health
保健

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。

市では、悩みや不安などを伺いながら、ご本人やご家族の相談に応じています。また、必要に応じて、医療機関や様々な分野の支援者と一緒に支援していきます。

◎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

市民が主役。

～市長からの手紙～

「二十の瞳」に映るもの

「このまちのいいところを探そう」

全校児童十人、旭小学校の子どもたちが一斉に瞳を開き、地域を歩きました。

古い道標の文字をなぞり、神楽の太鼓の音に胸を震わせ、清流に手を浸し、森の匂いを吸い込みます。おばあちゃんの昔話に耳を傾け、農家のおじさんからは土の力を学びます。挨拶を交わすたび、温かな笑顔が返ってきました。

この美しい地域には、悠久の阿武隈の大地に根付いた自然の恵みと、先人が紡いできた歴史があります。季節ごとに表情を変える豊かな自然に囲まれ、人々の温かさや情が息づいていることを、子どもたちは五感で感じ取ります。

小川にはイワナやヤマメ、山椒魚。セミや鳥のさえずり、トンボが舞い、ホタルが飛び交います。ここには、おいしい米や新鮮な野菜、果物が育ち、春には桜、初夏から秋にはサルスベリの花々が咲き誇ります。草をはむ「べごっこ」も大地の恵みも星空の美しさも、子どもの心を豊かにします。

地域伝承の三匹獅子舞や神楽は、旭地区の誇りであり、世代を超えて受け継がれる宝です。子どもたちがその意味と所作を学ぶ姿は、地域の未来への希望そのものであると感じます。また、百目木城跡や名目津温泉、日山登山やパークゴルフと魅力ある場所もそろっています。一つ一つの体験が、心を揺さぶる小さな感動となり、やがて大きな物語へと育っていきます。

静かに流れる時間の中、この地域に確かに存在する素晴らしさや、未来へ引き継ぎたい誇りが、全校児童十人の瞳に映りました。

旭小学校の「旭を盛り上げる活動(あさかつ)」は十人十色に輝き、まち全体の未来を明るく照らす灯りとなるでしょう。子どもたちが調べた「旭じまん」バッジや旭図鑑、旭の魅力を集めた虹のビッグアートは市役所等に展示され、旭の良さを広く発信しました。

私たち二本松市は、子どもたちの未来が希望に満ちあふれ、地域の力がさらに輝くよう、しっかり支えてまいります。

二本松市長
三保 恵一

health
保健

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、からだもこころ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。

健康に過ごすためのポイント

●自分のからだを知りましょう

・症状がなくてもけんしんを受けましょう(特定健診・がん検診)。

・市の女性の検診では、20歳からは2年に1回の子宮頸がん検診、40歳からは2年に1回の乳がん検診と5年に1回の骨粗しょう症検診が受けられます(6月～2月末日)。詳しくは5月末までに届くけんしんのお知らせ、または広報6月号をご確認ください。

●症状があるときには検診を待たずに受診しましょう。

・女性特有の気を付けたい病気について知りましょう。

女性の健康推進室
ヘルスケアラボ

◆食事はバランスよく、「やせすぎ」「太りすぎ」に注意

◆タバコは止めて、飲酒は控えめに

◆かかりつけ医を持ちましょう

◆無理のない運動を続けましょう

筋力アップ
免疫力アップ
活力アップ！
みんなで健康づくり情報

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

ふくしま健民パスポート事業終了のお知らせ

福島県と連携し、実施していた台紙版「ふくしま健民パスポート事業」とアプリ版「ふくしま健民アプリ」は令和8年3月31日で終了します。

たくさんの方々にご参加いただきありがとうございました。

※お手元の健民カード及び台紙は返却の必要はありませんが、協力店で受けられていた特典も令和8年3月31日で終了となります。

◎問い合わせ…
健康増進課予防管理係
☎(23)6591
Fax(23)1714

child care
子育て

児童手当 高校3年生を養育している方へ

現在、高校生を含む3人以上の児童手当を受給しており、令和8年4月から大学生年代の子を引き続き監護(養育)し、生計費を負担する場合、支給要件児童の支給金額が変更となるため申請が必要です。

※任意申告のため自動的には加算されません。

対象者

令和8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、またはする予定の方

申請書類の提出期限

4月15日(水)※本庁必着

市ウェブサイト
児童手当

◎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

低家賃宣言
Y&M 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
3/4【水】11【水】18【水】25【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86番地1 メープルハイム的場C号室
専門家 司法書士 行政書士 丹治 泰弘
(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

福祉

肢体不自由者来所相談会

日時　4月10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30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

ワンポイント手話

「忙しい、せわしい、慌ただしい」
あれもこれもと右往左往するイメージの表現

5指を折り曲げて指先を下に向けた両手をかき混ぜるように回す

(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Ⅰ　P367)

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

税金

小型特殊自動車のナンバー登録

トラクター・田植え機・コンバイン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で、最高速度・車両規格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、登録手続きを行いナンバープレートを取り付ける必要があります。

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

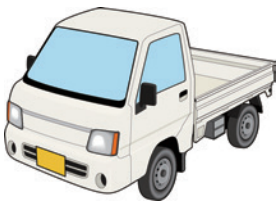
◎問い合わせ…
税務課市民税係
☎(55)5085
Fax(22)0790

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。



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	福島県県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