

今週のみどころ
わが家のペット大集合
街はごきげん
健康あらかると
 などなど、お見逃しなく!

郡山市内毎週12万部発行! 1984年9月1日 創刊

週刊郡山

発行所/週刊郡山社 〒963-0202 郡山市柏山町3番地 企画室・コア内 ☎(024)961-7722 FAX(024)952-6788 <http://www.the-weekly.jp/> 週刊・無料

新規ご来店のお客様限定!

オイル交換

1,000円(税込)/台

RE-STORE まずはお電話ください。
 ☎0120-80-2595
 郡山市田村町金屋字新家7
 *詳しくは、中面4ページをご覧ください。

今年で創部53年となる帝京安積高等学校男子バスケットボール部は、1年生15人、2年生15人、3年生13人の地元出身選手43人で活動。チーム全員でのディフェンスを徹底し、ボールを持ったら全員で攻撃を仕掛ける「堅守速攻」がチームスタイル。また、3ポイントシュートやアウトサイドシュートでの得点も武器としています。

チームの中心選手は、キャプテンの大栗拓真選手とゲームキャプテンの菅野陸選手。

大栗選手は、走力があり、物怖じせずゴールへと切り込んでいけることが、ストロングポイント。ゲームメイクの起点となり、チームに欠かせない存在です。菅野選手は、相手に合わせてプレースタイルを変えられることが持ち味です。3ポイントシュートやパスなどでチームを牽引します。

●全国の舞台へ挑戦

就任7年目となる水野優斗監督は「今年のインターハイ予選では、福島東稜さんに負けてしまい悔しい思いをしましたが、今回の優勝決定戦では、雪辱を果たすことができ素直に嬉しい気持ちでいっぱいですね」と選手たちの活躍に目を細めます。

「インターハイ予選での敗戦を機に、何のための練習なのかと疑問を持ち理解しようとする姿勢が見られ、練習の質が上がったことが、ウインターカップ出場という結果に繋がったのだと思います」。

初戦の相手は、長崎県の瓊浦高等学校。「チームスタイルを發揮してスピード感あるバスケットをしたいですね。また、今まで関わってもらった人たちの想いを背負って楽しんでプレーしてほしいです」と水野監督。

初の全国の舞台に立つ帝京安積高等学校男子バスケットボール部の活躍に注目です!



ウインターカップベスト8を目標に全員で試合に臨みます!



◀ **キャプテン**
 おおきり たくま
大栗 拓真 選手
 (3年・ポイントガード)
 「リバウンドやルーズボールに対して競り負けないことを意識していきたいです」



◀ **ゲームキャプテン**
 すげの りく
菅野 陸 選手
 (3年・シューティングガード)
 「ウインターカップでは、自分たちのバスケットをすれば勝てると思っているので、自信をもって試合に臨みたいです」



みずの ゆうと
 ◀ **水野 優斗** 監督 (29歳)
 「感謝の気持ちを持って、観ている人を楽しませる、わくわくするバスケットの試合をしたいです」



バスケットボール日本代表のパリオリンピック出場権獲得の知らせも記憶に新しいところですが、郡山市の高校バスケット界にも嬉しいニュースが飛び込んできました!

去る、11月4日に福島市のあづま総合体育館で開催された第76回全国高等学校バスケットボール選手権大会福島県予選会決勝リーグで、福島東稜高等学校との優勝決定戦を91-77で勝利し、帝京安積高等学校男子バスケットボール部が創部以来初となるウインターカップ出場の切符を掴みました。12月23日から東京都で開催されるウインターカップへの意気込みやチームについてのお話を伺いました。

●お求めは、お近くの三万石

●商品・販売期間は一販先単位で異なります。掲載写真はイメージです。

●お問い合わせは、お近くの三万石まで。

●店舗名・住所・電話番号は、お近くの三万石のホームページをご覧ください。

●お問い合わせ先: 024-961-7722

●お問い合わせ先: 024-961-7722

●お問い合わせ先: 024-961-7722

季節限定詰合せ

1,050円(税込)

栗づくし 1箱
黒豆甘納豆 1箱

新春まんじゅう

「千支辰」 「福だるま」

新春限定

販売期間: 12/28(木) ~ 1/3(水)

栗づくし

裏こした栗を、
煉り入れた栗餡に
刻み栗を加え、
栗の形に仕上げました。

1箱(6個入)
500円(税込)
(箱サイズ 約10×9×3cm)

黒豆甘納豆

丹波産の黒豆を、
ふっくらと風味豊かな
甘納豆に仕上げました。

1箱(100g)
500円(税込)
(箱サイズ 約10×9×3cm)

1箱(千支辰・福だるま 各3個入)
1,500円(税込)
(箱サイズ 約20.5×12.5×5cm)

まち・暮らし・お店・人……あなたのニュースを待ってます。



街はごきげん

成人式高級振袖 レンタル一式人気パック
¥98,780 (当日市内一式場まで送付)
 ●前撮(ヘアメイク・着付・撮影2ポーズ)
 ●当日(ヘアメイク・着付・朝食付)
 ●卒業式袴一式とW予約の方は浴衣と半巾帯プレゼント♡
 SHI KI NO
四季着付総合教室
 事務局F/タイム ☎923-7422

年

年末始に家族が揃ったら 大切な相続の話をしませんか?

もしも、いろいろな書類を取り寄せて、提出して…

ベストファームグループは地域の皆様を支えられ、相続相談の実績は東北最大級の15000件超。ベストファームグループなら行政書士・司法書士・税理士・社会保険労務士が在籍しているので、いろいろな相続手続きが1ヶ所所で対応できます。面倒な手続きを経験豊かな専門家がまるごとサポートしてくれるので、どうぞご安心ください。相談は90分無料で土日OK! ぜひお気軽にご相談ください。

★年末年始休業のご案内
 12月30日(土)・1月3日(水)は全社休業となります。

お問合せ・ご予約はベストファーム司法書士法人(福島県司法書士会所属) (安積3-10)
 ☎0120-165-246
 受付/9:00~19:00
 ベストファーム 郡山 検索



年末年始に家族が集まったら、いい機会です。相続のこと話してみませんか?

必ずいつかは誰もが経験する相続手続きは、意外と大変です。あちこちに行つて同じ話を何度も繰り返す必要はない。

例えば
 ●こんな相続の困りごと
 ●遺言ってどう書くの?
 ●相続手続きの全体像を知りたい
 ●相続手続きをする時間がない
 ●不動産の相続手続きをしたい
 ●お金に関して相続発生時に不安がある
 ●借金を相続したくない!
 ●相続した空き家を売りたい などなど

麓

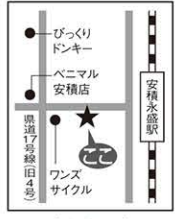
山の杜1・2月イベント情報
講座参加者募集中! 「要予約」

開催場所は全て麓山の杜

◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」

◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」

- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●1月13日(日)10:00~12:00
 申込み●12月27日(水)まで
 料金●3500円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●1月14日(日)10:00~12:00
 申込み●12月27日(水)まで
 料金●3500円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●1月17日(水)10:00~12:00
 申込み●1月11日(木)~17日(水)まで
 料金●2000円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●1月27日(水)10:00~12:00
 申込み●1月21日(木)~27日(水)まで
 料金●2000円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●2月24日(日)10:00~12:00
 申込み●2月18日(日)~24日(日)まで
 料金●3500円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●2月23日(金)10:00~12:00
 申込み●2月17日(土)~23日(金)まで
 料金●2500円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●2月24日(日)10:00~12:00
 申込み●2月18日(日)~24日(日)まで
 料金●3500円/定員●15名
- ◆「開催場所は全て麓山の杜」
 ◆「要予約」
 日時●2月24日(日)10:00~12:00
 申込み●2月18日(日)~24日(日)まで
 料金●3500円/定員●15名



（案内図） 駐車場完備

だいいん先生の漢方講座 889

年末の疲れ・カゼに牛黄

改善のため心臓や脳、肝臓に頻用されますが、そればかりか神経疲労や肉体的疲労にバツグンの作用があります。また牛黄には「解熱作用」「抗炎症作用」「抗ウイルス作用」も確認されており、カゼやウイルスによる発熱や怠さにも効果が高く、他のカゼ薬との併用で早く回復します。

毎年、今の時期になると本当に1年が早く過ぎると痛感します。特に新型コロナウイルスがようやく収束傾向と思いきや今度はインフルエンザが猛威を振るい、疲労フルエンザが猛威を振るい、疲労困憊の連続です。

それだけでなく師走である年末は何かと忙しく、心身共に疲労がピークになる時期です。そんな体のクタクタ状態に効果を発揮するのが、牛黄製剤です。牛黄は元来、開腹薬として血液

お問合せ・大柴漢方薬局
 (朝日1丁目 郡山市役所3F)
 ☎024-932-1999

令和5年度福島広域雇用促進支援協議会委託事業「厚生労働省福島労働局 福島雇用促進支援事業」
就活ワークショップ「求職者カフェ」

就活ワークショップ「求職者カフェ」では、求職者の皆様へ就活に関する様々な支援を行う講座をご紹介します。

今回は、1月に開催する2つの講座をご紹介します。

1 「就職への二歩」パソコン初心者講座EXCEL表計算編

EXCELの代表的な機能をjつて、表計算の作成方法を習得する講座です。表計算やパソコン操作に自信がない方でも申し込みたいだけです。この機会に自信がつかうかも?

開催日時●1月11日(木) 13:30~15:30 定員●6名

2 「リモート面接にも自信がつく! Zoomの使い方講座」

Zoomの操作方法からリモート面接に向けての準備や心構え、Eメールでの応募書類の送信方法など、オンライン就活を取り入れるためのワークショップ

開催日時●1月15日(月) 13:30~15:30 定員●6名

12共通

- 参加条件:求職者(参加費無料)
- 事前に求職者カフェの利用登録をお願いします。

【申込方法】
 電話またはメールフォームにて。営業時間/10:00~18:00月~金(土日祝祭日を除く)

申込フォームはこちら

お問合せ・申込み
 エヌケー・テック(株)
 (就活ワークショップ郡山地域受託企業)
 郡山市鶴見坦1-14-5内藤ビル3F
 (内環状線沿い総合体育館斜め向い)
 ☎024-926-1229
 https://job-workshop.com
 college-info@nk-g.co.jp

組合員・地域の皆様へ

安心と信頼のJA葬祭
お気軽にご相談ください

JA郡山東斎場・JA八山田斎場・JA大槻斎場

(株)JA福島さくら協同サービス 郡山支社/郡山市八山田1-3
 ☎0120-12-9832

郡山市立美術館で開催中の企画展「酒と醸す美術」
「酒と醸す美術」
 いいよ閉幕します。お見逃しなくご覧ください。

郡山市立美術館で開催中の企画展「酒と醸す美術」は、いいよ12月24日(日)までとなりました。古来より、人の営みの中で重要な役割を担ってきた酒。現代の私達にとっても、儀式や神聖な場、人と人を繋ぐ酒宴の場で酒が果たしてきた役割については、今も語り継がれています。今回の企画展では酒器から広報デザインまで、人と酒との間に生まれてきた幅広い美術を紹介しています。まだご覧になっていない方は、お見逃しなくご来場ください。

会期●12月24日(日)まで
 開館時間●9:30~17:00 ※入館は16:30まで
 観覧料●一般1000円/高校・大学生、65歳以上700円
 ※中学生以下、障がい者手帳をお持ちの方は無料
 お問合せ●郡山市立美術館
 ☎024-956-2200

郡山市立美術館で開催中の企画展「酒と醸す美術」
「酒と醸す美術」
 いいよ閉幕します。お見逃しなくご覧ください。

郡山市立美術館で開催中の企画展「酒と醸す美術」は、いいよ12月24日(日)までとなりました。古来より、人の営みの中で重要な役割を担ってきた酒。現代の私達にとっても、儀式や神聖な場、人と人を繋ぐ酒宴の場で酒が果たしてきた役割については、今も語り継がれています。今回の企画展では酒器から広報デザインまで、人と酒との間に生まれてきた幅広い美術を紹介しています。まだご覧になっていない方は、お見逃しなくご来場ください。

私の「リサイクル」リユース
 リフォーム術 投稿募集!

皆さんが生活の中で実践している「リサイクル」「リユース」のリフォーム術のアイデアを

除夜の鐘 31日午後11:45~1日午前1:00頃
開運 毘沙門天祭
 2月11日建国記念日はぜひご参詣下さい
 2月11日大護摩祈禱受付しております。
真言宗 阿弥陀寺
 富久山町久保田字久保田52 ☎922-7275
 永代供養承っております。

阿弥陀寺の梵鐘

富久山町久保田の阿弥陀寺の梵鐘は、300年以上もの歴史を持ち、郡山市の重要文化財にも指定されている大変貴重な鐘です。もともとの鐘は、いわきの勿来にあつた松山寺というお寺のもので、その音色はたいへん素晴らしい。江戸時代の俳人が何度も歌に詠んでいるほどの名鐘だったそうです。それが明治になってからの廃仏棄釈運動で多くの寺院が神社に転換させられたことにより、松山寺でも鐘がなくなりました。それが鐘を大八車に積んで、勿来から日和田の鋳物師の所に運ぼうとやっていたところ、阿弥陀寺の山門の前で大八車が壊れてしまいました。

富久山町久保田の阿弥陀寺の梵鐘は、300年以上もの歴史を持ち、郡山市の重要文化財にも指定されている大変貴重な鐘です。もともとの鐘は、いわきの勿来にあつた松山寺というお寺のもので、その音色はたいへん素晴らしい。江戸時代の俳人が何度も歌に詠んでいるほどの名鐘だったそうです。それが明治になってからの廃仏棄釈運動で多くの寺院が神社に転換させられたことにより、松山寺でも鐘がなくなりました。それが鐘を大八車に積んで、勿来から日和田の鋳物師の所に運ぼうとやっていたところ、阿弥陀寺の山門の前で大八車が壊れてしまいました。

年末年始行く年くる年 除夜の鐘 初詣

2023年も押し迫って参りました。大晦日に欠かさないのが除夜の鐘。今年一年を振り返り、新しい年に思いを馳せながら、除夜の鐘を聴きましょう。年が明けたら、新年が良い年になるように願いがら、初詣に出かけましょう。ただし、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、混み合う時に無理に出かけるのではなく、余裕を持って行動してください。

令和6年の正月も、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、長い期間で楽しみましょう。目安としては、2月26日の旧正月あたりまでとお考えください。

初詣は、年が明けてから初めて神社に参拝することをいいます。氏神さまや、その年の恵方にあたる神社などにお参りして今年1年の無事と平安を祈る行事です。

勇壮な開成山太鼓

開成山大神宮では、例年ですと、元日に10回ほど開成山太鼓の演奏が行われていますが、令和6年の正月も新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、元日の「歳旦祭」(1月1日午前0時)を終了後、午前1時、午前2時の3回の演奏を予定しています。

また、古いお札やお守りを燃やす「どんど焼き」は1月7日の日中のみですが、毎日お預かりをして、後はお祓いしお焚き上げしますので、できるだけ混雑を避けてお越しください。

紙面で紹介してみませんか。
 ▼投稿方法
 郵送の場合:〒963-0200 郡山市柏山町3番地 ザ・ウィークリー編集部「リサイクル」
 ✉otayori@weekly-core.com
 ☎024-952-6788
 お問合せ:ウィークリー編集部 ☎024-961-7722

東北のお伊勢さま
開成山大神宮

感染予防対策にご協力いただき安全にご参拝ください。

- 手の消毒をし、マスク着用で間隔を空けてご参拝ください。
- 縁起物は12月9日(土)より1月一杯は頒布する予定です。
- ご祈禱でお宮に入れる人数は、1組5名以内とさせていただきます。
- 毎日9:00~16:30まで、ご祈禱を随時行います。
- 露店は、1月1日~3日、1月6日~7日。その後1月中の土日に営業する予定です。
- 企業団体のご祈禱のご予約は受付しております。
- 個人祈禱は正月期間中は当日の受付となります。そんなにお待たせはしませんが、広い待合所をご用意しておりますので安心してお越しください。
- ※その他、詳しくはHPをご覧ください。

*1月1日AM3:00~6:00のご祈禱、縁起物の頒布は休ませていただきます。

郡山市開成3丁目1-38 開成山大神宮 検索
 ☎024-932-1521

令和6年の正月も、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、長い期間で楽しみましょう。目安としては、2月26日の旧正月あたりまでとお考えください。

初詣は、年が明けてから初めて神社に参拝することをいいます。氏神さまや、その年の恵方にあたる神社などにお参りして今年1年の無事と平安を祈る行事です。

勇壮な開成山太鼓

開成山大神宮では、例年ですと、元日に10回ほど開成山太鼓の演奏が行われていますが、令和6年の正月も新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、元日の「歳旦祭」(1月1日午前0時)を終了後、午前1時、午前2時の3回の演奏を予定しています。

また、古いお札やお守りを燃やす「どんど焼き」は1月7日の日中のみですが、毎日お預かりをして、後はお祓いしお焚き上げしますので、できるだけ混雑を避けてお越しください。

●①お風呂のお湯があふれて止まらなくなる夢は、疲れてSOSを発している状態。(2)

イエローページ&伝言板

ずっと、快適。ずっと、安心。

調査設備点検

水もれ・管内カメラ調査

改修防水塗装

給排水管・貯水槽・ポンプ

害虫駆除防除

ゴキブリ・ネズミ・シロアリ
黒アリ・コウモリ・ハクビシン

除菌洗浄清掃

詰まり修繕、排水管洗浄
菌・ウイルス消毒



株式会社ジェット JET

0120-812-812

虫で困ったら!!

シロアリ
スズメバチ
ネズミ・ゴキブリ

フリーダイヤル 0120-33-6418
(株)協和エムザー

水で困ったら!!

トイレのつまり
流しのつまり
水モレ

フリーダイヤル 0120-300-812
(株)協和エムザー

お湯で困ったら!!

出ない!少ない!
漏れている!

ボイラー交換工事も
承ります。

フリーダイヤル 0120-300-812
(株)協和エムザー

お便り募集

◎ウィークリーでは読者の皆さまからのお便りを募集しています。取り上げて欲しいお店・特集・プレゼント、またごきげんななめ・まっすぐな出来事など、ウィークリーへのご意見・ご感想を添えてお寄せください。

投稿はおハガキ・お手紙の他、FAX(952-6788)Eメール(otayori@weekly-core.com)でもOKです。たくさんのご意見お待ちしております。

〒961-7722

お知らせ

●「里親募集」のコーナーは無料で掲載できますが、譲渡の際「無料・無償」が条件となります。ただし、このコーナーでは、やむを得ない事情がある方、捨て猫や捨て犬を防ぐために掲載していますが、無責任な飼い方をしている方は掲載をお断りする場合がございます。なぜ里親を募集するのか、理由をお聞かせいただきますのでご了承の上、ご連絡ください。

動物愛護管理法では、動物の飼い主の責任として以下の内容が定められています。

犬や猫の所有者は、その犬や猫がみだりに繁殖して適正飼養が困難になるおそれがあると認める場合には、繁殖防止のために避妊去勢手術などの措置を行うことが義務化されました。また、愛護動物を虐待したり、捨てる(遺棄する)ことは犯罪です。違反すると、懲役や罰金に処せられます。

●「迷い犬・猫を探しています」のコーナーは掲載料がかかります(1行/1,650円税込)。

●「迷い犬・猫を保護しました」のコーナーは無料で掲載できます。

●「仔犬・仔猫売ります」のコーナーは掲載料がかかります(1行/1,650円税込)。また掲載にあたっては動物取扱業者標識が必要になりますので、お申込み時にお知らせください。動物取扱業者標識がない方の掲載はお断りしていますのでご了承ください。

●掲載のご希望はウィークリー編集部までお電話でお申込みください。なお、掲載お申し込みから掲載までは3週間程度かかります。

不登校・ひきこもり・心の病・対人関係・仕事の悩み
悩み相談 ☎024-943-1678
電話相談/無料、お気軽に。

郡山やすらぎ温泉 OPEN!

旧のんびり温泉が生まれ変わりました

四季折々の美しい庭を眺めながら、源泉かけ流しの湯で心も体もリラックス!

入浴料	大人	子ども(4歳~小6)
※時間無制限	850円	500円

●個室/3時間3,000円~
●宿泊棟(源泉かけながし温泉付) 1室2名16,000円(サ別) ※価格は税込

郡山やすらぎ温泉 ☎953-2611
三穂田町山口山崎11-1 ☎10:00~21:00 年中無休

すぽん NEW

新しくオープンしたお店 移転改装したお店
をご紹介! 掲載料は、1枠11,000円(税込)。掲載ご希望の方はウィークリー編集部までお電話ください。

年末年始 交通事故防止 市民総ぐるみ運動期間です

来月1月7日まで、年末年始の交通事故防止市民総ぐるみ運動を実施しています。

「なにで来た?」乾杯前の合言葉「安全」をスローガンに、飲酒運転は絶対にやめましょう。また、次の事項に注意して、交通事故を防止しましょう。明るく新年を迎えましょう。

①道路を横断する際は、左右の安全をよく確認し、手をあげて横断しましょう

②夕暮れ時(午後4時を目安)から、ライトの点灯や夜光反射材用品を活用しましょう

③自転車を利用する際は、ヘルメットを着用しましょう

ごきげんまつぐ

ある日、内視鏡検査のため点滴をしながらドキドキして待っている、電動自転車の力を付けっぱなしにしてきたことを思い出しました。点滴をガラガラ押しながら取りに行こうと思いましたが、点滴が邪魔で外出できません。消化器内科の看護師さんに話したら、検査の時間がもうすぐなので大丈夫とのこと。電動自転車12万、ダメかと諦めていたら、ある一人の看護師さんが、

「私が自転車置き場に行ってみる!」と言われ、お忙しい中探してくださりました。N病院消化器内科の看護師の皆様、あの時は、本当にお世話になりました。この場を借りてお礼申し上げます。当日は自転車に乗れないので、翌日ちゃんと自転車で帰りました。(市内・N)

4月3日の昼前、ヨークベニマルコスモス通り店のことです。会計を終えて荷物を置く棚に財布を置き忘れた私に、声をかけてくださった方、ありがとうございました。この場をお借りしてお礼申し上げます。おかげ様で助かりました。(ト子)

ウィークリーに折込み広告しませんか?

●B4 1枚3円~
☎961-7722

大型家具の処分

不用品回収

引っ越しゴミ
立木の片付け・処分
粗大ゴミ などなど

見積無料! お気軽にご相談ください

おかげさまで35周年
郡山市優良廃棄物事業者賞受賞

株式会社東京クリーン
☎024-942-0338
安積町日出山2-20-5
東京クリーン 郡山

ホームページもご覧ください!

ザ・ウィークリー 検索

バックナンバー・占い
がんばれ!スポーツ少年団
etc

Facebookも毎週更新中!

* 蓬瀬公園・緑化センター イベント情報 *

イベント名	日	時	参加費
森のスワップ	1/20(土)	①10:00~②13:30~	1,000円
DIY~ウォールシェルブ	2/10(土)	10:00~	1,000円
ココアのホーキ	2/17(土)	10:00~	800円
カラフルいもむし	3/9(土)	10:00~	300円
フラワーフレームスタンド	3/16(土)	10:00~	1,000円
ハーブ講座	1/17(水)・2/21(水)・3/20(水)	10:00~13:30	午前1,500円 午後500円
Parkヨガ	1/14(日)・28(日)・2/11(日)・25(日) 3/3(日)・17(日)	10:00~	各回500円

お申込み・お問合せ●蓬瀬公園・緑化センター事務所 ☎024-957-2221

よりどりみどり

このコーナーは、求人からお店の案内、不動産情報、イベントの告知など、何でもご利用いただける掲示板です。掲載料金は、枠の大きさによって異なりますのでお問い合わせください。☎961-7722

ザ・ウィークリー 検索

バックナンバー・占い
がんばれ!スポーツ少年団
etc

Facebookも毎週更新中!

郡山市図書館

おはなし会開催

おはなし会対象者
お問合せ ☎024-946-8850

富久山図書館「とくべつおはなし会」
日時 12月23日(日)10:30
場所 富久山図書館3階
対象者 どなたでも
お問合せ ☎024-921-0300

三穂田分館「ふゆのおはなし会」
日時 12月23日(日)11:00
場所 三穂田分館第二会議室
対象者 どなたでも
お問合せ ☎024-953-2820

西田分館「おはなし会&映画会」
「たまごいちちゃん」
日時 12月23日(日)10:30(おはなし会)11:00(映画会)
場所 西田ふれあいセンター2階和室
対象者 どなたでも
お問合せ ☎024-972-2807

※当日、会場にお越しください。

ザ・ウィークリー

カラー 3.3円
白黒 2.2円

☎(961)7722

相続登記に関する 無料相談会 開催

相続登記の申請が、令和6年4月1日から義務化されます。そこで、あなたの疑問?分らない?に、相続登記の専門家、司法書士がお答えします。相談は予約制です。お気軽にご予約ください。

日時 令和6年1月19日(日) 10:00~15:00
場所 福島地方支務局郡山支局

受付:平日8:30~17:15

ウィークリー川柳 第81回作品募集

お題「おとし」自由吟

応募 1つのお題に対して1人2句まで。いずれか一方のお題または2題ともでも可。未発表の作品に限ります。力作をお待ちしています。

応募方法 ●郵便番号・住所・氏名
☎otayori@weekly-core.com
応募締切 ●1月6日(日)到着分迄

4階会議室(郡山市希望ヶ丘31番26号)

相談事項 ●遺産分割協議・相続登記の手続・相続した土地を手放したい・自筆証書遺言書の書き方 など ※秘密厳守

▼ご予約・問合せ先
福島地方支務局郡山支局
(担当:宮尾、長谷部、貴賀)
☎024-962-4500
(方言) ☎3番

ウィークリー川柳 第81回

11月25日号で募集した川柳の中から優秀な作品をご紹介します。

選者 郡山川柳会代表 鈴木英峰

秀逸 鈴木英峰

手には酒鍋は湯豆腐
風邪逃げる (清水房枝)

鍋奉行愚痴まで煮込み
恵比須顔 (矢内勝子)

鍋囲むいつしか笑顔
煮え上がる (柳沼幸三)

里帰り母の鍋たべ
舌踊る (山本和彦)

◆お題 「鍋」自由吟

佳作

平等に空腹満たす
社会鍋 (木間勝子)

倦怠期鍋は無口も
おしゃべりに (八代友子)

今日の鍋冷蔵庫さん
何あるの (渡部義勝)

砲弾を聞かず過ごせる
平和国 (降矢文子)

帰宅の途今日は鍋かと
足早め (久保田晴彦)

鍋焦がし叱った母を
想い出す (長沢恵子)

鍋奉行はりきる夫(つま)の
晴れ舞台 (茂木洋子)

(3) ●②今のあなたに心地よい環境が必要で、この夢はあなたのネガティブな感情を浄化する象徴。

新規ご来店のお客様限定! **本当にオイル交換** 11月中ご来店台数 **243台**

オイル交換 1,000円(税込)/台

※ただし、新規ご来店の方に限らせていただきます。
とにかく、お電話ください!!
★タイヤ交換承り中! オイル交換のついでにぜひ!!

入会すると様々な特典サービスが受けられる **F's Club** 会員募集中
詳しくは店頭にて。

郡山市田村町金屋字新家7
営業時間/10:00~18:00
定休日/なし

☎ **0120-80-2595**

カエルのマークが目印です
RE-STORE
株式会社 F'sプランニング

人手不足で困っていませんか?

求人広告 出せます!

ウィークリーは女性のパート・アルバイト募集にびったり! よい人材が集まると評判です。


求人広告掲載料

カラー 22,000円(税込)~
モノクロ 16,500円(税込)~

お問い合わせ
ウィークリー編集部
☎ **024-961-7722**

ワーコー通信

今年も早いもので、もうクリスマス。まもなく2023年も終了です。年末の大掃除は今から少しずつ始めましょう。年賀状は12月25日までに投函すると元旦に届きますので、まだ出していない方はお早めに…。



マンガでわかる 神社と神様のこと

初詣編

去年家族が元気だったことにありがとうございます。今年もよろしくを神様にお願ひする日なんだって。おみくじがメインかな! わたあめとか? チョコバナナとか。どうして初詣に行くか知ってる? ...そっか。毎年。当たり前のように手を合わせてたけど。考えたことなかったな。今年はおみくじとお願いしようか。うん! 今年はおみくじとお願いしようか。うん! 今年はおみくじとお願いしようか。うん!

福島県神社庁 ホームページはこちら

〒963-8034 福島県郡山市高一丁目10-20 Tel.024-925-0457 Fax.024-925-0645

OPEN HOUSE 12/23 sat 24 sun 25 mon 10:00~17:00 ※最終日は16:00まで

大人かわいいナチュラルモダンなお家

ご予約優先 喜久田町完成見学会

★見どころPoint★

- 床面積29.6坪のコンパクトなお家でも19.5畳の広々LDK♪
- 眺めが良い2階サンルームは、ご主人の読書スペースも兼ねています!

太陽光発電 8.0kw
蓄電池 7.4kw
リンナイ ガス乾燥機 「乾太くん!」

回遊動線 2階:信楽焼の手洗いボール たっぷり収納

できあがるまで見学会 事前にご予約ください

STEP 1 構造工事 STEP 2 内装工事 STEP 3 外構工事 GOAL 完成見学会

今回はココ!!

お家ができあがるまで、あなたの見たいタイミングで見学できます!

郡山営業所 オープン記念 特別価格でご提供 (2023年12月末日まで) **3LDK 1,700万円(税込)**

0120-57-3303

エクセルホーム FUKUSHIMA

わかりやすい解説テキストに実践DVDが付いて 2,200円(税込)

※別途送料がかかります。

画面を見ながら簡単に覚えられます。足の弱い方でも、座ったまま気軽に楽しくできます! 毎日の体力や健康づくりに効果的です。

介護予防のための **太極拳 ゆったり体操** 改訂版

わかりやすいDVD付 改訂版

お申し込み・お問合わせ先 ☎ **024-961-7111**

〒963-0202 福島県郡山市柏山町3番地 FAX: 024-952-6788 (株式会社企画室・コア内)

フレイル予防してますか?

みなさん、「アクティブな生活」送れていますか? 感染予防はもちろん重要ですが、閉じこもりがち生活に慣れて、「体を動かすのがおっくう」と感じませんか。不活発な生活が続くことにより、心と体の働きが弱くなってしまふ状態のことを「フレイル(虚弱)」と呼びます。まさにコロナ禍の今、生活が不活発な状態に陥りやすいと言えます。歩行や家事といった生活の「活動」や、趣味や運動・地域活動などの「参加」が減ってあまり動いていない、と感じた方は「動く」生活を心がけましょう!

- 横になっている時間を減らし、起きて過ごしましょう! 座っておくだけで座る姿勢を保つ筋肉が動きます
- 家の中でできる運動をしましょう 動きやすい身の回りを片付けると活動意欲もUP
- 「安静第一」「無理は禁物」と思い込まない 医師などのアドバイスに従い、可能な範囲の運動を 閉塞感のある日々でも、「なるべく動く!」で、元気な日常を!

PRESENT

応募締切 12月30日(土) 消印有効

以下の質問にお答え頂き、郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話をご記入の上、ハガキかメールでご応募ください。

Q1 ご希望の商品名をおひとつお書きください。
Q2 どんなときにチョコレートを食べたくなりませんか? お書き下さい。(例: 疲れた時)
Q3 パレンタインのチョコレートにいくらくらい使いますか?
①1,000円未満 ②1,000円以上5,000円未満 ③5,000円以上

《ハガキの場合》〒963-0202 郡山市柏山町3 (株)企画室・コア内 「12月23日号プレゼント係」宛
《メールの場合》otayori@weekly-core.com 件名を「12月23日号プレゼント係」

新潟県立近代美術館 様より

A 「行為と詩情—ACTION&POETRY 特別展示: 尼崎市コレクション 白髪一雄」チケット

新潟県立近代美術館開館30周年記念の企画展。戦後日本の前衛美術を牽引した具体美術協会の中心メンバーの一人として知られる白髪一雄の出身地である兵庫県尼崎市の「白髪一雄発進プロジェクト」と共同で開催されます。

会場 ●新潟県立近代美術館 長岡市千秋3丁目278-14 ☎0258-28-4113 https://kinbi.pref.niigata.lg.jp/

休館日 ●月曜休館 ※2月12日(振休)は開館、翌13日休館
開館時間 ●9:00~17:00(観覧券の販売は16:30まで)
観覧料 ●一般1,000円/大学・高校生800円/中学生以下無料

そば処 大和 様より

③ 大和セット引換券 3名様

市内でも老舗の「そば処大和」の揚げたて天丼+そばorうどんがセットの「大和セット」引換券をプレゼントします。大好評の大和セットをご賞味ください!



わが家のペット大集合

No. 187

「わが家のペット大集合」にたくさんのご投稿ありがとうございました。
掲載にいたらなかったお写真も順次紹介していきますので、皆さまお待ちくださいませ。

秋終盤の公園散歩。
きれいだねえ!



▲レオ(ミニチュアシュナウザー・♂・8歳)
栗村さん(石淵町)

オレってカッコいい?



▲マロ(チワワ・♂・6歳)
柳田さん(達瀬町)

いつも2人
仲良しです!



▲むく(ジャックラッセルテリア・♂・9歳)
ちやみ(フェレット・♀・3歳)
石井さん(台新)

カメラを連写してたら
目をつぶった時の
とても可愛い写真が
撮れました!!



▲ベリー(シベリアンハスキー・♀・7ヵ月)
飯島さん(安積町)

ペットの写真 随時大募集!

応募方法

ペットの写真、飼い主様の氏名、郵便番号、住所、電話番号、ペットの名前、種類、年齢、性別、ひと言コメントを明記したものを下記までお送りください。ポケているものや100KB以下の画像は避けてください。

LINEの場合

右のQRコードから、LINE友だち登録をして投稿ください。



メールの場合

✉ otayori@weekly-core.com
件名『わが家のペット大集合』



エステー動物病院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
16:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●	●

休診日 水曜・祝日・第2,4日曜日
トリミング・ペットホテル有り
郡山市御前南3丁目146 ☎973-7866
病院HP [エステー動物病院] (検索)

郡山ペットクリニック
KORIYAMA PET CLINIC

内科
アレルギー科
皮膚科

診療時間 9:00~12:00 休診日 水・日・祝
15:00~19:00 時間外・急患等はまずお電話で

☎935-2422 愛宕町7-10(郡山東高正門前)
http://koriyama-petclinic.jimdo.com/

なかい動物病院

★診療時間/午前9時~午後6時
★日曜・祝日も診療します。
★休診日/毎週火曜日

郡山市安積荒井三丁目401
☎FAX947-5011

ペットと飼い主のための
お役立ち情報

トリミング・ドッグエステ・ペットホテル

立ち寄りいただいた1組ひと組のご家族にとって求められる理想のサービスを目指します。

■シャンプー・カットコース

成犬
シャンプー 3,300円~ カット 4,400円~
パピー
シャンプー 2,200円~ カット 3,300円~

■エステコース 3,240円~
(シャンプー又はカット料金別途)

郡山市並木5-4-13
☎024-983-6660

希望ヶ丘ペットクリニック

健康管理はもちろんのこと、飼い方からしつけまでできる限りお役に立ちます。犬・猫・ウサギ・ハムスター等お気軽にご相談ください。

郡山市大槻町字広町41-2
☎952-2211

診療時間/月~土 9:00~11:30
16:00~18:30
日 9:00~11:30

ほのぼの

安心安全なわんちゃんのおやつ。アイテム数も豊富に90種以上揃っています。

無添加フードも扱っています!

グッドスマイルF4
イワシが主原料で低GI値なので肥満防止に◎。

ロータス
グレインフリー
主原料が新鮮なイワシとタラ、穀物不使用。

忙しい方、重い物が運べない方
ネットショップが便利!
8,000円以上ご購入で送料無料

久留米3-96-4 ☎024-974-2211
P完備 ☎10:00~17:30
休金・土・日のみ営業

空家管理 おまかせください

- 定期除草
- 定期換気・通水
- 近隣対応 等

まずはドロップスへご相談ください。

福島県知事免許(4)第2487号
ドロップス
郡山市島2-31-11 MAビル
TEL024-935-0735

「肺ドック」1月から始まります。

胸部CT検査
肺の細部にわたって確認することができ、肺の病変(肺がんや間質性肺炎など)の脱落しをなくします。

肺機能検査・アレルギー検査
喘息やCOPDの早期発見につながります。

喫煙者の場合、喀痰細胞診検査を行うことで、肺がんの診断に役立ちます。

早期発見と早期治療介入
今後の生活の質を改善し、最終的に長生きの最大のポイントとなります。

費用 **38,000円(税込41,800円)**

検査項目 身体測定(身長・体重)
呼吸器系(胸部X線検査・肺機能検査・胸部CT検査・喀痰細胞診)
腫瘍マーカー(CEA・シフラ・ProGRP)
アレルギー(非特異的IgE・View39)

健診日 第1・3月曜日、木曜日

結果説明 検査結果は、健診から2週間後以降の木曜午後の外来にて説明します。

お申込みお問合せ ☎024-946-0808
月~金曜日 9:00~16:00【健診係まで】

坪井病院 一般財団法人慈山会医学研究所付属
〒963-0197 郡山市安積町長久保1丁目10番地13

ザウーグリー スタッフ募集

1 広告プランナー 営業・編集
正社員
ウィークリー紙面の広告営業及び編集業務。広告企画の提案とプランニング(目標金額あり)。

勤務 月22日稼働、GW、お盆休み、年末年始休み有り。

年齢 高卒以上の方であればOK。

資格 普通自動車免許(AT限定可)

待遇 委細面談の上決定します。(社保完備、マイカー通勤可)

応募 まずは履歴書を郵送ください。

2 宅配スタッフ
毎週水~金曜日までに指定のエリア内にウィークリーを配布していただくお仕事です。

募集地区
☑安積町日出山4丁目(福澤整形外科近く)
☑大槻町古屋敷(大槻ベニマル西側)
☑池ノ台・鶴見坦(酒蓋公園北側)

※他のエリアもお気軽にお問い合わせください。

ご応募・お問合せ Care ☎024-961-7722
〒963-0202 郡山市柏山町3番地 (株)企画室・コア

(医) 藺グループ

郡山整形外科・リハビリテーション科

院長 高橋 一朗

●整形外科●リハビリテーション科●リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 2:00~6:00 (受付は5:30まで)	●	●	●	●	●	●

休診日/土曜午後、日曜・祝日

郡山市鳴神3-110 ☎024-961-3338
http://www.koriyama-seikeigeka.jp/

併設 介護老人保健施設 コスモス通り
施設長 太田 淳 ☎024-952-8778

看護師募集!

[正職員もしくはパート]

勤務/8:15~12:00、14:30~18:45

休日/日曜・祝日、水・土曜午後

応募/まずはお電話ください。

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

武田整形外科クリニック

Takeda Orthopaedic Clinic
郡山市大槻町字広町26-1
☎024-961-0818

こども健康相談

●取材協力 ● 久米一成先生 (久米こどもクリニック院長)

県内ではインフルエンザが猛威をふるっています。3年以上コロナ感染が続き、その間はインフルエンザの流行がほとんどなかったため、多くの子ども達がインフルエンザの抗体を持たなくなっていたためと考えられています。予防にはインフルエ

ンザワクチンがありますが、これまでのコロナ対策と同様にマスクの着用、手洗いの励行、人ゴミを避けるなどが大切です。また、バランスのとれた栄養をしっかりと取る、きちんと睡眠を取る、病気に負けない体づくりをする、なども大切であるのは言うまでもありません。

郡山市島2丁目50-1 ☎923-0585

健康あらかると情報

お子さんの体調がおかしいと感じたら役立つサイト情報

休日や夜間など、医療機関の診療時間外に、病気がケガが疑われるお子さんを受診させるかどうか、判断の参考になるサイトを紹介します。登録しておき、いざというときに利用ください。

◆夜間に体調が急変
福島県こども救急電話相談をご利用ください。

◆電話番号
☎8000(固定電話)フッシュ
☎8000(固定電話)フッシュ
☎024-521-3790
(固定電話アナログ回線等)

◆受付時間
毎夜午後7時~翌朝午前8時
(通話料をご負担頂きます。)

◆病気の疑い

「こどもの救急(日本小児科医会)をご利用ください。」
↓
「こどもの救急」検索
発熱、けいれん、ふるえ、吐き気などの症状別に救急車を呼ぶべきかどうかのアドバイス。

◆対象 生後1か月~6歳まで

「ケガの場合は」
「子どもに安全をプレゼント」
「子どもに安全をプレゼント」
転倒、転落、誤飲等の予防と、応急措置に関する情報。
◆対象 0歳から6歳まで

令和6年3月 令和6年3月

むつき医科歯科在宅クリニック

OPEN!

オープニングスタッフ募集

募集職種(法人グループ内既存事業所も含む)

看護師・臨床検査技師・理学療法士・作業療法士
健康運動指導士・スポーツインストラクター
歯科衛生士・助手(看護・歯科)
介護員(介護福祉士、初任者研修修了、無資格OK)
生活相談員・介護支援専門員

お問い合わせ むつきグループ本部
TEL024-927-5538 info@mutsukikai.com

おおつきまちクリニック さくまファミリークリニック

佐久間源三郎 武田寛人 中澤祐太郎

内科 循環器科 呼吸器科 消化器科
小児科 アレルギー科 放射線科

睡眠時無呼吸外来 不整脈外来 禁煙外来
糖尿病食事指導 動脈硬化外来 在宅診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後2:00~6:00	○	○	○	○	○	○	○
夜間7:00~10:00	○	○	○	○	○	○	○

※診療受付は終了時間30分前まで

お問合せ ☎961-5467 ☎927-5530

冬期休暇のお知らせ
次の期間を休診とさせていただきます。ご迷惑をおかけしますが、宜しくお願致します。
●さくまファミリークリニック 12/30~1/3
●おおつきまちクリニック 12/31~1/3

医療法人 栄心会 さかえ内科クリニック

院長 佐藤 栄一
内科学会総合内科専門医・循環器学会専門医

診療科目: 内科・循環器内科・消化器内科
呼吸器内科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●	●
15:00~19:30	●	●	●	●	●	●	●

健康診断 訪問診療
人工透析(送迎可)

024-941-2202
郡山市横塚2-15-6 (「ペニマル横塚店」東側)

日曜ピンチガイド 休日当番医のご案内

12月24日(日)休日診療の病院(予定) 診察時間AM9:00~PM5:00

●久米こどもクリニック(小) ☎923-0585 島

●森藤医院(内・小・外・泌尿器) ☎958-4567 日和田町

●浜津眼科(眼) ☎956-1880 横塚

●休日・夜間急病センター 日・祝/9:00~17:00(内・小・備) 毎夜間/19:00~22:00(内・小) ☎(934)5656 上竜田

休日当番薬局

※あらかじめお電話でご確認ください。

12月24日(日)

- 調剤薬局ミッテル桑野店 桑野 ☎024-939-0511
- コスモ調剤薬局大槻店 御前南 ☎024-962-0380
- ウイン調剤みなみ通り薬局 駅前 ☎024-932-3332

「いきいきシニア」大人の「シユミ活」大募集!

どしどしご応募ください

◆いきいきシニア
ウィークリーではシニア世代の方々の生き生きとした活動を紙面で紹介します。

○二の趣味やスポーツ、活動等を数回継続している
○定年後に始めた趣味やスポーツが達人級の腕前だ
○誰にも負けない特技がある
○長年ボランティア活動をして

◆大人の「シユミ活」
仕事以外の音楽活動やボランティア活動、スポーツサークル、絵画サークルで楽しんでいるなど、熱中している団体を募集します。

◆応募方法
郡山市柏山町3番地「ザ・ウィークリー」われら、いきいきシニア「大人のシユミ活」係まで

☎024-952-6788
otayori@weekly-core.com

「わが家の味」お手軽おつまみ & おかず「レシピ」&写真大募集!

おうち時間が増えたことをきっかけに「自炊を始めた」「宅飲みをするようになった」「料理の腕が上がった」「レパートリーが増えた」という方も多いのでは?

そこで、短時間でパッとできる手軽なおつまみやおかずを、ウィークリーの紙面で紹介してみませんか?皆さんの自慢の献立を、写真と一緒に送りください。随時掲載させていただきます。

料理自慢のお父さん、「おい

不定期掲載の「ウィークリー読者フォトギャラリー」では、毎回テーマ毎に写真を募集し、読者の方のステキな1枚を掲載しており、ご好評をいただいています。今回のテーマは「イルミネーション」。有名な写真スポットから個人のお宅まで、イルミネーションの写真なら何でもOK!(他人の家等の写真を許可なくご応募することはお控えください)昔撮影した古い写真でも構いませんので、どしどしお寄せください。

◆応募要項
①写真のタイトル ②撮影年月
③撮影場所 ④一言コメント(気

◆応募方法
郡山市柏山町3番地「ザ・ウィークリー」われら、いきいきシニア「大人のシユミ活」係まで

☎024-952-6788
otayori@weekly-core.com

のサイズでお願いします。 ※郵送いただいた料理写真は返却いたしませんのでご了承ください。

◆応募先 ●〒963-0202 郡山市柏山町3番地 ザ・ウィークリー編集部「おつまみ&おかず」係
otayori@weekly-core.com
◎お問い合わせは編集部まで
☎024-961-7722

◆応募方法
郡山市柏山町3番地「ザ・ウィークリー」われら、いきいきシニア「大人のシユミ活」係まで

☎024-952-6788
otayori@weekly-core.com

●③くつろいで心身を休ませることで、不安定な状態もすっきりリセットできるでしょう。(6)

ウィークリーママ **かおき** 着る毛布 1100

意外と動きやすいかも

着る毛布 購入!!

暖房つけると乾燥するし~

仕事する時 寒かったから すぐ良いわ

あたたかい

ゴロゴロ

早く買えば良かった

仕事する時に 向いてないのでは

22 寝たい

ハハハ

ズズ...

雪を道路に捨ててもよいか

自宅の雪かきの際、雪を道路上へ捨ててもよいでしょうか。

道路法は、みだりに道路に捨ててもよいか

また、道路交通法も、交通の妨害となるような方法で物をみだりに道路に置いてはならないと定めています。

東北地方では、路上の雪が数日間残ったり、昼間溶けかけた雪が夜間に凍結して翌朝アイスバーンとなったりすることがよくあります。

したがって、雪を道路へ捨てる行為は、交通に支障を及ぼすおそれのある行為となる可能性が高いと思われる。自宅の雪は、敷地内で保管するようにしましょう。

亜巳先生の暮らしの法律相談

85

編集部より/皆様のお宅に、毎週宅配スタッフが1軒1軒お届けするウィークリー。郡山市内で「宅配されなくなった」とか「引越した」等ございましたら、「報」ください。

ウィークリーで三万石の季節商品を見るたびに心躍ります。

読者のひろば

ウィークリー読者の声をご紹介します。あなたもどしどしご投稿ください。

いつもは定番のままだおるを買おうのですが、季節限定品を見るとつい奮発して買ってしまいます。(30代・女性・富田町)

編集部より/同様の三万石の季節商品を楽しみにしているというお便りを多数いただいています。美味しいお菓子で季節を楽しんでください。

●総合東北病院が、私のかかりつけ医です。受付予約も院内の職員の方も親切で、安心して通院できます。

(60代・男性・安積町)

編集部より/総合東北病院は「患者さん一人ひとりと向き合い、最良のパートナー」として最善を尽くす」が理念。12月から診療予定変更がWEBでできるようになり、より便利になりました。

入浴時等のヒートショックに注意!!

冬の入浴時はヒートショックとみられる症状での救急搬送が増加します。ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への急激な温度の変化や入浴による血圧の変動により身体に与える影響のことを言い、失神による転倒

高 ↑ 血 圧 ↓ 低

お湯の熱さで 血圧上昇

寒さによる 血圧上昇

湯船につかることで 血圧低下

発汗で 血液粘度上昇

浴槽からの急な立ち上がりで 血圧低下

脱衣所 → 入浴中 →

特に注意が必要な人

- ☆65歳以上の高齢者
- ☆持病のある人
- ☆飲酒後に入浴習慣がある人
- ☆熱いお風呂が好きな人

■予防のポイント

- ◇部屋の温度差を小さくする
- ◇お風呂のお湯は40℃以下で
- ◇かけ湯やシャワーでゆっくり身体を暖める
- ◇浴槽から急に立ち上がらない
- ◇飲酒後は入浴しない
- ◇入浴前後に水分補給
- ◇入浴時は家族にひと声かける

安心安全 火まもり通信 12月

取材協力 郡山地方広域消防組合消防本部

この日も活動が始まった県南シニアサッカークラブ。40代から60代の70人が所属しています。メンバーの橋本貴志さんにお話を伺いました。「勝利を目標にケガに気を付けて、みんなで楽しむ」とを合言葉に活動しています。試合は40代、50代、60代のカテゴリーに分かれており、年間20試合程度行っています。試合時間は20分ハーフで、交代枠は無制限。1度ベンチに戻った選手も再度

や溺水につながる他、脳梗塞や心筋梗塞等を発症する恐れもありません。注意が必要です。

これから青春時代の ようにサッカーを楽しむ続けます

県南シニアサッカークラブ

試合に出場できることです。練習は、全体での練習は月に1度程度ですが各自トレーニングは欠かさず行っています。「サッカーは大きな声を出し、みんなでボールを追いかけ、ミッドストレス解消になります。みんな青春時代の気持ちに戻って夢中になれることが魅力だと思います」と橋本さん。「今シーズンは、40代のカテゴリーが東北大会に出場しましたが来シーズンは全力カテゴリーで東北大会に出場

▲県南シニアサッカークラブのみなさん

北部地域子育て支援センター イベント参加者募集

北部地域子育て支援センターでは、就学前のお子さんと保護者の方を対象に自由に遊んだり交流できる場所を提供しています。今回は「つづみ」がテーマです。募集人数：各日親子15組。料金：無料。お申込み・お問合せ：北部地域子育て支援センター。お申し込みのうえ、足をお運びください。

日時：1月23日(火)・24日(水)

090-2276-9944

ご安置レジデンス 郡山

24時間 365日、病院などから直接、施設にお入り頂くことができます。弔問の方も迎えることが出来ますのでご自宅の代わりにお使い頂けます。ご遺体のみのお預かりも可能です。

【2F】家族葬邸宅デュエ郡山 亀田
【1F】ご安置レジデンス郡山 (旧あおき菜園)

総合葬祭 あおき 0120-89-2724

令和6年片平町「どんと祭」お気軽に足をお運びください

五穀豊穰・無病息災を祈念する神事やコンサート、子どもたちによるうね太鼓の演奏、お茶会、屋台出店が開催されます。また、夜には花火も打ち上げられます。入場無料です。お誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。

開催日：2024年1月7日(日) どんと焼き

時間：9:00お札等受付開始/15:00神事開始/19:00終了予定

場所：片平ふれあいセンター南側の田んぼ

インザウィンドフォークコンサート

郡山市在住のフォークデュオ 菊地美・陽子夫妻による心にしるし

お問合せ：片平公民館(片平ふれあいセンター) 024-951-5730

にゃんこ物語 その15 玄米とパール・ライス

えつ子さんと一人娘のヒトミさんは、両方ともご主人を亡くして二人でプティックを経営しています。

二人が飼っている猫は茶色のオス猫「玄米」と白いメス猫の「パール・ライス」で、それぞれ玄ちゃん、パールちゃんと呼ばれています。ゲンちゃんも性格がおっとりしていて、たまに玄関から脱出しても、飼い主に見つかったら「あら、玄ちゃん」

と云われるとコロコロと寝転ぶのです。つづみもつづみもつづみも、美猫のパールは正反対。気が強くて、しよつちゅう脱出に成功します。おまけに、家にいるときは玄ちゃんをイジメるのが趣味で、玄ちゃんが近よるとスツとみごとに玄ちゃんのヒゲを抜いてしまうのです。「あつ、こらパール!また玄ちゃんのヒゲを抜いたべつ」とえつ子さんが怒っても、しれっと毛づくろいをしていて、まるで意地悪な美人女優のようなのです。そして、玄ちゃんときたらヒゲが少なくなっても黙って抜かれていく、と、えつ子さんは非常に歯がゆいのです。なんだか人間世界にもありそうな構図ですよ。(KIMI)

新春気分3倍! 尺八コンサート

日時：1月6日(日)13:30開演

会場：郡山市公会堂

※入場無料

※当日はマスクを着用し、また体調不良の方のご入場はご遠慮ください。

(7) ●④実際にお風呂にゆっくり入るのも効果的です。

愛情館 JA農産物直売所 愛情館

年末感謝祭

12/27(水)~30(土) 12/30日は17:00までの営業!!

新春フェア 1/5(金)~8(日) **ポイント2倍** 10:00~数量限定

1/5(金)・6(土) 甘藷ドリンクふるまい

対面販売 三陸わかめ、静岡茶、箱みかん販売、干し芋

郡山市朝日2-3-35 営9:00~18:00 毎月第1水曜日 ☎024-991-9080
 ジェラート カザロ 営9:00~17:00 12/31日~1/4日はお休みいたします

相続 相続でお悩みの方、税金が心配な方! 財産5千万円以下の皆様も! 第40回

暦年贈与は年末までに。長男 年間100万円までの贈与があります。深澤 暦年贈与の非課税のことです。長男 そうそう。父が12月中に私や孫に現金をあげると言っているんです。令和5年分の贈与は12月末までにやればいんです。深澤 その通りです。長男 現金でポンと渡すなんていうのはダメですね。深澤 もちろんおすすめてできません。あとから確認できるように証拠を残しましょう。

60分相談無料

相続診断士(20名)・税理士・行政書士等による相続プロ集団。相続の事前対策には絶対の自信を有します。遺言書・相続申告・税金対策も安心です。

フリーやマネーフォワードのクラウド会計にも対応しています

郡山市台新1-5-7 ☎024-925-5166 受付/平日 9:30~17:00 ◆ご予約をお待ちしております。

過去の記事はこちら▲

どしどしお寄せください

ウィークリーでは さまざまな情報を募集しています。

No.1 主役はほくだよ。わたしです。
 ●全国大会で3位以上、もしくは全国大会初出場 ※例外あり
 ●中学3年生までのお子さん。自薦他薦は問いません!

No.2 こおりやま熱血集団録
 ●営利目的ではなく、長年情熱を持って取り組んでいる団体
 ●18歳以上の方。自薦他薦は問いません! ※高校生不可

No.3 わくわくセカンドライフ
 ●中高年になってから、新たに打ち込めるものを見つけ、がんばっている人。(60歳以上)自薦他薦は問いません!

No.4 輝け!ニューフェイス
 ●音楽、アート、スポーツなど、様々な分野で注目される若手。(35歳以下)自薦他薦は問いません!

No.5 はたらきウーマン
 ●長年「男性が主流」だった職場で活躍している女性!
 ●年齢や自薦他薦は問いません! 応募してください!

No.6 ちょっといい話
 ●ほっと心あたまるボランティアや人助け、地域の活動
 ●年齢や自薦他薦は問いません! 応募してください!

応募方法 企画名・応募者の住所・氏名・年齢・電話番号・職業を明記の上、お手紙、FAX、メールにてお送りください。

応募先 〒963-0202 郡山市柏山町3番地 企画室・コア内 ザ・ウィークリー編集部宛 ☎024-961-7722 FAX 024-952-6788 ✉otayori@weekly-core.com

※ご応募いただいた内容は編集部にて審査・決定させていただきます。その結果掲載できない場合もございますのでご了承ください。

新築分譲 赤木町 即引渡可

4LDK 2,880万円(税込)
 ■土地面積/193.01㎡(58.38坪)
 ■建築面積/110.13㎡(33.31坪)
 ■建築確認番号/第R05SHC113510号(R05.6.30)

ウォークインクローゼット付
 インナーバルコニー付
 赤木小・二小・二学区

2024年1月下旬 完成予定
大槻堀切西 紫宮小・一学区

全3棟 2,770万円(税込)
 ■土地面積 152.68㎡(46.18坪)
 ■建築面積 91.03㎡(27.53坪)

1号棟 4LDK 2,820万円(税込)
 3号棟 3LDK 2,770万円(税込)

各棟南道路 日当たり良好
 駐車3台可能
 県南清瀬 49 靴流通 すすき家 しまむら

郡山市豊田町1番88号 **日宏興産** TEL.024-939-3911

オミクロン株(XBB.1.9)に対応した コロナワクチン接種を行っています

これまで3年間、年末年始に新型コロナウイルス感染症が流行しています。重症化予防のため接種をご検討ください。

接種対象 ●初回接種を完了した生後6か月以上のすべての方
 ※初回接種がまだの方は、まず初回接種を受けてください。

接種期間 ●令和5年9月20日から令和6年3月31日まで

接種間隔 ●前回接種日から3か月以上経過後

接種券 ●未接種のため、お手元に未使用の接種券がある場合はその接種券をご使用ください。接種券を紛失してしまった場合は、コールセンターまたは市ウェブサイトにて再発行できます。

集団接種 ●一部医療機関の接種予約

○コールセンター(平日8:30~17:15)

0120-0567-362
 ○市予約サイト(24時間受付) 新型コロナワクチン接種予約受付

●個別接種医療機関の接種予約 予約を受付している医療機関もありますので、市ウェブサイトでも実施医療機関を確認し、各医療機関でご予約下さい。

●お問い合わせ 新型コロナワクチン接種コールセンター 0120-0567-362 (受付 平日8:30~17:15) ※土・日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)を除く。

●市ウェブサイト 最新の情報はこちらでご確認ください。

令和5年秋開始接種(オミクロン株(XBB.1.9)対応ワクチン)

※お子さんの年齢は応募時のものです。

今週のベストキッズスペシャル

昭和 ちひろちゃん(1ヶ月)

日和田町 ゆひとくん(3ヶ月)

横塚 めいちゃん(1歳8ヶ月)

大槻町 けいちゃん(1歳5ヶ月)

橋本町 きーちゃん(11ヶ月)

お子さんのお写真をウィークリーで紹介しませんか!
応募方法 下記内容を明記したものを写真と一緒にLINEかメールにてお送りください。①ご両親どちらかの氏名②住所③電話番号④お子さんの名前(ふりがな)ニックネームでの掲載もOKです。⑤性別⑥年齢 ※頭や一部が切れているものやボケているもの、カラーコピーは避けてください。
 ※100KB以上をお願いします。

LINE 右のQRコードから、LINE友だち登録をして投稿ください。

メール 件名「ベストキッズ投稿」 otayori@weekly-core.com

POLICEメール ふくしま登録者募集!

福島県警察では、皆さんが安全で安心な生活を送るために参考にしていただきたい情報をパソコンや携帯電話(スマートフォン)にメール配信しています。利用をご希望の方は、ぜひ、登録をお願いします。

配信される情報

- なりすまし詐欺情報(詐欺被害、不審電話等)
- 犯罪発生情報(犯人の逃走手配等)
- 不審者情報(声かけ、盗撮、つきまとい等)
- 地域安全情報(犯罪被害防止アドバイス、行方不明者の手配等)
- 交通安全情報(交通事故発生情報、交通障害情報等)
- 防災情報
- お知らせ

※必要とする情報を選択して登録することができます。

登録方法 カクニンジャー福くん

福島県警察 メール 検索

POLICEメールふくしま 案内HP

または pmf01@uh28.asp.cuenote.jp ↑空メールを送信!

お問い合わせ ◆郡山警察署 生活安全課 ◆福島県警察本部 生活安全企画課 ☎024-922-2800 ☎024-522-2151