



募集

要約筆記者養成講習会などの受講者

障がい福祉課支援係
☎22-7485
☎22-3183
shogafukushi@city.iwaki.jp

要約筆記者養成講習会
日6月1日～8月31日の土曜日(全14回)
時9時30分～16時
所サン・アビリティーズ
定20人(応募多数時選考)
期5月15日(水)必着
○初級点訳者養成講習会
日①6月3日(月)・10日(月)・17日(月)・7月1日(月)・8日(月)・22日(月)・8月19日(月)・9月2日(月)・9日(月)・30日(月)・10月7日(月)・21日(月)・28日(月)・11月11日(月)(全14回)
日②6月3日(月)・5日(水)・19日(水)・7月3日(水)・17日(水)・31日(水)・8月28日(水)・9月4日(水)・18日(水)・10月2日(水)・16日(水)・30日(水)・11月6日(水)・11日(月)(全14回)

時13時～15時(6月3日、11月11日は13時30分～15時)
所①市社会福祉センター
②植田公民館(6月3日、11月11日は市社会福祉センター)
定30人(応募多数時抽選)
期4月19日(金)～5月20日(月)必着
○案内(共通)
対高校生を除く18歳以上で、市内に居住または通勤しており、全日程を受講できる方
料無料(教材費別途)
申同課、各支所・地区保健福祉センターなどに備え付けの申込書(市ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、〒970-1868 障がい福祉課へ(直接持参・FAX可)
育児の援助を行う協力会員
こども支援課こども支援係
☎22-7454
育児の援助を行う協力会員を募集します。会員登録が必要ですので、希望する方は次の研修を受講してください。

国民生活基礎調査に協力を

保健所総務課総務係 ☎27-8555
国民の保健や、医療、福祉、年金、所得などの状況を総合的に判断し、少子高齢化対策などの基礎資料とするため、同調査を実施します。
調査対象となった世帯には、5月下旬と6月下旬から調査員が訪問しますので、調査票への記入をお願いします。

市シルバーリハビリ体操3級指導士養成講座
講座などの受講者
地域包括ケア推進課事業推進係
☎27-8575
○市シルバーリハビリ体操3級指導士養成講座
日5月8日(水)・10日(金)・14日(火)・15日(水)・17日(金)・22日(水)・24日(金)・27日(火)・21日(金)

コンピュータ・カレッジの聴講生など
info@iwaki-cc.ac.jp
☎56-0711
FAX56-0751
○聴講生
日4月23日(火)～7月26日(金)の月～金曜日 8時40分～16時5分
内/料 ITPパスポート(国家資格)取得/17万5千円
期4月19日(金)

生活援助サービス従事者養成研修
日5月23日(水)・28日(火)・30日(木)(全3回)
時9時30分～15時30分
定20人(先着順)
申4月15日(月)からニチイ学館いわき支店へ電話(☎21-7898)またはファクス(FAX21-7931)で
○案内(共通)
所総合保健福祉センター
対市内居住者で、全日程を受講できる方

ください。育児の援助をしてほしい方(依頼会員)は随時登録可能です。
○病児・病後児の預かりや急なお子さんの預かりなど
日4月27日(土)、5月12日(日)・19日(日)・25日(土)、6月8日(土)・22日(土)・29日(土)(全10回程度。8回目以降は随時決定) 9時～12時30分
所総合保健福祉センター
定30人(応募多数時抽選)
※申し込み方法など詳しくは

ひとり親家庭の経済的な自立を支援
こども家庭課家庭支援係 ☎27-8563
○自立支援教育訓練給付金事業
教育訓練対象講座を受講し修了した場合、その経費の60%に相当する額(上限20万円)を支給します。
○高等職業訓練促進給付金等事業
看護師や介護福祉士などの資格取得のため、1年以上養成機関で修業する場合に、高等職業訓練促進給付金を支給し、修了後には修了支援給付金を支給します。
①高等職業訓練促進給付金=月額10万円(市民税非課税世帯)、月額7万5000円(市民税課税世帯)
②修了支援給付金=5万円(市民税非課税世帯)、2万5,000円(市民税課税世帯)
※申し込み方法など詳しくは、同課または各地区保健福祉センターへお問い合わせください。

は、いわき緊急サポートセンター(☎080-9011-9930)へお問い合わせください。
○習い事への送迎・放課後のお子さんの預かりなど
日5月22日(水)・29日(水)、6月5日(水)・12日(水)(全4回) 9時～正午
所ゆつたり館
定20人(応募多数時抽選)
申市ファミリー・サポート・センターへ電話(☎43-0813)で
期5月18日(土)

「土地・家屋価格等縦覧帳簿」の縦覧を実施

資産税課土地係 ☎22-7430・7431
家屋係 ☎22-7432・7433
平成31年度固定資産税の納税者の方は「土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿」を縦覧できます。
同帳簿は、市内の土地・家屋の評価額などを、所在地番順に一覧表示したもので、自己の土地・家屋の価格を、他の土地・家屋の価格と比較することができます。
縦覧の申請の際は、申請者の印鑑、身分証明書、固定資産税納税通知書(確定通知書)などをお持ちください。代理の方(法人の場合は従業員など)による縦覧は委任状が必要です。
日～5月7日(火) 8時30分～17時
所同課、各支所・税務事務所
※同帳簿の写しの交付は行いません。同帳簿には所有者の情報は記載していません。また、縦覧期間中は、土地補充台帳の閲覧はできません。

○前期科目履修生
日4月23日(火)～9月30日(月)
期4月19日(金)
※科目により受講日と時間、受講料が異なります。
○学校見学会の参加者
日5月18日(土) 9時～14時
内入試説明、施設見学、体験学習
○ワード基礎講座の受講者
日5月20日(月)～24日(金)(全5回) 18時～20時30分
定30人(応募多数時抽選)
料9千円(教材費別途)
期5月10日(金)
○案内(共通)
申FAXで

募集 動物愛護センター整備検討市民委員会委員
保健所生活衛生課動物愛護係 ☎27-8592
市では(仮称)動物愛護センターの整備を検討しており、機能や施設規模などを検討する同委員会の委員を募集します。
対4月1日現在、18歳以上の市内居住者で、動物の愛護や管理の在り方に興味があり、動物関係団体への所属・参画や動物関連業務への従事の実験がなく、平日の日中に年4回程度開催する会議に出席できる方
任/定委嘱の日から1年程度/2人程度
申/期任意の様式に住所・氏名・年齢・性別・生年月日・電話番号・勤務先(現在就労していない方は略歴)・応募の動機を記入し「動物の愛護および管理について」を400字程度にまとめ、同課へ持参提出/5月10日(金)

お知らせ

お知らせ

フラワーセンター
各種教室の受講者

☎22・5667
 ①ハーバリウムⅡ5月1日(水) ②レカンフラワーの置き物Ⅱ5月2日(木) ③母の日のハーバリウムⅡ5月11日(土) ④陶芸で小さな花瓶Ⅱ5月11日(土) ⑤クラフトパンチで飾り花Ⅱ5月23日(木) ⑥花のトピアリーⅡ5月25日(土) ⑦初夏の寄せ植えⅡ5月25日(土)
 ①10時～正午(1回目) ③13時30分～15時30分(2回目) ④⑦13時30分～15時30分
 ①16人 ②10人 ③11人 ④15人 ⑤11人 ⑥10人 ⑦20人(いずれも先着順)
 ①1千500円 ②2千300円 ③1千500円 ④1千200円 ⑤1千300円

募集 環境まちづくり担い手育成支援事業の提案
 環境企画課環境保全係 ☎22-7441
 環境保全に関する事業の提案を募集します。審査で選定された提案は、市の委託事業として実施します。
内 次のいずれかに該当する提案で、単年度1事業当たりの事業費が50万円程度のもの ①環境学習などの企画運営に関すること ②環境保全活動の担い手育成に関すること ③再生可能エネルギーに関すること ④生物多様性に関すること
対 市内を中心に活動する営利を目的としない団体で、市の委託を受けて提案内容が実施可能な団体
申 同課に備え付けの提出書類(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、持参提出
期 4月15日(月)～5月8日(水)

市民の
健康教室
 提供・問い合わせ
 (一社)いわき市医師会
 ☎38-4201

酒は百薬の長？

古くから少量の酒は健康に良いが、飲みすぎると健康に悪いとされてきました。しかし昨年八月、飲酒と健康についての従来の定説を覆す研究結果が発表されました。この研究は、世界的に権威のある医学雑誌『ランセット』に掲載されました。世界百九十五カ国で実施された五百九十二ものデータを統合した大規模なもので、心筋梗塞やがんなど種々の疾病と飲酒との関係を総合的に評価したものです。その結果、アルコールはたとえ少量でも健康に悪いという結果が見いだされました。

具体的には、一日一杯の飲酒では健康を害する危険性はごくわずかですが、一杯を超えると飲酒量に伴い死亡率が増加していました。ここでいう一杯とは純アルコール換算で十グラム、グラス一杯のワインやビールに相当します。皆さんが適度と考える酒の量よりだいぶ少ないのではないのでしょうか。疾患別にみると、飲酒量とがんの発症率が相関し、特に乳がんが明らかでした。一方、脳梗塞や心筋梗塞など動脈硬化に由来する病気の危険性は少量の飲酒に限っては認められませんでした。

総合すると、最も健康に良い飲酒量はゼロであり、少なければ少ないほど良いがせめて一日一杯までという結論でした。もちろん、健康への影響は別として、酒が日々の生活に彩りを添えるということはあるでしょう。酒を酌み交わしながらの友人との会話が楽しみ、忙しかった一日の夕食前一杯が楽しみ、という方もいるでしょう。飲酒は全くいけないとは言いませんが、今回の研究結果をみると、ごく少量を楽しんで飲むのが良いかもしれません。

お知らせ

500円 ⑥1千200円 ⑦1千300円
 ④4月15日(月)9時から ☎で
生涯学習プラザ
市民講座の受講者
 ☎37・8888
 FAX 22・5555
 info@iss.jp

朗読教室(夜の部)Ⅱ5月8日・22日、6月12日・26日、7月10日・24日
 水曜日(全6回) ②パソコン入門Ⅱ5月9日・30日
 木曜日(全4回) ③朗読教室(昼の部)Ⅱ5月10日・24日、6月14日・28日、7月12日・26日の金曜日(全6回) ④触れ合い体操Ⅱ5月25日(土) ⑤P D F講座Ⅱ5月26日(日)
 ①18時30分～20時30分 ②13時30分～15時30分 ③10時30分～正午 ④10時～12時30分
対 ①②③④⑤ 高校生を除く18歳以上の方 ④11歳以下と保護者
定 ①10人 ②10人 ③10人 ④10組 ⑤124人(いずれも応募多数時抽選)
料 無料(②は教材費別途)

相談
 住まい政策課
 ☎22・1178
 土砂災害特別警戒区域に指定された場所に、指定日以前から居住し、安全な場所への移転や建物の改修を検討している方は、支援を受けられる場合がありますので、早めに同課へ相談してください。

休日納税相談
 税務課徴収企画係
 ☎22・7424
 4月21日(日) 9時～16時
内 同課、各税務事務所
所 納税の納付や納付方法の相談、納付書の再発行など

土砂災害特別警戒区域からの移転などの相談
 住まい政策課
 ☎22・1178
 土砂災害特別警戒区域に指定された場所に、指定日以前から居住し、安全な場所への移転や建物の改修を検討している方は、支援を受けられる場合がありますので、早めに同課へ相談してください。

アリオス主催 公演チケット発売開始のお知らせ アリオスチケットセンター ☎22-5800

公演名	とき	料金	予約開始
DULL-COLORED POP 福島三部作 第二部「1986年：メビウスの輪」	7/6(土) 18時30分～、 7/7(日) 14時～	一般=3,000円、高校生以下=1,000円、セット券=4,500円 ※未就学児入場不可。	5/11(土) 10時～
DULL-COLORED POP 福島三部作 第三部「2011年：語られたがる言葉たち」	9/7(土) 18時30分～、 9/8(日) 14時～		

▶購入方法 ①電話予約 ②インターネット予約 ③窓口販売(発売2日目から取り扱い)

血液内科① **リンパ節腫大**
Q リンパ節とは？
A リンパ節とはリンパ液の流れの中継地点で、リンパ球が体内の異物を捕らえて反応する場所です。体の外から触られるのは、首、脇の下、たどきなどに起こります。歯科処置太ももの付け根のリンパ節です。
Q リンパ節が腫れた場合は？
A まずは大きさと、押したときに痛みがあるかどうかを確認しましょう。大きさが二センチメートル以下で、押したときに痛みを感じる場合は、ウイルスや細菌による感染症がほとんどです。咳や鼻水、喉の痛みなど風邪の症状があるときは、ウイルス感染によるリンパ節の腫れなので、多くの場合は時間の経過により良くなります。細菌の感染は虫歯や手足の化膿のほか、猫に引っかかれ、たどきなどに起こります。歯科処置や抗生剤が必要になる場合もあります。め、かかりつけ医に相談しましょう。
Q リンパ節が腫れた場合は？
A まずは大きさと、押したときに痛みがあるかどうかを確認しましょう。大きさが二センチメートル以下で、押したときに痛みを感じる場合は、ウイルスや細菌による感染症がほとんどです。咳や鼻水、喉の痛みなど風邪の症状があるときは、ウイルス感染によるリンパ節の腫れなので、多くの場合は時間の経過により良くなります。細菌の感染は虫歯や手足の化膿のほか、猫に引っかかれ、たどきなどに起こります。歯科処置や抗生剤が必要になる場合もあります。め、かかりつけ医に相談しましょう。

放射線科医療録① **画像診断と放射線治療**
画像診断と放射線治療
 放射線科は医学の中でも比較的歴史の新しい診療科の一つです。一八九五年にドイツ人のレントゲンによって発見されたX線の医療への応用を始まりとすると、わずかに百二十年程度の歴史しかありません。しかし近年、CTやMRIの普及によって急速に画像診断の需要が高まり、これらに専門的に関わる画像診断医の必要性が医療現場で高まっています。一方、放射線・粒子線による直接治療に應用する分野もほぼ同時に発展し、今では手術・化学療法と並び、がんの三大療法の一つとされていますが、こちらも診断医と同様に医師の不足が課題となっています。放射線科は画像診断の専門家である治療医から構成されており、それぞれに学会などが認定する専門医制度があります。おおむね十年程度の研修を経て専門医を名乗ることができます。

かかりつけ医の紹介・相談やこれまでの掲載内容は、医師会事務局へ(ホームページURL) http://www.iwaki.or.jp/