

桜咲く春

緊張と期待を胸に

（稲田学園入学式）

Contents

令和8年度個人市・県民税のお知らせ	ほか	2~3
嘱託員の紹介	ほか	4~5
水道ビジョンすかがわ2030		6
お知らせ		7~11



File.77

本市出身のモデル・タレントで、テレビCM、レポーターなどで活躍している「なっぺ」さんを紹介しします。ウルトラFMの「サンセット RADIO」月曜パーソナリティも務めています。



モデル・タレント
なっぺさん

Q1 モデル・タレントを始めたきっかけは？

仲良くさせていただいていた美容師さんに「サロン・モデルをやってみない？」と声を掛けていただいたのがきっかけでした。そのご縁で「福島美少女図鑑」に10年間所属していました。

Q2 ウルトラFMのパーソナリティとなったきっかけは？

令和7年4月からフリーランスとして活動をスタートしました。大好きな地元須賀川を応援したい！という思いが強くあり、ウルトラFMさんを紹介していただき、パーソナリティをさせていただくことになりました。

Q3 今後の目標は？

今はまだ非公式の須賀川観光牡丹大使ですが、いつか公式須賀川観光牡丹大使になりたいです。「なんとかなっぺ」の精神で、これからも新しい事にチャレンジし、須賀川を盛り上げ、1人でも多くの人を笑顔にしたいです！



笑顔あふれる春のひととき

— 第1回釈迦堂川ウォーク&体力チェックフェスタ —

4月11日「第1回釈迦堂川ウォーク&体力チェックフェスタ」が開催され、市内外から60人が参加しました。参加者は、体力チェックやウォーキングに適したストレッチを学んだ後、桜が舞う河川敷で学んだ歩き方を実践しながら、春のひとときを楽しんでいるようでした。



地域を守る誓い新たに

— 市消防団辞令交付式 —

4月5日「市消防団辞令交付式」が須賀川しんきん文化センターで執り行われ、新任・昇任する団員たちは、五十嵐団長から辞令を手渡されました。団員たちは、消防団活動における責任と役割を再確認するとともに、地域の安全を守るための決意を固めました。

健康
おすすめレシピ
File.8

ほうれんそうのサクラエビ和え

塩やしょうゆを使わない減塩を意識した和え物です。食品のうま味や風味を生かすと減塩につながります。

副菜

主な材料（2人分）

ほうれんそう	150g	長ねぎ	3cm程度
焼きのり	1/2枚	ごま油	大さじ1/2
乾燥サクラエビ	大さじ2	一味唐辛子	少々

- 乾燥サクラエビは荒く刻み、長ねぎは細かいみじん切りにする。ボウルに乾燥サクラエビと長ねぎのみじん切り、ごま油、一味唐辛子を加え、混ぜ合わせて5分くらい置いて味をなじませる。
- ほうれんそうは、よく洗ってさっとゆで、水に取って冷まし、水気をしっかり絞って3cm長さに切る。焼きのりは細かくちぎっておく。
- ①のボウルにほうれんそう、焼きのりを入れて和える。

1人分の栄養素量 エネルギー49kcal たんぱく質3.3g
脂質3.4g 炭水化物2.8g カリウム556mg 食塩相当量0.1g

（表紙紹介）入学式を終え、家族の笑顔があふれる瞬間が心に残り、新しい一歩に向けた表情が印象的でした。