体験教室** 無料体験 随時受付中!!  
2024年6月28日（金）まで  
お気遣い合わせください

**入会金無料** キャンペーン!!

CodeCamp KIDS コードキャンピングキッズ 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

運営会社：株式会社ノゾリ 〒969-1149 本宮市本宮字万世214-1



相続・遺言・土地と建物の名義変更

いぬい **乾亮太郎 司法書士事務所**

義務化された相続登記のご相談を承ります。

本宮市本宮字南町裡143-1（サンライズもとみや前）

☎ 0243-24-9913

夜間・休日・出張相談可（要予約）お気軽にお電話ください



## 本宮市夏まつり盆踊り参加者&本宮盆踊り保存会会員募集

### 盆踊り参加者募集!

7月20日(土)開催の「一般・仮装盆踊り」の参加者を募集します。皆さんのご参加をお待ちしています。

- 団体参加** 要事前予約
- 個人参加** 当日参加 OK!
- 申込** 参加をご希望の場合は、本宮市商工会へお申し込みください。

本宮市商工会 ☎ 33-2541

### 本宮盆踊り保存会会員募集!

本宮盆踊り保存会では、会員を随時募集しています。太鼓、踊り手、歌い手、いずれも OK! 本宮市夏まつりを一緒に盛り上げませんか? ご入会・お問い合わせは下記までご連絡ください。

商工業部 商工観光課 ☎ 24-5382

## 令和6年度個人市民税・県民税の定額減税が実施されます

賃金上昇が物価高に迫いついていない国民の負担を緩和するため、デフレ脱却のための一時的な措置として、令和6年度個人市民税・県民税の定額減税が実施されます。

区分	令和6年分所得税(国税)	令和6年度個人市県民税(地方税)
対象者	令和6年分の合計所得金額が1,805万円以下の方	令和5年中の合計所得金額が1,805万円以下で、所得割額が課税されている方
定額減税額の計算	納税義務者および配偶者を含む扶養親族(国外居住者を除く)	
	1人につき3万円	1人につき1万円
実施の時期・方法	<b>●給与所得者の場合(①か②)</b> ①6月1日以後最初に源泉徴収される所得税から控除 ※控除しきれない場合は、以降の税額から順次控除 ②年末調整時に控除	<b>●給与から天引きの場合</b> 令和6年6月分給与から天引きを行わず、定額減税後の税額を11回に分割して、7月分から翌年5月分まで天引き
	<b>●公的年金などの受給者の場合</b> 6月1日以後最初に源泉徴収される所得税から控除 ※控除しきれない場合は、以降の税額から順次控除	<b>●公的年金などから天引きの場合</b> 令和6年10月支払い分の年金より天引きされる個人市県民税所得割額から控除 ※控除しきれない場合は、12月支払い分以後の税額から順次控除
	<b>●事業所得者等の場合</b> 令和6年分の所得税の確定申告の際の所得税額から控除	<b>●納付書払い・口座振替の場合</b> 第1期分(6月分)の税額から控除 ※控除しきれない場合は第2期分以降の税額から順次控除
問い合わせ先	本宮市本松税務署 ☎ 22-1192(代表)  ◀国税庁特設サイト	本宮市財務部 税務課 ☎ 24-5345  ◀市公式ホームページ

たたみ・ふすま・障子・アミ戸

# かりの畳店

本宮市本宮字小幡 11-5  
TEL 34-2368



ぜひHPもご覧ください!

## 相続遺言の無料相談会

4日間開催 事前予約制 10:00~15:00

6/5[水] 12[水] 19[水] 26[水]

相談会場 おおたま法務事務所  
福島県安達郡大玉村 玉井字の場66番地1 メーブルハイムの場C号室

専門家 司法書士 丹治 泰弘  
行政書士 (福島県司法書士会 福島支部 支部長)

ご予約ダイヤル | 事前予約制 (お電話でお申込下さい)

0243-24-6585



広告

# 不要なお皿の買い取りのほが、大切な貴金属も強引に買い取られた！ ～ 高齢者をねらって強引に買い取ろうとしてくる訪問購入 ～

## 訪問購入の手口（例）

「お皿などの不用品回収を行っている」と業者から電話があり、来てもらった。業者は準備しておいたお皿には目もくれず、身につけていた指輪を「査定だけさせてくれ」と頼んできた。指輪を見せたら、「5,000 円で買い取る」と言われ、強引に買い取られてしまった。

- 訪問購入の被害に遭っているのは **60 歳以上の高齢者**の方が全体の **8 割**を占めているという特徴があり、特に高齢者に気をつけてほしいトラブルです。
- 近年、金の価値が上昇しているということもあり、業者側も強引に買い取ろうとしてきます。

### こんな業者だったら気をつけて！

- ①電話であの手この手で来訪の承諾を得ようとする。
- ②突然自宅に訪問してきてしつこく勧誘、とにかく家に上がろうとする。
- ③「査定をしてあげるから」と言い、貴金属を見たがる。

上記のような業者の場合は遠慮せず、すぐに警察に通報してください。



### 訪問購入はクーリング・オフができます！

消費者は、クーリング・オフが認められる期間（契約書面を受け取った日から 8 日間以内）は購入業者に対して物品の引き渡しを拒むことができます。また、クーリング・オフ期間内は物品を引き渡さないこともトラブルの未然防止につながります。

トラブルになったらすぐに福島県消費生活センター（☎ 024-521-0999）にご相談ください。

圏市民部 防災対策課 ☎ 24-5366

## 6 月は環境月間です

6 月 5 日は環境の日です。国連では 6 月 5 日を「世界環境デー」と定めており、日本でも環境基本法で「環境の日」と定めています。また、日本では 6 月の一カ月間を「環境月間」とし、全国でさまざまな行事が行われています。私たちが環境月間にあわせて、身近に出来る取り組みをしてみましょう。

### お問い合わせの多いプラスチックごみの分別方法

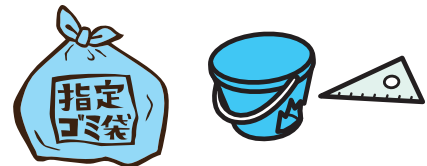
#### プラスチック製容器包装（透明の袋）

- プラスチックごみの包装に「プラマーク」があれば透明の袋に分別できます。
- 必ず中身を使い切るようにしてください。汚れは水ですすぐ、ふき取るなどして固形物を取り除いてから出してください。（洗剤で洗う必要はありません）
- プラマーク入りの袋や容器のほか、汚れを取り除いた食品トレイや発泡スチロール、プラ製食器などを入れてください。



#### ビニール・プラスチック（青色の袋）

- ビニール製品や水洗いしても汚れが落ちないプラスチックごみ、ホース、他の材質と一緒にいるビニール・プラスチック類などを入れるようにしてください。



プラスチック容器包装（透明の袋）の使用率が年々低下しており、焼却ごみとして処理されているビニール・プラスチック（青色の袋）が増加傾向にあります。適正に分別されたプラスチックごみは再生利用、原料、エネルギーとなります。

資源として有効利用が進むことで、温室効果ガス（CO2）の削減にもつながります。

一人一人のプラスチックごみの分別が地球温暖化対策、ゼロカーボンの実現につながることをご理解いただき、日々の正しいごみ分別へのご協力をお願いします。

圏市民部 生活環境課 ☎ 24-5362

## 市民のうごき (5月1日の現住人口)

人口 29,856人 (-13) 前カ 自然増減(出生数-死亡数) -36人  
 男性 14,836人 (+3) 月比 コ 社会増減(転入数-転出数) +22人  
 女性 15,020人 (-16) は内 其他職権等 +1人  
 世帯 11,164世帯 (+18) ※国・県の公表結果と異なる場合があります

**日曜・休日当番医** 診察時間: 9:00~11:30, 14:00~16:30

2日(日)	医佐久間内科小児科医院【小児】	☎ 22-0570
	二本松ウイメンズクリニック	☎ 24-1322
	やなぎほり皮膚科クリニック【皮膚】	☎ 24-1028
9日(日)	医佐藤内科胃腸科医院【小児】	☎ 22-0174
	本宮市国保白岩診療所	☎ 44-2008
	医しかの眼科【眼】	☎ 62-2520
16日(日)	医森小児科医院【小児】	☎ 22-3215
	医社団慈水会 みずのクリニック	☎ 23-5158
	池田眼科医院【眼】	☎ 34-4100
23日(日)	かさい小児科クリニック【小児】	☎ 22-8800
	医渡辺クリニック	☎ 34-3311
	医成美会 鈴木皮フ科クリニック【皮膚】	☎ 22-6877
30日(日)	土川内科小児科【小児】	☎ 22-6688
	医慈久会 谷病院	☎ 33-2721
	ばばクリニック【耳】	☎ 24-7122
7月7日(日)	医博愛会 東和クリニック【小児】	☎ 66-2122
	医安斎内科胃腸科医院	☎ 22-3001
	医落合会 東北病院【精神】	☎ 33-2588
7月14日(日)	医三浦内科医院【小児】	☎ 23-3883
	医整形外科内科リウマチ科 小林医院	☎ 22-0682
	野地眼科医院【眼】	☎ 23-0024

※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。  
 上記以外のスケジュールは安達医師会 HP をご確認ください。



## 休日・夜間の救急医療機関

●夜間(18時~翌日8時) ●休日+夜間(8時~翌日8時)

日	6月											7月																												
	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	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
研記念病院						○			○																	●			○								●			
研病院		●					○				○																				○						○			
谷病院				○								○																			●									
二本松病院	○					○								●																	○							○		

※診察については、事前に病院へお問い合わせください。研記念病院 ☎ 22-3100 研病院 ☎ 22-2828 谷病院 ☎ 33-2721 二本松病院 ☎ 23-1231

【救急電話相談】… 病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったら、下記のダイヤルをご利用ください (24時間受付)

# 7119 (県内のプッシュ回線・携帯電話から) 024-524-3020 (ダイヤル回線・IP電話・PHSから)

【子ども救急電話相談】… 夜、急に子どもさんの具合が悪くなった場合にご利用ください。(19時~翌日8時)

# 8000 (県内のプッシュ回線・携帯電話から) 024-521-3790 (ダイヤル回線・IP電話・PHSから)

## 「本宮市ホームページ」バナー広告募集中

- ◆掲載規格(縦60ピクセル、横120ピクセル)  
 トップページ右側上部および下部で、市が指定する位置とします。
- ◆広告掲載料(1月あたり)  
 1枠10,000円  
 ※12カ月連続で掲載された場合は、12カ月目は無料で掲載します。
- ◆問い合わせ先 総務政策部 秘書広報課 ☎24-5332

## 今月の納税

国財務部 税務課 ☎ 24-5347

- 市県民税・・・1期
- 上下水道使用料・・・4・5月分
- 下水道受益者負担金・・・1期

《納期限》7月1日(月)

※納付が困難な場合は、納付相談を随時行っています。

## 漏水当番表

受付時間: 8:30 ~ 17:00		
1日(土)	(株)タカマツ	☎33-5242
2日(日)	(有)須藤住機工業	☎48-2357
8日(土)	(有)三和設備	☎44-4542
9日(日)	(有)浜野和水道	☎33-2788
15日(土)	(有)本宮設備	☎33-2592
16日(日)	オオナミ(株)	☎33-1001・☎33-2412
22日(土)	(有)光設工業所	☎33-1895
23日(日)	(株)小山設備	☎33-3031
29日(土)	(株)タカマツ	☎33-5242
30日(日)	(有)須藤住機工業	☎48-2357
7月6日(土)	(有)三和設備	☎44-4542
7月7日(日)	(有)浜野和水道	☎33-2788

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ。その他の水道修理や工事は、登録店へ依頼してください。登録店一覧は、右記QRコードをご確認ください。市では、特定の業者の紹介はしていません。



## クリーンアップ作戦の実施

7月7日(日) 午前6時~(小雨決行)

雨天時は、翌週7月14日(日)に延期

※防災行政無線でお知らせします。

ごみのない快適な環境づくりのため、クリーンアップ作戦を実施します。各行政区などを中心に、住宅周辺、公園、道路などの清掃活動にご協力をお願いします。

また、回収物は、資源物・焼却物・埋立物などに分別して、指定収集日に各地区のごみステーションに出していただくよう、ご協力をお願いします。 国市民部 生活環境課 ☎ 24-5362



### マインドステーション

一見える安心、  
付けてみませんか？  
防犯カメラの設置ご依頼受付中

株式会社マインドステーション  
 〒969-1133 福島県本宮市本宮字中条16-2  
 TEL:0243-34-3511 FAX:0243-34-3513




広  
告

# 6月のイベント情報

※○の中の数字は掲載ページ番号です

総体 総合体育館 中公 中央公民館  
えぼか しろさわ夢図書館

白公 白沢公民館  
FM FM モットコム

サ サンライズもとみや  
モコ モコステーション

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
5/26 	5/27 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	5/28 	5/29	5/30 	5/31	1 
2	3 えぼかの台所⑩ <sup>え</sup> ① 10:00～② 13:30～ 認知症カフェ （カフェさとやま） ※予約 ☎ 24-5131 10:00～ 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	4 世界のバリアフリー 児童図書展 ～6/30 ⑩ <sup>夢</sup> 10:00～	5 えぼかの台所⑩ <sup>え</sup> 10:00～ 	6 3～4カ月児健診 <sup>え</sup> （プレブックスタート）	7 親子の健康相談⑩ <sup>え</sup> ① 10:00～② 10:20～ ③ 10:40～ へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 <sup>FM</sup> 11:30～11:43	8 
9 	10 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	11 認知症カフェ （あったかカフェまゆみ） ※予約 ☎ 34-3344 10:00～ 集団検診 <sup>⑩ 白公</sup>	12 ちびっ子おはなし会 <sup>⑩ 中公</sup> 10:30～11:00 集団検診 <sup>⑩ 白公</sup>	13 1歳6カ月児健診 <sup>え</sup> （ブックスタートプラス <sup>⑩</sup> ） 集団検診 <sup>⑩ 白公</sup>	14 集団検診 <sup>⑩ 白公</sup> 	15 認知症カフェ （ひまわりカフェ） ※予約 ☎ 24-6220 10:00～ フレンドシップカフェ <sup>⑩ モコ</sup> 14:00～16:00 集団検診 <sup>⑩ 白公</sup>
16	17 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	18 	19 就職相談会 <sup>⑩ モコ</sup> 13:00～16:00	20 3歳児検診 <sup>え</sup> （ブックスタートプラス <sup>⑩</sup> ）	21 へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 <sup>FM</sup> 11:30～11:43	22 
23 バリアフリー絵本のおはなし会 <sup>⑩ 夢</sup> 11:00～11:45	24 こころの相談室 <sup>⑩ え</sup> ① 13:00～② 14:00～ ③ 15:00～ 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	25 	26 高齢者元気 パワーアップ講座 <sup>⑩ え</sup> 10:00～12:00	27 お子さんの障がいや成長についての情報 交換会 <sup>⑩ え</sup> 10:00～12:00 10カ月児健診 <sup>え</sup> （ブックスタート）	28 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会 <sup>⑩ 夢</sup> 11:00～11:20	29
30	7/1 窓口延長（各種証明書の発行） ～ 19:00 市民課	7/2	7/3 	7/4	7/5 えぼかの台所 <sup>⑩ え</sup> ① 10:00～② 13:30～	7/6 

もとみやロードレースはいつか走ってみたい  
なと思いつながら今年も仕事で携わりました。  
今年はゲストランナーのお二人を、追い振り  
しようと試みましたが砂で諦めました。  
これからの季節、天気の良い日に白沢を下  
ライブすると視界は青と緑だけになります、  
それがとても好きです。#しろさわファンク  
ラブ（宇田寛之）  
今年のゴールデンウィークは最高の天気で  
したね。久々に釣り堀に行ってイワナを釣っ  
てきました。持ち帰ってパーベキューのついでに  
塩焼きにしましたが、これが美味しい…。  
おすすめです！（渡辺涼太）  
小学校の運動会、今年は3校の取材に行  
きました。それぞれの学校に特徴があり、い  
ろいろな学校の運動会を見れるのは広報の特  
権だなあ、と毎年楽しみに取材しています。  
ぜひ7ページをチェックしてください！  
（片桐菜）

## 編集後記



▲左から、共栄印刷株式会社北見  
要さん、有賀隆宏代表取締役、  
高松市長、大内教育長

## 皆さんの善意

ご寄付ご支援に感謝します

## その他

▽にこっと・ねっとわーく実行委員会  
・知育あそび「よくばり帳」1,100冊

白沢地域魅力発信事業

# 本宮市 しらさわ ファンクラブ

白沢地域の人口は年々減少が続き、本宮市の大きな課題となっています。

現在、白沢地域は、プリンス・ウィリアムズ・パークやしらさわグリーンパーク野球場のほか、白沢公民館、しらさわ夢図書館のリニューアル、しらさわカルチャーセンターが歴史文化収蔵館として改装し新たに活用がスタート。さらに、白沢ふれあい文化ホールも改装中で、本宮市の文化・スポーツの発信基地となっています。

また4月には、市外の人々が白沢地域の暮らしを体験できる、古民家をリノベーションした本宮市ふるさと体験住宅「和喜和喜」もオープンしました。

人口減少に歯止めをかけるためにも、白沢地域の魅力を市内外に発信し、多くの人に足を運んでもらい、交流人口を増やしていく必要があります。

「本宮市しらさわファンクラブ」では、魅力あふれる白沢地域をファンクラブの皆さんと一緒に発信し、地域のにぎわいを生み出していきます。



一緒に白沢地域の魅力を発信していきましょう!!

## ファンクラブメンバー大募集!

●登録フォームに必要事項を記入して登録



●公式 X(旧 Twitter)

「本宮市しらさわファンクラブ」  
(@ShirasawaFC) をフォロー



●ハッシュタグ「#しらさわファンクラブ」をつけて投稿

【問い合わせ】

本宮市しらさわファンクラブ事務局 (市民部 白沢総合支所)

☎44-2111

MAIL : shisho-chiiki@city.motomiya.lg.jp

### 本宮市長 今月の

### 「いとおかし」事

こと  
第3回



本宮市長  
高松義行



5月14日、昨日は一日雨、今日は一転抜けるような青空!市長室から見える櫛の緑も緩やかに揺れ本宮に穏やかな日になりましたが、午前中は月に一度の本宮市役所内の最高決定会議となる定例庁議が開催され、15件の案件を審議いたしました。特に来月開会される6月定例議会の前の庁議ですので、緊張感が漂い、議会準備の本格的スタートです。議員の皆さまは市民の皆さまの代表です。一つ一つの議案を分かりやすく説明できるように、必要性や効果をご理解いただけるように、いかに進めるか。何度経験しても議会前の緊張はなくなるものではありません。会議終了後の午後、今月の『いとおかし事』を考える・私に与えられた時間は2時間?

昨日は雨、今日は爽やか・今の季節は雨後のタケノコ・我が家にも竹林があり、少々ですが筍を味わうことが出来ます。今年も、筍の煮物、山椒の木の芽も良い春の香り。筍入りチンジャオロースとビールが旨い、まだ筍ご飯はいただけれておりません・そろそろシーズンも終わりに近づいておりますが・何れにいたしましても春は美味しいですよ。新茶もよし、春野菜もよし、山菜もまたよし、春は命の勢いを頂くことが出来ます。感謝しながら美味しくいただき、元気に過ごしたいものです。

『今月のいとおかし事は春の命でした』

令和6年5月14日