

たむら市政だより



【COVER】
タブレットがもたらす
新しい学びのカタチ

2024 年
3 月号

No. 229

Tamura City
Public Relations

My Angel



桑原 心菜ちゃん
初めてのディズニー楽しかったよ



佐藤 慧ちゃん・迅ちゃん
りんごだあ〜いすき!



山野辺 陸ちゃん
おおばあちゃんとおそろメガネ

わが子の笑顔を、たむら市政だよりに掲載しませんか? 住所・氏名・電話番号・一言(15字以内)をメールでお送りください。

●対象
市在住の就学前の子ども

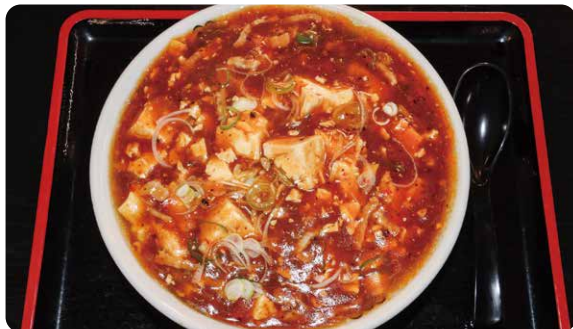
☎総務部 総務課
81-2117
✉info@city.tamura.lg.jp

イチオシ!

〜マーボーメン〜

ファンの声から生まれたリクエストメニュー。ホウジャコを利かせたマーボーあんちゅのバランスが絶妙で、辛さの中にうまみを味わえます。豆腐、肉など田村市産の食材をふんだんに使用。素材の良さを引き出した濃厚な味を楽しめます。具たくさんでとろとろのマーボーが絡み合い、どんどん箸が進みます。お客さんの要望に応じて、辛さを調整できます。

価格 850 円(税込み)
☎泰平食堂 75-3080



プレゼントコーナー





今月の
プレゼント
(10名様)

クイズ正解者の中から抽選でプレゼントが当たります!
※当選者には引換券を送付します(商品の発送はしません)。
引換券を指定の場所で交換してください。

■ニラレバ炒め定食
泰平食堂
(田村市都路町古道字新町 48 ☎75-3080)

1981(昭和 56) 年創業の食堂。明るく気さくな性格の女将さんら女性 2 人で切り盛りしています。メニューは麺類、ご飯もの、定食と幅広いメニューを提供。ニラレバ炒め定食は、レバーの臭みをなくすため、独自の調理法で下処理をしています。「レバーが苦手でもおいしく食べられる」と評判の一品です。



たむら市政だよりクイズ&アンケート
クイズ正解者から抽選で 10 人にプレゼント!

- ▶ 広報クイズ
Q.市運動公園で開かれるKITCHEN CAR PARK-ABUKUMA うんめえ FES の開催日は?
「3 月〇〇日」(数字 2 文字)
- ▶ アンケート
①〜③の内容に答えてください。
①今月号でよかった内容と、その理由を教えてください。
②あなたが勧めたい田村市の美しい景色を教えてください。
③たむら市政だよりで「こんなコーナーがあったらいいな」と思うものがあればお聞かせください。

○ 応募方法
応募専用フォームに、クイズ・アンケートの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレスを入力してご応募ください。
【3月31日(日)締め切り】 応募専用フォーム▶



お店・商品を PR しませんか。広報クイズのプレゼントを提供していただけるお店を募集しています。
詳しくは、総務課 ☎81-2117 へご連絡ください。

2 学力向上支援

学力向上を図り、将来の田村市の発展を支える人材育成を目指して、さまざまな取り組みを行っています。

ミニマム授業スタイル

先生が授業を創る際に最も基本となるポイントをまとめ、授業の水準を保ち、授業力の向上に役立てています。

令和5年度田村市版ミニマム授業スタイル
田村市教育委員会

0 本時のねらいを子どもの姿で明確化する

- ・ねらいを達成した子どもの姿を具体的に言える。
- ・働かせたい見方・考え方を具体的に言える。

授業の展開

1 主体的な学びを創る

- ・本時のめあてや課題は、子どもの問いで創る

「なぜ？ どうして？ どっち？ どうすればいいの？ 正しいの？」などめあてや課題の最後は「？」

問いを引き出すためズレを生じさせる

- ・予想とのズレ
- ・感覚とのズレ
- ・既習事項とのズレ
- ・友達とのズレ
- ・生活経験とのズレ など

2 対話的な学びを創る

- ・対話は教師の発問で創る

キーワードは

- ・共有
- ・問い返し
- ・発想の源の顕在化

3 深い学びを創る

- ・深い学びは評価で見取る

- ・評価問題で！
- ・子ども自身のまとめで！
- ・子どもの思いや願い、問いを引き出して！

○日常の授業でも、この視点を踏まえて授業を創ってください。
○本スタイルは、令和4年度の学力向上推進委員会及び計画訪問の反省、福島県教育委員会作成の「授業スタンダード」を参考にしました。

オートマスマティックスキャンプ

算数・数学を楽しく学ぶことで、物事を論理的に捉える力、問題を解決する力、想像力などを高め、学力の向上を図ることを目的に開催しています。



市共通テスト

学力向上推進委員が問題を作成し、全校実施と結果分析を行っています。市全体の課題を把握し、授業改善のポイントを見つけて共有し、児童・生徒の学力を向上させています。



3 英語が使える人材育成

国際化する社会で活躍できる人材育成に取り組んでいます。

ALT(外国語指導助手)を活用した授業の充実

小中学校にALTを派遣し、小学3、4年の外国語活動、小学5、6年、中学校の外国語科(英語)の授業の充実を図っています。小学1、2年でも市独自に「英語に親しむ活動」でALTを活用。4年度から、幼稚園・こども園にも派遣しています。



サマーイングリッシュキャンプ

ALTと早稲田大学国際教養学部「セカクル」の学生を講師として、英語に親しみ国際理解を深める活動を行いました。セカクルが企画したアクティビティを通して、積極的に英語を使って話そうとする姿が見られました。



教育最前線

夢を実現する力を 育てる学校教育の今



市教育委員会は、教育振興推進プログラムを定め、学校教育の充実を図っています。特に国のGIGAスクール構想で、児童生徒1人1台のタブレット端末や電子黒板が配備され、子どもの学びのスタイルが変わりつつあります。教育振興推進プログラムに基づき、小中学校や市教育委員会が取り組んでいる学校教育の今を紹介します。

1 情報通信技術(ICT)教育の充実

タブレット端末や電子黒板を活用することで、これまでの学び方に変化が起きています。



電子黒板で プレゼンテーション

電子黒板に一人一人の考えを表示することで、思考を可視化したり、自分の考えを電子黒板上で操作しながらプレゼンテーションしたりするなど、学習のさまざまな場面で活用しています。

使い方は多彩 タブレット端末

※タブレット端末には、学習支援アプリがインストールされ、子どもの学びを支援しています。端末を持ち帰ることで、家庭学習で使用しているほか、オンラインでも授業に参加できます。

オンラインで海外や遠方の学校と交流したり、国際理解に役立てたり、普段には関われない方々と一緒に学んだりしています。また、自分の考えをタブレットで表現して、グループで共有し、意見交換をしています。

理科の観察や実験の記録で使い、グラフや表を作成し、考察をじっくり行うことで、学びを深めています。また、タブレットで個人やグループの情報を共有しながら学習を進めるなど、学習内容に合わせて多様な学習形態を選択して学んでいます。



- 2 特集 教育振興推進プログラム
- 4 特集 東大で学ぼう
- 6 特集 特殊詐欺
- 8 特集 challenger
「悔しさ」をバネに走り続ける
- 9 ほっとニュース
- 12 自殺対策強化月間
- 16 田村市の文化財「坂上田村麻呂③」
さかのうえのたむらまろ
- 18 暮らしの情報案内板
- 25 たむら支援学校だより
- 26 各施設の催しなど
- 28 ほけんだより

市の募集・申請に関する 各記事の共通事項

お問い合わせ 申込み先
市への申込・書類提出について明記していないものは、期間中の土・日・祝日を除く午前8時30分から午後5時15分まで

3Dホログラムとライトアップで創る新しい風景

あぶくま洞

音と光が織りなす 幻想世界

～幻想美×Generative Landscape～

歴史と現代が邂逅する奇跡の瞬間

遙かな年月をかけて自然が創り出したあぶくま洞に現代のデジタル技術を駆使し生成した音と光で全く新しい空間を演出。あぶくま洞が歩んできた長い年月と邂逅する奇跡の瞬間を近未来的なライティングと3Dホログラム映像で幻想空間を創出します。さらに、BGMには今も生き続ける鍾乳石の息吹を電位情報として採取し、それを音に変換するというソニフィケーション技術により、あぶくま洞の声を体感できるこれまでになかったイベントです。

「一滴、その奇跡。」

鮮やかに浮かび上がる
不思議な立体映像

最新鋭ライティング
システムでいつもと違う
あぶくま洞を演出

遙かな年月を生き続けるあぶくま洞から
採取した電位データで音楽を生成

現代に響く
「あぶくま洞の声」を
お聞かせください

【開催期間】
令和6年 2月23日(金・祝)～3月24日(日)

開催時間/8:30～16:30(3月7日から17:00まで)

あぶくま洞入洞料/大人:1,200円 中学生:800円 小学生:600円

ご覧になるには
あぶくま洞入洞券が必要です



イベント公式サイト

<https://abukumado-event.com>

週末特別プログラム実施日

3Dホログラムの迫力ある特別プログラムを上映します

実施時間/・10:00～・10:30～・11:00～・11:30～・12:30～・13:00～・13:30～・14:00～・14:30～・15:00～・15:30～
2月23日(金・祝)・24日(土)・25日(日)・3月2日(土)・3日(日)・9日(土)・10日(日)・
16日(土)・17日(日)・20日(水・祝)・21日(木)・22日(金)・23日(土)・24日(日)

平日は常設稼働

平日は常設機器から生成映像を投影し、
ライティングの相乗効果で幻想的な空間を創り出します。

主催/田村市

後援/NHK福島放送局、福島テレビ、福島中央テレビ、福島放送、テレビユー福島、ラジオ福島、ふくしまFM、福島民報社、福島民友新聞社

あぶくま洞

〒963-3601 福島県田村市滝根町菅谷東釜山1番地
あぶくま洞管理事務所
Tel:0247-78-2125 Fax:0247-78-2127

あぶくま洞公式サイト
<https://abukumado.com>



東大で学ぼう/ 東京大学見学・体験学習

「東大10人構想」とは

教育先進地を目指すことで、市への流入人口の増加による市の活性化や将来、市の医療や産業創出などを支え、市の発展に貢献できる人材を育成します。

施策 東大で学ぼう

東大の魅力や研究内容、成果などの講演を聞き、難関大学への挑戦意欲を喚起。また東大見学などを通して、将来に対する夢や希望を膨らませる機会を創出します。

田村市の小中学生21人は2月3日、市教育委員会が進める学力向上支援策「東大10人構想」の一環として、東京大学を訪問しました。東京大学では、高橋嘉夫大学院教授の特別講義を受講。参加者は、高橋教授が研究している内容や、基礎を学ぶことの重要性などを学びました。講義後には、市出身で東京大学卒業生の増田未希さんの案内で、キャンパス内を見学し、難関大学に挑戦する意欲を高めました。

特別講義編

さまざまな環境での物質循環、環境・資源科学、地球史をテーマに研究している高橋教授の特別講義を受講しました。



キャンパス編

本郷キャンパスの理学部棟をはじめ、東京大学のシンボルとも言える安田講堂などを見学しました。



美山小6年 紺野 剣心さん

講義は難しい内容でしたが、教授のように「追究する、学ぶ」に夢になれるのは楽しいと思いました。一つのことを追究し続けられる人になりたいです。

都路中1年 吉田 真桜さん

「東大の教授から直接話を聞く」という、よい機会となりました。今回の経験を、自分の進路や将来の夢の参考にしたいです。

滝根中3年 中島 悠仁さん

講義は「化学で地球の成り立ちを証明する」というものでした。地球に眠る岩石や海の成分から宇宙規模の仮説が立てられていて、興味深かったです。

船引中3年 猪越 天綾さん

講義は難しい内容なのに、分かりやすく魅力あるものでした。地球に水があることを隕石から証明する話は、以前から不思議に思っていたことに納得ができて、貴重な経験になりました。

船引南小6年 堀越 星那さん

普段行くことのできない東京大学に行けて、興奮しました。東大の先生のお話を聞き、東大に挑戦してみようかなと思いました。

常葉小6年 鈴木 凜さん

敷地がすごく広く「たくさんのことが学べる」と感じました。見学を通して「自分の得意を生かせる大学に行きたい」と考えるようになりました。

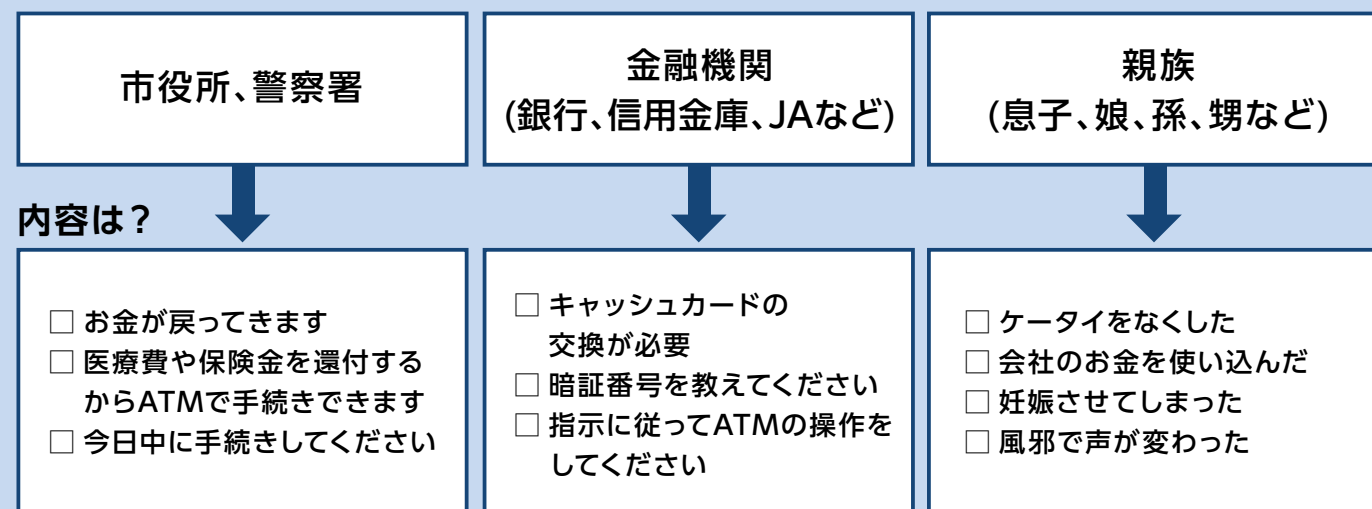
大越中2年 村上 来愛さん

東京大学を実際に見て、あまりの広さに「街」のようだなと思いました。講義では「基礎が重要」という話を聞きました。これからの学習で、基礎を大切にしようと思いました。

問教育部 学校教育課 ☎81-1214

特殊詐欺チェックリスト 1つでもチェック☑が付いたら詐欺の可能性あります。

電話の相手は？



詐欺です！



「私は大丈夫」という
先入観をなくして

Q 市民へメッセージをお願いします。
A 警察官が言うよりも、家族や地域住民の方に声をかけてもらう方が、聞いてもらえると思います。もし高齢者がATMなどで携帯電話を使っているなら「騙されているかも」と、警察に通報するほか、積極的に声をかけてください。

Q 特殊詐欺に遭わないようにするための対策を教えてください。
A 「私は大丈夫」という先入観をなくし、お金関係の電話が来たら「特殊詐欺かな？」と疑ってください。固定電話に通話録音装置を設置することも有効な手段です。警告メッセージと録音機能で犯人に通話を断念させ、被害を未然に防止する効果があります。

Q 特殊詐欺を防ぐための心構えを教えてください。
A 特殊詐欺の電話は、いつかかってくるか分かりません。代表的な手口を学ぶなどし、いざという時に慌てずに対応することが大切です。また、普段から家族や地域住民とコミュニケーションを図り、困ったときに相談できる体制づくりも大事です。

田村警察署 刑事生活安全課長の齊藤雅彦さんに、特殊詐欺を防ぐ心構えや対策などを伺いました。

田村警察署 刑事生活安全課長 齊藤 雅彦 さん



「POLICE メールふくしま」を登録しましょう

福島県警は、皆さんが安全で安心な生活を送るための情報をメール配信しています。また1月30日から「POLICEアプリふくしま」の運用を開始しました。ぜひ、ご活用ください。

＜配信される内容＞

・なりすまし詐欺、犯罪発生、不審者、地域防犯、交通安全、防災の各情報など

POLICE
メール



POLICE
アプリ



いざというときの
連絡先

110番または田村警察署 ☎62-2121
田村市消費生活センター ☎61-5009 (平日午前9時～午後4時)
消費者ホットライン ☎188 (いやや！泣き寝入り！)

問 市民部 生活安全課 ☎82-1116

詐

欺や悪質商法の被害は、県内でも毎日のように発生しており、被害件数も高止まりしている現状です。特に、なりすまし詐欺と言われる「特殊詐欺」が被害の大半を占めています。その手口は非常に巧妙で、電話に出てしまうと、犯人の言葉巧みな話を信じて騙されてしまうケースが発生しています。被害に遭わないためには日頃から意識することが大切です。多様化する詐欺の手口や、騙されないためのポイントを紹介します。

一寸先は、**詐欺**！
多発する
特殊詐欺の
実態とは



特殊詐欺とは

犯人が電話などで対面することなく、親族や公共機関の職員などをかたり相手を信頼させ、現金やキャッシュカードを騙し取る犯罪です。田村市内でも実際に被害が発生しており、被害の予兆と思われる情報も多数寄せられています。

誰かに相談できる環境を

「私はダメされない」その自信が危険信号です。特殊詐欺被害者の9割以上が65歳以上の高齢者。「詐欺かも」と思った時、すぐに家族や身近な人に相談できる環境があることも、被害を防ぐためには大切です。この機会に、家族で、特殊詐欺対策について話し合ってみましょう。田村市では消費生活センターを開設していますので、不安に感じたら一人で悩まずに、お気軽にご相談ください。

それ、詐欺かも？ 代表的な手口を紹介します



オレオレ詐欺

電話などで親族や警察官、金融機関などの職員を装い、現金やキャッシュカードをだまし取る手口です。



架空料金請求詐欺

メールなどで「有料サイトの未払い金を支払わないと裁判になる」と根拠のない請求を行い、金銭をだまし取る手口です。



キャッシュカード詐欺

警察官や金融機関などの職員を装い、「キャッシュカードが不正利用されている。キャッシュカードを確認(交換)する必要があります」などと言って接触し、カードの入った封筒を偽物とすり替えて盗む手口です。



還付金詐欺

税務署や市役所などの職員を装い、「医療費の払い戻しがある。手続きはATMでできる」などとATMへ誘導し操作させ、気付かないうちに犯人へ送金させる手口です。

こんな悪質商法も！

地震などの自然災害が発生した後は、災害に便乗した詐欺的トラブルや悪質商法が増加します。

- ・義援金を募っているという電話
- ・支援金を集めているという訪問
- ・保険金が使えんと言って契約をせまる住宅修理サービス



カクニンジャー福くん
福島の鳥「キビタキ」と同じ「警戒・予防」色の忍者で、いち早く駆けつけます。なりすまし詐欺と思ったら、まずは家族に電話でカクニンジャー。



アソベンチャークラブ

1月13日、常葉公民館で「お正月あそびともちつき」が開かれ、クラブ員17人が参加しました。
「お正月あそび」は、ひょっとこやおかめの福笑いを作り、友達と見せ合いながら盛り上がりました。
また、「もちつき」では、みんなの「よいしょ」の掛け声に合わせ、きねを使い、餅をつきました。ついた餅はJA女性部常葉販売グループの皆さんと保護者の方の協力、雑煮を作ってくださいました。このほか、子どもたちがじゅうねんをすったさい餅と一緒に参加者全員で味わい、お正月の行事を楽しみました。



福島県花き品評会の受賞者が市長に受賞報告

1月26日、第49回福島県花き品評会の表彰式が福島県農業総合センターで行われ、渡辺清一さん（都路町）の「精しろく（小ぎく）」が金賞（農林水産大臣賞）、佐久間カネ子さん（大越町）の「精はちす（小ぎく）」、鎌田俊夫さん（船引町）の「精しろく（小ぎく）」が銅賞を受賞しました。受賞者らは同日に市役所を訪れ、市長へ受賞報告を行いました。市長はこれまでの労をねぎらいながら、功績をたたえました。受賞者の皆さん、おめでとうございます。



次世代移住定住会議 & 移住者交流会

1月6日、大越町の和風ダイニング加賀で、移住者と中学生をはじめとする市民が交流し、田村市への理解を深めることを目的に次世代移住定住会議&移住者交流会が開かれ、16人が参加しました。
木製のお守りや絵馬を作ったほか、国登録有形文化財「旧大越娯楽場」を見学するなどし、親睦を深めました。参加者は「市の文化を学び、交流の輪が広がってよかった」などと話していました。市は、移住後のコミュニティ形成にも取り組んでいますので、お気軽にお問い合わせください。
企画調整課 ☎61-7615



地域おこし協力隊の 本田さんに委嘱状交付

1月18日、市役所で市起業型地域おこし協力隊委嘱状交付式が行われ、本田進之介さんが就任しました。市起業型地域おこし協力隊は、市内に居住し、地域特性を生かしたビジネスでの起業を目指すもので、本田さんはサウナ施設の開設を目指します。市長は「田村市の自然と共存した魅力あるサウナを楽しみにしている」と激励しました。
写真左から、副市長、市長、本田さん、協力隊を運営する（一社）Switchの久保田代表、事業化支援をする（株）MAKOTO WILLの後藤さん。



生涯学習セミナー そば打ち教室

昨年12月24日、滝根公民館で生涯学習セミナー「そば打ち教室」が行われ、星の村そば倶楽部の皆さんの指導のもと、参加者16人が十割そば打ちを体験しました。
その中で、そば粉を練って伸ばして切り、ゆでるまでの作業を自分たちで行いました。参加者は「水の量を調整するのが一番難しかった」などと話していました。自分で打ったそばは自宅へ持ち帰り、そば倶楽部の皆さんが打ったそばと天ぷらを参加者全員でおいしくいただきました。



森林体験・環境学習教室

1月14日、滝根町の天地人大学で「森林体験・環境学習教室」を開催し、滝根町・大越町の親子連れ25組80人が参加しました。
同町で原木しいたけ栽培を営んでいる筋内幸一さん、ふくしま中央森林組合職員の皆さんにご協力をいただき、原木しいたけの植菌作業と、木工教室としてプランター枠、ミニ・チェア作りを体験しました。参加者は、原木や製材などさまざまな木に触れる時間を楽しみました。
植菌した原木しいたけは筋内さんに大切に育てていただき、秋には収穫が楽しみです。

学 法石川高校陸上競技部で3年間競技に励んだ橋本權知さん。学法石川は、毎年12月に開催される全国高等学校駅伝競走大会（以下、都大路）に12年連続14回目の出場を果たすなど、言わずと知れた陸上競技長距離の強豪校です。中学1年時から本格的に陸上競技を始め、部活動やクラブチーム、ふくしま駅伝田村市チームの練習などで力をつけた後、学法石川に進学した權知さん。全国トップクラスの環境で仲間と切磋琢磨しながら、ひたむきに練習を重ねた3年間と、新天地での目標について伺いました。

Profile

2005年9月2日生まれ。船引中出身。168cm、49kg。自己ベスト5000m14分44秒15、3000m8分36秒7。中学時代は陸上競技部のほかVOLG running club所属。安定力のある走りが強み。恩師は松田和宏監督、好きなスポーツ選手は篠原倅太郎選手（駒沢大学）。趣味は温泉、サウナ。好きな食べ物はパスタ。将来の夢はスポーツをする人を支える人になること。座右の銘は「塵も積もれば山となる」。

「スピードを磨きたい」、「今よりも上のステージで強くなりたい」という思いで学法石川への進学を決めました。親元を離れての寮生活で、はじめは何事も精いっぱい苦勞しましたが、徐々に練習にも慣れ、2年時に5000mを14分台で走ることができ、自分の目標としていた壁を一つ乗り越えられました。

学法石川での3年間

“悔しさ”をバネに 走り続ける

挑戦者 -第24回-

はし もと かい ち
学法石川高校3年 陸上競技部 橋本 權知

しかし、その後自己ベストを更新できず、伸び悩む日々が続き、3年時に出場したレースでは1度も満足できる記録を出せませんでした。特に、3年時の都大路出場メンバーの選考がかかった記録会では、メンバーに入っていないところまで練習を積めていたにもかかわらず、本番になるとあと一歩が踏み出せなくなり、自分の弱さに勝てず、結果を出せませんでした。

競技を続ける原動力、今後の目標

悔しい思いが残りましたが、学法石川に進学したことで、厳しくも質の高い練習を経験でき、スピードや粘り強さを身に付けられました。そして何より、競技力が高く、向上心を持ったチームメイトに出会えて、本当に良かったです。苦しい時や悔しい時には、いつもチームメイトの支えがありました。この3年間で得た仲間との関係が大学でも競技を続ける原動力になりました。これからも励み合いながら、「箱根駅伝を走る」という目標を現実に行けるように頑張ります。



大会の様子（前から2人目が權知さん）

「覚悟」を持って入部してくれた印象でした。最初は他選手との力の差に、自信をなくすこともあったようですが、それでもコツコツ頑張つて、走りだけでなく、中心となってチームを引っ張ってくれて、とても頼りにしていました。大学では高校で磨いたスピードに加え、さらに持久力をつけることで活躍できる選手になれると期待しています。練習を継続できる能力も高いので、自信を持って競技に励んでほしいです。



まつだ かずひろ 顧問 松田 和宏 先生



地域への愛着を育む事業

都路町商工会青年部（高橋将志部長）は2月2日、毎年実施している「地域への愛着を育む事業」として節分行事を行いました。部員が鬼に扮して都路こども園、都路小学校を回り、子供たちを驚かせました。中には泣き出す子もいましたが、元気いっぱいに豆を投げつけられると、最後は降参し子供たちと仲直りをしました。部員たちは子どもたちの健やかな成長を願い交流を深めました。



早川さんが社会を明るくする運動で優秀賞

第73回社会を明るくする運動作文コンテスト（主催：福島県推進委員会）で、常葉小学校6年の早川真未さんの作品「自分たちにできること」が優秀賞を受賞しました。2月2日、常葉小学校で、早川さんに田村地区保護司会の橋本俊宏会長から賞状が伝達されました。早川さんの作品は、社会問題になっているネット詐欺、高齢者を狙った犯罪に目を向け、高齢者を犯罪から守るための対策を盛り込み、読む人の心に響く内容となっています。



初期消火協力の渡邊さん、白岩さん夫婦に感謝状

田村消防署は1月29日、昨年12月に発生した常葉町小檜山地区の建物火災に際し、初期消火に協力したとして、2組の夫婦に対し感謝状を贈りました。感謝状を受けたのは、小檜山地区の渡邊隆司さん・智子さんと、白岩章さん・みい子さんです。渡邊さんと白岩さんは火災現場の近くにお住いで、火災発生当時、消火器やバケツリレーによる初期消火にあたり、火災の拡大をいち早く抑えることに貢献しました。（前列左から）白岩章さん、渡邊隆司さんと妻の智子さん



たむら市民大学「たまり」おためし開校

1月21、22、28の3日間、たむら市民大学「たまり」のおためし開校の各講座が開催され、あわせて39人が新たな学びに挑戦しました。たむら市民大学「たまり」は4月の開校を目指して準備を進めており、より良い市民大学になるよう意見を聞くため、おためし開校を行いました。講座では「自分を快適にするチェアヨガ（鎌田真理さん）」、「お金の学校（遠藤栄一さん）」、「昆虫すごいよ！（大口宗将さん）」を開催。参加者からは「4月からも続けてやってみたい」といった前向きな声があがりました。



生涯学習セミナー 焼肉のタレ作り教室

1月27日、滝根公民館で生涯学習セミナー「焼肉のタレ作り教室」が行われ、JA福島さくら、たむら地区女性部の指導のもと10家族が参加し、タレ作りを行いました。工程は、果物や野菜を細かく刻み、水を使わず材料を調味料のみでゆっくり煮込みました。出来上がったタレは各自持ち帰り、2～3カ月寝かせることでまろやかに仕上がります。参加者からは昨年作ったタレの試食を楽しんだ後「自宅で一から作ってみたい」などの声が聞かれました。



大越・常葉公民館合同事業 たのしいスケート教室

1月27日、大越のびのびチャレンジスクール、常葉アソベンチャークラブ合同の「スケート教室」が郡山市の郡山スケート場で開かれ、親子25人が参加しました。郡山スケート協会インストラクターの2名の講師から、靴の履き方から滑り方、止まり方、転び方を教えていただきました。その後、1周400mのリンクを自由に滑ることになり、氷上いすを使ったり、手をつなぐなど転びながらも氷の上を滑りました。強い風も少なく冬晴れの中、笑顔あふれるスケート教室になりました。



別名「鬼虫」とも呼ばれる本種は温暖な広葉樹林に生息する。特徴は体が大きくなるほど大あごが波を打つように曲がっていて、内歯がノコギリ状であることだ。ミヤマクワガタ同様、樹液や街灯の下を探るか、または広葉樹をけると見つかるよ。

生息エリア：大越町など



白岩選手（松濤館空手道スポ少）が全国大会出場

令和5年笹川堯杯第3回全日本少年少女空手道選抜大会東北地区予選会で上位入賞した、松濤館空手道スポーツ少年団の白岩芹姫選手（船引小2年）が、2月17、18の両日行われた「令和5年度スポーツ庁長官賞争奪日本生命杯第3回全日本少年少女空手道選抜大会」に出場しました。東北地区代表として個人形、個人組手、団体組手に出場し、いずれも初戦敗退となりましたが、ハイレベルな戦いを繰り広げました。白岩選手は「悔しい結果でしたが、もっと練習して来年こそは上位入賞を目指したい」と振り返りました。



堀越さん猪越さんが算数・数学ジュニア五輪入賞

5年度福島県算数・数学ジュニアオリンピックで、銅メダルを受賞した船引南小学校6年の堀越星那さん、奨励賞を受賞した船引中学校3年の猪越天綾さんが2月13日、市役所を訪れ、教育長へ受賞を報告しました。猪越さんは、昨年度に引き続きの受賞となりました。2人は、日頃から常に算数・数学の授業に意欲的に参加し、家庭学習でも難易度の高い問題に挑戦するなどの取り組みを話しました。教育長は「今後も努力を重ねて、田村市、福島県の未来を担う人材になってほしい」と励ましの言葉を送りました。



MEET @たむら

1月28日、テラス石森で、さまざまな出会いを創出する交流イベント「MEET @たむら」が開かれ、11人が参加しました。ヨガインストラクター菅野千恵子さん（地域おこし協力隊 OG）を講師に迎え、男女ペアになってのヨガを通して、心も体もリラックスして交流を図りました。また、結婚世話やき人へ積極的に相談をされる方もいらっしゃいました。市は、これからも婚活支援を行います。お気軽にお問い合わせください。☎企画調整課 ☎61-7615



都路の小中学校を守る会が都路中の環境整備

1月28日、都路中学校で、都路地域の有志でつくる「都路の小中学校を守る会」による都路中学校の環境整備が行われました。環境整備には、同校OBの坪井和博さんの声掛けで集まった25人が参加。参加者は、学校周辺の桜の消毒をはじめ、紅葉や梅、さつきなどの剪定を行いました。同会は、小中学校などの植木の剪定や草刈りを今後も定期的に行っていく予定です。



堂山王子神社で防災訓練

1月28日、船引町門沢地区にある国指定重要文化財堂山王子神社で、第70回文化財防火デーに伴う防災訓練が行われました。これは、地域住民の文化財に対する防火意識の向上を図り、有事における火災防衛活動の訓練や消防機関と文化財所有者との連携確認などを目的に、毎年実施しています。この日は神社関係者、消防関係者ら約50人が参加。神社西側の雑木林から出火し本殿に延焼の恐れがあるとの想定で、通報、文化財の持ち出し、ホース延長や放水の消火活動など一連の流れで訓練しました。

Q3 どんな人がうつ病になるの？

きちょうめん、まじめ、完全主義、仕事熱心、強い責任感、頼まれると断れないタイプの人になりやすいと言われています。心配や過労・ストレスが続くと誰でもうつ病になる可能性はあります。うつ病は、特別な人がかかる病気ではなく、誰もがかかる可能性がある病気です。(生涯に約15人に1人が罹患しています。)

Q4 「自分はうつ病かも」と思ったときはどうしたら良いですか？

心療内科や精神科など、専門医への受診が一番です。ハードルが高ければ、まずはかかりつけ医に相談しましょう。治療開始が早いほど、改善しやすくなります。うつ病は脳の神経機能に変調をきたしているの、それを改善するのに薬を服用することは、とても重要です。

Q5 うつ病を予防するには、どうすればいいの？

うつ病を予防するためには、心の不調に早めに気づき対処することが大切です。いつもと違う、自分の変化(ストレスサイン)に気づいたら、自分に合った方法で上手に発散することが大切です。

- その日のストレスはその日のうちに解消しましょう。
- ストレス解消法を数多く持つことが心の健康維持につながります。
- 自分の力で解消できない時には専門家に相談することも必要です。

<ストレス対処法の例>

- ・スポーツなどで体を動かす
- ・旅行を楽しむ
- ・趣味に没頭する
- ・ゆっくりお風呂に入る
- ・友達、家族に話をする
- ・十分に休養をとる
- ・考え方を変える
- ・解決をあきらめる
- ・自分をほめ、認める
- ・大笑いする など

Q6 「うつ病かもしれない」と思う人が身近にいるときは、どうしたら良いですか？

うつがひどくても、本人は気づかずに悩んでいることが多いです。家族や友人、同僚の気づき・声かけが必要になります。勇気を出して、ゲートキーパー※1として悩みを抱えた人に支援していくことが必要です。

①気づき、声をかける

身近な人の様子の変化「心のSOS」に気づいたら、勇気を出して声をかけてください。
(例) 疲れているみたいだけど、眠れている？「あなたを心配している」という気持ちが伝わるように、温かみのある言葉をかけましょう。

②傾聴する

相手の気持ちを尊重し、じっくり話を聞いてください。「大変だね」「つらいね」等と共感してください。「死にたい」と気持ちを打ちあけられたときは、話題をそらしたり否定せず、ひたすら耳を傾けて聴いてください。
(例)「死にたいほどつらいんだね」「苦しかったんだね、良ければ話をきかせて」等
こんな言葉(助言・否定)はNG!×
「がんばろうよ」「そんなふうに考えちゃダメ」「つらいのはみんな一緒だよ」「病は気の持ちようだよ」

③つなぐ

問題をきちんと解決するためには、専門家の力が必要です。本人の気持ちをしっかり受け止めた後、具体的な相談窓口や医療機関があることを伝え、可能であれば相談先に同行するなど適切な支援につなぐためのサポートをしましょう。

※1 ゲートキーパーとは…自殺のサインに気づき、適切な対応をとれる人。特別な資格は必要ありません。

Q7 心の健康について相談先は？

田村市こころの健康相談



まろうよこころ



「心と命のサポートのためのコーナー」開設

市図書館では、3月の自殺対策強化月間に心の健康に関する本や生きる支援となる本をご紹介しますので、ぜひご家族でご利用ください。

自殺対策強化月間

大切ないのちを守るために知っておきたいこと



3月は自殺対策強化月間です。

毎年日本では2万人超、本市では10人前後の自殺者がいます。

自殺は、その多くがさまざまなストレス要因が複雑に絡み合う状況の中で、心理的に追い詰められ、その結果自殺という選択肢以外考えられない状況に陥る「追い込まれた末の死」であると言われています。

「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現のためには、私たち一人ひとりが、こころの健康に関心を持つことが必要です。

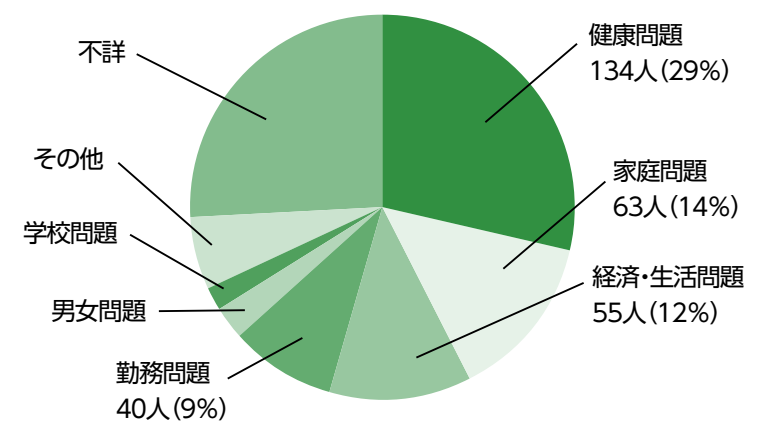
Q1 自殺に至るまでに、どのような要因があるの？

主な要因は右図のとおりですが、自殺には複数の要因が絡み合っています。1番多い要因が健康問題です。

健康問題の原因となる病気の中で最も多いのが「うつ病」です。自殺予防には、うつ病の早期発見と適切な治療が必要です。



県の動機別自殺者数(令和2年)



出典:第4次福島県自殺対策推進行動計画

Q2 うつ病って、どんな病気なの？

うつ病とは、こころと体の不調が長く(2週間以上)続き、日常生活に支障をきたしてしまう状態です。

<うつ病の主な症状>

- ・熟睡できない
- ・食欲がない
- ・憂うつな気分
- ・何をやっても楽しくない
- ・集中力が続かない
- ・強い焦燥感
- ・疲れやすい
- ・動きが遅くなる
- ・自分を責める



高齢者のうつ病は、身体的な症状が強く表れるケースが多くみられます。

- ・こころと体への症状の表れ方は人によって異なります
- ・悪化すると、過度なマイナス思考に陥り、判断力の低下により自殺リスクが高くなります。
- ・休むだけでは回復が見込めず、適切な治療が必要となります。

エコライフ ～身近な省エネを実践しよう！～

vol.7 省エネ家電と一緒に新生活を始めよう

まだ使えるから…と、古い家電製品を使い続けていませんか？近年、家電のエネルギー効率は大幅に向上しており、省エネ性能の高い家電製品に換えることで家庭の省エネと電気代の節約が期待できます。

例えば、10年前と今の冷蔵庫の年間消費電力量を比べると、消費電力は約147～197kwh(約40%)削減できるという試算もあり、年間約67～90kgのCO₂排出量(杉の木4.8～6.5本分が吸収するCO₂量)を削減できます。これを電気料金に換算すると、年間約3,850円～5,170円の節約になります。また、新しい冷蔵庫に買い換える際には、家族の人数や買い置きの量に応じた容量の選択、放熱スペースの確保、省エネ基準達成率の確認など細かくチェックすることが大切です。お使いの家電製品を新しい家電製品に買い換えた時の省エネ・節約効果は、省エネ製品買換ナビゲーション「しんきゅうさん」を使うと簡単に調べられます。

(獨協大学国際環境経済学科3年 日野原)

冷蔵庫の選定や、その他家電の省エネ性能を確認する方法は、こちらをご参照ください。▶

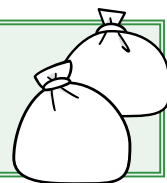


省エネ製品買換ナビゲーション「しんきゅうさん」は、こちらをご参照ください。▶



今月のごみ量 (12月分)

- 1日1人あたりのごみの量：828g
- 田村市のごみの量の目標：690g
- 目標達成まであと：138g 減！
- ※ 11月のごみの量と比べて、34g 増！



LET'S!!「モリモリ体操」

田村市オリジナル体操「元気・筋力モリモリ体操」を毎日実践！！今回で「元気・モリモリ体操」の紹介は終了となります。

【その十二：深呼吸（終了の体操）】

呼吸を整えます。胸を大きく広げて深呼吸をします。3回実施しましょう。

市内では、通いの場「運動サロン」52カ所で「元気・筋力モリモリ体操」を実施しています。いくつになっても自立した生活を送るために、あなたも始めてみませんか。

新たにサロンを始めてみたい場合は、仲間が3人以上集まれば出前の体験教室が利用できます。

問市民部 市民課 ☎82-1112



手を斜めに上げて胸を開きながら大きく息を吸う。手を下げて体を丸めながらゆっくり息を吐く。



動画はこちら

広告欄 ::::::::::: Advertisement

有料広告募集中

問い合わせ…総務部 総務課 (☎0247-81-2117) へ

人間ドック（国保）を実施しています

田村市国民健康保険では、被保険者の健康の維持増進と生活習慣病の予防・解消のため、一部費用を助成し人間ドックを実施しています。

●対象者 田村市国民健康保険加入者で、40歳～74歳(昭和60年4月1日以前に生まれた方)で次の条件を満たす方。

- ①国民健康保険税を世帯で完納していること。
- ②6年度内に集団健診と施設健診の受診(予定)をしないこと。(子宮頸がん検診・乳がん検診を除く)
- ③人間ドックの検査結果で、特定保健指導の対象になった場合には、この指導を受けること。

●人間ドック実施期間 6月～7年2月

●申込方法

「田村市国民健康保険人間ドック申込書」を4月1日(月)～19日(金)までに市民課、行政局、出張所にご提出ください。申込書は申込窓口で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

定員がありますので、お早めにお申し込ください。

【注意事項】次の内容に該当する場合は対象になりませんのでご注意ください。

- ・田村市国民健康保険の資格を喪失された場合
- ・国民健康保険特定健康診査(集団・施設健診)と人間ドック両方を受診した場合
- ・指定医療機関以外での受診した場合
- ・人間ドック受診後の申込(必ず事前にお申し込みください。)

【医療機関・コース・自己負担】

医療機関	コース		自己負担	備考
総合南東北病院	1日コース		46,000円	脳神経系検査(MIR・超音波あり) オプションで各種検査可
	2日コース		57,000円	
太田熱海病院	1日コース		20,700円	オプションで各種検査可 +2日:頭部CTあり
	2日コース		47,100円	
寿泉堂クリニック	1日コース		20,700円	オプションで各種検査可
公立小野町地方総合病院	1日コース	男性	29,778円	オプションで脳神経系検査可 +女性:婦人科系検査あり
		女性	38,820円	
のぞわ内科クリニック	1日コース		20,000円	
たむら市民病院	1日コース	男性	29,500円	+男性:前立腺検査あり
		女性	26,200円	

※検査項目の詳細は申込窓口で配布するほか、市ホームページで確認できます。

※自己負担額は通常の人間ドック費用から助成額2万円を差し引いた金額です。

※自己負担額は医療機関の改定により変わる可能性があります。

問市民部 市民課 ☎82-1112

広告欄 ::::::::::: Advertisement

有料広告募集中

問い合わせ…総務部 総務課 (☎0247-81-2117) へ

田村市の文化財

『坂上田村麻呂③』

関教育部生涯学習課 ☎ 81・1215

坂上田村麻呂（以下、田村麻呂）が、東北地方で活躍したのは8世紀終わりから9世紀初めのことです。田村麻呂以前にも朝廷は蝦夷征伐のため、東北地方に何度か軍勢を向けており、神亀元（724）年には朝廷側の拠点として多賀城（宮城県）が作られています。蝦夷は最終的に田村麻呂を征夷大將軍とした軍に敗れ、東北地方は朝廷の完全な支配下になります。蝦夷の頭領であった阿弓流為や母礼は実在の人物として日本史に登場しますが、この地を治めていたとされる大多鬼丸は、伝説上の人物としてしか知られていません。今回はその大多鬼丸にまつわる伝説のいくつかを紹介します。



1

（鬼穴／滝根・常葉）です。田村麻呂に攻められた大多鬼丸はここが最期の場所となりました。大多鬼丸の重臣に、大越・早稲川の鬼五郎、幡五郎兄弟がいて、鬼五郎という地名が現在も残っています。早稲川では大竹を切るとは大多鬼丸（大竹丸）を切ることに通じるため、大きな竹を植えないという言い伝えがあります。また、前回・田村麻呂軍の兵士が休んだことから名づけられたと紹介した五十人山（都路）は、蝦夷の酋長をはじめ50人が田村麻呂に抵抗するために籠ったことから五十人山という名がついたという、異なる立場からの伝説があります。



2

別の考え方をすると、大多鬼丸という指導者により平穩に治めていられていたにも関わらず、一方的に田村麻呂軍に攻められたことになり、朝廷は大多鬼丸を逆賊としますが、この地の民に平穩を与えていた大多鬼丸は逆賊でなく、素晴らしい指導者だったと言えるのかもしれない。



3

多くの伝説が残る田村麻呂ですが、本当にこの地に足を踏み入れ、大多鬼丸を征伐したのかどうかは定かではありません。残されている文献や発掘調査から、天平宝字2（758）年に平城京の郊外で坂上田村麻呂と畝火浄永の娘の間に三男として生まれていることが分かっています。坂上氏は3世紀に渡来した帰化人を祖とし、平成18（2006）年には奈良県高取町観音寺遺跡の発掘調査で田村麻呂の邸宅が発見されています。田村麻呂は延暦12（793）年2月から同22（803）年3月まで4回東北地方に攻め入り、いずれも今の岩手県まで行っています。この間に蝦夷は平定され、この地はずいに朝廷の支配下にあったと考えられます。しかし、田村麻呂がこの地に足を踏み入れたとする文献はなく、したがってこの地に残る田村麻呂伝説はあくまでも伝説の域を出ません。

- 1 鬼穴（滝根・常葉）
- 2 鬼五郎・幡五郎像（JR大越駅前）
- 3 五十人山（都路）

※令和3年10月号から連載した田村市の歴史、文化財紹介は今回をもって終了いたします。お読みいただきありがとうございました。なお、これまでの記事は市ホームページに掲載しておりますので、ぜひご覧ください！



地域おこし協力隊奮闘記

皆さん、こんにちは。「田村空き家の窓」の相談員をしています、地域おこし協力隊の佐々木馨です。残すところあと一年の任期となりました。少しでもお世話になっている皆さんの役に立てるように引き続き努力します。

もりのび こおりやまSDGs アワード受賞



与するものだと思います」との講評をいただきました。また、この活動は「地域創生総合支援事業」の採択を受けて活動しています。採択された事業の中から代表として成果発表をする三団体のうちのひとつに選ばれました。県中地域の関係者および地域おこし協力隊の皆さんの前で、活動報告をさせていただきました。

どちらも非常に光栄なことであり、また、皆さんにこのような報告ができたことをとてもうれしく思っています。これらをバネにし、最後の任期もより一層励むので引き続き、よろしく願います。



もりのびの詳細はこちら



海	を	越	え	て	英	語	指	導	助	手	ペ	ン	リ	レ	ー	No. 128
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---------

水のない ナイアガラの滝



ナサニエル・シャイフリーさん
アメリカ合衆国オハイオ州出身
（田村市に来て6年目）

アメリカのニューヨーク州に行ったことがありますか。もしなければ、アメリカの最も象徴的な文化的名所の一つを見逃していることとなります。その名所とは「ナイアガラの滝」です。ナイアガラの滝は、高さ50m以上の滝です。アメリカで一番迫力がある滝で、水力発電の重要な源です。アメリカで自動車が行った第一次世界大戦以降、ナイアガラの滝は人気の観光地になりました。多くの観光客が、その自然の美しさと歴史あるこの名所を訪れます。



その原因は、ナイアガラの滝に水を供給するナイアガラ川がガチガチに凍ってしまったからです。あまりの寒さに、ナイアガラの滝に流れ込む水を自然の水の橋が止めてしまったのです。この水の橋はとても頑丈で、川の向こう岸に人間がその上を歩いて渡れました。その水の橋が溶けて、再び水が流れるようになるまで約2日かかりましたが、ナイアガラの滝はすぐ元に戻りました。この出来事は、アメリカ史上もっとも象徴的な瞬間の一つで、今もこの日のことは語り継がれています。もしナイアガラの滝を訪れたいと思うならば、そこにあるいろいろな写真をぜひ見てください。凍ったナイアガラの滝を見つけられるかもしれません。

田村市の人口

令和 6 年 2 月 1 日現在
総人口 **32,873** 人
世帯数 **12,297** 世帯
＼ 1 月の出生数 **10** 人 ＼

この数値は、令和 2 年国勢調査の確定値を基に毎月の自然動態・社会動態を加減したものです。
※国・県の公表結果と異なる場合があります。

主な問い合わせ先

●田村市役所 〒963-4393
田村市船引町船引字畑添 76 番地 2
☎81-2111 (代表) ☎81-2522

※時間外の緊急時連絡先 ☎81-1220

※市民の声専用ダイヤル ☎82-0066

●滝根行政局 〒963-3692
田村市滝根町神保字関場 118 番地
☎78-2111 (代表) ☎78-3710

●大越行政局 〒963-4192
田村市大越町上大越字水神宮 62 番地 1
☎79-2111 (代表) ☎79-2115

●都路行政局 〒963-4701
田村市都路町古道字本町 33 番地 4
☎75-2111 (代表) ☎75-2844

●常葉行政局 〒963-4692
田村市常葉町常葉字町裏 1 番地
☎77-2111 (代表) ☎77-2115

休日・延長窓口の開設案内

●取扱業務…各種証明書の発行のみ
【休日窓口】
●開設日…日曜日
●場 所…田村市役所 本庁
●時 間…午前 8 時 30 分～午後 0 時 30 分
【延長窓口】
●開設日…毎週木曜日（祝日を除く）
●場 所…田村市役所 本庁
●時 間…午後 5 時 15 分～午後 6 時 30 分
※各行政局の延長窓口は廃止となりました。

上水道の窓口案内

●上下水道局 上下水道課
〒963-4312
田村市船引町船引字上川原 33 番地
☎82-1527 ☎82-4564
●漏水事故・水質異常がある場合は、ご連絡ください。
●開栓・閉栓は平日（土日・祝日を除く）の午前 9 時～午後 4 時に行います。申込みは、3 営業日前までの平日にご連絡ください。

オンライン申請はコチラ▶▶



暮らしの税情報

今月の納期限【4 月 1 日（月）】

●後期高齢者医療保険料…8 期
問市民部 市民課 ☎82-1112

お知らせ

自動車税種別割

自動車税種別割は、毎年 4 月 1 日（午前 0 時）現在で運輸支局に登録された名義上の所有者（割賦販売による購入の場合は使用者）が、5 月末日までに納めることになっています。

～自動車税種別割
トラブル防止 3 カ条～

●その 1

抹消等の手続は、3 月 31 日までに運輸支局で行いましょう。自動車の譲渡や下取りなどの際は必ず運輸支局で 3 月 31 日までに登録しましょう。3 月 31 日までに登録手続が終了しないと実際に使用をやめていても、自動車税種別割が課税されます。

●その 2

転居したら、車検証の住所変更を運輸支局で行いましょう。住民票を異動しても車検証の住所は変わりません。やむを得ず手続ができな時は、県中地方振興局県税部に連絡してください。

●その 3

納税証明書は、車検証と一緒に大切に保管しましょう。自動車の継続検査（車検）を受ける際には運輸支局で納税確認をしますので、銀行やコンビニで自動車税種別割を納めた時に交付される領収証書と納税証明書は保管しましょう。また、リサイクル券も次回車検時や廃車時に必要となりますので、廃車時まで車検証と共に大切に保管するようにしてください。

※クレジットカード、キャッシュレス決済アプリで自動車税種別割を納めた場合には納税証明書は発行されませんが、お支払い手続完了日から 3 開庁日以降、運輸支局で電子的に納税確認ができるようになります。

◎登録手続を業者に依頼した場合は、登録が済んでいることを依頼した業者に必ず確認しましょう。

問●自動車の登録

東北運輸局福島運輸支局
☎050-5540-2015
いわき自動車検査登録事務所
☎050-5540-2016

●自動車税種別割

県中地方振興局県税部課税第二課
☎024-935-1261

自家消費用食品放射能測定体制の変更

市内で採取される自家消費野菜・山菜・飲料水等を対象とした放射能測定数の減少により、4 月 1 日（月）から、常葉行政局、七郷出張所、移出出張所内測定所を閉鎖します。測定は下記のとおり行います。

●市役所本庁

月～金 午前 9 時～午後 5 時

●都路行政局

月・火 午前 9 時～午後 5 時

なお、常葉・大越・滝根行政局に持ち込まれたものは本庁測定員が引き取り、測定します。

問産業部 農林課 ☎81-2511

所得税定額減税に係る源泉徴収義務者向け説明会

●日時

4 月 11 日（木）
午前 10 時 30 分～11 時 30 分、
午後 1 時 30 分～2 時 30 分

●場所 船引公民館 2 階

●内容

6 月 1 日以降の給与等の支給時に行う減税の手続きについて

●定員 各 80 人

●予約方法

事前予約システム（LINE によるインターネットシステム）を利用、「定額減税特設サイト」で検索

問郡山税務署 ☎024-932-2041

田村地方美術展

田村市・三春町・小野町にお住まいの障がいのある方々の作品展示を行っています。

●日時

3 月 15 日（金）～4 月 14 日（日）
※木曜日・日曜日・祝日休館

●場所 市地域活動支援センター（船引保健センター内）

問ピアステーション・シリウス「たむらベース」☎090-3340-3482

針湯荘臨時休館

●日にち 3 月 13 日（水）

※館内設備点検のため

問老人憩の家針湯荘 ☎78-2010

お知らせ

B 型肝炎特別措置法

弁護士による B 型肝炎特別措置法相談会（無料）

●日時

3 月 16 日（土）
午後 1 時 30 分～4 時
（受付：午後 3 時まで）

●場所

郡山市労働福祉会館
第 1 会議室・第 2 会議室

●内容

集団予防接種で B 型肝炎になった人とその家族を対象とした弁護士による相談会

●その他

予約優先、当日会場での申し込み可、個人情報厳守

問・申 ☎025-223-1130

弁護士による B 型肝炎特別措置法電話相談会（無料）

●日時

3 月 9 日（土）午前 10 時～正午
5 月 18 日（土）午前 10 時～正午

●内容

B 型肝炎特別措置法に基づく給付金支給手続きに関する相談
※相談料は無料ですが、通話料はかかります。

☎025-223-1130

つどいの広場

田村地方基幹相談支援センターは、悩みのある人やその家族が安心して相談できる場所として「つどいの広場」を開催しています。参加料は無料ですので、ぜひご参加ください。

●日時

3 月 4、11、18、25 日（月）
午前 10 時～正午

●場所

田村地方基幹相談支援センター

●対象者

田村市・三春町・小野町在住であれば、どなたでも参加できます。

問・申田村地方基幹相談支援センター ☎61-5056



暮らし

転出届はマイナポータルから

田村市から他市区町村へ住所を変更する場合には、田村市に転出届を提出し、これからお住みになる市区町村に転入届を提出する必要があります。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからオンラインで転出届が提出でき、田村市の窓口には原則来庁不要となりますので、ぜひご利用ください。

●利用できる方

・引っ越しをする本人または同一世帯の方

※同一世帯に属さない代理人によるお手続きはできません。

※マイナンバーカードをお持ちでない場合には、マイナポータルではお手続きできません。

●準備するもの

・電子証明書が有効なマイナンバーカード
・電子証明書の暗証番号（数字 4 桁、英数字 6～16 桁の 2 種類が必要です）
・マイナンバーカードの読み込みに対応したスマートフォン・パソコン等の機器

●申請期間

・新しい住所に住み始める日の 30 日前から住み始めた 10 日後まで

問市民部 市民課 ☎82-1112

国民健康保険および後期高齢者医療保険ご加入の方

原発事故による旧避難指示区域等の被保険者の方は引き続き、医療費の窓口負担が免除されます（上位所得世帯を除く）。3 月以降も医療費の窓口負担の免除に該当する方には、2 月下旬に新しい免除証明書を送付しましたので、医療機関を受診する場合は、必ず保険証と一緒に窓口へ提示してください。

問市民部 市民課 ☎82-1112

急速充電設備の導入経費を支援

電気自動車およびプラグインハイブリッド自動車の充電設備を導入する法人、または個人に対し、導入費用の一部を支援します。

●対象者

（①～④を満たすことが要件）

募集

①市内に充電設備を設置できるスペースを有する商業、宿泊、観光、遊戯、飲食の各施設、時間貸し駐車場等を保有する法人（国および地方公共団体ならびに国または地方公共団体が出資する法人および団体を除く）または個人

②経済産業省のクリーンエネルギー自動車の普及促進に向けた充電・充てんインフラ等導入促進補助金の交付決定を受けている法人または個人

③充電設備を市内の商業施設等へ新たに設置するため、新規で充電設備を発注・購入すること

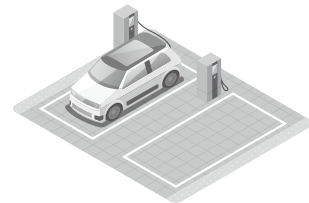
④市税を滞納していないこと

●補助金額

補助対象の充電設備の購入および設置工事に要した費用から経済産業省補助金その他の補助金等を控除した額の 2 分の 1 以内とし、100 万円を上限とする

本事業は、6 年度予算成立が前提となりますので、あらかじめご了承ください。

問総務部 企画調整課 ☎61-7615



高齢者健康長寿サポート事業利用券の使用期限

5 年度に交付した高齢者健康長寿サポート事業利用券の使用期限は、3 月 31 日（日）までです。使用期限を過ぎた利用券は無効となり、使用できませんので、必ず期限までにご利用ください。事業の詳細は市政だより 5 年 5 月号または QR コードから。

問保健福祉部 高齢福祉課

☎82-1115



お知らせ

キッチンカー & マルシェ イベント

『KITCHEN CAR PARK-ABUKUMA うんめえ FES-』と『みんなでつくる「こと」のマルシェ toco*（とことこ）』を同時開催します。

●日時

3月20日（水・祝）
午前10時～午後4時
（雨天決行／荒天中止）

●場所

市運動公園

●入場料

無料

●内容

「福島県田村市キッチンカー移住チャレンジ」プロジェクトから誕生した3台のキッチンカーと、県内で人気のあるキッチンカーが田村市に集結し、田村市産の農産物を使用したメニューを提供します。また、常葉町を中心に開催している『みんなでつくる「こと」のマルシェ toco*（とことこ）』から数多くの魅力的なお店が出店します。

☎総務部 企画調整課

☎61-7615

イベント詳細はコチラ



住民税均等割のみ課税世帯への給付金

エネルギー、食料品価格などの物価高騰の影響を踏まえ、住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯当たり10万円を給付します。さらに対象世帯のうち、18歳以下の児童を扶養している子育て世帯に対して児童1人当たり5万円（こども加算）を支給します。

●対象世帯

基準日（5年12月1日）時点で、市に住民登録があり、5年度住民税均等割のみ課税世帯

※世帯全員が、住民税が課税されている方に扶養されている世帯は除きます。

●支給額

1世帯あたり10万円

●こども加算

上記対象世帯のうち、18歳以下の児童がいる世帯は、児童1人当たり5万円を給付

●申請方法

対象と思われる世帯には、手続きに関する書類を3月中旬から順次郵送します。

必要事項を記入し、同封の返信用封筒で返送してください。

●申請期間

4月30日（火）

●その他

5年度住民税均等割のみ課税世帯であると確認できない場合（税の申告を行っていない方を含む世帯等）は、審査の対象とならず、給付金の支給ができない場合があります。

☎保健福祉部 社会福祉課

☎81-2273（給付金全般）

こども未来課

☎82-1000（こども加算）

子育てガイドブック

妊娠中、乳幼児期、就園・就学期など、各時期の子育てに関する各種支援、子育て関連施設、相談窓口など、子育てに関するさまざまな情報を掲載しています。子育てガイドブックは、妊娠届時や転入された方など、ご希望の方にこども未来課、子育て支援センター、各行政局でお渡ししています。

☎保健福祉部 こども未来課

☎82-1000



老人憩の家寿楽荘再開

しばらくの間、工事のため休館していた寿楽荘は、2月27日（火）に再開しました。ぜひご利用ください。

☎大越行政局市民係 ☎79-2111

ひきこもりサポート事業 居場所「ふらっと」

田村市社会福祉協議会は、ひきこもりに悩んでいる方やご家族、人や社会との関わりが苦手な方のための、居場所「ふらっと」を各町で週1回開催しています。

【滝根町】

●場所 滝根公民館

●日にち 3月6日（水）

●内容 絵手紙づくり

【大越町】

●場所 おおごえふるさと館

●日にち 3月13日（水）

●内容 絵手紙づくり

【都路町】

●場所 都路保健センター

●日にち 3月19日（火）

●内容 紙ねんど工作

【常葉町】

●場所 文化の館ときわ

●日にち 3月27日（水）

●内容 ビーズアクセサリー作り

◇予約不要、無料

◇時間 午後1時～

3時30分

☎市社会福祉協議会

サポートセンター ☎68-3434



星の村ふれあい館休館日

●日にち 3月8日（金）

※館内清掃および各種点検のため

＜利用案内＞

●入浴料

大人500円、小学生以下250円

●利用時間

午前8時30分～午後8時30分

●その他

大広間使用および宴会、宿泊、バスの利用も可能です。レストラン営業、個室休憩を再開しました。

☎星の村ふれあい館 ☎78-3100

エゴマ搾油北部作業所 3月の稼働日

●稼働日

24日（日）

●受付

午前8時30分～11時30分

●場所

北部作業所（船引町新館）

☎産業部 農林課 ☎81-2511

お知らせ

子育てに関する受付窓口が一部変わります

下記の受付窓口が4月から、子育て支援センターに変わります。

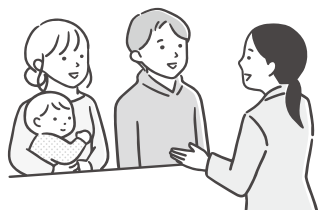
①子どもの予防接種に関すること

②子どもや家庭の問題に関する相談（児童虐待や貧困、ヤングケアラーなど）

※妊娠届、母子手帳の発行、妊娠・出産に関するお問い合わせ、子育てに関する相談などは、引き続き子育て支援センターで行います。

☎子育て支援センター

☎82-1510



戸籍証明書の広域交付制度

3月1日から戸籍証明書の広域交付制度が開始されました。これにより本籍地が田村市外の方でも、田村市の窓口で戸籍証明書等の請求ができます。ただし、広域交付制度による証明書の発行は以下の通り、通常の証明書の発行と異なる点がございしますので、ご注意ください。

①木曜延長、日曜窓口での取り扱いはありません。

②他市町村の戸籍を確認するため、通常の請求よりお時間をいただきます。請求の内容によっては、証明書の交付が後日になる場合があります。

③マイナンバーカード、運転免許証等の顔写真入りの本人確認書類が必要になります。

④請求できる方は本人、配偶者、父母などに限られます（死別した配偶者の戸籍は請求できません）。委任状をお持ちでも、代理人による請求はできません。

また、戸籍法の一部を改正する法律が3月1日に施行され、婚姻届や転籍届等の戸籍の届出をする際に、戸籍謄本の添付が原則不要となりました。

☎市民部 市民課 ☎82-1112

暮らし

暮らし

リフィル処方箋をご存じですか

リフィル処方箋とは、同じ処方箋で最大3回まで繰り返し使用できる処方箋のことです。利用できる方は、病状が安定しているなど医師が認めた方です。詳しくは、医師や薬剤師にご相談ください。

☎市民部 市民課 ☎82-1112

住宅火災を予防しましょう

3月1日～7日は、春の火災予防運動です。

＜住宅防火 いのちを守る10のポイント＞

【4つの習慣】

- ・寝たばこは絶対にしない、させない
- ・ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ・こんろを使うときは、火のそばを離れない
- ・コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く

【6つの対策】

- ・火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
- ・火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- ・火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類、カーテンは防災品を使用する
- ・火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
- ・お年寄りや身体の不自由な方は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- ・防火防災訓練へ参加し、地域ぐるみの防火対策を行う

☎郡山消防本部予防課

☎024-923-8172

3月14日は世界腎臓デー

CKDを知っていますか。CKDとは慢性腎臓病のことで、主に糖尿病や高血圧などの生活習慣病の悪化により発症し、放置したままにしてお

募集

くと人工透析や腎移植に至る病気です。CKDの初期には自覚症状がほとんどありません。定期的に健診を受けて、尿検査や血液検査をすることが早期発見につながります。健診で異常が見つかったら必ず受診しましょう。CKDが進行すると夜間の頻尿、むくみ、貧血、身体のだるさなどの症状が表れます。

CKDを防ぐためには、塩分控えめのバランスのとれた適量の食事と適度な運動などにより、生活習慣病を予防・改善する、また、禁煙、適切な飲酒、休息をしっかりとるなどの適切な生活習慣を身につけることが重要です。

☎市民部 市民課 ☎82-1112

募集

結婚応援企業・団体・店舗等

市内での出会いを生かした縁結びを推進するため、結婚支援に取り組む企業や団体、飲食店の店舗等を募集し、地域全体で、出会いと結婚を応援する機運醸成やネットワークづくりを図りながら婚姻達成につなげることを目的とします。結婚応援企業の役割や要件、申し込み方法は市ホームページをご確認ください。

なお、福利厚生やCSR（社会貢献）の一環として、結婚支援に積極的な姿勢を示すことで、企業等のイメージ向上にもつながりますので、ぜひご検討ください。



春のおはなし会

●日時

4月27日（土）
午前10時30分～（45分程度）

●場所

市図書館 おはなしの部屋

●対象

小学1～3年生（保護者の方も参加可）

●定員

30人程度（事前の申し込みが必要）

☎市図書館 ☎82-1001

募 集

田村市国際交流協会事業

- ①英会話教室（初級・中上級）
- 日時
4月～7月（全8回）
午後7時～8時30分
初級（第2・4月曜日）
中・上級（第1・3月曜日）
- 場所 船引公民館など
- 対象
・初級
簡単な日常会話から学びたい方
・中・上級
英語力、英会話力をさらに伸ばしたい方
- 定員 各教室 20人程度
- 講師 英語指導助手（ALT）
- ②ゴスペル教室
- 日時
4月～7月（全8回）
午後7時～8時30分
- 場所 船引公民館など
- 対象
英語と歌うことに興味のある方
- 定員 20人程度
- 講師 英語指導助手
- ③外国人のための日本語クラス（初級・中上級）
- 日時
4月～7月（月2回土曜日）
午前10時～11時30分
- 場所 船引公民館
- 対象 外国人
・初級
少し日本語が話せる方。少しひらがなとカタカナがわかる方。
・中上級

ひらがなとカタカナがわかる。日本語で文を作ることができる。日本人や外国の方ともしっかりと日本語で会話をしてみたい。

- 定員 20人程度
- ①②③
・参加料
国際交流協会会員（学生会員含む）3500円 一般6000円
- ④⑤
・参加料
2000円/8回（国際交流協会会員は無料）
・申し込み方法
3月22日（金）までに電話、FAXまたはメールで（①希望教室名②氏名③会員か非会員か④連絡先⑤非会員の方は住所）お申し込みください。

問田村市国際交流協会事務局
（産業部観光交流課内）
☎81-2136

エコノミックガーデニングシンポジウム

市内企業の成長や長寿化など、市内経済の発展について考える機会として、学識経験者や経済団体等の有識者を迎え、田村市のエコノミックガーデニング実施に向けたパネルディスカッションを行います。

- 日時
3月25日（月）午後6時～8時
- 場所
市文化センター
- 内容
・1部【報告会】
①田村市事業者実態把握調査分析＝立教大学名誉教授 菊地進氏、同大准教授 櫻本健氏
②田村市地域調査＝一般財団法人と

うほう地域総合研究所研究員 木村正昭氏

- ・2部【パネルディスカッション】
テーマ「(仮) 経済を耕そう。田村市の輝く未来に向けて」
コーディネーター：拓殖大学教授 山本尚史氏、パネリスト：立教大学名誉教授 菊地進氏、同大准教授 櫻本健氏、一般財団法人とうほう地域総合研究所理事長 矢吹光一氏、田村市商工会連絡協議会会長 佐藤利男氏、市長

- 参加費 無料
- 定員 300人（先着順）
※当日来場いただいた方には、分析結果（概要版）を配布します。
- 問産業部 商工課 ☎82-6677

会計年度任用職員

- 【バス運転手】
- 募集人数 1人
- 勤務場所 船引公民館
- 応募資格 大型二種運転免許
- 業務内容 市公有バスの運行業務
- 勤務時間 5時間×3日
※予約状況により変動します。
- 時給 950円（通勤手当あり）
- 任用期間 4月1日～7年3月31日
- 応募方法 市指定の履歴書と資格証の写しを船引公民館へ提出または郵送してください。
- 募集期限 3月21日（木）※必着
- 試験方法 書類審査、面接試験
- 問・甲船引公民館 ☎82-1133

求職者向け職場体験実習

仕事のブランクがあり、就職活動に不安がある、未経験の職種にチャレンジしてみたいけど自分に合うかわからない…。そんな方へ、さまざまな業種の中から、興味のあるお仕事を体験できるチャンスです！仕事の内容を知ると、働くイメージがわき、不安が自信に変わります！お申し込み随時受付中！

- 体験期間 1～3日
- 体験先 職場体験実習登録事業所（県内500ヵ所以上！）
- 体験内容 事業説明、簡単な業務体験、質疑応答など
- 参加方法 ホームページから申し込み。詳細はホームページをご覧ください。
- 問ホームページ
働きたいネットで検索
福島広域雇用促進支援協議会
田村窓口（田村市役所産業部商工課内）
☎61-5585

幼児お預かり（りすちゃんクラブ）

- 未就園児で満2歳以上の幼児をお預かりします。親離れ、子離れの機会にしてみませんか。
- 事業名 りすちゃんクラブ
- 対象 満2歳以上で幼稚園や保育所に通っていない幼児（6年4月1日時点）
- 場所 子育て支援センター
- 日時 毎週木曜日
午前10時～（2～3時間程度）

- 募集人員 10人
- 費用 無料
- その他 保護者がお子さんを送迎できる場合に限りです。
- 申し込み 3月15日（金）までに子育て支援センター備え付けの申込用紙に記入し、お申し込みください。
※定員になり次第締め切ります。
- 問・甲子育て支援センター
☎82-1510

国家公務員「国税専門官採用試験」（大学卒業程度）

- 仙台国税局では、バイタリティーあふれる国税専門官を募集しています。国税専門官は、国の財政を支える重要な仕事を担い、税務署等において、調査・徴収・検査や指導などを行う税務のスペシャリストです。
- 受験資格
①平成6年4月2日から平成15年4月1日生まれの方
②平成15年4月2日以降生まれの方で次に掲げるもの
（1）大学（短大を除く）を卒業した者および令和7年3月までに大学を卒業する見込みの方
（2）人事院が（1）に掲げる者と同等の資格があると認める者
- 受付期間 2月22日（木）～3月25日（月）
- 申し込み方法 受験申し込みはインターネット申し込み。
- 第1次試験日 5月26日（日）
- 問仙台国税局人事第二課 試験研修係
☎022-263-1111
人事院東北事務局
☎022-221-2022

福島空港利用促進

- ①ビジネス利用促進事業
福島空港サポート企業に登録済み、または新規登録の企業に特典実施。特典内容などはQRコードから。
- ②福島空港国際定期路線再開等利用促進事業
台湾定期チャーター便の利用促進のため、市町村、商工会、商工会議所、農協等の経済団体等が実施する交流事業を支援。補助要件などはQRコードから。
- ③パスポート取得支援事業、若者による利用促進支援事業
福島空港からの台湾定期チャーター便を利用するためにパスポートを取得した方に申請手数料の一部を支援。また、台湾定期チャーター便利用者のうち、30歳未満の方に1万円を値引きするキャンペーンを実施。詳しくはQRコードから。

ぼくの、わたしの、おさがり交換会

- 内容 着られなくなった子供の服・靴・小物を募集しています。
- 受付期間 4月25日（木）まで
火・木 午前10時～午後4時
- 受付場所 地域交流スペース ship
- 問地域交流スペース ship
☎82-6110



早めの行動を！ 防災お役立ち情報

危険箇所や避難所の位置をパソコンやスマホから確認できる「田村市防災マップデジタル版」を活用しましょう。また、「田村市情報メール配信サービス」では災害時の避難情報や、犯罪被害の情報などをメールでお知らせしています。市公式 SNS でも災害時に被害状況や避難所情報などを配信しています。ぜひご利用ください。

防災マップ
デジタル版



LINE



X



Facebook



情報メール
配信サービス



広報紙はここでも配っています！

- ▼市役所・行政局・公民館・図書館などの公共施設
- ▼ふねひきパーク食品館▼ヨークベニマルメガステージ田村店▼リオン・ドール船引店▼TSUTAYA 船引店



店舗配布は、最新号のみの取り扱いです。

- 問い合わせ
総務部 総務課 ☎81-2117

広告欄 Advertisement

有料広告募集中

問い合わせ…総務部 総務課
（☎0247-81-2117）へ

福島県立たむら支援学校だより

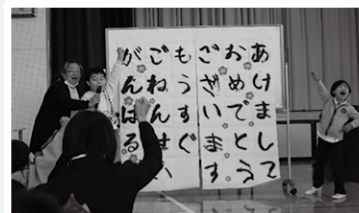
小・中学部 第3学期始業式

1月9日、第3学期の始業式があり、小学部4学年の代表児童が「がんばること」の発表をしました。自分たちで書いた決意を披露し、「がんばるぞ〜、お〜」と全員でかけ声をかけました。



中学部2学年 高等部体験学習

12月8日、中学部2学年が高等部の体験学習をしました。説明を聞いたり、実際に職業の授業を体験したり、進路を考える上で参考になる体験学習となりました。



高等部 県高等学校総合文化祭

12月17日、県高等学校総合文化祭があり、高等部の作業製品を販売しました。多くの高校生や来場者の方々に製品を購入いただき、本校をPRする貴重な機会となりました。



小学部 大谷翔平選手からのグローブ

本校にも大谷翔平選手からのグローブのプレゼントが届きました。大谷選手の活躍を知っている子ども達はもちろん、全員が興味津々でその紹介とデモンストレーションに見入っていました。



中学部 Tアミーゴさんとの交流

1月17日、Tアミーゴ（教育支援チーム）さんが来校され、
 中学部の体育授業と一緒に運動プログラムを実施していただきました。衆議院議員の玄葉光一郎さんも視察に来ていただきました。



「アミーゴ」のみなさん



高等部 第3期生 二十歳を祝う会

1月13日、第3期生の二十歳を祝う会が開催されました。1期から4期生までの同窓生と保護者の皆様、教職員が一堂に会し、3期生の門出を盛大に祝う心温まる会になりました。



福島県立たむら支援学校



【春山校舎】Tel…0247-82-4114 Fax…0247-82-4119
 【石崎校舎】Tel…0247-82-4627 Fax…0247-82-4629
 HP…<https://tamura-sh.fcs.ed.jp> mail…tamura-sh@fcs.ed.jp



市営住宅入居者募集

●入居者資格

- ①同居、または同居しようとする親族があること ②世帯の所得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

3月15日(金)～3月29日(金)までに建設部都市計画課または各行政局産業建設係に備え付けの申込書に必要な書類を添えて、申し込みください。必要書類や所得基準などは、お問い合わせください。

●抽選会

同一の市営住宅に対して複数の申し込みがあった場合は抽選会を開催します。船引地域の抽選会は、市役所で4月15日（月）に一般公開にて開催予定です。詳細は申し込みされた方へ通知します。

船引地域以外で抽選となった場合、抽選会の日程などは各行政局から申し込みをされた方へ通知します。

※申し込み受付可能な団地もあります。詳しくは、お問い合わせください。

問・申 建設部 都市計画課 ☎82-1114 各行政局 産業建設係

▼入居者募集中の団地 ※家賃は所得に応じて金額が変わります。

地域	団地名	部屋番号	建築年	間取	家賃	駐車場
大越	鷹待田団地	404 号（4 階）	昭和56年	3DK	13,600 円～ 48,900 円	有
都路	古道団地	2 号（1 階）	昭和59年	3 K	13,200 円～ 48,800 円	有
船引	東部団地 7 棟	13 号（4 階）	平成27年	3LDK	22,600 円～ 130,500 円	有

すくすく教室

お子さんの「言葉が遅い」「落ち着きがない」「友達とうまく遊べない」など相談がある方の遊びの教室です。

- 日時 4月11日(木) 午前10時～11時30分(受付時間 午前9時30分～9時50分)
- 会場 子育て支援センター
- 対象 就学前までのお子さんとその保護者(田村市に住所のある方)
- 内容 親子あそび、指先あそび、感覚あそび、全身運動、大型絵本の読み聞かせなど
- 参加人数 親子8組(対象のお子さん1名と保護者1名での参加)
- 申し込み
子育て支援センター(母子保健担当 ☎82-1510)に電話等でお申し込みください。参加人数の都合上、希望に添えない場合がありますのでご了承ください。
- 参加費用 無料(飲み物、タオルを持参してください)

廣告欄 :::::::::::::::::::: Advertisement

有料広告募集中

問い合わせ…総務部 総務課 (☎0247-81-2117) へ

図書 図書館(本館) 4月の休館日 1日・8日・15日・22日・29日 ㊚toshokan@city.tamura.lg.jp ☎82-1001 FAX 82-1291

●●●●●●●●●● 必読、今月のオススメ。 ●●●●●●●●●●

きみはたいせつ



クリスチャン・ロビンソン/作

児童向け

どんなに小さくても、どんなに遠くにいても、君は大切だよ。なぜかって言うとな…。生命の進化や宇宙を描きながら、「きみもすべてのつながりのなかで生きている、きみの存在には意味がある」と語りかけるメッセージ絵本。

ぬいぐるみ
きゅうじょたい

ティエリー・ロブレヒト/文

児童向け

雨の中、道に置いてきぼりになってしまった、ぬいぐるみのクマくん。街をパトロールしている、ぬいぐるみ救助隊のネズミたちがクマくんを見つけました。ぬいぐるみ救助隊出動です、クマくんはぬいぐるみ病院へ運ばれることに。みんなも一緒に応援してね！

サクラの守る街



朝倉 宏景 /著

一般向け

盗難事件で信用が失墜したサクラ警備保障を継いだ基輝は、何を守ればいいのか悩み、面接で「あなたは何をまもりますか？」と尋ねる。トラウマを抱えた4人の警備員の日々を見つめ、基輝がたどり着いた「守ることの意味」とは。

自分が嫌いなまま
生きていてもいいですか？

横川 良明 /著

一般向け

自分で自分を傷つけない生き方とは？ 逆潔癖症、合コン負け戦、選択的おひとりさま…。自分を愛することの大切さは理解しつつ、自分を好きになれない著者が「自分を愛そう」ムードが強い今の時代を生きる中で「そんなに簡単じゃないんだよ」と思うことがつづられている。

4月のおはなし会

会場	開催日	名称	時間	対象	内容
本館	5(金)	ひだまりおはなし会 (図書館 おはなしの部屋)	午前10時30分～ (15分程度)	0～2歳児	絵本の読み聞かせ、わらべ歌遊び など
	19(金)				
	27(土)	春のおはなし会 (図書館 おはなしの部屋)	午前10時30分～ (45分程度)	小学1～3年生	季節の絵本・紙芝居など
滝根	30(火)	おはなし会(三世代ふれあい交流館)	午前10時30分～ (20分程度)	乳幼児	絵本の読み聞かせ、わらべ歌遊び など
常葉	17(水)	おはなし会(文化の館ときわ)	午前10時30分～ (15分程度)	0～2歳児	絵本の読み聞かせ、わらべ歌遊び など

催し 文化センター

☎82-5030

3月の行事予定

開催日	催し	開演時間	対象・入場料	主催・問い合わせ先
17(日)	はしもと音楽教室発表会	午後0時30分	一般・無料	はしもと音楽教室 ☎090-1063-7893 (橋本美加)
31(日)	かとうピアノ教室発表会	午前10時	一般・無料	かとうピアノ教室 ☎090-7529-7210 (加藤昭美)

子ども 子育て支援センター ☎82-1510

ひまわりひろば

- 日時と内容 午前10時30分～11時
・3月6日(水) 4月のカレンダーを作ろう
・13日(水) おひさまドームで遊ぼう
・18日(月) お楽しみ会
- 対象 市にお住まいの0歳～就学前の子どもとその保護者
- 申し込み方法 「お楽しみ会」の受付は、3月4日(月)～13日(水)までで38人限定になります。電話、または来所時にお申し込みください。

育児講座

- 日時 3月15日(金) 午前10時30分～11時30分
- 内容 親子ヨガ
- 講師 NPO法人子育て支援コミュニティプチャマン
- 対象 市にお住まいの0歳～就学前の子どもとその保護者
- 申し込み方法 電話、または来所時にお申し込みください。
・3月14日(木)、18日(月)の利用は午後1時からとなります。

コミュタン福島イベント情報

ホームページ(<https://com-fukushima.jp/>)
をご覧ください。



行政相談

総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が、行政機関や特殊法人などへの、意見・要望等を受け付けて、その解決を促進するようお手伝いします。

- 日時 4月9日(火) 午後1時30分～3時30分
- 場所 都路行政局 研修室1
- 相談委員 塚原 誠 さん(大越町)
増田 英子さん(常葉町)
- 問総務部 総務課 ☎81-2111

特設人権相談

人権に関する相談(家族、近隣関係、学校・職場の問題など)をお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

- 特設相談所(午前10時～午後3時)
・4月9日(火) 市役所1階102会議室
・4月18日(木) 滝根公民館

問福島地方方法務局 郡山支局 ☎024-962-4500

子ども 三世代ふれあい交流館 ☎78-1112 (FAX兼用)

遊びの教室

- 日時 3月5、12、19日(火)
午前10時～11時30分
※5日はNPO法人ハートフルハート未来を育む会による親子遊びと親ミーティングがあります。午前10時までに来館ください。
- ※26日午前10時30分から、滝根おはなし会(田村市図書館滝根分館主催)があります。
- 内容 手遊び、体操、親子触れ合い遊び、絵本の読み聞かせ、お別れ会(閉講式)など
- 対象 0歳～就学前の子どもとその保護者

「遊びの教室」以外でも自由にご利用ください。

さくらウオーク

- 日時 4月14日(日) 受付:午前7時
開会:7時30分 スタート:8時※雨天決行
- 会場 市総合運動公園
※今回から会場を変更しますので、ご注意ください。
- コース ①18kmコース②6.5kmコース
- 募集定員 500人(県内在住者)※定員になり次第、締め切ります。
- 参加料 一般600円、中学生以下300円
※未就学児無料
- 申込期間 3月8日(金)～4月5日(金) 必着
- 申し込み方法 往復ハガキでお申し込みください。
(参加者全員の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、参加コース、交通手段を記載)
- その他 返信ハガキを当日忘れずにお持ちください。
- 問・申 福島民報社事業局 ☎024-531-4171
〒960-8602 福島市太田町13-17
福島民報社 事業局「田村市さくらウオーク」係



昨年の様子



育児相談

子どもの発達相談会（要予約）

- 日時 22日（月）午後1時30分～4時30分
- 会場 子育て支援センター
- 対象 お子さんの「発音が心配」「どもりがある」などの相談がある方（おおむね4歳から18歳までの方と保護者）
- 内容 言語聴覚士による個別相談 ※1人40分程度
- 申込 子育て支援センター（母子保健担当） ☎82-1510



こころとからだの健康相談

こころの健康相談（相談無料・秘密厳守）

- 日時 17日（水）午後1時30分～3時30分
- 会場 船引保健センター
- 申込 1週間前までに保健課 ☎81-2271へお申し込みください。※臨床心理士が相談に応じます。※健康に関する相談は保健課へお電話ください。

その他の相談先

- 福島いのちの電話 ☎024-536-4343
- 時間 午前10時～午後10時（毎日）
- 毎月第3土曜日は午前10時から翌日午前10時までの24時間受付。いつでも、誰でも、どこからでも利用できる相談です。ひとりで悩まずお話しください。

予防接種のお知らせ

子どもの予防接種

- 対象者
 - ・麻疹・風しん(MR)2期：小学校就学前の1年間にいる方
 - ・ジフテリア・破傷風(DT)2期：11歳～13歳未満の方
 - ・日本脳炎2期：9歳～13歳未満の方（定期）平成19年4月1日以前生まれ～20歳未満の方（特例）
 - ・HPVワクチン（子宮頸がんワクチン）

	対象者	接種期間	勧奨時期
定期接種	中学1年生～高校1年生相当	高校1年生の年度末まで※	令和5年4月初め（中学1年生に通知）
キャッチアップ接種	平成9年4月2日～同18年4月1日生まれ	令和7年3月31日まで	令和4年6月末頃
	平成18年4月2日～同19年4月1日生まれ	令和7年3月31日まで	令和5年4月初め

※平成19年度生まれの方は、定期接種の年齢から外れてもキャッチアップ接種の対象となるため、令和7年3月31日まで接種可能です。

- 費用 個人負担なし、ただし接種期限を過ぎると全額自己負担となります。

- 持参物 ①予診票②母子健康手帳③健康保険証

日本脳炎ワクチンについて

日本脳炎ワクチンの供給は3年1月に限定出荷とされましたが、5年1月より限定出荷が解除され安定的な供給がなされております。限定出荷の期間中に接種をお待ち

いただいていた方への接種が十分に進んでいないことが懸念されておりますので、母子手帳をご確認いただき未接種の場合は各対象年齢までに接種をお願いします。

☎保健福祉部 こども未来課 ☎82-1000

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

6年度から高齢者肺炎球菌の定期接種の対象者が変わります。6年度からは、国の方針で、65歳の方のみが定期接種の対象となる予定です。5年度接種対象の方で接種を希望する方は、6年3月31日までに忘れずに接種を受けてください。※対象の方には5年4月に通知をお送りしています。

●5年度対象者

以下の年齢で高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種を受けたことがない方（年齢基準日：6年3月31日）

※4月に予診票発送済み

- ① 65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳

- ② 60歳以上65歳未満の方で、心臓・じん臓または呼吸器の機能に自己の身の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する者、およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する者で接種を希望する者。

※②に該当となる方は、事前に手続きが必要です。

過去に接種（全額自己負担による接種を含む）をしたことがある方は、定期接種として接種できません。

- 費用 自己負担金 2,000円

- 持参物

予診票、接種済証、健康保険証、健康手帳（お持ちの方）

- 期限 6年3月31日（日）

- 接種場所 各医療機関

☎保健福祉部 保健課 ☎81-2271

たむづ市民病院から

Tamura Municipal Hospital



市民病院
ホームページ



防災イベントを開催します



東日本大震災から13年目を迎えるにあたり、星の森保育園と合同で防災イベントを開催します。園児による防火パレードや防災体験など、防災・防火意識を高めるためのイベントです。防災の大切さを一緒に学びましょう！

【星の森保育園による防火パレード】

- 日時 3月9日（土）午前10時～11時
- 区間 たむら市民病院～船引駅前～市役所

【防災イベント】

- 時間 午前11時～11時30分 ※パレード終了後
- 場所 市役所 駐車場
- 内容

- ・星の森保育園による防火体操とダンス披露
- ・煙体験コーナー
- ・初期消火体験
- ・消防団ポンプ車、救急車の乗車体験

- その他 事前申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

☎たむら市民病院 ☎82-1117



■田村地方夜間診療所

船引町船引字源次郎（福祉の森公園地内） ☎81-2233

【診察受付時間】午後7時～8時30分 【診療時間】午後7時30分～9時
月～金（土日祝日、お盆、年末年始は休診）

※都合により担当医が変更になる場合があります。

医師によって専門分野が異なるため、その日の担当医が対応できるか受診前に必ずお電話ください。

■救急電話相談（24時間受付）

病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったらご相談ください。
#7119（携帯電話、固定電話（県内のプッシュ回線から）
☎024-524-3020（固定電話（ダイヤル回線）、IP電話から）

■こども救急電話相談（午後7時～翌朝8時）

夜間に突然、お子さんの体調が悪くなった場合ご相談ください。
#8000（携帯電話、固定電話（県内のプッシュ回線から）
☎024-521-3790（固定電話（ダイヤル回線）、IP電話から）

《急病時の問い合わせ先》

■郡山市休日・夜間急病センター ☎024-934-5656

■日曜休日夜間当番医案内 ☎024-933-4000

4月の休日当番医

7（日）	
青山医院（常葉町）	☎77-2015
14（日）	
せんざき医院（三春町）	☎61-2777
21（月）	
秋元医院（船引町）	☎82-1514
28（日）	
橋本医院（小野町）	☎72-3711
29（月・祝）	
遠藤医院（船引町）	☎85-2016

診療時間…9:00～18:00

※医療機関によっては17:00まで

変更される場合があります。受診前に、医療機関に確認してください。福島医療情報ネットのホームページからも検索することができます。

