

今週のみどころ

6月の運勢
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

ザ・ウィークリー

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

ザ・ウィークリーの
WEBサイトが
リニューアル!

人気連載・名物コラム
もりだくさん!

スマホでも見やすい!

三万石 6月のお菓子

ブルーベリータルト

サクッとしたプリゼ生地に国産のブルーベリーをふんだんに使用しました。ブルーベリーがおいしい時期の季節限定販売です。

◆550円(税込)
【販売期間】6/1(日)~7/31(木)

◆提供・株式会社三万石 0120-81-3059

めぐる季節にありがとう

郡山 6 June 水無月

暮らしの暦

5月に、早くも気温が30度を超える日があり驚きました。このままいくと、7月や8月はどうなるのでしょうか。そして、梅雨が近づくと蒸し暑くなってきます。今のうちからバテないよう、栄養バランス、睡眠、適度な運動、休息を心がけましょう。

極上の一品〈6月〉

四万十川の天然うなぎ

磯陣では、四万十川上流で獲れる天然うなぎを、漁師さんから直接仕入れてあります。しかも、「300g以上の物」とサイズを指定しているの、他では食べられない大きさです。

おすすめは何と言っても白焼き。ご希望に応じてうなぎ尽くしのコースもできます。事前にご予約ください。 ◆提供・磯陣(郡山駅前アーケード内) ☎(934)7252 www.isojin.jp/

6月 フルーツマイスター厳選のおすすめフルーツ

いつも頑張っているお父さんへ。

普段なかなか言えない「ありがとう」を青木のフルーツで伝えませんか?

■父の日おすすめフルーツギフト
人気No.1 父の日フルーツギフトB
1セット 5,500円(税込5,940円)▶

☆父の日ギフトをご購入のお客様、ウィークリー持参でお会計時にハニーバナナプレゼント!(本店・コスモス通り店限定)

◆提供・フルーツショップ青木本店・郡山コスモス通り店
【本店 ☎(932)0190】

日	月	火	水	木	金	土
1 気象記念日	2 横浜開港記念日	3	4 歯と口の健康習慣	5 芒種 世界環境デー	6	7
8 危険物安全週間(～14日)	9	10 時の記念日	11 入梅	12	13	14
15 父の日	16	17	18 海外移住の日	19	20	21 夏至
22	23 オリンピックデー	24	25	26 国連憲章調印記念日	27	28
29	30 夏結祭					

■毎週土曜日はウィークリー発行日

6月イベント情報

第143回ホールコンサート

身近な場所で気軽に楽しめるコンサートが開催されます。お気軽に足をお運びください。

日 時 ●6月8日(日)
第1部13:00～/第2部14:00～

場 所 ●郡山市歴史情報博物館 オープンスペース
出 演 ●【第1部】梁取里さん(メゾソプラノ)
織田麻祐子さん(ピアノ)
【第2部】日本大学東北高等学校 合唱部

料 金 ●入場無料・申込不要
◆お問合せ/郡山市文化振興課 ☎024-924-2661

総合南東北病院 6月の医学健康講座

口腔がんの原因・症状や治療について

口腔がんには様々な種類がありますが、日本人にもっとも多いのは舌がん、全体の約55%を占めています。原因は喫煙や飲酒、口腔内の不衛生、炎症などが関係しているといわれています。今回は口腔がんについて池谷進先生が解説します。

日 時/6月21日(土)14:00～
会 場/総合南東北病院 北棟1階 NABEホール
講 師/南東北医療クリニック 歯科口腔外科 診療科長 池谷 進 先生

参加費/無料 ※事前申込不要
◆総合南東北病院 総務課広報室 ☎024-934-5708(直通)

一本の水路ブランド認証カタログ④1

一本の水路輪踊り「春の宵」おどろおどる会

安積疏水完成の祝賀会では、歌や踊りでにぎわったそうです。そこで現代でもみんなで楽しめる輪踊りを作ろうと、結成されたのがおどろおどる会。「一本の水路」をモチーフにした曲「春の宵」に振付をつけ、2023年の春うら祭で初披露。その後、様々なイベントに参加し、見学者も輪に加わってもらいながら、楽しく踊りを広めています。

おすすめの1冊 ～三田公美子寄贈児童文庫より～

毎月、「三田公美子寄贈児童文庫」に収蔵されている中から、おすすめの本を紹介していきます。ぜひ、読んでみてください。

『三びきのやぎのらがらどん』
マーシャ・ブラウン/絵 せた ていじ/訳
福音館書店

がらがらどん達は、草を食べに山へ行くことにしました。橋の下には気味の悪いトロルが住んでいて…。迫力のある絵に、引き込まれる北欧民話です。

◆ご利用・お問合せ/アサカ理研郡山市中央図書館 ☎(923)6601 ※その他、市内各図書館でもご利用・お問合せをどうぞ。

Hello from ビッグアップル英会話スクール

英会話学童「夏の長期休暇コース」受付中!

ビッグアップル富田校・オーシマ校では、大人気・英会話学童クラスの「夏休み長期休暇コース」の生徒を募集中です。月～土、月～金、週3、その他のコースがあり、英会話のレベルアップ、英検対策の勉強ができます。また、恒例の「サマースクール」参加者も同時募集中です。詳しくは、お問い合わせください。 ◆お問合せ/ビッグアップル英会話スクール・英会話学童保育アップル ☎(932)4511 <https://bigappleeikaiwa.co.jp/>

がんばれ!スポーツ少年団④9

桜スポーツ少年団女子バスケットボール部

1976年に女の子にもバスケットボールの楽しさを知ってほしいと活動が始まった「桜スポーツ少年団女子バスケットボール部」。小学2～5年生20人が週4回の練習に汗を流します。指導者の高橋智幸さんは「バスケットボールを通して、チームプレーの大切さを学び、これからの人生にいかしてほしいですね」と話します。

クリクラノースランド

熱中症対策に!

便利なウォーターサーバーをご自宅でお試してみませんか? 宅配水のクリクラノースランドでは、無料のお試しキャンペーンを実施しております。熱中症対策にもオススメなので、この機会に是非お試しください。

◆お問い合わせ/クリクラノースランド 電話:0120-043-252 <https://www.crecla-northland.jp/>

パッシブエアサイクル
構造見学会 完全予約制

6月28日(土)・29日(日) 10:00～16:00

(会場)白河市内M様宅 ※予約受付後、会場案内図を送付いたします
※1時間につき1組様限定

予約受付/HPの予約フォームまたはお電話にて

構造見学会は、完成住宅では見えない、パッシブエアサイクル(PAC)の壁内通気工法などの複雑で技術力が求められる仕組みをご確認いただける貴重な機会です。

自然の恵みで、夏涼しく、冬暖かい。
安全安心な快適空間。

パッシブエアサイクル(PAC)住宅とは?

福島県では唯一、昭栄創建が提供できるシステムで、外断熱工法により高断熱・高気密住宅を提供しております。またダクトやファンを使わず壁の中を空気が流れることで家全体の温度差の少ない調湿された空間を自然に作り出すことができる家。

●外張り断熱/断熱等級5(ZEH水準) ●耐震構造/耐震等級3

同時イベント ●ワークショップ 子供用椅子づくり・ミニテーブルづくり
●補助金説明会 子育てグリーン住宅支援事業他

ふくまちタウン 郡山安積南展示場はいつでも見学OK! 要予約

お申込み お問合せ SHOUUEI SOKEN ☎024-937-3335 安積2-351-1 昭栄創建 検索

まち・暮らし・お店・人……あなたのニュースを待ってます。

ファミリーブライダル
レンタル一式 ¥198,000~

♥新郎新婦 内掛・紋付袴セット
♥両家留袖セット(2名様分)
♥ご家族の振袖or訪問着(2名様分)
♥前撮&当日の2回レンタル可
ファミリーブライダルパーティーもご相談下さい。

SHI KI NO
四季装束付総合教室
事務局F/タイム ☎923-7422

健康はごきげん

内科・心療内科・神経科
精神科・リハビリテーション科

医療法人 愛真会 かなや

①クリニック兼谷

診療時間	月 9:30~12:30 14:00~18:00	木・金 9:30~12:30 14:00~19:00
土 9:30~12:30 13:30~17:00	※火曜日は電話予約のみ受け付け	
休診日	…日、水、祝祭日	

郡山市中町11-7
アオキヤビル3F ☎931-3000

父の日に贈る新しい親孝行。 親子ではじめる終活

6月15日は父の日。日頃の感謝を伝えるプレゼントのご用意はこれからでしょうか？

父の日にプレゼントや家族でお食事もいいですが、今年は少し違った「親孝行」をしてみませんか？それはお父さんと一緒に「今後の人生」を考える時間です。終活という「まだ早い」「縁起でもない」と感じるかもしれませんが、本来は、自分らしい人生の締めくくりや余生を安心して過ごすための前向きな活動です。

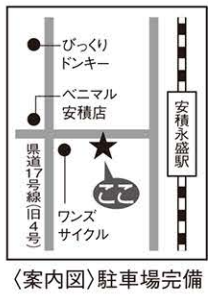
終活の目的は、将来の生活資金や介護・施設入居、葬儀やお墓に関する事に備えるだけではなく、相続などで遺された家族の争いを防いだり、負担を減らしたりすることも含まれます。終活の第一歩として、まずはエディングノートをお父さんの日にプレゼントして、お父さんの人生を振り返りながら、一緒に書き始めてみてはいかがでしょうか。

ベストファームなら終活や相続の様々な悩みを丸ごとサポートします。初回相談は90分無料ですので、お気軽にご相談ください。

例えばこんなことを話しておきましょう。

- 老後、何で生計を立てるのか。資金のこと
- 財産を把握し整理(不要なクレジットカード等は解約)
- 財産分与について
- 持ち物を整理して減らす、断捨離について
- 終の棲家について(高齢者住宅への入所の検討)
- デジタル遺産について(パソコンやスマホ内のデータ)

ご予約・お問合せ ●ベストファーム郡山店(安積3丁目・101) ☎0120-165246
受付9時~19時(日曜定休)



〈案内図〉駐車場完備

赤ちゃんのように自然に多言語を話そう！ 親子でワークショップに参加しませんか？

多言語を楽しむながら自然に習得する活動を行うヒップファミリークラブでは、大槻地域と富久山町に2つの活動場所が設けられており、親子で参加できるワークショップを開催します。多言語で世界につながる冒険に出かけてみませんか！

開催日時・場所	
6/14 (土)	赤木公民館 10:00~12:00 14:00~15:30
6/26 (木)	大槻ふれあいセンター 17:30~19:00 ミューカルがくど館
6/28 (土)	大ホール 10:00~12:00 14:00~15:30 ミューカルがくど館 和室
7/3 (木)	郡山市民プラザ (ビッグアイ7階) 10:00~11:30
7/13 (日)	10:00~12:00 14:00~15:30



お申込みはこちら

お問い合わせは

ヒッポファミリークラブ

☎0120-557-761

(受付:平日10:00~17:30)

You Tubeで話題沸騰

Kevin's English Room

ヒッポ育ちのやまちゃんの多言語力は必見!

「ごきげんななめ」「ごきげんまっすく」投稿募集

お気軽にお寄せください。は

がき、FAX 952-6788、Eメールも可。
✉otayori@weekly-core.com

笑顔の原点 食楽手帖



〈第130回〉

季節を大切に

日本料理は茶懐石の心くばりに裏打ちされた、繊細な配慮をしなければなりません。暑い日にはお水の蓋に霧水をして、涼しさを演出します。こんなことは日本人の感性ならではのですね。しかしこの異常気象の中、私たちが感受性の強い子供達から四季の概念がなくなってしまうかもしれないと心配です。これから美味しくなる茄子の揚げ出しと冷たい素揚げでもして、一緒に酸味の利いた梅酒を炭酸で割って少し含んだら爽やかな季節を取り戻せるかもですね。

懐石と店主 小林盛夫

郡山市駅前2・8・15
☎024(662)92606

あなたのライフプランへ未来設計 から考える生命保険／損害保険 【予約制無料相談受付中】

保険のエキスパート、シンプルプランでは、皆さまのより豊かな未来設計のため、保険の選び方や見直し方など、無料相談を受け付けております。

開催日●月・土、午前・午後・夕方のご希望の時間

会場●シンプルプラン社内

★完全予約制 お電話でお気軽に予約ください。

■高校を卒業したら、こども医療費助成制度が終了します。進学や就職する前に医療保険等をご検討ください。18歳から加入すれば保険料も安く、幅広い商品の中から自分に合った保険が選べます。保険会社によっても保障内容が違いますのでご相談ください。

■ご予約・お問合せ
有限会社
シンプルプラン
☎024-927-5951
郡山市若葉町4-5
E-mail:fp@simpleplan.co.jp

今年度の夏休み、オーストラリアへ 語学留学しませんか！

今年度の夏休み、オーストラリアで生きた英語を学び、現地の学生やホームステイ先の家族と交流するなど、充実した時間を過ごすことができます。現地では日本人スタッフが対応するので安心です。

費用等詳細をお伝えする説明会にご参加ください。

対象●中学3年生~高校3年生
期間●8月4日~8月15日
研修先●Melbourne City Institute of Education (MCIIE)

内容●語学研修・ホームステイ・観光案内・現地学生との交流

■説明会を開催します
開催日●6月22日(日)17:30~
会場●郡山中央公民館

※参加無料 要予約
定員●40人(ご本人と保護者の方と一緒に参加ください)
ご予約・お問い合わせ●グローバル・エデュケーション・システム代表/チンタカ・クマール・ウィジェン
☎080-1806-0478

食育推進ボランティア募集！ 食の大切さを伝えてください

郡山市では「食」に関心があがり、「食」の大切さを伝えてくださる「食育推進ボランティア」を募集します。活動内容は、保育所や学校での食育講座(紙芝居・エプロンシアター・パネルシアター等)、食育に関するイベント等の支援、その他食育の普及啓発に関する事です。

経験がなくても大丈夫です。興味のある方はぜひご応募ください。

【応募条件】

- ①18歳以上(高校生は除く)。
- ②郡山市食育推進計画の趣旨に賛同し、市内で食育推進活動ができる。
- ③市が主催する研修会に参加できる。
- ④市の要請に応じてボランティアとして協働が可能。
- ⑤政治活動、宗教活動及び営利活動を目的としない。
- ⑥特定の国、団体、企業等に対し、

以下の条件をすべて満たす方
①18歳以上(高校生は除く)。
②郡山市食育推進計画の趣旨に賛同し、市内で食育推進活動ができる。
③市が主催する研修会に参加できる。
④市の要請に応じてボランティアとして協働が可能。
⑤政治活動、宗教活動及び営利活動を目的としない。
⑥特定の国、団体、企業等に対し、

詳細はこちらでチェックできます。

☎024-924-2900
☎024-934-2960
✉kenkoudokuri@city.koriyama.jp

郡山市「無料学習支援事業」 お気軽にお問合せください

郡山市では無料学習支援事業を実施します。申し込み・利用は無料です。

【ひとり親家庭等】こどもの生活・学習支援

対象世帯●児童扶養手当受給世帯
対象学年●中学1年生~3年生
高校生入学者資格を有する者
学習形式●自宅への学習支援員(家庭教師)派遣

学習日・時間●令和7年7月~令和8年3月/32回(週1回)90分(面談により派遣日時決定)

受講教科●全教科対応(面談により科目決定)

定員●45人(超えた場合は抽選)

お問合せ●郡山市子ども家庭課 女性・ひとり親家庭支援係
☎024-924-3341

【かくと塾】

対象世帯●被保護世帯・準要保護世帯(就学援助又は児童扶養手当受給世帯)

対象学年●小学6年生から中学生、高校進学・卒業を目指す18歳以下の方等

学習形式●教室型・通信添削型・オンライン型

学習日・時間●令和7年7月~令和8年3月

◆教室型●全40回、1回2時間
※原則土曜日。長期休暇中はその他開催日あり

◆通信添削型●全20回
◆オンライン型●全20回

受講教科●全教科対応(予定)

定員●教室型35人・通信添削型5人・オンライン型10人

お問合せ●郡山市保健福祉総務課福祉係
☎024-924-3822

【共通】

募集期間●令和7年5月30日(金)~6月16日(月)

受講料●無料

講師●郡山市が委託する事業者

わんこ物語 その53

よだれ入り

私たちは地域の生活雑誌を発行しています。『お国自慢のおやつ』という頁で、アメリカ人の留学生がカップケーキを作ってくれたことになりました。若い男子学生です。マンシヨンの部屋に行くと、同じように若くて元気のいいシベリアンハスキーと一緒に暮らしていました。



犬はお客さんが大好きらしくて、大はしゃぎです。男子学生が小麦粉とバターを混ぜていると、犬がボールに鼻を突っ込んで顔を真っ白になりました。若くは笑い顔です。そのとき、よだれがタラリとたれて、ボールの中の生地が落ちたのを、私とカメランはしっかり見ていました。

オーブンで焼いて、カップケーキが出来上がりました。

「どうぞ」とすすめてくれる男子大学生。私とカメランは顔を合わせましたが、エイッと気合いで食べました。味は美味しかったです。(カオル)

第53回開成山ふれあいコンサート 開催

第53回開成山ふれあいコンサートが開催されます。ぜひ、お出かけください。

日時●6月7日(日)12:00~16:00
会場●郡山市公会堂

※入場無料
出演●赤木六軒朗クラブバンド、YOSHII, Satoru & H

お問い合わせ●実行委員会事務局
☎090-8929-2603
(野川)
http://kaisei-zan.com

学校法人 翔洋学園高等

**中卒・高校中退・転校希望の
あなたに高卒資格を!!**

新入学・転入学・編入学
随時入学可能
(現在、高校に在学中の方は退学前にご相談ください)

■少人数制・個別指導
■転・編入生は前の高校の単位を生かします。
■入学は書類選考と面接です。

3年で卒業できる
通信制高等学校
《普通科》

◆高校の卒業証書がほしい。
◆高校を辞めたけれどもう一度学びたい。
◆自分のペースで勉強したい。

◆働きながら高校を卒業したい。
◆大学・短大・専門学校に進みたい。
◆今の高校生活に満足していない。

学校案内を無料でお送りします。お気軽にお問い合わせください。

**広域通信制・単位制高校
翔洋学園高等学校 郡山学習センター**

〒963-8002
郡山市駅前1-14-21 花椿ビル10階
http://www.shoyo.ac.jp/

TEL.024-934-3173

イエローページ&伝言板

建物と設備の
メンテナンス

調査・点検

水もれ・詰まり・原因調査
管内カメラ調査、設備点検

洗浄・清掃

排水管洗浄、小便器洗浄
貯水槽清掃、空調機清掃
雨水管洗浄、ピット清掃

配管・設備

配管工事、排水桝、給湯器
貯水槽補強、ポンプ入替
遮熱防水、屋根・外壁塗装
ユニットバス、キッチン

害虫駆除

ゴキブリ・ネズミ・シロアリ
黒アリ・コウモリ・ハクビシ
スズメバチ・ハト・カラス

ジェットの会員サービス

建物ドック

BEST MAINTENANCE

株式会社ジェット

0120-812-812

ウィークリーに
折込み広告
しませんか?

●B4 1枚3円～

☎961-7722

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 ミナサヌスーパバイブ
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 ミナサヌスーパバイブ
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 ミナサヌスーパバイブ
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。たくさんのご
意見お待ちしております。

屋根と雨樋 点検・清掃

点検500円
で伺います!●雨漏り・雨樋修理 ●波板交換 ●トタン張替
郡山市富久山町八山田字西永年16
地元で60年 (有)五十嵐瓦店
☎024-933-2673

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。●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。ペット葬儀・火葬・埋葬承ります。
郡山動物霊園 うねめの杜
★料金は体重により異なりますので、まずはお電話ください。
☎0120-205-503 ☎024-959-5256
(郡山市役所より車で約15分※Google map調べ)

店員のいない無人のお洋服屋さん

2号店 sélook 郡山駅前店

OPEN!!

いつでも好きなだけ、自由にお買い物
できる「24時間無人販売セルフ
ティックselook」2号店が郡山駅前
にオープン!商品は全て新品。
税込1,000円からお買い物できます。★セルフレジを導入。
高額紙幣もOK!
クレジット決済も可能に!★オープン記念★
お買い上げの方にもれなく
プレゼントがあります。24時間無人販売
SELF BOUTIQUE
セルフトリック セルック
郡山市駅前1丁目3-3
パーキングタウンMaggy陣屋店舗

すぽん NEW

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

新コーナーが動きます!

「今日もいって」投稿募集

毎回異なるテーマを設けて皆
さんからの投稿を募集し、紙面
で紹介する新コーナーが始ま
ります。今回のテーマは「雨の
日の過ごし方アイデア」。投稿は
短文でも長文でも自由です。ど
しどしご応募ください!伝えるまごころ大切に
総合葬祭式場 セレモールおおのひわだ商場
びゅあくらブ会員募集中!
日和田町字千草垣95の2

ごきげんななめ

この時期から寒くなる
まで、蚊の大量発生に
困っています。自宅の
庭の水やりのために桶に水を張
っていたりする家が多く、そこ
に卵を産み、大量発生していま
す。本日に嫌で色々対策しても、
何の意味もありません。庭に池
がある家や、水を溜めているお
家の方、もう少し周りに目を向
けて、しっかりと対策してもら
いたいです。先日、関西万博
会場での厄介なユスリカの発生(蚊に悩まされています)
元気にツピーツピーと
鳴いて巣作りしてい
たツバメの鳴き声が、突
然聞こえなくなった。そばに行
ってみると、ぼうきか棒で誰か
が巣を壊したようである。これ
から卵を産んでひなを育てよう
としていたのに、かわいそうで
す。(よつちゃん)★皆様からの「ごきげんななめ
(まっすぐ)」の投稿をお待ちし
ています。ご相談
ください
うさみ整骨院
交通事故
取り扱い
☎934-6667

減

量成功保証付!安心して
ダイエットにチャレンジしよう。

PR

結果にこだわる
ダイエット治療院健康や本格的な夏を前に「瘦
せなくちゃ!」とあせっているあ
なた、大丈夫!今ならまだ夏に
間に合います。過去数々のダイエ
ットで挫折してきた方が続々成
功しているのが、耳つぼダイエット。
耳つぼの刺激で食欲を抑え、高品
質サブリで必要な栄養素を摂り
つつ体質を改善します。極端な食
事制限や運動は必要ないので継
続ができて、リバウンドしにくい
のが特徴です。3ヶ月で10~15kg
痩せられますが、1ヶ月3kg減コ成功保証付で安心!
体重が減らない方には返金し
ます。ぜひこの機会に挑戦し
ましょう!※適用条件あり予約優先
メディカルスリム
(小国接骨院内)
☎024-923-7268
堂前11-1
受付 9:00~12:00 ⑧日・祝
14:00~19:00
金通小 消防署
文化通り
●焼肉すたく日本レザークラフト協会
福島県支部展2025日本レザークラフト協会福島
県支部展が開催されます。昨年開催された「第44回軍工
展in京都2024」の作品と
「第45回記念軍工展in京都20
25」の軍工芸術装飾の作品を中
心に、カリキュラムの小物を含
め総数60点余り、支部会員15人の作品が展示されます。ぜひ、
会場へお出かけください。
日時 ●6月20日(金)13:30~18:
00、6月21日(土)10:00~18:00、
6月22日(日)10:00~17:00
会場 ●ビッグアイ6階展示室2
※入場無料
主催 ●日本レザークラフト協会
福島県支部
連絡先 ●☎024-932-7
829 (支部長・齋藤美保子)■女性相談員による夫婦関係の
悩みや福祉制度、ハラスメント
の相談(相談無料・要予約)日時 ●6月10日(火)9:00~12:00
日時 ●6月10日(火)13:00~16:
00 会場 ●さんかくプラザ
定員 ●各日3人(相談時間60分
ご予約・お問合せ ●さんかくプ
ラザ
☎024-924-0900
(受付時間/8:30~17:15)
※第3日曜日を除く7月リニューアルオープンにつき
ケアマネジャー・介護員募集!!
【勤務地】小規模多機能型居宅介護事業所 寿光庵さくら
【勤務】8:30~17:30 【休日】週休2日他、有休
【応募】まずはお電話ください ★各種保険等完備
給与 ケアマネ/月25万円~ 介護員(パート)は週2~3
日(週あたり20時間以内)
での勤務となります
※いずれも経験による
介護保険指定施設
慈愛のさと 寿光庵
〒963-8041 郡山市富田町天神林51-3
☎024-954-3866 担当/渡邊家庭ゴミの処分
おまかせください!大型家具の処分
不用品回収遺品整理も
承ります見積無料!
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産業廃棄物収集運搬許可
福島県第072049149号/郡山市第8711049149号
一般廃棄物収集運搬許可 郡山市第53号

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

検索



(齊藤)

5月のキャンプを務める鈴
木愛結さん(5年)は、お姉さん
がバスケットボールをプレーし
ていたことがきっかけで、小学1年
生の時にバスケットボールを始
めました。ドリブルが得意で、1
試合走れるスタミナが持ち味の
選手です。「今年のチームは学年
関係なく仲が良いことが強みで
す。また、みんなとプレーできる
ことがバスケの楽しさです。試合6月のサマーキャンプ、11月のウ
インターカップでの県大会出場を
目指し、今日も練習に汗を流し
ます。同員も募集中です。
お問合せ ●桜スポーツ少年団
女子バスケットボール部
☎090-2275-8713がんばれ!
スポーツ少年団ちよこつと
おかわり編「がんばれ!スポーツ少年団」
では、郡山市内で頑張るスポー
ツ少年団を紹介しています。

【桜スポーツ少年団女子バスケットボール部】

チームの結成は1976年。
現在、小学2年生から5年生の
20人が毎週火・木・土・日曜日の
練習に励んでいます。38年チームを指導する高橋智
幸さんはチームの方針として、
まずは「楽しむ」ことに重きを置
きプレーしています。今年は6年
生がいなくて、チャレンジャー精
神で大会に臨みながら、来年に
向けたチームづくりをしていき
たいと思っています。練習は、ア
ツから始まり、基礎練習、オフエ
ンス、ディフェンスなど、その時々
の課題に応じたメニューを行っ
ているとのこと。また、お花見や
秋合宿、クリスマス会などの行事
も実施しています。自分のプレー
も大切ですが仲間を上手にプレ
ーさせることのできる選手にな
ってほしいと思っていますし、チ
ームスポーツを通して、気づかい
や仲間を思いやる心を育ててほ
しいですねと高橋さん。では、周りの状況を確認しながら
ポジションなど意識してプレ
ーしていますと愛結さん。
エースの溝口美晴さん(5年)
は、友達に誘われたことがきっか
けで小学3年生の時にバスケッ
トボールを始めました。ドリブル
やディフェンスが得意で、攻守に
わたりチームを牽引しています。今年のチームはみんな明るくプ
レーできていると思います。仲間
と協力して、試合に出られること
や勝った時が嬉しいです。コート
を広く使いプレーしながら、バス
ドライブ、シュートの判断を早く
してチームに貢献していきたい
と思っていますと美晴さん。4月20日のサマーキャンプ、11月のウ
インターカップでの県大会出場を
目指し、今日も練習に汗を流し
ます。同員も募集中です。
お問合せ ●桜スポーツ少年団
女子バスケットボール部
☎090-2275-8713

正社員募集

土木施工管理者

内容 公共工事の現場監督の業務全般
郡山市内及び近郊

月給 **40万円以上可** ※年齢・経験に応じて優遇いたします
※詳細は面談にて

資格/2級または1級土木施工管理技士、要普免
時間/8:00~17:00(実働8H)
休日/会社カレンダーによる
第2・第4土曜日、日・祝、夏季・年末年始休暇
待遇/社会保険完備、交通費規定支給、制服貸与、賞与年3回
応募/電話連絡の上、履歴書(写貼)をご持参ください。

昭和建設工業株式会社
〒963-8014 郡山市虎丸町14-9
☎024-922-6390

6月のくらし伝言板

6月11日は暦の上では「入梅」を迎えます。梅の実が熟して黄色く色づく頃に雨季に入ることから「入梅」とされました。実際の梅雨入りの日付は、その年や地方によって異なりますが、農家の人にとって梅雨入りを知ることが、田植えをするために重要でした。

今月のピカイチ

新鮮、ピカピカの情報をいちばんにお届けするコーナー。題してピカイチ!

第2、第4土曜日の夜営業 営業再開します!

夜営業を6月から第2、第4土曜日に限り再開いたします(冬期間は除く)。生ビールとお蕎麦を味わい是非ご来店くださいませ。お待ちしております。

大和セゾ 大特価 980円

そば処 **大和**
郡山市堤2丁目233-8
☎952-6999
営業11:00~14:00/第2、第4土曜日17:30~19:30 (休月曜日)

求人広告出せます!

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

求人広告 **カラー 22,000円** (税込)
掲載料 **モノクロ 16,500円** (税込)

チラシ折込できます!

B4サイズまでなら1枚3円~
ウィークリーのチラシ折込は細かいエリア選択ができるからムダなく効果的にPR!

【お問い合わせ】ウィークリー
☎024-961-7722

廃車買取

創業47年の実績と信頼 親切な対応丁寧な説明 しつこい営業一切なし

持ち込み3,000円UP!
諸費用無料キャンペーン中

サトウサービス
☎024-958-6578

お客様にベストな買取提案を致します。

1日無料体験会

夏休み短期水泳教室 受付中

マイナスイオン水のプールで泳ごう

入会特典 **6/28(土)まで**

入会金 無料 クラブバッグ プレゼント スイムキャップ プレゼント

コース	対象	時間	土曜日は1時間早くなります	定員
ベビー	ベビー(0~3才)	11:20~12:00		各5組
幼児	3才(おむつが取れている方)	14:30~16:00		
A	4才~6才(園児)	15:30~17:00		
B	5才~小学生	16:30~18:00		
C	小学生以上	16:30~18:00		

郡山インターナショナルスイミングクラブ
郡山市緑町21番2 (ヨークパークより徒歩3分)
☎024-932-2821

整形外科なほどQ&A

毎年、梅雨時になると関節が痛むのですが。

梅雨の時期に関節が痛む理由は、湿度の増加による気圧の変動の影響によるものと言われています。梅雨時の関節痛を軽減するには、温かいシャワーや入浴で関節を温めたり、入浴で運動やストレッチで関節の柔軟性を保つことが大切です。痛みを感じたら放置せずに、まずはご相談ください。

院長 小澤 喜洋

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:30							X
14:30~18:00			X			X	X

(休診日)日曜・祝日・水曜午後・土曜午後

整形外科 リウマチ科 リハビリテーション科

おざわ整形外科クリニック
御前南6丁目141
[ヨークベニマル コスモス通り店西側]
☎966-2811

福田こうへい

コンサートツアー2025

大満足のステージに、10組20名様を無料ご招待!!

令和7年6月27日(金) 開演13:30
けんしん郡山文化センター (郡山市民文化センター)

応募締切 6月13日(金) 必着

必要事項(氏名・〒・住所・電話番号)を明記の上、郵便ハガキにて下記宛にご応募ください。
※お一人様につき1通限り応募有効。

〒108-0023 東京都港区芝浦3丁目14-5
テクス芝浦ビル6階
(株)アングルズ「福田こうへい 郡山公演」係

●当選は発送をもってかえさせていただきます。未就学児は入場不可。●お預かりした個人情報は、チケット販売・送付・ご案内の目的以外には使用しません。

お問い合わせ (株)アングルズ ☎03-6809-3405
(平日10:00~17:00) 土・日・祝は休みです。

人気連載コーナーが本になりました!

犬と猫がくれる愛と笑いと涙の日々
「わんこにゃんこ物語」

ちよい7ルじいさんの独り言
「文ちゃんのことば遊び」

各定価 **200円** (税込) TEL **024-961-7722**
購入方法 ウィークリー編集部へ直接ご来社ください。
郡山市柏山町3番地 (月~金 9:00~17:00受付)

宅配スタッフ募集

毎週水曜~金曜の自由な時間にポスティングしていただくお仕事です。ウィークリーはご自宅までお届けします。

菜根 1丁目	菜根 4丁目	池ノ台
菜根ベニマル北側 第一中学校東側	商業高校南側 オカモトGS北側	酒蔵公園北側 文化通り沿い
鶴見垣 2丁目	喜久田町 松ヶ作・堀之内	喜久田町 菖蒲池
長谷川整形外科近辺 酒蔵公園北側	卸団地西側 千杯団地近辺	郡山I.C.西側 らーめん比内亭近辺

ご応募・お問い合わせ ☎024-961-7722
(株)企画室・コア ウィークリー 宅配部

ご希望のエリア、枚数などご相談に応じます

今週のベストキッズ

えなちゃん(2歳)・みおちゃん(7ヶ月)

大槻町

けいくん(2歳)

お子さんのお写真を大募集!
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。
※0~5歳くらいまで。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)⑤ニックネームでの掲載もOKです。⑥性別⑦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。
※700KB以上でお願いします。
※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
※お子さんの年齢は応募時のものです。

ウィークリー読者 フォトギャラリー Photo Gallery

自然の緑がある写真 第3弾

今回も様々な緑萌える作品が集まりました。まだ募集中です。

タイトル「もみじの花」	タイトル「枯山水庭」	タイトル「バラが咲いた」	タイトル「霧と緑」
▲2025年5月/本宮市蛇ノ鼻遊楽園にて撮影/三浦さん(富久山町) 施設の人にもみじに花が咲くことを教えてもらい初めて知って撮りましたが、強風の日で上手に撮れませんでした。	▲2020年10月/鳥根県安来市にて撮影/Yさん(桑野) 庭園が有名な足立美術館。様々な緑が良かったです。	▲2024年5月/開成山公園にて撮影/松田さん(緑ヶ丘) 青空と緑、バラのピンクの対比がうまくいったと自画自賛。	▲2024年8月/熱海町にて撮影/佐久間さん(喜久田町) ホテル華の湯に泊まりに行った際に、部屋の中から撮影しました。

ふくぎんは
いつもすぐそばに

ふくぎんアプリ

いつでも、どこでも、無料で使える
振込・振替・明細確認もスマホで完結。

来店不要
スマホで完結

詳しくはこちら

フリーダイヤル **0120-46-2940**

受付時間
午前9時～午後5時
(土・日・祝日を除く)

福島銀行
(2025年2月17日現在)

クラシックギターコンサート

入場無料 事前予約不要 開催

日時●6月12日(木)
15:00～16:00

会場●総合南東北病院
北棟1階NABEホール

出演●ギター奏者
井上仁一郎さん

演奏●「インスピレーション」
(ジプシー・キングス)
「アルハンブラ宮殿の想い出」他、
映画音楽メドレーなど

お問合せ●総合南東北病院 広報担当
☎024-934-5708

〈井上氏プロフィール〉
福島市出身。ナイロン弦を用いたフィンガーピッキングスタイルで多種多様な音楽を奏でるギタリスト。日々卒業後はヨーロッパ各地で研鑽を積み、国内外多数のコンクールで上位入賞を果たす。現在は演奏活動のほか、洗足音楽大、慶應義塾高等部等で後進の指導も行っている。

6月のその2 くらし 伝言板

湿気が多く気温も比較的高い梅雨時は食中毒が多く発生する時季で、特に6月は細菌性の食中毒が増える傾向にあります。手と調理器具はいつも清潔にし、食品はすばやく調理し早めに食べる。中までしっかり加熱殺菌するなど、食中毒予防の3原則を徹底しましょう。

8/1 オープン 介護付き有料老人ホーム アーク・コートささがわ

高齢者の方々などが、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを最期まで続けられるよう「医療・介護・生活支援・住まい」が一体的に提供できるシステムを目指します。

安心の医療・介護
医師の定期的な訪問診療。24時間の手厚い介護。

おいしいお食事
季節ごとに旬の野菜を取り入れた和食中心の献立。糖尿病や減塩、腎臓病食などの食事制限にもきめ細かく対応。いつまでも食べる楽しさを。

郡山市安積町長久保1丁目16-14
HP <http://www.maimai-co.jp>
☎024-954-6620



施設・入居説明会

7/12 午前部 9:00～12:00
午後部 13:00～17:00

※当日ご都合が悪い方は、個別相談も受け付けます。お気軽にお問合せください。

会場 **アーク・コートささがわ**
郡山市安積町笹川高石坊27-1

★参加ご希望の方は、**お電話**または**メール**にてお申込みください。
当日参加も可。

お申込み
☎024-954-6620
✉maimai@iaa.itkeeper.ne.jp

アイエ務店

各展示場 先着5棟限定

ご成約の建物(自由設計)にご成約特典で **A・B・C** のいずれか1コースをお付けします!

Aコース 大手 **3メーカーから選べる豪華キッチン**
Takara standard GRANDIA OR 100pt WICENTRO OR LIXIL リゼールSII

Bコース スキップフロア
タテ空間を活かればワイド空間が生まれる。

Cコース エアコン+LED照明+カーテン
住んだその日から快適な空間をご提供。

大決算6.30

年一度のキャンペーン

締め切り間近! お申し込みはお早めに!

さらに 装備150pt分選べる! 豪華装備プレゼント

100pt 太陽光パネル4kW	60pt ハイブリッド給湯器	50pt 高級床材
35pt アイカ工業 洗面カウンター「スマートサニタリー」	30pt 乾太くん	30pt カップボード
15pt TVボード	12pt ハイドア	10pt タンクレストイレNII

●他にも選べる装備をご用意しております。詳しくは展示場スタッフまでお尋ねください。

6月 福島支店 同時展示場開催

2ご成約で 大特典プレゼント!

全館無料 気密測定実施
地盤改良工事 キャンペーン

ご来場予約の上 ご成約で
好きな家電1つプレゼント

バルミューダ オープンレンジ OR スティッククリーナー
ルンバ J5プラス OR リファ シャワーヘッド

「見て」「触れて」「感じる」
体感型ショールーム

アイフィット郡山
〒963-8042 郡山市不動前1丁目59
☎024-973-6875

ハウジングパーク郡山
郡山展示場
〒963-8024 郡山市朝日3丁目19他
☎024-973-8825

郡山北総合住宅公園
郡山北展示場
〒963-8052 郡山市八山田2丁目19
☎024-973-8317

ハウジングパーク郡山南
郡山南展示場
〒963-0111 郡山市安積町荒井字南千保8-2
☎024-953-5061

www.ai-koumuten.co.jp

アイエ務店 家づくりがわかるカタログのご請求はこちら

購入後も安心万全の初期保証

住まいは建てたおしまいでなく、長く住み続けるもの。アイエ務店は、安心のアフターサポート体制をご用意しています。

読者投稿 絵手紙ギャラリー

テーマ「自由題」

今週も、読者の皆さんから力作が届きました。
ご投稿いただいた皆さん、ありがとうございます。まだまだ、募集中です。

「今日も笑顔で」

柳沼友子さん(笹川一丁目)

「花も香りも大好き」

遠藤恵子さん(富久山町)

「みんな笑顔に」

栗田容子さん(八山田西)

「COOL HELMET」

▲バー・アントネット・ハラさん(山根町)

「遊具」

▲吉田朱里さん(中田町)

「野菜をたくさん食べてボケ防止」

▲樋谷初江さん(うねめ町)

「春の花」

▲兼子早苗さん(大槻町)

絵手紙作品募集!!

ウィークリーでは、読者の皆さんの絵手紙作品を募集します。
テーマに沿った力作を、ウィークリーの紙面で発表してみませんか。

※未発表の作品に限らせていただきます。※お送りいただいた作品の中から編集部が選んで掲載しております。その旨、ご了承ください。また、ご応募いただいた作品は返却いたしませんのでご了承ください。

応募方法 ①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥作品のテーマを明記して、作品をお送りください。

送り先 〒963-0202 郡山市柏山町3番地 ザ・ウィークリー「絵手紙」係
応募締切 6月13日(金)到着分まで

今回募集するテーマ **自由題**

(5)

健康あらかると情報

普段は気づかないものですが、怪我をしたり病気になったりすると、健康のありがたさが身にしみえます。健康教室や、いざ困った時に役立つ病院や医院情報などをお届けします。健康は毎日のバランスの良い食生活と適度な運動がなんといっても大切です。この機会にしっかり生活習慣を見直して、病気になる前に予防し、健康な毎日を送りましょう。

健康一口メモ 初夏バテ編

季節の変わり目は体調を崩しがちですが、特に6月初旬は25度を超える日があるかと思えば、肌寒い日もあり、体調管理が難しい時期です。特に夏バテに注意してください。夏バテといえは夏と思う方が多いでしょうが、だるさ・疲労感・食欲不振・熱うが、疲労回復のため、睡眠をしっかりととりましょう。また温度差は自律神経の乱れのもと。服の脱ぎ着をこまめにしましょう。

心不全や心筋症などの漢方治療は自然な生薬で心臓を強める

現代社会のストレスや不健康な生活習慣の悪影響で不整脈、動悸、胸苦しい、頻脈、心筋梗塞、心房細動、弁膜症、心臓の難病などが増えています。漢方医学では2000年以上前から心臓を強める漢方が存在します。当薬局では心臓の病気を、症状だけでなく、他の病気と症状、検査結果に合わせて漢方薬を処方しており、不整脈、動悸、様々な心臓難病を改善した症例がたくさんあります。例えば60代の拡張型心筋症の女性は3カ月間漢方薬を服用して息切れ、動悸などの症状が改善され、病院の検査で心臓は正常な大きさに戻りました。どんな心臓の症状や病気でもご相談ください。

■無料個別相談会：6月毎週水・金曜日【完全予約制】

お申込みお問合せ 青州堂 医学研究所 青州堂 郡山店
TEL&FAX 024-973-5252 郡山市駅前二丁目7-10 1階
info@seishudo.jp 営業時間/水～土曜日 10:00～18:00
〒963-8034 青州堂漢方薬局 検索 定休日/日曜・月曜・火曜・祝日
【福島本店】福島市置賜町5-26 1階 TEL024-572-4141

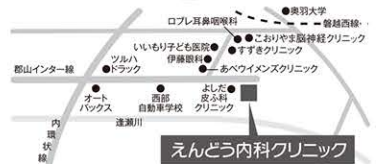
内科・消化器内科・内視鏡内科

えんどう内科クリニック

胃カメラ（経鼻内視鏡）・大腸内視鏡

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:00～18:00	●	●	●	●	●	●

休診日/日曜、祝日、水曜・土曜午後



西部自動車学校東側 郡山市特定検診がん検診を実施しています。
Tel.024-983-8327

小児科・アレルギー科

かわなこどもクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
午前9～12時	●	●	●	●	●	●	木曜午後 土曜午後 第5木曜日 祝祭日
午後2～6時30分	●	●	●	休	●	休	

但し、木曜日、土曜日は12時まで

※月・火・水・金の午後2時～3時は
予防接種・健診優先時間帯です。
一般診療は3時からとなります。

郡山市安積3-298 TEL024-947-5377 予約専用

インターネット 郡山市 かわなこどもクリニック 検索
予約システム

産婦人科・内科

あべウイメンズクリニック

医療法人
院長 阿部 州雄
日本産科婦人科学会 産婦人科専門医
日本産科婦人科学会 総合診療専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:30	●	●	●	●	●	●	●
14:30～18:30	●	●	●	●	●	●	●



郡山市富久山町久保田伊賀河原6-1
TEL024-923-4188

●PCサイトもご覧下さい●
www.abe-wclinic.jp

ししど整形外科クリニック

整形外科 リハビリテーション科 リウマチ科

○スポーツによるケガや障がいの治療も行っています。

院長/医学博士 穴戸 裕章

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
午後 14:00～18:00	●	●	●	●	●	●

休診/日・祝日・水、土曜午後

TEL024-983-6800

郡山市小原田3丁目7-14

介護看護正職員大募集

社会保険完備
未経験者歓迎
ブランクも歓迎

職種 介護員・看護師

勤務地 桜木・片平・富久山・富田東の
いずれかの施設

勤務 シフトによる

①7:00～16:00 ②8:30～17:30
③10:00～19:00
④(夜勤)17:00～9:00

手当 夜勤手当：夜勤1回につき

5,000～6,500円支給

危険手当：夜勤手当に加え

(看護師) 1回につき1,500円支給

福利厚生 医療費補助・制服貸与・保育園あり

お申込みお問合せ むつきグループ本部

郡山市島二丁目7番8号
TEL024-927-5538

むつき医科歯科在宅クリニック

〒963-8034 福島県郡山市島二丁目7番8号

医科 TEL024-927-5530 歯科 TEL024-973-5977

内科 小児科 歯科 在宅医療

リハビリテーション 整形外科 健診テラス 訪問歯科診療

協会けんぽ受託医療機関 訪問リハビリテーション

むつき医科歯科在宅クリニック 検診車ドライバー募集

勤務時間●7:00～16:00(勤務時間・勤務日数等変動があります)

勤務内容●検診バスの運転・健診業務 時給●1,100円

資格●大型第一種免許(必須) ～1,200円

【お問合せ】むつきグループ本部 郡山市島二丁目7番8号 TEL024-927-5538

【メディカルフィットネスOrangeWellnessからのお知らせ】

フィットネスの利用料金が医療費控除の対象になります。

詳細はお問い合わせください。TEL024-962-7632

医療法人 栄心会 さかえ内科クリニック

平日19:30まで診療

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

※日・祝休診。受付は30分前まで

○印は医師2名体制で比較的スムーズ!

内科・循環器内科・消化器内科

腎臓内科・アレルギー科・生活習慣病

電話受付 OK!

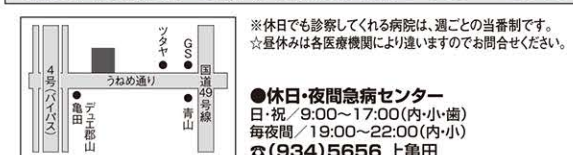
TEL024-941-2202

郡山市横塚2-15-6

(ベニマル横塚店東側)

日曜ピンチガイド 休日当番医のご案内

6月8日(日)休日診療の病院(予定) 診療時間AM9:00～PM5:00



●休日・夜間急病センター
日・祝/9:00～17:00(内・小・産)
毎夜間/19:00～22:00(内・小)
TEL(934)5656 上亀田



●じんきすクリニック(小)
TEL974-2525 字山崎

●朝田クリニック(内・胃腸・小・外)
TEL921-1866 富久山町

●長谷川整形外科医院(整形外)
TEL933-1610 鶴見垣

休日当番薬局

※あらかじめお電話でご確認ください。

6月8日(日)

●コスモ調剤薬局山崎店

山崎 TEL024-955-6707

●にじいろ薬局富久山店

富久山町 TEL024-907-4538

●ひかり薬局中町

駅前 TEL024-927-1510

※休日当番薬局は、急きょ変更になる場合があります。最新の

情報は、郡山薬剤師会 TEL024-934-4707へご確認ください。

(郡山薬剤師会 HP http://www.k-yaku.org/)

※休日に調剤を行うにあたっては、薬局近隣医療機関以外の処方

せんでは、記載された医薬品すべてをそろえない場合があります。

※店舗名など再度ご確認ください。薬局へおでかけください。

看護師募集! 医療事務 正社員

経験者優遇

資格●有資格者

勤務●月火木金8:00～18:00

(水土は8:00～12:30)

休日●日・祝日・夏期休暇・

年末年始等

給料●経験・資格等を考慮の上決定

待遇●雇用・労災・健康・厚生

保険完備

(労働条件により該当保険に加入)

通勤手当有、マイカー通勤可

応募●電話連絡の上、履歴書(写真貼付)と職務経歴書をご郵送ください。

モミの木クリニック (代) TEL.(024) 926-0131

〒963-0207 郡山市鳴神1-1-1

看護助手 急募!! パート

経験者優遇

資格●資格不問

看護助手のご経験を

お持ちの方優遇

勤務●毎週月・火・木・金

8:30～12:30

※4時間程度

時給●1,000円

※試用期間3ヶ月

待遇●労災保険、通勤手当有

奥羽大学 歯学部附属病院

診療時間 休診日

月～金曜日…9時～17時 土曜・日曜・祝日 他

外来 総合歯科・口腔インプラント科

地域医療支援歯科・口腔外科

歯科麻酔科・矯正歯科・小児歯科

放射線科・内科

郡山市富田町三角堂31-1

024-932-9274(総合案内)

歯と口の健康週間

6/4(水)～10(火)

6/4～10は歯と口の健康週間です。一生自分の歯で食べるために、この機会に自分の歯、家族の歯の健康チェックをしてみませんか?



猪去歯科医院

診療時間● 9:00～12:00

14:00～19:00

休診日●日曜日・木曜日・祝日

郡山市八山田一丁目58番地

TEL024-939-7022

もとだ歯科

院長 許田拓朗 副院長 許田依里

診療時間 午前9:00～12:00

午後14:00～18:30

(土曜日は午後13:00～15:00)

休診日 木曜午後、第3・5土曜、日曜・祝日

郡山市菜根3-13-10

TEL024-927-8711

村上歯科医院

診療時間●午前9:00～午後1:00

午後2:30～午後7:00

(土曜は午後1:00まで)

休診日●日・祝日

郡山市桑野2-34-13

TEL024-931-0088

郡山ファースト 歯科矯正歯科

院長 伊波 良将

お口の健康で地域を元気に

無痛治療を前提とした最先端治療

大槻町 北ノ林26-1 TEL955-6869

診療時間 10:00～13:30・15:00～19:00

※土曜日のみ18:00まで(毎週日曜日・祝日)

永山歯科クリニック

永山 隆治・賢治

《受付》平日 9:00～12:00 14:30～18:00

土曜 9:00～12:00 14:00～15:30

水曜休診(祝日がある週は診療します)

郡山市長者1-8-9

TEL933-4439

www.nagayama-shika.info



STOP! 万引き

今年4月末までの、福島県内の万引きの発生件数は431件(前年同期比38件減、自転車盗が249件(前年同期比97件減)で、昨年からの減少傾向は、刑法犯全体の約7割を両者が占めています。

■自転車は施錠なしの被害が7割!

自転車盗の発生状況は、施錠なしの被害が73.1%。発生場所

インストールはこちらから

POLICE アプリ 検索

くらし安全に 安心に

〈取材協力・情報提供〉
郡山警察署 生活安全課
郡山北警察署 生活安全課

万引きが多い場所はスーパー等の商業施設が58.5%、被害品は食品類が61%、犯人の年代は高齢者が46%となっています。

万引きは窃盗罪です。万引きが見つかったからお金を支払っても、ドロボウをしたという事実と、後ろめたい気持ちが残ると自分の心に残ります。また、たくさんの商品を万引きされたせいで、閉店に追い込まれる店舗もあります。万引きは皆さんの生活を脅かしています。万引きはやめましょう。

■POLICEアプリ

ふくしまを活用ください!

みらい会計 クイズ 気になる贈与税

問題

結婚して30年になる妻に、私名義になっている住宅を贈与しようと考えています。何か贈与税の特例はあるでしょうか。

① ある
② ない

ヒント

婚姻期間が20年以上の夫婦の間で、居住用不動産又は居住用不動産を取得するための金銭の贈与が行われた場合、贈与税の申告をすることにより基礎控除額100万円のほか、最高2000万円まで控除できる配偶者控除の特例があります。また、贈与税とは別に不動産取得税が課税される場合があります。※詳しくは専門家に相談ください。

クイズの正解者の中から抽選で1名様に、図書券(1,000円)をプレゼント致します。ご希望の方は官製ハガキに住所・氏名・年齢・職業・電話番号・クイズの答えをご記入の上〒963-0202 郡山市柏山町3番地が、ウィークリー「みらい会計」プレゼント係までご応募ください。前回の答えは②対象になることがある

ともに未来を!

みらい会計 税理士・行政書士 **吉田和美 税理士事務所** 吉田 和美

URL: <http://www.mirai-tax.com> Eメール: info@mirai-tax.com
郡山市西ノ内二丁目20番6号 TEL.024-925-0388

浄化槽のトラブル

お任せください! ホームページはこちら

ECO PLANT
郡山市上亀田23-36
0120-5103-88

ホームページ リニューアル

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

Instagramも毎週更新中!

令和7年度うねめ太鼓講座 受講生を募集します!

片平公民館主催事業として、令和7年度うねめ太鼓講座が行われます。日本の伝統文化のひとつである「和太鼓」に触れてみませんか?この講座では、誰もが楽しみながら本格的な和太鼓の技術を学ぶことができます。仲間とともに音を通してつながる喜びを体験してみたいのか?ぜひ、ご家族・ご友人をお誘いあわせの上、ぜひお気軽にお申し込みください。

開催日程 7月2日、9日、16日、23日、30日(各水曜日) ※全5回

開催時間 各日 9:30~11:30

会場 片平ふれあいセンター(片平公民館) 郡山市片平町町南7

大切な思い出、貴重な記録。あなたの人生を一冊の本にしませんか。

リバーシブル 自分史ノート 880円(税込)

わかりやすい自分史の書き方解説付き

みどり書房さんにて好評発売中!!

共栄印刷株式会社 郡山市田村町上合字西川原7-5 ☎024-943-0001

「リサイクル」ヘリウス「リフォーム」オリジナルアイデア投稿募集!

ウィークリーの紙面で皆さんが生活の中で実践している「リサイクル」「リフォーム」「リフォーム」術を紹介しませんか。ささいな工夫でも構いません。ぜひご投稿ください。

■投稿方法

手紙・ハガキ・〒963-0202 郡山市柏山町3番地 企画室・コア内ウィークリー編集部「リサイクルコーナー」係

024-952-6788

024-952-6086

024-951-5730

024-952-6086

お申込みはこちら

フォトギャラリー「緑」写真募集!

「ウィークリー」読者フォトギャラリーの今回のテーマは「緑」のある写真。自然溢れる雄大な風景から自宅のガーデニングまで、自然の緑が写っていればOK。もちろん昔撮影した写真でも構いません。ぜひご投稿ください。

応募にあたってのお願い

◎自分(ご家族)が撮影した写真に限りません。他人が撮影した写真を許可なく応募することはご遠慮ください。

◎個人を特定できる人物が写っている場合は、ご本人に許可を得た上で応募ください。

◎ご応募いただいた写真は、原則返却いたしません。

応募要項

✉otayori@weekly-core.com

郵送/必要事項を書いた用紙と写真を同封

〒963-0202 郡山市柏山町3 (株)企画室・コア内ウィークリー「緑写真」宛

応募必切 6月23日(月)まで

水に感謝し、理解を深めよう 「第67回水道週間ポスター展」開催中

6月1日(日)から7日(土)は、水道について理解を深める水道週間です。これに合わせて市内の小学校4年生を対象に、水道について自由に発想・表現したポスターを募集し、今年度は市内8校から計315点の応募がありました。5月16日に審査を行い、入賞作品全43点及び学校賞1校が決定され、入賞作品が一堂に展示されています。お気軽にご覧ください。

編集後記

●6月4日(土)10日は「歯と口の健康週間」です。子どもの頃はとにかく虫歯にならないように歯みがきを一生懸命にやっていた覚えがありますが、年を重ねてくると、歯周病のケアであれこれ苦労することになります。●今週号6ページの特集をご覧ください。歯と口の健康を意識してください。

6月14日(土)

◇時間/11:30~20:00(入退室自由)
◇会場/郡山市公会堂
◇参加費/無料

「FUKU-Ship」

「学生の『やりたい!』を形に!」するイベント「FUKU-Ship」が開催されます。学生が夢やビジョンを語る「夢ピッチ」、大澤正彦氏(日本大学文理学部准教授)による講演、国際交流やキャリア支援等を目的としたカフェ(話し場)、学生団体Chi線によるモニユメントの設置、キッチンカー、マルシェ、ワークショップ等もあります。

詳細はこちら

■お問合せ/(一社)Spread From Fukushima
公式InstagramのDMへ
<https://www.instagram.com/spreadfromfukushima/>

6月7日(土)・8日(日)

◇時間/7日10:00~17:00・8日9:30~15:00
◇会場/土湯温泉観光交流センター「湯愛舞台」

第49回土湯こけし祭り

こけし職人を招いてのこけし販売やこけしグッズの販売、工人のトークショー、ライブイベント、こけし絵付けコンテストなど、子どもから大人まで楽しめるイベントです。6月6日(金)には前夜祭として「夜の温泉パル」も実施します。ぜひ、お出かけください。

■お問合せ/NPO法人 土湯温泉観光協会
☎024-595-2217

4月19日(土)~6月29日(日)

◇時間/9:00~17:00(最終入館16:30)
休館日/毎週火曜日
◇会場/じょーもびあ宮畑(福島市岡島字宮田78)

じょーもびあ宮畑10周年記念企画展 「宮畑遺跡と福島市の縄文時代Part1」(縄文時代中期の集落)

このイベントでは、福島市内の縄文時代中期の集落について、宮畑遺跡と比較しながらその特徴が紹介されます。また、6月21日(土)に行われる「第1回宮畑講座」では、福島市内の縄文時代の集落について、縄文時代前期から中期にかけての集落の変遷と竪穴住居の特徴が解説されます。(参加費無料。電話・メールにて要事前申込。)

■お問合せ/じょーもびあ宮畑
☎024-573-0015
✉jomopia-miyahata@bz04.plala.or.jp

イベント インフォメーション

福島県内のイベントを広くご紹介します。

税理士に聞く初めての相続！

第75回

遺産分割や税金対策・財産5千万円以下の皆様も！

申告ギリギリでバタバタ

長男 困りました。父の相続税申告をしなければなりません。期限があと1カ月に迫っています。

深澤 急な話ですね。

長男 母名義の預金のほとんどが「父の遺産」になるらしく、申告が必要とのことなんです。

深澤 「名義預金の加算」という相続において最も重要な問題ですね。

長男 初めからプロに依頼すればよかったのに素人判断

をして、今になってバタバタなんです。

深澤 急ぎましょう。申告期限に合えば節税も可能です。

長男 そうは言ってもギリギリです。専門家にお願いするしかありませんが、受けていただけますか？

深澤 大丈夫です。ただしスビッドアップのために相続人の皆様とほかの専門家の協力も必要です。費用もかかりますよ。

長男 覚悟してします。なんでも指示してください。

深澤 深澤 由美子 グループ社員 上級相続診断士

深澤 広守 グループ代表 税理士 上級相続診断士

深澤会計グループ 相続診断士・税理士・行政書士等による相続プロ集団。

60分相談無料 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▲



深澤 由美子 グループ社員 上級相続診断士

深澤 広守 グループ代表 税理士 上級相続診断士

深澤会計グループ 相続診断士・税理士・行政書士等による相続プロ集団。

60分相談無料

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▲

庭木1本から承ります！



お客様へのお約束

- 庭木1本より明瞭料金
- トイレはお借しませ
- 土日でもOKです
- お茶はご遠慮します

ザ・ウィークリーをご覧の方へ

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m 通常2,200円を 1,100円 (税込) 10名様

ガーデンエクステラ 郡山店

郡山市三穂田町山口字横山9番地 ☎9:00~17:00

☎0120-61-4128

お見積り・お問い合わせは お電話もしくは2次元コードから

失敗しないための 賢い家づくり勉強会



無料

予約制 限定1組様

2時間で マスターできる!

夜の勉強会も実施

営業は 一切しません!

参加者特典

ペニマル商品券 3000円分を プレゼントいたします

対象: 福島県郡山市・須賀川市・日野市および 中野市にお住まいの 建築予定の方

勉強会内容

- 泥濘する家づくり情報に惑わされるな!
- エコハウスとは
- 建築業者の選定のチェックポイント
- 長期優良住宅
- 耐震等級3について
- バッパ換気とデザイン
- W断熱について
- 土地購入の注意点
- 坪単価いろいろ
- 住宅ローンの審査は第一に!

参加者特典

ペニマル商品券 3000円分を プレゼントいたします

対象: 福島県郡山市・須賀川市・日野市および 中野市にお住まいの 建築予定の方

アドバンスホーム株式会社

〒962-0063 須賀川市西山寺町289 ☎0248-72-2421

https://www.advance-home.jp/

宅地建物取引業免許番号/福島県知事(10)20281 建設業許可番号/福島県知事許可(後)第18783号

ザ・ウィークリー Present 読者プレゼント

【応募締切】6月14日(土)到着分まで

以下の質問にお答えいただき、〒住所・氏名・年齢・職業・電話番号をもなくご記入の上、ハガキかメールでご応募ください。

- Q1 希望のプレゼント名
- Q2 ウィークリーのホームページが新しくなりました。ご覧になった感想をお願いします。
- Q3 ウィークリーを見て利用したお店または会社の感想・ご意見

ハガキの場合→ 〒963-0202 郡山市柏山町3 (株)企画室・コア内 [6月7日号プレゼント係]宛

メールの場合→ otayori@weekly-core.com 件名を[6月7日号プレゼント係]

茨城県近代美術館様 より

A「旅にまつわるえとせとら 一歌川広重から東山魁夷まで」チケット

江戸時代の名所絵をはじめ、風景明媚な景勝地を描いた風景画など、現代に至るまでの旅にまつわる多彩な絵画約200点を展覧。200年以上前のガイドブックや画家が装丁を手がけた旅行雑誌といった旅の「エトセトラ」にも注目します。

初代歌川広重《東海道五拾三次之内 庄野 白雨》 天保初期(1830年代) 郵政博物館蔵 ※8/16~8/31 展示

開催期間●7月16日(水)~8月31日(日)

開館時間●9:30~17:00 (最終入場時間16:30)

休館日●毎週月曜日 ※7月21日・8月11日は開館、翌日休館

会場●茨城県近代美術館(茨城県水戸市千波町 東久保666-1 ☎029-243-5111)

入場料●一般820円、満70歳以上410円、高校生550円、小中生270円

手しごと厨房 まんまる家様 より

B「1,000円定食」引換券



4月にオープンした「手しごと厨房まんまる家」のメニューの中から「1,000円定食」の引換券をプレゼントします。ご家族、ご友人とランチ時間をお楽しみください。(当選者には引換はがきを送付いたします)

ウィークリー編集部 より

C山中千尋CD「Forever Begins」



郡山フロンティア大使のジャズピアニスト山中千尋さんのミュージックCD。若手注目株ベン・ウィリアムス、実力派ケンドリック・スコットを迎えた、ピアノトリオ編成によるアルバムで全10曲を収録。山中のアレンジやピアノ・プレイをより堪能できる仕上がりです。

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 主役はぼくだよ。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歳くらいまで) 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 企画室・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。

いつでもどこでも スマホで読める。

週刊郡山 ザ・ウィークリー ホームページ

リニューアル!



ザ・ウィークリー 郡山 検索 URL https://the-weekly.jp/

九紫火星	八白土星	七赤金星	六白金星	五黄土星	四緑木星	三碧木星	二黒土星	一白水星
○ 3 12 21 30 39 48 57 66 75 84 93 102 111 120 129 138 147 156 165 174 183 192 201 210 219 228 237 246 255 264 273 282 291 300 309 318 327 336 345 354 363 372 381 390 399 408 417 426 435 444 453 462 471 480 489 498 507 516 525 534 543 552 561 570 579 588 597 606 615 624 633 642 651 660 669 678 687 696 705 714 723 732 741 750 759 768 777 786 795 804 813 822 831 840 849 858 867 876 885 894 903 912 921 930 939 948 957 966 975 984 993 1002 ○ 4 13 22 31 40 49 58 67 76 85 94 103 112 121 130 139 148 157 166 175 184 193 202 211 220 229 238 247 256 265 274 283 292 301 310 319 328 337 346 355 364 373 382 391 400 409 418 427 436 445 454 463 472 481 490 499 508 517 526 535 544 553 562 571 580 589 598 607 616 625 634 643 652 661 670 679 688 697 706 715 724 733 742 751 760 769 778 787 796 805 814 823 832 841 850 859 868 877 886 895 904 913 922 931 940 949 958 967 976 985 994 1003 ○ 5 14 23 32 41 50 59 68 77 86 95 104 113 122 131 140 149 158 167 176 185 194 203 212 221 230 239 248 257 266 275 284 293 302 311 320 329 338 347 356 365 374 383 392 401 410 419 428 437 446 455 464 473 482 491 500 509 518 527 536 545 554 563 572 581 590 599 608 617 626 635 644 653 662 671 680 689 698 707 716 725 734 743 752 761 770 779 788 797 806 815 824 833 842 851 860 869 878 887 896 905 914 923 932 941 950 959 968 977 986 995 1004 ○ 6 15 24 33 42 51 60 69 78 87 96 105 114 123 132 141 150 159 168 177 186 195 204 213 222 231 240 249 258 267 276 285 294 303 312 321 330 339 348 357 366 375 384 393 402 411 420 429 438 447 456 465 474 483 492 501 510 519 528 537 546 555 564 573 582 591 600 609 618 627 636 645 654 663 672 681 690 699 708 717 726 735 744 753 762 771 780 789 798 807 816 825 834 843 852 861 870 879 888 897 906 915 924 933 942 951 960 969 978 987 996 1005 ○ 7 16 25 34 43 52 61 70 79 88 97 106 115 124 133 142 151 160 169 178 187 196 205 214 223 232 241 250 259 268 277 286 295 304 313 322 331 340 349 358 367 376 385 394 403 412 421 430 439 448 457 466 475 484 493 502 511 520 529 538 547 556 565 574 583 592 601 610 619 628 637 646 655 664 673 682 691 700 709 718 727 736 745 754 763 772 781 790 800 809 818 827 836 845 854 863 872 881 890 900 909 918 927 936 945 954 963 972 981 990 1000 ○ 8 17 26 35 44 53 62 71 80 89 98 107 116 125 134 143 152 161 170 179 188 197 206 215 224 233 242 251 260 269 278 287 296 305 314 323 332 341 350 359 368 377 386 395 404 413 422 431 440 449 458 467 476 485 494 503 512 521 530 539 548 557 566 575 584 593 602 611 620 629 638 647 656 665 674 683 692 701 710 719 728 737 746 755 764 773 782 791 801 810 819 828 837 846 855 864 873 882 891 901 910 919 928 937 946 955 964 973 982 991 1001 ○ 9 18 27 36 45 54 63 72 81 90 99 108 117 126 135 144 153 162 171 180 189 198 207 216 225 234 243 252 261 270 279 288 297 306 315 324 333 342 351 360 369 378 387 396 405 414 423 432 441 450 459 468 477 486 495 504 513 522 531 540 549 558 567 576 585 594 603 612 621 630 639 648 657 666 675 684 693 702 711 720 729 738 747 756 765 774 783 792 802 811 820 829 838 847 856 865 874 883 892 902 911 920 929 938 947 956 965 974 983 992 1002 ○ 10 19 28 37 46 55 64 73 82 91 100 109 118 127 136 145 154 163 172 181 190 199 208 217 226 235 244 253 262 271 280 289 298 307 316 325 334 343 352 361 370 379 388 397 406 415 424 433 442 451 460 469 478 487 496 505 514 523 532 541 550 559 568 577 586 595 604 613 622 631 640 649 658 667 676 685 694 703 712 721 730 739 748 757 766 775 784 793 803 812 821 830 839 848 857 866 875 884 893 903 912 921 930 939 948 957 966 975 984 993 1003 ○ 11 20 29 38 47 56 65 74 83 92 101 110 119 128 137 146 155 164 173 182 191 200 209 218 227 236 245 254 263 272 281 290 299 308 317 326 335 344 353 362 371 380 389 398 407 416 425 434 443 452 461 470 479 488 497 506 515 524 533 542 551 560 569 578 587 596 605 614 623 632 641 650 659 668 677 686 695 704 713 722 731 740 749 758 767 776 785 794 804 813 822 831 840 849 858 867 876 885 894 904 913 922 931 940 949 958 967 976 985 994 1004 ○ 12 21 30 39 48 57 66 75 84 93 102 111 120 129 138 147 156 165 174 183 192 201 210 219 228 237 246 255 264 273 282 291 300 309 318 327 336 345 354 363 372 381 390 400 409 418 427 436 445 454 463 472 481 490 499 508 517 526 535 544 553 562 571 580 589 598 607 616 625 634 643 652 661 670 679 688 697 706 715 724 733 742 751 760 769 778 787 796 806 815 824 833 842 851 860 869 878 887 896 906 915 924 933 942 951 960 969 978 987 996 1005	○ 3 12 21 30 39 48 57 66 75 84 93 102 111 120 129 138 147 156 165 174 183 192 201 210 219 228 237 246 255 264 273 282 291 300 309 318 327 336 345 354 363 372 381 390 399 408 417 426 435 444 453 462 471 480 489 498 507 516 525 534 543 552 561 570 579 588 597 606 615 624 633 642 651 660 669 678 687 696 705 714 723 732 741 750 759 768 777 786 795 804 813 822 831 840 849 858 867 876 885 894 903 912 921 930 939 948 957 966 975 984 993 1002 ○ 4 13 22 31 40 49 58 67 76 85 94 103 112 121 130 139 148 157 166 175 184 193 202 211 220 229 238 247 256 265 274 283 292 301 310 319 328 337 346 355 364 373 382 391 400 409 418 427 436 445 454 463 472 481 490 499 508 517 526 535 544 553 562 571 580 589 598 607 616 625 634 643 652 661 670 679 688 697 706 715 724 733 742 751 760 769 778 787 796 805 814 823 832 841 850 859 868 877 886 895 904 913 922 931 940 949 958 967 976 985 994 1003 ○ 5 14 23 32 41 50 59 68 77 86 95 104 113 122 131 140 149 158 167 176 185 194 203 212 221 230 239 248 257 266 275 284 293 302 311 320 329 338 347 356 365 374 383 392 401 410 419 428 437 446 455 464 473 482 491 500 509 518 527 536 545 554 563 572 581 590 599 608 617 626 635 644 653 662 671 680 689 698 707 716 725 734 743 752 761 770 779 788 797 806 815 824 833 842 851 860 869 878 887 896 906 915 924 933 942 951 960 969 978 987 996 1005 ○ 6 15 24 33 42 51 60 69 78 87 96 105 114 123 132 141 150 159 168 177 186 195 204 213 222 231 240 249 258 267 276 285 294 303 312 321 330 339 348 357 366 375 384 393 402 411 420 429 438 447 456 465 474 483 492 501 510 519 528 537 546 555 564 573 582 591 600 609 618 627 636 645 654 663 672 681 690 699 708 717 726 735 744 753 762 771 780 789 798 807 816 825 834 843 852 861 870 879 888 897 906 915 924 933 942 951 960 969 978 987 996 1005 ○ 7 16 25 34 43 52 61 70 79 88 97 106 115 124 133 142 151 160 169 178 187 196 205 214 223 232 241 250 259 268 277 286 295 304 313 322 331 340 349 358 367 376 385 394 403 412 421 430 439 448 457 466 475 484 493 502 511 520 529 538 547 556 565 574 583 592 601 610 619 628 637 646 655 664 673 682 691 700 709 718 727 736 745 754 763 772 781 790 800 809 818 827 836 845 854 863 872 881 890 900 909 918 927 936 945 954 963 972 981 990 1000 ○ 8 17 26 35 44 53 62 71 80 89 98 107 116 125 134 143 152 161 170 179 188 197 206 215 224 233 242 251 260 269 278 287 296 305 314 323 332 341 350 359 368 377 386 395 404 413 422 431 440 449 458 467 476 485 494 503 512 521 530 539 548 557 566 575 584 593 602 611 620 629 638 647 656 665 674 683 692 701 710 719 728 737 746 755 764 773 782 791 801 810 819 828 837 846 855 864 873 882 891 901 910 919 928 937 946 955 964 973 982 991 1001 ○ 9 18 27 36 45 54 63 72 81 90 99 108 117 126 135 144 153 162 171 180 189 198 207 216 225 234 243 252 261 270 279 288 297 306 315 324 333 342 351 360 369 378 387 396 405 414 423 432 441 450 459 468 477 486 495 504 513 522 531 540 549 558 567 576 585 594 603 612 621 630 639 648 657 666 675 684 693 702 711 720 729 738 747 756 765 774 783 792 802 811 820 829 838 847 856 865 874 883 892 902 911 920 929 938 947 956 965 974 983 992 1002 ○ 10 19 28 37 46 55 64 73 82 91 100 109 118 127 136 145 154 163 172 181 190 199 208 217 226 235 244 253 262 271 280 289 298 307 316 325 334 343 352 361 370 379 388 397 406 415 424 433 442 451 460 469 478 487 496 505 514 523 532 541 550 559 568 577 586 595 604 613 622 631 640 649 658 667 676 685 694 703 712 721 730 739 748 757 766 775 784 793 803 812 821 830 839 848 857 866 875 884 893 903 912 921 930 939 948 957 966 975 984 993 1003 ○ 11 20 29 38 47 56 65 74 83 92 101 110 119 128 137 146 155 164 173 182 191 200 209 218 22							