

広報いわき

# IWAKI

2025年

# 2

Vol.703

常磐「者」







特集 1

# 「常磐もの」と「常磐者」

## 宝の海を後世へ

いわきの海岸線は、いわき七浜と呼ばれ、全長60kmにも及ぶ美しい景観が続いています。

そのいわき沖は、千島海流の親潮と日本海流の黒潮が交わる「潮目の海」として豊かな漁場が形成されています。黒潮とともに北上してきたさまざまな魚が、親潮で発生した豊富なプランクトンを食べて繁殖するため、質の良い魚介類がたくさん取れる、まさに「宝の海」です。

この宝の海の恵みを受け、本市には北から久之浜、四倉、豊間、小名浜、小浜、勿来など多くの漁港が整備され、古くから栄えた水産業は港町の発展を支えてきました。

水産業の中でも、本市では沿岸漁業や沖合漁業が特に盛んです。漁法もさまざまなで、大きな袋網で海底を引っ張り、海底近くにいる魚等を取る「底引き網漁」や、魚の群れをぐるりと網で囲み、網の底から絞り上げる「まき網漁」、漁師が海に潜り岩陰にいるアワ

ビやウニを探して取る「潜水漁」など、あらゆる漁法を用い、多種多様な水産物を漁獲しています。

本特集では「宝の海」を後世へつなげるために奮闘する方々の姿と想いに触れ、いわきが誇る水産業と水産物の魅力についてお届けします。

## 新たな時代に向けて

『常磐もの』とは、古くからの海の恵みを大切にし、食文化として育ててきた本市の水産物と水産関係者の総称です。

常磐ものをいかにして取り、価値を加え、皆さんの食卓へ新鮮な状態で届けるかは『常磐者』である水産関係者が担っています。

海に生きる人々は、自然と向き合いながら、その厳しさと美しさを日々感じ、先人たちが真摯に向き合ってきた宝の海を大切に守り、地域独自の伝統や文化を育んできました。

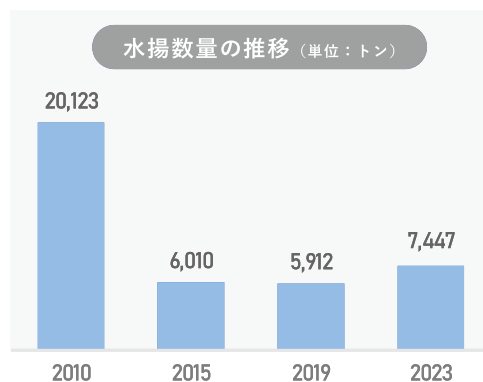
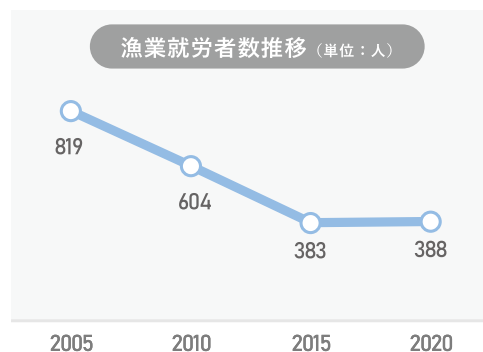
少子高齢化のこの時代、どの分野も担い手不足は深刻であり、これは水産業も同様です。

世界に誇るいわきの常磐ものを次世代へつなげるためには、若い世代の常磐者の存在が不可欠です。

## 「常磐者」の現状

本市の漁業就業者は、2005年の819人から2020年には388人と大幅に減少しています。さらに、市内の水揚げ数量においても震災前(2010年)の約20,123トンに対し直近(2023年)では、約7,447トンまで減少しており、担い手不足による水揚げ数量への影響が深刻な状況となっています。

世界に誇る常磐ものも漁業関係者がいなくなるとは衰退の一途をたどるほかありません。この流れを打開すべく行政だけでなく、若い世代の漁業関係者も交えたさまざまな取り組みが行われています。







## 先人たちの誇りを 受け継ぎ、次世代へ

### 「常磐者」の挑戦

漁師は、季節によって取る魚の種類を決め、天候を見ながら船を出し、風や潮の流れを読みながら魚のいる位置を探り当てて網などを仕掛けます。天

候や魚の習性を読み解きながらの漁は、魚たちとの頭脳戦です。自らの経験と知識、そして積み重ねてきた技術をもとに、新鮮な魚を取り、多くの食卓へ届けることで、魚食文化の発展と水産業の振興に大きく寄与しています。

一方で、昨今の漁業就労者は著しい減少傾向にあり、第一次産業である漁業の衰退は、漁獲量の減少だけでなく、水産加工や水産物流など関連する地域産業への直接的な影響のほか、私たち消費者に対しても大きな影響を及ぼします。

また、これまでの長い歴史で培われてきた伝統や技術など、地域に根付いていた漁業文化が失われてしまう懸念もあります。

こうした課題解決に向け、若手漁業就業者による担い手対策に向けた挑戦が始まっています。

また、小売業においても、歴史と伝統を受け継ぎ、そして地域の魚食文化を支えるため、新鮮な魚をよりおいしく提供するために尽力されている方がいます。

こうした「常磐者」の方々のさまざまな挑戦によって、宝の海が守られ、「常磐もの」という誇り高きブランドを次世代へつないでいます。

### 「常磐もの」に付加価値を

小売業者 松田 幸子 さん

鮮魚の小売業を営む松田幸子さんは、自身が3代目になります。19歳からお店に立ち、魚をさばいたり、干物を加工するなど、魚の個性を生かす技術を磨いてきました。冬のこの時期は水が冷たく大変ですが、お客さんの喜ぶ顔を思い浮かべながら日々仕事に没頭しているとのこと。

「特に干物が良く仕上がった時はうれしいです。自慢の常磐ものに付加価値を付けた感じです。早くお客さんに食べてほしいという気持ちになります」と忪む手<sup>かじか</sup>をさすりながらも満面の笑みで話してくれました。

「漁師さんが命懸けで取ってきた魚ですから、1匹たりとも無駄にはしたくありません」と話す表情からは、魚に対する強い愛情と常磐ものを扱う誇りが感じられました。

### 受け継がれる常磐者としての意思「魚の個性を生かす」

さんけい魚店は、創業40年、港町小名浜で長く住民の暮らしを支えてきた鮮魚店です。常磐ものを中心に新鮮な魚介類を販売しており、中でも1尾ずつ丁寧に干し上げた干物も自慢の一品。保存料などを使わず、旬の素材のおいさをそのまま味わうことができます。



### 漁師の誇りを次の世代へ

漁師 佐藤 文紀 さん

漁師の佐藤文紀さんは、祖父の代から漁師で、自身が3代目になります。大学2年生の時に東日本大震災を経験し、一度は別の仕事に就くも漁師になる夢を諦めきれず、東京電力福島第一原発事故後に続いていた本県沖のヒラメの出荷制限が解除された際に勤めていた会社を辞め、漁師の道に入りました。

「今は漁師になった喜びと誇りをかみしめながら、父の背中を日々追いかけています。とびきり良い魚が取れた時やお客さんから『おいしかったよ』と言ってもらえる時は喜びもひとしおです」とうれしそうに話してくれました。

また、若い世代が漁業に就く環境づくりにも力を入れており、自分にしかできないチャレンジをこれからもしていきたいと意気込みを語ってくれました。



### 30年後の漁業を考える「JFいわき市担い手対策プロジェクト」

後継者世代が現在抱えている悩みや不安を共有し合い、将来に向けて新たな挑戦をすることを通して、今後の経営計画や将来像を描きやすい状況をつくることを目指し、月に一度、若手漁業就業者（就業予定者）等で集まり、新漁法導入の検討をするなど、新たな挑戦が始まっています。







## 県内唯一の専攻科

水産業における担い手づくりの一つに、小名浜海星高校の生徒さんがあげられます。

航海士や海技士の資格を学習する「海洋科」や、水産加工品の製造・販売等、食について実践的に学習する「食品システム科」など、専門的な学科が多岐にわたります。

また、県立高校としては、県内唯一となる5年間一貫教育の専攻科が設置され、専攻科修了生は日本全国の関連産業界で活躍しています。

専攻科は「海洋科」「無線通信科」「機関科」に分かれ、より高度な知識と技術を学ぶとともに、常磐者の卵として実践的な実習も行っています。

航海実習では、練習船「福島丸」に乗船し、およそ2カ月間で、9,000キロに上る実習を行っています。本年度2回目となる遠洋航海では、生徒39人が乗船し、日付変更線付近でマグロのはえ縄漁などを行いました。

水産業の即戦力・プロフェッショナルとして希望に溢れる新たな常磐者が生まれています。

## 誇り高き、常磐もの

本市で水揚げされた新鮮な常磐ものは、震災前から築地市場などの水産関係者の間で高く評価されてきました。

市内の関係者も「常磐もの」という言葉に誇りを持ち、関係者が一体となって、消費者の認知度向上、消費拡大を進めています。

行政も連携し、常磐ものを給食で提供したり、出前講座の実施など、魚食への理解と普及推進を図る取り組みを進めています。

また、幅広く本市水産物の魅力に触れる機会を創出しながら、新たなファン層の獲得・拡大を図るため、豊洲市場内等でのPRイベントや都内レストランでの試食会なども積極的に実施しています。

これまで多くの「常磐者」が船や店の看板、そして宝の海を守り続け、築き上げてきた「常磐もの」。

この誇り高きブランドを次世代につないでいくためにも、地元消費者として私たち自身が魚食文化を推進し、その魅力を次世代へ伝えていくことが大切です。

## 未来を担う水産業の宝

小名浜海星高校の生徒さん

取材に伺った日は、水産物の加工実習が行われていました。この日調理していたのは「ギョロック」と呼ばれる魚のコロックです。スケトウダラに野菜を入れたすり身を成形し、パン粉を付けてフライにしたものです。

授業を受ける生徒の眼差しは、まさに真剣そのもので、将来の水産業を支える志の高い生徒で溢れていました。本市が誇る常磐ものは、今後こうした若い世代の力でさらなる飛躍が期待されます。



## 私も皆さんのもとへ「新鮮な魚」を

吉田 光 さん

小名浜海星高校水産科（海洋工学科）卒業後、専攻科（機関科）へ進学。4月からは市内の水産会社への就職を予定。「幼い頃から海が大好きで、将来は水産業の仕事がしたいと考えていました。さまざまな漁を経験しながら、皆さんの食卓に新鮮な魚を並べるお手伝いをしていきたいです」と話してくれました。



JŌ BAN  
常磐もの  
IWAKI

## 毎月7日は「さかなの日」

本市では「魚食の推進に関する条例」に基づき、毎月7日を「魚食の日（さかなの日）」と定めており、「さかなの日」協力店では毎月7日に魚食の推進に関する取り組みやサービスを実施しています。

## イベント情報

### 常磐もの応援キャンペーン

新鮮でおいしい県産の水産物や常磐ものなどが買える販売キャンペーンを開催します。（商品がなくなり次第終了）  
※支払いは現金のみ、エコバックを持参してください

**3月2日(日)** 7:00～8:00 卸売市場 水産棟

### いわき七浜おさかなフェスティバル2025

市内水産業関係事業者が一体となり、常磐ものをはじめとする本市水産物や水産加工品のおいしさ等の魅力を伝え、消費拡大、販売促進を図るイベントなどを実施します。

**3月9日(日)** 10:00～14:00 小名浜アクアマリンパーク







特集  
2

# 合同企業説明会2025

## 3月3日月4日火

開催時間  
9:00 ~ 17:40

過去に合同企業説明会に参加し、市内企業に就職した方の声

Q. 合同企業説明会に参加したきっかけは？

A. いわきに帰って就職したいと思っていましたが、企業を知るのが難しいと感じていました。そんな時、就職応援サイトやXで合同企業説明会を知りました。

Q. 合同企業説明会に参加する方へのメッセージ

A. 市内最大規模のこの説明会では一度にたくさんの企業を知ることができ、すごく良い機会でした。皆さんもぜひ参加してください。



堺化学工業㈱ 鈴木 友佳さん



ひまわり信用金庫 高坂 柚羽さん

Q. 合同企業説明会に参加したきっかけは？

A. 就職活動のために登録していたLINEで知りました。就職活動の開始の時期だったので「まず参加してみよう」と思い、参加しました。

Q. 合同企業説明会に参加する方へのメッセージ

A. 今の仕事を通じていわきには魅力的な企業がたくさんあると実感しています。自分に合った魅力的な企業を見つけてほしいです。



## 就職応援サイトを全面リニューアル！「フラ・ジョブ I WAKI」

「いわきの企業を知るツール」として、求人・企業情報に加え、職場の雰囲気や先輩インタビューの掲載のほか、求職者のマッチング機能や観光、文化、子育て支援情報などを追加し、幅広く発信しています。

新規卒卒者の方、中途採用やU・Iターン希望の方など、どなたでもご覧いただけます。登録企業も募集中です。



会場 いわき産業創造館（LATOV 6 階）

対象 卒業年次前の学生（大学3年生など）とその保護者、U・Iターン希望者（年齢制限なし）



# 160

過去最大級！  
社が参加！

事前エントリー受付中

次の二次元コードからお申し込みください。



▲参加企業



▲学生・U・Iターン



▲保護者の方

## 若者への期待を込めて！

いわき市長 内田 広之

若者には、夢に向かって大いに挑戦し、努力を惜まず、失敗を乗り越え、成長してほしいです。

市内には、高い技術力やシェアで国内外から高評価を得ている企業、次世代エネルギー・蓄電池をはじめ脱炭素等、社会課題解決に寄与できる業種、語学やデジタル、大学院レベルの研究などで身に付けた能力を発揮できる職種が数多く存在します。市内でも、首都圏などで学んだ後、挑戦できる就業機会がたくさんあることを改めてお伝えしたいです。こうした市内企業の特色や労働環境など、いわきで働くことの魅力を「見える化」したWEBサイト「フラ・ジョブ I WAKI」を公開しています（次ページ下段参照）。いわきで自己実現したい若者のため、こうした取り組みも始めています。





特集 4

いわき F C

2025シーズン開幕！

IWAKI FC  
ホームページ

OPENING MATCH

VS ジェフユナイテッド千葉

2/15 sat  
14:00

ハワイアンズスタジアムいわき

KICKOFF

2025  
スローガン

REBOOT.

すべてを越えろ

今年もハワスタへ応援に行こう！

特集 3

なくそう！不法投棄



不法投棄は重大な犯罪です

不法投棄をすると5年以下の懲役もしくは1千万円以下（法人は、3億円以下）の罰金、またはその両方が科せられます。



昨年度、本市におけるごみの不法投棄通報件数は、301件に上っています。農道や山林、空き地など、人目につかない場所への不法投棄が後を絶ちません。

不法投棄は、有害物質による環境汚染や景観の悪化、悪臭、害虫の発生などをもたらすとともに、新たな不法投棄を誘発させる恐れもあり、私たちの生活環境に大きな影響を及ぼします。

また、これからの季節は、大掃除や引っ越し等で発生する大型ごみや廃家電などの不用品の不法投棄の増加が懸念されます。

燃やす大型ごみは、各清掃センターへ、燃やさない大型ごみは、クリンピーの丘へ搬入するようにしてください。自身で搬入できない場合には、お住まいの地区の大型ごみ受付センターへお申し込みください。



なお、本年3月から本市のLINE公式アカウントからも大型ごみの収集申し込みが可能になります。

最近では、不用品回収と称して、市の許可を受けずに家庭ごみの収集運搬を行っている業者がいます。こうした業者による不法投棄も発生しており、市から家庭ごみの収集運搬の許可を受けていない不用品回収業者へ家庭ごみの処分を依頼しないよう、ご注意ください。

不法投棄が行われている、もしくは行おうとしている現場を見かけた場合は、廃棄物対策課または最寄りの支所や警察署へご連絡ください。通報時には日時、場所、投棄者の性別・人数、車両の特徴、投棄物などをお伝えください。

美しい自然環境と豊かな住環境を守るためにも不法投棄の撲滅にご協力をお願いします。



不法投棄を発見したら、廃棄物対策課 ☎22-7439  
もしくは、最寄りの支所、または警察署にご連絡ください



不法投棄監視サポーターを募集しています

市民の皆さんが趣味や健康のためにやっている散歩やジョギングに併せて、不法投棄などの未然防止と早期発見を図り、生活環境の保全を目的とするボランティア活動です。昨年12月末現在で、931名が登録しています。

## 活動内容

- ①散歩などの際に不法投棄防止の啓発活動として、貸与品のベストや帽子を身に着ける。
  - ②不法投棄を発見した場合は、市などへ通報する。
- ※安全のため投棄者への直接注意などは、行わないでください

応募資格、登録方法など  
詳しくは、市ホームページで➡



## 【活動事例】川部中学校の皆さん

川部中学校では、今年度、生徒会と環境整備委員会が中心となって、中学校周辺の通学路などの清掃活動と併せて、不法投棄防止パトロールを実施。自分たちの住むまちを自らの手できれいにすることで、地域の一員としての自覚を再認識し「ごみを拾う運動」から「ごみを捨てない運動」への意識改革を進めています。





TOPIX  
2

## ごみ袋の要件緩和

お問い合わせ  
資源循環推進課 ☎22-7529

4月1日から、使用できるごみ袋の種類が増えます。これまでは「縦70cm・横50cmで、無色かつ透明のポリエチレン製の長方形の袋」のみでしたが、袋の要件が緩和され「容量が15L以上45L以下で、内容物を識別できる無色のポリエチレン製の袋」を使用することができるようになります。

なお、事業系一般廃棄物の排出に使用する容器に変更はありませんので「家庭ごみの収集カレンダー」を確認し、ごみ排出に関するルールを確認しましょう。

## 変更のポイント

POINT! ①

## 容量

- ✓ 容量が15L～45Lの範囲内ならサイズに制限なし
- ✓ 45L袋は、内容物の重さで破れないように注意

POINT! ②

## 色

- ✓ 内容物が確認できれば半透明の袋も使用可○
- ✓ 色付き袋は使用不可×
- ✓ 文字・マークなどが印刷された袋は使用不可×

POINT! ③

## 形

- ✓ これまでの長方形袋だけでなく、取っ手付き袋も使用可○

TOPIX  
3

## 市議会12月定例会を開催

お問い合わせ  
総務課 ☎22-7401

いわき市議会12月定例会が、12月5日から18日までの14日間の会期で開催されました。条例改正や補正予算などが審議され、63議案が可決・承認・同意されました。

## 市長からの主な行政報告

## 〇いわき市民スポーツ栄誉賞の授与について

昨年9月に開催された「パリ2024 パラリンピック競技大会」の「柔道女子48kg級 J1クラス」において、銀メダルを獲得した本市出身の半谷静香さんの功績を称え「いわき市民スポーツ栄誉賞」を授与するとともに「いわき応援大使」を委嘱したことを報告しました。



## 〇国連ユニタール CIFAL ジャパン国際研修センターの開設について

国連機関のユニタールが地域リーダーを育成するため世界各地で展開している「CIFAL 国際研修センター」について、本市に日本初となる拠点を開設するため、協力協定書を締結したことを報告しました。

## 議会だより『ほうれんそう』

市議会では、市民の皆さんに議会の活動についてご理解いただくことを目的に、定例会終了後および改選・委員会構成替え後に、議会だより『ほうれんそう』を発行しています。詳しくは、議会事務局（☎22-7535）へお問い合わせください。

TOPIX  
1

## スマホ市役所に新機能追加

お問い合わせ  
構造改革・DX推進課 ☎22-7473

昨年10月から開始した本市のLINE公式アカウントを使用した「スマホ市役所」に新たな便利機能が追加されます。まだ登録がお済みでない方、ぜひ登録してサービスをご活用ください。

## 登録方法① 二次元コードから登録

LINEアプリの「ホーム」→ →「QRコード」で右の二次元コードを読み取り



## 登録方法② ID検索から登録

LINEアプリの「ホーム」→ →「検索」で右のIDを入力

LINE ID @iwakicity

## 01 「お出かけ市役所」の予約

運用開始

2月1日(土) ~



## 自宅でも困りごとを解決

窓口に行くことが難しい方を対象に、行政MaaS車両が訪問し、担当課とオンラインでつなぎます。自宅にしながら福祉相談や母子健康相談、行政手続き相談などを行うことができます。

## 02 大型ごみの収集申し込み

運用開始

3月1日(土) ~



## 従来よりも利便性アップ

電話による申し込みに加え、LINEを活用した申し込みを開始します。都合の良い時間に、案内に従って粗大ごみの種類や収集希望日などを入力するだけで申請が完了します。

## 03 公共施設の利用予約

運用開始

3月13日(木) ~



## 大幅リニューアル

これまでの施設の空き状況の確認や仮予約に加え、新たに施設の本予約やクレジットカードによるキャッシュレス決済にも対応します。

- 施設の予約を行う場合は、事前にシステムの利用者登録が必要です。（各施設の窓口にて申請）
- 3/6(木)～12(水)は、システム移行期間のため、予約の申し込みは窓口対応のみとなります。
- キャッシュレス決済は4月以降運用開始予定です。
- 現行システムにおいて、過去2年間に利用実績のあった利用者の情報は新システムに移行します。引き続き、新システムを利用する場合は、各施設の窓口で新システムの利用者IDと初回ログイン用の仮パスワードの発行を受けてください。





## 「市長と地域ふれあいトーク」を実施

常磐地区・内郷地区

11/29(金)



▲「童謡のまちづくり市民会議」の皆さん



▲「内郷まちづくり市民会議」の皆さん

### 常磐地区・内郷地区で開催

#常磐 #内郷 #まちづくり #歴史 #童謡 #防災対策

11月29日、今年度最後となる「市長と地域ふれあいトーク」を開催しました。

常磐地区では「童謡のまちづくり市民会議」の皆さんと、童謡館の歴史や野口雨情と湯本温泉のつながり等について意見交換した後、参加者全員で雨情が作詞した「シャボン玉」などの童謡3曲を歌いました。

内郷地区では「内郷まちづくり市民会議」の皆さんと、これまでの活動内容や防災対策、魅力あるまちづくりについて意見交換しました。



■写真1 親戚・隣近所の人たちが七五三を祝う・遠野町入  
遠野 [昭和49 (1974) 年11月 高橋久美子氏提供]



■写真2 家族で七五三を祝う・立錫鹿島神社  
[令和4 (2022) 年10月 いわきジャーナル撮影]

七五三をみんなで祝う  
7歳、5歳、3歳の時に祝う「七五三」は、平安時代後期にその原型が生まれました。かつては乳幼児の死亡率が高かったことを背景に、それぞれめでたい年齢まで元気に育ったことを祝う習慣が根付いたものです。

年齢と男女の組み合わせはいわき地方も含め地域によって異なり、呼び方も祝い方も異なっていました。令和5(2023)年、NHKの番組「チコちゃんに叱られる」で、七五三を親戚・隣近所を招いて盛大に行う地域が紹介されていました。年配者に話を聞くと、いわき地方でも農村部を中心に行われていたと複数人からの証言があり、写真も出てきました。

(いわき地域学會 小宅幸二)

## 写真が語る「いわき」の歴史



TOPIX  
4

## 空き家の予防と利活用

お問い合わせ

住まい政策課 ☎22-7593

人口減少などに伴い、空き家が増加傾向にありますが、空き家を放置するとさまざまな問題が発生します。空き家は、約6割が相続により取得されており、現在空き家をお持ちでない方も今後取得する可能性があります。ご家族でよく話し合い、空き家の利活用について考えてみましょう。

### いわき市の空き家の状況

本市の空き家率は全国平均よりも高く、約7戸に1戸が空き家となっています。さらに、こうした空き家の約4割が利活用の目途が決まっていない状況です。

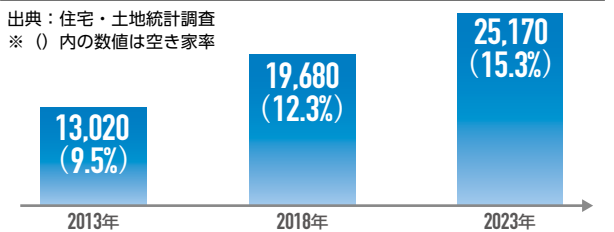
#### 空き家の放置が続くと…

- 建物の老朽化が急速に進行
- 倒壊したら損害賠償を請求されることも
- ごみが捨てられ、景観などに悪影響
- 不審者が侵入するなどの可能性も



#### 市内の空き家数の推移 (単位: 戸)

出典: 住宅・土地統計調査  
※ () 内の数値は空き家率



### 空き家化予防のポイント

#### POINT 1 登記の名義を確認する

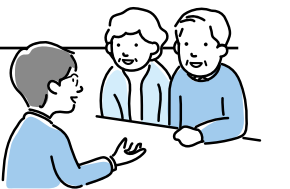
所有権を故人から変更していないかもしれません。必要な登記手続きを済ませましょう！

#### POINT 2 相続について考える

将来、親族が相続問題で悩まないように空き家の相続について、事前に話し合っておきましょう！

#### POINT 3 司法書士などの専門家に相談する

市では、登記や相続、売買など空き家に関するさまざまな相談窓口として相談ナビゲーションダイヤルを設置しています。また、司法書士などの専門家に対面で相談できる空き家と住まいの相談会（年4回）も開催しています。



### 「空き家バンクいわき」の活用

市では、空き家の所有者と空き家利活用希望者をマッチングする「空き家バンク」を運営しています。簡単に物件登録ができ、手数料も無料です。空き家解消の第一歩として、まずは相談してみましょう。



空き家の処分について長年不安に感じていましたが、空き家バンクで売却することができ、肩の荷が下りました。

マッチング実績 **50** 件

改修費最大 **50** 万円補助

空き家バンクを利用して住宅を購入すると、改修工事費の補助を活用できると聞き、購入を決めました。



ご相談は「NPO法人いわき市住まい情報センター」 ➡ ☎84-5341





## 令和7年東日本大震災追悼式

総務課 ☎22-7401

日時 **3/11**(火) 14:45～(14:00開場予定)

場所 アリオス中劇場  
※式典終了後、16時まで自由献花の時間を設けます(献花の花は市が用意します)



## 市民交通災害共済の加入受け付け

生活安全課 ☎22-1152

市民交通災害共済は、年間1人500円の掛け金で、交通事故による災害の程度に応じて、見舞金などを受け取れる制度です。

対象 本市に住民登録がある方

共済期間 本年4月1日～来年3月31日(年度途中で加入する場合の共済期間は、加入日翌日から来年3月31日まで)

見舞金 2万円～100万円

申込方法 自治会や交通安全母の会を通して申し込むか、同課、各支所・市民サービスセンターで

## 今すぐできる花粉症対策

保健所地域保健課 ☎27-8594

花粉の飛散は、2月中旬頃から始まります。晴れて気温の高い日、風が強い日、雨上がりの翌日などは特に多く飛散しますので、早めの花粉症対策をしましょう。

### 【花粉症対策のポイント】

- ・新聞やテレビなどで花粉飛散情報を確認する
- ・外出時はマスク、メガネや帽子を着用する
- ・帰宅時は、玄関前で花粉を払い落とし、すぐに着替える
- ・帰宅後は、手洗い、うがい、洗顔をする
- ・花粉の多い日は洗濯物や布団を家の中に干す
- ・毎年花粉症の症状が出る方は早めに医療機関を受診する

※同課では花粉症の相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください

## 東日本大震災関連イベント

いわき震災伝承みらい館 ☎38-4894

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開催します。

■未来へのメッセージ(黄色いハンカチの展示)

期間 **3/1**(土)～**30**(日)

内容 市内外の方が復興や追悼への思いなどを記した黄色いハンカチを展示



■追悼企画「みらいへつなぐ、3.11の記憶」

日時 **3/11**(火) 11:00～19:00

内容 複数の震災語り部による講話や「奇跡のピアノ」ミニコンサート、黄色いハンカチのライトアップなど



■案内(共通)

場所 いわき震災伝承みらい館(薄磯)

## 自転車や家具などの修理再生品を提供

クリンピーの家 ☎56-3651

希望する方は、3月14日(金)までに同施設窓口(渡辺町中釜戸大石沢24-1)で申し込みしてください。

抽選日時 **3/15**(土) 10:00

料金 自転車=2千円、家具=3千円

## 案内

### ヨウ化カリウム内服ゼリーの使用期限

保健所総務課 ☎27-8562

事前配布を希望され、令和5年1月～3月に配布を受けた「ヨウ化カリウム内服ゼリー」の使用期限は本年2月までとなっています。使用期限の切れたものは、総合保健福祉センターまたは、各支所などにお持ちください。

なお、新たに配布を希望する場合は、申請が必要となります。



### 肝炎ウイルス検査を受けましょう

保健所感染症対策課 ☎27-8606

日時 毎週月曜日 9:00～16:00

※第2・4月曜日は夜間検査も実施(年末年始・祝日を除く)

場所 総合保健福祉センター

申込方法 事前に同課へ電話か窓口で

※勤務先や自身の加入する健康保険組合などが実施する検診の中で検査機会のある方は除きます  
※相談も随時受け付けていますので、詳しくは同課へ

### 軽自動車税・自動車税の手続き

市民税課(軽自動車税種別割) ☎22-7428

県いわき地方振興局県税部(自動車税種別割) ☎24-6025

軽自動車税・自動車税の課税は、4月1日現在の所有者に対して課税されます。それ以前に車両の譲渡や廃車、住所変更などをした場合は、3月31日(月)までに手続きを完了してください。

■**手続場所** ①原動機付自転車・ミニカー・小型特殊自動車＝市民税課、各税務事務所・支所税務担当窓口 ②軽自動車四輪＝軽自動車検査協会(☎050-3816-1838) ③自動車・軽自動車二輪・二輪の小型自動車＝いわき自動車検査登録事務所(☎050-5540-2016)

# 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」からも聴くことができます。

### ラジオ福島(1431KHz・90.2MHz)

市政情報番組 第2・第4土曜日 8:35～

### 市政だより

福島放送	2月8日(土)	9:55～
	3月8日(土)	9:55～
福島中央テレビ	2月15日(土)	9:25～
福島テレビ	2月16日(日)	13:55～
テレビユー福島	2月22日(土)	9:25～

※放映日時は変更となる場合があります。

### 今月の納期(納期限2月28日(金))

固定資産税・都市計画税	第4期
国民健康保険税	第8期
後期高齢者医療保険料	第7期
介護保険料(第1号被保険者)	第8期
下水道事業受益者負担金	第4期

### いわき市の人口(令和7年1月1日現在)(前月比)

人口	317,108人	(- 263)
男	155,534人	(- 129)
女	161,574人	(- 134)
世帯数	141,642世帯	(- 35)

### いわき市公式 SNS



ライン



フェイスブック



X(旧ツイッター)



ユーチューブ



←市ホームページより各種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メール配信します。  
←詳しくはこちら



## 食品衛生監視指導計画(案)の市民意見

保健所生活衛生課 ☎27-8593 ファク 27-8600

✉hokenjo-seikatsueisei@city.iwaki.lg.jp

市では、食品等事業者への指導や食品の検査などを効率的かつ効果的に実施するため、同計画を策定します。

資料は、市ホームページや同課、本庁舎1階市民ロビー、各支所の情報公開コーナーで公開しています。

提出方法 公開場所に備え付けの意見提出票に必要事項を記入し、〒973-8408 内郷高坂町四方木田191 同課へ（直接持参・FAX可）

提出期限 **2/19(水)**必着

※提出された方の個人名などは公表ませんが、匿名は不可

## 第3回小名浜地区トークシェアミーティング

施設マネジメント課 ☎22-7408

「わたし」一人一人の言葉をフラットに聴き合い、まちに反映していくための新しい試みの参加者を募集します。

日程 ①② **3/14(金)** ③ **3/15(土)**

時間 ①=10:20~12:50

②=18:20~20:50

③=9:30~12:00

場所 ①=いわき・ら・ら・ミュウ（2階研修室A）

②=イオンモールいわき小名浜（4階イオンホールA）

③=小名浜公民館（2階会議室）

対象 小名浜地区に関わりがある・関わりたい想いをお持ちの小学生以上の方

定員 各30人程度（事前申込）

申込方法 申込フォームで

申込期限 ①②=**3/7(金)**

③=**3/8(土)**



▲申込フォーム



▲概要

## 手話通訳者

障がい福祉課 ☎22-7485

対象 次の全てを満たす方

・手話通訳技能認定試験合格者または手話通訳者

全国統一試験合格者

・普通自動車運転免許（AT限定可）を有する方

・業務に使用可能な自家用乗用車を有する方

・パソコンの使用が可能な方

募集人員 1人

選考方法 面接および技能実証試験

雇用期間 **4/1(火)**~来年**3/31(火)**

申込方法 同課、各地区保健福祉センターに備え付けの申込書（市ホームページからも入手可）に記入し、〒970-8686 同課へ

（直接持参可）

申込期限 **2/14(金)**必着



## 大気汚染常時監視測定局の適正配置計画(案)の市民意見

環境監視センター ☎54-1585 ファク 54-5462

✉kankyokanshi-c@city.iwaki.lg.jp

市では、大気汚染状況の監視を効率的・効果的に実施するため、同計画を策定します。

資料は市ホームページや同センター、本庁舎1階市民ロビー、各支所の情報公開コーナーで2月3日(月)から公開します。

提出方法 任意の様式に意見・住所・氏名・電話番号を記入し、〒971-8111 小名浜大原字六反田22番地 同センターへ（直接持参・FAX可）

提出期限 **2/17(月)**必着

※提出された方の個人名などは公表ませんが、匿名は不可



## 2月はフレイル予防強化月間

地域包括ケア推進課 ☎27-8575

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間の段階で、心身の活力が低下している状態です。バランスの良い食事を心掛け、運動で体を動かし、地域に出て人とつながるなど、フレイル予防に努めましょう。



## 都市計画の変更案を縦覧

都市計画課 ☎22-7511

内容 ①いわき都市計画汚物処理場を変更する案

②いわき都市計画道路を変更する案

日時 **2/13(木)~27(木)**（平日のみ）

8:30~17:15

場所 同課、四倉支所経済土木課

## 募 集

## チャレンジ雇用推進事業の職員

障がい福祉課 ☎22-7485

対象 本年4月1日現在、市内居住者で、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を所有するか、発達障がいの診断を受けた方

募集人員 6人

選考方法 面接

雇用期間 **4/1(火)~9/30(火)**（1年間の雇用を前提とし、勤務成績などにより更新あり）

申込方法 同課、各地区保健福祉センターに備え付けの申込書（市ホームページからも入手可）に記入し、〒970-8686 同課へ（直接持参可）

申込期限 **2/14(金)**必着

## 国民年金保険料の納付には口座振替を

国保年金課 ☎22-7464

口座振替は、金融機関などに行く手間が省けるうえ、納め忘れもなく、便利です。また、口座振替には、当月分保険料を当月末引き落としにする月々の保険料が割引される早割や、納付書で納める場合よりも割引額が多い6カ月前納・1年前納・2年前納もあります。

口座振替を希望する方は、基礎年金番号が分かるもの、預金通帳、金融機関届出印を持参のうえ、希望の金融機関または年金事務所、同課、各支所・市民サービスセンターで申請してください。

## 保険診療は引き続き受診可能

情報政策課 ☎22-1172

昨年12月2日から健康保険証は、新たに発行されなくなり、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行しています。

マイナ保険証をお持ちでない方は、加入している保険者から申請不要で届けられる「資格確認書」で保険診療を受けることができます。

また、現在お持ちの保険証は、有効期限まで最大1年間利用できます。



## 高齢者などの新型コロナワクチン終了

保健所感染症対策課 ☎27-8595

高齢者などを対象とした新型コロナワクチンの令和6年度定期接種期間がまもなく終了します。

接種を希望する方は、早めの接種をご検討ください。

対象 65歳以上の方など

接種期限 **3/31(月)**

予約方法 登録医療機関へ直接予約

※市から送付された予診票などが必要です





## そ の 他

### ご存知ですか、ACP（人生会議）

医療対策課 ☎27-8579

#### ■ACP（人生会議）とは

もしものときのため、自らが望む人生の最終段階における医療・ケアについて前もって考え、家族や周囲の信頼する人たち、医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みです。

#### ■なぜ ACP が大事なのか

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危機が迫った状態になると、約70%の方が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなるといわれています。

#### ■わたしの想いをつなぐノート

一人一人が自分らしい終末期を迎えるために、元気なときから人生の最期をどこで過ごし、どのような医療を受けたいかを意識して考えるきっかけとしてほしいとの思いから「わたしの想いをつなぐノート」および「書き方の手引き」を作成しています。

いつかは訪れる人生の最期を、あなたらしく、あなたの希望どおりに送れるよう、元気なうちからあなたの意思を残しておきましょう。

入手場所 各地区保健福祉センター、各地域包括支援センター（市ホームページからも入手可）



### 市公式インスタグラム「pr.iwaki」

広報広聴課 ☎22-7402

広報いわきの取材等を通して発見した本市の魅力ある人・まち・イベントなどをオリジナルハッシュタグ「#推しまちいわき」とともに発信しています。

掲載内容を写真からリール動画（ショート動画）中心にリニューアルしたことで、より多くの皆さんに楽しんでいただける形になりました。

学校の部活動や地域の活動の様子なども投稿しています。活動内容等を紹介してほしい団体などがありましたらお気軽にご相談ください。

検索方法「pr.iwaki」で



## 相 談

### 休日納税相談

税務課 ☎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。

日程 2/16(日)、3/9(日)

時間 9:00～16:00

場所 同課、各税務事務所

内容 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

でご相談ください



### ものわすれ相談会

地域包括ケア推進課 ☎27-8575

ものわすれや認知症に関する相談をお受けします。

日時 3/6(木) 9:45～14:15

場所 イオンモールいわき小名浜  
（4階イオンホール）

定員 12人（先着）

申込方法 同課へ電話で

申込期限 2/27(木)



### 心の健康相談など

保健所地域保健課 ☎27-8557

#### ■心の健康相談

日時 2/18・25、3/4・11の火曜日  
13:15～16:30

対象 精神科・心療内科に通院されていない市内在住の方とその家族、関係者

#### ■ひきこもり家族教室「ひだまりの会」

日時 3/7(金) 13:30～14:30

対象 ひきこもりの悩みを抱えている家族

内容 同じ悩みを抱えた家族同士の交流、講話

#### ■案内（共通）

場所 総合保健福祉センター

申込方法 3日前までに

同課へ電話か窓口で



### 市内50公園フォトコンテスト作品

（一財）いわき市公園緑地観光公社 ☎43-0033

内容 昨年3月～本年2月までに撮影した対象公園（市内50カ所）の写真で、未発表のもの

応募方法 同公社のInstagramをフォローし、ハッシュタグ「#いわき50公園2025」で投稿するか、同公社に備え付けの応募用紙に作品を添えて、〒972-8321 常磐湯本町上浅貝110-33 同公社へ（直接持参可）

応募期限 2/28(金)



昨年の大賞作品▶

### 相続登記説明会および無料相談会

福島地方法務局いわき支局 ☎23-1651

内容 ①司法書士による相続の方法などに関する相談会 ②土地家屋調査士による相続した土地の場所確認などに関する相談会 ③法務局職員による相続登記の義務化などに関する説明会

日程 2/19(水)

時間 ①②10:00～15:00

③第1部=10:00～10:45

第2部=11:00～11:45

場所 市文化センター（2階会議室）

定員 ①②各5組程度（1組2人程度）

③30人程度

申込方法 同局へ電話で（事前申込・先着）



### 国勢調査の調査員

政策企画課 ☎22-7411

国勢調査は、日本国内に住む全ての方と世帯を対象として、5年に一度実施しています。同調査における調査票の配布・回収を行う調査員を募集します。

募集方法 同課へ電話で

募集期間 2/3(月)～

任命期間 8月上旬から3カ月程度

報酬 1調査区当たり4万円程度



### EVスクールin福島高専の受講生

（一社）いわきバッテリーバレー推進機構

☎88-6511 FAX 88-6519

電気自動車の仕組みやプログラミングの基礎を学びませんか？

日時 ①3/1(土) ②3/2(日) 9:00～15:00

※2日間を通した連続プログラム

場所 福島工業高等専門学校

対象 市内中学1、2年生

内容 ①カーボンニュートラル入門講義、小型電気自動車乗車体験など

②自動運転プログラミング基礎講義・演習

定員 20人（応募多数時抽選）

申込方法 申込フォーム、または、産業みらい課に備え付けの参加申込書（市ホームページからも入手可）に必要事項を記入し、同機構へFAX

申込期限 2/14(金)







# 市民の健康教室

提供・問い合わせ  
（市いわき市医師会 ☎38-4201

## 目のアンチエイジング

体のエイジング（老化）には、さまざまな要因が関わっていると考えられており「糖化」と「酸化」はそのひとつです。目のエイジングも例外ではなく糖化と酸化が影響を及ぼすことが分かってきています。

私たちが食事から取った糖質とタンパク質が結びつくことを糖化といいます。糖化が進むと焦げにあたる物質が生まれて体の中に溜まり、細胞に炎症をもたらして老化を早めます。また、体内で酸素と栄養素が結びつくことを酸化といい、同時に活性酸素という副産物も作り出します。この活性酸素は高い酸化力を持ち、過剰に増えることで体のサビつきを促進させて細胞を傷つけ、同じように老化を早めます。

目の老化が進むと白内障や黄斑変性症などの病気にかかりやすくなり、かすみ目やゆがんで見えるなどのさまざまな目の症状に比較的若いうちから悩まされます。普段から心がけたいことは、ストレスをためない・紫外線を浴びすぎない・喫煙を控える・激しい運動を避ける・焦げのついた食べ物を取りすぎないことなどで、これらが糖化と酸化の抑制につながり、目のアンチエイジングにも効果的といわれています。

日本人の平均寿命は延びていますが、目の健康寿命は六十歳代が限度ともいわれています。日ごろからアンチエイジングを心がけ、目の健康寿命も延ばして、よく見える生涯を送りたいものです。

## 乳 腺 外 科 ⑪

### 乳がんと経済的負担

乳がんの治療では、医療費以外にもさまざまな経済的負担が生じます。これを専門用語で、「経済毒性（Financial Toxicity）」と呼びます。治療のために仕事を休まなければならない収入が減ったり、通院の交通費がかさんだり、ご家族による介護が必要になったりすることもあります。特に最近では、治療費の高騰が顕著です。効果の高い新しい薬が次々と開発され、薬価も高額になっているためです。

このような経済的な負担は、治療への意欲を下げたり、不安やストレスを強めたりすることがあります。若い患者さんの場合は、仕事のキャリアへの影響や、お子さんの教育費との両立など、将来への不安も大きくなりがちです。

それでも昔と比べれば、経済的なサポート体制も整ってきました。高額療養費制度という医療費負担を軽減する制度や、民間の医療保険の適用を確認しましょう。また、働きながら治療を続けるための支援制度も整ってきています。

大切なのは、経済的な心配を一人で抱え込まないことです。担当医やソーシャルワーカー、看護師に相談してみましょう。経済面での対策を早めに考えることで、治療に専念できる環境づくりが可能になります。

## けんこうQ&A 放射線治療⑪

Q 子宮がんの放射線治療について教えてください。

A 子宮がんには、子宮の入口にできる子宮頸がん<sup>けい</sup>と、奥の内膜から発生する子宮体がんがあります。

子宮体がんの治療は手術が第一選択です。子宮頸がんでは、早期のⅠ・Ⅱ期は手術または放射線治療のどちらを選択しても成績は同じです。進行したⅢ期では放射線治療と抗がん剤の同時併用が行われます。子宮がんの放射線治療は外部照射と、子宮内部に器具を入れて体内から放射線を当てる小線源治療（腔内照射）を組み合わせで行います。治療期間は6～8週間かかります。治療に伴う急性障害には、下痢、排尿・排便障害、皮膚炎、骨髄抑制などがありますが、治療後には回復します。晩期障害には、直腸膀胱障害、小腸障害、治療部位の骨折などがあります。

最近では、腔内照射の際にもCTやMRI画像を用いて線量分布を計算して治療する方法で、晩期障害を少なくできるようになりました。一部の子宮頸がんでは、重粒子線治療が保険適応となっています。

## 各種イベント・教室

いわきコンピュータ・カレッジ ☎56-0711 FAX 56-0751 info@iwaki-cc.ac.jp 申込方法 ☎ FAX

区分	内容	日程	場所	時間	料金	受付期限
卒業研究展示会	本校2年生が制作したシステムなどの展示・体験会	2/16(日)	イオンモールいわき小名浜4階イオンホール	10:30～17:00	—	予約不要
特待生入試（第2回）、指定校推薦・推薦・一般入試（第5期）※1	—	3/18(火)	同校	—	1万円※2	3/11(火)

※1 対象は高校卒業見込みの方、短大・大学・専門学校中退または卒業見込みの方、高卒以上の社会人(在職者を含む)の方  
※2 所定の条件を満たした場合は無料(詳しくは同校へ)

フラワーセンター 問い合わせ先 ☎22-5667 申込方法 2/15(土) 9:00から☎か窓口で

教室名	日程	時間	定員（先着）	料金
タイルでトレイ作り	3/1(土)	10:00～12:00	5人程度	2,000円
春を呼ぶ小花のリース	3/8(土)		10人程度	2,200円
ガラスのフォトフレームを作しましょう	3/9(日)	13:30～15:30		2,500円
六角フレームゆらゆらミニリース作り	3/15(土)	10:00～12:00		2,500円※
生活インテリア雑貨作りVol.12「素敵なハーバリウムコースターとハーバリウム作り」	3/22(土)	13:30～15:30		

※お子様同伴の場合、小学生以下は1人のみ無料、中学生以上は1人のみ500円引き

クリンピーの家 問い合わせ先 ☎56-3651

申込方法 2/21(金)までに往復ハガキの往信欄に教室名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、返信欄に自分の宛先を明記して、〒972-8337 渡辺町中釜戸字大石沢24-1 クリンピーの家へ(申込フォーム可)



教室名	日程	時間	対象	定員 (応募多数時抽選)
ピスタチオでフレームアート	3 / 4(火)	9 : 30～11:00	小学生～成人	6 人
サンドブラスト	3 / 13(木)	9 : 00～12:00	成人	10人
ペットボトルキャップで工作	3 / 18(火)	9 : 30～11:30		小学生～成人
イースターエッグ作り	3 / 22(土)			

生涯学習プラザ 問い合わせ先 ☎37-8888 FAX 22-5555 info@isgp.jp

申込方法 2/20(木)までにハガキに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、〒970-8026 平字一丁目1 生涯学習プラザへ(窓口・FAX 申込フォーム可)



教室名	日程	時間	対象	定員（応募多数時抽選）
ベビーヨガ	3/10(月)・24(月) (全2回)	10:00～11:00	0～1歳児と保護者	8組
ラズベリーパイで電車を動かそう！	3/15(土)	13:00～16:00	小中学生と保護者	10組
思い出のアルバムづくり	3/22(土)	10:30～12:00	幼児と保護者	
エクセルマクロ講座	3/23(日)	10:00～12:30	成人	24人

かかりつけ医の紹介・相談は、医師会事務局へ（ホームページURL <https://www.iwaki.or.jp>）



