

# 伊達

PUBLIC RELATIONS MAGAZINE DATE

[だて市政だより]

## お知らせ版

2017.5.11  
NO.126



政宗ダテニクル



©福島ガイダンス/福島県伊達市

発行 福島県伊達市総務部秘書広報課  
〒960-0692 福島県伊達市保原町字舟橋180番地  
☎024-575-1113  
ウェブサイト <http://www.city.fukushima-date.lg.jp/>

伊達氏の歴史PRアニメ「政宗ダテニクル」配信中！  
動画は、市ホームページからご覧ください。

片倉小十郎景綱

平成29年度後期

### 元気づくり会「集会所コース」を募集

☎健幸都市づくり課元気づくり係 ☎575-1148

平成29年10月から、新たに元気づくり会の実施を希望する地域を町内会単位（※1）で募集します。

元気づくり会「集会所コース」では、6カ月間、週2回、身近な集会所などでコーディネーターと一緒に「まいまい運動」「3種の神技」「5呼吸10種のストレッチ」を中心に、休憩しながら楽しく身体を動かします。1回あたり90分程度です。自分の都合や体調に合わせて、どなたでも気軽に参加できます。

※1：町内会単位での実施になります。町内会へは、市から別途説明いたします。どなたでもお気軽にお問い合わせください。



現在、81の会場で元気づくり会を実践中！  
あなたの町内会でも始めてみませんか？

**実施期間** 10月スタートの6カ月間  
(平成29年10月～平成30年3月)

**実施日** 火曜日と木曜日、または水曜日と金曜日の組み合わせで、週2回

**実施時間** 10時～11時30分、または14時～15時30分

**お問い合わせ** 関心のある人は、7月31日⑨までに、健幸都市づくり課元気づくり係へご連絡ください。

※体験をご希望の場合は、出前講座を受け付けています。

※「集会所コース」実施期間中の参加費は無料ですが、会場使用に伴う光熱費などは町内会でご負担いただけます。



まいまい運動

筋トレを行う前の準備運動です。手足の先から動かし始めて、徐々に身体を大きく動かしていきます。



3種の神技

足腰や腹筋、腕の筋肉などを鍛える3種類の筋トレです。腕立て伏せ・腹筋・スクワットを行います。



5呼吸10種のストレッチ

整理運動の後に行うストレッチです。深呼吸をしながら筋肉を伸ばすと、リフレッシュ効果があります。

**周知** 後期高齢者医療で歯科口腔健診実施

📞 福島県後期高齢者医療広域連合 ☎528-9024

**後** 期高齢者医療の被保険者の皆さまの歯の健康と疾病予防などのため、歯科健診を実施します。

**【対象】** 福島県後期高齢者医療の被保険者で、昭和16年4月2日～昭和17年4月1日に生まれた人

**【健診項目】** 問診、歯（義歯）、咬合、歯周組織、嚙下の状態など

**【健診費用】** 無料

**【健診期間】** 6月1日(木)～11月30日(木)

**【留意事項】**

- ①被保険者ごとに指定された歯科医院で受診することになります。詳しくは5月下旬に各対象者へ配布される案内状をご覧ください。
- ②歯科健診が無料で受診できるのは1回です。
- ③東日本大震災により避難されている人も、避難先で受診できる場合があります。
- ④長期入院されている人や介護施設に入所している人は、対象とならない場合があります。

**周知** 認知症カフェのご案内

📞 高齢福祉課高齢支援係 ☎575-1125

**認** 知症の人やその家族、認知症に関心のある人、地域の皆さまと交流する「認知症カフェ」を開催します。お気軽にご参加ください。



お住まいの地域で認知症カフェの開催希望がありましたら、高齢福祉課へお問い合わせください。

日時	参加費	会場	問い合わせ
5月21日⑩ 10時～12時	100円	ももの里みらい (伊達市沓形 18-1)	伊達地域包括支援センター ☎ 551-2144
5月25日⑩ 13時30分～ 15時30分	100円	特別養護老人ホーム ファミーユ	ファミーユ ☎ 575-2300
5月28日⑩ 13時30分～ 15時30分	100円	梁川ホームデイ サービスセンター	梁川地域包括支援センター ☎ 572-4872
6月18日⑩ 10時～12時	100円	ももの里みらい (伊達市沓形 18-1)	伊達地域包括支援センター ☎ 551-2144

**周知** 後期高齢者医療の保険料軽減制度が改正

📞 国保年金課賦課係 ☎575-1198

**▶ 均等割額軽減措置の所得基準の拡大**

同一世帯内の被保険者と世帯主の総所得金額等の合計額が基準額以下の場合には均等割額が軽減されますが、平成29年度改正では、5割軽減と2割軽減における所得基準が拡大されます。

軽減割合	同一世帯内の被保険者と世帯主の総所得金額等の合計額
9割	33万円（基礎控除額）以下で、世帯内の全被保険者それぞれの公的年金収入が80万円以下（その他の各種所得がない）の場合
8.5割	33万円（基礎控除額）以下の場合
5割	33万円（基礎控除額）＋（27万円×被保険者数）以下の場合 ※改正前 26.5万円
2割	33万円（基礎控除額）＋（49万円×被保険者数）以下の場合 ※改正前 48万円

**▶ 所得割額の軽減措置の改正**

所得割額を負担する人のうち、基礎控除後の総所得金額などが58万円以下の人の軽減措置は、平成29年度に2割軽減、平成30年度に軽減なしとなります。

平成28年	平成29年	平成30年
5割軽減	2割軽減	軽減なし

**▶ 被用者保険等の被扶養者であった人の均等割額の軽減措置の改正**

制度加入の前日に、被用者保険等の被扶養者であった人は、均等割額は平成29年度7割軽減、平成30年度5割軽減、平成31年度以降は資格取得後2年間は5割軽減（3年目以降は軽減なし）となります。

平成28年	平成29年	平成30年	平成31年度以降
9割軽減	7割軽減	5割軽減	資格取得後2年間 5割軽減 (3年目以降軽減なし)

## 相談 行政相談委員による相談会を開催

☎ 秘書広報課広報広聴係 ☎575-1113

**総**務省では、伊達市を担当する4人を行政相談委員として委嘱しました。国などの役所や特殊法人に対する苦情や意見、要望などを受け付ける相談会を開催します。

☎ 5月22日(月) 10時～12時

📍 梁川福祉会館

### ▶ 行政相談委員

今年度新たに、佐々木義伸さん(伊達)と中木由美子さん(梁川)に委嘱しました。任期は平成31年3月31日までの2年間です。相談は、随時受け付けています。

地域	氏名	電話番号
伊達	佐々木義伸さん	☎ 583-4255
梁川	中木由美子さん	☎ 577-3593
保原	浦山公一さん	☎ 576-4075
霊山・月館	齋藤美和さん	☎ 586-3233

## 福祉 認知症家族の会～だっせんの会～

☎ 高齢福祉課高齢支援係 ☎575-1125

**認知**症の人を介護している人、以前に介護していた人が集まる会です。介護について悩んでいる人、どこの誰に相談したら良いかわからない人、一度参加してみませんか。

☎ 6月12日(月) 13時30分～15時 交流会

6月26日(月) 13時30分～15時 学習会

「口腔ケアの必要性和大切さ」

📍 保原中央交流館2階 青少年室

📞 初めて参加する人は、事前に高齢福祉課へご連絡ください。

## 募集 お遊び・おしゃべり場

☎ 健康推進課健康管理係 ☎575-1153

**避難**先から戻ってきた親子の交流の場です。ぜひご参加ください。



☎ 6月14日(水) 9時30分～11時30分

📍 保原保健センター

📞 伊達市に戻られた親もしくは親子

📍 保育士との親子遊び、親同士のおしゃべり

📞 6月7日(水)までに健康推進課へご連絡ください。

## 周知 第31回しあわせ金婚夫婦表彰

☎ 伊達市老人クラブ連合会 ☎090-8256-8676  
福島民報社販売局 ☎531-4175

**しあ**わせ金婚夫婦表彰は、県民みんなで夫婦の金婚式を祝福し、賞状と記念の“おしどり金メダル”を贈るものです。対象のご夫婦は期間内にお申し込みください。

[対象] 昭和42年に結婚し金婚50年を迎えた夫婦、または前回までに手続きをしなかった夫婦

[申込] 各地区の老人クラブ、各町老人クラブ連合会にある用紙に記入の上、お申し込みください。

[受付期間] ～7月12日(水)

[表彰伝達式] 9月18日(月)(敬老の日)

[主催] (公財)福島県老人クラブ連合会、福島民報社

## 募集 全国植樹祭に先駆けイベント開催

☎ 農林整備課林業振興係 ☎577-3154

**全**国植樹祭開催1年前に合わせ、大会のPRとともに森林の大切さを周知するため、参加者による植樹や森林とのふれあい活動を実施します。

☎ 6月11日(月) 10時～15時 📍 霊山こどもの村

📍 式典、記念植樹、霊山太鼓、体験・展示コーナー(木工工作体験など)、飲食コーナー

📍 会場へお越しの際は、市役所保原本庁舎からのシャトルバスをご利用ください。

行き 市役所発	帰り こどもの村発
8時30分～12時 15分単位で運行	13時～16時 15分単位で運行

## 相談 就学や発達に関する教育相談会

☎ 学校教育課指導係 ☎577-3250

**来**年の春に小学校へ入学するお子さんの就学や発達に関する相談会を行います。専門の教員がお受けしますので、お気軽にご相談ください。

☎ 6月1日(木)～8日(木) 📍 梁川分庁舎

📞 5月15日(月)までに提出またはお問い合わせください  
市内の幼稚園などに通園している人：

各園にて申込書を記入し提出してください

市外の幼稚園などに通園または家庭保育の人：

学校教育課へお問い合わせください

📍 ①関係機関からお子さんに関する情報が提供可能かお知らせください。

②相談日時は、後日電話で調整します。

## 周知 チャレンジデー2017

岡 市スポーツ振興公社 ☎597-8015

スポーツや運動を行った住民の「参加率」を競うチャレンジデーの開催日と対戦相手が決まりました。参加者一丸となり、2年ぶりの勝利を目指しましょう。当日のイベントの詳細は、全戸配布のチラシや市ホームページでお知らせします。

**チャレンジデー**  
2017

5/31 0時～21時

【対戦相手】 秋田県かたがみ潟上市（人口3万3,459人）

## 募集 6次産業化普及推進事業を募集

岡 農政課農政企画係 ☎577-3173

農産物の生産だけでなく、食品加工や販売までを行う6次産業の普及推進のため、事業を行う団体を募集します。

【募集団体】 市内に在住する農林業者3人以上で構成される団体など

【補助対象】 自ら生産した農作物や地域で生産された農産物の加工から販売までに取り組むための事業に対する経費の補助

【補助金額】 補助対象経費の2/3以内(上限25万円)

【募集開始】 6月1日(木)～

【申込方法】 農政課に申請書を提出。募集要項は、農政課窓口または市ホームページを確認ください。

## 募集 あした 未来への道1000km縦断リレー参加者募集

岡 1000km縦断リレー2017運営事務局 ☎03-3539-5539

今年も7月24日(月)から8月7日(月)までの15日間、青森から東京までランニングと自転車で東日本大震災の被災地を縦断するリレーを開催します。たすきをつなぐリレーを通じて復興へ向けた取り組みや被災地の現状を発信することで東日本大震災の記憶の風化を防ぐとともに、全国から集まる参加者と被災地の皆さんが、スポーツを通じて絆を深めます。ぜひ、ご参加ください。

【参加申込期間】 4月28日(金)～5月31日(水)

【申込方法】 「未来への道」ホームページからお申し込みください。(http://www.1000km.jp)

【参加費】 無料



## 【参加方法】

チャレンジデー当日に、伊達市内にいる人すべてが対象者になります。通勤、通学、観光などで市内にいる人も参加できます。

15分以上継続してスポーツや運動などで体を動かせばよく、伊達市内であれば、自宅・学校・職場・体育館・広場など、どこでも構いません。

15分以上体を動かしたら、メールやFAXまたは報告書用紙を市役所、交流館などで投函して報告してください。

## 注意 山菜の出荷制限について

岡 県北農林事務所 伊達農業普及所 ☎575-3181

山菜の収穫・出荷が最盛期を迎えることとなりましたが、伊達市産の山菜は以下のとおり制限がかかっていますので、出荷・販売をする際はご注意ください。

## 【出荷・販売できない品目】

自主検査をして放射性物質が基準値以下でも、出荷・販売できません。

くさそてつ(こごみ)、たけのこ、わらび、こしあぶら、畑わさび、ふきのとう(野生)、たらすの芽(野生)

その他の山菜については、出荷・販売前に県のモニタリング検査が必要となりますので、伊達農業普及所へお問い合わせください。

## 相談 特設人権相談所を開設

岡 社会福祉課地域福祉係 ☎575-1264

いじめや差別、家庭内や近隣間のもめ事・悩み事など、暮らしの中で起こる様々な問題でお困りの人のために、人権擁護委員による特設人権相談所を開設します。予約不要、相談は無料です。相談は個別に伺い、秘密は守られますので、お気軽にご来場ください。

日 6月1日(木) 10時～15時

場 伊達総合支所、梁川福祉会館、保原中央交流館、  
霊山総合福祉センター、月館総合支所

## ▶ 困ったら、まず電話を

みんなの人権 110番 0570-003-110

子どもの人権 110番 0120-007-110

女性の人権ホットライン 0570-070-810



## 市内の放射線測定結果

☎放射能対策課放射能対策係 ☎575-1003

市が測定した放射線測定値です。「※印」は国が「★印」は第三者機関が測定した数値です。

測定地点	4/26	4/19	4/12
伊達総合支所 正面駐車場	0.11	0.10	0.10
梁川総合支所 正面銅像前	0.11	0.11	0.11
保原本庁舎 正面駐車場 ※	0.12	0.13	0.12
富成郵便局 県道路肩	0.14	0.13	0.13
富成沼田地区石名坂 屯所入口県道路肩	0.23	0.23	0.23
富成グリーンタウン タウン内公園	0.23	0.22	0.21
富成10区集会所 入口	0.35	0.34	0.32
霊山総合支所 駐車場	0.12	0.12	0.11
霊山パーキング 駐車場中央 ※	0.16	0.16	0.16
坂ノ上集会所 入口	0.22	0.21	0.21

測定地点	4/26	4/19	4/12	
八木平バス停留所 回転場中央	0.17	0.15	0.15	
小国ふれあいセンター 駐車場 ※	0.17	0.16	0.16	
下小国中央集会所 入口 ※	0.23	0.22	0.21	
岩代小国郵便局 国道路肩	0.15	0.14	0.14	
末坂バス停留所 県道路肩	0.26	0.25	0.25	
大木バス停留所 県道路肩	0.11	0.11	0.12	
月館総合支所 駐車場	0.09	0.09	0.09	
国道399号線飯館村境 国道路肩	0.27	0.25	0.23	
月館相蔵公民館 県道路肩	0.27	0.26	0.24	
掛田上組集会所 市道路肩	0.21	0.19	0.20	
掛田日向前団地 集会所前	0.17	0.16	0.15	
県道臼石月館線飯館村境 県道路肩	0.72	0.71	0.72	
大柳字柘窪 市道路肩	0.22	0.21	0.21	
仮設焼却炉 (霊山町石田)	敷地境界(4地点平均値) ★	0.37	0.36	0.36
	国道115号入口 ★	0.20	0.20	0.21

単位は、マイクロシーベルト / 時間



## 市内で採取した農産物の放射性物質検査結果

☎農政課農業振興係 ☎577-3173

### ①自家消費農産物の検査結果

各地域の検査会場などに持ち込まれた農産物の放射性物質検査結果です。本検査はあくまで個人で栽培、採取した食べものを対象としており、販売用農産物の検査とは異なります。検査には予約が必要です。詳しくは、農政課へお問い合わせください。なお、検査結果はあくまで参考値となっております。

▶検査期間 3月18日～4月7日

▶総検体数 35件

### ▶地区・農産物ごとの検査結果

地区	種類	件数	最小値	最大値
大田	カラシナ	1	-	49.0
小国	フキノトウ	2	検出せず	27.0
月館	シイタケ	1	-	824.0
	フキノトウ	3	23.0	41.0

単位は、ベクレル / kg

### ▶検出されなかった自家用農産物（限界値未満）

地区	種類
伊達	・カリフラワー
伏黒	・コマツナ・ビタミンナ・ダイコン
粟野	・黒豆・大豆
柱沢	・フキノトウ
大田	・キクイモ
保原	・コマツナ
掛田	・ハクサイ・ネギ・ダイコン
霊山	・ヨモギ・ダイコン

※検査会場によって、測定器の機種が異なります。

また、機種や農産物によって、検出できる限界の値が異なります。

※検出されなかった農産物の種類が地区によって異なるのは、地区によって申し込みのあった農産物が異なるためです。

### ②福島県による農水産物のモニタリング結果

非検出：牛肉、鶏卵、鶏肉

## 健康推進課・健幸都市づくり課からのお知らせ

乳幼児健康診査・相談会

☎健康推進課地域母子係 ☎576-3510

※日程の変更を希望する人はご相談ください。

健診名	対象者	日時	受付時間	会場
4カ月児健診	平成29年1月4日～1月23日生まれ	5月24日(※)	13時～13時15分	保原保健センター
	平成29年1月24日～2月5日生まれ	6月7日(※)		
7カ月健康相談会	平成28年10月生まれ	5月30日(※)	9時30分～9時45分	にこにこ(※)
10カ月児健診	平成28年7月生まれ	5月	※満10カ月になる日から約1カ月の間を目安に受診してください。	※各自、下記医療機関にあらかじめ予約してください。
	平成28年8月生まれ	6月		
1歳児健康相談会	平成28年4月生まれ	5月19日(※)	9時30分～9時45分	にこにこ(※)
1歳6カ月児健診	平成27年10月16日～10月31日生まれ	6月9日(※)	13時～13時15分	保原保健センター
	平成27年11月1日～11月12日生まれ	6月23日(※)		
3歳6カ月児健診	平成25年9月30日～10月23日生まれ	5月17日(※)	13時～13時15分	伊達ふれあいセンター
	平成25年10月24日～11月7日生まれ	6月14日(※)		

※平成29年4月から保原保健センター隣に「子育て世代包括支援センターにこにこ」がオープンしました。

### 持ち物

母子健康手帳、健康診査票、バスタオル、おむつなど必要なもの(4カ月児健診、7カ月・1歳児健康相談会は子どもノートを、3歳6カ月児健診は送付するアンケート票をお持ちください)

### 医療機関

- ・石川小児科内科クリニック ☎575-5523
- ・くまだ小児クリニック ☎583-5656
- ・桑名医院 ☎583-3024
- ・こばやし子ども・内科クリニック ☎577-0663
- ・さとうファミリークリニック ☎574-2811
- ・武田小児科 ☎575-2439

### 募集

#### 健康運動教室の無料体験会

☎健幸都市づくり課元気づくり係 ☎575-1148

気軽に運動習慣を身に付けられる健康運動教室の無料体験会を開催します。(参加は1人1回のみ)

- ☑ 40歳以上で、医師から運動を禁止されていない人
- ☑ ストレッチ、筋トレ、有酸素運動
- ☑ タオル、飲み物、運動靴、動きやすい服装
- ☑ 各開催日の3日前までに、元気づくり係へ電話

日時	会場	
6月13日(※)	10時～11時	やながわ生き生きハウス
6月15日(※)		月館総合支所2階
6月12日(※)	19時～20時	伊達ふれあいセンター

### 募集

#### みんな集まれ!いきいきウォーキング2017

☎健幸都市づくり課元気づくり係 ☎575-1148

8つのチェックポイントを通過して、楽しみながら効果的なウォーキング方法を学びます。

- ☑ 5月31日(※) 9時～12時(8時受付開始)
  - ☑ 伊達体育館 ¥無料
  - ☑ 伊達体育館を拠点に、阿武隈川河川サイクリングロードでレクリエーションを行います。
  - ☑ 伊達市在住で、医師から運動を禁止されていない人
  - ☑ タオル、飲み物、帽子(雨天時は、雨具・屋内運動靴)
  - ☑ 5月24日(※)までに、元気づくり係または健康運動教室ほばら第2会場(☎529-7651)へ電話
- ※小雨決行。雨の状況により屋内で実施。

### 募集

#### 高齢者筋力トレーニング事業(元気クラブ)

☎健幸都市づくり課元気づくり係 ☎575-1148

個人に合わせたマシンプログラムで筋力をアップします。運動指導員がサポートします。

- ☑ 65歳以上で、医師から運動を禁止されていない人
- ※要支援1・2の人でも参加できます。
- ☑ 元気づくり係へ連絡
- ※体の状況により、主治医の意見書(自己負担)をいただく場合があります。
- ※タイプは体の状況等に応じて市が決定します。

#### ◎Aタイプ

週1回、6カ月間の無料教室。希望者にはタクシー送迎を行います。各回の定員は10人

☑ 保原ふれあいセンター

実施期間	曜日・時間
6月6日(※)～11月28日(※)	毎週火・13時30分～15時
7月6日(※)～1月11日(※)	毎週木・10時～11時30分

#### ◎Bタイプ

週2回まで。随時申し込みを受付。1回あたり200円

☑ ほばら元気ハウス、保原ふれあいセンター、梁川寿健康センター、伊達福祉センター、霊山総合福祉センター、月館総合支所

### 献血

#### 献血スケジュール

☎健康推進課地域成人係 ☎576-3736

血液は人工的に作る事ができず、人間の体内のみで作ることができる「生きた細胞」です。輸血用血液の確保のため、皆様のご協力をお願いします。

日時	会場	
5月26日(※)	9時～11時00分	JAふくしま未来梁川総合支店
	12時30分～14時	ファンズ保原店
5月30日(※)	14時～16時30分	コープマート保原店