

特集1 ゲリラ豪雨による浸水被害の軽減に向けて  
**図景貯留管がまもなく完成!**



□ 今月の表紙：日本大学工学部の学生が雨水貯留管の工事を見学（関連6・31ページ）

特集2 | **こころといのちのゲートキーパー**

9月20日(祝)は敬老の日／新型コロナウイルス感染症関連情報

# 広報こおりやま

2021年9月号

## 目次

### 04 新型コロナウイルス感染症関連情報

これ以上拡大させないために

### 06 **特集1** ゲリラ豪雨による浸水被害の軽減に向けて

函景貯留管がまもなく完成！

### 08 スポットライト

命を守るために災害に備えよう

保育士募集・支援情報

### 11 日常にSDGsを♪

### 12 イベントステージ

### 15 子育てスイッチ！

私立幼稚園・認定こども園の入園児募集

家庭教育のススメ Vol.7「真剣に今を生きたら」

### 18 **特集2** 守れるいのちがそこにある

あなたもわたしも

こころといのちのゲートキーパー

### 20 9月20日(祝)は敬老の日

より充実した毎日を過ごそう！

### 21 いきいきシニア

### 22 ふおっと！ニュース

### 23 We Love Koriyama

(公社)認知症の人と家族の会 福島県支部郡山地区会

市長コラム

### 24 情報ジュークボックス

### 32 KORiyAMA Dreamer

後藤佑亮さん、こどもギャラリー

## 掲載情報の見方

🕒 とき 📍 会場 🎯 対象 📅 定員 📄 内容

🗣️ 講師 💰 料金 📅 持参するもの

📄 申し込み 📞 問い合わせ ☎️ 電話

📠 ファックス ✉️ メール 🌐 ウェブサイト

・料金の記載のないものは無料。申し込みで抽選などの記載のないものは先着順。

・表記のあるものを除き、市外局番は(024)。

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載イベントを中止・変更する場合があります。

## ご提案・ご意見をお寄せください

### 「みなさんの声」

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

郡山 みなさんの声 検索



FAX

FAX 0120-435106



郵送

〒963-8601 (住所不要)  
「みなさんの声」宛



投書箱

市役所、行政センターに  
投書箱や投書用紙を設置

### 「ココナビこおりやま」

まちの安全につながる情報を、市公式LINEや専用アプリで受け付けています。



### 【事例】路面の補修



## 公式SNS、電子広報あれこれ

市では、SNSで最新情報を発信しています。ウェブサイトでも詳しく紹介していますので、ぜひ登録ください。



LINE  
あなたが欲しい  
情報を届けます



Facebook  
気になる最新情  
報をお知らせ！



Instagram  
皆さんのステキ  
な写真を紹介！



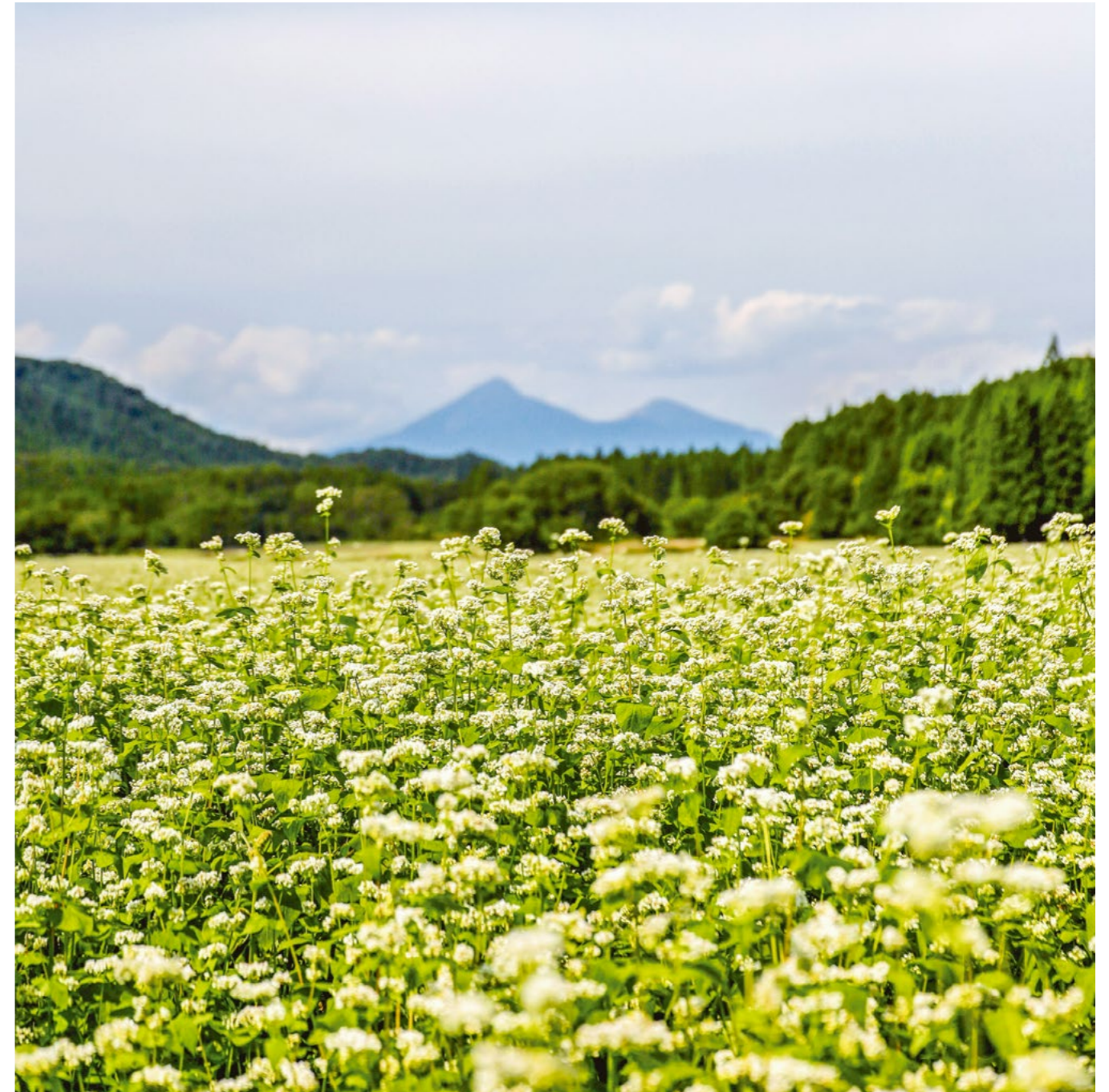
YouTube  
楽しく、役立つ  
動画を配信中



Twitter  
最新の防災情報  
をチェック！



電子広報アプリ  
10言語対応でサ  
クサク見れる！



今月のOneShot

諏訪峠のそば畑



磐梯山を追い越すようにぐんぐんと背を伸ばす湖南高原  
そばの花(2020年9月27日撮影)

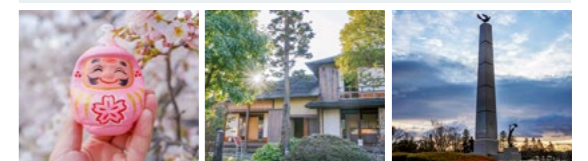
撮影者 yamapon.8000さん



撮りたくなる写真を  
「#mykoriyama」で  
投稿しませんか



#mykoriyamaを付けてInstagramに投稿した皆さんの写真を、今月のOneShotとして広報こおりやまで紹介します。投稿の際には、タイトル、撮影日、撮影場所を添えてください。また、市公式Instagramでは、皆さんが撮影した魅力的な郡山の写真を紹介しています。ぜひ、フォローしてください。



# 3 感染しない、拡大させないために

ワクチン接種が進んでも、基本的な感染対策の継続と状況に応じた対策が必要です。



感染拡大の防止策

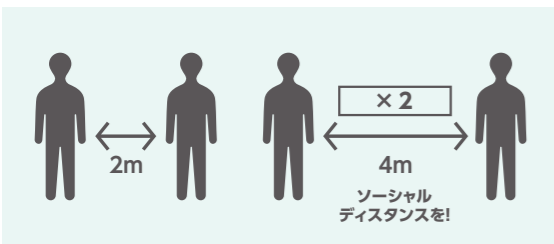
**Q** これまでの事例から、クラスターにつながるような場面や感染リスクの高い行動はありますか？

**A** 飲食の場面は、感染リスクが高くなりがちです。特に、長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食は、短時間の食事に比べて、クラスターにつながりやすいです。  
また、例えば5人以上の大人数での飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まります。

**Q** デルタ株の感染が拡大する中、これまでと違う対策が必要ですか？

**A** 適切にマスクを着用し、手洗いを徹底するなど基本的な予防策は同じですが、感染リスクの高い狭い空間の共同生活や職場の休憩室など居場所が切り替わる場面を避けることが有効です。また、状況に応じて、次のような工夫をするとよいでしょう。

## 人との距離をこれまでの2倍とる

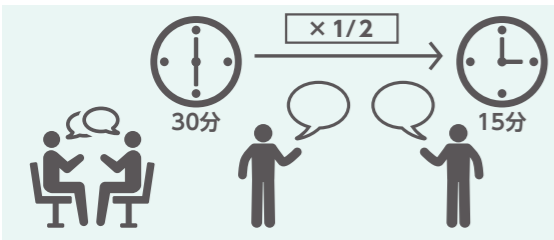


## よりこまめに換気を行う

● 30分に1回以上、数分間窓を全開にする



## 人に会う時間をこれまでの半分にする



● 窓が1つしかない場合は、ドアを開けて空気の流れを作る



**Q** ワクチンを接種すれば、マスクなしの生活や往来も自由に行えますか？

**A** 2回目のワクチン接種を終えた人も感染した事例が確認されています。接種をした方も、手洗い・マスク・3密を避けるなど、基本的な感染防止対策を継続してください。

## 新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

名称	内容	開設日時	問い合わせ
受診・相談センター	発熱などの症状がある場合について(かかりつけ医がいない方、相談先が分からずお困りの方など)	24時間対応(年中無休)	☎0120-567-747
一般相談(コールセンター)	新型コロナウイルスに関する一般的な相談について(県が実施している対策や一般的な予防法など)	平日8:30~21:00 土日祝8:30~17:15	☎0120-567-177
郡山市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター	市内のワクチン接種について(接種券を失くしてしまった、接種券が届いていないなど)	平日8:30~17:15	☎0120-994-883
福島県新型コロナワクチン副反応コールセンター	医学的な相談をしたい(ワクチン接種後に腫れてしまった、発熱があるなど)	9:00~20:00(年中無休)	☎0120-336-567

## COVID-19 新型コロナウイルス感染症関連情報

# これ以上拡大させないために

7月に、月別の新規陽性者数が過去最多の289人を確認し、市独自の集中対策を実施しました。8月には、県内で非常事態宣言が発出され、ウイルス変異株の検査では「デルタ株」の可能性が高い「L452R」が継続して確認されるなど、状況は変化し続けています。情報を正確に把握し、自分自身や大切な人の命を守る行動をお願いします。

☎保健所保健・感染症課 ☎924-2163

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0120-994-883



## 1 感染源や変異株に起きている変化

家族間や職場からの感染が増加傾向。感染力の強い変異株への置き換わりも進行。



最新の発生状況  
変異株の分析内容

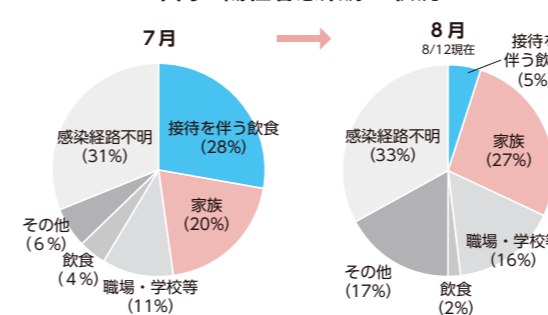
### 家族や職場でも油断せず、対策の徹底を

7月から実施している集中対策以降、接待を伴う飲食の割合は減少しています。一方で、親から子どもへなどの家族間や、職場の同僚からの感染が増えています。家族や職場であっても、マスクを着用する、距離をおいて会話をするなど対策が必要です。

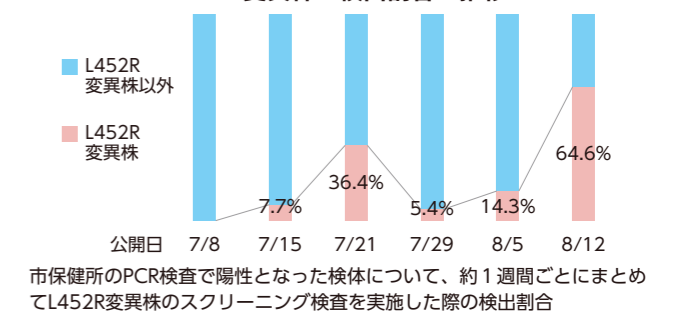
### 変異株は強い感染力。より念入りに対策を

全国で急拡大しているL452R変異株は、本市でも7月に初めて確認され、検出割合も徐々に高まっています。従来と比較にならない感染力を持つと言われており、さらに強い危機意識を持って感染対策を徹底しなくてはならない状況です。

市内の陽性者感染源の状況



L452R 変異株の検出割合の推移



## 2 ワクチン接種の状況と今後

対象者へ接種券を配り終え、協力医療機関と連携した体制で接種を進めています。



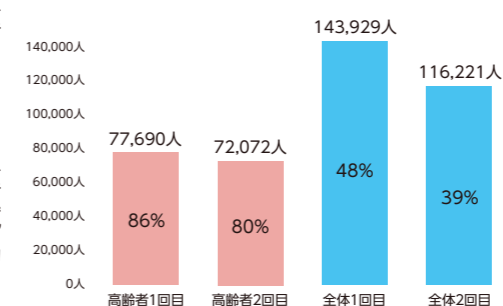
ワクチン接種状況

### 毎日約4,000人が接種

8月13日現在で、2回目の接種を終えた方は、高齢者全体の80% (約7万2,000人)、市全体では39% (約11万6,000人) です。

市全体で、毎日約4,000人の接種を実施しています。このペースで試算すると、9月末までに市全体の約60%が接種を終える見込みです。

本市のワクチン接種人数と割合(8/13現在)



### ワクチン接種の今後の見通し

国は、10月上旬までに接種対象者の8割が2回接種できる量を供給する方針を示しています。

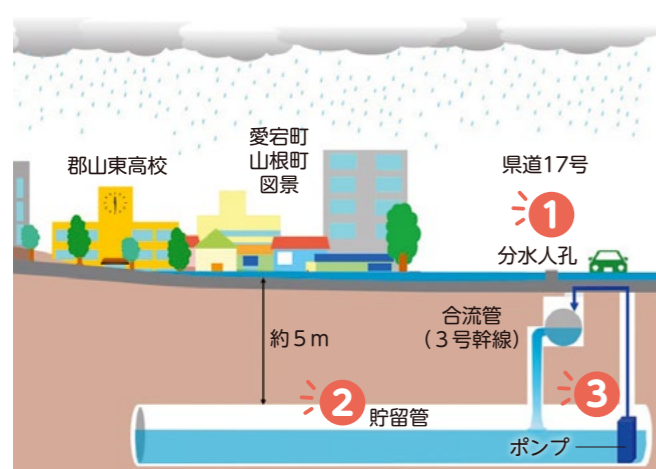
本市は、供給量に応じて接種実施医療機関を中心に配分し、市民の皆様へワクチン接種を進めていきます。

# 図景貯留管がまもなく完成!

## 整備の目的

愛宕町やその周辺地区は、ゲリラ豪雨などによる道路冠水や床上浸水などの被害を受けている地区でした。そこで、浸水被害を軽減するため、静御前通りの道路下に雨水を一時的に貯留する管の整備を計画し、2018年から本格的に整備を進めました。

## 貯留管の仕組みと特徴



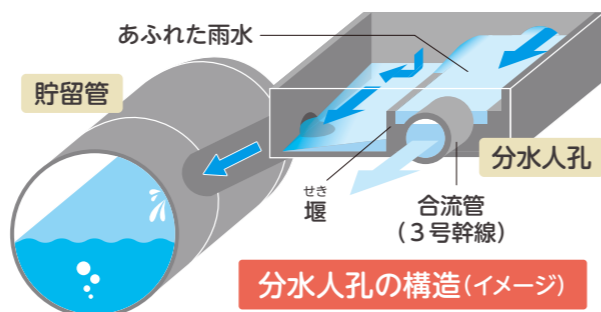
## 2 雨水の貯留量

直径4m・長さ533mの貯留管に、約6,660m<sup>3</sup>の雨水を貯めることができます。  
小学校のプール(300m<sup>3</sup>)約22杯分を貯留▶



## 1 雨水が貯まる仕組み

ゲリラ豪雨などにより、既存の合流管(雨水と汚水を排出する下水道管)がいっぱいになった際に、あふれた雨水が「分水人孔」から貯留管に貯まります。



## 3 貯まった雨水の排水方法

既存合流管の水位が下がった段階で、貯留管に貯まった水をポンプにより自動でくみ上げて排水します。



局地的大雨(いわゆる「ゲリラ豪雨」)などによる浸水被害を軽減するために策定した「郡山市ゲリラ豪雨対策9年プラン」に基づいて整備を進めてきた、雨水貯留施設「図景貯留管」の供用を、9月から暫定的に開始します。

貯留管の整備目的や特徴などを紹介します。☎下水道整備課☎932-7672



## 他地区でも整備が進んでいます！ 郡山市ゲリラ豪雨対策9年プラン



「郡山市ゲリラ豪雨対策9年プラン」は、2014年9月に国の「100mm/h安心プラン」に東北地方で初めて登録されました。「100mm/h安心プラン」とは、ゲリラ豪雨などによる都市型浸水被害に対し、関係機関や住民などが連携して被害軽減を図る取り組みを支援するため、国土交通省が創設した制度です。

市では、「郡山市ゲリラ豪雨対策9年プラン」に基づき、2022年度を目標に、雨水貯留施設などの整備を5地区で進めています。

雨水貯留施設名	暫定供用開始時期	雨水貯留量
1 麓山調整池	2019年6月	2,200m <sup>3</sup>
2 図景貯留管	2021年9月	6,660m <sup>3</sup>
3 赤木貯留管	2021年10月予定	9,160m <sup>3</sup>
4 小原田貯留管	2022年9月予定	17,570m <sup>3</sup>
5 石塚貯留管	2023年3月予定	2,680m <sup>3</sup>
	合計	38,270m <sup>3</sup>

## 主な施設の工事進捗状況(2021年7月時点)

### 赤木貯留管

特殊人孔(マンホール)の築造などを行っています。



### 小原田貯留管

7/31・8/1に地元住民向けの現場説明会を開催しました。



## 麓山調整池が効果を発揮!

21世紀記念公園地下に整備した麓山調整池により、周辺地区の浸水被害が軽減されています。



## 工事にはシールド工法を導入しました

- ▶シールド工法による築造  
シールドマシンにより、土の中を掘り進め交通規制を少なくするなど、市民生活への影響に配慮した工法で、市下水道工事としては初の導入となりました。
- ▶防音ハウスの設置  
工事による騒音の遮へいと資機材を保管するため、高さ約13mの仮設の防音ハウスを、道路上に設置しました。  
※現在は解体・撤去しています。



図景貯留管の工事の様子や仕組みなどが分かる動画を、市公式YouTubeで配信しています。ぜひご覧ください▶



## 工事現場見学会を開催しました

昨年11月に、地元住民を対象とした見学会を開催しました。

見学会には約100人が参加し、職員が貯留管の構造などを説明しました。参加者からは「実際に見ることで、貯留管の仕組みがよく分かった」などの感想をいただきました。



### interview

シールド工法の素晴らしい技術に感心しました。貯留管の整備で、浸水被害が少しでも減ればいいですね。

加茂 栄一さん(図景)



## 対策補助メニューの利用など、浸水被害の軽減にご協力ください

### 内水ハザードマップ

☎経営管理課☎932-7644



内水ハザードマップは、ゲリラ豪雨に相当する量の雨が市内全域に降った場合に、浸水が想定される区域を地図に示したものです。市ウェブサイトに掲載しているので、通勤・通学で使う経路に浸水しやすい所がないか、普段から確認しておきましょう。

### 雨水活用補助金

☎お客様サービス課☎932-7666



雨水を一時的に貯留・浸透させる施設などの設置・購入に対して補助します。  
①浄化槽転用等雨水貯留施設…工事費の2/3(一般住宅は上限25万円、事業所などは40万円)  
②雨水浸透ます…工事費の2/3(1棟につき4基まで。1基あたり上限25,000円)  
③雨水貯留タンク(100L以上)…購入費の2/3(1棟につき1基まで。上限40,000円)  
※工事着工後の申請不可。条件など詳しくは市ウェブサイトです。

### 止水板設置等工事費補助金

☎下水道保全課☎932-7663



浸水被害があった区域にある住宅・事務所などに設置する止水板の費用を補助します。  
①止水板本体費、設置工事費、その他経費…設置および関連工事の1/2(限度額30万円)  
※工事着工後の申請不可。条件など詳しくは市ウェブサイトです。



## 保育士募集・支援情報

☎保育課 ☎924-3541

### ▶ 公立保育所職員を募集中

公立保育所で働く保育士を随時募集しています。子どもたちの成長を見守り、笑顔あふれる保育所で一緒に働きませんか。



区分	勤務形態・時間
フルタイム保育士	週38時間45分のフルタイム勤務 7:30~19:30の間でシフト勤務
パートタイム保育士	週25時間(1日5時間)のパートタイム勤務 早朝パート… 7:30~12:30 延長パート… 14:30~19:30

※募集人数や条件、応募方法などの詳細は、市ウェブサイトをご確認ください。

### ▶ 保育士支援研修会

- 時① 9/16(木)10:00~12:00
- ② 10/7(木)10:00~12:00
- ③ 11/6(土)13:00~15:00

場ニココこども館

対保育士および保育の仕事に関心のある方

内①講演会「保育所の今と保育の魅力」②③実技「絵本の読み聞かせ・おもちゃ制作」など



## 福島空港～新千歳便運行中!

☎総合交通政策課 ☎924-3721

IBEXエアラインズが10/30(出)までの期間限定で、福島空港～新千歳空港間を毎日1往復運航しています。通常より大変お得な運賃設定になっているので、この機会に福島空港を是非ご利用ください。※座席数に限りがあるので、お早めにお申し込みください。

運行ダイヤ 福島発14:55→新千歳着16:15

新千歳発13:05→福島着14:25

予約方法 IBEXエアラインズウェブサイトまたはIBEX予約案内センター ☎0570-057-489(ナビダイヤル・有料)

## 家庭用飲用井戸水などの放射性物質検査を実施

☎保健所検査課 ☎924-2176

飲用井戸水などの安全性を確認するため、放射性物質濃度の検査を無料で行っています。

対家庭用飲用井戸を所有しているまたは利用している方

検査項目 セシウム134およびセシウム137



## 子どもたちの未来に皆さんの声をパブリックコメント募集

☎保育課 ☎924-3541

素案の名称(仮称)郡山市保育・幼児教育ビジョン(案)

募集期間 9/1(水)~30(木)<消印有効>

素案の閲覧場所 市ウェブサイト、市政情報センター、各行政センター、各市民サービスセンター、同課

対市政に関心のある方

用任意様式に住所、氏名、電話番号を記入し、〒963-8601(住所不要)保育課へ郵送、FAX 924-3802、窓口または ☎hoiku@city.koriyama.lg.jpへ。

※詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。



## 福島再生可能エネルギー研究所 一般公開を行います

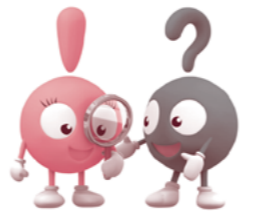
☎同研究所 ☎963-0813

太陽光や風力、地熱、地中熱、水素などの地球にやさしいエネルギーについて、研究者がオンラインで分かりやすく紹介します。

時 9/18(土)9:00~16:00

内子ども向けバーチャルツアー、実験工作動画、高校生向けFREA講座など

※詳しくは、専用ウェブサイトをご覧ください。



## 市役所本庁舎の電気自動車用急速充電器を有料化します

☎環境政策課 ☎924-2731

市役所本庁舎駐車場に設置している電気自動車用急速充電器が、11/1(月)から有料になります。利用料金については、市ウェブサイトや広報こおりやま10月号でお知らせします。



## 路線バスの避難訓練を実施

☎総合交通政策課 ☎924-3721

市民の皆さんの移動手段となる路線バス車両の被災を避けるため、福島交通のバス車両の避難訓練が7月29日、30日に実施されました。

集中豪雨を想定し、バス車両22台が保土谷化学工業(株)郡山工場敷地内に退避しました。



## 命を守るために災害に備えよう

☎防災危機管理課 ☎924-2161

9月は秋台風により記録的な豪雨が発生する時期です。災害時にあわてないように、前もって十分な準備をしましょう。

### ▶ 非常時の持出品や備蓄品を確認しよう

非常用持出品 避難時に持ち出す備え 備蓄品 支援が届くまでの生活に必要な備え

- 貴重品…現金(硬貨があると便利)
- 携帯ラジオ…予備電池を用意
- 非常食…乾パン、缶詰、水など
- 懐中電灯…1人1台、予備電池も
- 救急薬品・常備薬…絆創膏、包帯など
- 衣類…上着・下着、タオルなど
- 食料品…アルファ米や缶詰、菓子類(最低3日~1週間分)
- 水…1日1人3リットルを目安
- 燃料…卓上コンロ、ガスボンベなど
- その他…マスク、ティッシュペーパー、アルコール除菌グッズなど

### ▶ 避難情報などの入手方法を知っておこう

<p><b>ウェブサイト</b></p> <p>市や関係機関が発信する気象・災害情報などを掲載します。</p>	<p><b>メールマガジン</b></p> <p>避難情報から注意喚起までさまざまな情報を提供します。</p>	<p><b>電話ガイダンス</b></p> <p>災害情報を新着順にお知らせします。</p> <p>☎ 0120-131-963</p>	<p><b>緊急速報メール</b></p> <p>NTTドコモ、au、ソフトバンク、楽天モバイルの携帯電話に送信します。</p>
<p><b>防災行政無線</b></p> <p>小中学校などに設置した屋外スピーカーから、放送を流します。</p>	<p><b>SNS</b></p> <p>SNS利用者に情報を配信します。</p> <p>Facebook </p> <p>Twitter </p>	<p><b>コミュニティFM</b></p> <p>郡山コミュニティ放送(コクラジ)から放送します。</p> <p>※周波数…FM79.1MHz</p>	<p><b>テレビ(データ放送)</b></p> <p>テレビのデータ放送。リモコンの「dボタン」でL字画面に表示されます。</p>

## 郡山産米の海外市場の新規開拓

☎農業政策課 ☎924-2201

市内の生産者3人が生産をしている、令和3年産米のコシヒカリおよび天のつぶ約10tを輸出します。これは、JA福島さくらが、国の新市場開拓に向けた水田リノベーション事業を活用し、全農インターナショナルを通じてイギリス(EU含む)とシンガポールへ向けたものとなる予定です。



## 除去土壌等掘り起こし業務がおおむね完了しました

☎原子力災害総合対策課 ☎924-4731

一般住宅などの除染で発生した除去土壌等の掘り起こしが、おおむね完了しました。国が行う中間貯蔵施設への輸送は、来年3月末に完了する予定です。不在などにより掘り起こし作業が未着手となっている方は、お早めにお申し出ください。

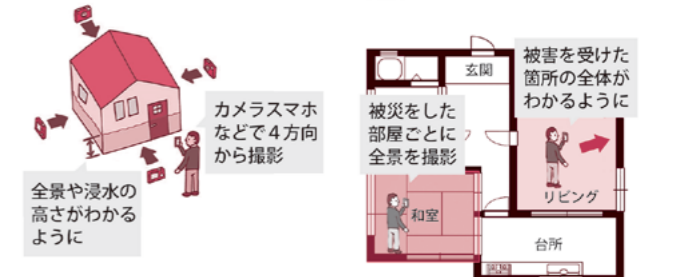


## 災害で被害を受けたときは 写真の保存を忘れずに

☎資産税課 ☎924-2091

大雨や台風などの自然災害で、住まいが被害を受けたときは、各種支援制度を活用するために「り災証明書」が必要となります。証明書の発行のため、片付けや修理の前に被害状況を撮影してください。写真撮影は安全を確認後、無理のない範囲でかまいません。

▶ 写真撮影のポイント ★被害を受けた部屋・箇所は全て撮影しましょう



▲屋外の撮影  
表札や建物が特定できる部分や、被害箇所がはっきり分かる写真の撮影をお願いします。

▲屋内の撮影  
被害箇所(例: 内壁、床、窓、出入口、サッシ、襖、障子、洗面台、便器など)を撮影します。

出来ることから始めてみよう!

# 日常にSDGsを♪

貧困や教育、気候変動などについてすべての国々が協力し、2030年までに「誰一人取り残さない社会」の実現を目指す世界共通の目標であるSDGs。国連でSDGsが採択された9月25日を含む約1週間は、世界的にSDGs週間とされています。この期間をきっかけに、私たち一人ひとりの意識と行動で達成できるSDGsのゴールに向け、今できることから始めてみませんか! 問政策開発課☎924-2021



## 買い物のときに 手前の商品から買おう

12 つくる責任 つかう責任



スーパーなどで食品を買うときは、手前の賞味期限の短い物から買うと、食品ロスを減らすことに繋がります。その日に食べる・飲むものは、積極的に手前の商品から購入しましょう。



## 買い物のときに 商品の表示マークに注目

8 働きがいも 経済成長も



FSC®認証



MSC認証



国際フェアトレード 認証ラベル

商品パッケージには、森林や海の環境への配慮、フェアトレードなどを証明するマークが印刷されているものがあります。自分の価値観に合う商品を選択することもSDGsの一つです。



## 家族でいるとき 家事はみんなでやろう

5 ジェンダー平等を 実践しよう



家事の負担について、家族で話し合ってみましょう。ご飯の準備や洗濯だけでなく、玄関の整理整頓やシャンプーの詰め替えなど、目につきにくい家事もみんなで分担して行いましょう。



## 自宅や会社・学校で ごみはしっかり分別

13 気候変動に 具体的な対策を



ごみを正しく分別することで、資源として再利用をすることができます。ごみが減ればエネルギーや燃料消費量が減り、温室効果ガス削減にもつながります。



### Information

#### クイズに答えてバッジをもらおう!

SDGsクイズに答えた方にSDGsバッジをプレゼントしています。お早めにお申込みください。



対こおりやま広域圏内在住の方

申市ウェブサイトの回答フォームから



#### こおりやまSDGsアワードパネル展

SDGs達成に向け、特に優れた取り組みを行う団体を表彰するこおりやまSDGsアワードの受賞団体を紹介するパネル展を開催します。

時 9/21(火)~27(月)

場 ショッピングモールフェスタ 1階



### 新型コロナによる外出自粛中の方 自宅などで郵便投票が可能



問選挙管理委員会事務局☎924-2461

保健所または検疫所から外出自粛などを要請された方で、その期間が選挙期間と重なる場合は、一定の要件で、自宅などの滞在先から郵便投票ができます。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。



### 災害時における避難所等の 協力に関する協定締結

問防災危機管理課☎924-2161

8月2日に、本市と(株)エフコムが旧郡山市立上伊豆島小学校の、また、(株)エディソンが旧郡山市鬼生田小学校の売買契約を締結し、それに伴い災害時指定緊急避難場所などとして利用するため、災害時における施設の利用や避難所としての協力に関する協定を締結しました。



▲(株)エフコム



▲(株)エディソン

### 福島県米穀肥料協同組合と 土地売買契約を締結



問産業創出課☎924-2271

8月10日に、福島県産米の集出荷販売事業などを行う同組合と西部第一工業団地の土地売買契約を締結しました。今後、県産米の販路拡大や安定供給を目的に、米の物流拠点となる低温倉庫を建設する予定です。



### 日本遺産「一本の水路」 ブランド認証第7弾決定



問国際政策課☎924-3711

市が事務局を務める日本遺産「一本の水路」プロモーション協議会では、日本遺産「一本の水路」のイメージに深く関連付けられる商品や、開拓者精神を象徴する優れた取り組みを行う団体などに対し、ブランド認証をしています。

認証されると、商品などにロゴマークが使用できるほか、協議会による商品PRやイベントでの受託販売を行います。

新たに認証された産品部門3件を紹介します。

#### ▶産品部門「塩糎ドレッシング」

(株)栄楽館ホテル華の湯

県産たまねぎの味が一番生きる味を求め3年。県産塩糎と組み合わせることで程良い塩味と甘味のバランスを実現した、サラダだけでなく肉料理にも使える万能調味料です。



#### ▶産品部門「安積開拓弁当」(夢成株)

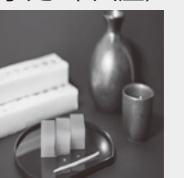
地産地消と手作りにこだわりながら、健康にも配慮し栄養バランスを考え抜いたシェフと食材の生産者の熱い思いが込められたお弁当です。



#### ▶産品部門「四郎治羊かん」(安積野菓子処 平田屋)

酎(たけなわ)プロジェクト(※)で、若関酒造とのコラボレーションで実現した和菓子。郡山市の発展と共に歩んできた老舗菓子店の歴史が詰まった、酒粕と吟醸酒の上品な味わいが楽しめる逸品です。

※県菓子工業組合と県酒造協同組合が取り組む日本酒入りスイーツを開発するプロジェクト



### Information



ふれあい科学館が10月1日で20周年を迎えます

## 松本零士先生 ふれあい科学館名誉館長退任

宇宙や科学を学べる体験型施設のふれあい科学館が10月1日で、20周年を迎えます。キャラクター制作をきっかけとして、開館から20年間名誉館長をお務めいただいた松本零士先生が6月末をもって退任されました。

松本先生には開館以来、ほぼ毎年イベントなどに出席いただき、宇宙を通じた夢を語ったり、来館者と気軽に交流したりするなど、科学館活動に多大なるご協力をいただきました。20年間ありがとうございました。



# 9月のイベントステージ

**けんしん郡山文化センター** ☎934-2288

2月に発生した福島県沖地震の影響で臨時休館中ですが、関連施設と連携して事業を行っています。

### ▶郡山市音楽連盟連携出張演奏会

時①9/5(日)②12(日)14:00~  
場①大安場史跡公園ガイダンス施設②ニコニコこども館  
出演①郡山ウインドアンサンブルメンバー②郡山吹奏楽団クラリネットアンサンブル  
定①40人②30人  
申①受付中②9/1(水)9:00~電話で。



## 公園イベント

### 高篠山森林公園

▶野鳥と山野草の観察会  
時9/18(土)8:30~11:00  
申当日8:15~窓口で。  
問同公園☎957-3748



### ▶富良野自然塾 in 郡山

時9/25(土)10:00~、13:00~  
定各30人 ※予約制 内地球の歴史を学ぶ講座など  
講富良野自然塾裏磐梯校インストラクター  
問・申9/1(水)~13(月)までに林業振興課☎924-2231、ウェブサイトまたはFAX938-3150で。

### 五百淵公園

▶野鳥観察会  
時9/19(日)8:00~10:00  
申当日8:00までに園内南側広場に集合

### 開成山公園

▶秋のバラ園オープン  
時9/16(木)~10/31(日)  
6:30~17:00  
内約400種800本のバラを鑑賞できます。  
問公園緑地課☎924-2361



**文学の森資料館** ☎991-7610

▶文学講座6「源氏物語の世界—紫の上と光源氏—」  
時10/27(水)13:30~15:30  
場ミュージアムがくと館 定40人  
講根本清夫さん(元同館長)  
申9/28(火)から電話または窓口で。

**カルチャーパーク** ☎947-1600

### ▶ドリームランドフリーパス発行

時9月の土、日曜日、祝日  
料4歳~未就学児700円、小・中学生1,000円、高校生以上1,200円

### ▶パブリックシアター「天心」

時9/12(日)10:00~12:00 場展示室 定16人

### ▶こども映画会

時9/12(日)13:30~15:30

場展示室 定16人

内「ピーターパン」など

### ▶フラワーアレンジメント教室

時10/17(日)10:00~12:00

定10人 ※抽選 内ハロウィン風アレンジ 料1,000円

申9/24(金)~9/26(日)に電話で。



**市立美術館** ☎956-2200

### 企画展

### 郡山の美術とであう

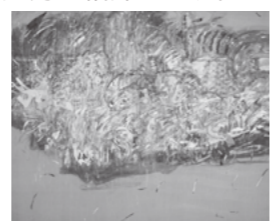
同館の収蔵品や市内に遺されている美術品、現在郡山を中心に活動する作家など、さまざまなかたちで郷土にゆかりのある美術の魅力を紹介しします。

時9/10(金)~10/10(日)9:30~17:00(入館は16:30まで)

休毎週月曜日(9/20(祝)は開館、翌日は休館)

料一般300円、高・大学生・65歳以上200円

※中学生以下、障がい者手帳をお持ちの方は無料



深沢軍治  
《庭先植物生態学(B)》  
1984(昭和59)同館蔵

## 食イベント

### ▶秋の収穫祭 ワイン×食イベント

時9/19(日)10:00~16:00

場ふくしま逢瀬ワイナリー

内秋の味覚を楽しむ!キッチンカーイベント

問同ワイナリー☎0120-320307

### ▶開成マルシェ

時9/25(土)9:00~13:00

場開成柏屋中庭

内こだわりの秋野菜や加工品などが大集合!

問食大学☎946-8600

**石筵ふれあい牧場** ☎984-1000

### ▶9月の平日限定サービス

内①施設利用料の割引  
(大人50円引き、小・中学生30円引き)

②バーベキューでミックス盛注文時に野菜盛をサービス

### ▶バター作り体験

時9/5(日)・19(日)①11:00~②14:30~  
(※19日は①のみ)

定各50人(開始30分前~受付)

料300円

### ▶アイスの日

時9/9(木) 内アイス製品を特別価格で販売

### ▶めん羊まつり

時9/12(日)

内①めん羊レース(3回開催)

②めん羊×クイズ大会③羊の毛刈り実演・体験④動物の

写真会⑤めん羊展示コーナー

対③・④小学生以下

定①各50人③20人④40人

### ▶家畜舎のバックヤード見学

時9/18(土)①10:00~②15:00~

定各20人(当日①9:40~②14:45~受付)

### ▶ふれあい縁日

時9/19(日)15:00~

内輪投げなどのゲームで景品進呈 料1回100円

### ▶動物のブラッシング体験

時9/20(祝)13:30~

定50人(当日13:00~受付)

### ▶山羊(やぎ)などの散歩体験

時9/26(日)13:15~

対小学生以下

定20人(当日13:00~受付)



## ドライブスルー市場

時毎週土曜日10:00~11:00

場総合地方卸売市場

内市場の新鮮な海産物等をドライブスルー方式で販売(事前申込制)

※最新情報は、市場組合LINEで確認できますので友だち登録をお願いします。

問市場の朝市実行委員会☎962-9976



**大安場史跡公園** ☎965-1088

### ▶発掘ガール展

時9/4(土)~10/3(日)9:00~17:00(最終入館は16:30)

内郡山女子大学短期大学部による発掘の成果や研究を展示

### ▶古墳でお月見

時9/19(日)18:00~20:00

対どなたでも(小学生以下は保護者同伴) 定30人

内月に関する解説と外での観望会

講郡山市ふれあい科学館職員

申8/19(木)9:00~電話または窓口で。

### ▶歴史講演会「弥生時代の福島の魅力」

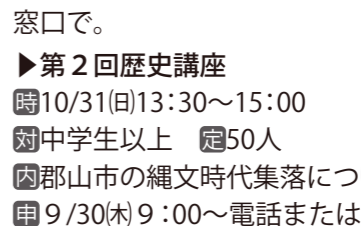
時10/16(土)13:30~15:00

対中学生以上 定50人

講石川日出志さん

(明治大学教授)

申9/16(木)9:00~電話または窓口で。



### ▶第2回歴史講座

時10/31(日)13:30~15:00

対中学生以上 定50人

内郡山市の縄文時代集落について

申9/30(木)9:00~電話または窓口で。

**開成館** ☎923-2157

※臨時休館中のため、申し込みは電話のみで受付

【共通】場久米正雄記念館 定15人

### ▶語り部による民話を聞く会

時9/12(日)13:30~15:30

出演ふくしま四人会

申9/1(水)10:00~電話で。

### ▶伝統楽器演奏会「お琴演奏会」

時9/19(日)13:30~15:30

出演かすみっ子

申9/8(水)10:00~電話で。

**中央図書館** ☎923-6616

### ▶映画会「Little DJ 小さな恋の物語」

時9/15(水)14:00~16:10

場中央公民館多目的ホール

# 子育てスイッチ!

pick up switch

## 来年度の私立幼稚園・認定こども園入園児募集のお知らせ♪

☑満3歳以上のお子さん 願書配布…9/10(金)～ 願書受付…10/1(金)～

※郡山市私立幼稚園・認定こども園連合会ウェブサイトをご確認の上、各園で手続きしてください。

※認定こども園の定員は幼稚園部分の人数で、保育園部分の定員は別になっています(認可保育所と同様の入所申し込みが必要です)。



### 幼稚園

幼稚園名	住所	定員	電話番号
あけぼの	小原田五丁目	360	☎943-1611
安積	清水台一丁目	350	☎933-2102
安積町つつみ	成山町	200	☎945-0867
大槻中央	大槻町	360	☎951-2510
大谷	三穂田町	100	☎953-2961
小山田	大槻町	240	☎951-5665
開南	開成五丁目	160	☎933-0332
片平	片平町	200	☎951-3516
郡山ザベリオ学園	大槻町	200	☎952-7758
郡山女子大学附属	開成三丁目	150	☎923-4001
柴宮	安積町	240	☎945-8125
尚志	横塚六丁目	175	☎944-1378
尚志緑ヶ丘	緑ヶ丘東四丁目	210	☎956-3140
セントポール	麓山二丁目	75	☎932-3755
たから	堂前町	240	☎922-1973
多田野	逢瀬町	80	☎957-2740
たちばな	菜根三丁目	180	☎932-4346
たちばな西	台新二丁目	160	☎932-8720

幼稚園名	住所	定員	電話番号
田村町つつみ	田村町	210	☎955-2343
東部朝風	あぶくま台一丁目	80	☎943-5152
富田	富田町	240	☎922-6900
並木	並木五丁目	240	☎922-7270
富久山	富久山町	210	☎922-3887
富久山西	八山田七丁目	160	☎922-4860
双葉	富久山町	360	☎922-1720
双葉第二	名倉	350	☎945-0755
みどり	安積二丁目	200	☎945-0467
みらい	喜久田町	140	☎959-6750
めぐみ	富久山町	320	☎933-9313

### 認定こども園

こども園名	住所	定員	電話番号
エムポリアム	堤下町	81	☎932-1048
希望ヶ丘	富田町	120	☎951-0443
こはらだ	小原田二丁目	171	☎944-2255
わかば	安積町	105	☎945-6035

## 健やかな成長と自己実現の基礎を培う 家庭教育のススメ

- vol. 7 -

家庭教育や親子の絆を深めるポイントなど、親としての生き方やあり方、子育てのヒントをシリーズで紹介いたします。

☎生涯学習課☎924-2441



### 事例 真剣に今を生きれば

小・中・高校生の保護者(母親)

私を含めて親というものは、子どもに対して過剰な心配をするものである。外に出れば何が起きて不思議ではないが、かと言って心配だからと家の中に閉じこめておくわけにもいかない。親としては、三人の子どもを小さい時からとてもかわいがったなという思いはある。でも、わが家の教育方針なんてなかったし、「子育て論」などももちろん持っていなかった。長男17才、長女14才、次女11才となり、今ごろになってこれまでを反省したとしても取り返しはつかない。

子どもを理解するということは、子どもの全部を知ることではないと思う。根掘り葉掘り知ろうとしない方が子ども自身で自分の世界をつくり、育っていくのではないだろうか。自分の両親がどのように私を育ててくれたかを振り返ると、型にはまったものではなく、その都度対応してくれた。親ができることは親の権利

を乱用せず、健康を気にかけて、日々の姿を子どもに伝えることしかないと今は考えている。真剣に今を生きれば子どもたちにもその思いが伝わると思う。



2年ほど前、父が倒れ、看病で毎日2時間ぐらい家を空ける日が続いた。子どもたちは、徐々に家事を分担し、私も助けてもらうことが多くなった。子どもたちの成長をこの目で確かめることができ、われながら驚いた。私も頑張ろう。私が育てば子どもも育ってくれる。肩を張らずに頑張ろうと思うこの頃である。

【郡山家庭教育を支援する会発行「子育て事例集」ともに生きるより】

### 事例が教えてくれること

子どもの世界を見守り、今を大事にした子育てです。親の姿を見ながら、子どもは「感じる心」を磨いていくのです。ともに育つ心の姿勢を大切にしたいです。

## 9月のイベントステージ

### 熱海地区施設のイベント

#### ユラックス熱海

☎984-2800



▶ユラックス香りの湯「ラベンダーの湯」

時9/26(日)9:00~21:00 ※最終受付は20:00まで

▶休館日

9/6(月)~10(金)(点検など)、10/1(金)~12/31(金)(施設改修)

#### 磐梯熱海アイスアリーナ

☎984-5377



▶スケートリンクオープン

時9/1(水) 料一般400円、高校生300円、中学生以下200円(貸靴料300円) ※9/5(日)は滑走料無料

#### 磐梯熱海観光物産館

☎953-5408

▶米粉麺大学~あなたの知らない産学連携の世界~

時9/25(土)13:30~15:00

定25人

内郡山女子大学の皆さんと産学連携の現場を体験



講榎川千香子さん(アルファ電子(株)専務取締役)

料1,000円(お土産付き) 申9/3(金)9:00~電話で。

### 麓山の杜

☎924-2194



▶みどりの教室

時10/3(日)①10:00~②11:15~③13:00~、④14:15~ 各1時間程度

場カルチャーパーク工作室

定各10人 ※抽選 内苔玉づくり 料500円

申9/10(金)~19(日)17:00までに電話で。

▶まちなかふれあいウォーク

時10/10(日)10:00~12:00 定10人 ※抽選

内市内の歴史を探访する 料50円(保険料)

申9/17(金)~26(日)17:00までに電話で。

### 歴史資料館

☎932-5306



▶II期古文書教室(全4回)

時10/3(日)・10(日)・16(土)・24(日)9:10~12:10

場労働福祉会館 ☑市内在住または在勤の方

定30人 ※抽選

内江戸時代の郡山の世相を知る

講大河峯夫さん(郡山地方史研究会会長) 料800円

申9/15(水)<消印有効>までに、往復はがきで住所、氏名、年齢、電話番号を記入(返信用はがきにも住所、氏名を記入)し、〒963-8876 麓山一丁目8-3 歴史資料館へ。 ※1人1通で連名不可

### スペースパーク ☎936-0201



#### 宇宙劇場 ※要観覧料

★キッズアワー「宇宙ミステリーツアー2021」

時9/26(日)まで

★星と音楽のひとつ

「応援ソング特集～スポーツ編～」

時9/30(木)まで

★開館20周年プラネタリウム特別プログラム・トークイベント

時①10/2(土)11:30~②15:30~③3(日)15:30~

定各110人

内①天文学 これまでの20年 これからの20年

②宇宙への夢を描く③宇宙と私一時間と空間の旅

講①渡部潤一さん②板橋克己さん③黒田有彩さん

申9/1(水)~電話または窓口で。

★一般番組「開館20周年記念

21世紀の宇宙一驚きと発見の20年」

時10/31(日)まで

#### 展示ゾーン ※要観覧料

★デジタルスタジオ

「パワポでプログラミング【ゲーム編】」

時9月の毎週日曜日13:30~

★サイエンスショー

「不思議な素材で大実験」

時9/30(木)まで

★サイエンススタジオ

「月ってどんどこころ?」

時10/31(日)まで

★3D天文シミュレーション

「立体視で宇宙を巡ろう!」

時土・日曜日・祝日15:00~

#### その他の催し

★ホワイエ企画展

「日本星写真協会写真展『星の風景2021』」

時9/26(日)まで

場宇宙劇場ホワイエ(23階)

★駅前観望会

時9/11(土)18:30~19:30 場郡山駅西口駅前広場

### おおまち笑・show・商



時9/5(日)10:00~14:00 場大町商店街(大町通り)

内フリーマーケット、おおまち豚丼・野菜の販売

場大町商店街振興組合☎931-6745



今月の  
お知らせ

子育て講座

時①9月27日②10月18日(月)午前10時〜正午  
場ニッコニコども館  
対育児中の方、出産を控えている方、子育てボランティアに興味のある方など  
定20人程度  
※予約制(託児有、定15人程度)  
①子どもの心とコミュニケーション②ふれあい遊び  
③開催日の1カ月前〜ネット・マン ☎980-9071-9000へ。



就学時の健康診断

来年4月に小学校入学予定のお子さんの健康診断を、10月に行います。  
10月上旬に入学通知書を送付しますので、該当する学校の日程で受診してください。  
時10月6日(水)②20日(水)③10月28日(木)  
※学校によって指定日有り  
場同通知書に記載の小学校  
対平成27年4月2日〜平成28年4月1日に生まれたお子さん  
④内科・耳鼻科・眼科・歯科検



診など  
新入学児童連絡カード、アレルギー調査票、同通知書、母子健康手帳、上履きなど  
関学校管理課 ☎924-3421

里親入門講座

時①10月19日(火)午前10時〜11時30分②11月2日(火)午前10時〜午後4時  
場①郡山合同庁舎仮設庁舎②県中児童相談所  
対①里親制度や子どもの福祉について関心のある方②里親について個別に相談したい方  
定①20人②5組 ※予約制  
①里親制度を学ぶ②里親についてや申請などの個別相談  
③開催日の1カ月前〜ネット・マン ☎935-0611または ☎kentyuu.jisou@pref.fukushima.jpへ。



はやママサロン

子育てサポーターと一緒に遊んだり、同じ年頃の子どもを持つお母さんたちと話したり、子育ての情報交換などができます。  
時毎週水曜日上午10時〜正午  
場中央公民館  
対就学前のお子さんと保護者  
関同館 ☎934-1212



地域子育て支援センターイベント

【共通】就学前のお子さんと保護者 ※全て予約制  
西部子育て支援センター ☎951-7800  
時①9/6(月)10:30~11:30  
②9/12(日)10:30~11:30  
③9/30(木)10:00~11:00、14:00~15:00  
④①誕生会②性教育講座③身体測定  
南部子育て支援センター ☎945-2404  
時①9/7(火)11:00~11:40  
②9/17(金)9:30~10:15、10:45~11:30  
③9/25(土)9:30~10:15、10:45~11:30  
④9/30(木)11:00~11:30、15:00~15:30  
⑤①お話し会②リトミック③あつまれ0歳児④誕生会  
北部子育て支援センター ☎924-0055  
時①9/10(金)10:30~11:30  
②9/16(木)・17(金)11:00~  
③9/21(火)・22(水)11:00~  
④9/30(木)11:00~  
⑤①抱っこのお話と抱っこ紐相談②敬老の日のプレゼント制作③つくってあそぼう④誕生会  
東部子育て支援センター ☎943-0411  
時①9/13(月)10:30~11:30  
②9/17(金)10:30~11:30  
③9/21(火)10:30~11:30  
④9/24(金)9:30~11:00  
⑤9/28(火)11:00~11:30  
⑥①リトミック②お話し会③お月見会④イヌをつくってあそぼう⑤誕生会



子育て  
イベント

バウムクーヘン作り  
時①9月25日(土)②26日(日)午前10時〜正午  
場青少年会館  
対小学生と保護者  
定各10組  
①炭火の上で、棒を回しながらバウムクーヘンを作る  
料1組1千円  
持エプロン、三角巾、手拭タオル、汚れてもいい服装  
③開催日の1カ月前〜ネット・マン ☎951-2900へ。



希望ヶ丘児童センター  
のイベント

【共通】関・場・甲同センター ☎961-4633  
▼おまつりごっこをしよう  
時9月27日(月)午前10時30分〜11時30分  
対就学前のお子さん  
と保護者  
定10組 ※予約制  
▼おみこしをかっこ  
時9月27日(月)午後4時〜  
対小学生  
定15人 ※予約制  
親子遊びと親ミーティング  
時10月1日(金)午前10時〜11時30分  
場中央公民館  
対4カ月〜就学前のお子さん  
と保護者  
定6組 ※予約制



リズムとからだのあそび  
時①10月2日(土)②3日(日)③24日(日)午前10時〜11時  
場ニッコニコども館  
対次のお子さん  
と保護者①②1歳③4カ月〜8カ月  
定各20組  
①ひよこ体操  
②親子運動遊び  
③親子のふれあい遊びとベビーマッサージ  
③開催日の1カ月前〜ネット・マン ☎953-3445②③プチマン ☎983-1925へ。



移動サロン

時①10月6日(水)②20日(水)午前10時〜正午  
場①中央公民館②片平ふれあいセンター  
対次のお子さん  
と保護者  
①離乳食期②2歳〜就学前  
定各10組程度 ※予約制  
①離乳食づくり  
②親子で新米おにぎりづくり  
料1組500円  
③開催日の1カ月前〜ネット・マン ☎990-1398-8760へ。



わくわくおひるば

時10月8日(金)午前10時〜11時30分  
場ニッコニコども館  
対4カ月〜就学前のお子さん  
と保護者、60歳以上の方  
定12組程度 ※予約制  
①秋の寄せ植え 料1組500円  
②開催日1カ月前〜プチマン ☎983-1925へ。

バスケットボール教室

時10月15日(金)午後5時〜6時②午後6時10分〜7時10分  
場西部体育館  
対①小学1〜3年生  
②小学4〜6年生  
定各15人  
講福島ファイヤーボンズバスケットボールスクールコーチ500円  
講屋内用靴、飲み物  
③開催日1カ月前〜ネット・マン ☎961-4250へ。



図書館  
イベント

安積図書館 ☎946-8850  
▼土よう絵本といっしょ!  
時9月4日(土)午前11時〜11時30分  
対3歳以上  
▼絵本といっしょ!  
時9月21日(火)午前11時〜11時30分  
対3歳以下  
▼土よう日のおはなし会  
時9月25日(土)午前10時30分〜11時  
対3歳以上  
中央図書館 ☎923-6601  
【共通】場中央公民館  
▼こども映画会  
時9月9日(木)午前10時〜10時50分  
①「まめつくん」  
②「からすのパンやさん」  
▼おはなし会  
時9月18日(土)午前11時〜11時40分  
対3歳以上  
富久山図書館 ☎921-0030  
▼おはなし会  
時9月11日(土)午前10時30分〜11時  
対3歳以上  
希望ヶ丘図書館 ☎961-1600  
▼おひざにだっこのおはなし会  
時9月18日(土)午前10時30分〜11時  
対3歳以下



申9月16日(日)正午までに電話または窓口へ。  
田村分館 ☎955-3842  
▼おはなし会  
時9月11日(土)午前10時30分〜  
対未就学児と保護者  
緑ヶ丘分館 ☎944-0001  
▼おはなし会  
時9月18日(土)午前10時30分〜



パパ・ママの  
講座・相談

①目指せ!320教室  
時9月1日(水)・8日(水)・10日(金)・15日(水)・22日(水)・30日(木)午前9時30分〜11時  
場ニッコニコども館  
対今年4月に1歳6カ月健診を受診、または4月教室の参加者  
定各30人  
②歯科健診、歯科相談、フッ化物塗布など  
③すくすく相談  
時9月3日(金)午前9時30分〜正午  
場ニッコニコども館  
対育児、母乳、栄養や歯に関する個別相談など  
④妊婦さんのデンタルケア  
時9月28日(火)午後1時15分〜3時  
場ニッコニコども館  
定15人  
⑤歯科医師による健診、個別歯科相談、栄養相談など  
⑥ハローベビー〜妊娠クラス〜  
時10月12日(火)午前10時〜正午  
※オンライン開催  
対妊娠17週以降の妊婦さんとご家族の方  
定10人程度  
⑦産の経過、育児についてなど



すこやか離乳食教室  
(全2回)

区分	Aコース	Bコース
日時	10/21(木)、2/3(木)	10/28(木)、2/10(木)
会場	保健所	
対象	今年6月生まれのお子さんと保護者(初めての方優先)	
定員	全32組(各8組)	
内容	離乳食の講話、栄養士の調理実演など	
持参	母子健康手帳、筆記用具、おんぶひも、バスタオル	

①〜⑦の講座・相談は、全て予約制です。  
⑥⑦は、9/1(水)〜受け付けます。  
※⑥は、ウェブ受付  
③開催日①⑤⑦健康づくり課 ☎924-2900  
②③④⑥ニッコニコども館 ☎924-3691  
▼動画でかんたん離乳食  
市ウェブサイトでは、おかゆレシピやアレンジレシピなど簡単に作れる離乳食動画を公開中です。ぜひご覧ください。  
③開催日①⑤⑦健康づくり課 ☎924-2900  
②③④⑥ニッコニコども館 ☎924-3691



## ゲートキーパーの4つの行動

ゲートキーパーには、「悩んでいる人に気づき、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る」という4つの行動があります。

### 1 気づく

家族や仲間の異変に気づいて声をかける(表情が暗い、口数が少ない、飲酒量が増えた、交流を避ける、自殺をほめかす発言をするなど)



### 2 傾聴する

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。批判や否定、安易な激励、一般的な価値観の押し付けをせずに、共感しながらじっくり話を聴く。



### 3 つなぐ

本人の気持ちを受け止め、押し付けることなく、本人の抱える問題に応じ、適切な専門家や相談機関への相談を促す(関連30ページ)



### 4 見守る

相談先へつなげた後も、相手を焦らせることなく、時折声をかけたり、話を聴いたりするなど、温かく様子を見守り、心の回復を支える



## ゲートキーパーになるには?

ゲートキーパーになるために、特別な資格は必要ありません。家族・同僚・友人といった身近な立場の誰もが、ゲートキーパーとして行動することができます。

悩む人の存在に気づき、寄り添い、その声に耳を傾けることが、命を守ることに繋がります。

家で、仕事で、学校で…。身近な方の様子が「いつもと違う」と感じたら、「どうしたの?」とひと声かけることが、ゲートキーパーの第一歩です。

私たち一人ひとりの取り組みで、かけがえのない命を守りませんか。

本市では、ゲートキーパー養成研修を定期的に行っています。詳しくは、保健・感染症課へお問い合わせください。



保健・感染症課職員

厚生労働省では、ゲートキーパーに関する研修動画や絵本・マンガを配信しています。ぜひご覧ください。



▲市民向けに開催されたゲートキーパー養成研修の様子



▲研修受講者には自殺対策リボンを配布

### Voice

#### ゲートキーパーの心構えを知って

研修を受けて、ゲートキーパーは、周囲の人のささいな変化に気づいてあげる重要な存在であること、また、周りの人の力も借りながら、気負わずにいる心構えが大切だと分かりました。普段から会話する友人たちがいつも通りであるか気にかけるなど、今まで以上に周りを意識して過ごすようになりました。

日本大学工学部建築学科3年  
えびさわ こうみ  
蛸澤 康海さん



## 特集2 守れるいのちがそこにある

あなたもわたしも

## こころといのちのゲートキーパー

ゲートキーパーをご存じですか?ゲートキーパーとは、「命の門番」として、心の不調を抱える人が命を絶つ道へ向かわないために、生きていくための支援をする人たちです。

自殺対策強化月間(関連29ページ)である今月は、大切な命を守る存在として、その役割が注目されているゲートキーパーをご紹介します。問保健・感染症課 ☎924-2163



## 知っておくべき自殺の現状

本市では、毎年約50~70の方が自殺で亡くなっています。2015~2019年の本市の年齢層別死因順位(病気を除く)

年代別では40代から50代までが最も多く、次いでそれ以下の若年層も多い傾向にあります。年齢層別の死因順位を見ても、病気を除く外的要因として、70代までの全ての世代で自殺が1位であり、深刻な問題となっています。

自殺には、健康・家庭問題、生活困窮、孤立、介護、育児、人間関係の疲れ、長時間労働、学業不振など、様々な社会的要因があり、自殺はそれらの要因が連鎖することで起こります。自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くは社会の努力で防ぐことのできる問題とされています。

年齢層	1位	2位	3位
10-19歳	自殺 6人	交通事故 4人	中毒 1人 溺死・溺水 1人
20-29歳	自殺 28人	交通事故 7人	転倒・転落 2人 溺死・溺水 1人
30-39歳	自殺 42人	交通事故 4人	窒息 1人 火災 1人 窒息 2人
40-49歳	自殺 52人	交通事故 10人	転倒・転落 2人 溺死・溺水 2人 中毒 2人
50-59歳	自殺 49人	交通事故 10人	窒息 6人 転倒・転落 11人
60-69歳	自殺 39人	交通事故 13人	溺死・溺水 11人 窒息 11人
70-79歳	自殺 33人	窒息 22人	転倒・転落 19人
80-89歳	窒息 54人	転倒・転落 46人	自殺 25人
90歳以上	窒息 32人	転倒・転落 20人	溺死・溺水 8人

出典:人口動態統計より本市が作成

## 今、ゲートキーパーが求められています

自殺を考える人は何らかのサインを発していることが多いと言われています。さらに、コロナ禍で感染や経済への不安、孤独感で悩む人が増えている現在、ゲートキーパーの存在はとても重要です。特に、代表的なゲートキーパーである民生委員、地域ボランティア以外にも、日頃から関わりを持ち、手を差し伸べられる身近な人がゲートキーパーとして寄り添うことが、現在強く求められています。

### 心の不調を感じる人へ

#### 心の健康を保つポイント

心のケアには、①睡眠や食事などのいつもの生活習慣を保つこと、②安心できる人とのつながりを維持すること、③ストレッチなどの運動をすること、④自分が今できていることを認めて、自分を大切にすること、⑤信頼できる情報に目を向けることが大切です。また、身近な人や相談機関にも相談しましょう。

福島県臨床心理士会  
山下 和彦さん



#### 一人ぼっちで悩まずに

(社福)福島いのちの電話は、市民の自殺予防と自殺対策推進のため、本市と包括連携協定を結んでいます。

人生・家族・夫婦・健康・対人関係などの相談を匿名かつ無料で受け付けています。専門的な研修を受けた相談員が親身になってお話を伺います。メールでの相談も対応していますので、思い悩んでいる方は、まずはご連絡ください。

☎毎日10:00~22:00

問福島いのちの電話 ☎024-536-4343



トピックス

9月は「世界アルツハイマー月間」  
認知症への理解を深め、支える

【共通】**問**地域包括ケア推進課 ☎924—3561

▶「オレンジカフェ」を開催しています

認知症カフェ(オレンジカフェ)でお茶を飲みながら気軽に相談や情報交換をしませんか。

日時	名称/会場/問い合わせ
9/8(水) 13:30~14:30	うめざわカフェ/総合南東北福祉センター日和田 ☎968—1010 ※予約制
9/14(火)・28(火) 11:00~12:00	☆キラリ☆ 星総合病院かがやき健康館2階 ☎983—5514
9/15(水) 13:30~14:30	♪おしゃべりカフェ♪ 星ヶ丘ホーム ☎952—6412
9/16(木) 13:30~14:30	チルコロ/カーサ・ヴェッキオ/あさかホスピタル ☎945—1701 ※予約制
9/19(日) 10:00~11:30	ポエム/デイサービスセンターポエム/認知症のひとと家族の会郡山地区会(櫻村方) ☎945—0518
9/25(土) 10:30~11:30	やつやまだ/総合南東北福祉センター八山田 ☎954—8501 ※予約制
休止中	ビッグハート/医療介護病院 ☎935—0527 ※認知症に関する個別相談を随時受付中

料100円~200円 ※カフェによって異なります。

▶「認知症サポーター養成講座」を開催しています  
認知症を正しく理解し、温かく見守るサポーターとして、自分のできる範囲で活動しませんか。

時①9/9(木)14:00~15:30  
②10/2(土)15:00~16:30

場①郡山公会堂  
②星総合病院メグレズホール

対市内在住・在勤の方 定①30人②60人

内認知症に関する知識と対応方法を学ぶ

※受講された方にはオレンジリング、事業者・団体にはステッカーをお渡しします。



▶「知ろう！認知症」展示イベントを開催します

認知症になっても住み慣れた町で自分らしく暮らせるように、私たち一人ひとりができることを考えてみませんか。認知症に関する情報や相談先などをパネルで紹介するほか、ご応募いただいた「物忘れ川柳」の展示、投票を行います。お立ち寄りの際は、お気に入りの一句に是非投票ください。

時9/22(水)~30(木)

場ショッピングモールフェスタ  
2階中通り



日時	会場
9/9(木) 9:30~10:00	中田ふれあいセンター
11:00~11:30	田村公民館
13:30~14:00	希望ヶ丘図書館
15:00~15:30	逢瀬公民館
9/16(木) 9:30~10:00	大島地域公民館
11:00~11:30	八山田地域公民館
13:30~14:00	久留米地域公民館
15:00~15:30	安積行政センター

※代理の方が手続きする際は、代理人と本人の身分証が必要

バスカードノルカ  
積み増し出張サービス  
マッサーや温泉などで使える「高齢者健康長寿サポーター事業利用券」  
75歳以上で同利用券の交付を受けている方  
※代理の方が手続きする際は、代理人と本人の身分証が必要

市敬老会を中止します  
毎年9月に開催している敬老会は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、今年も中止となりました。市からの記念品は、9月15日(水)以降、対象者宛てに直接郵送します。

今月のお知らせ

健康長寿課 ☎924—2401  
講 佐藤鎮雄さん  
定 10人  
時 9月27日(土)11月1日の毎週月曜日午後1時30分~3時30分

水彩画(全6回)

時 9月27日(土)11月1日の毎週月曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月25日(土)10月30日の毎週土曜日午後1時30分~3時30分

料 1千円

講 渡邊統華さん

定 16人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

料 3千円

講 生方幸英さん

定 10人

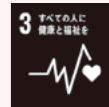
時 9月22日(土)10月20日の毎週水曜日午後1時30分~3時30分

9/20(祝)は敬老の日



さらなる活躍に向けて

より充実した毎日を過ごそう!



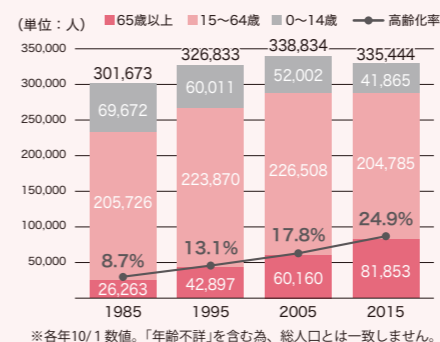
市内には、65歳以上の方が人口の約1/4、約82,000人暮らしています(2015年国勢調査)。戦後の経済的発展、活気を帯びる町とともに過ごし、趣味などにも意欲的に取り組むシニア層は、今後の地域社会においても重要な役割が期待されます。健康上問題なく日常生活を送れる「健康寿命」をさらに延ばすポイントを紹介します。 **問**健康長寿課 ☎924—2401

CHECK! 人生100年時代

地域の活力に

全国的な流れと同じく、本市でも総人口が2005年2月の339,532人をピークに減少傾向にある中、65歳以上の人口は増加し、高齢化率は大きく上昇しています。

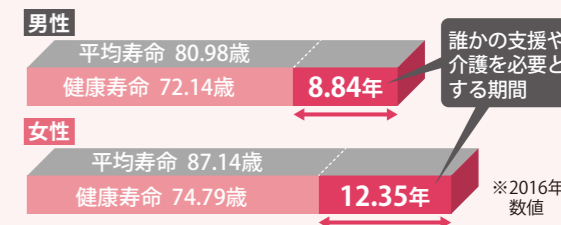
就労や地域での活躍など、シニア層への期待がますます高まります。



【出典】グラフ郡山「データブック」2020

その差“約10年”

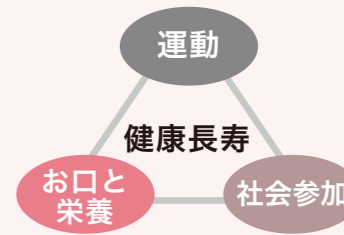
自立して健康で過ごせる期間を延ばし、平均寿命と健康寿命の差を短くすることが重要です。



【資料】厚生労働省「令和2年版 厚生労働白書 図表1-2-6」より作成

CHECK! 健康寿命を延ばす3つのポイント

年齢を重ねることで感じる体や心の衰えも、行動や意識次第で改善できます。健康寿命を延ばすために、日々の暮らしの中で心掛けるポイントを実践してみましょう。



POINT 1 毎日カラダを動かしましょう

いくつになっても日常生活に必要な筋力はつけられます。積極的に体を動かしましょう。



いきいきシニアライブ大作戦(全10回)

時10/8(金)・12(火)ほか14:00~15:30  
場ミュージカルがくと館  
対市内在住65歳以上の方 定15人  
内ストレッチや口の体操、脳トレ、栄養講話など  
**問・申**9/24(金)までに、地域包括ケア推進課 ☎924—3561へ電話で。



POINT 2 しっかり噛んで食べましょう

3食をバランス良く、規則正しく食べると生活リズムも整います。食後・寝る前は歯を磨きましょう。



口からはじめる健康づくり

時9/14(火)10:00~11:00  
場中央公民館  
対市内在住65歳以上の方 定20人  
内口の健康に関する講話  
**問・申**9/3(金)までに、地域包括ケア推進課 ☎924—3561へ電話で。



POINT 3 人とのつながりを大切に

社会と関わることは、閉じこもりを回避し、生活に充実感を得るきっかけにもなります。



初心者向けスマートフォン体験講座(全5回)

時9/17~10/15の毎週金曜日10:00~12:15  
場総合福祉センター  
対市内在住60歳以上で、全5回受講できる方 定15人 **備**スマートフォン(無料で貸出可)  
**問・申**健康長寿課 ☎924—2401へ電話で。

ひとまちストーリー

認知症になっても安心して暮らせる社会を目指す  
 (公社)認知症の人と家族の会 福島県支部郡山地区会



▲“つどい”では参加者それぞれの悩みを共有できます

▲音楽を聴きながら談話できるのがオレンジカフェの魅力

令和2年度「まちづくりハーモニー賞」市民活動実践部門受賞  
 認知症の正しい知識の普及や、当事者の悩みの解消など、よりよい福祉の増進に努める「認知症の人と家族の会」。郡山地区会の代表世話人を務める芦野正憲さんに取り組みや思いなどを伺いました。

**活動のきっかけは?**  
 以前、同居していた母が認知症になりました。介護の知識不足や精神的負担から、その症状との向き合い方に悩む中で、認知症の人への接し方や介護の心構えなどを学べる情報交換の場がほしいと考えようになりました。そこで、全国各地に支部を展開しているこの会に参加しました。

本地区会は平成13年に設立し、現在60人で活動しています。定期的な会報を発行するほか、9月21日の世界アルツハイマーデーに合わせて、毎年9月に講演会や啓発活動を行っています。(関連21ページ)

また、認知症についての悩みや課題を共有できる場である“つどい”(相談会・交流会)や、誰でも参加でき、何でも気軽に語り合えるオレンジカフェを毎月開催しています。これらは、不安を安心に変えてくれる場として、毎回好評です。

さらに、“つどい”に参加できない方のために、電話相談も行っていて、

迷いや戸惑い、悩みを解消する大切な取り組みとなっています。

**活動のやりがい?**  
 認知症で苦しんでいた方が“つどい”を通して晴れやかな顔を見せてくれたり、相談された方から穏やかに過ごせるようになったと言われたりすると、ほっとした気持ちになります。

今はコロナ禍で制約もありますが、当事者が直接話し合える“つどい”などは、不安解消の場の一つとして、これからも活用してほしいですね。

若年性認知症やヤングケアラー、ダブルケアなど、認知症をとりまく環境が多様化している時代です。

より幅広い年代の人に認知症の知識と理解を深めてもらうことが、今一番重要な課題だと認識し、これからの活動に励んでいきます。

認知症になっても、介護する側になっても、誰もが笑顔で過ごせるまちを作りませんか。

問 同会 ☎ 945-0518

7月9日 7月22日 東京2020オリンピック ホストタウン情報  
**ハンガリー水泳代表事前合宿**



郡山しんきん開成山プールで、ハンガリーの水泳代表が、オリンピックに向けた合宿を実施。新型コロナウイルスの影響で、練習施設と宿泊ホテル以外の行動が制限される中、充実した練習環境やおもてなしに感謝の思いを残し、東京へ出発しました。



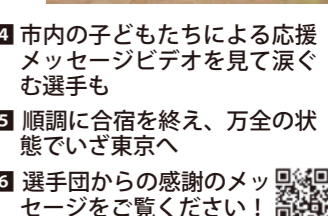
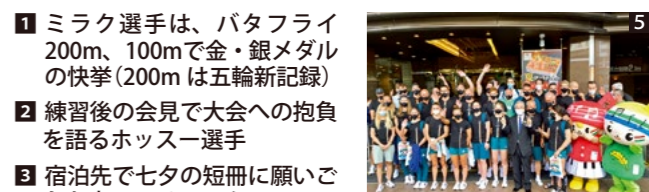
8月5日 奈良市姉妹都市提携50周年  
**采女伝説の地で供養祭**

片平町の山ノ井農村公園で、「うねめ供養祭・かめ祭り」を関係者のみで行いました。1300年前に愛する次郎を追って悲劇の入水を遂げた春姫に向け、次郎の化身となったかめを池に放ちました。たくさんの灯ろうが暗く静まりかえった池を照らし、伝説の地が幻想的な雰囲気にも包まれていました。



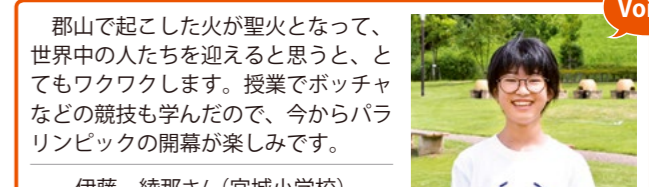
▲かめの甲羅には願いごとを

▲来年は通常開催できますように



8月11日 東京2020パラリンピック聖火フェスティバル  
**現代×古代の融合で火起こし**

東京2020パラリンピックで灯される聖火の種火起こしを大安場史跡公園で実施。会場の音響に水素自動車が発電した電気を使う一方で、舞切り式という古代の技術で障がい者と健常者が一緒に火起こしに挑戦。共生社会を象徴する郡山市の火が生まれ、パラリンピックへの期待を膨らませました。



伊藤 綾那さん(宮城小学校)

Voice

市長コラム

換気の研究



毎日、テレビのdボタン(データ放送)で雲の行方と天気予報を追い、新型コロナウイルス感染症に罹患された方々の報道に心を痛め、エッセンシャルワーカーの皆様にご挨拶する日々が続いておられます。

予報と予防が「イノチ」の課題です。知行合一が最も肝要な課題です。しかし、一人ひとりの努力が無にならないような課題があります。

天気では水系治水発想、感染症では予防環境づくりです。木以上に森を見る発想です。

これまでの治水は線の発想でしたが、今後の流域治水は木の根や枝のような川を網と捉え、水系治水の発想が必要です。

感染症も飛沫一個一個、ウイルス一個一個に注目する発想とともに、飛沫の流れ(治水ならぬ「治気」)の環境に注目が必要です。

飛沫の流れは空気の流

情報ジュークボックス

暮らし

上下水道局 インフォメーション

9月10日は「下水道の日」
下水道は、私たちの安全・安心で快適な暮らしを守るため、水循環の要として休みなく働き続けています。下水道区域内でまだ接続していないご家庭は、接続されるようお願いいたします。

どにより正常に機能しなくなる場合があります。
また内蔵電池の寿命は約10年ですが、使用環境によっては電池寿命が短くなる場合があります。お掃除の際などに点検ボタンを押して正常に作動するか確認しましょう。



新型コロナウイルス感染症に関連する人権への配慮について

感染した方やその関係者、医療従事者などへの不当な差別、偏見、いじめ、SNSでの誹謗中傷などの人権侵害はあってはなりません。
新型コロナウイルス感染症に関する正しい情報に基づき、一人ひとりの人権を尊重する意識をもって落ち着いて行動しましょう。



「これまでの大丈夫が、いま危ない。」～水害をテーマにした動画～

近年、激甚化する災害に備えるために、福島県では令和元年東日本台風で被災した方々の体験を基に、啓発動画を作成しました。自分や大切な人の命を守るために、日頃から避難場所や方法などを確認して、早期避難に備えましょう。



土のうを配布しています

大雨などによって起こる浸水に備え、土のうを配布しています。道路や水路など公共施設からの浸水を防ぐための利用に限るなど、配布には条件があります。希望する方はご連絡ください。



消防本部からのお知らせ
▼住宅用火災警報器の点検をしましょう
警報器は、部品の劣化や汚れなどにより正常に機能しなくなる場合があります。

停電情報アプリをご利用ください
東北電力ネットワーク(株)では停電の発生状況を視覚的に分かりやすくお知らせするスマホアプリを運用しています。

戦没者遺児による慰霊友好親善事業
戦没者遺児が、戦没した旧戦域を訪れる慰霊追悼を行います。詳しくは、日本遺族会事務局までお問合せください。

社会生活基本調査にご協力ください
総務省統計局では、全国から抽出された約9万世帯を対象に、1日の生活時間の配分や、自由時間の主な活動について調査します。

コンビニでの証明書発行の休止
9月20日(祝)
内戸籍全部(個人事項証明書、戸籍の附票)の写し

体育施設の休館
9月7日(火)21日(水)
22日(木)
23日(金)
24日(土)

募集・講座
動物愛護週間イベント
9月20日(祝)～26日(日)は動物愛護週間です。

犬猫譲渡会
9月4日(土)、10月3日(日)午前10時～正午
場保健所

社会生活基本調査
総務省統計局では、全国から抽出された約9万世帯を対象に、1日の生活時間の配分や、自由時間の主な活動について調査します。

在任外国出身者のための日本語講座
9月8日～11月17日の毎週水曜日(11月3日を除く)午前10時～11時30分

野生キノコにご注意を！
食中毒防止のため、疑わしいキノコは採らない・食べない

パネル展示
9月1日(水)～24日(金)
犬の飼い方講習会
9月12日(日)午前10時～正午

犬の飼い方講習会
9月12日(日)午前10時～正午
場保健所

社会起業家加速化支援プログラム参加説明会
9月5日(日)午後1時30分～3時 ※オンライン

国際交流協会(国際交流サロン)
9月24日～29日

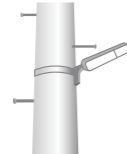
セーフコミュニティ課からのお知らせ
【共通】同課 ☎924-2151
秋の全国交通安全運動(9/21(火)～30(木))



客引き勧誘行為などの防止
郡山駅周辺で、「風俗関連の客引き行為」や「風俗店などで働くように声を掛けるスカウト行為」などは、条例で禁止されていますので利用しないようにしましょう。



私道への防犯灯設置に補助金を交付
通行に利用されている私道に町内会などで独自に防犯灯を設置する場合、設置工費を補助します。



就職活動インフォメーション
9/15(水)13:30～16:30 ※予約制
場中央公民館



子育てと「働く」を応援！
就職支援セミナー
9/17(金)10:30～12:00
場ニココこども館



富久山デイ・サービスセンター  
「地域交流事業」受講生募集

【共通】市内在住または在勤の方  
定10人  
時9/20(祝)<必着>までに、往復はがきに希望講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒963-8071 富久山町久保田字大原123-1 富久山デイ・サービスセンター講座係☎924-2040へ郵送。または、FAX924-2045で。

- ▶フラワーデザイン講座(全4回)  
時10/19(火)、11/2(火)・16(火)・30(火)  
13:30~15:30  
講野尻恵子さん  
料各1,100円程度(教材費)
- ▶絵手紙講座(全5回)  
時10/20~11/24の毎週水曜日(11/3(祝)を除く)  
13:30~15:30  
講安達アツ子さん  
料各400円
- ▶陶芸講座(全6回)  
時10/21~11/25の毎週木曜日13:30~15:30  
講生方幸英さん  
料3,000円(6回分の粘土代)

今月の納期は9月30日(木)です

- ▶固定資産税…第3期  
時資産税課☎924-2091
- ▶国民健康保険税(普通徴収)…第3期  
時国民健康保険課国保係☎924-2141
- ▶後期高齢者医療保険料(普通徴収)…第2期  
時国民健康保険課後期高齢者医療係☎924-2146
- ▶介護保険料(普通徴収)…第3期  
時介護保険課☎924-3021
- ▶法人市民税・事業所税…7月決算法人  
※事業年度終了の日から2カ月以内  
時市民税課☎924-2081

市税などの納付は口座振替が便利です  
口座振替は、インターネットから申し込みできます。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。  
時収納課☎924-2101

キャリアデザイン  
セミナー

時10月17日(日)午後1時30分~3時  
場労働福祉会館

対市内在住・在勤の方  
定30人

時9月30日(木)<消印有効>まで

時10月12日(来)~来年2月8日の第2・4火曜日(11月は第2・5火曜日)午後1時30分~3時30分  
場障害者福祉センター

対ボランティアに興味のある方、または現在音訳ボランティアの方  
定20人  
内文字を音声化して、視覚障がい者に情報を提供する音訳を学ぶ  
料880円  
時9月24日(金)までに☎934-5811または、FAX933-2336で。

時10月19日(日)~11月9日の火曜日午後7時~8時30分  
場中央公民館  
対市内在住・在勤の方  
定30人

時9月16日(木)から市ウェブサイトで。  
問同館☎934-1212

時10月12日(来)~来年2月8日の第2・4火曜日(11月は第2・5火曜日)午後1時30分~3時30分  
場障害者福祉センター

対ボランティアに興味のある方、または現在音訳ボランティアの方  
定20人  
内文字を音声化して、視覚障がい者に情報を提供する音訳を学ぶ  
料880円  
時9月24日(金)までに☎934-5811または、FAX933-2336で。

時10月19日(日)~11月9日の火曜日午後7時~8時30分  
場中央公民館  
対市内在住・在勤の方  
定30人

時9月16日(木)から市ウェブサイトで。  
問同館☎934-1212

時10月12日(来)~来年2月8日の第2・4火曜日(11月は第2・5火曜日)午後1時30分~3時30分  
場障害者福祉センター

対ボランティアに興味のある方、または現在音訳ボランティアの方  
定20人  
内文字を音声化して、視覚障がい者に情報を提供する音訳を学ぶ  
料880円  
時9月24日(金)までに☎934-5811または、FAX933-2336で。

時10月19日(日)~11月9日の火曜日午後7時~8時30分  
場中央公民館  
対市内在住・在勤の方  
定30人

時9月16日(木)から市ウェブサイトで。  
問同館☎934-1212

時10月12日(来)~来年2月8日の第2・4火曜日(11月は第2・5火曜日)午後1時30分~3時30分  
場障害者福祉センター

対ボランティアに興味のある方、または現在音訳ボランティアの方  
定20人  
内文字を音声化して、視覚障がい者に情報を提供する音訳を学ぶ  
料880円  
時9月24日(金)までに☎934-5811または、FAX933-2336で。

時10月19日(日)~11月9日の火曜日午後7時~8時30分  
場中央公民館  
対市内在住・在勤の方  
定30人

時9月16日(木)から市ウェブサイトで。  
問同館☎934-1212

時10月12日(来)~来年2月8日の第2・4火曜日(11月は第2・5火曜日)午後1時30分~3時30分  
場障害者福祉センター

対ボランティアに興味のある方、または現在音訳ボランティアの方  
定20人  
内文字を音声化して、視覚障がい者に情報を提供する音訳を学ぶ  
料880円  
時9月24日(金)までに☎934-5811または、FAX933-2336で。

さんかくプラザ情報

【共通】問・場・申同プラザ☎924-0900

▶男性のための介護講座  
時9/18(土)・25(土)10:00~12:00  
定24人  
講戸井田榮桜さん  
(おとしより総合研究所所長)  
申9/16(木)までに電話または窓口で。

▶講演会「夢を叶えた女性の生き方」  
時9/29(水)10:00~12:00  
対どなたでも  
定40人  
内チャンスをつかむ5つのスキル  
講三部香奈さん(一般社団法人グロウイングクラウド代表理事)  
申9/27(月)までに電話または窓口で。

▶パソコン初級講座(全6回)  
時10/5(火)~7(木)、19(火)~21(木)  
対就職希望の女性  
定20人  
(託児あり 対1歳~就学前)  
※要予約  
講宗像真紀子さん(イリスシステム(株)チーフインストラクター)  
料1,000円(テキスト代)  
時ワード・エクセルがインストールされたパソコン  
※パソコン貸出有(6回で1,000円)  
申9/28(火)までに料金を添えて同プラザへ。

▶心と体のリフレッシュ講座(全2回)  
時10/14(木)・28(木)10:00~12:00  
対女性  
定30人  
(託児あり 対1歳~就学前) ※要予約  
内腰痛予防改善運動  
講峯淳子さん(スポーツインストラクター)  
時敷物、運動靴、飲み物  
申9/29(水)<必着>までに往復はがきに講座名、住所、氏名、年代、電話番号(託児希望の方はお子さんの氏名(ふりがな)、月齢、性別)を記入して、〒963-8876 麓山二丁目9-1 さんかくプラザへ。

※詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

アンガーマネジメントに学ぶメンタルヘルス講座  
時9月21日(火)午後2時~4時30分  
※オンライン(ZOOM)開催  
定20人  
内感情のコントロール方法や身につけ、上手な叱り方・伝え方を実践的に学ぶ  
問・申9月12日(日)までに福島広域雇用促進支援協議会☎024-524-2121、FAX024-524-2125または、ウェブサイトで。

市民スポーツ教室  
【共通】市内在住・在勤の方  
18歳以上の方(高校生は不可)  
時9月17日(金)までに市民・NPO活動推進課☎924-3471へ。

伝わりやすい文書のつくり方講習会  
時10月8日(金)午後1時30分~4時  
場市役所正庁(本庁舎2階)  
対伝わりやすい文書のつくり方を学びたい方、ユニバーサルデザインに興味がある方  
定30人程度  
内文書を見やすく、わかりやすく伝わりやすく改善する  
問・申9月17日(金)までに市民・NPO活動推進課☎924-3471へ。

郡山しんきん開成山  
プールの教室  
【共通】時9月13日(月)、27日(月)  
対18歳以上  
料1回700円  
時水着、キャップ、ゴーグル、タオル、キャップ付きドリンク  
問・場・申同プール☎926-0450窓口へ。 ※電話申込不可  
▼アクアビクス  
時午前10時~10時50分  
定25人 内水中で音楽に合わせて体を動かす

市民活動サポートセンターのお知らせ  
【共通】問・申同センター☎924-3352または、FAX924-3352または、E-mail@nuskushina-ppojp ※予約制  
▼市民協働まちづくり塾(実践コース)  
時9月14日(火)午後6時~7時30分  
※オンライン(ZOOM)開催  
※中央公民館でも聴講可能

内年賀寄附金配分事業の説明会  
▼市民活動交流サロン  
時9月17日(金)午後3時30分~5時  
場市役所食堂協議会議室(本庁舎1階)  
対市民活動を始めたい方など  
内カフェスタイルで気軽に地域の課題を解決する方法を考える  
ふくしま・ど・真ん中  
就農促進フェア  
時9月18日(土)午前10時30分~午後3時30分(午後3時受付終了)  
場県農業総合センター  
対新規就農に興味がある方  
内市町村などによる就農相談や就農支援情報の提供、農業法人などによる求人情報の提供  
問・申県中農林事務所農業振興普及部☎935-1310

市内スポーツ教室  
【共通】市内在住・在勤の方  
18歳以上の方(高校生は不可)  
時9月17日(金)までに市民・NPO活動推進課☎924-3471へ。

伝わりやすい文書のつくり方講習会  
時10月8日(金)午後1時30分~4時  
場市役所正庁(本庁舎2階)  
対伝わりやすい文書のつくり方を学びたい方、ユニバーサルデザインに興味がある方  
定30人程度  
内文書を見やすく、わかりやすく伝わりやすく改善する  
問・申9月17日(金)までに市民・NPO活動推進課☎924-3471へ。

ナイトカレッジ  
受講生募集(全4回)  
時10月19日(日)~11月9日の火曜日午後7時~8時30分  
場中央公民館  
対市内在住・在勤の方  
定30人

三汀賞俳句募集  
久米正雄の俳号「三汀」にちなみ、俳句を募集します。  
募集作品：自作未発表のもの、1人2句まで。著作権は主催者に帰属し、作品は返却しません。  
募集部門：一般の部(大学生含む)、高校生の部、中学生の部、小学生の部  
問・申9月30日(木)<消印有効>まで

ビジネス・スクール  
募集中の講座：日商簿記3級、宅建直前対策、行政書士直前対策、おもてなし英会話、HP作成、エクセル入門・応用  
※詳しくはウェブサイトをご覧ください。  
問・場郡山商工会議所☎921-2611

に、はがきまたは応募用紙に応募する句と、住所、氏名(ふりがな)、年齢、職業(学校名・学年)、電話番号を記入し、〒963-8016 豊田町3-5 文学の森資料館☎991-7610へ郵送、FAX991-7620、E-mail:bungakunomori@bunka-nanashi.jp または、同館内俳句ポストへ。

治療と仕事の両立支援の活用を!  
専門家が、あなたの「働きつづきたい」思いに応える職場づくりを支援します。  
まずはお悩みを聞かせてください。 治療 両立ナビ 検索  
お問い合わせ ☎024-526-0526 受付時間 平日9:00-17:00  
独立行政法人労働者健康安全機構 福島産業保健総合支援センター 〒960-8031 福島市栄町6-6 NBFユニックスビル10F  
病気になるた...でも仕事はしたい

9月の 休日のお医者さん



土・日曜日、祝日…駅前健康相談センター ☎983-7715 平日…健康政策課 ☎924-3020

診療時間 9:00~17:00

※休日は医療機関の休診も多くなり、大変混雑します。かかりつけ医・歯科医・薬剤師への早めの受診・相談をお勧めします。なお、当番医は変更になる可能性があるため、事前に電話確認の上、受診ください。

Table with 5 columns: 月日, 診療科目, 医療機関名, 所在地, 電話. Lists various clinics and their contact info for each day of the month.

休日・夜間急病センター ☎934-5656

医療介護病院 ☎934-1240

Table with 2 columns: 診療時間, 診療科目. Details hours and services for emergency and medical care.

※休日当番薬局は、郡山薬剤師会ウェブサイトをご覧ください。

夜間にお子さんの体調が急変したら、「福島県子ども救急電話相談」#8000または ☎024-521-3790へ。相談時間…毎日19:00~8:00



9月は自殺対策強化月間です。【共通】保健・感染症課 ☎924-1263

9月24日(金)~30日(木)は結核予防週間です。結核は人から人へ感染する病気です。

▼結核予防の3つの方法 ①年1回は胸部X線検査を受ける ②規則正しい生活で抵抗力をつける

開催情報 9/29(水) 10:30~12:00 14:00~15:30 郡山市立中央公民館

市民講座 屋根・外壁塗り替えセミナー 外壁・屋根塗装は専門技術が必要...

自衛官等採用情報



応募資格などには、条件があります。また、試験期日など詳しくは、「自衛官募集ホームページ」をご確認ください。

Table with 3 columns: 種目, 資格, 受付期間. Lists various self-defense force positions and their requirements.

自衛隊福島地方協力本部郡山地域事務所 ☎932-1424

郡山市手話動画を公開中

市民の皆さんに手話を身近に感じてもらえるよう、市ウェブサイトなどで手話講座を公開しています。



優良従業員表彰の推薦募集 従業員の勤労と生産意欲の向上、商業の振興発展を図るため、優良従業員の表彰を行います。



重度心身障害者医療費受給資格者証の更新 10月から1年間有効の受給者証を9月下旬に発送しますので、ご確認ください。

障害者福祉センターのパソコン教室(各6回) パソコンでローマ字入力ができる肢体

健康 10月20日(水)午後2時~3時 定20人

郡山環境創造センター交流棟 コミュタン福島 5周年! 謎解きトライアングル クイズラリー2021

9月の主なイベントカレンダー

●…映画会 ●…音楽 ●…市政広報番組
○…子育て ●…ドリームランド ※申し込みが必要な場合有。⑩などは掲載ページ(例:⑩は10ページ)

Calendar grid for September with daily events, icons, and radio broadcast times.

取材ノート: 記事の取材方法や写真の撮影についての記事。表紙によせてと題されています。

9月の無料相談・検査

法律・行政・人権相談など
問・申①②⑤市民相談センター ☎924-2155③総務法務課 ☎924-2031④開発建築指導課 ☎924-2371⑥総合教育支援センター ☎924-2541⑦福島地方支局 ☎962-4500⑧消費生活センター ☎921-0333⑨保健福祉総務課 ☎924-3822

Table of free consultation and inspection services with columns for category, time, and venue.

労働相談

問・場・申①NPO法人キャリア・デザイナーズ ☎973-5667
②県中・県南地域若者サポートステーション ☎954-3890③ハローワーク郡山マザーズコーナー ☎927-4626

Table of labor consultation services with columns for category, time, and venue.

保健所の相談・検査

問・申保健・感染症課 ☎924-2163
駅前健康相談センター(ビッグアイ7階) ☎983-7715

Table of health center consultation and inspection services with columns for category, time, and venue.

女性のための相談

問・申①②③さんかくプラザ ☎924-0900④⑤ニコニコこども館こども家庭相談センター ☎924-3341⑥フリーダイヤル ☎0120-207-440

Table of consultation services for women with columns for category, time, and venue.

皆さんの善意(寄附者紹介)

7月中にご寄附をいただいた方をご紹介します。心温まるご寄附をいただき、ありがとうございました。

Table of donations with columns for item type, name, and address.

金銭の寄附

Table of monetary donations with columns for category, name, and address.





# KORIYAMA Dreamer



**後藤 佑亮 さん**  
Goto Yusuke



熱海町で石筴養蜂園の3代目として養蜂業を営む後藤さんに、蜂蜜へのこだわりや養蜂への思い、今後の目標などを伺いました。

## 巣箱1つから始めて70年。アカシア蜜の「透き通る白」へのこだわり

祖父の代から養蜂業を営んでいたの、幼いころから自分も養蜂をやるんだろうなと思いながら育ちました。

祖父はたった1つの巣箱から養蜂を始め、蜜を集める場所を探すのもひと苦労で、縄張り争いで同業者とケンカになることもあったと聞いています。

それから70年、今では巣箱150余り、採蜜する場所も定まり、年間6トンものハチミツを生産できるまでになりました。

僕が養蜂に本格的に関わるようになってから4年になり、一通りの事はできるようになりましたが、今でもアドバイスをくれる祖父の存在はとても大きく、私の生き字引となっています。

石筴養蜂園で販売しているハチミツは、100%自家採取で非加熱処理、全工程を手作業で行い、濃厚な味わいとしっかりとしたトロみ、透明度の高さが特徴です。

一番のこだわりは、アカシア蜜の透き通る白さです。蜜は巣箱に入っている時間が長いほど濁るので、透明感を保つた

め、まだ日も昇らない早朝から採蜜を始めます。大変な作業ですが、亡き父の一番のこだわりであり、採蜜のやり方一つでいかようにも変わるハチミツ作りの面白さでもあります。また、良質なハチミツができたときや、購入された方から「濃厚でおいしい」など評価をいただいたときにやりがいを感じています。

今冬には、大槻町に直売所をオープンする予定で、母が作るパンやケーキをハチミツとともに味わっていただけるカフェスペースも設ける予定です。

より多くの方に石筴養蜂園のハチミツを堪能していただきたいです。



▲親子3代で養蜂業を営む後藤さん一家

## こどもギャラリー 令和2年度詩集「ぼくらのひろば」入賞作品を紹介します。



桑野小学校5年 佐藤 美架 さん



行徳小学校4年 市川 佑歩 さん

### 転校生

二学期が始まった  
あーあ 夏休みって短い  
でもね  
一つだけ楽しいことがあるの  
それは  
新しい友達がやってくること  
どんな子かな  
友達になれるかな

さあ  
わたしの教室に  
新しい風が  
やってくる



### ランドセル

おもい荷物を  
はこんでくれるきみ  
たのもしいなあ  
ぼくのせなかにのせると  
なんだかうれしい気持ちになる

それでも  
やっぱりきみを  
せなかにのせると  
心がはずむ  
きみがぼくのせなかで  
はずむように

でもね  
おもくてうとうといときも  
あるんだよ



市の人口【8月1日現在】 ※( )内は前月比  
・人口…329,345人(-130)  
・世帯数…145,105世帯(+25)



この広報紙は、環境にやさしいFSC®認証紙と植物油インキ、UDフォントを使用しています。紙へリサイクル可。

