

広報

しらかわ

Public Relations Shirakawa

2024

8

No.225



特集

ボッチャ

— 誰もが楽しめる競技 —



まずはやってみよう！
火ノ玉ジャパン
井上伸監督よりメッセージ



ボッチャの魅力とは
ボッチャは障がいの有無に関わらず、誰でもプレーできるところが魅力です。「誰もが垣根なく、一緒に当たり前」がボッチャ協会の理念ですので、気軽に始めてみてください。ルールも簡単なので「見て楽しい、やって楽しい」スポーツです。

ボッチャ体験を通して
障がいのある方と触れ合ったことで、障がい者について知ってもらえるきっかけになることを期待します。どうしても一緒に楽しむことができるかを想像して「どんな準備をすれば良い



▲井上監督が講師を務めた小学校体験会の様子

か「どういうことをすれば良いか」を想像し、新たな気づきを発見してほしいです。
障がいのある方も、どのような形であれ、みんなと一緒にプレーすることで、社会との関わりが生まれると思います。
ボッチャを通してたくさんの人たちがつながってくれたらうれしいです。

ボッチャを知っていますか？
どんな競技？

脳や四肢に障がいがある方のためにヨーロッパで考案された競技です。
年齢や性別、障がいの有無に関わらず、多くの人が一緒に競い合うことができ、すべての垣根を超えた対戦や交流ができることが魅力の一つです。

パリ2024
パラリンピック

ボッチャは昭和63年からパラリンピックの正式競技として行われています。8月にフランス・パリで開催されるパラリンピックでは、日本代表選手（火ノ玉ジャパン）の活躍が期待されています。

近年、注目を集めているボッチャ。本市でも市民体験会を開催するなど大いに盛り上がっています。本市が行うボッチャの取り組みや火ノ玉ジャパンのことをもっと知って、ボッチャをさらに盛り上げていきましょう。

誰でも体験できるよ

市中央体育館（北中川原）にミニボッチャコートが設置されており、誰でも体験することができます。このコートは（一社）日本ボッチャ協会とゴールドパートナー契約を締結しているJR東日本から本市に寄贈していただいたものです。
そのほか、市内の各体育施設でもボールセットが置いてありますので、気軽に体験することができます。利用方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



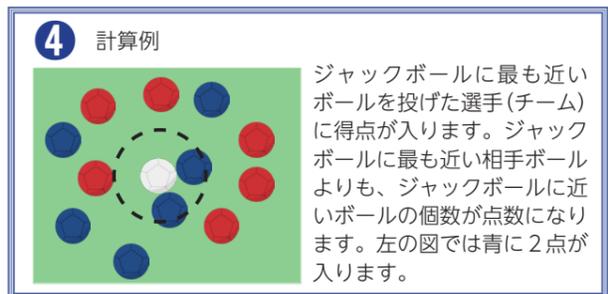
▲中央体育館のミニボッチャコート



試合の流れを覚えよう！

ボッチャは、ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。

- 1 先行（赤球）がジャックボール（白球）を投げて試合スタートです。ジャックボール投球後、続けて赤球を投球します。
- 2 後行（青球）が投球します。
- 3 ジャックボールからより近い位置にボールを投げた選手（チーム）がその次の投球を行います。
- 4 赤、青ともに6球ずつを投げた時点で得点を計算します。
- 5 ①〜④を1エンドとし、個人戦とペア戦は4エンド、チーム戦は6エンド行い、合計点を競います（2エンド目以降は、偶数エンドが青球、奇数エンドが赤球が先行です）。



※個人戦・ペア戦・チーム戦や、障がいの程度により分かれる各クラスでルールに異なる点があります。詳しくは（一社）日本ボッチャ協会のホームページをご覧ください。



白河市&ボッチャ

互いに連携

本市と（一社）日本ボッチャ協会は、令和3年6月に「相互協力に関する協定」を締結しました。この協定は、市民の皆さんに障がい者スポーツに親しむ機会を提供し、健康増進や子どもたちの健全育成、共生社会のさらなる進展、そしてスポーツを通じた活気ある地域の構築を目的としています。締結以降、互いに連携し、ボッチャを通じて障がい者スポーツの普及事業や、イベントの開催などに取り組んでいます。

身近な競技に

令和4年度より、市内の小・中学校での体験会、市民体験会、指導者向け講習会、競技大会の開催や、小・中学校へのボッチャボールセットの配布など、さまざま取り組みを行っています。
6月に開催した小学校体験会としかかわスポーツ祭ボッチャ競技では、火ノ玉ジャパンのメンバーが、実際にプレーを披露したり、たくさんの児童や市民と触れ合ったりし、ボッチャの魅力を伝えました。



▲6月に行った小学校体験会の様子



▲杉村 英孝選手



▲廣瀬 隆喜選手



▲遠藤 裕美選手
(福島県ボッチャ協会所属)



▲川崎ボッチャレの選手

火ノ玉ジャパンを応援しよう！

火ノ玉ジャパンのメンバーが、6月下旬に本市で合宿を行いました。東京カップで優勝経験のある「川崎ボッチャレ」と対戦し、パリパラリンピックに向け、本番さながらの緊張感で試合に臨みました。

しらかわスポーツ祭ボッチャ競技

6月23日、市中央体育館で開催し、35チームの計113名が参加しました。5歳から90歳までが参加し、老若男女問わず一球一球狙いを定め、真剣に投球する姿が見られました。



優勝チームインタビュー

家族で参加した「パープルABCY」の柴野ファミリー。SNSで海外のボッチャ選手ともつながっているほどのボッチャファン。海外選手とも交流の輪を広げることができるのがボッチャの魅力でしょうか。



優勝した感想

初めて参加したので、どんな様子か分からなかったのですが、優勝できて驚いています。

今後の目標

とにかく誰でもプレーできるところだと思います。いろんな方とプレーしていると、車いすの方とも、みんなと同じように一緒に戦うことができるのが楽しいです。

今まで、障がいがある方との接点がなかったのですが、ボッチャを始めてから障がいのある方と仲良くなることができました。今後もボッチャを通じて、誰とも分け隔てなく交流し、楽しみながらプレーをしていきたいです。

第2回市ボッチャ大会

- 期日 10月6日(日)
- 開始時間 午前9時
- 会場 国体記念体育館(北中川原)

参加方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



火ノ玉ジャパンの3選手にパリ2024パラリンピックに向けた意気込みを聞きました。当選手たちは、6月に開催した小学校体験会としらかわスポーツ祭で、市民の方と触れ合い、ボッチャの楽しさや奥深さを教えてくれました。



白 河市での交流イベントでもたくさん応援してもらい、気持ち

が上がっています。落ち着いてプレーし、チームメンバーと力を合わせて良いパフォーマンスを見せたいです。福島の方をはじめ、多くの方に練習の成果を伝えられるよう頑張ります。



出場権を得るまで苦しい時期もありましたが、そ

れを乗り越えて出場権を得ることができ、このチームで戦うことに自信を持っています。積み重ねてきたことをパリの舞台上で発揮したいです。また、個人戦では大会連覇に固執しすぎず、東京大会の自分を超えることを目標に臨みます。



今、ボッチャは小学校や大学、企業などで

たくさんの方がプレーしてくれています。このブームを途切れさせないようボッチャの楽しさを伝えていきたいです。パラリンピックは今大会で5大会目の出場になります。チーム戦に加え、個人戦の方も結果にこだわって戦ってきたいです。

みんなでボッチャ
一万人プロジェクト

(一社) 日本ボッチャ協会が行うファン拡大プロジェクトです。「ボッチャを全人類に届けよう」を合い言葉に、多くの方にボッチャを体験し、魅力を知ってもらい、そして応援してもらうことを目指しています。詳しくは、協会ホームページをご覧ください。



募集 Recruit 施設の指定管理者



☎総務課 内2350

施設の管理運営に民間の能力を活用し、市民サービスの向上と経費削減などを図るため、指定管理者制度を導入しています。

令和7年4月に更新となる次の施設の指定管理者を募集します。詳しくは、お問い合わせください。

- 募集期間 9月2日(月)～30日(月)
- 募集施設

施設名	担当課	問い合わせ先
白河文化交流館 コミネス	文化振興課	内2341
東文化センター		
大信地域市民交流センターひじりん館	大信庁舎事業課	☎④3973

イベント Event 認知症啓発映画上映会



☎高齢福祉課高齢者支援係☎⑧5519

9月の世界アルツハイマー月間に合わせ、認知症啓発映画上映会を開催します。映画を通して認知症について考えてみませんか？

- 期日 9月7日(土)
 - 時間 開演 午後1時45分(開場 午後1時15分)
 - 会場 新白信ビル イベントホール(立石)
 - 作品名 『オレンジ・ランプ』
 - 対象者 市内在住または市内に通勤・通学している方
 - 定員 先着180人 ※無料
 - 申し込み期間 8月19日(月)～9月5日(木)
 - 申し込み方法 電話、窓口、専用フォーム
- 

募集 Recruit こみねっと車内広告



☎生活防災課 内2706

公共施設、駅、病院、商業施設などを巡回するバスとして多くの方に利用されている「こみねっと」の車内に掲載する広告を募集します。

- 掲載車 中循環、南循環、西循環
 - 掲載期間 10月～令和7年9月
 - 枠数 12枠
- ※規定数により次第締め切ります。
※掲載位置の指定は受け付け順になります。
- 規格 縦364mm×横515mm (B3サイズ) または縦297mm×横420mm (A3サイズ)
 - 掲載料 950円/1か月
- ※原稿は持参してください。
- 募集開始 9月9日(月)
- 

募集 Recruit 廃校施設の活用提案



☎財政課 内2353

旧大屋小(大信下小屋)の土地と建物を有効活用するため、地域の振興、発展につながる活用提案を募集します。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 応募期限 9月30日(月)

《廃校施設リノベーション支援事業補助金》



廃校施設の活用を促進し、地域の活性化につなげるため、廃校施設の活用提案に採用された場合、廃校施設の改修費用を補助します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 対象施設 旧大屋小(校舎、体育館、プールなど)
- 補助金額 費用の2分の1以内、上限2,500万円

お知らせ News 物価高騰重点支援給付金

☎社会福祉課社会生活支援係☎⑧5515

物価高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい世帯に給付します。

対象となる世帯には、7月下旬から順次案内を送付していますので、必要に応じ申請をしてください。

令和5年度非課税世帯への給付金(7万円)または均等割のみ課税世帯への給付金(10万円)を受給した方は対象となりません。

- 給付額 1世帯につき10万円(1回限り)

●対象となる世帯

令和6年6月3日時点で本市に住民登録があり、新たに令和6年度住民税が次の①～③に当てはまる世帯

- ①「住民税非課税」の方のみで構成される世帯
- ②「均等割のみ課税」の方のみで構成される世帯
- ③「住民税非課税」と「均等割のみ課税」の方で構成される世帯

※ただし、次のいずれかに該当する場合は除きます。

- ◇すでに他市区町村で本給付を受けている世帯
- ◇世帯全員が、住民税が課されている他の親族などに扶養されている世帯
- ◇租税条約により住民税が免除されている方がいる世帯

●申請方法など

▷申し出が必要な世帯

案内は届かないが、対象と思われる場合は、給付金コールセンター(☎0120-11-2192)にお問い合わせください。

▷「給付のご案内」が届いた世帯

同封の「申請書兼請求書」に必要事項を記入し、必要書類を添えて返信用封筒で返送してください。

▷「支給決定のお知らせ」が届いた世帯 申請不要

●申請先

社会福祉課、各庁舎地域振興課、各行政センター

- 申請期限 10月31日(木) ※必着

お知らせ News 後期高齢者医療制度保険料決定

☎国保年金課 内2164

保険料の決まり方

保険料は被保険者一人ひとりが平等に負担する「均等割額」と所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算されます。

令和6年度の保険料率は次のとおりです。なお、保険料の決定通知書は8月中旬に送付します。

均等割額	+	所得割額	=	年間保険料額
45,900円		所得①×8.98%		年間限度額② 80万円

①この所得は、令和5年中の総所得金額などから基礎控除43万円を差し引いたものです。賦課のもととなる所得金額が58万円以下の方は所得割率が8.64%となります。

②生年月日が昭和24年3月31日以前の方などは限度額73万円となります。

保険料の軽減措置

《均等割額の軽減》

1年間の所得が基準額以下の世帯は、均等割額が軽減されます。

軽減割合	世帯(被保険者および世帯主)の総所得金額※ (赤字は年金・給与所得者が2人以上の際に計算)
7割	[43万円+10万円×(年金・給与所得者数-1)] 以下の場合
5割	[43万円+29.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)] 以下の場合
2割	[43万円+54.5万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)] 以下の場合

※この所得は、令和5年中の総所得金額などの合計です(65歳以上で公的年金を受給している方は、年金所得からさらに15万円を減額した額で軽減判定を行います)。

募集
Recruit

第69回市総合美術展覧会 作品

文化振興課 内2341

応募方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



- 会期 10月16日(水)～20日(日)
- 時間 午前10時～午後6時
- ※最終日は午後1時まで
- 会場 マイタウン白河(本町)
- 出品対象者
本市・西白河郡・東白川郡在住者または出身者
- ※高校生以上
- 展示部門 絵画、彫塑工芸、書、写真
- 出品料 1点につき1,000円
- ※出品点数は各部門1人1点
- 受付期日
10月13日(日)／午前10時～午後3時
- 応募方法
出品申込書と作品を会場に持参してください。
- 作品規格



部門	大きさ	その他
絵画	6号以上50号以内	額装、表装、額入
彫塑工芸	彫塑／等身大以内、床面積100cm×150cm以内	
	工芸／制限なし	
書	仕上がり寸法(縦240cm×横180cm以内)	額装、軸装(釈文添付、仮表装は受け付け不可)
写真	A4以上A3ノビまで	モノクロ、カラー、額入またはパネル張り(半切も可)

※額入の場合、アクリル板を使用してください。ガラス板は受け付けできません。また、必ず吊りひもをつけてください。

- 申し込み・問い合わせ先
市総合美術展覧会実行委員会事務局(文化振興課内) 内2341

お知らせ
News

体育施設無料開放



生涯学習スポーツ課 内2504

8月21日の「福島県民の日」に合わせ、8月17日(土)に次の施設を無料で利用できます。



- 時間 午前9時～午後4時

施設	設備	問い合わせ先
市総合運動公園	中央体育館・国体記念体育館・陸上競技場・テニスコート・多目的グラウンド・アナビースポーツプラザ	☎228971
しらさかの森スポーツ公園	テニスコート	☎282322
表郷総合運動公園	天狗山球場・表郷球場・体育館・多目的グラウンド	☎324613
大信総合運動公園	大信球場・トレーニングセンター・多目的グラウンド	☎462284
東風の台運動公園	体育館・テニスコート・多目的グラウンド	☎343644
白河第一市民体育館		☎220966
白河第二市民体育館		☎222915
白河第三市民体育館	体育館	☎220924
関辺市民体育館		☎235706
大沼市民体育館		☎246850



イベント
Event

南湖フェスティバル with 風月の芸術祭

史跡名勝南湖公園100年事業実行委員会事務局(都市計画課内) 内2237

翠楽苑前の芝生広場に設けた特設ステージでの音楽演奏やスタンプラリー、キッチンカーによる飲食物の販売などを行います。

また、同時期に開催中の「福島ビエンナーレ2024 風月の芸術祭in白河」のワークショップも行われます。

芝生広場には大型テントを設置し、日差しや雨を避けてステージや飲食を楽しむことができますので、ぜひお越しください。



▲2022年の南湖フェスティバル

- 期日 8月31日(土)
- 時間 午前10時～午後4時
- 会場 南湖公園



募集
Recruit

食生活改善推進員

健康増進課☎272114

食生活改善推進員は、健康づくりのための食生活を地域に広めるボランティアです。食生活改善推進員として活動できる方を募集します。

- 対象 市内在住で18歳以上の方
- 活動内容 高齢者サロンでのフレイル予防講話や、毎月19日に開催される食育の日街頭活動など
- 申し込み期限 8月30日(金)
- 申し込み・問い合わせ先 健康増進課(中央保健センター) ☎272114



食育の日街頭活動▶

お知らせ
News

9月市議会定例会の日程(予定)

議会事務局 内2412

- 時間/会場 午前10時/市役所4階 議場

期日	内容
9/3(火)	定例会開会、議案の上程・提案理由の説明
9(月)	一般質問・上程議案に対する質疑、委員会付託(請願・陳情)
10(火)	一般質問・上程議案に対する質疑
11(水)	一般質問・上程議案に対する質疑、委員会付託(議案)
12(木)	総務・市民産業・教育福祉・建設水道常任委員会
17(火)・18(水)・24(火)	決算審査特別委員会
27(金)	各委員長報告・質疑・討論・表決、定例会閉会

お知らせ
News

マイナンバーカード 電子証明書の更新



市民課 内2175

マイナンバーカードの電子証明書の更新時期が近づいた方に、有効期限通知書をお送りしています。有効期限が切れてしまうと、証明書のコンビニ交付などの一部手続きができなくなります。

- 更新申請に必要な書類
 - ▷本人が来庁する場合 マイナンバーカード
 - ▷代理人が来庁する場合 申請者のマイナンバーカード、代理人の本人確認書類、署名用電子証明書・利用者証明用電子証明書 照会書兼回答書(必ず申請者本人が記入のうえ、同封の封筒に入れること)
- 更新申請窓口・問い合わせ先
市民課 内2175、各庁舎地域振興課
表郷☎22113 大信☎462114 東☎342113

話題レポート

きれいな環境で気分もリフレッシュ

6月30日、市民総ぐるみ市内一斉清掃が5年ぶりに行われ、早朝から市内各地で多くの市民の皆さんが参加しました。住んでいる地域がより清潔で明るく住みよい環境になるよう、草刈りやごみ拾いなどに汗を流しました。



歴史的資源を活用し地域を活性化



7月5日、市と株式会社NOTEは、歴史的資源を活用した地域活性化に関する連携協定を締結しました。同社は、古民家などの再生により、まち全体を活性化させる事業を全国に展開しており、歴史的資源を活用した地域活性化の推進、支援などを行います。

青少年の健全な育成を推進



7月8日、コミネス大ホールで市青少年健全育成推進大会が開催されました。各中学校の代表7名による「少年の主張」の発表や、ブラック・ボトム・プラス・バンドによるバンド演奏の鑑賞、青少年育成功労者の表彰などが行われました。

話題レポート

谷津田川を彩るアート作品を制作



6月15日、富川屋蔵（新蔵町）で「谷津田川をアートで彩るワークショップ」が開催されました。参加者は、布にシルクスクリーンやはんこを使い自由に色付けをしました。作品は風月の芸術祭の期間中、富川屋蔵前の谷津田川に展示されます。

音楽のアウトリーチプレゼント



6月25日・26日、小・中学校5校でNHK交響楽団のメンバーによる、弦楽トリオ演奏会が開催されました。バイオリン、ビオラ、チェロによりパッヘルベル作曲の『カノン』などが演奏され、児童・生徒は、生の音色を体感しました。

登録防災士に認定書を交付



6月25日、市役所で市登録防災士認定証交付式が行われました。登録防災士は、現在23名が認定されており、地域の防災講演会の講師や、避難所の開設・運営の支援など、地域の防災力向上や災害発生時の共助に貢献する活動を行います。

仕事と家事育児の両立を支援

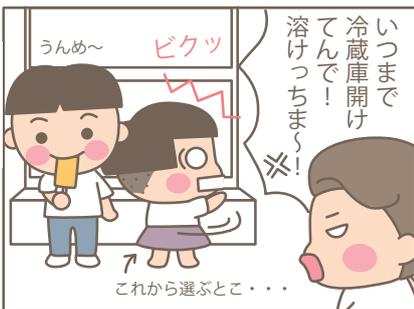


6月28日、サンフレッシュ白河（大沼）で「女性に寄り添うライフ・ワークサポート事業」のキックオフイベントとして、キャリアセミナーなどを開催しました。本イベントを皮切りに、個別就労相談会や企業見学会などを開催していきます。

ほんこのこころ

作 本町かずこ

どれにしようかな



お中元で頂いた野村屋のアイスキャンデー
冷凍庫ん中にもっちり🎵

受賞おめでとうございます

令和6年度ふくしま環境顕彰



表郷環境ネットワーク
代表 滝田 国男さん

表郷中学生徒会
会長 生田白 琴乃さん
会計 薄井 悠さん

6月13日、表郷環境ネットワークと表郷中学生徒会が受賞報告に訪れました。平成26年からビャッコイ自生地の清掃活動を行い、環境保全に努めていることが称えられたものです。この活動はビャッコイが昭和30年12月27日に県の天然記念物に指定されたことを記念して毎年12月に行っているもので、住民が地域の貴重な自然遺産への関心を高め、環境を大切に保全していく意識を育む機会となっています。

第78回県総合美術展覧会 県美術大賞



▲受賞作品 彫刻『気化』

7月3日、美術大賞を受賞した本柳幸音さんが受賞報告に訪れました。美術大賞は同展覧会の最高賞であり、今回は公募により出品された計598点の中から選ばれました。

同展覧会は県内在住者と県出身者から作品を公募して展覧し、県美術の振興を図るために開催されています。

100歳おめでとうございます

小湊 クニエさん (旭 町) 大正13年6月24日生まれ
渡邊 シイヨさん (新夏梨) 大正13年7月15日生まれ

りぶらんからのお知らせ

《第41回白河手づくり絵本展作品募集》

- 募集作品 手書き・貼り絵・しかけ絵本など、形は自由です。
 - 募集期間 9月1日(日)～21日(土) ※休館日を除く
 - 対象者 年齢不問
 - 出品先 市立図書館りぶらん 総合サービスデスク
- ※作品にはビニールカバーを、裏面には出品票を貼りつけてください。出品票は総合サービスデスクで配布します。
※絵本展の開催期間は、10月3日(休)～6日(日)です。

今月のテーマ展示 ※7～8月共通



暑い日が続き、夏バテしたり、食欲が落ちてしまう方が多いのではないのでしょうか。
猛暑を乗り切る、食欲がわく本を集めてみました。『美味しい本』を読み、たくさん食べて元気に夏を楽しみましょう！



ピカピカの太陽に青い空！夏は、水あそびや虫とりに花火、かき氷やスイカなど、楽しみがいっぱいですね。たくさん笑って、遊んで、思い出をいっぱい作ろう！
夏休みの宿題にも役立つ、工作や自由研究などの本も集めました。

おすすめ新刊



《一般図書》



世界目録をつくらうとした男
奇才ポール・オトレと情報化時代の誕生
アレックス・ライト／著 鈴木和博／訳 根本彰／解説
20世紀初頭、まだインターネットもない時代に、世界中のあらゆる知識や情報を集めて分類し、目録(カタログ)にすることに取り組んだ男の評伝です。

《児童図書》



はじめてのずかん そら・てんき
くぼてんき・岩谷忠幸／監修
表紙の写真は夏の空でよく見る入道雲。迫力満点のきれいな写真で「そら」と「てんき」の魅力が一目でわかる図鑑です。ひらがな・カタカナで書いてあるので、はじめてひとりで読む図鑑にぴったりです。

※最新情報は図書館にお問い合わせになるか、図書館のWebサイトや館内掲示をご確認ください。



図書館カレンダー

8月	8	木	
	9	金	
	10	土	📖 15:00～15:20
	11	祝	休館 (表郷・東)
	12	月	休館 (表郷・東)
	13	火	休館 (全館)
	14	水	🚗 11:00～12:00 📍 中新城構造改善センター 📖 15:00～15:20
	15	木	🚗 11:00～12:00 📍 みさかコミュニティセンター
	16	金	🚗 11:00～12:00 📍 中央老人福祉センター (白寿園)
	17	土	
	18	日	
	19	月	休館 (りぶらん・大信)
	20	火	休館 (表郷・東) 🚗 14:00～15:00 📍 北真舟町内会館
	21	水	
	22	木	🚗 11:00～12:00 📍 上ノ原集会所
	23	金	🚗 11:00～12:00 📍 緑ヶ丘集会所
	24	土	📖 15:00～15:20
	25	日	▷ 東図書館おはなし会 (3～7歳向け) 📍 東図書館 ⌚ 10:30～10:45
	26	月	休館 (りぶらん・大信)
	27	火	休館 (表郷・東)
	28	水	
	29	木	
	30	金	
	31	土	
9月	1	日	
	2	月	休館 (りぶらん・大信)
	3	火	休館 (表郷・東)
	4	水	休館 (全館) 🚗 11:00～12:00 📍 南湖集会所
	5	木	📖 15:00～15:20 🚗 11:00～12:00 📍 翫目山集会所
	6	金	
	7	土	📺 大人向け上映会『ものすごくうるさくて、ありえないほど近い(吹替版)』 ⌚ 13:30～15:40
	8	日	
	9	月	休館 (りぶらん・大信)

🚗 移動図書館
ゆるりぶ運行

📺 上映会 📍 りぶらん

📖 おはなし会
(3歳～小学校低学年向け)
📍 りぶらん

📖 ちびっこおはなしのくに (0歳～3歳向け)
📍 りぶらん

【各図書館の問い合わせ先】

■ りぶらん ☎ 3250 ■ 表郷図書館 ☎ 324784 ■ 大信図書館 ☎ 3614 ■ 東図書館 ☎ 341130

■こども誰でも通園事業

理由を問わず、わかば保育園でお子様を預かります。また、保育士が育児の不安や悩みにもお答えしていますので、気軽にご利用ください。

- 対象 市内在住の1～2歳で、離乳食が完了し安定歩行ができる幼児
- ※本年度中に3歳になった場合、本年度末まで利用可
- 利用日 月・水・金曜日
- ※定員などの理由でお預かりできない場合あり
- 利用時間 午前9時15分～午後2時15分
- ※月10時間（5時間×2回）まで
- 料金 1回1,000円
- 申し込み方法 電話 ※随時受付 ※事前面接あり
- 申し込み先 わかば保育園 ☎27610
- 問い合わせ先 こども育成課保育係 ☎285525

■放課後児童クラブ支援員の募集

勤務内容や応募方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



- 職種 支援員、支援員補助
- 勤務時間 正午から午後7時までのうち4時間
- ※短時間勤務可 ※勤務日・時間は応相談
- ※小学校の長期休業期間と土曜日は、午前7時30分から午後7時までのうち4時間
- 勤務日 月～金曜日（土曜日勤務の場合あり）
- 賃金・資格要件 ▷支援員 時間額1,087円～/放課後児童支援員またはそれと同等と認められる資格（教員免許、保育士免許など）
- ▷支援員補助 時間額1,043円～/高卒程度
- 応募・問い合わせ先
こども育成課保育係 ☎285525



妊娠中の栄養バランス、気にしていますか？

胎児の発育に必要な栄養は、すべて胎盤を通して母体から与えられるため、妊娠中はとくに栄養バランスの良い食事を意識することが大切です。

また、妊娠中の子宮・乳腺の発育や血液増加に加え、出産時や産後に必要な体力を養うためにも、適切な栄養管理が欠かせません。

赤ちゃんのためにも、ママの体のためにも、バランスの取れた良質な食事を心がけましょう。



妊娠中の食事は「バランス」がカギ！

いろいろな食品をとることで栄養のバランスがとれます。バランスが崩れると空腹感や疲労感が強くなるので、品目数を増やすことを意識し、食生活を整えていきましょう。



《Pre-ママパパclass》

妊娠中に知っておきたい妊娠・出産・産後のことを助産師などから楽しく学ぶ教室です。ぜひ気軽にご参加ください。

- ◇妊娠中の食事の注意点
- ◇出産に向けての準備 など

申し込み方法など詳しくはこちら▶



子ども食堂

☎こども支援課 ☎285522

子どもたちに対して食事の提供や学習支援などを行っています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

お知らせ
ラウンジ
りぷらん
子育て
保健
情報館
くらしの
in白河
高年齢者
あつたか広場
休日当番医・
無料相談ほか
市長の
手控え帖

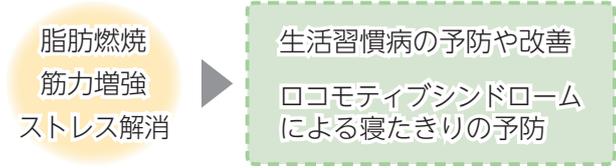


毎日忙しく、運動できる時間が少ない社会人の皆さん！日々を健康に過ごすため、通勤などに自転車を取り入れ、効率的に運動してみませんか。

《自転車が健康に良い理由》

自転車はジョギングなどと同じ有酸素運動で、脂肪燃焼や下半身の筋力増強、持久力向上などの効果があります。また、爽快感を得られるため、ストレス解消やメンタルの改善も期待できます。

移動手段として自転車を取り入れ、結果として心身の機能が向上することが、生活習慣病やロコモティブシンドローム^{*}の予防改善につながります。



※ロコモティブシンドロームとは、加齢に伴う筋力低下や関節の疾患、骨粗しょう症により要介護状態になってしまうこと。または、そのリスクが高い状態のこと。

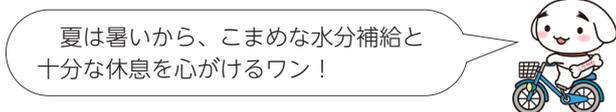
《自転車による消費カロリー》

一般的な自転車の場合、次のような計算になります。

$$\text{消費カロリー (kcal)} = \text{体重 (kg)} \times 6.8 \text{ (Mets)} \times \text{時間 (h)}$$

(参考：厚生労働省) ※Mets=運動強度の指数

(例) 体重50kgの人が30分間運転した場合
 $50 \text{ (kg)} \times 6.8 \text{ (Mets)} \times 0.5 \text{ (h)} = 170 \text{ (kcal)}$



子宮頸がん・骨粗しょう症検診（集団検診）

集団検診を希望する方は、中央保健センター窓口または電話（☎2112）、Webでお申し込みください。



- 対象 ▷子宮頸がん検診 前年度に市の集団・個別検診または妊婦健診で子宮頸がんの検診を受けていない20歳以上の女性
▷骨粗しょう症検診 今年度中に40・45・50・55・60・65・70歳を迎える女性
- 検診日・受付時間 ※定員になり次第締め切り

会場	検診日	受付時間
中央保健センター	9月25日(水)・27日(金)	①午前9時～11時 ②午後1時～2時
大信庁舎大ホール	10月17日(木)	午前9時～10時45分 ※午前のみ

※個別検診（子宮頸がん検診のみ）を希望する方は、実施医療機関に直接予約してください。

なお、平成15年4月2日～16年4月1日生まれの方に無料クーポン券を発行します。



新型コロナワクチン接種

本年度からは季節性インフルエンザの予防接種と同じ「定期接種」となり、接種費用の自己負担が発生します。接種開始時期や費用などの詳細が決まり次第、保健センターだよりなどでお知らせします。

- 対象 次のいずれかに当てはまる市民の方
①接種当日の年齢が65歳以上
②接種当日の年齢が60～64歳で「心臓、腎臓、呼吸器の機能障がい」または「ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がい」がある
(障がいの程度が身体障がい者手帳1級に相当)

9月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
2日(月)	13:30～	中央保健センター	77歳以上
4日(水)		大信保健センター	40歳以上
11日(水)	9:30～	東保健センター	
20日(金)		表郷保健センター	
25日(水)	13:30～	アナビススポーツプラザ	40～70歳

【健康ポイント事業】 50ポイント 1回/月

募集

第74回福島県統計グラフコンクール作品

県では、統計に興味と親しみを持ってもらうため、統計グラフコンクールの作品を募集します。

- 募集作品 観察記録や既存データを手描きかパソコンでグラフにしたポスター（テーマは自由、大きさはB2判）
- 応募資格 小学生以上
- 応募期限 9月2日(月)
- 応募・問い合わせ先 県企画調整部統計課 ☎024-521-7143



まちあるきアート鑑賞会

風月の芸術祭の期間中、各所のアート作品を巡る鑑賞会を行います。

- 期日 8月29日(木)、9月1日(日)
- 時間 午前9時～11時
- 集合場所 市役所臨時駐車場
- 参加料 ▷大人 200円 ▷高校生以下 100円

- 定員 各日15人程度 ※先着順
- 申し込み方法 申し込みフォーム、電話 ☎文化振興課 内2343



防衛大学校入学試験

令和7年4月上旬入校の学生を募集します。

- 防衛大学校学生一般
- 応募資格 ◇18歳以上21歳未満の者（自衛官は23歳未満） ◇高卒者（見込み含む）または高専3

- 年次修了者（見込み含む）
- 応募期限 10月17日(木)
- 試験期日 ▷1次 11月2日(土) ▷2次 11月30日(土)から12月4日(水)までのうち指定された1日
- 合格発表 ▷1次 11月20日(水) ▷最終 12月27日(金)
- 資料請求・問い合わせ先 自衛隊福島地方協力本部 白河地域事務所 ☎0372

「わたしと年金」エッセイ

日本年金機構は、毎年11月を「ねんきん月間」とし、公的年金をテーマにしたエッセイを募集しています。要項など詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

- 応募資格 中学生以上
- 応募方法 郵送のみ
- 応募期限 9月9日(月) ※消印有効
- 応募・問い合わせ先 〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24 日本年金機構 相談・サービス推進部 情報提供推進グループ「わたしと年金」担当 ☎03-5344-1100



ただいま、ふくしま。 2024 in 東京

首都圏在住の福島県出身の若者を対象とした交流会を開催します。対象となる家族や友人、知人の方に、ぜひご案内ください。

詳しくは、特設サイトをご覧ください。

- 期日 9月28日(土)
- 時間 午後3時～5時30分（予定）
- 会場 BASE Q (東京都千代田区)
- 参加料 2,000円



- 定員 先着200人 ※要申し込み
- 開催場所 福島県ふくしまぐらし推進課 ☎024-521-8023

点訳ボランティア養成講座

広報しらかわなどの点訳を行うボランティアを養成します。初めての方も大歓迎ですので、ぜひご参加ください。



- 期日 ※全6回 9月19日～10月24日/毎週木曜日
- 時間 午前10時～正午
- 会場 市立図書館りづらん
- 内容 点字の仕組みや点訳ルールの初歩、パソコンへの入力方法など
- 定員 10人 ※参加無料
- 申し込み期限 9月12日(木)
- 申し込み方法 メール、電話
- 申し込み・問い合わせ先 社会福祉課障がい福祉係 ☎024-5517

白河市発明展

ものづくりを通して創造力や発明思想の高揚を図るため、自作の作品を募集します。

- 応募方法 ▷一般（高校生以上） 窓口や電話にて申し込み用紙を取得のうえ、商工課に直接申し込み ▷小・中学生 各学校を通して申し込み
- 応募期限 8月23日(金)
- 展示期間 8月28日(水)～29日(木)
- 展示会場 産業プラザ人材育成センター（中田）
- 申し込み・問い合わせ先 商工課（人材育成センター内） ☎024-5910

白河ラーメンデータベース掲載店舗

しらかわ観光ステーションに設置されている「白河ラーメンデータベース（検索システム）」は、市内43店舗の店主がオススメする88杯（7月1日時点）の中から、自分好みのラーメンを検索できます。



このデータベースに掲載するラーメン店を随時募集しています。掲載料はかかりませんので、気軽にお問い合わせください。

☎しらかわ観光ステーション ☎024-6347

お願い

熱中症に要注意

この夏は「熱中症警戒アラート」を確認し、熱中症を未然に防ぐ行動をとりましょう。



「熱中症警戒アラート」とは、熱中症の危険性が高くなると予測された場合に国が発表する情報で、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動を促すものです。暑さで少しでも体調が悪くなったら、速やかに涼しい場所に移動しましょう。

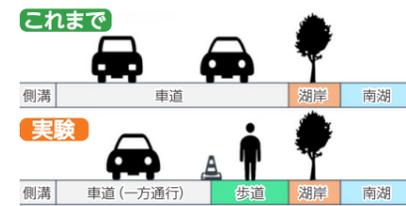
- 熱中症の症状など詳しくは、県ホームページをご覧ください。
- 《熱中症予防行動のポイント》 ▷暑さを避ける 適切にエアコンを使いましょう ▷こまめな水分補給 水分・塩分を補給しましょう



▷声かけ・見守り 「熱中症に気をつけて」と声をかけましょう ☎健康増進課成人健康係 ☎024-2114

南湖公園内「一方通行化」社会実験アンケート

南湖公園内を散策する歩行者が安全に歩くためのスペースを確保し、車両を一方通行規制とする社会実験を実施しています。歩道を歩いてみての感想や車で通った感想をお聞かせください。



- 社会実験実施期間 7月1日(月)午前10時～11月1日(金)午前10時
- 回答方法 アンケート用紙（南湖公園内の各店舗に設置）、専用フォーム
- 回答期限 11月30日(土)
- 回答先 都市計画課 内2237



個人事業税の納期

個人事業税は、個人で事業を行っている方に課税される県の税金です。8月9日付で送付される納税通知書を使い、期限までに納めてください。

また、口座振替をご利用の方は、納期限までに預金残高の確認をお願いします。口座振替でない方には、納税通知書に口座振替依頼書を同封しますので、希望する方は金融機関に提出してください。なお、今回申し込みの場合、第2期分から振替となります。

- 納期限 ▷第1期 9月2日(月) ▷第2期 12月2日(月)

※税額が1万円以下の場合、第1期に一括で納めることとなります。 ☎県南地方振興局県税課課税課 課税第一チーム ☎024-1517

8月は「食品衛生月間」



夏場は気温が高く、細菌が増えやすくなるため、とくに食中毒が起きやすくなります。家庭で食事を作る際に気をつけるべきポイントを確認し、食中毒を予防しましょう。

- 《食中毒予防の3原則》 ▷食中毒菌をつけない 手洗いを徹底する、肉・魚・野菜で調理器具を使い分ける ▷食中毒菌をふやさない 温度管理（冷却）をする、常温で放置しない、作ったらすぐ食べる ▷食中毒菌をやっつける 中心部まで十分に加熱する ※ノロウイルスは85℃で90秒以上
- ☎県南保健所食品衛生チーム ☎024-5487

8月26日は「火山防災の日」



国民の皆さんに活火山対策への関心と理解を深めていただくため、8月26日が「火山防災の日」となりました。那須岳の火山防災マップなどで、どの範囲にどのような火山現象が想定されているかや避難場所などを確認しておきましょう。

「火山防災の日」をきっかけに、火山災害の発生に備えましょう。 ☎福島県気象台 ☎024-534-0321

お願い

屋外広告物の表示・設置

「白河市屋外広告物等に関する条例」の一部改正を行い、9月1日より市全域が規制区域となりました。屋外広告物を表示・設置するためには許可が必要となりますので、都市計画課へご相談ください。条例や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。また、9月1日から10日までを「屋外広告物適正化旬間」としています。皆さんも、身近にある屋外広告物の点検をお願いします。

☎都市計画課 内2232



案内

男性育児休業取得促進奨励金

要件や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 対象 市内に事業所を有する中小企業事業主
- 補助金額 最大20万円
- ※男性労働者が育児休業を取得した期間などに応じて交付
- 申請日 男性労働者が育児休業から復帰し1か月が経過した日の翌日以降
- 申請方法 郵送または持参
- 申請・問い合わせ先 商工課 (人材育成センター内) ☎⑤910



早稲田大学ハイソサエティ・オーケストラ2024白河公演

今年度で9回目となる早稲田大学と市との交流事業です。

- 日時 9月8日(日) 午後2時開演
- 会場 コミネス 大ホール
- 料金 ▷一般 1,000円
- ▷高校生以下 500円
- ※未就学児不可 ※全席指定
- チケット購入方法 インターネット、コミネス窓口
- ☎コミネス☎⑤300 (火曜日休館)
- 文化振興課 内2341



下水道排水設備工事責任技術者資格認定試験

- 試験期日 11月17日(日)
- ※事前の受験講習会は実施しません。
- 会場 日本大学工学部 (郡山市)
- 受験手数料 3,300円
- 申し込み期限 8月30日(金)
- ※土・日・祝日を除く
- 申し込み方法 市下水道課 (白河都市環境センター) 窓口に申込書を持参
- 申込書配布・問い合わせ先 下水道課☎②0910

総合窓口アプリ「ふくしまポータル」

県では、行政手続オンライン申請サービスなど県民向けのさまざまなサービスが利用できる総合窓口アプリ「ふくしまポータル」を公開しました。居住地や興味・関心を登録することで、あなたにぴったりなサービスを受け取ることができます。

▷iPhone

▷Android

☎024-521-7134

広報紙・議会だより点字版

市では「点字友の会」の皆さまに協力いただき、広報紙や議会だよりなどの点字版を配布しています。

- 対象 視覚に障がいがあり、点字の読み取りができる方
- 申し込み・問い合わせ先 社会福祉課障がい福祉係☎⑤517

商店街ショーウィンドー設置補助金

要件や申請方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

- 対象 中心市街地 (第4期白河市中心市街地活性化基本計画で定める区域) の店舗で事業を行う中小企業者および個人事業主
- 対象経費 ショーウィンドー設置にかかる内外装工事費、設備工事費、設計費、資材購入費
- 補助金額 最大80万円
- 申し込み・問い合わせ先 商工課 (人材育成センター内) ☎⑤910



出張ハローワークでひとり親を全力サポート



ひとり親の方を対象に、ハローワーク白河の担当者が就職支援のための出張相談を行います。現況届提出の際に、気軽に足を運んでみてください。

- 期日 8月15日(木)・27日(火)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 市役所1階 ロビー

☎ハローワーク白河 求人・専門援助部門☎④1256

婚活したいあなたを応援！

結婚したい人をサポートするために「良縁めぐりあわせ応援窓口」を開設しています。まずは気軽にご相談ください。

☎生活防災課 内2705



ユースプレイス 県南

市では、孤立感や就学・就職、対人関係への悩みなど、社会生活に困難を抱えがちな若者に対し、仲間と楽しく過ごしたり、何かを始めたりするきっかけを見つけるための居場所を提供しています。

若者支援サポーターを配置し、個別相談なども行っていますので、気軽にご相談ください。

- 開所日 毎週水・金・土曜日
- ※祝日・年末年始を除く
- 開所時間 午後1時～5時
- 場所 高山西162-34
- 対象 おおむね15歳～39歳で未就学・未就労の方
- 相談・問い合わせ先 (一社) あんだんて☎070-2014-9882
- 社会福祉課社会生活支援係☎⑤515



市有財産の公売

市有財産(土地)を売却するため一般競争を行います。

- 申し込み期限 8月30日(金)

☎財政課 内2353

所在地	地目	面積㎡(坪)	最低入札価格
蛇石77-5		1,382.29 (418.14)	12,465,900円
大手町4-3	宅地	320.41 (96.92)	12,587,000円
金勝寺東172-21		229.35 (69.37)	4,357,000円



こどもの人権相談

人権擁護委員と法務局職員が、秘密厳守で相談に応じます。土日も対応しますので、気軽にご相談ください。

- 期間 8月21日(水)～27日(火)
- 時間 午前8時30分～午後7時
- ※24日(土)・25日(日)は午前10時～午後5時
- 相談先 ▷こどもの人権110番 ☎0120-007-110
- ▷LINE「法務局LINEじんけん相談」 検索ID @linejinkensoudan
- ☎福島地方法務局人権擁護課 ☎024-534-1994

DV等支援措置

配偶者などからの暴力(DV)やストーカー行為などを受けている方を保護するため、住民票などの交付を制限することができます。

保護を受けるためには、被害者からの申し出と正しい住民登録が必要です。詳しくは、ご相談ください。

☎市民課 内2175

コンビニで各種証明書を取得可能

市内在住でマイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニで各種証明書が

取得できます。

- 利用時間 午前6時30分～午後11時

取得可能な証明書	コンビニ手数料	窓口手数料
住民票の写し	200円	300円
印鑑登録証明書		
所得課税証明書		
戸籍の附表の写し	450円	
戸籍謄本・抄本		

- 注意事項
- ◇マイナンバーまたは住民票コード入りの住民票の写しは対象外
- ◇印鑑登録証明書は印鑑登録された本人のもののみ取得可能
- ☎市民課 内2175

コミュニティ福島スタディキャンパス2024



環境創造センター開所8周年を記念し「コミュニティ福島スタディキャンパス2024 in Summer」を開催します。

- 期日 8月17日(土)・18日(日)
- 時間 午前9時～午後5時
- 会場 県環境創造センター交流棟「コミュニティ福島」(三春町)
- 内容 サイエンスショー、トイドローン操縦体験、各国のごみの捨て方を学べるプログラムなど ※参加無料
- ☎コミュニティ福島スタディキャンパス2024運営事務局☎024-983-3498

まちかど

地域の掲示板

市内の団体などが行うイベントなどを、市ホームページに掲載しています。

☎秘書広報課 内2372



まちかど

しらかわスポーツ祭2024 参加者募集

《スポーツウエルネス吹矢》

- 日時 8月31日(土)／午前9時～正午
- 会場 市中央体育館（北中川原）
- 申し込み期限 8月16日(金)

《柔道》

- 日時 9月1日(日)／午前9時～正午
- 会場 市武道館（向新蔵）
- 申し込み期限 8月23日(金)

〒NPO法人白河市スポーツ協会事務局
(市中央体育館) ☎⑨8655

スポーツマイリィクラブ 受講者募集

幅広い世代の方が自分にあった健康づくりができるよう、さまざまな教室を開催しています。申し込み方法など詳しくは、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



《スポーツウエルネス吹矢教室（全4回）》

- 日程 8月19日～9月9日／月曜日
- 申し込み期限 8月9日(金)

《自転車乗りノリ教室パートⅡ（全3回）》

- 日程 9月1日(日)・7日(土)・8日(日)
- 申し込み期間 8月5日(月)～16日(金)

《初・中級者ソフトテニス教室（全5回）》

- 日程 9月11日～10月16日／水曜日
- 申し込み期間 8月19日(月)～30日(金)

〒NPO法人白河市スポーツ協会事務局
(市中央体育館) ☎⑨8655

みんなで踊ろう 白河の民踊文化祭

白河に伝わる『白河田植唄』などの民踊を楽しく踊りましょう。

- 日時 9月1日(日)／午後1時～4時

- 会場 市中央公民館（天神町）
- 服装 着物または浴衣
- 持参物 踊り用扇子2本、てぬぐい1枚 ※貸し出し可
- 申し込み期限 8月23日(金)
- 申し込み方法



電話、申し込みフォーム

- 申し込み・問い合わせ先 白河民舞愛好会 太田 ☎090-2608-8230

施設

歴史民俗資料館

中田7-1 ☎27-2310
開館時間 9:00～16:00
休館日 月曜日 入館料 無料
※8/12(月)は開館

- 展示内容

◇平常展示「白河の歴史と文化」

小峰城歴史館

郭内1-73 ☎24-5050
開館時間 9:00～16:30
(最終入館は16:00)
休館日 月曜日
※8/12(月)は開館
入館料 一般300円(250円)
小中高生・障がい者100円(50円)
※()は20人以上の団体割引料金

- 展示内容

◇展示室1
「小峰城ガイダンス展示
・小峰城VRシアター」
◇展示室2・3
「小峰城の歴代城主と美術」

和歌「あまのはら」▶
松平 定信



旧小峰城太鼓櫓

郭内179-3 ☎22-1111(内2231)
一般公開 8月11日(祝)、12日(月)
9月21日(土)、22日(祝)
開館時間 10:00～16:00
入館料 無料 ※貸館は有料

屋内遊び場わんぱーく

本町2マイタウン白河4階 ☎21-9980
開館時間
①10:00～11:30 ②13:00～14:30
③15:00～16:30 ※各回定員50人
休館日 木曜日 ※祝日の場合は翌平日

《おもちゃづくり教室》

詳しくは、施設のインスタグラムをご覧ください。※申し込み不要

- 期日 8月17日(土)
- 時間 ①午後1時～2時
②午後3時～4時



南湖森林公園

菅生館1-1 ☎27-1101
開園時間 8:30～17:15



《森で遊ぼう教室

—南湖に繁茂する外来植物駆除活動—

- 日時 9月8日(日)／午前10時～正午
- 講師 福島大学教授 黒沢 高秀氏
- 定員 40人程度 ※要事前申し込み
- 参加費 無料

※住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、メールかFAXでお申し込みください。

※長袖・長ズボンを着用し、帽子・長靴・軍手をご用意下さい。

〒NPO法人南湖森林公園案内人の会
☎⑦1101 / FAX⑦6321

メール nanko.s.a@sage.ocn.ne.jp

中山義秀記念文学館

大信町屋字沢田25 ☎46-3614
開館時間 10:00～18:00
休館日 月曜日、祝日の翌日
入館料 大人220円 小人110円

- テーマ展の内容／会期

◇藤田記念博物館所蔵名品選
「文豪夏目漱石と日本画家結城素明」
8月2日(金)～9月1日(日)

風月の芸術祭 in 白河

オープニングイベント

「福島Jrエンナーレ2024 風月の芸術祭in白河」の初日となる8月24日(土)にオープニングイベントを行います。ぜひご来場ください。

《オープニングセレモニー》

- 時間 午後0時30分
- 会場 マイタウン白河 1階(本町)

《講演会》

- 時間 午後2時
- 会場 市立図書館 中会議室
- テーマ 「祈りとホスピタルアート」
- 講師 森合音氏 (写真家・ホスピタルアートのディレクター)



▲ホスピタルアート活動のようす



《妖怪おはなし会》

- 時間 午後4時30分
- 会場 市立図書館 中会議室

● 出演

飯野和好氏(イラストレーター・絵本作家)、関本創氏(妖怪探作家)、福島大学学生「妖組」、しらかわ語りの会



▲飯野 和好氏



▲関本 創氏

《妖怪屋敷探検》

- 時間 午後6時
- 会場 市立図書館1階

問 文化振興課 内2341



血管性認知症への対応

手足の麻ひや話しくさなどの症状がある場合、適切な環境でリハビリを行いましょう。また、日常生活でも転倒しないように十分気をつけましょう。

血管性認知症は、言葉が出にくい反面、相手の話は理解できる場合が多く、何気ない言葉が本人のプライドを傷つけ、介護者との間に溝ができてしまうこともあります。

できるだけ本人の人格を尊重し、丁寧に対応することが大切です。

認知症で出来ない事が増えていくことを自覚するのは、本人にとっては、とても辛い状況なんだワン。そのことに十分配慮して、辛さを受け止めるような言動を心がけるワン！



高齢者 あったか広場 Vol.65

問 高齢福祉課高齢者支援係 ☎ 285519

血管性認知症の特徴

脳梗塞や脳出血などにより脳の血液循環が悪くなり、脳の一部が壊死することで発症します。急激な発症と階段状の悪化が特徴で、片麻ひや話しくさなどの身体症状がみられることが多く、感情や意欲が乏しくなる場合もあります。この血管性認知症は、脳梗塞や脳出血の再発予防が最も重要です。また、糖尿病・高血圧症・高脂血症などの生活習慣病の予防や治療も必要となります。

休日救急医療当番医・無料相談 ほか

9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)	4日(水) 18日(水)	10:00 ~ 12:00	●消費生活センター(本庁舎地下) ※マスク着用の上で、対面式の相談となります。 ☎市消費生活センター ☎21133 (平日/午前9時~午後5時)	多重債務、離婚・相続問題など ※当日の弁護士との利益相反の有無により相談を受けられない場合があります。
	11日(水) 25日(水)	13:00 ~ 16:00		
交通事故相談	月~金曜日	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00	☎県庁県政相談コーナー ☎024-521-4281	損害賠償請求や示談の仕方など
心配ごと相談	10日(火) 24日(火)	10:00 ~ 12:00	●中央老人福祉センター(北中川原) ☎市社会福祉協議会 ☎244222	生計、家族に関することなど
こころの健康相談(要予約)	4日(水)	14:00 ~ 15:00	●中央保健センター(北中川原) ※申し込み期限 8月28日(水) ☎健康増進課成人健康係 ☎27114	専門の医師による心の悩みに関する個別相談
認知症の人と家族の会	22日(祝)	13:30 ~ 15:30	●中央老人福祉センター(北中川原) ☎同県南地区事務局 ☎52394	認知症本人と家族の相談や話し合いなど
あったかカフェ	19日(木)	13:30 ~ 15:00	●マイタウン白河地下会議室(本町) ☎高齢福祉課高齢者支援係 ☎285519	認知症に関する相談どなたでも参加可能
市民あったか相談	月~金曜日	8:30 ~ 17:15	●生活防災課 ☎生活防災課内専用電話 ☎21717	市行政などに関する相談
空き家の活用相談			●企画政策課 ☎ ☎21111 内線2330	空き家バンクの登録など活用に関する相談
おくやみ窓口利用の予約			☎市民課 ☎21111 内線2173 各庁舎地域振興課 表郷 ☎2113 大信 ☎462114 東 ☎342113	亡くなられた方に関する市役所での各種手続きの相談のための予約
ハートコール(いじめ等相談電話)			☎ハートコール相談専用電話 ☎0800-800-1893(フリーダイヤル)	児童・生徒のいじめなどに関する相談

9月の休日救急医療当番医

診療日	診療科目	医療機関名	電話番号
1日(日)	小児科	にしごうキッズクリニック	298725
	内科・外科	らくらく医院	545333
	歯科	鈴木歯科医院(表郷)	322029
8日(日)	小児科	わたなべ子どもクリニック	212166
	内科・外科	よこむら整形外科クリニック	211455
	歯科	すずき歯科	445555
15日(日)	小児科	白河厚生総合病院	222211
	内科・外科	きたむら整形外科	425533
	歯科	たまち歯科医院	444889
16日(祝)	小児科	ねもとキッズクリニック	215623
	内科・外科	小針医院	422366
	歯科	秋山歯科医院	343741
22日(祝)	小児科	すずき内科クリニック	244114
	内科・外科	まつやまクリニック	412311
	歯科	ひまわり歯科医院	235991
23日(月)	小児科	樋口小児クリニック	422040
	内科・外科	よしだ内科クリニック	215711
	歯科	永山歯科医院	271646
29日(日)	小児科	みうら小児クリニック	281001
	内科・外科	きくち診療所	218672
	歯科	内藤歯科医院	250331

《救急電話相談》

すぐに受診するか救急車を呼ぶか判断に迷った時は、**#7119**をご利用ください(365日24時間対応)。

善意の窓

あたたかい善意をありがとうございました。

《愛の基金》 (6月受付分)

♥10万円 白石潤一様(大信増見)

♥5千円 金勝寺ボランティア 佐藤力様

※小峰城一石城主プロジェクトへの寄附は市ホームページをご覧ください。



9月の献血

※日程と会場が、都合により変更になることがあります。



対象	実施日	時間	会場	所在地
市民	10日(火)	15:15 ~ 16:30	白河地方広域市町村圏整備組合(総務課)	表郷金山
	27日(金)	15:00 ~ 18:00	白河厚生総合病院	豊地

♥協力事業所

(株)ユアテック白河営業所、(株)サクラテック新白河第二工場、(株)川金ダイカスト工業本社工場、日本パッキング工業(株)、アズビル金門エナジープロダクツ(株)、こちや自動車工業(株)、三金興業(株)

《小児平日夜間救急外来》

●場所 白河厚生総合病院 小児科外来 ☎22211
●時間 午後7時15分~9時15分(土日祝日を除く)
※受診する時には、必ず事前に連絡してください。

「台湾總統が尊敬した『日本人』」



台湾の新總統に頼清徳が就任した。民進黨としては3期連続だが得票率は40%。立法院でも過半数を取れず、苦しい政権運営になるだろう。だが頼は逆境に強い。台湾北部の貧しい炭鉱労働者の家に生まれ、生後百日で父を亡くす。母は炭鉱で真黒になり働く。母は頼を医師にさせたかった。息子はひたすら勉学に励む。

難関の台湾大・台南の成功大医学部で学ぶ。成功大附属病院の内科医となり、腕の良さで実直な人柄で慕われた。頼は初めての直接投票による台湾省長選挙で、医師会を代表し民進黨候補を応援した。これが政治との出会いとなった。貧困をなくし、社会正義を実現したいとの溢れる思いが政界へ向かわせた。

2010年、台南市長に就任。徹底した現場主義で諸問題を解決する。強い信念と実行力が中央政界の目にとまる。その後行政院長（首相）から副總統に昇格。頼は台湾きっての親日家。誠実・勤勉・奉仕などの日本の精神が刻まれている。2014年3月13日。頼市長はある人の「命日」にあたるこの日を、台南市の「正義と勇気の記念日」に制定した。

その人は湯（坂井）徳章。父は熊本出身の警察官坂井徳蔵、母は台南生まれの湯玉。徳蔵は強い正義感と反骨精神を持つ「肥後もっこす」。現地人の抵抗に手を焼く台湾に赴いた。ある時楚々とした女性にひかれる。当時、日本人と台湾人の結婚は許されなかった。だが、出世や周りの目を気にする男ではなかった。

1915年、徳章8歳。数百人の暴徒が派出所を襲った。事前に察知した徳蔵は「徳章、声は絶対出さな。玉、子供たちを頼む」と裏口へ逃がした。激しい攻防の末落命。徳章一家は困窮する。玉は布製ボタンづくりで生計をたてる。

金のかからない師範学校に入学したが、2年で退学。製糖工場で働きながら学び、父と同じ20歳で警察官になる。精勤にして優秀。順調に出世する。だが、有力な日本人のひき逃げに手心を加えず左遷される。こんな組織にいても希望はない。台湾人の人権を守り、法の下の平等を実現するには外へ飛び出すしかない。

文筆家で名をなしている叔父の又蔵を頼り東京に向かう。目指したのは超難関の高等文官試験司法科。中央大学の聴講生になり猛勉強。それは鬼気迫るものだった。抜群の記憶力と負けん気は奇跡を呼んだ。昭和16年10月、34歳で合格。その後行政科にも合格。さあ台湾に帰ろう！昭和18年7月、船上の人となった。

9月、台南市内に弁護士事務所を構えた。時代は大きく動く。日本は敗れた。徳章は蒋介石の「台湾同胞よ、祖国の胸に帰れ」を警戒した。教育水準や道徳心の低劣な大陸人が入ってきたら騒動になる。案の定、枢要なポストを独占。米・砂糖・塩は全て大陸に運ぶ。激しいインフレが起きる。不満が鬱積していた。

1947年2月27日、台北市で闇タバコを売っていた女性に役人が暴行を加えた。群衆の怒りは爆発し、一挙に全土に広がる。2・28事件の勃発だ。官庁や警察署が襲われる。蒋介石は秘かに精鋭軍を上陸させ、各地で虐殺が起きた。知識人を中心に3万人が犠牲となる。

台南でも大学生たちが決起する。徳章は「正規軍が投入されれば殺戮になる。はやるな」と説得。若者も従った。指導者は次々に逮捕される。とりわけ「日本人弁護士」への追及は厳しかった。拷問であばら骨が折れた。彼らは反乱者の名簿を欲しがったが、頑として口を割らなかった。「死ぬのは私一人がいい」

3月13日、公園に引きずり出される。手を縛り目隠ししようとした兵士に『そんなことは必要ない。私には大和魂の血が流れている』と一喝した。最期に日本語で『台湾人、バンザイ』と叫んだ。今、徳章は貧窮の身から台湾トップになった頼清徳を称えていることだろう。

Shirakawa Performing Arts Theatre Hall
白河文化交流館
コミネス
cominess
●問い合わせ先 コミネス ☎0241-5300 (火曜日休館)



THEATER MOMENTS
Le Petit Prince わたしと小さな王子さま
9/21・22 [土] [日・祝]

「大切なものは目には見えない」(原作 サン＝テグジュペリ『星の王子さま』)。字幕、音声ガイドにより、どなたでも楽しめるバリアフリー演劇です。



- 時間
▷21日 開演 午後4時30分/開場 午後4時
▷22日 開演 午後1時/開場 午後0時30分
- 会場 コミネス小ホール
- 料金 ▷一般 2,500円 (友の会 2,000円)
▷高校生以下 2,000円 ▷未就学児 無料
- ▷障がい者手帳をお持ちの方
1,500円 (介添えの方 (1名まで) 500円)
- ※税込み ※全席指定
- チケット販売開始日時
7月31日(水)/午前10時 (一般、友の会ともに)
- ※電話予約開始は8月1日(木)午前10時

美しい日本の歌
歌い継ぐ音楽のこころ
10/14 [月・祝]



©NIPPON COLUMBIA ©Masaaki Hiraga

- 時代が変わっても日本人の心を育む日本の歌を、美しい歌声とともにこころゆくまでお楽しみください。
- 時間 開演 午後3時/開場 午後2時15分
 - 会場 コミネス大ホール
 - 出演者 加羽沢美濃 (司会・作曲・ピアノ)、小林沙羅 (ソプラノ)、ヴィタリ・ユシュマノフ (バリトン)、山田姉妹 (ソプラノデュオ)、内門卓也 (ピアノ)
 - 料金 ▷一般 4,000円 (友の会 3,500円)
▷高校生以下 2,000円
 - ※税込み ※全席指定
 - ※未就学児入場不可 ※託児サービスあり
 - チケット販売開始日時
▷一般 8月7日(水)/午前10時
▷友の会 7月31日(水)/午前10時
 - ※電話予約開始は各発売日の翌日午前10時

#ふるさと白河
おすすめの景観



みなさんがInstagramに# (ハッシュタグ)をつけて投稿した景観をご紹介します。今月は、reef_teruさんがほたるの里 (旗宿)で撮影した「幻想的なゲンジボタルの光」です。

おすすめ景観募集中!
皆さんが日常生活の中で見つけた白河のお気に入りの景色やおすすめ景観を、ぜひInstagramに投稿してください。
※詳しくは市ホームページへ
☎都市計画課 内2232

市の現住人口と世帯数 (7月1日現在)

- ▷男 28,253人 ▷女 28,272人
- ▷計 56,525人 (-60)
- ▷世帯数 24,108世帯 (8)
- ※()の数字は前月比

9月の日曜窓口など

- 日曜窓口 (一部証明書の発行・市税の納付など)
▷期日 1日(日)・8日(日)・16日(祝)・23日(月)・29日(日)
▷時間 午前8時30分～正午
- マイナンバーカード受取窓口 (本庁舎/予約制)
▷期日 8日(日)・23日(月) ▷時間 午前9時～正午
- ☎市民課 内2174

市営住宅の入居者募集

市営住宅の入居者募集は毎月15日に発表しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
☎建築住宅課 内2279



今月の納期限/9月2日(月)まで

- ◇市県民税 (第2期)
- ◇国民健康保険税 (第2期)
- ◇介護保険料 (第2期)
- ◇後期高齢者医療保険料 (第1期)
- ※年金から差し引きされる方 (年金特別徴収)は8月15日(休)です。



《市ホームページ》
《マチイロ》
《市公式LINE》
《Instagram》

「広報しらかわ」は、環境にやさしい再生紙と植物油インキ、見やすさに配慮したUDフォントを使用しています。

