



未来へ「安心」「元気」、ともに「進」かがみいし



広報

かがみいし

KAGAMIISHI

2025

2

No. 768
福島県鏡石町



こどももいい年になりますように！

鏡石保育所の
みなさんで
だんごさし

目次

地域おこし協力隊について	… P 2 ~ 3
令和7年二十歳の成人式	… P 4
まちの話題	… P 5 ~ 7
くらしの情報	… P14 ~ 17

地域おこし協力隊ヘインタビュー 町の印象 & 今後の目標



現在、わが町には地域おこし協力隊として、日々活動に力を入れている4人の隊員がいます。今月号では、隊員の方々に集まっていただき、活動や町で生活する中で感じたことや発見したことについて話していただきました。

地域おこし
協力隊とは？
総務省ホームページ▶



地域おこし協力隊の活動内容

小柳拓未さん・小柳比呂さん

料理でまちおこし！食を通じて町の魅力をPR

坂下健将さん

サッカーで多世代間交流！体育施設の利用促進も

寺内攻一さん

町の産品をPR！かんかんてらすにもっと賑わいを



小柳拓未さん

「町での活動も3年目となりましたが、改めて町に住んでいて感じたことや町の印象について教えてください。」

拓未さん 「町全体が落ち着いている印象があるので心安らげます。」

比呂さん 「私は町がコンパクトで、どこにいくにも便利だなと感じています。」

「普段の活動をしていて地域の人々と関わる機会はありませんか。」

拓未さん 「お店に来てくださる方々とはもちろんコミュニケーションを取りませんが、お店がでかあがるまでに、町内の電気屋さんや水道業者さんなど沢山の方に支えていただきました。町の皆さんと関わるきっかけにもなり、おかげで繋がりが生まれたと思います。」

比呂さん 「お店を運営していると密にコミュニケーション

ンを直接取ることができるので、関わりは増えましたね。人との繋がりが濃いので、お客様同士が知り合いだったりして、驚くこともあります。」

「これまでの活動を振り返ってみての感じたことを教えてください。」

拓未さん 「町の地域おこし協力隊第1号だったということもあり、これまで本当に様々な活動をさせてもらったなと思っています。やりたいことを形にしていけるのは大変なこともありましたが、楽しかったです。」

比呂さん 「今自分たちで運営しているお店も、最初は商品開発などのための拠点、加工所が欲しいという思いから試行錯誤していくうちに地域の食材を扱うレストランという今の形になったんです。素敵なお客様ばかりで、楽しく活動をしてこれました。」



小柳比呂さん

◀料理を作る拓未さん



接客をする比呂さん▶

今後の活動や目標

拓未さん 「鏡石町は特に野菜など食材が新鮮で美味しいので、町の『食』を通しての魅力発信に加え、福島県産の野菜を中心とした魅力発信にも力を入れていきたいと思っています。」

比呂さん 「お店を始めてからこれまで沢山の素敵な出会いに恵まれました。これからもお店を続けることで、これまでお世話になった鏡石町に恩返しをしていきたいです。」



坂下健将さん

「町に来て数か月が経ちましたが、住み始めて感じたことはありますか。」

坂下さん 「町に来たばかりで馴染めるか不安に思うこともありました。声をかけてくださる方が多く、外から来た人に対して温かく親切だと感じました。」

「今ご自身が取り組んでいる活動内容について教えてください。」

坂下さん 「昨年12月に、小学生を対象として『はじめてのサッカー教室』を全4回開催しました。多世代がサッカーに触れる機会を作りたいと思っていますので、今後は気軽に参加できるサッカーの試合の観戦イベントを企画していきます。」

「活動を通して地域の方との関わりはありますか。」

坂下さん 「企画したイベントの参加者の方々はサッカー



サッカー教室で参加者に指導する坂下さん

「の指導などを通して密接に関わります。また、普段はかみいしスポーツクラブに務めているので、クラブで運営している教室でも運動を通して関わりますね。困ったときは周囲の方々が親切なので、相談したりと、人に頼れるようになりました。」

今後の活動や目標

坂下さん 「鏡石町は、子どもからシニア世代まで体を動かす文化はすでにできているので、例えば親世代やシニア世代向けのサッカー体験教室を開催するなどして交流の機会を作っていきたいと思っています。」



寺内攻一さん

「まだ町に来たばかりの寺内さんにとって、町の印象はいかがですか。」

寺内さん 「都会すぎず、田舎すぎない感じがすよね。郡山や東京など都心部、会津や那須方面などの自然豊かな地域どちらにもアクセスしやすいのが良いと思います。」

「今どのような活動をしていますか。」

寺内さん 「普段はかみいし振興公社に勤務し、町の特産品などの販売支援を行っています。また、ふるさと納税の返礼品の現況を調べてまとめたり、町内外の町PRイベントの支援をしたりと様々です。」

「普段の活動で地域の方々と関わる機会はどのようなものがありますか。」

寺内さん 「かんかんてらすにきていただくお客様や、生産品を卸してくださる農家や



イベントで町をPRする寺内さん

今後の活動や目標

「商店の方々とは、コミュニケーションを取る機会が多くあります。皆さん親切な方が多く感謝しています。」

寺内さん 「かんかんてらすの売上向上を目標としているので、店頭販売の支援の傍ら町外へ出張販売に赴き、町の商品のPRに力を入れていきたいですね。また、ふるさと納税の返礼品や、ECサイトの強化にも取り組むたいと考えています。将来も町の事業者を支援するかたちで町と関わり続けたいと思っていますので、最終的な目標に向けて頑張っていきたいです。」

地域おこし協力隊研修会を開催しました！

町は地域おこし協力隊の合同研修会を1月7日(火)、協力隊の小柳さん夫婦が運営しているお店「poco a poco」で開催しました。新たに着任した坂下さん、寺内さんへ協力隊制度の説明を行い、4名それぞれの町に対する想いや活動について話し合いをしながら隊員同士の交流を深めました。



令和6年度 鏡石町教育委員会表彰式

令和6年度鏡石町教育委員会表彰式が1月31日(金)、町健康福祉センターで行われ、個人23名の功績を称えました。この表彰は町の教育・スポーツ・文化の振興に多大なる功績を収めた方に贈られるもので、式では渡部修一教育長から受賞者一人一人に表彰状と記念品が手渡されました。



氏名 ※敬称略	所属等	表彰事由 (功績)
面川颯斗	鏡石一小4年	「第68回福島県書き初め展」で「書き初め準大賞」を受賞
滝口颯太	鏡石二小5年	「福島県算数・数学ジュニアオリンピック」で銅メダルを受賞
石森星太	鏡石中1年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
村上将梧	鏡石中2年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
面川聖翔	鏡石中2年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
滝口大夢	鏡石中2年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
有賀和夢	鏡石中2年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
芳賀 舜	鏡石中2年	「第42回福島県中学生新人バドミントン競技大会」で男子団体 第3位
小貫莉織	鏡石中2年	「第74回全国小・中学校作文コンクール」で最優秀賞
藤井史織	鏡石中3年	「令和6年度第67回福島県中学校体育大会陸上競技大会共通女子200m」で第3位
面川音寧	鏡石中3年	「令和6年度JA共済福島県小・中学生第54回交通安全ポスターコンクール」で福島県知事賞受賞
渡辺百音	鏡石中3年	「令和6年度ジュニア献血ポスターコンクール」で優秀賞受賞
瀧田 悠	尚志高1年	「第78回国民スポーツ大会サッカー競技」に出場 ベスト8入り
増子陽太	学法石川高2年	「ドバイ2024U20アジア陸上競技選手権大会3000m」で第1位
佐久間翔梧	日大東北高3年	「令和6年度全国高等学校総合体育大会陸上競技男子4×400mリレー」に出場
鈴木健斗	福島商業高3年	「令和6年度全国高等学校総合体育大会バスケットボール競技大会男子バスケットボール」に出場
渡辺想星		「第23回全国障害者スポーツ大会フライングディスク」に出場 アキュラシー競技の部第2位 ディスタンス競技の部第3位
遠藤朱李	鏡石二小講師	「第38回全日本女子ウエイトリフティング選手権大会女子87kg級」で第2位
小林大夢	ウエルズホームUNIATED	「第70回全日本総合男子ソフトボール選手権大会」に出場
込山健太郎	ウエルズホームUNIATED	「第70回全日本総合男子ソフトボール選手権大会」に出場
仁科拓夢	ウエルズホームUNIATED	「第70回全日本総合男子ソフトボール選手権大会」に出場
青山圭三	鏡石バウンドテニス協会	「第36回全国健康福祉祭とっとり大会(ねんりんピックはばたけ鳥取2024)バウンドテニス交流大会男子ダブルス」に出場
芳賀正吉	鏡石バウンドテニス協会	「第40回全日本バウンドテニス選手権大会シニア男子シングルス」に出場

『令和7年かがみいしつるしかざり展』を開催します

吊し飾り実行委員会と町生涯学習文化協会では、ひな祭りの時期にあわせ、吊し飾りの展示会を下記のとおり開催します。協会加盟手芸団体による色鮮やかで様々な模様をした手作り作品が一堂に並びます。ぜひご来場ください。



- 開催日時 3月1日(土)～3月9日(日)10時～16時(最終日は15時まで)
- 開催場所 町公民館、鏡石まちの駅「かかんてらす」
町健康福祉センター
- 問い合わせ先 町公民館 ☎62-2031

令和7年 二十歳の成人式

1月12日(日)、町健康福祉センターで「二十歳の成人式」が行われました。今年の対象者は156人で、式には103人が出席し、新たな門出を迎えました。会場では旧友や恩師との久しぶりの再会に笑顔があふれていました。



①成人式運営委員の皆さん
宣誓を行う小林夢花さん(左)と渡邊虎雅さん
③謝辞を述べる眞壁蓮さん
④中学時代の恩師とともに記念撮影
⑤友人同士で仲良く記念撮影



二十歳を迎えて一言 ■ INTERVIEW



せきね ゆうき
関根 悠生さん

無事に成人式を迎える事ができてとても嬉しく思います。これまでご指導いただいた両親、友人、先輩方にはとても感謝しています。少しずつ恩返しができるよう、日々精進していきます。



わたなべ りょうすけ
渡辺 涼介さん

本日の成人式を、こうして無事に迎えることができたのは、これまで支えていただいた方々のおかげです。これからも感謝の気持ちを忘れずに、社会に貢献できるような大人を目指してまいります。



きくち まお
菊地 真央さん

無事に成人を迎える事ができ、これまで支えて下さった方々への感謝の気持ちでいっぱいです。成人としての自覚と責任を持って目標に向かって日々努力し、成長していきます。



ほし はるか
星 春歌さん

無事成人式を迎える事ができて、とても嬉しく思います。これまで支えてくださった両親をはじめ、多くの方々に感謝しています。これからも感謝を忘れず、社会に少しでも貢献できるように精進してまいります。

防犯カメラを手渡す稲田哲夫代表取締役社長（中央）と稲田哲夫代表取締役社長（右）



（株）稲田電設が防犯カメラ寄贈 防犯対策に役立てて

株式会社稲田電設の稲田哲夫代表取締役社長は12月19日(木)、町役場を訪れ、町の防犯対策に役立ててほしいと防犯カメラ一式を町に寄贈しました。
町長室で稲田政吉取締役会長から木賊町長に防犯カメラが手渡され、木賊町長は、「大変ありがたい。早速設置して地域の公園を安心安全に利用できるような有効に活用させていただきたい」と話しました。

特定空家等への対策

割れたガラスなど撤去

町は笠石地内の周辺に悪影響を及ぼすおそれがある特定空家等へ、割れたガラス撤去などの軽微な措置を12月20日(金)に実施しました。
この措置は、町空家等対策の推進に関する条例第9条に基づいたもので、警察立ち合いのもと、建物の開いたままになっていた鍵を施錠し、道路沿いの割れている窓ガラスの撤去後に板によって閉鎖しました。

軽微な措置が完了した特定空家等



牧場のあーさー♪ 10周年

お友達と一緒に祝い会

町と町魅力あるまちづくり実行委員会（清野明実行委員長）は12月21日(土)、「牧場のあーさー♪」の10周年祝い会を町健康福祉センターで開催しました。
会場にはバースデーケーキが用意され、お友達のボタン（須賀川市）、ふたまたぎつね（天栄村）もお祝いに駆け付けてくれました。また、木賊町長からあーさー♪に「鏡石町魅力PR推進室（仮称）室長」の委嘱状が交付されました。

参加者やお友達とともに記念撮影をするあーさー♪



あーさー♪がサンタ姿に

クリスマスプレゼント贈る

祝い会に次ぐ「牧場のあーさー♪ 10周年記念事業」の一環として行われた「牧場のあーさー♪」クリスマスサプライズ企画では、12月24日(火)、抽選で選ばれた5軒のお宅にサンタクロース姿のあーさー♪がサプライズ訪問し、子ども達にプレゼントを手渡しました。
突然のあーさー♪訪問に子ども達は一様に驚き、クリスマスプレゼントをもらおうと目を輝かせて喜んでいました。

プレゼントを渡した子どもと記念撮影



町消防団出初式

地域の防災へ一致団結

町消防団の出初式が1月4日(土)、町健康福祉センターで行われ、団員ら約91名が出席しました。
式では、1年以上無火災の分団への表彰のほか、添田孝利団長の訓示、通常点検が行われました。また、鏡石中学校の生徒が一日体験入団としてラッパ隊に加わり、見事な演奏を披露しました。式終了後は、町内防火パレードが行われ、地域住民に火の用心を呼びかけました。

通常点検を受ける団員



令和7年 年賀交歓会

新年祝い 交流深める

町主催の年賀交歓会が1月6日(月)、鏡石館で行われ、約90人が出席しました。
木賊正男町長から、「町の未来が開けるよう、一つ一つの事業を確実に推進すべく最善を尽くしていきたい。」とあいさつがありました。
その後、特別純米酒「鏡の雫」の酒樽で鏡開きが行われ、出席者は年頭のあいさつを交わし、新年を祝いました。

出席者の代表による鏡開き



町交通安全協会が祈願祭

安心安全な町を目指して

町交通安全祈願祭が1月12日(日)、鏡石鹿嶋神社で行われ、町や町議会、須賀川警察署、各交通関係団体などから約25人が出席しました。
神事では各団体の代表者が玉ぐしを捧げ、町交通安全協会の生田目長喜会長が「今年も交通事故のない安心安全な町を目指して、交通安全母の会と協力し合いながら、一層活動に取り組んで参ります」とあいさつしました。

玉ぐしを捧げ、無事故を祈願する生田目会長



鏡石MBCスポーツ少年団

東北大会への出場を報告

第4回県U12ウインターカップ選手権大会（県バスケットボール協会主催）は12月22日(日)まで、あいづ総合体育館や円谷幸吉メモリアルアリーナで行われ、鏡石MBCスポーツ少年団が4位に入賞し、6年ぶり2回目となる東北交歓大会への出場を決めました。
鏡石MBCスポーツ少年団は1月29日(水)に町役場を訪れ、木賊正男町長に大会結果の報告をしました。

報告に訪れた鏡石MBCスポーツ少年団の選手たち



令和6年分確定申告が始まります

書かない確定申告（電子申告）が便利です！

国税庁 e-Tax サイト



https://www.e-tax.nta.go.jp/

マイナンバーカードをお持ちなら、スマートフォンやタブレット、パソコンを使用して、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から所得税の確定申告書を作成できます。

作成した申告書は、e-Tax（国税電子申告・納税システム）を利用して送付でき、都合の良い時間に送信できる。携行による控除証明書等の自動データ入力や還付発生時の早期還付が可能となるなど利用するメリットが盛りだくさんです。ぜひe-Taxを利用しましょう。

詳しくは国税庁 e-Tax サイトをご覧ください。

確定申告期間は2月17日(月)～3月17日(月)です

税務署で確定申告をする場合

国税庁 LINE 公式アカウント



令和6年分所得税等の確定申告書作成会場は、2月17日(月)から開設されます。

● **場所**
須賀川市労働福祉会館（須賀川市茶畑町65）

● **開設期間**
2月17日(月)～3月17日(月) 9時～16時（土日祝日除く）

● **開設期間**
来場者がスマホ等を操作して会場への入場には、整理券が必要となります。整理券はLINE（国税庁を友だち登録）による事前発行と、会場での当日配布（配布状況により後日の来場となる場合あり）があります。なお、期間中は税務署内の申告書作成会場は開設されません。

町で確定申告をする場合

町では、所得税と町県民税の確定申告相談を2月17日(月)から3月17日(月)まで、町勤労青少年ホームで行います。この相談は、令和6年中の所得を申告していただくもので、この内容が令和7年度の町県民税や国民健康保険税などの課税基礎となります。

● **町県民税申告が必要な方**
令和7年1月1日現在で、鏡石町に住所または居所があり、次のいずれかに該当する方は町県民税の申告が必要です。詳しくは次ページ「フローチャート」をご覧ください。

- ① 給与収入や公的年金収入のほかに、農業、営業、不動産などの収入があった方
- ② 令和6年中に退職し、年末調整が済んでいない方
- ③ 生命保険の一時金、満期返戻金の収入があった方
- ④ 昨年中無収入の方や、遺族年金・障害年金などの非課税年金受給者で税法上の扶養になっていない方

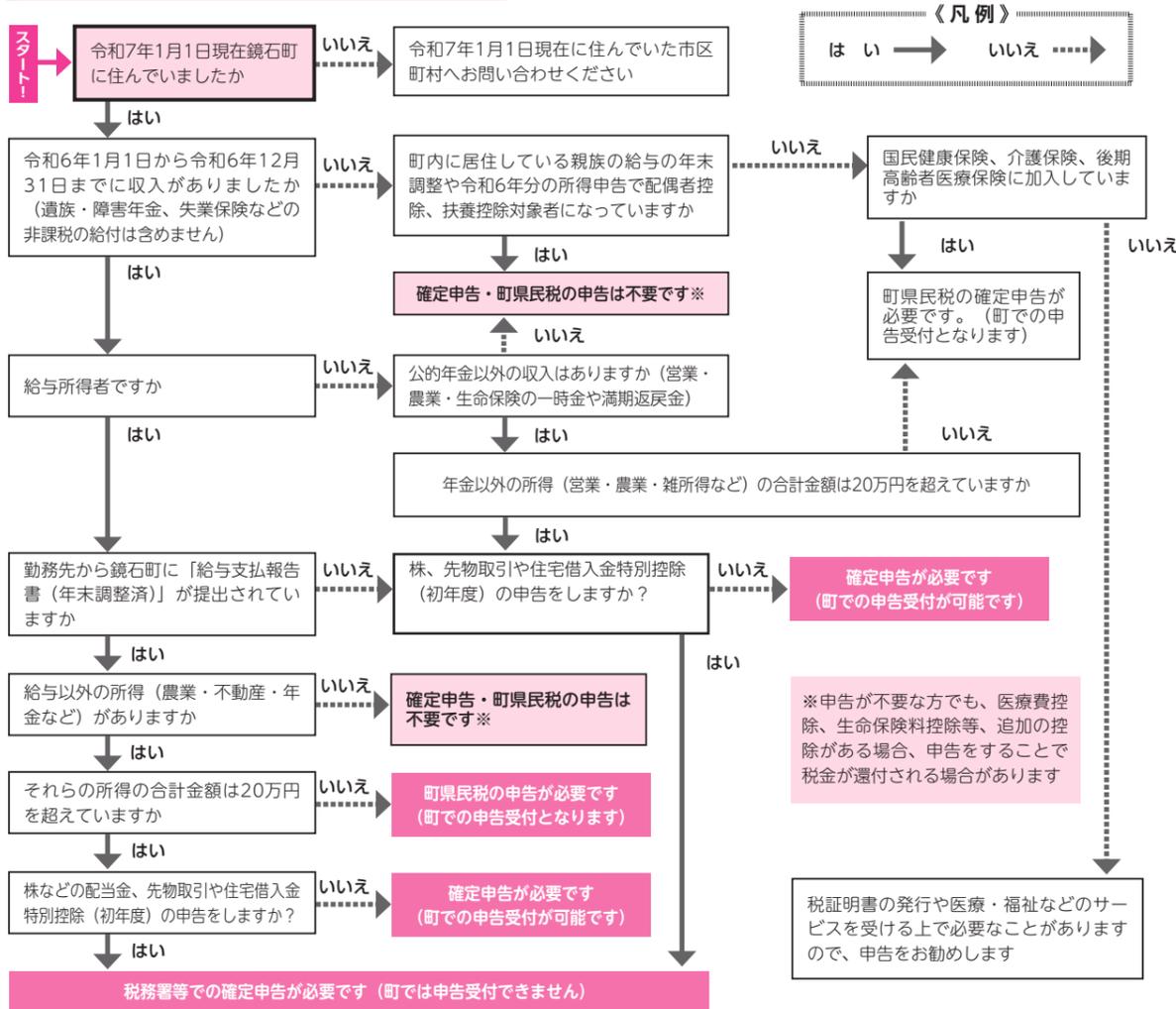
【申告相談に必要なもの】

収入に関するもの	・ 給与や年金収入のある方は、令和6年分の源泉徴収票 ・ 事業収入（営業、農業等）のある方は、収支内訳書など集計されたもの
控除に関するもの	・ 令和6年中に支払った社会保険料等（国民健康保険税、国民年金保険料等）の支払証明書または領収書 ・ 一般生命保険料、介護医療保険料、個人年金保険料、損害保険料（地震保険等）の支払証明書 ・ 障がい者の方は、その事実が確認できる障害者手帳等 ・ 医療費控除等を受ける場合には、医療費控除等の明細書（人、病院ごとに金額を合計したもの）
その他必要なもの	・ 前年以前に生じた損失があり、繰越額がある場合は、繰越損失額の分かるもの（前年の確定申告書） ・ 所得税が還付される方は、通帳など銀行名や口座番号が分かるもの（申告者本人名義のもの） ・ 本人確認書類、マイナンバーが分かる書類

● 問い合わせ先

税務町民課 ☎ 62-2114 申告会場（申告期間中のみ） ☎ 62-6500 須賀川税務署 ☎ 75-2194

申告相談フローチャート



申告相談日程表

◎会場：町勤労青少年ホーム
◎受付時間：午前9時～午前11時、午後1時～午後4時

月日	曜日	行政区	月日	曜日	行政区
2月17日	月	公的年金のみ	3月3日	月	1区・2区・3区・4区
2月18日	火	仁井田・さかい	3月4日	火	1区・2区・3区・4区
2月19日	水	仁井田・さかい	3月5日	水	鏡田・高久田
2月20日	木	久来石・笠石	3月6日	木	鏡田・高久田
2月21日	金	久来石・笠石	3月7日	金	鏡田・高久田
2月25日	火	久来石・笠石	3月10日	月	鏡田・高久田
2月26日	水	久来石・笠石	3月11日	火	成田・豊郷・旭町
2月27日	木	1区・2区・3区・4区	3月12日	水	成田・豊郷・旭町
2月28日	金	1区・2区・3区・4区	3月13日	木	成田・豊郷・旭町
お住まいの行政区の割り当て日に来場が難しい場合は、都合の良い日にご来場ください。			3月14日	金	成田・豊郷・旭町
			3月17日	月	予備日

※確定申告期間中に町で受付可能な申告は、令和7年度の確定申告です。過年度（令和6年度（令和5年分）以前分）の確定申告については、町で申告受付はしていません。

※確定申告は、令和6年分の実状に基づいたものとなります。どのように申告すれば一番税金が安くなるかなどの質問については、お答えできませんので、予めご了承ください。

※町では株などの配当金、先物取引や住宅借入金特別控除（初年度）の申告受付はできませんので、該当する方は税務署等での申告をお願いします。

保健師だより

あなたの健康支えます!!

◆◆ 予防接種はお済みですか? ◆◆

下記の定期予防接種の対象となる方で、まだ接種がお済みでない方は、接種期限内に忘れずにお受けください。接種期限以降は、助成対象になりませんので、ご注意ください。

なお、予防接種が見当たらない場合、お子さまの場合には母子健康手帳をお持ちになり、町健康環境課でお手続きくださるようお願いいたします。

予防接種名	今年度対象者	接種期限
麻しん風しん混合ワクチン(Ⅱ期)	H30.4.2～H31.4.1 生まれ(現在、年長児のお子さん)	令和7年3月31日
高齢者肺炎球菌ワクチン	接種当日に65歳の方 (接種当日に60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害者手帳1級程度の障害を有する方 またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害者手帳1級程度の障害を有する方)	66歳の誕生日の前日

子宮頸がん予防ワクチン接種期間の変更点について

令和4年4月1日から令和7年3月31日までに接種を開始した方は、全3回の接種が助成対象となります。

- 対象者
 - ①キャッチアップ接種対象者(H9.4.2～H20.4.1生まれの女子)のうち、3月31日までに1回以上接種した方
 - ②平成20年度(H20.4.2～H21.4.1)生まれの女子で、3月31日までに1回以上接種した方
- 対象期間
 - キャッチアップ接種期間(令和7年3月31日まで)終了後、1年間

インフルエンザワクチンの接種費用助成について

町では、満1歳から18歳(高校3年生相当)以下の子どもと妊婦について令和6年10月1日から12月30日までに接種したインフルエンザワクチンの接種費用の一部助成を実施しています。

期間内に、指定の医療機関以外で接種を受けた方の交付金申請期限は令和7年2月28日(金)までです。申請がまだお済みでない方は、忘れずにお手続きください。

鏡石町文化講演会

あさぎくにこ
講師に 麻木久仁子 さん



【講師プロフィール】
1962年11月12日東京都生まれ
知性派タレントとしてクイズバラエティ番組を中心に出演する他、司会、コメンテーターとしても活躍。

鏡石町文化講演会実行委員会では、次のとおり文化講演会を開催します。

- 講師 麻木久仁子氏(タレント)
- 演題 「日々の食事が未来をつくる」
- 日時 2月27日(木) 17時00分開場 18時30分開演(90分)
- 会場 町健康福祉センター
- 入場整理券 1枚500円
※町公民館、町商工会、町内各金融機関などで取り扱っています。
- 問い合わせ先 町文化講演会実行委員会事務局(町公民館)
☎62-2031

健幸まちづくり事業

医学ひとくちメモ

vol.10



町では今年度の新規事業として、「健幸まちづくり事業」に取り組んでいます。この事業は福島県立医科大学との連携により、健康調査事業や体力測定会、医学講演会を実施しています。

先月号に続き、福島県立医科大学保健科学部の先生方より病気についてお話をさせていただきます。皆さんも、このひとくちメモを読んで、身近な病気などについて学んでみましょう。

今月の当番

福島県立医科大学保健科学部理学療法学科講師 ^{えんどう やすひろ} 遠藤 康裕 先生



今回は中高年に多い肩の疾患「肩関節周囲炎」について説明します。



★1 肩関節周囲炎ってどんな病気?

肩関節周囲炎は、俗に「四十肩」や「五十肩」とも呼ばれ、肩関節を構成する筋肉や腱、靭帯、関節包などの組織が炎症を起こし、痛みや動きの制限を主症状とする疾患です。中高年層に多く見られ、特に40～60代の方に発症しやすいとされています。痛みや可動域の制限が生じます。

★2 どんな症状があるの?

明らかな外傷・誘因がなく症状は徐々に現れ、放置すると日常生活に支障をきたすことがあります。例えば、服を着替える、髪を結ぶ、棚の物を取るといった動作が困難になることがあります。肩関節周囲炎の進行は、炎症期(急性期)、拘縮期(慢性期)、寛解期(回復期)の3つの段階に分けられます。炎症期には強い痛みが生じ、特に夜間痛が特徴的です。拘縮期になると痛みは和らぎますが、肩の動きが著しく制限されます。寛解期では徐々に痛みや可動域が改善しますが、治癒には数ヶ月から1年以上かかることもあります。

★3 どんな治療があるの?

肩関節周囲炎の治療は、症状の程度や病期に応じて段階的に行われます。以下のようなものが一般的です。

- ①薬物療法 痛みや炎症を抑えるために消炎鎮痛剤(NSAIDs)を使用。強い痛みがある場合にはステロイド注射が効果的。
- ②理学療法 理学療法ではストレッチや筋力強化運動が中心。痛みが落ち着いた段階で関節可動域を広げるためのエクササイズや肩周囲の筋力強化を行う。また、温熱療法や電気刺激療法によって血流を改善し、回復を促進する。
- ③生活習慣の改善とセルフケア

姿勢の改善や肩への負担を減らす工夫も重要です。自宅でできるストレッチや体操を取り入れることで再発防止にもつながります。

※右図のような自分でできる運動を取り入れてみましょう。



背伸び運動



胸はり運動



背中まるめ運動

福島県立医科大学連携事業 医学講演会

テーマ：見つけて治そう！隠れ心不全

- ▶日時 2月14日(金) 10:00～11:30
- ▶場所 町健康福祉センター 多目的室
- ▶対象者 どなたでも参加できます
- ▶参加費 無料
- ▶申込方法 電話またはGoogleフォームでお申込みください
- ▶申込締切 2月13日(木)



講師 ^{よしひさ あきおみ} 義久 精臣 先生
福島県立医科大学
保健科学部臨床検査学科
教授 医学博士



●問い合わせ先 健康環境課 健康グループ ☎62-2115



スクールインフォメーション ~学校だより~

学校開放講座を開催

岩瀬農業高校

11月29日(金)、食品科学科2年生の農産加工班が本校調理室で、学校開放講座「マドレーヌ作り」を一般の方々に指導しました。

参加者の皆さんは手際よくマドレーヌ作りに励んでいました。デコレーションはサンタクロースや雪だるまなどのかわいいデザインが多く、生徒も参加者の皆さんも楽しみながら作成できました。

来年度も学校開放講座を開催予定ですので、多くの方々のご参加をお待ちしております。



芸術鑑賞教室・第2学期終業式

第一小学校

12月11日(水)に、東京のシエナ・ウィンド・オーケストラさんによる芸術鑑賞教室を行いました。「キャンディード」序曲、組曲「動物の謝肉祭」より、交響詩「死の舞踏」、「オリエント急行」、「剣の舞」、「ハンガリー舞曲第5番」、「マンボのビート」、「パッカナール」、「宝島」など、すばらしい演奏を鑑賞することができました。

また、指揮者体験コーナーやラテンリズム講座など体験的に学ぶこともできました。本物の音楽に触れる充実した時間になりました。



キャリア教育出前講座

鏡石中学校

12月9日(月)、キャリア教育の出前講座が開催され、2年生が受講しました。IT企業の社長による講話では、お金儲けだけでなく社会への貢献の大切さを学び、生徒たちは深い感銘を受けました。

また、段ボール製造会社の協力により、ハニカムボードを活用した仮設診療所の見学や段ボールベッドの組み立て体験も実施されました。段ボールが災害時に役立つことを知り、生徒たちはその可能性に驚いていました。この経験を今後のキャリア形成に生かしてほしいと期待しています。



ポッチャ大会で大盛り上がり

第二小学校

本校では、児童会の体育委員会が企画した「ポッチャ大会」が行われました。

ポッチャとは年齢や性別、障がいの有無にかかわらず、全ての人と一緒に競い合えるヨーロッパ生まれのスポーツです。赤と青のボールを使って、白いジャックボールに少しでも近づけるために様々な技を使って競い合います。

学級対抗のトーナメント方式で、昼休みなどを活用しながら進められました。その結果、決勝戦は「3年1組VS4年2組」で行われ、3年1組が見事優勝に輝きました。



図書館だより

LIBRARY INFORMATION

●スペシャル展示コーナー

テーマは「大人向け絵本」です。

絵本は子ども向けのものがほとんどですが、大人にこそ読んでいただきたい味わい深い絵本もたくさんあります。

海面が上昇する場所に家があるため、積み木のように上に向かって建て増した家に住む、おじいさんの思い出を綴った絵本「つみきのいえ」。人里離れた山奥に住む賢者と出会った盗賊は、賢者に弟子入りするが…? 不思議な世界観で描かれる絵本「満月の夜の伝説」など…。



●蔵書点検期間中

何をしているの?

2月11日(火)～2月16日(日)まで蔵書点検のため図書館は休館となります。

「蔵書点検」は図書館にあるすべての資料をパソコンのデータと照らし合わせて所蔵確認をする作業です。

この作業を行うことにより、棚違いや不明などを把握することができず。

また、あるべき書棚に資料を戻す作業や、修理が必要であったり、利用に堪えない資料を発見したりします。

●児童室前のえほん展示

テーマは「ひなまつり」「ねこの絵本」です。

「ひなまつり」を描いた行事絵本のほか、ねこが登場する絵本をたくさん展示します。

お探しの絵本がありましたら、お気軽に職員にお声がけください。何を選んだらよいか迷うときは、おすすめの本もご紹介いたします。皆様のご来館をお待ちしています。

司書おすすめ紹介

ガウディ

中央公論新社 サラ・バルテル：文/クレール・ド・ガストルド：絵 古川 萌：監修



貧しい家に生まれたスペインの建築家ガウディは、デッサンが好きで、よく自然観察をしていました。建築学校に入学し、建築士の資格を得てからは、独創性の強いデザインを取り入れた建築物を作り、31歳の若さでサグラダ・ファミリア(大聖堂)の建築を任されることになりました。ガウディの建築物を紹介する写真やイラストが多用され、大人の方にもおすすめの一冊です。

モンスター・ホテルでめしあがれ

小峰書店 柏葉 幸子：作/高島 純：絵



モンスター・ホテルに、鼻がまがりそうなおいがただよっています。5日前から泊まっているコックの幽霊・シュウさんの部屋からただよっているようです。尋ねてみると、においの原因は「モンスター三大珍味のキノコ」であることがわかりました。シュウさんは、ある理由があって、そのキノコを料理したいと言うのですが…? 『モンスター・ホテル』シリーズの最新刊です。

Pick Up News 「子ども映画会」を開催します!

- ▶日時 3月2日(日) 13時30分～
- ▶場所 図書館2階 視聴覚ホール
- ▶上映作品 「おしりたんてい」(50分)



お友達を誘って、みんなで見に来てね!



自動車の登録等の手続きは運輸支局へ

- ☎ 【自動車の登録について】
東北運輸局福島運輸支局
☎ 050-5540-2015
いわき自動車検査登録事務所
☎ 050-5540-2016
- ☎ 【自動車税（種別割）について】
県中地方振興局県税部課税第二課
☎ 024-935-1261

自動車税（種別割）は、毎年4月1日（午前0時）現在で運輸支局に登録された名義上の所有者（割賦販売による購入の場合は使用者）が、5月末日までに納めることになっております。以下の点にご注意ください。

①自動車を譲渡、廃車等した場合は3月31日までに運輸支局で手続きを行ってください。転居した場合は車検証の住所変更を運輸支局で行ってください。
※3月31日までに登録手続きが終了しないと、実際に使用をしていなくても自動車税種別割が課税されます。

※住民票を異動しても車検証の住所は変更されません。
②自動車の継続検査（車検）を受ける際には運輸支局で納税確認をします。銀行やコンビニで自動車税種別割を納めた時に交付される領収証書と納税証明書は保管しましょう。

※リサイクル券も次回車検時や廃車時に必要となりますので、廃車時まで車検証と共に大切に保管するようにしてください。

※クレジットカード、キャッシュレス決済アプリで自動車税種別割を納めた場合には納税証明書は発行されませんが、お支払手続完了日から3開庁日以降、運輸支局で電子的に納税確認ができるようになります。

※登録手続を業者に依頼した場合は、登録が済んでいることを依頼した業者に必ず確認しましょう。



総合相談室を開設しています

☎ 町役場総合相談室 ☎ 94-2069

町では、町民の皆さんが気軽に様々な相談ができる総合相談室（消費生活相談含む）を開設しています。普段の生活の中で困ったことなどがありましたら、一人で悩まずにお気軽にご相談ください。

- 相談日時 火、木、金 9時から16時まで
（祝祭日、年末年始は除く）
※事前予約不要・相談無料
- 相談場所 役場総合相談室（庁舎1階東奥側）

グレーチング・橋名板盗難事件が多発しています

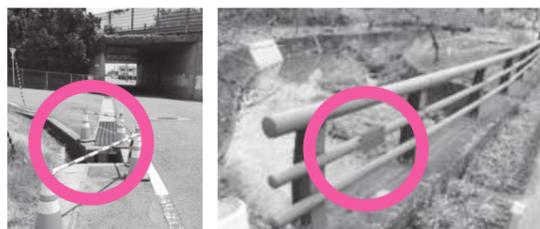
☎ 須賀川警察署 ☎ 75-2121
（県道）須賀川土木事務所 ☎ 75-3196
（町道）都市建設課 ☎ 62-2116

県内では道路側溝にある鉄製の蓋（グレーチング）や橋名板が盗まれる被害が相次いでいます。

側溝蓋や橋名板は県や町の貴重な財産です。また側溝蓋の盗難は、転落事故につながる恐れがあり、大変悪質な危険な行為です。

道路の施設等を持ち去る行為は、犯罪行為（窃盗罪）となり、法律により罰せられます。

パトロール等の強化を図り、盗難の防止に努めていますが、道路を通行する皆様の日や情報提供が盗難の防止につながります。このような行為を見かけた方、不審者・盗品等の情報をお持ちの方については、110番又は上記へご連絡をお願いします。



私たちは **"のんびりキッチン"** です



町ボランティア連絡協議会（事務局：町社会福祉協議会）登録団体「のんびりキッチン」では、子育て支援を通して地域コミュニティの再生・多世代交流型の居場所づくりを目指し、様々な活動を行っています。

日頃より、たくさんの方々よりご支援いただきありがとうございます。当団体では、引き続き食材提供、活動のボランティア参加者を募集しています。

今後も町の子育て支援に貢献して参りますので、引き続きご支援をよろしくお願いいたします。

●代表者 のんびりキッチン 木村 潤子

☎ 0248-61-9895

LINE アカウント▶



募集中

食材を提供していただける方

- お米、野菜、果物、売り物にならない食材
- レトルト食品（保存可能食）、お菓子（未開封）

廃車等の手続きはお済みですか？

☎ 税務町民課 ☎ 62-2114

軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日現在で軽自動車やバイク、トラクターなどを所有している方に課税されます。

廃車や名義変更等の手続きは3月31日までに完了するようお願いします。既に使用されていない車両や処分されている車両でも、手続きが完了していない場合は翌年度も引き続き課税されますので、ご注意ください（車種により管轄機関が異なりますので、確認の上、手続きをお願いします）。

※グリーン化（環境への負荷を低減するための施策）を進める観点から、最初の新規検査から13年を経過した軽四輪車等については「重課税率」が適用されます。

自動車の種類	代表的な自動車	管轄機関
軽自動車	軽トラック 軽乗用車	軽自動車検査協会 福島事務所 ☎ 050-3816-1837
小型特殊自動車	フォークリフト 農耕トラクター	税務町民課 ☎ 62-2114
原動機付自転車	バイク（125cc以下） 電動キックボード （0.6kw以下）	福島運輸支局 ☎ 050-5540-2015
上記以外の車種	乗用車、バス、トラック、オートバイ	福島運輸支局 ☎ 050-5540-2015

「フレイル」を知って正しく予防しましょう！



2月1日は「フレイルの日」です。フレイルについて、友人や家族とチェックしてみましょう。

◆フレイルとは？

加齢とともに、心と体の動きが弱くなってきた状態のことです。早めの対策で予防や改善ができ、健康寿命を延ばします。人生100年時代をいつまでも自分らしく歩んでいくために、フレイル予防をはじめましょう。

◆フレイル予防「3つのポイント」

①社会参加「つながる」フレイル予防

趣味やボランティア活動、友人や家族とのおしゃべりなど生きがいや楽しみ、目標をもってできるだけ外出や交流をしましょう。家庭の中で役割を持つて暮らすことも社会参加の1つです。

②運動「動く」フレイル予防

今より10分多く、できる範囲で元気に動きまわろう。運動は、筋力向上のほか、食欲や心の健康にもよい影響があります。「座りっぱなしの時間を減らす」を合言葉に、体操をしたり近所の用事は歩いて行ったりしてみるなど、日常生活で続けられるものを取り入れていきましょう。

③栄養「食べる」フレイル予防

肉や魚などのたんぱく質を中心に、いろいろな食品を組み合わせ、3食しっかり食べましょう。しっかり噛んで、しっかり食べた後には歯みがきや入れ歯のケアも忘れずに、オーラルフレイル（おくちまわりのフレイル）も予防していきましょう。

◆フレイルチェック

1つでも当てはまる人は予防を意識しましょう。3つ以上当てはまる人はすでにフレイル状態です。

- 半年間で、意図せず体重が2kg以上減った
- ペットボトルのふたが開けにくくなった
- わけもなく疲れたような感じがする
- 横断歩道を青信号の間に渡りきることが難しくなった（歩くのが遅くなった）
- 軽い運動や体操を週に1回もしていない



健康ふくしま
ポータルサイト



県健康づくり
推進課



▲県発行のパンフレットを配布しています！

●問い合わせ先 福祉こども課 ☎ 62-2210

3月1日～

公共施設予約システムの利用が開始されます



町では、町内の公共施設の予約システムの利用を3月1日(土)より開始します。
今まで健康福祉センターなど町内の施設の利用予約については窓口、電話などで受け付けていましたが、
今後はオンラインでも利用申請が可能になりました。
役場等の閉庁時間中にも受け付けていますので、ぜひご利用ください。

【予約システム対応施設】

町勤労青少年ホーム	☎ 62-2118
町健康福祉センター	☎ 62-2210
町構造改善センター	☎ 62-3681
鳥見山野球場	☎ 62-7636
鳥見山テニスコート	☎ 62-7636
鳥見山多目的広場	☎ 62-7636
鳥見山陸上競技場	☎ 62-7636
鳥見山体育館	☎ 62-7636

◆利用方法

- ① Web か LINE より施設予約システムにアクセス
- ② 各施設の空き状況を確認
↑ここまでは、利用登録なしでご利用できます。
- ③ 利用登録をする
※個人利用、団体利用それぞれの情報を登録します。
(氏名・住所・電話番号・メールアドレス・活動内容など)
※予約申し込みの承認メールなどを送付するため、登録の際にはメールアドレスが必須です。

▼画面イメージ (Web版)

鏡石町施設予約システム

新規予約申込

施設・部屋の選択 | 利用日の選択 | 利用情報の入力 | 完了

予約希望時間帯と利用種別を入力します。開始時間帯と終了時間帯をクリックしてください。
また、さらにクリックすると予約確定がリセットされます。

対象施設 鏡石町健康福祉センター

申込区分

※準備一旦終了の時刻も決めてください

会期: 2025年1月20日(月)

時間帯

電話を利用する

空き 予約済み 使用不可

利用種別 検定用1

※利用目的 会議

※使用内容 ※会議のための 使用する内容について具体的に記入してください(100文字まで)。 (例) 定期委員会開催のための

利用人数 一般: 10 人 児童生徒: 0 人

利用条件 冷暖房利用(エアコン)

お支払い方法 前払

備考

風気規制「町又は町の機関が主催する行事等に使用するとき」に該当するため、50%の減額を申請します。

戻る 内容確認

※詳しくは、2月下旬頃に町ホームページ
公式LINE などでお知らせします。

利用登録をしなくても、気軽に
町内の施設の予約・利用状況を確認できるモ～♪



●システムについての
問い合わせ先
町企画財政課
☎ 62-2117

パブリックコメントを募集しています

町では、鏡石駅周辺のまちづくりの指針を示すための「鏡石駅周辺の将来まちづくりビジョン」の策定を進めています。現在、本ビジョンに対するパブリックコメントを実施しています。ビジョンの案は町ホームページまたは企画財政課、町健康福祉センター、町公民館で閲覧することが出来ますので、皆様の率直なご意見をよろしくお願ひします。

- 「鏡石駅周辺の将来まちづくりビジョン」の内容
 - ・鏡石駅周辺地区のまちづくり将来ビジョンについて
 - ・鏡石駅東西自由通路の整備方針について
 - ・鏡石駅東口整備計画について
 - ・今後のスケジュールについて

●パブリックコメント実施期間 2月13日(木)まで

※ご意見の提出は、郵便、FAX、メール、窓口にて受付します。

●問い合わせ先 企画財政課 ☎ 62-2117

ふくしま就職ガイダンスを開催します



県内に就業場所があり、参加対象学生等を正社員として採用する計画のある企業の合同説明会を開催します。是非ご参加ください。

◆ふくしま就職ガイダンス (オンライン)

- 日時 2月14日(金) 3月14日(金) 3月18日(火) 3月22日(土)※いずれも13時～16時30分
- 対象者 令和8年3月に大学等を卒業(修了)予定の方、
令和5年3月以降に大学等を卒業(修了)した方等
- 問い合わせ先 ガリレオスコープ株式会社 ☎ 03-6809-5733

◆ふくしま就職ガイダンス (福島会場)

- 日時 3月4日(火) 13時～15時30分
- 会場 ビッグパレットふくしま
- 対象者 令和8年から10年3月に大学等を卒業(修了)予定の方、
令和5年3月以降に大学等を卒業(修了)した方等
- 問い合わせ先 福島労働局職業安定課 ☎ 024-529-5396



※オンラインのみ、事前にホームページから参加予約をお願いします。

※福島会場では、事前に参加予約できますが、当日参加も可能です。

※福島会場では、大学院、大学、短期大学、高等専門学校、専修学校等の学生を対象とした若手社員との交流会を同時開催します。

マイナンバーカードの特急発行がはじまりました



令和6年12月2日から、特定の要件を満たす方を対象としたマイナンバーカードの特急発行が開始となりました。マイナンバーカードの作成には1ヵ月ほど期間を要しますが、特急発行では原則1週間
でカードの受け取りが可能となります。

◆特急発行の要件

- ① 新生児 (カードの申請時点で1歳未満の方)
- ② カードを紛失や損傷して、再交付を希望される方
- ③ 国外から転入された方 など

※カードの再交付の場合、手数料が発生します。

※詳細について、町ホームページの「暮らしのガイド」>「暮らし・手続き」>「戸籍・住民手続き」>「マイナンバーカードの特急発行について」をご覧ください。アクセスは右上のQRコードから可能です。



特急発行の要件を満たし、マイナンバーカードの申請を希望される場合には、
本人確認書類を持参のうえ、役場の窓口までご来庁ください。

めざせ150万歩! 「かがみいし健幸ポイント事業」結果発表

「ふくしま健民アプリ」の歩数計機能を用いたかがみいし健幸ポイント事業にて、6月から11月までの6ヵ月間、「めざせ150万歩!」に147名がチャレンジし、66名が150万歩を達成しました。おめでとうございます。達成された方々には、達成特典として鏡石町商工会商品券(2,000円分)が贈られました。

◆ランキング結果

- 1位 「和夫ちゃん」さん 4,260,592 歩
- 2位 「ノリノリ」さん 3,571,996 歩
- 3位 「ヨッシー」さん 2,927,972 歩

第1位「和夫ちゃん」さんのコメント

足腰を強くして、あちこちに行って美味しいものを食べたいとの思いから始めました。
「継続は力なり」をモットーに、歩ける日には最低でも10kmを歩くようにしています。
今回の企画に参加し、毎日の歩数を積み重ねていくことで、歩く事が楽しみになりました。

●問い合わせ先 町健康環境課 ☎ 62-2115

慶弔だより

令和6年12月鏡石町届出分

よろこび

地区	赤ちゃん	お父さん	お母さん
	男の子		
前山	添田 斗 ^と 光翼	杏菜	
岡ノ内	小針 昊 ^も 輝	加代子	
中央	鈴木 晴大 ^{はつた} 貴英	浩恵	
	女の子		
東町	八代 真奈 ^{まな} 哲行	綾	
大池	相樂 七瀬 ^{なせ} 聡志	祐里恵	
鏡沼	須藤 十愛 ^と 祐樹	未来	
鏡沼	須藤 乃愛 ^の 祐樹	未来	

おいわい

地区	花むこさん	花よめさん
旭町	渡邊 奨吾 ^{たけご} (山崎) 菜緒	
大池	市原 順太 ^{のりた} (渡辺) 柚花	

かなしみ

地区	氏名	年齢
成田原町	村越 智子	87
岡ノ内	滝田 彌生	95
中町	浦辺 牧之助	97
仁井田	角田 絹	95
本町	會田 トミ子	97
鏡沼	柳沼 ヤイ子	90
笠石	小貴 久子	69

この欄への掲載を希望しない方は、届出の際にお知らせください。

未来へ輝け vol.110

まち期待の星



おもかわ おとね
面川 音寧さん (鏡石中学校3年生)

今回は、中町在住で鏡石中学校美術部部長の面川音寧さん(15)にお話を伺いました。面川さんは、『令和6年度 JA 共済福島県小・中学生第54回交通安全ポスターコンクール』で福島県知事賞を受賞されました。「小学生の頃から絵を描くことが好きで、中学生になったら美術部に入ろうと決めていました。入部することで専門的な技術を学べたり、様々なものを描けるようになりたいという思いがあったからです。部活中は友達と意見を出し合いながらひとつの作品を作り上げていく工程が楽しくて仕方がありませんでした。今回、初めてポスターコンクールに応募しましたが、夜に母の運転する車に乗っていて、歩行者に気づかずにびっくりしたことが何度もあったので、夜外を出歩くときには歩行者は反射材を着けることが非常に大切だと思い、反射材の着用の啓発をテーマとして選びました。どんな構図にすれば効果的なポスターになるかを考えることはとても大変でしたが、色を塗り重ねて奥行を出すなどの工夫をして良い作品を作り上げることができ、思いがけない素晴らしい賞を受賞することができてとても嬉しいです。高校生になっても美術部に入学して絵の技術を磨いていきたいです。」

広報クイズ 隠れ「牧場のあーさー♪」を探せ!

シルエットの
牧場のあーさー♪

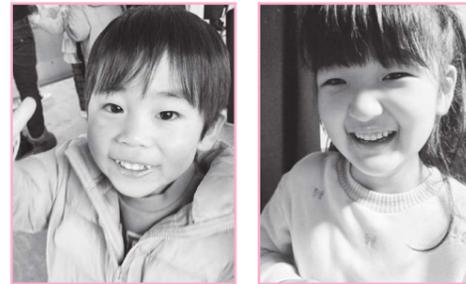
広報紙の中に隠れているシルエットとなった「牧場のあーさー♪」5体全てを見つけた方の中から抽選で2名の方に町の特産品をお送りします。

- ◆応募方法 ハガキまたはメールに必要事項を記入して応募
- ◆応募期限 2月19日(水)必着
- ◆必要事項 クイズの答え(5ページ分の牧場のあーさー♪のいるページ番号)、住所、氏名、年齢、電話番号、「あなたの推し(好きなもの、好きな人、応援している人など)と好きなおところ」について教えてください。
- ◆注意事項 このページの「牧場のあーさー♪」はカウントできません。
- ◆1月号の正解 4、6、9、12、17
- ◆当選者の発表【敬称略】 阿部里子(岡ノ内)、井上てるみ(中島村) ※今回のプレゼントは「牧場の果実(町産ジャム)」

ハッピーバースデー!! 2月生まれ



榮 鈴天^{れいま} くん (令和3年2月10日生まれ) 根本 蒼万^{そうま} くん (令和2年2月10日生まれ) 小貫 友福^{ともふく} くん (令和4年2月27日生まれ) 小貫 結生^{ゆいな} ちゃん (令和6年2月15日生まれ) 秋本 瑛太^{えいた} くん (令和6年2月5日生まれ)



添田 奏人^{かなと} くん (令和2年2月19日生まれ) 滝田 莉子^{りこ} ちゃん (平成31年2月16日生まれ)

ハッピーバースデー写真、ペット写真募集

3月に誕生日を迎える小学校就学前までのお子さんと愛するペットの写真を募集します。

応募先 〒969-0492 鏡石町役場総務課 広報担当
メール smile_k@town.kagamiishi.lg.jp
応募期限 2月19日(水)
問い合わせ先 総務課 ☎62-2111 FAX 62-6553
※お子様のお名前のお読み仮名を必ず記入してください。

広 告

甘熟いちご 石井いちご園

贈答用委託発送承ります!

石井 文訓
福島県岩瀬郡鏡石町高久田123
TEL0248-62-3917 FAX0248-62-6030
URL http://www.ishii-farm.com

広 告

HOPE 中学生(5教科対応) 鏡石中学校から徒歩3分
1クラス4名までの少人数個別指導

ホープ学習塾

※ほとんどの科目が無料学習キャンペーン中の学習も受けられます。(健康観察・リハビリ・点滴・口腔ケア・ネイルケアなど)
◎ご用命の方は、主治医またはケアマネジャー、鏡石町地域包括支援センター「あんしんかん」にご相談ください!
【経営母体】鏡石町不時沼217-1 一般社団法人健康情報総合評価機構 理事長 吉田孝司
TEL 0248-94-5022

広 告

在宅療養支援診療所 よしだ総合診療・在宅ケアクリニック
鏡石町不時沼217-1 (JA あいりすホール向かい)

院長 吉田 孝司 (46歳・成田出身) ☎0248-62-2508

夜10時まで診療☆年中無休☆日・祝日も診療!!
24時間365日対応、往診・訪問診療もできます!
内科/心療内科/外科/小児科/皮膚科

	診療時間	月~金	土日	祝日
午前	9:00~12:00	○	○	○
午後	14:00~18:00	○	○	○
夜間	19:00~22:00	○	○	○

◎完全予約制です。気軽にお電話ください。
◎当院はジェネリック医薬品を推奨しております。

広 告

令和3年7月オープン!利用者&訪問看護師、募集中!
うつくしま訪問看護ステーションかがみいし

「訪問看護ステーションほのぼの」

管理者 久保木 亜梨沙 ☎080-5845-3844

◎医療保険または介護保険を利用して、看護師による様々な在宅ケアが受けられます。(健康観察・リハビリ・点滴・口腔ケア・ネイルケアなど)
◎ご用命の方は、主治医またはケアマネジャー、鏡石町地域包括支援センター「あんしんかん」にご相談ください!
【経営母体】鏡石町不時沼217-1 一般社団法人健康情報総合評価機構 理事長 吉田孝司

<h3>火災・救急事故</h3> <p>(R6.12.31 現在)</p> <p>火災 7件 (8) 救急 590件 (505) 水害 0件 (0)</p> <p>()は前年同期の件数</p> <p>「守りたい 未来があるから火の用心」 (全国統一標語)</p>	<h3>交通事故</h3> <p>(R7.1.1 現在)</p> <p>件数 18件 (19) 死者 3人 (0) 傷者 23人 (19)</p> <p>()は前年同期の件数</p> <p>「わたります 止まるやさしさ ありがとう」 (交通安全年間スローガン)</p>	<h3>人口と世帯数</h3> <p>(R7.1.1 現在)</p> <p>12,004人 (10) 5,888人 (7) 6,116人 (3) 4,540世帯 (4)</p> <p>()は前月との比較</p>	<h3>納税</h3> <ul style="list-style-type: none"> ・固定資産税 (4期) ・国民健康保険税 (8期) ・上下水道使用料 (12・1月分) ・介護保険料 (8期) ・後期高齢者医療保険料 (7期) <p>の納期限は2月28日(金)です。 下記の金融機関での口座振替が便利です</p> <p>夢みなみ農業協同組合・須賀川信用金庫・東邦銀行・大東銀行・福島県商工信用組合・ゆうちょ銀行</p>
--	---	--	--

令和7年

2～3月

かがみいし
カレンダー

広報に掲載された写真は無料で差し上げます。ただし、郵送の場合は切手を貼った返信用封筒が必要です。

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
2/16 今月号では、表紙と裏表紙で、鏡石保育所と鏡石幼稚園の児童たちのだんごさしの様子をお届けします。 	17	18 けんこうイージー教室 “ジャンプ” 9:00 健康福祉センター けんこうイージー教室 10:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	19	20 認知症に関する相談窓口 9:30 健康福祉センター 筋トレ教室 13:30 健康福祉センター	21 オレンジカフェあーさー(グループホームなでしこありあ) 14:00 健康福祉センター	22 
23<天皇誕生日>	24<振替休日>	25 けんこうイージー教室 “ジャンプ” 9:00 健康福祉センター けんこうイージー教室 “ステップ” 10:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	26 3～4か月児健診 13:30 公立岩瀬病院	27 親子のマッサージ教室 10:00 健康福祉センター 筋トレ教室 13:30 健康福祉センター	28 オレンジカフェあーさー(地域包括支援センター) 10:00 健康福祉センター 	3/1 つるしかざり展 ～9日16時 10:00 公民館 外
2 心配ごと相談 13:30 健康福祉センター	3 	4 けんこうイージー教室 “ジャンプ” 9:00 健康福祉センター けんこうイージー教室 10:00 健康福祉センター 赤ちゃんのほっと相談会 10:00 つどいの広場 けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	鏡石町公式 LINE 「友だち登録」はこちらから⇒ 		つどいの広場 ●場 所 町健康福祉センター ●開催日 (火)～(日)9時～16時 ※毎週(月)、毎月第4(土)はお休み	
9 	10	11 けんこうイージー教室 “ジャンプ” 9:00 健康福祉センター けんこうイージー教室 “ステップ” 10:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	12 9～10か月児健診 13:00 健康福祉センター 	13 のびのび健康相談 9:30 健康福祉センター 鏡石中学校卒業式 9:30 鏡石中学校	14 水道メーター検針期間 3月13日(木)～20日(木) ※町が委託した検針員が伺いますので、ご協力をお願いします。	15



令和7年二十歳の成人式出席者の皆さん ※この写真は広報掲載写真無料提供サービスの対象外となりますので、ご了承ください。

広報かがみいし

2025.2 No.768

Kagamishi Town Public Relation Magazine

発行/福島県鏡石町役場 〒969-0492 福島県岩瀬郡鏡石町不時沼345番地
 電話/0248(62)2111(代表) 編集/総務課
 URL/https://www.town.kagamishi.fukushima.jp/
 印刷/トキワ印刷株式会社 広報かがみいしは、環境に配慮した紙を使用しています。

