

もっと

「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

# 広報もとみや

2019  
Feb.  
No.145

2



みんなに**笑顔**を届けたい!



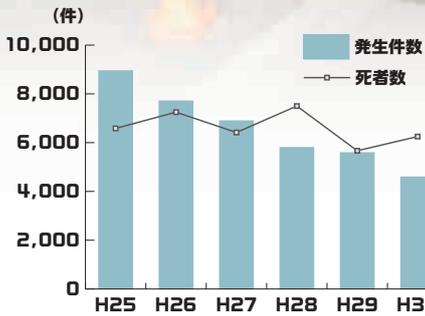
特集1 油断**大敵**

特集2 コンビニ**交付が始まります**

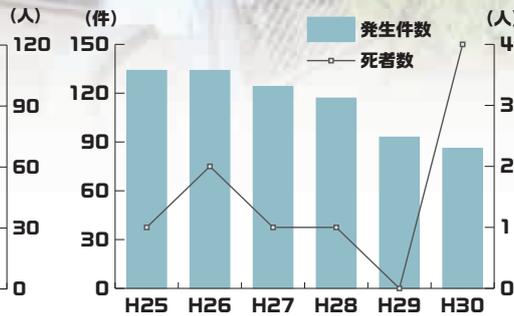
社会福祉協議会主催の給食ボランティアに参加した神奈川県にある相模女子大学「本宮 SMILE プロジェクト」の学生。  
学生たちで考案した地元食材を使ったお弁当「SMILE 弁当」を調理し、一人暮らしの高齢者の皆さんに届けました。

# 油断大敵

■県内の交通事故発生状況



■市内の交通事故発生状況



福島県全体と本宮市内ともに、平成30年は交通事故発生件数は減少。しかし死者数はどちらも増加しました。

福島県内の交通事故発生件数は、年々減少傾向にあり、平成30年の発生件数は、4,592件と、前年より996件減っています。本宮市内でも平成30年は86件で、市の交通安全計画で掲げる年間110件を大きく下回っています。

しかし、死亡事故に目を向けると、県内では75人、市内でも4人の尊い命が、交通事故によって奪われています。いずれも、前年より増加しており、こ

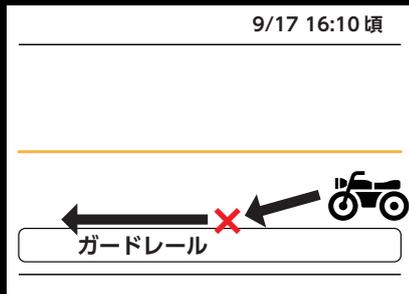
## 死亡事故は増加傾向

郡山北警察署本宮分庁舎管内では、交通死亡事故を含む重大事故が多発しています。事故は誰も起こしたくないものですが、ちょっとした不注意で事故は起きてしまいます。尊い命を守り、交通事故を起こさない・遭わないようにするために交通安全の意識が今、大切になっています。

— 郡山北警察署本宮分庁舎管内では、交通事故の発生件数は減少しているものの、昨年1年間の交通死亡事故が増加しました。

### 市道 (和田地内) Case 2

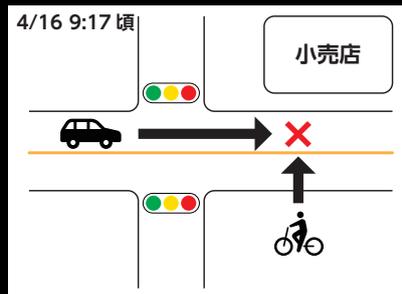
9/17 16:10 頃



大型自動二輪車がガードレールに衝突する交通事故が発生し、大型自動二輪車運転の男性が亡くなりました。

### 県道 本宮岩代線 Case 1

4/16 9:17 頃



軽乗用自動車と自転車が衝突する交通事故が発生し、自転車を運転の男性が亡くなりました。

## 交通死亡事故の発生状況

今年度現在 (平成30年4月1日から平成31年1月21日)、本宮市内では、5件の死亡事故が発生しました。

再発防止のため、事例を紹介します。

実践  
できる!

# 交通安全のポイント



## ドライバー



①前をよく見てスピードを抑える



②夕方は早めにライトを点灯する



③シートベルト・チャイルドシート着用の徹底



④交差点では左右の安全確認を行う

## 歩行者



①明るい服装、もしくは夜光反射材を着用する



②車が接近したときは無理な横断はしない



本宮市交通教育専門員  
渡辺 傳さん

「慎むこと」を  
忘れずに。

交通事故を防ぐためには、一人一人が普段から交通安全の意識を持つことが大切です。そのためにも私たち交通教育専門員は、幼稚園から中学校までの交通教育や高齢者への交通安全の呼びかけ

を行っています。

何かと忙しい世の中で、「少しでも早く着きたい」「時間を無駄にしたくない」と荒い運転をするドライバーも多くいます。先日は、箸を持って弁当を食べながら運転するドライバーを目撃し、驚かされました。少くも時間が遅れたからといって、命にかかわるわけではありません。交通事故を防ぐには、まず、運転手も歩行者も心に余裕を持ち、周りに気を配る「慎む気持ち」を忘れずにいることが大切だと思います。

のままで、県で掲げる「2020年までに交通事故による死者数を60人以下にする」という目標達成が厳しい状況です。

### 一人一人の行動が事故を減らす

そのため、市や警察署、交通関係団体はより一層連携を強化し、①高齢者と子どもの交通事故防止、②自転車の安全利用、③シートベルト着用の徹底、④交通安全意識の向上などを重点に、道路交通環境の整備や交通安全思想の普及、安全運転の管理などの対策を講じていきます。

また、個人の取り組みも大切です。

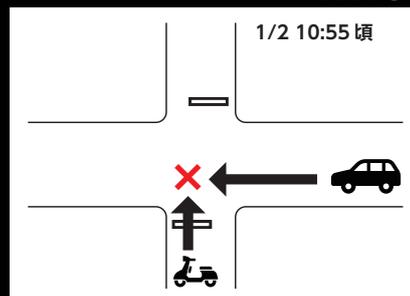
ドライバーの立場では、①前をよく見てスピードを抑える、②夕方は早めにライトを点灯する、③シートベルト・チャイルドシートを確実に着用する、④交差点では左右の安全確認を行う、の4点に注意して運転しましょう。

歩行者の立場では、①夜道は明るい服装をして、夜光反射材を着用する、②車が接近したときは無理な横断はしない、の2点に注意しましょう。

私たち一人一人が「自分の安全は自分を守る」という意識をもち、お互いに思いやりを持って行動すれば、地域から事故を減らすことができます。

### 市道 (和田地内)

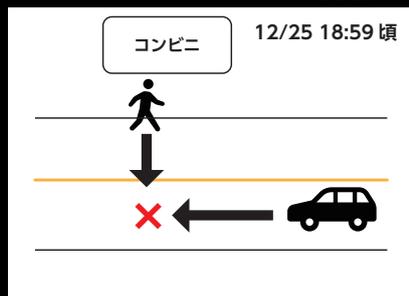
Case 5



第二種原動機付自転車と普通乗用自動車  
が衝突する事故が発生し、第二種原動機  
付自転車運転の男性が亡くなりました。

### 県道 8号本宮・熱海線

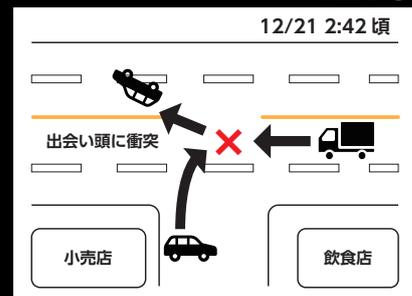
Case 4



軽乗用自動車と歩行者が衝突する事  
故が発生し、歩行者の女性が亡くな  
りました。

### 国道 4号

Case 3



普通乗用自動車と大型貨物自動車  
が衝突する事故が発生し、普通乗用自  
動車運転の男性が亡くなりました。

3月1日  
スタート!



# マイナンバーカードを使った コンビニ交付が始まります!

市では、3月1日からマイナンバーカード※を使って、全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機（キオスク端末）で各種証明書が取得できるサービスを開始します。

画面の案内に従ってタッチパネルを操作して簡単に

取得でき、申請書の記入も不要。市役所の開庁時間に窓口に来られないときや急に証明書が必要になった場合など、お近くのコンビニを利用して証明書を受け取ることができるので大変便利です。

※利用者証明用電子証明書が搭載されたもの

## コンビニ交付 Q & A

### Q1. コンビニ交付って?

マイナンバーカード（個人番号カード）を利用して、コンビニエンスストアなどで各種証明書を発行するサービスのことです。

市役所が閉庁している休日、夜間でも証明書を取得することができるほか、遠方では移動の負担が軽減されます。

### Q2. 利用できる店舗は?

セブン・イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップなど店内にマルチコピー機が設置されている店舗で利用することができます。本宮市内に限らず、全国のコンビニエンスストアで利用できますので、外出先でも取得可能です。

### Q3. 利用するには何が必要?

#### ①マイナンバーカード

「利用者証明用電子証明書」が格納されたマイナンバーカードが必要です。

(マイナンバー通知カード、住民基本台帳カード、印鑑登録証は利用できません)

#### ②発行手数料

### Q4. 発行できる証明書は?

- ①住民票の写し、②印鑑登録証明書、③所得証明書、④課税証明書、⑤戸籍謄本（全部事項証明書）、⑥戸籍抄本（一部事項証明書）、⑦戸籍の附票の写し

※戸籍は本宮市に本籍がある人のみ

※取得できるのは最新の証明書で、住民票の除票や戸籍の除籍謄本などは取得できません

### Q5. 手数料はいくら?

証明書	手数料
住民票の写し	1通 300円
印鑑登録証明書	
所得証明書	
課税証明書	
戸籍謄本および抄本	1通 450円
戸籍の附票の写し	1通 300円

### Q6. 利用できる時間は?

午前 6 時 30 分～  
午後 11 時まで

※ 12 月 29 日から 1 月 3 日、臨時的なメンテナンス日などは利用できません

# マイナンバーカードを作ろう！

市では、昨年10月・11月をマイナンバーカード普及推進月間とし、カード申請の休日受付を行い、多くの市民の皆さんに申請していただきました。ご協力ありがとうございました。

マイナンバーは、行政機関での手続きのほか、

就職時や年末調整、銀行口座開設や保険会社との契約などさまざまな場面で提示を求められるようになってきています。市では継続して、カードの申請を希望する人に、申請のお手伝いをしていますので、ぜひご相談ください。

## ■申請に必要なもの

- ①ハンコ（認印可）
- ②マイナンバー通知カード
- ③顔写真 ※無料で撮影もできます
- ④住民基本台帳カード※お持ちの人

## ⑤運転免許証などの本人確認書類（原本）

※顔写真付きの身分証明書がない場合は、①保険証や年金手帳など公的な書類と②診察券や学生証などの氏名の入った書類の2点が必要です。

## ■広がるカード利用の可能性

### 子育て手続きの電子申請

子育て関連の手続きを電子申請で行えるワンストップサービスの提供

### 健康保険証としての利用

- ・カードを健康保険証として利用（2020年予定）
- ・医療機関での診療情報の閲覧（実証中）

### 身分証明書としての利用

運転免許証返納後にも利用できる顔写真付き身分証明書

### スマホでの利用

- ・マイナンバーカード読み取り可能機種が拡大中
- ・スマートフォンへの電子証明書の搭載（実証中）

## Q7. どうやって発行するの？

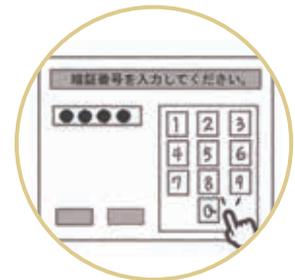
店内のマルチコピー機の画面表示に従って操作を行います。※コンビニ各社により表示画面は異なります。



マルチコピー機で「行政サービス」を選択



マイナンバーカードをマルチコピー機にセット



利用者証明用電子証明書の暗証番号（4桁）を入力



証明書が発行されます



マルチコピー機に手数料を投入



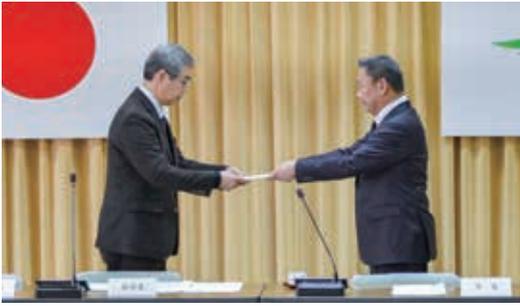
必要な証明書を選択

環境審議会委嘱状交付

10年間の計画を策定する

平成31年度から10年間の本宮市の環境計画を策定する環境審議会は、12月18日、市役所大会議室で開催され、委員15人に委嘱状が交付されました。会では、会長に福島大学共生システム理工学類の渡辺明特任教授、副会長に遊佐徹さんが選出されました。

委員の皆さんは、本宮市の環境基本条例に基づき、本市第2次総合計画との整合性を図りながら、環境施策を総合的かつ計画的に推進することにより、本市の望ましい環境像の実現を目指す計画を今年度内に策定します。



市長から諮問書を受け取る遊佐副会長（左）

交通教育専門員辞令交付

専門員へ辞令を交付



辞令が交付された交通教育専門員

交通教育専門員の辞令交付式は、1月8日、市役所大会議室で行われ、交通教育専門員8人に辞令が交付されました。任期は平成31年1月1日からの3年間で、交通安全教室の開催や、園児・児童の登校時の見守り、街頭指導などを行い、交通安全思想の普及啓発に努めます。

辞令を受けた専門員8人は次の通り▽渡辺傳さん（和田）、加藤悦子さん（荒井）、穴戸浩巴さん（岩根）、窪田郁子さん（本宮）、三瓶和彦さん（長屋）、国分義弘さん（高木）、秋田公美さん（本宮）、長尾大輔さん（本宮）

交通教育専門員退任辞令

39年7カ月交通教育に従事

本宮市の交通教育専門員を務めた長尾良夫さん（本宮）は、12月31日付けで退任されました。長尾さんは昭和54年に交通教育専門員を拝命し、39年7カ月の長きにわたり、仕事の傍ら、子どもたちの見守り活動や交通安全教室の講師を務め、交通安全の大切さを広く市民へ訴えてきました。

市役所で行われた辞令交付式で長尾さんは「家族の理解があつてこそ続けられました。人のために尽くそうという強い信念を持って取り組んできました」と活動を振り返りました。



退任辞令を受け取る長尾良夫さん（左）

「地域連携フェア」開催

学生が本市の魅力発信



本宮市の特産品を販売する相模女子大学の学生

12月15日と16日、本宮市と地域協働活動協定を結ぶ相模女子大学の学生が、本市の魅力伝える物産展を企画し、神奈川県伊勢丹相模原店を会場に、新鮮野菜や特産品のPR販売を行いました。参加した学生は本宮が好きな学生で構成される「本宮SMILEプロジェクト」という団体に所属しており、本宮での農作業体験などを通して学んだ農産物の知識や安全性、本宮の魅力についてPRを行い、本宮の農産物を使用した調理レシピの配布を行いました。本活動には農山漁村振興交付金が活用されています。

人権擁護委員委嘱状伝達

人権擁護委員へ委嘱状を伝達

人権擁護委員の感謝状と委嘱状伝達式は、1月8日行われ、12月31日付けで退任された伊藤久子さん（本宮）に法務大臣からの感謝状が、1月1日付けで新任された遠藤美恵子さん（本宮）と再任された橋本広栄さん（岩根）に委嘱状がそれぞれ伝達されました。伊藤さんは5期15年人権擁護委員として、人権相談や啓発活動などに尽力されました。市内では7人の人権擁護委員の皆さんが、地域の人権相談を受けるほか、問題解決のお手伝い、「人権の花」や「人権教室」などを通じた啓発活動を行っています。



感謝状が交付された伊藤さん（中央）と委嘱状が伝達された橋本さん（左）と遠藤さん（右）

紺綬褒章受章

伊藤集三さんが受章

本宮市出身の木口木版画家・伊藤集三さんの紺綬褒章伝達式が、12月26日、市役所で行われました。木口木版は、輪切りにした木の表面を用い彫刻する、繊細で緻密な表現が魅力の木版画です。伊藤さんは、自身の作品33点を市に寄贈され、紺綬褒章を受章されました。

高松市長から褒章が伝達されると、「身に余る光栄。木口木版を生きがいにしてこれまで来ました」と喜びの言葉を語りました。市長は、「たくさんの方の市民の目に触れられる場所に展示したい」と話しました。



紺綬褒章を受章された伊藤集三さん（中央）

百歳賀寿

渡辺ユキさんの長寿を祝う



百歳賀寿を迎えられた渡辺ユキさん（前列中央）

渡辺ユキさんの百歳賀寿贈呈式は、1月6日、本宮市上千束地内のぼたん荘で行われ、ご家族や市役所、福島県関係者らが集い、ユキさんの長寿を祝いました。

贈呈式では、県北保健福祉事務所の遠藤泰弘部長から賀寿と会津塗りの木杯が贈呈されたほか、本宮市や市議会から記念品が贈られ、ひ孫さん一同からも花束とプレゼントが手渡されました。

渡辺さんは大正8年1月6日生まれ。子ども2人、孫3人、ひ孫が7人います。長寿の秘訣は「なんでも食べる」とだそうです。

消防車両交付式

小型動力ポンプ積載車2台

本宮市消防団消防車両交付式は、12月15日、市役所南側駐車場で行われました。はじめに本宮市から本宮市消防団に消防小型動力ポンプ積載車2台が交付され、高松市長から国分団長に交付書が手渡されました。交付された消防車両は本宮第4分団と白沢第4分団に配備されました。消防小型動力ポンプは火災現場と水利が離れている場合に中継装置が必要となる現場で使用するなど、市民の生命や財産を守るために活用されます。

乾燥する日が続き、火の取り扱いは十分注意しましょう。



白沢第4分団（左）と本宮第4分団（右）に交付された小型動力ポンプ積載車

東京もとみや会通信 その45



東京もとみや会 副会長  
野尻大七さん

『福島県と安達地方の観光物産展（略称：浅草寺復興市）買い物支援』年末恒例となりました「東京・浅草 浅草寺復興市」が昨年11月23・24日に開催されました。私たち「東京もとみや会」は23日の勤労感謝の日に、新調した法被を着て総勢10人で買い物支援にかけつけました。東京有数の観光地である浅草は、相変わらず外国人が多く、仲見世通りは人がごった返して思うように進めないほどの人込みでした。

当日は幸いにも好天に恵まれ、浅草寺本堂の近くでの「復興市」とあって、多くの客でにぎわい、安達地方の特産品や郷土料理に行列ができるほどでした。浅草寺

は物産などをアピールする場所としては、最高に適した場所であることを今回も痛感した次第です。個人的には、糰和田屋の「豚汁」が味よし、量よし、値段よしの三拍子そろった絶品でした。大変おいしくいただきました。また、今年新規に「蜂蜜屋」さんも出店しており、本宮の特産品も増えつつあるのは大変喜ばしいことだと思いました。

入会およびお問い合わせは、下記「東京もとみや会」事務局へ  
千葉県柏市南逆井6-3-13 野地 博 ☎04-7175-0517 Eメール：hiroshi-nj@jcom.home.ne.jp



## 新 平成 31 年本宮市成人式 成人の新たな門出を祝う

平成 31 年本宮市成人式は、1 月 13 日、サンライズもとみやで開催され、本宮市の新成人 357 人の新たな門出を祝いました。

成人式では国歌斉唱と市民憲章の朗読がされたあと、新成人代表 3 人に成人証書が授与されました。また、新成人を代表し国分竜次さん（白沢中出身）が「新成人として、社会の中で責任ある行動をとっていきたい」と誓いの言葉を述べました。



①



③



②

①成人証書を受け取る新成人代表の佐藤萌々香さん  
②晴れやかな表情の新成人たち ③成人式で市民憲章を朗読する橋本啓汰さん

## 五 ハツ田内七福神舞 穀豊穡や家内安全を祈願

白岩字塩ノ崎の通称・ハツ田内地区では、1 月 7 日、小正月の伝統行事「ハツ田内七福神舞」が行われ、五穀豊穡や家内安全を祈願しました。約 350 年の歴史を持ち、地区内の 10 軒からなる保存会が毎年 3 軒持ち回りでを行っています。太鼓や三味線の囃子に合わせ、七福神が踊りながら登場し、ひょっとこがユーモラスに踊るなどし、1 年の幸を願いました。



おどけた動きをしながら「まぶし」を編むひょっとこ

ご利益を求め大梵天を取り合う参拝者



## 参 岩角山大梵天祭 参拝者が福を求めにぎわう

岩角山岩角寺の正月行事「大梵天祭」は、1 月 3 日、同寺境内で執り行われ、大勢の参拝者でにぎわいました。青竹の先に白や金の紙垂（しで）を付けた梵天の一部を手に入れると、無病息災や家内安全のご利益があるとされています。岩角山奉賛会員が大梵天を境内に持ち込むと、多くの参拝者が福を求め駆け寄り、激しい争奪戦を繰り広げました。

えぼか餅つき大会  
きたてのお餅を味わう

えぼかで、1月14日、毎年恒例の餅つき大会が開かれ、多くの親子連れが餅つきを体験しました。ホールに大きな臼が用意され、もち米が運び込まれると、親子一緒に千本杵を手にし、「よいしょよいしょ」と大きな掛け声で餅をつきました。餅つき体験が終わると、あんこときな粉のお餅が振る舞われ、参加者は新年の伝統行事を堪能しました。



餅つきを体験する子どもたち

中心市街地をパレードする消防団員ら



本宮市消防団消防出初式  
今年の無火災・無災害を誓う

本宮市消防団の消防出初式は、1月6日、総合体育館で行われ、消防団員や女性消防協力隊など約450人が集い、今年の無火災・無災害を誓いました。また、本宮第3分団が2年1カ月間、白沢第4分団が3年10カ月間の無火災を表彰されました。式終了後、全団員・全車両で中心市街地をパレードし、一糸乱れぬ分列行進を披露しました。

相模女子大学「給食サービスボランティア」  
市民にお弁当と笑顔を配達

本宮市と地域協働活動協定を結ぶ相模女子大学は、1月12日、社会福祉協議会が取り組む市内の一人暮らし高齢者などを対象とした給食サービスのボランティア活動を行いました。学生は都市部から市民に笑顔を届けることを目的に本宮の食材を使ったオリジナルレシピ「SMILE弁当」を考案。えぼか調理実習室で調理し、市民へお弁当と笑顔を届けました。



配達するお弁当を調理する相模女子大生

華麗な歌声を披露する井上あずみさんと娘のゆーゆさん



クリスマスコンサート  
あずみ & ゆーゆが熱唱

クリスマスコンサート「井上あずみ & ゆーゆファミリーコンサート」は、12月15日、サンライズもとみやで開催され、「となりのトトロ」や「君をのせて」などの井上あずみさんの代表曲を親子連れなどが楽しみました。また、NHK「みんなのうた」に採用された、娘のゆーゆさんの曲やクリスマスソングも披露され、会場を盛り上げました。



# 私の 随想録



今回のライター

三瓶 かおりさん

— Sanpei (白岩)  
Kaori —



昨年の春に私が撮影した満開時の大桜です！今年の春は皆さんもぜひ見に来てください！



## 「本宮市の自然」

私の生まれ育った本宮市(旧

白沢村)は、春には梅の花や山

桜が咲き、夏にはさまざま

虫の音が響き渡り、秋には山々

の木々にいろがつき紅葉が見え

ます。また冬には、雪が降ると

辺りが真っ白になり、太陽の光

で雪がキラキラと光って見え

ます。そんな四季をたくさん感じ

られる場所です。

家から数分の場所には、桜の

名所になっている塩ノ崎の大桜

があります。昨年の春、桜が満

開になったところに、久々に家族

と一緒に訪れました。その日は

天候も良く、桜を見るのに最高

の日でした。桜は高台に咲いて

いるので、駐車場から少し歩

くと、下からも大きな桜が見え

ました。歩いていると、小学生の

頃を思い出しました。今では集

会所で行っている花見も、私が

小学生の頃に一時期、桜の近く

で行っていた時があり、花見の

後に桜の周りで遊んだ時を懐か

しく思いました。

少し歩き高台につくと、一本

の大きな桜が咲いており、周り

に菜の花も満開に咲いていま

した。あまりの桜の大きさに少

立ち止まってしまい、自然と写

真を撮っていました。桜と菜の

花が風に揺れ言葉では言い表

せないほどの感動に浸りました。

小学生の頃、遊びまわっていた

場所は人を魅了させる場所に

なっていました。

本宮市にはこのような場所が

たくさんあると思います。これ

から、また懐かしい場所を探し

に行ってみたいと思います。

4月号は私が書きます！



次回は  
武田 光弘さん(本宮)です

伊達鶏五目わっぱそばセット (1,400円)



安達太良サービスエリア下り

## あだたら亭

- 営業 7:00 ~ 21:00 (年中無休)
- 電話 0243-33-1250
- 住所 本宮字平井 228 安達太良SA下り線内  
(建物西の一般道からも入場できます)



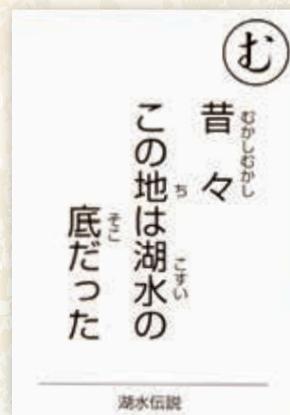
本宮烏骨鶏商品が並び売店

「あだたら亭」は、安達太良サービスエリア下りで営業しているレストラン。名物の「伊達鶏五目わっぱそばセット」は、年間1万食超えの人気ナンバーワンメニュー。福島県産、本宮市産食材を使用した具沢山のわっぱめし、いか人参、こづゆなど福島県の魅力が凝縮された一品です。約15年前から提供されているメニューですが、お客様のニーズに合わせて、改良を重ねてきました。具沢山のわっぱめしと、猪苗代産そば粉を使用したのど越しの良い8割そばの相性は抜群。付け合わせのいか人参も箸休めにちょうど良いアクセントとなっています。

また売店コーナーでは、本宮烏骨鶏使用の肉味噌などの調味料や白沢とろろ芋使用のまんじゅうなど地元産品を使用したオリジナル商品が販売され人気を博しています。

### ■湖水伝説

高木地区には伝説の名残だと言われる水境という地名がある



# 本宮かるた巡礼

その二十三

## 湖水伝説

本宮の地には、その昔「湖の底」だったという伝説があります。南消防署のある「水境」という地名は、湖と陸の境であった名残であるという説もあります。

大昔、この地の火山活動が活発となり、地殻変動によって山ができ、本宮地方は埋没地溝となりました。するとだんだんと水が溜まっていき、やがては湖となったと言われています。その後、水が引き、阿武隈川や五百川ができたそうです。

湖水伝説の証拠に、高木や小幡の善性寺東側からは泥炭が出土しています。泥炭は湖の底に沈んだ植物が泥に埋まり炭化したもので、この辺りが水に浸かっていたことを示しています。

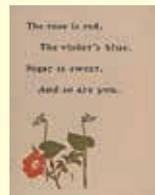
本宮かるたは、本宮市観光物産協会（市役所商工観光課内）・白沢ふれあい文化ホールで購入することができます



こんにちは！国際交流員のサラです。2月14日のバレンタインデーは恋人の日といわれており、この日にアロポーズや結婚するカップルが多いです。イギリスでは日本で行われている義理チョコとホワイトデーはなく、また違った習慣があります。

昔からバレンタインデーを境に冬が終わり、春が始まります。

17世紀から男性があこがれた女性に匿名カードを書く習慣があり、郵送が発達する以前は女性に渡すカードやプレゼントをこっそり家の入口の前に置いていたそうです。1840年から封筒とペニーポスト（10円の切手）ができて、郵送の匿名カードが人気になりました。匿名にする習慣は、ある女性と男性の名前を引いてカップルを作る昔のゲームから来ています。



女性に渡すプレゼントはチョコレート、12本（12=感謝）か1本（1=愛）の赤いバラ（赤=愛）、宝石類、写真用フレーム、香水等です。ウェールズでは恋人にスプーンを渡す習慣があり、愛を表現する南京錠の柄があしらわれています。



### バレンタインにまつわる英語の慣用表現：

中世には相手の名前が書いてある紙を引いて、その名前を袖に1週間張ると恋人になるといわれていました。そこから「感情を素直に表す人」という意味の「袖に心をつける」(wear your heart on your sleeve) という慣用表現が今でも使われています。



やっぱり一番伝統的な習慣は恋人にバレンタインのお菓子を手作りすることですね。皆さんもイギリスの伝統的なバレンタインのお菓子作りに挑戦してみませんか？写真の「バレンタインパン」の作り方はコチラのウェブページ（英文）をご覧ください：ほしぶどうとキャラウェーの実のパン



## 防災もとみや広報 割込み放送について

毎日が  
新鮮番組  
放送中！

FM モットコムでは、下記の時間に「防災もとみや広報」を割込み放送しています。尚、割込みの際（ピポパの信号の後）10秒程度の「無音」になります。ご理解宜しくお願い申し上げます。

- ① AM 6:45 = その後「ラジオ体操第一」が流れます。
- ② PM 2:00 = その後「みずいろのまち」が流れます。（平日）
- ③ PM 6:55 = その前「ラジオ体操第二」が流れます。

※その他、緊急時、割込み放送を行います。

朝6時～夜中2時まで、毎日、情報番組満載で放送中！



FM みんなでつくるみんなのラジオ  
**Mot.Com 77.7 MHz**  
エフエム モットコム  
TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050  
web@fm-mot.com

**自家用農産物の測定をお勧めします**

12月は全14品目・38検体の測定を行い、全検体が検出限界値未満でした。

ゆずについて、平成23・24年度は基準値を越えた検体がありましたが、平成25年度以降は持ち込まれた検体全てが基準値を下回り、今年度は、全ての検体で検出限界値未満でした。

また、別表のとおり市内産の山菜類では出荷制限となっているものもあるため、今後野生のフキノトウなどを自家消費する場合は市内3カ所の測定所での検査をお勧めします。

**■本宮市産の山菜類の制限**

出荷制限	山菜類	タケノコ
		コシアブラ
		タラの芽（野生のものに限る）
		フキノトウ（野生のものに限る）

**■全14品目・38検体の測定結果【集計期間 12月1日～12月28日】**

品目	検査数	検出数	検出値 (Bq/kg)	備考
ゆず	11			
大豆、干し柿	各6			放射性セシウム (Cs134・Cs137) が検出された品目はありませんでした。
ダイコン	3			
クルミ、ハクサイ	各2			検出限界値
小豆、芋がら、柿、カボチャ、キクイモ、ギンナン、サトイモ、ホウレンソウ	各1			きざんで測定：10ベクレル/キログラム きざまず測定：25ベクレル/キログラム
計14品目	38			

**【測定の申し込み先】**

（受付時間（平日）午前9時30分から 午後4時30分まで）

- ・放射能除染・モニタリングセンター ☎ 63-2682
- ・白沢測定所（白沢総合支所内） ☎ 44-2113
- ・荒井測定所（荒井地区公民館内） ☎ 24-8781

**仮置き場内の空間線量**

市内22箇所の仮置き場内の空間線量は1月15日現在、最小値0.04マイクロシーベルト/時～最大値0.13マイクロシーベルト/時です。今後ともご理解とご協力をお願いします。

**公共施設の汚染土壌掘り起こしが進行中**

市では、市内の各公共施設に埋設保管されている汚染土壌の掘り起こし作業を順次進めています。作業に伴い、駐車場などの利用が制限される場合があります。ご不便をおかけしますが、今後ともご理解とご協力をお願いします。



（野口先生のコメント ～作業現場を確認して～）

公共施設に埋設されている汚染土壌の掘り起こし作業現場を視察しました。本宮市の監督の下、現場作業責任者の指揮により、汚染土壌の掘り起こし作業、フレコンバッグへの詰め込み作業、仮置き場への搬出作業の各段階において、適正に放射線管理が行われていました。作業者の安全性の確保はもとより、周辺住民の安全性も十分に確保されていると思われました。

ここからは広告欄です。内容についてのお問い合わせは、直接、広告主へお願いします。



**オーブの「ご法宴」**

会席膳 4,000円～  
（税別）

■イス席でのご準備■  
室料無料・バス送迎有（有料）

**歓送迎会承り中**

- ・料理 3500円（税込）～
- ・飲み放題 1500円（税込）～
- ・室料無料《200名様迄可能》

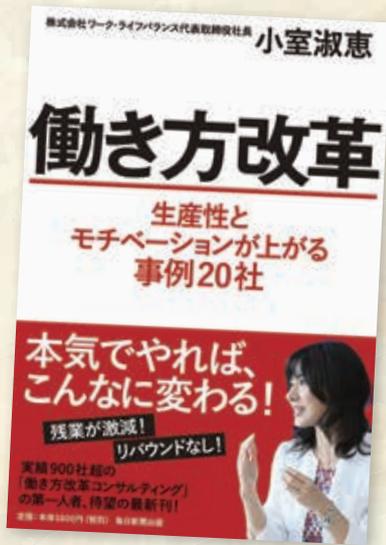
【各種ご宴会をお客様のプランにてご提案いたします】

**ネーブルシティもとみや aube**

**TEL.24-8140 FAX.24-8141**  
〒969-1131 本宮市本宮南町裡 38 URL <http://www.m-mot.com/aube/>

RECOMMEND

今月の一冊



『働き方改革 生産性とモチベーションが上がる事例 20 社』

▶ 著者 小室 淑恵  
▶ 出版 毎日新聞出版

安倍首相に働き方改革を提案した著者による、働き方改革についての指南書です。現在、企業にとって「働き方改革」は避けて通ることのできない命題となっています。なぜなら、今後の日本社会は少子化により労働人口も減っていき就労者を確保することが難しくなるからです。本書は企業や官公庁などの働き方にメスを入れ、成功した事例が掲載されています。きれいごとだけではない社会の本質を突く鋭い指摘は、そんな修羅場を経験してきた著者ならではの迫力があります。

しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 中央公民館図書室 ☎ 33-2611

どちらの窓口からも借りることができます。

【利用時間】(火)~(土) 9:30 ~ 20:00 (日)・(祝) 9:30 ~ 17:00

【休館日】2月4日(月)、12日(火)、18日(月)、25日(月)

NEW ARRIVALS

おすすめ新着本



『わけあって絶滅しました。』  
▶丸山 貴史



『給食アンサンブル』  
如月 かずさ



『おさがり』  
くすのきしげのり



『きょうりゅうきょうりゅう』  
パイロン・バートン



『あなただけの人生を どう生きるか』  
渡辺 和子



『カルピスをつくった男』  
三島海雲  
山川 徹



『ブロードキャスト』  
淡 かなえ

LIBRARIAN

学校図書館の現場から



『メリーメリー おとまりにでかける』  
／ジヨージ・G・ロ  
ビンソン…作・絵

学校図書館で行った読書ビンゴで3、4年生に人気でした。他に2冊のシリーズがあるので、友達同士読み終わると交換して読みあっていました。小さな女の子メリーメリーは大人の真似をして、頭にティーポットカバーをかぶり、お母さんのようにハイヒールを履いてでかけます。そんな姿がおかしくもあり、自分が小さかった頃を思い出したりする子もいたようです。長いお話が苦手な子にも読みやすい本です。【小林美穂さん / 学校司書】

図書館(室) イベント情報

※会場はいずれも夢図書館視聴覚室

赤ちゃん・妊婦さんのおはなし会

とき 2月22日(金) 11時00分～11時20分

内容 赤ちゃんへの絵本の読み聞かせやわらべうた、親子でのふれあいあそびなどを行います。また妊婦さん、新米ママ向けの赤ちゃんへの接し方や子育て豆知識などについてもお話しします。

対象 赤ちゃん(0・1・2才くらいまで)とその保護者、妊婦さんとその家族

ドリームおはなし会

とき 2月24日(日) 11時00分～11時30分

内容 季節の絵本の読み聞かせ、手袋人形、紙しばい、パネルシアター、エプロンシアターなど親子で一緒に楽しめます。

対象 幼児～小学生とその保護者、子どもの本に関心のある大人

# いきいき健康だより

問 保健課 健康増進係  
☎ 63-2780

## ふくしま健民検定 に挑戦しよう!

県では、皆さんの健康知識や理解度を測る「ふくしま健民検定」を実施します。自宅などから気軽に受けることができます。ぜひチャレンジしてください。

■ 日時 2月6日(水)～3月5日(火)

■ 検定方法 ①「ふくしま健民検定」ウェブサイトの検定フォーム上で解答  
②問題用紙をふくしま健民検定事務局から取り寄せ、解答を郵送

■ 合格基準 正答率 70% 以上  
(合格者には認定証として「ふくしま健民カード(特別版)」を進呈します)

■ 問い合わせ ふくしま健民検定事務局 ☎ 024-927-0021 (平日 10:00～17:00)  
ウェブサイト <http://kenkou-fukushima.jp/kentei>



## 乳がん検診・子宮頸がん検診は今月末までです

3月までに偶数年齢になる女性は、今年度の女性がん(乳がん・子宮頸がん)検診の対象です。※乳がんは30歳以上、子宮頸がんは20歳以上

■ 期間 2月28日(木)まで

■ 場所 指定医療機関で受診できます。  
(受診の際には専用の受診録が必要となります。  
お持ちでない場合はお問い合わせください。)



指定医療機関  
はコチラ



■ 乳がん 乳がんは、40～50代の女性に特に多くみられます。  
無症状のうちに検診を受けた人は、早期の段階でがんが発見される可能性が高く、その段階で治療すれば、治療の経過も良好です。定期的に検診を受け、早期発見の機会を失わないようにしましょう。  
※3月末の年齢が、40歳の方は検診料金が無料で受けられます。

■ 子宮頸がん 子宮頸がんは、20～30代の女性に発症するがんの中で1番多く、若い女性の間で急増しています。  
がんになる前の状態で発見することができ、また、がん化していても早期のうちに治療すればほとんど治癒が望めますので、定期的に検診を受けて、早期発見することが大切です。  
※3月末の年齢が、20歳の方は検診料金が無料で受けられます。

新車 / 中古車販売 / 車検整備はお任せ下さい



# 福島トヨタ

## くるまックス本宮店

〒969-1104 本宮市荒井字青田原 209-1  
TEL:0243(63)5555 FAX:0243(63)5560

Innocent

## 美容室 イノセント

毎週月曜・金曜日はカットデー!

- カット 1,600円 シャンプー・ブロー込み  
(ロングは +300円) 月・金以外はカット 2,200円
  - カラー 4,800円 (シャンプー+1,000円)
  - パーマ 4,300円～ (カット料金込み)
  - ※女性限定メニューになります (男性は成人男性カット 3,300円)
- ご予約できます! (月・金以外)  
本宮市本宮字箱町 199-1 毎週水曜日休日 tel 0243-34-6030



「広報を見たよ!」  
お伝えください!

## 仕事 魅力ある県内企業を知ろう

福島労働局では地域の業界や魅力ある県内企業について知ることができる「ふくしま大卒等就職ガイダンス」を開催します。

- ▶日時：3/8(金) 10:00～16:00
  - ▶場所：ビッグパレットふくしま
  - ▶対象：2020年3月に大学など卒業予定の学生ら
- 関福島労働局職業安定課  
☎ 024-529-5396

## 仕事 シルバー人材センター 入会説明会

本宮市シルバー人材センターでは、来年度の入会説明会を行います。

- ▶日時：3/1(金) 10:00～
  - ▶場所：本宮市福祉会館 会議室  
(本宮市本宮字馬場 74-1)
  - ▶入会資格：健康で働く意欲のある60歳以上の人(本宮市在住)
  - ▶業務内容：屋内外の清掃、樹木の伐採・剪定・消毒、草むしり・除草(機械)、網戸・障子・ふすま張り替え、刃物研ぎ、家屋の簡単な修繕、家事手伝い、一般事務、筆耕、自動車運転、農作業
- 関(公社)本宮市シルバー人材センター 管理係 ☎ 34-5226

## 行事 ふくしまイレブン めぐりスタンプラリー

福島圏域 11 市町村の道の駅や直売所を回り、豪華景品が当たるスタンプラリーを開催します。

- ▶日時：2/9(土)～3/10(日)
  - ▶場所：福島圏域 11 市町村の道の駅・直売所 16 地点
  - ▶内容：スタンプの数で、申込み可能な景品が変わります。多く回って豪華景品に応募しましょう。
- 関福島圏域連携推進協議会事務局(福島市役所 政策調整課内) ☎ 024-529-5067

## 相談 無料税務相談所を開設します

東北税理士会二本松支部では2月23日の税理士記念日に「無料税務相談所」を開設し、日頃税金で悩んでいる問題などについて解決のお手伝いをします。相談には、税の専門家の税理士が当たりますので、お気軽にご相談ください。

- ▶日時：2/23(土) 10:00～16:00
  - ▶場所：中央公民館 第3研修室
- 関東北税理士会 二本松支部  
宮嶋会計事務所 ☎ 23-2260

## 行事 集まれ！料理男子



第5回男性の料理教室を開催します。今回のテーマは「メニューを決めて料理しましょう」です。

- ▶日時：2/27(水) 10:00～13:00
  - ▶場所：えぼか 調理室
  - ▶料金：300～500円
  - ▶定員：20人※10日前までにお申し込みください。
- 関保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 仕事 就職相談会

市では、専門の相談員が、就職に関するさまざまな相談に応じる就職相談会を開催します。就職相談のほか、職業紹介、応募書類の書き方などの相談に応じます。相談費用は無料。

- ▶日時：2/21(木) 13:00～16:00
  - ▶場所：中央公民館 第2研修室
- 関ふくしま生活・就職応援センター 郡山事務所 ☎ 024-925-0811

## 情報なび

「行事」「募集」「健康」などあなたの暮らしに役立つ情報コーナーです。

本宮市役所 ☎ 0243(33)1111 (代表)  
〒969-1192 本宮市本宮字万世 212  
<http://www.city.motomiya.lg.jp/>

## 行事 風船パフォーマンスをお楽しみください



マジカルバルーン Yes によるバルーンアートショー

- ▶日時：2/16(土) 10:30～11:30
  - ▶場所：えぼか イベント交流広場
- 関えぼか ☎ 63-2780

## 募集 見守りボランティアを募集しています



えぼかでは、「えぼか・子育てサロン」と「プリンス・ウィリアムズ・パーク 屋内あそび場」でお子さんの見守り、おもちゃの片づけ、消毒などを行うボランティアを募集しています。

- ▶時間：① 9:00～12:30  
② 12:30～16:00 のいずれか  
※定休日除く
  - ▶対象：継続してボランティアに入ることができる人(月1回から8回)
- 関えぼか ☎ 63-2780

TOTOリモデルクラブ  
水まわりのトラブル 不便解消 修繕  
リフォーム 配管 快適生活

株式会社 **タカマツ** 33-5242

とみや おおたま にほんまつ みはる 上下水道工事指定店



真心・親切、お客様の足となり日々安全運転！  
一般貸切旅客自動車運送業  
小型バスから大型バスまで

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご用命は

**協和交通株式会社**

TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481

〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1

広告

## 2月の乳幼児健診

### 3～4カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成30年10月1日 ～31日生まれ	21日(木)	13:00～ 13:30

### 10カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成30年4月1日 ～30日生まれ	28日(木)	13:00～ 13:30

### 1歳6カ月児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成29年7月5日 ～31日生まれ	20日(木)	13:00～ 13:30

### 3歳児健康診査

対象	日にち	受付時間
平成27年10月1日 ～31日生まれ	14日(木)	13:00～ 13:30

### 親と子の健康相談

対象	日にち	受付時間
妊婦・乳幼児 ～高校生の保護者	22日(金)	10:00～ 11:00

※場所はいずれも「えぼか」。  
※健康相談には「母子健康手帳」をお持ちください。

## 健康

### 糖尿病を予防しよう

本宮ライオンズクラブでは「糖尿病予防啓発セミナー」を開催します。

- ▶日時：2/23(土) 15:00～
- ▶会場：えぼか 健康増進広場
- ▶講師：うさみ内科



(郡山市大槻)  
宇佐見啓治 院長  
昨年10月放送のNHK「ガッテン！」に出演し、ゆっくり行うスクワットによる血糖値が上がりにくい体づくりを提唱。

- ▶演題：「糖尿病の予防と治療」  
(カンタン・ラクチン運動)

圓本宮ライオンズクラブ  
☎ 34-4452

## 相談

### 電話でご相談を受け付けています

市では、毎週水曜日はこちらの健康電話相談「きぼうホットライン」を実施しています。心の疲れや悩み、不安などささいなことでも結構です。午前10時から午後5時まで、専門の精神保健福祉士が相談をお受けします。相談して **34-5560** までお気軽に電話してください。相談は無料。秘密は厳守します。匿名でのご相談も可能です。  
圓保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 相談

### 心の悩み、ご相談を！ こころの相談室

専門家（臨床心理士）が、心の悩み、不安などの相談に応じます。  
▶日時：2/25(月) ① 13:00～  
② 14:00～ ③ 15:00～  
▶場所：えぼか  
▶申込：完全予約制。事前に電話でお申し込みください。  
圓保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 健康

### 高齢者肺炎球菌 予防接種は3月まで

市では高齢者肺炎球菌予防接種を行っています。対象となる年齢の人は、3月31日までが接種期間です。期間を過ぎると対象となりませんので、早めの接種をお勧めします。  
▶対象：今年度内（昨年4月2日から今年4月1日まで）に、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人など  
※過去に接種している人は対象となりません。  
▶必要なもの：①予診票（対象者には、昨年4月に郵送しています。手元がない場合は保健課で再交付します。）  
②接種済み証  
圓保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 健康

### 2月のホールボディ カウンターの日程

2月は本宮12区・13区・青田地区の4歳以上の市民の皆さんを対象に案内しています。対象地区以外の方も受けられますので、希望する場合はお問い合わせください。  
▶日時：2/1(金)、3(日)、6(水)、8(金)、13(水)、14(木)、15(金)、17(日)、20(水)、21(木)、27(水)、28(木)  
圓保健課 健康増進係 ☎ 63-2780

## 健康

### 筋膜体操教室

筋膜の張りやゆがみを取り除く簡単な体操で健康になりましょう。  
▶日時：① 2/14(木) ② 2/27(水)  
③ 3/14(木) ④ 3/27(水)  
※①③は10:00～、②④は13:30～  
▶会場：中央公民館 集会室  
▶準備物：水やお茶などの飲み物 / 汗ふきタオル / ヨガマット(貸出あり)  
▶料金：会員200円 / 非会員300円  
圓もとみやスポーツネットワーク事務局 ☎ 33-2611

## 健康

### ボディリメイク スクール



ストレッチやヨガと一緒に汗を流してみませんか。  
▶日時：① 2/7(木) ② 2/25(月)  
③ 3/8(金) ④ 3/25(月) 13:30～  
▶会場：えぼか 健康増進広場  
▶準備物：水やお茶などの飲み物 / ヨガマット(持っている人)  
圓保健課 健康増進係 ☎ 63-2780



今年で何歳？車検は愛車の誕生日！  
「安い」「早い」「安心」

## 車検のコバック 本宮店

ご予約・お見積りは「車検証」を見ながらお電話どうぞ



本宮市本宮字中台 22 (国道4号沿い)

フリーダイヤル 0120-589-550

## 4月より休日当番医の体制が変わります

### 安達管内一体での当番医設定

本宮・大玉地区に1医療機関、二本松地区に2医療機関配置していましたが、今年4月より安達管内(2市1村)を一体化しての体制が変わります。

閩保健課 健康増進係 ☎63-2780

## 診察体制が変わります

休日当番医として、「小児対応可医療機関※」と「一般診療医療機関」の2医療機関を必ず配置します。また、眼科・皮膚科・耳鼻科・精神科などの専門性の高い医療機関は、「専門診療医療機関」として別に配置します。専門診療科のみの診療となりますのでご注意ください。

※すべての医療機関が小児科標榜医療機関とは限りません

## 大切な命を守るため、がん検診を受けよう

がんは、30年以上日本人の死因の第1位です。日本人の約2人に1人が、がんになり、約3人に1人が、がんで亡くなっています。特に、50歳代後半では死因の約半数近くをがんが占めています。

がん検診を受けることで、がんの早期発見、早期治療につなげることができ、死亡のリスクを軽減することにもつながります。



### 2019年度市で受けられるがん検診

検診項目	検診内容	対象者	料金	
			集団検診	施設検診
胃がん検診	胃バリウム検査	40歳以上	400円	1,300円
	内視鏡検査	50歳以上(偶数年齢)		
肺がん検診	胸部X線検査	40歳以上	200円	200円
大腸がん検診	便潜血検査	30歳以上※	100円	100円
前立腺がん検診	PSA検査(血液検査)	50歳以上の男性	200円	300円
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診	20歳以上の女性(偶数年齢)	300円	700円
乳がん検診	視触診・超音波検査	30代の女性(偶数年齢)※	600円	600円
	マンモグラフィ検査	40歳以上の女性(偶数年齢)	400円	

※2020年度より、大腸がん検診と乳がん検診の対象者は40歳以上となります

### 2月に意向調査書を配付します

2月中に2019年度の「各種検診についての意向調査書」が各地区健康づくり推進員から配付されます。調査書の内容を確認し、お申し込みください。

※市のがん検診は自覚症状のある人や治療中の人を対象としていません。

そうした人は、がん検診を申し込みず、医療機関を受診してください。

閩保健課 健康増進係 ☎63-2780

## なくそう！介護離職

介護離職とは、家族や親族の介護を理由に仕事を辞めることを言い、全国で年間10万人が介護離職していると言われています。

「仕事と介護の両立のため」に下記の制度があります。

- ▶介護休業制度：対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として、介護休業を分割して取得できる制度。
- ▶介護休暇制度：1年に5日(対象家族が2人以上の場合は10日)介護休暇を取得できる制度。
- ▶所定外労働の制限：労働者が申し出ることによって、介護終了まで利用できる残業免除の制度。
- ▶所定労働時間の短縮等の措置：所定労働時間の短縮やフレックスタイムなどの措置を介護休業とは別に、利用開始後3年間で2回以上利用ができる。
- ▶介護休業中の経済的支援：一定の条件を満たした人を対象に、原則として休業開始前賃金の67%を支給。

閩福島労働局 雇用環境・均等室 ☎024-536-4609

## ゲートキーパーになってみませんか

市では悩んでいる人に気づき、話を聴いて必要な支援につなげたり、見守る「ゲートキーパー」の養成講座を行います。こころの病気、気づきのポイント、相談の受け方について学べます。

▶日時：3/6(水) 13:30～15:30

▶場所：えぼか 中会議室

▶講師：落合紳一郎氏

(落合会 東北病院 院長)

及川祐一氏(福島県立医科大学 臨床心理士)

▶申込：保健課に電話で申し込み。

閩保健課 健康増進係 ☎63-2780

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

NEW **INSIGHT** 登場

Believe your **INSIGHT.**

NEW



心を落ち着かせ、時に昂ぶらせてくれる、空間を求めて。  
■メーターは撮影のためオフ ■画面はハズミ合成

あなたは あなたを、走れ。

**Honda Cars 福島県央 本宮店**

〒969-1165 本宮市本宮字中台21

営業時間 9:00～18:00 定休日 毎週水曜日、第1～3日曜日  
TEL0243-24-8188



**HONDA**

## 市民交通災害共済に加入しましょう！

福島県市民交通災害共済は、交通事故被災者の人を救済することを目的に、県内すべての市で実施している制度で、国内の交通事故による災害の程度に応じて、見舞金が支給されます。万が一の交通事故に備え、家族全員での加入をお勧めしています。

### 会費

年間1人 500円

### 加入資格

本宮市に住民登録をされている人すべて

### 加入期間

2019年4月1日～2020年3月31日

### 共済見舞金

等級	災害の程度	支給額
1	死亡した場合	1,000,000円
2	入院通院日数 270日以上	300,000円
3	入院通院日数 200日以上	200,000円
4	入院通院日数 150日以上	150,000円
5	入院通院日数 120日以上	100,000円
6	入院通院日数 90日以上	80,000円
7	入院通院日数 60日以上	60,000円
8	入院通院日数 30日以上	50,000円
9	入院通院日数 8日以上	30,000円
10	入院通院日数 7日以下	20,000円
重度障害見舞金	自動車損害賠償保障法施行令第1級または第2級の障害	300,000円

### 万一事故に遭ったら

次の書類を持って市役所にお越しください。

- ①交通事故証明書 ②会員証 ③診断書 ④印鑑（認印可）  
⑤口座情報（通帳など）

圏防災対策課 防犯安全係 ☎ 24-5366  
白沢総合支所 市民福祉課 ☎ 44-2114

### 加入方法

加入方法は2種類。

- ①各世帯に配付された申込書（1月30日全戸配付）に会費を添えて、行政区長を通じて申し込み。  
②本宮市役所防災対策課、または白沢総合支所市民福祉課で直接申し込み。

## 福祉 介護の基礎を学ぼう 県民介護講座

### ▼「介護する側される側の心理」

高齢者の心の仕組みや変化を知り、介護者である家族が無理なく介護を続けるコツを学ぶワンポイント講座。

▶日時：2/9(土) 13:00～15:00

### ▼「緊急時や災害時における対応」

思わぬ事故に遭遇した際に慌てず対応する方法や、災害時における介護について学ぶ介護実技基本講座。

▶日時：2/16(土) 13:00～16:00

### ▼「元気に体を動かそう（介護予防）」

高齢者も介護者も、いつまでも元気に過ごすためのコツと、普段からできる体操などの取り組みを紹介するワンポイント講座。

▶日時：2/23(土) 13:00～15:00

### ▼共通

▶場所：福島県男女共生センター  
圏福島県社会福祉協議会 介護実習・普及センター ☎ 23-8306

## 暮らし ご確認ください 『防災タウンページ』

日ごろからの備えや災害時の行動ポイントを盛り込んだ「防災タウンページ 福島県版」がNTTタウンページ(株)から発行され、1月に「タウンページ」と一緒に県内の全住戸・全事業所に配布しています。付録として「公衆電話+避難所マップ」も付いていますので、災害発生時はもちろん、いざというときに備えて確認しておきましょう。

圏タウンページセンター  
☎ 0120-50-6309  
(平日 9:00～17:00)



## お客様“ありがとう”抽選会

毎月抽選で10名様に1,000円分の買い物券が当たります。

### 今月の当選番号

02-385 (兼谷) 03-080 (高木)  
05-365 (平井) 08-428 (白川)  
09-273 (立石) 10-052 (小原田)  
11-070 (玉井) 12-057 (大町)  
13-356 (仁井田) 14-067 (兼谷平)

■今月、買い物券の使えるお店は

- ▶ガーデン金丸(万世)▶近江屋青果店(荒町)
- ▶国分菓子店(玉井)▶洋食屋ココット(大山)
- ▶大天狗酒造(駅前)です。

■買い物券は当選者までお届け致します。

■ご利用有効期限は本日より3月末日です。

【みずいろ夢カード】始めました。  
ガス器具類ご購入分押印致します。



株式会社 岩城屋商店  
本宮字荒町 58  
TEL 0243-34-2632



# 相続登記Q&A

第4回「遺言書が争いを防止する？」

**Q** 私には妻と3人の子供がいます。私が亡くなったときに、同居している二男夫婦に自宅を相続させたいのですがどうすればよいのでしょうか？

**A** 遺言書を作成することをお勧めします。遺言書を残さなかった場合、法定相続分での相続となります。相続人間での話し合い（遺産分割協議）で相続割合を変えることはできますが、もめる場合もあります。遺言書を作っておけば遺産分割協議をしなくても二男夫婦が自宅を取得できます。本来、二男の奥様には相続する権利がありませんが、遺言書を作成することで遺産を取得させることができます。これを「遺贈」と言います。

ただし、兄弟姉妹以外が相続人となる場合には「遺留分」という最低限相続できる財産の割合があり、これを侵害していると、遺産の取得者が他の相続人から遺留分を取り戻す請求をされることもあります。

☎ 福島県司法書士会 ☎ 024-534-7502  
 福島地方務局 ☎ 024-534-2045

## 暮らし 自動車の登録・検査の手続きはお早めに

自動車の登録・検査の手続きは、毎年3月に集中するため、窓口や車検場が大変混雑し、手続きの内容によって3時間以上かかることもあります。

名義変更や住所変更、廃車、車検などの手続きは2月中に行うなど、できるだけ早めに済ませていただくようお願いいたします。

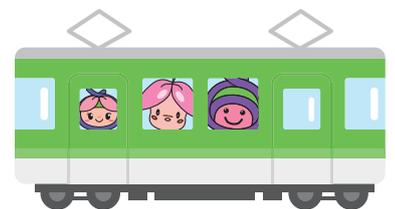
☎ 関東北運輸局 福島運輸支局  
 登録・検査関係 ☎ 050-5540-2015

## 暮らし 駅ホーム内トイレが使用できなくなります

市では、平成31年度完成を目指し、JR本宮駅駅舎と東西自由通路の整備を行っています。それに伴い、新駅舎完成までの期間、駅ホーム内のトイレが使用できなくなります。仮駅舎隣接の仮トイレ完成まで（3月末予定）は、改札外設置の臨時トイレをご利用ください。

ご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

- ▶ 今後の整備計画：
- ① 地域交流センター：3月完成予定。
  - ② 本宮駅東西自由通路と駅舎：平成32年3月末完成を目指し、工事を行っています。
  - ③ 本宮駅西口広場：平成33年3月完成予定。
  - ④ 本宮駅周辺駐車場：平成33年3月完成予定。九縄北・南駐車場、万世駐車場に機械式ゲートを設置。
- ☎ 関まちづくり推進課 まちづくり係 ☎ 24-5405



# チェックしましょう！最低賃金

福島県特定（産業別）最低賃金（5業種）について、うち4業種の改定が決定し、昨年12月14日から、随時発効されています。詳しくは厚生労働省 福島労働局にお問い合わせください。（ ）内は発効前の額

最低賃金の種類		最低賃金額	発効日
産業別最低賃金	輸送用機械器具製造業	851円 (834円)	H30.12.14
	計量器・測定器・分析機器・試験機・測量機械器具・理化学機械器具、時計・同部品、眼鏡製造業	849円 (832円)	H30.12.15
	電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業（医療用計測器製造業（心電計製造業除く）を除く）	815円 (798円)	H30.12.19
	自動車小売業（二輪自動車小売業（原動機付自転車を含む）を除く）	848円 (831円)	H30.12.21
	非鉄金属製造業	847円	H29.12.16

☎ 関厚生労働省 福島労働局 ☎ 024-536-4604

## 栄養豊富で健康サポート

人体に必要な必須アミノ酸等 20種類の栄養成分が豊富

健康補助食品

# 王様の卵油

株式会社 本宮烏骨鶏

本宮市荒井字荒町 27-1 ☎ FAX (0243) 24-8553  
<https://www.mukokkei-onlineshop.com/>



## 水道工事はお任せ！本宮市水道工事指定店会

- オオナミ ㈱ ☎ 024-11001  
本宮市高木字戸崎 63番地 3
- ㈱ 光設工業所 ☎ 024-18005  
本宮市青田字孫市 2番地 25
- ㈱ 小山設備 ☎ 024-30031  
本宮市本宮字仲町 39番地
- ㈱ 須藤住機工業 ☎ 024-55508  
本宮市本宮字小幡 33番地 1
- ㈱ タカマツ ☎ 024-52420  
本宮市本宮字一ツ屋 12番地 7
- ㈱ 浜野和水道 ☎ 024-27080  
本宮市本宮字塩田 49番地 2
- ㈱ 本宮設備 ☎ 024-25003  
本宮市本宮字南町 144番地 1
- ㈱ 三和設備 ☎ 024-41542  
本宮市和和田字作田 3番地 1

広告

## ごみの収集を休みます

2月8日(金)～11日(月) 定期点検整備

上記期間中は、ごみの収集を行いませんので、ごみステーションへごみを出さないようご協力をお願いします。

## 個人搬入のお休み

2月1日(金)～28日(木)

上記期間中は、定期点検整備のため、もとみやクリーンセンターへの個人搬入はできませんのでご注意ください。

岡もとみやクリーンセンター

☎ 33-5499

生活環境課 環境係 ☎ 24-5362

白沢総合支所 市民福祉課

☎ 44-2114

## 暮らし 犬に関する届出をお忘れなく

生後3ヶ月以上の犬を飼ったときは、犬の登録が義務付けられています。また、犬が死亡したとき、犬がいなくなったとき、犬の所在地が変わったときや飼い主が変わったときも届出が必要です。

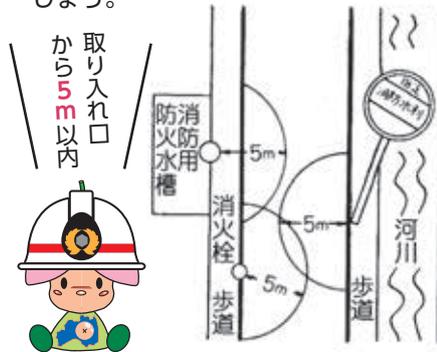
届出の種類	提出書類	金額
飼ったとき	登録申請書	3,000円
転入したとき	登録事項変更届出書	無料 (鑑札有) 3,000円 (鑑札無)
市内転居したとき		無料
飼い主を変更したとき		
死亡したとき	死亡届出書 (電話連絡可)	

岡生活環境課 環境係 ☎ 24-5362

白沢総合支所 市民福祉課 ☎ 44-2114

## 暮らし 消火栓や防火水槽 付近は駐車禁止です

消火栓や防火水槽は消火活動に欠かせない消防水利です。消防水利付近への駐車は、火災発生時、消防活動の妨げとなり被害が拡大してしまう恐れがありますので絶対にしないようにしましょう。



岡防災対策課 消防防災係 ☎ 24-5365

## 暮らし 住宅用火災警報器の点検をしましょう



住宅用火災警報器は、点検ボタンを押すか、ひもを引っ張って定期的に確認しましょう。「音が鳴らない」場合や「ランプがつかない」場合は電池切れか故障している可能性があります。

※年数が経つと、電子部品が劣化して正常に作動しない場合があります。設置後10年を目安に本体の交換をお勧めします。

岡防災対策課 消防防災係 ☎ 24-5365

## 緊急走行にご理解・ご協力を

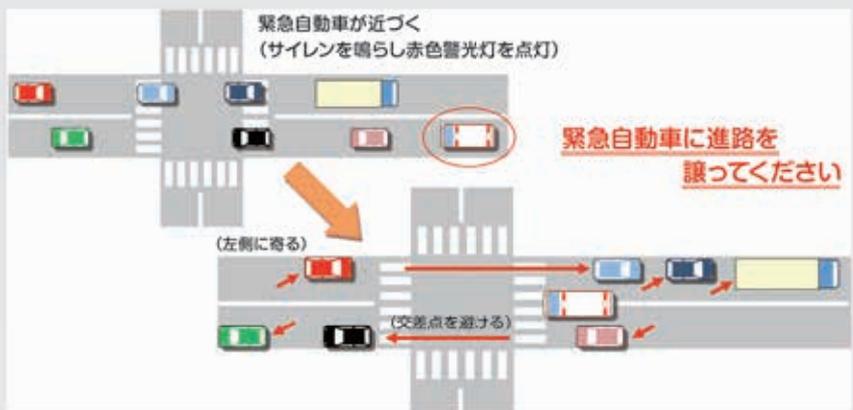
車の運転中、緊急自動車に遭遇し慌てた経験はありませんか？  
緊急自動車が接近してきた場合の対応は、次のように定められています。

### 交差点と交差点付近では

交差点を避け、  
**道路の左側によって一時停止**

### 交差点以外では

**道路の左側によって  
進路を譲る**  
(速度を落とす、徐行する、  
一時停止をする。)



岡安達地方広域行政組合 南消防署 ☎ 33-2875

## 洋服お直しお気軽に！

どなたも  
必需品  
**礼服**  
直せば着れる物  
沢山あります  
一ご相談無料

紳士・婦人各種 衣料品全般 学生服全般

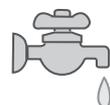
こんなお困りありませんか

- ・なんか体に合わない！・なんかみっともない！
- ・サイズが大きい・小さい・長い・短い！
- ・お譲り品で体に合せたい・病気で痩せてしまった！

**お直し工房**  
TEL33-4512

本宮市本宮字中條14【二本松信金となり】

## 水まわりのリフォームで快適な暮らしを！



お風呂・台所・トイレ・洗面台の  
リフォームなら当社におまかせ！  
給湯器など水道設備の修理も承ります



**(株)小山設備**

〒969-1124 本宮市本宮字仲町39

TEL0243-33-3031 FAX0243-33-3036

# 2月のイベント情報

※○の中の数字は掲載ページ番号です

市 本宮市役所      支 白沢総合支所      中 中央公民館      白 白沢公民館  
 え えばか      夢 しらさわ夢図書館      FM FM モットコム      サ サンライズもとみや

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1/27 おもちゃの病院 10:00～15:00(え) ドリームおはなし会 11:00～11:30(夢)	1/28 窓口延長(各種証明書の発行) ～19:00 市民課 ボディメイクスクール 13:30～(え)	1/29	1/30 新春ミニ街頭献血 9:00～12:30(え) 3歳児健診 13:00～13:30(え)	1/31 1月の納期限 10カ月児健診 13:00～13:30(え)	1 ごみの個人搬入を休みます(～28日) 音訳・点訳ボランティア養成講座募集(～22日)	2
3	4 窓口延長(各種証明書の発行) ～19:00 市民課	5	6 ふくしま健民検定⑮ (～3/5)	7 確定申告受付 (～3月15日) ボディメイクスクール⑦ 13:30～(え)	8 ごみの収集を休みます へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～11:43(FM)	9 ごみの収集を休みます ふくしまレブンめぐり スタンプラリー⑯ (～3/10) 県民介護講座⑨ 13:00～15:00
10 ごみの収集を休みます	11 ごみの収集を休みます	12	13	14 筋膜体操教室⑦ 10:00～(中公) 3歳児健診⑦ 13:00～13:30(え)	15	16 バルーンアートショー⑯ 10:30～11:30(え) 県民介護講座⑨ 13:00～16:00
17 婚活サポーターセミナー 13:30～(え)	18 窓口延長(各種証明書の発行) ～19:00 市民課	19	20 1歳6カ月児健診⑦ 13:00～13:30(え)	21 3～4カ月児健診⑦ 13:00～13:30(え) 就職相談会⑯ 13:00～16:00(中公)	22 親子の健康相談⑦ 10:00～11:00(え) 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会⑭ 11:00～11:20(夢) へそのまぢまゆみちゃん情報コーナー 放送 11:30～11:43(FM)	23 無料税務相談所⑯ 10:00～16:00(中公) 糖尿病予防啓発セミナー⑦ 15:00～(え) 県民介護講座⑨ 13:00～15:00
24 ドリームおはなし会⑭ 11:00～11:30(夢)	25 窓口延長(各種証明書の発行) ～19:00 市民課 ボディメイクスクール⑦ 13:30～(え) こころの相談室⑦ 1 13:00～2 14:00～ 3 15:00～(要予約)(え)	26	27 男性の料理教室⑯ 10:00～13:00(え) 筋膜体操教室⑦ 13:30～(中公)	28 2月の納期限 10カ月児健診⑦ 13:00～13:30(え)	3/1 シルバー人材センター 入会説明会⑯ 10:00～	3/2 
3/3 	3/4 窓口延長(各種証明書の発行) ～19:00 市民課	3/5	3/6 ゲートキーパー養成講座⑯ 13:30～15:30(え)	3/7	3/8 ふくしま大卒等就職ガイダンス⑯ 10:00～16:00 ボディメイクスクール⑦ 13:30～(え)	3/9

相模女子大学「本宮スマイルプロジェクト」の学生の皆さんが考えてくださった「スマイル弁当」。私も味見をさせてもらいましたがとても美味しかったです。レシピを公開していますので、ぜひ作ってみてください。(彦)



編集後記  
 昨年マイナンバーカードを作りました。3月からはコンビニで住民票などが取れて使う機会が多くなりそうです。急ぎよ必要になった時や、住所を本宮において県外の学校に通う学生さんなどは、すぐに発行できて大変便利です。皆さんもこの機会に作ってみてはいかがでしょうか。(氏)



皆さんの善意  
 ▽渡辺ユキさん(本宮)  
 ◎地域福祉向上のため  
 ・現金2万円  
 ▽B・Gの会(代表 西本正子さん)  
 ◎図書購入費用のため  
 ・現金3万9千円

# 今月の納期

## 納期限 2月28日(木)

- ・固定資産税 (4期)
- ・国民健康保険税 (8期)
- ・介護保険料 (8期)
- ・後期高齢者医療保険料 (7期)
- ・水道使用料 (12・1月分)
- ・下水道使用料 (12・1月分)
- ・下水道受益者負担金 (4期)

# 人口と世帯

平成31年1月1日現在  
本宮市現住人口・世帯数

総人口	30,700人	(23)
男性	15,157人	(13)
女性	15,543人	(10)
世帯数	10,571世帯	(11)

前月比  
カッコ内は

12月の自然増減 -13  
12月の社会増減 +36  
その他職権等 0

※自然増減：出生数と死亡数の差  
※社会増減：転入数と転出数の差  
※国・県の公表結果と異なる場合があります

# 交通事故発生状況

平成30年12月1日～31日

	件数	死者	傷者
本年	13(86)	2(4)	11(87)
前年	8(93)	0(0)	10(105)
増減	5(-7)	2(4)	1(-18)

郡山北警察署本宮分庁舎より  
カッコ内は昨年1月からの集計

# 市営住宅の募集

住宅名	戸数	間取り	トイレ	募集
兼谷平 (本宮字兼谷平136-1)	1	6畳2室、4.5畳1室、DK	水洗	一般公募
村山 (仁井田字村山7)	1	6畳2室、4.5畳1室、DK	水洗	一般公募
大谷戸 (和田字大谷戸1-1)	2	6畳3室、DK	汲取	一般公募
下田 (和田字下田5-1)	1	2DK	合併浄化槽	一般公募
石神第二 (糠沢字石神35-2)	2	6畳3室、DK	汲取/合併浄化槽	一般公募
柳内 (白岩字柳内67)	1	6畳2室、4.5畳1室、DK	単独浄化槽	一般公募

※入居を希望される人は、入居基準の確認と必要書類の提出がありますので、建設課建築係(☎24-5392)へお問い合わせください。なお、募集期間は2月4日(月)から18日(月)までとなります

# 漏水当番表

2日(土)	(株)タカマツ ☎33-5242	23日(土)	(株)小山設備 ☎33-3031
3日(日)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357	24日(日)	(株)タカマツ ☎33-5242
9日(土)	(有)三和設備 ☎44-4542	3月2日(土)	(有)須藤住機工業 ☎48-2357
10日(日)	(有)浜野和水道 ☎33-2788	3月3日(日)	(有)三和設備 ☎44-4542
11日(月)	(有)本宮設備 ☎33-2592	3月9日(土)	(有)浜野和水道 ☎33-2788
16日(土)	オオナミ(株) ☎33-1001 ☎33-2412	3月10日(日)	(有)本宮設備 ☎33-2592
17日(日)	(有)光設工業所 ☎33-1895	3月16日(土)	オオナミ(株) ☎33-1001 ☎33-2412

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ

# 日曜・休日の当番医

9時～11時30分 14時～16時30分  
定期的な診察や予防接種など緊急性のない受診はご遠慮ください。

3日(日)	⑤佐藤内科胃腸科医院【小児】 (二本松市油井) ☎22-0174	3月3日(日)	渡辺医院【小児】 (二本松市正法寺町) ☎62-3000
	⑤菊慈会 きくち整形外科 (二本松市油井) ☎23-2627		独立行政法人地域医療機能推進機構 二本松病院 (二本松市成田町) ☎23-1231
	⑤慈久会 谷病院 (本宮市本宮字南町裡) ☎33-2721		いしわたクリニック (本宮市荒井字東学壇) ☎63-2826
10日(日)	かさい小児科クリニック【小児】 (二本松市油井) ☎22-8800	3月10日(日)	かさい小児科クリニック【小児】 (二本松市油井) ☎22-8800
	⑤慈水会 みずのクリニック (二本松市根崎) ☎23-5158		和田医院 (二本松市小浜) ☎55-2303
	⑤落合会 東北病院 (本宮市青田字花掛) ☎33-2588		⑤渡辺クリニック (本宮市高木字高木) ☎34-3311
11日(月)	⑤辰星会 柗病院 (二本松市本町) ☎22-2828	3月17日(日)	整形外科内科リウマチ科 小林医院 (二本松市根崎) ☎22-0682
	⑤辰星会 柗記念病院 (二本松市住吉) ☎22-3100		ぱぱクリニック (二本松市油井) ☎24-7122
	⑤よしだこどもクリニック【小児】 (本宮市高木字平内) ☎34-6418		⑤上遠野内科医院【小児】 (本宮市本宮字荒町) ☎33-5866
17日(日)	みうら内科クリニック (二本松市羽石) ☎22-5512	3月21日(木)	⑤森小児科医院【小児】 (二本松市郭内) ☎22-3215
	⑤成美会 鈴木皮フ科クリニック (二本松市本町) ☎22-6877		しんいち内科 (二本松市油井) ☎24-8420
	本宮市国保白岩診療所 (本宮市白岩字田中) ☎44-2008		池田眼科医院 (本宮市本宮字仲町) ☎34-4100
24日(日)	土川内科小児科【小児】 (二本松市槻木) ☎22-6688	3月24日(日)	⑤社団実生会 土川産婦人科医院 【小児】(二本松市松岡) ☎22-0035
	野地眼科医院 (二本松市若宮) ☎23-0024		⑤安斎内科胃腸科医院 (二本松市若宮) ☎22-3001
	⑤幹正会 よしだ内科 (本宮市本宮字一ツ屋) ☎63-2333		吉田耳鼻咽喉科医院 (本宮市本宮字万世) ☎34-1330

※4月より休日当番医の体制が変わります。詳細はP18をご覧ください。

# 休日・夜間の救急医療機関

◎夜間(18時～翌日8時) ●休日(8時～翌日8時)

月	2月																												
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
曜	日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
柗記念病院	◎				◎				◎		●					◎					◎			●					
柗病院		◎				◎				●			◎				◎				◎					◎			
谷病院			●				◎					◎			◎					◎			◎				◎		
二本松病院				◎				◎					◎				●		◎					◎				◎	

月	3月															
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
曜	日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
柗記念病院	◎				◎				◎				◎			
柗病院		◎				◎				●				◎		
谷病院				◎			◎				◎			◎		
二本松病院			●				◎				◎					

病院群輪番制は、休日または夜間における入院治療を必要とする重症救急患者の医療確保を目的に、安達管内の病院(上記の4病院)が輪番制で診療にあたるものです。診察については、事前に病院へお問い合わせください。

柗記念病院 ☎22-3100 柗病院 ☎22-2828  
谷病院 ☎33-2721 二本松病院 ☎23-1231



# 第13回 もとみや ロードレース大会

## MOTOMIYA ROAD RACE

こころをひとつに、ゴールを目指そう！



本宮春まつり2019年4月20日(土)大会前日開催 (予定)



ゲストランナー  
橋本隆光選手  
所属:小森コーポレーション

# 2019年4月21日

スタート 白沢体育館前  
ゴール 白沢公民館前  
雨天決行 9:00競技スタート

申込  
締切

郵便振替

インターネット

# 2月25日月 3月4日月 消印有効

■主催:もとみやロードレース大会実行委員会 本宮市 本宮市教育委員会 本宮市体育協会  
■共催:本宮市中央公民館 白沢公民館 NPO法人生涯学習プロジェクトもとみや もとみやスポーツネットワーク ■主管:本宮陸上競技協会 ■後援:福島民報社 福島民友新聞社 本宮市観光物産協会  
■協力:郡山北警察署 安達地方広域行政組合南消防署 本宮地区交通安全協会 本宮市交通教育専門員 本宮市スポーツ少年団本部 本宮市婦人団体連合会 本宮市商工会 本宮市二業組合  
本宮市本宮赤十字奉仕団 本宮市白沢赤十字奉仕団 ■特別協賛:東北協同乳業㈱ ㈱Mot.Comもとみや ■協賛:アサヒビール㈱福島工場 アサヒ飲料㈱東北支社 ㈱しらさわ直売所

参加者の記録は本宮市公式サイトに掲載されます。 [www.city.motomiya.lg.jp](http://www.city.motomiya.lg.jp)

本宮市

大会に関するお問い合わせ先  
もとみやロードレース大会実行委員会事務局 TEL:0243-34-2131 (平日8:30~17:00)

