

広報

しらかわ

Public Relations Shirakawa

2026

8

No.249



特集

知ることから始まる
多文化共生のまちづくり

《今月の表紙》

言葉の壁を超えて、共に学ぶ

不安があるのは自然なこと　まずは知ることから始めませんか

外国人住民が地域で共に暮らす身近な存在となりつつある一方で、言葉や生活習慣の違いに戸惑いを感じることや、ごみ出しのルールなど、日常生活の中で気になる場面があるかもしれません。

昨年度に福島県が実施したアンケート調査報告書においても、そうした不安を持っている方が多くなっています。こうした状況は、外国人住民に必要な情報が十分に届いていないことや、お互いに接する機会が少ないことから生じる場合もあります。知らないことが不安につながり、関わる機会が少ないことでさらに距離を感じやすくなる場合があります。

そのため、日本人と外国人住民がお互いに理解を深め、違いがあっても地域で安心して暮らしていくための環境を整えることが大切になります。

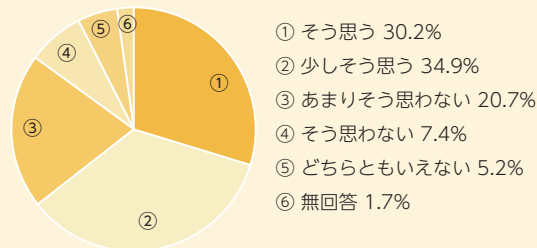
《令和7年度福島県多文化共生に係るアンケート調査報告書（抜粋）》

アンケートの詳細はこちら▶



●日本人住民対象

Q 外国人が増えることへの影響について「具体的な心配事はないが、外国人住民が増えることに漠然とした不安を感じる」と思いますか。

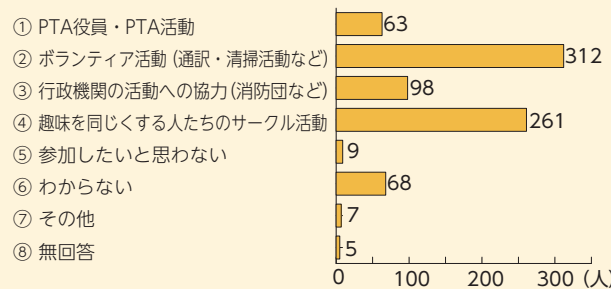


Q 偏見や差別をなくし、人権を守るためにはどのような取り組みや活動があるとよいと思いますか。

「外国人と日本人との交流の機会を増やす」が45.6%と最も多く、次いで「学校で外国人との共生に関する教育を充実させる」が36.1%となっています。

●外国人住民対象

Q 地域でどのような活動をやりたいと思いますか。（複数回答可）



Q 偏見や差別をなくし、人権を守るためにはどのような取り組みや活動があるとよいと思いますか。

「外国人の文化や生活習慣の周知」が39.7%と最も多く、次いで「外国人と日本人との交流の機会を増やす」が34.9%となっています。

日本人と外国人住民が共に安心して暮らせる環境づくりの指針となる「多文化共生推進プラン」の策定にご尽力いただいている菊池准教授に、多文化共生について話を伺いました。



近年、日本各地で外国人住民が増え、多文化共生は一部の地域だけの課題ではなく、私たち一人ひとりに関わる身近なテーマとなっています。多文化共生とは、単に外国人を支援することではなく、文化のちがいを認め合いながら、誰もが地域の一員として安心して暮らし、それぞれが力を生かして地域社会を築いていくことです。人口減少や少子高齢化が進む中、多様な人々が支え合い、協力しながら暮らせる地域づくりはますます重要になります。外国人住民も地域を支える大切な仲間です。地域交流や日本語教室、防災

活動などを通して、顔の見える関係を育むことは、安心して暮らせる地域づくりにつながります。言葉や文化のちがいに戸惑うこともあるでしょう。その背景には互いを知らないことがあります。あいさつを交わし、地域で顔を合わせる。そのような日々の交流が信頼関係を育みます。

多文化共生の意義は、多様な人々がそれぞれの力を生かし、協働することで地域に新たな価値を生み出すことにあります。一人ひとりが身近なところから相手を知り、関わるうとすることこそが、地域の未来を創る第一歩となるのです。



多文化共生推進プラン策定委員会委員長
明星大学人文学部
国際コミュニケーション学科

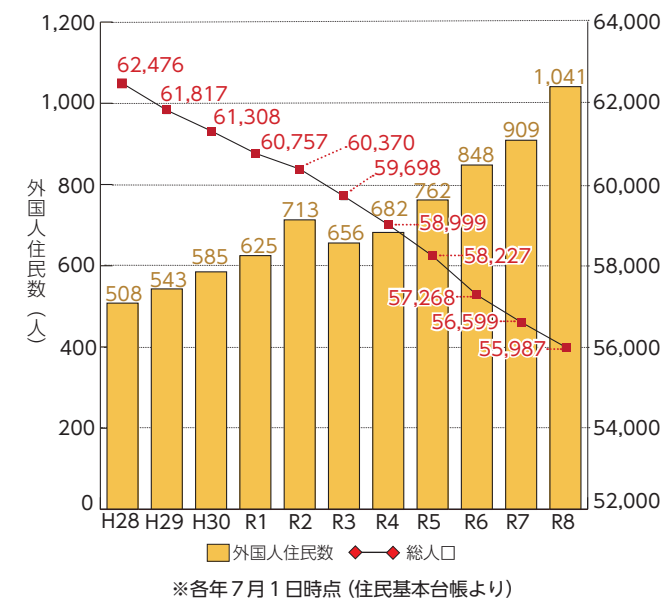
菊池 哲佳 准教授

特集 知ることから始まる 多文化共生のまちづくり

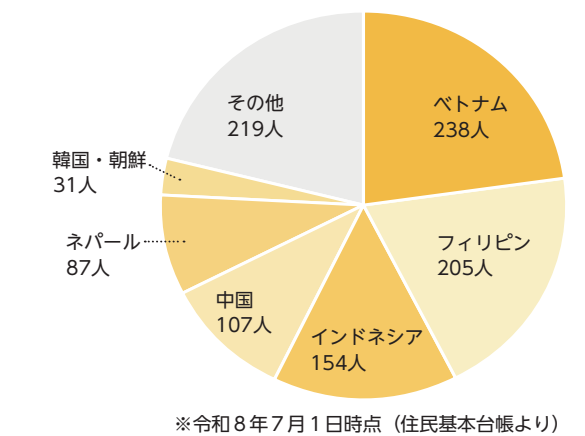


現在、本市には1,000人を超える外国人の方が暮らしています。およそ54人に1人が外国人住民であり、総人口に占める割合は1.86%と県内13市で最も高くなっています。

《本市の総人口と外国人住民数の推移》



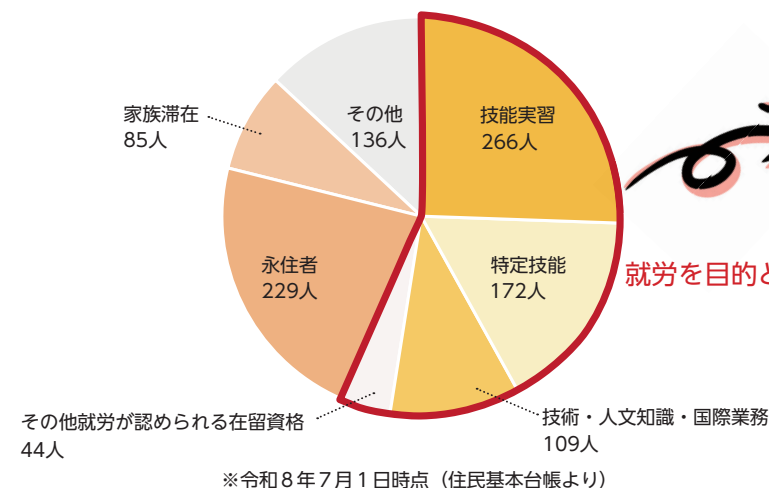
《本市の外国人住民の国籍別人数》



ベトナム、フィリピンなど東南アジアを中心に33の国と地域の方が暮らしています。

本市で暮らす外国人の方は、日本の企業で働きながら知識や技術を身に付ける「技能実習」や、製造業や介護など人材確保が困難な状況にある分野で、一定の専門性・技能を生かして働く「特定技能」など、就労目的の在留資格が5割以上を占めています。

《本市の外国人在留資格別人数》



就労を目的とした在留資格

多くの業種で人手不足が深刻化する中、本市の地域産業を支える貴重な人材として、多くの外国人の方が活躍しています。



多文化共生の第一歩は、身近なところにあります

地域で外国人の方と交流する取り組みが増えており、言葉や文化の違いがあっても、同じ地域で暮らす方同士、顔を合わせることで、相手をより身近に感じられる場となっています。

地域での交流の機会が増えることは、お互いの理解を深めるきっかけになります。「どんな人が暮らしているのか」を知ることは、不安を減らし、安心して暮らせる地域づくりにもつながります。

菜の花まつり

4月18日、東野出島地区で開催され、同地区の㈱サイゼリヤ福島工場で働くベトナムの方10名が、スタッフとしてイベントを一緒に盛り上げました。



初めて菜の花まつりに参加しました。当日は焼き鳥や飲み物、そばなどを売りました。地域の皆さんと交流できて楽しかったので、また機会があったら参加したいです。



ニュアンさん ヴァンさん



野出島地域活性化プロジェクト
本宮 直さん

地域で暮らす外国人の方に、初めてイベントの運営を協力していただきました。最初はなじんでもらえるか心配していましたが、会場準備から片付けまで一緒にいき、あいさつも積極的にしてくれました。楽しみながら活動してもらえたと感じています。

この交流は、東地域の魅力を外国人の方に知ってもらえるまたとない機会であるとともに、ボランティアで参加していた中学生にとっても、良い経験となりました。何かを共にすることで、交流も深まると思います。今後も地域のイベントに参加してもらえたらうれしいです。

ひなたで芋ほり

7月12日、多世代交流の一環として、田舎の小さな居場所「こたら」(双石)の主催で行われました。㈱みちのく白河農園や(有)深花園で働くモンゴルやベトナムの方10名が参加し、地域の方と芋ほりを楽しみました。

初開催のイベントでしたが、普段なかなか接する機会がない外国人の方と話せて、うれしく思います。実際に交流してみると、言葉の違いはあっても同じ地域で暮らす仲間として、自然に接することができました。

3月にも町内会の清掃活動に参加していただいております。今後もいろいろな場面で交流を深めていけたらと思います。



田舎の小さな居場所「こたら」
大橋 勝男さん

芋ほりがとても楽しく、時間が経つのがあっという間でした。町内会の清掃活動でも地域の方とお話ししましたが、交流はいつも楽しいです。

8月の白河関の踊り流しにも参加するので、地域の方と交流できたらうれしいです。



地域のルールを伝えることで安心の輪が広がります

誰もが安全で安心して暮らせる地域をつくるためには、日本人も外国人住民も同じまちの住民として一人ひとり地域ルールを知り、きちんと守ることが欠かせません。そのうえで、お互いの違いを少しずつ理解し、思いやりの心を持って接することが、住みよいまちづくりの第一歩となります。

本市や市国際交流協会では、生活習慣の違いによるトラブルを未然に防ぎ、外国人住民がスムーズに地域に溶け込めるよう、日本の言葉や文化、生活マナーなどを学ぶ機会を提供しています。



日本語教室

日本語教室には、仕事や生活などのため、さまざまな国籍の外国人の方が通っています。

授業では、講師のほかに、中・高校生や大人のボランティアが外国人の方をサポートしており、交流の場にもなっています。



日本語を覚えたいと思い、教室に参加しています。先生やボランティアの皆さんがとてもやさしいので、毎回の教室がとても楽しみです。インターネットを使い自分でも日本語を勉強しています。日本語をもっと覚えて、いろいろな人と交流したいです。



アンディカさん ウェンピさん



古澤 莉緒さん 眞田 夏希さん 小田 しほりさん

中学生の時にフランス・コンピエーニュ市への派遣事業に参加したことがきっかけで、外国の方との交流に興味を持ち、日本語教室のボランティアに参加しました。

初めは不安でしたが、参加している外国人の方はとてもやさしく親しみやすいので、身構えて話す必要はないんだなと感じました。

これからも、このような活動に積極的に参加したいです！

日本文化・生活マナー講座



日常生活に身近なテーマである、ごみの出し方や自転車の乗り方、図書館の利用案内のほか、災害・緊急時の対応としての防災講座などを実施しています。

また、呈茶やだるまの絵付け体験、年賀状作成などを通して、日本や白河の文化も学んでいます。

バスの乗り方教室の様子▶



できることから少しずつ 安心して暮らせるまちを目指して

多文化共生は、何か特別なことを始めるわけではありません。例えば、外国人の方とまちで会ったときにあいさつを交わす、分かりやすい言葉で伝えるなど、小さな行動がお互いに安心して暮らせる地域づくりにつながります。

言葉や文化が違っても、最初は距離を感じることもあります。しかし、実際に顔を合わせ、やり取りを重ねることで、見え方が変わることもあります。

外国人住民は、地域の社会経済を共に支えている仲間です。「知らない相手」ではなく「同じ地域で暮らす住民」として知ることが、多文化共生の第一歩になります。

企画政策課企画調整係 ☎(28)5500

その他の本市の主な取り組み

●外国人住民向けの生活ガイドブック

外国人住民が生活するうえで、その地域の文化やルールを正しく知ることが大切です。

日常的な暮らしのことから災害・緊急時の対応など、生活に必要な情報やルールなどを伝えるガイドブックを作成しています。

●多文化共生推進プラン

外国人住民の増加や多国籍化などの多文化共生を取り巻く社会情勢の変化に対応するため、総務省が示す「地域における多文化共生推進プラン」に基づき、今年度内に市独自の多文化共生推進プランを策定します。

募集
Recruit

スケッター募集



☎高齢福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519

空き時間を生かして、介護の助っ人になりませんか？「無資格・未経験」でも大歓迎です。

《「スケッター」とは》

お手伝いを求めている介護施設などと、お手伝いをしたいあなたをつなぐ役割を果たします。

《どんなことをするの？》

食事の準備や片付け、話相手や見守り、特技を生かしたレクリエーションなど、あなたにできることを空き時間に合わせて気軽に参加できます。

《誰でもできるの？》

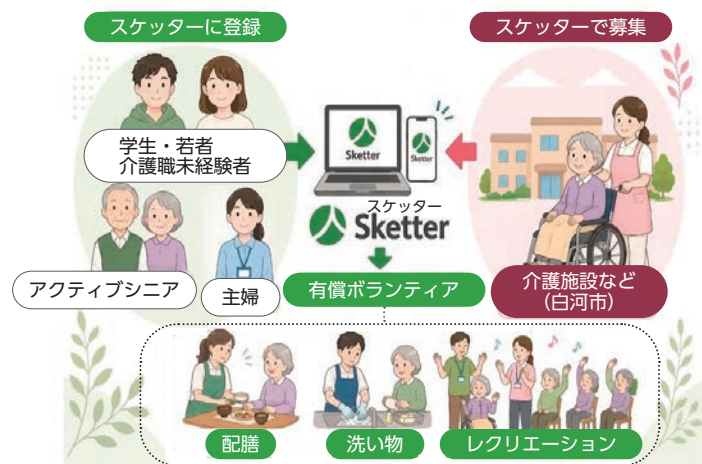
16歳以上なら誰でもできます。
※15歳以下でも保護者と一緒であれば参加できます。

《謝礼金はもらえるの？》

有償ボランティアとして、謝礼金を受け取ることができます。

《登録方法》

公式ホームページで登録をしてください。

お知らせ
News認知症フォーラム
inしらかわ

☎高齢福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519

認知症や脳に関する話や、脳を活性化させるための具体的な方法、学習療法の効果などを学ぶことができます。健康ポイント付与対象事業です。

- 期日 9月12日(土)
- 時間 10:00～12:00 (開場 9:30)
- 会場 市立図書館りぶらん
- 内容 「あたまの健康セミナー」
くもん学習療法センターによるセミナーです。
- 対象者 市内に在住または通勤・通学している方
※付き添いの場合は市外の方でも申し込み可
- 参加料 無料 ※筆記用具持参
- 定員 70人 ※先着順
- 申し込み方法 窓口、電話、
申し込みフォーム
- 申し込み・問い合わせ先
高齢福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519

お知らせ
Newsわたしの
終活登録事業

☎高齢福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519

病気や事故などにより、意思表示ができなくなったり、亡くなったりした際に備え、あらかじめ自分の終活に関する情報を登録しておく事業です。

登録された情報は、指定された家族や、医療・消防・警察・福祉など関係機関からの照会に対し、本人の代わりに市が開示します。

- 対象者 市内に住民登録のある65歳以上の方
- 事業の流れ
 - ①本人または成年後見人などが「本人確認書類」と「緊急連絡先の方の同意書」を持参のうえ申請
 - ②市から本人に登録証を交付するとともに、照会可能な方として指定された家族に通知を送付
 - ③本人が意思表示できない状況になった場合、指定された家族や関係機関からの照会に基づき、市が登録情報を開示
- 申請先 高齢福祉課高齢者支援係窓口



「愛の基金」へのご寄附ありがとうございます

市では、金婚・米寿など人生の節目を記念するご寄附、故人のご遺志、チャリティー収益など、皆さんからいただいたご寄附を活用し、高齢者支援や障がい者支援、こども・子育て支援などの保健福祉事業、福祉に関連したボランティア活動の支援を行っています。

《主な活用事業》

- ♥ 要介護高齢者介護激励金支給事業
介護認定を受けた高齢者を在宅で介護している方へ激励金を支給
- ♥ お元気コール・あったかコールセンター
高齢者のみの世帯に対し、電話での安否確認などの業務に活用
- ♥ 重度障がい者タクシー運賃等助成
通院などに利用するタクシー代の一部を助成
- ♥ 子どもの居場所づくり支援事業
こども食堂を運営している団体へ費用の一部を助成

その他、愛の基金を活用した事業や実績などは、市ホームページをご覧ください。

☎社会福祉課社会生活支援係 ☎(28)5515 / 各庁舎地域振興課 表郷 ☎(32)2113 大信 ☎(46)2111 東 ☎(34)2111

皆さんの善意に
支えられているんだワン！

お知らせ
News後期高齢者医療制度
保険料決定

☎国保年金課保険年金係 ☎(28)5538

保険料は、被保険者一人ひとりが平等に負担する「均等割額」と、所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算されます。

また、今年度から「子ども・子育て支援金（子ども分）」が加算されます。

令和8年度の保険料率は次のとおりです。

なお、保険料の決定通知書は8月中旬に送付します。

医療分	子ども分	年間保険料額
49,000円 (均等割額)	1,400円 (均等割額)	年間限度額 87.1万円
所得×9.24% (所得割額)	所得×0.25% (所得割額)	
限度額 85万円	限度額 2.1万円	



保険料の軽減措置

1年間の所得が基準額以下の世帯は、均等割額が軽減されます。

軽減割合	世帯（被保険者および世帯主）の総所得金額※ (赤字は年金・給与所得者が2人以上の際に計算)
7割	「43万円+10万円×(年金・給与所得者数-1)」 以下の場合
5割	「43万円+31万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)」 以下の場合
2割	「43万円+57万円×被保険者数+10万円×(年金・給与所得者数-1)」 以下の場合

※令和7年中の総所得金額などの合計です。
65歳以上の公的年金受給者は、年金所得からさらに15万円を減額した額で軽減判定を行います。

お知らせ

ラウンジ

りばうん

子育て情報

保健情報

くらしの情報館

からだ思いの健康食

写真が語るしらかわの風景

無料相談・献血ほか

市長の手控え帖

募集

Recruit

市総合美術展覧会
作品募集



市総合美術展覧会実行委員会事務局
(文化振興課内)

☎(28)5502

作品規格など、詳しくは市ホームページの開催要項をご覧ください。

- 対象 ①本市・西白河郡・東白川郡の在住者または出身者で、高校生以上の方
②本市・西白河郡・東白川郡にある高校の生徒
- 出品料 1,000円 ※1部門につき1人1点まで
- 作品受付・搬入日時
10月10日(土)／10:00～15:00

※出品料、出品申込書、作品を持参してください。

- 作品受付・搬入会場 マイタウン白河（本町）
- 展示期間 10月14日(水)～18日(日)
- 展示時間 10:00～18:00 ※18日(日)は13:00まで
- 展示会場 マイタウン白河

お知らせ

News

マイナンバーカードの
電子証明書の更新

マイナンバーセンター☎(22)1111 内2808

マイナンバーカードの電子証明書の有効期限（5回目の誕生日まで）を迎える方に対し、通知書を送付しています。有効期限が切れてしまうと、証明書のコンビニ交付などの手続きができなくなります。

- 申請窓口 マイナンバーセンター（本庁舎1階）または各庁舎地域振興課
- 必要書類

▷本人が来庁する場合 マイナンバーカード ※暗証番号が必要です。

▷代理人が来庁する場合 申請者のマイナンバーカード、代理人の本人確認書類、署名用電子証明書・利用者証明用電子証明書 照会書兼回答書（必ず本人が記入のうえ、同封の封筒に入れてください。） ※記入された暗証番号が合っていない場合、当日中に手続きができないことがあります。

募集

Recruit

施設の
指定管理者募集



行政経営課行政経営係☎(28)5509

施設の管理運営に民間の能力を活用し、市民サービスの向上と経費削減などを図るため、指定管理者制度を導入しています。

令和9年4月に更新となる次の施設の指定管理者を募集します。詳しくはお問い合わせください。

施設名	担当課	問い合わせ先
白河市中心市街地市民交流センター 旧脇本陣柳屋旅館建造物群	まちづくり推進課	☎(28)5533
白河市表郷クリニック	健康増進課	☎(27)2112

募集

Recruit

出張スマホ教室

行政経営課情報推進係☎(28)5509

専門の講師が、地域の集会所などへ直接伺う「出張スマホ教室」を開催します。貸出機を準備しますので、スマホをお持ちでない方も参加できます。

講座内容の詳細や申し込みなど、詳しくは市ホームページをご覧ください。

- 対象 町内会、高齢者サロンなど（5～20人程度）
- 費用 無料
- 実施日時 平日／10:00～12:00、13:30～15:30（1回90～120分程度）
- 講座内容 ①はじめてのスマホ体験 ②LINE体験 ③キャッシュレス体験 ④防災アプリ体験

※ご希望の講座をお選びください。特別企画「福島県警と連携したネット詐欺対策」を合わせて受講することもできます。

- 申し込み方法 市ホームページ

お知らせ

News

「金山のビャッコイ自生地」
国指定天然記念物へ

文化財課文化財保護係☎(28)5535



6月19日、国の文化審議会で「金山のビャッコイ自生地」を国の天然記念物に指定するよう答申があり、近く指定となる見通しとなりました。

指定されれば、本市で初めての国指定天然記念物になります。この機会にぜひご覧ください。

なお、見学の際は、ビャッコイに手を触れたり、周りの土壌を踏み荒らしたりしないよう、ご注意ください。

《ビャッコイとは》

ビャッコイは、カヤツリグサ科ビャッコイ属の多年生草本で、カヤツリグサ科では珍しい水生植物です。日本とインドネシア（ニューギニア島西部）、パプアニューギニア、オーストラリア、ニュージーランドにのみ分布しており、本市の表郷金山は国内唯一、かつ北半球唯一の自生地です。

詳しくはこちら▶ 



▲ビャッコイ

▲ビャッコイの花

チェンジ 白河提灯まつり

～未来へつなぐ、新たな一歩～

白河提灯まつり実行委員会
(有)金子祐助商店内) ☎(22)3578

約370年の歴史を持つ「白河提灯まつり」。今年は、その伝統と誇りを未来につないでいくため、誰もが気軽に参加し、楽しめるまつり運営を目指します。

まつりは、見る人、参加する人、支える人、全ての人によって受け継がれていきます。今年の「チェンジ」が、新たな伝統となるよう、皆さんもぜひ会場で白河提灯まつりをお楽しみください。

詳しくは、白河提灯まつり実行委員会のホームページをご覧ください。

- ここが変わる！白河提灯まつり
- 3日目の出発地点が小峰城に
歴史ある小峰城を背景に、各町の神輿や提灯行列が一堂に会します。
- 小峰城に観覧エリアを設置
多くの皆さんにまつりの迫力や熱気を体験いただけるよう、城山公園内に観覧エリアを設けます。
- キッチンカーが登場
小峰城駐車場にキッチンカーが出店し、まつりとともに食も楽しめる空間を創出します。

- 行列経路・出発時間
- 1日目（9月19日(土)）
▷行列経路 鹿嶋神社～御旅所（桜町）
▷出発時間（鹿嶋神社）◇先達 18:30
◇神社神輿 19:30 ◇宮本 20:30
※神橋（たいこ橋）渡り・全町渡河 18:30～20:30頃
- 2日目（9月20日(日)）
▷行列経路 九番町～御旅所
▷出発時間（九番町）◇先達 17:00
◇神社神輿 18:00 ◇宮本 19:00
※本町四辻交差点通過 18:40～20:40頃
- 3日目（9月21日(祝)）
▷行列経路 小峰城～鹿嶋神社
▷出発時間（小峰城）◇先達 17:00
◇神社神輿 18:00 ◇宮本 19:00
※本町四辻交差点通過 17:50～19:50頃



話題レポート

おしゃべり狢犬カードめぐり



6月30日、川田神社（中島村）でオープニングセレモニーが行われました。狢犬カードは、県南地域の対象施設で500円以上の買い物をされた方に配布しており、カードの二次元コードを読み取ることで、狢犬の解説音声や動画を楽しむことができます。

開館準備に向けて基本協定を締結



7月1日、カルチャ・コンビニエンス・クラブ(株)と複合施設「しらふる」の指定管理者の指定に関する基本協定を締結しました。同社は、開館準備を担う社員2名を紹介し、施設内に出店するカフェブランド名「スターバックス」を公表しました。

話題レポート

地域の先生と裁縫にチャレンジ



6月10日・17日・24日の3日間、大信小で地域学校協働活動事業として、家庭科の授業が行われました。児童は、補助指導員として参加した地域コーディネーターと地域ボランティアの方から、ボタン付けや本縫い、返し縫いなどを学びました。

歌声でつながる仲間、新たな合唱団始動



6月13日、サンフレッシュ白河（久田野）で小中高生合唱団の結団式が行われました。学校や学年の垣根を超えた県南地域の児童・生徒17名が、最初の目標である「しらかわ音楽の祭典」での発表に向けて練習を開始しました。



健やかな成長を願い、名入りだるまで祝福



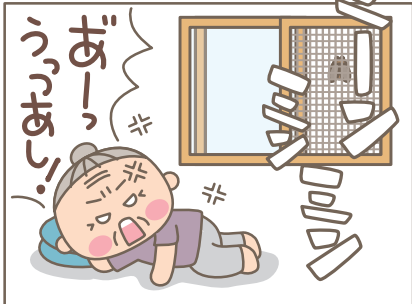
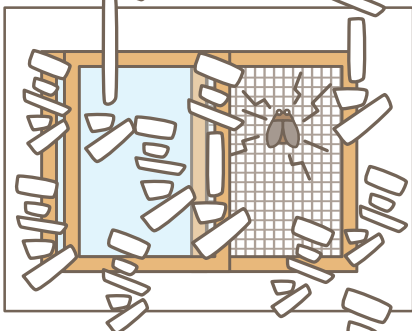
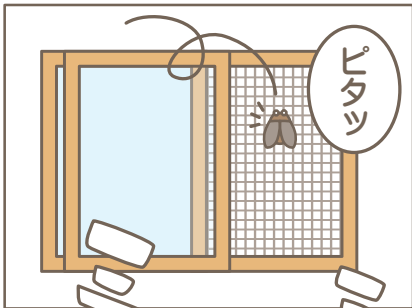
6月24日、4月に双子のお子さんが誕生したご家庭に、出生祝い名入り白河だるまを贈呈しました。市では、こどもの誕生を祝い、地域文化への愛着や誇りを育みながら、社会全体で子育てを応援する機運が高まるよう、今年度から実施しています。

災害時の緊急車両の通行確保へ



6月26日、(株)豊地自動車と災害時における車両等の排除に関する協定を締結しました。同社は市からの要請により、災害時に公道に放置された故障車などをレッカー車で移動させ、緊急車両などの円滑な通行を確保します。

ぼんこのころ

作 本町かずこ
セミ

セミのヤロ! いぎなしじなり始めっから
寝てらんにえ!

話題レポート

郷土伝統芸能を未来へつなぐ



◀ ホームページはこちら

7月1日、東北中の生徒有志が中心となり「東北安珍クラブ」が設立されました。同クラブは、安珍歌念仏踊（県指定重要無形民俗文化財）を継承していくため、継続した練習のほか、認知度アップを目指した広報活動を行っています。

夏の風物詩を知って、学んで、体験



7月9日、南中で白河まつり振興会による「白河関の踊り流し体験会」が行われました。白河関まつりへの興味・関心を高めるために企画されたもので、生徒たちは、踊り流しの歴史を学んだ後、講師の指導を受けながら実際に踊りました。

食を通し、人と地域とつながる（移住者定着支援事業）



7月12日、市内のレストランAVATA（大和田）で、移住・転入した方や、検討中の方を対象としたWELCOMEワークショップが開催されました。12名が参加し、地元食材を使った料理教室とランチ会を通して交流を深めました。

100歳おめでとうございます

平井 眞李子さん（追廻）

大正15年6月29日生まれ

りぶらんからのお知らせ

《学生向けイベント「デフ×ミーツ×ティーンズ！目と手でWAになるワークショップ」》

デフリンピック日本代表の越前由喜選手によるトークライブや「好き」をテーマにした読書会など、手話と口話を交えたコミュニケーションを楽しめるワークショップを開催します。越前選手のトークライブは学生以外の方も参加できます。

- 日時 8月30日(日)／14:00～16:30
- 申し込み期限 8月23日(日)
- 申し込み方法 りぶらん窓口、申し込みフォーム



《コロコロコミック連携企画「プロに教わる！マンガ・イラスト教室」》

- 日時 ▷マンガ教室 9月5日(土)／14:00～
- ▷イラスト教室 10月3日(土)／14:00～

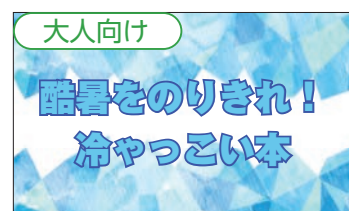
- 対象 小学校高学年から中学生まで
- 定員 各20人

※参加無料 ※申し込み多数の場合は抽選

- 申し込み期間 8月4日(火)～14日(金)
- 申し込み方法 りぶらん窓口、電話、申し込みフォーム



今月のテーマ展示 ※7月・8月共通



おすすめ新刊

《一般図書》



文学フリマ物語
なぜ人は創作に魅せられるのか

鈴木 沙巴良／著

今や地方でも開催されるようになった「文学フリマ」の成り立ちから、現在までを追ったノンフィクション作品です。あなたも実際に足を運んでみたくなるかもしれません。

《児童図書》



トドランド

おおなり 修司／文 丸山 誠司／絵

トドがたくさんトドランド。
トドのバスガイドと夢の世界を体験しよう！
リズムカルで頭に残り、楽しい気持ちになれる1冊です。

※最新情報は図書館にお問い合わせになるか、図書館のWebサイトや館内掲示をご確認ください。



【各図書館の問い合わせ先】

- りぶらん ☎(23)3250
- 表郷図書館 ☎(32)4784
- 大信図書館 ☎(46)3614
- 東図書館 ☎(34)1130

図書館カレンダー

8月	9日	📖 こども向け『若おかみは小学生！』 🕒 13:30～15:05
	10月	休館 (りぶらん・大信) 休館 (表郷・東)
	11日	🚌 11:00～12:00 📍 堂山集会所 🚌 13:00～14:00 📍 久田野集会所
	12日	休館 (表郷・大信・東)
	13日	
	14日	▷としょかんのボードゲームであそぼう！ 🕒 13:30～15:30 📍 りぶらん
	15日	土
	16日	日
	17日	休館 (りぶらん・大信) 休館 (表郷・東)
	18日	🚌 14:00～15:00 📍 北真舟町内会館
	19日	水
	20日	📖 15:00～15:20 📍 りぶらん 🚌 11:00～12:00 📍 みさかコミュニティセンター
	21日	🚌 11:00～12:00 📍 白寿園
	22日	📖 15:00～15:20 📍 りぶらん 📖 11:00～11:45 📍 大信図書館
	23日	📖 10:30～10:45 📍 東図書館
	24日	休館 (りぶらん・大信)
	25日	休館 (表郷・東)
	26日	🚌 13:00～13:30 📍 愛宕町会館
	27日	🚌 11:00～12:00 📍 上ノ原集会所
	28日	🚌 11:00～12:00 📍 緑ヶ丘集会所
	29日	土
	30日	日
	31日	休館 (りぶらん・大信)
9月	1日	火 休館 (表郷・東)
	2日	水 休館 (全館) 🚌 11:00～12:00 📍 南湖集会所 📖 15:00～15:20 📍 りぶらん 🚌 11:00～12:00 📍 搦手山集会所
	3日	木
	4日	金
	5日	土 『はじまりの歌』 🕒 13:30～14:45
	6日	日
	7日	休館 (りぶらん・大信) 休館 (表郷・東)
	8日	🚌 11:00～12:00 📍 堂山集会所 🚌 13:00～14:00 📍 久田野集会所
	9日	🚌 11:00～12:00 📍 中新城構造改善センター

🚌 移動図書館
ゆるりぶ運行

📖 りぶらん上映会

📖 おはなし会
(3歳～小学校低学年向け)

📖 ちびっこおはなしのくに
(0歳～3歳向け)

■妊娠・出産・子育て
大切な時期を“元気”に過ごすために
～積極的に取りたい栄養素～

葉酸

胎児の発育に欠かせない重要なビタミンです。特に妊娠する前から妊娠初期にかけて取することで、赤ちゃんの神経管閉鎖障害※発症リスクが軽減するといわれています。

▷葉酸を多く含む食品

ほうれん草、春菊、ブロッコリー、枝豆、いちご など



※ 脳や脊椎などの中枢神経の源になる神経管の形成不全

カルシウム

妊娠中に胎児の骨や歯をつくるカルシウムは、常に必要とする栄養素なので、積極的に取る必要があります。

また、サケ、サンマ、イワシ、しいたけなどに多く含まれるビタミンDと合わせて取ることで吸収率が高くなります。

▷カルシウムを多く含む食品

牛乳、プレーンヨーグルト、小松菜、干しエビ、ちりめんじゃこ など

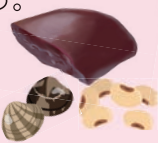


鉄

妊娠が進むにつれ、必要となる血液量が増えるため、体内の貯蔵鉄が不足して鉄欠乏性貧血になりやすくなります。出産時の異常出血などの予防や、産後の体力回復・母乳分泌のためにもしっかりと取りましょう。

▷鉄を多く含む食品

レバー、赤身の肉や魚、あさり、大豆、小松菜 など



食中毒や魚など、妊産婦の食事の注意点については、厚生労働省のホームページをご覧ください。



☎こども支援課母子健康係 ☎(28)5523

24時間365日、医師に相談できる

医療相談アプリを導入します！

子育て中は、急な発熱や体調不良などで不安になることがあります。

市では、18歳以下のお子さんがある世帯や妊婦を対象に、24時間365日、スマホで医師へ相談できる医療相談アプリ「LEBER」のサービスを8月から開始します。

対象となる世帯には、登録方法を記載した案内を8月中旬以降、順次郵送します。



また、妊娠届や出生届、転入届などの手続きの際にもご案内します。

夜間や休日の急な体調不良など、病院に行くべきか判断に迷ったときに、ぜひご活用ください。

●対象

◇本市に住民登録のある18歳以下のお子さんがある世帯

◇本市に住民登録のある妊婦

●利用料 無料

※案内が届きましたら、記載された二次元コードから登録のうえご利用ください。

☎こども支援課子育て支援係 ☎(28)5521

子育て支援アプリ
『ぽっかぽか』

// 便利な情報をお届けするワン！

▼ダウンロードはこちら



■乳がん・子宮頸がん・骨粗しょう症検診
(集団検診)

集団検診を希望する方は、中央保健センター窓口または電話(27)2112、Webでお申し込みください。



●対象

▷乳がん検診 前年度に市の集団・個別検診で乳がん検診を受けていない40歳以上の女性

▷子宮頸がん検診 前年度に市の集団・個別検診または妊婦健診で子宮頸がんの検診を受けていない20歳以上の女性

▷骨粗しょう症検診 今年度中に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳を迎える女性

●費用 無料

●検診日・受付時間

会場	検診日	受付時間
表郷保健センター	9月17日(木)	①9:00~11:00 ②13:00~14:00
大信庁舎大ホール	11月9日(月)	9:00~11:00
中央保健センター	12月1日(火)	①9:00~11:00 ②13:00~14:00
	12月4日(金)	
	12月14日(月)	
	12月15日(火)	

《個別検診(子宮頸がん検診・乳がん検診)》

希望する方は、実施医療機関に直接予約してください。なお、対象の方に無料クーポンを発行します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



●対象

▷乳がん検診

昭和60年4月2日~61年4月1日生まれの方

▷子宮頸がん検診

平成17年4月2日~18年4月1日生まれの方

■プレクーリングで熱中症を防ごう

「熱中症」は、高温な環境下で発汗による体温調節などがうまく働かなくなり、体内に熱がこもることによって、さまざまな症状が出る状態です。屋外だけでなく、屋内で何もしていなくても発症することがあります。

熱中症の正しい知識を持ち、自身の体調の変化や周囲の様子にも気を配り、健康被害を防ぎましょう。

《作業開始前・休憩中のプレクーリングが効果的です》

「プレクーリング」とは、あらかじめ深部体温を下げて、作業中の体温上昇を抑える方法です。

詳しくはこちら▶



●実践方法

▷方法1 体表面を冷却する

- ①バケツや桶に10~15℃の冷水を入れます。
- ②約10~15分間、手・足を冷水に浸します。

▷方法2 体内から冷却する

アイススラリー(細かい氷が混ざった飲料)を摂取します。市販品の活用や氷を加工して作ることも可能です。

■子宮頸がん予防ワクチン接種

ヒトパピローマウイルス(HPV)は、子宮頸がんの原因となるウイルスです。ワクチン接種により子宮頸がんの原因の80~90%を防ぐといわれています。

定期接種の対象となる方には、案内を送付しています。接種方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。



●対象

接種時に本市に住民登録のある次の方

◇小学6年生の女子

◇中学1年生から高校1年生相当の女子

●接種期限

高校1年生相当年齢の年度末(3月31日)まで

9月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
2日(水)	9:30~	大信保健センター	40歳以上
7日(月)	13:30~	中央保健センター	77歳以上
9日(水)	9:30~	東保健センター	40歳以上
16日(水)	13:30~	アナビススポーツプラザ	40~70歳
18日(金)	9:30~	表郷保健センター	40歳以上

【健康ポイント事業】30ポイント 1回/月

イベント

屋内遊び場わんぱーく
親子工作教室

詳しくは屋内遊び場わんぱーくの
Instagramをご覧ください。
●日時 8月15日(土)
①13:00～14:00
②15:00～16:00
※材料がなくなり次第終了
※申し込み不要
📍屋内遊び場わんぱーく ☎(21)9980



つなぐ旅
東日本周遊スタンプラリー

新幹線の延伸や開業を契機に、東日
本の38都市が連携し誘客を図る「東
日本連携事業」です。今回は28都市
の各スポットを巡るスタンプラリーが
開催されます。スタンプを集めて応募
すると、抽選で宿泊券や連携都市の特
産品などが当たります。
詳しくはホームページを
ご覧ください。
●期限 令和9年1月31日(日)
●対象スポット 各連携都市
※本市のスポットは二ノ丸茶屋（郭内）
📍観光課観光振興係 ☎(28)5526



MINAMI婚

フラワーアレンジメントを作りなが
ら、婚活をしてみませんか。
申し込み方法など、詳しくはホーム
ページをご覧ください。
●期日 8月30日(日)
●会場 棚倉町立図書館
●対象 県南9市町村に在住または通
勤している30～40代の未婚の方
※女性は居住地を問いません。



●参加料 2,500円
📍地域生活課地域生活支援係
☎(28)5511

MINAMI友活

新しい出会いを応援します。カップ
リングやマッチングはありませんので、
気軽にご参加ください。
申し込み方法など、詳しくはホーム
ページをご覧ください。
●期日 9月5日(土)
●会場 シン鹿島（北中川原）
●対象 県南9市町村に在住または通
勤している20代の未婚の方
※女性は居住地を問いません。
●参加料 2,500円
📍地域生活課地域生活支援係
☎(28)5511

白河ヨル活



仕事帰りの夜に気軽に交流し、新し
い友達や集まりを作りましょう。
申し込み方法など、詳しくはホーム
ページをご覧ください。
●期日／内容（全10回開催予定）
◇8月18日(火)
クラフトビール片手にダーツの夜
◇9月8日(火)
ゆるっと体を動かすボッチャの夜
◇9月29日(火)
たき火を囲んで星空チェアリング
●対象 市内在住または市内に通勤し
ている20～30代の未婚の方
📍地域生活課地域生活支援係
☎(28)5511

募集

こみねっと
車内広告

公共施設、駅、病院、商業施設など
を巡回するバスとして多くの方に利用
されている「こみねっと」の車内に広
告を掲載しませんか。
●掲載車両 中循環、南循環、西循環
●掲載期間 10月～令和9年9月
●枠数 12枠
※規定数になり次第締切
※掲載位置の指定は受け付け順
●規格
縦364mm×横515mm（B3サイズ）ま
たは縦297mm×横420mm（A3サイズ）
※原稿は持参してください。
●掲載料 950円／1か月
●募集開始 9月1日(火)
📍地域生活課地域生活支援係
☎(28)5511

不要になった鯉のぼりを
泳がせませんか



ご家庭で眠っている鯉のぼりを旧大
屋小（大信下小屋）の校庭で泳がせま
せんか。皆様からの寄附をお待ちして
おります。
●対象
鯉のぼり本体が1m以上（ポールや金
具などは除く）あり、大きな汚れや破
れがないもの
※寄附した鯉のぼりは返却できません。
●募集期限 令和9年3月31日(火)
●受付・問い合わせ先
大信庁舎地域振興課 ☎(46)2111

防衛大学校入学試験

令和9年4月上旬入校の学生を募集
します。
《防衛大学校学生一般》
●応募資格
◇18歳以上21歳未満の者
（自衛官は23歳未満）
◇高卒者（見込み含む）または高専3
年次修了者（見込み含む）
●応募期限 10月15日(木)
●試験期日
▷1次 10月31日(土)
▷2次 11月27日(金)から12月2日(火)
までのうち指定された1日
●合格発表 ▷1次 11月18日(火)
▷最終 12月25日(金)

《防衛医科大学校医学科学生》
●応募資格
◇18歳以上21歳未満の者
◇高卒者（見込み含む）または高専3
年次修了者（見込み含む）
●応募期限 10月8日(木)
《防衛医科大学校看護学科学生》
●応募資格
◇18歳以上21歳未満の者
◇高卒者（見込み含む）または高専3
年次修了者（見込み含む）
●応募期限 10月2日(金)
●申し込み・問い合わせ先
自衛隊福島地方協力本部
白河地域事務所 ☎(24)0372

「わたしと年金」
エッセイ

日本年金機構は、毎年11月を「ね
んきん月間」とし、公的年金をテーマ
にしたエッセイを募集しています。
要項など詳しくは、日本年金機構ホ
ームページをご覧ください。
●応募資格 中学生以上



●応募方法 郵送
●応募期限
9月7日(月) ※当日消印有効
●応募・問い合わせ先
〒168-8505 東京都杉並区高井戸西
3-5-24 日本年金機構 事業推進統
括部 地域年金事業グループ
「わたしと年金」担当 ☎03-5344-1100

第72回白河市発明展

創作の喜びや、工夫する楽しさを知
ってもらうため、自作の作品を募集し
ます。
●応募方法
▷一般（高校生以上）
窓口や電話で申し込み用紙を取得し、
商工課に直接申し込み
▷小・中学生
各学校を通して申し込み
●応募期限 8月27日(木)
●展示期間 9月3日(木)～4日(金)
●展示会場 市役所本庁舎5階 正庁
●申し込み・問い合わせ先
商工課商工振興係 ☎(21)5910

食生活改善推進員



健康的な食生活を地域に広めるボラ
ンティアを募集します。
●対象 市内在住で18歳以上の方
●活動内容 高齢者サロンでのフレイ
ル予防講話、毎月19日に開催される
食育の日街頭活動 など
●申し込み期限 8月28日(金)
●申し込み・問い合わせ先
健康増進課成人健康係 ☎(27)2114

男女共同参画セミナー



仕事や家事、育児など忙しい毎日の
中で、家族が笑顔で暮らすためのヒン
トを学びます。家庭での家事分担につ
いて考えてみませんか。
●日時 9月6日(日)／10:00～11:30
●会場 市立図書館りぶらん
●内容 共働き、家事分担
～二人でつくる、これからの暮らし～
●講師 料理家 本田 よう一氏
●対象 市内・近隣市町村在住または
市内在勤の方 ※託児サービスあり
●参加料 無料
●定員 40人
※申し込み多数の場合は抽選
●申し込み期限 8月26日(火)
●申し込み方法
電話、申し込みフォーム
●申し込み・問い合わせ先
生涯学習課生涯学習係 ☎(28)5542



らく楽健康体操講演会

●日時 8月18日(火)／13:30～15:00
●会場 市役所本庁舎5階 正庁
●内容 高齢者向けに考案された、ら
く楽健康体操の普及・啓発と、担い手
の育成を目的とした講演会
●対象 市内在住の方
●参加料 無料
●定員 80人
●申し込み期限 8月14日(金)
●申し込み方法 窓口、
電話、申し込みフォーム
●申し込み・問い合わせ先
高齢福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519



募集

女性のための
起業セミナー



起業の基礎から、続けられるコツまで学べるセミナーです。男性の参加も歓迎です。

●期日／内容
◇8月30日(日)
好きから見つける私の可能性
◇9月6日(日)
「欲しい」を生む商品戦略と起業知識
◇9月13日(日)
「売れる」と「続ける」の作り方
◇9月27日(日)
未来につながる起業準備

●時間
▷セミナー 13:30～15:30
※セミナー終了後16:00まで交流会があります（自由参加）。

●会場 人材育成センター（中田）
●対象 起業に興味のある方や起業して間もない方

●受講料 無料
●定員 20人
●申し込み方法
申し込みフォーム



●申し込み・問い合わせ先
産業サポート白河☎(21)8995

点訳ボランティア
養成講座

広報しらかわなどのパソコン点訳を行うボランティアを養成します。
初めての方も大歓迎ですので、ぜひご参加ください。

●期日 9月17日～10月22日
毎週木曜日（全6回）
●時間 18:30～20:30
●会場 市立図書館りぶらん
●内容 点字の仕組みや点訳ルールの初歩、パソコンへの入力方法 など
●持参物 ノートパソコン（お持ちの方）
●参加料 無料
●定員 10人
●申し込み期限 9月10日(休)
●申し込み方法 メール、電話
●申し込み・問い合わせ先
社会福祉課障がい福祉係☎(28)5517
メール
shakai@city.shirakawa.fukushima.jp

お願い

8月は「食品衛生月間」



夏場は気温が高く、細菌が増えやすくなるため、特に食中毒が起きやすくなります。家庭で食事を作る際に気をつけるべきポイントを確認し、食中毒を予防しましょう。

《食中毒予防の3原則》

▷食中毒菌をつけない

手洗いを徹底する、肉・魚・野菜・調理済み食品で調理器具を使い分ける

▷食中毒菌をふやさない

温度管理（冷却）をする、常温で放置しない、作ったらずぐ食べる

▷食中毒菌をやっつける

中心部まで十分に加熱する
※ノロウイルスは85℃で90秒以上加熱することで不活化します。

☎県南保健所食品衛生チーム
☎(22)5487

屋外広告物適正化旬間



9月1日から10日までを、屋外広告物適正化旬間としています。

広告板や立て看板などの屋外広告は、生活に必要な情報を伝える便利なものですが、無秩序な看板の設置は、良好な景観を損なうほか、適正な管理を怠れば、通行人などに危害を及ぼす恐れがあります。この期間に身近な屋外広告物の点検をお願いします。

また、屋外広告物の設置には、市の許可が必要となりますので、事前に相談し、規制内容などの確認をお願いします。

☎都市計画課都市政策係☎(28)5534

個人事業税納期

個人事業税は、個人で事業を行っている方に課税される県の税金です。8月10日付で発送される納税通知書を使用し、期限までに納付してください。

また、口座振替をご利用の方は、納期限までに預金残高の確認をお願いします。

なお、口座振替の利用を希望される方は、納税通知書に同封された口座振替依頼書を金融機関にご提出ください。
※今回、口座振替を申し込まれる方は、第2期分からの振替となります。

●納期限 ▷第1期 8月31日(月)
▷第2期 11月30日(月)

※税額が1万円以下の場合、第1期に一括で納めることとなります。

☎県南地方振興局県税部課税課
☎(23)1517

令和8年産米の
モニタリング検査



令和8年産米（主食用・飼料用）のモニタリング検査を行います。検査の結果が出るまでは、米の出荷・販売（無償譲渡含む）の自粛をお願いします。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎農政課農業振興係☎(28)5527

案内

9月市議会定例会
日程（予定）

●時間 10:00
●会場 市役所本庁舎4階 議場

期日	内容
9/3(木)	定例会開会、議案の上程・提案理由の説明
9(水)	一般質問・上程議案に対する質疑、委員会付託（請願・陳情）
10(木)	一般質問・上程議案に対する質疑
11(金)	一般質問・上程議案に対する質疑、委員会付託（議案）
14(月)	総務・市民産業・教育福祉・建設水道常任委員会
15(火) 16(水) 18(金)	決算審査特別委員会
28(月)	各委員長報告・質疑・討論・表決、定例会閉会

※インターネットで議会中継をご覧になれます。
中継はこちら▶



☎議会事務局議事係☎(28)5545

「県民の日」
体育施設の無料開放



●期日 8月21日(金)
●時間 9:00～16:00
●対象施設

▷市総合運動公園 中央体育館・国体記念体育館・陸上競技場・テニスコート・多目的グラウンド・アナビススポーツプラザ ☎(22)8971

▷しらさかの森スポーツ公園
テニスコート ☎(28)2322

▷表郷総合運動公園 表郷体育館
☎(32)4613

▷大信総合運動公園 トレーニングセンター・多目的グラウンド
☎(46)2284

▷東風の台運動公園 東体育館・テニスコート・多目的グラウンド

☎(34)3644

▷各市民体育館

☎スポーツ振興課スポーツ推進係
☎(28)5543

市有財産の売却

市有財産（土地）を売却するため一般競争入札を行います。
入札参加資格など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



●申し込み期限 8月31日(月)

所在地	地目	面積㎡（坪）	最低入札価格
石切場43番1 ほか3筆	宅地	1,925.15 (582.32)	47,301,000円
新夏梨1番10 ほか1筆		13,783.00 (4,169.08)	85,092,000円
飯沢68番1 ほか2筆		5,586.88 (1,689.92)	73,157,000円
金勝寺57番1 ほか1筆		1,556.21 (473.74)	27,576,000円
金勝寺57番2		444.05 (134.31)	8,278,000円
八竜神30番地12		2,796.11 (854.82)	24,761,700円
葉ノ木平25番2		991.25 (299.85)	5,595,100円
表郷金山宇瀬戸原80 ほか1筆		2,532.92 (766.20)	11,385,900円
表郷金山宇瀬戸原78番2		519.75 (157.22)	3,337,200円

☎財政課管財係☎(28)5504

案内



公共施設の
ご案内



ハローワーク白河
求人情報



小峰城 オレンジライトアップ



毎年9月は「世界アルツハイマー月間」、9月21日は「認知症の日」です。認知症への理解を深め、本人や家族への支援を呼びかけるため、小峰城を認知症支援の色であるオレンジ色にライトアップします。

- 期間 9月11日(金)～17日(木)
- 時間 18:00～22:00

〒高齡福祉課高齢者支援係 ☎(28)5519

敬老祝金

高齢者の方々の長寿を祝い「敬老祝い商品券」を配布しています。

今年度から配布対象者が変更になり、9月上旬から順次郵送します。

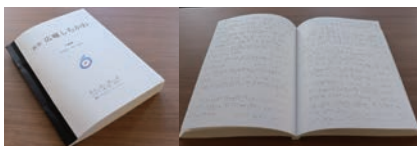
●対象者 77歳（昭和23年9月2日～24年9月1日生まれ）と88歳（昭和12年9月2日～13年9月1日生まれ）の方で、9月1日時点で市内に住所を有する方

- 贈呈品 商品券

▷77歳の方 5,000円分

▷88歳の方 20,000円分
〒高齡福祉課介護管理係 ☎(24)5150

広報紙・議会だより 点字版



「点字友の会」の皆さまのご協力により、広報紙や議会だよりなどの点字版を配布しています。

- 対象 視覚に障がいがあり、点字の読み取りができる方

- 申し込み・問い合わせ先
社会福祉課障がい福祉係 ☎(28)5517

出張ハローワーク！ひとり親 全力サポートキャンペーン

ひとり親の方を対象に、ハローワーク白河の担当者が就職支援のための出張相談を行います。

現況届提出の際に、気軽に足を運んでみてください。

- 期日 8月18日(火)・31日(月)
- 時間 13:30～15:30
- 会場 市役所本庁舎1階 相談室

〒ハローワーク白河

求人・専門援助部門 ☎(24)1256

下水道排水設備工事責任 技術者資格認定試験

- 試験日 11月29日(日)
- 会場 日本大学工学部（郡山市）
- 申し込み期限 8月28日(金)

※申込書は下水道課で配布しています。

- 手数料 3,300円

※受験講習会については、県下水道公社へお問い合わせください。

〒下水道課（白河都市環境センター内）
☎(22)0910

県下水道公社 ☎024-524-3510

まちかど

スポーツマイリィ クラブ受講者募集



《初・中級者ソフトテニス教室（全5回）》

- 日程

9月9日～10月14日／水曜日

- 申し込み期間

8月19日(水)～9月2日(水)

《スポーツウエルネス吹矢教室（全4回）》

- 日程

8月31日～9月28日／月曜日

- 申し込み期間

8月10日(月)～24日(月)

〒白河市スポーツ協会事務局
(市中央体育館) ☎(29)8655

しらかわスポーツ祭 2026



詳しくは、ホームページをご覧ください。
るか、お問い合わせください。

《弓道》

- 期日 9月23日(祝)

- 会場 白河武道館（向新蔵）

- 申し込み期限 9月9日(水)

〒白河市スポーツ協会事務局
(市中央体育館) ☎(29)8655

第9回 かな書展

「しらかわ かなを学ぶ会」による書道展です。

- 期間 9月14日(月)～19日(土)

- 時間 9:00～21:00

- 会場 市立図書館りぶらん

〒しらかわ かなを学ぶ会

代表 竹島 ☎090-1931-9619

お知らせ

ラウンジ

りぷらん

子育て情報

保健情報

くらしの
情報館

からだ思いの
健幸食

写真が語る
しらかわの風景

無料相談・
献血ほか

市長の
手控え帖

からだ思いの けんこうしょく

切干だいこんのナムル



《材料（2人前）》

・切干だいこん……………10g	☆しょうゆ……………小さじ1/2
・小松菜……………20g	☆酢……………小さじ1/2
・にんじん……………10g	☆塩……………少々
・もやし……………40g	☆三温糖……………小さじ1弱
・ツナ……………20g	☆ごま油……………小さじ1/3

《作り方》

- ①切干だいこんを水に10分つけて戻し、食べやすい長さに切る。
小松菜は3～4cmの長さ、にんじんは千切りにする。
- ②①と、もやしをゆで、冷水で冷ます。
- ③調味料（☆）を混ぜる。
- ④水気をしっかり切った②に、ツナと③の調味料をあえて完成。

6月の食育月間に、市内の小中学校で減塩献立として提供した一品だワン！



《1人あたりの栄養価》

エネルギー……………64kcal
たんぱく質……………3.4g
脂質……………3.3g
塩分……………0.3g
食物繊維……………1.9g

調理時間
約20分

～栄養士からのひとこと～

ツナのコクと酢の酸味で、塩分が少なくてもおいしく食べることができます。小松菜の代わりにきゅうりを使っても、彩りがきれいにできあがります。

現在の様子



絵はがき「白河名勝 旧城址」
（市歴史民俗資料館蔵）



本市のシンボルともいえる小峰城は、現在、城山公園として整備され、市民の憩いの場となっています。平成初頭に三重櫓（平成3年、前御門（平成6年）が復元され、江戸時代の佇まいを偲ばせる風格ある姿を見せています。

一方で、明治末、大正頃に撮影された写真を見ると、小峰城の特徴ともいえる壮大な石垣が無骨にそびえ立つ様子がうかがえます。白河の名勝を紹介する絵はがきの題材に選ばれていることから、この時代も白河における象徴的な場所であったと推測されます。

絵はがきの右端には、特徴的に突き出た元太鼓門の石垣が写っています。現在石垣は失われていますが、その手前にあった堀跡は発掘調査に基づき整備されています。

現在、この石垣の付近には清水門の復元工事に伴い、見学の仮設階段が設けられています。なお、この階段からの風景を眺めることができるのは、清水門が完成するまでの期間となります。いま一度、小峰城を訪れてみてはいかがでしょうか。

問 文化財課文化学芸係

☎（27）2310

写真が語る しらかわの風景



第五話

小峰城②

9月の無料相談

種類	開設日	時間	会場・問い合わせ先	内容
弁護士法律相談 (要予約)	2日(水) 16日(水)	10:00 ~ 12:00	●市消費生活センター（本庁舎地下） ※マスク着用の上、対面式の相談となります。 ☎市消費生活センター☎(22)1133 (平日/9:00~17:00)	多重債務、離婚・相続問題など ※当日の弁護士との利益相反の有無により相談を受けられない場合があります。
	9日(水) 30日(水)	13:00 ~ 16:00		
交通事故相談	月～金 曜日	9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00	☎県庁県政相談コーナー☎024-521-4281	損害賠償請求や示談の仕方など
心配ごと相談	24日(木)	10:00 ~ 12:00	●中央老人福祉センター（北中川原） ☎白河市社会福祉協議会☎(24)4222	生計、家族に関することなど
こころの健康相談（要予約）	2日(水)	14:00 ~ 15:00	●中央保健センター（北中川原） ※申し込み期限 8月26日(水) ☎健康増進課成人健康係☎(27)2114	専門の医師による心の悩みに関する個別相談
認知症のひとと家族の会	20日(日)	13:30 ~ 15:30	●中央老人福祉センター（北中川原） ☎同県南地区事務局☎(53)2394	認知症本人と家族の相談や話し合いなど
あったかカフェ	17日(木)	13:30 ~ 15:00	●マイタウン白河地下会議室（本町） ☎高齢福祉課高齢者支援係☎(28)5519	認知症に関する相談 どなたでも参加可能
市民あったか相談	月～金 曜日	8:30 ~ 17:15	●地域生活課 ☎地域生活課内専用電話☎(22)1717	市行政などに関する相談
空き家の利活用相談			●まちづくり推進課まちなか居住推進係窓口 ☎☎(28)5533	空き家バンクの登録など利活用に関する相談
おくやみ窓口利用の予約			☎市民課戸籍係☎(28)5513 各庁舎地域振興課 表郷☎(32)2113 大信☎(46)2114 東☎(34)2113	亡くなられた方に関する市役所での各種手続きの相談のための予約
ハートコール（いじめ等相談電話）			☎ハートコール相談専用電話 ☎0800-800-1893（フリーダイヤル）	児童・生徒のいじめなどに関する相談

9月の献血

※都合により、日程と会場が変更になることがあります。

実施日	時間	会場	所在地
3日(木)	14:00 ~ 15:00	(株)川金ダイカスト工業 本社工場	白 坂
	9:45 ~ 10:30	市役所東庁舎	東金子
15日(火)	15:15 ~ 16:30	白河地方広域市町村圏整備組合・市役所表郷庁舎	表郷金山
	《両会場で骨髓バンク登録会同時開催》		
25日(金)	15:00 ~ 18:00	白河厚生総合病院	豊 地

♥協力事業所 アズビル金門エナジープロダクツ(株)、
(株)サクラテック新白河第二工場、こちや自動車工業(株)、
(株)ユアテック白河営業所、三金興業(株)

●献血ができる方

- ▷男性 17~69歳で、前回の献血から12週間後（1年に3回まで）
- ▷女性 18~69歳で、前回の献血から16週間後（1年に2回まで）
- ※65歳以上の方は、60~64歳の間に献血の経験がある方に限ります。

●持参するもの

お薬手帳、本人確認書類（初回のみ）

善意の窓

あたたかい善意をありがとうございました。

（6月受付分）

〈愛の基金〉

- ♥5万円 鈴木 健一 様（北真舟）
- ♥5千円 金勝寺ボランティア 佐藤 力 様

〈小・中学校教育振興寄附金〉

- ♥4万円 大竹 正紀 様（明戸）

〈観光振興基金寄附金〉

- ♥5万円 須永 智行 様（五郎窪）

〈小峰城一石城主プロジェクト〉

- ♥2万6千円 個人 9件
- ♥106万円 団体 2件

※寄附者は市ホームページで紹介しています。



「ある政治家へのオマージュ」



河野洋平さんが亡くなった。梶山静六、野中広務ら戦争を体験し、地方議員から這い上がってきた猛者とは違う政治エリートだが、不戦では一致していた。「戦争を起こさない」ことが政治目的との強い信念を持っていた。30歳で父一郎の後を継ぐ。初めての外国訪問がサイパン島。無数の白骨を目にして足がすくんだ。これが政治家の原点となった。

ロッキード事件で自民党への不信が高まる。1976年「反金権・保守二党論」を掲げ、新自由クラブを結成した。清新さで喝采を浴びた。だが政権党は老獪。クリーンな三木武夫を首相に据えて、建て直しを図る。「政治は可能性の芸術」。三木は粘り強く、したたかに政権を担う。徐々に離れた層が戻ってくる。

洋平新党の存在は薄れていく。追い風の風は造作なく揚がるが、風が止むと急降下する。こういう時こそ、権謀術数や老練さが必要だが、理念に走りがちな若い集団には、これが欠けていた。洋平さんは刀折れ矢尽き、自民党に戻る。だが苦しい時に党を見捨てた人への視線は冷たい。しばらく雌伏の時を過ごす。

表舞台に出る。1992年、兄事する宮澤首相の下で官房長官に就任。翌年、従軍慰安婦問題で、旧日本軍の関与と強制性を認め「心からのお詫びと反省」を表明した。「河野談話」である。これがアジア外交の基盤となり、現政権にも継承されている。同年、リクルート事件等で敗れ下野。初めて野党に転落した。

次の総裁は？与党なら即総理。その椅子を巡り血眼の争いとなるが、野党となれば静かなもの。洋平さんが熟慮の末、手を挙げた。「総裁は野党経験のある自分しかできない」。非自民連立政権の首相は細川護熙氏。2人は衆院制度改革を実現。金銭不祥事の要因は中選挙区にあるとし、小選挙区にするものだった。

10年ほど前。大学のOB会でお会いした。「白河市長です」はい。那須に別荘があり、何度か訪ねました。穏やかないい城下町ですね。政治の話になった。「僕の大失敗は小選挙区制度の導入です。政治があまりに小粒になってしまいました」。率直なものの言いに心打たれた。

細川内閣退陣後、自民・社会・さきがけの連立政権が発足。本来なら第一党の自民党から首相を出すのが常道だが、長らく政敵だった社会党の村山党首を推した。洋平さんは野合との批判に、冷戦が終わりもはや保守・革新の対立を超える時期が来ていると、受け流した。

村山内閣の副総理として入閣。戦後半世紀を迎えていた。アジア諸国との過去にどう向き合うかを話し合う。「日本が行った植民地支配と侵略を認め、多大な損害と苦痛を与えた」として『痛切な反省』と『心からのお詫び』を表明。洋平さんが深く関わった「村山談話」は公式な歴史認識として引き継がれている。

総理の椅子に手が届く瞬間があった。1995年の参院選後、首相から「自民党に政権を譲る。私の後を引き継いで欲しい」と要請された。「党に持ち帰る」と答えた。即「受ける」と言えば、引きずり落とされなかっただろう。党内基盤の弱さ、談話への反発、慎重さが災いし、幸運の女神の前髪をつかみ損ねた。

父も総理候補だった。党人派の領袖として官僚派と戦ったが、佐藤栄作に敗れ失意のうちに世を去った。「洋平首相」は河野家の悲願だったが、天運がなかった。だが、洋平さんの真骨頂は、権力から距離を置いた議長の時代にあった。健全な国会なくして健全な政府なし。自民党がタカ派的姿勢を強める中、野党への配慮を欠かさず公平な運営に努めた。

父も、名参院議長の誉れ高い叔父謙三も、早大で箱根駅伝を走った。洋平さんも箱根駅伝をこよなく愛した。毎年、小田原中継所で選手を激励する姿を思い出す。河野洋平は偉大なる敗者だった。



Shirakawa Performing Arts Theatre Hall



●問い合わせ先 コミネス ☎(23)5300 (火曜日休館)

白河文化交流館コミネス開館10周年記念事業
東儀秀樹コンサート

10/23
[金]



雅楽師 東儀 秀樹
笙・ギター 東儀 典親
ピアノ Keiko

千年以上続く古代の響きをそのままに伝え、さらに親しみやすいコラボで時空を超える旅に誘う魔術師。今回は、親子で幅広い音楽の楽しさを皆さんと共有します。

- 時間 開演 15:00／開場 14:15
- 会場 コミネス大ホール
- 曲目 『ハナミズキ』『炎』『クイーンメドレー』ほか
- 料金 ▷一般 3,000円 ▷友の会 2,500円
▷65歳以上 2,300円

※全席指定 ※未就学児入場不可
●チケット販売開始日時
▷一般 8月5日(水)／10:00
▷友の会 7月29日(水)／10:00
※電話予約開始は各販売日の翌日午前10時

宝くじまちの音楽会
岩崎宏美・岩崎良美 ～ふれあいコンサート～

11/ 9
[月]



宝くじの社会貢献広報活動の一環として、岩崎宏美さんと岩崎良美さん姉妹による「ふれあいコンサート」を開催します。

- 時間 開演 17:00／開場 16:15
- 会場 コミネス大ホール
- 曲目
岩崎宏美『ロマンス』『聖母たちのララバイ』ほか
岩崎良美『タッチ』『青春』ほか

●料金 ▷一般・友の会 2,000円(当日2,500円)
※入場料は宝くじの助成により、特別料金となっております。 ※全席指定 ※未就学児入場不可
※前売券が完売した場合は当日券の販売はありません。

●チケット販売開始日時
9月2日(水)／10:00 (一般・友の会ともに)
※窓口とインターネットのみの販売

9月の休日救急医療当番医

診療日	診療科目	医療機関名	電話番号
6日(日)	小児科	ねもとキッズクリニック	(21)5623
	内科・外科	小崎内科医院	(23)3765
	歯科	よしなり歯科医院	(24)3020
13日(日)	小児科	樋口小児クリニック	(42)2040
	内科・外科	ありがクリニック	(21)1311
	歯科	白河歯科クリニック	(22)7133
20日(日)	小児科	白河厚生総合病院	(22)2211
	内科・外科	きくち診療所	(21)8672
	歯科	内藤歯科クリニック	(22)7252
21日(祝)	小児科	みうら小児クリニック	(28)1001
	内科・外科	白河ひがし透析・内科クリニック	(21)5823
	歯科	国井歯科医院	(46)2558
22日(祝)	小児科	にしごうキッズクリニック	(29)8725
	内科・外科	いがらし内科クリニック	(21)9111
	歯科	吉田歯科クリニック	(51)1661
23日(祝)	小児科	わたなべ子どもクリニック	(21)2166
	内科・外科	しらかわ腎泌尿器内科クリニック	(24)2311
	歯科	白河みなみ歯科クリニック	(24)3730
27日(日)	小児科	かんの小児科クリニック	(21)8500
	内科・外科	くにい増見クリニック	(46)2258
	歯科	九番町歯科クリニック	(27)3711

《小児平日夜間救急外来》

- 場所 白河厚生総合病院 小児科外来 ☎(22)2211
- 診療日 月・火・木曜日(祝日を除く)
- 時間 19:15～21:15 ※受診時は要事前連絡

《救急電話相談窓口》

- ◇県救急電話相談 #7119または024-524-3020
(24時間365日対応)
- ◇県こども救急電話相談 #8000または024-521-3790
(18:00～翌日8:00)

市の現住人口と世帯数(7月1日現在)

- ▷男 27,694人 ▷女 27,557人
- ▷計 55,251人(－16)
- ▷世帯数 24,708世帯(+35) ※()は前月比

9月の時間外窓口など

《時間外窓口(一部証明書の発行)》

- 期日 3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)
- 時間 17:15～19:00
- ☎市民課窓口係 ☎(28)5513

《マイナンバーカード窓口(予約制)》

- 木曜日開設窓口(本庁舎、表郷・大信・東庁舎)
▷期日 3日・10日・17日 ※10日は本庁舎のみ
▷時間 17:30～19:30
- 日曜日開設窓口(本庁舎のみ) ▷期日 13日・27日
▷時間 9:00～12:00
- ☎マイナンバーセンター ☎(22)1111 内2808
各庁舎地域振興課 表郷 ☎(32)2111
大信 ☎(46)3974 東 ☎(34)2113

今月の納期限／8月31日(月)まで

- ◇市県民税(第2期)
- ◇国民健康保険税(第2期)
- ◇介護保険料(第2期)
- ◇後期高齢者医療保険料(第1期)
- ※年金から差し引かれる方(年金特別徴収)は8月14日(金)です。



《市ホームページ》



《マチイロ》



《市公式LINE》



《Instagram》



「広報しらかわ」は、環境にやさしい再生紙と植物油インキ、見やすさに配慮したUDフォントを使用しています。

