

 **「ニューアートシーン・イン・いわき 森口美樹展——明日の約束——」を開催**
市立美術館 ☎25-1111
市内在住の作家・森口美樹が描く、やわらかく、どこか懐かしい気持ちを思い起こさせる絵画を、森口自身が紡ぐ言葉とともに展示します。
回～6月4日(日) 9時30分～17時
毎週月曜日（5月1日は開館）

 **アリオス開催イベントの参加者**
アリオスチケットセンター ☎22-5800
○リージョナル・シアター2023 いわきアリオス演劇部U30 オーディションワークショップ
回7月8日(土)・9日(日) 13時～
高校生以上30歳以下の方
岩澤哲野さん (theater apartment complex libido:)
期5月20日(土)10時～6月30日(金)20時
○舞台技術基礎講座「ステップ2」vol.10
回7月29日(土)・30日(日) 10時～
料一般＝3千円、学生（高校～大学生・専門学校生）＝1,500円
回6月10日(土) 10時～
※申し込み方法など詳しくは、同センターへ。

 **リサイクル教室の参加者**
クリンピーの家 ☎56-3651
回①布ぞうりづくり＝6月9日(金) ②つまみ細工＝6月16日(金) ③空き瓶でトールペイント＝6月22日(木) ④空き瓶でサンドブラスト＝6月27日(火)
時①＝9時30分～14時30分 ②④＝9時～正午 ③＝9時30分～11時30分
定①②＝8人 ③④＝10人（いずれも応募多数時抽選）／回①③＝600円 ②④＝無料
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
回5月20日(土)必着

 **健康ポータルサイト「いわきの極意」を開設**
健康づくり推進課健康政策係 ☎22-7442
市民の皆さんの健康づくりを応援するため、運動、栄養（食）、健診・がん検診、生活習慣病予防、妊娠・出産・子育てなど、健康づくりに関連するさまざまな情報を集約したサイトを開設しました。



 **ゆったりレッスンの参加者**
ゆったり館 ☎43-0801
回①水中運動教室＝6月7日～28日の水曜日 ②シェイプアップ教室＝6月8日～29日の木曜日（いずれも全4回コース）
時14時～15時
回18歳以上の方
定20人（応募多数時抽選）
料3千円
申込み同館へ☎か窓口で
※教室開始後の払い戻しはできません。
※水着、水泳帽のご用意をお願いします。

 **松くい虫防除の薬剤散布を実施**
林務課林業振興係 ☎22-1181
散布は早朝に実施し、散布後は散布区域への立ち入りや、林産物の採取などが制限されます。
回①四倉（玉山・中島・白岩）、大久（小久）＝6月5日(月) ②勿来の関＝6月6日(火) ③三崎公園＝6月13日(火) ④新舞子地区＝6月14日(水)～23日(金)
※①②は、ヘリコプターで散布します。
※雨天・強風・濃霧などにより順延する場合、散布日を順次繰り下げます。

 **不法投棄監視ウイーク（5月30日（ごみゼロの日）から6月5日（環境の日））**
廃棄物対策課管理係 ☎22-7439
「不法投棄 しない させない ゆるさない」
不法投棄は犯罪です。不法投棄のないまちを目指し、監視の目を光らせましょう。

 **わくわく体操教室の参加者など**
スポーツ振興課スポーツ振興係
☎22-7553 FAX22-1285
spo@city.iwaki.lg.jp

○わくわく体操教室の参加者
回6月5日(月)・19日(月)（全2回）
市内に居住する小学生
定40人（応募多数時抽選）
任意の様式に教室名・住所・氏名・学年・保護者氏名・電話番号・メールアドレスを記入し、〒970-8686 スポーツ振興課へ（FAX可）
○シェイプアップトレーニング教室
回6月26日、7月10日・24日、8月7日・21日、9月11日・25日、10月16日・30日、11月13日・27日、来年1月15日・29日、2月12日・26日、3月11日の月曜日（全16回）
市内に居住する小学生以上の方
定100人（応募多数時抽選）
任意の様式に教室名・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入し、〒970-8686 スポーツ振興課へ（FAX可）
○案内（共通）
回19時～21時
所総合体育館
回5月22日(月)必着
※室内用運動靴や飲み物などを持参してください。



 案内
 イベント・講演
 募集
 相談
 税関連
 心・保健
 子育て

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 毎週土曜日 8：20～

市政だより

福島放送	5月13日(土)	9：55～
	6月10日(土)	9：55～
福島中央テレビ	5月20日(土)	9：25～
福島テレビ	5月21日(日)	13：55～
テレビユー福島	5月27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5月31日(水)）

軽自動車税種別割・自動車税種別割

いわき市の人口と面積	人口	322,509人	（－1,426）
	男	158,248人	（－765）
	女	164,261人	（－661）
	世帯数	141,124世帯	（－112）
	面積	1,232.51km ²	
令和5年4月1日現在／（前月比）			

※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止・変更となる場合がありますので、事前に各担当へお問い合わせください。

 **軽自動車税・自動車税種別割の納期限など**
市民税課市民税第三係
(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

○納期限は5月31日(水)
納税通知書に記載してある納付場所で、納期内に納めてください。

○障がいのある方の軽自動車税種別割・自動車税種別割を減免

「障がい者本人が所有する車」「18歳未満の障がい者または知的・精神障がい者と生計を一にする方が所有する車」など、一定の条件を満たす場合は、申請により所有する車1台に限り、軽自動車税種別割または自動車税種別割を減免します。
☑運転する方の運転免許証、車検証か標識交付証明書、身体障害者手帳・戦傷病者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかと、軽自動車税種別割は本年度の納税通知書を持参し、①軽自動車税種別割は市民税課・各支所税務担当窓口、②自動車税種別割は県いわき地方振興局県税部(県いわき合同庁舎内)で
☎①=5月24日(水) ②=6月30日(金)
※申請方法など詳しくは、同課または同県税部へお問い合わせください。

 **5月22日は、ほじょ犬の日**
障がい福祉課支援係 ☎22-7485
身体障害者補助犬法が成立した日を記念して、ほじょ犬の日は定められました。ほじょ犬は、盲導犬、介助犬、聴導犬の3種類で、障がいのある方の日常生活のサポートをしています。



 **光化学スモッグに注意**
環境企画課環境保全係 ☎22-7441
光化学スモッグ注意報が発令されたら、窓を閉めて外出を控え、健康状態に不安がある方は室内で安静を保ちましょう。目や喉に刺激を感じた場合は、洗眼やうがいを行い、保健所地域保健課保健指導係(☎27-8594)へ連絡してください。同注意報の発令は、市ホームページや市防災メールでお知らせします。

 **入札参加資格審査の追加申請を受け付け**
契約課工事契約係 ☎22-7419
契約課物品契約係 ☎22-1136
☑市が発注する工事や業務委託関係、物品関係の入札に参加を希望する方
☑①本店または本社の所在地が市内にある方=本年7月下旬~来年3月31日 ②本店または本社の所在地が市外にある方=本年7月下旬~令和7年3月31日
☑市ホームページに掲載の申請書類に必要事項を記入し、一般書留・簡易書留・レターパックプラスのいずれかで、〒970-8686 契約課へ
☎5月31日(水)消印有効

 **5月31日から6月6日は禁煙週間**
保健所地域保健課保健指導係 ☎27-8594
禁煙週間中は、市内の公的機関などでイエローグリーンライトアップが実施されます。
○イエローグリーン運動に参加しよう
イエローグリーンは「タバコの煙を吸いたくない・吸わせたくない」という意思を表す色です。この色のリボンを身に着けた方を見かけたら、受動喫煙を生じさせない配慮をお願いします。

また、6月3日(土)には、ポレポレシネマズいわき小名浜で市民公開講座が行われるほか、ラトブなどでイエローグリーン街頭啓発運動が実施されます。ぜひ参加しましょう。



 **生涯学習プラザ 市民講座の受講者**
☎37-8888 ☎22-5555
✉info@isgp.jp
☑①親子でプリザーブドフラワーに挑戦=6月10日(土) ②英語で話そう!=6月15日~7月20日の木曜日(全6回) ③四季を生ける=6月17日、9月16日、12月16日、3月16日の土曜日(全4回) ④いわきの文化総合講座=6月28日(水) ⑤Word操作応用講座1=6月25日(日)
☎①=10時~正午 ②④=18時30分~20時30分 ③=14時~16時 ⑤=10時~12時30分
☑①=小中学生と保護者 ②③④⑤=18歳以上の方
☑①=10組 ②⑤=20人 ③=16人 ④=30人
☑①③=無料(教材費別途) ②④⑤=無料
☑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・申込フォーム・FAX☑可)
☎5月20日(土)消印有効

 **不動産登記に係る費用を補助など**
住まい政策課空き家対策係 ☎22-7593
○不動産登記に係る費用を補助
☑「空き家バンクいわき」への登録を予定している空き家の所有者またはその相続人
☑不動産登記に係る手数料や委託料
☑補助対象経費の2分の1以内(上限5万円)
☑10件程度(先着順)
○空き家の改修費用を補助
☑自らが居住するため「空き家バンクいわき」に登録されている空き家を、購入または賃借する方
☑居室、浴室などの改修
☑補助対象経費の2分の1以内(上限50万円)
☑3戸程度(先着順)
○案内(共通)
☑同課に備え付けの申請書(市ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、〒970-8686 住まい政策課へ(直接持参も可)
☎5月15日(月)~来年1月31日(水)消印有効

 **市有地を先着順で売却**
施設マネジメント課資産活用係 ☎22-7421

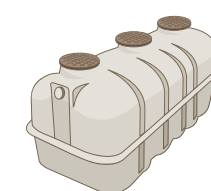
○震災復興土地区画整理事業区域内の市有地
☑①販売区画数=27区画(久之浜地区9区画、薄磯地区9区画、豊間地区9区画) ②1区画の面積=54.96㎡~3,749.13㎡ ③1㎡あたりの価格=12,200円~25,900円

○その他の市有地
物件所在地/面積/売却価格
①平下平窪字味噌農3番13/358.44㎡/1,728万3千円 ②平下平窪字味噌農3番22/358.46㎡/1,728万2千円 ③小名浜中町境7番9/537.16㎡/2,309万7千円 ④久之浜町末続字宮田30番13/303.38㎡/354万9,546円 ⑤久之浜町末続字宮田30番14/329.73㎡/385万7,841円 ⑥植田町中央三丁目15番1/126.33㎡/404万3千円

○案内(共通)
☑個人および法人/☑同課で
☎5月15日(月)~来年3月1日(金)
※先着順のため物件が残っているかどうかを同課へ☎で確認し、あらかじめ現地を確認の上、申し込みしてください。詳しくは、同課へお問い合わせください。

 **浄化槽整備事業を利用ください**
生活排水対策室経営企画課業務係 ☎22-7519

生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、トイレ汚水と生活雑排水を併せて処理する合併処理浄化槽へ転換する方を対象に、設置費の一部を補助します。
※補助額など詳しくは、市ホームページをご覧ください。





雨水貯留タンクなどの設置費用を補助
生活排水対策室経営企画課業務係 ☎22-7519

公共下水道事業計画区域内で、雨水貯留タンクなどを本年度内に設置する方に、補助金を交付します。

- 図①雨水浸透マス＝住宅等1棟につき4基まで
②雨水貯留タンク＝200リットル以上の市販品で、住宅等1棟につき1基まで ③浄化槽転用雨水貯留施設＝住宅等1棟につき1基まで ④止水板＝住宅等1棟につき1基まで

補①②③＝工事・購入費の3分の2 ④＝工事費の2分の1

限①＝1基当たり2万5千円 ②＝5万円 ③＝20万円 ④＝50万円

図工事着手または購入の20日前までに、同課、各下水道管理事務所に備え付けの申請書（市ホームページからも入手可）に必要書類を添えて、〒970-8686 生活排水対策室経営企画課へ 限11月30日(休)

※12月28日(休)までに設置を完了し、市の検査を受ける必要があります。



市立図書館を休館

蔵書点検や館内整備などを行うため、次の日程で市立図書館を休館します。

不便をお掛けしますが、理解と協力をお願いします。

館名	休館期間
四倉図書館 ☎32-5980	5月8日(月)～13日(土)
内郷図書館 ☎45-1030	5月15日(月)～20日(土)
常磐図書館 ☎44-6218	5月22日(月)～27日(土)
勿来図書館 ☎62-7431	5月29日(月)～6月3日(土)
小名浜図書館 ☎54-9257	6月5日(月)～10日(土)
総合図書館 ☎22-5552	6月12日(月)～23日(金)



5月20日(土)は廃乾電池の収集日
清掃管理事務所事業係 ☎56-7963

- ・中身の見えるポリ袋に入れて、朝8時30分までにゴミ集積所に出してください
- ・廃乾電池以外は出さないでください
- ・カメラや時計に使われているボタン型電池、充電式電池、リチウムイオン電池は、販売店などの回収ボックスを利用してください
- ・事業所や工場などで使用した乾電池、特殊な乾電池（事業用の大きなものなど）は収集しません



わいわい塾の参加者とボランティア
障がい福祉課支援係 ☎22-7485

限shogaifukushi@city.iwaki.lg.jp ☎22-3183

各種レクリエーションを通して、障がい者とボランティアとの交流を深める「わいわい塾」の参加者とボランティアを募集します。

限7月～来年3月の毎月第1日曜日（全9回）
時10時～11時30分

限市文化センター、中央台公民館など

限障がいのある方で、活動場所までの移動手段が確保できる方または継続して参加が可能なボランティアの方

限50人（応募多数時抽選）

限住所・氏名・生年月日・電話番号を同課へ☎☎限で

限5月31日(休)



6月4日(日)から10日(土)は危険物安全週間
消防本部予防課危険物係 ☎24-3942

私たちの身の周りには、ガソリンや灯油のほか、スプレーや塗料など危険物を含むものが多く存在します。また、消毒用アルコールについても、アルコール濃度が一定以上のものは、消防法上の危険物に該当するので、使用・保管には十分に注意しましょう。

○消毒用アルコール使用時の注意点

- ①台所のコンロなど火気の近くでは使用しない。
- ②手などを消毒した際は完全に乾いてから火気を扱う。
- ③高温となる車内では保管しない。

○事例で学ぼう

- ①アルコール消毒した直後にタバコを吸おうとライターで火をつけようとしたところ、手についたアルコールに引火しやけどをした。
- ②車内に消毒用アルコールを放置していたところ、車内温度が上昇し容器が破裂した。



地区集会所の修繕費を補助
地域振興課地域振興係 ☎22-7414

限自治会・町内会・区が所有している集会所の屋根のふき替えや外壁塗装、床の張り替え、トイレの改修など

限補助対象経費の2分の1以内（上限100万円）

限同課へ事前に相談の上、同課、各支所に備え付けの要望書に必要事項を記入し、必要書類を添えて同課へ

限6月5日(月)

※軽微な修繕や備品類の購入は、補助対象となりません。要件など詳しくは、同課へお問い合わせください。



5月は消費者月間
消費生活センター ☎22-7021

デジタル化の進展により、日々の生活は便利になる一方で、新たな消費者トラブルも発生しています。消費者トラブルに遭わないように、仕組みやリスクを理解し、情報モラルなどを身に付けて、デジタルサービスを適切に活用しましょう。

契約や買い物でお困りの際は、消費生活センターまたは消費者ホットラインまで相談してください。

また、借金返済のために借金を重ねる多重債務に悩んでいる方を対象に相談も受け付けていますので、まずはご相談ください。

○相談窓口

- ・市消費生活センター相談ダイヤル（☎22-0999）9時～16時（祝日を除く、月～金曜日）
- ・消費者ホットライン（☎188）



7月採用予定の市職員医療職採用候補者
医療センター総務課職員係 ☎26-3177

限募集職種／採用予定人数

- ①看護師・助産師／9人程度 ②臨床工学技士／若干名 ③言語聴覚士／若干名

限5月28日(日)

限医療センター

限募集職種の免許を有する者

限市ホームページに掲載の申込書に必要事項を記入し、〒973-8555 医療センター事務局総務課へ

限5月15日(月)消印有効



犬のふんは適正な処理を
保健所生活衛生課動物愛護係 ☎27-8592

犬のふんは燃やすごみとして出すなど、適正に処理してください。犬を散歩する際は必ずリードをつけ、人に迷惑をかけるような場所でふん尿をしないように注意してください。マナーを守り、ふんは必ず持ち帰りましょう。

また、ふん害防止看板を無料で配布していますので、ふんの放置でお困りの方は、同課へお問い合わせください。



パソコン講座の受講者
コンピュータ・カレッジ

☎56-0711 ☎56-0751
限info@iwaki-cc.ac.jp

限①ワード入門＝6月9日(金)・12日(月)・14日(水)・16日(金)・19日(月)（全5回） ②高校生プログラミング教室＝6月10日(土)

限①＝18時～20時30分 ②＝9時～正午

限20人（いずれも応募多数時抽選）

限①＝9千円（教材費別途） ②＝無料

限☎☎限で

限①＝5月30日(火) ②＝6月2日(金)



住宅の新築・購入費を補助
都市整備課区画整理係 ☎22-1138

限空き地バンクに登録された土地を取得し住宅を新築した方、または新築住宅を購入した方

限補助対象経費の2分の1以内または基本額と各種加算額の合計のいずれか低い額（上限50万円）

限35戸程度（応募多数時抽選）

限同課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、必要書類を添えて、〒970-8686 都市整備課へ（直接持参も可）

限5月10日(水)～6月30日(金)消印有効

※空き地バンクに登録した土地の売買が成立した場合、その土地所有者や仲介した宅地建物取引業者を補助する制度もありますので、詳しくは同課へお問い合わせください。



ものわすれ相談会
地域包括ケア推進課事業推進係

☎27-8575

物忘れや認知症に関する相談をお受けします。

限6月23日(金) 13時30分～16時30分

限ゆったり館

限12人（先着順）

限同課へ☎で／限5月15日(月)～6月16日(金)

 **6月4日から10日は歯と口の健康週間**
 保健所地域保健課保健指導係 ☎27-8594
 定期的に歯科検診を受け、虫歯や歯周病を予防しましょう。

○**歯と口の健康まつり**
 日6月4日(日) 11時30分～15時
 所市文化センター
 図「歯と口の健康週間」図画・ポスター・書写・標語コンクール入賞作品の展示や、歯科健康相談など

 **フラワーセンター 各種教室の受講者**
 ☎27-5667
 日①フラワーリース作り＝6月3日(土) ②季節の花のペーパークイリング＝6月3日(土) ③陶芸「ふくろう土鈴作り」＝6月3日(土) ④プレゼント用フラワーボトル＝6月4日(日) ⑤イタリアのガラスでアクセサリー作り＝6月11日(日) ⑥はじめての「ぎり絵」＝6月17日(土) ⑦簡単刺繍でお花のブローチ＝6月18日(日)
 時①②④⑥⑦＝10時～正午 ③⑤＝13時30分～15時30分
 定①④⑤⑥⑦＝10人 ②＝8人 ③＝15人（いずれも先着順）
 料①②⑤⑦＝2千円 ③＝1,800円 ④＝3千円 ⑥＝1,200円
 申5月15日(月)9時から ☎か窓口で

 **住まいの復興給付金申請相談会**
 住まいの復興給付金事務局コールセンター ☎0120-250-460

日6月9日(金)
 時10時30分～15時30分
 対東日本大震災で住宅に被害を受けた方
 所市役所本庁舎1階



 **復興公営住宅の入居者**
 福島県復興公営住宅入居支援センター ☎024-522-3320

図住宅に困窮している方で、東日本大震災の地震・津波被災者、または2011年3月11日時点で中通り、浜通り（現在避難指示が継続している区域を除く）に居住していた方など
 申同センターから申込書入手し、必要事項を記入の上、必要書類を添えて返送（直接持参可）
 期6月1日(木)～9日(金)必着
 ※詳細は、5月下旬に同センターホームページでお知らせします。詳しくは、同センターへお問い合わせください。



 **ブロック塀などの撤去を支援**
 建築指導課指導係 ☎22-7516
 地震によりブロック塀などが倒壊し、人命に関わる重大な事故や、緊急車両の通行・避難の妨げになることを未然に防ぐため、撤去の支援を実施します。
 図個人が所有する高さが1m以上のブロック塀などで、地震による倒壊の恐れがあり、道路に面しているもの（高さを1m未満に部分撤去するものを含む）
 料撤去費用の2分の1または塀の延長に1m当たり5千円を乗じた額のいずれか少ない額（上限10万円）
 定30件程度（先着順）
 申同課に備え付けの申請書（市ホームページからも入手可）に必要事項を記入し、同課へ持参提出
 期5月15日(月)～11月30日(木)

 **防犯パトロール用品を貸与など**
 生活安全課交通安全防犯係 ☎22-1152

○**防犯パトロール用品を貸与**
 図パトロール用の帽子、腕章、蛍光ベストの貸与
 対市内に居住・通勤・通学する18歳以上で、おおむね月1回以上活動できる方
 定20人（応募多数時抽選）
 申同課、各支所に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、持参提出
 期5月8日(月)～31日(水)
 ○**LED防犯灯の新規設置費を補助**
 図①対象＝防犯灯がない電柱などに設置するLED防犯灯 ②補助灯数＝395灯
 申自治会などの代表者が同課、各支所に備え付けの申請書に必要事項を記入し、持参提出
 ※補助の決定は、現地調査実施後、申請者へ通知します。
 期5月8日(月)～22日(月)

 **Yahoo! JAPANで市政情報を配信中**
 広報広聴課広報係 ☎22-7402

市の情報をより多くの方にお届けするため、Yahoo! JAPANのサービスを通じて行政手続きや選挙、育児などの地域情報を配信しています。Yahoo! JAPANに地域設定がお済みの方は、地域登録した地域タブのページに表示されます。Yahoo! JAPANに地域設定がお済みでない方も情報を見ることができます。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



 **県立病院職員**
 県病院局採用担当 ☎024-521-7226

図募集職種／採用予定人数
 ①看護師／5人 ②診療放射線技師／2人 ③臨床検査技師／1人 ④社会福祉士／1人
 期6月10日(土)
 所南東北総合卸センター（郡山市喜久田町）
 図1982年4月2日以降に生まれ、募集職種の免許を有するか来年3月までに取得見込みの方など
 期6月2日(金)消印有効
 ※申し込み方法など詳しくは、同局のホームページをご覧ください。

 **さががけ！男の料理塾の受講者**
 地域包括ケア推進課事業推進係 ☎27-8575

日6月16日～8月4日の金曜日（全8回）
 時10時～13時（7月28日は10時～正午）
 所常磐公民館
 図65歳以上の市内居住者で、過去に同講座を受講したことのない男性
 定12人（先着順）
 料3千円（8月4日は材料費別途）
 申5月15日(月)から同課へ ☎で

 **休日納税相談**
 税務課徴収企画係 ☎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5月21日(日) 9時～16時
 所同課、各税務事務所
 図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、まずは電話で相談してください。

 **金婚の方に記念品を贈呈**
 介護保険課長寿支援係 ☎22-7467

図1973年1月1日から12月31日までに婚姻届を提出し、結婚50年を迎える夫婦
 申最寄りの地区保健福祉センター・支所・市民サービスセンターで
 期5月8日(月)～7月7日(金)
 ※本市に本籍がない方は、戸籍謄本が必要です。
 ※福島民報社・県老人クラブ連合会主催「しあわせ金婚夫婦表彰」も同時に受け付けします。

 **「いわき小名浜みなとオアシス」PR動画を配信**

産業みらい課港湾・用地係 ☎22-1162
 福島高専の学生と協力して、アクアマリンパークの楽しみ方が詰まった「いわき小名浜みなとオアシス」PR動画を作成しました。
 市公式YouTubeで配信していますので、ぜひ、ご覧ください。



アリオス主催・共催

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
柏原芳恵コンサート2023 in ふくしま～未来へA・RU・KU～	6/17(土) 18時～	全席指定＝5,500円	5/15(月) 10時～
いわきアリオス開館15周年記念 第11回NHK交響楽団いわき定期演奏会	10/7(土) 18時～	S席＝7,500円、A席＝6,500円、 B席＝5,500円、C・車いす席＝4,500円、4階席（自由席）＝2千円（25歳以下は指定席の全席半額） ※未就学児入場不可。	6/10(土) 10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）

休日当番医など（5月1日～6月15日）

地域医療課 ☎27-8572

休日 当番医					※症状によっては、専門外となる場合もありますので、不明な場合は、当番医療機関へお問い合わせください。				
5月3日(水)	かしま病院	9時～17時	鹿島町下蔵持	58-8010					
	すけがわ内科クリニック		植田町	77-0710					
	せき整形外科クリニック		常磐西郷町	84-9905					
	高坂脳外科クリニック		内郷宮町	85-0333					
4日(木)	小名浜生協病院	9時～17時	小名浜岡小名	53-4374					
	いわぶちクリニック		錦町	63-1501					
	いわき草木台総合クリニック		草木台	28-1145					
5日(金)	石井脳神経外科・眼科病院	9時～17時	小名浜林城	58-3121					
	クリニック田畑		中岡町	63-1476					
	常磐病院		常磐上湯長谷町	81-5522					
	高坂脳外科クリニック		内郷宮町	85-0333					
7日(日)	山口医院	9時～17時	平作町	24-1811					
	中山医院		中之作	55-8141					
	櫛田病院		植田町	63-3202					
	そえだ医院		常磐湯本町	68-6155					
14日(日)	クリニック阿部	9時～17時	泉町	85-5801					
	こうじま慈愛病院		錦町	63-5141					
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188					
21日(日)	山口医院	9時～17時	平作町	24-1811					
	なおハートクリニック		小名浜定西	54-1262					
	呉羽総合病院		錦町	63-2181					
	かたよせウイメンズクリニック		常磐西郷町	42-4135					
28日(日)	まつはし内科クリニック	9時～17時	平上荒川	68-8031					
	おちあい内科消化器科クリニック		小名浜岡小名	73-1171					
	呉羽総合病院		錦町	63-2181					
	根本内科胃腸科医院		常磐湯本町	43-4100					
6月4日(日)	なかにし内科クリニック	9時～17時	平北白土	21-8181					
	磐城中央病院		小名浜南富岡	53-3511					
	呉羽総合病院		錦町	63-2181					
	比佐医院		常磐湯本町	43-2313					
11日(日)	かしま病院	9時～17時	鹿島町下蔵持	58-8010					
	矢吹病院		佐糠町	63-1818					
	いわき湯本病院		常磐湯本町	42-3188					

日曜 小児専門当番医					9時～12時				
5月	14日	森のこどもクリニック	植田町	38-7227					
	21日	むらまつ小児科	常磐関船町	72-0707					
	28日	こない子供クリニック	小名浜岡小名	73-8815					
6月	4日	相原小児科医院	内郷御厩町	26-5551					
	11日	こどもクリニックすずき	泉町	56-6336					

※**変更となる場合があります**ので、事前に当番医療機関または消防テレホンガイド（☎23-0119）へお問い合わせください。市ホームページでも公開していますので、ご覧ください。

※NHKのデータ放送でも確認できます。テレビのリモコンの「dボタン」を押し「生活情報」から「市町村からのお知らせ」を表示してください。

休日 診療協力医				
【内科】				
山口医院（平作町） 9時～17時 ☎24-1811				
6月4日				
ニュータウン腎・内科クリニック（中央台高久） 9時～12時 ☎46-0606				
5月4日				
須田医院（小島町） 8時30分～12時 ☎27-6060				
5月14日、28日				
6月11日				
【泌尿器科】				
常磐病院（常磐上湯長谷町） 9時～15時 ☎81-5522				
5月3日・4日、7日、14日、21日、28日				
6月4日、11日				
【眼科】				
中央台たなか眼科（中央台高久） 9時～14時 ☎29-1722				
5月7日、14日、21日、28日				
6月4日、11日				
【耳鼻咽喉科】				
ごらい耳鼻咽喉科（内郷小島町） 8時45分～13時 ☎85-5031				
5月5日				

※この他にも休日に診療している医療機関がありますので、あらかじめかかりつけの医療機関などで確かめてください。
※診療の受け付けは、診療終了時間の30分前までとなります。

休日夜間急病診療所【内科・小児科】				
総合保健福祉センター隣 ☎27-1208				
平日：20時～23時 土曜日：19時～23時				
日曜日：14時～18時、19時～23時				
祝日：9時～13時、14時～18時、19時～23時				
※患者・医療従事者間における感染拡大防止のため、新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの検査は実施していません。				
休日救急歯科診療所				
総合保健福祉センター内 ☎27-8620				
日曜日、祝日：9時～12時、13時～16時（受付終了時間15時30分）				

県こども救急 電話相談	☎024-521-3790または #8000（プッシュ回線・携帯電話） 毎日 19時～翌朝8時
県救急電話 相談	☎024-524-3020または #7119（プッシュ回線・携帯電話） 毎日 24時間対応

●かかりつけ医を持ちましよう

●「ハゲ」相談はやめましよう

●救急車は適正に利用しましよう

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



良性発作性頭位めまい症

良性発作性頭位めまい症（BPPV）は、めまいの原因の中で最も多く、頻繁に再発する疾患です。
特定の頭位を取ったとき、三半規管の中で耳石と呼ばれる石が動くごとにちょっと時間を置いて回転性めまいが生じます。通常めまいは数分で落ち着きますが、長時間続くこともあります。
BPPVかどうかを調べるには、一般的な耳の

形成外科医療録②

形成外科と顔面骨

形成外科では、顔面の骨折を治療します。転倒やけんか、交通事故、スポーツなどのさまざまな事象が原因となり、顔面骨の骨折を来します。顔面の骨折治療においては、骨折部位血管や神経などに近接していること、眼耳鼻そして口（顎）の感覚器官・消化器官が顔面骨で支えられ機能していること、そして顔貌に影響することを総合的に評価することが重要です。主だった骨折の部位としては、頬骨（頬骨弓を含む）・鼻骨・上顎骨・下顎骨・眼窩骨折などがあります。未治療のまま経過した陈旧性骨折による変形も治療の対象となる場合があります。
また、骨折だけではなく、新生児の頭蓋骨縫合早期癒合症といった疾患があり、他科と連携して治療を担当します。成人の場合でも、顔面骨の変形が治療対象となることがあり、顎変形症では、歯の噛み合わせの異常や顔貌が気になるといった場合には治療を行います。顔面に生じた悪性腫瘍治療で、顔面骨を摘出しなければならない場合の再建にも、できるだけ術前の状態に近づけるよう形成外科が担当します。

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>）

検査のほかに、「頭位眼振検査」や「頭位変換眼振検査」が重要です。検査には、目が左右に動く様子がわかるフレンツェルめがねを使用します。どちらも頭の位置を動かし、眼球の動き（眼振）を調べる検査です。しかし、典型的な眼振が出るのは6割程度です。
薬は、症状を和らげるために、抗めまい薬、吐き気止め、抗不安薬などを使います。
BPPVを予防するため、日常生活では、次のようなことに注意します。
①いつも同じ方向で横向きに寝ない―同じ向きでばかり頭を横にしていると、三半規管に耳石がたまりやすくなります。同じ向きに寝た姿勢でテレビを見続けるのは控えましょう。
②寝るときに頭の位置を少し高くしましょう―耳石が三半規管に入りにくくなります。枕を高くしたり、上半身に傾斜をつけます。
③めまい体操をする―頭をよく動かすと耳石が1か所にたまりにくくなります。めまい体操は、自宅で患者さん自身で毎日数回行いましょう。

けんこうQ&A 循環器科②

「心不全」を理解し、防ぎ、守り、共に生きるために知っておくべきこと
Q 心不全には、どのような症状や段階がありますか？
A 現在心不全はA B C Dの4つのステージに分類されています。
ステージAは高血圧や糖尿病など、将来心不全のリスクとなる疾患を発症した段階で、心臓に形や機能の異常はない段階。
ステージBは高血圧症による心肥大や弁膜症、心筋梗塞や不整脈など、心臓に何らかの異常はあるものの、むくみや息切れの症状は出ていない段階ですが、既にこの段階で予防的な観点から積極的な介入が必要です。
症候性心不全（ステージC）の代表的な症状や兆候は、足の浮腫、夜間の咳、動いた時の動悸や息切れ、胸部苦悶感などです。高血圧症や糖尿病、不整脈の持病がある方や、弁膜症や心筋梗塞などの病気を指摘されている方で、このような症状があった場合は、早めにかかりつけ医と相談をしてください。夜寝床に入ってから苦しくて起き上がりたくなる症状（発作性夜間呼吸困難）や、横になれない場合（起坐呼吸）はかなり危険な症状です。必要に応じて救急医療機関を受診しましょう。
治療しても、安静時に症状が出る状態を、ステージDといいます。