

おみやげ

4

No.40

2010年
平成22年4月1日発行

平成22年4月号の主な内容

- 平成22年度の重点事業と予算
- 若根幼稚園園舎増築工事了
- 福島大学協力協定調印式

魔法のようないびるコンサート

3月12日に、えびかでいびるコンサートが開催されました。当日はたくさんのお客さんが訪れ、子どもから大人まで出上がった作品に大喜びでした。



健康づくり、地産地消、賑わいづくり…

活力ある地域の創造を進めます

平成22年度がいよいよスタートしました。しかし、いまだに経済情勢は明るさが見えず、雇用情勢の悪化など、景気の回復は先が見えない状態です。

このよう状況の中で、市民の皆さんが健康で安全・安心な生活を送ることができるよう、3つの大きな目標に向かって今年度は事業を展開してまいります。

合併から4年目となる今年の事業と予算の概要についてお知らせします。

■3つの大きな目標

①健康づくり

本宮市民元氣いきいき応援プラザ（愛称・えぼか）を中心に市民の皆さんの健康増進を図ります。

また、集団検診、施設検診やがん検診事業の自己負担の軽減を図り、受診率の向上に努めます。

さらに保育所の待機児童をなくす受け入れ体制の確立、中学生までの医療費を無料化し子育て中の家庭の負担軽減を図ります。

（主な重点事業）

- ▽健康力アップ応援事業
- ▽健康診査とがん検診事業



▲スロー筋トレの様子

②農産物の地産地消

「農業が元氣になれば地域

- ▽保育所事業
- ▽中学生医療費助成事業
- ▽子ども手当支給事業
- ▽心の健康づくり事業

「水と緑と心が結びあう未来に輝くまち もとみや」 平成22年度の主な事業と予算



も元氣になる」ことから首都圏での販路を拡大する取り組みとともに、学校給食における地産地消の取り組みや、好評を得ている自給自足パーティーを引き続き開催し、安全・安心な「もとみやの食」をPRしていきます。

（主な重点事業）

- ▽もとみや健康野菜特産化推進事業
- ▽食の安全・安心確保対策事業
- ▽本宮方部学校給食センター運営企画事業と自校給食事業
- ▽観光関係団体運営支援事業

③おきなごころ

本宮駅利用促進検討委員会の提言を受け、さまざまな事業を実施します。

- ▽本宮駅利用促進事業

■その他の主な事務事業

◆安全・安心なまちづくり

幼保一元化に向けた取り組みと、学校施設等整備事業計画を策定し、耐震化と改修工事を実施します。

（主な重点事業）

- ▽幼保一元化施設整備事業
- ▽教育施設等整備事業基金への積立て
- ▽小学校施設維持管理事業

◆先人の偉業をたたえる

本宮が生んだ偉大な歌手、伊藤久男氏が生誕100年を迎えることから、市民の皆さんで構成している実行委員会の事業を支援し、先人の偉業をたたえます。

◆重要課題への対応

阿武隈川本築堤工事の促進や地域情報化格差解消に向けた光ケーブル網の整備、工業団地の早期分譲や緊急雇用対策などに取り組みます。

（主な重点事業）

- ▽重度心身障がい児通学支援事業

◆太陽光発電設置助成

新たに太陽光発電システムを設置する方へ助成を行います

ます

（主な重点事業）

▽地球温暖化対策事業

◆競技力アップ

マラソン、ソフトボール、バレーボールなど、年間を通じて実績のある競技選手や指導者を招いて、市民の皆さんの競技力向上を図ります。

（主な重点事業）

▽市民競技力向上対策事業

平成22年度 事業の概要

▽小学生医療費助成事業

環

共に支えあうやさしいまちづくり

- ▽まちづくり出前講座事業
- ▽市勢映像制作事業
- ▽行政区支援事業

互

市民と行政の協働による自立したまちづくり

- ▽幼稚園管理運営事業
- ▽特別支援教育補助員配置事業
- ▽スクールソーシャルワーカー設置事業
- ▽通園通学支援事業
- ▽本宮小学校施設整備事業
- ▽文化芸術行事開催事業

人

豊かな心と創造性あふれる人材育成のまちづくり

3つの大きな目標に掲げた事業以外で、本宮市第1次総合計画の基本目標ごとに、平成22年度において継続または拡充して取り組む主な事業を紹介します。

住

安全・安心な環境のまちづくり

- ▽生活環境対策事業
- ▽石綿セメント管布設替工事
- ▽浄水場大規模改修工事
- ▽下水道処理施設整備事業
- ▽浄化槽設置支援事業
- ▽生活道路小規模改良事業
- ▽大山・松沢線整備事業
- ▽堀切・赤坂線整備事業
- ▽菅田橋整備事業
- ▽下水道雨水処理施設整備事業

住

安全・安心な環境のまちづくり

- ▽農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業
- ▽商工業振興団体支援事業
- ▽地域雇用支援事業
- ▽観光施設整備事業
- ▽農山漁村活性化プロジェクト支援交付金事業

豊

活力あるふるさとのまちづくり

- ▽子育て支援推進事業
- ▽延長保育事業
- ▽預かり保育事業
- ▽放課後児童健全育成事業
- ▽後期高齢者健康診査事業
- ▽重度心身障がい者医療給付事業

一般会計 114億6,800万円
 特別会計 67億1,186万円
 企業会計 8億4,552万円

平成22年度の予算（一般会計）

歳出		(単位:万円)
款内	訳	平成22年度
1	議会費	15,667
2	総務費	124,075
3	民生費	324,507
4	衛生費	87,993
5	労働費	5,790
6	農林水産業費	31,915
7	商工費	79,095
8	土木費	155,895
9	消防費	46,108
10	教育費	158,490
11	災害復旧費	1
12	公債費	111,986
13	諸支出金	0
14	予備費	5,278
歳出合計		1,146,800

歳入		(単位:万円)
款内	訳	平成22年度
1	市税	398,999
2	地方譲与税	20,201
3	地方消費税交付金	26,402
4	利子割交付金	1,816
5	配当割交付金	79
6	株式等譲渡所得割交付金	51
7	ゴルフ場利用税交付金	120
8	自動車取得税交付金	3,601
9	地方特例交付金	4,846
10	地方交付税	292,844
11	交通安全対策特別交付金	700
12	分担金及び負担金	16,516
13	使用料及び手数料	14,801
14	国庫支出金	125,846
15	県支出金	57,571
16	財産収入	1,535
17	寄附金	1
18	繰入金	76,573
19	繰越金	8,000
20	諸収入	15,058
21	市債	81,240
歳入合計		1,146,800

【歳出の用語解説】

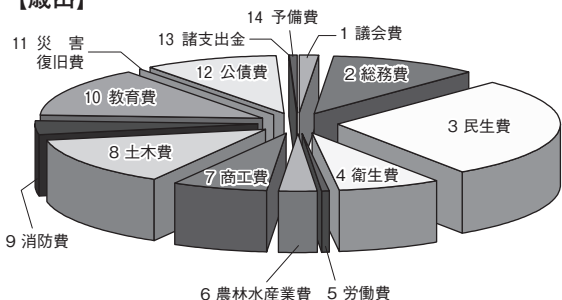
- 民生費 福祉全般に使う経費
- 衛生費 各種検診やごみ処理などの経費
- 土木費 道路や水路の整備のための費用
- 公債費 借り入れた地方債（借金）の元利金の返済金

【歳入の用語解説】

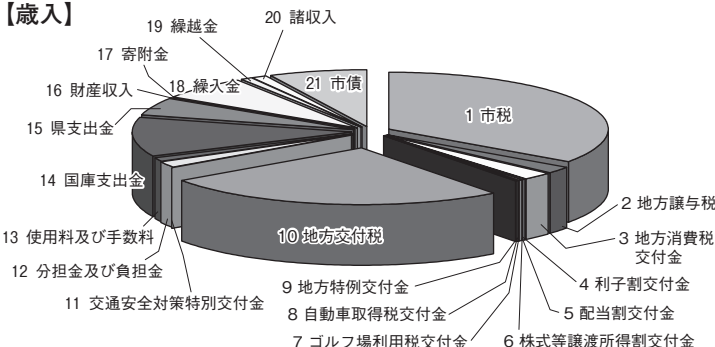
- 市税 市民税や固定資産税など
- 地方譲与税 国税の一部を地方の財源として配分するもの
- 地方消費税交付金 地方消費税のうち県人口などで按分し、市に交付するもの

一般会計をグラフで見ると

【歳出】



【歳入】



本宮市の一般会計の状態をわかりやすく見ていただくために月収30万円の家庭におきかえると次のようになります。

もとみやの家計簿

歳入

	項目	市の予算項目	予算額(円)	割合(%)
収	給料などの収入	市税、財産収入、諸収入など	116,911	38.9
	貯金の解約の収入	基金繰入金	20,031	6.7
	ローン契約による借入れ	市債	21,252	7.1
入	親からの仕送り	地方交付税、国県支出金など	139,713	46.6
	前月の残金	繰越金	2,093	0.7
		合計	300,000	

歳出

	項目	市の予算項目	予算額(円)	割合(%)
支	生活費	人件費、物件費、扶助費など	184,603	61.5
	貯金積立て	基金積立金	10,263	3.4
	住宅ローンの返済	公債費	29,295	9.8
出	子どもへの仕送り	特別会計繰出金	40,228	13.4
	家屋の増改築と修繕費	建設事業費、維持補修費	32,003	10.7
	株式などへの投資	投資及び出資金・貸付金	2,227	0.7
	もしもの時のための現金	予備費	1,381	0.5
		合計	300,000	

上の表を見ていただくと、収入の約4割は給料等（市税、財産収入、諸収入など）の収入ですが、これを上回る親からの仕送り（地方交付税、国県支出金など）でこれがないと生活できません。

支出の主なものは生活費（人件費、物件費、扶助費など）です。住宅ローンの返済（公債費）は1割程度で、他に子どもへの仕送り（特別会計繰出金）や家屋の増改築と修繕費（建設事業費、維持補修費）などがあります。

景気が悪化すると、給料などや親からの仕送りなどの収入が減少します。支出の根本的な見直しとともに、収入の確保が大きな課題となります。



平成22年度の特別会計と企業会計予算

特別会計

(単位：万円)

会計名	22年度	21年度	増減
国民健康保険特別会計	293,999	284,429	9,570
老人保健特別会計	323	2,683	△ 2,360
後期高齢者医療特別会計	23,384	22,162	1,222
介護保険特別会計	173,697	163,920	9,777
公共下水道特別会計	82,920	119,492	△ 36,572
農業集落排水事業特別会計	4,989	4,921	68
工業用地造成事業特別会計	80,412	62,786	17,626
工業用地資産運用事業特別会計	11,462	11,462	0
合計	671,186	671,855	△ 669

企業会計

(単位：万円)

会計名	22年度	21年度	増減
水道事業会計（水道事業費用）	84,552	87,488	△ 2,936

特別会計の予算額

◆問い合わせ先 財政課財政係（☎内線232）

火の取り扱いには十分ご注意を！

春季全国火災予防運動を実施

春季全国火災予防運動にちなみ、「消えるまで ゆっくり火の元 にらめっこ」を標語とし、3月7日に防火パレードと中継放水訓練が行われました。

■中継放水訓練

本宮字南山神地内と岩根字みずきが丘地内、松沢字宮前地内の市内3カ所で中継放水訓練が実施されました。



▲中継放水訓練をする消防団員の皆さん

訓練は中継放水技術の基礎を確認し、消防活動の迅速かつ確実な消火体制を確立する

目的で、異常乾燥注意報の中、折からの強風で延焼拡大の恐れがあるという想定など

で行われました。

参加した団員は、動きなどの基礎の一つひとつを確認しながら、確実に訓練をこなしていました。

■防火パレード

パレードは旧白沢総合支所を出発・終点とし、女性消防協力隊、南消防署の皆さんが、消防車で市内を巡回し予防消防を呼びかけました。



▲消防車で市内を巡回した防火パレード

山火事防止強化月間です

毎年、4月1日から5月10日は山火事防止強化月間です。

春のハイキングや山菜採りなど、山林に入る場合や、森林周辺の農地で農作業を行う場合は火の取り扱いに注意しましょう。

森林は生命を育む大切な場所です。森林資源の保護と自然環境の保全にご協力ください。

◆問い合わせ先

農政課農林係 (☎内線156~158)

新生活を始めた方へ 防災意識の見直しを(地震編)

4月から新しい生活が始まった方も多いと思います。30年以内に99%の確立で宮城県沖地震が発生すると言われています。今一度、防災意識を見直してみましょう。

【地震の防災確認事項】

- ・ドアや窓を開け、逃げ道を確保する。
- ・揺れが激しい場合は揺れが収まってから、火を消す。
- ・家族の安否を確認し、安全な避難場所へ逃げる(日頃より自宅近くの避難場所を確認しておく)。
- ・できれば3日分程度の食料と水を用意しておく。
- ・火災・救急・救助は『119番』へ

◆問い合わせ先

生活安全課消防防災係 (☎内線112)

万が一に備えて

区長会連絡協議会普通救命講習 本宮赤十字奉仕団救急法講習会

2月22日・28日に区長会連絡協議会の普通救命講習が行われ、自動体外除細動器(AED)の使用法などを学びました。

また、3月13日には本宮赤十字奉仕団の総会の後、救急法講習会が行われ、三角巾を使った応急手当などを学びました。

参加者は万が一に備えた知識と心構えを熱心に学びました。



▲区長会連絡協議会普通救命講習の様子



▲本宮赤十字奉仕団救急法講習会の様子

かわいい園舎ができました

～ 岩根幼稚園園舎増築工事完了～

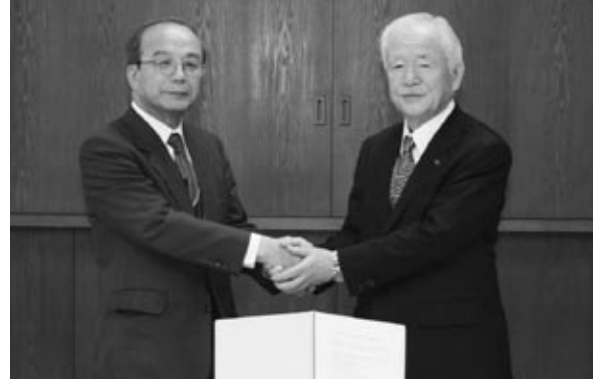


▲新しく増築された園舎

国の緊急経済対策交付金を活用した、岩根幼稚園の園舎の増築工事が2月11日に完了しました。岩根幼稚園は岩根小学校同様、みずきが丘団地への入居者の増加に伴い、入園児数も年々増加しており、現在の2クラスから4クラス編成での保育とするため、園庭の西側に保育室2部屋とトイレ、玄関（渡り廊下）と水飲み場を備えた園舎を増築しました。園舎は4月1日に使用を開始しました。

相互発展に向けた更なる協力へ

～ 福島大学との相互友好協力協定締結～



▲市長と協定書を取り交わす今野順夫学長(左)

3月1日に、「福島大学と本宮市の相互友好協力協定書調印式」が、市役所で行われました。この協定は、地域産業、文化、環境、福祉、教育、まちづくりなどの様々な分野で福島大学と援助、協力を図ることで、相互に発展することを目的としています。昨年12月に、福島大学と市の共催により「本宮市地域活性化フォーラム」が開催されるなど、これまでも多くの事業で協力を図ってきましたが、今後はこれまで以上に協力関係を強化し、相互の発展に資する取組みを進めていきます。

ご長寿おめでとうございます

～ 菊地ミユキさんが百歳を迎える～



▲副市長から祝状を受け取る菊地さん

2月25日に、菊地ミユキさん（松沢字糺屋）が百歳を迎えられました。賀寿のお祝いは菊地さんの自宅で行われ、中野副市長はじめ多くの皆さんから、祝状や祝金、花束などが贈られました。菊地さんは「ありがとうございます」と元気にお礼のあいさつを述べられました。長寿の秘訣は『粗食』だそうです。これからも一層元気に長生きしてください。

東北大会で優勝

～ 本宮ハンドボールスポーツ少年団～



▲教育長に大会出場の報告に訪れました

本宮ハンドボールスポーツ少年団は、2月20日と21日に山形県東根市で行われた第4回東北ブロック小学生ハンドボール交流大会で、持ち前の明るさとチームワークで勝ち進み、男子の部優勝、女子の部では第5位入賞を果たしました。同スポ少代表が、2月23日に市役所を訪れ、教育長に大会出場の報告をしました。昨年の大会では、男子が第4位入賞、女子の部は優勝を果たしており、本宮市のハンドボールのレベルの高さを示しました。

練習の成果を発揮し入賞

～ 第53回「金栗杯」勿来の関マラソン ～



▲入賞を果たした本宮市駅伝チームの皆さん

3月7日に、クレハ総合グラウンド陸上競技場（いわき市）で第53回「金栗杯」勿来の関マラソンが開催されました。

大会ではクレハ総合グラウンド陸上競技場をスタート・ゴールとし、15km、10km、5kmの3種目を開催しました。

当日は小雨が降り、気温も低く、コンディションはあまり良くない状態でした。

本宮市駅伝チームとして参加した選手は、全体的に記録が伸びており、この冬に走りこんだ成果が、着実に身についてきている結果となりました。

【本宮市駅伝チーム入賞者成績】

39歳以下女子の部	優勝	菅野 勝子
中学男子の部	3位	村上 秀
中学女子の部	6位	長井 彩香

意見交換会を行いました

～ 相模女子大学・本宮市交流レセプション ～



▲福島県副知事と意見交換する相模女子大学生

3月12日に、えぼかで相模女子大学・本宮市交流レセプションが開催されました。

2月1日から3月26日にかけて、本宮市で神奈川県相模女子大学生67人が、それぞれ4泊から10泊にわたり農家民泊をしながら、農作業体験をはじめ、商店街や企業での協働活動を実施しました。

学生たちは出席した佐藤市長や内堀福島県副知事らと意見交換をしながらの昼食会に参加し、本宮産の食材をふんだんに使った料理に舌鼓を打っていました。

また、学生たちは昼食会の後、しらす有寿園を訪問し、熱心に楽しく体験学習を行いました。

シリーズ

「未来に輝くまちづくり」(21)

本宮市長 佐藤嘉重



市制施行から4年目を迎え、平成22年度がスタートしました。

今年度は、昨年から掲げております3つの重点事業『①市民の健康づくりと子育て支援事業の充実』、『②農業を基本とした産業の振興』、『③本宮駅乗降客の1日5千人突破を目標とした賑わいづくり』を基本として、さらに取り組みを強化し、『活力ある地域の創造』を進めてまいります。

また、市政の運営にあたりましては、新たに2つのテーマを設けたいと考えています。

一つ目は、『経済と文化の融合したまちづくり』です。昨今の社会経済情勢は、先の見えない混沌とした状況が続いています。しかし、世の中がどんなに変

化しようとも、地域に根ざした文化や風土は私たちの大切な財産であり、しっかりと後世に伝承していかねければなりません。

二つ目は、『子どもが変われば世の中が変わる』です。本市の将来を担っていただく子ども達もまた、本宮市の大切な宝物です。子育て支援と教育環境を充実させ、健全な心身を育むとともに、安全・安心の確保に努めます。子どもが変われば大人も変わります。大人が変われば地域が変わり、世の中が変わります。

次代の主役となる子ども達が、心豊かに逞しく成長できるように、各種事業を実施していく予定です。

20年先、30年先の本市の将来像を描きながら、信念を持ってまちづくりを進めてまいりますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

水田農家の皆さんへ

自給率向上のため新しい農政に参加しましょう

4月1日からスタートする『戸別所得補償モデル対策』について、3月16日から19日の地区説明会で制度内容をご説明していますが、国のチラシの抜粋を掲載しましたので、制度内容を理解され、今後の経営安定化にご活用ください。

自給率向上の環境整備を図るための 水田農業経営への助成 (米戸別所得補償モデル事業)

意欲ある農家が水田農業を継続できる環境を整えることを目的に、恒常的に生産に要する費用が販売価格を上回る米に対して、所得補償を直接支払により実施します。

(1) 交付単価

定額部分 (10a当たり)	15,000円 (標準的な生産に要する費用と標準的な販売価格の差額相当分の助成)
変動部分 (10a当たり)	当年産の販売価格が標準的な販売価格(過去3年平均)を下回った場合、その差額を基に変動部分の交付単価を算定

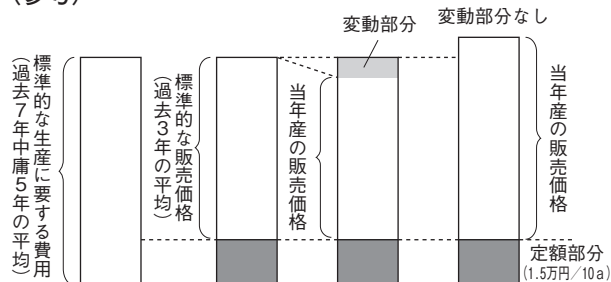
(2) 交付対象者

米の「生産数量目標」に即した生産を行った販売農家・集落営農のうち、水稲共済加入者または前年度の出荷・販売実績のある方

(3) 交付対象面積

主食用米の作付面積から一律10a(飯米分)控除して算定

(参考)



◆問い合わせ先

農政課農政係 ☎33-1111
 白沢総合支所 産業建設課 農産係 ☎44-2115
 JAみちのく安達 南部営農センター ☎33-2786

自給率向上のための 戦略作物等への直接助成 (水田利活用自給力向上事業)

自給率の向上を図るため、水田を有効活用して、麦・大豆・米粉用米・飼料用米等の戦略作物の生産を行う販売農家に対して、主食用米並の所得を確保し得る水準を直接支払により交付します。

また、従来の助成体系を大幅に簡素化し、全国統一単価の設定など分かりやすい仕組みとします。

(1) 交付単価

作物	単価 (10a当たり)	別途経営所得安定 対策による助成
麦		40,000円
大豆	35,000円	27,000円
飼料作物		
新規需要米(米粉用・飼料用・バイオ燃料用、WCS用稲)	80,000円	
そば、なたね、加工用米	20,000円	
その他作物(都道府県単位で単価設定可能)	10,000円	
二毛作助成(主食用米と戦略作物または戦略作物同士の組み合わせ)	15,000円	

(2) 交付対象者

これまで需給調整に参加してこなかった農家が参加しやすくなるよう、米の「生産数量目標」の達成にかかわらず助成対象とします。



阿武隈川本築堤早期完成を目指して

～本宮左岸築堤事業を推進しています～

市では、平成21年度より阿武隈川左岸築堤対策室を設置し、阿武隈川左岸築堤事業の早期完成を目指しています。

現在、Aゾーン(百目川～昭代橋間)およびC-2ゾーン(太郎丸防災センター付近～鳴瀬地区間)の区間で用地協議を進めており、平成21年度末で約1,500㎡(取得率約28%)の事業用地を取得することができました。市民の安全・安心のため、平成22年度以降も早期完成に向けて事業を推進していきます。

◆問い合わせ先 阿武隈川左岸築堤対策室 ☎33-2618

医療費助成を中学生まで拡大

本宮市では子育て世帯の経済的負担の軽減を図るため、平成22年4月診療分より、小学生までの医療費助成を中学生まで拡大し、名称を乳幼児から中学生までを対象とした『子ども医療費助成制度』としました。

■社会保険等に加入している児童・生徒

これまでの、乳幼児・小学生医療制度に登録されていた乳幼児から中学校1年生は、新しい受給資格証を3月中にお届けしています。中学校2・3年生は、受給資格登録申請が必要となるため、3月中にご案内しましたが、手続きを済まされていない場合は、お早めにお問い合わせください。

■国民健康保険に加入している児童・生徒

国民健康保険に加入している乳幼児から小学生は、これまでどおり被保険者証だけで受診できますが、中学生は9月まで受給資格証が必要になります。受給資格証は3月中にお届けしています。

■受給資格証の変更

4月から新しい受給資格証(緑色のカード)に変更しましたので、これまでの受給資格証は使用しないでください。

◆問い合わせ先

子ども福祉課 子育て支援係

(☎内線1334・1337)

白沢総合支所 市民福祉課

☎44-2114



＊職員の勤務時間変更のお知らせ＊

4月1日から職員の勤務時間が変わります。窓口業務は12時から13時についても職員が対応しています。詳しくはお問い合わせください。

	変更前	変更後
勤務時間	8時30分から12時15分まで 13時00分から17時15分まで	8時30分から12時00分まで 13時00分から17時15分まで

◆問い合わせ先 総務課職員係 (☎内線212・213)



4th Motomiya road race

第4回もとみやロードレース大会 参加者大募集!!

「楽しく走ろう」をテーマに「もとみやロードレース大会」を下記のとおりを開催します。小学校1年生以下の親子の部から一般男女年代別など25部門で健脚を競います。多くの皆さまの参加をお待ちしています。

- 日 時 6月27日(日) 9:00スタート
- 会 場 しらさわグリーンパーク野球場および特設コース
- 参加料 小・中学生 800円
高校生 1,000円
一般 2,000円
親子 2,500円

- 申込方法
 - 中央公民館、白沢公民館に備え付けの要項に振替用紙が付いています。最寄りの郵便局およびゆうちょ銀行から参加料を振り込んでください。※団体申込みは、大会事務局までご連絡ください。
 - ホームページまたは携帯サイトから申し込んでください (<http://runnet.jp>)。
- 申込み期限 ①5月21日(金) ②5月28日(金)

部門	走者区分	距離	部門	走者区分	距離	部門	走者区分	距離
第1部	一般男子18~39歳以下	10km	第10部	一般女子40歳以上	5 km	第19部	小学4年生女子	2 km
第2部	一般男子40歳代		第11部	中学生男子		第20部	小学3年生男子	
第3部	一般男子50歳以上		第12部	一般女子50歳以上	第21部	小学3年生女子		
第4部	一般女子18~39歳以下	5 km	第13部	中学生女子	第22部	小学2年生男子		
第5部	一般女子40歳以上		第14部	小学6年生男子	第23部	小学2年生女子		
第6部	一般男子40歳代		第15部	小学6年生女子	第24部	父と子(小学1年生以下男女)		
第7部	一般男子50歳代	5 km	第16部	小学5年生男子	第25部	母と子(小学1年生以下男女)	1 km	
第8部	一般男子60歳以上		第17部	小学5年生女子				
第9部	一般女子18~39歳以下		第18部	小学4年生男子				

※第1部高校生を含む
※第4部、第9部は高校生女子を含む

◆問い合わせ先 もとみやロードレース大会実行委員会事務局(本宮中央公民館内 ☎33-2611)
※詳しくは、市ホームページ (<http://www.city.motomiya.lg.jp>) をご覧ください。

市街地巡回バスの運行が 4月1日から一部変更になります

現在、本宮地区の旧町内および高木地区で運行している市街地巡回バスにつきまして、4月1日から一部発着時刻などについて変更し、運行することになりました。

◆問い合わせ先

商工労政課 (☎内線153)

本宮市商工会 (☎33-2541)



(新) 市街地巡回バス時刻表 (※網掛け部分が変更になった時刻)

東コース (高木方面)

主要通過箇所	発着時刻及び通過時刻			
本宮駅前	8:30	10:30	13:00	15:00
上町	8:31	10:31	13:01	15:01
太郎丸	8:33	10:33	13:03	15:03
福島産業前	8:36	10:36	13:06	15:06
舟場	8:38	10:38	13:08	15:08
金瀬	8:40	10:40	13:10	15:10
もとみや台入口	8:42	10:42	13:12	15:12
もとみや台出口	8:46	10:46	13:16	15:16
高木寺前	8:48	10:48	13:18	15:18
総合体育館前	8:50	10:50	13:20	15:20
高木第一集会所前	8:51	10:51	13:21	15:21
大屋敷	8:52	10:52	13:22	15:22
福島産業前	8:53	10:53	13:23	15:23
本宮駅入口	8:55	10:55	13:25	15:25
本宮駅前	8:56	10:56	13:26	15:26

西コース (本宮西方面)

主要通過箇所	発着時刻及び通過時刻		
本宮駅前	9:00	11:00	13:30
下町	9:02	11:02	13:32
谷病院	9:03	11:03	13:33
えぼか (本宮市民元氣いきいき応援プラザ)	9:04	11:04	13:34
本宮市役所	9:07	11:07	13:37
市民プール	9:09	11:09	13:39
小幡	9:12	11:12	13:42
よしだ医院	9:13	11:13	13:43
小原田	9:14	11:14	13:44
一ツ屋	9:16	11:16	13:46
戸崎	9:18	11:18	13:48
愛宕下	9:19	11:19	13:49
荒町	9:21	11:21	13:51
下町	9:22	11:22	13:52
本宮駅前	9:24	11:24	13:54

16時台の便は運休となりました

北コース (本宮北方面)

主要通過箇所	発着時刻及び通過時刻			
本宮駅前	9:30	11:30	14:00	15:30
下町	9:32	11:32	14:02	15:32
荒町	9:33	11:33	14:03	15:33
北郵便局前	9:34	11:34	14:04	15:34
弁天 (石雲寺)	9:35	11:35	14:05	15:35
もとみやクリーンセンター (ドリームライン)	9:38	11:38	14:08	15:38
大山字岩ヶ作交差点	9:41	11:41	14:11	15:41
堀切	9:42	11:42	14:12	15:42
関根入口	9:43	11:43	14:13	15:43
関根出口	9:46	11:46	14:16	15:46
北郵便局前	9:48	11:48	14:18	15:48
荒町	9:50	11:50	14:20	15:50
下町	9:51	11:51	14:21	15:51
本宮駅前	9:52	11:52	14:22	15:52

南コース (本宮南方面)

主要通過箇所	発着時刻及び通過時刻		
本宮駅前	10:00	12:00	14:30
下町	10:01	12:01	14:31
谷病院	10:03	12:03	14:33
えぼか (本宮市民元氣いきいき応援プラザ)	10:05	12:05	14:35
柴田	10:07	12:07	14:37
石塚	10:08	12:08	14:38
山田	10:10	12:10	14:40
市民プール	10:13	12:13	14:43
市役所	10:15	12:15	14:45
蛇ノ鼻	10:19	12:19	14:49
(一本杉)	10:21	12:21	14:51
誓伝寺前	10:22	12:22	14:52
花町	10:23	12:23	14:53
上町	10:25	12:25	14:55
本宮駅前	10:26	12:26	14:56

16時台の便は運休となりました

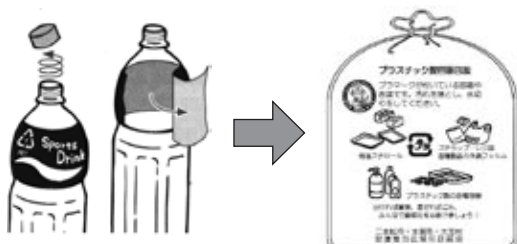
ここがポイント ペットボトルの分別の仕方

①の  マークが必ず付いているもの
PET



②ふたとラベルをとる

※ふたとラベルは『プラスチック製容器包装』へ




③中を水洗いする



④水を切ったらコンテナへ入れる。



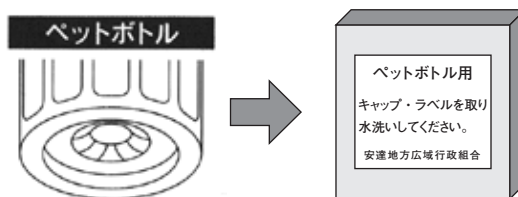
Q & A これはどうしたらいいの？

【Q1】
ボトルに  のマークがついていないのは
どうしたらいいの？

【A1】
容器の底で見分けることができます。

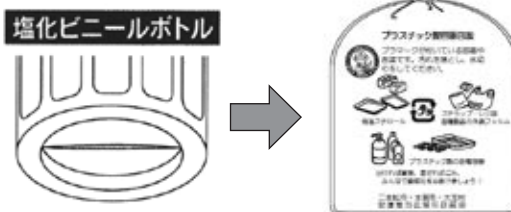
〈ペットボトルの底〉

『へそのようにくぼみ』があります。



〈塩化ビニールボトルの底〉

『つなぎ目の線』があります。



※プラスチック製容器包装の袋に入れてください

【Q2】
ペットボトルのふたの下のリングもとらなければいけないの？

【A2】
ペットボトルに限ってですが、下のリングは取らなくても大丈夫です。

●ごみは正しく分別しましょう●

ステーションに出されているごみの中で、分別がよく間違われているものを紹介します。



ガラスや電球は、破碎するごみ袋に間違っ
て入っていることがあります。燃や
したり再生利用することが困難なものた
め、『埋立ごみ (灰色)』の袋に入れて出
してください。

※袋は、布類の袋と兼用となっていますの
で、布類が混ざらないように注意してく
ださい。



◆ごみの収集を行います◆

○休日におけるごみ収集日

5月3日(月)

通常通り、ごみの収集を行います。

なお、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。

◆問い合わせ先

もとみやクリーンセンター ☎33-5499
本宮市役所生活安全課環境保全係 ☎33-1111
白沢総合支所市民福祉課生活環境係 ☎44-2114

本宮市の皆さんを
紹介するページ

みんなのひろば

今月の人

渡辺 とよ子さん

WATANABE TOYOKO

(本宮字中條)

渡辺さんはご主人と2人のお子さん、ご両親の6人家族です。

仕事は家族で理容店を営んでいます。

「去年、久しぶりにコンサートに出かけ、青春時代を思い出しました。今年もたくさん出かけたいです」と話していました。

また、本宮市に望むこととして、市街地の整備を含め、市全体が活気づける取り組みをしてほしいそうです。



▲子育てと仕事を頑張る渡辺さん

私の随想録

「今、思う事」

私が理容店を営んでいる家に嫁いで22年になります。結婚と同時に理容学校に通い、10歳も若い同級生と机を並べ、ちよつぱり若返って学生生活を送ったことがつい先日のようです。

その後、2人の子どもにも恵まれ、子育てや理容の仕事と初めてづくしで戸惑うことばかりでした。家族や周りの

皆さんに支えていただき、今は感謝の気持ちでいっぱいです。

ある日、小学生だった息子に（意味を理解していたかは定かではありませんが）、「子どもは親の背中を見て育つんだよ」と言われました。それから、心の片隅にこの言葉を置いておきましたが、果たして私たちの姿は、子どもたちにもどのよう映っているのでしょうか・・・。そんな子どもたちも今、自分の歩む道を見つけようと頑張っています。

先日雑誌を読んでいたら、『満81歳で創作料理店をオープン』の記事が目にとまりました。周りの人々の声にも押され、一念発起して始められたそうです。この不況下にも関わらず、毎日たくさんのお客様の来店に恵まれ、とても充実しているそうです。

これからはこのおばあちゃんのように、年齢にとらわれず、仕事にも趣味にも前向きにチャレンジし、子どもたちの成長を見守りながら、自分自身も成長できたらいいなと思っています。

◇ ◇ ◇
来月は、渡辺 薫さん（本宮字万世）の予定です。



今回紹介するのは、「和田スポーツ少年団剣道部」です。小学生の子どもたちが活躍するスポーツ少年団を紹介させていただきます。

こどものひろば

「和田スポーツ少年団剣道部」

【登録者数】 7名
 【活動日および場所】
 毎週 月・木曜日
 (夏季)19:00~21:00 (冬季)19:00~20:30
 【連絡先】 剣道部部长 平 幹夫
 【電話・FAX】 0243-44-3342



「メイン!!!」勇ましい部員たちの声が体育館に響きま

す。
私たち、和田スポーツ少年団剣道部は6年生3名、4年生2名、2年生1名、1年生1名と部員数は少ないですが、とても元気な子どもたち

がいる部です。
3名の指導者のもと、技術だけでなく、礼儀などを楽しく、そして時には厳しく、熱心に指導しています。部員たちも仲良く、時には競い合い、励ましあつて稽古に励んでいます。

昨年は、数々の大会に参加し、団体戦・個人戦ともに稽古の成果を発揮し、少人数ながら立派な成績を収めること

今回からは、市内で安全・安心のために活躍するボランティアの各種団体の長に、活動内容やその職務を聞くコーナーです。

Interview No.01

活躍人訪問

地域住民の安全・安心を守ることが私たちの使命です

本宮市消防団

団長 渡邊一雄 さん

消防団長の任務

本宮市消防団は、14分団の構成で541名の団員が所属しています。皆さんは仕事をもちながら、火災や水害などの有事の際は消防団員として、昼夜を問わず活動しています。

消防団には消防団長から団員まで7つの階級があります。団長の指揮下で、危険な任務をいかに安全にこなすかが課題であるといえます。団長には経験と有事の際の冷静な判断が求めら



渡邊一雄さん（長屋字蒲池）。40年以上勤めあげた土木会社を退職後、平成20年4月より本宮市消防団長を務める。趣味は釣りとゴルフ。

消防団長として

渡邊さんは、団員・部長を6年、副団長・分団長を10年務めた後、副団長を4年務め、現在団長として地域の安全・安心に貢献しています。団員の頃の思い出は、消防操法大会で指揮者を務めたこと。当時の大会は4月に行われ、冬の寒い時期に消防団の仲間と練習をしたことが忘れられないそうです。

団員・地域への想い

渡邊さんは、団員の皆さんのおかげで団長を務めることができ感謝しています。また、団員や地域の方に住宅用火災警報器の早期設置をしてほしいそうです。

また、消防団の活動以外の場でのコミュニケーションはとても重要で、活動中に話せないことを話すことで、円滑に職務を遂行できると話します。そうしたコミュニケーションの場はとても好きだと話す一方で、酒が苦手で、それが唯一悲しいことと笑みを浮かべます。

「地域住民の安全・安心を守ることが私たちの使命です」と何度も話していた渡邊さんは、笑顔を絶やさない一方で、常に地域のことを真剣に考えていました。

ができました。

また、夏休みにはキャンプ合宿をし、みんなで協力してテントを張り、バーベキューや肝試しなどをして、仲間との楽しい時を過ごすことができます。そして、こうした稽古やレクリエーションを通じ、仲間との交流を深めます。

3月には6年生3名が卒業してしまい、部員数が減ってしまうので「剣道やってどういうの?」「剣道をやってみたいいな!」と思った人はぜひ稽古を見学しに来てください。男の子も女の子も歓迎します。

元気で楽しい部員たちが新しい仲間を待っています。



エフエム モット コム FM Mot.Com 秘情報



あの声は、私です...



《パーソナリティ紹介》

- ◆ラジオネーム：IPPEI
- ◆本名：河原 一平
- ◆出身：本宮市
- ◆趣味：フィギュアスケート、カーリング、飲み食べ歩き

◆担当番組：

41才の春だからそうだアサヒを見に行こう
(毎週水曜日 24時30分~25時)

◆リスナーに一言：

花粉症に注意してください。皆さんにおいしい食べ物、おいしい話をお届けします。

カメラ散歩

～まちのホットな話題～



秘書広報課広報広聴係 ☎33-1111 (内線220)



男子の部の試合の様子



女子の部の試合の様子

白熱した試合でした 白沢地区バレーボール大会

2月21日に、白沢体育館でバレーボール大会（決勝トーナメント）が行われました。

男子の部の優勝は松沢1区B、女子の部優勝は糠沢1区でした。

大会では各試合とも、白熱した試合となり、参加した皆さんは、日頃の練習の成果を十分に発揮し、汗を流しました。

剪定技術の向上を目指して シルバー人材センター会員ボランティア



▲剪定作業をするボランティアの皆さん

3月4日に、白沢老人福祉センターでシルバー人材センター会員ボランティアによる樹木剪定作業が行われました。

剪定作業は1月21日の安全就業講習会（剪定・樹木管理講習会）で学んだ技術を忘れないうちに研修する目的で行われました。

剪定された松や梅はとてもきれいになりました。

ご卒業おめでとうございませう 市内中学校卒業証書授与式

3月12日に、市内の中学校で卒業証書授与式が行われ、363名の生徒が、3年間慣れ親しんだ学校を後にしました。

各学校とも、校長先生から一人ひとりに卒業証書が手渡され、在校生代表の送辞と卒業生代表の答辞が述べられました。

たくさんさんの思い出を胸に、旅立ちを迎えた皆さんの、これからの活躍を期待します。



▲本宮第一中学校の卒業式の様子

ここから下は広告欄です。内容についてのお問い合わせは、直接、広告主の方へお願いします。

きれいハウスぼち

小型犬・中型犬のトリミングをします(¥3,000~)。爪切り、耳掃除、シャンプー、カットなどをします。

※ひどく暴れたり、噛み付く場合はお断りする場合があります。

※完全予約制です。ご予約の際、お電話が繋がらないときはメッセージをお願いします。

〒969-1204本宮市糠沢字光が丘1-34

☎090-4047-0272 トリマー 大内



太陽と地球の元気玉 自然エネルギー有効活用
各種水栓器具 給湯機器の修理メンテナンス
住まいの水回り・リフォーム のことなら

タカマツ
TAKAMATSU TEL 33-5252 FAX 34-1240

本宮市上水道・下水道工事指定店

TOTOリモデルクラブ店会員の店

〒969-1168 本宮市本宮字一ツ屋12-7

Eメール takamatsu.remo@gmail.com



カメラ散歩では、皆さんの「ホットで楽しい」話題を掲載しています。皆さんからの情報もお待ちしています。

すばらしい歌声でした 伊藤久男カラオケ大会予選会

3月7日に、伊藤久男生誕100年記念事業カラオケ大会予選会がしらさわカルチャーセンターで行われました。

この大会は本宮市出身の歌手、故伊藤久男氏が、7月7日に生誕100年を迎えることから、市内の有志の皆さんによる記念事業実行委員会が主催したものです。市内外から144名の応募があり、テープ審査を通過した44名が参加しました。

7月4日に開催されるカラオケ大会決勝大会に向けて、参加者は自慢の歌声を会場に響かせていました。



▲大会で自慢の歌声を披露しました

豊かな環境と美しい自然を次代へ 高松山桜植栽



▲桜の苗木を植栽する様子



▲植栽の説明を受ける参加者の皆さん

3月7日に、高松山地内で高松山観光協会による桜の植栽が行われました。

植栽された桜の苗木約100本は、高松地区を中心に、豊かな環境と美しい自然を次代に引き継ぐため、郡山中央倫理法人会のご協力を得て財団法人さくらの会から贈呈されたもので、地元の方を中心に、苗木を一本一本丁寧に植栽されていました。

ここからは広告欄です。広告掲載を希望される方は、市役所 秘書広報課へお申し込みください。



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

つらいつらい
誰にも話せない
借金の悩み…



ご相談ください
秘密は厳守いたします

司法書士法人 あおば事務所

二本松事務所：TEL0243-62-2515 二本松市木藤次郎内85-27
福島事務所：TEL024-533-0243 福島市南中央3丁目7-2
須賀川事務所：TEL0248-72-7057 須賀川市岡東町177

学び・文化・ スポーツの広場

- 生涯学習センター(中央公民館内)
本宮字矢来39-1 ☎33-2611
- 白沢公民館
白岩字堤崎500 ☎44-2350

季節の飛び出す カードを作成

生涯学習講座

白沢公民館では、2月7日と2月21日に、生涯学習講座『季節の飛び出すカード』を開催しました。
講師に菊地清先生(鏡石町)



在住)をお迎えし、季節やイベント用のポップアップカードを作成しました。

1回目は、花と葉がハートの形になっている『ハートフラワー』や梅の花が飛び出すカードを作り、2回目は彩色した後で立体に作る『お雛様のカード』を作りました。

その他に、動物を作ったり、折り紙で簡単に遊ぶ方法を学び、受講者は楽しみながら真剣に取り組んでいました。

インターネットの 活用法を学ぶ

生涯学習講座

1月26日と2月2日の2回、生涯学習講座『インターネットおもしろ活用法』をしらさわ夢図書館視聴覚室で開催し



ました。

これは情報化社会の中でインターネットによる情報の取得や活用が必要とされているなかで、その基本的な知識やよりよい活用法を専門講師から学ぶ講座です。

講座には4人の市民が参加し、受講生からは、「これまでインターネットはあまり使うことはなかったが、受講したその日から使うようになった、さまざまな情報を得ることができた」などの意見が寄せられ、受講の成果が表れたようでした。

ひな祭りを楽しむ ひなまつりおはなし会

2月28日に、中央公民館子どもとしよしつで、『ひなまつりおはなし会』が開催されました。

あじさい読書会の協力で、子どもとしよしつに飾った七段飾りのひな壇に、子どもたちは興奮を隠しきれないようでした。

また、もとみや図書ボランティアによるおはなし会では、童謡『うれしいひなまつり』を参加者全員で歌った後、ひなまつりの由来や、絵



本『もりのひなまつり』のおはなしがありました。図書ボランティアの優しい語り口調に、子どもたちだけでなく保護者の方たちも熱心に聞き入っていました。

おはなし会の最後に、折り紙でおだいりさまとおひなさまの着物を折りました。子どもたちは少し難しそうに折り紙を折っていましたが、図書ボランティアに教わりながら完成させ、顔を描いたり扇子を持たせたりと嬉しそうにしていました。

放課後子ども教室が 今年度の活動を終了

『本宮市遊友クラブ』

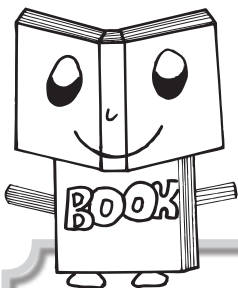
市内7小学校区で行われて



いる本宮市遊友クラブが、3月15日に今年度最後の活動を終えました。

5月11日にスタートした今年度の遊友クラブは、地域の方々の温かい支援に囲まれ、週1回の放課後に、年間約30回の活動に取り組んできました。様々な体験活動や交流活動、学習活動に、参加した子どもたちは毎回楽しく、笑顔いっぱい姿を見せていました。

来年度もこの遊友クラブは市内7小学校区で週1回の放課後に実施予定です。詳しくは学校を通して参加者募集のチラシを配布します。たくさんの方の参加をお待ちしています。



本宮は みんなが愛する 本の街
しらさわ夢図書館 からの
中央公民館図書室 **ご案内**

しらさわ夢図書館
 白岩字堤崎500 (☎44-2112)
 中央公民館図書室
 本宮字矢来39-1 (☎33-2611)

新 着 本

[絵本・児童書・紙芝居]

- ・やせためんどりとキツネ 剣持弘子
- ・ペンギンのタウタウ わしおとしこ
- ・ぼくの島 バーバラ クーニー
- ・ベギー・スー 魔法の星の嫌われ王女 セルジュ プリュソロ
- ・はちみつチーズケーキ たちもとみちこ
- ・おぼけ花見 内田麟太郎
- ・いいからいいから 長谷川義文
- ・ぐざがさんとふへぼさん 岸田衞子

[視聴覚資料(DVD)]

- ・ライラの冒険／黄金の羅針盤
- ・おくりびと
- ・犬と私の10の約束
- ・つみきのいえ
- ・ハリー・ポッターと謎のプリンス

[一般書・実用書]

- ・凍土の密約 今野 敏
- ・石の上にも五十年 島崎英彦
- ・くらべない幸せ 香山リカ
- ・夢ひとすじ福島びと 福島民友新聞社
- ・排出権商人 黒木亮
- ・カッコウの卵は誰のもの 東野圭吾
- ・男おひとりさま道 上野千鶴子
- ・一年中役立つお弁当百科



※これらの図書は、どちらの窓口からも借りることができます。ただし、移送などで少々時間を頂く場合がありますので、ご了承ください(視聴覚資料は、図書館でのみ貸出・返却となります)。

イベント

※図書館・図書室の行事については、その都度内容が若干変わる場合があります。あらかじめご了承ください。

しらさわ夢図書館のおはなし会

子どもの読書週間特別企画
●春の英語のおはなし会
 と き：4月18日(日) 11:00~11:30
 と ころ：しらさわ夢図書館 視聴覚室
 ないよう：英語の絵本の読み聞かせを聞いたり、英語の歌や遊びなどを、外国人の先生と一緒に楽しみながら行います。
 対 象：幼児~小学生とその保護者

中央公民館図書室のおはなし会

●定例おはなし会
 と き：4月11日(日) 10:30~11:30
 と ころ：中央公民館図書室 児童室
 ないよう：「もう春」をテーマにした絵本の読み聞かせ、紙しばい、エプロンシアター、パネルシアター、工作などをボランティアが行います。
 対 象：幼児とその保護者

館内特別整理のための休館のお知らせ

下記期間中は、図書館・図書室の特別整理のため休館します。期間中は、図書館・図書室のご利用ができません。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

しらさわ夢図書館 4月5日(月)~4月12日(月)
 中央公民館図書室 4月12日(月)~4月19日(月)

ここから下は広告欄です。内容についてのお問い合わせは、直接、広告主の方へお願いします。

ありがとう
 心静かに手を合わす。

ヨサン イイクヨ
0120-43-1194
 ●年中無休 ●24時間受付 ●大駐車場完備
 ほうりん大山斎場



豊かな緑に囲まれた静寂な施設なか、

祭壇 葬儀用品 お料理 花輪 贈答品

など、満足のいくサービスを提供いたします。

社の中の斎場

ほうりん

二本松店 二本松市上竹2-286-1
 TEL.0243-23-5520 FAX.0243-22-7377
 東和斎場 二本松市針道字鍛冶屋敷15
 大山斎場 大玉村大山字玉貫19

就職・退職等の際は

国民健康保険と国民年金の

手続きを忘れずに!!

3月から4月にかけては就職や退職・転職など異動の多い時期です。これらの異動があった場合には、忘れずに市役所へ国民健康保険と国民年金の手続きをしましょう。

国民健康保険の手続き

現在、国民健康保険に加入されている方で、就職され職場の健康保険（健康保険組合、共済組合など）に加入された方は、市役所で国民健康保険を脱退する手続きが必要です。届出の際は、

- ① 社会保険の保険証
- ② 国民健康保険の保険証

また、退職などにより社会保険を脱退された方は、市役所で国民健康保険に加入していただく手続きが必要です。届出の際は、

- ① 離職票または社会保険を脱退した日付がわかる書類
- （会社の証明が必要）

- ② 国民健康保険の保険証（同世帯に国保加入者がいる場合）
- ③ 年金証書（年金を受け取っている方）

をご持参ください。

国民年金の手続き

国民健康保険と同様、就職や退職・転職された方は市役所で手続きが必要です。必要書類は国民健康保険と同じですが、年金手帳をお持ちの場合はご持参ください。国民健康保険と年金をあわせて手続きします。

なお、平成22年4月～平成23年3月までの国民年金保険料は、毎月15,100円となります。

20歳以上の学生の方へ

～年金の免除制度～

20歳以上の学生の方は、国民年金保険料の支払が猶予される「学生納付特例制度」を申請できます。この制度は、本人の所得が一定以下の学生が対象となり、家族の方の所得は問いません。

申請される方は、学生証（コピー可）か学証明書（平成22年4月1日以降に発行されたもの）と印鑑を市役所にご持参ください。免除期間は4月から翌年3月までとなり、一年ごとに申請が必要となります。

なお、平成22年1月まで学生納付特例を出していた方で、学生納付特例申請書に卒業年度を記入していた方は、年金事務所より封書が郵送されます。封書の中に返信用の葉書が入っていますので、その葉書に必要事項を記入の上、年金事務所へ返信いただければ、市役所での手続きは不要です。

◆問い合わせ先

市民課 国保年金係
（☎内線1225～1227）

生活習慣病の

予防対策をしましょう

本宮市の医療費の内訳

病気別に見ると、高血圧・心臓病・脳卒中・がん・糖尿病などのいわゆる生活習慣病が、全体の4割を占めています。

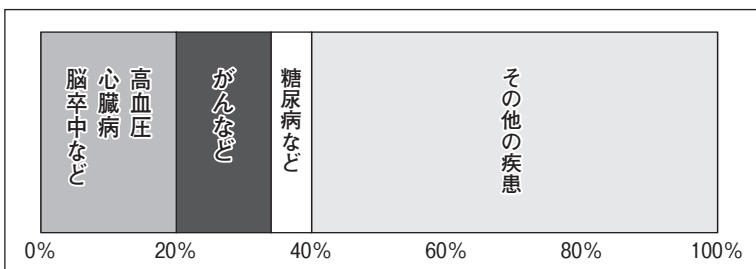
生活習慣病の原因

生活習慣病は食べ過ぎ・運動不足・ストレスなど、悪い生活習慣が大きな原因となっており、起る病気で、

また、進行するまで自覚症状がなく、進行すると高血圧・心臓病・脳卒中など、長期の治療が必要な症状を誘発し、生涯にわたって皆さまの医療支出の増加を招きます。さらに、皆様からお預かりした保険税もこのような医療に対し給付しておりますが、医療費は毎年増えており、保険税の改定も避けられなくなっています。

皆さまの健康面・経済面での負担をこれ以上増やさないためにも、生活習慣病を早期に発見する健康診断は有効な対策です。

本宮市の疾病分類別の割合



本宮市国民健康保険疾病統計データ（平成21年3月から12月まで）

健診で数値の上昇がみられた場合も、予防の対策を立てやすいので、大半の生活習慣病は予防可能です。年齢に関係なく、体の不調をいち早くキャッチし、早めの自己対策をするためにも、早期の受診が大変重要です。特定健診の詳しい内容は、次号でお知らせします。

生活習慣病の敵は、活性酸素

生活習慣病の原因は、そのほとんどが私たちの体の中の、活性酸素が原因の疾患であるといわれています。「身

から出た錆」ということわざがありますが、これこそ活性酸素の本来の姿を示したこと

ばと言われています。活性酸素はこのようなとき発生します。

● 食べ物が体内の細胞でエネルギーに変わる時

● 食品添加物が体に入った時

● ストレスがたまった時

● 紫外線に触れた時

● 現代生活の中にある要因

水質や大気の汚染、農薬や殺虫剤、放射線や抗がん剤、電磁波を発生する電化器具、激しいスポーツや労働、喫煙や過度の飲酒

これらから発生する活性酸素には、いろいろな種類があります。スーパーオキシド、ヒドロキシルラジカル、過酸化水素などといわれているもの

です。なかでもヒドロキシルラジカルは非常に強力な活性酸素といわれています。

これを消してくれる抗酸化食品として水素が有効といわれています。野菜に含まれるベータカロチンは、ヒドロキシルラジカルをほとんど消

せません。ビタミンCは、スーパーオキシドを消しますが、ヒドロキシルラジカルは消せません。

活性酸素が病気や老化を進めていくことはよくわかっていのですが、活性酸素は体にとつて全部悪いということではありません。からだにとつて必要なこともあります。

しかし、余ってしまった活性酸素は細胞を傷つけるので、それをいかに上手に消去していくかということが、健康を守っていく上で非常に重要といわれています。

アンチエイジングというこ

とばが最近目につきます。抗酸化物質を取り入れた化粧品で、女性の老化防止対策として発売されています。活性酸素を除去するという抗酸化食品も多数出回ってきました。

いろいろな種類の抗酸化物質を体内に取り入れることが健康づくりに老化防止に役立つ

と思います。活性酸素の除去について最近の研究にはめざましいものがあります。

歌人石川啄木は「あめつちの酸素の神の恋なりて水素は終に水となりけり」

という歌をすでに詠み、抗酸化物質の研究者は、活性酸素を消す水素の働きに注目して水の研究を進めている方もいます。

皆さまの身近な生活の中にある様々な抗酸化物質に注目してみましょう。

◆問い合わせ先

保健課 健康増進係

☎ 63-2780

予防接種時に保護者以外(親族)の同伴は委任状が必要になります

定期的な予防接種を受ける際は、原則として保護者の同伴が必要です。

しかし、何らかの事情により保護者の方が同伴できない場合は、接種を受けるお子さんの、健康状態がよくわかる親族の方などが保護者の委任状を持参のすることにより、

予防接種を受けることができます。

委任状の用紙は、予防接種実施医療機関、保健課(えぼか内)、白沢保健センター窓口に用意しております。

委任状を忘れた場合や委任状の記入に不備がある場合には、予防接種を受けられないことがありますので十分にご注意ください。

◆問い合わせ先

保健課健康増進係(えぼか)

☎ 63-2780

白沢保健センター

☎ 44-4188

ここから下は広告欄です。内容についてのお問い合わせは、直接、広告主の方へお願いします。



《営業時間》 …年中無休…

- 一回入浴 AM 9:00~PM 8:00
- 休憩 AM 9:00~PM 4:00
- 宿泊 PM 3:00~翌日 AM10:00

宿泊料金	大人(中学生以上)
平日	¥6,700~¥9,000
休日前	¥8,000~¥11,000

各種ご宴会、ご法事もお問い合わせください。

アットホーム おおたま

15名様以上、料理2,000円以上で

無料送迎!

大玉村玉井字ヶ岳園有林7林班に13小



※ご宿泊は、少人数でも送迎いたします。

TEL: 0243-48-2026 FAX: 0243-48-4554

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! 給湯機など水道設備の修理も承ります

本宮市水道工事指定店 **(株) 小山 設備**

代表取締役 小山 宏

〒969-1124 本宮市本宮字仲町39

TEL 0243-33-3031 FAX 0243-33-3036

お知らせ

土地（家屋）価格等縦覧帳簿をお見せします

平成22年度固定資産税評価額などを登録した土地価格等縦覧帳簿および家屋価格等縦覧帳簿が次の日程で縦覧できますので、固定資産をお持ちの方はご覧ください。
なお、料金は無料です。

縦覧場所

本宮市役所 税務課

縦覧期間

4月1日(木)から
5月31日(月)まで
(土・日・祝日を除く)

縦覧時間

午前8時30分から
午後5時15分まで

問い合わせ先

税務課 資産税係
(☎内線166・167)

『本宮市サクラウォーク』参加者募集

第2回市民健康づくり歩こう会『本宮市サクラウォーク』の参加者を募集します。白岩地区の塩ノ崎の大桜や竹ノ作の桜を歩いて回ります。たくさんのご参加お待ちしています。詳しくはお問い合わせください。

日時

4月18日(日)
午前8時～正午※小雨決行

場所

白沢公民館（集合・解散）

対象者

小学生以上の市内在住・在勤者の方で全行程を楽しく歩ける方（小学生は保護者同伴）

参加費 無料

申込方法

4月14日(水)までに参加申込用紙に記入し、生涯学習センター、または白沢公民館に提出

主催

本宮市、本宮市教育委員会

問い合わせ先

生涯学習センター
☎33-2611

（お詫びと訂正）3月10日に配布した『本宮市サクラウォーク』のチラシの桜の写真の名称に誤りがありました。正しくは「竹ノ作の桜」です。お詫びして訂正させていただきます。

軽自動車税の納期限は4月30日です

平成22年度の軽自動車税は、最寄りの金融機関で、4月30日(金)までに納税されまじようお願いします。

軽自動車税の納税窓口延長

☎44-2211

本宮市役所（本庁）では、毎週月曜日（祝日を除く）は、午後7時まで窓口を延長していますので、ご利用ください。

問い合わせ先

税務課市民税係
(☎内線165)

軽自動車税の減免申請を受付ます

身体または精神に障がいを持つ方が所有する軽自動車に係る軽自動車税の減免申請を受け付けます。

減免の対象となるのは、障がいを持つ方本人が所有する軽自動車などです。

申請期間

4月16日(金)から
4月23日(金)まで

必要書類

- 軽自動車税の納付書
- 印鑑
- 免許証
- 身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳

申請先・問い合わせ先

税務課市民税係
(☎内線165)
白沢総合支所地域振興課
(☎44-2111)
白岩出張所
(☎44-2211)

平成22年度 育児クラブ会員募集

育児クラブでは、平成22年度会員を募集しています。子育て真っ最中のお母さんをはじめ、お父さん、おばあさん、おじいさんの参加をお待ちしています。詳しくは、各コースへお問い合わせください。

コース名	活動場所	リーダー名	問い合わせ先
みずいろ月曜コース	第1児童館	白岩 佳苗	090-7908-9150
岩根育児クラブ(火曜日)	岩根公民館	鈴木 美穂 杉山 エミ	39-2905 39-2091
ひよこクラブ(火曜日)	白沢保健センター	大内 幸江	44-1014
ベビーコース(水曜日)	第1児童館	加賀谷洋実	34-3302
木曜コース	第2児童館	遠藤奈緒子	34-2520
木曜うさぎコース	第1児童館	河原 裕子	090-7797-1919
荒井育児クラブ(金曜日)	荒井公民館	菊地トヨ子	34-6706
ぽよクラブ	未定	武藤いつか	090-4478-8037

ここから下は広告欄です。広告掲載を希望される方は、市役所 秘書広報課へお申し込みください。

「広報もとみや」有料広告募集中

- ◆掲載規格（A4版5段組）
 - ①1枠…各ページの下1段、②半枠…下1段の2分の1
- ◆広告掲載料（1回あたり）
 - ①1枠…20,000円、②半枠…10,000円
 - ※12カ月連続での掲載となった場合、12カ月目は無料で掲載します。
- ◆問い合わせ先 秘書広報課 広報広聴係（内線220）

水道工事はお任せ！本宮市水道工事指定店会

- （南）浜野和 水道(33-7888)
本宮市本宮字塩田49番地2
- （南）本宮 設備(33-2599)
本宮市本宮字南町144番地1
- オオナミ 機(33-1001)
本宮市高木字戸崎63番地3
- （南）佐藤 商会(33-5875)
本宮市仁井田字富士内1番地1
- （南）光設 工業所(33-1895)
本宮市青田字孫市2番地25
- （機）タカマツ(33-5242)
本宮市本宮字一ツ屋12番地7
- （機）小山 設備(33-3003)
本宮市本宮字仲町39番地
- （南）須藤 住機工業(34-5528)
本宮市本宮字小幡33番地1



多重債務相談窓口のご案内

福島財務事務所では、自らの収入で返済しきれないほどの借金を抱え、お悩みの方々からの相談に応じています。相談者が抱える借金の状況をお聞きするとともに、必要に応じ弁護士・司法書士などの専門家に引継ぎを行います。相談は無料です。

◆受付日時
月曜日から金曜日
(祝日、年末年始を除く)
午前8時30分から
午後5時15分

◆問い合わせ先

財務省東北財務局
福島財務事務所
福島市松木町13-2
☎024-533-0064

交通遺児 育成資金を貸付

独立行政法人自動車事故対策機構では、交通遺児の健全な育成を図るため、育成資金を貸し付けています。

◆貸付対象者
自動車事故が原因で保護者が死亡したり、保護者に重い後遺障害が残ったりした家庭の中学校卒業までの子ども

■貸付金額
【一時金】15万5千円
【毎月額】2万円

◆貸付期間

貸付が決定した月から中学校卒業の月まで

■利子 無利子

■貸付条件

市民税が非課税、または均等割のみ課税の世帯
※重度後遺障害への介護料支給制度などもありますので、詳しくはお問い合わせください。

◆問い合わせ先

独立行政法人自動車事故対策機構福島支所
☎024-522-6626

ファミたんカードが新しくなりました

4月1日から『ファミたんカード』が新しくなりました。まだ、新しいカードの交付を受けていない子育て家庭の方は、下記により新しい『ファミたんカード』をお受け取りください。

■『ファミたんカード』の入手方法

- ・県内にお住まいの、18歳までのお子さん(18歳に達した後の最初の3月31日を迎える子)が対象となります。
- ・カードは、子ども福祉課または白沢総合支所市民福祉課窓口で申込みができます。
- ・お渡しするカードの枚数は、子ども1人につき1枚になります。

■その他

新しいカードは、お子さんが小・中・高校の学校、幼稚園、保育所などに通っている場合は、既に学校などを通じてお子さんに配付されています。

◆問い合わせ先

子ども福祉課 ☎33-1111(内線134、137)
白沢総合支所市民福祉課 ☎44-2114
県庁子育て支援課 ☎024-521-7198



JICA ボランティアを募集します

独立行政法人国際協力機構(JICA)では、国の事業として、開発途上国の国づくり、人づくりのために活動を行い、4月からJICA ボランティアを募集します。詳しくはお問い合わせください。

◆対象者

青年海外協力隊 20~39歳の日本国籍を持つ方
シニア海外ボランティア 40~69歳の日本国籍を持つ方

◆派遣期間

原則2年間(シニアは1年派遣も有り)

◆応募期間

4月1日(木)~5月17日(月)

◆問い合わせ先

JICA 二本松青年海外協力隊訓練所
☎24-3200

FAXで119番通報ができます

安達広域消防本部には、音声による119番通報が困難な方のために、FAXで火災の通報や救急車の要請ができる『FAX 119通報システム』があります。

利用する場合は、次の事項を記入し、局番なしの119番に送信してください。受信後に内容を確認し、受信した旨をFAXで返信します。

①火災・救急の別

※救急の場合は傷病者の氏名・性別・年齢・症状など

②住所・世帯主名・近くの目標物

③送信したFAXの番号

漏水当番のお知らせ

月 日	水道工事指定店	電話番号
4月3日(土)	(有)佐藤商会	33-5875
4月4日(日)	(株)タカマツ	33-5242
4月10日(土)	(有)須藤住機工業	48-2357
4月11日(日)	(有)浜野和水道	33-2788
4月17日(土)	(有)本宮設備	33-2592
4月18日(日)	オオナミ(株)	33-1001・33-2412
4月24日(土)	(有)光設工業所	48-2413・33-1895
4月25日(日)	(株)小山設備	33-3031
4月29日(木)	(有)佐藤商会	33-5875
5月1日(土)	(株)タカマツ	33-5242
5月2日(日)	(有)須藤住機工業	48-2357
5月3日(月)	(有)浜野和水道	33-2788
5月4日(火)	(有)本宮設備	33-2592
5月5日(水)	オオナミ(株)	33-1001・33-2412
5月8日(土)	(有)光設工業所	48-2413・33-1895
5月9日(日)	(株)小山設備	33-3031

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみの対応となります。通常の修理には対応できませんので、ご了承ください。

納期のお知らせ

軽自動車税	全期
水道使用料	2・3月分
下水道使用料	2・3月分
農業集落排水施設使用料	2・3月分
住宅使用料	4月分
住宅駐車場使用料	4月分
保育所・幼稚園保育料	4月分
放課後児童保育料	4月分

納期限 4月30日(金)

※口座振替をご利用の方は、上記納期限の前日までに、残高の確認をお願いします。

毎週月曜日(祝日は除く)は、窓口業務を午後7時まで延長していますので、税金などの納入および納付相談にご利用ください。

市営住宅の募集状況

※ただいま募集はしていません。

◆問い合わせ先
建設課 建築係
(☎内線145)

市のすがた (平成22年3月1日現在)

男性	15,510人 (-18)
女性	16,207人 (-12)
総人口	31,717人 (-30)
世帯数	9,647世帯 (+4)

()は、対前月比

2月の交通事故発生状況

	件数	死者	傷者
本年	14(26)	1(1)	13(27)
前年	12(28)	0(0)	22(42)
増減	2(-2)	1(1)	-9(-15)

本宮警察署より ()は1月からの累計

善意
ありがとうございます

◎新入学児童の

通学時の安全確保のために
▽本宮ロータリークラブ

(会長 三浦正行さん)

・新入学児童ランドセルカバー
320枚



▲(左から)教育長、渡辺英夫社会奉仕委員長、三浦正行会長、本田文夫幹事

◎市民の健康増進や

社会福祉のために
▽エムケー物流株式会社
(社長 庄司勝雄さん)

・現金 10万円



▲市長に目録を渡す庄司勝雄社長(中)と遠藤善市室長(右)

編集後記

まだ、ときどき寒い日もありますが、すっかり春らしくなってきました。

自宅のクロッカスも咲き始め、かわいらしい花がさやかに庭を彩っていました。

ところが!!夕方に帰ると、朝咲いていた花がありません!これはいったい!!

どうやら、鳥が食べてしまったらしいのです。

以来、棒で作った囲いもなくなく、咲くとすぐに鳥のデザートになっています。⑩



▲大賞（祭り部門）

『本宮祭りの夜』 佐藤源策さん(郡山市)

『第3回本宮市写真コンクール』の審査会が、3月11日に白沢公民館で行われ、各部門の入賞者が選ばれました。
市の自然を題材にした『風景ふれあい部門』に60点、もともや秋祭りなどの『祭り部門』に28点、市内から安達太良山を撮影した『安達太良ビュー部門』に9点、テーマは自由で市内在住者を対象とした『市民部門』に13点の応募がありました。大賞（各部門共通）と各部門の特賞、優秀賞を紹介します。



▲特賞（祭り部門）

『もともや秋祭り』 小田島守明さん(郡山市)



▲特賞（風景ふれあい部門）

『朝霧晴れて』 金子 茂さん(本宮市)



▲優秀賞（市民部門）

『いちょう散る朝』 中條里子さん(本宮)



▲特賞（安達太良ビュー部門）

『雪明り』 穀野只信さん(本宮市)

【風景ふれあい部門入賞者】

佐藤 峰雄さん(本宮市)、鈴木 三男さん(郡山市)
渡邊 幸子さん(本宮市)、官野 力雄さん(二本松市)
川名 栄吉さん(本宮市)、齋藤 祐一さん(本宮市)
三浦 勝弘さん(本宮市)、佐藤 光政さん(二本松市)

【安達太良ビュー部門入賞者】

金子紀美子さん(本宮市)、千葉 清さん(本宮市)

【祭り部門入賞者】

佐藤 恒雄さん(川俣町)、渡辺 甲一さん(本宮市)
菅野 勝明さん(川俣町)、武田 六郎さん(本宮市)

【市民部門入賞者】

穀野 節子さん(本宮)、栗城みなみさん(本宮)
仁井田香織さん(高木)、遠藤 節子さん(糠沢)

第3回本宮市写真コンクール入賞作品

