

- ◇本庁舎 八幡小路7-1
☎② 1111/Fax ⑦ 2577
- ◇表郷庁舎 表郷金山字長者久保2
☎③② 2111/Fax ③② 2234
- ◇大信庁舎 大信増見字北田58
☎④⑥ 2111/Fax ④⑥ 2409
- ◇東庁舎 東釜子字殿田表50
☎③④ 2111/Fax ③④ 3584

白河

広報

2

2013.2.15 No.87

東日本大震災追悼イベント

◁昨年のしらかわ音楽の祭典の様子



追悼と復興への願いを音楽に込めて

東日本大震災から、間もなく2年を迎えます。市では、音楽を通じて、犠牲者への追悼とさらなる復興への願いを込めて「震災復興音楽祭」を開催します。ぜひ会場に足を運び、様々な団体によって繰り広げられる演奏に耳を傾け、震災を語りつないでいきましょう。

また、同日は、県主催による「3.11ふくしま復興の誓い2013」が開催されます。

■しらかわ音楽の祭典事業 「震災復興音楽祭～希望～」

- 日時 3月11日(月)／午後2時～8時
※午後2時46分に黙とうを行います。
- 会場 市民会館(手代町)
- 入場料 100円
※「福幸菓子」をプレゼントします。

●内容

▷ステージイベント

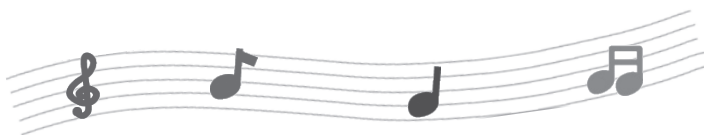
公募で決定した27グループによる演奏(フォークソング、ロック、民謡、日本舞踊、和太鼓など)、市民歌「このまちがすき」・NHK復興支援ソング「花は咲く」の全体合唱

▷復興ブース

浪江やきそば(限定500食)、復興黄色いダルマ(双葉町)、大堀相馬焼、エル白河など

▷手作り作家の市「キラキラサロン」

手作り雑貨・洋服・アクセサリー・マッサージ・焼き菓子など



◎震災復興音楽祭は、音楽の力でまちに活力を与えるため、そして、震災の記憶を風化させないため、3月11日に毎年開催します。今年のサブタイトルは、復興への願いを込めて“希望”です。

《3.11ふくしま復興の誓い2013 白河会場》

- 日時 3月11日(月)／午前9時～午後5時
- 会場 市立図書館多目的ホール(道場小路)
- 内容
 - ▷記帳所の設置
 - ▷県文化センター(福島市春日町)で行われる「東日本大震災犠牲者追悼式」の映像放映(国の追悼式典の中継、黙とう、追悼詩朗読および慰霊の音楽演奏、代表者献花など)
 - ※放映は午後2時30分から3時30分までです。

☎福島県東南地方振興局復興支援・地域連携室
☎③1524

☎本庁舎生涯学習スポーツ課☎②1111 内2384

募集

第3回市長杯健康まーじゃん大会参加者

「お酒を飲まない・お金を賭けない・たばこを吸わない」がモットーの健康まーじゃんです。お気軽にご参加ください。

●日時 3月17日(日)／午前9時30分から

●会場 マイタウン白河(本町)

●参加料 1,000円

●定員 60人(先着順)

●申し込み・問い合わせ先 健康まーじゃん雀健 ☎240707

福島県ひとり親家庭等在宅就業支援事業参加者

県では、ひとり親家庭を対象に、在宅就業を可能にする

100歳

おめでとついでいます

諸岡 ヨシさん (円明寺)

大正2年1月29日生まれ

大平 ツメさん (袋町)

大正2年2月3日生まれ

ための研修を無償で行っていただきます。研修期間中は訓練手当が支給され、研修に必要なパソコンやインターネット回線も無償で貸与されます。

なお、研修の受講には、事業説明会への参加が必要になります。詳しくはお問い合わせください。

●申し込み・問い合わせ先 ひとり親支援事業事務局 ☎0120-816-699

平成25年度「道路ふれあい月間」推進標語

「道路ふれあい月間」推進標語

国土交通省では、毎年8月を「道路ふれあい月間」として、道路の正しい利用や道路愛護活動の推進に努めています。その一環として、平成25年度「道路ふれあい月間」推進標語を募集します。

●募集テーマ 道路は、生活の向上と経済の発展に欠くことのできない国民共有の財産です。みんなが道路と親しみ、ふれあい、常に広く、美しく、安全に、ともに楽しく利用し、子孫に受け継いでいきましよう。

●応募資格 小学生以上

●応募部門 小学生の部、中学生の部、一般の部(高校生以上)

●応募期間 3月31日(日)まで(当日必着)

●応募方法 1人何作品でも応募できます。

《はがきによる応募》

はがきに、標語と必要事項(氏名とフリガナ、住所、電話番号、性別、年齢、応募部門の別)および何を見て応募したのかのアンケート(回答は任意)を記載のうえ、郵送してください。

▽郵送先 〒100-8918 東京都千代田区霞ヶ関2-1-13 国土交通省道路局道路交通管理課 標語担当あて

《電子メールによる応募》

メール本文に、標語と必要事項およびアンケート(はがきと同じ)を記載のうえ、送信してください。

▽アドレス dourohoyo25@milit.go.jp

※国土交通省ホームページの応募様式(個人用)に記入のうえ、電子メールに添付して応募することもできます。

●申し込み・問い合わせ先 国土交通省道路局道路交通管理課総務係 ☎03-5253-1811 (内37423)

理課総務係 ☎03-5253-1811 (内37423)
http://www.mlit.go.jp/report/press/road01_hh_000318.html

案内

消防サイレンの吹鳴

春季火災想定防衛訓練のため、3月3日(日)午前7時から10時まで断続的に、消防サイレンが流れます。火災とお間違えのないようご注意ください。

●本庁舎生活環境課 内2166 / 各庁舎市民福祉課 表郷 ☎2113 大信 ☎463974 東 ☎342113

異動の手続きを忘れずに

転勤や就職・進学などで住所が変わる場合には、住所異動届出が必要です。

転出はあらかじめ届け出をし、転入は転入してから14日以内に届け出をしなければなりません。これらの届け出は忘れずにお願います。

《異動の手続き》

●届出義務者 ▼原則、本人または世帯主 ▼親権者や委任を受けた代理人でも可能

●届出に必要なもの 住基カードや運転免許証など顔写真付きの身分証明書(お持ちでない方はお問い合わせください)と、転入者は転出証明書、転出者は国民健康保険証、印鑑登録証など

●届出場所 本庁舎市民課・各庁舎市民福祉課・各行政センター(受付は、平日午前8時30分から午後5時15分まで)
●本庁舎市民課 内2158 / 各庁舎市民福祉課 表郷 ☎2113 大信 ☎463974 東 ☎342113

ふるさとへの便り

白河を離れて暮らすあの方へ、白河の話題いっぱい「ふるさとへの便り」(広報白河 毎月1日号)を送りませんか。

●申込方法 送付先の住所・氏名に140円切手12枚(国内の場合)を添えて、本庁舎秘書広報課へお申し込みください。

●本庁舎秘書広報課 内2373

春季全国火災予防運動週間

3月1日から7日まで、「春季全国火災予防運動週間」です。空気が乾燥し、火災が発生しやすくなっていますので、火の取り扱いには十分注意しましょう。なお、昨年発生した市内の火災件数は27件で、主な原因は、たき火・たばこなどです。

また、住宅用火災警報器の設置は、すべての住宅に義務付けられています。設置が済んでいない場合は、お早めにお問い合わせします。

☎ 白河消防署 ☎ 2155

合同就職面接会

正社員で雇用する計画のある県内企業との面接会を開催します。

●日時 3月12日(火)／午後1時～4時 ※正午からは直前相談(面接を受けるに当たっての助言・指導等)を行っています。

●会場 ビッグアイ(郡山市駅前)

●対象 3月に大学等を卒業

予定の方、平成22年3月以降に卒業して現在就職活動をしている方 ※申込不要

☎ 福島労働局職業安定課 ☎ 024-529-5396

都市計画案の縦覧

県南都市計画道路を変更するため、都市計画案を縦覧します。

●都市施設名 県南都市計画道路会津町田町線

●日時 3月1日(金)～3月15日(金)／午前8時30分～午後5時(平日のみ)

●会場 本庁舎都市計画課(2階)

☎ 本庁舎都市計画課 内2282

自動車の登録・検査の手続き

自動車の登録・検査手続きは、毎年3月に集中し、窓口や車検場が大変混雑します。

名義変更や住所変更、廃車、車検などの手続きは、できるだけ早めに済ませていただくようにお願いします。

☎ 東北運輸局福島運輸支局・

登録関係 ☎ 050-554012015 検査関係 ☎ 024-546-0342

ジョブフェアin郡山

県内企業の企業説明会を開催します。

●日時 3月4日(月)／午前10時30分～正午(就職支援セミナー)、午後1時～4時(合同企業説明会)

●会場 ビッグパレットふくしま(郡山市南)

●対象 平成26年3月に大学等を卒業予定の方 ※申込不要

☎ 郡山新卒応援ハローワーク ☎ 024-927-4633

国民年金保険料の退職(失業)特例免除

厚生年金や共済組合に加入していた方が退職(失業)されると、国民年金の加入手続きを行い、毎月自分で国民年金保険料を納めることになり

ます。ただし、保険料の納付が経済的に困難な場合は、申請によって保険料の納付が免除される制度(以下、特例免

除)があります。特例免除は退職(失業)した年度と翌年度に限り利用できます。

通常の免除申請では、申請者・配偶者・世帯主の所得を対象に審査を行います。特例免除では、失業者の所得を審査対象から除外して審査を行います(ただし、失業者以外の所得審査対象者に一定以上の所得があると、免除が認められない場合があります)。

申請者以外の配偶者・世帯主が失業者の場合も、特例免除の対象になります。平成24年度(平成24年7月分から平成

25年6月分まで)の申請は、7月31日(水)まで受け付けます。

●申請に必要なもの ▼年金手帳または納付書等(基礎年金番号のわかるもの) ▼印鑑 ▼雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票 ▼平成24年1月2日以降に本市に転入された方は、平成24年度(平成23年分)の所得課税証明書を転入前の市区町村から取り寄せてください。

☎ 本庁舎国保年金課 内2174 / 各庁舎市民福祉課 郷 ☎ 2113 大信 ☎ 463974 東 ☎ 2113

必ずチェック最低賃金! 使用者も労働者も

常用・臨時・パート・アルバイトなどの名称にかかわらず、県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。

☎ 福島労働局賃金室 ☎ 024-536-4604

最低賃金件名	最低賃金(円)1時間	効力発生日
福島県最低賃金(下記の5産業を除く全産業)	664円	平成24年10月1日
産業別最低賃金		
非鉄金属製造業	778円	平成25年1月11日
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	730円	平成25年1月11日
輸送用機械器具製造業	765円	平成25年1月11日
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・部品、眼鏡製造業	763円	平成25年1月11日
自動車小売業	761円	平成24年12月28日

※産業別最低賃金の一部に適用除外業種や業務があります。

案内

健康チェック&浜っこサロン

「健康チェック&浜っこサロン」では、お気軽にお話しができる場所を提供するとともに、避難先での仕事探しに不安を感じている方に、仕事に関する相談を行っています。

●日時 3月14日(木)／午前10時～正午

●会場 ハローワーク白河地下1階会議室(郭内)

●対象 浜通りから県南地域に避難されている方および県

南地域にお住まいの方
 ①ハローワーク白河 ☎241256

住宅用太陽光発電補助金

今年度の「住宅用太陽光発電システム設置費補助金」の申請期限は、3月29日(金)までです。補助金の残り件数は、約66件(2月5日現在)となっております。

電力事業者との受給契約成立後は、速やかに申請書を提出してください。

●申し込み・問い合わせ先
 本庁舎企業立地室 内2219

まちかど伝言板

城下町白河おひな様めぐり

江戸から平成までの様々なおひな様が、大工町・本町・中町の約100店舗に飾られます。また、メイン会場のマイトウン白河(本町)には、1,000体のひな人形が展示されます。お気軽にご覧ください。

●期間 2月23日(土)～3月3日(日)

●本町町内会 渋木 ☎225566

「八重の桜」と戊辰戦争 穂積忠氏講演会

戊辰白河口の戦いを描いた歴史小説「落城」の著者、穂積忠氏(棚倉町出身)を迎え、戊辰戦争や白河口の戦いなどを講演していただきます。

●日時 3月3日(日)／午後2時～4時

●会場 文化センター(中町)

●入場料 500円

●申し込み しろかわ歴史のまちづくりフォーラム事務局(白河戊辰見聞館内) ☎219395

階(真舟)

●入場料 無料

●同工房 ☎235425

「引越相談所」開設

福島県トラック協会では、引越シーズンのピークとなる3月・4月の2か月間、「引越相談所」を開設し、電話等による引越等の相談に応じます。

●相談先 白河市引越相談所(同協会県南支部) ☎273644 / FAX 23687

●相談時間 ▼電話 午前9時～午後4時(平日のみ) ▼FAX 終日

和」出版記念原画展

写真集「むら里の昭和

「むら里の昭和」(著者、近藤昌好さん)には、昭和30年代の白河市周辺の農村生活が記録されています。

このたび、写真集の出版を記念し、原画展を開催します。懐かしい時代の農村の温かみのある写真を、ぜひご覧ください。

●日時 3月15日(金)～17日(日)／午前10時～午後6時

●会場 ギャラリー夢工房2

表郷ふれあい春まつり

●日時 3月2日(土)／午前10時～午後2時

●会場 すばく表郷(表郷番沢)

●内容 ステージ村、屋台村、遊び村、展示村、フリーマーケットなど

●表郷ボランティア交流フェスティバル実行委員会事務局 藤田 ☎080-555717072

善意の窓

<愛の基金>

- ♥3万円 三浦喜文 様 (大信増見)
- ♥10万円 鈴木陽一 様 (新白河)
- ♥2万円 齋須 巧 様 (表郷八幡)
- ♥5万円 緑川博子 様 (年貢町)
- ♥5千円 金勝寺ボランティア 佐藤 力 様

<小峰城郭復元基金>

- ♥5万円 近藤 寛 様 (西三坂山)
- ♥1,968,000円 白河市町内会連合会 様
- ♥55,000円 白河美術協会 様
- ♥1万円 美崎栄一郎 様 (東京都品川区)
- ♥30,104円 浪江ネットワークしらかわコスモスしらかわ会 様

<歴史民俗資料館資料等取得基金>

- ♥1千円 白河史耕会 様

<ふるさと納税>

- ♥5万円 阿部正靖 様 (千葉県茂原市)

<ふるさと文化振興基金>

- ♥55,000円 白河美術協会 様
- ♥3万円 白河民舞愛好会会長 太田かずえ 様

<図書館充実のために>

- ♥図書寄贈
 近藤幸子 様 (表郷金山)
 緑川夏江 様 (表郷三森)

各子育て支援センターなどでは、子育て支援や相談などを行っています。詳しい内容・時間は、各施設にお問い合わせください。

■子どもの一時預かりサービス

■ファミリーサポートセンター《七番町》☎②19907

●内容 お子さんの一時的な預かりや送迎など
※乳幼児から小学6年生までが対象です。利用するには、会員登録が必要です。

■子育て相談・親子交流・情報交換

《子育て支援センター》

■あいこー広場《わかば保育園内》☎②2594

●開放日 月～金曜日/10:00～16:00
※0歳から5歳児が対象です。年齢別の開催も行っています。

■おひさまひろば《マイタウン白河2階》☎③17595

●開放日 月～土曜日(第1水曜日は休み)/10:00～16:00
※0歳から3歳児が対象です。

《子育て支援事業》

■ことりの日《さくら保育園内》☎②2269

■ゆうゆう広場《ひまわり保育園内》☎②2863

■ほほえみキッズクラブ《ひがし保育園内》☎④3643

■のびのびひろば《たいしん保育園内》☎④2280

■おもてGO!ひろば《おもてごう保育園内》☎②2300

■森のポケット《関の森保育園内》☎②4391

■なかよし保育園《白河保育園内》☎②2306

■わくわくランド《白河みのり保育園内》☎②2160

■にこにこひろば《こどもの園保育園内》☎③12058

■スマイルクラブ《西保育園内》☎②8861

■かるがもクラブ《丘の上保育園内》☎②3900

■ことりグループ《白河カトリック幼稚園内》☎③3438

■屋内遊具施設

■わいわい広場《五箇市民センター内》☎②2051

●開館日 火～日曜日(月曜日は休み。祝日の場合は開館し、翌日休み)/9:00～16:00(12:00～13:00は除く)

※0歳から小学2年生までが対象です。

☎本庁舎高齢福祉課☎②1111 内2723

■高齢者サロン「あったかセンター」に参加しませんか

高齢者サロンは、高齢者の介護予防や生きがいづくりを目的に、高齢者が自由に集えるところです。サロンでは、高齢者サポーターが歌や体操、季節の行事やゲームなどで、参加した皆さんが楽しく過ごせるように工夫しています。現在、市内10か所の集会所などで月に1、

2回開催されていますので、ぜひご参加ください。

●開催場所 下表をご覧ください

●開催時間 午前10時～11時30分(あったかサロン 小田の里のみ午前9時30分～11時)
※開催日時は変更になる場合があります。

高齢者サロン名	会場	開催日
ひだまり	坂本公民館(東下野出島)	15日・30日
らいふぱーく	新白河ライフパーク集会所(白坂)	第1日曜日
白寿園	中央老人福祉センター「白寿園」(北中原)	第1・3金曜日
マイタウン	マイタウン白河(本町)	第2木曜日
新白河	高山コミュニティセンター(新白河)	第2火曜日

高齢者サロン名	会場	開催日
さわやかサロンあかさか	新赤坂コミュニティセンター(大信中新城)	第1木曜日
いきいきサロン緑ヶ丘	緑ヶ丘コミュニティハウス(古高山)	第4金曜日
あったかサロン小田の里	小田川集会所(小田川)	25日
あったかサロン昭和町	昭和町自治会館(昭和町)	第4金曜日
いきいきサロンさずな	北町公民館(東釜子)	第2木曜日

●申込受付期間 3月1日(金)～11日(月)/午前8時30分～午後5時(平日のみ)

●抽選日 3月13日(水)

●申し込み・問い合わせ先 本庁舎建築住宅課☎②1111 内2262 / 大信庁舎事業課☎④2115

団地名	建設年度	棟	部屋番号	階	間取り	家賃月額(円)	敷金	備考
石切場	平成7年度	3	101	1階	2LDK	20,500～40,200	家賃の3か月分	本庁舎受付・駐車場有料(1台のみ)
石切場	平成8年度	5	203	2階	3LDK	22,900～45,000	家賃の3か月分	本庁舎受付・駐車場有料(1台のみ)
石久保	昭和59年度	1	301	3階	3DK	13,300～26,100	家賃の3か月分	大信庁舎受付・風呂リース

☎本庁舎健康増進課(中央保健センター)☎②72112
各庁舎市民福祉課 表郷☎③2114 大信☎④62114 東☎④42116

子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）にご協力を

子どもたちのぜんそくやアトピー性皮膚炎の原因の一つに、環境化学物質（生活環境の中にある物質）があると考えられています。環境省ではその原因を明らかにするため、全国10万人の妊婦を対象に、子どもが13歳になるまでご協力いただくエコチル調査を行っています。県では、福島県立医科大学が県内

の全市町村を対象に実施しています。

●対象者 協力医療機関で出産予定の妊婦、その子どもと父親（県内に住民登録があり、今後も国内に住む予定の方）

●調査内容 質問票調査や血液、尿、毛髪採取など

☎エコチル調査コールセンター☎ 0120-327-735

女性の健康週間です

毎年3月1日から8日は女性の健康週間です。女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を過ごすために創設されました。女性は、性ホルモンの影響を受け、思春期や成人期、更年期に特有の症状や健康障がいが起こりやすくなりますので、女性自

身が健康に関する知識や予防方法を知り、健康づくりに取り組みましょう。

特に、女性の病気で乳がんが増加しています。月1回の自己触診と定期的に乳がん検診を受け、早期発見に努めましょう。

妊婦に電子式個人線量計を貸し出します

市では、家庭生活での放射線量の把握と健康管理を目的に、妊婦に電子式個人線量計を貸し出します。中央保健センターに電話予約後、窓口で申請をしてください。

●貸出期間 1か月以内

●持参物 母子健康手帳

※詳細は本庁舎健康増進課（中央保健センター）にお問い合わせください。

こころの健康相談

眠れない、うつ状態など心の悩みに対し、専門の先生が相談に応じます。

●日にち 3月26日(火)

●受付時間 午後1時15分～1時45分（要予約）

●会場 中央保健センター（北中川原）

●申し込み・問い合わせ先 本庁舎健康増進課☎②72112

3月の健康相談会のお知らせ

市では、成人の方を対象に「健康相談」を行っています。お気軽にご相談ください。なお、健康手帳をお持ちの方は、持参してください。

実施日	開始時間	表郷地域会場
5日(火)	9:30～	上願ふれあいセンター
8日(金)	9:30～	内松集会所
13日(水)	9:30～	高木集会所
13日(水)	13:30～	犬神集落センター
18日(月)	9:30～	表郷保健センター

実施日	開始時間	白河地域会場
19日(火)	13:15～	中央保健センター

実施日	開始時間	大信地域会場
6日(水)	9:30～	大信保健センター

実施日	開始時間	東地域会場
6日(水)	9:30～	東保健センター
7日(木)	10:00～	蕪内公民館
11日(月)	10:00～	大竹公民館

※急病患者のための制度です。 ▶診察時間 午前9時～午後5時

小児科	病・医院名	住所	電話番号
3日(日)	おかざきクリニック	新白河	②32551
10日(日)	岡崎小児科内科医院	結城	②37811
17日(日)	みうら小児クリニック	白坂	②81001
20日(祝)	樋口小児クリニック	矢吹町大久保	④22040
24日(日)	関医院	横町	②33003
31日(日)	わたなべ子どもクリニック	老久保	②12166

内科・外科	病・医院名	住所	電話番号
3日(日)	片倉医院産科・婦人科	昭和町	②32459
10日(日)	おおほりクリニック	矢吹町八幡町	④12311
17日(日)	大高整形外科	昭和町	②39988
20日(祝)	大高内科胃腸科	道場小路	②41456
24日(日)	片倉クリニック	立石	②72770
31日(日)	かねこクリニック	西郷村下前田東	②43111

携帯電話用ホームページから「検診」などの情報がご覧いただけます。



■ 3月の母と子の保健事業

※参加する際は、母子健康手帳を忘れずに持参してください。

◆健康診査

●会場 中央保健センター（北中川原）

種類	対象	実施日	受付時間	持参品など
4か月児健康診査	平成24年10月21日～11月10日生まれ	6日(水)	12:30～13:20	問診票、子育てアンケート、替えおむつ、授乳準備、バスタオル
10か月児健康診査	平成24年3月11日～31日生まれ	5日(火)	12:30～13:20	問診票、バスタオル、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円
	平成24年4月1日～30日生まれ	12日(火)		
1歳6か月児健康診査	平成23年7月21日～8月10日生まれ	7日(木)	12:30～13:20	問診票、聞こえのアンケート、バスタオル、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円
3歳児健康診査	平成21年9月11日～30日生まれ	14日(木)	12:30～13:20	問診票、目と耳のアンケート、尿、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円

◆育児相談・保健センター開放

種類	対象	実施日	時間	会場	持参品など
赤ちゃん広場(予約制)	1歳未満の赤ちゃんと保護者(先着20人)※月1回の参加で、第1子限定となります。	4日(月) 11日(月)	10:00～11:30	中央保健センター(北中川原)	替えおむつ、授乳準備、バスタオル
子育て広場	乳幼児	6日(水) 27日(水)	9:45～11:30	表郷保健センター(表郷金山)	替えおむつ、授乳準備
すこやか育児相談日	乳幼児	12日(火)	10:00～11:30	大信保健センター(大信町屋)	替えおむつ、授乳準備
子育て広場(予約制)	乳幼児	8日(金)	10:00～11:30	東保健センター(東上野出島)	替えおむつ、授乳準備

■子どもの生活習慣病

今、子どもたちに生活習慣病や生活習慣病予備軍が増えています。6歳から15歳の小中学生では、この20年間に肥満児が3、4倍に増加しています。一方、ダイエット傾向の強い14、15歳の女子には、ダイエットによる貧血が増えています。

《子どもの生活習慣病を防ぐために》

正しい食生活を幼児の時から習慣付けることが大切です。何でも食べられるようにするため、和食、洋食、中華料理など、様々なものを作ってあげましょう。野菜嫌い、魚嫌いにならないよう気を付け、一日30食品食べることを目標にしましょう。そして、よく運動することが大切です。

(国民生活センター「くらしの豆知識99」より)

■3月の献血

実施日	実施事業所	住所	時間
1日(金)	(株)白河川島製作所	大信下新城	9:30～11:00
	社会福祉協議会大信支所	大信増見	11:15～13:00
	市役所東庁舎	東釜子	15:00～17:00
2日(土)	すぱーく表郷(表郷ふれあい春まつり)	表郷番沢	9:30～12:00
	ベイシア白河モール店	老久保	14:00～16:30
26日(火)	市役所本庁舎	八幡小路	10:00～12:00
	白河厚生総合病院	豊地	13:00～18:00
29日(金)	パナソニック(株)デバイス社白河工場	白坂	9:30～12:30
	味の素製菓(株)福島工場	白坂	13:30～15:00
	東北ポール(株)白河第二工場	新白河	15:30～17:00

■3月の救急当番医

歯科	歯科医院名	住所	電話番号
3日(日)	大栄歯科クリニック	中町	②2833
10日(日)	五十嵐歯科医院	本町	③3473
17日(日)	岩谷歯科医院	矢吹町中町	④4363
20日(祝)	海野歯科医院	西郷村米	⑤7474
24日(日)	かたの歯科医院	結城	②8833
31日(日)	河島歯科医院	天神町	③2739

■3月の無料相談

種類	開設日	時間	会場・問い合わせ先	内容
弁護士法律相談 (要予約)	6日(水) 19日(火)	①10:00～12:00 ②13:00～16:00	●本庁舎展望会議室(7階) ☎本庁舎生活環境課 ☎②1111 内2162	多重債務、離婚・相続問題などの法的なトラブル、被災者の抱える二重ローン問題の相談など
	12日(火)	10:00～12:00	●表郷庁舎(表郷金山) ☎表郷庁舎市民福祉課 ☎②2113	
	13日(水)	10:00～12:00	●本庁舎展望会議室(7階) ☎本庁舎生活環境課 ☎②1111 内2162	
	27日(水)	13:00～16:00	●本庁舎展望会議室(7階) ☎本庁舎生活環境課 ☎②1111 内2162	
心配ごと相談	第2・第4火曜日	9:00～12:00	●中央老人福祉センター「白寿園」(北中川原) ☎社会福祉協議会 ☎④4222	生計、家族などに関することなど
障がい者相談会 (要予約)	26日(火)	13:00～	●本庁舎第3会議室(2階) ☎本庁舎社会福祉課 ☎②1111 内2714	障がいに関することなど
心の健康相談	7日(木)	13:30～15:00	●県南保健福祉事務所(郭内) ☎県南保健福祉事務所 ☎⑤5649	うつ状態、認知症に関することなど
認知症の人と家族の会	24日(日)	13:30～15:30	●中央老人福祉センター「白寿園」(北中川原) ☎同県南地区事務局 ☎⑥2394	認知症本人と家族の相談や話し合いなど
県政相談	月～金曜日	9:00～12:00 13:00～16:00	●白河合同庁舎3階(昭和町) ☎県南地方振興局 ☎0120-899-723 ※相談員が不在の場合がありますので、事前に電話でご確認ください。	県政に関する相談、県民生活に関することなど
ハートライン (いじめ相談電話)	月～金曜日	9:00～18:00	☎ハートライン相談専用電話 ☎0800-800-1893(フリーダイヤル)	いじめに関する相談

■時間外窓口サービス

日曜窓口 《本庁舎》 ●開庁日時 3月3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、31日(日) / 午前8時30分～正午
 証明書コンビニ交付 《セブン-イレブン》 ●利用時間 午前6時30分～午後11時
 ☎本庁舎市民課 ☎②1111 内2158・課税課 内2121

■放射線量測定結果(2月7日午前9時現在)

▶本庁舎 0.21 ▶表郷庁舎 0.19 ▶大信庁舎 0.27 ▶東庁舎 0.11 【単位:マイクロシーベルトパーアワー(μSv/h)】
 ※市内の公共施設等における放射線量の測定結果は、市ホームページでご覧いただけます。

■市水道水の放射性物質測定結果

本市の水道水の放射性物質検査結果は、1kg当たり1ベクレル未満です(飲料水の基準値は1kg当たり10ベクレル)。なお、検査は2週間おきに行われています。

■今月の納期

◇固定資産税…第4期 ◇国民健康保険税…第8期 ◇介護保険料…第8期 ◇後期高齢者医療保険料…第7期
 ◇下水道受益者負担金…第4期 *納期限は2月28日(木)です。

■市の人口(2月1日現在)

▶人口 63,255人(前月比-6) 男 31,203人 女 32,052人
 ▶世帯数 22,845世帯(前月比+8)