

もっと

「まち」と「ひと」をつなぐ情報紙

広報もとみや

2026
Feb.
No.229

2

二十歳の笑顔が、
未来をひらく



【本宮市誕生 20 周年記念ロゴマーク】

令和 9 年 1 月 1 日で本宮市は
誕生 20 周年を迎えます。



特集 国内トップリーグで活躍！
本宮市出身のハンドボール選手

今月の表紙

祝 二十歳！

令和 8 年本宮市二十歳を祝う会
実行委員の皆さん

注目記事 P4 本宮市二十歳を祝う会

注目記事 P5 物価高騰に対する本宮市の支援事業

健康・福祉だより、情報なびは 12 ページから

本宮市出身のハンドボール選手



あべ けいた 阿部 奎太選手

トヨタ自動車東日本レガロツ宮城 所属
(背番号 8 / キャプテン)

- 生年月日 1998年2月4日
- 球歴 本宮ハンドボールスポ少 > 本宮第一中学校 > 学法石川高校 > 国士舘大学
- ポジション センターバック
※攻撃の司令塔で、チームをまとめるポジション。
- 自身の強み ディフェンス

ハンドボールとの出会い

始めたきっかけは？

阿部選手 小学3年生の時に友人に誘われたのがきっかけです。チームスポーツをしたいと思っていて、実際に体験したら楽しいと感じたので始めました。

矢作選手 きっかけは家族です。父がハンドボールをやっていたこともあって、兄がスポ少に入っていました。兄のスポ少についていくうちに自分も始めました。

スポ少・中学校時代の思い出は？

阿部選手 スポ少では、最後の大会で、東北大会に出場し、優勝したことです。

これまでの歩み

中学校では、全国中学校ハンドボール大会に進出できたことです。創部されて以降、初めてのことであったので印象に残っています。

矢作選手 スポ少では、東北大会で優勝したことです。中学校では、その時とほぼ同じメンバーで、最後の大会で東北大会2位でとても悔しい思いをしました。小中学校ともに東北大会は印象に残っています。

力をいれたことや意識したことは？

阿部選手 日本代表を経験し、海外の選手との体つきの違いを肌で感じたので、とにかく食べることを意識しました。プレーでは、他の人がやらないようなプレーや相手が嫌がるプレーなど、ワンランク上のプレーを意識して練習に取り組みました。

矢作選手 スピードに乗ったプレーや1対1のフェイントを磨いて、他の人と差をつけようと考えていたので、それを意識して練習に取り組みました。日本体育大学は、日本一走る大学と言われるほど、走るメニューが多かったですが、必ず自分に返ってくると思っていて手を抜かずとにかく走りました。

苦しかった時期は？どう乗り越えたか？

阿部選手 高校3年生のインターハイ予選の決勝で骨折した時です。自分の世代で全国大会を勝ちたいという思いが強かった分、すぐくしょくでした。そんな時に同期が励ましてくれて、前向きな気持ちになったことでリハビリも頑張ることができました。そのおかげで、全国大会では、少しだけ試合に出ることができたので、本当に仲間に支えられました。

矢作選手 高校3年生の時に、新型コロナウイルスの影響で全国大会が中止になったことです。苦しいというより、今まで一緒にやってきた仲間と全国で戦いたかったのだ、とても悔しかったです。ただ、強豪校に進学するきっかけにもなったし、仲間と支え合いながら耐えてきたので、今思えばいい経験でもあったと思います。

支えになった方や言葉は？

阿部選手 両親のおかげで今までハンドボールをやったことだと思います。骨折した時も、学法石川高校まで毎日送り迎えしてくれました。けがでやめようと思ったこともありましたが、後押ししてくれて続けることができました。

矢作選手 一番は家族です。いつでも自分に帰る場所を残してくれていたのも、大学でも思い切ったことができませんでした。試合があるたびに観に来てくれたり、本当に家族の支えがなければ今までやってこれなかったと思います。

国内トップリーグで活躍！ 本



やはぎ ひろ

矢作 宙選手

トヨタ自動車東日本レガロッソ宮城 所属
(背番号 29)

- 生年月日 2002 年 6 月 4 日
- 球歴 本宮ハンドボールスポ少 > 本宮第一中学校 > 学法石川高校 > 日本体育大学
- ポジション ライトバック
※右側から仕掛けやシュートで攻撃するポジション。
- 自身の強み スピードを活かしたプレー



「ハンドボール選手として、
今の思い」

試合で大切にしていることは？

阿部選手 試合の流れの読みを意識しています。若手の頃は、自分が活躍することを考えてプレーしていましたが、中堅としてキャプテンも担う中で、常に冷静さを保ち、チームをまとめることを意識しながら試合に臨んでいます。

矢作選手 リーグ H 所属チームとして、ファンの方々やスタッフの方たちの努力がなければ、自分たちの試合は成り立ちませんので、そういった方々への感謝の気持ちを大切にしながら試合に臨んでいます。

今後の目標は？

阿部選手 昨年はプレーオフに進出して 1 回戦で負けてしまいました。まずは、プレーオフに進出することを目指しますが、最終的にはプレーオフで優勝することが目標です。

矢作選手 プレーオフで優勝することが目標です。しっかりと勝てるチームを目指していき、その中で自分がチームに欠かせない存在になることが個人的な目標です。

「未来へのメッセージ」

本宮の子どもたちへのメッセージ

阿部選手 まずは感謝の気持ちを持つことが大切です。そしてなによりも楽しむことが一番大切だと思います。スポーツでも他のことでも、苦しいことも努力することも楽しんでやれば、必ず結果はついてきます。

矢作選手 ハンドボールに限らず、いろいろな夢を持っていると思いますが、自分一人では叶えられない夢は無いと思いません。周りの方々への感謝を忘れずに、謙虚な姿勢で、夢に向かって全力で取り組んでほしいと思います。

ハンドボール講習会を開催

12月26日、トヨタ自動車東日本レガロッソ宮城の阿部奎太選手、矢作宙選手、村井駿祐選手を講師にハンドボール講習会を開催しました。小学生の部、中学生の部に分けて行われ、講師のプレーを参考にしながら、個人技や複数人での連携プレーを学びました。



- プレーのバリエーションが多く、視野を広く見れるよう取り組んでいきたい！
- 3人の選手の高い技術や思考を参考にしていきたいと思いました！
- 動きやボールがすごく速かった。選手たちのようになりたい！
- 苦手だったことを教わって自信を持てるようになった！



本宮一中2年
佐藤 聖夢さん



本宮一中2年
青池 惺愛さん



本宮まゆみ小6年
佐藤 莉乃さん



本宮小6年
庄司 結陽さん

本宮市

二十歳を祝う会

令和8年本宮市二十歳を祝う会は、1月11日、サンライズもとみやで行われました。

令和7年度に20歳を迎える対象者342人のうち258人が出席しました。

式典では、二十歳を代表して本宮第一中学校卒業の兼谷隼大さんが市民憲章を朗読し、本宮第二中学校卒業の菅野遥斗さんに二十歳の証書が授与されました。高松市長から「粘り強く自分の力で、自分の夢を追いかけ、しっかりと着実に前に進んでいただくことによって、素晴らしい未来を作ってほしい」とエールが送られました。二十歳代表謝辞では、白沢中学校卒業の石川蓮也さんが「大人として責任を自覚し、学びを重ね、地域や社会にあたたかな系をつなぐ人間へ成長していく」と決意を新たにしました。



市民憲章を朗読する兼谷さん



二十歳の証書を受け取る菅野さん



謝辞を述べる石川さん



～ 18歳を迎えられた皆さんへ～

今年度、18歳を迎えられた皆さん、成人、誠にありがとうございます。皆さんへは、お祝いのメッセージとともに、市内生涯学習施設の無料優待券をお贈りしましたので、ぜひ、ご利用ください。皆さんが二十歳を迎える年には「本宮市二十歳を祝う会」へのご参加をお待ちしています。

国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用した 本宮市の支援事業が決定しました

市民の皆さんに商品券をお届けします

物価高騰対策として、市民生活の支援と消費の下支えを通じた地域経済の活性化を図るため、商品券を配布します。

対象 令和7年12月31日時点で本宮市に住民票がある**全ての市民**

内容 **1人 5,000円分** (500円×10枚) の商品券 (取扱店舗: 約600店)

発送時期 3月上旬から順次発送

発送方法 世帯ごとに郵送 (対面での受け取り)

利用期間 お手元に商品券が届いた日から令和8年8月31日まで



閩産業部 商工観光課 ☎ 24-5381

子育て応援手当を給付します

対象 児童手当の受給者
(18歳(高校生相当)までの児童の保護者)

時期 2月下旬頃 (予定)

物価高対応
子育て応援手当

2万円

本宮市独自の
支援

5,000円

子ども1人当たり

25,000円

下記の方は申請が必要です

- ①令和7年10月1日以降に出生した児童の保護者
- ②公務員の方

申請期限 ①4/30(木)まで ②3/31(火)まで

申請方法 申請書と必要書類を子ども福祉課 (えぼか内) に提出してください。申請書は市のホームページからダウンロードしていただくか、子ども福祉課窓口で配布しています。

公務員の方は、職場で「公務員児童手当受給証明書」を取得してください。



▲詳しくはこちら

閩保健福祉部 子ども福祉課 ☎ 24-5375

振り込め詐欺や個人情報の搾取にご注意ください！

自宅や職場などに都道府県・市区町村や国 (の職員) などをかたる、不審な電話などがあった場合は、郡山北警察署本宮分庁舎 (☎ 33-3110)、または市役所窓口、警察相談専用電話 (☎ #9110) にご連絡ください。

水道基本料金を減免します

対象 官公庁を除く**全ての水道利用者**

期間 2月～5月までの**4カ月分**

※井戸水のみを利用している世帯へは、
4カ月分の基本料金相当額として、
5,000円分の商品券を配布します。



閩建設部 上下水道課 ☎ 24-5411

原料米高騰支援をします

原料米の急激な価格高騰により、特に影響を受けている酒類・味噌、菓子製造業の事業者に対し、原料米の仕入れ価格高騰分の経費の一部を支援します。

補助率 酒米：県補助金残額の1/2
加工用米およびもち米：仕入れ価格高騰分の1/2
※補助上限額：150万円

閩産業部 商工観光課 ☎ 24-5381

福祉施設への支援をします

物価高騰に直面している市内の社会福祉施設などの負担軽減を図るとともに、安定的な施設運営の継続を確保するため、施設に対して支援金を給付します。

- ・入所系施設 定員1名当たり：16,000円
- ・通所系事業所 1事業所当たり：140,000円
(障がい児施設 1事業所当たり：102,000円)

閩保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371

高齢福祉課 ☎ 24-5203

人もげんき！
まちも元気！

まちの話題

12/16

いきいき百歳体操自主活動表彰を行いました



健康増進や介護予防を目的に「いきいき百歳体操」の取り組みを続けている「いきいきふれあい元気クラブ」の90歳以上の参加者の方へ、地域包括支援センターより表彰状が贈られました。

12/24

本宮高校生開発！
「もとみやバーガー」誕生！！



本宮高校の生徒10人が市役所を訪問し、ふくしまの未来を創るFukurum基金を活用し、市内店舗とのコラボにより開発した「かつかつヒレバーガー」「ゼロ罪バーガー」2種のオリジナルバーガーの完成を高松市長に報告しました。

12/25

高校生向け
本宮市企業見学バスツアーを開催



本宮高校と市近隣高校の2年生が市内企業6社を見学し、見学を通して、就職へのイメージや市内企業への理解を深めました。（見学先：(株)東北村田製作所・(株)IHI物流産業システム・(株)福島芝浦電子・前澤給装工業(株)・(株)ファーストフーズ・(株)青木食品）

12/7

地域の民俗芸能を堪能
本宮市民俗芸能大会



本宮市民俗芸能大会が白沢公民館大ホールで開催され、南部先囃子、浮島神社太々神楽保存会、荒井の太々神楽保存会、高松神社太々神楽保存会の4団体が出演し、古くから地域に伝わる民俗芸能を披露しました。

12/23

広く・通しやすい橋に
市道館ノ越・関根線 関根橋開通式



百日川にかかる市道館ノ越・関根線関根橋の開通式が行われ、高松市長、県北建設事務所中川所長をはじめ、多くの関係者で渡り初めを行いました。また、みずいろ保育所5歳児によるアトラクションで開通式に華を添えました。

12/24

川名トク子さんが
法務大臣感謝状を受賞されました



長年にわたる更生保護女性会の活動が認められ、法務大臣感謝状を受賞された川名トク子さんが、市役所に報告に訪れました。更生保護女性会は、犯罪や非行をした人の立ち直りを支える更生保護活動などをボランティアで行っている団体です。



1/7

五穀豊穡を願う ハツ田内七福神舞



本宮市指定無形民俗文化財「ハツ田内七福神舞」が、白岩 8 区集会所で行われ、七福神にふんした子どもたちやひょっとこ姿の男たちの舞で、五穀豊穡と養蚕安全を祈願しました。

1/3

無病息災を願う！ 350 年の歴史 岩角山岩角寺「大梵天祭」開催



岩角山岩角寺で、新春恒例の「大梵天祭」が開催され、約 350 年間続く「梵天争奪戦」では、一片を身につけると無病息災・家内安全などのご利益があるとされる奉納を受けた梵天を、参拝者が奪い合いました。

1/13

本宮管内の交通事故死者ゼロ 1000 日を達成



1 月 7 日をもって本宮市は交通事故死者ゼロ 1000 日を達成し、市役所で福島県交通対策協議会長表彰の伝達式が行われ、関根県北地方振興局長から本宮市交通対策協議会長である高松市長に表彰状が手渡されました。

1/11

防火防災の誓いを新たに 本宮市消防団消防出初式開催



本宮市消防団消防出初式は、総合体育館で行われ、消防団員 253 人が参加しました。式終了後、ポンプ車 10 台による一斉放水や、市街地で消防団員・消防車両のパレードが行われました。

東京もとみや会通信

「浅草寺物産展」購買支援

東京もとみや会 理事 山崎 清博さん

昨年 11 月 29 日～ 30 日に恒例となった「福島県と安達地方の観光物産展」（浅草寺物産展）が浅草寺にて開催されました。

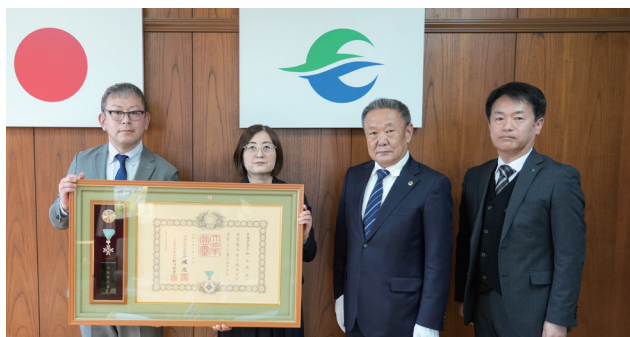
1 年に一度ではありますが、東京の非常に知名度の高い、かつ観光客の多い浅草寺という場所で行うこの物産展は「福島のへそま MOTOMIYA」を PR する格好の行事であります。私たち東京もとみや会の有志も、毎年会の法被を着ての購買支援にふるさとの誇りをもって応援に駆けつけております。

私はといえば糰和田屋さんの具沢山の芋煮を食べながら、大天狗さんのワンカップでちょい一杯。物産展を行きかう人々を眺めながら、ふるさとの「風」を感じるひと時を味わっております。



1/15

故 鈴木義雄さんに 叙位叙勲が伝達されました



叙位叙勲（正六位・瑞宝双光章）を受章した故鈴木義雄さんの伝達式が市役所で行われ、高松市長から長女の遠藤あけみさんに叙位と叙勲が手渡されました。鈴木さんは、中学校教諭として教鞭を執られ、県と市の教育の発展にご尽力されました。

Let's ケイティと一緒に英国探検 explore the UK!

こんにちは！国際交流員のケイティです。
今月は、四旬節についてお話ししたいと思います。



皆さん、イースターというお祝いを知っていますか？春、イースターの時期になると、うさぎやチョコレートエッグをよく見かけます。

「レント」（四旬節）という6週間にわたる期間が終わると、イースターを迎えます。レントの初日は「灰の水曜日」と呼ばれ、この日からイースターまでの約40日間にかけて、肉や卵を断食するキリスト教徒が多いです。イエス・キリストが荒野で40日間断食したことに由来し、キリスト教徒にとって大切なイースターに備える時期です。

しかし、無宗教の人でもレントの伝統に参加します。断食する代わりに、好きなものを断つ人が多いです。特に、お菓子やお酒などの体に良くないものを断ちますが、SNSやネットフリックスをやめる人もいます。宗教に関係なく、個人的なチャレンジとして楽しむ人が多いです。例えば、毎年、私の母はレントの時期に何かを断ちます。チョコレート断ちを何回もしましたが、去年はポテトチップスを断ちました。

灰の水曜日の前日は「シュロブ・チューズデー」と呼ばれていますが、「パンケーキデー」としても知られています。この日に、パンケーキを食べるイギリス人が多いです。なぜパンケーキを食べるかは今月のフレンドシップカフェで説明しますので、お楽しみに！



フレンドシップカフェのお知らせ

今月はケイティさんが、毎年イギリス人がパンケーキを食べる「パンケーキデー」についてお話しします。なぜパンケーキが食べられるかを説明し、世界のいろいろなパンケーキの作り方について学びます。ゲームを楽しみながら、日常生活に役に立つ英語を練習しましょう！親子も大歓迎で、参加は無料です。

日時 2/18 (水) 18:30～20:00

場所 モコステーション 2階 中会議室

対象 小学生以上 ▶定員：30人（先着順）

申込 2/13 (金)までに電話か電子メールで申し込み。

岡教育部 国際交流課 ☎ 24-5303

メール：kokusai@city.motomiya.lg.jp

地域防災マネージャーの防災いろいろ

～災害時のトイレいろいろ～

地域防災マネージャー こさいひろし 小斎広志

避難所にはさまざまな問題が生じるものですが、特に「災害関連死」の発生は避けたいものです。その原因のひとつはトイレに起因します。これは「トイレが汚い」「使いづらい」などの理由から、水分摂取を制限した結果、ごえん誤嚥性肺炎やエコノミークラス症候群を発症し、死に至るという経緯によります。

市は、避難した人のトイレへの抵抗感を軽減することを目的のひとつに、ラップ式トイレを本年度50台購入し、6カ所のサテライト倉庫に分散して配置しました。

今年度の住民避難訓練では、本品を実際に動かして展示しました。興味のある方は、町内会やグループなどで防災講座や倉庫見学を希望すると、実際にご覧いただけます。また、従来の組立式簡易トイレは、運びやすくコストも安いという利点もあり、これらを並用していくことで柔軟なトイレ対策ができそうです。

足を上げても
びくともしないよ♪

このようにラップされて
出てきますので衛生的です。

本体は丈夫に
できています。



清潔感のある外観です。
付属のモバイルバッテリー
でも稼働します。



如月
短き月
眺むる東司
(Cot)

Life!

Work!

ヒトとシゴト つながるもとみや

福島県の『へそのまち もとみや』

交通の要衝である本宮市には多数の企業が立地し、本宮で生活する若者も多く働いています。このコーナーでは、そうした働く若者と企業を紹介していきます。

本宮で働き、暮らす選択を考えてみませんか。

紹介者：前澤給装工業 株式会社 福島工場

丹野 ^{としき} 利樹 さん (23)

本宮市本宮在住

Work!



Q. どんなお仕事をしていますか？

A. 住宅設備開発課に所属し、主に住宅内の水道配管に用いられる継手やその周辺製品の設計・開発を行っています。CAD というソフトを使って製図を行い、3D プリンターなどで出力しながら実際に使えるものになるまで実験と設計を繰り返します。日々新たな製品の開発に取り組んでおり、誰もが使いたくなるようなものを作れるよう努力しています。

Q. 仕事でやりがいを感じることはなんですか？

A. 実際に自分のアイデアを形にして、それが製品化され販売されたり、特許などによって認められたときにやりがいを感じます。現在、特許出願中のものもあり、結果を楽しみにしています。また、最初はなににもわからなかった仕事ができるようになることも日々のやりがいのひとつです。



Life!

Q. 休みの日は何をしていますか？

A. 趣味のソフトテニスをしたり友達と出掛けることが多いです。先日 はスノーボードに行き、何度も転びましたが良い思い出になりました。

Q. これから本宮市で働く人へ！

A. 就職で県外から本宮へ移住してきました。本宮市は東北はもちろん、関東方面へのアクセスも良く、とても暮らしやすいと感じています。静かで落ち着く場所でありながら遊ぶところもあり、なんでもできます！



取材企業

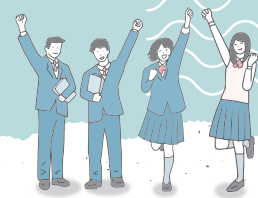
前澤給装工業 株式会社
福島工場
本宮市糠沢字葭池 138 番 1 号
TEL:0243-44-4520

事業内容：給水装置の総合メーカーとしてサドル付分水栓、止水栓、継手などの製品の設計・製造・販売を行っています。近年は従来の給水装置製品にとどまらず、屋内配管や床暖房、空調設備に使用される製品の開発など水に係わる事業を拡大しています。

水道用給水装置業界でトップシェアを誇る当社は、自然環境と密接に関わりながら、人々の暮らしに不可欠な「水」を安全においしく届けることが大切な使命であると考えています。今後も「水」に携わる事業展開を柱に更なる前進を続け発展を遂げていきたいと考えています。

本高通信

ココで創ろう君のミライ！



【1 学年】災害について学びました

令和 7 年 11 月 27 日、1 年生が東日本大震災と本宮市の水害についての発表会を行いました。

本校の 1 学年は、総合的な探究の時間で原子力災害についての知識を深め、福島の実状を理解するとともに、復興について考える力を養うという目的で、毎年 6 月に双葉町の「東日本大震災・原子力災害伝承館」に見学へ行っています。

その後、班ごとにスライドを使用し、東日本大震災のまとめを作成していますが、今年度から新しい試みとして、伝承館で見聞きして学んできた知識をもとに、本宮市の水害をテーマとしたストーリーテリング（物語や体験談を用いて伝える手法）もスライドに加えて発表しました。

自分たちで撮った動画を挿入する班や登場人物になりきって語りかける班など、各班それぞれ工夫を凝らして発表していました。



▲東日本大震災についての調べ学習の様子（5月）



▲発表の様子（1組）



▲発表の様子（2組）

がんばる
もとみやっ子！

学校ひろば

「学校ひろば」のコーナーでは、市内小中学校のイベントや行事などを毎月紹介していきます！

今月は、**白沢中学校**

「地域とともに学び、未来をひらく — 「地域学習」の歩み —」です

本宮市立白沢中学校では、総合的な学習の時間に「地域学習」を位置付け、3年間を通じた系統的な学びを進めています。この学習は、地域を知り、関わり、行動する体験を通して、生徒一人ひとりが主体的に学び、将来の生き方を考える力を育むことを目的としています。

1 年生は「しらさわ地域探索学習」として、歴史民俗資料館の学芸員の案内のもと、地域の寺院や史跡、市歴史文化収蔵館などを訪問しました。これにより、白沢地区の歴史や文化遺産への理解を深め、ふるさとへの愛着を高めています。

2 年生では職場体験学習を実施し、地域の職場を訪問。働く人々の姿から、望ましい職業観・労働観、社会人としての責任ある生き方や健全な生活態度を学びました。

3 年生は「今、私たちにできること」をテーマに地域貢献学習に取り組み、「地域交流」「福祉施設訪問」「魅力発信」「グリーン&ピース」の 4 つのプロジェクトを展開。地域の課題解決に向けた行動を通じて、持続可能な社会実現への社会参画の態度を育てています。

これらの学びを通じ、生徒たちは地域に支えられ成長していることを実感し、未来へつなげています。白沢中学校は今後も、地域とともに歩む教育を大切にしています。



▲1 年生
歴史民俗資料館での学習



▲2 年生
しらさわ図書館での職場体験



▲3 年生
地元飲食店の魅力発信



本宮の書齋から

しらさわ夢図書館 ☎ 44-2112 中央公民館図書室 ☎ 24-1932

どちらの窓口からも借りることができます。

【利用時間】(火)～(土) 9:30～20:00 (日)・(祝) 9:30～17:00

【休館日】(共通) 2/2(月)、9(月)、16(月)、24(火)

※休館日や開館時間に変更になる場合もあります。



本宮市立図書館
ホームページ



今月の一冊

電子書籍もあり



「遊園地ぐるぐるめ」

著者：青山美智子 出版：ポプラ社

バイト先で知り合った結乃ちゃんに告白しようと奮闘する「僕」の物語から始まるこの本には、遊園地を訪れた人たちがそれぞれの物語が短編で語られていきます。

さらに本書は、ミニチュア写真家田中達也さんと作家の青山美智子さんがコラボした本であり、各章の始まりと終わりには、田中さんが撮影した写真が掲載されています。その写真は、

物語に関連したものとなっているので、読み終わると見比べたくなります。

今月はバレンタインデーもあり、僕と結乃ちゃんの恋の行方も気になりますが、恋の想いの他にも愛であったり、友情であったり、想いが伝わることの幸せと満足感を感じる物語がつまっている一冊です。



図書館(室) イベント情報

ちびっ子おはなし会

日時 2/18(水) 10:30～11:00

場所 中央公民館 児童室

わらべうたの会

日時 2/19(木) 11:00～11:20

場所 中央公民館 児童室

世界の昔話のおはなし会

日時 2/22(日) 11:00～11:45

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会

日時 2/27(金) 11:00～11:20

場所 しらさわ夢図書館 視聴覚室

世界の子どもの本展

～国際アンデルセン賞・IBBY オナーリスト図書展～

期間 2/3(火)～3/1(日)

場所 しらさわ夢図書館 壁面書架

文 団 連 「一緒に楽しもう！」

文化団体連絡協議会では、加盟団体や各団体会員を募集しています。

文団連に加盟することで、発表や展示する機会が増え、加盟団体同士の交流により活動の幅が広がります。

あなたも参加して、楽しみながら本宮の文化を発信してみませんか？



しらさわキルトフラワーバスケット

色とりどりの布を三角、四角とはぎ合わせ、小物やバッグ、ポーチ、大きなタペストリーまで作成しています。布の組み合わせやステッチの入れ方によって完成する作品は無限大です。身近にある布で作る魅力的なキルト、手作りの良さを一緒に楽しんでみませんか。

■日時 第3水曜日 19:00～21:00

■場所 白沢公民館

■会費 なし

■連絡先 ☎ 090-5596-1585 (代表 穴戸小百合)



紅梅流糠沢舞踊会

日本舞踊というと「むずかしい！覚えられない！」と心配な方もいるかと思いますが、先生が何回も一緒にお稽古してくれるので、いつの間にか踊れるようになります。芸能発表会や敬老会などでの発表は楽しみです。皆さんも一緒に日本舞踊を踊ってみませんか。

■日時 毎週月曜日(月4回) 9:00～11:30

■場所 白沢公民館糠沢分館

■会費 月額2,000円

■連絡先 ☎ 090-4551-0640 (代表 尾形豊子)



本宮市文化団体連絡協議会では、各団体の会員の募集と併せて、**文団連に加盟する団体**も募集しています。

興味のある方は事務局 本宮市ふれあい美術館 (☎ 44-3185) までご連絡ください！

高齢者元気パワーアップ 講座を開催します

人生 100 年時代を元気に過ごすために、「お薬の“ため”になる話」について学んでみませんか。

- ▶日時：2/18 (水) 14:00 ～ 16:00
- ▶場所：えぽか 1 階 健康増進広場
- ▶内容：「お薬の“ため”になる話」
- ▶講師：郡山調剤薬局 薬剤師
保坂 泰斗 氏
- ▶対象：市内在住の 65 歳以上の方
- ▶参加費：無料
- ▶申込：地域包括支援センターへ電話で申し込み。
本宮第一 ☎ 24-6220
本宮第二 ☎ 34-3344
白沢 ☎ 24-5131
関保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204



介護について語りませんか

在宅でご家族を介護されている方を対象に介護者のつどいを開催します。介護について同じような立場の方と交流しながら、温泉に入り楽しくリラックスした時間を過ごしませんか。

- ▶日時：2/24 (火) 9:00 えぽか
駐車場集合 (15:00 解散予定)
- ▶場所：いいざか 花ものの湯
- ▶対象：要支援・要介護認定を受けた市内在宅の高齢者を介護している市内在住のご家族
- ▶定員：先着 25 人
- ▶参加費：無料 (食事付き)
- ▶申込：地域包括支援センターへ電話で申し込み。
本宮第一 ☎ 24-6220
本宮第二 ☎ 34-3344
白沢 ☎ 24-5131
関保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204

健康・福祉



だより

「子育て」「健康」「福祉」などに関する情報をお知らせします。

親と子の健康相談

育児のこと、お子さんの発達や健康のことなど、お気軽にご相談ください。お子さんの身長・体重測定もできます。(完全予約制。本宮市子育てアプリあゆみ(母子手帳)から予約してください。)

- ▶日時：2/19 (木)
- ① 10:00 ～
- ② 10:20 ～
- ③ 10:40 ～
- ▶場所：えぽか 1 階 健康増進広場
- ▶持ち物：母子手帳、バスタオル、その他 (替えのおむつなど)
- 関保健福祉部 保健課 ☎ 24-5152

▶アプリ登録はこちらから



2月はフレイル予防月間です ～人生 100 年時代をいつまでも自分らしく！～

フレイルとは、加齢とともに、心と体の働きが弱くなってきた状態のことです。兆候に早く気づき、生活習慣を見直すことで、進行を遅らせたり、健康な状態に引き返したりすることができる段階でもあります。

自分らしく人生を歩んでいくために、元気なうちから対策することが大切です。

★CHECK それ、フレイルかも？チェックして確認しましょう！

- ☐ 6 カ月間で、意図せず体重が 2 kg 以上減った。
- ☐ ペットボトルのふたが開けにくくなった。(握力：男性 28kg、女性 18kg より低い)
- ☐ (ここ 2 週間) 訳もなく疲れたような感じがする。
- ☐ ウォーキングなどの軽い運動や体操を週に 1 回もしていない。
- ☐ 横断歩道を青信号の間に渡りきることが難しくなった。(歩いて 1 秒間に 1 m 進めない速さ)

★POINT フレイル予防のポイント

運動 (動くフレイル予防) …運動は筋力向上のほか、食欲や心の健康にも良い影響があります。

今より 10 分多く、できる範囲で元気に動きましょう。

栄養 (食べるフレイル予防) …食事は活力の源。たんぱく質を中心にバランスの良い食事を 3 食しっかり食べましょう。

社会参加 (つながるフレイル予防) …地域に出て人とつながり、生きがいや楽しみ、目標などをもち続けることがフレイル予防には大切です。自分に合った活動を見つけましょう。

口腔 (お口のフレイル) …お口の衰えは会話がしづらいことで人との交流の減少、食欲低下や食べ物の偏りなど、全身のフレイルにつながります。普段から気を配ることが大切です。

関保健福祉部 高齢福祉課 ☎ 24-5204

1 つでも当てはまったら
フレイル予防を意識しましょう！
3 つ以上当てはまった人は既に
フレイル状態。早めの対策を！



オーブの「ご法宴」

会席膳 5,500 円～(税込)

■イス席でのご準備■
室料無料・バス送迎有 (有料)

各種会合承ります。

料理 3,500 円～(税込)
飲み放題 2,000 円～(税込)

・室料無料《180 名様迄可能》
[各種ご宴会をお客様のプランにてご提案いたします]

ネーブルシティもとみや aube

TEL.24-8140 FAX.24-8141
〒969-1131 本宮市本宮南町裡 38

広
告

New

4月から「こども誰でも通園制度」を開始します！

こども誰でも通園制度 は、保育所や幼稚園などに通っていないお子さんを対象に、保護者の就労要件などを問わず、誰でも施設を利用できるサービスです。

■実施時間 平日 9:00 ～ 16:00 の中で

1 カ月 10 時間以内

※ 1 時間ごとの利用が可能です

※ 土・日・祝日は利用できません

■場 所 本宮市立まゆみ保育所

■対象児 0 歳 6 カ月～満 3 歳未満のお子さん

■利用料 1 時間 300 円

こども誰でも
通園制度



■ご利用までの流れ

STEP
01

申請書の提出

オンライン申請と用紙による申請から選べます。

STEP
02

アカウント登録

登録メールアドレスに ID が送付されますので、手順に沿ってアカウント登録をお願いします。

STEP
03

施設との面談

初回面談の予約を行い、施設との面談を行ってください。

STEP
04

利用開始！

利用希望日の予約を行い、ご利用ください。



◀ 申込用紙のダウンロードや
予約方法など詳しくはこちら



園教育部 幼保学校課 ☎ 24-5446

子宮頸がん検診、乳がん検診はお済みですか？

今年度の検診は 2 月末までです

子宮頸がん、乳がんともに、**早期発見・早期治療**がとても重要です。

そのためにも 2 年に 1 度、定期的に検診を受けましょう。



■対象者（令和 8 年 3 月 31 日時点の年齢）

子宮頸がん検診 20 歳以上の偶数年齢

乳がん検診 40 歳以上の偶数年齢

※ どちらも奇数年齢は前年度未受診者のみ可

2 月 28 日出まで、安達管内および郡山市内の指定医療機関で受診できます。

受診の際には「受診シール」が必要となりますので、お持ちでない方は保健課までお問い合わせください。



▲詳しくはこちら

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

健康づくりで商品券や 特産品をゲットしよう！

もとみや健康づくりポイント事業は、毎日の健康づくりの取り組みをポイント化し、貯まったポイントに応じて特典が受けられる制度です。

10,000 ポイントを達成した方には、本宮市商品券 1,000 円分の引換券をお渡しします。また、市の特産品が当たるキャンペーンにも応募ができます。申請がお済みでない方は、忘れずに保健福祉部保健課へ申請してください。

▶ 市の特産品応募期限：3/6（金）まで

▶ 本宮市商品券引換期限：3/31（火）まで
園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

今月の手話

手話は音声言語と同様に一つの言語です。誰もが手話をしやすい環境を目指して、毎月 1 つ、手話を紹介しています。



「好き」

右手親指と人差し指で首をはさみ、前方へ出しながら 2 指をつまむ

園保健福祉部 社会福祉課 ☎ 24-5371

こころの相談室

専門家（臨床心理士）が、心の悩み、不安などの相談に応じます。

▶ 日時：2/20（金）① 13:00 ～

② 14:00 ～ ③ 15:00 ～

▶ 場所：えぽか 2 階 相談室

▶ 申込：2/6（金）から受付。予約制。

事前に電話で申し込みください。

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

きぼうホットライン 電話相談

毎週水曜日の 10 時から 17 時に、こころの健康電話相談「きぼうホットライン」を実施しています。

専門の精神保健福祉士が相談をお受けします。相談して **3 4 - 5 5 6 0** までお気軽にお電話ください。

園保健福祉部 保健課 ☎ 24-5112

住宅サポート楠木

TEL:0243-24-7418

◎排水管高圧クリーニング

1 世帯分 ¥11,000

◎基礎補強工事・屋根外壁塗装など

〒969-1106 本宮市岩根字みずしが丘 1-539



水まわりのリフォームで 快適な暮らしを！

未来へ 暮らしをつなぐ
まずはご相談ください

株式会社 小山設備

〒969-1124 本宮市本宮字仲町 39
TEL0243-33-3031 FAX0243-33-3036

相談

税の無料相談所

東北税理士会二本松支部では2月23日の税理士記念日行事として「無料税務相談所」を開設し、税務に関する問題などの解決のお手伝いをします。

▶日時：2/24(火) 10:00～16:00

▶場所：二本松福祉センター2階研修室
 図東北税理士会二本松支部 遠藤吉道
 ☎ 24-6601



相談

就職相談会を開催します

就職を希望する市民や学生の皆さん、就労に不安や悩みを抱えている方を対象に、就職相談会を開催します。

▶日時：2/18(水) 13:30～16:30

▶場所：モコステーション2階

中会議室（本宮駅前）

ふくしま生活・就職応援センターの相談員が、職業紹介や応募書類の書き方など就職に関する相談を無料でお受けします。

▶申込：事前にお電話で予約ください。

図ふくしま生活・就職応援センター

郡山事務所 ☎ 024-925-0811

募集

水門等水位観測員募集

福島河川国道事務所では、阿武隈川の堤防に設置している樋門・樋管の毎月の点検や大雨の際に水位の確認などを行う水門等水位観測員を募集します。

▶募集施設：①本宮字作田地区

②本宮字大貫地区 ③高木字駒込地区

④仁井田字落合地区

の樋門・樋管

▶期間：1年間

(4/1から1年間 ※更新あり)

▶手当：業務に応じて支給されます。

図福島河川国道事務所 河川管理課

☎ 024-539-6129



詳細はこちら

募集

市営住宅の入居者を募集します

住宅名	戸数	間取り
兼谷平（本宮字兼谷平122）	2	4.5畳2室、6畳1室、DK
兼谷平（本宮字兼谷平136-1）	5	4.5畳1室、6畳2室、DK
村山（仁井田字村山7）	10	4.5畳1室、6畳2室、DK
村山（仁井田字村山7）	1	6畳3室、DK
下田（和田字下田5-1）	1	6畳2室、DK
石神（糠沢字五味内208）	2	6畳3室、DK
石神第二（糠沢字石神35-2）	1	6畳3室、DK
柳内（白岩字柳内67）	2	4.5畳1室、6畳2室、DK
柳内第二（白岩字柳内75）	1	6畳3室、DK

入居を希望される方は、入居基準の確認と必要書類の提出があります。

▶募集期間：2/2(月)～2/27(金)

図建設部 建築住宅課 ☎ 24-5393

募集

シルバー人材センター入会説明会開催

本宮市シルバー人材センターでは現在約200人の会員が入会し、健康維持や社会貢献など、楽しみながらいきいきと働いています。皆さんも一緒に働いてみませんか。

▶日時：3/5(木) 10:00～

▶場所：中央公民館 第2研修室

▶対象：以下の全ての要件を満たす方

①市内在住の60歳以上の方

②無職の方

③健康で働く意欲のある方

④センターの趣旨を理解し賛同する方

図本宮市シルバー人材センター

☎ 24-6080



info 情報なび

「行事」「募集」などあなたの暮らしに役立つ情報コーナーです。

本宮市役所 ☎ 0243(33)1111（代表）

〒969-1192 本宮市本宮字万世212

【本宮市公式ウェブサイト】

<https://www.city.motomiya.lg.jp/>

暮らしやイベント・観光、施策などに関する情報を発信しています。

本宮市 検索

【本宮市公式LINE】

LINEアプリで

「本宮市」と検索し、

友達追加してください。



暮らし まゆみちゃんガチャガチャ 第2弾 発売決定

第2弾は、アクリルキーホルダー&スタンドで、本宮市の四季折々の魅力が詰まった商品となっています。

ラインナップや設置場所は以下のQRからホームページをご確認ください。

▶発売開始：

まゆみちゃんの誕生日 2/24(火)

▶テーマ：～まゆみちゃんの365日～
 (5種+シークレット1種)

▶販売価格：1回400円



▲詳しくはこちら

スタンドは全部集めると虹色になるよ！



図総務政策部 秘書広報課 ☎ 24-5332

暮らし 増加傾向注意！ 交通事故に気をつけよう

・令和7年12月1日～12月31日

	件数	死者	傷者
本年	9(77)	0(0)	12(106)
前年	7(54)	0(0)	8(71)
増減	2(23)	0(0)	4(35)

郡山北警察署本宮分庁舎より

カッコ内は令和7年1月からの集計



ぬか茂の 紅茶かりんとう

営業時間：【火～土】8:00～18:45 【日】8:00～18:00
 定休日：毎週月曜日（祝日の場合翌日）
 〒969-1126 福島県本宮市本宮字馬場98
 ☎ 0243-34-2203 FAX 0243-34-1831



真心・親切、お客様の足となり日々安全運転！

一般貸切旅客自動車運送業

小型バスから大型バスまで

観光・研修会・冠婚葬祭等バスのご用命は

協和交通株式会社

TEL 0243-34-4450 FAX 0243-34-4481

〒969-1101 福島県本宮市高木字猫田53-1

広告

林野火災注意報・警報運用開始！違反すると罰則の対象に

住宅などへ甚大な被害をもたらす山火事をはじめとする林野火災を防ぐため、「林野火災注意報」、「林野火災警報」の運用が開始されました。

種類	火の使用制限	罰 則
林野火災 注意報	努力義務	なし
！ 林野火災 警 報	義 務	あり（30万円以下の罰金または拘留）

■ 発令されたら守らなければならない5つのこと（火の使用制限）



山林・原野での火入れをしない。農業目的でも不可。



煙火（花火など）をしない。



屋外で火遊び、たき火をしない。



屋外において燃えやすい物の近くで喫煙しない。



残火・吸殻を完全に始末する。

どんと焼き、キャンプファイヤーなどの伝統行事や地域行事、火を使った土壌消毒や殺虫であっても、裸火で火の粉が飛散する行為は制限対象となります。

■ 発令状況の確認について

林野火災注意報・警報が発令された場合は、防災行政無線による周知のほか、消防本部や本宮市の公式ホームページ、市公式 LINE などでもお知らせします。

災害案内ダイヤル（☎ 23-1119）でも確認することができます。



▲詳しくはこちら

閩安達地方広域行政組合 南消防署 ☎ 33-2875

はかりの定期検査が実施されます

「適正な計量の実施を確保する」ため、はかりの定期検査が実施されます。

商店、工場、病院、調剤薬局、直売所、コンビニおよび事業所などで、取引または証明に使用されている「はかり、分銅およびおもり」は、2年に1回の定期検査を受けなければなりません。

市では、定期検査対象のはかりの事前調査を行いますので、ご協力をお願いします。また、はじめて検査を受けられる方は、その「はかり」がどのような種類なのか確認しますので、産業部商工観光課までご連絡ください。

■ スケジュール

月	内 容
1月～2月	はかりなどの事前調査
4月～10月	所在場所検査（はかりの使用場所で検査）
5月	集合検査（指定した検査日時・会場で検査）

※詳しくは「福島県計量検定所」で検索するか、右記 QR から県のホームページをご覧ください。



閩産業部 商工観光課 ☎ 24-5381

募集 第20回市民ハンドボール大会参加者募集

- ▶日時：3/8（日）8:30～
 - ▶場所：本宮第一中学校体育館
 - ▶参加費：無料
 - ▶種目：①競技部門（一般男子・女子）
②交流部門
 - ▶申込：2/5（木）までに下記問い合わせ先に申し込み。
- 閩生涯学習部 文化スポーツ振興課
（総合体育館内）☎ 33-2611

募集 第20回市民卓球大会参加者募集

- ▶日時：3/8（日）8:30～
 - ▶場所：本宮市総合体育館
 - ▶参加費：
 - ①団体戦 2,000円（中学生 1,000円）
 - ②個人戦 800円（中学生 500円）
（60歳以上ラージボール 600円）
 - ▶種目：団体戦（男女別 1チーム 4人）
個人戦（男女別中学生、男女別一般、60歳以上ダブルス）
 - ▶申込：2/16（月）までに下記問い合わせ先に申し込み。
- 閩生涯学習部 文化スポーツ振興課
（総合体育館内）☎ 33-2611



募集 アフタヌーンティーを楽しみましょう

英国の優雅な喫茶文化「アフタヌーンティー」を本格的なスタイルで体験できる入門講座を開催します。紅茶やスイーツなどの軽食を味わいながら、基本のマナーや美しい所作を学び、話題の「ヌン活」を一緒に楽しみませんか。

- ▶日時：2/22（日）13:30～15:30
- ▶場所：白沢公民館
- ▶料金：4,000円
- ▶定員：先着 5人
- ▶講師：ティーエキスパート協会
マスターエキスパート 窪田郁子氏
- ▶申込：2/15（日）まで下記問い合わせ先まで申し込み



閩本宮市ふれあい美術館 ☎ 44-3185

美容室 イノセント 0243-34-6030

カット ￥2,500（一般）、￥3,500（メンズ）、￥2,300（高校生）
￥1,800（中学生以下）※ロングはプラス￥300

カラー ￥5,000（全体）、￥3,800（リタッチ）
※シャンプーはプラス￥1,000、カット別料金

※こちらの広告を切り取り、お持ちいただくと、上記の割引価格でご案内します。
※上記以外のメニューについてはお問い合わせください。

本宮字戸崎 77-3
定休日 毎週水曜日
予約制

水道工事はお任せ！本宮市水道工事指定店会

- オオナミ（株）（33-110001）
本宮市高木字戸崎63番地3
（有）光設工業所（33-11895）
本宮市青田字孫子2番地25
（株）小山設備（33-3031）
本宮市本宮字仲町39番地
（有）須藤住機工業（34-15528）
本宮市本宮字小幡33番地1
（株）タカマツ（33-5242）
本宮市本宮字一ツ屋12番地7
（有）浜野和水道（33-2788）
本宮市本宮字塩田49番地2
（有）本宮設備（33-2592）
本宮市本宮字南町裡144番地1
（有）二和設備（44-4542）
本宮市和田字作田3番地1

【本宮市公式 LINE】 自分に必要な情報を取得しましょう！

本宮市の公式 LINE では、各種イベントのご案内やごみ収集のお知らせ、災害時の避難情報など暮らしに役立つ情報をたくさん配信しています。また、下記の設定を行うことによって自分好みの情報だけを取得することも可能です。設定を完了させて本宮市公式 LINE を便利に利用しましょう！

step1 本宮市公式 LINE を友達に追加する

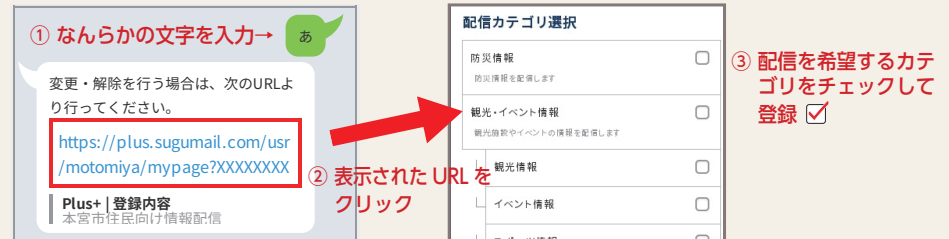
まだ友達登録がお済みでない方は、下記 QR の読み込み、または LINE で「本宮市」を検索いただき、本宮市公式 LINE を友達に追加をお願いします。



step2 「本宮市住民向け情報配信」に登録する



登録すると、防災・子育て・イベント情報など、必要な情報だけを LINE で受け取れます。**災害時の臨時防災行政無線の内容**などもこちらで配信しています。



▲ LINE 登録時の初回メッセージまたは LINE のトーク画面に「あ」などなにか文字を入力し、配信カテゴリの登録を行ってください。

「本宮市住民向け情報配信」登録までお手伝いします。お気軽にご連絡ください。図総務政策部 秘書広報課 ☎ 24-5332

もっとさんかく通信 ～男女共同参画コラム～ 無意識の思い込み「アンコンシャス・バイアス」に気づこう！

「アンコンシャス・バイアス」という言葉を知っていますか？知らない方も、もしかしたら心当たりがあるかもしれません。

例えば、あなたはこんな風に思ったことはありませんか？

家庭で...

- ・家事や子育ては女性の仕事だ
- ・男性は家庭よりも仕事を優先すべきだ

仕事で...

- ・会社のリーダーは男性の方が良い
- ・保育士は女性の職業だ

学校で...

- ・男子はズボン、女子はスカートでしょ
- ・ランドセルは男子が黒、女子は赤



このように、今までの経験や知識から「こうだ」と無意識に思い込むことを「アンコンシャス・バイアス」(略称「アンコン」)といいます。アンコンをなくすることはできませんが、言葉にしたり、行動に移したりする前にアンコンに「気づく」ことができれば、性別に関わらず、誰もが活躍できる社会になるはず。まずは、普段の生活からアンコンに「気づこう」とする姿勢を持ち、視野を広げて物事を考えてみましょう。

福島県では「ふくしまアンコン解消アクション！」に取り組んでいます。右記 QR からハンドブックもぜひご覧ください。



▲ふくしまアンコン解消アクションハンドブック

図市民部 生活環境課 ☎ 24-5361

募集

健康寄席 in えぽか

えぽかで健康寄席を開催します。たくさん笑って楽しみましょう。申し込みは不要で、どなたでも参加できます。

▶日時：2/8(日) 13:30～15:00

※ 13:00～入場開始

▶場所：えぽか 1 階 健康増進広場

▶出演：本宮ほんしこ芸人会

▶料金：無料

▶申込：不要

図保健福祉部 子ども福祉課

☎ 24-5368



暮らし

写真コンクール作品展 ぜひ鑑賞ください

第 19 回本宮市写真コンクールに応募された本宮市の自然や活気ある祭り、あふれる笑顔を捉えた全作品を展示します。ぜひ鑑賞ください。

▶場所：本宮市ふれあい美術館

▶期間：2/14(土)～3/8(日)

▶開館時間：9:00～17:00

※最終入館 16:30

▶休館日：毎週月曜日

▶観覧料：無料

図本宮市ふれあい美術館 ☎ 44-3185



上下水道・合併処理浄化槽・給湯機器・各種配管



株式会社 **タカマツ**



本 社 / 本宮市本宮字一ツ屋12-7 TEL0243-33-5242 FAX0243-34-1240
洗車場 / 本宮市高木字平内13-1

土 日 祝祭日の修繕対応致します(二日前までに要予約)



門型(ドライブスルー)洗車機
高圧スプレーガン式洗車機
マット洗い機
タイヤ空気充填機
水洗トイレ(ウォシュレット)完備

医療法人 佑和会



雷クリニック

理事長 医学博士 雷 毅

一般内科診療、消化器・肝臓病診療、胃カメラ
大腸カメラ、日帰り胃・大腸ポリープ切除術、訪問診療、
一般健康診断、ドックなど行っています。

三春駅前：三春町担橋 2-1-2

TEL 0247-62-6333

広
告

新成人のみなさん、契約には責任が伴います

～ しっかり考えて賢い消費者になりましょう ～

成人年齢が引き下げられたことで18歳でも自分の意思で契約ができるようになりました。一方で、社会経験が浅く、さまざまな勧誘のターゲットになることや、内容をよく確認しないまま安易に契約してしまい、契約トラブルに発展することが懸念されます。



よくあるセールストーク

- ・「今日だけ特別価格」「モニター価格」「無料体験」
- ・「絶対に儲かる」「〇〇するだけで稼げる」「みんなやってる」「お金がなければ消費者金融で借りなよ」
- ・「お試し価格」「30分以内ご注文の方限定価格」

18歳からできるようになったこと

- ・クレジットカードをつくる
- ・ローンを組む
- ・スマートフォンを契約する
- ・一人暮らしのアパートを借りる など



公営ギャンブル、
飲酒、喫煙は20歳から



若者に多い契約トラブル

- 脱毛サロンや医療サービスなどの**美に関する契約**
- 副業や投資、マルチ商法などの**お金に関する契約**
- 通信販売の**定期購入トラブル**



トラブル防止のポイント

✓ うまい話を信じない

→ 「必ず儲かる」「簡単に稼げる」という言葉には気をつける。うまい話には飛びつかず、冷静に判断する。

✓ 借金をしてまで契約しない

→ クレジットカードの分割・リボ払いや高額なローン、消費者金融からの借金を促してくる業者を信用しない。

✓ ネットの情報に流されない

→ SNSの情報だけで判断せず、社会経験の豊富な家族や友人などに相談する。

✓ きっぱり断る

→ 例え友人から勧誘されても不要であればきっぱりと断りましょう。

一度契約してしまうと一方的にやめることはできません。軽い気持ちで契約せず、よく考えてから契約しましょう。



閩市民部 防災対策課 ☎ 24-5366



本宮を
ネット
販売!

インターネット通販ショップ
ふるさと魅力逸品ネット

本宮市の様々なお店の商品を、お店の値段そのままでも全国に発送（送料別途）致します。遠方の親戚、知人に、本宮の味逸品をお届けください。各種返礼品としてのご利用時にも、本宮の味・逸品をお届けください。

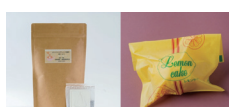


ぬか茂かりんとう & きねやお菓子3種セット

ナックス あだたらラーメン & いづみやお菓子2種セット



名郷靴屋 甘酒2本



柳原ブレンド コーヒー & こやま レモンケーキセット



本宮方言 Tシャツ (各種)

お問い合わせ: web@furunet.com : 0243-63-0008

ふるさと魅力逸品ネット 🔍 検索



みんなでつくるみんなのラジオ
FMmot.Com 77.7MHz

エフエム モットコム

TEL0243-63-0008 FAX0243-63-0050 web@fm-mot.com

広告

相続遺言の無料相談会

3日間開催 事前予約制 10:00～15:00

2/4【水】18【水】25【水】

相談会場 おおたま法律事務所

福島県安達郡大玉村 玉井字の場68番地1 メーブルハイム的場C号室

専門家 司法書士 丹治 泰弘

行政書士 (福島県司法書士会 福島支部 支部長)

ご予約ダイヤル | 事前予約制 (お電話でお申込下さい)

0243-24-6585



相続・遺言・土地と建物の名義変更

いぬい

乾亮太郎 司法書士事務所

義務化された相続登記のご相談を承ります。

本宮市本宮字南町裡143-1 (サンライズもとみや前)

☎ **0243-24-9913**

夜間・休日・出張相談可 (要予約) お気軽にお電話ください



市民のうごき（1月1日の現住人口）

人口	29,629人（+9）	前月比	自然増減（出生数 - 死亡数）	-29人
男性	14,725人（+7）	カッパ内は	社会増減（転入数 - 転出数）	+38人
女性	14,904人（+2）		その他職権等	0人
世帯	11,423世帯（+22）		※国・県の公表結果と異なる場合があります	

日曜・休日当番医 診察時間：9:00～11:30、14:00～16:30

1日(日)	東雲堂内科・循環器内科クリニック	☎ 24-2830
	もとみや整形外科クリニック【整形】	☎ 24-7035
8日(日)	渡辺医院【小児】	☎ 62-3000
	枳病院	☎ 22-2828
	やなぎほり皮膚科クリニック【皮膚】	☎ 24-1028
11日(水)祝	東和クリニック【小児】	☎ 66-2122
	二本松病院	☎ 23-1231
15日(日)	二本松市岩代国保診療所【小児】	☎ 56-2461
	いしわたクリニック	☎ 63-2826
	鈴木皮フ科クリニック【皮膚】	☎ 22-6877
22日(日)	上遠野内科医院【小児】	☎ 33-5866
	みずのクリニック	☎ 23-5158
23日(月)祝	かさい小児科クリニック【小児】	☎ 22-8800
	谷病院	☎ 33-2721
3月1日(日)	佐久間内科小児科医院【小児】	☎ 22-0570
	安斎内科胃腸科医院	☎ 22-3001
3月8日(日)	東北病院【精神】	☎ 33-2588
	佐藤内科胃腸科医院【小児】	☎ 22-0174
	マインドさくらクリニック	☎ 24-7277
	ばばクリニック【耳】	☎ 24-7122

※定期的な診察や予防接種など緊急性のない受診はご遠慮ください。
上記以外のスケジュールは安達医師会 HP をご確認ください。



休日・夜間の救急医療機関 ◎夜間(18時～翌日8時) ●休日+夜間(8時～翌日8時)

月	2月																												3月									
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
曜 日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
枳記念病院	●									○		○			●			○						○		○			●			○						
枳 病 院			○			○		●					○				○				○				○							○					○	
谷 病 院				○					○					○						○				●				○			○			○		●		
二本松病院		○			○		○				●					○			○				●				○			○					○			○

※診察については、事前に病院へお問い合わせください。枳記念病院 ☎ 22-3100 枳病院 ☎ 22-2828 谷病院 ☎ 33-2721 二本松病院 ☎ 23-1231

【救急電話相談】… 病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったら、下記のダイヤルをご利用ください（24時間受付）

7119（県内のプッシュ回線・携帯電話から） 024-524-3020（ダイヤル回線・IP電話・PHSから）

【こども救急電話相談】… 夜、急に子どもさんの具合が悪くなった場合にご利用ください。（18時～翌日8時）

8000（県内のプッシュ回線・携帯電話から） 024-521-3790（ダイヤル回線・IP電話・PHSから）

「本宮市ホームページ」バナー広告募集中

- ◆掲載規格（縦60ピクセル、横120ピクセル）
トップページ右側上部および下部で、市が指定する位置とします。
- ◆広告掲載料（1月あたり）
1枠10,000円
※12カ月連続で掲載された場合は、12カ月目は無料で掲載します。
- ◆問い合わせ先 総務政策部 秘書広報課 ☎24-5332

今月の納税 国財務省 税務課 ☎ 24-5347

- 固定資産税…4期 ● 国民健康保険税…8期
- 介護保険料…8期 ● 後期高齢者医療保険料…7期
- 上下水道使用料…12・1月分 ※納付が困難な場合は、随時納付相談を行っています。
- 下水道受益者負担金…4期

＜納期限＞3月2日(月)

漏水当番表 受付時間：8:30～17:00

1日(日)	(有)光設工業所	☎33-1895
7日(土)	(株)小山設備	☎33-3031
8日(日)	(株)タカマツ	☎33-5242
11日(水)祝	(有)須藤住機工業	☎48-2357
14日(土)	(有)三和設備	☎44-4542
15日(日)	(有)浜野和水道	☎33-2788
21日(土)	(有)本宮設備	☎33-2592
22日(日)	オオナミ(株)	☎33-1001・☎33-2412
23日(月)祝	(有)光設工業所	☎33-1895
28日(土)	(株)小山設備	☎33-3031
3月1日(日)	(株)タカマツ	☎33-5242

※宅内の漏水で、早急に修理の必要がある場合のみ。その他の水道修理や工事は、登録店へ依頼してください。登録店一覧は、右記QRをご確認ください。市では、特定の業者の紹介はしていません。



ごみの収集を休みます

2月12日(木)～2月14日(土)	定期点検整備
2月23日(月)祝	天皇誕生日

ごみの収集を行いませんので、ごみステーションへごみを出さないようご協力をお願いします。

ごみの収集を行います

2月11日(水)祝	建国記念の日
-----------	--------

通常通りごみの収集を行います。ただし、もとみやクリーンセンターへの個人搬入はできませんのでご注意ください。

個人搬入のお休み

2月1日(日)～2月28日(土)	施設点検整備
------------------	--------

2月中は、施設点検整備のため、もとみやクリーンセンターへの個人搬入はできませんのでご注意ください。
もとみやクリーンセンター ☎ 33-5499 市民部 生活環境課 ☎ 24-5362

2月22日は「猫の日」

肉球モチーフのかわいいイラスト取り扱い中！
※登録1枠800円

かりの畳店 0243-34-2368
本宮市本宮字小幡11-5
ふすま・障子・アミ戸のはり替えも承っております！
詳しくはこちら

2月のイベント情報

※○の中の数字は掲載ページ番号です

総体 総合体育館 中公 中央公民館 白公 白沢公民館 え えぽか サ サンライズもとみや
夢 しらさわ夢図書館 美 本宮市ふれあい美術館 FM FM モットコム モコ モコステーション

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 	2 認知症カフェ (カフェさとやま) ※予約 ☎ 24-5131 10:00 ~ 窓口延長 (各種証明書の発行) ~ 19:00 市民課	3 世界の子どもの本展 (国際アンデルセン賞・IBBY オナーリスト図書館) ~ 3/1 ⑪ 夢 	4 3 ~ 4 カ月児健診 え	5 3 歳児健診 え	6 	7
8 健康寄席 in えぽか ⑬ え 13:30 ~ 15:00	9 窓口延長 (各種証明書の発行) ~ 19:00 市民課	10 認知症カフェ (あったかカフェまゆみ) ※予約 ☎ 34-3344 10:00 ~ 	11 ごみの収集を行います ⑮	12 ごみの収集を休みます ⑮ 	13 ごみの収集を休みます ⑮ へそのまぢまゆみちゃん 情報コーナー 放送 FM 11:30 ~ 11:43	14 ごみの収集を休みます ⑮ 写真コンクール作品展 ~ 3/8 ⑬ 美 
15 	16 窓口延長 (各種証明書の発行) ~ 19:00 市民課 	17 	18 ちびっ子おはなし会 ⑪ 中公 10:30 ~ 11:00 就職相談会 ④ モコ 13:30 ~ 16:30 高齢者元気パワーアップ講座 ⑫ え 14:00 ~ 16:00 フレンドシップカフェ ⑧ モコ 18:30 ~ 20:00	19 親と子の健康相談 ⑫ え ① 10:00 ~ ② 10:20 ~ ③ 10:40 ~ わらべうたの会 ⑪ 中公 11:00 ~ 11:20	20 こころの相談室 ⑩ え ① 13:00 ~ ② 14:00 ~ ③ 15:00 ~	21 認知症カフェ (ひまわりカフェ) ※予約 ☎ 24-6220 10:00 ~
22 世界の昔話のおはなし会 ⑪ 夢 11:00 ~ 11:45 リーグH公式戦 ⑫ 総体 13:00 ~ アフタヌーンティー入門講座 ⑮ 白公 13:30 ~ 15:30	23 ごみの収集を休みます ⑮	24 まゆみちゃんの誕生日 ガチャガチャ第2弾発売開始 ⑭ 介護者のつどい ⑫ 9:00 ~ 15:00 税の無料相談所 ⑭ 二本松福祉センター 10:00 ~ 16:00 	25 1 歳 6 カ月児健診 え 	26 10 カ月児健診 え	27 赤ちゃん・妊婦さんへのおはなし会 ⑪ 夢 11:00 ~ 11:20 へそのまぢまゆみちゃん 情報コーナー 放送 FM 11:30 ~ 11:43	28 
3/1	3/2 窓口延長 (各種証明書の発行) ~ 19:00 市民課	3/3 	3/4	3/5 シルバー人材センター入会説明会 ⑭ 中公 10:00 ~	3/6 	3/7

編集後記

14ページでも少し紹介していますが、まゆみちゃんガチャガチャの第2弾を発売いたします！

まゆみちゃんガチャガチャは特に安達太良サービスエリアでの売り上げが良く、本宮市を知らない方でも「たまたまサービスエリアに寄ったら自分の名前と同じ『まゆみ』のガチャガチャがあったからやってみた」という方が複数いらっしゃいます。

第2弾はキーホルダーとアクリルスタンドの2WAY仕様で、全種類集めてつなげて楽しむこともできます(シークレットもあります!)ので、ぜひ回してみてください!併せて第1弾も間もなく完売となりますので、こちらも早めに買い求めただけですと幸いです。(宇田寛之)

今月号の特集記事では、ハンドボールリーグHで活躍する阿部選手と矢作選手にインタビューさせていただきました。お二人のように、国内最高峰リーグで活躍されている選手がいることは、市にとって明るい話題ですし、子どもたちの励みにもなると思いますので、学生の皆さんにも読んでいただくと嬉しいです。

2月22日には、本宮市総合体育館で佐原奈生子選手が所属するハニービー石川の試合が開催されます。裏表紙に詳細が書いてありますので、ぜひ間近で迫力ある試合をご覧ください。みんなで応援しましょう!(渡辺涼太)

二十歳を祝う会、毎年、二十歳の皆さんの晴れ着姿が楽しい撮影です。今年は強風の日の開催で、特に女性の皆さんは、車から会場に入る少しの間でも大変そうでした。微力ではありますが、振袖や髪飾りを直す手伝いができてよかったです。

会場に入ってから、久しぶりに再会した同級生たちとの再会を喜び、キラキラした笑顔の二十歳の皆さんの姿が、撮影に協力してくださった皆さん、ありがとうございました!(片桐葵)

HANDBALL LEAGUE in MOTOMIYA



2025-26 リーグH 女子リーグレギュラーシーズン

ハニービー石川

佐原奈生子選手
本宮第一中学校出身

開催日時 2月22日(日) スローオフ 13:00 ※開場 11:30

会場 本宮市総合体育館 (出入口: 2階玄関)

ご来場の際は、上履きをご持参下さい

ゲーム終了後
サイン会
開催



ハニービー石川 vs 大阪ラヴィッツ



一瞬で、心をつかむ

ハンドボールの迫力をぜひ会場で



入場チケット

アリーナ

SS席 共 通: 【当日】4,500円 【前売り】4,000円
S席 大 人: 【当日】3,500円 【前売り】3,000円
S席 高校生以下: 【当日】2,500円 【前売り】2,000円
※SS席はコート最前列、S席はSS席後方のひな壇席となります。

2階自由席 (立ち見となる場合もあります)

大 人: 【当日】2,000円 【前売り】1,500円
高 校 生: 【当日】1,000円 【前売り】800円
中学生以下: **無料**

※整理券を右記①の市内公共施設にて配布しますので、当日ご持参ください。



入場チケット購入方法

①下記の窓口で購入できます。
中央公民館: 電話 0243-24-1930
白沢公民館: 電話 0243-44-2350
総合体育館: 電話 0243-33-2611
※販売時間 9:00~21:30

②ハニービー石川のHP内の公式チケットショップから購入できます。

URL: <https://sports.banklives.com/events/honeybee>



交通

JR東北本線「本宮駅」から「総合体育館」まで、送迎バスを運行しますのでご利用ください

※シャトルバスの運行および時間については、右の二次元コードにて案内しますので、ご覧ください。



来場記念品 ハニービー石川応援用マッチデープログラムを来場者の皆さまにプレゼント!



ハニービー石川
公式チケットショップ

主催 一般社団法人 日本ハンドボールリーグ

主管 株式会社ハニービースポーツ、本宮市、福島県ハンドボール協会

後援 本宮市教育委員会

お問合せ 電話 0243-33-2611

本宮市生涯学習部 文化スポーツ振興課

【編集・発行】本宮市 総務政策部 総務広報課
〒969-1192 福島県本宮市本宮字方田21番地 ホームページアドレス <http://www.city.motomiya.lg.jp>
☎ 0243-24-5332 FAX 0243-34-3138

11日には消防出初式、消防団員の皆様はじめ関係機関が一同に会し、一年の無火災無事故無災害を願い、式典・パレードを行いました。いつも安心して住める市を目指し、それぞれのご家族とお仕事を守りながら、本宮市を守って頂いて居ります事、感謝に堪えません。今後とも防災減災に市民全員で取り組んでまいりましょう。

同日、本市で342名の皆様が20歳を迎えられたお祝いが258名の出席を頂き開催されました。艶やかで凛々しい若人は生き生きとしてキラキラと輝く瞳、とても頼もしく素敵でした。東日本大震災・台風大水害・コロナパンデミックと数々の試練を乗り越え20歳を迎えた方々に力強さとしなやかさを感じながら、世界各地で起きている戦火の悲惨や地球温暖化、少しでも良い形で次の世代の方々にバトンを渡したいものです。気の引き締まる1年のスタートです。



本宮市長
高松義行

決定し、一日でも早く市民の皆様にお届け致したく、それぞれ業務に着手致しました。

今日は1月13日、本宮市の今年
のスタートは少々忙しく幕が開き
ました。8日には臨時議会を開催
させていただき本市の物価高騰対
応支援事業を全議員の賛同を賜り

本宮市長 今月の
「つらつらと」

第10回