

つながるふくしま



ゆめだより

2025 10 月号

令和7年10月号

特集

ひとりで悩んでいませんか？
ふくしま県の
がん情報をあなたへ



ふくしまゆめトライ

りきたげ あやか
力武彩花さん

ふくしまモノ作り百科

玉羊羹

ふくしまワーク

プロサッカー選手の
練習を体験してみたい！

ふるさとの宝箱

馬とともに生きるまち
南相馬市ってどんなまち？

今月の表紙

いわなの郷(川内村)
※詳しくは2ページ下段をご覧ください

福島県

③ がん相談のポイント | がん相談をする前に…

ご自身が納得して治療を受け、自分らしい人生を歩んでいくために大切ながん相談。事前に以下のポイントを知ること、ご自身の考えをまとめるためのヒントになるかもしれません。

●納得して治療を受けるために

担当医に質問をする際は、重要なものを2つから3つに絞って確認しましょう。質問したいことを簡潔にメモにまとめて準備することも一つの方法です。

質問のポイントや具体的な質問例をまとめた冊子「重要な面談にのぞまれる患者さんとご家族へ」（国立がん研究センター公式サイトに掲載）も参考にしてください。

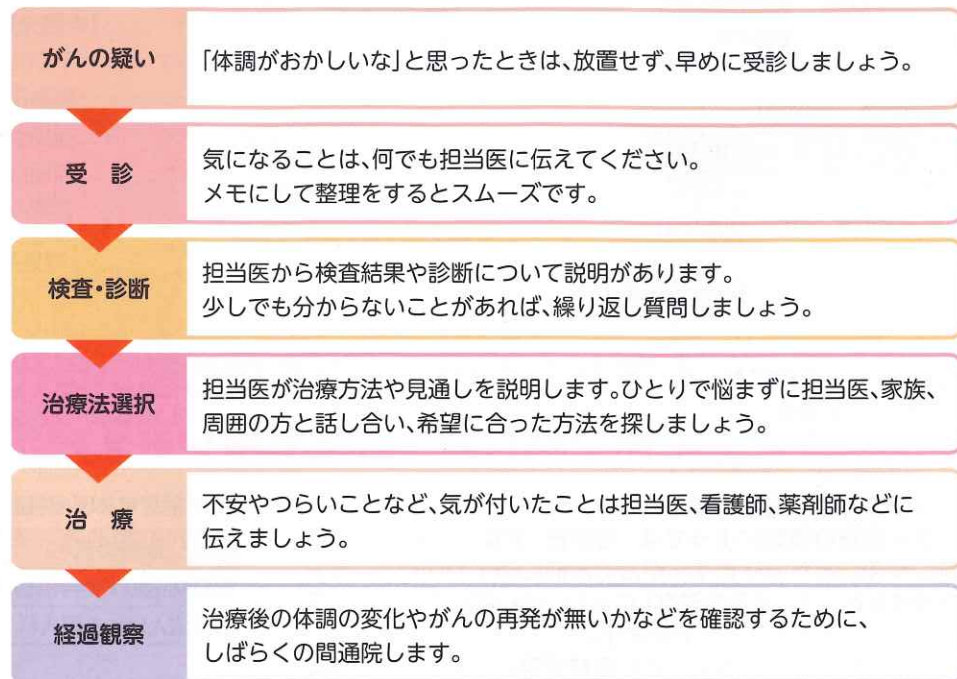


●がんの治療について

大まかでも、がん診療について確認すると、心にゆとりが生まれます。流れを見てみましょう。

【標準治療とは】

現時点で得られている科学的な根拠に基づいた**最も良い治療**のことを「標準治療」と言います。手術、抗がん剤治療、放射線治療をそれぞれ単独で、あるいはいくつかを組み合わせる方法で行われます。多くの場合、「標準治療」を受けることが最も良い選択です。



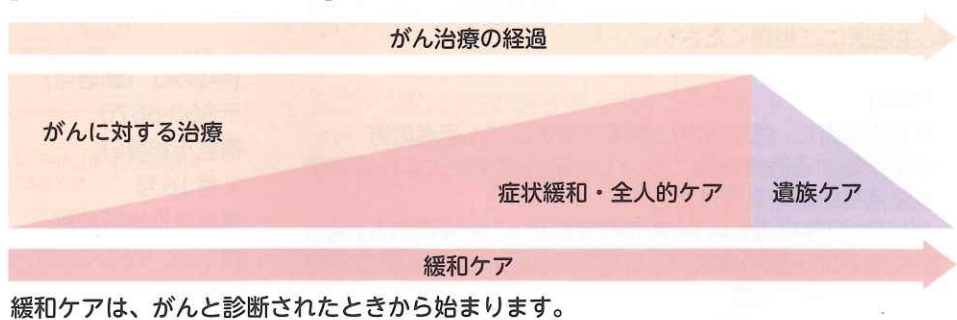
●緩和ケアについて

緩和ケアは、がんにかかった患者さんの体やこころの痛み、苦しみ、つらさを和らげ、自分らしく少しでも楽に生活できるよう支えていく医療です。**がんと診断された時から緩和ケアを受けることができます。**緩和ケアを受けたいときは、担当医や看護師へ相談してみましょう。

●がんと仕事の両立について

がん医療の進歩により、治療と仕事を両立させている方も増えてきています。仕事を続けるか辞めるかはご自身や勤務先だけで結論を急がず、主治医やがん相談支援センターへもご相談ください。より専門的なご相談は、右記の相談窓口をご利用ください。県内の一部のがん診療連携拠点病院では、ハローワークの職業相談員が出張個別相談（予約制）を行っています。

【がん治療と緩和ケアの考え方】（包括的がん医療モデル）



相談内容	相談窓口	所在地
治療をしながら職場復帰、就労継続したい	福島産業保健総合支援センター	福島市栄町6-6 ☎ 024(526) 0526
休職や復職を考える前に労働条件や社会保険のアドバイスを受けた	福島県社会保険労務士会 相談日：毎月第4水曜日 午後1時～午後5時 （事前予約制） 面談・電話相談可	福島市御山字三本松19-3 ☎ 024(535) 4430
治療しながら就職を目指したい	ハローワーク	連絡先・所在地はこちら

特集



ひとりで悩んでいませんか？ ふくしま県のがん情報をあなたへ

がんは、日本人の2人に1人はかかるといわれている身近な病気です。がんの種類や見つかったときの状態などにより、病状は人によってさまざまです。がん診断を受けたとき、がん治療中に抱えるさまざまな不安や思いを相談できる場所「がん相談支援センター」をご存じでしょうか。センターの役割や、県のがん患者支援の取り組みについて紹介します。

① 福島県のがんの状況（罹患数）について | がんを「正しく」知る

●福島県のがん罹患状況

全国がん登録における2021（令和3）年の本県の罹患数（1年間に新たに診断されたがん患者数）は、15,590人（男性9,159人、女性6,431人）となっています。

上皮内がん（がん細胞が上皮にとどまっているがん）を除く部位別罹患割合の主な上位は、胃（15.3%）、大腸（15.1%）、肺（12.0%）、前立腺（10.2%）、乳房（8.2%）、膵臓（4.9%）となっています。また、がん検診・健診・人間ドックによって発見された症例の割合が多い臓器（上皮内がんを除く）は、胃、乳房、前立腺でした。

上皮内がんを除くがんの部位別罹患割合（男女計）



●年齢別の特徴的ながん罹患状況

福島県における2021（令和3）年の罹患割合の高い部位を年齢階級別にみると、多くのがんにおいて、罹患率は加齢とともに増加傾向ですが、乳房（上皮内がんを除く）にあつては40歳以降に急激に増加し、60-64歳がピークとなっています。また、子宮頸部（上皮内がんを除く）にあつては、30代後半から40代後半において高い罹患率を示しています。

●がんに関する情報収集サイト「がん情報サービス」

国立がん研究センターが運営するサイトでは、病名から情報を探したり、公的制度や地域のがん情報、ライフステージに応じた情報を収集することが可能です。

がん情報サービス

検索



② がん相談支援センターについて | がん相談支援センターはどんなところ？

福島県のがん相談支援センターは、「がん診療連携拠点病院」と「福島県がん診療連携推進病院」に設置されています。これらの病院は、どこに住んでいても、がんの状態に応じて適切ながん医療が受けられるように設置されている病院で、福島県内に9カ所あります。

- 1 福島県立医科大学附属病院（福島市）
- 2 会津中央病院（会津若松市）
- 3 竹田総合病院（会津若松市）
- 4 太田西ノ内病院（郡山市）
- 5 総合南東北病院（郡山市）
- 6 坪井病院（郡山市）
- 7 白河厚生総合病院（白河市）
- 8 いわき市医療センター（いわき市）
- 9 福島労災病院（いわき市）



●がん相談支援センターの役割

がん相談支援センターは、がんに関するさまざまな悩みや不安に対応するために設置されている相談窓口です。その病院に通院している患者さんに限らず、その家族や地域住民の方など、**どなたでも無料・匿名**で利用することができます。

●主な相談内容

- ・自分の病気や治療について知りたい。
- ・医師から病気のことを説明されたが、難しくよく分からない。
- ・がんと言われ、これからのことを考えると不安でいっぱい。
- ・家族や仕事のことで悩んでいる。
- ・治療や手術にかかる費用が心配。
- ・セカンドオピニオンの手続きを知りたい。



正しい情報を得ること、気持ちを整理することは、納得して治療を選択したり、自分らしい生活を送ることにつながります。お一人で悩まず、お気軽にご利用ください。

【注意】がん相談支援センターは主治医に代わって医療的判断をする場所ではありません。治療に関することは、病状をよく理解している担当医にご相談ください。

●福島県内のがん患者へのサポートブック

福島県独自のがん情報冊子（がんサポートブック）には、がん治療の流れや医療費のこと、治療と仕事の両立など、福島県のがんに関する情報が記載されています。

【配置場所】

がん診療連携拠点病院、がん診療連携推進病院、市町村、図書館

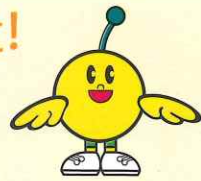
福島県 がん情報冊子

検索



わかる県政

わたしから始めるごみ減量!
10月24日～30日は、
「3R推進ウィーク」です!



●3R(スリーアール)とは?

3Rとは、ごみの発生量を減らす(リデュース)、不要になった物を繰り返し使う(リユース)、ごみを限りある地球の資源として再利用する(リサイクル)という、持続可能な社会を目指す3つの取り組みの頭文字「R」から名付けられたものです。

この3Rを一人一人が心がけて実践すれば、ごみはまだまだ減らすことができます。

Reduce
(リデュース)

ごみの発生量を減らす

・マイバッグ持参
・詰め替え商品を選ぶ
など

Reuse
(リユース)

ものをくり返し使用する

・リターナブル容器に入った製品を選ぶ
・古着を欲しい人に譲る
など

Recycle
(リサイクル)

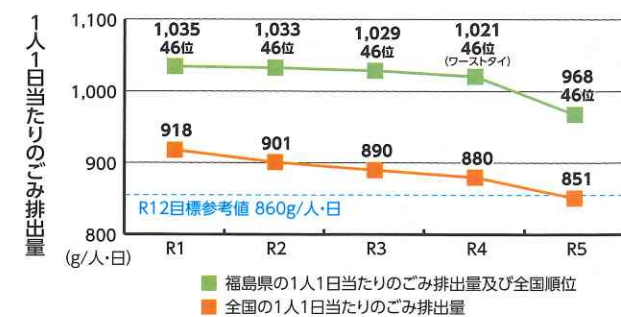
資源の再生利用

・ごみ分別で資源として再利用する
など

●福島県の1人1日当たりのごみ排出量とリサイクル率

令和5年度の福島県における1人1日当たりのごみ排出量は968グラムであり、全国平均の851グラムに比べて1割以上も多く、全国ワースト2位です。

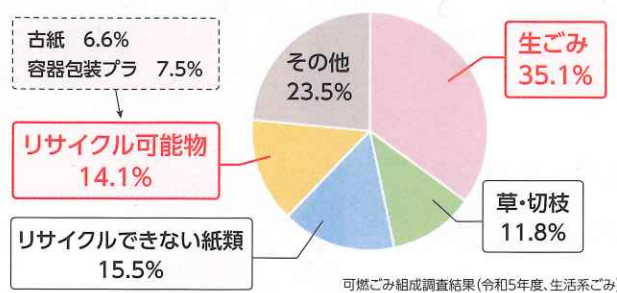
また、資源ごみとしてのリサイクル率は全国ワースト6位となっています。



●ごみ減量やリサイクル推進に関する県の取り組み

県が令和5年度に行った燃えるごみ(生活系)の組成分析調査の結果、生ごみが約35%と最も高い割合を占めており、古紙や容器包装プラスチックなどのリサイクル可能物が約14%含まれていました。

そのため、県では「3つの「きり」(生ごみの水きり、料理の食べきり、食材の使いきり)の実践や「リサイクル可能物の分別の徹底」について広く呼びかけています。



●3R推進ウィーク

県では、10月24日～30日を「3R推進ウィーク」と定め、『わたしから始めるごみ減量!』をキャッチコピーに、各種メディアでごみ減量やリサイクル推進に関する情報を発信します。できるところから、3Rを始めてみましょう!詳しくはホームページをご覧ください。

また、県の環境アプリでも、3R推進ウィークキャンペーンを行います。環境アプリでは、お住まいの地域のごみ収集カレンダーなどを確認することができます。さらに、3Rなどを実践するとポイントが付与され、県産品の抽選に応募できますので、楽しみながらごみ減量に取り組みましょう!



県一般廃棄物課
ホームページ



ダウンロードは
こちら



福島県のがん患者支援事業

がんになっても自分らしく生きることのできる社会の実現に向けた、福島県の支援事業の一部をご紹介します。

4 アピアランスケア※1 助成事業について

**がん治療に伴うウィッグ、
乳房補整具の購入費用の一部を助成します。**

※1 がんの治療による外見の変化に対するケア

【対象者】 がん治療に伴い、対象補整具を購入した方で、申請時に福島県内に住所を有する方
※申請の受け付けは、対象補整具を購入した年度の3月31日までとなります。

【申請の流れ】(郵送または直接提出)



【補助対象・補助額】

対象補整具	補助上限額
ウィッグ(全頭用かつらに限る。付属品は対象外)	2万円
乳房補整具(補整パッドまたは装着型人工乳房に限る)	1万円(左右各1万円ずつ)

※上限額未満であっても、補助対象の補整具は1つに限りります。
※ウィッグと乳房補整具の重複補助は可能です。

【申請期限】

令和8年3月31日(火)(令和7年度事業分)

【申請先】(郵送可)

〒960-8670
福島市杉妻町2番16号
福島県地域医療課 ☎024(521)7221
詳細は、県ホームページをご覧ください。

福島県 アピアランスケア 検索



5 妊孕性温存療法 の助成事業 について

**子どもを持つことを望む若い世代への妊孕性温存療法に
係る経費の一部を助成します。**

妊孕性とは、「妊娠するための力」のことをいいます。

がん治療の種類によっては、治療後、男女ともに妊娠が困難になることがあります。がん治療前に卵子や受精卵、精子を凍結保存する「妊孕性温存」により、がん克服後も妊娠の可能性を残しておくことができます。

また、妊孕性温存療法により凍結保存した卵子や受精卵、精子を用いてがん治療後に妊娠を補助するために実施される治療を本事業では「温存後生殖補助医療」と呼んでいます。

妊孕性温存療法および温存後生殖補助医療をご希望の方は、主治医にご相談ください。

【対象者】

- ①事業申請時に、福島県内に住所を有するがん患者の方
- ②県が指定する医療機関において妊孕性温存療法または温存後生殖補助医療を受けた方
- ③(妊孕性温存療法の場合)凍結保存時に43歳未満の方(温存後生殖補助医療の場合)治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満の夫婦

※申請の受け付けは、原則、治療費を支払った年度の3月31日までとなります。

【県が指定する医療機関】

医療機関名	住 所
福島県立医科大学附属病院	福島市光が丘1番地
医療法人いわき婦人科	いわき市内郷郷町大木下3-2

【申請期限】

令和8年3月31日(火)
(令和7年度事業分)

【申請先】(郵送可)

〒960-8670
福島市杉妻町
2番16号
福島県地域医療課
☎024(521)7221

詳細は、県ホームページをご覧ください。

福島県 妊孕性温存療法 検索



広報ガイド

県の情報を
テレビやラジオで
チェック!



※番組は一部、放送曜日・
時間が変更となること
があります。

テレビ

FTV	KFB
20:54~ 20:58 毎週水曜	18:15~ 19:00内 月1回程度 水曜
17:00~ 19:00内 月1回程度 土曜	17:55~ 18:00 毎週土曜
FCT	TUF
20:54~ 20:57 毎週金曜	18:55~ 19:00 毎週土曜
おしえてキビタン! (再放送) 毎週月曜 11:25~11:30	ウィークリー 県政ニュース (再放送) 毎週日曜 24:50~24:55

ラジオ

r/c
12:30~ 12:45 毎月最終 火曜
ふくしま チャレンジ通信
ふくしまFM
17:30~ 17:35 毎週月曜 ~金曜
キビタンスマイル ~ひとつ、ひとつ、 実現する ふくしま~
広報誌のバックナンバーや番組 の詳細などをご覧ください。 福島県 広報ガイド 検索

江戸の製法そのままに練り上げる
小さな羊羹に込められた深い味わい

ふくしま モノ作り百科



桃の形の玉羊羹は県産桃のジュースを使用。ハートの形の抹茶羊羹も人気。



玉羊羹の詳細はこちら！

パウチ入りの羊羹を開発するなど、アイデアマンの
8代目・和田雅孝さん



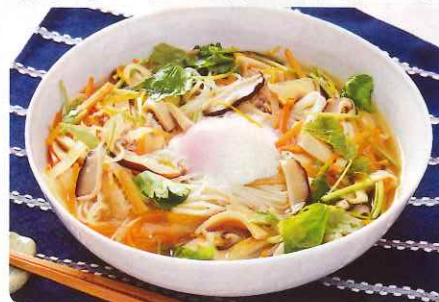
岡 玉嶋屋
☎0243 (23) 2121
二本松市本町1丁目88

たまようかん 玉羊羹 [二本松市]

二本松を代表する銘菓「玉羊羹」は、市内の老舗菓子舗「玉嶋屋」が生み出しました。「日中戦争が始まった1937年、当時の県知事と軍から慰問用の羊羹を依頼され、先代が考案しました。携行できる形状で日持ちがするもの。何より兵士の皆さんが出来たてのおいしさを味わえるようにと、試行錯誤を重ねたそうです」と代表取締役社長の和田雅孝さんは言います。「当店では今でも薪を燃料に羊羹を練り上げ、一つ一つ手作業でゴムに注入しています。手間はかかりますが、おいしさには替えられません」と揺るぎない信念をのぞかせます。「現在は定番の小豆のほか、抹茶や桃の玉羊羹も作っています。江戸時代から伝わる製法は守りながらも、現代に合った味や形を追求したいです」と熱意をにじませ話していました。

シイタケのにゅうめん 温玉のせ

肌寒い日にピッタリの具たくさんそうめん汁



1人分360kcal 調理時間約30分

クックパッド福島県公式キッチン
「はら食っち〜な ふくしま」で
レシピ公開中



材料 [4人分]

- シイタケ…5枚
- タマネギ…1/2個
- ニンジン…1/3本
- 凍み豆腐…2枚
- そうめん…200g
- かつおだし…1.2ℓ
- 酒…大さじ3
- 鶏ひき肉…100g
- みりん…大さじ2
- みそ・しょうゆ…各大さじ1
- 温泉玉子…4個
- 三つ葉…4〜5本

作り方

- ①シイタケは細切りに、三つ葉は1cm位の長さ切る。ほかの野菜は千切りにする。凍み豆腐は戻して水気を絞り、細切りにする。
- ②そうめんは半分に折って硬めにゆで、水洗いをして水気を切る。
- ③鍋にかつおだしと酒を入れ、シイタケ、タマネギ、ニンジン、鶏ひき肉を加えて柔らかくなるまで煮る。
- ④凍み豆腐を加えてひと煮したら、みりん、みそ、しょうゆを加えて味を調える。
- ⑤そうめんを入れて温め、器に盛り付け、温泉玉子と三つ葉をのせる。

福島学院大学短期大学部食物栄養学科学生が考案したレシピを紹介します。

「旬菜ヘルシー！クッキング」がとても参考になりました。釣りをしに南郷に行ったときに食べた南郷トマトがおいしかったのを思い出しました。(50代 いわき市)

ふくしま ゆめ トライ

福島県内で夢に向かって
新たなチャレンジをしている方、
地域を盛り上げるために
頑張っている方を紹介します！



小麦粉と米粉を使った2種類のアップルパイを販売。梅や桃など季節の果物を使ったパイも試作中なのだとか。



古民家をリノベーションしたお店の前でアップルパイを手につく力武さん。リンゴと同じ赤色のエプロンを着て毎週土日に販売しています。

UPICOオーナー 力武 彩花さん(会津坂下町)



リンゴにスパイスなどを加えたピューレは全部で5種類。肉料理やサラダなど、さまざまな料理にかけて味わうことができます。



地域に住むリンゴ農家さんに向けて開催された試食会。「おいしい！」と太鼓判を押されました。

岡 河沼郡会津坂下町東松字杉山585
☎ upico.craft@gmail.com

会津坂下町の山あいにポツンとあるアップルパイのお店「UPICO」。オーナーの力武さんは北海道出身で、赴任先の宮崎県で結婚。その後、2022年に夫と町へ移住し、今年の3月まで地域おこし協力隊として活動していました。「幼少期を喜多方市で過ごした夫は、将来会津に住みたいと話していました。私も雪のある地域で暮らしたかったのでぴったりでした」と力武さん。地域おこし協力隊としての活動内容は、杉山地区で農家の方と協力し、特産物を作ること。同地区は県外からも買いに訪れる人がいるほどリンゴの栽培が盛んな地域ですが、毎年大量に規格外品が廃棄されていました。そのリンゴを活用するため、2023年に

ピューレを考案し、翌年に製造・販売を開始。卒隊した今年の4月から、より多くのリンゴを使おうとアップルパイの製造・販売を始めた。「趣味でお菓子を作っていたものの、全てが初めてで大変でした」と力武さん。それでも頑張れたのは、杉山地区に多くのお客さんが訪れたからだと言います。「自分が作ったアップルパイを目当てに、新潟県や山形県など遠方から来てくれる方がいるのがうれしいです」と話します。今後は、杉山地区でゆっくりと過ごしてもらえようようにカフェを開くなど、地域の住民と交流できるような機会を作りたいそう。大好きな町で花をつけたその夢は、これから大きく実っていくそうです。

「ゆめトライ」の大島さんは県外出身ですが、福島の魅力に世界に発信しようと奮闘してくれているのありがたいことですね。こういう方々にスポットを当ててほしいです。(60代 伊達市)

「馬を感じる」ことができます。
現在も、この地域では約200頭の馬が飼育されているといわれ、まち全体に馬文化が受け継がれている全国的にも珍しい地域です。そのため、古来から人と馬がともに生きてきた歴史を学べる博物館や、馬と楽しくふれあいがながら乗馬体験ができる施設など、馬に親しめるスポットが数多くあります。
屋外で過ごしやすくなってきたこの時期は、人と馬が「ウマく共生するまち」南相馬市へ足を運んでみませんか？

カリフォルニアライディング



馬と一緒にキャンプやバーベキューができる「馬キャン」を楽しめる乗馬クラブです。初心者でも気軽に乗れる引馬体験がおすすめ。

相馬小高神社



相馬野馬追は2024年から毎年5月に開催しているよ

ふくしま応援「ベコ太郎」

南相馬市博物館

地域の歴史・自然・文化に関する貴重な資料を展示する博物館。迫力ある実物大ジオラマとともに相馬野馬追を紹介しています。



セデッテかしま

買い物や食事を楽しめる観光交流施設。南相馬市の特産品をはじめ、相馬野馬追でも使われる「ほら貝」が販売されています。



南相馬市の魅力にもっと触れてみたい方はコチラもおすすめ！



南相馬市博物館提供

東北最大級の古墳周辺に整備された「桜井古墳公園」桜井古墳公園は自然散策が好きな方にはぴったりの散歩スポット。当時の姿に復元された古墳に登り、景色を楽しみましょう！

南相馬市文化財課
☎ 0244 (24) 5284



世界一のバーテンダーがいるBARの「ハンバーグランチ」マスターがカクテルの世界大会でベストテクニカル賞に輝いたことで有名なバー。ランチも人気で、イチオシはハンバーグ！
Bar Wizard
☎ 0244 (26) 3980



放射性物質対策など、これまでの知見をいかした取組が行われていました。

飯館村の「飯館みらい発電所」を訪問しました。
バイオマス発電に取り組む「飯館みらい発電所」を訪問しました。こちらでは、飯館村を始めとする浜通り地域などにおいて、東日本大震災と原発事故以降、十分に活用されてこなかった間伐材やパルク（樹皮）などの木質資源を発電用の燃料として利用されています。今後も、福島県が誇る豊かな森林資源を有効に活用したくとも、福島県2050年カーボンニュートラルの実現に向けて、貢献されることを期待しています。

飯館村の「飯館みらい発電所」を訪問しました。



知事の活動を伝えるコーナー

知事だより vol.36



ふくしまワクワーク

プロサッカー選手の練習を体験してみたい！

今回訪ねたのは

福島 ユナイテッドFC (福島市)

福島ユナイテッドFC
キャラクター
福島火の助



けがをしないように、しっかりストレッチして筋肉を伸ばすよ。

まずはウォーミングアップ

ランニングで心拍数を上げよう！



※JFAアカデミー福島出身です。

教えてくれるのは



野末 学選手

※JFAアカデミー福島は、日本サッカー協会(JFA)によるサッカー選手の育成機関



ボールをやさしく扱うのがコツだよ。

ドリッピングとトラップ



ロングキックの時には、ここを意識して蹴ってみて！



ボールを蹴る時に力を入れて、それ以外はリラックス！

次はパスとドリブル練習



サッカーを楽しむのがうまくなるコツ！ぜひ同じピッチに立とう！

夢に向かってこれからもがんばります！



健康体操教室



ボールを奪われないように、重心を低く。

ボールキープの練習

END

わたしの！ いちおし スポット



あなたが日頃通っているお店や施設を募集しています。
みんなにおすすめしたい、いちおしスポットを紹介文
(60字程度)を添えてご投稿ください。

採用された方にプレゼント！
★キビタンオリジナル
デザイン図書カード
500円分！

★キビタンオリジナル
デザイン図書カード
500円分！



全国でも珍しい炭酸水が湧き出る場所！



天然の炭酸水が湧き出ているスポットです。昔から薬泉
として評判で、明治時代には旧会津藩士が瓶詰めして販
売していたといわれています。現在は、隣接する工場でボトリン
グしたものが販売されています。

大塩天然炭酸場（金山町）

ココが
イチオシ！

友人と観光中に「炭酸水」と書かれた看板を発見し、
水をくんで飲んでみました。微炭酸かつまよやかな口あた
りで飲みやすかったです。（会津坂下町 O.Tさん）



さまざまなレストランでも提供されてお
り、ふるさと納税の返礼品にもなってい
ます。



大沼郡金山町大塩
大塩天然炭酸場 商工観光係
☎0241(54)5327



投稿でゆめだよりをもっと楽しく！

投稿募集集中

募集内容（投稿コーナー名）

今月の表紙

元気な福島県の姿をお届けします。
ぜひ、ご紹介ください。
自薦・他薦可。

ふくしまワクワーク

小学生以下のお子さんが対象。
やってみたい夢を書いてご応募ください。

キビタンギャラリー

小学生以下のお子さんが対象。
はがきにキビタンの絵を描いてお送りください。

みんなのふくしまフィルム

県内で撮影した写真をご投稿ください。

わたしの！いちおしスポット

おすすめのお店や施設の推薦文（60字程度）を募集。
自薦・他薦可。

投稿方法

必要事項を明記し、Eメール・FAX・はがき・郵送のいずれかの
方法でご投稿ください。

必要事項 ①住所 ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④電話番号 ⑤投稿コーナー名 ⑥投稿内容

Eメール yume@pref.fukushima.lg.jp

FAX 024 (521) 7901

はがき・郵送

〒960-8670 県庁広報課「○○○○○○（コーナー名）」係

960-8670

県庁広報課
「○○○○○○」係
(コーナー名)

- ①福島市○○町○○番地
- ②福島花子
(ふくしま はなこ)
- ③50歳
- ④024-000-0000
- ⑤「わたしの！
いちおしスポット」
- ⑥福島市にある
「○○料理店」を
紹介します…



コチラから
投稿
できます！



※記載していただいた個人情報、誌面への
掲載、取材のご連絡、プレゼントの発送
以外には使用いたしません。

にこにこひろば

読者の皆さんから寄せられたイラストや写真を紹介するこのコーナー。
読んでにこにこ、投稿してにこにこ。みんなでキビタンと一緒に笑顔のひろばを作ろう！

キビタンギャラリー

子どもたちが描いてくれたキビタンのイラスト
を紹介！はがきにキビタンを描いて送ってね！
(小学生以下のお子さんが対象) ※コメントは広報課から

採用された方にプレゼント！
★キビタンボール
チェーンぬいぐるみ
★キビタンふせん

成田 奈央さん
5歳(郡山市)



お空を飛んで
どこへ行くのかな？

虹や星がカラフルで
きれいだね！



竹野 萌笑さん
5歳(会津若松市)

高橋 七音さん
4歳(白河市)



キビタンファミリーは
とっても仲良し！

ふくしまには良いところ
たくさんあるね！



丹治 愛菜さん
8歳(福島市)

山口 美月さん
10歳(いわき市)



四つ葉のクローバー！
いいことがあるかも！

みんなの ふくしまフィルム

県内で皆さんが撮った写真を大公開。
感動したきれいな風景や楽しいお出かけの様子など、
テーマは自由！メッセージを添えてご投稿ください。
※人物がメインとなる写真は、被撮影者の了解を得たものとしてください。
※郵送でお送りいただいた写真の返却はいたしませんのでご了承ください。

採用された方にプレゼント！
★キビタンオリジナル
デザイン図書カード
500円分！



木田 咲子さん
撮影地／平田村
(ジュピランドひらた)

たぐさんのアジサイが
とってもきれい！



街の風景に大輪の花火が
咲き誇っていました。

星 伸克さん
撮影地／福島市



伊佐見 紀恵さん
撮影地／南相馬市
(高見公園)

遊具がいっぱいで
楽しい！

広告 ▼詳しい内容・お問い合わせは広告主へお願いします。

ハンセン病元患者のご家族へ

～対象となる方々に「補償金」を支給します。秘密は守られます。～

○秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問
にも丁寧に答えます。

○この補償金は、国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆様にも多大の苦痛と苦難を
強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。

請求期間は、令和11年
(2029年)11月21日まで

厚生労働省
補償金相談窓口

電話番号 03-3595-2262

受付時間 10:00～16:00(月曜日から金曜日、土日祝日、年末年始を除く。)



ハンセン病問題を正しく理解し、偏見や
差別のない社会の実現を目指しましょう。

ハンセン病 厚労省 Q 検索



対象者	(ア) 配偶者（事実婚も含む） (イ) 親、子 (ウ) 親・子の配偶者及び 配偶者の親・子等	補償金額 180 万円
	(エ) 兄弟姉妹 (オ) 祖父母、孫 (カ) 祖父母・兄弟姉妹・孫の 配偶者及び配偶者の 祖父母・兄弟姉妹・孫等 (キ) 曾祖父母、ひ孫、おじ、 おば、おい、めい	補償金額 130 万円

※同居など一定の要件が必要な場合があります。

広告 ▼詳しい内容・お問い合わせは広告主へお願いします。

仲間が広がる。笑顔がふえる。 一緒に、地域で楽しく元気に暮らしませんか？

地域の
皆様へ

人生には遅すぎること
なんてひとつもない

シルバー人材センターは
住み続けられるまちづくりに
貢献しています。

入会・お仕事の依頼は、あなたの街のシルバー人材センターへご相談ください

公益社団法人 福島県シルバー人材センター連合会

〒960-8035 福島市本町5番5号 福島本町フコク生命ビル3階 TEL 024-521-6081



ちょっとした時間が、
うれしい時間に変わります。

- 10月5日(日)** **湯川村新米祭**
 おらが村自慢の「会津湯川米」、食べらんしょ。
時 午前10時～午後2時
場 道の駅あいづ 湯川・会津坂下
問 湯川村産業建設課商工観光係 ☎0241(27)8831
- 10月11日(土)～13日(月・祝)** **第48回コスキン・エン・ハポン2025**
 12日夕方は川俣町合併70周年記念スペシャルゲストが登場！
時 11日 午後1時～午後9時
 12日 午前10時～午後9時30分
 13日 午前10時～午後2時20分
場 川俣町中央公民館
問 ケーナの響くまちづくり実行委員会 (川俣町中央公民館内) ☎024(565)2434
- 10月12日(日)～13日(月・祝)** **第17回南会津新そばまつり**
 できたてで香り高い新そばを南会津で楽しもう！
時 12日 午前9時30分～午後4時
 13日 午前9時30分～午後3時
場 御蔵入交流館駐車場
問 南会津町観光物産協会 ☎0241(62)3000
- 10月19日(日)** **つしま肉まつり**
 国産和牛のBBQや伝統芸能の披露、地元グルメの販売。
時 午前10時30分～午後3時
場 浪江町役場津島支所
問 浪江町役場津島支所 ☎0240(36)2111
- 10月19日(日)** **おおたまうまいもの祭り**
 大玉村の野菜・肉など、うまいものが大集合！
時 午前10時～午後3時 **場** おおたまふれあい広場
問 大玉村観光・物産PR実行委員会 (大玉村産業課内) ☎0243(24)8096
- 10月25日(土)～26日(日)** **会津美里ワインフェス**
 県内のワイナリーが一堂に会し、ワインを楽しめます。
時 25日 午前10時～午後4時
 26日 午前10時～午後3時
場 会津美里町役場新鶴庁舎駐車場
問 会津美里ワインフェス2025実行委員会 ☎0242(56)4882
- 11月1日(土)** **ふるさとまつり**
 毎年大人気のふるさとまつり！一緒に楽しみましょう！
時 午前10時～午後4時
場 CREVAおおくま・クマSUNテラス
問 大熊町観光協会 ☎0240(23)7101
- 11月2日(日)** **第28回ふるさと白河表郷まつり**
 建設重機が大集合！試乗体験で高所作業車の迫力を体感しよう！
時 午前10時～午後3時 **場** 表郷総合運動公園
問 ふるさと白河表郷まつり実行委員会事務局 (白河市表郷庁舎事業課内) ☎0248(32)4785
- 11月3日(月・祝)** **かつら恵みの感謝祭**
 「新そば」や「おおなべ豚汁の振る舞い」が名物です！
時 午前9時30分～午後3時 **場** みどりの里広場
問 葛尾村総務課 ☎0240(29)2111
- 11月12日(水)** **玉川大学管弦楽団演奏会**
 心震える感動を玉川大学管弦楽団と共に。
 ※入場に必要な整理券は、玉川村教育委員会で配付。
 10月1日～(平日のみ) 午前8時30分～午後5時15分
時 午後7時～午後8時30分 **場** たまかわ文化体育館
問 玉川村教育委員会 ☎0247(57)4633

その他の行事はホームページで [ふくしまの旅](#) [検索](#)

2025なかじま輝ら×2秋まつり 中島村

11月1日(土)午前10時～午後3時

場 中島村農村環境改善センター駐車場

「なかじま輝ら×2 (キラキラ) 秋まつり」を今年も開催します！「くまモン」やマジックなどのステージショーのほか、キッチンカーも大集合！食欲・芸術の秋にみなさんのご来場をお待ちしています！



問 実行委員会事務局 (中島村企画振興課) ☎0248(52)2113

第16回会津若松市地産地消まつり 会津若松市

11月1日(土)～2日(日)午前10時～午後3時

場 鶴ヶ城体育館

会津産の農産物を販売するマルシェなどに、市内の農家や飲食店が多数出店します。市民の方はもちろん、会津を観光予定の方も、ぜひ会津の美味しいものを食べに来てください！



問 会津若松市地産地消まつり実行委員会 (会津若松市農政課内) ☎0242(39)1253

[地産地消まつり](#) [検索](#)

ふるさと産業まつり 新地町

11月8日(土)午前9時～午後3時

場 新地町役場前広場ほか

新地町の秋のイベント「ふるさと産業まつり」を開催します。農林水産業および商工業などの地場産品を中心に展示・出店し、ステージイベントが祭りを盛り上げます。



問 新地町産業振興課 商工観光係 ☎0244(62)2194

[新地町 産業まつり](#) [検索](#)

※9月1日時点の情報です。その後、中止や延期となる場合があります。開催に関する最新情報はホームページなどでご確認ください。

須賀川伝統の火祭り「松明あかし」 須賀川市

11月8日(土)午後6時30分点火

場 五老山 (翠ヶ丘公園内)

「松明あかし」は須賀川市が誇る伝統の火祭りです。会場である五老山の山頂に立ち並んだ高さ8～10メートルの巨大な松明が燃え盛り、夜空を焦がす勇壮な光景は圧巻です。

問 須賀川市観光交流課 ☎0248(88)9144

[松明あかし](#) [検索](#)



第69回二本松の菊人形 二本松市

10月10日(金)～11月18日(火)午前9時～午後4時

場 霞ヶ城公園

東北の秋を彩る日本最大級の菊の祭典。今年のテーマは華やぐ江戸文化。7つの場面を菊人形で再現します。洋菊を使った展示や、菊職人による品評大会も同時開催。圧巻の千輪咲もご覧ください。



問 二本松市観光課 ☎0243(55)5122

[二本松市 菊人形](#) [検索](#)

2025羽鳥湖高原健康ウオーク 天栄村

10月25日(土) 開会式：午前9時

場 羽鳥湖高原交流促進センター (集合・受付)

秋色に染まる羽鳥湖畔をウオーキング！参加者には長ネギ贈呈＆ヤーコンカレーのふるまいを予定しています。事前申し込みの上、ぜひご参加ください。(参加費：大人800円、18歳以下500円、未就学児無料)



問 羽鳥湖高原健康ウオーク実行委員会事務局 ☎024(531)4171

[2025 羽鳥湖高原健康ウオーク](#) [検索](#)

上がる城 城熱 棚倉城フェスタ 棚倉町

10月25日(土)午前10時～午後3時

場 棚倉城跡

2025年に築城から400年の節目を迎えた棚倉城を会場に、野だて(茶会)や忍者体験の「和」ゾーン、地元商店などの飲食ブースを設け、子どもから大人まで楽しめるイベントになっています。



写真：芳賀元昌

問 棚倉町地域創生課 ☎0247(33)2112

[棚倉城築城400年](#) [検索](#)

紅葉ライトアップ 三春町

10月下旬～落葉まで 午後5時～午後9時

場 三春町役場南側／真照寺・三春大神宮

今年も紅葉の時期に合わせて、夜間のライトアップを実施します。桜の時期とは一風変わった、静寂の空間に浮かび上がる景色をぜひ、ご覧ください。



問 みはる観光協会 ☎0247(62)3690

[三春町 紅葉ライトアップ](#) [検索](#)

施設インフォメーション

※9月1日時点の情報です。その後、中止や延期となる場合があります。開催に関する最新情報はホームページなどでご確認ください。
 ※とうほう・みんなの文化センターは、改修工事のため休止しています。工事終了後、令和8年7月以降で開館の準備が整い次第、再開を予定しています。
 県歴史資料館は、工事期間中も引き続き開館しています。
 ※各施設に来院いただく際は、各施設が行う感染症対策にご協力をお願いいたします。

環境水族館 アクアマリンふくしま
 いわき市小浜字辰巳町50 ☎0246(73)2525

アクアマリンふくしま第27期ボランティア募集

アクアマリンふくしまでは、令和8年4月から活動していた
 だけの第27期ボランティアを募集します。現在、10代から
 80代まで約160名の方が活躍しており、主な
 活動は、釣り体験やバックヤードツアーなどの
 参加者への体験支援や観覧支援です。経験や
 専門知識は問いません。ご応募お待ちしております。



活動内容や
 応募方法など
 詳しくはこちら

募集期間 11月1日(土)～30日(日)

福島県立博物館
 会津若松市城東町1-25 ☎0242(28)6000

発掘ふくしま00 ―ふくしま考古学事始め―

ふくしまでは古くから土器や石器が発見され、その発見の記録は江戸時代までさかのぼります。この展覧会では、江戸時代から終戦直後のふくしまで行われた発掘調査や出土した資料を紹介するとともに、県内各地のコレクターや調査・発見に関わった人物もご紹介します。現代に残された遺物や調査記録から、ふくしまの考古学の始まりに迫ります。



南相馬市真野20号墳出土
 金銅製双魚佩 (当館蔵)

開 10月4日(土)～12月7日(日)

料 一般・大学生1,200円、高校生・小中学生は無料

休 月曜日(祝日の場合は翌平日)

福島県歴史資料館
 福島市春日町5-54 ☎024(534)9193

水郡線応援「東白川郡の古文書 ―鮫川村編―」

本展示では、水郡線活性化を応援するため、当館に収蔵されている鮫川村ゆかりの代表的な古文書を紹介します。また、戦後80年に合わせて、戦時下のふくしまの生活に関する史料を展示します。



慶応2年(1866)3月付
 田野作村・渡瀬村境絵図
 (渡瀬区有文書101)

開 11月24日(月・振休)まで

料 無料 休 月曜日(祝日の場合は翌平日)

コラッセふくしま
 福島市三河南町1-20 ☎024(525)4098

- 10月26日(日)
「個別労働紛争処理制度」周知月間に係るパネル展
- 11月2日(日)～7日(金)令和7年度福島県火災予防
絵画・ポスターコンクール作品展示会
- 11月6日(木)～7日(金)
第7回アートなつどい in コラッセふくしま

福島県文化財センター白河館 まほろん
 白河市白坂一里段86 ☎0248(21)0700

新収蔵資料展
 ―まほろんのニューフェイスたち―

福島県文化財センター白河館には、
 県内各地で行われた発掘調査で出土
 した遺物が数多く収蔵されています。
 その中から、近年新たに収蔵された
 期待の「新顔(ニューフェイス)」たち
 を初お披露目! 遺跡の発掘調査成果
 とともに、今後注目の新たな遺物た
 ちにスポットを当てて紹介します。



縄文時代の土偶
 (南相馬市天神谷地遺跡)

開 10月25日(土)～12月14日(日) 料 無料

休 月曜日(祝日の場合は翌平日)

福島県立美術館
 福島市森合字西森山1 ☎024(531)5511

生誕140年 竹久夢二のすべて
 ―画家は詩人でデザイナー―

生誕140年を迎えた画家、竹久夢二
 (1884-1934)の「クリエイター」と
 しての魅力に焦点を当てながら、《長崎
 十二景》や《青春譜》などの名作をは
 じめ、楽譜の表紙原画、小説や俳句に
 至るまで、その魅力のすべてをご紹介
 します。また、福島ゆかりの作品も展
 示します。



竹久夢二
 《長崎十二景 眼鏡橋》
 1920年福田美術館蔵
 (旧河村コレクション)

開 10月18日(土)～12月14日(日)

料 一般・大学生1,300(1,200)円、高校生800(700)円、
 小学生・中学生500(400)円

※()内は20名以上の団体料金 ※11月1日(土)～7日(金)の
 「ふくしま教育週間」の期間中は高校生以下無料

休 月曜日(祝日の場合は翌平日)

ビッグパレットふくしま
 郡山市南二丁目52 ☎024(947)8010

- 10月11日(土)～12日(日)こおりやま産業博(KORIYAMA EXPO 2025)
- 10月11日(土)～12日(日)こおりやま発酵まつり2025
- 10月16日(木)～17日(金)
第14回ふくしま再生可能エネルギー産業フェア
- 10月25日(土)～26日(日)第35回全国産業教育フェア福島大会
- 11月22日(土)ロボット航空宇宙フェスタふくしま2025

福島県環境創造センター交流棟「コミュニティン福島」
 田村郡三春町深作10-2 ☎0247(61)5721

- 10月28日(火)～30日(木)令和7年度環境創造センター研究成果報告会
～福島県環境を見つめ、ともに歩んだ10年の軌跡～
- 11月15日(土)～16日(日)
環境創造センター10周年イベント「ふくしまミライフェス」
- 11月29日(土)～30日(日)
令和7年度 理科自由研究発表会 at コミュニタン福島

県からのお知らせ

催し

いきいき健康づくりフォーラム in いわき

生活習慣病予防や改善に取り組むきっかけとして、気軽に
 楽しく健康づくりについて学べるイベントを開催します。

今日から役立つ健康講座やフレイル予防体操、健康測定
 体験のほか、子ども向けの医師、看護師、薬剤師のお仕事
 体験コーナーや、料理愛好家・平野レミさんのトークショー
 など、幅広い世代で楽しめるプログラムが盛りだくさん!

健康づくりを楽しく学べますので、ぜひご家族そろってご
 来場ください。詳しくはホームページをご覧ください。

日時 11月2日(日)午前10時～午後3時

会場 いわき市文化センター(いわき市立中央公民館)

※特産品が当たる! スタンラリーも実施します。

料 無料

問 福島県立医科大学 健康増進センター
 ☎024(547)1788

いきいき健康づくり

検索



案内

10月は不正軽油撲滅強化月間です

「不正軽油」とは、軽油引取税を脱税するために、軽油
 に灯油や重油を混ぜるなどして製造した燃料です。製造、
 販売、使用することはもちろん、原材料を提供、運搬した
 場合も犯罪となることがあります。

不正軽油に関する情報をお持ちの方は、不正軽油ホット
 ラインまでご連絡ください。情報提供者について、秘密は
 厳守します。

- 不審なタンクローリー車が出入りしている
- 安い軽油の購入を呼びかける営業の電話がある など

問 不正軽油ホットライン(県庁税務課)
 ☎024(521)7205

福島県 不正軽油

検索



案内

労働トラブルで困っていませんか?

労働委員会では、公正・中立な立場で労働トラブル解
 決のお手伝いをしています。

賃金未払いや長時間労働、ハラスメントなど職場のトラ
 ブルに関する困りごとはありませんか。電話・来所・メー
 ルによる相談を受け付けていますので、お気軽にご相談く
 ださい。

また、ワークルール(労働に関する基本的な知識や法律)
 出前講座やハラスメント防止出前講座も実施していますの
 で、ご活用ください。

問 県労働委員会事務局 ☎024(521)7594

福島県労働委員会

検索



案内

アプリで作ろう!
「マイ避難」キャンペーン、実施中!

11月30日(日)までに特設サイトより応募いただいた方
 の中から、抽選で200名に県内の宿泊券や福島牛などの賞品
 が当たるキャンペーンを実施中です。ぜひご応募ください。

応募方法 ※詳細は特設サイトをご確認ください

- ①福島県防災アプリをダウンロード
- ②トップ画面から「ふくしまマイ避難シート」
を作成
- ③作成したマイ避難シートをスクリーンショットで撮影
- ④撮影したマイ避難シートのデータを特設サイトに
アップロードして応募



【マイ避難シートとは?】

いざという時に速やかに避難するための、自分に
 合った避難計画です。防災アプリで手軽に作成でき、
 いつでも確認できますので、ぜひ作成しておきま
 しょう。

問 県庁危機管理課 ☎024(521)8651

案内

「福島県民手帳」10月1日発売!

スケジュール機能はもちろん、福島に関する充実した統
 計データや生活でのお役立ち情報満載の手帳です。

「県内観光施設」や「道の駅」で使える割引など
 の特典もあり、お得です! 掲載内容や販売
 先など詳しくは、下記ホームページをご覧ください。



左・横罫版(黒)
 右・カレンダー版(シルバー)
 価格770円(税込)

問 福島県統計協会(県庁統計課内)
 ☎024(521)7143

福島県民手帳

検索

案内

ふくしま里親相談センターを開設しました!

里親とは、さまざまな理由で家族と暮らすことのできな
 い子どもを、自分の家庭に迎え入れ、子どもの状況を理解し、
 愛情をもって養育する人のことをいいます。

令和7年度より、新たに「ふくしま里親相談センター」を
 開設し、里親制度に関心がある方の相談を受け付けており
 ますので、お気軽にお問い合わせください。

10月は、県内各地で里親啓発のための「ONE LOVE キャン
 ペーン」も開催しておりますので、ぜひご参加ください。

問 ふくしま里親相談センター ☎090(1080)9664

福島県 里親

検索



読者プレゼント

アンケートに答えると、
抽選で30名様に
当たる!

ミニチャームと三角コインケースのセット

ハナワ
870クラフト (埴町)

埴町の花・ダリアを使った草木染め製品を作っている870クラフト。地域おこし協力隊として埴町に移住した土井眞穂梨さんが卒業後に立ち上げた工房で、廃棄されるダリアを使い、古くからの染色技術を受け継ぎながら染めた布や糸でオリジナル製品を作っています。同じ品種の花を使っても異なる色になり、使うほどに色が変化していくのが特徴。一つ一つ異なる色合いの一点ものとして人気を集めています。



※色は選べません

ご回答
をお願いします!

県民の声ミニアンケート

Q あなたは、今年11月に日本で開催される、きこえない・きこえにくい人のオリンピック「デフリンピック」を知っていますか。また、サッカー競技の開催地が福島県（Jヴィレッジ）であることを知っていますか。
当てはまるものを1つ選んでください。

- A**
- ① どちらも知っている
 - ② どちらも知らない
 - ③ デフリンピックのみ知っている
 - ④ 福島県でサッカー競技が開催されることのみ知っている

8月号のミニアンケート結果

浪江町に国が設置した福島国際研究教育機構（F-REI）は福島・東北の復興を目指し、国内外から研究者を集め世界トップ水準の研究開発などに取り組んでいます。あなたがF-REIに期待することは何ですか。当てはまるものを1つ選んでください。

- ① 世界トップ水準の研究開発 96人
- ② 研究成果を地域産業に役立てること 180人
- ③ 地域との連携・交流促進 76人
- ④ 復興や地域を支える人材育成 84人

「創造的復興の中核拠点」を目指して
F-REIは、「研究開発」「産業化」「人材育成」「司令塔」という4つの機能を併せ持っています。これらの機能を複合的に結びつけることで福島・東北の課題を解決へ導くとともに、研究成果を社会実装し、イノベーションや新たな産業を創出することで、日本の産業競争力を世界最高水準に引き上げ、国内外に効果を波及させていきます。
☎ 福島イノベーション・コースト構想推進課 024(521)7928

8月号のプレゼント応募者は436人（アンケート有効回答者数436人）でした。

【広告】 ▼詳しい内容・お問い合わせは広告主へお願いします。

制度開始から40年間値上げなし!

*福島県民共済は
昭和59年事業開始

県民共済の新型火災共済

近年、自然災害等の影響で火災保険料が上昇しており、更新の際に保険料が高くなる場合があります。家計の負担を少しでも減らすためにも見直しをおすすめします。

負担の少ない掛金が魅力

月掛金**700円**で
保障額**1,000万円!** (木造等の場合)

ホームページで保障額・掛金のお見積もりが手軽にできます。



さらに 掛金負担を軽くする 割戻金

決算により剰余金が生じたときは割戻金としてお戻ししています。
割戻率実績(令和6年度) 払込掛金の**20.00%**
※割戻率は、共済金のお支払い等による剰余金の増減で変動します。 ※割戻金の中から一定割合を財務基盤の強化を図るため、総代会決議により、出資金に振替えることをお願いしています。ただし、毎事業年度の割戻率の状況等により振替を行わない場合があります。なお、組合を脱退するときは、出資金返還手続きをおとりいただきます。

都道府県民共済グループ
福島県民共済

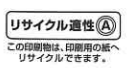
☎ **0120-282-869**
【受付時間】平日9:00~17:00

共済取扱団体/福島県認可
福島県民共済生活協同組合
〒960-8031 福島市栄町6-6
福島セントランドビル9F



この共済は生協法に基づき厚生労働省の認可を受けた事業で、ご加入者の暮らしの安心を守ることを使命としています。

共済元受団体/厚生労働省認可 全国生活協同組合連合会



再生紙使用



この広報誌は、再生紙と環境にやさしいベジタブルインキを使用しています。

つながる ふくしま ゆめだよりは「マチイロ」「マイ広報紙」でも配信しています。



マチイロ



マイ広報紙