

【家庭でできる食品ロス削減方法】

- **買い物するとき**  
冷蔵庫の中身をチェックしてから食べきれ的分だけ買しましょう。
- **食材を保存するとき**  
食材の整理整頓を心がけ、冷凍するなど食材が傷みにくい保存方法を検討しましょう。
- **調理するとき**  
賞味・消費期限の近い食材を使用し、食べきれ的分だけ作りましょう。

支援金詐欺にご注意ください

突然、「あなたに支援金を送ります」というメールが送られてきて、お金が受け取れるならと登録手続きのため個人情報を入力し、その後、登録料や事務手数料などの名目で電子マネーを購入して支払ったが、支援金を受け取れないという相談が寄せられています。被害に遭わないように次の点に注意してください。

- ・うまい話を持ち掛けられたら詐欺を疑いましょう。
- ・迷惑メールや身に覚えのないメールには、絶対に返信しないでください。また、リンク先にアクセスしないようにしましょう。
- ・支援金詐欺に遭ってしまったら、すぐに相談しましょう。

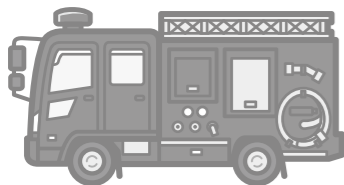
困ったときは1人で悩まず、田村市消費生活センターへご相談ください。

☎消費生活センター ☎61-5009

消防車両の緊急走行にご協力をお願いします

消防車両がサイレンを鳴らして接近してきた場合のご協力をお願いします。交差点付近では、交差点を避け、道路の左側に寄って一時停止し、進路を譲ってください。一方通行の道路で左側に寄ると進路妨害になる場合は、道路の右側に寄ってください。交差点以外の場所では、道路の左側に寄って進路を譲ってください。

☎郡山地方消防本部消防課 ☎024-923-8173



募集

田村市ファミリーサポート養成講習会

田村市ファミリーサポートセンターでは、地域で子育てのサポートをしてくださる預かり会員を募集しています。ファミリーサポートの仕組みや子育て支援等に関する必要な知識を習得していただく講習会です。

- **日程** 10月28日～11月22日 10日間
  - **場所** 子育て支援センター
  - **内容** 子育て支援に関する知識全般
  - **対象** 子育て支援に関心のある方。
  - **募集人数** 15人
  - **受講料** 無料
  - **託児** 無料
  - **申し込み期限** 10月25日(金)  
※詳しい内容はQRコードからご確認ください。
- ☎・☎子育て支援センター ☎82-1510



行司ヶ滝秋の探勝会

懐かしい風景や川のせせらぎを音も聞きながら、晩秋の遊歩道を散策してみませんか？

- **日時** 10月26日(土) 午前10時受付 ※荒天の場合は27日(日)に延期。
  - **場所** 行司ヶ滝遊歩道入口前広場
  - **参加費** 無料
  - **その他** 豚汁の振る舞いがあります。
- ☎都路町観光協会(都路行政局 産業建設係) ☎75-3550

自衛官採用試験

- 【一般曹候補生】
- **応募資格** 18歳以上33歳未満の方
- **受付期間** 10月1日(火)～11月28日(木)
- 【自衛官候補生】
- **応募資格** 18歳以上33歳未満の方
- **受付期間** 年間を通じて行っています。
- 【防衛大学校学生(一般)】
- **応募資格** 高卒(見込み含む)18歳以上21歳未満の方

- **受付期間** 7月1日(月)～10月17日(木)
  - 【陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦)】
  - **応募資格** 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者
  - **受付期間** 10月1日(火)～11月29日(金)
  - 【陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)】
  - **応募資格** 男子で中卒(見込み含む)17歳未満の者
  - **受付期間** 10月1日(火)～7年1月16日(木)
- ※いずれも締め切り必着になります。詳しい内容は、下記までお問い合わせください。
- ☎自衛隊福島地方協力本部 郡山地域事務所 ☎024-932-1424

田村地域有機農業相談会

有機農業に興味はあるけれど、栽培方法や有機JAS制度などがよく分からなくて取り組めない方、「田村地域有機農業相談会」に参加してみませんか。この相談会では、有機農業に関するさまざまなご相談を個別にお受けいたします。まずはお気軽にお問い合わせください。

- **日時** 10月29日(火) 午後1時30分～4時
  - **場所** 福島県三春合同庁舎1階 営農相談室
  - **主催** 県中農林事務所田村農業普及所
- ☎福島県農業総合センター有機農業推進室 ☎024-958-1711

会計年度職員

- 【一般事務 統計調査業務】
- **募集人数** 1人
- **勤務場所** 市役所
- **応募資格** パソコン操作ができること等
- **業務内容** 農林業センサスに係る統計調査入力集計等
- **勤務時間** 7時間×5日  
※勤務日・時間などは相談に応じます。
- **月額** 137,900円(片道2km以上の場合、通勤手当あり)
- **任用期間** 12月1日(月)～7年3月31日(月)
- **社会保険** 共済組合、厚生年金、雇用保険に加入

- **休暇** 年次有給休暇
  - **応募方法** 市指定の履歴書を総務課へ提出または郵送してください。※履歴書は総務課・各行政局で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。
  - **募集期限** 10月25日(金) ※必着(郵送の場合は当日消印有効)
  - **試験方法** 書類審査、面接試験 ※面接日は後日連絡します。
- ☎・☎総務部 総務課 ☎81-2111

公民館5館合同事業「ふれあいハイキング」

市内都路町の景勝地をめぐるハイキングです。ふるさとを歩いて、見て、感じて、魅力を再発見してみませんか？

- **開催日** 11月3日(日)
  - **場所** 都路町(亀石・船石、行司ヶ滝) ※船引公民館から市有バスにより移動
  - **対象** 18歳以上の市民
  - **定員** 60人
  - **参加費** 無料(昼食、飲み物等は各自持参)
  - **服装** ハイキングに適した動きやすい服装
  - **参加方法** 10月24日(木)までに、次のいずれかの方法でお申し込みください。
- ①船引公民館窓口へ直接、または電話で申し込み。
  - ②QRコードを読み取り、応募フォームから申し込み。
- ☎・☎船引公民館 ☎82-1133



健診後カラダづくり教室

集団健診、施設健診の結果からあなたの今の健康状態、今後の健康維持・健康管理のために教室を開催します。

- **参加料** 無料
- **内容** 2分でわかる筋肉量などの測定実施、運動体験(ヨガ、青竹ビクス、歩き方、有酸素運動等)、保健師による健診結果の見方解説
- **持参品** 6年度特定健診・健康診査の結果表、汗拭きタオル、水・お茶・スポーツドリンクなど
- **日程** 【午前の部】10時～11時30分 ※9時30分～受付  
【午後の部】1時30分～3時 ※1時～受付

- **会場と開催日** 大越行政局＝11月5日(火)、天地人大学＝11月8日(金)、文化の館ときわ＝11月15日(金)、都路保健センター＝11月19日(火)、コムスポ船引駅2階＝11月25日(月)
  - **定員** 各会場各教室20人 ※定員になり次第、締め切ります。
  - **申し込み** 各開催日の1週間前までに、市民課生活改善支援係へお申し込みください。また、QRコードからもお申し込みいただけます。
- ☎・☎市民部 市民課 ☎82-1112



青少年健全育成に関する講演会

- **日時** 11月15日(金) 午後6時30分～8時
  - **場所** 船引公民館ホール
  - **対象** 船引町内の18歳以上の方
  - **定員** 50人
  - **内容** 青少年育成における社会課題「神経発達症及びヤングケアラーについて」、講師 福島県青少年育成県民会議 大人への応援講座講師 佐藤環さん
  - **参加費** 無料
  - **参加方法** 次のいずれかの方法でお申し込みください。
- ①船引公民館窓口へ直接、または82-1133で申し込み。
  - ②QRコードを読み取り、応募フォームから申し込み。
- ☎・☎船引公民館 ☎82-1133



傾聴スキルアップ講座

コミュニケーションの基本でもある「傾聴」技術のスキルアップを目的とした講座です。本年度のテーマは「がん患者の理解を深め、こころに寄り添うケア」です。傾聴はこころの健康を支える手段の一つにもなります。実際にご覧いただいた講師からの体験談も交え、どのように寄り添っていかかを学びます。

- **日時** 11月16日(土) 午後1時30分～3時30分
- **場所** 船引公民館2階ホール
- **講師** NPO法人がんピアネット ぶくしま理事長の鈴木牧子さん

- **参加費** 無料
  - **申し込み** 11月1日(金)までに電話、またはホームページでお申し込みください。
- ☎・☎田村市社会福祉協議会 ボランティアセンター ☎68-3434

障害や病気のある方の「お仕事移動相談会」

仕事をしながら悩みがある、就職活動が不安...などお仕事や就職活動の悩みを相談してみませんか？

- **日時** 10月30日(水) 午後1時～4時30分 ※要予約
  - **場所** 市役所101会議室
  - **対象** 障害や病気のある方(障害者手帳の有無は問いません)またはそのご家族や支援者の方
- 障害のある方を雇用されている企業の方または雇用を検討している企業の方
- **申し込み** 10月25日(金)までに下記へ電話にてご予約ください。定員になり次第予約を締め切ります。
- ☎県中地域障害者就業・生活支援センター ☎024-941-0570

磐越東線の団体臨時列車

市が企画・提案を行った磐越東線の団体臨時列車が運行します。

- **出発日** 10月26日(土)
- **運行区間** 磐越東線 郡山駅(午前11時37分頃発)～いわき駅(午後1時52分頃着)
- **販売価格** 10,000円(税込み)
- **募集人員** 120人(最少催行人数80人)
- **参加条件** 20歳以上
- **受付期間** 10月12日(土)まで



婚活イベント

婚活イベントMEET@たむらの情報を公開しています。第3回の募集を開始しています。お気軽にご参加ください。

- **申し込み** 電話またはQRコードの詳細ページからお申し込みください。
- ☎総務部 企画調整課 ☎61-7615

