

Aizuwakamatsu

あいづわかまつ

特集

走るって楽しい！

～running is fun!～

2022年
(令和4年)

12月号

NO.1423

プログラミングコンテスト

「あいづプロコン2022」の作品を募集します！

デジタル未来アート事業実行委員会(事務局：スマートシティ推進室)では、プログラミングコンテスト「あいづプロコン2022」を開催します。このコンテストは、プログラミング未経験者や初心者をはじめとした多くの児童・生徒がプログラミングを通して自分のアイデアを作品にする面白さや、作品を体験した方々に楽しさと驚きを与えることを目指して開催します。応募作品は、来年3月に開催予定の「デジタル未来アート展」でも展示する予定です。皆さんの応募をお待ちしています。

▶部門…スクラッチ部門と電子工作・ロボット部門

▶対象…◎スクラッチ部門＝小学生～中学生◎電子工作・ロボット部門＝小学生～高校生

▶募集作品…◎スクラッチ部門＝「Scratch」で作成した作品◎電子工作・ロボット部門＝「micro:bit」や「IchigoJam」などによる電子工作・ロボット作品

◎問い合わせ…スマートシティ推進室(☎23-4186)



昨年のスクラッチ部門(中学生対象)の最優秀賞作品



←詳しくはこちらから

編集に寄せて

▶「走るって楽しい！」を担当しました。私自身、体を動かすことは好きですが、長距離走は苦手です。どうしてランナーの皆さんは走り続けることができるの？そんな思いからこの特集は始まりました。▶取材を通して感じたのは「好きだから頑張れる」ということ。真剣に、楽しそうに走る皆さんの姿が印象的でした。そんな皆さんのおかげで私の「長距離アレルギー」は軽減し、微々たる距離ですが走り始めました。人の影響力ってすごいなあ、と感じています。(橋谷田)

※切り取って「市長への手紙」としてお使いください

【今月の表紙】肌寒さを感じるこの日、12月18日(日)に開催される全国中学駅伝大会に向けて、若松一中の駅伝部の皆さんが早朝から練習していました。リズム良く、息を合わせながら走る皆さんのチーム力に感動した取材陣でした(11月7日)

お知らせ

庁舎整備に伴い、仮庁舎などに各課の配置を変更して業務を行っています。詳細は、市のホームページか市政だより4月号と同時に配付した「会津若松市役所フロアガイド」をご覧ください



←市のホームページは
こちらから



見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。



【特集】

走るって楽しい！ ～ running is fun ! ～

会津若松市にはふくしま駅伝で活躍したり、陸上競技で全国大会出場を果たしたりするなど、素晴らしい成績を収める選手がいます。また、本市では鶴ヶ城ハーフマラソン大会が開催されており、出場に向けて励んでいる市民の皆さんもたくさんいます。

雪国の会津から、どうして活躍する選手が出ているのか、ランナーの皆さんがどうして走り続けることができるのか、その秘密をひもときたい…。そして、楽しみながら体を動かし、一日も長く健康寿命を延ばしてもらいたい…。そんな思いから、今回この特集を組みました。

今回の取材では、ランナーの数だけ物語がありました。さまざまな情勢で思わぬふさぎこんでしまいそうになることもあるかもしれません。が、「明日から、私も頑張ろう」と思えるきっかけになれば幸いです。

◎問い合わせ…秘書広聴課 (☎39・1206)

※今号発行後に、新型コロナウイルスの影響で催しなどが中止になる場合があります

「ゼロカーボンシティ会津若松宣言」のロゴマークを募集します！

本市は、2050年までのできるだけ早い時期に、温室効果ガスの排出量を実質ゼロにする「ゼロカーボンシティ会津若松」を、令和3年12月27日に宣言しました。

地球温暖化を防ぐためには、全市一丸となって温室効果ガスの排出量が実質ゼロのまち「ゼロカーボンシティ会津若松」を目指す必要があります。

今回、より多くの人にこの宣言を知ってもらうため、「ゼロカーボンシティ会津若松宣言」のロゴマークを募集します。応募方法などの詳細は、市のホームページをご覧ください。選定された人には賞金を差し上げます。ぜひご応募ください。

▶応募締め切り…来年1月10日(火)

◎問い合わせ…環境生活課(☎39-1221)



ホームページはこちらから

人口と世帯数

令和4年10月1日現在の現住人口

人口総数		114,687人(50人減)
内訳	男	54,972人(15人減)
	女	59,715人(35人減)
世帯数		49,346世帯(14世帯増)
人口の動き(9月)	出生	72人(男37人・女35人)
	死亡	128人(男60人・女68人)
	転入	224人(男129人・女95人)
	転出	218人(男121人・女97人)

※福島県の推計人口より掲載

▶令和4年10月1日現在の外国人住民数(住基人口)…923人(男407人・女516人)

◇問い合わせ…情報統計課(☎39-1215)

今月の納期

来年1月4日(水)は以下の税金・料金の納期限です。

●固定資産税第3期●国民健康保険税第6期●介護保険料第6期●後期高齢者医療保険料第5期

◇問い合わせ…納税課(☎39-1233)、国保年金課(☎39-1248)、高齢福祉課(☎39-1242)

目次

- 2 ゼロカーボンシティ会津若松宣言
- 3 【特集】走るって楽しい！
- 18 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ
- 20 スマートシティ会津若松
- 22 【くらし情報拡大版】
 - ・子育て世帯物価高騰緊急支援給付金 ほか
- 25 【いろいろ市政情報】
 - ・ベビーファースト宣言
 - ・市職員の給与と職員数 ほか
- 28 【健康だより】
- 30 【子育て情報ステーション】
- 31 【みんなのページ】
- 32 【くらし情報あらかると】
- 38 【今月の病院情報】
- 39 【あれこれカレンダー】

「ご存じですか？」
河東町内一周駅伝競走大会



60年を超える
歴史ある大会です
渡部 健さん
(河東町)

河東町では、毎年「町内一周駅伝競走大会」を開催しています。このほか、河東町ではこの駅伝大会を含め、ソフトボールやバレーボール、綱引きなど、年間14回ものスポーツ大会を開催しています。

今回紹介する「町内一周駅伝競走大会」が始まったのは、堂島村と日橋村が合併し、河東村が誕生した翌年の1958(昭和33)年のこと。自分たちの地域を互いに知ってもらおうと、村を1周する駅伝大会が生まれました。総距離数21.5km・10区間を、子どもから大人までたすきをつなぐこの大会には、毎年多くのチームが参加しています。私自身、健脚を競うこの大会を通して、地域が一つになっているように感じています。

私は、子どもがスポーツ少年団に入り陸上競技を始めたのがきっかけで走り始めました。またそのころ、町内一周駅伝競走大会に向けて、地区でマラソン愛好会を作ったんです。創立3年目で優勝できたときは、本当にうれしかったですね。この愛好会の中からさまざまな大会の選手に選ばれたメンバーもいます。

走ることに関わらず、自分に合ったスポーツを見つけ、個性を伸ばし、楽しく指導を受けられる環境づくりが大切だと思います。今後は指導者の育成や練習環境を良くすることが目標です。地域づくりは人づくり。この地域から世界で活躍する選手がたくさん育つと良いですね。



今年は3年ぶりに開催されて、地域の皆さんが一丸となって競技に挑みました(11月6日)



駅伝王国・会津の強さにせまる！

ふくしま駅伝で本市チームは、素晴らしい成績を収めています。どのようにチームの強化を図ってきたのか、監督の高橋さんに話を聞きました

(写真) 10月15日に行われた合同練習会の様子

中学生の育成に重きを置く「若松スタイル」



監督・高橋 聡さん

2011年から監督を務め、特に中学生の育成を大切にします。2020年には小学生中心の陸上クラブ・会津ACジュニアを立ち上げ、育成の幅を小学生にまで広げ、陸上競技の普及・強化に務める

市内の中学生で中・長距離競技をする人は、誰でもふくしま駅伝の合同練習会に参加できます。合同練習会では生徒をいくつかのグループに分け、集団走などを行っています。力が均衡した人同士で走れることは、個人の能力に合った練習ができ、安定した走力が付くだけでなく、選手自身にやりきったという自信がつき、成長につながると思うのです。

また、全国大会などに出場する選手を間近で見られるのも良さの一つ。各校のエースが選抜された練習などで部活を不在にすると、チームを引っ張る選手がいなくなり、チーム力を付けるには難しくなると思います。合同練習会で全国クラスの選手の走りを見て刺激を受け、成長する選手も多いはず。

そして、今の中学生が大学生や実業団選手になってふくしま駅伝の選手として戻ったとき、チームの中学生に刺激を与えてほしい。そんな好循環が生まれるように、会津若松市チームでは中学生の育成に重きを置いています。こうした取り組みが「若松スタイル」と呼ばれているそうです。

ポイントを抑えた練習が鍵

「練習量をこなせば成長する」という考えもありますが、量ばかりに重きを置くとケガの原因になるだけでなく、練習を苦痛に感じ、高校進学後の競技に影響が出ることも有り得ると思います。中学生は成長段階。高校生になって伸びる人もいれば、大学生・社会人になってから伸びる人もいますので、まずは長距離競技の楽しさを知り、中学校卒業後も競技を続けたいと思うことが大切だと思います。また、会津は雪深い地域ですが、それが理由で勝てないとは思っていません。妊娠・出産を経て復帰し、活躍するアスリートがいるように、競技ができない期間があるから勝てないというわけではなく、工夫が必要だと思ふのです。だからこそ、ポイントを抑えた練習が大切だと考えます。

昨年ふくしま駅伝で活躍！ 今年は全国大会(1,500m)で準優勝！



目標の全国大会への道 継続は力なり！

栗村 凌さん
(若松四中・3年生)

練習やストレッチなどのケア、バランスの良い食事をとることなどを毎日大切にしてきました。こうした日々の積み重ねやふくしま駅伝の練習が、今回の全国大会出場・第2位という結果につながったのかな、と考えます。今後はインターハイで優勝し、箱根駅伝に出場することが夢です。

10月15日の練習に参加した中学生にインタビュー



多くの人と一緒に練習することができてうれしいです

田内 紗菜さん
(若松四中・3年生)

学校の部活は中・長距離競技をする選手が少ないのですが、ここでは多くの人と互いに高め合いながら練習できるところが良いと思います。また、より専門性の高い練習ができて、勉強になっています。みんなで頑張って、ふくしま駅伝3連覇に貢献したいです。



ライバルであり、大切なチームメイトです

渡邊 悠人さん
(若松六中・2年生)

ここで一緒に練習しているみんなはライバルですが、大切なチームメイトです。また、この合同練習会では、尊敬している仲間を見ながら一緒に走ることができるので楽しいです。私たちの走りを見て、多くの人に感動してもらえたらうれしいです。

～ふくしま駅伝での会津若松市チームの輝かしい経歴～

2012年(第24回大会)準優勝 22年ぶり 2013年(第25回大会)初優勝 2015年(第27回大会)優勝 2016年(第28回大会)優勝 2連覇！
2020年(第32回大会)優勝 2021年(第33回大会)優勝 2連覇！



家族の絆

競技を続けるには、自身の努力も大切ですが、まわりの人のサポートも重要です。ここでは、走ることが大好きで全国大会に出場経験があり、本年度のふくしま駅伝でチームの主将を務めた湯田和未さんとお母さんの美和さんに話を聞きました。インタビューを通して親子の絆にせまります



母・湯田 美和さん

娘・湯田 和未さん
若松一中の3年生。今年、1,500mで全国大会に出場した

走って楽しい！

幼いころ、箱根駅伝を夢中になって見ていて「将来、私も走りたい！」と思ったことが私の走りの原点かもしれない。頑張った分だけ結果に

つながるので、私は走ることが本当に好きです。

家族への感謝の思い

タイムが伸びないときやケガをして走ることができないときは焦ります。でも、そん

なときも、母はいつも通りに接してくれるので、ありがたいです。また、先生からは「まわりの人に感謝しよう」といわれるのですが、中学1年生のときは、正直その意味が分かりませんでした。でも、食事や大会などでサポートしてもらって、自分一人では続けることができないと実感し、先生が言っていた感謝の気持ちに分かるようになってきた気がします。

今の目標は、12月の全国駅伝大会で全国制覇すること。そして高校進学後も、競技を続ける予定です。インターハイに出場し、優勝したいと思っています。



この日、和未さん(写真中央)は同級生と息を合わせて練習していました。また和未さんは「昨年の県大会で自己ベストを更新し、全国標準記録を切れてうれしかった」と心に残ったエピソードを話しました(11月15日)

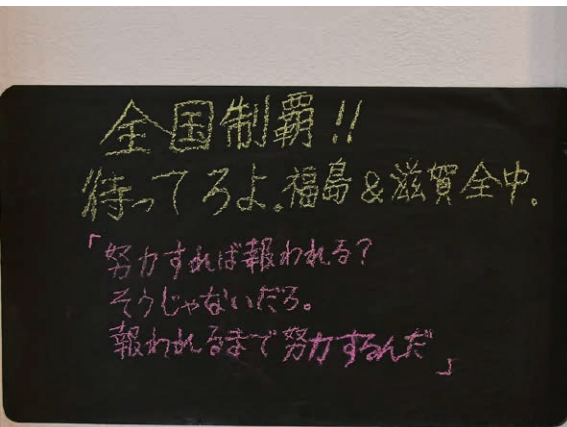
娘を支える母の愛

娘が小学4年生のときに小学校の陸上部に入ると聞いて、純粋に頑張っしてほしいな、と思っていました。鶴ヶ城ハーフマラソン大会の親子の部に出たり、地区の友人とまちなか子ども夢駅伝に出たりと、娘にとって、走ることは身近だったようです。時折、娘は焦りを見せたり、落ち込んだ表情を見せたりします。ですが、そのときはあえて口に出さず、後日、何気ないときにさらっと伝えるようにしているんです。娘は、私自身ではありません。言いたいことがあっても、我慢ですね。そう

いった点では、私自身も鍛えられていく気がします。また、私自身も鶴ヶ城ハーフマラソン大会などに参加するので、娘の頑張りに刺激を受けているんです。「タイムでは負けるけれど、気持ちでは負けないよ!」とっています。

楽しく続けてほしい

これから競技を続けたいといっている娘ですが、きつと調子の良いときも悪いときもあるでしょう。それでも、私は、とにかく楽しく続けてもらえれば...と思っています。



湯田さんの家には「全国制覇!! 待ってろよ。福島&滋賀全中」と書かれたボードがありました。和未さんは「これは部活のメンバーで作ったスローガンです。また下の言葉は、卒業した先輩が教えてくれたスポーツ選手の言葉。私も大切にしています」と教えてくれました

市管理栄養士に聞きました！ 鉄分補給メニュー

鉄分を約6.0mgとることができます！



豚肩肉ときくらげの卵炒め

運動すると、体への衝撃で体内の赤血球が壊れやすくなり、貧血で悩む選手も少なくありません。鉄分の多い食材で作れるメニューを紹介します

材料(1人分) 乾燥きくらげ(5g)、ニンジン(20g)、小松菜(100g)、ごま油(小1)、にんにく(少々)、豚肩肉切り落とし(100g)、塩(0.5g)、こしょう適宜、A(オイスターソース大1、鶏ガラスープのもと小1)、卵(L1個)、白すりごま(小1)

作り方 ①きくらげは水で戻して石づきをとる②ニンジンは1cm幅の拍子切りにする③小松菜は5cm幅に切る④フライパンにごま油とみじん切りにしたにんにくを入れて火にかけ、香りが出たら②と豚肉を炒め、塩とこしょうを振る⑤④に火が通ったら①と③を入れ、さらにAを入れる⑥炒り卵を作り、⑤に加える⑦皿に盛り付け、白すりごまを掛けたら出来上がり

鉄分ワンポイント！ ～一緒にとると吸収が良くなる・阻害される栄養素～

▶吸収が良くなる食材...◎ビタミンC◎クエン酸◎タンパク質

▶吸収が阻害される食材...◎コーヒーや紅茶、煎茶などに含まれるタンニン◎玄米などに含まれるフィチン酸 など

※1日の摂取推奨量に対して、10～14歳の女性の50%、15～49歳の女性の57.1%、10・11歳の男性の70.6%、12～17歳の男性の60%、18歳以上の男性の80%を占める

競技に励む中学生の皆さんへ。大切にしてほしいこと

感謝の気持ちを忘れずに

お世話になっている人を大切に、感謝の気持ちを忘れずに、行動やあいさつをしましょう。一人の中学生として、まずは「当たり前のことを当たり前に行うこと」が大切だと思います。

チームづくりを大切にしよう

競技力があっても、一人で練習することが難しい人もいます。チームの雰囲気が良いと、ときに辛い練習でも頑張りが抜けることができます。

睡眠と食事を大切に。スマートフォンを使用しすぎないで

現在はスマートフォンが普及し便利な世の中になりましたが、夜更かしをしてゲームなどを行っている人はいませんか？ 十分な睡眠がとれないと疲労が抜けず、思うように練習できなくなってしまいます。疲れているときほど、睡眠は大切です。また、朝ご飯をしっかりと食べないと、部活だけでなく、生活面にも影響が及ぼします。競技力の高い選手ほど、睡眠・食事を大切にしています。



若松二中・渡部 裕也先生

担当科目は体育。今年からは県対抗駅伝で女子チームの監督も務めている。昨年度まで勤務した若松一中の駅伝部を全国大会に導く

走るって楽しい！ ～running is fun!～



1・2 障がい者スポーツ大会での一コマ。小さな子どもが体験参加したり、ボッチャの体験が行われたりしました(8月28日・ふれあい体育館で) 3・4 パラ陸上に励む選手の皆さんが田村市に集まり、専門競技ごとに分かれて練習していました(9月11日、田村市で)



4



3



2



1

障がいと向き合って

障がいと向き合いながら、自分の目標に向かって頑張る人や支える人を紹介します。互いを理解し、支え合うことが大切ではないでしょうか



一ノ瀬 ヨシさん
(一箕町)

目が見えなくても「やればできる」

私は25歳のある日、交通事故に遭いました。その事故の後遺症で、私の目は徐々に見えなくなっていきました。47歳で右目の視力を完全に失いました。今、左目の視力は0・04で、視野は5度以下。年々、こちらも見えづらくなっています。

走ることと出会ったのは、56歳のときです。私と同じく視覚障がいがある人から誘われました。私自身、学生のころ運動なんてやっていなかったし、得意ではないと

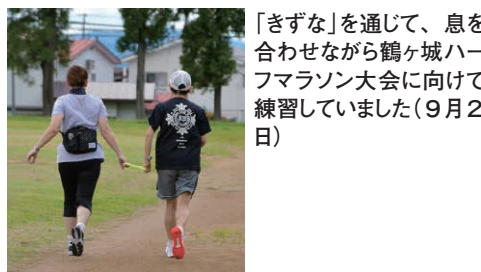
思っていたんです。でも「人生やればできる」という思いから、挑戦することに決めました。走り始めて最初に出た鶴ヶ城ハーフマラソン大会では3kmの部に出場し、結果はビリ。それでも、ゴールできたことは良いことだと思つたし、達成感でいっぱいになりました。その後、走れる距離は増え、フルマラソンを走れるようにもなりました。

走るときに使うロープを私たちは「きずな」と呼んでいます。「きずな」を通じて信頼し合い、心を合わせてリズムを刻むマラソンはとても楽しいものです。

走りを通して、私の世界は広がった

走り始める前、実は、障がいへの不安などから家にひきこもっていた時期がありました。もしその生活が続いていたらと思うと…。あのとき、勇気を出して走り始めて、本当に良かったです。走ると心も体もスッキリします。

また、走りを通して、多くの仲間と出会うこともできました。励まし合ったり、たわいのない話ができたりする仲間が増えたことも私の財産の一つです。走ることを通じて、私の世界は広がりました。



「きずな」を通じて、息を合わせながら鶴ヶ城ハーフマラソン大会に向けて練習していました(9月2日)

今度は、パラアスリートを支えたい

私は仕事上の事故で、右手と左親指・左人指し指を失いました。事故後の入院中、リハビリで「障がいがあっても、スポーツはできる」と教えてもらって。元々、体を動かすことが好きだったので、スキーで長野パラリンピック出場を目標に頑張りました。補欠となり、残念ながら大会には出場できませんでしたが、「今度はパラアスリートを支えたい」と思い、指導員の資格を取得しました。現在は障がい者スポーツ大会やスポーツ教室を開催しています。

特別扱いはいらない。みんなの未来が大切だから

私自身、障がいがあるので、みんなの苦勞が分かります。ですが、みんなの未来を考え、教室などでは特別扱いせず、一人の人として接することを大切にしています。手助けをするのは簡単ですが、一人の人として自立してほしいと考えています。

会津にも素晴らしいパラアスリートがたくさんいるので、世界で活躍するパラ選手が出てほしい。そして、障がいがある人も気軽に体を動かせる環境を増やしたい。それが私の夢です。

9月3日に行われたスポーツ教室の様子。楽しみながら体を動かします



(公財)福島県障がい者スポーツ協会
副理事長・齋藤 俊蔵さん
(飯盛三丁目)

本市のパラアスリートを紹介！

福島県のパラ陸上に励む選手は、月に2回、田村市に集まって合同練習をしています。ここでは合同練習で取材した2人のパラアスリート(出場は知的障がい部門)を紹介します。

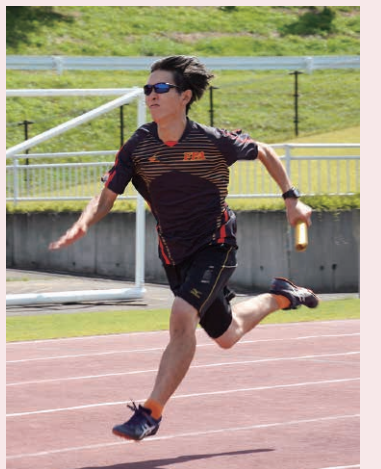
岩上善記さんは、100M・200M専門の選手です。スキーの選手として国際大会での入賞経験もある岩上さん。元々は、冬場に向けた体力づくりを兼ねて始めた陸上競技でしたが、「走ることが大好き」と笑顔を見せます。



岩上 善記さん
(湊町)

畑京之介さんは、走り幅跳びと100Mの選手です。高校生のときに競技を始めた畑さん。高校生時には愛媛県で開催された全国大会に、そして今年は10月に栃木県で開催された全国大会に出場を果たしました。「家でも自主練習をたくさんしている」と話す努力家です。

今の2人の目標は日本ID選手権に出場すること。「出場目指して、一緒にがんばるぞ!」とガッツポーズを見せました。



畑 京之介さん
(北会津町)

※特定非営利活動法人日本知的障がい者陸上競技連盟が主催している大会





1・2 駒澤大学陸上競技部の練習の様子。緊張感を保ちながら練習に取り組む姿が印象的でした(9月30日)
3・4 レースに臨む山内選手(提供：東邦銀行)

～会津が誇る レジェンド～

本市出身者には、駅伝の名将とオリンピックがいます。
ここでは、お二人に競技への思い、そして故郷への思いを聞きました。
夢に向かって頑張る「会津人」をみんなで応援しましょう

熱き情熱を持ち続ける、闘将の思い



駒澤大学陸上競技部・大八木 弘明監督
(河東町出身)

1995年から駒澤大学陸上競技部コーチを経て、2004年に監督に就任。箱根駅伝第97回(2021年)大会で総合優勝を果たしたのは記憶に新しい。また、今年はお雲駅伝と全日本大学駅伝で優勝し、学生3大駅伝三冠が期待されている

会 津工業高校を卒業後、小森印刷(現小森コーポレーション)に入社しました。ですが、どうしても「箱根駅伝に出たい」という強い夢があきらめきれず…。退社し、昼間は川崎市役所の職員として働きながら、夜間は駒澤大学に通って練習し、その後、念願の箱根駅伝に出場できました。そして大学卒業後、ヤクルトの陸上部に入団し、選手を経てコーチをしていたところ、母校・駒澤大学のコーチ就任要請が入ったのです。悩みましたが、お世話になった母校への思いがあり、引き受けました。現在、子どもたちを指導して29年になります。

指導 指導をする上で大切にしているのは、本気で、情熱をもって接すること。子どもたちは、指導者が本気であるかは見て分かります。こちらが本気であれば、子どもたちは応えてくれるんです。また、大学生はまだまだ成長段階。私は、技術を身に付け、体作りをすることで心も成長する「技・体・心」という考えから、特に1・2年生時は体づくりを大切にしています。なぜならば、うちの選手たちは大学卒業後も実業団選手で活躍したいと思っている子が多いのです。大学卒業後の未来を見据えて指導しています。

会 津は私が生まれ育ったところで、本当にお世話になりました。新型コロナウイルス感染症の影響もあり、なかなか帰省できませんが、会津の皆さんの応援は、本当に力になります。これまで多くの人に会いましたが、会津の皆さんは負けず嫌いで、我慢強い人が多いのではないかと思います。また良い指導者もたくさんいるし、県内からは円谷幸吉さんがオリンピックに出場している…。こういった要素が、長距離界で活躍している人が多い理由ではないでしょうか。

念 願かない昨年、中村匠吾選手をオリンピックに送り出すことができました。情熱にまさる能力なし。将来有望な選手がたくさんいますので、情熱の続く限り、私はこの仕事を続けたいと思っています。

※中村匠吾選手…駒澤大学出身で、現在は富士通に所属している。2020東京オリンピックマラソンの日本代表

再び世界へ……。その覚悟と故郷への感謝

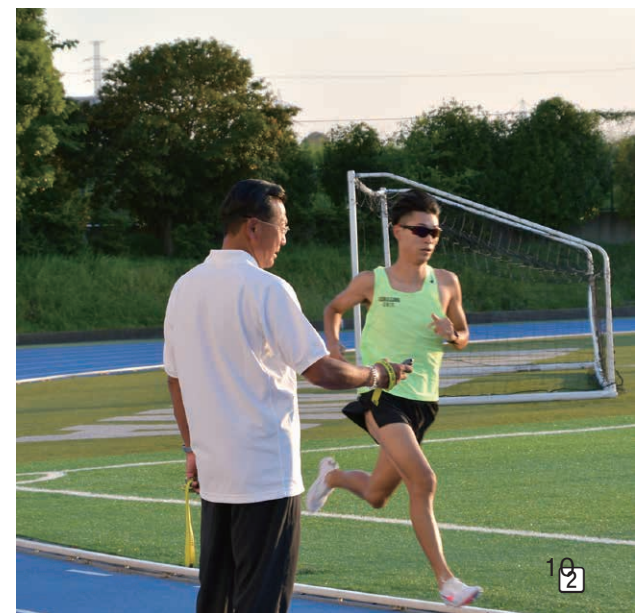
昨 年、オリンピックに出場するという一つの夢がかないました。出場が決まった当時は新型コロナウイルス感染症の影響から、オリンピック開催への反対意見もあり、正直、本心に陸上を続けて良いものか、開幕直前まで悩みました。ですが、出場する以上はここに来られた感謝の気持ちで、私の走りでも多くの人に元気を届けたい、そして一本でも多く走りたいという思いで走り、準決勝まで進むことができました。無観客での開催。観客の皆さんがいればという思いはありましたが、世界の最高峰・オリンピックの舞台に立つことができて自信になりました。

大 学を卒業し、今年からは東邦銀行の陸上競技部で再び世界を目指しています。これまで、地元の皆さんが応援してくれていましたので、走ることを通じて地元の皆さんに何かを伝えられれば…。そして、福島からオリンピックに出場したいと思っています。だから、今の目標は、世界大会の決勝の舞台で戦える選手になること。2024年のパリオリンピック出場を目指して、頑張っています。



東邦銀行陸上競技部・山内 大夢選手
(河東町出身)

河東中学校卒業後、会津高校へ進学し、3年時には400mハードルでインターハイ準優勝に輝く。その後、早稲田大学に進学。昨年、400mハードルで東京オリンピックに出場し準決勝に進出したほか、全日本学生対抗選手権400mハードルで優勝を果たした



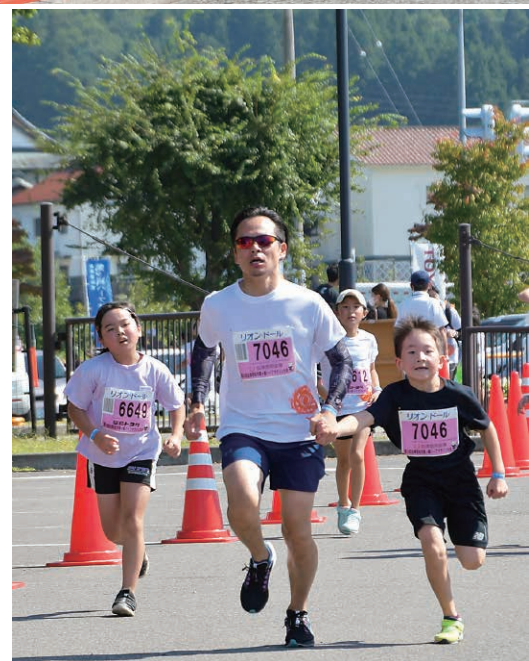
走るって楽しい！～running is fun!～



鶴ヶ城ハーフマラソン大会、 3年ぶりに開催！

新型コロナウイルス感染症の影響で一昨年、昨年と2年連続で中止となった鶴ヶ城ハーフマラソン大会。本年度は3年ぶりに開催され、10月2日の大会当日は、気持ち良く駆け抜ける選手の姿を見ることができました。ここでは、当日の様子を写真で振り返りながら、選手やボランティアの皆さんの思いを紹介します

お知らせ 写真にあなたが載っていたら、秘書広聴課(☎39-1206)までご連絡ください。写真を差し上げます



ボランティアの声

「楽しかった」の
一言がうれしい



神本 三恵さん
(山鹿町)

約10年前からボランティアに参加しています。この大会が久しぶりに開催されて、本当に良かったです。私はランナーの皆さんから「楽しかったよ」といってもらえたときに、やっていて良かったと感じます。早くコロナ前のような日常が戻って、よりにぎわう大会になったら良いですね。

ボランティアの声

誰かの助けになりたい



小竹 沙耶さん(左)・
権瓶 怜奈さん(右)
(仁愛高等学校)

私たちは看護師を目指しています。学校から今回のボランティアを募集していることを聞いて、誰かの助けになりたいと思い、初めて参加しました。ランナーの皆さんを間近で見て、頑張る姿に感銘を受けました。この経験を生かして、さらに看護の技術を高められるよう頑張ります。

選手の声

達成感でいっぱい

岩沢 しのぶさん
凜くん
(橋本二丁目)



子どもが1年生になったので、一緒になって何かに挑戦したく誘いました。完走できて、達成感でいっぱいです。走ることを通して、息子には諦めないことの大切さが伝わればと思います。(母・しのぶさん)
距離が長くて大変だったけれど、楽しかった。2年生になってもまた頑張りたいです。(息子・凜くん)

選手の声

皆さんの声援が
力になった

新田 裕貴さん
(宮城県)



私自身、大学まで箱根駅伝出場を目標に頑張っていました。社会人となった現在は、故郷の宮城県でいのまき復興マラソンの運営をしながら、勉強も兼ねていろいろな地域の大会に出ています。見知らぬランナーであるにも関わらず、沿道から多くの皆さんに応援してもらい、力をもらいました。



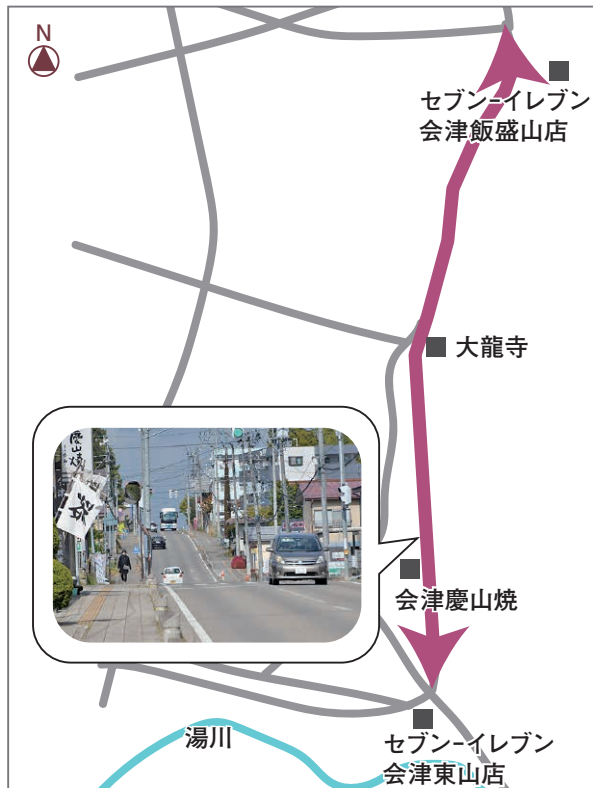
山口 拡さんのランニングコース



いにしえ夢街道コースで
足腰を鍛えよう！

【コース解説(往復で約6km)】

アップダウンが続くため、長い距離を走らなくても良い練習になるでしょう。もっと長い距離を走りたい！という人は東山ダムや飯盛山、会津若松駅までへと距離を伸ばしてみても良いかもしれません。会津若松市の主要な観光地を巡ることができるコースにもなります。



青柳 一明さんのランニングコース



見晴らしが最高！
大川喜多方サイクリングロードコース

【コース解説(往復で約2km)】

大川喜多方サイクリングロードのコースです。信号などがないので、車などを気にせず安全に走ることができます。ただし、街灯はないので、日中など明るい時間帯に走るようにしましょう。比較的平らな道が続く、川のせせらぎや緑の美しさを感じながら走ることができます。



大関 華さんのランニングコース



鶴ヶ城ハーフマラソン大会の5kmコースで
レース感覚を養おう！

【コース解説(往復で約5km)】

鶴ヶ城ハーフマラソン大会の5kmの部のコースです。実際に走ることによってペース配分をつかむことができ、レース感覚を養うことができます。また、実際のコースを走ることによって、モチベーションの維持にもつながるでしょう。前半は下り、後半は上りが続くため、スタミナが付くこと間違いなし！



教えて！

あなたの おすすめコース

市民ランナーの皆さんに聞いた
お勧めのランニングコースを紹介しま
す。2次元コードを読み取ると、実際に
走っているコースを見ることができます



走るときは次のことに気を付けましょう！

帽子などの暑さ対策を万全に

水分補給をしっかりとしましょう

夜走るときは、反射材などを
身に付け、車に自分の居場所
を伝えましょう

野生動物に遭遇する可能性
も！ 熊鈴を付けて走るラン
ナーもいるようです

交通ルールを守り、ほかの歩
行者やランナーに配慮して走り
ましょう

自分の足に合った靴を
はきましょう



走って知る、会津の良さ

私は東京都出身です。東京都で走っているときと比べ、会津若松市では、市街地をちょっとなんと抜けると山や田園風景を見ることができ、気分が高まります。その一方で、こちらは街灯が少ないので、夜走るときは人通りの少ない道を避け、反射材を付けるなど、歩行者や車に注意して走らなければなりません。事故などが起こらないよう、譲り合いの気持ちを持って走ることが大切です。

また、私自身、天気が悪い日は走るのを控えるなど、そこまでストイックではありません。なぜならば、楽しく続けたいから。走ることばかりに執着してしまうと、きつと走るのをやめてしまうと思うんです。お気に入りのウェアを身に付けてみるなど、続けられる工夫をすることも一つのポイントかもしれません。

この地に来て早6年になりました。せっかく会津若松市民になったのだから、来年こそは、鶴ヶ城ハーフマラソン大会に出たいと考えています。



山口 拡さん(大町二丁目)



大関 華さん(北青木)

走り始めて、健康に、ポジティブに
娘が大学生になり自分の時間が増えたことや、夫から「夫婦でマラソン大会に出たい」という誘いもあり、今年の5月1日から走り始めました。初めは電信柱から電信柱の間さえも走ることができなかったんです。歩くことから始めて、走れるようになると、少しずつタイムが縮まり、面白くなっていききました。また「鶴ヶ城ハーフマラソン大会に出ます！」とSNSに投稿したところ、友人が「一緒に走ろう！」と誘ってくれて。本当にありがたかったし、仲間がいたから頑張れたと思います。そして大会当日は、5kmを完走し、自己ベストを更新することができました。

走り始めて、体力もついたし「ここまで走ることができたから！」といういろいろなことを前向きに考えられるようになりました。これまでインドア派だった自分が信じられませんが、今は、友人の勧めもあり、来年2月にいわき市で開催されるマラソン大会の10kmの部にエントリーし、新たに練習を再開したところです。



走り続けられる、その理由

駒澤大学に進学して箱根駅伝で優勝を果たし、実業団選手としても活躍した安西秀幸さんに、ここまで走り続けられた理由を聞きました

好きという思いが、
継続への力に

現役を経て、指導者の立場になりました。学生・実業団と、多くの指導者に出会って積み上げた経験は今、生きていると感じています。

さて最近では、必要となる筋肉が衰えている、学生のうちから体つきがしっかりとしている子どもたちが多いと感じます。それは、専門的に指導できる指導者が増え、より良い練習ができてきていることも一因でしょう。ですが、体格に恵まれても、センスがあったとしても、自ら考え、行動・努力することが何よりも大切だと思っています。何事も、気持ちひとつです。そ



安西 秀幸さん(河東町)

会津高校卒業後、駒澤大学に入学。主将を務め、4年生時には箱根駅伝で5区を走り、チームの総合優勝に貢献。日清食品時代にはニューイヤー駅伝でアンカーとして、優勝のゴールテープを切る。帰郷後は、県対抗駅伝大会の監督を務める



ニューイヤー駅伝で優勝のゴールテープを切る安西さん(写真提供：日清食品グループ)

れは、きつと走ることだけにどまるものではないですね。好きなものを見つければ、どんなに大変なことでも頑張ることができると思います。この「好きだ」という思いが、継続への力になるのではないのでしょうか。

走りがもたらす健康への効果

スポーツドクターであり、市民ランナーでもある会津医療センターの白土修先生に、整形外科の観点から走ることがもたらす健康への効果などを聞きました

20代・30代に「骨貯金」を

骨は、運動などの衝撃によってつくられますので、「走る」という行為は、全身運動であり、骨を鍛える良い機会です。また骨量は、20代・30代でピークを迎え、それ以降はどんどん低下していきます。特に女性は、閉経後にエストロゲンというホルモンの減少で骨粗しょう症になりやすくなるため、注意が必要です。20代・30代のうちにどれだけ「骨貯金」のピークを高められるかが鍵です。

「年だから…」とあきらめないで

骨量のピークを聞いて「私はもう年だから…」と思う人もい



会津医療センター附属病院長特別補佐・整形外科・脊椎外科学講座教授

白土 修先生

医学博士。50歳から走り始め、自宅と病院間の約17kmを走って通勤している。「名医のいる病院2023整形外科編(医療新聞社)」で脊椎・脊髄疾患の名医119人の中の一人に選出された

るかもしれませんが、それは違います。年齢を重ねても、運動することで、骨は鍛えることができます。また、骨を支える筋肉も鍛えられるのです。

私自身、腰痛で悩む患者さんを多く診てきました。その腰痛の1因に、運動不足もあげられると考えます。ですので、もし体を動かす習慣がない人や走ることが難しいと思う人は、まずは散歩から始めてみませんか。5分、10分と、できることからやってみましょう。

体を動かすときは自分に合った靴をはき、運動の前後5分間はストレッチなどの整理運動をしてください。また、運動をしても腰痛が続くような場合は診察を受けるようにしましょう。

明日に向かって、今日も走り続ける――

スポーツは「する」だけでなく「支える」「見る」ことも関わり方のひとつ。何かを「する」ことは難しくても、相手が好きなことを理解し、応援することが大切です。そして、今回の特集を通して、人が走り続ける背景には「楽しい」という思いがあることに気付きました。この機会に皆さんも、自分が夢中になれる何かを見つけてみませんか。人生百年時代。心も体も健康であることが何より大切ではないでしょうか――。

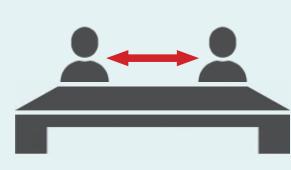
新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

年末年始も気を緩めずに感染防止対策を徹底しましょう

年末年始は、帰省や冬のイベントなどにより、会食や交流の機会が増えるため、1人ひとりが感染対策を徹底することが重要です。大切な人を守るためにも、感染拡大防止へのご協力をお願いします。

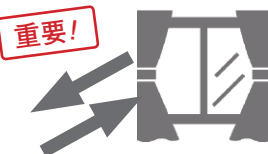
会食時の感染対策をお願いします

体調不良の場合は参加しない
食事中も、会話する際にはマスクを着用する
深酒をせずに、短時間にする
座席同士の間隔を十分に確保する
コップや箸の使い回しはしない



人が集まる室内では「効果的な換気」で感染リスクを減らしましょう

冬季間は、換気が不十分になりがちです。エアロゾル(空気)感染を防ぐためには「効果的な換気」が重要であるため、暖房を併用し、2方向の窓・ドアを常に少し開けておいたり、換気扇を有効活用したりして、十分な換気を行いましょう。



発熱などの症状がある場合は登校・出勤を控え、体調チェックを！

高齢者や小学生以下の子ども、基礎疾患がある人など以外で、発熱や喉の痛みなどの症状がある場合は、まずは検査キットによる自己検査の実施をお願いします。なお、検査キットは必ず「医療用・一般用」を使用してください。

▶検査キットの入手方法…◎薬局などで購入する◎福島県が行う無料配布を利用する
▶無料配布の問い合わせ…福島県新型コロナ検査キット配布センター(☎0120-941-546※電話での受け付けは午前9時～午後7時)

自己検査で陽性となった場合は申請をお願いします

県陽性者登録センターに、インターネット上で申請を行ってください。
※インターネット申請ができない場合は「福島県受診・相談センター(☎0120-567-747※24時間対応)」に相談



県新型コロナ検査キット
配布センターホームページ



発熱などの症状がある場合
の相談・受診について

外出制限となっても慌てないように、日用品や薬品の備蓄を心掛けましょう

普段から食料品や日用品を
少し多めに備蓄する

解熱剤や咳止め薬などを常備する。
服薬中の薬は切らさないように注意

検査キットは国が承認したものを
購入する



事業者の皆さんへ感染拡大防止に向けたお願い

●職場内の感染対策や、従業員の出勤時の健康チェックなどの徹底をお願いします
●業種別ガイドラインの順守や、事業継続計画(BCP)の策定・再確認をお願いします
●時差出勤や在宅勤務などを活用し、接触機会を減らす取り組みにご協力ください



事業所向けの
各種情報について

オミクロン株対応ワクチンの接種を実施しています

過去2年、年末年始に新型コロナウイルス感染症が流行しており、今冬も流行が懸念されています。

オミクロン株対応ワクチンの 年内接種をご検討ください

対象は、
初回接種(1・2回目)を完了済みの
12歳以上の全ての人
従来型ワクチンの最終接種から
3か月経過後に、1回接種できます

無料接種期間は、
来年3月31日(金)まで
※期間は変更となる場合があります

※オミクロン株対応ワクチン接種を希望する人は、
年内に従来型ワクチンによる初回接種(1・2回目)を完了する必要があります

期待される効果

従来型ワクチンよりオミクロン株への
重症化予防効果が高いこと

感染予防効果・発症予防効果
があること

将来の変異株にも
より有効であること

乳幼児接種(生後6か月から4歳)について

生後6か月から4歳の乳幼児への接種を実施しています。対象者には、接種券を発送しました。ワクチン接種による予防効果や副反応などを十分理解したうえで接種をご検討ください。

乳幼児接種の接種間隔や使用ワクチン

	1回目接種	2回目接種	3回目接種
接種間隔	接種日	接種日	接種日
		3週間経過後	8週間経過後
使用するワクチン	乳幼児用ファイザー社ワクチン		
注意点	①1回目接種時に4歳だった人が、3回目接種までの間に5歳の誕生日を迎えた場合も、「乳幼児用ファイザー社ワクチン」を接種します ②乳幼児接種を行わずに5歳を迎えた場合は、「小児用(5～11歳)ファイザー社ワクチン」の接種となります		

新型コロナウイルス以外のワクチン接種を行う場合は接種間隔にご注意ください

乳幼児には、さまざまな予防接種があります。接種を希望する人は、かかりつけ医に相談の上、スケジュールを検討してください。

▶注意…インフルエンザ予防接種に限り、間隔を空けずに接種ができるようになりました。インフルエンザ予防接種以外のワクチン接種は、2週間の間隔を空ける必要があります

接種や副反応への不安に、医学的知見をもつ看護師がお答えします

●問い合わせ…福島県新型コロナワクチン子ども相談窓口(☎0120-191-567※相談受付時間は午前9時～午後8時。土・日曜日、祝日も含む)

ワクチン接種は事前予約が必要です

●オンライン予約(市ホームページから24時間対応※こちらをお勧めします)

ゼロイチゼロ ゼロゴゼロ ゴゼロサン

●予約専用ダイヤル(☎0120-050-503※受付時間は午前9時～午後6時。土・日曜日、祝日も含む)

▶その他…詳細は、接種券に同封の案内チラシや市ホームページをご覧ください

●ワクチンの接種は回数に関わらず任意で強制ではありません●インターネットでワクチン情報を知りたい場合は「あいづコロナワクチン」で検索●転入した人でワクチン接種を希望する場合は左ページ上に記載の問い合わせ先までご連絡ください

ワクチン全般は
こちらから→





新しく始まるサービスの一部を紹介します！

今までの健康管理

例えば、血圧の測定値や検査の結果は確認するだけで、ほかで使わない

診察を受けるには、通院したり、待合室で待ったりしなければいけない

通院している医療機関での受診歴だけで診察・治療を受ける

血圧管理の新しいサービス



<サービスの流れ>

- 専用の血圧計を使って自宅で血圧を測定すると、その測定値が自動でアプリに蓄積
- 蓄積された測定値を医療従事者が見守り、利用者の不安や疑問に対応

<サービスのメリット>

- かかりつけ医との情報共有やオンライン診療が容易になり、治療が続けやすくなる
- 蓄積した測定データと医療機関での検査結果をまとめて管理し、本人の同意があれば、ほかの医療機関などへ提供することもできる

見込まれる効果



市民

家庭血圧の測定値などが必要に応じて医療者に伝わる



医療従事者

家庭での測定記録を含めた患者の症状が把握できる



地域

データに基づいた病気予防の意識が高まる

サービスを利用してみませんか？

デジタル技術を活用した最新の高血圧治療に興味があり、血圧管理に不安がある高血圧の人は、ぜひこのサービスの利用をご検討ください。なお、一定の条件を満たす場合、血圧計・体重計・活動量計を無料で貸与し、高血圧対策に取り組む学術研究に参加できます。詳しくは市のホームページをご覧ください。

体験会を開催します

- ▶とき…来年1月14日(土)午後2時～4時
- ▶ところ…会津稽古堂
- ▶対象…スマートフォンを持つ市内に在住・在勤の人
- ▶申し込み・問い合わせ…(一社)AiCT コンソーシアム・テレメディーズ(☎050-3528-8454)



市のホームページ

血圧には、日常生活の小さな出来事でも影響が出ることがあるので、普段からこまめに家庭血圧を測っておくことが大切です。日ごろからお薬手帳に測定記録を付ける習慣をもつといいですね。

細やかな診察につながります



そね内科クリニック 院長・曽根 恵児先生

今回の取り組みでは、血圧を測るだけで測定データを記録できたり、そのデータを診察時以外でも医師がパソコンで見ることができたりするので、通院できないうちでも患者の血圧の状況が把握できるし、オンライン診療の際には、モニターを通して患者の表情と家庭血圧の記録を見ながら診察することができそうです。そうすることで、より細やかに診察できると思いますし、こまめな血圧管理と定期的な健診受診が予防医療の仕組みをつくることにつながると思っています。この取り組みが、会津地域全体に広がると思います。

デジタルで健康長寿の実現を

ヘルスケア これからの健康管理のカタチ

皆さんは、普段どのように健康管理をしていますか？ 健康は気になるけれど、時間をつくって病院へ行ったり、家庭でこまめに血圧測定の記録を取ったりするのはなかなか難しいと感じていませんか？

スマートシティ会津若松では、ICTやデジタルの力で一人ひとりに合った健康管理のサービスの提供を目指しています。今回は、本市が目指すこれからの健康管理のカタチと、新しく始まるサービスの一部を紹介します。

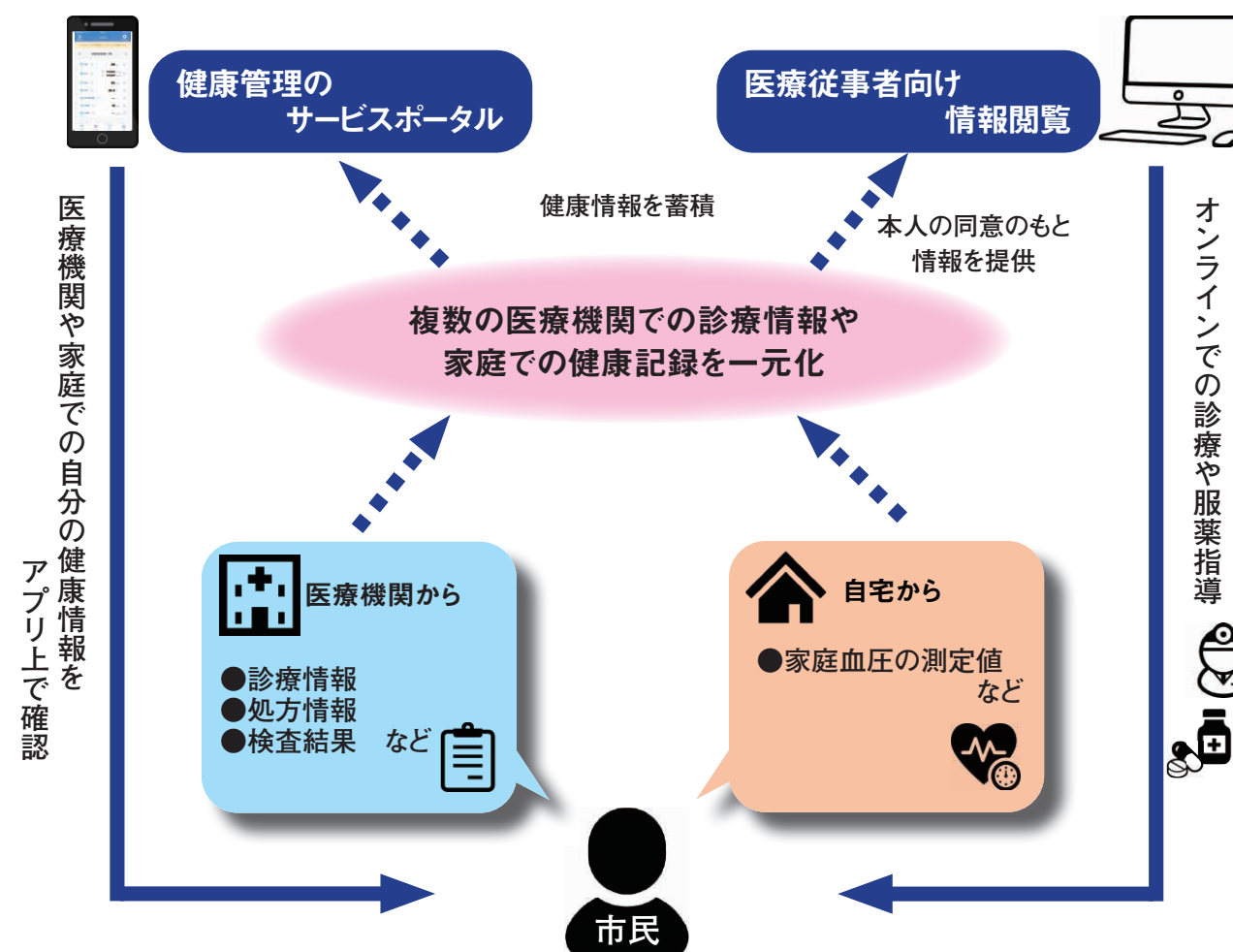
◎問い合わせ…スマートシティ推進室(☎23-4186)



スマートシティに関する最新の情報はこちらから

これからの健康管理サービスのイメージ

本人の同意のもと、複数の医療機関での診療情報や家庭で測定した健康記録を一つにまとめ、その情報を医療機関と共有することで、予防医療の仕組みをつくり、市民一人ひとりが持続可能な健康長寿を期待できるまちを目指します。



子育て世帯物価高騰緊急支援給付金の申請方法・給付予定日	
申請方法	給付予定日
対象児童①を養育する人のうち、会津若松市で児童手当が児童扶養手当、特別児童扶養手当の受給資格があるか、過去に子育てに関する給付金を受けたことがある人 →申請は不要です。12月中旬ころまでに送付する通知を確認してください	12月下旬以降、順次
対象児童を養育する人のうち、上記以外の人 →12月中旬以降、順次、市から申請の案内を送付します。確認の上、必要書類を添えて、申請してください	申請月の翌月末まで

市が独自に、児童一人あたり2万円を支給します

子育て世帯物価高騰緊急支援給付金を支給します

子育て世帯が対象です

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、物価高騰の影響を受けている子育て世帯に対し、子育て世帯物価高騰緊急支援給付金を支給します。

▼対象児童：次のいずれかに該当する①令和4年10月31日時点で会津若松市に住民登録がある、平成16年4月2日から令和4年10月31日までに生まれた児童②令和4年11月1日から来年3月31日までに会津若松市に住民登録した、平成16年4月2日から来年3月31日までに生まれた児童③来年4月1日に生まれ、出生による住民登録を会津若松市に行った児童

▼支給対象者：対象児童を養育する人

▼給付額：児童一人につき一律2万円

▼申請方法・給付予定日：上表の通り

▼申請期限：来年5月1日(月)

●問い合わせ：こども家庭課(☎39・1243)

詳細は市のホームページに掲載しています↓



子育てなどをサポートしています

家庭児童相談・女性福祉相談

お子さんの発達や行動の心配ごと、子育てや夫婦間の悩みなど、家庭内の問題に専門の相談員が応じます。また、ひとり親世帯の貸付金の相談も受け付けます。

▶相談日…毎週月～金曜日、午前8時30分～午後5時※祝日を除く

●ところ・問い合わせ…家庭児童相談室・女性福祉相談室(市役所栄町第二庁舎 ☎32-4470)

ホームスタート

初めての子育てで不安なときは、地域の子育て経験者と一緒に家事や育児をしたり、話をしたりしながら過ごす「ホームスタート」を利用してみませんか。対象は、6歳以下の子どもや妊娠中の人がいる家庭で、無料で利用できます。

●問い合わせ…ホームスタートわかまつ(☎24-2205)



一人で悩まず
ご相談ください

給付金に関する質問にお答えします

Q 所得制限のため、子育て世帯生活支援特別給付金は対象になりませんでした。今回の給付金は対象になりますか？

A 保護者の収入や所得額にかかわらず、対象児童を養育していれば対象となります。

Q 令和4年12月に児童と一緒に会津若松市に転入しました。支給の対象になりますか？

A 平成16年4月2日以降に生まれた児童であれば、対象となります。なお、申請が必要です、ご注意ください。

Q 保護者の住民登録は会津若松市にありますが、児童は会津若松市以外に住民登録をしています。給付金の対象になりますか？

A 児童の住民登録が会津若松市にあることが要件になるので、対象とはなりません。

Q 児童の住民登録は会津若松市にありますが、保護者は会津若松市以外に住民登録をしています。給付金の対象になりますか？

A 児童の住民登録が会津若松市にあることが要件となり、保護者の住民登録の有無は問わないため対象となります。なお、申請が必要です。

一世帯あたり5万円を給付します

住民税非課税世帯などへ 緊急支援給付金を支給します

対象の人はご確認ください

電力やガス、食料品などの価格高騰で、各家庭での負担が増えていることから、住民税非課税世帯の皆さんなどを対象に、一世帯あたり5万円を給付します。

▼対象・申請方法：下表の通り
▼給付額：一世帯あたり5万円※1回のみの

▼注意点：対象となっており、次のいずれかに該当する場合は物価高騰緊急支援給付金コールセンターにご連絡ください◎住民税が未申告◎今年1月2日以降に本市に転入した人がある世帯

▼締め切り：来年1月31日(火)

●申請先・問い合わせ：物価高騰緊急支援給付金コールセンター(☎0570・012・320)

生活や仕事に困っているときは ためらわずにご相談ください

「生活サポート相談窓口」があります

経済的な困り事の相談窓口として「生活サポート相談窓口」を開設しています。この窓口では、相談内容に応じて、自立に向けた支援計画を作成するほか、専門機関と連携した支援をしています。また、家族からの相談も受け付けています。

生活保護制度があります

生活サポート相談窓口での自立が難しい場合には、生活保護制度があります。これは、生活が維持できなくなった場合、またはその恐れがある場合など、困窮の程度に応じて、最低限度の生活を保障し、生活を立て直すために必要な支援をする制度です。

生活保護の申請は国民の権利です。生活保護が必要になる可能性はどなたにでもありますので、生活維持が困難となる前に、ためらわずにご相談ください。

●相談先・問い合わせ…地域福祉課(◎生活サポート相談窓口について=☎23-4800◎生活保護について=☎39-1292)

緊急支援給付金の対象・申請方法

	対象	申請方法
①	9月30日時点で、世帯員全員の住民税が非課税である世帯 ※住民税が課税されている人の扶養親族のみからなる世帯を除く	市から通知はがきか確認書を送付します。 ◎通知はがきが届いた人＝受給を拒否するか口座変更がある場合のみ12月9日(金)までに、物価高騰緊急支援給付金コールセンターへご連絡ください ◎確認書が届いた人＝確認書に必要事項を記入し、運転免許証などの本人確認書類と、通帳かキャッシュカードの写しを添えて、返信用封筒で返送してください
②	本年度、住民税が課税されているものの、今年1月から12月の間に家計が急変し、世帯員全員が①と同様の状況となった世帯	申請が必要です。地域福祉課か各支所・市民センターにある申請用紙に必要事項を記入し、郵送で申請してください。申請書は市のホームページからも取得できます。 〈必要書類〉 ●世帯主の本人確認書類の写し ●世帯員全員の収入が分かる書類(今年1月以降の任意の月の給与明細、帳簿、年金通知などの写し) ●受取口座を確認できる書類(通帳やキャッシュカードなどの写し) 〈送付先〉 〒965-8790 会津若松市栄町2番4号 NTT東日本会津若松ビル6階 「物価高騰緊急支援給付金担当」
③	本年度、住民税が均等割のみ課税されている世帯	市から12月上旬に確認書を郵送します。確認書に必要事項を記入し、運転免許証などの本人確認書類と通帳かキャッシュカードの写しを添えて、返信用封筒で返送してください
④	本年度住民税が非課税で、住民税が課税されている人の扶養親族などのみからなる世帯であり、経済的に困窮している世帯	

※③と④は市独自の給付金です



←市のホームページ
はこちらから

空き家を所有する皆さんへ

空き家は適正に管理 しましょう

適正に管理しているか
この機会に確認しましょう

空き家は適正に管理されていないと、自分一人だけで無く、地域の皆さんの生活にもさまざまな影響を及ぼします（下図参照）。空き家は適正に管理しましょう。

空き家を管理するときの
三つのポイント

こまめに手入れをしましょう

人が住まなくなった家はすぐに傷んでしまいます。家の換気や庭の草木の伐採、除雪などをして、周囲に迷惑が掛からないようにしましょう。

あらかじめ相続などを
話し合っておきましょう

空き家の賃貸や処分をする際、権利関係を整理しておかないと余分な費用が掛かったり、手続きが困難になったりします。

近所の人と連絡を
取り合えるようにしましょう

空き家をこまめに手入れできない

場合は、近所の人と連絡を取り合えるようにしましょう。空き家が破損するなどのトラブルがあった場合に、速やかに対応ができる関係性をつくりましょう。

空き家相談会を開催

市では、毎年空き家相談会を開催しています。昨年度の相談会では、売却につながった事例もありました。司法書士や不動産業者が相談に応じます。お気軽にご相談ください。

空き家相談会の内容

▼とき：12月23日（金）午後1時30分

～4時30分※要申し込み

▼ところ：會津稽古堂

▼対象：◎空き家を所有・管理している人◎空き家を相続する可能性がある人◎空き家の売却や活用を考えている人

▼申し込み方法：危機管理課に電話で申し込み

.....

●問い合わせ：危機管理課（☎39・1227）

空き家が適正に管理されないとなってしまうの？

通行人や周りの建物などに被害があった場合は、所有者が賠償責任を問われる可能性もあります。所有している空き家が次のような状態になる前に、一度ご相談ください。



空き家の管理に関する相談先

- 空き家相談センター（（一社）元氣玉プロジェクト内 ☎93-7950 ※日・月曜日、祝日を除く）
- 空き家ネットワーク（（一社）シニア支援協会内 ☎93-5140 ※水・日曜日を除く）
- シルバー人材センター（☎26-1818 ※土・日曜日、祝日を除く。相談を受け付ける内容は、除草や清掃について）

会津若松市ベビーファースト宣言を行いました

ベビーファースト宣言に至る経過

市では、市の最上位計画である「第7次総合計画」をはじめ、「子ども・子育て支援事業計画」などに掲げるさまざまな施策を推進し、安心して子どもを産み・育てることができ環境づくりに努めています。

今回、全国的に賛同の輪が広がっている「ベビーファースト運動」の趣旨に賛同し、少子化対策の一環として「地域で子育てを支える意識づくり」を図るため、10月28日にこの運動に参画する「ベビーファースト宣言」を行いました。

●問い合わせ：こども家庭課（☎23・4545）

ホームページは
こちらから→



（公社）会津青年会議所の林 陵平さん（右）、山口 大輔さん（左）の立会いの下、ベビーファースト運動に参画することを宣言しました（10月28日）

ベビーファースト運動とは

「ベビーファースト運動」とは、（公社）日本青年会議所が提唱しており、子育て世代が子どもを産み育てなくなる社会の実現に向けて、行政のみならず、企業をはじめ、地域が一体となって、みんなで赤ちゃんを育てていくやさしい社会を目指す運動です。

宣言の内容

市では、「ベビーファースト運動」の趣旨に賛同し、以下の三つの基本目標をアクションプランの大きな柱として掲げ、企業をはじめとする地域の皆さんの協力をいただきながら、さまざまな事業を推進し、安心・安全に子どもを産み育てることができ環境づくりに取り組んでいきます。

キャッチフレーズ

「みんなでぐくむ 未来のあいづっこ」

アクションプラン

I. 子どもがいきいきと育つまち

- 学校と家庭をつなぐ「あいづっこ^{プラス}」の配信の充実
- 赤ちゃん絵本の読み聞かせと子育てのサポートの充実
- 保育所・幼稚園・認定こども園と小学校間の連携の推進

II. 子どもを安心して産み・育てることができるまち

- 妊娠・出産・子育てサポートの充実
- 育児に関する不安や悩みの解消や保護者同士の交流の促進
- 仕事と子育ての両立のサポートの充実
- 子どもの悩みに対応する相談支援体制の充実
- 産後の育児・家事支援の充実

III. 子育てをみんなで支えるまち

- 子育てをみんなで支える意識の醸成
- 子育てを支える民間団体などの支援の充実



ベビーファースト運動の
ロゴマークです

市の職員の給与と職員数の状況をお知らせします

市では、職員の人事運営の状況を市民の皆さんに分かりやすく伝えるため、「人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」を制定しています。ここではこの条例に基づいて、市の職員の給与や職員数などの概要をお知らせします。詳細は市のホームページで見ることができます。

●問い合わせ…人事課(☎39-1213)



←市のホームページはこちらから

職員の給与費の状況(普通会計)				
令和3年度	給 与 費			
	給 料	期末・勤勉手当	その他の手当	計(Ｂ)
	34億4,144万円	12億9,364万円	6億9,077万円	54億2,584万円
	職員数(Ａ)		1人当たりの給与費(Ｂ)／(Ａ)	
	909人		597万円	

※その他の手当は退職手当を含まず。令和3年度の職員数は令和3年4月1日現在のもの

職員数の推移(各年4月1日現在)			
職 員 数 (うち再任用職員数)	平成29年	平成30年	平成31年
	949人(38人)	941人(32人)	939人(28人)
	令和2年	令和3年	令和4年
	938人(27人)	943人(30人)	944人(44人)

※任期付職員や短時間勤務職員、会計年度任用職員、他団体からの派遣職員は含まず

業務ごとの職員数の状況(令和4年4月1日現在)			
部 門		職員数	前年度との比較
一 般	議会(議世事務)	11人	増減なし
	総務(企画・財政・窓口など)	209人	増減なし
	税務	63人	3人減
	労働	3人	増減なし
	農林水産	52人	1人増
	商工	36人	増減なし
	土木	122人	増減なし
福 祉	民生	132人	増減なし
	衛生	74人	2人増
行 特 政 別	教育	117人	1人増
公 営 企 業	上水道	37人	1人増
	下水道	28人	増減なし
	そのほか	56人	増減なし
そのほか	派遣職員など	4人	1人減
合 計 (うち再任用職員数)		944人(44人)	1人増(14人増)

※任期付職員や短時間勤務職員、会計年度任用職員、他団体からの派遣職員は含まず

等級ごとの職員数の状況(令和4年4月1日現在)									
等 級	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	8 級	合計
基 準 と な 職 務	主事・技師の職務	主任主事・主任技師の職務	主査・技査の職務	副主幹・主任主査・主任技査の職務	主幹・委員会などの事務局次長の職務	課長・議会事務局次長の職務	副部長・委員会などの事務局長の職務	部長・会計管理者・議会事務局長の職務	
職 員 数	173人	167人	174人	352人	94人	55人	21人	12人	1,048人
構 成 比	16.5%	15.9%	16.6%	33.6%	9.0%	5.3%	2.0%	1.1%	100%

※「職員の給与に関する条例」で定める給料表が適用される職員数で、再任用職員や任期付職員、臨時的任用職員を含む

手当の支給状況			
手当の種類	支給内容		
	6月期	12月期	※令和4年4月1日現在の支給割合
期 末 手 当	1.175月分	1.175月分	
勤 勉 手 当	0.95月分	0.95月分	
退 職 手 当	勤 続 年 数	自己都合の場合の額	勤奨・定年の場合の額
	20年	19.6695月分	24.586875月分
	25年	28.0395月分	33.27075月分
	35年	39.7575月分	47.709月分
	最 高 限 度 額	47.709月分	47.709月分
特 殊 勤 務 手	支給実績(令和3年度普通会計決算額)		22万円
	支給職員1人当たりの平均支給額(年額)		7,853円
	手当を支給した職員の職員全体に占める割合		3.0%
	手当の種類	◎滞納処分業務手当◎動物死体処理作業手当◎社会福祉業務手当◎現場作業手当◎用地交渉業務手当	
時 間 外 勤 務 手 当 (普通会計)	令和3年度	支給総額	3億9,153万円
		職員1人当たりの平均支給額(年額)	474,005円
扶 養 手 当	▶支給月額…◎子＝1人につき10,000円(子が16歳～22歳の場合は5,000円加算)◎子以外＝1人につき6,500円(等級が8級の職員は3,500円)		
	▶支給月額…◎家賃が月額20,500円以下の場合＝家賃月額－9,500円◎家賃が20,500円を超える場合＝(家賃月額－20,500円)× $\frac{1}{3}$ ＋11,000円※月額28,000円を上限		
通 勤 手 当	▶支給月額…◎公共交通機関を利用する場合＝運賃相当額の月額(51,000円を超える場合は51,000円＋超えた額の2分の1)◎自動車などを利用する場合＝通勤距離に応じて3,100円～19,500円		
	世帯主であるか否かや扶養親族の有無などに応じて月額7,360円～17,800円(11月～3月の5か月支給)		
寒 冷 地 当	▶支給月額…◎部長相当職＝84,600円◎副部長相当職＝66,400円◎課長相当職＝54,000円◎総務主幹相当職＝45,700円		
管 理 職 当			

人件費の状況(普通会計)			
令和3年度	市の普通会計の歳出総額(Ａ)	左のうちの人件費(Ｂ)	人件費率(Ｂ)／(Ａ)
	526億2,613万円	83億8,158万円	15.9%
	(参考)令和2年度の人件費率		12.9%

※人件費には職員給与のほか、特別職の給与、議員報酬・手当、各種委員報酬などを含む

※普通会計とは会計を全国的に共通な基準で区分し直したもので、一般会計とは異なる

職員の平均給料月額と平均年齢(令和4年4月1日現在)		
職 種	平均給料月額	職員の平均年齢
一般行政職	326,300円	43.3歳
技能労務職	286,570円	51.1歳

一般行政職の初任給月額と 経験年数別平均給料月額				
	初任給 月額	経験年数別の平均給料月額		
		10年	15年	20年
大学卒	193,100円	283,233円	—	367,057円
高校卒	153,900円	233,383円	—	318,800円

※平成19年度は採用者がいなかったため

※平成19年度は採用者がいなかったため

昇給への勤務成績の反映状況(令和3年度)			
職 種	職員数(Ａ)	勤務成績が極めてまたは特に良好な職員数(Ｂ)	比率(Ｂ)／(Ａ)
一般行政職	555人	105人	18.9%

会計年度任用職員の任用にかかる経費(普通会計)	
	会計年度任用職員の任用にかかる経費
令和3年度	5億9,359万円

特別職の報酬などの状況		
	給料(報酬)の月額	期末手当(支給割合)
市 長	937,000円	6月期は1.60月分 12月期は1.60月分 合計3.20月分
副 市 長	752,000円	
議 長	514,000円	
副 議 長	477,000円	
議 員	447,000円	

※期末手当の支給割合は、令和4年4月1日現在のもの

給与水準(ラスパイレス指数)		
	会津若松市	全国市平均
令和2年度	100.7	98.9
令和3年度	100.4	98.8

※ラスパイレス指数は給与の水準を示す指数で、国家公務員の一般行政職の給与を100とした場合の、各公共団体の一般行政職の給与の水準を表す

令和4年度会計の9月末時点の収入・支出の状況

市では、毎年度の会計の収入と支出の状況を、9月末時点と3月末時点の2回に分けてお知らせしています。今回は令和4年度の9月までの状況をお知らせします。

一般会計では、歳入歳出予算587億5,048万円のうち、約44.1%に当たる259億562万円の収入があり、約34.7%に当たる204億864万円を支出しました。

●問い合わせ…財政課(☎39-1203)

一般会計の収入の状況		
	予算額	収入済額
市税	153億 800万円	93億4,457万円
国庫支出金	112億5,040万円	23億3,025万円
地方交付税	101億 415万円	67億6,322万円
市債	59億2,940万円	0万円
県支出金	44億3,934万円	4億7,008万円
繰越金	43億3,998万円	43億3,998万円
地方消費税交付金	30億2,120万円	16億8,803万円
繰入金	13億3,278万円	50万円
諸収入	10億5,122万円	5,235万円
使用料及び手数料	6億5,137万円	3億1,122万円
地方譲与税	4億6,761万円	1億2,733万円
そのほか	8億5,503万円	4億7,809万円
合計	587億5,048万円	259億 562万円

一般会計の支出の状況		
	予算額	支出済額
民生費	221億6,763万円	77億7,926万円
総務費	129億1,961万円	22億5,767万円
衛生費	48億3,421万円	20億3,315万円
土木費	46億3,351万円	13億2,048万円
教育費	43億1,431万円	15億5,063万円
公債費	40億5,555万円	20億9,681万円
消防費	17億9,408万円	11億9,182万円
商工費	17億4,201万円	11億9,244万円
農林水産業費	17億 308万円	7億6,342万円
議会費	3億8,527万円	1億9,007万円
労働費	6,075万円	3,289万円
そのほか	1億4,047万円	0万円
合計	587億5,048万円	204億 864万円

特別会計の収入・支出の状況(企業会計を除く)			
	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	112億7,884万円	45億3,749万円	40億8,968万円
観光施設事業	5億 786万円	244万円	7,458万円
地方卸売市場事業	8,068万円	3,859万円	3,798万円
扇町土地区画整理事業	6億 141万円	3億8,592万円	2億1,996万円
介護保険	132億1,777万円	60億9,509万円	51億9,347万円
三本松地区宅地整備事業	1億 944万円	1億 944万円	0万円
後期高齢者医療	15億2,286万円	4億7,530万円	4億4,596万円

作って簡単 食べて健康

ここでは、市食生活改善推進協議会の皆さんがお勧めする健康メニューと献立を紹介します
◎問い合わせ…健康増進課(☎39-1245)

「鶏肉と長ねぎの塩レモン炒め」

鶏肉と長ねぎの塩レモン炒め

水ようかん

黒豆煮

野菜のコンソメ寄せ

白米

わかめと卵のみそ汁

【鶏肉と長ねぎの塩レモン炒め(1人分)の栄養成分表示】エネルギー226kcal、たんぱく質30g、脂質6.4g、炭水化物9.4g、カルシウム31mg、鉄0.8mg、食物繊維1.8g、食塩相当量1.5g

私たちが作りました

旬の長ねぎに鶏胸肉を合わせて、ヘルシーに仕上げました。レモン汁のさっぱりとした味付けで、減塩も意識しています。お好みで粗びき黒こしょうをかけてもおいしいですよ

左から
五十嵐 美子 さん、小松山 みつ美 さん、小林 美代江 さん、小松 智子 さん

【鶏肉と長ねぎの塩レモン炒めの材料・2人分】
鶏胸肉250g、長ねぎ1本、A[酒大1、しょうゆ小1、片栗粉大1]、B[レモン汁大1、鶏がらスープのもと小、塩小]、ごま油小2、にんにく少々、サラダ菜4枚、ミニトマト4個

【鶏肉と長ねぎの塩レモン炒めの作り方】
①鶏胸肉は皮を取り除き一口大のそぎ切りに、長ねぎは幅1cmの斜め切りにする②ポリ袋に鶏胸肉とAを入れ、よくもんで下味を付ける③器にBを入れて、よく混ぜ合わせる④フライパンにごま油とみじん切りにしたにんにくを入れて火をつけ、香りがたったら②を入れて両面を焼く⑤肉に火が通ったら、長ねぎを加えて炒め、少ししんなりしたら③を加えて混ぜる⑥皿に盛り付け、サラダ菜、ミニトマトを添えたらできあがり

食に関する取り組みや情報を発信！

市では、食育の日(毎月19日)に食育に関するさまざまな取り組みや情報発信をしています。

会津の郷土料理「こづゆ」を作ってみませんか？

「こづゆ」は、貝柱でだしをとり、里芋やニンジン、糸こんにゃく、キクラゲ、干しシイタケ、豆麩などを入れて作ります。味つけや具材、切り方は、地域や家庭によって異なります。

以前は、どの家庭でも大みそかに「ざくざく」、正月に「こづゆ」を食べる風習がありました。

この機会にぜひ、我が家の「こづゆ」を作り、次世代へ伝えていきませんか。

家族で作ってみませんか

会津の郷土料理「こづゆ」を作ってみよう！(YouTube 動画)

詳しくは市のホームページをご覧ください

食育の日(毎月19日)から1週間限定！栄養摂取状況チェック

食材や料理などの摂取頻度について入力いただくと、習慣的栄養素摂取状況と管理栄養士のコメントをお返しします。皆さんの回答に対し、細かくコメントをお返しするため、入力フォームその1、その2のどちらも入力してください。

▶対象…中学生以上の人
▶定員…30人程度

←入力フォームその1

←入力フォームその2

お気軽にご相談ください

健康増進課では、食に関する相談を窓口や電話でも随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

.....

◇問い合わせ…健康増進課(☎39-1245)

栄養個別相談会

食に関する相談に管理栄養士が応じます。

▼とき：12月19日(月)午後1時30分～3時30分※1人45分程度

▼ところ：會津稽古堂

◇申し込み・問い合わせ：健康増進課(☎39-1245)

運動相談会

体重や関節の調子などが気になる人のための相談会です。

▼とき：12月20日(火)午前9時30分～11時30分※1人30分程度

▼ところ：會津稽古堂

▼講師：健康運動指導士・島田 一郎さん、目黒史江さん

健康づくりに関する情報を発信するサポーター養成講座

オンラインで実施します。申し込み後、郵送で専用サイトを案内しますので指定の期間内に自由に受講してください。※受講時間は2時間程度

▼対象：パソコンやスマートフォンを使用し、自宅で受講できる人

▼定員：50人

▼締め切り：12月23日(金)

健康づくりに関する情報を発信するサポーター養成講座

健康づくりに関する情報を発信するサポーター養成講座をオンラインで実施します。申し込み後、郵送で専用サイトを案内しますので指定の期間内に自由に受講してください。※受講時間は2時間程度

▼対象：パソコンやスマートフォンを使用し、自宅で受講できる人

▼定員：50人

▼締め切り：12月23日(金)

ひきこもり家族教室

▼とき：12月23日(金)午後1時30分～3時30分

◇ところ・申し込み・問い合わせ：会津保健福祉事務所(☎29-5275)

心の健康相談

▼とき：12月6日(火)・20日(火)の午後1時30分～3時30分

◇ところ・申し込み・問い合わせ：会津保健福祉事務所(☎29-5275)

骨髄等移植ドナー支援助成金

骨髄ドナーの負担軽減のため、日本骨髄バンクが実施する事業へ骨髄などを提供した人に助成金を支給します。申請には提供を完了した証明書などが必要です。詳細はお問い合わせください。

▼対象：4月1日以降に骨髄などの提供を完了した市民※市税の滞納がある人などは対象外

◇申し込み・問い合わせ：健康増進課(☎39-1245)

健康だより

ここでは、健康づくりや介護予防などに関する情報をお届けします。

お酒と上手に付き合しましょう

年末年始は、しっかりした味付けの料理やお酒が食卓に並びやすくなる時季です。しっかりした味付けの料理は塩分量が多く、のどの渇きを招くため、お酒の量が増える人が多いかもしれません。お酒を飲むときは、工夫をしながら飲み過ぎにならないよう気をつけましょう。

また、定期的に健康診断を受けて体の状態を確認することや、週に2回の休肝日を設けることも、お酒と上手に付き合うポイントです。

飲み過ぎないための工夫

- あらかじめ飲む量や時間を決めておく
- 食事と一緒にゆっくり飲む
- ウイスキーや焼酎はお湯割りや水割りで飲む
- 小さめのコップで飲む
- お酒と一緒に水も飲む など

◇問い合わせ…健康増進課(☎39-1245)

マスクを着用できない事情を理解しましょう

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、外出時はマスクを着用することが新しい生活様式のひとつとされていますが、マスクを着けたくても着けられない人がいます。

その原因は、知的障がいや精神障がい、皮膚や呼吸器の病気などさまざま、マスクを着けると肌に痛みを感じたり、気分が悪くなったりと、体に異変が生じてしまうからです。

お互いの特性や事情などを理解し、思いやりの心を持って過ごしましょう。

◇問い合わせ…障がい者支援課(☎23-4244)

コラム お元気ですか

寒さから心臓を守りましょう

市保健師 大竹 康晴

12月に入り、ますます寒さが厳しい季節となりました。寒さが苦手な人にとっては、つらい時季かもしれません。実は体の中にも寒さが苦手な臓器があります。それは「心臓」です。特に突然の寒さは、心臓にとって大敵です。突然の寒さによって、心臓の動脈がキュッと狭くなることで胸が苦しくなる狭心症を起したり、体温の発散を防ぐと血管が収縮して血圧が上昇し、心臓に急激な負荷がかかることで心筋梗塞を起したりします。

これらは、暖かい部屋から寒い部屋へ移動したときの急激な温度変化によって、血圧や心拍数が大きく変動することで発生することが多く、総称して「ヒートショック」と呼ばれています。特に、冬場の心筋梗塞はこの「ヒートショック」によって起こることが多く、家の中でも室温が低くなりがちな浴室やトイレで最も起こりやすいといわれています。

このヒートショックから心臓を守るために、生活の中で実践してほしいことがあります。



寒い時季でもこまめな水分補給を心掛けましょう

一つ目は温度変化を小さくすることです。急激な温度変化で血圧が急上昇しないように気をつけて過ごしましょう。例えば、入浴の際には、脱衣所を暖房器具で暖めておくことや、浴槽のふたを開けて蒸気で浴室を暖めておくことが有効です。二つ目は、脱水に気をつけることです。脱水になり体内の水分が不足すると、血液がドロドロになり、血栓ができやすくなるため、急性心筋梗塞を起こしやすくなります。冬場は飲む水の量も少なくなりがちです。入浴前後や寝る前、起床時にはコップ一杯の水を飲むように心掛けましょう。

福島県の急性心筋梗塞の死亡率は男女とも全国ワースト1位が続いています。特に心筋梗塞が起りやすいこの寒い時季は、日々の生活から心臓を守りましょう。



ここでは、あいづ食の陣参加店を紹介します

「会津産の新米」
(有)二瓶商店



(有)二瓶商店はコシヒカリやミルクワインなどの厳選した会津産の米を扱っています。代表の二瓶浩一さんは「会津は豊かな水や夏の昼夜の気温差、米作りに適した土壌など、おいしい米を作る環境がそろっています。一粒一粒がしっかりとした弾力で、かめば口の中に甘みが広がり、適度に粘りがあるのが会津産の米の特徴です。ぜひ白飯のまま食べて、本来の味を楽しんでほしいです」と話します。また20年ほど前から店頭だけでなくインターネットでも販売している「二瓶さん」何度か購入してもらえるのは会津の米がおいしいことの裏付けだと思えます。おいしさをもっと全国の人に知ってもらって、会津といえは米といってもらえるようにしていきたいですね」と真剣な表情を見せました。



代表取締役
二瓶 浩一さん

【有限会社 二瓶商店】
▼ところ…新横町4-13
▼営業時間…午前8時30分～午後6時※第二土曜・日曜・祝日定休
●問い合わせ…(☎)27・3064

あいづ食の陣・秋

●問い合わせ…農政課(☎23・9973)

みんなのページ

レッツ！
SDGs

市のSDGs推進事業
や皆さんにできる身近な
取り組みを紹介します



など

「地域で支え合う
除雪支援」

地域で生活する全ての人が「お互いさま」の気持ちで支え合える“地域のつながりづくり”もSDGsの取り組みのひとつです。

市では、高齢者や障がいのある人など、自力での除雪が困難な世帯を対象に、地域の人やボランティアの皆さんの協力を受けて除雪支援をしています。
この冬も、協力しながら除雪を行いましょう。

●問い合わせ…企画調整課(☎39-1201)



除雪困難世帯の人が外出できるように、家の間口を除雪しています

わくわく情報掲示板
楽しく元気になる講座
アロマワックスを作ります。
▼とき…12月5日(月)午前10時～▼ところ…コミュニティステーションテコ(栄町)▼定員…10人▼費用…5000円
●申し込み・問い合わせ…渋谷さん(☎090・2362・3195)
シルバー人材センターの入会説明会
▼とき…12月9日(金)・23日(金)の午後1時30分～▼対象…市内在住の60歳以上で、健康で働く意欲のある人●ところ・申し込み・問い合わせ…市シルバー人材センター(城東町)☎26・1818
募集
ポリテクセンター会津の訓練生
▼コース…建築CADリノベーション

技術コース▼訓練期間…来年1月6日(金)～6月29日(木)▼対象…求職中の求職者●定員…18人▼締め切り…12月13日(火)▼申し込み…ハローワーク会津若松(☎26・3333)●ところ・問い合わせ…ポリテクセンター会津(神指町南四合)☎26・0520
テクノアカデミー会津のテクノセミナー
▼コース…機械検査3級(学科)▼とき…来年1月16日(月)午前9時～午後4時▼定員…10人▼受講料…19000円
▼締め切り…12月21日(水)●ところ・申し込み・問い合わせ…テクノアカデミー会津(喜多方市)☎0241・273221
相談
専門相談員による借金の無料相談会
▼とき…12月20日(火)午後1時～4時
▼ところ…会津地方振興局●申し込み・問い合わせ…財務省福島財務事務所(福島市)☎024・533・0064

●参加費の記載がないものは無料●原則として申し込みは先着順。定員になり次第締め切り※締め切り日までに必着

記事を読む際の注意点 ▶費用などの記載がないものは無料▶特別な記載がない限り申し込みは先着順で、定員になり次第締め切り▶申し込みは原則として月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分に受け付け※祝日は休み

たのしい冬のおはなし会

▶とき…12月10日(土)午前10時～11時
▶ところ…會津稽古堂
▶内容…絵本の読み聞かせ、パネルシアター など
▶講師…よみきかせグループ「おはなしのへや」の皆さん
▶対象…市内在住の4歳児～小学生と保護者※未就学児は保護者同伴
▶定員…20人
▶申し込み方法…会津図書館にある申込用紙に必要事項を記入し、直接かファクスで会津図書館(FA X22-4702)へ申し込み
●申し込み・問い合わせ…会津図書館(☎22-4711)

赤ちゃん交流広場「ばんびぶち」

▶とき…12月13日(火)午前9時30分～11時
▶内容…英語で遊ぼう～クリスマス～
子育て講座
▶とき…12月6日(火)午前9時30分～11時
▶内容…ベビーマッサージ
………
▶ところ…會津稽古堂
▶対象…2か月児～6か月児と保護者
▶定員…各13組
●申し込み・問い合わせ…中央保育所子育て支援センター(☎28-6926)

子育て交流支援「すきっぷ」

食育講座「離乳食について知ろう！」

▶とき…12月8日(木)午後2時～3時30分
▶ところ…河東保健センター
▶対象…0歳児と保護者
親子交流ひろば
▶とき・ところ…●12月8日(木)午前9時30分～11時＝河東保健センター●12月14日(水)・15日(木)午前9時30分～11時＝河東公民館●12月21日(水)午前9時30分～11時、午後2時～3時30分＝河東保健センター※21日(水)は身体測定を実施
▶対象…未就学児と保護者
………
▶定員…各5組
●申し込み・問い合わせ…広田保育所子育て支援センター(☎93-5510)

子育て情報 ステーション

ここでは、子育てに関する
情報などをお届けします

子育て交流広場「ばんびクラブ」

子育て講座「クリスマスツリーを作ろう」

▶とき…12月19日(月)午前10時～11時30分
▶定員…15組
クリスマス会
▶とき…12月21日(水)午前10時～11時30分
▶定員…13組
………

▶ところ…ふれあいハウス
▶対象…1歳以上児と保護者
●申し込み・問い合わせ…中央保育所子育て支援センター(☎28-6926)

産後ケア事業を利用しませんか

▶対象…本市に住民票がある産後1年未満の母親と子ども
▶内容…●授乳や乳房のケアの相談●子どもの体重や栄養などの相談●育児相談 など
▶費用…昼食代、リネン代 など
●申し込み・問い合わせ…健康増進課(☎39-1245)

私のまちで
みつけた！



市内に生息する動植物
を紹介します
●問い合わせ…環境生活課(☎39-1221)



テンは夜行性で、日中は地面に掘った穴の中で休んでいます

テンはネコ目イタチ科に属する哺乳類です。体長は頭から胴体までが約45cm、尻尾が約20cmで、体重は1kgから1.5kg程です。体毛の色は、夏は胴体が赤褐色や茶褐色で顔や手足は黒く、喉から胸にかけてはオレンジ色ですが、冬は頭部が白や灰白色に変わるほか、胴体が黄色に近くなる個体もいます。雑食性で小型の哺乳類や鳥類、昆虫などを食べるほか、山桑やマタタビといった果実類も好んで食べます。森林に生息し、樹上空間を多く利用するため、樹木があれば人家周辺にも巣を作ることがあります。市内では湊や大戸、東山地区などで見られます。



催し・講座

小・中学校の環境壁新聞の展示

小・中学生が学校で実践する環境にやさしい取り組みをまとめた壁新聞を展示します。
▼とき：来年1月6日(金)～10日(火)午前9時～午後5時※初日は正午～、最終日は午後4時まで
▼ところ：會津稽古堂
◇問い合わせ：環境生活課(☎39・1221)



子どもたちの作品をぜひご覧ください

交通安全専門員

子どもたちや地域の交通安全を守る「要」として活動しませんか。詳細はお問い合わせください。

- ▼対象：20歳～72歳の心身ともに健康な人
- ▼活動内容：○朝の通学時間帯の街頭指導○子どもや高齢者を対象とした交通安全教育○各種交通安全関係の啓発活動や研修会などへの参加
- ▼定員：若干名
- ▼その他：報償や制服などの貸与、保険の加入あり
- ◇申し込み・問い合わせ：危機管理課(☎39・1227)

お知らせ

国保税・後期高齢者医療保険料の休日・夜間窓口

国保税や後期高齢者医療保険料の納付、納付相談に応じます。

- ▼夜間窓口：12月8日(木)・9日(金)・12日(月)のいずれも午後7時30分まで
- ▼休日窓口：12月11日(日)午前8時30分～午後5時
- ◇ところ・問い合わせ：国保年金課(☎39・1248)

認知症サポーター養成講座

認知症の人への適切な対応方法を学びます。
▼とき：12月20日(火)午後2時～3時30分
▼ところ：會津稽古堂
▼定員：20人
◇申し込み・問い合わせ：高齢福祉課(☎39・1290)

スマートフォンやパソコンなどのお困りごと個別相談会

お気軽にご相談ください。
▼とき：12月19日(月)午後1時～4時※1人30分程度
▼ところ：會津稽古堂
▼定員：10人
▼申込期間：12月5日(月)～16日(金)
◇申し込み・問い合わせ：情報統計課(☎39・1214)

はたちのつどい記念撮影

20歳を迎えた記念の一枚を御薬園で撮影しませんか。費用などの詳細はお問い合わせください。
▼とき：来年1月8日(日)午前9時～午後1時

ふれあいの日

市長が直接お話を伺います。事前の予約が必要です。
▼とき：12月22日(木)午前9時～11時※1人15分以内
▼ところ：市長室(市役所追手町第二庁舎2階)
▼締め切り：12月21日(水)
◇申し込み・問い合わせ：秘書広報課(☎39・1206)

やめよう！犬ふんの放置やごみのポイ捨て

冬になると、犬のふんやごみを雪の中に埋める人がいます。雪が溶けて犬のふんやごみが出てくると、周辺に住む人がとても迷惑します。犬のふんの放置やごみのポイ捨ては、市の条例で禁止されています。絶対にやめましょう。
◇問い合わせ：環境生活課(☎39・1221)



プロのカメラマンが大名庭園の冬景色を背景に撮影します

▼定員：15組
▼受付期間：12月1日(木)～7日(水)
◇ところ・申し込み・問い合わせ：御薬園(☎27・2472)

スマートフォン活用講座

ワクチン接種証明書アプリの使い方やスマートフォンの活用方法を学びます。
▼とき：12月15日(木)・16日(金)の午後1時～4時(全2回)
▼ところ：會津稽古堂
▼定員：15人
▼申し込み期間：12月1日(木)～14日(水)
▼申し込み：(株)エヌ・エス・シー(☎23・7771)
◇問い合わせ：(株)エヌ・エス・シー(☎23・7771)、情報統計課(☎39・1214)

住民基本台帳の一部の閲覧状況を公表

住民基本台帳法では、国や県などが法令に基づいて調査などを行う場合や、民間の統計調査や学術研究などで公益性が高いと認められる場合に限り、住民基本台帳の一部(住所・氏名・生年月日・性別)の写しの閲覧を認めています。令和3年11月から令和4年10月末までに許可した閲覧は、「統計・世論調査、学術研究などで公益性が高いと認められたもの」が17件ありました。なお、閲覧した機関や団体、閲覧内容などの詳細は、市のホームページに掲載しています。
◇問い合わせ：市民課(☎39・1229)

市のホームページはこちらから↓



火の取り扱いには十分に注意しましょう

これからの時期は空気が乾燥し、火を取り扱う機会が増えるため、火災が発生しやすくなります。次の点に注意し、

御薬園初釜

新年恒例で毎年開催している行事です。庭園を見ながら新春の一品はいかがですか。
▼とき：来年1月3日(火)午前10時～午後3時
▼定員：一席8人
▼費用：一席800円
◇ところ・問い合わせ：御薬園(☎27・2472)

募集

あいづっこ高校生応援奨学金(進学枠)

▼対象：次の全てを満たす高校・高等専門学校3年生○成績が優秀である(在学中の学習成績の平均が4.0以上)○保護者が1年以上市内に住所がある○父母または生徒を扶養している人の所得が基準以下である○大学・短大・専門学校の入学者選抜試験(大学入試共通テストも可)を受験する
▼奨学金：5万円※返還不要
▼募集人数：10人程度※申し込み多数の場合は選考
▼締め切り：12月23日(金)
◇申し込み・問い合わせ：教育総務課(☎39・1302)

防火に取り組みましょう。

防火で命を守る「習慣と対策」

▼習慣：○寝たばこをしない○ストーブは燃えやすいものから離れた位置で使用する○ガスコンロなどのそばを離れるときは火を消す
▼対策：○住宅用火災警報器の設置○寝具や衣類、カーテンなどは防災品を使用○住宅用消火器を設置○高齢者や体の不自由な人を守るため、近所の協力体制をつくる
……………

◇問い合わせ：会津若松消防署(☎25・1200)、危機管理課(☎39・1227)

道路損傷情報をお寄せください

市が管理する道路の損傷情報を市のホームページから報告できるようにしました。道路の穴や、側溝のふたの破損などを発見したときは、市に情報をお寄せください。
◇問い合わせ：道路課(☎39・1267)

市のホームページはこちらから↓



相談

法律・登記の相談

〔無料法律相談〕
▼とき：12月16日(金)午前9時30分～正午
▼定員：12人
▼注意点：裁判中や弁護士に依頼中の案件などは不可。相談は1年度に1回まで
〔無料登記相談〕
▼とき：12月23日(金)午前10時～午後3時
……………

▼ところ：會津稽古堂

▼申し込み開始：12月1日(木)

◇申し込み・問い合わせ：環境生活課(☎39・1221)

人権相談

▼とき：12月6日(火)午前10時～午後3時
▼ところ：會津稽古堂、北会津公民館
◇問い合わせ：環境生活課(☎39・1221)

行政相談

来年3月までは次の行政相談委員に直接ご相談ください。
▼行政相談委員：○芳賀清光さん(☎26・3485)○馬場悦之進さん(☎85・7864)○岩淵賢美さん(☎58・2727)○渡部友喜さん(☎75・3703)
◇問い合わせ：環境生活課(☎39・1221)

多重債務無料法律相談

▼とき：12月21日(水)午前10時～正午
▼ところ：市役所追手町第二庁舎
▼申し込み開始：12月1日(木)～
◇申し込み・問い合わせ：消費生活センター(市役所追手町第二庁舎1階) ☎39・1228

無料公証相談

公証人が相談に応じます。
▼とき：毎週月～金曜日の午前8時30分～午後5時※祝日は除く
◇申し込み・問い合わせ：消費生活センター(市役所追手町第二庁舎1階) ☎39・1228

消費生活相談

▼とき：毎週月～金曜日の午前8時30分～午後5時※祝日は除く
◇申し込み・問い合わせ：消費生活センター(市役所追手町第二庁舎1階) ☎39・1228

司法書士無料法律相談

▼とき：毎週月～金曜日の午前9時～午後5時※祝日は除く※電話相談
◇申し込み・問い合わせ：福島県司法書士会総合相談センター(☎0120・81・5539)

●費用・受講料などの記載がないものは無料●「◇申し込み」の記載があるものは必ず事前の申し込みが必要●特別な記載がない限り申し込みは先着順で、定員になり次第締め切り●申し込みは原則として月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分に受け付け※祝日は休み●郵送で申し込みの場合は、特別な記載がない限り締め切り日に必着

お知らせ

電子証明書の取得はお早め

e-Taxを利用して、インターネットから確定申告をするには、マイナンバーカード署名用電子証明書が必要です。マイナンバーカードは交付までに1か月から2か月程度かかるため、希望する人は早めに申請してください。

◇問い合わせ：市民課（☎36・7210）

灯油の流出事故の予防

毎年、灯油をホームタンクからポリタンクに小分けする作業中に目を離し、灯油が流出する事故が発生しています。小分け作業中は絶対にその場を離れないようにしましょう。なお、注意を呼び掛けるステッカーを環境生活課や各支所・市民センターで配布していますので、ご活用ください。

◇問い合わせ：環境生活課（☎39・1221）



配布しているステッカー

市議会12月定例会議

市議会12月定例会議が左表の日程で開会されます。なお、日程は変更になる場合があります。

▼とき・内容：左表の通り

▼ところ：市役所追手町第二庁舎1階

▼その他：◎本会議の様子をインターネットでライブ配信します◎本会議の様子を収録したブルーレイディスクを貸し出します

◇問い合わせ：議会事務局（☎39・1323）

年金生活者支援給付金

対象者へ請求書が郵送されます。必要事項を記入の上、切手を貼り、来年1月4日（水）までに日本年金機構へ返送してください。給付金が10月分までさかのぼって支給されます。なお、それ以降に請求した場合は、請求した月の翌月分からのみ支給となりますのでご注意ください。

◇問い合わせ：給付金専用ダイヤル（☎0570・05・4092）、国保年金課（☎39・1249）

変更があったときは国民健康保険の届け出を

国民健康保険（以下、「国保」）に加入している人が職場の健康保険に入ったときや、職場の健康保険を抜けた人が国保に加入するときは、変更があった日から14日以内に届け出が必要です。届け出が遅れると、医療費を一時的に全額負担することになったり、国保税が課税されたままになったりすることがあります。

▼届け出に必要なもの：◎国保に加入する場合◎職場の健康保険を抜けた証明書資格喪失証明書◎国保を抜ける場合◎職場の健康保険証、国民健康保険証

▼届出人の本人確認に必要なもの：マイナンバーカードや運転免許証など顔写真付きの証明書※無い場合は、保険証と年金手帳など、2点での確認が必要

▼世帯主と届け出が必要な人の個人番号の確認に必要なもの：マイナンバーカード、通知カード など

▼届け出先：国保年金課、各支所・市民センター

◇問い合わせ：国保年金課（☎39・1249）

環境大賞受賞者の一覧

賞・部門	受賞者	主な活動内容
環境大賞	㈱三義漆器店	環境にやさしいプラスチックの開発・商品化
環境賞（エネルギー部門）	渡部 敏夫さん・智子さん（千石町）	自宅への太陽光発電システムや蓄電池の導入など
	御宿 東鳳	電気自動車（EV）利用者向けサービスの充実
環境賞（美化部門）	中島 義夫さん（松町）	花壇整備など地区美化活動を先導する活動
	東北電力グループ	事業所内や地域での美化活動
環境賞（環境教育部門）	湊小学校	身近な自然環境を活用した環境学習の実施
	川南小学校	花の栽培や保護動物を通した環境学習の実施
環境賞（自然環境部門）	美しい背あぶりの森をつくる会	草刈りや間伐の手入れを通した森林保全

環境大賞受賞者が決定

市では、日ごろから積極的に環境保全に関する活動をしている個人や団体、事業所を表彰しています。本年度の受賞者は右表の通りです。

◇問い合わせ：環境生活課（☎39・1221）

マイナンバーカードの休日・時間外窓口

事前予約制です。

（休日窓口）

▼とき：12月25日（日）午前9時～正午※市のホームページから予約可

（時間外窓口）

▼とき：毎週火・木曜日の午後5時～6時30分

………

▼持ってくるもの：◎交付通知書（交付を受ける人の分）◎通知カード◎身分証明書◎住民基本台帳カード※持っている人のみ

▼注意：マイナポイントのサポートは行っていません

◇ところ・申し込み・問い合わせ：市民課（☎36・7210）



市のホームページはこちらから↓

教育委員会定例会

▼とき：12月15日（木）午後1時30分～※非公開の場合あり

▼ところ：教育委員会室（市役所追手町第二庁舎1階）

◇問い合わせ：教育総務課（☎39・1302）

土地や家屋の所有者が亡くなったときは申告を

土地や家屋の所有者が亡くなったときは、当該土地や家屋を現に所有している人（相続人）は「土地・家屋現所有者申告書」を提出してください。申告期限は、相続人であることを知った日の翌日から3か月を経過した日です。また、登記がされていない未登記家屋の所有者が亡くなったときは、「未登記家屋所有者変更届」を提出してください。

▼注意：「土地・家屋現所有者申告書」を提出しても登記簿に記載された所有者名義は変更されません。必ず法務局で相続登記をしてください

◇提出先・問い合わせ：税務課（☎39・1225）

償却資産の申告を忘れずに

事業主の人は、来年1月1日現在で所有している償却資産を申告してください。

▼対象となる償却資産：法人税法や所得税法での所得の計算上で、減価償却費が損金または必要経費に算入される資産（構築物や機械、車両・運搬具、工具・備品など）※耐用年数が過ぎて減価償却が終了しても、事業に使用できるものは申告の対象

▼注意：乗用田植機や乗用トラクター（軽自動車税の課税対象）などは申告の対象外

▼申告期限：来年1月31日（火）

◇申告先・問い合わせ：税務課（☎39・1225）

家屋の取り壊しや焼失の際には届け出を

今年、建物を壊したり、火災などで失ったときは、「家屋滅失届」を提出すると、建物の固定資産税が来年度以降からなくなります。

▼締め切り：12月28日（水）

◇提出先・問い合わせ：税務課（☎39・1225）

相談

無料行政書士相談

▼とき：12月27日（火）午後1時30分～3時30分

▼ところ：會津稽古堂

◇申し込み・問い合わせ：環境生活課（☎39・1221）

介護相談会

認知症や介護に関する相談に応じます。

▼とき：12月16日（金）午前10時～午後4時

▼ところ：會津稽古堂

◇申し込み・問い合わせ：高齢福祉課（☎39・1290）

農業相談日

▼とき：12月14日（水）午後1時30分～4時

▼ところ：河東支所

◇問い合わせ：農業委員会事務局（☎23・9371）

障がい者総合相談窓口

▼とき：毎週月～金曜日の午前9時～午後5時30分

▼ところ：障がい者総合相談窓口（障がい者支援センター）

◇問い合わせ：障がい者支援課（☎23・4244）

地域障がい者相談窓口

（謹教・城西・小金井小学校区）

▼とき：毎週月～金曜日と毎月第3土曜日の午前8時20分～午後5時

▼ところ：第2地域障がい者相談窓口（山鹿クリニック内）

（一貫・松長・湊小学校区）

▼とき：毎週月～金曜日の午前8時30分～午後5時30分

▼ところ：第5地域障がい者相談窓口（コパンクラージュ内）

◇問い合わせ：障がい者支援課（☎23・4244）



寄付

ありがとうございます

（9・10月分）

◇市役所へ：▼（例）ロードワーク（現金）▼飯盛尚子さん（マスコ）▼日野祭曳山囃子方交流会（米）

◇歴史資料センター「まなべこ」へ：▼荒井富美子さん（歴史資料）

◇日新小学校へ：▼福島県豊工業組合若松支部（置）

◇大戸中学校へ：▼田代聖晃さん（オブジェ）▼大戸中学校父母と教師の会（冷蔵庫・電子レンジ）

◇北会津中学校へ：▼井関トシノさん（雑巾）

●費用・受講料などの記載がないものは無料●「◇申し込み」の記載があるものは必ず事前の申し込みが必要●特別な記載がない限り申し込みは先着順で、定員になり次第締め切り●申し込みは原則として月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分に受け付け※祝日は休み●郵送で申し込みの場合は、特別な記載がない限り締め切り日に必着

年末年始の市民課の窓口業務

市役所は12月29日(木)から来年1月3日(火)まで休みになります。この期間、市民課の窓口では以下のサービスのみ行います。
▶利用できるサービス…○戸籍の届け出○斎場の利用申請○印鑑登録証明書の発行※印鑑登録証明書の発行は12月29日(木)・30日(金)のみ
▶窓口の受付時間…午前9時～午後5時
【コンビニ交付サービスはメンテナンスのため停止します】
全国のコンビニエンスストアなどで住民票や印鑑登録証明書などが取得できるコンビニ交付サービスは12月31日(土)から来年1月3日(火)まで利用できません。
……………
◇問い合わせ…市民課(☎39-1229)

年末年始の交通事故防止県民総ぐるみ運動

【スローガンは「くらいとき じぶんをアピール びっかぴか」】
日没が早くなるこの時季は、午後4時を目安に車のライトを点灯しましょう。車のライトは上向きが基本で、対向車がいる場合は下向きにするなど、適切に切り替えましょう。歩行者や自転車利用者は夜光反射材などを着用しましょう。また、年末年始は飲酒の機会が増えます。交通手段を確保したり、ハンドルキーパーを決めたりして絶対に飲酒運転はしないでください。
▶運動の期間…12月10日(土)～来年1月7日(土)
……………
◇問い合わせ…危機管理課(☎39-1227)

農産物のモニタリング検査結果

10月12日から11月9日までに市内で採取したきのこ・果物・鶏肉・加工食品を検査した結果、放射性物質は検出されませんでしたでした。なお、基準値(100Bq/kg)を超えた農産物は流通しません。
◇問い合わせ…農政課(☎23-9973)

ふるさと納税 ～ありがとうございます～
(9・10月分)

◇市役所へ…▶古庄かおりさん▶古庄智美さん▶内田祐司さん▶大越春喜さん▶岩田諭さん▶尻引善博さん▶小松淳さん▶田中章浩さん▶小池弥生さん▶本名陽平さん▶工藤巧さん▶向井将さん▶蓮沼純一さん▶松本博行さん▶椎名貴子さん▶戸田亮輔さん▶小川承娥さん▶森勝彦さん▶小高正樹さん▶保谷浩太郎さん▶重野竜平さん▶石井浩さん▶渡邊祥光さん▶佐竹健三さん▶小島勇二さん▶小林健さん▶太田みどりさん▶織戸武さん▶渡部宏さん▶本多輝夫さん▶荒井伸吉さん▶荒木節子さん▶有賀嗣倫さん▼三井真さん▼高山広太郎さん▼高木正博さん
◇教育委員会へ…▶大河原亮さん▶門脇美佳さん▶大竹美嶺子さん



障がい者雇用優良事業所が決定

市では、障がいのある人を積極的に雇用している事業所を「障がい者雇用優良事業所」として表彰しています。本年度は次の2社に決まりました。
【株タケウチパーツ】
▶業種…自動車部品販売車買取販売など
▶障がい者雇用人数…1人
▶主な評価内容…○さまざまな検討を行いながら、積極的に障がい者雇用に取り組んでいる○就労定着支援の利用など、関係機関と連携を図りながら職場定着に取り組んでいる
【障がい福祉サービス事業所コバン】
▶業種…就労継続支援A型・B型、生活介護
▶障がい者雇用人数…15人
▶主な評価内容…○障がい福祉サービス利用者の一般就労への移行の推進を行っている○本人の希望に合わせ、その都度面談を実施するほか、定期的に人事による面談や、OJT面談を実施し、必要な配慮の有無を確認している
……………
◇問い合わせ…障がい者支援課(☎23-4244)

還付金詐欺にご注意を！

毎年、年末にかけて還付金詐欺の被害や予兆電話が増します。還付金詐欺は、市役所などの公的機関の職員を名乗って電話をかけ、税金や医療費などの還付目的でATMに誘導し、指定口座に送金させて金銭をだまし取る詐欺の手口です。市役所の職員を名乗る人から「還付金があるのでATMに行って」といわれたら、還付金詐欺を疑いましょう。
市役所の職員が医療費や税金などの還付手続きについて、電話でATMの操作をお願いすることはありません。また、ATMの操作で相手からお金が振り込まれるようなことはありません。還付金詐欺が疑われる電話がかかってきたら、担当課や警察署にご相談ください。
◇問い合わせ…消費生活センター(☎39-1228)



市消費者被害防止キャラクター「起き上がりこ防止くん」

11月15日の放射線量をお知らせします

市内各地の放射線量数値			
測定場所	測定値	測定場所	測定値
会津若松市役所	0.07	北公民館	0.08
会津若松駅	0.07	神指町高久	0.07
東山小学校	0.08	神指町北四合	0.06
飯盛山観光案内所	0.05	河東町高塚	0.07
一箕町鶴賀	0.06	河東町熊野堂	0.06
松長団地	0.05	河東町広田	0.05
柳原町	0.05	北会津町下荒井	0.09
門田町飯寺	0.06	川南小学校	0.07
南公民館	0.08	大戸公民館	0.05
会津総合運動公園	0.09	湊市民センター	0.05

※単位はマイクロシーベルト/時
◇問い合わせ…環境生活課(☎39-1221)

来年4月採用の会計年度任用職員を募集

市の非常勤職員として勤務します。合格者は登録者名簿に登録され、成績が上位の人から採用されます。なお、名簿に登録されても採用されない場合があります。
【事務補助員(障がい者特別枠)】
▶業務内容…データ入力や書類整理などの一般事務補助
▶登録予定人数…1人程度
▶勤務形態…週5日(1日7時間)
▶受験資格…身体障害者手帳が療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のうち、1つ以上の交付を受けている人
▶試験のとき・ところ・内容…来年1月15日(日)に會津稽古堂で事務適性検査と面接試験
▶申込書の配布・受験申し込みの受付期間…12月1日(木)～23日(金)※当日必着
▶申込書の取得方法…○人事課で受け取る○市のホームページから取得○郵送で請求※詳細は問い合わせ
【事務補助員以外の会計年度任用職員】
詳細は、市のホームページに随時掲載しますのでご確認ください。
……………
◇申し込み・問い合わせ…人事課(☎39-1213)



市のホームページへ

生活のしづらさなどに関する調査を実施

障がい児・障がい者の生活実態やニーズを把握することを目的に実施します。12月上旬に調査員が対象となった世帯を伺いますので、調査へのご協力をお願いします。
◇問い合わせ…障がい者支援課(☎23-4244)

パブリックコメントを募集します

詳細は、担当課や各支所・市民センター、市のホームページなどで見ることができます。
▶意見の提出方法…担当課や各支所・市民センターなどにある所定の用紙に必要事項を記入し、直接か郵送、ファクス、メールで担当課に提出※用紙は市のホームページから取得も可
◇意見を募集する内容・期間・担当課…下表の通り



パブリックコメントの一覧

意見を募集する内容・期間・担当課		
内容	期間	担当課(問い合わせ)
市個人番号の利用及び特定個人情報の提供に関する条例の一部改正	12月14日(水)～来年1月13日(金)	地域福祉課(☎39-1292、〒965-8601※住所不要、FAX39-1237、メールchiikifukushi@tw. city. aizuwakamatsu. fukushima. jp)
市手話言語及びコミュニケーション手段に関する条例	～12月27日(火)	障がい者支援課(☎39-1241、〒965-8601※住所不要、FAX39-1430、メールshougaisashien@tw. city. aizuwakamatsu. fukushima. jp)
公立教育・保育施設の今後のあり方 河東地区幼保連携型認定こども園の整備・運営方針	～12月23日(金)	こども保育課(☎39-1239、〒965-8601※住所不要、FAX39-1246、メールkodomohoiku@tw. city. aizuwakamatsu. fukushima. jp)
市国民健康保険条例の一部改正	～12月16日(金)	国保年金課(☎39-1244、〒965-8601※住所不要、FAX39-1432、メールkokuho@tw. city. aizuwakamatsu. fukushima. jp)

會津稽古堂の催し

會津稽古堂
☎22-4700

とき	内容	料金	問い合わせ
6日(火) 13:30	會津藩士子孫会講演会	1,000円 ※事前予約制	會津藩士子孫会 (北原さん ☎080-6026-5523)
10日(土) 14:00	ライブリックシアター「ボブという名の猫 幸せのハイタッチ」	無料	會津稽古堂 (☎22-4700)

〔休館日〕12月28日(水)～来年1月3日(火)

会津町方伝承館の催し

町方伝承館
☎22-8686

第5回 会津漆器蔵出し市

▶とき…12月10日(土)・11日(日)の午前10時～午後3時※12月11日(日)の午後1時～3時は伝統工芸品体験教室を開催

〔休館日〕12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・31日(土)～来年1月4日(水)

あれこれカレンダー12月

文化センターの催し

文化センター
☎26-6661

とき	内容・料金	問い合わせ
28日(水) 18:00	ふるさと歌謡コンサート 前売り 2,500円 当日 3,000円	東北を繋ぐ架け橋プロジェクト ひだまり(鈴木さん ☎080-5473-1279)

〔休館日〕12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・29日(木)～来年1月3日(火)

県立博物館の催し

福島県立博物館
☎28-6000

〔企画展※企画展料金が必要〕●林原美術館名品展 名君の大名文化～岡山池田家と会津 武、その華と志～…▶～12月4日(日)
〔テーマ展※常設展料金が必要〕●吉祥～会津のめでたいものたち～…▶12月21日(水)～来年2月12日(日)●写真資料から見える会津の風景～小滝清次郎民俗写真～…▶～来年3月19日(日)
〔ポイント展※常設展料金が必要〕●人物シリーズ④保科正之の遺言…▶～12月27日(火)●鉄道と地域の発達…▶～来年1月20日(金)●3Dふくしま展…▶～来年2月26日(日)
〔休館日〕12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・20日(火)・26日(月)・28日(水)～来年1月4日(水)

會津風雅堂の催し

會津風雅堂
☎27-0900

とき	内容・料金	問い合わせ
17日(土) 14:00	ユネスコ無形文化遺産 国指定重要無形文化財 「組踊」特別鑑賞会 無料※要整理券	會津風雅堂 (☎27-0900)
18日(日) 14:00	新作シネマ上映会※上映作品と時間は問い合わせ ◎一般=1,700円 ◎大・高校生=1,400円 ◎3歳～中学生=1,000円 ◎60歳以上(要証明書)=1,100円	オカダプランニング(☎0225-23-1888)
25日(日) 14:00	会津「第九」演奏会2022 ◎一般=2,000円 ◎高校生以下=500円	会津第九の会 (☎080-1828-1957)
28日(水) 10:30	会津地区吹奏楽 年末コンサート 無料	会津高校吹奏楽部(本多さん ☎28-0211)

※QRコードは㈱デンソーウエーブの登録商標です

休日当番医院

12月4日(日)	内科系 外科系 歯科	斎藤医院 力神堂ひぐち眼科 飯寺ファミリー歯科クリニック	27-1112 37-2977 27-0648	住吉町 昭和町 門田町飯寺
12月11日(日)	内科系 外科系 歯科	あなざわクリニック 志波医院 こしば歯科医院	29-2155 22-0289 27-4374	北青木 馬場町 古川町
12月18日(日)	内科系 外科系 歯科	渡辺脳神経クリニック あみウイメンズクリニック さいとう歯科医院	39-6060 37-1456 29-4618	町北町中沢 八角町 門田町日吉
12月25日(日)	内科系 外科系 歯科	わかまつインターベンションクリニック 高村整形外科 さとう歯科クリニック	32-1558 28-3319 22-8148	一箕町亀賀 門田町中野 神指町黒川
12月30日(金)	2次救急	竹田総合病院	27-5511	山鹿町
12月31日(土)	初期救急 2次救急	夜間急病センター 会津中央病院	28-1199 25-1515	山鹿町 鶴賀町
1月1日(日)	初期救急 2次救急 歯科	夜間急病センター 会津医療センター 長峯歯科医院	28-1199 75-2100 29-4182	山鹿町 河東町谷沢 住吉町
1月2日(月)	初期救急 2次救急 歯科	夜間急病センター 竹田総合病院 桑原歯科医院	28-1199 27-5511 26-4023	山鹿町 山鹿町 日新町
1月3日(火)	初期救急 2次救急 歯科	夜間急病センター 会津中央病院 みゆき歯科クリニック	28-1199 25-1515 22-0220	山鹿町 鶴賀町 中央二丁目

▶診療時間…◎内科系・外科系・小児科＝午前9時～午後5時◎歯科＝午前10時～午後4時◎初期救急＝予約制です。事前に夜間急病センター(☎28-1199)へ電話してください◎2次救急＝午前8時～翌日午前8時
▶注意点…◎初期救急の夜間急病センターの診療時間は、市のホームページで確認してください◎2次救急は入院治療が必要な重症患者のための救急◎いずれの日も、小児科の2次救急は竹田総合病院のみで実施◎休日当番医院は、市のホームページでも確認可

今月の病院情報 12月

休日当番薬局

12月4日(日)	●すみよし薬局(幕内南町 ☎85-7450) ●オレンジ薬局きもと(昭和町 ☎93-6301)
12月11日(日)	●エール薬局門田店(建福寺前 ☎38-3056)
12月18日(日)	●たかせ薬局(町北町中沢 ☎37-1611)
12月25日(日)	●アイン薬局会津若松店(一箕町亀賀 ☎23-9538)
1月1日(日)	●アイン薬局湯川店(湯川町 ☎38-2588)
1月2日(月)	●あいセンター薬局(山鹿町 ☎38-2188)
1月3日(火)	●トリム薬局山鹿店(本町 ☎38-3200)

夜間急病センター

夜間急病センター
☎28-1199

▶診療科目…内科・小児科系※担当医の当番表は、市のホームページにも掲載(右のQRコードでアクセス)
▶診療時間…午後7時～午後11時
▶受付時間…◎月～土曜日＝午後2時～10時30分◎日曜日・祝日＝午後6時30分～10時30分※年中無休。予約制
▶ところ…謹教コミュニティセンター(山鹿町1-22)※夜間急病センターの出入り口が建物西側に変わりました



当番表のQRコード

市の広報番組

テレビ広報「あいづわかまつ情報チャンネル」

▶とき…12月17日(土)午前11時40分～
▶放送局…福島放送(KFB)

シティプロモーションテレビ広報番組「会津の宝探し∞」

▶とき…12月11日(日)・25日(日)午後1時55分～
▶放送局…福島テレビ(FTV)

※点線に沿って切り取り、市長への手紙としてお使いください

郵便はがき

9 6 5 8 7 9 0

料金受取人払郵便

会津若松局
承認

583

差出有効期間
令和5年5月31
日まで
切手を貼らず
にお出ください

会津若松市東栄町3番46号

会津若松市長 行



住所	〒市内		
フリガナ氏名	(☎ -)		
年齢	歳	職業	