



広報

かがみいし

KAGAMIISHI

2025
10

No. 776
福島県鏡石町

陸上のプロに学ぶ！ トップアスリート教室

(P 5に関連記事)



目次 - contents -

- 【特集】ごみ減量について考える
… P 2～3
- まちの話題
… P 5～8
- 保健師だより
… P11
- くらしの情報
… P14～17



あなたはできていますか？ プラスチックごみの分別



【回収できるプラスチック資源】

- ① プラマークがついた容器包装
- ② 100%プラスチックでできた製品
例)
 - 1) トレイ・パック類
卵パック、肉、魚等の食品トレイ類、カップなど
 - 2) ラベル・ボトル・包装類
ペットボトルラベル、ボトル類、お菓子の袋、カップ麺の容器など
 - 3) 100%プラスチックでできた製品
くし、歯ブラシ、バケツ、タッパー型保存容器など



第2、第4木曜日に食品トレイとプラスチックごみを一緒に専用ネットに出してください。



注意しましょう！

- ① プラスチック以外のものがついている場合
プラスチックとそれ以外の素材が混ざっているものは出すことはできません。燃えるごみに出してください。ラベルやシールが剥がせない場合は、張り付いたまま出してください。
- ② ひどい汚れがついている場合
付着している固形物や油のべたつきは取り除いてください。取れない場合は燃えるごみに出してください。
- ③ プラスチックごみとして出すことができる大きさ
プラスチックごみに出せる大きさは、30 cm未満になります。大きいものは切ってごみに出せます。



▲このマークが目印

プラスチック削減は環境と家庭に優しい取り組みです！

(例) 削減行動	節約費用	プラごみ削減量の目安	プラごみのCO2削減量の目安
ペットボトル飲料をマイボトルにした場合 ペットボトル飲料1本160円を365本購入して飲んだ場合 (年間) 費用→58,400円	53,700円	約10.3kg削減	約43.4kg削減
マイボトルを1,500円で購入し、お茶パック50袋入り400円を8箱購入して毎日詰め替えて飲んだ場合(年間)→費用4,700円			



Interview



町保健委員
委員長
佐藤 寿恵 さん

当初は感じませんでしたが、徐々に
出されている燃えるごみが減ってきた
と感じるようになってきましたね。プ
ラスチック回収についても、出し方が
綺麗になっていると思います。ごみカ
レンダーを確認しながら出すようにす
るなど、ひとり一人が意識を持って行
動することが大切だと思うので、ご協
力をお願いします。



町内在住
主婦
A さん

春から分別の仕方が変わり、最初は
戸惑いもありましたが、だいたいは慣
れました。いざやり始めてみると、今
まで燃えるごみとして出していたもの
が結構資源回収に出せるので、燃える
ごみとして出す量が減ったと思います。
地球や環境の保護に少しでも貢献で
きたらと思っています。

生活ごみを適正に分別する
ことで、限りある資源を有効
活用することは、燃やすごみ
や埋め立てるごみを減らし、
環境保護にも繋がっていく取
り組みです。

● 問い合わせ先
健康環境課

☎ 62-2115



町 HP ▼

分別は大変だというイメ
ジがあるかと思いますが、環
境にも家計にも優しいごみ削
減について、できることから
少しずつ取り組んでいきま
しょう。

できることから少しずつ

※写真はイメージです。



環境を守るため

ごみの減量について考える

ごみの減量問題は、現代社会が直面する重要な課題となっ
ています。ごみが増え続けると、処理にかかる費用の増大だ
けでなく、環境問題にも発展してきます。福島県は、令
和5年度時点でひとりあたりのごみの排出量が全国ワース
ト2位となっており、ごみの減量への努力が不可欠となっ
ています。皆さんもごみの減量について考えてみませんか。

資源循環を意識する

町の一人あたりのごみ排出
量は年々減少傾向にありまし
たが、コロナ禍を機に再び増
加傾向にあります。この数値
は県平均を下回っていますが、
全国平均と比べると上回っ
ています。

町では、プラスチックに係
る資源循環の促進等に関する
法律に基づき、今年4月から
新たに、これまで燃えるごみ
としていたプラスチックごみ
を資源として分別回収してい
ます。

プラスチックは、私たちの
生活になくてはならない素材

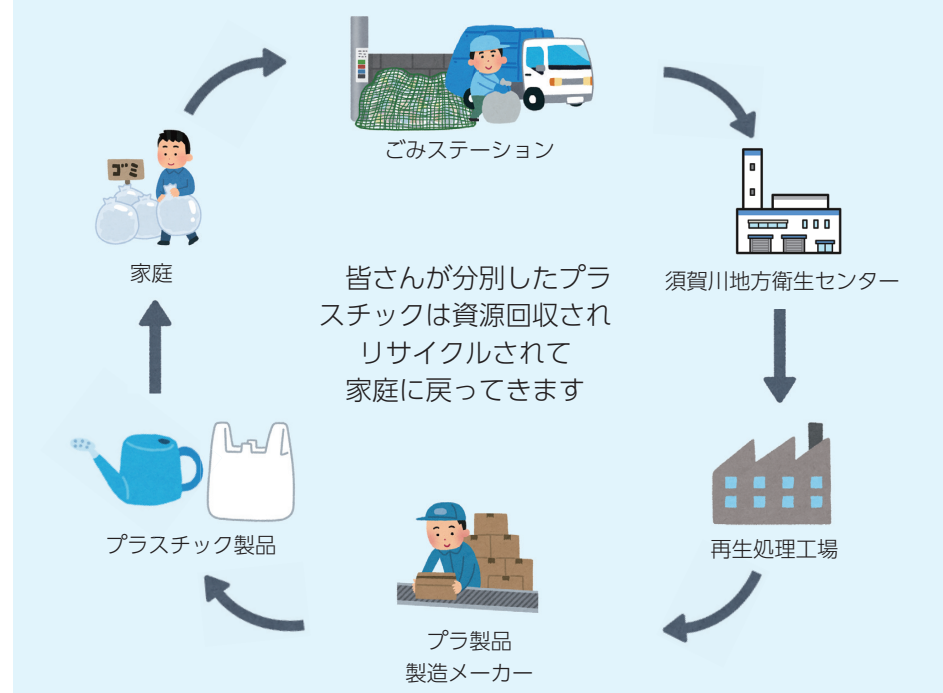
となっていますが、プラスチッ

ク製品の生産から廃棄までの
過程では、温室効果ガスが排
出され、地球温暖化の一つの
要因にもなっています。その
ため、プラスチックの資源循
環の考え方は非常に重要です。
つまり、プラスチック資源
として回収することは、ごみ
の減量につながることであり
はなく、環境にも優しい取り
組みです。

分別回収された後

私たちが分別して出したプ
ラスチックごみは、まず須賀
川地方衛生センターに回収さ
れます。回収したプラスチッ

プラスチックのリサイクルの流れ



クごみは、分別ルールが守ら
れているか確認作業を行い、
確認できたプラスチックごみ
は、四角い塊に圧縮され、再
生処理工場に出荷されます。
四角い塊にされたプラスチッ
クごみは、その後、粉碎、熱
処理などが行われ、ペレット

と呼ばれる新しいプラスチッ
ク製品の原料になります。
このペレットを加工して作
られた新たなプラ
スチック製品は、
また皆さんの家庭
に戻ってきます。



第9回

町議会定例会

議案など23件を議決

第9回町議会定例会が9月3日(水)から17日(水)までの15日間で開かれ、令和6年度各会計歳入歳出決算の認定や議案など23件が議決されました。

今回の定例会では、前年度の各会計の決算が審議され、全ての会計で決算認定されました。詳細については、広報11月号でお知らせします。

このほか、一般会計と各会計補正予算が議決され、一般会計は4億627万5千円が増額されました。これにより



一般会計の歳入歳出予算の総額は70億481万1千円となりました。

主な補正の内容は、財政調整基金積立に4000万円、かがみいしこども未来基金積立に1億6350万8千円、町道舗装修繕等に4830万円、プレミアム付商品券発行事業として3566万円などです。

また、教育委員会委員として藤島絵美さん(南町)の再任について同意を求め、可決

議席番号	議員名	所属委員会	役職
1	町島 洋一	産業厚生 広報広聴	副議長 広報広聴副委員長 議会運営委員
2	熊倉 正磨	産業厚生 広報広聴	広報広聴委員長
3	東 悟	広報広聴 総務文教	
4	根本 廣嗣	総務文教	総務文教副委員長 議会運営副委員長
5	稲田 和朝	産業厚生	産業厚生委員長 議会運営委員
6	込山 靖子	広報広聴 総務文教	町監査委員
7	吉田 孝司	産業厚生	
8	小林 政次	総務文教	議会運営委員
9	畑 幸一	総務文教 広報広聴	総務文教委員長 議会運営委員
10	円谷 寛	産業厚生 広報広聴	産業厚生副委員長 議会運営委員長
11	角田 真美	総務文教	議長



角田真美議長



町島洋一副議長

されました。藤島委員の任期は、令和7年10月1日から4年間です。

副議長に町島議員 各委員会構成が決定

9月議会では、角田真美議長、畑幸一副議長が辞表を提出し、角田議長の辞任は反対多数で続投、畑副議長の辞任は全会一致で可決され、副議長後任には、町島洋一議員が選出されました。

また、任期満了に伴い各常任委員会が改選され、各委員会の構成が決定しました。

令和6年度各会計決算状況

単位：千円

会計区分	歳入	歳出
一般会計	7,152,675	7,042,162
国民健康保険特別会計	1,231,544	1,223,743
後期高齢者医療特別会計	145,438	144,718
介護保険特別会計	1,293,086	1,228,047
土地取得事業特別会計	109	0
工業団地事業特別会計	45,367	44,314
鏡石駅東第1土地区画整理事業特別会計	137,952	135,011
育英資金貸付費特別会計	4,252	4,218
小計	10,010,423	9,822,213
水道事業会計	収益的	289,791
	資本的	63,795
	計	353,586
下水道事業会計	収益的	423,233
	資本的	354,838
	計	778,071
合計	11,142,080	11,519,857

町長説明要旨

電力・ガス・食料品等の物価高騰による家計への負担増を踏まえ、住民税非課税世帯に、1世帯あたり3万円を給付する事業と県補助事業の1世帯あたり6千円を給付する物価高騰対応所得世帯緊急支援事業については、7月末で完了したところです。

岡部将和氏を講師に迎えてドリブル教室を開催しました。今後は、陸上競技のトップアスリート教室、スポーツ・レクリエーションフェスティバルを開催するために準備を進めているところです。

今年度の主な主要事業の執行状況については、鳥見山陸上競技場リニューアル事業では、第35回牧場の朝少年少女サッカー大会に併せ、世界で活躍するドリブルデザイナー

また、今年5月から各行政区サロン等で開催しているまちづくりタウンミーティングについては、これまで各行政区や外郭団体の皆さんからいただいた町民の声を町政に反映させるとともに、町政の見える化ときめ細やかな行政の構築に、これからも一層努めていきたいと思っています。

鳥見山陸上競技場リニューアル記念事業

トップアスリート陸上教室

鳥見山陸上競技場リニューアル記念事業として、特別講師を迎え、第一小学校、第二小学校の6年生約130人を対象とした「トップアスリート陸上教室」が9月9日(火)に、鳥見山陸上競技場で行われました。

ゲスト講師には、北京五輪銀メダリストの朝原宣治さん、矢吹町出身で日本選手権400mで5回の優勝を誇る



モモ上げについて説明する朝原さん(写真右)

千葉麻美さん、郡山市出身で日本選手権800m優勝の田母神一喜さんを迎え、走るポイントなどを指導しました。

また、種目別指導者として中・長距離の中村美宇さんと佐藤靖弘さん、跳躍に羽田友哉さんと小松将広さん、ハードルの今駒英樹さんを迎えて、子どもたちの練習をサポートしました。

準備運動は、足腰だけでなく



スタート時の姿勢について説明する朝原さん(写真左)と千葉さん(写真中央)

く全身の関節を十分にほぐすため入念に時間をかけて行い、子どもたちもゲスト講師からのアドバイスを受けながら元氣よく挑戦しました。

種目別の指導では、朝原さんと千葉さんが短距離走で速く走る練習のポイントとして正しい姿勢とフォーム、モモ上げの重要性などを紹介し、全員で短い距離のモモ上げ走を行いながら、所要所でアドバイスを受けるなどしていました。

教室の最後にはゲスト講師も交えたリレーが行われ、子どもたちは、教わったことを実践しつつ、トップアスリートのスピードを体感しました。

鳥見山陸上競技場は、令和5年度にトラック及びインフィールドの全面改修工事、令和6年度にはメインスタンドの大規模改修工事を行いました。町教育委員会では、陸上競技場のリニューアルを記念して、今イベントを開催しました。

今後、リニューアル記念事業は、10月13日(月)午前中、町民参加型イベントを予定しています。

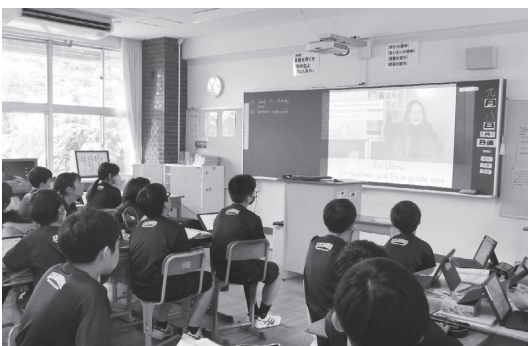
黒板プロジェクター導入

複数科目授業で有効活用

8月末に、鏡石中学校の通常教室及び特別支援学級に黒板プロジェクターが設置され、授業で活用されるようになりました。

この黒板プロジェクターは、昨年度から3年生のクラスを中心に先行導入されており、利用した生徒や教諭からの評判が良いことから、今年度は全学年、全クラスの教室に設置されることになりました。

黒板プロジェクターは、天井から吊り下げるタイプで、黒板と併用しながら授業を行うことができます。英語や数学の授業での活用が始まっており、今後は他の教科の授業でも活用される予定です。



黒板プロジェクターを使った授業を受ける生徒

<利用者の声>



テレビモニターと比べて画面が大きく、どの席からも見やすい (生徒)

生徒がタブレットで作成した資料を投影し、発表に活用できる (教諭)



大盛況！田んぼアート秋祭り

秋の果実とグルメ堪能

フルーツの販売と説明をしている町魅力PRボランティアの生徒



田んぼアート実行委員会は9月6日(土)、グリーンロードにおいて初となる「かがみいし田んぼアート秋祭り」を開催しました。

当日は、まだ残暑が残るなか1,000人を超える人たちが訪れ、キッチンカーでの買い物や金魚すくいなどの催しを楽しみました。

また、秋に旬を迎える果物が並ぶブースには、多くの方が足を運び、梨などを買い求めていました。

イベントでは、町魅力PRボランティアの生徒（岩瀬農業高校）もスタッフとして催しを盛り上げました。

金魚すくいを楽しむ参加者



マルシェで買い物を楽しむ参加者

町地域連携事業「けんこうフェスタ」

食や健康に触れる

郡山女子大学×鏡石町主催の町地域連携事業「けんこうフェスタ」が8月24日(日)に町健康福祉センターで開催され、約650名が来場しました。

当日は、南東北病院予防医学研究センター柿沼雄二氏による予防医学の重要性をテーマとした講演のほか、郡山女子大学の学生による血圧や骨密度、足趾把持力などの健康測定、郡山女子大学附属高校の生徒による町産のイチゴで作ったジャムの販売や飲み物の提供（試飲のみ）などが行われました。来場者は、食や健康に触れ、催しを楽しみながら健康と食への理解を深めてました。

会場いっぱい集まった参加者



予防医学の重要性について講演を聴く参加者



健康測定を受ける参加者

2025 かがみいし田んぼアート 観覧者数2万人達成！

9月6日(土)、今年の田んぼアートの観覧者数が2万人に達したことから、観覧場所の図書館4階展望室でセレモニーが行われました。

2万人目となったのは、郡山市の先崎康二さんご家族で、かがみいし田んぼアート実行委員会の和田和久実行委員長から鏡石町産の梨、米粉、牧場のあーさー♪グッズ（ぬいぐるみ、うちわ）が贈られました。

来場者2万人目となった先崎さんご家族に記念品を手渡す和田実行委員長（左）



市町村対抗福島県ソフトボール大会 壮行会で士気を高める

第12回市町村対抗福島県ソフトボール大会に出場する鏡石町チームの選手壮行会が8月30日(土)、鳥見山野球場で行われ、選手たちが大会に向けて士気を高めました。

式では、竹山正貴監督があいさつをし、木賊正男町長から割栢信義代表に町旗が伝達されました。初戦は10月4日(土)、相馬光陽ソフトボール場で去年も対戦し、勝利を収めた双葉町チームと対戦します。



大会に向けて士気を高める町代表チーム

宝くじ助成金活用 鏡田「盆踊り大会」盛況

鏡田区と鏡田盆踊り保存会の「盆踊り大会」が8月14日(木)と15日(金)に鏡田転作センター駐車場で開催され、盆踊りのほか射的や輪投げコーナーなど用意された催しに約800人が集まり、賑わいをみせました。

今年は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業を活用し、宝くじの助成金で和太鼓や法被、提灯などを新調しました。



櫓の周りで踊る参加者

認知症サポーター養成講座 認知症へ理解深める

認知症サポーター養成講座が9月9日(火)、鏡石中学校3年生を対象に実施され、認知症への理解を深めました。新しい認知症観（※1）に立ち、認知症サポーターの役割や認知症の人との接し方などについてロールプレイ等を通して学びました。

受講した生徒には、受講証明としてオレンジリングとサポーターカードが配布されました。



認知症の人との接し方について説明を受ける生徒

※1 新しい認知症観 認知症になると何もできなくなるという考えではなく、できること・やりたいことがあり、地域で仲間とともに希望を持って自分らしく暮らすことができるという考え方。

町職員人事異動 ※氏名後の（ ）内は旧所属

●異動・昇格（10月1日付） ＜副課長及び副課長相当職＞

産業課副課長（農政担当） 小林 洋一（産業課副課長（農政担当）兼
ほ場整備室長）
産業課ほ場整備室長 根本進一郎（産業課副主幹）

●新採用（10月1日付）

企画財政課主査 高久 勇人
都市建設課主査 秋本光太郎

保育施設・町立幼稚園の募集開始

町内の認可保育施設・町立幼稚園では、令和8年4月からの入所・入園申込を開始します。申込書類の配布及び町ホームページへの掲載は、10月10日(金)から開始します。

●申込受付期間 10月14日(火)～11月7日(金) ●申込先 福祉こども課（町健康福祉センター内）

＜認可保育施設＞

●申込資格

町内に住所を有し、児童の保護者や家族が就労等で保育を必要とする児童

●町内認可保育施設一覧

鏡石保育所
認定こども園ぶどうの木
認定こども園こどもの杜岡ノ内幼稚園
岡ノ内保育園

※対象児童の年齢や保育時間は園によって変わります。

●申し込み方法（必要書類）

【新規入所】
入所申込書、支給認定申請書、就労証明書等、
その他必要な書類
【継続入所】
入所申込書、就労証明書等、その他必要な書類

●問い合わせ先

(1) 福祉こども課 ☎ 62-2210 (2) 教育委員会教育課 ☎ 62-3459
(町健康福祉センター内) (鏡石幼稚園に関すること)

建築物の建築には「確認申請」が必要です

建築基準法や都市計画法の認識不足により、せっかく建てたマイホーム等が違反建築となってしまう事例が見受けられます。

住宅の新・増築や建物の用途変更などの際には、事前に町や県と相談を行い、安全で安心な住環境をつくりましょう。鏡石町全域で建築確認申請が必要です。

Q1 建築物とは？

A1 建築基準法では、屋根があり、柱または壁があるものが建築物になります。屋根付きのテラスやカーポートも屋根と柱があるので建築物となります。

Q2 自宅を増築したいが、確認申請は必要ですか？

A2 増築面積が10㎡を超える場合は確認申請が必要です。なお、10㎡以内の増築の場合には確認申請は不要ですが、建築基準法で定められた基準に適合させなければなりません。

Q3 ユニット物置、プレハブ倉庫、コンテナ等をホームセンターで購入し、置きたいのですが？

A3 物置などの建築物を設置すれば、基礎の有無にかかわらず、確認申請が必要です。

Q4 農業用倉庫を事務所や工場として利用したいのですが？

A4 鏡石町は都市計画法により、地域によって建築物の用途を定め、きれいなまちづくりを目指しています。地域によっては、農業用倉庫として建築できても、事務所や工場としては利用できない地域がありますので、事前に確認をしてください。

Q5 違反建築になるとどうなるの？

A5 県の命令により工事の停止や使用の禁止、建物の除却、さらに命令に従わない者に対しては懲役または罰金が科せられる場合があります。

●問い合わせ先 都市建設課 ☎ 62-2116

まち歩き及びワークショップ 地区内の危険箇所確認

笠石地区防災計画策定のためのまち歩き及び第1回ワークショップが9月6日(土)、笠石多目的集会所等で行われました。

参加者は、集会所に集まって行政区の地図を見ながら相談しあったり、実際に自分が住んでいる地区内を歩きながら、危険な場所の把握や避難経路について確認していました。



笠石区内の危険箇所について確認する参加者

鏡中生が職場体験学習

広報担当者の仕事に挑戦

鏡石中学校の職場体験学習が9月9日(火)、各事業所で行われ、鏡石町役場では4人の生徒が広報かがみいし担当者の仕事について学びました。

4人は、記事の書き方やカメラの使い方について町の広報担当者から説明を受けた後、町内の事業所で取材を行い、実際に写真を撮影したり記事を書いたりして広報紙の記事を作るための一連の作業を体験しました。



まちの駅かんかんてらすで職場体験をしているところを取材する生徒

交通安全マスコット寄贈

町の交通安全を願って

ランドセル製造などを手掛ける(株)榮伸福島工場（泉崎村、橋本達宏工場長）は、町交通安全母の会（添田喜美代会長）に端材の皮を使った動物の形等のマスコットを贈りました。町交通安全母の会では、これに鈴とお札をつけて交通安全マスコットを完成させ、10月4日(土)開催の鏡石「牧場の朝」オランダ・秋祭りの交通安全鼓笛隊パレードで配布する予定です。



橋本工場長から交通安全マスコットを受け取る添田会長と板橋友子副会長

町道笠石・鏡田線に横断歩道新設

町道笠石・鏡田線（旧国道）の本町地内に、近隣にお住まいの皆さんから要望をいただいていた横断歩道が9月に設置されました。

これは、行政区等から町の交通対策協議会を通して公安委員会に要望していたものです。

今回設置される場所は、小中学生の通学路としても利用されており、令和4年11月に行われた子ども議会（一小）の質問でも、横断歩道の設置について取り上げられていました。



ウエルシア岩瀬鏡石店さん南側

●問い合わせ先 総務課 ☎ 62-2111

保健師だより

あなたの健康支えます!!

◆◆ インフルエンザ・新型コロナワクチン予防接種のお知らせ ◆◆

町では、高齢者を対象とした新型コロナワクチン及びインフルエンザ予防接種、子ども・妊婦を対象としたインフルエンザ予防接種費用を助成します。助成期間が決まっていますので、接種をご希望の方は期間内にお受けください。

●助成期間 10月1日(水)～12月30日(火)

※ワクチン接種開始時期や年末年始の営業日は病院により異なりますので、ご自身で確認の上お受けください。

【高齢者対象】

新型コロナワクチンとインフルエンザ予防接種は同時接種が可能です。自己負担額を医療機関窓口でお支払いください。

予防接種名	対象者	金額	回数	指定医療機関
新型コロナワクチン	①満65歳以上の方 ②60～64歳で、身体障害者手帳 (内部疾患1級程度※1)を有する方	自己負担額4,600円 ※生活保護受給者は無料	1回	福島県内の 受託医療機関※2
インフルエンザ予防接種		自己負担額1,000円 ※生活保護受給者は無料		

※1 心臓、腎臓又は呼吸器の障害、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害

※2 指定医療機関以外で接種を受ける場合は、健康環境課にて事前申請が必要となります。

【子ども・妊婦対象】

インフルエンザ予防接種費用の一部を助成します。助成額を差し引いた額を医療機関窓口でお支払いください。

対象者	金額	回数	指定医療機関
満1歳～18歳(高校3年生相当)	2,000円	1回※3	須賀川市・鏡石町・天栄村の 受託医療機関※4
妊婦	3,000円		

※3 満1歳～12歳のお子さんについては、2回目の接種は全額自己負担となります。

※4 指定医療機関以外で接種を受ける場合は、ワクチン接種後に領収証及び明細書と接種歴が確認できるもの(母子健康手帳や予防接種済証など)、振込先口座の通帳、印鑑を持参して、健康環境課にて手続きをすることで、所定の金額まで償還払いします。

※事業内容や指定医療機関等の詳細については、町公式ホームページをご覧ください。

●問い合わせ先
健康環境課 ☎62-2115

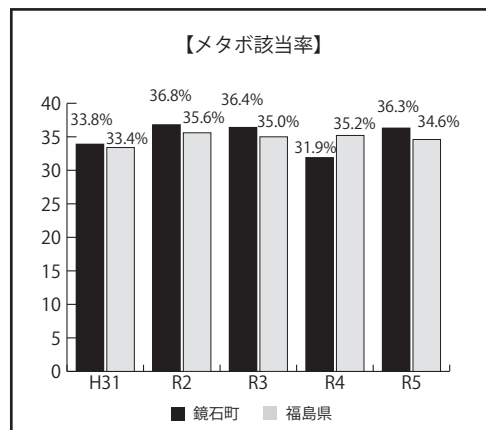
特定保健指導 健診後の今、あなたの生活を見直すチャンスです!

特定健診の結果、メタボや生活習慣病のリスクが高いと判定された方を対象に、町の保健師や管理栄養士が健診結果の説明や生活習慣の見直しをお手伝いします。対象の方には10月中旬頃から順次案内します。

●期間 約3ヶ月間 ●費用 無料

●どんなことをするの?

- ・健康福祉センターへの来所やご自宅への訪問で、約1時間の面談(初回面談時に商工会商品券のプレゼントあり!)
- ・健診結果の解説をし、生活面で気をつけることをお伝えし、どんなことならできそうか一緒に目標を考えます。



【昨年利用された方の声】

- ・真剣に考えて親切に話してくださいました。これからも食事と運動を少しずつ頑張ります。(60代)
- ・健康を考えるきっかけになりました。(40代)

町国保特定健診結果を見ると、鏡石町はメタボ該当者が県平均より多い傾向にあります。メタボを放置すると、脳卒中や心臓病など重い病気になるおそれがあります。この機会にサポートを上手に受けて、健康な毎日を送りましょう!



●問い合わせ先 健康環境課 ☎62-2115

健幸まちづくり事業

医学ひとくちメモ

vol.18



町では昨年度より町民の健康寿命の延伸を目指す事業として、「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教授 ^{もりした しんいちろう} 森下 慎一郎 先生

今回は、「血液がんの治療とその後の運動」について説明します。



Q.1 「血液がんってどんな病気?」

血液やリンパ系にできるがんで、血液の細胞が異常に増えることで正常な造血や免疫の働きが妨げられます。血液がんには白血病、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫などが含まれ、これらは年齢を問わず発症しますが、種類によって好発年齢が異なります。

近年では新しい薬剤や造血幹細胞移植によって治療成績が向上しています。

Q.2 「どんな症状があるの?」

全身のだるさや倦怠感、貧血による疲れやすさがみられます。これらの症状が続く場合は、早めに医師の診察を受けることが大切です。

①発熱・感染しやすさ：白血球が減少するため、風邪や肺炎などにかかりやすくなります。

②出血傾向：血小板の減少で、鼻血や歯ぐきの出血、皮下出血(あざ)が起こりやすくなります。

③リンパ節の腫れ：首やわきの下、そけい部などにしこりを感じることがあります。

④骨の痛みや腰痛：特に多発性骨髄腫では骨の破壊による痛みが出ることがあります。



Q.3 「治療はどうやってするの?」

①化学療法：抗がん剤を用いて異常な血液細胞を減らす治療が中心です。

②分子標的治療・免疫療法：特定の遺伝子異常やがん細胞の特徴を狙った新しい薬剤も使用されます。

③造血幹細胞移植：再発予防や根治を目指して行われることがあります。自分自身やドナーからの幹細胞を用います。

④放射線療法：リンパ腫などで病変が限局している場合に行われます。

Q.4 「治療後の運動は必要?」

血液腫瘍の治療後は体力や筋力が低下しやすく、また免疫機能の回復にも時間がかかります。無理のない範囲で運動を取り入れることは、再発予防、生活の質の向上にとっても有効です。

【推奨される運動の例】

①有酸素運動

軽い散歩、室内バイクなど。週2～3回、15～20分から始めましょう。体調に応じて徐々に時間を増やします。

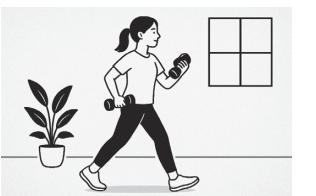
②筋力トレーニング

ベッドや椅子からの立ち上がり動作、軽いチューブを使った運動など。下肢の筋力回復が重要です。

③ストレッチ

肩、腰、下肢の柔軟性を保つことで血流を良くし、こわばりを予防します。呼吸運動・バランス運動：深呼吸や片足立ちなどは体の安定性を高め、転倒予防にも役立ちます。

※注意点として、感染予防のため人混みを避け、疲労感が強いときや発熱があるときは運動を控えることが大切です。





スクールインフォメーション ～学校だより～

フレッシュ農業講座開催

岩瀬農業高校

9月3日(水)、園芸科学科2年生を対象に須賀川農業普及所と連携し、フレッシュ農業講座が開催されました。

午前中は天栄長ネギ生産組合を見学し、午後は Road Make 株式会社を見学しました。

天栄長ネギ生産組合では、長ネギを生産しようと思った経緯や現状、そして今後の方向などを説明していただきました。

また、Road Make 株式会社では農業を挑戦しようと思った理由や現在の取り組み、花きの魅力などについて説明していただきました。

校内の実習では知ることのできない施設を見たり、聞いたりすることができてとても良い経験になりました。



よい歯の教室を行いました！

第一小学校

第一小学校では、毎年、歯科衛生士さんによる「よい歯の教室」を行っています。

9月3日(水)は4年生とまきば学級、9月10日(水)は5年生とあおぞら学級で「よい歯の教室」を行いました。

歯肉炎や歯周病の特徴について理解した後、実際に歯の汚れの染め出しをして、教えていただいた効果的な歯磨きの仕方、汚れを落とすことができました。

上手に磨いて自分の歯を歯肉炎や歯周病から守っていきます！



中体連岩瀬支部駅伝競走大会

鏡石中学校

9月4日(木)に令和7年度中体連岩瀬支部駅伝競走大会が鳥見山競技場周辺コースにて行われました。

曇り空の下、女子は9時に、男子は10時15分にそれぞれスタートしました。女子は出場した13チーム中、第4位、男子は16チーム中、第3位の健闘でした。

さらに男子第6区では柳沼大翔さんが区間賞をとる素晴らしい走りを見せてくれました。特設駅伝部は6月下旬から朝や放課後の練習で力をつけてきました。

熱い応援をいただきました、保護者・地域の皆様に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。



宿泊学習(いわき方面)

第二小学校

8月27日(水)、28日(木)の2日間、4年生と5年生による宿泊学習が実施されました。

初日は「いわき震災伝承みらい館」の見学を行い、写真などの展示物や語り部の体験談映像を通して東日本大震災当時の様子を知ることができました。自然災害の恐ろしさや被災された方々の状況を感じ取っている様子が見られました。その後は「いわき海浜自然の家」において室内ビンゴやバイキングなどの楽しい時間を友達と共有したり、砂の芸術や貝飾り作りなどの活動に取り組んだりしました。



図書館だより

LIBRARY INFORMATION

●特別開館のお知らせ

11月4日(火)はロードレース大会振替の学校休校日となるため、図書館は特別開館します。当日は、「折り紙教室」や「読み聞かせ会」などイベントを開催します。小学生の皆さんのご来館をお待ちしています。

このため、11月2日(日)は振替休館日となります。利用者の皆様のご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

●スペシャル展示コーナー

テーマは「ミッフィー特集」です。

ミッフィーはオランダのディック・ブルーナ氏が描いたウサギの女の子のキャラクターです。日本では「うさこ

雑誌無償配布・児童書フリーマーケット・図書リサイクル市のお知らせ

雑誌(発行期間 2024年4月～2025年3月)を無償提供します。

▶日時 11月3日(月)～10日間程度

▶場所 図書館カウンター前

▶ラインナップ 「きょうの料理」「趣味の園芸」など

※1人3冊まで。NHKの雑誌は1家族・1冊まで。

※同時開催で、『児童書フリーマーケット』『図書リサイクル市』も行います。(一般書・児童書の無償提供)

ちゃん」と呼ばれることもあります。今年は、ミッフィーが誕生してからちょうど70年です。
はつきりとした色使いと、丸みを帯びたフォルムで人気のミッフィーの絵本や、ディック・ブルーナ氏の関連図書を集めて展示します。ぜひこの機会に展示コーナーをご覧ください。

司書おすすめ紹介

まゆとブカブカブー やまんばのむすめ まゆのおはなし

福音館書店 富安 陽子：文／降矢 なな：絵



北のお山のとっぺんに住む、やまんばのむすめ・まゆは、降り続ける雨を見て大喜びで散歩に出かけました。すると途中で「いたち」に出会いましたが、いたちは「赤いぼうしのブカブカブーが出た!」と言っておそろしそうに逃げていきました。野うさぎもカラスも、同じように逃げていきます。ブカブカブーを見てみたくなった、まゆは……?

山の学校 キツネのとしよいいん

講談社 葦原 かも：作



学校図書室の司書のかえでさんが静かな図書室でホッと一息ついたとき、突然窓からキツネの子「リン」に声をかけられました。リンはどうしても、本を貸出するときのバーコードを読み込む「ピッ!」をやりたいと言うのです。かえでさんは、校長先生にわけを話して、リンを図書委員にしてもらいました。キツネと子どもたちの交流を描く物語。小学校低学年から読めます。

Pick Up News 人形劇団「赤いトマト」公演のお知らせ

大人気の人形劇団「赤いトマト」が、町図書館へやって来ます! 楽しい「人形劇」や「手品」などを上演します。お誘いあわせのうえ、ぜひご来館ください。

▶日時 11月8日(土) 13時30分～

▶場所 図書館2階 視聴覚ホール

▶内容 人形劇「さるかに」ほか1本



公演の様子

秋の文化祭開催

☎ 町公民館 ☎ 62-2031

町公民館と町生涯学習文化協会では、恒例の「秋の文化祭」を開催します。展示部門では、一般町民の方の作品を募集しています。

開催内容は、次のとおりですので、多くの皆さんのご観覧・ご参加をお待ちしています。

【展示部門】

●日時

10月25日(土)～26日(日)
9時～17時まで
※26日(日)は16時まで

●場所

町公民館

●展示内容

手工芸作品、絵画、写真、書道など様々なジャンルの作品を募集し展示します。

●出品方法

町公民館まで作品を直接ご持参のうえ、公民館にある申込書に氏名、住所、作品名などをご記入ください。

●申込期限 10月22日(水)

【発表部門（文化芸能祭）】

●日時

10月19日(日) 9時～

●場所

町健康福祉センター

【大会部門】

①囲碁大会

●日時

11月2日(日) 9時～

●場所 勤労青少年ホーム

②将棋大会

●日時

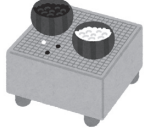
11月9日(日) 9時～

●場所

町公民館

※将棋・囲碁大会に一般参加を希望される町民の方は、直接会場にお越しください。

※詳しくは町公民館へお問い合わせください。



保健事業と介護予防の一体的実施事業

保健師等の個別訪問のお知らせ

町では、75歳以上の方を対象にフレイル予防や生活習慣病の重症化予防、健康寿命の延伸の観点から、健診・医療・介護のデータを分析し、下記に該当する対象者に対し、保健師や管理栄養士・歯科衛生士による個別訪問を実施しております。対象となる方には事前通知を送付します。ご自身の健康状態の振り返りや相談のきっかけとして是非お受けください。

●対象者

- ①低栄養の可能性がある方
- ②嘔みにくさやむせりがある方
- ③健診結果から高血糖や高血圧で未受診の方
- ④糖尿病や高血圧症の治療歴のある方、糖尿病治療中でコントロール不良の方
- ⑤医療や健診の受診がなく、要介護認定も受けていない方

●内容

保健師、管理栄養士、歯科衛生士のいずれかによる個別訪問。健康状態の確認、アンケート、健康相談等を行います。

フレイルとは、加齢とともに心身の機能が低下してきて、「健康」と「要介護」の中間状態にあることを言います。多くは、フレイルを経て要介護状態になるため、フレイルを予防することが大事になります。

●問い合わせ先 健康環境課 保健師 ☎ 62-2115



クリスマス お料理×恋活イベント開催

☎ 企画財政課 ☎ 62-2117

クリスマス前に自宅でも簡単に作れるクリスマスチキンをメインとした料理婚活を開催します。

講師の先生が丁寧に楽しくレシピを教えてくださいますので、料理初心者の方でも安心して参加できます。

●日時 12月7日(日) 10時～

●場所

町健康福祉センター調理室

●参加条件

25歳以上の独身男女

●募集人数 男女各8名

※申込み方法や料金については、町ホームページをご覧ください。



年末年始プレミアム商品券発行に関する取扱加盟店の募集

☎ 町商工会 ☎ 62-2340

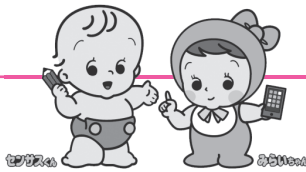
今年11月（予定）から町の「鏡石町物価高騰対策プレミアム商品券発行事業補助金交付要綱」に基づき、プレミアム商品券発行事業を実施します。

現在、鏡石町商工会非会員の方について商品券の取扱事業者登録を受け付けています。

詳細は商工会ホームページをご覧ください。

●申込締切期日

10月15日(水)
商工会事務局 必着



令和7年 国勢調査 回答はお済みですか？

国勢調査は、日本の未来をつくるために必要不可欠なとても大切な調査です。まだ回答がお済みでない世帯は、回答をお願いします。

すでにお配りしている「インターネット回答依頼書」からインターネットで回答いただくか、紙の調査票にご記入し、郵送などでご提出ください。

●問い合わせ先 総務課 ☎ 62-2111

※こちらのQRコードからもアクセス可能です。



妊婦のための支援給付について

☎ 【給付関係】

福祉こども課こどもグループ

☎ 62-2210

【伴走型相談支援関係】

健康環境課健康グループ

☎ 62-2115

町では、妊娠期からの切れ目のない支援を行うため、妊娠時から妊産婦等に寄り添い、出産・育児等の見通しを立てるための面談や継続的な情報発信を行うとともに、必要な支援につなぐ伴走型相談支援と併せて妊婦のための支援給付を実施し、妊婦等の身体的、精神的ケアや経済的支援を行います。

●妊婦支援給付金の支給

※町内に住所を有する妊婦

〈妊娠届出時〉

・妊婦給付認定申請を行い、認定を受けた妊婦 妊婦一人当たり 5万円

〈出産届出時〉

・妊娠しているこどもの人数の届出を行った妊婦 妊娠している（出産した）こどもの数×5万円

●申請方法

妊婦のための支援給付（妊娠届出時）の支給に係る申請は、医療機関での妊娠の診断が必要です。母子健康手帳交付時に、申請用紙を配布、申請方法をご案内します。

妊娠届出時にはマイナンバークード、お持ちでない場合は、運転免許証、パスポート、写真付き学生証、健康保険証のうちいずれか一つをご持参ください。

妊婦のための支援給付（出産届出時）の支給に係る申請は、出産後、町保健師・助産師が伺う乳児家庭全戸訪問時に申請用紙を配布します。その場でご記入いただき、町保健師・助産師に提出をお願いします。



国民年金についてのお知らせ

☎ 税務町民課

☎ 62-2112

郡山年金事務所

☎ 024-932-3434

全国国民年金基金東北部

☎ 0120-65-4192



①年金の切替え手続きについて

20歳以上60歳未満の方で会社を退職された場合は、国民年金第1号被保険者又は第3号被保険者への切替えが必要となりますので、町の税務町民課にて手続きをお願いします。

②国民年金保険料免除について

保険料を納め忘れると、将来の老齢基礎年金や、万一、障害や死亡といった不測の事態が発生した際、障害基礎年金や遺族基礎年金を受けられない場合があります。

所得が少ない、失業、事業の廃止（廃業）などの理由で保険料を納付することが困難な場合には、納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満の方対象）」がありますので、町の税務町民課にて手続きをお願いします。

③マイナポータルを利用した国民年金関係の電子申請について

国民年金の手続きはマイナポータルを利用して電子申請ができます。詳細は日本年金機構のホームページをご覧ください。



統計調査員募集

☎ 町統計調査員協議会（事務局：町総務課）
☎ 62-2111

国が実施する統計調査の業務に従事してくださる方を募集しています。町統計調査員協議会への入会をご希望の方は、簡単な面接や業務についての説明を行いますのでご連絡ください。

◎自家消費野菜等食品放射能測定結果について◎

令和7年6月から8月の3か月間に検査の依頼はありませんでした。検査の報告は3か月ごとに掲載します。（次回は1月号）

※検査には、正確な判定を行うため、食材100グラム以上が必要となります。付いた土(泥)などを洗い流し、食べられない部分はできるだけ取り除いた水分などを含んでいない調理前の材料をご持参ください。
※材料の量や状態などで正確な判定ができない場合や町外産の食材を持参された場合は、参考扱いでの結果報告となりますのでご承知ください。

●問い合わせ先 健康環境課（健康福祉センター内）☎ 62-2115

くらしの情報

-information-

町鳥獣被害対策実施隊による有害鳥獣駆除活動のお知らせ

☎ 産業課 ☎ 62-2118

イノシシ、シカなどの鳥獣による農作物の被害が増加してきていることに伴い、町内において、町鳥獣被害対策実施隊員（嶋貫信幸隊長）による有害鳥獣駆除パトロールを実施しています。

パトロール時は銃砲を携帯、車両には「有害鳥獣駆除パトロール中」と表示して活動しています。事故防止におけるご理解、ご協力をよろしくお願い致します。

●活動期間 令和8年3月まで

※農繁期は、体制を強化して日数を増やして実施しています。

●町鳥獣被害対策実施隊員募集

一年を通して町鳥獣被害対策実施隊員として駆除に携わっていただける方を募集しています。狩猟等捕獲活動を行うには一定の資格、免許が必要となりますが、ご興味がある方はお問合せ先までご連絡ください。



町スポーツ等振興支援事業補助金について

☎ 教育課 ☎ 62-3459

町では町民のスポーツ・文化活動を支援するため、上位大会に出場する団体・個人に激励金を、指導者資格を取得される方に奨励金を交付しています。

東北・全国大会に出場される方、指導者資格の取得をされる方は申請をお願いします。

詳しくは教育委員会教育課へお問い合わせください。



運転免許証自主返納者への 継続支援制度をご利用ください



運転免許証を自主返納した 70 歳以上の高齢者に対して、タクシー利用券を継続して助成することにより、日常生活の利便性の確保及び交通事故の未然防止を図ることを目的として高齢交通弱者対策事業を実施していますので、希望される方は申請をお願いします。

●対象者 以下の条件をすべて満たす方

①本町に住所を有している者

②70 歳以上である者

③運転免許証を自主返納した者

●申請手続 町総務課で申請書を記入して提出する。

※運転免許の取消通知書又は運転経歴証明書をお持ちください。

●支援内容 タクシー利用券 5,000 円分

●問い合わせ先 総務課 ☎ 62-2111



岩瀬農業高校 生産物販売会の開催について

☎ 岩瀬農業高校 担当 鈴木
☎ 62-3145

学校で生産した農産物や加工品の販売会を開催します。

例年は保護者を対象に、学校内で行っていましたが、今年は一般の方々もお買い求めいただけるようになりました。ぜひご来場ください。

●日時

11 月 11 日(火) 13:30 ～ 15:30
(なくなり次第終了)

●場所 町健康福祉センター

●販売予定品目

米、鶏卵、ネギやハクサイなどの野菜類、シクラメン、ブドウ パウンドケーキ、マドレーヌ、ジャム類、ベーコン、アイスマルクなどの加工品、焼肉のたれ

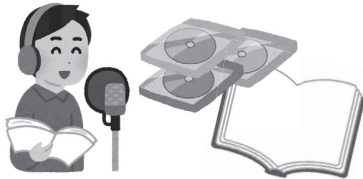
「声の広報」広報紙の朗読サービスについて

☎ 総務課 ☎ 62-2111

町では、広報かがみいしを CD に録音し、定期的に届ける朗読サービス「声の広報」を行っています。

視覚障がい者の方の利用は無料です。障がいにより活字を読むことが困難な方、または身近にそのような理由でお困りの方がおりましたら、気軽にお問い合わせください。

※毎月第一木曜日に発行される広報かがみいしについて、発行日に合わせて送付します。



各種スポーツ大会結果

①第 78 回福島県総合スポーツ大会県中地域大会

8 月 31 日(日)田村地区

壮年ソフトボール ドラゴンズ 1 回戦敗退

家庭バレーボール 鏡石 1 回戦敗退

バドミントン ミラーストーン 予選ブロック 2 位

②鏡石バウンドテニス協会

第 33 回牧場の朝バウンドテニス大会

8 月 31 日(日)鳥見山体育館

I 部・あやめ 1 位 滝口・加藤 2 位 坂本・鈴木

II 部・さくら 1 位 井戸田・後藤 2 位 斎藤 (一)・斎藤 (弘)

III 部・まきば 1 位 芳賀 (正)・田中 2 位 塚原・芳賀 (眞)

③第 19 回市町村対抗福島県軟式野球大会

9 月 13 日(土)あいづ球場

鏡石 対 会津若松市 0 対 11 で敗退



各種大会に出場された選手の皆さん▲

福島地方法務局からの お知らせ

☎ 福島地方法務局
不動産登記部門
☎ 024-534-2045
福島地方法務局郡山支局
☎ 024-962-4505

令和 6 年 4 月 1 日に相続登記が義務化され、同日以前に相続が発生している場合には令和 9 年 3 月 31 日までに、令和 6 年 4 月 1 日以降に相続が発生した場合には、相続発生日から 3 年以内に登記を申請することになっています。相続登記が必要な方は、早めの申請をお願いします。

また、令和 8 年 4 月 1 日には、住所等変更登記の義務化が実施されます。不動産を所有している個人又は法人は、住所や氏名、本店や商号等に変更が生じた場合には、変更があった日から 2 年以内に変更登記を申請する必要があります。ほか、令和 8 年 4 月 1 日以前に住所や氏名等に変更が生じている場合についても、令和 10 年 3 月 31 日までに変更登記を行う必要があります。

相続登記及び住所等変更登記の申請を正当な理由なく怠った場合には、過料が科せられる可能性があります。詳しくは、お近くの法務局にお問い合わせいただくか、法務局ホームページを確認願います。

相続人の
方へ▶



住所等変
更登記義
務化▶



10 月は 「不正軽油撲滅月間」

☎ 県庁総務部税務課
☎ 024-521-7205
県中地方振興局県税部
☎ 024-935-1264

県では、10 月を「不正軽油撲滅教科月間」と定め、関係団体と協力して、不正軽油の排除に取り組んでいます。

軽油に課税される軽油引取税を脱税する目的で、軽油に灯油や重油を混ぜるなどして製造される燃料、いわゆる「不正軽油」が正常な軽油と偽って販売、使用されている事例があります。

この不正軽油は悪質な脱税行為であり、環境汚染、公正な市場競争の阻害、さらには暴力団等犯罪組織の資金源にもつながります。

不正軽油の防止・撲滅には、県民の皆様のご協力と情報提供が欠かせません。

不正軽油の情報提供につきましては、県庁税務課または最寄りの地方振興局県税部までご連絡ください。



不正軽油は
作らない 売らない
買わない 使わない



自衛官等採用試験のお知らせ

☎ 自衛隊福島地方協力本部 郡山地域事務所 ☎ 024-932-1424

自衛官募集 HP ▶



募集種目		資格	受付期間	試験期日
防衛大学校	一般	18 歳以上 21 歳未満の方 (高卒者 (見込含) 又は高専 3 年次修了者 (見込含))	～ 10 月 16 日(木)	1 次試験 11 月 1 日(土)
自衛官奨学生		大学、大学院、高等専門学校等で理学、工学、文学、又は法学を専攻しており、正規の課程を修了する年の 4 月 1 日現在で 26 歳未満 (大学院在学者は 28 歳未満)	6 月 3 日(火)～ 10 月 10 日(金)	11 月 8 日(土)・9 日(日)
一般曹候補生		18 歳以上 33 歳未満の方 (32 歳の方は、採用予定月の末日現在で 33 歳に達していない方)	～ 11 月 21 日(金)	1 次試験 11 月 29 日(土)～ 12 月 4 日(木) ※いずれか 1 日指定
自衛官候補生			年間を通じて 受付	受付時またはホーム ページにてお知らせ
陸上自衛隊 高等工科学校 生徒	推薦	男子で中卒 (見込含) 17 歳未満の成績優秀かつ生徒活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる方	10 月 1 日(火)～ 11 月 28 日(金)	1 月 10 日(土)～ 12 日(月) ※いずれか 1 日指定
	一般	男子で中卒 (見込含) 17 歳未満の方	10 月 1 日(火)～ 1 月 15 日(木)	1 月 24 日(土)～ 25 日(日) ※いずれか 1 日指定

シニア向けスマホ教室開催

☎ 企画財政課 ☎ 62-2117

電源の入れ方や文字の打ち方などの基本操作や、インターネット検索、LINE (ライン) などの便利な機能を、分かりやすく丁寧に解説します。

同世代の仲間と一緒に、スマホをぜひ体験してみましよう！

●日時

11 月 17 日(月)

13 時 30 分～ 15 時 30 分

●場所

健康福祉センター

2 階 会議室 3・4

●対象

町内在住の 65 歳以上の方

●内容

基本操作、インターネット検索、LINE (ライン) など

●定員

15 名 (先着順)

●講師

テクノマインド (株)

※福島県受託企業 (福島県デジタルデバイド解消事業)

●準備物

貸出用端末 (iPad) を用意しています。

※ご自身の端末

(スマホ) でも

参加できます。

任意で筆記用具、

飲み物等。

●参加費

無料



慶弔だより

令和 7年8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		
鏡 沼 丹	柊葵 ^{とうり}	洋平	佑李奈
本 町 溝井	聖那 ^{せな}	悟瑠	香
	女の子		
旭 町 小山	晴星 ^{はるせ}	拓郎	淳華
中 町 樋口	澪柳 ^{みおな}	将	優梨香
旭 町 八巻	実結 ^{みゆ}	湧耶	耀子

おいわい

地区	花むこさん	花よめさん
中 町	遠藤 静哉	(舟橋) 彩香

かなしみ

地区	氏 名	年齢
桜 町	和 田 カ ツ 子	95
中 町	鈴 木 隆 二	95
蒲之沢町	稲 田 武 夫	83
中 町	遠 藤 正 幸	69
岡ノ内	鈴 木 友 良	81
鏡石が丘町	吉 田 セ ツ 子	90
桜 町	大 河 原 政 道	84
桜 町	稲 川 ト ミ ヨ	109

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。

鏡石町 公式 LINE

「友だち登録」は
こちらから⇒



未来へ輝け vol. 114

まち期待の星

※ P 8 に関連記事あり



職場体験町役場参加 の皆さん（鏡石中学校2年生）

今回は、9月9日(火)に、鏡石中学校の職場体験で町役場を訪問した4名にお話を伺いました。4人は、町役場の概要、仕事内容について説明を受けたあと、各職場体験現場を回って取材を行い記事をまとめるなど広報担当者の仕事を体験しました。

【柳沼成実さん】

取材など普段できないことを経験できてとても楽しかったです。体験前よりも町役場の仕事に興味を持ちました。

【佐藤莉桜さん】

初めて経験することが多く大変なこともありましたが、楽しく一日取り組むことができました。特に岩瀬牧場への取材が印象に残っています。

【星あかりさん】

町役場の仕事の楽しさを知り、また、自分たちが生活している裏で大変な思いをして暮らしを支えるため働いていることも知りました。

【小豆畑悠さん】

一日仕事を体験してみて、取材など実際に現場に行ってインタビューしたりと働くことの大変さを知りました。

火災・救急事故

(R7.8.31 現在)

火 災	4 件	(6)
救 急	393 件	(400)
水 害	0 件	(0)
()	は前年同期の件数	

「急ぐ日も
足止め火を止め 準備よし」
(全国統一標語)

交通事故

(R7.9.1 現在)

件 数	15 件	(12)
死 者	1 人	(2)
傷 者	17 人	(15)
()	は前年同期の件数	

「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)

人口と世帯数

(R7.9.1 現在)

人	11,976 人	(9)
人	5,893 人	(5)
人	6,083 人	(4)
家	4,585 世帯	(6)
()	は前月との比較	

納 税

・町県民税 (3 期)
・国民健康保険税 (4 期)
・上下水道使用料 (8・9 月)
・介護保険料 (4 期)
・後期高齢者医療保険料 (3 期)
の納期限は 10 月 31 日(金)です。
下記の金融機関での口座振替が便利です

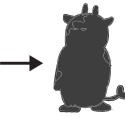
夢みなみ農業協同組合・須賀川信用金庫・東邦銀行・大東銀行・福島県商工信用組合・ゆうちょ銀行

広報クイズ

隠れ「牧場のあーさー♪」を探せ！

この広報紙の中に、シルエットとなった「牧場のあーさー♪」が5体隠れています。全て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。

シルエットの
牧場のあーさー♪



◆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

ハガキ宛先：鏡石町役場総務課 広報担当

(〒969-0492 鏡石町不時沼 345)

メールアドレス：smile_k@town.kagamiishi.lg.jp

◆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、「町 SNS (Facebook、X) で発信してほしいこと」について教えてください。

つどいの広場

つどいの広場は、町健康福祉センターで開催しています。開催日、定休日は以下の通りです。

- 開催日 毎週火曜日～日曜日、祝日（9～16 時）
- 定休日 毎週月曜日、毎月第 4 土曜日
年未年始（12/29～1/3）

※月曜日が祝日の場合、翌日がお休みです。

- 問い合わせ先 62-7278

広 告

「広報かがみいし」 広告掲載者募集

- 掲載位置 町が指定した位置
- 掲載料金 下一段 1 万円
半 分 5 千円 (このサイズ)
- 問い合わせ先 総務課広報担当 ☎62-2111

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**

総合診療特任指導医

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 / 精神科

◎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。

◆注意事項

- ①このページの「牧場のあーさー♪」はカウントできません。
- ②シルエットの大きさは一定ではありません。

◆応募期限 10 月 23 日(休)必着

◆9 月号の正解 4、9、11、13、19

◆当選者の発表【敬称略】

小林奏太（本町）、成澤明莉（鏡沼）

※今回のプレゼントは「牧場のあーさー♪のグッズ」です。後日郵送します。

ハッピーバースデー写真、ペット写真募集

11 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 10 月 23 日(休)

問い合わせ先 総務課 ☎62-2111 FAX 62-6553

※お子様のお名前の読み仮名を必ず記入してください。

9 月号の広報クイズ応募者から寄せられた投書の一部をご紹介します。

今回のテーマは「**あなたが楽しみたいのは○の秋？**」

・近くの山の紅葉です。天気の良い日に車で近くの山の自然な赤・黄・緑の混じった紅葉を観賞することが楽しみです (80 代男性)

・食欲の秋。最近は高級感があるのでなかなか食べられませんが、サンマの塩焼きは大好きです (70 代男性)

広 告

HOPE 中学生 (5教科対応可) 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

1クラス最大4名までの少人数定員制です
1人1人に合わせて丁寧に指導いたします
成績があがる最適な方法を一緒に見つけましょう

※ほとんど預りの宿がない学習やキャンセル料の少ない学習も
ございますので、まずはお気軽にご相談ください
万が一休みの場合は連絡はご遠慮下さい

TEL 0248-94-5022

広 告

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」 鏡石町不時沼 52

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！(直接連絡も可)

【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

令和7年 10～11月 Kagamiishi Calender

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
10/12	13 ＜スポーツの日＞ リニューアル記念事業（町民スポーツフェスティバル） 8:30 鳥見山陸上競技場	14 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 フレイル予防体操 14:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	15 赤ちゃんのほっと相談会 10:00 つどいの広場 就学時健康診断 13:00 健康福祉センター 	16 生き生き子育て教室③ 10:00 健康福祉センター	17	18 ジョイフルライフ講座「トレッキング教室」 8:30 矢祭町滝川溪谷遊歩道 
19 文化芸能祭 9:00 健康福祉センター 町消防団秋季検閲式 9:00 鳥見山陸上競技場	20 第15回福島民報杯ゲートボール大会 9:00 屋内ゲートボール場 	21 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 特設行政相談会 13:30 健康福祉センター フレイル予防体操 14:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	22 3～4か月児健診 13:30 公立岩瀬病院 オレンジカフェあーさー（グループホームありあ・なでしこ） 14:00 健康福祉センター	23 フレイル予防体操 14:00 健康福祉センター	24 健幸食生活応援事業栄養教室 10:00 健康福祉センター 	25 秋の文化祭 9:00 公民館
26 秋の文化祭 9:00 公民館 牧場の朝のつどい 10:00 健康福祉センター 文化講演会 14:30 健康福祉センター	27 3歳児健診 13:00 健康福祉センター	28 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 フレイル予防体操 14:00 健康福祉センター けんこう貯筋教室 14:00 池田記念病院	29	30 筋トレ教室（継続者コース） 13:30 健康福祉センター 	31 ガーデニング教室 13:30 岩瀬農業高校 1・2歳児健康相談 9:30 健康福祉センター	11/1 
2 鏡石駅伝・ロードレース大会 9:00 鳥見山陸上競技場 心配ごと相談 13:30 健康福祉センター 図書館臨時休館	3 ＜文化の日＞ 図書館特別開館イベント	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“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	5 重症化のための高血圧予防教室 10:00 健康福祉センター	6 ガーデニング教室 13:30 岩瀬農業高等学校	7 1・2歳児健康相談 9:30 健康福祉センター 	8 人形劇鑑賞会 10:00 図書館 ウエルカムベビークラス 9:00 健康福祉センター 認知症初期集中支援チーム 13:30 健康福祉センター
9 アドベンチャークラブ「里山体験」 9:00 白河市 食育講演会 13:30 健康福祉センター	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 まちづくりタウンミーティング久来石区「元気サロン」 10:40 久来石製作技術研修センター 9～10か月児健診 13:00 健康福祉センター まちづくりタウンミーティング3区「たんぼぼ」 13:30 3区コミュニティセンター	13	14 オレンジカフェあーさー（特別養護老人ホーム牧場の朝） 13:30 特別養護老人ホーム牧場の朝 じぶんで血糖チェック 18:30 健康福祉センター	15

広報担当のつぶやき

広報担当の大河原です。秋になったものの、まだまだ暑い日が続いていますね。皆さんいかがお過ごしでしょうか？今年は特にイベント盛りだくさんな年となっていて、取材の機会が増え、非常にやりがいがあります。

オランダ祭りや、稲刈り祭り、ロードレース大会と、まだまだイベントはたくさん開催されますので、皆さんもぜひ気軽に足を運んでみてくださいね！

