

いわき

3

令和5年(2023)
No.680

【特集】

いわきの旬を食べよう!



いわきの旬を食へよう！
毎月7日は

いわき七浜さかなの日



○お問い合わせ
水産課
☎ 22・7487

今が旬のアンコウ！
コラーゲンたっぷりの深いコクを味わってね！



協力：いわき・ら・ら・ミュウ

潮目の海と常磐もの

皆さんは、常磐ものって聞いて何を思い浮かべるでしょうか。本市沖は寒流と暖流がぶつかる「潮目の海」と呼ばれる栄養豊かな海。この海で取れる魚は常磐ものと呼ばれ、首都圏の市場で品質の良い魚として評価を受けてきました。

そこで、市ではおいしい魚だけではなく、水産加工品や水産業に真摯に取り組む人たちも含めた地域ブランドとして「常磐もの」を立ち上げ、おいしさや品質などの魅力のPRや水産業に携わる次世代の常磐者の育成に取り組んでいます。

魚食の推進 さかなを食べよう！

2020年2月、市魚食の推進に関する条例が制定され、毎月7日を「魚食の日」と決めました。キャッチフレーズを「毎月7日はいわき七浜さかなの日」とし、魚食の推進に取り組んでいます。

「常磐もの」のPRや常磐者の育成、魚食の推進など、本市水産業の取り組みの一部を紹介します。

常磐ものを食べよう

🐟 いわきの旬の魚！



アイナメ
白身の高級魚。淡白な味のため、焼き物や唐揚げなどさまざまな調理法に対応できます。



メヒカリ
市の魚に制定されている。皮が薄く脂が乗っているのが特徴。

🐟 さかなの日 協力店を探す

1月末現在、61事業者
124店舗が参加中！
右側の2次元
コードから確認
できます。





いわきの旬を食べよう！

「食べて・見ても・感じて」いわきの水産業には魅力がいっぱい！

食

毎月7日は魚を食べよう！ いわき七浜さかなの日

毎月7日は、魚食を推進する市内の販売店や飲食店が、割り引きや特別メニューの提供など、独自のサービスを行っています。



見

常磐ものバスツアーで 魅力を発掘

「常磐もののおいしさを知って欲しい！」と始まったツアーでは、魚市場や魚屋さんなどのさかなの日協力店を巡ります。普段は見られない場所、聞けない話など、知らなかった魅力を再発見できます！

感

高校生が漁師に！ おためし漁業体験

市内の高校生が漁船に乗り、実際の漁を体験します。次世代を担う若い常磐者に、漁業の大変さや楽しさなど、ありのままの漁業を伝えています。



入札に挑戦

おためし漁業体験の感想

- ①初日に魚をさばくと聞き「初めての体験なのに、私たちにできるのか？」と不安でしたが、楽しくできました。あの時の魚の感触が忘れられません。
- ②魚をさばいた時、想像よりも重く、なかなか切れずに苦戦しましたが楽しかったです。また、入札が始まる前は和気あいあいとしていた空気が、始まった途端に張り詰めた空気になり、驚きました。
- ③入札や魚の加工など、普段の高校生活では体験できないことが多く、辛いことも楽しいこともたくさん経験でき良かったです。



常磐ものを応援しよう



常磐ものサイト・SNS

常磐もの魅力や旬の魚の水揚げ情報、イベント情報など多くの皆さんに興味・関心を持っていただけるようなさまざまな情報を、常磐ものウェブサイトやTwitterで発信しています。皆さん、ぜひご覧ください。



常磐もの
ウェブサイト



Twitter

特集

香り豊かな春のめぐみ

いわきいちご



○お問い合わせ
農政流通課
農産物流通係
☎ 22・7470

いわきでは、昭和20年代後半からいちごの栽培が始まりました。冬でも温暖な気候と長い日照時間を生かしたハウス栽培が盛んで、例年11月から6月頃まで出荷されています。

いわきいちごの主力品種は、福島県オリジナル品種の「ふくはる香」です。糖度と酸味のバランスが良く、ジュシーで芳醇な味わい、円すい形で果肉がしっかりとしているのが特徴です。その他には「とちおとめ」や「章姫」などの品種がいわきいちごとして栽培・流通されています。

また、新たな福島県オリジナル品種として誕生した「ゆうやけベリー」は、本市でも本年度から栽培が始まり、徐々に流通されていく見通しです。

7ページも見てキー！



他にもいろいろいわき産農産物！

ネギ



旬の時期：8～6月
つややかで、白い部分が長い。香りが高く、柔らかく、ほんのりとした甘みが特徴。

トマト



旬の時期：10月～7月
「サンシャイントマト」「親バカトマト」のブランドトマトが栽培されている。酸味と甘みの絶妙なバランスが特徴。

米



旬の時期：9月～10月
うまみ、香り、甘みが強く、モチモチした食感のいわき産コシヒカリは「Iwaki Laiki」としてブランド化。

梨



旬の時期：8月～11月上旬
透過式光センサーで選別している糖度の高い梨を「サンシャインいわき梨」としてブランド化。



アグリ☆ファイブ

いわき野菜の情報やレシピをもっと知りたい方は「いわき野菜Navi」で検索！





いわきの旬を食べよう！

採れたて新鮮！栽培品種もさまざまです！

いわきの観光いちご園



食べ比べ
したいな♡

大野観光いちご園 ☎33-3434

住 所 四倉町玉山字森内23
時 間 10時～16時
終了時期 6月上旬
主な品種 章姫、ふくはる香、紅ほっぺ、
おいCベリー



アグリパークいわき観光いちご園 ☎68-7203

住 所 平下神谷字南内記25
時 間 9時45分～16時
終了時期 6月上旬
主な品種 章姫、かおり野、恋みのり、
ふくはる香、おいCベリー

田人観光いちご園 ☎69-2448

住 所 田人町旅人下平石70
時 間 10時～15時30分（受け
付けは15時まで）
終了時期 6月中旬
主な品種 章姫



ヘレナ ストロベリーランド ☎88-9181

住 所 添野町頭巾平66-3
時 間 10時～16時（4部制）
終了時期 5月31日（水）
主な品種 とちおとめ、もういっこ、章姫、
紅ほっぺ、よつぼし

遊びに
来てね♪



※料金や営業状況などについては、事前に各施設にお問い合わせください。

魅力アップ！いわき情報局 魅せる課



農林水産×観光×文化芸術×ス
ポーツの部局横断型組織として、
本市のさまざまな魅力を多方面か
ら発掘・発信しています！



特設サイト



Facebook



IWAKISHI.MISERUKA
Instagram

特集



食べることは生きること 海から安全と 安心を届ける

特集・市民のひろば



新谷渡さん

いわき市漁業協同組合参事。市内7漁協が合併した市内最大規模を誇る漁業協同組合で、常磐ものの安全性を伝えるとともに、担い手育成活動にも取り組んでいる。

全国的にも珍しい 魚に関する条例

2020年2月に制定された「市魚食の推進に関する条例」は、全国的にも珍しい条例で、魚を食べる文化を普及させるためにとっても役立っています。毎月7日には「さかなの日」として市内のスーパーや飲食店で割り引きなどを行っています。市民の方々へのPRの場にもなっているため、我々生産者としてもありがたい限りです。

変わらない豊かさが 魅力の潮目の海

福島県沖は親潮と黒潮が交わる「潮目の海」と呼ばれ、豊かな漁場が広がって



魚の入札でにぎわう沼之内市場

います。四季折々の多様な魚が水揚げされるほか、近年では海水温の上昇でこれまで漁獲されなかった魚も水揚げされているので、いろいろな可能性を秘めた海としても期待しています。

近年は一年を通してヒラメが取れます。寒い時期のヒラメは脂が良く乗っているため、刺身や煮付け、ムニエルなど、和洋どちらでもおいしくいただけます。市の魚でもあるメヒカリもこれから旬を迎えます。地元ならではの刺身で、ぜひ食べてみてほしいです。メヒカリを食べる30分前から冷凍し、箸でつかめるほどの固さになったメヒカリの身をワサビじょうゆに付けると、しょうゆ皿にメヒカリの脂がパツと花開きます。舌でも目でも、旬を味わってください。

いわきの海で生きる 覚悟と誇り

東日本大震災後、2013年10月から始まった試験操業は2021年3月まで続きました。毎日放射性物質の検査を行い、結果は

ホームページに公開。基準値を万が一超えた場合は出荷停止とする体制は今も続いています。いわきの海で水産業に携わる人間として、数値で安全性を伝えていく姿勢はこれからも貫いていきます。

最近では首都圏での常磐ものの評価も上がってきています。安全性が認められ、安心して買える環境が整いつつあることうれしくなります。常磐ものの質の高さを維持しつつ、漁獲できる量を増やしているようにこれからも頑張っていきます。



毎日行われる放射性物質検査



いわきの旬を食べよう！

福島県オリジナル新品種

「ゆうやけベリー」をつくるいちご園

特集・市民のひろば

草野秀穂さん
小川町にある草野いちご園を営むいちごの生産者。安全安心な農業に取り組むことを証明するJGAP・FGAP認証を受けている。

甘さ際立つ ゆうやけベリー

ゆうやけベリーは、糖度が高く酸味が控えめのため甘さが際立ついちごです。夕焼けの名の通り、だいたい色がかった鮮やかな色がとてもきれいです。

今回は植える時期が通常よりも遅れて、苗の健康状態もあまり良くはなかったから、小まめに観察し、管理しましたが、栽培で大変だったことはありませんでした。新しい品種の栽培に挑戦できて、とても楽しかったです。

伝えることは安全安心 いつだって変わらない

長年の夢だったいちご農



色鮮やかなゆうやけベリー

家には、50歳でなりました。幼いころから父や祖父が農作業をする姿を見てきた私にとっては、農家になることは自然なことだったと思います。社会人として働いている間もずっと心の中で農家になることへの憧れを抱いてきました。

子育てが落ち着き、念願のいちご農家になるために退職したのが東日本大震災の年で、風評被害が厳しい中での本格始動でした。大変なスタートにはなりましたが、きっとそれはいつだって誰だってそうですが、放射線物質検査を受け、安全・安心をアピールする。地道にしっかりと仕事をすることで、いわきのおいしい食べ物を選んでもらえると思っています。

福島県オリジナルの いちごを味わって

土耕栽培にこだわりの、寒さに耐えながらじっくりと時間をかけて甘く、赤く育つたいちごを、まずはそのまま生で味わってほしいです。品種によって味わいも異なるので、違いを感じ



草野ご夫妻でパシャリ

てほしいですね。特に福島県オリジナル品種のゆうやけベリーやふくはる香は本当においしいのですが、まだ知名度が足りません。全国にアピールしていきたいです。

私に限らず、農家はみんなそうだと思うのですが、周りの方々からの声が励みになります。「おもしろかった」の一言がもらえるって、とってもうれいんです。生産者冥利に尽きるな、と感じます。

皆さんの元へおいしいいちごをお届けするように、これからも日々勉強を重ねていきたいです。



心のコッパあふれる前に

就職や異動、引越など何かと忙しく落ち着かないこの時期は、心が疲れやすく、一年の中で最も自殺者が増加する時期でもあり、国では3月を自殺対策強化月間と定めています。

厚生労働省ホームページ「自殺対策の今」に記載されている「自殺に関する迷信と事実」を抜粋して紹介します。この機会に自殺への考えを深めてみましょう。

迷信 自殺について語る人は自殺するつもりはない。

事実 自殺について語る人は、外側に向けて助けを求めているのかもしれない。不安、うつ、絶望感を感じており、自殺の他に選択肢がないと考えている可能性がある。

迷信 自殺について考えている人は死ぬ決心をしている。人は「死にたい」気持ちの間で揺れ動いていることが多い。正しいタイミングで情緒的支援にアクセスできれば、自殺を防ぐことができる。

迷信 自殺について語ることは自殺を助長してしまう。

事実 自殺への偏見を考慮すると、自殺を考えている人の多くは誰にそのことを話せばいいのかわからない。自殺について語ることは、自殺関連行動の助長ではなく、その人に自殺以外の選択肢や決心を考え直す時間を与えることができる。



自殺を防ぐためには、周囲の身近な人が悩みを抱えている人に気づき、話を聞き、適切な対応を取ることが大切です。また、その役割を果たす人のことをゲートキーパー（命の門番）と言い、養成講座を行っていますので詳しくは、同課にお問い合わせください。

心の健康
チャンネル
(YouTube)



各種相談窓口はこちら▶
(LINEなどからでも
相談できます)



○お問い合わせ
保健所地域保健課
精神保健係
27・8557

令和4年度市農林業賞受賞者

＝年齢は2月1日現在。敬称略＝

○個人・団体の部（個人）

▷蛭田一(73)＝田人町黒田

長年に渡り林業家として田人地区の良質な地域材の生産を行ってきたほか、地域林業者への後継者育成など、本市林業の振興に貢献しました。

○青年の部

▷草野純一(46)＝三和町差塩

地域に先駆けた技術導入や借り腹等による経営の改善を行うほか、若手和牛繁殖農家の交流事業の実施など、地域農業の振興に努めました。

○貢献の部

▷NPO法人みどりの杜福祉会いわきワイナリー＝平南白土

農福連携の取り組みにより共生社会の実

現に寄与するほか、いわき産ワインを通じて本市産農産物の振興、風評払拭にも大きく貢献しました。

▷岡部美知留(17)＝金山町

第12回全国和牛能力共進会和牛審査競技会高校生の部で県勢初となる最優秀賞を受賞し、本市畜産業の振興に寄与しました。



2月1日に開催された市農林業賞表彰式

市長と地域 ふれあいトーク

トピックス

小名浜地区 1/26 [thu.]

○「食」に関わる取り組みなどを視察・懇談

市長は、いわき・ら・ら・ミュウ内にあるいわき市観光物産センターで、フードバンク事業などを行う特定非営利活動法人ザ・ピープルや鹿島公民館で多世代が交流できる食堂を開催するかしまコミュニティ食堂実行委員会、泉ヶ丘地区で単身高齢者世帯の買い物支援を行う買い物支援実行委員会の3団体の皆さんと「食」をテーマに懇談しました。

また、特定非営利活動法人ザ・ピープルの皆さんが活動する倉庫と事務所を訪問し、フードバンクによる食料の提供の流れや古着をリサイクルするための仕分け作業などを視察しました。



平地区 2/6 [mon.]

○「防災」に関わる取り組みなどを懇談

市長は、下平窪公民館で、下平窪自主防災会の皆さんと地区防災マップの作成状況など、地区の防災の取り組みについて懇談しました。また、一般社団法人Tecoの皆さんと令和元年東日本台風で被害を受けた平窪地区でのサロン活動など、地域のコミュニティー支援について懇談しました。

その後、常勝院で、令和元年東日本台風による中平窪の被災状況についてまとめた冊子『かすみ草』を発行した、かすみ草実行委員会の皆さんと、被災した地域の状況や後世に伝え残す取り組みなどについて懇談しました。



お問い合わせ
広報広聴課広聴係
☎22-7438



▲詳しくはこちら

いわき応援大使情報交換会を開催

いわき応援大使情報交換会を1月24日、第一ホテル東京（東京都港区）で開催し、いわき応援大使15人と2団体が参加しました。

同交換会では、市長が市政運営の方針や取り組みなどを説明し、大使に本市をPRしていただくための情報提供を行ったほか、参加した大使の皆さんからは市政へのアドバイスをいただくなど、意見交換も行いました。



3年ぶりの開催となった同交換会

▼応援大使の詳細はこちら



いわきツーリズム推進特命部長・いわき観光コンシェルジュを任命

観光PR動画の出演などを通して、市の認知度向上に貢献していただいた功績をたたえ、1月20日、本市出身の武田玲奈さんをいわきツーリズム推進特命部長、本県出身の箭内夢菜さんをいわき観光コンシェルジュに任命しました。

2人が出演する動画は特設サイト「未完のいわき」で公開しています。



任命された2人と市長

▼特設サイト





生涯学習ポータルサイト 「いわきまなびナビ」を開設



○お問い合わせ
生涯学習課生涯学習係 ☎22-7556

あなたの「学びたい」をサポートします！

生涯学習ポータルサイト
いわきまなびナビ
Iwaki manabi navi

こんな場面で
活用できます

■新しいことに挑戦したい！

「公民館市民講座」情報がお勧め。講座の一部は、WEB公民館（*）でも確認できます。

■団体の仲間たちで勉強会を開きたい！

「市役所出前講座」情報がお勧め。市職員などが講師として皆さんの元へ伺う講座の情報が確認できます。

■市内のサークルに興味がある

「サークル・団体」情報で、分野や活動場所で検索ができます。

■公共施設を使いたい

「施設」情報で、公民館などの場所や部屋、利用料金などを確認できます。

市では、生涯を通して学び続けることのできる社会を目指し、さまざまな取り組みを行っています。その一つとして、今回新たに生涯学習ポータルサイト「いわきまなびナビ」を3月10日（金）に開設します。同サイトでは、官民間問わず、生涯学習に関する情報を一元的に集約し発信して

いきます。豊かで実りある学びの場として、積極的に利用してください。
▼ポータルサイトURL
<https://iwaki-manabina.vi.com>



*WEB公民館

公民館で行われる講座やサークル活動の様子などを市公式YouTubeで公開中！

まずは雰囲気だけでものぞいてみませんか？



※パソコンやスマートフォンをお使いでない方は、同課または各公民館にお問い合わせください。

引っ越しをする方へ 市役所の手続きチェックリスト

令和5年3月1日現在
: 市外に転出する方
: 市内で転居した方

	手続きの必要な方	手続き内容	必要なもの	窓口／お問い合わせ
<input type="checkbox"/>	①本市に住民登録のある方で他市区町村に引っ越しをする方	転出届 窓口申請	本人確認書類（※1）	市民課、各支所・市民サービスセンター／ ①②③=同課届出・証明グループ (☎22-7447) 同課住民台帳グループ (☎22-7444) ④=各地区保健福祉センター
<input type="checkbox"/>		オンライン申請（※2）	マイナンバーカード	
<input type="checkbox"/>	②本市に住民登録のある方で市内で引っ越しをした方	転居届 窓口申請	本人確認書類（※1）	市民課、各支所・市民サービスセンター／ ①②③=同課届出・証明グループ (☎22-7447) 同課住民台帳グループ (☎22-7444) ④=各地区保健福祉センター
<input checked="" type="checkbox"/>	③印鑑登録している方	印鑑登録手帳の返却	同手帳	
④介護保険被保険者証を持っている方				
<input checked="" type="checkbox"/>	全員	同被保険者証の返却	同被保険者証	④=各地区保健福祉センター
<input checked="" type="checkbox"/>		同被保険者証の住所変更		
<input checked="" type="checkbox"/>		要介護認定を受けている	受給資格証明書の受け取り	
⑤お子さんがいる方				
<input type="checkbox"/>	児童手当を受けている	消滅届		最寄りの各地区保健福祉センター・支所（小名浜・内郷支所を除く）／ 各地区保健福祉センター
<input type="checkbox"/>		住所変更届		
<input type="checkbox"/>	児童扶養手当や特別児童扶養手当を受けている	住所変更届	各手当証書	平 (☎22-1163) 小名浜 (☎54-2111) 勿来・田人 (☎63-2111) 常磐・遠野 (☎43-2111) 内郷・好間・三和 (☎27-8690) 四倉・久之浜大久 (☎32-2114) 小川・川前 (☎83-1329)
<input type="checkbox"/>		住所変更届		
<input type="checkbox"/>	乳幼児医療費助成受給者証を持っている	同受給者証の返却	同受給者証	各地区保健福祉センター
<input type="checkbox"/>		住所変更届		
<input type="checkbox"/>	子ども医療費助成受給者証を持っている	同受給者証の返却	同受給者証	各地区保健福祉センター
<input type="checkbox"/>		住所変更届		
<input type="checkbox"/>	保育所（園）に通っている	退所届		保育所の最寄りの各地区保健福祉センター／ 各地区保健福祉センター
<input type="checkbox"/>		住所変更など		
<input type="checkbox"/>	幼稚園・認定こども園などに通っている	退園届		各幼稚園・認定こども園など
<input type="checkbox"/>		住所変更など		
<input checked="" type="checkbox"/>	小・中学校に通っている	転学通知書の受け取り		市民課、各支所・市民サービスセンター／ 学校教育課就学係 (☎22-1123)
<input checked="" type="checkbox"/>		入学・転学通知書の受け取り		
⑥国民健康保険被保険者証を持っている方				
⑦後期高齢者医療被保険者証を持っている方				
<input checked="" type="checkbox"/>	全員	同被保険者証の返却	同被保険者証	国保年金課（一部市民課扱い）、各支所・市民サービスセンター／ ⑥=同課調査給付係 (☎22-7456) ⑦=同課高齢者医療係 (☎22-7466)
<input checked="" type="checkbox"/>		同被保険者証の住所変更		
<input checked="" type="checkbox"/>	限度額適用認定証などを持っている	同認定証などの返却	同認定証など	⑥=同課調査給付係 (☎22-7456) ⑦=同課高齢者医療係 (☎22-7466)
<input checked="" type="checkbox"/>		同認定証などの住所変更		
<input checked="" type="checkbox"/>	後期高齢者医療被保険者証を持っている	負担区分等証明書などの受け取り	同被保険者証	
⑧ごみの処分				
<input type="checkbox"/>	大型ごみを処分する方	電話申し込みによる有料収集か、分別して各施設へ自己搬入		各地区大型ごみ受付センター（※3） 北部 (☎34-0053) 南部 (☎92-0053) ／清掃管理事務所事業係 (☎56-7963)
<input type="checkbox"/>	別の地区に転居した方	ごみカレンダー（市内10地区に区分）の受け取り		ごみ減量推進課、各支所・市民サービスセンター ／清掃管理事務所事業係

- は転出届、★は転居届を提出する際に、市民課、各支所・市民サービスセンターで併せて手続きができるもの
 - ※1 マイナンバーカードなどの顔写真付きの身分証明書1点または健康保険証などの写真付きでないものを2点のいずれかをお持ちください。
 - ※2 マイナンバーカードをお持ちの方は、転出届の申請がオンライン上（マイナポータル）でできます。来庁の必要がありませんので、積極的に利用してください。返却する場合は各担当窓口へお問い合わせください。
 - ※3 大型ごみの収集申し込みは、住所地により窓口を割り当てています。
北部=平、内郷、四倉、小川、好間、三和、川前、久之浜・大久 南部=小名浜、勿来、常磐、遠野、田人
- ◇上記のほか、引っ越しに伴う市役所での手続きについては、各担当窓口へお問い合わせください。

ポイント



市奨学資金奨学生を募集など

教育政策課総務係 ☎22-7540

○市奨学資金奨学生を募集

対 高校、中等教育学校（後期課程）、高専、短大、大学、専修学校（高等課程または専門課程）に在学中または入学予定の方で、他の奨学資金を受けておらず、経済的理由から修学が困難で、市内に引き続き1年以上住所を有するか、または有していた方

貸 ①高校・中等教育学校（後期課程）・専修学校（高等課程）生＝2万円 ②高専生＝2万9千円

③短大・大学・専修学校（専門課程）生＝4万円

定 ①②＝2人程度 ③＝12人程度

申 同課、各支所・市民サービスセンター・公民館・図書館・学校等に備え付けの願書など（市ホームページからも入手可）に必要事項を記入し、必要書類を添えて本人が同課へ持参提出

期 3月31日(金)

○本市就職者に奨学金返還の一部を補助

対 次の要件を全て満たす方 ①大学、大学院、短大、高専、専修学校（修業年限2年以上の専門課程）、いわきコンピュータ・カレッジのいずれかに在学中で、令和5年度に修業年限以内で卒業・修了予定 ②日本学生支援機構第一種奨学金・第二種奨学金、市奨学資金、県奨学資金、いわきコンピュータ・カレッジ奨学金のいずれかの貸与を受けている ③卒業・修了の翌月1日から起算して、6カ月以内に市内事業所等に正規職員などで就職を予定 ④卒業・修了後、市内に定住することを予定

補 大学などに在学中、貸与を受けた奨学金の2分の1（上限153万6千円）

定 50人程度

申 同課、各支所・市民サービスセンターなどに備え付けの申請書に記入し、必要書類を添えて、〒970-8026 平字堂根町4-8 教育政策課へ（直接持参も可）

期 6月30日(金)消印有効

※詳しくは、同課へお問い合わせください。



案内



イベント・講演



募集



相談



税関連



心・保健

お知らせ Information

いわき市民コミュニティ放送 (76.2MHz)

▶ 市政情報番組「いわきWith」

毎週月曜日 19:00～19:30

毎週金曜日 13:00～13:30 (再放送)

毎週土曜日 8:30～9:00 (再放送)

▶ GOOD DAY いわき プラス

月～金曜日 7:45～/12:10～ (再放送)

※アプリ「FM聴 for FMいわき」[Listen Radio] から聴くことができます。

ラジオ福島 (1431KHz・90.2MHz)

市政情報番組 毎週土曜日 8:55～

市政だより

福島放送 3月11日(土) 11:40～

4月8日(土) 11:40～

福島中央テレビ 3月18日(土) 9:25～

福島テレビ 3月19日(日) 13:55～

テレビユー福島 3月25日(土) 9:25～

ひと！まち！いわき！！

福島中央テレビ 3月25日(土) 16:55～

※放映日時は変更となる場合があります。

いわき市の	人口	324,306人	(- 463)
人口と面積	男	159,194人	(- 231)
	女	165,112人	(- 232)
	世帯数	141,258世帯	(- 123)
	面積	1,232.51km ²	
		令和5年2月1日現在 / (前月比)	

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・変更となる場合がありますので、事前に各担当へお問い合わせください。



いきいきシニアボランティアポイント事業 の商品交換申請を

地域包括ケア推進課企画係 ☎27-8574

同事業に参加して取得したポイントの商品交換申請を行っていない方は、早めに手続きをしてください。

申 ポイントカードを持参の上、同課または各地区保健福祉センターで（郵送も可）

期 4月17日(月)必着

※詳しくは、同課へお問い合わせください。



いきいきシニアボランティアポイントカード



復興公営住宅の入居者

福島県復興公営住宅入居支援センター

☎024-522-3320

注 住宅に困窮している方で、東日本大震災の地震・津波被災者、または2011年3月11日時点で中通り、浜通り（現在避難指示が継続している区域を除く）に居住していた方など

申 同センターから申込書入手し、必要事項を記入の上、必要書類を添えて返送（直接持参も可）

期 4月3日(月)～11日(火)必着

※詳細は、3月下旬に同センターホームページで

お知らせします。詳しくは、同センターへお問い合わせください。



本庁市民課窓口の受付時間を延長など

市民課届出・証明グループ ☎22-7447

○転出届はマイナポータルで来庁不要に

マイナポータルを利用して、引っ越しの手続きができるようになりました。

いわき市外に引っ越す際、マイナポータルを利用して転出の申請を行った方は、いわき市役所への来庁が原則不要となります。マイナンバーカードをお持ちの方は、ぜひ利用してください。

※本サービスの利用にはマイナンバーカードが必要です。詳しくは、市ホームページで。



転勤・就職・進学などに伴う住民異動届の申請が多くなる3月下旬から4月上旬にかけて、窓口の混雑の緩和と利便性の向上を図るため、市民課窓口の受付時間を延長するほか、臨時開庁を実施します。

○受付時間を延長

日 3月27日(月)～31日(金)、4月3日(月)

時 8時30分～18時30分

○臨時開庁を実施

日 ① 3月25日(土)・26日(日)、4月1日(土)・2日(日)＝9時～11時30分、13時～16時 ② 4月8日(土)・9日(日)＝10時～14時

○案内共通

注 マイナンバーカードをお持ちの方で、引っ越しに伴う住民異動届を申請する方

所 市役所本庁舎1階

※マイナンバーカードをお持ちでない方は、いわき駅前市民サービスセンターを利用してください。





東日本大震災追悼復興祈念イベント

いわき震災伝承みらい館 ☎38-4894

○未来へのメッセージ（黄色いハンカチの展示）を開催

震災の記憶と教訓を次の世代へ語り継いでいくとともに、震災からのさらなる復興を祈念する取り組みとして「未来へのメッセージ」を開催します。

日 3月3日(金)～31日(金)

内 市内外の方が、復興や追悼への思いなどを記入した黄色いハンカチを展示



昨年展示した黄色いハンカチ

○思い出の品（津波遺留品）のデータベース検索の活用を

東日本大震災の津波で、市内沿岸部の住宅などから流出し、拾得された写真やバッグなどの「思い出の品」を、同館のタブレットを用いてデータベース検索で探すことができます。

日 9時～16時30分

休 月曜日（祝日の場合は翌火曜日）

※詳しくは、同館へお問い合わせください。

○3. 11ふくしま追悼復興祈念行事キャンドルナイトを開催

日 3月11日(土) 14時～20時

内 メッセージ入りキャンドルの点灯や「奇跡のピアノ」ミニコンサート、起震車体験など

問 県いわき地方振興局（☎24-6253）



休日納税相談

税務課徴収企画係 ☎22-7424

平日に時間的余裕のない方の利便を図るため、休日納税相談窓口を開設します。

日 3月12日(日) 9時～16時

所 同課、各税務事務所

内 税の納付や納付方法の相談、納付書を紛失した際の再発行など

※随時、相談を受け付けていますので、まずは電話で相談してください。



不動産の無料相談会

(公社) 福島県不動産鑑定士協会

☎024-995-5570

日 4月8日(土) 10時～15時

所 産業創造館

内 不動産の価格などに関すること

期 3月27日(月)～31日(金)



コンピュータ・カレッジ

パソコンビギナー講座の受講者

☎56-0711 FAX56-0751

✉info@iwaki-cc.ac.jp

パソコンの起動、マウス操作、インターネット閲覧、電子メールの使い方などを学びます。

日 4月17日(月)、19日(水)、21日(金)、24日(月)、26日(水) (全5回) / 時 18時～20時30分

定 20人（応募多数時抽選） / 料 無料（教材費別途）

申 ☎ FAX ☎ で / 期 4月4日(火)



前回のパソコンビギナー講座



フラワーセンター 各種教室の受講者

☎22-5667

日①タイトル作り = 4月1日(土) ②陶芸「シーサー・ペア」 = 4月1日(土) ③癒やしのフラワーボトル = 4月2日(日) ④親子で作るガラスのプレゼント = 4月2日(日) ⑤初めての消しゴム版画 = 4月8日(土) ⑥タッセル・フラワーアレンジメント = 4月8日(土) ⑦ワイヤーアートにフラワーアレンジ = 4月22日(土)

時①③⑤⑥⑦ = 10時～正午 ②④ = 13時30分～15時30分

定① = 6人 ② = 15人 ③⑤⑥⑦ = 10人 ④ = 6組 (いずれも先着順)

料①⑦ = 2千円 ② = 1,800円 ③ = 3千円 ④ = 1人当たり千円 ⑤ = 1,200円 ⑥ = 2,500円

申 3月15日(水) 9時から ☎か窓口で



陶芸「シーサー・ペア」



労働基準監督官

福島労働局 ☎024-536-4617

労働基準監督官A (法文系) および労働基準監督官B (理工系) を募集します。

試一次 = 6月4日(日) 二次 = 7月11日(火)～13日(木)のいずれか1日

対次のいずれかに該当する方 ① = 1993年4月2日から2002年4月1日生まれの方 ② = 2002年4月2日以降に生まれた方で、大学を卒業または来年3月までに卒業見込みの方。もしくは同等の資格があると認められる方

期 3月20日(月)



自衛官

自衛隊いわき地域事務所 ☎25-8932

試①幹部候補生 (1回目) = 4月22日(土)・23日(日) ②幹部候補生 (2回目) = 6月24日(土) ③一般曹候補生 = 5月19日(金)～28日(日)のいずれか1日

対①② = 来年4月1日現在22歳以上26歳未満 (修士課程修了者などは28歳未満) の方 ③ = 18歳以上33歳未満の方

期① = 4月14日(金) ② = 6月15日(木) ③ = 5月9日(火)



鳥獣被害対策に補助金を交付

生産振興課農村支援係 ☎22-1147

鳥獣による農作物への被害に悩む市内の農業者に対して、被害防止のために必要な電気柵などの設置に要する資材購入費の一部を補助します。

対電気柵や網、トタン、くいなどを含むワイヤメッシュ、防鳥ネットなど鳥獣被害の防護に必要な資材購入費 (資材は新品に限る)

補補助対象経費の2分の1以内 (上限10万円)

申同課、各支所に備え付けの提出書類を作成し、〒970-8686 生産振興課へ (直接持参も可)

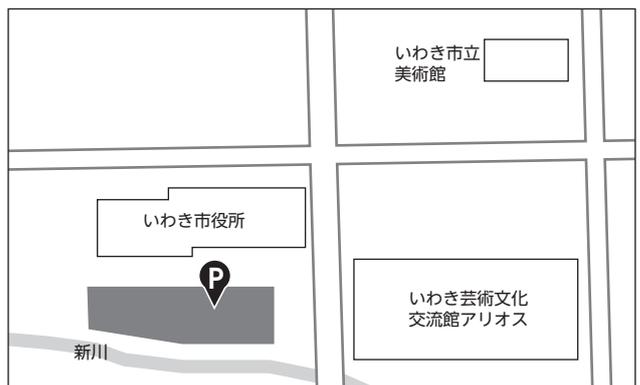
期 3月9日(木)～31日(金)必着



公共駐車場 (梅本) の全面利用を再開

総務課総務係 ☎22-7401

スロープ部改修工事に伴い、利用を一部制限していた公共駐車場 (梅本) は、4月1日(土)から全面的利用を再開します。





入学・進学前に予防接種の確認を

保健所総務課感染症対策係 ☎27-8595

定期予防接種は、種類ごとに対象年齢や接種回数
が定められています。定められた期間・年齢を
過ぎると有料となりますので、お子さんの入学・
進学前に親子（母子）健康手帳を再確認し、受け
忘れのないように注意しましょう。



3 / 1 (水)~ キャッシュレス決済を導入

情報政策課情報化推進係 ☎22-1172

利便性の向上と現金受け渡しによる接触機会を
減らすため、住民票や税証明書などの各種証明書
の交付手数料の支払いに、クレジットカードや電
子マネー、2次元コードなどの決済サービスが利
用できるようになりました。ぜひ利用してくださ
い。

所市民課、各支所・市民サービスセンター・税務
事務所、内郷・好間・三和地区保健福祉センター
内住民票、戸籍謄本・抄本、戸籍の附票、印鑑登
録証明書、納税証明書、所得証明書、資産証明書
など

[利用できるキャッシュレス決済サービス]

○クレジットカード

VISA、Mastercard、銀聯（UnionPay）、JCB、
AmericanExpress、Diners Club

○電子マネー

iD、楽天Edy、nanaco、WAON、QUICPay、
交通系IC（Suica、Pasmoなど）

○2次元コード

楽天Pay、d払い、PayPay、メルペイ、au Pay、
ゆうちょPay、Alipay、Wechat Pay



B型肝炎特別措置法相談会

全国B型肝炎訴訟新潟・福島・山形事務所
☎025-223-1130

日 4月22日(土) 13時30分～16時（受け付けは15時
まで）

所労働福祉会館

内集団予防接種でB型肝炎になった方とその家族
を対象とした弁護士による相談



多重債務に関する相談

福島財務事務所理財課多重債務者相談窓口
☎024-533-0064

借金でお悩みの方の相談をお受けします。

日 月～金曜日 8時30分～正午、13時～16時30分



市公式LINEの友だち登録を

広報広聴課広報係 ☎22-7402

市公式LINEでは「防災・防犯」「子育て・
学び」などの情報の中から、配信を希望する情報
を選択して受け取れます。

また、特に生活に密着した情報である「新型コ
ロナ関連情報」「ゴミの出し方」などは、トーク
画面下部に表示されるメニューから、詳細を掲載
した市ホームページを閲覧できます。

※情報を受信するにはLINE
での友だち登録が必要です。
ID (@iwakicity) 検索を
するか2次元コードを読み込
んでください。



トーク画面下部メニュー

写真が語る「いわき」の歴史

鬼ヶ城山と地域づくり

川前町上桶売の鬼ヶ城山（標高887メートル）は、矢大臣山に次ぐ市第二の高峰です。山頂にある大岩に鬼が住んでいて、村人に岩を投げつけたり悪さをしたりしていたという鬼伝説があります。

登山道は標高600メートルの麓からマツ、雑木に囲まれた稜線の約2キロメートルで、それほど難しい山登りではありません。山頂に近づくにつれて岩の数が増え、やがて花こう岩の山頂にたどり着きます。いわき市街や小名浜港が遠くに見渡せる眺望を得ることができます。麓には牧場が広がっていましたが、



「いわきの里鬼ヶ城」を眼下に鬼ヶ城山の山開き [平成9(1997)年5月 いわき市撮影]



この付近を活性化させ林業者の定住促進を図るため、国の新林業構造改善事業の一環として、昭和58（1983）年度から登山道の整備や林間広場、キャンプ場、バンガロー、山里生活体験館などの建設を進め、昭和60（1985）年7月から「いわきの里川前鬼ヶ城（現・いわきの里鬼ヶ城）」として営業を開始しました。

この間、地元民は鬼ヶ城のマスケットキャラクター「ひできくん」や鬼ヶ城太鼓などの創作、イベント開催などで地域おこしにつなげました。

毎年5月の鬼ヶ城山の山開きには、いわき絵のぼりなどに見送られ、登山客は浮き立つような心持ちで登ってきます。

※いわき市内の昔の写真をお持ちで提供いただける方は、広報広聴課（☎22-7402）へご連絡ください。

市長です こんにちは⑭

製造品出荷額・東北一返り咲き！～その強みと課題～

いわき市長 内田 広之



いわき市の製造品等出荷額が東北一に返り咲きました。仙台市を抜き約8,853億円。しかし、見えてきた課題もあります。

本市の強みは、化学薬品などの素材型産業と情報や輸送機器などの組立型産業がバランスよく展開されていること。コロナ禍でも素材型産業の受注は堅調です。しかし、仙台市などは、部品を集約して組み立てる産業が多く集積しています。コロナ禍の物流の滞りで部品が届かず、生産活動が停滞したようです。

その結果、本市が1位に返り咲いたのではないのでしょうか。

先日、平工業高校の生徒8人が国公立大学に合格したという報道がありました。人口減の中でも、大学の学生定員の減少幅は少なく、卒業時点で首都圏に流出する傾向が加速化されています。次世代の若者にとって魅力的な働く場を生み出して、雇用を育むことは不可欠です。

そのため、再生エネルギーや情報産業（DX）とも掛け合わせるなど、地元企業の付加価値や生産性を高めることが重要です。4月に浪江町に設置される福島国際研究教育機構との連携による研究成果の実用化も急がれます。

市役所では、事業再構築やスタートアップなど、企業のチャレンジをしっかりと応援します！そして来年度、そのための体制強化を進めます！

市民の

健康教室



提供・問い合わせ
 (-社)いわき市医師会
 ☎38-4201

急性心筋梗塞

心臓は全身の臓器に血液を送り出すポンプの役割を担っています。心臓自体も冠動脈という血管によって血液の供給を受けて拍動しています。この冠動脈が詰まってしまつて、心臓に栄養や酸素が十分に届かず、心臓の筋肉(心筋)が死んでしまう状態が急性心筋梗塞です。

突然の締め付けられるような強い胸の痛み、圧迫感が心筋梗塞の代表的な症状です。冷や汗を伴い、呼吸困難や吐き気を催すこともあります。痛みは胸から首、顎、肩や腕に広がることもあります。一方、高齢者や糖尿病の方は痛みを感じにくく、自覚症状が乏しい場合もあります。

れる細い管を、血管を通して心臓まで届かせて、詰まった冠動脈を再び開通させる治療が行われます。その後、集中治療室で安静を保ち、合併症に備えた厳重な経過観察が行われます。冠動脈病変が高度の場合には手術が必要となることもあります。病状が落ち着いてきたら、心臓の機能回復を目的に心臓リハビリテーションを行います。

冠動脈が詰まる原因としては、高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病が挙げられます。また喫煙、肥満、精神的ストレスも危険因子です。特に喫煙は心筋梗塞の大きなリスクとなります。薬物療法としては、痛んだ心筋を保護する薬や冠動脈の狭窄を抑える薬、再閉塞を防ぐための薬などが用いられます。危険因子である生活習慣病の治療も重要です。

泌尿器科医療録 ⑫

小児の包茎

包茎とは、おちんちんの包皮ががぶつていて亀頭が見えない状態をいいます。小児期までは、包茎の状態が正常です。

包皮の先端が狭いため包皮が全くむけないものを真性包茎、むくことはできるが通常は包皮が亀頭を隠しているものを仮性包茎、むけるが元に戻らなくなった状態を嵌頓包茎といいます。

幼児期までは、包皮と亀頭表面とがくっついていて、このくっついた状態がいつまで続くかはさまざまですが、思春期までは包皮を完全に

むけない男児は少なくありません。治療法は、真性包茎ではステロイド軟こうを塗布し、徐々に包皮口を柔らかくし広げる方法があります。ステロイド軟こうが無効の真性包茎や嵌頓包茎は手術によって治療します。仮性包茎は治療の必要はありません。

小児期の真性包茎は、包皮口が狭いためにむけないのか、包皮と亀頭がくっついてむけないのか判断が難しい場合があります。小児の包茎でお悩みの場合は、泌尿器科専門医の受診を、お勧めします。

小児の包茎でお悩みの場合は、泌尿器科専門医の受診を、お勧めします。

けんこうQ&A

脳神経外科⑫

鼻から内視鏡手術 下垂体腫瘍

Q どんな腫瘍ですか。

A 前回お話しした髄膜腫の次に多い、良性の脳腫瘍です。

Q どこにできる腫瘍ですか。

A 鼻腔の奥で、脳の下にある下垂体から発生します。下垂体はいろいろなホルモンを分泌して、体調の維持に重要な働きをしています。

Q どんな症状が起こりますか。

A 腫瘍がホルモンを分泌しないとときには、大きくなった腫瘍が下垂体の上にある視神経を圧迫し、視力や

視野の障害が起こります。ホルモンを分泌する腫瘍では、分泌されるホルモンの種類に応じて、末端肥大や肥満、女性では生理不順や乳汁分泌など特徴的な症状が起こります。

Q 治療が必要ですか。
 A 視力・視野障害も、ホルモン過剰症状も、腫瘍の成長とともに症状が進行しますので治療が必要です。

Q どのように治療するのですか。
 A 多くの場合、手術が必要です。手術は鼻の穴から内視鏡で行います。頭を切らずにできる安全な手術です。

休日当番医など (3月1日～4月15日)

地域医療課 ☎27-8572

休日 当番医

※症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、当番医療機関へお問い合わせください。

※変更となる場合がありますので、事前に当番医療機関または消防テレホンガイド (☎23-0119) へお問い合わせください。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

3月5日(日)	山口医院	9時～17時	平作町	24-1811
	洋向台クリニック		洋向台	55-5150
	呉羽総合病院		錦町	63-2181
	常磐腎ひ尿器クリニック		常磐下船尾町	43-1200
	こまつ眼科クリニック		内郷高坂町	27-2800
12日(日)	すみのやりウマチ整形外科医院	9時～17時	小名浜住吉	58-1154
	櫛田病院		植田町	63-3202
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188
19日(日)	山口医院	9時～17時	平作町	24-1811
	かしま病院		鹿島町下蔵持	58-8010
	こうじま慈愛病院		錦町	63-5141
	常磐病院		常磐上湯長谷町	81-5522
21日(火)	小名浜生協病院	9時～17時	小名浜岡小名	53-4374
	いわき草木台総合クリニック		草木台	28-1145
	小松医院		遠野町上遠野	89-2041
26日(日)	中央台たなか眼科	9時～17時	中央台高久	29-1722
	磐城中央病院		小名浜南富岡	53-3511
	呉羽総合病院		錦町	63-2181
	春山医院		常磐下湯長谷町	44-4011
4月2日(日)	矢吹病院	9時～17時	佐糠町	63-1818
	大楽クリニック		常磐白鳥町	85-5916
9日(日)	櫛田病院	9時～17時	植田町	63-3202
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188

日曜 小児専門当番医 9時～12時

3月	5日	相原小児科医院	内郷御厩町	26-5551
	12日	おおはらこどもクリニック	東田町	63-0001
	19日	あおぞらキッズクリニック	小名浜大原	85-5439
	26日	むらまつ小児科	常磐関船町	72-0707
4月	2日	やまぎわこどもクリニック	郷ヶ丘	28-8686

県子ども救急電話相談 ☎024-521-3790または#8000 (プッシュ回線・携帯電話) 毎日 19時～翌朝8時

県夜間救急電話相談 ☎024-524-3020または#7799 (プッシュ回線・携帯電話) 毎日 19時～翌朝8時

休日 診療協力医 ※休日当番医の場合は、左表に記載しています。

【内科】

須田医院 (小島町) ☎27-6060
8時30分～12時

3月 12日、26日

【泌尿器科】

常磐病院 (常磐上湯長谷町) ☎81-5522
9時～15時

3月 5日、12日、21日、26日

【婦人科】

月川レディースクリニック (平童子町) ☎35-3511
9時～12時30分

3月 19日

【眼科】

中央台たなか眼科 (中央台高久) ☎29-1722
9時～14時

3月 5日、12日、19日

※この他にも休日に診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめてください。

※診療の受け付けは、診療終了時間の30分前までとなります。

休日夜間急病診療所【内科・小児科】

総合保健福祉センター隣 ☎27-1208

平日：20時～23時 土曜日：19時～23時

日曜日：14時～18時、19時～23時

祝日：9時～13時、14時～18時、19時～23時

※患者・医療従事者間における新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、同感染症・インフルエンザの検査は実施していません。

休日救急歯科診療所

総合保健福祉センター内 ☎27-8620

日曜日、祝日：9時～12時、13時～16時

(受付終了時間15時30分)

●かかりつけ医を持ちましょう

●コンビニ受診はやめましょう

●救急車は適正に利用しましょう

※NHKのデータ放送でも確認できます。テレビのリモコンの「dボタン」を押して「生活情報」から「市町村からのお知らせ」を表示してください。



♡ 〇 ㊦ 「かあちゃんの弁当」 始めました！

#三和町ふれあい市場
#かあちゃんの弁当



溝端宏幸さん

- 2022年4月から活動
- 大阪府堺市出身
- 農産物直売所「三和町ふれあい市場」の支援、定期的な情報発信による地域振興など

都市部から地方へ移住し、地域力の維持・強化に取り組む隊員の皆さんの日々をのぞいてみませんか？



会社員や農家、教師を経て、三和町へ来ました。私の

着任時の仕事は直売所支援と地域PRというざっくりとしたものだったため、まずはふれあい市場を手伝いながら、地域の方と知り合い、情報をいただいて取材を重ねました。町の隅々を見て回り、感動した風景をSNSで発信もしました。

地元の方にお話を聞くと「三和町には何もない」とおっしゃいます。しかし、私のSNS投稿は400件を超えています。1月には、東京丸の内で開催された展覧会に写真を提供しましたが、きっかけは運営事務局の方々が、SNSを見たことでした。何気ない風景が三和町の魅力であり、それを大切に守ってきた三和町の皆さんが最大の財産だと思います。

当一の販売を始めました。これはふれあい市場が、昔から実現させたいと考えていた夢でした。三和町には病院もスーパーもありません。地元の農産品を、地元の方々が料理して、町の皆さんに提供できれば、高齢になっても元気に暮らせる町に近づくと思っています。三和のPRにもなり、新たな仕事が生まれる可能性もあります。今後、デイサービスとの連携や家庭への配食も視野に入れ、高齢者福祉と地域振興の両方の実現を目指して、町の皆さんと一緒に取り組んでいきます。

昨年12月からは、ふれあい市場で「かあちゃんの弁当」

各地区の活動やSNSはこちらから！



いわき市公式SNS



ライン



フェイスブック



ツイッター



ユーチューブ



市HPより各種SNSの登録・フォローができます

防災メール

災害情報や避難情報などを登録された方にメール配信します。災害に備えて登録をしましょう！

詳しい登録方法はこちら



一コロナ関連問い合わせ先一

○ワクチン接種コールセンター
☎0120-053-500 (9時~17時)

○受診・相談センター
☎0120-567-747 (24時間)

特設サイト▶



表紙紹介

2月8日、豊間漁港沼之内地区では「常磐もの」のヒラメが水揚げされました。毎月7日は「さかなの日」です。脂が乗りつつ身が引き締まったヒラメを堪能してはいかがでしょうか。