



伊達

PUBLIC
RELATIONS
MAGAZINE

DATE

[だて市政だより] No.239

伊達なまちの情報を発信、頑張る人を応援する広報紙

1月号

January 2026

2025年12月25日発行
(毎月第4木曜日発行)

伊達市 20周年

P2…特集 伊達市合併20周年

P6…NEWS HEADLINE

P8…市民の小部屋

P10…Motto「民生委員・児童委員が改選されました」

P12…まちのキラリ 児島源二郎さん

P13…令和7年度 伊達市表彰式

P14…解説します! 確定申告

P16…まちかどZOOM UP

P17…だてなび

P22…1月の施設案内

P23…Kids Station / 乳幼児健診・相談会

P24…健康通信「プレコンセプションケア」

P25…休日当番医 / 医師の一言アドバイス

P26…人口と世帯 / 今月の納期 / 水道修理当番表

/暮らしのサポートコーナー / 図書館通信

P27…おかいこ用具コレクション / 國際交流員コラム

特集 伊達市合併 20周年

[だて市政だより] 2026年1月号

伊達
DATE

編集・発行 伊達市総務部秘書広報課 令和7年12月25日発行 NO.239
〒960-0692 福島県伊達市保原町字舟橋180番地
TEL024-575-1113 FAX024-575-2570 印刷・製本 株式会社 CIA



#幸せが
じゅずつなぎに
なるまち伊達

一緒に成長してきた 20 年 —

二十歳の思いをインタビュー



No.1

かんの ゆうき
菅野 雄希 さん



20年振り返って

楽しい思い出がいっぱいです。小学生で初めてできた友達は、今では一番の親友です。家族はもちろんですが、友達がいたからこそ楽しい思い出がつまっています。たくさん的人に恵まれた幸せな 20 年間だと思います。

思い出のできごと

友達と夏祭りに行き、屋台や太鼓などに囲まれた特別感が印象に残っています。今ではなかなか行く機会がなくなってしまいましたが、何度も行きたいと思えるイベントです。

これからの未来へ

自分の行動や発言に責任を持って生きていきたいです。あいさつなどの基本的なことをしっかりと意識し、小さい頃の行動力や発想力を忘れずに優しい人間になることが目標です。

No.2

あおやぎ ごう
青柳 剛 さん



20年振り返って

伊達市の自然豊かなびのびと成長できる環境と、高校進学後のたくさんの人の出会いや共同生活の経験が、私のあらゆる面での著しい成長につながり、変化に富んだ 20 年間を非常に有意義なものにしてくれました。

思い出のできごと

幼いころに参加したももの里マラソン大会です。父と一緒に出場し、ゴールを目指して一緒に走る時間は、父との絆を深める貴重な機会となりました。

これからの未来へ

社会人としての活躍と、自己の大きな成長をテーマに歩んでいきます。新しい地域や多様な人々との出会いを生かして視野を広げ、環境の変化に柔軟に対応できる力を養いたいです。

No.3

よこやま ゆうせい
横山 侑征 さん



20年振り返って

自然豊かなまちでとても優しく穏やかなひとに助けられながら 20 歳を迎えることができました。身近な人の優しさが心に染みました。

思い出のできごと

三浦弥平杯ロードレース大会です。沿道の大いな応援を原動力に最後まで走り抜くことができました。普段感じることがない集団走行ならではの緊張感や独特な雰囲気が今でも記憶に残っています。

これからの未来へ

強い責任感を持ち、謙虚な姿勢で周りから信頼されるような立派な大人になれるようがんばります。それと、健康には気を付けたいです。

No.4

おおた あきら
太田 明良 さん



20年振り返って

長いようでとても短く感じます。うれしかったことや失敗したことなどさまざまな経験ができました。周りの人の支えがあったからこそ、ここまで成長することができたと思います。

思い出のできごと

中学 2 年の頃に行った立志式です。これまでの歩みと向き合うことで、自分自身を振り返り、今後どのような志を持って生きていくのかを改めて見つめ直す大切なきっかけになりました。

これからの未来へ

感謝のこころを忘れずに、これからも人とつながりを大切に歩んでいきます。

未来への躍進

子育て・健康・観光・歴史・交流
さまざまな分野において、

一歩一歩あゆみを進めてきた20年

流れた年月の中で、暮らしさは変化し、
たくさんのが進化を遂げてきました

しかし、目指すべき未来像は変わりません

みんなが笑顔で暮らせるために
私たちは躍進します

これから先の輝く未来へ向けて、

一人一人が一緒に手を取り合いながら

「私たちの伊達市」を創造していきましょう



プレミアム付商品券 利用期限終了間近です！

問 商工観光課商工振興係 ☎ 573-5632

利用期限を過ぎると商品券（紙・デジタル）は無効となりますのでご注意ください。

【利用期限】 1月9日㊉まで

【その他】 払い戻しの対応はいたしません。



伊達高等学校生徒による 「地域探究未来学」市民発表会

問 福島県立伊達高等学校 ☎ 575-3207

【開催日時】 1月20日㊉ 13時20分～15時10分（時間内出入り自由）

【開催場所】 福島県立伊達高等学校 大体育館

【内容】 地域課題の解決や地域活性化の取組発表

【申込】 1月14日㊉までに電話かメールで申込
メール: date-h@fcs.ed.jp (メール本文に氏名を記入)



あなたの意思を市政に 伊達市長選挙

問 選挙管理委員会事務局 ☎ 575-1204

任期満了に伴う市長選挙を行います。棄権せずに投票しましょう。

【告示日】 1月18日㊉

【投票日時】 1月25日㊉ 7時～18時

※石田坂ノ上投票区は17時まで

【投票所】 投票所入場券に記載

【開票日時】 1月25日㊉ 19時30分～

【開票場所】 保原体育馆

▼投票日に投票できない人は期日前投票を

【期日前投票期間】

1月19日㊉～1月24日㊉ 8時30分～20時

期日前投票所（いずれの投票所でも投票可能）

| | |
|-----------|---------------|
| 伊達市役所 | 霊山総合支所（新庁舎） |
| 伊達福祉センター* | 月館ふるさとふれあいホール |
| 梁川総合支所 | |

※伊達総合支所の建て替えのため

▼投票所入場券

●はがきに同一世帯の入場券を記載して発送します。切り離して必ず本人が持参してください。

●入場券を忘れてても投票できますが、本人確認でお待たせする場合があります。



▼不在者投票

●他の市区町村に滞在（避難）している人

滞在（避難）先の市区町村選挙管理委員会で不在者投票ができます。不在者投票「宣誓書兼請求書」を記入し、選挙管理委員会に請求してください。
※告示日前の請求可

●病院などに入院・入所中の人

指定された病院・老人ホームなどでは施設で不在者投票ができます。詳しくは施設にご確認ください。

●郵便などで不在者投票

「身体障害者手帳」または「戦傷病者手帳」をお持ちで一定の条件を満たす人、介護保険「要介護5」の認定を受けている人は、自宅などから郵送で投票できます。事前に証明書の交付を受ける必要があります。詳しくは選挙管理委員会にお問い合わせください。

伊達市合併20周年記念 冠事業を募集します！

問 総務課総務係 ☎ 575-1239

令和8年1月1日で伊達市は合併20周年を迎えます。この特別な年をお祝いするため、「伊達市合併20周年記念」の冠名を付けて実施する事業を募集します。

【対象事業】 令和8年1月～12月に実施される事業

【募集期間】 令和8年11月30日㊉まで

【内容】 冠事業として申請をいただき、承認された場合は以下の支援を受けることができます。

①冠名（「伊達市合併20周年記念」または「伊達市合併20周年」）の使用

②市広報媒体による事業のPR



▲ポケットティッシュデザイン

のぼり旗デザイン▶



③のぼり旗の貸与

④ポケットティッシュの配布

⑤ブランドロゴマークの使用など

【その他】 承認の可否については、申請後に通知します。応募方法や詳細については市ホームページをご確認ください。



市HP

成人歯科検診 未受診者はお早めに！

問 健幸づくり課地域保健係 ☎ 576-3736

生活習慣病を予防し、健康を保持増進することを目的とした成人歯科検診事業「伊達市歯っぴー健口事業」の申込期限が間近です。対象者はお早めに受診してください。

【期限】 2月28日㊉までに受診

【対象者】 年度内に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる市民

※対象者には5月に通知はがきを送付済みです。

【申し込み】 実施医療機関に直接ご予約ください。



【その他】 受診の際には、①通知はがき②マイナ保険証、健康保険資格確認書のいずれか1つをお持ちください。

外国人と一緒に 餅つき体験をしましょう！

問 協働まちづくり課協働推進係
☎ 575-1177

餅つきが体験できる多文化交流イベントを開催します。外国人と一緒に、日本文化である餅つきを体験しましょう！

【日 時】 2月1日㊉ 10時～13時

【場 所】 栗野地区交流館（予定）

【参 加 費】 無料

【その 他】 お申し込みおよび詳細については、右の二次元コードからご確認ください。

【主 催】 伊達市国際交流協会



申込



HP

あなたのアイディアが路線名に！？ 新バス路線の名称を募集！

令和8年4月1日㈬から、月館地区と掛田地区をつなぐ新たなバス路線が運行を開始します。多くの皆さんに親しみ、ご利用いただくため、新バス路線の名称を募集します！

募集内容

募集期間

新バス路線の名称 1月5日㈪～16日㈮

名称の条件

名称から地域や運行がイメージできるもの

応募方法

右の二次元コードからご応募いただくか、下記の必要事項を明記の上、はがきなどで生活環境課までお送りください。

- ①氏名（ふりがな） ②住所 ③年齢（令和8年4月1日時点）
- ④電話番号 ⑤新路線の名称（ふりがな）
- ⑥名称に込めた思いや意味・理由など



応募・お問い合わせ

生活環境課生活交通係 ☎ 575-1290
〒960-0692 伊達市保原町字舟橋180番地



市HP



応募フォーム

あなたの好きな伊達市をPRしてみませんか？

伊達な宣伝部長を大募集します！！



対象 ①伊達市に関心と愛着を持ち、応援しようとする意志を持つ人

②自らの活動の場を通して、市内外に幅広く市の魅力をPRできる人

③国、地方公共団体の議員、公務員でない人

任期 委嘱より2年間（自動更新）

募集期間 1月5日㈪から受け付け

応募方法 市ホームページから応募用紙をダウンロードし必要事項を記入の上、秘書広報課（市

あなたの思う“伊達市の魅力”を自由に発信する「伊達な宣伝部長」になってみませんか？

歴史・観光・風景・イベントなど、あなたが感じる「伊達市の良いところ」や「伊達市のすごいところ」といった市の魅力を、ご自身のSNSやお仕事、普段の活動の中でPRしてください。

▼伊達な宣伝部長とは？

自分の活動を通して自主的に伊達市の魅力を発信する「魅力発信の担い手」です。現在17人の部長に活躍していただいている。（※無償での活動）

高校生・大学生
の応募も大歓迎！

役所東棟3階）に持参または郵送でお申し込みください。また、右の申込フォームからのお申し込みも可能です。

応募・お問い合わせ

秘書広報課広報広聴係

☎ 575-1113

〒960-0692

伊達市保原町字舟橋180番地



市HP



申込フォーム

がんばる伊達っ子を全力応援！

#幸せがじゅずつなぎになるリレートーク

伊達市の小中学校に通う伊達っ子たちが、今がんばっていることや将来の夢などを語るコーナーです。市内の伊達っ子をリレー形式でつないでいきます。子どもたちの真っすぐな思いを聞いてみましょう。



#44 伊達市立柱沢小学校 (保原)

私が今がんばっていることは、社会の歴史の学習です。どんな時代に何が起きたのかを知ることが楽しいです。昔の人がその時代を工夫して生きていたと想像すると、わくわくしてきます。今まで学習した中で好きな時代は、室町時代です。理由は、生け花

調べ学習で分かったことを友達と発表し合うと、自分とは違う考えに気付くことができ、より理解が深まります。これからは、大切なところをノートにまとめられるように努力していきたいです。（橋本りの）

生け花に挑戦したい

私が今がんばっていることは、社会の歴史の学習です。どんな時代に何が起きたのかを知ることが楽しいです。昔の人がその時代を工夫して生きていたと想像すると、わくわくしてきます。今まで学習した中で好きな時代は、室町時代です。理由は、生け花

私が今がんばっていることは、花火大会が開催されています。ぼくは一番目立つ花火を打ち上げて、見に来ている人たちを感動させる花火を作りたいです。花火は火薬を扱う危険な物です。だから気を付けなければならぬことが多いですが、それ以上に、日本の歴史ある文化を守りたいと強く思っています。

現在、花火職人は減少傾向にあります。だから、花火職人の魅力を少しでも多くの人に伝える活動もやりたいと考えています。（菅野蒼太）

がこの時代に生まれて、今は、日本人だけでなく外国人の人にも親しまれていることを知り、私もいつか生け花に挑戦してみたいと思ったからです。これからも歴史の学習でいろいろなことを学んでいきたいです。（三浦花恋）

日本文化を守りたい

地域の身近な相談相手

民生委員・児童委員が改選されました

民生委員・児童委員は、地域の皆さんのが安心して暮らせるように、さまざまな相談に応じ、必要な支援が受けられるよう専門機関につなぐ役割を持った人たちです。皆さんを見守る民生委員・児童委員の皆さんの活動をお伝えします。

12月12日の委嘱状伝達式には新任・再任委員と退任委員が出席▶



◆ 民生委員・児童委員が改選されました

12月に民生委員・児童委員が一斉に改選され、厚生労働大臣から175人が委嘱を受けました。また、その中の12人が主任児童委員として厚生労働大臣から指名されました。任期は令和7年12月1日から令和10年11月30日までの3年間です。

◆ 民生委員・児童委員とは

● 地域の身近な相談相手として

地域の実情を把握し、親身になって福祉に関する相談に応じます。

● 地域のつなぎ役として

社会福祉制度やサービス内容をお知らせしたり、必要に応じてサービスや支援につながるよう調整します。

● 地域の見守り役として

訪問や電話などを通じて高齢者などの見守りを行い、状況によって関係機関へつなぎます。

● 地域福祉活動の担い手として

サロン活動など、居場所づくりや仲間づくりに取り組んでいます。

◆ 主任児童委員とは

地区的民生委員・児童委員と協力して、子どもや子育て家庭に関することなどを専門的に担当する民生委員・児童委員です。

◆ 民生委員・児童委員に相談するには

最寄りの総合支所市民福祉係（保原地域は社会福祉課）にご連絡ください。担当の民生委員・児童委員の連絡先をお伝えします。

| 地域 | 担当課 | 電話番号 | 地域 | 担当課 | 電話番号 |
|----|-------|------------|----|------|------------|
| 伊達 | 総合支所 | ☎ 583-5522 | 霊山 | 総合支所 | ☎ 586-1111 |
| 梁川 | 総合支所 | ☎ 577-7211 | 月館 | 総合支所 | ☎ 572-2111 |
| 保原 | 社会福祉課 | ☎ 575-1264 | | | |

人と地域をつなげるサポートを



月館地域
民生・児童委員
(3期目)
かとう のぶお
加藤 信男さん

民生委員の仕事は、地域の人々に寄り添うことだと思います。たくさんの人と話したり訪問したりして、地域のコミュニティと連携しながら、幅広く課題に対応できるように努めたいです。まずは自分にできることを一つ一つ積み重ねていき、一つの地区だけでなく、伊達市全体で共生しながら、少しでも生きがいのある楽しい地域にしていければいいなと思います。

子どもたちとふれあえる機会を大切に

主任児童委員になってから、情報共有の場でさまざまな背景を抱えた子どもたちがいることを知りました。でも、それだけでは地域の実情は分からずと思い、スクールコミュニケーションセンターなどで実際にふれあうようにしています。接してみて初めて分かることもあります。これからも担当の民生委員さんと情報を共有し、子どもたちのために見守りを強化していきたいです。



保原地域
主任児童委員
(2期目)
ささき ゆうこ
佐々木 祐子さん

| 担当地区 | 委員名 | 担当地区 | 委員名 | 担当地区 | 委員名 | 担当地区 | 委員名 |
|------------------------|-------|----------------------|---------|----------------------|----------------------|------------------------|--------------|
| 川原町 | 松崎由美子 | 向川原 | 八巻 庄司 | 泉町 | 貝津 重之 | 八幡内、下在、田沢、谷津団地 | 佐藤 直樹 |
| 田町 | 田中 正弘 | 柳田 | 橘 智行 | 西町 | 藍原惠美子 | 山野川全域 | 丹治 哲 |
| 諫訪野 | 八島 洋子 | 上原、鹿ノ子、中沢 | 橋内 武 | 西町 | 鈴木 聖美 | 台馬越、共栄、出広、倉波、西館、宮脇、三ノ輪 | 大橋 政利 |
| 南堀 | 吉田 隆 | 大門、間野、東木田、中ノ内 | 渡邊 順子 | 柏町 | 黒須 秀一 | 北方部 | 大橋 祐一 |
| 志和田第一 | 鈴木 智子 | 藤橋、大正寺、東前 | 原 みき子 | 久保 | 水上 薫 | 院主、小坂、田代 | 大橋 典之 |
| 志和田第二 | 瀧谷 妙子 | 陽光台 | 今村みさ子 | 道城場、大館1~3、前屋敷、大竹内 | 一條 孝之 | 右代、楮畑、広畑、坊ノ内 | 斎藤 幸春 |
| 長岡 | 藤田 誠也 | 鈴竹、屋敷通、町通、荒野 | 佐藤 祐子 | 大泉、みずほ | 熊坂 久也 | 稻荷内、瀬成田、牛坂 | 大橋 勝彦 |
| 東町1 | 芳賀由美子 | 細谷 | 桃井 利昭 | 北郷、中北、高野、大塚 | 村上 夏枝 | 西部、昭和、大平、飯田、飯渕 | 柳沼 照子 |
| 東町2 | 芳賀よし子 | 白根1区、3区 | 安藤恵美子 | 金原田地区 | 長沢 達郎 | 川面、昭陽、親和1~3、阿久津 | 岡崎 圭子 |
| 殿町、中央 | 白井 真 | 白根4~5区 | 霜山 久顯 | 東畑、泉畑一、泉畑二 | 菅野智恵子 | 其内、新田、仲ノ内、法靈、滝ノ沢、山岸 | 橘内奈津子 |
| 北一 | 黒須 幸子 | 白根7~9区 | 横山 誠也 | 南原、前原、正監 | 佐藤 津代 | 西部、馬館、中央1~2 | 菅野 律子 |
| 北二 | 佐藤美枝子 | 白根11~12区 | 三浦 善雄 | 桐木、大立目地区 | 安田 幸子 | 下中瀬、中瀬、大平、名目沢 | 佐々木久美子 |
| 駅東、駅一 | 佐藤 理子 | 山舟生大小、3区 | 佐藤 勝信 | 高子一、高子ハイタウン、高子岡1~2 | 安部 恵子 | 北窪、越田、小石田 | 佐々木由正 |
| 駅南 | 吉田 正美 | 山舟生三和、6区 | 齋藤忠太郎 | 高子二、高子四、高子団地 | 和光由美子 | 東部、大城田代 | 石川 美枝 |
| 根田 | 大町 京美 | 山舟生東部、9区 | 八巻 智子 | 高子三、大地内、田向上ノ原、京口 | 小野 敬子 | 坂ノ上、八木平 | 伊藤 美香 |
| 生協団地 | 丹治 安則 | 山舟生10~12区 | 八巻由美子 | 万所、三日市二 | 佐藤 尚美 | 山戸田東、竹ノ内、宮下、田中 | 菅野 国雄 |
| 山岸、原町、滝前 | 高橋 稲 | 富野1~2区 | 遠藤 節子 | 三日市一 | 水口きくよ | 引地、石橋、土関、谷田岸 | 安田 正二 |
| 中部、上川原 | 石田 隆 | 富野3区1~2~4区 | 佐藤 俊道 | 正地内、流町、内山 | 渡邊恵美子 | 広畠、小国東 | 清野 忠浩 |
| 新道、原、箱沖、箱崎団地 | 小野 光雄 | 富野5区1~2~6区 | 氏家 忠芳 | 五の一、五の二、六の三、内山台 | 佐藤三枝子 | 西組、山下、松ノ口 | 佐藤 三雄 |
| 宮本 | 関根 京子 | 富野7~8区 | 齋藤 孝志 | 六の一、六の二、六の四 | 佐藤さち子 | 本組、中島、駒場、茶畑 | 大波 憲夫 |
| 南西、南東 | 佐藤 隆 | 富野9~11区 | 八巻 正一 | 武士沢、西沢柿ヶ作、中屋敷、東沢 | 清野みさ子 | 竹ノ内、三保、大木、上組 | 佐藤エツ子 |
| 北 | 橋本美枝子 | 羽山下、峯、田中前 | 宍戸 里司 | 高野、日向山土橋、中森上ノ寺、滝ノ沢 | 菅野 勝司 | 主任児童委員(靈山全域) | 山内 政弘 |
| 伏沖 | 齋藤 明子 | 株木、新地、宮下 | 岡崎 洋子 | 平上、平下、台兔山、四ツ橋、八幡台、村岡 | 佐藤佳代子 | 高橋香代子 | |
| 平 | 八城 正人 | 岡崎、荒屋敷、柴崎 | 小野 健一 | 八光内新井山、神野畑、関畑河部、東畑 | 大戸 実 | 月館1~3 | 横山 貞三 |
| 上ヶ戸 | 佐藤 泉 | 滝沢、銅屋沢、沼ノ平、一本松 | 佐藤久美子 | 大黒内、入ノ内安住内、根子屋、中上 | 野田咲智子 | 月館4、清水ヶ丘 | 菅野 千代 |
| 主任児童委員(伊達全域) | 花畠 由子 | 東部、神明、東大枝中通 | 大槻 広樹 | 1区~4区 | 阿部 裕子 | 月館5、月館6~1・6~2、久保田 | 高橋八重子 |
| | 管原 由紀 | 東大枝上通、東北、打越、第一 | 高橋 幸栄 | 5区、6区、12区、17区、18区 | 菅野 計 | 月館7~1~7~2、布川3~6 | 齋藤 瞳 |
| 青葉町、広瀬町 | 後藤キヨ子 | 主任児童委員(梁川全域) | 濱尾 孝江 | 7区~9区 | 佐藤ミイ子 | 布川1~2、間館 | 千葉 康生 |
| 桜町 | 八巻 佳子 | 原田 徳好 | 原田 梅子 | 10区~11区 | 菅野美代子 | 布川4~5 | 本田 鈴子 |
| 新開 | 佐藤たい子 | 村上梨枝子 | 中村一、二 | 13区~16区 | 野田 博行 | 御代田1 | 高木キヌ工 |
| 大館 | 福原イサ子 | 村岡の一部、赤橋 | 佐藤力 | 主任児童委員(保原) | 佐々木祐子 | 御代田2~3、岩内 | 佐藤 和子 |
| 八南本 | 大津 敏雄 | 市柳一 | 中村三 | 主任児童委員(上保原、富成) | 二階堂良知 | 御代田4~5、夢見の郷 | 御代田4~5、夢見の郷 |
| 御八郎 | 松田みと子 | 市柳二 | 佐藤フミ子 | 主任児童委員(柱沢、大田) | 脇屋友美子 | 糠田1~2 | 加藤 信男 |
| 幸町 | 藤田 隆 | 市柳三・四 | 十日町、宮城一 | 金子町1~2、ライオンズ、館、町田、陣場 | 金子町1~2、ライオンズ、館、町田、陣場 | 糠田3~5 | 湯浅 文子 |
| 田栄町1~2 | 堀 弘子 | 中村四 | 宮城二 | 金子町3、新町、岡、上組 | 金子町3、新町、岡、上組 | 糠田6~7 | 菅野 鈴子 |
| 本町、中町、古町 | 浅野 正子 | 中村五 | 宮城三 | 中町 | 中町 | 糠田8~9 | 齋藤 良子 |
| 南北本町1~2 | 佐藤美喜子 | 中村三 | 津田 彰彦 | 北町1~2 | 北町1~2 | 糠田10~11 | 太田 義彦 |
| 小梁川 | 小森美知子 | 中村四 | 宮本、五日町 | 谷津、朝草口、日向前、日向后 | 谷津、朝草口、日向后 | 糠田12~13 | 菅野 典子 |
| 中久保 | 渡邊みつ子 | 中村五 | 石井 誠 | 寺尾ひろみ | 寺尾ひろみ | 糠田14~15 | 主任児童委員(目館全域) |
| 右城町、元陣内、内町 | 一條 明美 | 中村三 | 鉄元一~二 | 引地 絹子 | 引地 絹子 | 糠田16~17 | 齋藤 義弘 |
| 大町一丁目1~2 | 堀内 久美 | 佐藤フミ子 | 二六 | 中野 茂 | 中野 茂 | 糠田18~19 | 菅野 一子 |
| 大町二丁目 | 中木由美子 | 十日町、宮城一 | 片平 和子 | 谷津、朝草口、日向后 | 谷津、朝草口、日向后 | 糠田20~21 | |
| 塩野川 | 齋藤 正道 | 宮城二 | 渡邊 良度 | 寺尾ひろみ | 寺尾ひろみ | 糠田22~23 | |
| 希望ヶ丘 | 宍戸 恵美 | 宮城三 | 晦日町一~二 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田24~25 | |
| 上町1~2、足駄木 | 佐藤 利子 | 津田 彰彦 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田26~27 | |
| 天神町 | 奥山 憲一 | 宮本、五日町 | 安田由美子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田28~29 | |
| 清水町 | 折原 智子 | 石井 誠 | 晦日町一~二 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田30~31 | |
| 中通南、中通北、北粟野、地蔵前、東粟野、新道 | 三浦 浩 | 鉄元一~二 | 安田由美子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田32~33 | |
| 上粟野、前塚原、後塚原、五反田 | 加藤 浩一 | 二六 | 片平 和子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田34~35 | |
| 二野袋 | 菊池 啓子 | 晦日町三、西猫川、中猫川、東猫川、下中瀬 | 渡邊 良度 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田36~37 | |
| | | 小蓋、上中瀬、清水町 | 晦日町一~二 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田38~39 | |
| | | 小幡南部、小幡北部 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田40~41 | |
| | | 吉島 峰子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田42~43 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田44~45 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田46~47 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田48~49 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田50~51 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田52~53 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田54~55 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田56~57 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田58~59 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田60~61 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田62~63 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田64~65 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田66~67 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田68~69 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田70~71 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田72~73 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田74~75 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田76~77 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田78~79 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田80~81 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田82~83 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田84~85 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田86~87 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田88~89 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田90~91 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田92~93 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田94~95 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田96~97 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田98~99 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田100~101 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田102~103 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田104~105 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田106~107 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田108~109 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田110~111 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田112~113 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田114~115 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田116~117 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田118~119 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田120~121 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田122~123 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田124~125 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田126~127 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田128~129 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田130~131 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田132~133 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田134~135 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田136~137 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田138~139 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田140~141 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田142~143 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田144~145 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田146~147 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田148~149 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田150~151 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田152~153 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田154~155 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田156~157 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田158~159 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田160~161 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田162~163 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田164~165 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田166~167 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田168~169 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田170~171 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田172~173 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田174~175 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田176~177 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田178~179 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田180~181 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田182~183 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田184~185 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田186~187 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田188~189 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田190~191 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田192~193 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田194~195 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田196~197 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田198~199 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田200~201 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田202~203 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田204~205 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田206~207 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田208~209 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田210~211 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田212~213 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田214~215 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田216~217 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田218~219 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田220~221 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田222~223 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田224~225 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田226~227 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田228~229 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田230~231 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田232~233 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田234~235 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田236~237 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田238~239 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田240~241 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田242~243 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田244~245 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田246~247 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田248~249 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田250~251 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田252~253 | |
| | | | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 佐藤 恵子 | 糠田254~255 | |
| | </ | | | | | | |

輝いている人を紹介します

まちのキラリ

第37回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会
(ふくしま駅伝)

伊達市チーム 主将
児島 源二郎 さん (保原地域)

11月16日に行われた「第37回市町村対抗福島県縦断駅伝競走大会」。伊達市チームは前年を上回るタイムを記録し、伊達市初の区間賞も獲得しました。そんな伊達市チームの主将を務めた児島源二郎さんが、来年の大会に向けて目指すものとは…

こじまげんだい
児島源大さん (弟)

こじまげんじろう
児島源二郎さん (兄)



Profile ●こじま げんじろう

平成20年生まれ。福島成蹊高校3年生。中学1年生からふくしま駅伝伊達市チームに所属し、中学2年生から代表選手として大会で走りはじめる。第37回大会では初めて主将およびアンカーを任せられ、多くのライバルに遅れをとらず、総合順位を押し上げる力走を見せた。



個人的には、自分が思っていたような結果は残せませんでした。それでも念願のアンカーを任せていたいたことがうれしかったです。それまでの僕は陸上とは無縁で、小学2年生から中学2年生までずっと空手を習っていました。その経験もあり、今でも総合格闘技の試合を見るのが好きです！体力が無くて全然走れなかつた僕が、楽しいと思えるくらい走れるようになったのは、きっと空手のおかげかもしれませんね。

僕が陸上を始めたのは中学1年生からです。小学6年生のときに行われた市の記録大会で、自分が想像している以上に速く走ることができ、「走るのって楽しいな」と思ったことがきっかけでした。それまでの僕は陸上とは無縁で、小学2年生から中学2年生までずっと空手を習っていました。その経験もあり、今でも総合格闘技の試合を見るのが好きです！体力が無くて

たので満足しています。今大会で区間賞を獲得した佐藤柊斗君をはじめ、タスキをつないでくれた15人のメンバーの力強く走る姿が「これに続かない」とと思わせてくれて、僕の背中を押してくれました。



●ふくしま駅伝伊達市チーム

白河市から福島県庁までの96.3キロメートルを16人でつなぐ、伊達市を代表する走りのエキスパート。令和6年の大会では敢闘賞、令和7年の大会では区間賞を獲得。11月の大会を終えたばかりだが、次回大会に向か12月から練習を再開している。

幼い頃は全然走れなくて…

大会を振り返って

個人的には、自分が思っていたような結果は残せませんでしたが、それでも念願のアンカーを任せていたいたことがうれしかったです。それまでの僕は陸上とは無縁で、学生たちは仲良くなっている人が多かったです。皆さんのが大会で上位に入賞してたりすると、自分ももっとがんばろうって励みになります。監督やコーチは、あまり速くなかった僕の走りを、想像もできないくらいに伸ばしてくれました。そして、いつも応援してくれる家族や市民の皆さんのがいるからこそ走ることができます。支えてくれるたくさんの人に、心から感謝しています。

て、来年は弟の源大と兄弟揃つてふくしま駅伝を走り、共に個人としてもチームとしても納得のいく結果を出せるよう、練習を継続していきたいと思います。

たくさん人の支えに感謝

長年にわたり、伊達市の発展に貢献した皆さんを表彰

令和7年度 伊達市表彰式

11月14日(金)、地方自治や教育、福祉などの各分野で、市勢発展に貢献した人を表彰する伊達市表彰式を行いました。今年度は25人および2団体が受章されました。皆さまのご尽力とご功績に、深く感謝申し上げます。



式の様子はこちら
(市HP)



1. 受章者の皆さん / 2. 社会功労表彰を受ける手渡松二さん / 3. 荣誉表彰受章者に授与された勲章(メダル) / 4. 荣誉表彰を受けるトーホードリームスの皆さん

受章者の皆さん

※敬称略

教育・文化功労表彰

小林 智幸 (学校医)
まつうら ひであき 秀明 (スポーツ推進委員)

社会功労表彰

齋藤 喜代志 (元伊達市消防団分団長)
佐々木 孝志 (元伊達市消防団副分団長)
佐藤 善市郎 (元伊達市消防団部長)
白井 信也 (元伊達市消防団部長)
菅野 昌光 (元伊達市消防団部長)
手渡 松二 (交通教育専門員)
齋藤 忠太郎 (民生児童委員)
濱尾 孝江 (民生児童委員)
氏家 忠芳 (民生児童委員)
後藤 喜美枝 (民生児童委員)
白黒 浩正 (民生児童委員)
朝倉 より子 (保護司)

栄誉表彰

聖光学院高等学校野球部
(第97回選抜高等学校野球大会において優秀な成績)

エフコムベースボールクラブ

(第48回全日本クラブ野球選手権大会において優秀な成績)

加藤 未佳

(第43回全日本バウンドテニス選手権大会において優秀な成績)

加藤 夕奈

(第43回全日本バウンドテニス選手権大会において優秀な成績)

遠藤 舞羽

(第55回シンガポールナショナルエイジグループスマイミングチャンピオンシップ2025において優秀な成績)

佐藤 拓磨 (トーホードリームス)

(第22回全日本一般男子ソフトボール大会において優秀な成績)

木村 祐貴 (トーホードリームス)

(第22回全日本一般男子ソフトボール大会において優秀な成績)

根本 幸成 (トーホードリームス)

(第22回全日本一般男子ソフトボール大会において優秀な成績)

菅野 将文 (トーホードリームス)

(第22回全日本一般男子ソフトボール大会において優秀な成績)

菊地 航大

(第59回全日本高等学校馬術競技大会において優秀な成績)

武田 和也

(2025ジャパンパラ陸上競技大会において優秀な成績)

菅野 栄伍

(FISU冬季ワールドユニアーシティゲームス2025トリノ大会において優秀な成績)

齋藤 俊明

(第13回全日本スポーツウェルネス吹矢選手権大会において優秀な成績)



▲表彰式後に市長と懇談する受賞者の皆さん



福島税務署主催の確定申告書作成会場 もご利用ください

場 所 アオウゼ・AOZ
(福島市曾根田町1-18MAXふくしま4階)

期 間 2月16日㈪～3月16日㈪
※土・日・祝日を除く(3/1㈰は開設)

時 間 9時15分～16時

その他 入場には「入場整理券」が必要です。

※入手方法は2月号(1/22発行)に掲載予定

問合せ 福島税務署 ☎ 534-3121



国民健康保険 加入の皆さまへ

▼国保の高額療養費の申請と確定申告

所得申告で医療費の領収書を使用する場合は、次の点にご注意ください。

▶高額療養費を申請した後に確定申告をする場合

申告額は令和7年中に支払った医療費から高額療養費の支給額を差し引いた金額です。申告時には、市から送付される「高額療養費支給決定通知」が必要です。

▶確定申告の後に高額療養費を申請する場合

高額療養費に該当するかどうかは、早くて診療月の3ヶ月後に確定します。申請には医療費の領収書が必要となるので大切に保管してください。

▼医療費通知は医療費控除に使用できます

国民健康保険で受診した被保険者のいる世帯主に、「医療費のお知らせ(医療費通知)」をお送りしています。医療費通知は確定申告で医療費控除を受けるときに使用できます。再発行を希望する場合は、必ず事前にご相談ください(再発行に1週間程度かかります)。

医療費通知の発送時期が変わります

【令和7年1月～10月診療分】

令和8年1月下旬発送予定

【令和7年11月～12月診療分】

令和8年3月下旬発送予定



問 国保年金課給付係 ☎ 575-1198

▼確定申告に使える各種明細書を1月下旬に送付します

令和7年中に納めた「国民健康保険税」「介護保険料」「後期高齢者医療保険料」の明細書を1月下旬にお送りします。確定申告に使えますので、大切に保管してください。届かない場合は、税務収納課管理係にご連絡ください。

スマホで簡単！確定申告の方法を学ぶ e-Tax研修会を開催します(市民向け)

福島税務署職員による「電子申告研修会」を開催します。還付申告であれば、実際に自分の確定申告をすることもできます。



期 日 1月27日㈫

時 間 ①10時～②13時30分～

場 所 市役所1階シルクホール

内 容 スマホを使って、e-Taxから確定申告をする方法を学ぶ。

講 師 福島税務署職員

定 員 各回20人(要予約)

持ち物 スマホ、マイナンバーカード(署名用電子証明書と利用者証明用電子証明書の暗証番号必須)、申告に必要な書類など



申込み 右の二次元コードからお申し込み

問合せ 税務収納課市民税係 ☎ 575-1138 ▲申込

介護保険 ご利用中の皆さまへ

▼おむつ使用証明書(ア)

▶手続き方法…医師が発行する「おむつ使用証明書」を使用する場合は、記入用紙を市から受け取り医師に依頼してください。市発行の「おむつ使用確認書」を使用する場合は、高齢福祉課・各総合支所で申請してください。(介護保険要介護(支援)の認定があり、介護保険主治医意見書によりおむつが必要と確認できる人に限ります)。

▼障害者控除認定書(イ)

▶取得の要件…介護保険要介護(支援)の認定がある65歳以上の人で、認定調査票、または主治医の意見書で障がい者に準ずると認められた人

▶手続き方法…高齢福祉課・各総合支所で申請してください。

*ア、イの申請書などは高齢福祉課、各総合支所、市ホームページ「介護保険関係申請書類」にあります。ア、イともに即日発行はできませんので余裕をもって申請してください。



市HP▶
(申請書類)



問 高齢福祉課介護保険係 ☎ 575-1299

▼確定申告に使える各種明細書を1月下旬に送付します

なお、介護保険料や後期高齢者医療保険料を年金特別徴収(年金天引き)で納付している人には明細書を送付しません。年金保険者(日本年金機構など)から送付される源泉徴収票で納付額をご確認ください。

解説します！確定申告



令和7年分 Chapter3 『所得申告相談会』

申告受付期間
2/16㈪～3/16㈪

問 税務収納課市民税係 ☎ 575-1138

▼申告相談会の日程・会場

【受付時間】9時～11時、13時～16時

| 令和7年分 申告相談会 | 2月 | | | | | | | | | | | | 3月 | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|-----------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|----|--|--|--|--|--|
| | 16 月 | 17 火 | 18 水 | 19 木 | 20 金 | 24 火 | 25 水 | 26 木 | 27 金 | 2 月 | 3 火 | 4 水 | 5 木 | 6 金 | 9 月 | 10 火 | 11 水 | 12 木 | 13 金 | 16 月 | ※2 | | | | | |
| 保原会場 市役所1階シルクホール | 2/16㈪～3/16㈪(常設) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 月館会場 ふるさとふれあいホール2階 | 2/16㈪～19㈫ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 霧山会場 霧山中央交流館1階大ホール | 2/20㈮～26㈭ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 伊達会場 伊達ふれあいセンター1階多目的ホール | 2/27㈮～3/4㈫ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 梁川会場 梁川中央交流館1階大研修室 | 3/5㈬～16㈪ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

・霧山会場が前年と異なりますので、ご注意ください。

※1…最終日受付午前のみ　※2…最終日受付15時まで

・都合がつかない場合はお住まいの地域以外の会場でも相談できます。

・申告受付期間中は、税務収納課や各総合支所窓口では申告相談を受け付けていません。

▼予約のしかた(予約受付は1月7日㈫～)

①パソコンやスマホで伊達市ホームページにアクセス



◀予約フォーム

②下のスライドをクリック!
氏名や連絡先を入力し、希望日時を選択して予約完了



受付後に表示される受付番号を控えておきましょう(当日の受け付けやキャンセル時に必要)。



▼申告前にチェック!

農業・営業・不動産所得がある人は、必ず事前に収支を計算しましょう。

医療費控除を受ける人は、必ず事前に医療費控除の明細書に記入しましょう(用紙は税務収納課および各総合支所に備えてあります)。

下記①～④該当者は、福島税務署の申告会場(MAXふくしま4階「アオウゼ」)で申告してください(左ページ参照)。伊達市会場では受け付けできません。

- ①住宅ローン控除を初めて受けようとする人
- ②土地や家屋の譲渡(売買など)による所得がある人
- ③株式の譲渡や先物取引による所得がある人
- ④事業所得があり、青色申告をしている人

▼持ち物

※該当するものをお持ちください

事前予約の受付番号がわかるもの

源泉徴収票(原本)※給与・年金所得がある人

収支内訳書※農業・営業・不動産所得がある人

国民年金保険料・国民健康保険税などの控除証明書または領収書

生命保険・地震保険などの支払保険料控除証明書

医療費控除の明細書(受診者・病院ごとの合計額および保険金などで補填された金額がわかるもの)、おむつ使用証明書(左ページ参照)

身体障害者手帳・療育手帳・障害者控除認定書(左ページ参照)※障がい者本人および障がい者の扶養義務者

税務署から郵送された「確定申告のお知らせ(はがき・通知書)」※郵送された人

申告者本人名義の預金通帳

マイナンバー確認書類※申告には「マイナンバーの記載+本人確認書類の写し」が必要です。カードを持っていない人は、個人番号が確認できる書類(通知カードなど)と身元確認書類(免許証など)をお持ちください。

学生証※学生のみ

「利用者識別番号等の通知」※利用者識別番号(16桁)を取得したことがある人

その他必要と思われるもの



12/7
(日)

「ミニSLさくら1号」を染めあげる! ぬり絵コンテスト表彰式を実施

まちの駅やながわ

contest

ながわ希望の森公園開園40周年記念ぬり絵コンテストの表彰式が行われました。138点の応募作品は、どれも子どもたちの思い描く「ミニSLさくら1号」が色鮮やかに表現されていました。その中から入賞作品



20点が選ばれ、入賞者には伊達市産のイノシシ皮パスケースに入った「ミニSLさくら1号の1年間フリーパス」が贈られました。

12/13
(土)

伊達市小学生水道五七五コンテスト 最優秀賞作品が決定しました

伊達市役所

contest

道に親しみをもってもらうために市内小学生を対象に水や水道に関する五七五コンテストを開催しました。今回は909点もの応募があり、審査の結果、伊達東小学校1年生の米倉蓮唯さんの作品「ぼくたちのせい



かつささえる
だてのみず」が見事、最優秀賞に選ばれました。受賞作品は、今後の水道事業のPRなどに活用されます。

12/15
(月)

3年間の活動の成果を報告 地域おこし活動報告会を開催

伊達市役所

report

伊達市で活動する地域おこし協力隊と集落支援員の計6人による活動報告会が行われました。それぞれが地域課題と向き合った活動を報告し、それを踏まえた今後の目標について述べました。報告を聞いた須田市長は

「市としてもできることを行い、地域が主体となる活動の下支えをしていきたい」と述べました。



11/22
(土)

愛で包もう! だてニットプロジェクト

チンチン電車広場

ceremony

中の木やオブジェをニットなどで包むストリートアート「ヤーンボミング」が福島県ニット工業組合により行われ、チンチン電車をはじめ、周辺の木や柱などが温かなニットで包まれました。オープニングセレモニーで須田市



長は「この取り組みがまちを明るく楽しいものにし、新たな魅力発信につながると大いに期待しています」とあいさつしました。

11/22
(土)

伊達市パークゴルフ場 来場者10万人達成しました!

伊達市パークゴルフ場

ceremony

和2年10月のオープン以降、市内外の多くの人々にご利用いただき、この度、来場者数10万人を達成しました。記念セレモニーでは、10万人目となった谷口多美子さんとその前後の来場者に記念品が贈られ



ました。伊達市パークゴルフ場は、広々とした緑豊かな環境の中で4コース36ホールを気軽にプレーすることができます。

11/22
(土)

火災予防を絵で啓発! 消防屯所シャッターアート

保原支団第1分団第2部屯所

art

域防災の担い手育成を目的とする「伊達地方少年消防クラブ」の子どもたちにより、上保原の消防屯所シャッターに絵を描くプロジェクトが開催されました。クラブのメンバーである伊達地方管内の小学4年生から中学3年生ま



でが伊達高等学校美術部の協力のもと、消防に関する絵を描き、市民への火災予防啓発とともに、消防への理解を求めました。



お知らせ



持
明
細
書

他新しく事業を始めた人・

太陽光発電設備(10kW以上)を設置している人

で申告書が届かない場合はご連絡ください。

問 税務収納課資産税係

☎ 575-11235

問 市民課市民窓口係

☎ 575-10205



市HP

増築にかかる説明会 が開催されます

福島県商業まちづくりの推進に関する条例に基づき、説明会が開催されます。

内 福島市南矢野目地区に建築を予定している「イオン福島店・(仮称) イオンタウン福島南矢野目」について

後期高齢者医療保険 「医療費のお知らせ」

医療費のお知らせ（令和7年1月～12月診療分）は、2月下旬より順次発送

加入のお手続き

対 社会保険の資格を喪失した74歳以下の人

※マイナ保険証の人も手続きが必要です。

申 国保年金課または各総合支所市民福祉係窓口に

国保加入脱退 手続きをお忘れなく

対 社会保険などに加入了た国民健康保険加入者

※マイナ保険証の人も手続きが必要です。

申 国保年金課または各総合支所市民福祉係窓口に

①社会保険の資格確認書などの資格が確認できるもの

②国民健康保険資格確認書

内 償却資産を持つ人は申告が必要です
対 市内の法人・個人事業主内償却資産も課税対象なので、申告を忘れずに。
日 1月5日㈪～2月2日㈰

転出届の届出は
オンラインが便利

マイナンバーカードがあればスマホなどを使ってオンライン手続きが可能です。

▼ 詳細はこちら

1月のお知らせやイベントをご案内します。掲載した行事やイベントは、予定を変更・中止する場合があります。

【マークの見方】

- 日 時 場 場所・会場
内 容 持 持ち物 対 対象
定 定員 師 講師 申 申込方法
￥ 費用 問 お問い合わせ
他 その他

水道管の凍結に注意！

凍結事故防止対策

- ①外にある蛇口に布切れなどを巻く
- ②むき出しの水道管やメーターBOX内は配管保温材を巻くなどして保護
- ③氷点下の予報が出た夜、長期間水道を使用しない場合は、水抜栓による水抜きをする
- ④蛇口から少量の水を流し続ける

水道管が凍ったら



- ①凍った場所にタオルなどを巻く
 - ②必ずぬるま湯でゆっくり溶かす
- ①②で溶けない場合は、市指定給水工事店または水道修理当番店(26ページ掲載)にご連絡ください。

※直接熱湯をかけると、急激な温度変化で水道管が破裂する場合があります。危険なのでやめましょう。

◆空き家などの漏水に注意

空き家や使用していない水道の元栓(止水栓)を開けたままにしておくと、凍結で水道管などが破損し、漏水する場合があります。水道を長期間使用しない場合は元栓を閉めるか、凍結事故防止対策を行いましょう。

問 上下水道課水道施設係 ☎ 573-5038

など③来庁者の顔写真付き
本人確認書類④委任状(別)
世帯の代理人来庁の場合)

問 国保年金課給付係

☎ 575-11198

未使用の検体容器は
2月末までに返却を

対 今年度、大腸がん検診を受診しなかった人

※未回収の検体容器には費用が発生し、市負担



で支払うことになりますのでご返却をお願いします。

返却:伊達市保健センター、国保年金課(中央棟1階)、各総合支所(保原除く)

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

婦人科施設 検診終了間近



市 HP

対 偶数年齢の女性(子宮頸がん)

検診:年度内20歳以上、乳がん検診:年度内40歳以上

※奇数年齢で昨年度未受診者や、受診シールがない

人はご連絡ください。
日 2月27日(金)まで

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

募集

所得申告相談の会計 年度任用職員を募集

内 所得申告相談会場の受付業務、予約電話対応など採用人数:6人

勤務条件 期間:2月1日(月)~3月31日(火)勤務日:週5日(月~金)勤務時間:7時間45分勤務時間による月額給:18万6700円~19万1300円

勤務場所:税務収納課および相談会場社会保険:なし

郵送で提出ください。
他書類選考後に面接試験を実施します。

申 1月13日(火)必着で履歴書(顔写真貼付)などを持参。

勤務場所:税務収納課および相談会場社会保険:なし

郵送で提出ください。
他書類選考後に面接試験を実施します。

対 今年度、大腸がん検診を受診しなかった人

※未回収の検体容器には費用が発生し、市負担

で支払うことになりますのでご返却をお願いします。

返却:伊達市保健センター、国保年金課(中央棟1階)、各総合支所(保原除く)

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

未使用の検体容器は
2月末までに返却を

対 今年度、大腸がん検診を受診しなかった人

※未回収の検体容器には費用が発生し、市負担

で支払うことになりますのでご返却をお願いします。

返却:伊達市保健センター、国保年金課(中央棟1階)、各総合支所(保原除く)

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

人はご連絡ください。
日 2月27日(金)まで

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

内 所得申告相談会場の受付業務、予約電話対応など採用人数:6人

勤務条件 期間:2月1日(月)~3月31日(火)勤務日:週5日(月~金)勤務時間:7時間45分勤務時間による月額給:18万6700円~19万1300円

勤務場所:税務収納課および相談会場社会保険:なし

郵送で提出ください。
他書類選考後に面接試験を実施します。

申 1月13日(火)必着で履歴書(顔写真貼付)などを持参。

勤務場所:税務収納課および相談会場社会保険:なし

郵送で提出ください。
他書類選考後に面接試験を実施します。

申 1月13日(火)必着で履歴書(顔写真貼付)などを持参。

勤務場所:税務収納課および相談会場社会保険:なし

郵送で提出ください。
他書類選考後に面接試験を実施します。

人はご連絡ください。
日 2月27日(金)まで

問 健幸づくり課健康管理係

☎ 575-1116

放課後児童クラブで働きませんか(会計年度任用職員)

任用期間 令和8年4月1日~令和9年3月31日 ※詳細は市ホームページをご確認ください。

申込期間 1月21日(水)まで

申込先 こども未来課企画運営係 ☎ 573-5691

申込方法 履歴書(顔写真貼付、希望職種、希望場所を記載)、証明書写(有資格者の場合)を提出してください。



児童クラブ

| 職種 | 勤務場所と業務内容 | 採用※1 | 勤務条件※2(必要資格) |
|-------------|--|-------|---|
| 放課後児童クラブ補助員 | 市立放課後児童クラブ 11カ所のいずれか ・放課後等の児童の育成支援 | 75人程度 | 時給1,225円~、月~土のうち週5日・6時間、 社保・通勤手当・賞与あり(資格:特になし) |
| 放課後児童クラブ支援員 | | | 時給1,315円~、月~土のうち週5日・6時間、 社保・通勤手当・賞与あり(資格:放課後児童支援員) |

※1 採用人数には、今年度任用され再度任用される人を含む。

※2 報酬・給料は市条例・規則に基づき決定するため、変動の可能性あり。開所時間に応じて時間外勤務を指示する場合あり。

入学前に麻しん・風しんの予防接種

麻しん風しんの感染予防のためには、予防接種が有効な予防方法です。2回の予防接種で、より強い免疫を長期間保つことができますので、小学校入学前に早めに受けましょう。

対象児 麻しん・風しんⅠ期:1歳~2歳未満
麻しん・風しんⅡ期:H31.4.2~R2.4.1生まれ

接種期限 3月31日(火)まで

接種費用 無料(接種期間を過ぎると全額自己負担)

接種方法 実施医療機関に直接予約

必要なもの マイナ保険証または資格確認書、母子健康手帳、予診票

問 健幸づくり課健康管理係 ☎ 575-1116

帯状疱疹ワクチンの接種はお済みですか?

対象者 ①年度内に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上になる人②60歳~64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫障がいがあり、かつ身体障がい者手帳1級相当の人

接種期限 3月31日(火)まで

接種費用 組換えワクチン:10,800円×2回
生ワクチン:4,200円

接種方法 実施医療機関に直接予約

その他 組換えワクチンは2カ月間隔をあけて2回の接種が必要です。期限内に接種するためには、1回目の接種を1月末までに完了してください。また、対象者で通知が届いていない人は下記までご連絡ください。

問 健幸づくり課健康管理係 ☎ 575-1116

20歳になったら国民年金

国民年金って? 60歳を迎えるまで、厚生年金に加入している期間以外は国民年金に加入します。国が運営するため、年金の給付は生涯保証されます。

▼学生納付特例制度 学生で、「本人」の所得が一定額以下の場合、納付が猶予されます。

▼保険料免除・納付猶予制度 学生以外で、「本人」、「配偶者」、「世帯主」の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が免除・猶予されます。

免除・猶予された人は追納を 上記制度を利用した人は、将来受け取る年金額が少なくなります。利用した人は将来のために後から追納しましょう。

問 東北福島年金事務所 ☎ 535-0141

国保年金課給付係 ☎ 575-1198

国民年金基金制度をご存知ですか?

国民年金基金とは、自営業の人やその家族、学生などの国民年金の第1号被保険者が、国民年金に上乗せする公的な年金制度です。

加入できる人 国民年金に加入している20歳以上60歳未満の人および、60歳以上65歳未満の人や海外に移住されている人で国民年金に任意加入している人です。

受け取り時期 65歳から生涯受け取ることができる終身年金です。

所得控除 掛け金は全額が所得から控除できるので、所得税と住民税が軽減されます。受け取る年金も公的年金等控除の対象になります。

その他 万が一早期に亡くなったときは、家族に遺族一時金が支払われます。

問 全国民年金基金 東北支部

☎ 0120-65-4192



申込



申込

各会場10人(先着順)

申込フォームから申し込みし、郵送・持参。または申込

各総合支所や中央交流館に設置されたチラシに記入

し、郵送・持参。または申込

申込フォームから申し込みし、郵送・持参。または申込

申込

1月の施設案内

市内の文化施設・観光施設のイベント情報などを、毎月お知らせします。掲載されている内容を詳しく知りたい人は、各施設にお問い合わせください。



1

伊達市ふるさと会館

改修工事のため、令和8年3月31日(火)（予定）までホールの利用を休止しています。

工事内容：舞台吊物設備（ライトの巻上機、ワイヤーロープなど）の修理・交換

※ホール以外の部屋は利用可能です



営 9時～22時（受付17時）



休 月曜（祝日の場合は翌平日）

☎ 583-3244

2

伊達市梁川美術館

令和7年度伊達地区中学校生徒造形作品展（入場無料）

6日(火)～13時～16日(金)15時まで

休館日：13日(火)



年末年始の休館日

12月28日(火)～1月

5日(火)

営 9時30分～17時（最終入館

16時30分） ☎ 527-2656

休 月曜（祝日の場合は翌平日）



3

伊達市保原歴史文化資料館

常設展「伊達とお蚕様の本場物語」

養蚕に重点をおいた展示を開催中です。

ギャラリートーク

24日(土) 10:30～/14:30～

各回30分程度（入館料が必要）

年末年始の休館日

12月28日(火)～1月

4日(火)



営 9時～17時 休 火曜

¥ 210円(小中高生100円)

☎ 575-1615



4

霊山こどもの村

冬季休業のお知らせ

令和8年3月19日(木)まで休業します。

再オープンは3月20日(金)を予定しています。



営 9時～16時30分 休 水曜



¥ 小人300円、大人600円

☎ 589-2211

5

U-プレイス伊達

屋内高子ハロハロマーケット

18日(日) 10時～13時

毎月第3日曜日の朝に開催している朝市。日曜日の朝にあつらちょっとうれしい地域の特産品やワンハンドグルメ、ハンドメイド作品をお届け！ぜひお越しください！



営 10時～17時



休 月曜（12/29～1/5休館）

☎ 573-1057

6

道の駅 伊達の郷りょうぜん

道の駅の初売開催!!(2日(金)9:30～)

2日(金)・3日(土)は、道の駅の人気商品が詰まった数量限定「福袋販売」や「豪華賞品が当たる抽選会」など、お得な商品・企画を多数ご準備しております。

*1日(木)は休館日

(情報コーナー・トイレは使用可能)



営 9時30分～18時

休 年中無休 詳細は
☎ 573-4880 こちら▶



7

りょうぜん紅彩館

年末年始営業【お正月振る舞い】

1日(木)～3日(土)限定 入浴利用者へみかん、お雑煮、甘酒振る舞い

※各日無くなり次第終了

レストラン 土日祝：11時～14時

※平日休み(1/5(月)
～3/19(木))



宿泊・日帰りプラン随時受付
営 日帰り入浴 10時～17時
(土日祝：18時まで)



休 水曜 ☎ 589-2233

8

つきだて花工房 (つきだて交流館もりもり)

12月より味噌仕込み開始

4kg 3,500円～追加仕込み可(要予約)

一貫張教室 1,740円（※材料費別）

17日(土) 10時～15時

絵手紙教室 1,000円

19日(月) 10時～12時

ハーブ教室 1,850円

26日(月) 10時30分～12時



営 10時～18時



休 20日(火)

☎ 573-3888

イベント情報



花工房HP

9

おての里きてみ～な

きてみ～なカフェ(1月は10日(土)～営業)

土日祝日 11時30分～14時

大人の給食ランチ（薬膳スープカレー）1,280円(税込) / 通常ランチ（パスタ・カレー）各980円(税込) / 自家製ジェラートやケーキもあります！



営 9時～17時(日帰りの場合)



休 火曜(12/29～1/3休館)

☎ 573-0753

屋内遊び場・児童館 1月のイベント

スマイルパークほばら

★スマイルチャレンジ

スマイルチャレンジ 1月



内 開催日や内容などの詳細は、インスタグラムや館内掲示板でお知らせします。

問 ☎ 575-0213



ファミリーパークだて

★小正月の行事「だんごさし」

15 木

①10:30～
②14:30～



内 カラフルなだんごをさしたり、小判やたいなどの飾りを下げて、小正月を楽しめます。

￥ 無料

申 不要

問 ☎ 583-2511



パレオパークやながわ

★パレオの日

「巨大オセロであそぼう！」

21 水



内 内容などの詳細は、インスタグラムや館内掲示板でお知らせします。

問 ☎ 577-0101



霧山児童館

★「だんごさしをしよう」

10日㊁ 10:30～12:00

★「いつでもOK ふしぎなカレンダー」をつくろう

13日㊂～16日金(15日㊁は休館)

※主に児童クラブ対象

★「ほん☆よむかい⑤」

17日㊁ 10:30～11:30

★「スポーツでラッキー⑦」

23日金 ※主に児童クラブ対象

※詳細はホームページをご覧ください。

問 ☎ 586-3622



●最新情報は伊達市ホームページからご確認ください。 ●ちびっこ広場は土日祝日のみ開館しています。

1・2月の乳幼児健診・相談会

お子さんの健やかな育ちのため、成長・発達の節目の時期に健診・相談会を実施しています。詳しくはお問い合わせください。
【受診時のお願い】

●お子さんと保護者の体温を測り、37.5℃以上の発熱や感染症の恐れがある人はご連絡ください。別日でご案内します。

問 健幸づくり課地域母子係 ☎ 576-3510

- お子さんの体調が良い時に受診しましょう。
- ご都合により受診できない場合や受診にあたり心配事がある場合はお問い合わせください。
- 対象のお子さんと付き添いの人お一人でお越しください。兄弟も一緒に来る場合は事前にご連絡ください。

| 健診名 | 対象者（誕生日） | 日時 | 受付時間 | 会場・持ち物 |
|-----------|-----------------|---------|--------------------------|--|
| 1ヶ月児健診 | 生後28日～生後5週 | | ※1ヶ月児健診は市ホームページをご確認ください。 | |
| 4ヶ月児健診 | 令和7年8月12日～9月8日 | 1月8日㊁ | 13時～13時20分 | <会場> 伊達市こども家庭センター ※1ヶ月児健診は下記医療機関に各自ご予約ください。 |
| | 令和7年9月9日～10月5日 | 2月5日㊁ | | |
| 7ヶ月児健康相談会 | 令和7年6月1日～10日 | 1月27日㊂ | 9時30分～9時45分 | <持物> ・母子健康手帳 ・健康診査票 ・子どもノート ・バスタオル ・おむつなどお子様の外出に必要なもの ※1ヶ月児、10ヶ月児健診では子どもノートは不要 |
| | 令和7年6月11日～30日 | | 10時45分～11時 | |
| 10ヶ月児健診 | 令和7年3月生まれ | 1月 | 医療機関により異なる | |
| 1歳児健康相談会 | 令和6年12月1日～18日 | 1月13日㊂ | 9時30分～9時45分 | |
| | 令和6年12月19日～31日 | | 10時45分～11時 | |
| 1歳6ヶ月児健診 | 令和6年5月25日～6月18日 | 1月7日㊁ | 13時～13時20分 | |
| | 令和6年6月19日～7月15日 | 2月4日㊁ | | |
| 3歳6ヶ月児健診 | 令和4年6月3日～21日 | 1月14日㊁ | 13時～13時20分 | |
| | 令和4年6月22日～7月11日 | 1月29日㊁ | | |
| 栄養相談 | 乳児を持つ保護者 | 随時(要予約) | 平日 8時30分～17時15分 | |



桑名医院

こばやし子ども・内科クリニック

☎ 583-3024

☎ 577-0663

武田小児科

保原中央クリニック

☎ 575-2439

☎ 575-3231 市HP ▶



1月の休日当番医

[診療時間：9時～17時]

※当番医が変更になる場合や、当番日に診療していない科もありますので、事前にお問い合わせの上受診してください。

| 当番日 | 休日当番医 |
|-----|-------|
|-----|-------|

1日
木
北福島医療センター
(内科・外科・整形外科ほか)
伊達市箱崎字東 23-1
☎ 551-0551

2日
金
ながえクリニック
(内科・循環器内科・外科ほか)
伊達市保原町宇中村町 30-1
☎ 575-1118

3日
土
北福島医療センター
(内科・外科・整形外科ほか)
伊達市箱崎字東 23-1
☎ 551-0551

4日
日
大木内科医院
(内科・呼吸器内科・消化器内科ほか)
伊達市保原町宇元町 4
☎ 575-3343

11日
日
阪内医院
(内科・消化器科・循環器内科ほか)
伊達市梁川町青葉町 97
☎ 577-2222

12日
月
大山クリニック
(内科・消化器内科)
伊達市北後 13-1
☎ 583-2136

18日
日
菊地整形外科
(整形外科・リウマチ科ほか)
伊達市坂ノ上 10-1
☎ 583-2633

25日
日
おの整形外科クリニック
(整形外科・内科・麻酔科ほか)
伊達市梁川町宇西土橋 120
☎ 527-1055

福島県救急電話相談 # 7119

相談時間：毎日 24 時間
☎ 524-3020(短縮ダイヤル # 7119)

福島県こども救急電話相談 # 8000

相談時間：毎日 18 時～翌朝 8 時
☎ 521-3790(短縮ダイヤル # 8000)



チェックシートで確認！

市のホームページには性別ごとの「プレコンセプションケア・チェックシート」が掲載されています。自分の日ごろの生活習慣や健康状態を簡単に振り返ることができますので、ぜひご活用ください。



▼チェック項目例

- ・バランスの良い食事をこころがけ適正体重をキープしましょう
- ・適度な運動をしましょう
- ・ストレスを溜め込まないようにしましょう



市 HP



相談してみましょう！

▼ふくしま性と健康の相談センター

性別を問わず、思春期の健康相談、生涯を通じた女性の健康保持増進、不妊症や不育症、若年妊娠など、妊娠・出産をとりまくさまざまな悩み相談を受け付けています。

[電話] ☎ 070-4209-0972 (月～日) 12時～19時



[メール] fukmid.kenkou@gmail.com

[LINE] 右の二次元コードから追加

LINE▶

[窓口] (一社) 福島県助産師会 (福島市渡利字岩崎町 19-2)

▼伊達市保健センター

保健師・栄養士が健康に関する相談を受け付けます。

[電話] ☎ 576-3510 (月～金) 8時30分～17時15分

[所在地] 伊達市保健センター (保原町大泉字大地内 100)

健康に暮らすための 医師の一言アドバイス

Doctor's Advice of Healthy Life

おしつこはあなたの体の 大切な信号機です

おしつこは体の異常を伝えてくれる大切な信号機です。健(検)診などで自覚症状がなくても、蛋白や糖、潜血がみられたら、黄色信号です。慢性腎臓病は知らないうちに進行します。赤信号になる前にきちんと医師に相談しましょう。



今月の担当
北福島医療センター
志賀 隆 医師

10代～30代の皆さん

“将来のあなた”が健康でいるために

はじめてみませんか？

「プレコンセプションケア」

「プレコンセプションケア」は妊娠や出産を望む人たちだけでなく、性別問わず、自分の未来の病気予防や健康づくりのために注目されているヘルスケアです。健康的な習慣を取り入れることは、自分自身と家族や地域の人たちの笑顔につながります。

問 健幸づくり課地域母子係 ☎ 576-3510



若いころからの健康管理が大切！



定期的な運動



バランスの
とれた食事

伊達市健康増進計画の市民アンケートにおいて、10代～30代の5人に1人が「朝食を毎日食べない」と回答しています。また、「健康を意識して定期的に運動している」と回答した人は27パーセントでした。

若い頃からバランスの良い食事や定期的な運動に取り組むなどの健康管理をすることは、生活習慣病のリスクを減らし、豊かで健やかな人生を送るための基盤となります。

若い女性の「やせ」と健康問題



令和5年国民健康・栄養調査において、20～30歳代女性の5人に1人がBMI18.5未満の「やせ」であるという結果がでており、先進国の中でも高い割合です。「やせ」は、将来的に骨粗しょう症などの健康問題のリスクを高めます。また、若い女性や妊婦のやせは次世代のこどもの健康状態にも関係します。

健康的な体重かどうかを知るために、BMI(体格指数)をチェックしましょう！

$$\text{BMI} = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

…18.5～25未満が普通体重の範囲



今月の納期

納期限は

2/2 (月)



- 市県民税（普徴）(4期)
- 国民健康保険税(7期)
- 介護保険料(7期)
- 後期高齢者医療保険料(6期)

人口と世帯

令和7年12月1日現在の住民基本台帳登録人口・世帯数

| 人口・世帯数 | | 前月比 |
|--------|----------|------|
| 人口 | 55,102人 | -100 |
| 男 | 26,868人 | -55 |
| 女 | 28,234人 | -45 |
| 世帯数 | 23,339世帯 | -16 |

*住民基本台帳登録人口は住民基本台帳に登録された人口であり、直近の国勢調査人口を基本に算出した現住人口とは差があります。

暮らしのサポーターコーナー
vol.199その香りで困っている人がいます
「香りの害(香害)」を知ってますか?

◆事例

- 隣家が使用している柔軟仕上げ剤の匂いで、頭痛やめまい、吐き気が起きた。(50歳代)
- いつもと違う柔軟仕上げ剤を使用したところ、頭痛、吐き気、涙目になり気分が悪くなった。今までこのようなことはなかったが、柔軟仕上げ剤の香りのせいで気分が悪くなることはあるのか。(30歳代)

◆アドバイス

全国の消費生活センターには、柔軟仕上げ剤などの香りで頭痛や吐き気がしたなどの相談が寄せられています。

- 自分にとっては快適なにおいでも、不快に感じたり、体調を崩すことがあることを知ってください。
- 香料を含む製品を使う場合には使用量を守るよう注意しましょう。
- 大勢の人が利用する場所や施設に出かける時、公共の乗り物を利用する時などは、製品の使用にあたり周囲の人々への配慮をお願いします。

★消費生活センター

消費生活センターでは悪質商法による被害、契約トラブル、多重債務問題など消費生活全般に関する消費者からの相談を受け付けています。

受付日時 来所：平日9時～16時

電話：平日8時30分～17時

場 所 市役所中央棟1階 ☎ 574-2233

ました！（斎藤里） もりがとうござい まくいきますように 来年は何事もう ます。（斎藤智） 大切に生きていき もつと一日一日を うで短い！来年は 20年つて長いよ ります。（中村） られるようがんば も地域を元気づけ なりました。来年 なりました。今年もお世話に

編集後記



1月の水道修理当番表

伊達地区管工事協同組合による当番表

伊達地区管工事協同組合▶



| | | | |
|-----|-----|------------|------------|
| 1/1 | 伊保 | (有)志賀設備工業 | ☎ 575-2378 |
| | 伊保 | (有)佐藤設備 | ☎ 583-3140 |
| | 梁靈月 | (株)もりもり住設 | ☎ 573-5936 |
| | 梁靈月 | (有)伊達設備工業所 | ☎ 587-1203 |
| 2 | 伊保 | (有)庄子商店 | ☎ 583-2031 |
| | 伊保 | 古山電設工業(株) | ☎ 576-2998 |
| | 梁靈月 | (有)伊達設備工業所 | ☎ 587-1203 |
| | 梁靈月 | (株)靈山設備工業 | ☎ 586-2161 |
| 3 | 伊保 | 齋藤電建工業(株) | ☎ 575-3194 |
| | 伊保 | (株)東洋住宅設備 | ☎ 575-4555 |
| | 梁靈月 | (株)靈山設備工業 | ☎ 586-2161 |
| | 梁靈月 | 日栄工業(株) | ☎ 577-2255 |
| 4 | 伊保 | (株)信和設備 | ☎ 575-1311 |
| | 伊保 | (有)佐藤設備 | ☎ 583-3140 |
| | 梁靈月 | (株)靈山設備工業 | ☎ 586-2161 |
| | 梁靈月 | 日栄工業(株) | ☎ 577-2255 |
| 10 | 伊保 | (株)東洋住宅設備 | ☎ 575-4555 |
| | 伊保 | (有)志賀設備工業 | ☎ 575-2378 |
| | 梁靈月 | 日栄工業(株) | ☎ 577-2255 |
| | 梁靈月 | (株)森商店 | ☎ 573-3111 |
| 18 | 伊保 | (有)浅尾設備 | ☎ 583-3211 |
| | 伊保 | (有)月館屋燃料店 | ☎ 576-2730 |
| | 梁靈月 | (株)森商店 | ☎ 573-3111 |
| | 梁靈月 | (株)もりもり住設 | ☎ 573-5936 |
| 24 | 伊保 | 齋藤電建工業(株) | ☎ 575-3194 |
| | 伊保 | 保原液化ガス(株) | ☎ 575-2134 |
| | 梁靈月 | (株)もりもり住設 | ☎ 573-5936 |
| | 梁靈月 | (有)伊達設備工業所 | ☎ 587-1203 |

図書館通信
VOL.17

～今月の1冊～



『はじめての
よのなかルールブック
あんしんえほん』

高濱正伸／監修
林ユミ／絵 日本図書センター／出版

事故・病気・犯罪から「自分を守れる子」になるために、小学校入学前後から身に付けたい習慣を紹介しています。子どもに言葉で教えるのは難しい事も、イラストを見ながら話すことで生活のなかのルールを分かりやすく伝えることができます。

伊達市立図書館おはなし会

1/9 ㊁ 10:20～ みにみにおはなし会

1/11 ㊁ 10:30～ わくわくおはなし会

市立図書館
HP

図書館まつり大盛況！(11/29)

おはなし会やコンサート、ゲームや工作のほか家庭教育講演会を開催！

「きいて」「遊んで」「学んで」特別な図書館をお楽しみいただきました。



年末年始休館のお知らせ

市立図書館・各中央交流館図書室は、12/28 ㊁～1/5 ㊁まで休館となります。休館中はブックポストの利用はできませんのでご注意ください。

伊達市立図書館

営 9時～19時 (日祝17時まで) 休 月曜 ☎ 551-2132

伊達市 おかいこ 用具 Vol.10

コレクションカード

おかいこ用具のいろいろ～デニール測定器編～…糸の太さを示す単位「デニール」を測定することは、生糸の品質性や均一性をはかる大事な工程であった



伊達市保原歴史文化資料館は、伊達のお蚕様の歴史を学べる展示「伊達とお蚕様の本場物語」を開催しております。このコーナーでは、国重要有形民俗文化財指定を受けた伊達市所蔵のおかいこ用具をカード形式でご紹介します。

- 【あそび方】①切り取って集めよう（眺めるだけで楽しい！）
- ②説明を読んで学ぼう（展示の予習になる！）
- ③じゃんけん（左上）や、おかいこ度（右下）で競おう！

No. 028 検尺器 1

デニールの測定は糸の長さ450㍍の重さを基準とするため、検尺器を400回転させ450㍍の糸をはかった。取手を回すと糸が回転して糸を巻き取る。回転数は回転指示器で確認できる。明治期に使用。

おかげ度

2只のカタツムリ

No. 029 検尺器 2

糸枠に生糸を掛け、取手を回すと箱内の歯車が順次運動し、糸枠が回転して糸を巻き取る。回転数は回転指示器で確認できる。400回転させてデニールの測定の基準450㍍をはかる。大正から昭和期にかけて使用。

おかげ度

2只のカタツムリ

No. 030 検位衡

検尺器で長さを測った生糸を検位衡の糸鉤に掛け、弦月板の指標が示す数値によって糸の単位デニールを読み取る。明治期に使用。450㍍が0.05グラムの場合は1デニールとなった。

おかげ度

2只のカタツムリ

伊達な 国際交流員・ALTの つれづれコラム → vol.106 ←



現在の価値観は異なつており、これまでの努力が大きく後退しているのを見るのは非常に残念です。それでも私は、これまで通り自分自身の価値観に従って生きていきます。（イボンヌ）

「DEI」
DEI
DEIは「ダイバーシティ（多様性）、エクイティ（公平性）、インクルージョン（包括性）」の略です。アメリカの国際ニュース専門局CNNによると、多様性とは、人種、年齢、民族、宗教、性別、性的指向、身体的能力、その他の社会的アイデンティティなど、あらゆる違いを受け入れること。公平性とは、すべての人を公平に扱い、平等な機会を提供すること。そして包容性とは、すべての人の声を尊重し、さまざまな背景を持つ人々が自由に

意見や視点を表現できる文化をつくること」と説明されています。
アメリカで私の子どもたちが通っていた学校では、子どもたちが自分の家族が話している言語でのあいさつを書いたり、アジアにルーツを持つ息子の意見を丁寧に聞いてくれたりと、こうした取り組みを実際に感じることができます。また、性別の固定観念に当たはまらない人のために、「they / them」というジェンダーニュートラルな代名詞も使われるようになりました。

英訳版を見る▶



にじいろのだて (男女共同参画に関するさまざまな用語を紹介)

『パナティー・ハラスメント(パタハラ)』…育児休業制度などを利用しようとする男性社員への嫌がらせ・不当な扱いのこと。パナティーとは英語で“父性”を意味します。

