

地域福祉の推進者
民生委員・児童委員

令和4年12月1日付けで民生・児童委員の改選が行われ、148人の方々が厚生労働大臣から委嘱されました。

民生・児童委員は、地域福祉の増進のために、担当する地域住民の生活状況を把握し、生活に困っている人や一人暮らしの高齢者など援助が必要な人の相談や、福祉事務所などが行う業務への協力等を行います。

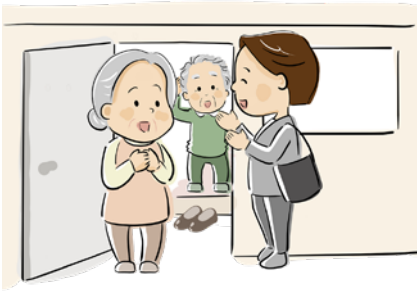
任期は令和7年11月30日までの3年間です。

◎問い合わせ:

福祉課地域福祉係

☎(24)5063

Fax(22)1547



担当地区	氏名
安達方部	
馬出町1、2、漆原町1、2	佐藤 修一
八軒町1、2、学校前	柚井 彩子
屋戸、台	石田 正子
前作、北向、天皇館	安齋 健一
野辺1、2、赤坂山、谷地	佐藤 元雄
一斗内、大森	安齋 智孝
安達駅前、中ノ内、天月堂、硫黄田	伊藤 茂
福岡1、2、油井町1、2	野里ゆり子
梨子木、作、薬師堂、持東林、宮下	佐藤 和枝
智恵子の森1~5	遠藤 光男
後座内、油王田、赤木内	佐藤 芳邦
羽黒1~3、渋川東	高橋 政美
日向、山ノ入、板橋、高砂	服部 政子
二本柳1~4、渋川中央	渡邊 裕子
吉倉1~4	佐藤 清子
畑根、山中、川原田、松ノ木内	阿部シツ子
上川崎1、2西、2東、22	安齋 正典
上川崎3~5	安齋忠次郎
上川崎6~9、入道谷	喜古 森夫
上川崎10~13	安齋 盛次
上川崎14~16、21	水野 金子
上川崎17~20	佐藤ミヨ子
藤内地、三合地、古城内、桶沢、杉ノ内、大中地、石橋	菅野 與吉
川面、東北、中北、宮、岩倉、名目津	佐藤 栄
主任児童委員	本田じん子
主任児童委員	市川 洋子

担当地区	氏名
成田10、11	三村 育子
成田10、11	田邊 夏江
永田1、2	加藤 正行
永田3、4	根本 宗悦
永田5	安田 藤留
永田6、7	吉村 仁志
永田8、9、杉田7	橋本 眞治
原セ1、2、8	佐藤 勉
原セ3~7	桑田 勇作
主任児童委員	松浦 健二
主任児童委員	渡邊 文勝
杉田方部	
杉田1-1	大内栄美子
杉田1-2	國分 敏男
杉田2	市川喜美子
杉田3	鈴木 一巳
杉田4	桑原美恵子
杉田5	蓬田 孝
杉田6	永瀬 文雄
杉田8	春日美栄子
主任児童委員	遠藤美智子
主任児童委員	國分 敏子
石井方部	
石井1、4	大内 良一
石井2、17	嶋原 房子
石井3、5、6	保住 秋美
石井7~10	保住喜美子
石井11、12、13-1	中村 久生
石井13-2、14、16	橋本 典子
石井15	佐藤 照雄
主任児童委員	渡邊よし子
主任児童委員	佐藤トヨ子
大平方部	
大平1、2	渡邊 実
大平3	佐藤 徳
大平4、5	三浦 勝己
大平6	齋藤 弘子
大平7、8	松本 正典
大平9、11	渡邊 一正
大平10、12、13	國分 善一
主任児童委員	松本よし子
主任児童委員	服部 洋子

担当地区	氏名
二本松方部	
若宮	橘 博
若宮	菅野 洋子
松岡	宮崎 憲治
松岡	加藤 妙子
本町	武藤 幸子
本町	矢吹 孝三
金色	菅野 妙子
亀谷	鈴木 博子
亀谷	渡邊みよ子
竹田	菅野 元子
竹田	小平 栄子
根崎	高橋恵利子
根崎	平田 貴子
郭内	安齋 康雄
郭内	佐久間 大
郭内	安齋 豊
郭内	榎本 有美
主任児童委員	相田 由美
主任児童委員	安部 玲子
塩沢方部	
塩沢1-1	阿部 洋子
塩沢1-2	小平 明美
塩沢2、12	高橋 郁男
塩沢3~5、11	内山和加子
塩沢6、9	小沢 昌子
塩沢7、8	斎藤 貞寛
塩沢10	林部 正芳
主任児童委員	加藤 純一
主任児童委員	齋藤 義仁
岳下方部	
高越1、2、6	藤田 守
高越3、4	高橋 幸二
高越5、8、9	吉田 吉美
成田1	遠藤ヨウ子
成田1	遊佐盛一郎
成田2、12	松坂 豪智
市海道	吉田 洋子
成田4	大谷 敏彰
成田5	齋藤 實
成田6	伊藤 保子
成田7、8	大藤 浩一

市有地を

売却します



市では、次の土地を先着順で売却します。買い受けを希望する方はお申し込みください。

※土地は現状有姿での引き渡しとなります。

申込期間

2月1日(水)

～3月10日(金)(必着)

申込方法

市ウェブサイトまたは財政課(市役所4階)備え付けの申込書に必要事項を記入の上、必要書類を添えて郵送してください。

買受人の決定

原則として、応募に必要な書類を最初に提出した方を買い

物件番号1 杉田仲之内1-73

●登記地目

宅地

●登記面積

295.21m²(89.30坪)

●売却価格

4,244,000円



物件番号2 新座40-19

●登記地目

宅地

●登記面積

368.79m²(111.55坪)

●売却価格

2,785,000円



物件番号3 小浜字芳池70

●登記地目

宅地

●登記面積

1,879.77m²(568.63坪)

●売却価格

9,148,000円



受入として決定しますが、同一の日に同じ物件について複数の応募があった場合は、くじにより買受人を決定します。

財政課管財係

☎(55)5081

Fax(22)7023



担当地区	氏名	担当地区	氏名	担当地区	氏名
松ヶ作、梨木内、桜畑	佐久間洋子	小林、曲山、高井、沓掛、明生内	遠藤 文郎	岩代方部	
高槻、水舟、間屋	嶋原 正廣	上町、中町、下町、名目津	遠藤富美子	反町	渡辺 善行
石谷、境田、折越	朝倉みさ子	堂内、横町、深谷、山辺沢、手倉石、平	杉山啓一郎	鳥居町	本田 道弥
坂ノ下、仲之内、竹ノ内	渡辺 義晴	茂原	渡邊美智子	藤町	松山清四郎
鍛冶山、大実取	高橋 昭一	主任児童委員	菅野みゆき	新町	齋藤 孝子
寺坂、西谷、小田	安藤 一二	主任児童委員	佐藤 文子	成田	渡邊三恵子
鷹1、鷹2、白髭、綱木	菅野 廣一	東和方部		西勝田西部	石井 一志
菅1、菅2、岩南	穴戸 忠一	針道1～5 (佐勢ノ宮を除く)	大内千栄子	西勝田東部	安齋由美子
若1、若宮、前石田、柴内	齋藤美佐子	西ノ内、上ノ内、針道2(佐勢ノ宮)	嶋原 一	上長折	安齋 厚子
岩北、布1、布2、深田、布4	菅野 清弘	五反田、針道9、仲組、杉内	菅野 勝	長折中部	菅野多佳子
戸沢1、羽山、戸沢3	武藤 善朗	入組、小手森、宮秋、大町	嶋原 和洋	下長折	菅野 壽子
戸沢4、川向、下田	本多 和弥	治家、塩沢、田谷	村松隆一郎	西新殿1～3	谷口 政美
戸沢6～9	菊地トシ子			西新殿4～7	安齋 千春
戸沢10～12、12東	武藤美知代			杉沢	本田ゆき子
主任児童委員	高橋 三雄			東新殿	山口 正
主任児童委員	高橋 弘子			初森	村田りつ子
				上太田	遠藤 成一
				中山、桜平、町、萩平、原	遠藤 敦子

健幸長寿都市にほんまつ

2月1日は

「フレイルの日」

健幸長寿のためにも、フレイルチェックをしてみましょう！

「フレイル」とは？



加齢とともに、「体や心のはたらき」や「社会とのつながり」が弱くなった状態のこと。

何も対策をせず放っておくと、介護が必要となる可能性が高い状態ですが、予防や改善ができる段階でもあります。早くに気づき、元気なうちから対策することが大切です。



フレイルチェック(自分の状態チェック)をしてみましょう！

①体重減少

6カ月で2～3kg以上の体重減少



②筋力低下

握力低下
・男性26kg未満
・女性18kg未満



③疲労感

直近2週間で、わけもなく疲れたような感じがする



④歩行速度の低下

通常歩行速度
1.0m/S未満



⑤身体活動の低下

「軽い運動・体操をしていますか」「定期的な運動・スポーツをしていますか？」と聞かれて、いずれも「していない」と回答

→ 3項目以上該当の場合「フレイル」
→ 1～2項目該当の場合「プレ・フレイル」



フレイル予防の3つのポイント

①運動(身体活動)

今より10分多く、できる範囲で元気に動きましょう。運動は、筋力向上のほか、食欲や心の健康にも良い影響があります。日常生活で続けられるものを無理なく行いましょう。



②食事

肉や魚などのたんぱく質を中心に、いろいろな食品を組み合わせる食べましょう。おいしい食事はお口の健康から。歯みがきや入れ歯のケアも忘れずに。



③社会参加

できるだけ外出や交流をしましょう。地域に出て人とつながり、生きがいや楽しみ、目標などをもち続けることがフレイル予防につながっていきます。家庭の中で役割を持って暮らすことも社会参加の一つです。



「通いの場」

二本松市ではフレイル予防で健康寿命をのばし、元気に過ごしていただく一つの方法として、週1回体操やお話をして楽しむ場「通いの場」の立ち上げ支援を行っています。興味のある方は高齢福祉課またはお近くの地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。



◎問い合わせ…高齢福祉課包括ケア推進係 ☎(23)3600 FAX(22)1547

「防災ラジオ」はお持ちですか？

市では、防災情報などの伝達を迅速に行うため、「防災ラジオ」を1台3千円の負担金にて市民・市内事業所へ貸与しています。

「防災ラジオ」は、電源につないでおくだけで、防災情報（火災情報、地震情報、気象情報、火山噴火情報等）、避難情報、断水があった場合の臨時給水などのお知らせのほか、防犯、新型コロナウイルス感染症対策に関する情報なども得られます。

また、通常のラジオ（ワイドFM対応）を聞いている最中でも、防災情報など市からのお知らせがあれば優先的に放送される仕組みです。

なお、1世帯当たり1台のみの貸与となります。

申込方法

- ①「希望調査票」を市へ提出 ←
- ②市から申請書を郵送 ←
- ③指定された窓口へ申請書を持参しラジオを受け取る。

希望調査票の入手方法

市ウェブサイト、生活環境課（市役所1階）、各支所地域振興課、各住民センターの窓口で受け取ることが出来ます。
負担金が無料となる世帯
申し込み時点で左記のいずれかに該当する場合は負担金が無料となります。

- ・65歳以上の高齢者のみ世帯
- ・要介護度3以上の在宅生活者がいる世帯
- ・身体障がい者（身体障害者手帳1・2級の方および3級の視覚・下肢・体幹・呼吸器機能障がいの方）がいる世帯
- ・知的障がい者（療育手帳A所持者）がいる世帯
- ・生活保護世帯
- ・住民税非課税世帯



◎問い合わせ・申し込み：生活環境課生活防災係

☎(55) 5102
Fax (22) 4479

トレーニングマシン活用フィットネス講座

トレーニングマシンを活用して、体力づくり・健康づくりを始めるフィットネス講座を開催します。

開催日	時間
2/13(月)	14:00~15:30頃
2/15(水)	10:00~11:30頃
2/22(水)	19:00~20:30頃
2/27(月)	14:00~15:30頃
3/3(金)	10:00~11:30頃
3/8(水)	19:00~20:30頃

※昨年度開催された講座と概ね同じ内容となります。
※昨年度受講し、再度振り返りをしたい方も大歓迎です。

場所

城山総合体育館トレーニング室

対象

市内に在住、在勤者（小・中学生を除く）
定員 各回10人

※各回定員になり次第締め切ります。

※複数回の受講も可能ですが、調整をさせていただきます。場合があります。

参加料 無料

準備物

マスク、上履き、タオル、飲み物、筆記用具など（動きやすい服装で参加ください）

その他

新型コロナウイルス対策として、昨年同様に定員を例年の半数とします。また、当日はマスクの着用と体調管理シートの提出にご協力ください。

講師

快フィットネス研究所

所長 吉井雅彦氏

◎問い合わせ・申し込み：

生涯学習課スポーツ推進係

☎(62) 7067

Fax (22) 7171



フレッシュアズスーツ 好評販売中

自社工場で縫製した安心の日本製。ストレッチ性のあるベーシックなスーツをお手頃な価格で ご提供いたします。

MEN'S スーツ (ジャケット&パンツ) ¥17,160 (税込)

WOMEN'S スーツ (ジャケット&スカート) ¥16,060 (税込)

シャツ、ブラウス、ネクタイ、WOMEN'S パンツもご用意。 サイズも豊富に取り揃えております。

短期間だけなら
レンタルスーツ (上下)

3週間 ¥6,050 (税込)

送料無料 / クリーニング不要



(株) アルバTOWA

本宮市本宮字館町 2-1

完全予約制 ご来店の際は必ず事前にお電話ください

TEL 0243-33-5121 (平日 8:10 ~ 17:10)

ONLINE SHOP

