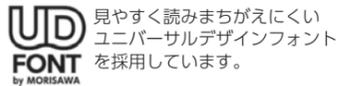


- 発行/福島県田村市 (毎月 15 日発行)
- 編集/市長公室 〒 963-4393 福島県田村市船引町船引字馬場川原 20 番地  
☎0247-81-2117 ☎0247-81-2522 ✉info@city.tamura.lg.jp
- 印刷/ましてプリント (田村市常葉町)  
たむら お知らせ版は再生紙を使用しています。



## もしかして！アルコール依存症？

アルコール依存症とは、お酒の飲み方(飲む量、飲むタイミング、飲む状況)を自分でコントロールできなくなった状態や大切にしていた家族・仕事・趣味などよりも飲酒をはるかに優先させる状態のことをいいます。

飲むのはよくないことだと分かっているにもかかわらず、脳に異常が起きて飲むことをやめられなくなるのです。



アルコール依存症は、自分の意志だけで治すことは難しい病気です。医師に相談するとともに自助グループ(AA)を活用することが回復の近道です。AA…アルコホーリクス・アノニマスの略

### 「AA田村の活動」

- 日時 毎週土曜日 午後 1 時 30 分～ 3 時
- 会場 船引就業改善センター
- 対象者 飲酒をやめたいと願う方、その家族など
- 内容 ミーティング(飲酒によって自分たちの生活や性格がどう変わってしまったのか、アルコール依存症から回復するためには何が必要か、今どのように生きているのかなどを話します。)
- 参加費 無料
- ☎TCO(AA東北セントラルオフィス) ☎022-276-5210  
保健福祉部 保健課 ☎81-2271

また、わが国ではこの病気に対して誤解や偏見が根強く、「飲酒をやめられないのは意志が弱いからだ」「何度やめると誓っても破ってしまうのだから、飲んで死ぬしかない」などと思われがちです。さらに、周囲の人が善かれと思ってする行動(説教する、飲まないように監視するなど)が、かえって裏目に出て病気を進行させてしまうことが多いのです。

では、家族はどのように対応したらいいのだろうか？  
その対応に困って、一人で抱え込んでいませんか？

### ～家族の飲酒問題でお悩みの方へ～「アルコール家族教室」

正しい知識を学び、同じ悩みを持った家族と気持ちを語り合い、家族自身の回復を図ることを目的とした教室です。皆さんの参加をお待ちしています。

- 日時 26年1月16日(木)と2月20日(木)の2日間  
①入門コース 午後 1 時～ 1 時 30 分  
②一般コース 午後 1 時 45 分～ 3 時 15 分
- 会場 県中保健福祉事務所
- 対象 アルコール依存症の方(あるいはその疑いのある方)の家族
- 内容 初めて参加される方は、入門コースでビデオ学習した後、一般コースの受講となります。
- 参加費 無料
- ☎・甲 県中保健福祉事務所 障がい者支援チーム ☎0248-75-7811

子ども 子育て支援センター ☎82-1510 (F兼用)

子ども 船引児童館 ☎82-0690 (F兼用)

#### ひまわりひろば

- 日時 26年1月8日(水) 午前 10 時 30 分
- 内容 親子遊び、手遊び、製作、絵本の読み聞かせ など
- 対象 0 歳～ 6 歳児



#### ともだちつくろう

- 日時 26年1月9日(木) 午前 10 時 30 分
- 内容 歌、手遊び、体操、カード遊び、絵本の読み聞かせ など



## 本格的な冬到来！こんなことに注意しましょう！

### 水道の凍結に注意！

この時期は気温が低下することで、水道管が凍結して破裂する恐れがあります。凍結防止に努めましょう。

#### ❄️こんなときは注意

- ①厳しい寒さが続いた
- ②家を留守にするなど長期間水道を使用しない
- ③水道管が風通しの良い場所に露出配管されている

#### ❄️凍結したら

ドライヤーなどの温風を凍結した部分に当てるか、または、蛇口を全開にし、凍結した部分に布などを巻き、ぬるま湯を繰り返しゆっくりとかける。無理に蛇口をひねったり、熱湯を直接かけると水道管が破損する恐れがあります。

#### ❄️凍結防止の方法

- ①防寒の不十分な水道管には、電気による保温や保温材(発泡スチロール・ウレタン・布)などを巻いて保温する
- ②「水抜き栓」で水道管の水抜きをする
- ③水道管に直接風が当たらないようにする

#### ❄️水道管の破損や解凍できない場合

最寄りの市指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。修繕費は個人負担です。

☎水道事業所 ☎82-1527

### 油の流出事故に注意！

毎年、寒い季節にホームタンクなどからの灯油の流出事故が多発します。油の流出事故は、いったん発生すると重大な事故になりやすく、環境にも大きな影響を与えます。また、事故処理にかかる膨大な費用は全て、油を流した方の負担になります。未然の事故防止と事故の初期段階での適切な措置が必要ですので、日ごろの維持点検を怠らないようにしましょう。

#### 【事故防止のための留意事項】

- 給油中には目を離さない。
  - ホームタンクの栓の閉め具合を確認する。
  - 配管などに腐食や亀裂がないか定期的に確認する。
  - ホームタンクなどの灯油の貯蔵設備を点検する。
- 誤って灯油などが流出した場合や、流出を見つけた場合には、すぐに市役所または消防署へご連絡ください。
- ☎市民部 生活環境課 ☎81-2272 または 田村消防署 ☎82-1200



## 募集 市営住宅入居者募集

- 神俣団地 3号棟 (滝根)  
 ●部屋番号 3号室  
 ●建築年 昭和59年  
 ●構造 中層耐火3階  
 ●間取り 3DK ●駐車場 有  
 ●家賃 17,400円～

### 【入居者資格】

- ①現在、同居または同居しようとする親族があること②世帯の収入が基準額を超えないこと③現在、住宅に困窮していること④市税を滞納していないこと⑤暴力団員でないこと

### ●申込方法

12月25日(水)までに、備え付けの申込書に必要書類を添えてお申し込みください。  
 ※申込者多数の場合、抽選になります。

### 問・申

滝根行政局 産業建設課 ☎78-1205  
 建設部 都市計画課 ☎82-1114

## 年金 国民年金基金制度のご案内

国民年金基金は、自営業・農業などの国民年金の第一号被保険者の方々がゆとりある老後を過ごせるよう、国民年金に上乘せる公的な年金制度です。

- 加入できるのは、国民年金に加入している20歳以上60歳未満の方です。
  - 加入は任意で、いろいろな年金のタイプから現在の状況や将来設計に合わせて選ぶことができます。
  - 年金受給前や保証期間内に亡くなった場合、ご家族に一時金が支払われます。(保証がないタイプの年金もご用意しています。)
  - 掛金は全額社会保険料控除、受け取る年金は公的年金等控除の対象となり、税制面で優遇されます。
- ☎福島県国民年金基金 ☎0120-65-4192

## ★冬の星空を見上げてみては…?



## 行政 窓口延長時の税証明交付

市民部市民課および各行政局市民課の窓口延長時に交付できる税証明は次のとおりです。

- 納税証明書 (非課税証明書を含む)
- 所得証明書 ●納税証明書
- 資産証明書 ●名寄帳
- 評価証明書 ●公課証明書
- 台帳記載事項証明書

※土地、建物など財産の証明書を本人以外の方が申請される場合は、委任状(任意様式)が必要になります。  
 ※本庁の木曜日時間延長および日曜日については、税務課窓口を開設しています。

☎市民部 市民課 ☎82-1112

各行政局 市民課

## 除雪 除雪作業にご協力を

冬期間中、市道の積雪が約15cm以上に達した場合、主要道路の除雪作業を行いますのでご協力をお願いします。冬期間中は路面が凍結しますので、走行には十分注意してください。

### ●除雪のための注意点

- ①除雪作業の支障や事故発生の原因につながる路上駐車は行わない。
- ②道路敷地内に材木や物を置かない。
- ③道路に雪を掃き出さない。

### ●その他

主要道路以外は、地域の皆さんで協力し除雪をお願いします。

☎建設部 建設課 ☎81-2513

各行政局 産業建設課

## 介護 要介護・要支援認定の更新申請

要介護・要支援認定期間が1月31日で終了する方は更新申請が必要です。更新申請は、認定有効期間終了日の60日前から申請できます。下記の窓口で更新申請してください。

### ●対象者

- ・介護保険サービスを利用している方
- ・介護保険施設に入所している方
- ・要介護3以上で、高齢者福祉事業を利用している方

●申請窓口 保健福祉部介護福祉課、各行政局市民課、各出張所

●その他 更新申請は居宅介護支援事業所や介護保険施設でも代行できます。詳しくは、各事業所に直接お問い合わせください。

☎保健福祉部介護福祉課 ☎82-1115

## 農業 農業委員会委員選挙人名簿登録申請

農業委員会委員選挙人名簿への登録を26年1月1日現在で行います。登録申請書を各行政区長・組長を通じて、12月下旬に配布しますので、対象になる方は申請書に必要事項を記入し、封をした上で提出してください。

### ●対象

26年1月1日現在、市内にお住まいの満20歳以上(平成6年4月1日までに生まれた方)で次の項目に該当する方

- ①10アール以上の農地を耕作していること
- ②耕作している方の同居親族またはその配偶者で、年間60日以上耕作に従事していること
- ③耕作の業務を営む農業生産法人の組合員・社員・株主(自宅からの通勤者を含む)で、年間60日以上耕作に従事している方

### ●提出方法

26年1月10日(金)までに、各行政区長・組長を経由し、農業委員会事務局、産業部農林課、各行政局産業建設課または各出張所へ申請書を提出してください。

### ●その他

対象になる方で申請書が届かない場合は、農業委員会事務局、産業部農林課、各行政局産業建設課または各出張所で申請書用紙をお受け取りください。

☎農業委員会事務局 ☎68-3110

## 申請 (財)福島県文化振興財団 助成事業の申請受付

### ●対象事業

県内に住所または活動の本拠を有する個人や団体が行う文化活動

### ●対象時期

- ①26年4月1日～7月31日(第1期) 成果発表事業、発表会などへの参加事業ほか
- ②26年4月1日～27年3月31日 文化振興による地域づくり事業ほか

※詳しくは、(財)福島県文化振興財団ホームページをご覧ください。  
<http://www.culture.fks.ed.jp/>

### ●申込方法

所定の申請書に記入の上、市教育委員会の窓口へ提出してください。

●申込期限 26年2月28日(金)

☎(財)福島県文化振興財団

☎024-534-9191

教育部 生涯学習課 ☎68-3113

## 相談 多重債務無料法律相談

借金でお悩みの方を対象に、弁護士による無料法律相談を開催します。

●日時 26年1月8日(水) 午後1時～4時

●会場 船引公民館 第2研修室

●主催 県弁護士会

●申込方法 完全予約制です。前日までに申し込みください。

### 問・申

市民部 生活環境課 ☎81-2272

## 催し 平成26年 田村市「立志式」

日本の伝統的な「元服」に習い、田村市「立志式」を開催します。市内の中学2年生380人が、社会人としての生き方やあり方の自覚を深め、将来の夢の実現に向け、志を新たにします。式典では、各中学校の代表者への立志証書の授与や記念講演を予定しています。市民の皆さんのご来場をお待ちしています。

●日時 26年1月15日(水) 午後2時

●会場 市文化センター

●記念講演 「これが私の生きる道」 ぶくしま心のケアセンター 作業療法士 清山真琴氏

☎教育部 学校教育課 ☎68-3112



全自動洗濯機・二槽式洗濯機をご使用の皆さんへ

## 指を大けがする事故に気を付けてください!

洗濯機の脱水槽が停止する前に洗濯物を取り出そうとして、衣類が指に絡まり指を大けが(時には指を切断)する事故が発生しています。

### 【事故防止のための注意点】

洗濯・脱水槽が完全に停止してから洗濯物を取り出してください。

※ゆっくりとした回転であつても危険です。

●こんなときは故障の恐れがあり危険ですので、速やかに購入された販売店または各メーカーへご相談ください。

- ①脱水途中でフタを開けても15秒以内に洗濯・脱水槽が止まらないとき。
- ②フタロックが解除されても(脱水終了音が鳴っても)、洗濯・脱水槽が止まらないとき。

各メーカーのお問い合わせ先など詳しくは、一般社団法人日本電機工業会ホームページをご覧ください。

<http://www.jema-net.or.jp/>

## 募集 「さくら湖流域フォトコンテスト」作品募集

さくら湖および大滝根川には魅力ある景色がたくさんあります。「その魅力を!その景色を!」多くの方々に知ってもらいたい。そんな思いを込めて、フォトコンテストを開催します。

### ●作品テーマ

「私の一押し!!ビューポイント」 おすすめのさくら湖および大滝根川の魅力ある姿を収めた写真

### ●応募資格

なし(プロ・アマ問いません)

### ●応募期限

26年2月28日(金) 消印有効

### ●その他

応募規定など詳しくは、三春ダム管理所ホームページ「さくら湖水源地域ビジョン」をご覧ください。

<http://www.thr.mlit.go.jp/miharu/>

### 問・申

〒963-7722

田村郡三春町大字西方字中ノ内403-4

さくら湖流域協働ネットワーク事務局(担当:国土交通省東北地方整備局三春ダム管理所管理係) ☎62-3145



## 田村市内で忘・新年会をしませんか?

市内各施設で宴会プランをご用意しています。メニュー内容や料金、送迎など詳しくは、各施設へお問い合わせください。

★星の村ふれあい館(滝根町) ☎78-3100

★老人憩いの家針湯荘(滝根町) ☎78-2010

★スカイパレスときわ(常葉町) ☎77-2070

★船引総合福祉センター(船引町) ☎82-0600

