



## しあわせの願いを込めたつるし雛

～岳温泉街 つるし雛まつり(本文・22ページ)～

### 今月の主な内容

- |                          |                      |
|--------------------------|----------------------|
| この「まち」で始める……………②         | わが家のアイドル・健康と育児のひろば…⑭ |
| 年度末・年度初めの手続き……………④       | まちの話題……………⑯          |
| ピックアップ市政情報……………⑥         | インフォメーション……………⑰      |
| おいしく食べるって、からだに「いい」……………⑨ | 二本松イベント&ニュース……………⑳   |



二本松市  
ウェブサイト  
(スマートフォン用)



## この「まち」で始める

市内にお店が増えることで、まちに賑わいが生まれ、活気が出てきます。

数多くある選択肢の中で「二本松で始める」という選択をしていた方へ、市ではできる限りのサポートをしていきたいと考えています。

今月号では、市内の空き店舗を活用して創業しようとする方を対象に建物の改修費等の一部を助成する「二本松市創業支援空き店舗等活用事業補助金」を活用して、令和6年度に創業された皆さんをご紹介します。

### 空き店舗活用事業とは？

新たに事業を営もうとする方が市内の空き店舗で創業する際の改修費および貸借料等に対し、その費用の一部を補助する制度です。

補助の対象となるのは、日本産業分類に定める産業のうち、指定された産業を主として行い、年度内に営業を開始する方です。

#### 補助の対象となる経費と補助率について

- ①店舗等改修費…内装や外装、電気照明などの設備工事や建物と一体になって機能する設備の導入費等  
(補助率2/3、最大200万円)
- ②店舗等貸借料…貸借店舗の月額家賃  
(補助率2/3、最大10万円/月を6カ月)

#### 例えば…

- ・ 食堂やレストラン
  - ・ 喫茶店
  - ・ 持ち帰り飲食サービス業
  - ・ 理容、美容業
  - ・ 療術業
- などなど

その他条件がありますので、詳しくはウェブサイトや下記窓口までお問い合わせください。



### 「にほんまつで始める」方を応援します。

費用の補助のほか、さまざまな面から創業をお考えの皆さんを応援します。

#### ▶創業支援無料相談会の開催

創業への「どうすればいいの?」にお答えするワンストップを開設しています。

#### ▶創業支援セミナーのご案内

セミナーを受講した方に対し、登録免許税の軽減等の支援を受けられる受講証明書を発行します。

#### ▶創業者交流会の開催

実際に二本松で創業された方とこれから創業を考えている方の交流会を開催しています。



二本松図書館では、創業応援コーナーを設置。

◎問い合わせ…商工課企業誘致係 ☎(55)5121 Fax(22)8533

<創業に関するご相談>

二本松地域で創業を希望する方…二本松商工会議所 ☎(23)3211 Fax(23)6677

安達・岩代・東地域で創業を希望する方…あだたら商工会 ☎(23)5854 Fax(22)4438

## 創業者に話を伺いました！

### カフェテラス 花ぐるま

二本松市役所のほど近くにある「カフェテラス花ぐるま」。以前にも同形態で営業していた店舗内には、趣のあるアンティークな調度品が並び、昔ながらの喫茶店の雰囲気を感じられます。

店舗を構える決め手は、立地条件などいろいろありましたが、初めて店舗を見た時は、すぐに営業できる

長く飲食店等での調理や経営経験のある店主は、以前から空き店舗活用事業について耳にしていたといいます。店舗の改修や賃貸料に補助を活用できる事を知っていたので、そこから創業へのイメージを膨らませたそうです。

状態ではなかったそうです。床や壁など改修を全て自分で行うのは大変で、補助制度があったことが創業への後押しになったとのこと。店主は、「気兼ねなくお越しいただいて、楽しく過ごしてもらえたい」と店鋪の将来について語ってくれました。

人生最後の仕事を二本松で、そして少しでも二本松を盛り上げられたら、という思いで創業を決意されました。



アンティークな椅子やランプは、以前からお店にあったものです。ナポリタンには赤いウインナーが入っており、レトロ感が美味しさを引き立てます。



#### カフェテラス 花ぐるま

ランチの際はパスタやピザなどの洋食を中心に提供しています。手作りのケーキやクレープと合わせてコーヒータイムにも。

店舗住所：金色406-9 ☎22-0010(月曜日定休)



### 御食事処 つかさ

二本松へ転入して、市内に家を構えたことをきっかけにできた地域との繋がりが。

創業を決意したのは、地域の方の後押しもあった、と店主の永山さんは語ります。元々、ホテルで料理長を務めていた永山さんは、いつか独立したいという思いを持っていました。コロナ禍での創業に対し家族からの心配があった中でも、その思いを実現することができたのは、空き店舗活用事業があったからで、これがなかったら創業はできなかつたかもしれない、と話していました。制度を知ったきっかけは、同業者からの「創業するのであれば、市の補助制度を活用したほうがいい」とのアドバイスを受けたことでした。



おすすめの唐揚げ定食には、握りこぶしくらいの大きな唐揚げが最大3個ついてきます。パリッとした衣の中身は柔らかく、とてもジューシーで、ご飯が進みます。

これからの抱負について、口ならではの調理を手軽に楽しめる食堂として、お店の名前を二本松に浸透させていきたい。支えてくれている地域の皆さんにはいつも本当に感謝しています。来店をきっかけに地域の人たちのつながりの輪が広がっていけば、私たちも幸せです」と話してくれました。



店主の永山友司さん(写真右)と妻のやよいさん(写真左)。

#### 御食事処 つかさ

定食などの和食を提供しています。テイクアウトも対応しており、今晚のおかずとしてのお惣菜や食べきれなかった際の持ち帰りもできます。

店舗住所：高田5-10

☎070-2615-7578

(火曜の夜と水曜は定休日)



# 3月・4月の手続きはお早めに

住所が変わったら届け出が必要です



時間に余裕を持ってお越しください

## 住所の異動届

住民登録は、居住関係の公証、選挙人名簿登録など、行政サービスの基本となります。引っ越しをしたときに届け出をしないと、いろいろな給付や行政サービスが受けられなかったり、選挙の投票や健診、お子さんの学校などに影響が出たりする場合があります。

また、マイナンバーカードの記載内容の変更や、国民健康保険などの手続きも必要になります。

### 窓口で届け出の際は

#### 本人確認書類のご提示を

窓口では、不正な届け出を防ぐため、来庁された方の本人確認を行っています。

マイナンバーカードや運転免許証など官公署発行の顔写真が添付されている本人確認書類の提示をお願いしています。

## 転出届は「オンライン」で

転出届は、マイナポータルを通じたオンラインでの届け出が可能になっています。

このサービスを利用する方は、転出届の窓口での手続きは原則不要となります。

### 利用できる方

マイナンバーカード(電子証明書が有効なもの)を持っている方で、日本国内での引っ越しをする方

※転入届等の手続きは、別途、転入先市区町村の窓口で行うこととなります。

## 窓口の混み合う時間



市役所の窓口は、週の初めや金曜日、また昼休みの時間帯がたいへん混み合います。

その時間帯を避けるか、時間に余裕をもってお越しください。

## 住所が変わった際の主な届け出

届け出の種類	届け出に必要なもの	届け出期限
<p>【転入届】 市外から移ってきたとき</p>	<input type="checkbox"/> 届出人の本人確認書類 <input type="checkbox"/> 転出証明書(前住所地で発行)※オンラインで転出届を提出した方は不要 <input type="checkbox"/> 国民年金手帳(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 介護保険受給資格証明書(資格者のみ) <input type="checkbox"/> マイナンバーカード(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 住基カード(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 在留カード(外国人の方) <input type="checkbox"/> 特別永住者証明書等(外国人の方)	二本松市に住み始めてから14日以内 <small>※事前に前の住所地で転出の届け出が必要です。</small>
<p>【転出届】 市外へ移るとき</p>	<input type="checkbox"/> 届出人の本人確認書類 <input type="checkbox"/> 国民健康保険被保険者証または資格確認書(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 後期高齢者医療被保険者証または資格確認書(加入者のみ) <input type="checkbox"/> 介護保険証(加入者のみ) <input type="checkbox"/> 印鑑登録証(登録者) <input type="checkbox"/> マイナンバーカード(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 住基カード(持っている方のみ)	二本松市から他の市区町村へ移る日まで
<p>【転居届】 市内で住所を変更したとき</p>	<input type="checkbox"/> 届出人の本人確認書類 <input type="checkbox"/> 国民年金手帳(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 国民健康保険被保険者証または資格確認書(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 後期高齢者医療被保険者証(加入者のみ) <input type="checkbox"/> 介護保険証(加入者のみ) <input type="checkbox"/> マイナンバーカード(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 住基カード(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 在留カード(外国人の方) <input type="checkbox"/> 特別永住者証明書等(外国人の方)	転居した日から14日以内

ご利用ください

## コンビニ交付サービス

### 取扱証明書

住民票、印鑑登録証明書、所得・課税(非課税)証明書

### 取扱時間

午前6時30分～午後11時  
 ※年末年始・メンテナンス時を除く。

### 取扱店舗

セブン・イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ

### 利用できる方

二本松市に住民登録があり、マイナンバーカード(利用者証明書用電子証明書が有効なもの)をお持ちの方

手数料 1通200円

(窓口では300円)

### 証明書取得方法

店舗内のマルチコピー機にマイナンバーカード(スマートフォン電子証明書を搭載したスマホ)をかざしてタッチパネルを操作すると、証明書を取得することができます。(暗証番号が必要です。)

### ◎問い合わせ

市民課市民記録係

☎(55)5104

Fax(62)2600



# 3月 臨時窓口開設

3月29日(土)・30日(日)は  
異動届等を受け付けます

## 開設日

3月29日(土)、30日(日)

## 時間

午前8時30分

～午後5時15分

## 場所

市民課(市役所1階)ほか

※各支所は開設しません。

**取扱内容** 下表のとおり

※市民課で受け付けを行う

主な手続き

・住民異動届の受け付け

(転入届、転出届、転居届など)

・各種証明書の交付

(住民票、戸籍関係(広域交付を除く)、印鑑

登録証明書、所得・課税証明書など)

・印鑑登録の受け付け

・戸籍届の受け付け

・マイナンバーカードに

関する手続き

(事前の予約が必要)

※届け出等の種類により、

受け付けできない場合や

再度お越しいただく場合

があります。

※受け付けを行う手続きは、引っ越しに必要な手続きのみです。全ての手続きに対応するわけではありません。

## 引っ越しの際に必要な主な手続き(3/29・30に窓口を開設する手続き)

届け出の種類	問い合わせ	
●住所の届け出	市民課市民記録係	☎(55)5104 Fax(62)2600
●国民健康保険 ●国民年金	国保年金課国保年金係	☎(55)5106 Fax(22)1547
●後期高齢者医療制度 ●子ども医療費 ●重度心身障がい者医療費	国保年金課医療給付係	☎(55)5107 Fax(22)1547
●児童手当 ●児童扶養手当 ●ひとり親家庭医療費 ●学童保育	子育て支援課子育て支援係	☎(55)5094 Fax(22)1547
●保育所、認定こども園、幼稚園	子育て支援課幼保管理係	☎(55)5112 Fax(22)1547
●水道の開栓、閉栓	上下水道課水道管理係	☎(55)5135 Fax(62)1033
●入学、転校	学校教育課管理係	☎(55)5151 Fax(22)3147

※受け付けを行う手続きは、引っ越しに必要な手続きのみです。全ての手続きに対応するわけではありません。

こんなとき	届け出に必要なもの
<b>国保に入るとき</b>  例えば… ・会社等の健康保険を脱退した ・被扶養者でなくなったなど	<input type="checkbox"/> 届出人の本人確認書類 <input type="checkbox"/> 健康保険を脱退した年月日の分かる証明書等(資格喪失証明書、退職証明書、離職票の写し、扶養から外れた旨の証明書、マイナポータル画面の提示など) ※資格喪失証明書の様式は、市ウェブサイトからダウンロードできます。 <input type="checkbox"/> 子ども医療費受給資格者証(18歳以下のお子さんがいるとき)
<b>国保をやめるとき</b>  例えば… ・会社等の健康保険に加入した ・被扶養者になったなど	<input type="checkbox"/> 届出人の本人確認書類 <input type="checkbox"/> 国民健康保険被保険者証または資格確認書(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 社会保険等の健康保険証または健康保険に加入した年月日が分かる証明書(コピー可) ※扶養の方も含め全員分 ※マイナポータル画面の提示でも可。 <input type="checkbox"/> 子ども医療費受給資格登録のため、保護者等の振込先の分かるもの(18歳以下のお子さんがいるとき)
<b>就学のために他市町村へ住所を移すとき</b>	<input type="checkbox"/> 国民健康保険被保険者証または資格確認書(持っている方のみ) <input type="checkbox"/> 在学証明書(合格通知、入学許可証、学生証でも可)

※令和6年12月2日より紙での保険証発行はありません。マイナ保険証をご利用ください。

**国民健康保険の手続きもお忘れなく**

職場の健康保険に加入(脱退)したときや、住所変更があったときなどは、国保年金課(市役所1階)または各支所地域振興課に14日以内に届け出をしてください。

また、就学のため実家を離れる時も手続きが必要です。

◎問い合わせ先

国保年金課国保年金係  
 ☎(55)5106  
 Fax(22)1547

「住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯への給付金」を支給しています

住民税非課税世帯への給付金対象者

基準日(令和6年12月13日)に本市に住民登録があり、令和6年度の住民税が非課税である世帯  
**支給額** 1世帯当たり4万円  
**子ども加算**  
 その世帯に扶養されている18歳以下の児童1人当たり2万円

住民税均等割のみ課税世帯への給付金対象者

基準日(令和6年12月13日)に本市に住民登録があり、令和6年度の定額減税前住民税が均等割のみ課税されている世帯  
**支給額** 1世帯当たり3万円  
**子ども加算**  
 その世帯に扶養されている18歳以下の児童1人当たり2万円

共通 申請方法

対象となる世帯へ「支給通知書」または「支給要件確認書」を送付しています。

次のいずれにも該当する場合には「支給要件確認書」が送付されます。「支給要件確認書」が届いた場合には、必要事項を記入の上、関係書類を添えて提出期限までに返信してください。

- ①これまで当市から、住民税非課税世帯等に対する支援給付金を口座振込により受給していない方
- ②マイナンバーカードで公金受取口座を登録していない方

支給要件確認書提出期限

7月31日(木)

その他

住民税が課税されている者の扶養親族のみからなる世帯は対象となりません。

お問い合わせ・申請先:

福祉課地域福祉係  
 ☎(24)5063  
 Fax(22)1547

らくらく窓口証明書交付サービスをご利用ください

市民課の窓口でマイナンバーカードを利用し、簡単なタッチパネルの操作をするだけで、証明書が取得できるようになりました。

申請書の記入や本人確認書類の提示は不要で、コンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機と同様の操作で証明書を取得できます。

操作方法が分からない場合は、職員がサポートしますので、気軽にお尋ねください。  
**利用できる方**  
 本市に住民登録があり、マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書が有効なもの)をお持ちの方

取扱場所

市民課窓口(市役所1階)

取扱時間

平日 午前8時30分  
 午後5時15分

取得できる証明書

- ・住民票の写し(全部・一部)
- ・印鑑登録証明書
- ・所得・課税(非課税)証明書

手数料

1通 300円

※通常の窓口交付と同じ金額となります。

取得方法

- ①カードリーダーにマイナンバーカードを置いて、コンビニのマルチコピー機と同様の操作方法で、タッチパネルを操作します。(暗証番号が必要)
- ②印刷された受付票および手数料と引き換えに、窓口で証明書をお渡しします。

お問い合わせ:

市民課市民記録係  
 ☎(55)5104  
 Fax(62)2600



フレッシュズスーツ 好評販売中

入学式・入社式

就職活動

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) ￥23,760 (税込)～

WOMEN'S スーツ (ジャケット&スカート) ￥22,000 (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 ￥8,800 (税込)

送料無料 / クリーニング不要



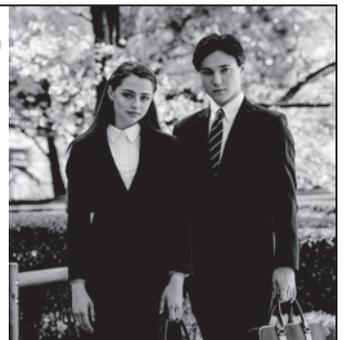
アクセス (株) アルバトowa

本宮市本宮字館町 2-1

ONLINE SHOP



完全予約制 各来店の際は必ず事前にお電話ください TEL 0243-33-5121 (平日 8:30 ~ 17:00)





ご利用ください！  
**二本松市グリーンフィールド無料開放デー**  
**日程等** 下表のとおり  
**対象** 二本松市民(団体利用可)  
**予約受付期間** 使用日前月の1日から使用日の前日まで  
 ※予約受付時間は平日の午前8時30分～午後5時15分です。  
 ※電話での予約はできません。  
 ◎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  
 または岩代公民館  
 ☎(55)2260  
 Fax(55)2070



**5年に一度の「国勢調査」が行われます！**

我が国の人口・世帯の実態を明らかにすることを目的として、9月下旬に調査票を配付し、10月1日現在日本国内に住んでいる全ての人と世帯を対象に調査します。

調査結果は、さまざまな行政施策の基礎データや研究・教育活動など皆さんの生活の幅広い分野で利用されます。

回答方法は、インターネット回答と郵送回答があり、スマホやパソコンから24時間いつでも回答ができるインターネット回答が便利です。ぜひご利用ください。

◎問い合わせ…秘書政策課総合政策係

☎(55)5090  
 Fax(22)7023

**【二本松市グリーンフィールド無料開放日】**

※祝祭日や年間予約と重複した場合は別の平日を指定。

利用時間	日程 (原則、毎月の第3水曜日)	使用可能コート
① 9:00～12:00	4/16、5/21、6/18、7/16、8/27、9/17、10/15、11/19、12/17、1/21、2/18、3/18	①人工芝コートA ②人工芝コートB ③アップコート
② 13:00～16:00		

**教育委員会委員の紹介**

市議会12月定例会において、任命の同意が得られ、1月27日付けで辞令が交付された方を紹介します。(敬称略)



教育委員会委員  
 おおた さえこ 太田 左恵子(竹田)

通行止め期間中は、杉田川上流側の杉田橋や下流側の落合橋を迂回路としてご利用ください。



**長者宮橋が通行止めになります**  
 国直轄事業として施工する杉田川堤防整備事業に伴い、市道橋である長者宮橋を架け替えることとなります。工事期間中は通行止めとなりますので、ご理解とご協力をお願いします。

**土地/建物の登記測量調査**

**土地家屋調査士 大槻 武志**

二本松市渋川字羽黒山18-29  
 TEL 090-9743-2161 FAX 0243-54-2970  
 携帯 070-2440-1617  
 E-mail ootuki.takesi@ebony.plala.or.jp

**【土地分筆/土地地目変更/建物表題/建物滅失etc】**

**工事箇所**  
 長者宮橋およびその前後の市道  
**工事(通行止め)期間**  
 6月頃～令和10年3月頃  
 ※工事は令和7年4月以降の発注であり、工事期間等は前後することがあります。  
 ◎問い合わせ：  
 東北地方整備局福島河川国道事務所工務第一課  
 ☎024(539)6125  
 または土木課監理係  
 ☎(55)5123  
 Fax(23)1197



～物価高騰対策、地域経済の回復へ～



## らくらくお帰りタクシー

あらかじめ登録した店舗を利用した方が帰宅時にタクシーを利用する際、料金の一部を支援します。

### 支援額 最大3,000円

- ※割引クーポン券は1枚500円。1回の乗車で最大6枚利用可能。
- ※18時以降の乗車は、1回当たり4枚(2,000円分)を上限。
- ※複数人乗車の場合は、代表者のみに適用

### 利用期間 3/7(金)～6/30(月)まで

※期間内でも予算の関係上、終了となる場合があります。

### 対象者

市内の登録した店舗で買い物や飲食などをして、市内の自宅に帰る際に、市内のタクシー会社を利用する市民

### 利用条件

- ①タクシー利用の直前に、あらかじめ登録した店舗で、買い物や飲食等をした方で、その店舗から直接自宅に帰宅する場合(後日の利用はできません。)
- ②店舗によりタクシーの配車予約を受ける方(個人での配車予約は対象外です。)
- ③店舗から自宅(市内)への帰路に限ります。

### 対象とならない利用の例

- ①帰路途中、他店舗への寄り道がある場合
- ②店舗から店舗への利用
- ③自宅から店舗への利用
- ④店舗から市外の自宅への利用

### 利用できる店舗

あらかじめ登録した割引クーポン券配布店舗(ポスターが目印です)

対象業種は、①小売店舗(大規模小売店舗を除く)②飲食店③理美容店④あん摩マッサージ店(健康保険適用外店のみ)⑤クリーニング店⑥旅館・ホテル(日帰り入浴・宴会・飲食利用も含む)⑦道の駅⑧公共温泉施設です。

※割引クーポン券の配布店舗については、下記までお問い合わせください。(タクシー会社のウェブサイトやSNS等でもお知らせします。)



### 利用方法

- ①あらかじめ登録した店舗で買い物等が終わったら、店舗の方に「らくらくお帰りタクシー」の利用を伝えてください。
- ②店舗が直接タクシー会社に配車を依頼します。
- ③割引クーポン券は店舗の方がタクシー乗務員に直接渡します。
- ④割引クーポン券はタクシーのメーター料金の内数での利用です。差額は現金等でお支払いください。

### ～お店の方へ～

割引クーポン券配布店舗の申し込みは、随時受け付けています。(対象業種の店舗に限ります)

◎問い合わせ・店舗申し込み…昭和タクシー ☎(23)3690  
丸や交通 ☎(46)2311

## 名目津温泉利用料金および日山キャンプ場寝具貸出サービスの変更について

経費の高騰等に伴い、4月1日より右表のとおり利用料金の改定を行います。

サービスの安定的な提供のためご理解いただきますようお願いいたします。

### ◎問い合わせ…

岩代支所地域振興課  
☎(65)2777  
Fax(55)3005



### 【名目津温泉利用料金】

	内容	改定前	改定後
大人	1回 (2時間以内)	500円	600円
	1日	1,000円	1,200円
	11回券	5,000円	6,000円
小人	1回 (2時間以内)	250円	300円
	1日	500円	600円
	11回券	2,500円	3,000円
	1カ月定期入館券 (市内在住の70歳以上)		5,500円

### 【日山キャンプ場寝具貸出サービス】

	内容	変更後
	毛布・布団 (シーツ、枕を含む)	貸出を廃止
4/1からの貸出	寝袋 (アルミマット含む)	310円
	アルミマット	100円

※必要に応じて、ご自身の寝具やシュラフ等をお持ちいただくことをおすすめします。

🌸と卒業・と入学おめでとーございます🌸

新生活のご準備は  
**ドコモショップ二本松店**へ

- ◎他社からお乗りかえ
- ◎新規・機種変更
- ◎インターネット
- ◎dカードなど

特典をご用意してお待ちしております。

📞0120-351-775

ドコモショップ二本松店 福島県二本松市若宮2-163-1 NTT二本松ビル1F

# おいしく食べるって、からだに「いいいい」

二本松市の健康課題ナンバール1「高血圧」。

対策にかかせないのが、適切な量の塩を摂る「適塩」です。

12月1日に安達公民館で「にほんまつ食育フェスタ」を開催し、家族で楽しく適塩について学びました。本号では、汁ものブースで提供した、二本松市健康推進委員会による「適塩みそ汁体験」の取り組みを紹介します。

## だしのうま味や香味野菜をプラス！

汁ものブースでは、『適塩』といわれる塩分濃度0.6%のみそ汁に、昆布とかつお節を加え、さらに長ねぎ・青じそ・しょうが・あおさ・ゆず・無塩ケチャップ・ごま油の中から、いずれか1つを選んで加え、味わってもらいました。

はじめは、「うすい」「物足りない」と感じたみそ汁も、だしのうま味や香味野菜の豊かな風味や酸味、油脂類の香りやコクが加わることで、「ちょうどいい」「おいしい」と感じることができました。塩味を足さなくても、おいしく味わうことができる『適塩』の体験です。



## 具だくさんのみそ汁で適塩！



野菜に含まれるカリウムには、体から塩分を出すはたらきがあります。腎臓に働きかけ、塩分の吸収を防ぎ、尿への排泄を促してくれます。野菜をたっぷり入れたみそ汁を1日1杯いただきます。



具材をたくさん入れると、汁の量を約半分まで減らすことができます。

## 『適塩』でおいしく

からだが好き食べ物を食べることで、自分や家族の健康づくりにつなげましょう。

◎問い合わせ…健康増進課成人保健係 ☎(55)5109 Fax(23)1714

「食プロ」を市ウェブサイトで紹介しています。



みんなでチャレンジ!

減塩・禁煙・脱肥満(2)

(一社)安達医師会会長 青木 良仁(青木整形外科医院院長) 生活習慣病対策委員長 上遠野 健(上遠野内科医院院長)

塩分を摂り過ぎると高血圧のリスクが高まり、最終的には脳卒中や心筋梗塞などにつながる恐れがあります。福島県は塩分摂取量が男性で11.9g、女性で9.9gと男女ともに全国ワースト2位です。(2016年国民健康・栄養調査)

減塩なんかあまり意味ないのでは?と思う方もいるでしょう。減塩による大きな成果を出した国がイギリスです。イギリスはもともと塩分摂取が多い国でした。

イギリスではパンに含まれる塩分が、塩分の摂り過ぎの大きな原因の1つでした。そこで大手メーカーにパンの塩分を減らすよう働きかけました。メーカーの協力を取り付け、7年間かけて徐々にパンの塩分を減らしていき、最終的には20%の減塩ができました。その後国民1人当たりの塩分摂取量は1日1g以上減少、さらに脳卒中や心臓病が40%減少、国の医療費も大幅に削減することができました。たかが減塩、されど減塩なのです。

減塩をするには、まずは自分がどれくらい普段塩分

を摂っているか把握する必要があります。自分では摂っていないつもりでも実は摂り過ぎの場合もあります。尿検査でだいたいどのくらい塩分を摂っているか調べることができます。最近では健康診断の一環として行っている場合もあります。また、内科に通院中の場合には担当の先生に相談すると検査してくれると思います。病院に相談するのが面倒な方には簡単なチェックシートがあります。インターネットで「あなたの塩分チェックシート」と検索してみてください。

減塩について簡単にできることとしては醤油や味噌の代わりに酢など塩分の少ない調味料を使う、味噌汁を作るときは具を多くしてスープを少なくする、漬物は浅漬けにする、ラーメンやうどんを食べるときはスープを残すなどがあります。現在は食品の栄養成分表示に食塩相当量が記載されています。買ったたり食べたりに確認することで、塩分の摂り過ぎを抑えることができると思いますので、ぜひ確認してみてください。



**安心した出産に向けて**

**一般コース**

日時・内容 3月9日(日)  
午前9時〜正午

マタニティヨガ  
妊娠中の肩こりや腰痛の  
解消法、お産に役立つ動  
きやリラククス法

対象者 市内在住の妊婦さん  
とそのパートナー、育児中  
の方、祖父母

講師 運動指導士

申込期限 3月6日(木)

ようこそ赤ちゃんコース

日時・内容 3月21日(金)  
午前9時〜正午

お産の進み方と退院後に役  
立つ情報

知っておくと安心!

「母乳の出方と飲ませ方」

対象者 市内在住で妊娠後期  
(おおむね妊娠28週〜)の妊  
婦さんとそのパートナー

講師 助産師

申込期限 3月18日(火)

**共通**

場所 安達保健福祉センター  
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、  
水分補給できる物

託児 無料

※事前に申し込みが必要です。  
※託児を希望される方は、オ  
ムツや着替え、ミルクなど  
をお持ちください。

◎問い合わせ・申し込み:  
こども家庭課母子保健係  
(安達保健福祉センター内)  
☎(55)5110  
Fax(23)1714



**一人で悩まないで、  
相談してみませんか?**

**3月は「自殺対策強化月間」**

心の不調は誰にでも起こる  
ことです。周りにいる人が不  
調に気づき、早い段階から適  
切に関わることを「メンタル  
ヘルス・ファーストエイド」  
と言います。

3月は季節の変化とともに  
仕事や生活の変化があり、ス  
トレスを抱えやすい時期です。  
家族や友人など周りの人の  
様子が「いつもとちがう...」と  
感じた時は声を掛け、話を聞  
いてみてください。

◎問い合わせ:

健康増進課成人保健係  
☎(55)5109  
Fax(23)1714

ストレスや悩みは一人  
で抱え込まず、信頼で  
きる人に話したり、相  
談してください。



**【市の相談窓口】**

※各保健センターでも随時相談は可能  
です。

二本松市健康増進課  
安達保健福祉センター  
☎(55)5109  
(各保健センター)



**【SNS等での相談】**

**まもろうよこころ**  
(SNS・電話)

相談窓口や自殺対策の  
取り組みなどの情報を  
掲載している厚生労働  
省のサイトです。



**こころつなぐ@福島**  
(LINE)

福島県で開設している  
LINE相談窓口です。



**【電話相談】**

相談窓口	相談TEL	相談可能な時間
こころの健康相談 統一ダイヤル	☎0570 (064)556	9:00~17:00 18:30~22:00 ※土日祝日、年末年始を除く。
福島いのちの電話	☎024 (536)4343	10:00~22:00 ※第3土曜日は、10時から翌 日10時まで24時間受け付け。
ふくしま寄り添い フリーダイヤル(無料)	☎0120 (556)189	10:00~22:00



2.0帖

レンタル収納賃貸用地  
オーナー同時募集

**レンタル収納  
二本松竹田店オープン!!**

他、本宮・郡山に展開中

まずはお気軽にお問合せください  
郡中丸木株式会社ストレージ事業部 ☎070-6615-2687



店舗QR

## 岩代保健センター保健師の勤務場所変更について

令和7年4月1日より、保健と福祉の連携を強化するために、岩代保健センターの保健師は岩代支所内で勤務します。

これまで岩代保健センターで行ってきた各種申請や相談等は、岩代支所内で対応します。

なお、集団健診や定例健康相談会は、これまでどおり岩代保健センターで行います。

### ◎問い合わせ：

健康増進課予防管理係

☎(23)6591

Fax(23)1714



## 3月1日～8日 女性の健康週間

女性のからだは、女性ホルモンの影響によって変化します。また近年、女性の生き方が多様化し、ライフスタイルも変化しています。

女性が活躍する場が増えたことで、新たなストレスも発生し、女性のからだと健康に大きな影響を与えています。充実した人生を送るためには、からだも心も健康であることが求められます。

自分のからだについて、正しい知識を持ち、からだからのサインを見逃さないようにしましょう。

●バランスよく食べましょう

●無理のない運動を続けましょう

●「やせすぎ」「太りすぎ」に注意しましょう

●タバコは止めて、飲酒は控えめにしましょう

●かかりつけ医を持ちましょう

関連サイト  
女性の健康推進室  
ヘルスケアラボ



## 運動を習慣に

運動は、ゆるく続けられることが大切です。仕事や家事の合間に筋トレやストレッチをしてみましょう。

《スキマ時間に骨密度アップ》

①足を揃えてまっすぐ立つ。

②かかとを上げてつま先立ち

③足の力を抜いて、ひざを曲げずにかかとを落とす。

※30回1セット。不安定な場合には椅子の背もたれやテーブルに手を置いて行いましょう。

《産後・更年期の尿漏れ&下半身の違和感対策》

①からだがまっすぐになるように椅子に座る。

②息を吐きながら膣・肛門をギュッと上に引っ張るイメージで、力を入れて締める。5秒間キープして緩める。この動作を繰り返す。

### ◎問い合わせ：

健康増進課成人保健係

☎(55)5109

Fax(23)1714

健康情報  
松本市  
二本づくり



## 市民が主役。

市長からの手紙

### 巡り来る、春

春が近づいてまいりました。雪や氷が溶け、楽しい季節の到来を私たちに予感させます。日が長くなり、草木が芽吹き、花々もつぼみをつけ始めます。温かな春の日差しに誘われて、地中に眠っていた虫たちも動き出します。

私たちのからだを目覚めさせる春野菜たち。春の訪れとともに、ビタミン、ミネラル、食物繊維、苦み成分などを豊富に含む旬の野菜や山菜が揃います。ぜひ、この時期の恵みを、旬を逃さずに味わっていただきたいものです。



二本松市長  
三保 恵一

毎年めぐってくる春の訪れは、新しい息吹をもたらします。新緑の美しさに心を奪われ、太陽の光のありがたみや自然界の生命力の豊かさを強く感じることでしよう。

安達太良連峰の山肌には、雪が溶けかけた際に現れるハート型の雪形が姿を見せまします。この雪形は、幸せをもたらすシンボルとして親しまれています。

春はまた、別れと出会いの季節でもあります。卒業式、入学式、入社式、引越など、親しい人との別れもあれば、新たな仲間との出会いが待っていることもあります。喜びや悲しみ、期待や寂しさが交錯するこの季節は、私たちにとって新しい自分を発見し、人との絆を深め、成長することができる絶好のチャンスです。

この自然の芸術は、農作業の開始を告げ、種まきの時期となり、新たな命が芽吹く瞬間を迎えます。庭で春の兆しを探し始めるとともに、田畑仕事の本格的にスタートし、作物が今年も豊かに実ることを願います。

春の訪れとともに、ぜひ新しいドアを開けて、一歩踏み出してみてください。皆さんの未来への希望が花開くことを信じています。二本松市の更なる発展と、市民の皆さんの輝かしい未来に向けて、ともに歩んでまいります。



**「自閉症」を知っていますか？**



4月2日は  
「世界自閉症啓発デー」  
4月2日～8日は  
「発達障害啓発週間」

自閉症の方は、脳の発達の仕方の違いから、感覚が過敏だったり、記憶力が抜群だったりします。真面目に取り組んでいても、誤解されてしまうこともあります。こうした態度や行動を理解して接することで、より良い関係を築くことができます。あなたも「自閉症」について学んでみませんか。

**自閉症と発達障がい啓発するブルーライトアップ**

**実施場所**  
・二本松市市民交流センター  
・ほんまつ城報館

**実施期間**  
3月26日(水)  
～4月15日(火)

※夕方～午後9時頃まで  
**啓発コーナーの設置**

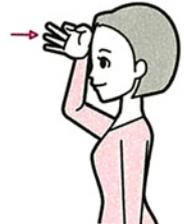
自閉症の理解を深める資料や青色に煌めくシンボルツリーを展示します。

**実施場所**  
市役所1階市民ホール

**実施期間**  
3月26日(水)  
～4月15日(火)

**ワンポイント手話**

※土日祝日を除く  
プロ、プロフェッショナル、上手過ぎる！



右手2指の輪を引き寄せて額につける  
(出典：一般財団法人全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話」学習辞典1[P296])

◎問い合わせ：  
福祉課障がい福祉係  
☎(55)5113  
Fax(22)1547

**肢体不自由者来所相談会**

**日時** 3月14日(金)  
午後1時～2時

**場所** 県庁北庁舎1階  
福島県障がい者総合福祉センター  
(福島市杉妻町2-16)

**相談内容**  
補装具(義肢、装具、車いす等)の購入・修理、医療、その他更生に関する相談

※身体障害者手帳をお持ちの方は持参してください。  
**相談料** 無料

**申込方法**  
事前に左記まで電話等でお申し込みください。

**申込期限** 3月3日(月)

◎問い合わせ・申し込み：  
福祉課障がい福祉係  
☎(55)5113  
Fax(22)1547  
または各支所地域振興課市民福祉係



**小型特殊自動車のナンバー登録**

トラクターなどの農耕作業車や小型フォークリフトなどの小型特殊自動車が、最高速度などの要件に該当する場合は、道路を走行する、しないに関わらず軽自動車税の対象となるため、登録手続きを行う必要があります。

軽自動車税に該当する小型特殊自動車の要件

- 農耕作業用**
- ・乗用装置の有るもの
  - ・最高速度35km/h未満
  - ※大きさは、関係ありません。
- その他(フォークリフト等)**
- ・最高速度 15km/h以下
  - ・長さ 4.7m以下
  - ・幅 1.7m以下
  - ・高さ 2.8m以下

◎問い合わせ：  
税務課市民税係  
☎(55)5085  
Fax(22)0790

丸又葬儀社 やすらぎの丘 二本松斎場

皆さん、こんにちは！丸又です！！皆さん、お墓はありますか？どこにありますか？自分にもしもの事があったら、どうなりますか？お墓は絶対！散骨がいい。樹木葬がいい。お墓はいらない。どれも正解！ただ、ご先祖様たちはどうなるでしょう。そして、これから残される方たちはどうなるでしょう。今は、いろんな選択肢があります。その選択は、自分にとってそして自分のまわりの方にも最善の選択なのか、ぜひ話す機会をもうけてください。元氣なうちに、笑って話せるうちに。

本社：二本松市本町2-99-2 斎場：二本松市槻木257-5 フリーダイヤル 0120-03-5598



児童手当  
高校3年生を養育している方へ

大学生年代の子を含め、3人以上の子を養育している場合、多子加算の算定対象となります。大学生年代の子を引き続き養育する場合は、支給

令和7年4月以降加算対象にならない例

第1子 申請不要  
大学生(22) 加算対象 支給なし

第2子 申請不要  
社会人(19) 加算対象外  
小学生(10) 支給対象 月10,000円

令和7年4月以降加算対象になる例

第1子 申請不要  
大学生(22) 加算対象 支給なし

第2子 申請必要  
大学生(19) 加算対象 支給なし

第3子 申請必要  
小学生(10) 支給対象 月30,000円

金額が変更となるため申請が必要で、任意申告となり、自動的に加算されません。現在高校3年生を養育している方へは、3月上旬頃にお知らせを送付します。申請が必要な方は、期限内に必要な書類をご提出ください。無職、就職する方でも、引き続き親が養育する場合、加算対象となる場合があります。詳しくはウェブサイトを、または左記までお問い合わせください。

公務員の方の申請については勤務先へご確認ください。

対象者

令和7年4月1日から大学等に進学し第3子加算対象となる19歳〜22歳の方を養育している・する予定の方

提出期限 4月15日(火)

※提出が遅れた場合は、申請月の翌月分以降の加算になります。

お問い合わせ・申請先

子育て支援課子育て支援係

☎(55)5094  
Fax(22)1547

または各支所地域振興課



自動車・軽自動車等の登録(移転・変更・抹消)はお済みですか？

毎年4月1日午前0時現在の登録に基づいて、自動車税種別割・軽自動車税種別割が、車検証に記載されている「所有者」または「使用者」に課税されます。

「所有していない自動車の納税通知書が届いた」「納税通知書が届かない」などのトラブルを避けるため、自動車を譲渡・廃車または、転居した

種別等	内容	問い合わせ先
普通自動車 ※軽二輪自動車・二輪小型自動車含む	登録手続き	東北運輸局福島運輸支局 福島市吉倉字吉田54 ☎050(5540)2015
	自動車税	福島県東北地方振興局県税部課税第二課 福島市杉妻町2-16 北庁舎4階 ☎024(521)2702
軽四輪自動車	登録手続き	軽自動車検査協会福島事務所 福島市吉倉字谷地18-1 ☎050(3816)1837
	軽自動車税	二本松市役所税務課市民税係 ☎(55)5085 Fax(22)0790
原動機付自転車 ・ 小型特殊自動車	登録手続き	二本松市役所税務課市民税係 ☎(55)5085 Fax(22)0790
	軽自動車税	二本松市役所税務課市民税係 ☎(55)5085 Fax(22)0790



際には、3月31日までに最寄りの運輸支局等で手続きを済ませましょう。詳しくは、内容に応じて左記までお問い合わせください。

良質な羽毛は押し入れの中にある！

気候変動などの影響により新しく購入する羽毛ふとんよりもお手持ちの古い羽毛ふとんの方が質が高い可能性があります。



羽毛ふとん仕立て直し

てっせんや  
(株) 鐵扇屋 TEL:0243-22-1322  
二本松市油井字八軒町45番地

オーダーカーテン半額セール実施中

二本松法律事務所  
NIHONMATSU LAW OFFICE

TEL:0243-23-0795 予約制

初回相談無料！ 弁護士:井上 航(福島県弁護士会所属)  
二本松市若宮2-163-1  
NTT二本松ビル4階

月~金 9:00~17:00 ACCESS▶警察署隣・NTTドコモ右脇入口

http://nihonmatsu-lawfirm.jp



みうら のぞみ  
**三浦 望未ちゃん(下長折)**  
 令和2年生まれ/ 5歳  
 父：拓さん 母：美紀さん  
 幼稚園に入ってから友達もたくさんできて  
 毎日が楽しいことばかりだね♪  
 お誕生日おめでとう！！



おおつき るな  
**大槻 月夏ちゃん(茶園)**  
 令和3年生まれ/ 4歳  
 父：一樹さん 母：智美さん  
 4歳の誕生日おめでとう！  
 いつも元気いっぱい月の月夏ちゃん！なんでも  
 挑戦してたくさん思い出つくらうね！



松岡・若宮コミュニティセンターの雛かざり

育児教室(3月)

地域	場所	日時	行事内容等	問い合わせ	
安達	地域・子育て支援センターぷらす (認定こども園まゆみぷらす内)	3日(月)、28日(金)	10:00~11:30	親子制作	地域・子育て支援センターぷらす ☎(24)8347  ※内容等詳細はお問い合わせください。
		4日、25日	(火) 11:50~	地域・親子昼食会	
		6日(木)、19日(水)	10:00~12:00	栄養相談・身体測定	
		7日	(金) 10:00~11:00	プレスクール	
		11日(火)、24日(月)	10:30~11:00	認定こども園の先生と遊ぼう	
		17日	(月) 10:30~11:00	お誕生会	
		通常開放：毎日(土・日・祝日を除く)	9:30~16:00	年齢制限なし(保護者同伴)	
	地域・子育て支援センター Den (認定こども園まゆみ併設)	2日	(日) 9:00~12:30	パパたちのセンター開放day	地域・子育て支援センター Den ☎(24)6745  ※内容等詳細はお問い合わせください。
		3日、17日	(月) 10:00~10:30	赤ちゃんひろば	
		6日(木)、13日(木)、19日(水)、27日(木)	10:00~10:30	絵本の読み聞かせ、体を動かそう(リズム遊び)	
		7日、21日	(金) 9:30~11:00	作って遊ぼう(親子制作)	
		8日	(土) 11:20~	親子昼食会	
		12日	(水) 17:30~	こども食堂テイクアウト	
		22日	(土) 11:20~	こども食堂カレーの日	
26日		(水) 10:30~11:00	お誕生会		
通常開放：毎日(日・祝日を除く)	9:00~16:00	年齢制限なし(保護者同伴)			
岩代	岩代保健センター	6日 (木) 9:45~11:00	リズムあそびをしよう	小浜保育所 ☎(55)2124	
		21日 (金) 9:45~11:00	みんなのおめでとう会 ※要予約		
	岩代地域小浜子育て支援センター(小浜保育所内)	通常開放：毎日(土・日・祝日を除く)	8:30~13:30		年齢制限なし(保護者同伴)
	いわしろさくらこども園	通常開放：毎日(土・日・祝日を除く)	8:30~13:30	年齢制限なし(保護者同伴)	いわしろさくらこども園 ☎(57)2709
東和	東和保健センター	4日 (火) 9:45~11:00	サーキット運動遊びをしよう	とうわこども園 ☎(24)8125	
		11日 (火) 9:45~11:00	みんなのおめでとう会		
	東和地域子育て支援センター(とうわこども園内)	通常開放：毎日(土・日・祝日を除く)	8:30~13:30		年齢制限なし(保護者同伴)



# わが家のアイドル

～3月生まれのおともだち～

就学前のお子さんを誕生月にご紹介します。4月号に掲載を希望される方は、3月5日(水)までに写真とコメント(50字程度)をお寄せください。\*ウェブサイトからの申し込みも可能です。(秘書政策課秘書広報係)



くまがい れいか  
熊谷 怜花ちゃん(茶園)

令和4年生まれ/3歳

父:和己さん 母:理子さん

怜花ちゃん、3歳のお誕生日おめでとう！  
怜ちゃんのおかげで毎日が新鮮で楽しいよ！  
元気いっぱいにすくすく育ててくれてありがとう。  
これからもたくさん思い出を作ろうね！



たかぎ ゆいと  
高木 結人くん(岳温泉)

平成31年生まれ/6歳

父:正人さん 母:温子さん

ゆいくん6歳のおたんじょうびおめでとう！  
4がつから1ねんせい♪  
しょうがつこうたのしんでね☆

パパ・ママ



さいとう みおり  
齋藤 実織ちゃん(智恵子の森)

令和3年生まれ/4歳

父:和也さん 母:あゆみさん

4歳のお誕生日おめでとう♡  
みーちゃんのかわいい笑顔が毎日癒されるよ。  
これからも元気いっぱい、すくすく育ってね。



※「予約制」のものについては、事前に電話等でご予約ください。  
※母子手帳アプリ「母子モ」からの予約も可能です。

## 乳幼児健康相談

こども家庭課母子保健係 ☎(55)5110 Fax(23)1714

### 離乳食ふれあい教室(予約制)

対象 離乳食開始から1歳程度のお子さんと保護者

日時	期日	場所	時間
	3/11(火)	安達保健福祉センター	9:00~12:00

※個別相談となります。電話やアプリ等で申し込みください。

### 2歳児健康相談(予約制)

対象者	期日	場所	時間
令和4年11月21日~12月31日生	3/4(火)	二本松保健センター	9:00~11:30

※個別相談となります。電話やアプリ等で申し込みください。

### フリー相談(予約不要)

場所 こども家庭センター Mum(安達保健福祉センター内)

内容 乳幼児の身体測定や相談を行います。  
※電話での相談も受け付けます。

### 助産師相談(予約制)

場所 こども家庭センター Mum(安達保健福祉センター内)

内容 乳房の手入れ、育児・授乳相談、体重測定など

日時 毎週月・水曜日 9:00~12:00

## 乳幼児健康診査

こども家庭課母子保健係 ☎(55)5110 Fax(23)1714

### 4カ月児健康診査(予約制)

対象者	期日	場所	受付時間
令和6年10月10日~11月1日生	3/5(水)	安達保健福祉センター	12:30~12:50
令和6年11月2日~11月20日生	3/12(水)		12:15~12:35

### 10カ月児健康診査

・対象者は満10カ月を迎えた方です。(まだの方は、1歳前まで受診できませんので早めに受けましょう)  
・個別健診で実施していますので、問診票と「10カ月児健康診査のお知らせ」(4カ月児健診時に配布)をご覧ください。

### 1歳6カ月児健康診査(予約制)

対象者	期日	場所	受付時間
令和5年8月15日~8月31日生	3/13(木)	安達保健福祉センター	12:15~12:45

### 3歳児健康診査(予約制)

対象者	期日	場所	受付時間
令和3年7月16日~7月31日生	3/14(金)	安達保健福祉センター	11:50~12:30

## 定例健康相談

健康増進課成人保健係 ☎(55)5109 Fax(23)1714

実施日	場所	内容	受付時間
3/3(月)	二本松保健センター	保健・栄養・歯科相談	9:00~11:00
	岩代保健センター		
3/17(月)	安達保健福祉センター 東和保健センター		
3/24(月)	安達保健福祉センター	こころの健康相談	13:30~15:30

\*相談担当 保健相談…保健師、栄養相談…栄養士、歯科相談…歯科衛生士  
\*電話等での予約を受け付けています。待ち時間も軽減できますので、ぜひ予約しておいでください。  
\*体調が悪い場合は参加はご遠慮ください。  
\*健診結果の相談もできます。その場合は、**予約の上**、健診結果、お薬手帳(ある方)をご持参ください。  
\*こころの健康相談は、**予約制**です。相談の3日前までにお申し込みください。

「針道のあばれ山車」・「木幡の幡祭り」フォトコンテスト2024  
**最優秀賞が決定しました**



市内外から「針道のあばれ山車」部門に84点、「木幡の幡祭り」部門に124点の応募があり、1月17日に行われた審査会の結果、次の2点が最優秀賞に選ばれました。



【「針道のあばれ山車」部門】

しぶや けんじ  
 澁谷 謙治さん(福島市)

『激突！押し込んだ〜』



【「木幡の幡祭り」部門】

よしだ つぎお  
 吉田 次夫さん(国見町)

『師走の幡行列』

道の駅さくらの郷から子どもたちを応援  
**合格餅で“もち、ろん合格”**



道の駅さくらの郷では、地元で伝承される学問の神様にちなんだ「合格餅」が販売されています。

地元産のもち米を使用し、五角形に整えられた餅は、粘り強く受験を乗り切ってほしいとの地域の人の思いがつまっています。



農家民泊での国際交流

**台湾からの教育旅行生を受け入れ**



1月24日、日本への教育旅行の一環で台湾の黎明国民中学の生徒12人が二本松市を訪れました。

道の駅ふくしま東和では歓迎セレモニーが行われ、その後、農家民泊への宿泊を体験しました。



目の前に広がる白銀の世界

**スキー場で冬の二本松を満喫**



市内にある2つのスキー場「あだたら高原スキー場」と「塩沢スキー場」が予定通りにオープンを迎え、冬のレジャーを楽しむ人々で賑わいました。

塩沢スキー場



あだたら高原スキー場

地域交通の担い手不足へ対応

**県内初の日本版ライドシェアが開始**



昭和タクシー株式会社では、一般ドライバーが自家用車やタクシーの遊休車両を使い有料で客を運ぶ「日本版ライドシェア」事業を開始し、1月17日に出発式が行われました。



【3月】催事等のご案内 ※入場料等、詳しくはお問い合わせください。

開催日	会場	催事等の内容	開始時間	問い合わせ
3/8 (土)	コンサートホール	白井圭 孤高の無伴奏ヴァイオリンの世界	13:30	事務局 ☎080(4519)0454
3/8 (土)	東和文化センター	市民大学セミナー歴史講演会「世界一受けたい日本史の授業」	13:30	二本松中央公民館 ☎(23)5121
3/11 (火)	市民交流センター	年金出張相談会	10:00~15:00	街角の年金相談センター福島 ☎024(531)3838

催し

Information

# お知らせ

**市役所**  
 二本松市金色403-1  
 ☎(23)1111  
**安達支所**  
 二本松市油井字瀧石1-2  
 ☎(23)1221  
**岩代支所**  
 二本松市小浜字北月山27  
 ☎(55)2111  
**東和支所**  
 二本松市針道字蔵下22  
 ☎(46)2111  
**市ウェブサイトアドレス**  
<https://www.city.nihonmatsu.lg.jp/>

**学生、既卒者の皆さんへ**  
**ふくしま就職ガイダンス**  
 福島県内に就業場所があり、参加対象学生等を正社員として採用する計画のある企業の合同説明会を開催します。

**対象**  
 ・令和8年3月に大学等を卒業(修了)予定の方  
 ・令和5年3月以降に大学等を卒業(修了)した方 等

**申込方法等**  
 開催日前日の午後6時までに特設サイト申込フォームから予約してください。  
 ※福島会場は当日参加可

**オンライン**  
**日時**  
 3月14日(金)、3月18日(火)、3月22日(土)  
 午後1時~4時30分

**会場**  
 オンラインイベントシステム『GALIMO』  
**参加企業** 各日30社

**福島会場**  
**日時** 3月4日(火)  
 午後1時~3時30分

**会場**  
 ビッグパレットふくしま

**参加企業** 130社

**その他**  
 大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校等の学生を対象とした若手社員との交流会を同時開催。

**◎問い合わせ:**  
 ・オンライン  
 ガリレオスコープ株式会社  
 ☎03(6809)5733  
 ・福島会場  
 福島労働局職業安定課  
 ☎024(529)5396

**会場**  
 オンラインイベントシステム『GALIMO』  
**参加企業** 各日30社

**福島会場**  
**日時** 3月4日(火)  
 午後1時~3時30分

**会場**  
 ビッグパレットふくしま

**参加企業** 130社

**その他**  
 大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校等の学生を対象とした若手社員との交流会を同時開催。

**◎問い合わせ:**  
 ・オンライン  
 ガリレオスコープ株式会社  
 ☎03(6809)5733  
 ・福島会場  
 福島労働局職業安定課  
 ☎024(529)5396

**岳クラブ**  
**3月のイベント情報**  
**アンコールウォーク**  
**あだたら高原パノラマコース**  
**日時** 3月14日(金)  
 午前10時~

**集合場所** 岳温泉観光協会  
**定員** 40人

**残雪の安達太良山登山**  
**日時** 3月30日(日)  
 午前10時~  
 (受付:午前9時~)

**集合場所** あだたら高原スキー場レストハウス1階  
**定員** 20人

イベントの詳細は、左記までお問い合わせください。岳クラブ公式Facebookでもご覧いただけます。

**岳クラブ**  
**3月のイベント情報**  
**アンコールウォーク**  
**あだたら高原パノラマコース**  
**日時** 3月14日(金)  
 午前10時~

**集合場所** 岳温泉観光協会  
**定員** 40人

**残雪の安達太良山登山**  
**日時** 3月30日(日)  
 午前10時~  
 (受付:午前9時~)

**集合場所** あだたら高原スキー場レストハウス1階  
**定員** 20人

イベントの詳細は、左記までお問い合わせください。岳クラブ公式Facebookでもご覧いただけます。

相続サポートあだち

## 相続/遺言無料相談会

◇ 4月1日(火) 午後6時~8時  
 ◇ 二本松市勤労者研修センター2階(郭内北小隣り)  
 ◎電話で秋山までご予約下さい。 ◎相続遺言に係る文書作成に関する相談会です。 ◎守秘義務を守りますので安心してご相談下さい。  
**〈相談員〉** 行政書士 秋山孝雄 (☎22-4737)  
 石川晃雄 (原セ諏訪236) 菅野光夫 (下川崎字下杉ノ内24-1) 佐藤直人 (油井字前作171)

**あだたら山 奥岳の湯**

**営業時間** 10時~18時  
**最終受付** 17時30分  
**入浴料金** 大人700円  
 小人500円

二本松市奥岳温泉  
**ADATARA あだたら高原リゾート** TEL: 0243-24-2141  
<http://www.adatara-resort.com>

催し

大山忠作美術館

ワークショップ

「上川崎和紙でものごづくり」

手のひらワークショップ

日時 3月30日(日)

午前10時～

(1時間30分～2時間)

会場

二本松市市民交流センター

3階市民ギャラリー

内容

千年の歴史を誇る手漉き和紙「上川崎和紙」を使って、手のひらサイズの和紙小物をつくります。

◎招福だるま

7色から好きな色を選んで

中・小サイズの計2個を制作します。

◎帽子のブローチ

(マグネットも選べます)

染色技法のひとつである

「折り染め」が体験できます。

講師 上川崎わがみ会

対象者 小学生以上

※小中学生は保護者同伴

持ち物

エプロン、タオル、筆ペン

(だるまの顔を描くため)

参加料 1種500円  
定員 30人(先着順)

申込締切

3月23日(日)午後5時

◎申し込み・問い合わせ:

大山忠作美術館

☎(24)1217



教室・講座

市民講座

生活に取り入れる誤嚥予

防上手なトロミ剤の使

い方

申し込みは不要ですので、気軽に参加ください。

日時 3月14日(金)

午後2時～2時45分

参加費 無料

定員 約20人

場所

二本松病院1階ロビー

講師

JCHO二本松病院

摂食・嚥下障害看護認定看護師 武藤麻里子氏

◎問い合わせ:

JCHO二本松病院

☎(23)1231



年金

令和7年度

国民年金保険料は

月額1万7510円です

令和7年度の保険料は、前年度より530円引き上げられ、月額1万7510円となります。

支払方法は、納付書・口座振替・クレジットカード・スマートフォンアプリ・ねんきんネットから選べます。

保険料は、基礎年金を支払うための大切な財源です。納期を守って納めましょう。

支払いに利用可能なアプリ

AEONPay・auPAY・

d払い・PayB・PayPay・

LINE Pay・楽天ペイ

就職する方の国民年金

4月以降、就職に伴って厚生年金に加入する方で、国民年金保険料の支払いを口座振替にしていた方は「口座振替辞退申出書」の提出をお勧めします。

厚生年金への切り替えに伴い口座からの国民年金保険料の振り替えも止まりますが、処理されるまでに時間が掛かることなどにより、誤って保険料が引き落とされてしまうことがあります。

引き落とされた保険料は後日還付されますが、還付されるまでに数カ月掛かることもあります。「口座振替辞退申出書」を提出いただくと誤って引き落とされるのを防ぐことが出来ます。

申出書の届け出に必要なもの

・基礎年金番号の分かるもの  
・指定されている通帳

・口座の届け出印

※申出書は国保年金課(市役所1階)および各支所に備え付けてあります。

※4月末の口座振替を止めるためには、3月中旬までに届け出をしていただく必要があります。

◎問い合わせ:

国保年金課国保年金係

☎(55)5106

Fax(22)1547

東北福島年金事務所

☎024(535)0141

Fax024(535)3529

暮らし

求職者支援制度のご案内

ハローワークでは、再就職や転職を目指しスキルアップを希望する皆さんへ、無料の職業訓練をご案内しています。また、要件に該当される方は、毎月10万円の生活支援給付金を受給しながら通える「求職者支援制度」をご利用いただけます。詳細は訓練窓口へお問い合わせください。

◎問い合わせ:

ハローワーク二本松

訓練担当

☎(23)0343



「モペット(ペダル付原動機付自転車)」を知っていますか？



道路交通法の改正により、通称モペットと呼ばれるペダル付原動機付自転車について、「原動機を用いずに走行する場合であっても」原動機付自転車(いわゆる原付バイク)の運転に該当することが明確化されます。標識(ナンバープレート)の交付を受けていない場合は、原動機付自転車の登録をする必要があります。

## ペダル付原動機付自転車

・ペダルを漕いで走行することも、電動機(モーター)のみで走行することも可能  
 ・モーターを用いず、ペダルのみを用いて走行する場合であっても、従来の原動機付自転車又は自動車として

の交通ルールが適用される  
 ・一般原動機付自転車等を運転することのできる運転免許が必要  
 ・自動車損害賠償責任保険への加入

## 車体寸法

長さ 250cm以内  
 幅 130cm以内  
 高さ 200cm以内

※それぞれの定格出力に応じた区分が変わります。

定格出力	区分	税額
0.60kw以下	白ナンバー (50cc以下)	2,000円
0.61kw以上 0.80kw以下	黄色ナンバー (90cc以下)	2,000円
0.81kw以上 1.0kw以下	ピンクナンバー (125cc以下)	2,400円

電動アシスト自転車との違い  
 ・「ペダル付原動機付自転車」は道路交通法上では「原動機付自転車」に分類される  
 ・型式認定を受け、TSMマークがついている「電動アシスト自転車」は、道路交通法上では「自転車(軽車両)」として扱う

## 標識交付場所

・電動アシスト自転車には「電動アシスト自転車」の標識(ナンバープレート)の交付は不要  
 ・電動アシスト自転車のアシスト比率を超えるものは、「原動機付自転車」と同様の扱いになります。

・税務課市民税係  
 ・各支所地域振興課  
 ・交付手続きに必要なもの  
 ・販売証明書等の車両情報がわかる書類

## お問い合わせ

税務課市民税係  
 ☎(55)5085  
 Fax(22)0790

スポーツ振興くじ助成により総合射撃場にクレー射出機を設置しました



総合射撃場では、令和6年度スポーツ振興くじ助成を受けてトラップ射撃用のクレー射出機6基を設置しました。

## 助成対象事業細目

地方公共団体スポーツ活動助成(大型スポーツ用品の設置)  
 スポーツ振興くじ助成とは  
 スポーツ振興くじ助成は、独立行政法人日本スポーツ振興センターがスポーツくじ(photo・BIG・WINNER)の販売により得られる収益をもとに、地方公共団体およびスポーツ団体が行うスポーツの振興を目的とする事業に対して行われます。

二本松市総合射撃場クレー射出機設置事業に対して助成金295万6千円の交付が決定されました。

## お問い合わせ

生涯学習課スポーツ推進係  
 ☎(62)7067  
 Fax(22)7171



## 2025年3月開催日程

競輪	オート
20~23 ウィナーズカップGⅢ(伊東温泉)	2/28~3/4 山陽ナイトレース
1~4 名古屋GⅢ 6~9 玉野GⅢ 13~16 大垣GⅢ	1~4 浜松 19~23 浜松 特GⅠ
13~16 四日市GⅢN 27~30 前橋GⅢ	5~9 川口GⅠ 22~25 川口ナイトレース
※FⅠ、FⅡ開催情報はあだたらホームページでご確認ください	5~8 伊勢崎アフター5 25~27 伊勢崎
	10~13 浜松 28~31 浜松
	14~17 川口

## あだたら情報

- ①競輪ガラポン 未確定車券で景品プレゼント
- ②あだたらカフェ(午前11時~午後4時)

元競輪選手 第65期  
**我妻広一**氏による  
**解説会!!**  
 ※GⅢ以上のグレードレース

詳しくはサテライト  
 あだたらホームページ  
**サテライトあだたら**  
 TEL 0243-53-2267

遺言で遺すのは、財産ではありません。

「うちは財産がないから」「うちの子供達は大丈夫だよ」そんなふうに仰る方が多いです。とても残念に思います。遺言がないばかりに、法人の意思決定ができなくなったり、分割方法で揉めて家族がバラバラになってしまったり悲しい事件を、たくさん見てきました。故人様の思いを伝えるために、ご家族様のその後のために、**遺言で遺すのは、よい家族関係です。**

司法書士は相続・遺言・登記の専門家です。当事務所は初回相談無料です。

乾亮太郎司法書士事務所  
 本宮市本宮字南町裡143-1  
 (サンライズもとみや前)  
 ☎予約0243-249913

## 野焼き(火入れ・たき火)などによる火災に注意!



3月は北からの冷たい空気と南からの暖かい空気がぶつかり発生する低気圧の影響で、非常に強い風が吹くことがあります。また、冬から春にかけては乾燥しやすい時期でもあり、火の取扱いには注意が必要です。

令和5年中、安達管内では、火入れやたき火を原因とした火災が22件発生しました。野焼きなどを行う際は事前に消防署へ連絡し、強風注意報、乾燥注意報発令時の野焼きなどは控えましょう。



◎問い合わせ…安達地方広域行政組合 消防本部・北消防署 ☎(22)1211 Fax(22)1355

## 消費生活センター からのお知らせ

「2時間後に電話が使えない!?!」不審な電話にご注意!

(トラブル防止のポイント)

総務省やNTTを名乗り「これから2時間後に電話が使えなくなる」などといった自動音声による電話が自宅に突然かかってきて、個人情報や聞かれたといった相談が増加しています。総務省やNTTから電話の停止について、自動音声ガイダンスにより連絡をすることは絶対ありません。少しでも不安に思ったら消費生活センター等にご相談ください。

相談日 月曜～金曜(祝日、年末年始は除く)

相談場所 市役所本庁1階(生活環境課前)

受付時間 9:00～12:00、13:00～15:00

◎問い合わせ…消費生活センター ☎(24)7200 Fax(22)4479



## 自家消費農産物の放射性物質測定結果(市独自)

市放射性物質測定センターなどで測定した主な作物の測定結果をお知らせします。(測定年月日: R 7. 1/ 1～31・単位: Bq/kg)

品名	測定件数	不検出数	検出数	基準値超数 (100Bq/kg)	セシウム	
					最小値	最大値
アサツキ	3件	3件	0件	0件	不検出	
ニンジン	2件	2件	0件	0件	不検出	
白菜	2件	2件	0件	0件	不検出	
ほうれん草	2件	2件	0件	0件	不検出	

※市独自の測定結果であり、出荷・販売等の目安となる結果ではありません。



①自家消費農産物測定結果 ②市内環境放射線量 ③水道水モニタリング結果

◎問い合わせ… ①放射性物質測定センター ☎(55)5160

②生活環境課環境衛生係(除染担当) ☎(22)1581

③上下水道課水道管理係 ☎(55)5135



## 図書館だより Nihonmatsu City Public Library

今月は岩代図書館の新着本をご紹介します。



### 『北斎と広重 富嶽三十六景への挑戦』

小山 周子、岩崎 茜/編著(東京美術)

日本を代表する絵師、葛飾北斎と歌川広重の代表作を紹介。コラム「甘党VS辛党 北斎と広重」では、作品からは想像できない意外な一面を知ることができます。NHK大河ドラマ「べらぼう」を視聴中の方にもおすすめ。



### 『ぼくがぼくに 変身する方法』

やませ たかゆき/作 (岩崎書店)

ある日、フリーマーケットで大好きなサンダー仮面の変身ベルトを手に入れたタクミ。けれど、クラスのボス、ボスノには子どもっぽいとばかにされてしまう。怒りに任せてベルトを腰に巻き変身ポーズをとったら本当に変身してしまい…!?

### 二本松図書館 ☎(23)5082 Fax(23)5500

休館日 3/ 3(月)、10(月)、17(月)、

24(月)、31(月)月末休館

※20(木・祝)は、開館します。

※閉館時は、玄関脇のブックポストへお返しください。

なお、DVDは、開館中にカウンターへ直接お返しください。

おはなしのへや

日時 3/ 1(土)10:30～11:00

内容 「いのちのえほん」

読み聞かせに興味のある方、見学に来てみませんか。

### 岩代図書館 ☎(55)3255 Fax(55)3242

休館日 3/ 3(月)、10(月)、17(月)、20(木・祝)、

24(月)、31(月)

※4/ 1(火)は前月分の月末整理休館となります。

おはなし会(幼児から小学生とその保護者)

日時 3/15(土)10:00～11:00

場所 岩代図書館

内容 おはなし・つくってあそぼう など

※事前に来館または電話にてお申し込みください。

※おはなし会に興味のある大人の方もご参加いただけます。

おかみと過ごすひな祭り 同時開催①

## スタンプラリー

参加店をまわって500円以上ご利用(お買い物等)の方にスタンプを押印。スタンプを3つ集め、アンケートに答えて応募した方に、抽選で温泉宿泊券、肌とうじ(フェイスパック)、お花見ちりめんうさぎをプレゼント。また、先着50人に「肌にやさしい湯あみてぬぐい」をもれなくプレゼント。

開催期間 ~ 3/9(日)



おかみと過ごすひな祭り 同時開催②

## 岳温泉街 つるし雛まつり

岳温泉街の店先や旅館に「つるし雛」を飾り皆さまをお迎えます。彩り華やかなひな祭りをお楽しみください。

開催期間 ~ 3/9(日)

おかみと過ごすひな祭り 同時開催③

## 春の味覚周遊メニュー

岳温泉街のお店や旅館では、期間限定「春の味覚周遊メニュー」をご用意しています。この期間しか味わえない美味しさをお楽しみください。

開催期間 ~ 3/9(日) (店舗により異なります)

二本松歴史館企画展

## 桃の節句と端午の節句～丹羽家のひなまつり～

二本松藩主丹羽家に伝わったひな人形をはじめ歴史館で収蔵している江戸時代から明治にかけてのひな人形と、端午の節句に飾られる五月人形や鯉・鍾馭像を題材とした掛軸を展示します。

日時 ~ 5月11日(日)

9:00~17:00(最終入館は16:30)

場所 二本松歴史館「企画展示室」(にほんまつ城報館1階)

入館料 無料

※原則、毎週月曜日休館(祝日の場合は翌日が休館日)。

ただし、3/31、4/7、14は臨時開館。

◎問い合わせ…文化課文化振興係 ☎(55)5154 Fax(23)1326



## “アンコン”について学ぼう

物事について無意識のうちに「こうだ」と思い込んでしまうことを『アンコンシャスバイアス』(略してアンコン)と言います。

誰もが生きやすい社会を築くために、性別によるアンコンについて漫画をみながら考えてみましょう。

(出典：ふくしまアンコン解消アクションはやわかりハンドブック)

(エピソードイラスト：関あつし)

### 子どもの世話は母親がするもの？



**低 家 賃 宣 言**

**ユーミーマンション**

▶▶ 住んでみませんか! ◀◀ **安心快適賃貸!**

自然災害に強い  
今、人気のユーミーマンション  
TEL 22-8558  
URL <http://www.satou-gumi.co.jp>

二本松市表1丁目552-7  
**株式会社 佐藤組**  
協賛 ユーミーあだたら協力会

**相続遺言の無料相談会**

4日間開催 事前予約制 10:00~15:00  
3/5[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 玉井字的場88番地1 メープルハウスの場内書室

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**

第23回あだたら万遊博

## おかみと過ごす ひな祭り

今年は、オープニングイベントに「津軽三味線とお箏の特別演奏会」を開催します。毎年恒例となっている玄侑宗久氏による特別講演会も行われます。岳温泉でひなまつりの多彩な催しをお楽しみください。



津軽三味線とお箏の特別演奏会



芥川賞作家  
げんゆう ぞうきゅう  
玄侑 宗久 氏

### おかみと過ごすひな祭り スケジュール

日時	内容	会場	参加費	定員	
3/2 (日)	10:00~14:00	「はじめてのネイル体験」 郡山ヘアメイクカレッジ 学生	空の庭リゾート	1,000円	12人
	14:00~15:30	オープニング特別演奏会 「津軽三味線とお箏の特別演奏会」 佐藤 通弘 氏、佐藤 通芳 氏、 海竈 幸子 氏	陽日の郷 あづま館	2,000円	150人
	16:30~17:15	美砂子女将の温泉ビューティトーク 鈴木 美砂子 氏	マウントイン	500円	20人
	19:00~21:00	日本酒のお話と地酒飲み比べ 齋藤 一哉 氏、齋藤 純子 氏	お宿 花かんざし	1,000円	-
	20:15~20:45	ねもちゃんの昔話 根本 昭夫 氏	陽日の郷 あづま館	無料	30人
3/3 (月)	10:00~13:00 (9:45集合)	「花かんざし明子女将と行くふかふかスノーシューハイク」 安達太良・吾妻自然センター 一瀬 圭介 氏	あだたら高原 スキー場	3,500円 (リフト代・保険料含む) ※スノーシュー レンタル1,500円	10人
	10:30~12:30	はじめての真珠講座 パールアクセサリーづくり (一社)日本真珠振興会認定パールスペシャリスト 石澤 明日香 氏	あだたら温泉ホテル パラダイスヒルズ	3,000円	15人
	14:00~15:00	特別講演会「ゆる〜くがんばる」 玄侑 宗久 氏	ながめの館 光雲閣	1,000円	100人
3/2 ~ 3/3	10:00~22:00	マッサージ師 シローの極上のもみほぐし マッサージ師 シロー 氏	あだたら温泉ホテル パラダイスヒルズ	3,500円	各日 13人

◎問い合わせ・予約先… (一社)岳温泉観光協会 ☎(24)2310 Fax(24)2911

毎月恒例!

## お城山ルシェ



ハンドメイドの温もりを感じるマルシェです。春のお出かけはお城山ルシェから始めませんか?

日時 3/15(土)、16(日)10:00~16:00

場所 にほんまつ城報館

◎問い合わせ…にほんまつ城報館 ☎(22)6630 Fax(22)6638



## うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、  
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎024-953-5434

結婚相談所ムスベル



消火器・火災警報器・消防設備点検など

消防設備に関することなら

お任せ下さい

廃消火器、処分承ります



消防設備士・消防点検資格者がいる

株式会社 岡商店  
TEL0243-22-1241





# 暮らしの情報

Information on living



## 休日当番医

受付時間

9:00~11:30  
14:00~16:30

- ・急な場合を除いて、できるだけ時間に余裕を持って受診願います。
- ・印は、小児科対応医療機関
- ・当番医が変更になる場合がありますのでご注意ください。

3/2(日) 和田医院 小 浜 (55)2303

本宮市国保白岩診療所 本宮市白岩 (44)2008

きくち整形外科 油 井 (23)2627

9(日) よしだ内科 本宮市本宮字一ツ屋 (63)2333

みずのクリニック 根 崎 (23)5158

あだち眼科 油 井 (62)2520

16(日) 三浦内科医院 亀 谷 (23)3883

渡辺クリニック 本宮市高木 (34)3311

鈴木皮フ科クリニック 本 町 (22)6877

20(休) みうら内科クリニック 羽 石 (22)5512

JCHO二本松病院 成 田 町 (23)1231

23(日) 東和クリニック 針 道 (66)2122

安斎内科胃腸科医院 若 宮 (22)3001

東 北 病 院 本宮市青田 (33)2588

30(日) 小 林 医 院 根 崎 (22)0682



## 休日歯科当番医

受付時間

10:00~11:30  
13:00~15:30

休日緊急歯科当番医は、緊急な場合の応急処置的な治療を目的に開設しています。緊急を要しない場合や高度な治療を必要とする場合は、通常の開業時間に受診ください。なお、当番医が変更になる場合がありますのでご注意ください。

3/2(日) 佐藤歯科医院 小 浜 (55)2596

9(日) さいとう歯科医院 針 道 (46)2814

16(日) 岩本歯科医院 本 町 (22)0033

20(休) あだたら歯科医院 亀 谷 (22)0397

23(日) みうら歯科医院 小 浜 (55)3008

30(日) とうのす歯科医院 油 井 (22)8422



## 今月のごみ収集



■3/20(木・祝)は、ごみ収集が休みとなります。

※もとみやクリーンセンターへの搬入もできませんのでご注意ください。

◎問い合わせ…

もとみやクリーンセンター (33)5499

生活環境課環境衛生係 (55)5103



## 今月の水道修繕当番

受付時間 平日9:00~17:00

(株)野地工業所 (22)0539

※受付時間外など、宅内の漏水で早急に修繕の必要がある場合は、市指定給水装置工事事業者へ依頼してください。



## 今月の納税

随時期分以外の今月末納期限の税目はありません。



## 今月の献血(3月)

~400ml献血にご協力ください~

献血の際は、献血カード、献血手帳または本人確認のできる証明書(運転免許証・健康保険証)等をご持参ください。

期日	実施時間	場所	地域
3/21(金)	9:15~10:15	(株)ハネダユニテック 福島工場【駐車場】	岩代
	11:00~12:00	東北プレカットワークス【駐車場】	
	13:30~15:00	安達保健福祉センター【駐車場】	安達
	15:45~17:00	(株)野地組【駐車場】	

※会場の都合により実施時間が前後する場合があります。

※駐車場に限りがある場合があります。

◎問い合わせ…

健康増進課予防管理係

(23)6591 Fax(23)1714



## 今月の表紙(岳温泉ニコニコ広場)

一つ一つに作り手の思いが詰まったひな飾り「つるし雛」。愛らしい人形達は、まだ雪や寒さが残る季節を華やかに彩ってくれます。それぞれの人形は色とりどりのちりめんなどで手作りされ、意味が込められています。込められた思いと愛らしさを感じてみてください。



# あだち野のむかし物語

ずーっと、ずーっと、昔ナイ。

## 布沢の衣掛け松③

若者は突然声をかけられたことにびっくりしましたが、羽衣と聞いてさらに驚き、よけいに天女の羽衣とやらがほしくなっていました。そして、「羽衣ならば家に持ち帰って、我が家の宝物にしたいと思います。」と言いました。

弁天様は若者に泣き寄りたくも思いましたが、裸であることにはっとして、立つ事も動く事も出来ず、たださめざめと泣くばかりでした。

このような事が半時ほども続いたでしょうか。さすがに若者も可哀想になってきました。それで「あなたがまことの天女なら、天女の舞を舞うことができるはずですね。もし、その舞を見せていただけるのなら、お返ししてもいいですよ。」と問いかけました。

弁天様は、それはありがたい事と何回もお礼を述べました。乾きあがった衣を返してもらい、元のように着飾って、また幾度もお礼を述べるうちに、天女は静かに地上から離れると、風に和し、透き通る花がさざめくように揺れ舞いつつ、その姿は大空に高く昇っていきます。

その道筋には満天の虹がかかり、辺りの山野にはまばゆいほどの七色の輝きが映りました。

「みちのくの東遊び」の曲の調べに乗せて、聞いたこともない不思議な笛の音や琴鼓の音が春の雲に広がり、天女の舞うあでやかな姿は次第に高く大空に舞い昇り、やがて、霞の中を遠く木幡の弁天山に消えたということです。

布沢出身のデザイナー柴崎久美子さんがデザインを手がけた布沢の棚田の天女キャラクター「ぬーにょ」。布沢に天女が舞うことから名付けられ、イベントのチラシ等の広報活動に活用されています。



あだち野のむかし物語  
安達地方広域行政組合  
ウェブサイト

### 二本松警察署からのお知らせ

犯罪発生状況(令和7年1月)

	二本松地区	安達地区	岩代地区	東和地区	不明等	合計	前年対比
侵入盗							
空き巣							
出店荒し							
その他		3				3	3
非侵入盗							
万引き		3				3	1
車上ねらい							
その他	4	1	6			11	11
自転車盗		1				1	1
器物損壊							
住居侵入	1					1	1
その他	1				1	2	-1
合計	6	8	6		1	21	16
前年対比	4	6	5		1	16	



地域で子供の見守りを!!  
日常生活の中、気軽にできる「ながら見守り」活動の協力をお願いします。



儲かる! 絶対大丈夫!

☆☆それが一番危険☆☆

SNS型投資・ロマンス詐欺が増加しています。詐欺に注意!



—POLICEアプリふくしま登録募集中—  
福島県の安全安心を守るアプリです。  
QRコードから登録してください。  
二本松警察署電話 23-1212



2025 March

にほんまつ

# 3月 カレンダー

## カレンダー内の記号

- ♥…健康と育児
- ♪…イベント
- ◎…その他
- 👤…市民相談
- 📖…図書館事業
- ⑩等…掲載ページ

日	月	火	水	木	金	土
	 【安達ヶ原ふるさと村】		 【観音丘陵遊歩道】		♪二本松歴史館 企画展 (～5/11)⑫ ♪あだたら万遊博 (～9日)⑫	1 ◎女性の健康週間⑩ (～8日) 📖二本松図書館⑫ ♪桜の育て方研修会 (2月号)⑫
2 ♥支援センター Den⑭ ♪おかみと過ごす ひな祭り(～3日)⑫	3 ♥支援センターぶらす⑭ ♥支援センター Den⑭ 👤定例健康相談⑮	4 ♥支援センターぶらす⑭ ♥東和保健センター⑭ 👤2歳児健康相談⑮ ♪就職ガイダンス (福島会場)⑮	5 ♥4カ月児健康診査⑮ 	6 ♥支援センターぶらす⑭ ♥支援センター Den⑭ ♥岩代保健センター⑭ 👤無料入籍・行政相談⑮	7 ♥支援センターぶらす⑭ ♥支援センター Den⑭	8 ♥支援センター Den⑭ ♪コンサートホール⑮ ♪東和文化センター⑮ ◎バス無料デー⑩
9 ♥両親学級⑩ 	10 	11 ♥支援センターぶらす⑭ ♥東和保健センター⑭ 👤離乳食ふれあい教室⑮ ♪市民交流センター⑮	12 ♥支援センター Den⑭ ♥4カ月児健康診査⑮	13 ♥支援センター Den⑭ ♥1歳6カ月児 健康診査⑮	14 👤肢体不自由者 来所相談会⑫ ♥3歳児健康診査⑮ ♪就職ガイダンス (オンライン)⑮ ♪アンコールウォーク⑮ ♪市民講座⑮	15 📖岩代図書館⑫ ♪お城山ルシェ⑫ 
16 ♪お城山ルシェ⑫ 	17 ♥支援センターぶらす⑭ ♥支援センター Den⑭ 👤定例健康相談⑮	18 ♪就職ガイダンス (オンライン)⑮	19 ♥支援センターぶらす⑭ ♥支援センター Den⑭	20 春分の日 ◎ごみ収集休み⑫ 	21 ♥両親学級⑩ ♥支援センター Den⑭ ♥岩代保健センター⑭	22 ♥支援センター Den⑭ ♪就職ガイダンス (オンライン)⑮
23  ♪残雪の安達太良山 登山⑮ ♪大山忠作美術館WVS⑮	24 ♥支援センターぶらす⑭ 👤定例健康相談⑮	25 ♥支援センターぶらす⑭ 	26 ◎ブルーライトアップ (～4/15)⑫ ♥支援センター Den⑭	27 ♥支援センター Den⑭	28 ♥支援センターぶらす⑭	29 ◎市役所臨時窓口開設④ 
30 ◎市役所臨時窓口開設④ ♪残雪の安達太良山 登山⑮ ♪大山忠作美術館WVS⑮	31 ◎大山忠作美術館 休館(～4/1)⑮ 					

- ・イベントの開催の有無については、各ページに記載の問い合わせ先へご確認ください。
- ・「今月のごみ収集」および「休日当番医」「休日緊急歯科当番医」は24ページ『暮らしの情報』をご覧ください。

### 福島県内バス無料デー

バスの利用促進と地域経済の活性化のため、福島県内の路線バスを対象として運賃無料運行を実施します。

#### 対象路線

福島交通(株)、会津乗合自動車(株)、新常磐交通(株)、ジェイアールバス東北(株)、ジェイアールバス関東(株)、東北アクセス(株)が運行する路線バス

※高速バス、観光バス、コミュニティバスは対象外

実施日 3/8(土)

◎問い合わせ…秘書政策課総合政策係

☎(55)5090 Fax(22)7023



人口と世帯 2 / 1 現在(前月比) 注: 現住人口

・人口 男 24,686人(-25) 女 25,382人(-24) 計 50,068人(-49) ・世帯数 19,798世帯(-5)

〈1月の人口の動き: 出生 21人、死亡 82人、転入 99人、転出 87人〉



この製品は、適切に管理されたFSC® 認証林、再生資源およびその他の管理された供給源からの原材料で作られています。

編集と発行/二本松市総務部秘書政策課

〒964-8601 福島県二本松市金色403番地1

二本松市ウェブサイト <https://www.city.nihonmatsu.lg.jp/>

☎0243(55)5096

Fax0243(24)5040



二本松市  
ウェブサイト  
(携帯電話用)