

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載のイベントなどを変更(中止・延期・その他)する場合があります。

須賀川アリーナが再開します

昨年の台風第19号の被害により休館していましたが、仮設非常用発電機などを活用し、暫定的に使用できるようになります。  
**再開日** 10月10日(土)  
**使用できる施設** メーンアリーナ、サブアリーナ、会議室、トレーニングルーム、円谷幸吉メモリアルホール  
**固須賀川アリーナ ☎(76)8111**

須賀川アリーナのスポーツ教室

**アリーナ60分プログラム(11月)**  
**時**11月18日(水) 午後7時~8時  
**場**須賀川アリーナ  
**固**市内在住または在勤、在学の15歳以上の人(中学生を除く)  
**定**30人 **内**体幹トレーニング  
**講師** 岡本優紀さん  
**申込期間** 10月25日(日)~11月11日(水)  
**固**申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて須賀川アリーナにお申し込みください(電話予約可)。  
**¥**200円  
**固須賀川アリーナ ☎(76)8111**

ウルトラなメニューコンテスト

「M78星雲 光の国」と本市の姉妹都市提携事業の一環として、ウルトラマンシリーズのキャラクターを活用した飲食物(ウルトラなメニュー)を市内の飲食店や小売店が開発・提供し、お客さんが投票するコンテストを開催します。  
**時**10月17日(土)~12月20日(日)  
**場**コンテストに参加する飲食店や小売店の店舗(詳しくはホームページをご覧ください)  
**すかがわ市M78光の町** **検索**  
**固観光交流課 ☎(88)9144**

岩瀬図書館

**お話のつどい**  
**時**10月10日(土) 午前10時30分  
**固**絵本の読み聞かせ、手遊びなど  
**お母さんと赤ちゃんのためのお話のへや**  
**時**11月4日(水) 午前10時30分  
**固**絵本の読み聞かせ、わらべうた、手遊びなど  
**固岩瀬図書館 ☎(65)3549**



小・中学校の入学通知書

令和3年度に小・中学校へ入学する児童・生徒に、入学する学校を指定した「入学通知書」を10月上旬に送付します(小学校は郵送、中学校は現在通学している小学校から配布)。就学時健康診断の案内も同封しますので、必ず受診してください。  
**入学該当者**  
**▶**小学校 平成26年4月2日から27年4月1日までに生まれた人  
**▶**中学校 平成20年4月2日から21年4月1日までに生まれた人  
 ※やむを得ない事情により指定された学校を変更したいときは手続きが必要です。入学通知書と印章をお持ちの上、学校教育課にお越しください。  
**固学校教育課 ☎(88)9168**

第13回空のみちウォーク2020

**時**11月8日(日) 午前9時30分~10時30分(事前申し込み時に指定した時間に受け付けし、各自スタート)  
**場**福島空港公園緑のスポーツエリア  
**固**県内在住の人 ※事前申込  
**定**500人 **固**11月5日(木)  
**¥**大人500円、子ども300円  
**固福島空港公園事務所 ☎(89)1766**

FUKUSHIMA AIRPORT情報

WEB豊中まつりを開催!

福島空港から飛行機でつながる大阪府豊中市で毎年開催される「豊中まつり」を、今年はWEBで開催します。本市の友好都市でもある豊中市のまつりを、ぜひご覧ください!  
**時**10月17日(土)・18日(日) 午後5時~配信  
**配信プログラム** かみじょうたけしの高校野球白球トーク、バンドのライブ映像配信、就航都市バーチャル観光 など  
**固豊中まつり実行委員会 ☎06(6840)6888**

10月の航空ダイヤ			
国	札幌(新千歳)	福島10:10→札幌11:45	札幌15:55→福島17:25
内線	大阪(伊丹)	福島12:45→大阪13:55	大阪8:30→福島9:40
		福島18:05→大阪19:25	大阪11:00→福島12:05

※ダイヤは変更になることがあります。各航空会社にお問い合わせください。  
**問い合わせ** ●札幌・大阪(ANA) ☎0570(029)222  
 ●大阪(IBEX) ☎0120(686)009

新婚生活を応援します! 結婚新生活支援事業

**固**令和2年1月1日から3年3月31日までの間に婚姻届を提出・受理され、次の全ての要件を満たす夫婦  
**▶**婚姻時の夫婦の年齢がいずれも34歳以下  
**▶**夫婦の合算した所得が340万円未満  
 ※婚姻を機に離職したときや貸与型奨学金を返済しているときは、お問い合わせください。  
**▶**申請時に夫婦の2人または1人が市内に住民登録している  
 ※ほかの公的制度に基づく家賃補助などを受けている人、過去にこの補助金の交付を受けている人、市税を滞納している人を除く  
**支給対象** 令和2年1月1日から3年3月31日までに支払った経費で、次に該当するもの  
**▶**婚姻を機に新たに住宅を取得した費用または住宅賃貸借費用(敷金、礼金、家賃など)  
**▶**婚姻に伴う引っ越し費用(引っ越し業者または運送業者への支払いに要する経費)  
**申請期限** 令和3年3月31日(水)  
**支給金額** 上限30万円  
**固こども課 ☎(88)8114**



10月は「がん検診受診率50%に向けた集中キャンペーン」月間

**がん検診 愛する家族への贈りもの**  
 がんの早期発見・治療のためには、がん検診を定期的に受けることが大切です。  
 がん検診を受けて、日々の健康増進に努めましょう。市で実施しているがん検診の詳細内容は「令和2年度保健事業のお知らせ」などをご覧ください。  
**固健康づくり課 ☎(88)8122**

**はり、きゅう、マッサージ等 施療費助成券の交付**  
**固**①70歳以上の人 ②65歳以上で身体障害者手帳1級・2級所持者  
 ※4月以降に本助成券の交付を受けている人は対象外  
**固**施療1回につき1枚利用できる券(1枚当たり1,000円分)を交付しています。  
 ※令和3年3月31日までの残りの月数に相当する枚数を交付  
**持ち物** 後期高齢者医療被保険者証または健康保険被保険者証、身体障害者手帳(②の人のみ)  
**固**長寿福祉課または各市民サービスセンターにお申し込みください。  
**固長寿福祉課 ☎(88)8116**



高齢者のインフルエンザ予防接種

**時**10月5日(月)~12月30日(水)  
**固**▶市内に住民登録している65歳以上の人  
**▶**60~64歳で身体障害者手帳内部疾患(心臓、じん臓、呼吸器や免疫機能など)1級程度の人  
 ※年齢は接種日当日  
**接種回数** 1回  
**固**市指定医療機関の受診時に、備え付けの予診票に記入してください。  
 ※県内の指定医療機関でも接種可  
**¥**1,000円  
 ※生活保護世帯は無料  
**固**県外での予防接種を希望するときは、事前に手続きが必要です。必ず健康づくり課までご相談ください。  
 上記の対象者以外の方は、インフルエンザ予防接種をより必要とする人に届くよう10月26日(月)まで接種をお待ちください。  
**固健康づくり課 ☎(88)8122**

**個人線量計の回収**  
**固**測定を希望した人  
**測定期間** 9月1日~11月2日(月)  
**返却期間** 11月3日(火)~10日(火)  
**返却方法** 測定終了後、線量計送付時に同封していた返信用封筒に線量計を封入し、返却してください。  
**固健康づくり課 ☎(88)8122**

ムシテック情報

10月のおすすめプログラム

「たむちゃんの樹・樹・樹セレクション」

**時**10月24日(土)  
 ①10:20~11:50  
 ②14:00~15:30  
**固**すてきな樹木にドングリなどの木の実を飾り付けて、世界に一つだけの一輪挿しを作ります。  
**固**10月8日(木) 午前9時から予約開始  
**¥**1個400円



好きなお花を入れて飾ろう

**MUSHI TECH WORLD**  
  
**ムシテックワールド**  
 ☎(89)1120  
 開館 午前9時  
 閉館 午後4時30分

すこやか通信

女性のからだを守るって、受けよう、乳がん検診!



乳がんは40~50歳代の女性に多く、およそ11人に1人が乳がんだと診断されています。早期発見のためには、日頃のセルフチェックや定期的な検診を受けることが大切です。

**乳がんの主な症状**

- ▼乳房のしこり
- ▼乳房にえくぼのようなくぼみや、ただれができる。
- ▼乳頭から分泌液が出る。
- ▼セルフチェック

乳がんは自分で見付けることができるがんの一つです。入浴や着替えのときなど、日頃からセルフチェックを心掛けましょう。

①石けんを付けた指で小さく動かしながら、脇の下から乳首に向かって渦巻きを描くように指を進める。

②脇の下から乳房の中心

乳がんは40~50歳代の女性に多く、およそ11人に1人が乳がんだと診断されています。早期発見のためには、日頃のセルフチェックや定期的な検診を受けることが大切です。

**検診を受けましょう**

検診ではマンモグラフィ検査を行い、しこりになる前の小さな乳がんを発見することができます。乳房を2枚の板で挟み、乳房全体を撮影するため多少の痛みが伴います。

早期の乳がんは触っても分からないこともあるため、早期発見にはがん検診が有効です。40歳以上の人は、2年に1回乳がん検診を受けましょう。

**健康づくり課 ☎(88)8123**

③分泌液が出ないかチェックする。

※左乳房には右手、右乳房には左手を使い、乳房や脇の下にしこりがないか確認しましょう。

①石けんを付けた指で小さく動かしながら、脇の下から乳首に向かって渦巻きを描くように指を進める。

②脇の下から乳房の中心

乳がんは40~50歳代の女性に多く、およそ11人に1人が乳がんだと診断されています。早期発見のためには、日頃のセルフチェックや定期的な検診を受けることが大切です。

**検診を受けましょう**

検診ではマンモグラフィ検査を行い、しこりになる前の小さな乳がんを発見することができます。乳房を2枚の板で挟み、乳房全体を撮影するため多少の痛みが伴います。

早期の乳がんは触っても分からないこともあるため、早期発見にはがん検診が有効です。40歳以上の人は、2年に1回乳がん検診を受けましょう。

**健康づくり課 ☎(88)8123**