

広報いちのせき chinoseki E-Style

中東北の拠点都市一関の
元気を発信するマガジン

71
July
2015 No.235

Stylish & Smiling, Anytime, By Your Side, With Your Life
<http://www.city.ichinoseki.iwate.jp>

★COVER

川崎観光さくらんぼ園を開園した
川崎さくらんぼ作り隊の
千葉琢也隊長ら

いなか

農村地域づくり活動支援員
佐藤佑樹さん 室根町矢越

市役所からのお知らせ

市税などは期限内に納めましょう
マイナンバーのお知らせ
FMあすも
専用ラジオ 自動起動試験を実施します

HOTLINE

「美女旅×いわて」
世界遺産の旅編が完成

元気のひみつ

熊谷典男さん 一関市舞川

笑顔でGOOD!

糸谷千春さん 大東町摺沢

わたしの夢

大島雅晴さん 猿沢小6年

特集

強く、優しく、美しく

農業女子を追え

特集 猛暑に備えろ

強く、優しく、美しく

特集 農業女子を追え



農業女子プロジェクトのロゴマークは、農業に関する地図記号を使って、キラキラ輝く太陽のようなエネルギーと、女性の視点で新しい価値を生み出していくエネルギーをイメージしている



今、農業を志す女性が増えている。農林水産省の調査では、新規に就農する30歳未満の若者は、この10年で倍増。年間6千人(うち女性は半数の三千人)にまで拡大している。(参考…2010農林業センサス)

農業は「きつい」「収入が少ない」「継ぎたくない」など、若者から敬遠されていた。しかし、不況が長引いたことで、新たな就職先として注目を集めている。

女性ならではのキラリと光る着眼点や発想を取り入れ、一味違う農業を目指す女性を「農業女子」と呼ぶ。培った知恵を、企業の技術やノウハウと結び付けて、新しい商品、サービスや情報などの付加価値を生み出す「農業女子プロジェクト」は全国に波及している。

もちろん、一関にも農業女子がいる。はじける笑顔が頼もしい。

農村の変化によって、助演女優から主演女優になった彼女たち。農業女子の素顔と可能性を追った。

あいな人 File_31 いちのせきを愛する人

農村地域づくり活動支援員
佐藤佑樹さん
Sato Yuki 31 室根町矢越

「小学生の頃。何もなかった場所に家が建つ様子をドキドキしながら見守った」と話す佑樹さん。千厩町で育ち、空間デザインの分野に興味を持った。高校卒業後は、芸術大学に進学。後に妻となる紀子さんに出会ったのもこの頃だ。

学んだことを生かそうと、東京のデザイン会社に就職。展示空間やイベント会場のデザイン、設計を手掛けた。7年が過ぎた。仕事に不満はなかったが、いつかは地元で働きたいという思いも募った。

市のホームページから、地域おこし協力隊事業の募集を見つけた。農村で暮らしながら地域のブランド力を高めたり、地場製品の開発・販売・宣伝をしたりする総務省の事業だ。即座に応募。審査を経て、市の農村地域づくり活動支援員として室根町矢越を拠点に働くことが決まった。

東京での暮らしから一転。2013年6月から11年ぶりの農村生活が始まった。

「空家を借りて住むことが条件だったので、最初は苦労しました」と振り返る。家中を掃除し、庭を整えた。デザイナーの性か、最近では庭いじりが新たな趣味になった。「近所の人たちが、心配して見に来てくれる。採れたての野菜を持ってきてくれる。東京の暮しにはなかった温かさがある」と感慨深げ。地域へ恩返ししたい気持ちになったという。

農村地域づくり活動支援員の仕事は、市内11のモデル地域を活性化すること。

新進気鋭の空間デザイナー 想像力と創造力で夢を描く



各地域からやりたいことを聞き、何ができるかを相談し合う。得意分野であるデザイン技術を生かし、のぼり、ラベル、パッケージ、チラシなどを作成。地域の魅力を市内外に発信している。また、机上だけでなく、地域イベントの企画や運営にも参画。周囲の信頼も厚い。

「地域の魅力を、どうやって掘り起こすを観察しています。視点を変えて、物事のスキマを探るとうまくいく気がする」と持論を述べる。昨年、紀子さんと結婚。二人三脚で地域に夢を描く。

Profile

1983年千厩町生まれ。千厩高等学校卒業後、東北芸術工科大学で本格的にデザインを学ぶ。東京のデザイン会社で7年間技術を磨き、現在は室根町を拠点に農村地域づくり活動支援員として、市内11カ所のモデル地域の可能性を探る。

COVER STORY

糖度20度のサクランボを摘み放題 新たな名所「川崎観光さくらんぼ園」がオープン



さくらんぼ採りを楽しむきょうだいで。甘くておいしい」とにっこり

川崎町門崎の「川崎観光さくらんぼ園」は6月13日、プレオープンを迎え、関係者らが愛情と甘味がたっぷりのサクランボを一足早く味わいました。

同園は、川崎さくらんぼ作り隊(千葉琢也隊長)が中心になり、2010年に着手。5年の努力が実を結んでオープンし

ました。千葉隊長は「新たな観光拠点を目指したい。地域に交流や元気を取り戻せれば」と開園に期待を込めました。

7月19日までの④⑤10時～15時に開園予定。佐藤錦など5種が摘み放題で、30分で中学生以上1,000円、小学生500円。道の駅かわさきでも販売する予定です。

アイデアが生まれる心地よい
スピード感が好き



阿部好美あべ 好美

平泉町

profile あべ・よしみ
1981年平泉町生まれ。大学卒業後、仙台市で働く。2008年に峰岸ファームの社長に就任。以来、直営店「農家茶屋」を運営する。

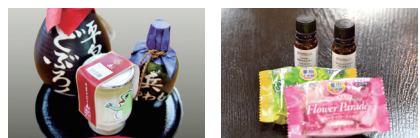
Case 05

有限会社峰岸ファームの若き社長として日々奮闘する好美さん。自慢のコメを加工したどぶろくを直営店で販売する。クッキー、生めん、アイスなどコメを原料にしたヒット商品の立役者。六次産業は食品加工・流通販売を展開する農業の経営形態の一つだ。

「商品開発には表示の制限やAS認証など、多くのハードルがある。必死に勉強しています」と静かに語る。就農から7年目。仕事と家事の両立、会社を支える人材育成など、今後の課題を分析。夫の勝彦さんと二人、経営者として舵を取る。

3つのこだわり / Three Rules

- 1_ 休日はボーっとする時間を作る
- 2_ ゆっくりと風呂に入ったり、アロマオイルを使ったりしてリラックスする
- 3_ スポーツで汗を流す



①どぶろく「兵」。ケロ平パッケージ版は300セット限定で6月29日発売②アロマは質の良い睡眠を促す

オンとオフを使い分けて短い
時間を充実させる



藤森ゆかふじもり ゆか

藤沢町藤沢

profile ふじもり・ゆか
1992年室根町生まれ。高校卒業後、有限会社かさい農産に勤務。学さんと2013年に結婚し、ふじっ子ファームに就農した。

Case 04

子供の頃「祖父母の畑で大きく育って行く野菜をワクワクしながら見守った」と話すゆかさん。結婚を機に、藤沢町のふじっ子ファームに就農。葉物野菜を中心に12棟のハウスを切り盛りしている。「毎日、雑草と戦っている」

と苦笑する一方で「年を追うごとに、コツがつかめそうなところが楽しい」とも。前職で土づくりの大切さを痛感。販路の拡大、栽培の難しさなど悩みは尽きない。そんなときは音楽で気持ちをリフレッシュ。「家族で楽しめる農業を目指したい」とはにかんだ。

3つのこだわり / Three Rules

- 1_ 早寝早起き。質の高い睡眠を
- 2_ 大好きな音楽でモチベーションをアップ
- 3_ 友達や家族との時間を大切にする



①せんでいバサミは収穫に欠かせない相棒。刃の管理は怠らない②休日の息抜きは愛犬ココとの散歩

採取したエッセンスを暮らしに
循環させる



小山亜希子おやま あきこ

川崎町薄衣

profile おやま・あきこ
1984年川崎町生まれ。大学卒業後、花巻市で営業職に就く。2011年にUターン。祖父母と共にトマト栽培に取り組む。

Case 03

高齢の祖父母を助けた。高齡の祖父母を助けた。「わたしがいなくても会社は回る。けれど、祖父母の畑にはわたしが必要だと思った」亜希子さんは花巻市で働いていた当時を振り返った。考えた末、会社を退職。祖母の暮らす川崎町で、全く経験のない農業の道を歩み出した。

就農から5年目。3棟のハウスで汗を流す。農業を通じて、自分が生きていることを実感するという。栽培だけでなく、自慢のトマトをカフェに売り込み、メニューに加えてもらった。仲間が付けた愛称はトマガール。「気に入っている」とほほ笑む。

3つのこだわり / Three Rules

- 1_ ゆっくりコーヒーを飲む
- 2_ 好きなものに囲まれた空間をつくる
- 3_ 直射日光は大敵。農業女子といえど美白な肌を目指す



①お気に入りのツールボックス。レインブーツは他の農業女子とお揃い②若玉は観賞用植物の一つ

子育ても仕事も家事も全部楽し
むつもりで



菅原真美すがわら まみ

大東町大原

profile すがわら・まみ
1990年花泉町生まれ。市内の高校を卒業後、販売員を務める。雅継さんと2011年に結婚。2児の母として育児と酪農に励む。

Case 02

「自然と動物が好き。牛の世話も草刈りも楽しい」と笑顔を見せる真美さん。結婚を機に酪農の世界に足を踏み入れた。実家は非農家。初めて子牛の死に立ち会ったときは心が震えたという。就農から4年。二人の家宝にも恵まれた。

育児に追われる合間に自己啓発本で知識を深めたり、トラクターとトラックの免許取得の勉強をしたりと、地道な努力を欠かさない。「牛舎をきれいにすると乳量が増える。まだ、できることは少ないけれど、これからも夫との共同作業を楽しみたい」と意気込んだ。

3つのこだわり / Three Rules

- 1_ 毎朝しぼりたての牛乳を飲む
- 2_ 夫と二人の時間をつくる
- 3_ 食事のときはテレビを消して、家族との対話を楽しむ



①しぼりたての牛乳は甘くて濃い②愛娘の真優花ちゃん(3つ)と優里花ちゃん(1つ)

ポジティブになれるつながり
を自分で作る



菅原由美すがわら ゆみ

花泉町永井

profile すがわら・ゆみ
1985年花泉町生まれ。市内の高校を卒業。販売員、医療事務を経て2007年から有限会社かさい農産のスタッフとして働く。

Case 01

「野菜づくりは子育てに似ている」と話す由美さん。育てる側の都合を押し付けるのではなく、育つ側の良さを引き延ばすことが大切なのだという。有限会社かさい農産で、野菜の栽培と営業を中心に働いている。土壌分析、接客、事務とあわただしい毎日を送る。

家に帰れば4児の母として家族と向き合う。どんなに忙しくても相手の気持ちに寄り添うことを信条にしている。「コミュニケーションから学ぶことは多い。思いが相手に伝わるうれしさはひとしお。これからは得意分野を伸ばしたい」と前を向く。

3つのこだわり / Three Rules

- 1_ 相手の立場で物事を考える
- 2_ 体が資本。健康は意識を前向きにしてくれる
- 3_ くよくよしない。笑顔絶やさない



①苦手な人も食べられると評判のニンジン「ベータリッチ」②コツコツ学んで資格の取得を狙う

農業女子という選択

結婚、後継者、新規就農。彼女たちが農業を始めたきっかけはさまざま。しかし、地域、環境、食を支える農業のプロでありたいという意識は同じ。生き生きとした彼女たちの日常を紹介する。

3つのこだわり

働く女性として実践していること。心地よく暮らすためのアイデアを聞いた。生き生きと毎日を過ごすためのヒントが隠されているかもしれない。

農業女子のオンとオフ

①は仕事で②はプライベートで大切にしているモノ・コトを聞いた。農業女子の日常と休日が垣間見える。

目指すのは一関だからこそ出来る農業

農業は一関の基幹産業。市では、農畜産物の高付加価値化を目指し、6次産業化、販路拡大など農業所得の向上に取り組んでいます。たとえば、一関で新たに就農を目指す人を対象に、管内の先進農家や農業法人などでの研修を実施。

また、農村を持続させるため、伝統文化や風景を生かし、都市農村交流や特産品開発に取り組む地域も支援しています。詳しくは農政課、または各支所産業経済課まで。これからは集落営農組織を育成し、農業農村の活性化に努めます。

一関の農業を知る

およそ10人に1人は農業に携わる

2010年の農林業センサスによれば、一関市の総面積(125,626ha)に占める耕作面積の割合は12.2%(18,560ha)。このうち田耕地面積は約6割(12,288ha)を占めている。農業就業者の数は、市人口(約12万人)の1割を占める1万4千人。主な農産物は、コメを中心に、大豆、飼料作物など。

野菜では、ダイコン、トマト、ハクサイ、キュウリ。花き類でキク。畜産では豚、肉用牛の生産が盛ん。地理的には、北上川流域の平地が多い西部では、水稻を中心に肥育牛や野菜、花き。緩やかな丘陵地が多い東部では、野菜、花きを中心に、水稻、酪農、繁殖牛が生産されている。



Voice

小野寺晃一おのてら 晃一

profile おのてら・こういち
農林部政策推進監として地産外産や6次産業化の支援に取り組む



Voice

Professional.1

藤野寿美さん profile ふじの・すみ
1959年千原町生まれ。大区画は場整備後の転作田で小菊を栽培して10年。雇車型農業経営に取り組む。
JAいわて平泉花き部会 小ぎく専門部長

「ありがたさ」を感じる心を忘れずに

「早くに夫を亡くし、地域に助けられた。人とのつながりが私を支えている」と話す寿美さん。

同年代の農業経営者が少ない中、地域農業や農地をどうやって受け継ぐべきかを考える。ヒントの一つは仲間づくりにあるという。年2回、20年以上仲間同士で発刊している「かあちゃん新聞」。農業を通じて知り合った女性から記事を集めて編集している。

「今でいうブログやフェイスブック」と冊子を広げる。総勢20人の近況がズラリ。離れていても気持ちはつながっていると笑う。

かつての農村は教育、福祉、介護が同居していた。農業を通じ、今の農村に合った人とのつながりを生み出すことが大事と力説。

「農業は結果がものをいう。女性同士のつながりを礎に自分を磨いてほしい」と農業女子を励ます。

農業は「ものがたりのある、ものづくり」。経験から得た秘訣を、プロフェッショナルに聞いた



Voice

Professional.2

葛西信昭さん profile かさいのぶあき
1958年川崎町生まれ。大学で畜産を学び1981年就農。仕入販売業を経て2003年かさい農産を設立。
有限会社かさい農産 代表取締役会長 県農業農村指導士

夢を追いながら、とことん現実的になる

「人はおいしいものを食べると笑顔になる。農業は人を笑顔にさせる仕事」と表情豊かに語る信昭さん。

生産して終わる農業ではなく、販売を意識した生産を心掛けている。「同じ商品でも、詰める袋のサイズが違えば値段が変わる。小袋はたくさん欲しいが、大袋なら不要という声も。多くの情報の中からニーズを見極める目が大事」と強調する。

安全な商品づくりが求められる

現代。生産工程を管理するGAP (Good Agricultural Practice)の導入など、目に見える安全性の導入など、買う側の視点を重視する。

従業員のほとんどが女性。「目線や発想力に驚かされる。前向きな考え方に背中を押されることも多い」と評価。女性にとって働きやすい職場を目指している。

「努力する人間を運命は裏切らない。思いはかなう。頑張ってほしい」と農業女子にエールを送った。

地の恵みに人の知恵を

高齢化、後継者の他産業への流出、少子化、農村の過疎化など、地域の農業が抱える問題は根深い。農業女子という若いエネルギーだけでは解決できないことは多い。

また、農業が果たす役割は多様。食の供給、景観もたらす癒やし、水源の確保、土壌の流出や洪水を防ぐダム機能など、国土を保全する手段でもある。その価値は、年間約8兆円と試算される。なくてはならない産業であることは揺るがない。

では、どうやって地域の農業を次の世代に引き継げばよいのだろうか。

吉報は二つある。農業を選ばず若者たちが増えているという事実。そして、美しい緑の山々、清らかな水と清浄な空気。一関は山の幸豊かな地の恵みの宝庫だということだ。これに先人と若人の知恵を加えれば、付加価値が生まれる。それこそがイノベーション。可能性は無限大。一関の農業には未来がある。

CloseUp.2

農業女子の可能性

2010年時点の農業就業人口は、全国で男性130万6千人、女性130万人とほぼ同数。女性が経営に参加している農家ほど農業所得が高いと言われ、経営の多角化に取り組み事例が多い。今までの延長では農業を成長産業にすることは難しい。必要なのはイノベーション(変革)だ。



「女性農業者等オペレーター育成研修会」で刈り払い機や動力噴霧器の使い方を学んだ。



カフェで行われたコミュニティラジオの収録。農業への熱い思いはFMあすもで6月27日に放送された。

農村の元気を再発見

今年から始まる「県南農業女子プロジェクト」の狙いは3つある。①スキルと存在感を高め、地域に認知されること ②仲間づくりを進め、多彩な活動を自ら行うこと ③農村の魅力や生き生きと暮らす姿を地域内外に発信することだ。市内または平泉町で農業を営む45歳以下の女性が対象。ぜひ参加して農業女子同士の横のつながりを強めよう。



斎藤真理子 さいとう・まりこ
一関農業改良普及センター 主任農業普及員

Central Figure

希望と悩みを共有できる仲間づくりをバックアップ

一関農業改良普及センターでは、昨年、普段集まる機会のない一関市と平泉町の農業女子を集めたセミナーを行いました。

彼女たちは、育てる作物や就労の形態が違って共通の話題が多い。和やかに会話を弾ませていました。

今年はスキルアップのためのセミナーや料理教室などを意見交換しながら企画します。また、女性の目線で見つめた農業の魅力をコミュニティFMや紙媒体を使って発信。話題を共有できる仲間づくりと、農村で元気に働く女性を全力で応援します。

勝都市長の

お仕事百景

シリーズで勝都市長の仕事を紹介します



6/4 市内企業などへの 高卒者求人要請

来春の新規高校卒業予定者に対する求人受け付けがまもなく始まります。地元就職を支援するため、求人票を早めに出してもらうため、平泉町長らと関係機関を訪問。一人でも多くの生徒が希望の職種に就けるよう協力をお願いしました。このほか、市内約300の事業所にも要請書を送付します。



6/10 中小家電の「金」を五輪 金メダルへの活用を提案

携帯電話などの中小家電に含まれる「金」を東京五輪の金メダルに。東北の中小家電回収の認定3企業が所在する本市、青森県八戸市と秋田県大館市が中心になって、日本オリンピック組織委員会(JOC)に共同で提案しました。写真は八戸市長(左)と大館市副市長(右)。



1 一関・花泉地域の市有地を先着で売却します

No.	項目	内容
①	所在	旭町61番54
	面積	158.78平方メートル
	売却価格	305万円
②	所在	萩荘字境ノ神354番1
	面積	875.06平方メートル
	売却価格	1,811万円
③	所在	花泉町花泉字東鹿野18番2
	面積	482.11平方メートル
	売却価格	564万円

買受を希望する人は、必ず現地で物件を確認してください。現地説明会は、随時行います。詳しくは問い合わせください。

◇売り払い物件…左表のとおり
◇受け付け…7月1日④～12月25日④に所定の申請書を本庁財政課へ提出 *申請書は市ホームページからダウンロードできます

④本庁財政課 ☎内8291

2 いちのせきファンクラブ「あばいんクラブ」に144人が入会

26年度にいちのせきファンクラブ「あばいんクラブ」へ加入した人は、144人でした。宮城県を中心に、関東や関西の人たちも入会し、当市の魅力に触れています。この事業は、移住定住事業の一環として25年度にスタート。当市を身近に感じてもらうことを目的に、当市の情報を発信。全国のいちのせきファンの皆さんに特典などを届けています。今年度も、ファンを拡大するため、事業を継続して行います。

④本庁いきがづくり課(合同庁舎内) ☎⑥0820

3 国民年金保険料の納付に困ったら免除制度を

◇免除期間・種類…7月～28年6月分・下記①～③
①納付が困難な人の免除制度…所得に応じて保険料の全額または一部の免除が認められます。一部免除の場合、減額した保険料の納付が必要です
②30歳未満の人の若年者納付猶予制度…本人と配偶者の所得が、一定以下の20歳～29歳の人は保険料を後払いにできます
③失業の特例…本人、配偶者、世帯主のうち、26年1月1日以降に失業した人がいる場合、雇用保険の受給資格者証または離職票を持参してください
◇過年度の免除申請…①～③いずれも2年前までさかのぼって、免除申請が可能です

◇申請期間…7月1日④～本庁国保年金課または各支所市民課で

④本庁国保年金課 ☎内8324 または各支所市民課

4 27年度の市水防訓練を実施します

8:00に市内一斉にサイレンを鳴らします。また、県防災ヘリコプターが飛来します。火災などと間違えないように注意してください。

◇日時…7月5日④9:30～14:00

◇場所…磐井川河川緑地公園(磐井川左岸、上の橋下流河川敷)

④消防本部消防課 ☎⑤0119

INFORMATION

市農業委員会委員選挙の

投票日は8月23日④

④市選挙管理委員会事務局 ☎内8680

農業委員会の委員選挙は8月16日④に告示、23日④に投票が行われます。全選挙区の立候補予定者を対象に、合同説明会を開きます。*国会の法律案の審議状況によって取りやめになる場合があります

◇日時…7月22日④14:00～

◇場所…市役所本庁

高齢者および障がい者にやさしい 住まいづくり推進事業費補助金

④本庁長寿社会課 ☎⑥8370 または各支所保健福祉課

要支援・要介護と判定された人などが、在宅生活で安全を確保するために必要な住宅改修工事を行った場合に補助金を交付します。

◇補助対象…手すりの取り付け、段差の解消、トイレの洋式化、浴室の改良一など

◇対象者…28年3月までに工事が竣工(完了)する要支援・要介護と判定された人または身体障害者手帳(高齢者)1級～3級の人

◇補助金額…対象工事費から1人につき20万円を控除した額の3分の2(上限は40万円)

◇募集件数…14件(定数が多い場合、補助あり)

◇申し込み…7月21日④～8月7日④

地籍調査(駐)の立ち会いをお願いします

④本庁国土調査室 ☎⑥8438

7月1日④から調査区域に土地を有する人を対象に、地籍調査の現地立会を行います。調査では、土地の境界や地目などを確認します。結果は、法務局の登記記録と地図に反映します。
◇調査区域…東台、滝沢字長ケ沢、関が丘、三関字小沢の一部

地籍調査(駐)成果の登記が完了しました

④本庁国土調査室 ☎⑥8438

22年度に、市が実施した地籍調査について、盛岡地方法務局水沢支局から登記事務の完了通知がありました。

◇調査地区…三関字桜町、仲田、日照、神田、外谷起の一部

◇完了年月日…5月20日④

28年市成人式の企画実行委員を募集

④本庁いきがづくり課(合同庁舎内) ☎⑥0820 / FAX ⑥0566 / 電子メール ikigai@city.ichinoseki.iwate.jp

◇活動期間・場所…8月～28年1月頃の19:00～21:00(月、2回)・一関文化センターなど

◇対象…平成7年4月2日～8年4月1日生まれの人

◇申し込み…7月17日④に上記へ

平成20年6月から開始した「一関市ふるさと応援寄附」に、県内外の皆さんから多くの寄附をいただきました。
26年3月までの寄附金の合計額は、6652万7803円。寄附者総数は、延べ464人(団体等含む)です。25年度と26年度の寄附の件数と金額は、いずれも前年度を上回りました。

皆さんからお預かりした寄附金は「ふるさと応援基金」に積み立てをし、27年度は

メニュー	件数	金額
ふるさとの歴史と自然を大切にすること	78件	433万2,000円
ふるさとの産業を元気にすること	72件	414万2,000円
ふるさとの子どもと高齢者の笑顔が輝くこと	103件	795万3,000円
ふるさとのスポーツと文化を育むこと	25件	1,388万円
その他市政の推進に資すること	18件	1,948万1,000円
市長が使い道を決められるもの	168件	1,673万9,803円
合計	464件	6,652万7,803円

市の事業・イベントを盛り上げる
スタッフ・ボランティアを募集
いちのせき
暮らし応援隊
移住者の増加を図るため、市が進めている移住定住施策の向上や環境整備を市と共に進める「いちのせき暮らし応援隊」を立ち上げます。
◇活動内容…①移住者の要望や課題に応えるための勉強会や移住施策の検討会議(月1回程度)への参加
②市外の人が一関市での暮らしを体験できる「体験ツアー」などの移住関係イベントのサポート
◇活動期間…2年程度
◇対象…市内在住の20歳以上の人 *先輩移住者など歓迎

◇定員…15人程度
◇申し込み…7月17日④にいきがづくり課または各支所地域振興課へ申込書を提出 *様式はホームページでダウンロード可
④本庁いきがづくり課(一関地区合同庁舎内) ☎⑥0820

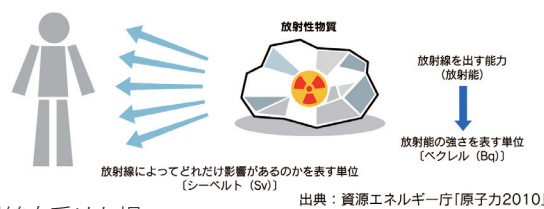
募集します。一緒にバルーンフェスティバルを盛り上げましょう。
◇期日…10月10日④～12日④
◇場所…一関水辺プラザほか
◇対象…高校生以上の人 *未成年者は保護者の同意が必要。熱気球の知識は不問。大会前に講習会を実施予定
◇活動内容…①体験搭乗(係留)や熱気球教室②フリーフライト③バルーンイリュージョン(夜間係留)のサポートなど
④同実行委員会事務局(本庁商業観光課内) ☎⑥8413

放射線豆知識

Q&A

Q.放射線の単位「Bq」と「Sv」の違いは?

A.1Bqは、1秒間に1個の原子核が崩壊し、放出された放射線の強さを表します。放射性物質は、その種類によって、放射線の種類や強さが異なります。同じ1,000Bqでも、それぞれの種類で人体に与える影響は異なるということです。人間が放射線を受けた場合に、影響度を示す共通の単位がSvです。計測結果が同じ1Svであれば、人体に与える影響の程度は同じといえます。



【参考文献】放射線による健康影響等に関する統一した基礎資料25年度版 ver.2013001

④本庁放射線対策 ☎⑥8331

1 市税などは期限内に納めましょう

市税などは、市民サービスを充実させるために必要な財源です。滞納すると、財源の確保と市民負担の公平性が保てなくなり、市は、それぞれの担当課が連携し、滞納の解消に取り組んでいます。

市税は貴重な自主財源

市の事業に必要な経費は①直接市に納付する市税②一度、国や県に納付した税金③地方交付税や国・県支出金④長期にわたって借りる市債⑤などで賄われています。このうち、市税は一般会計歳入の約2割。市の最も大切な自主財源です。

市税を滞納すると

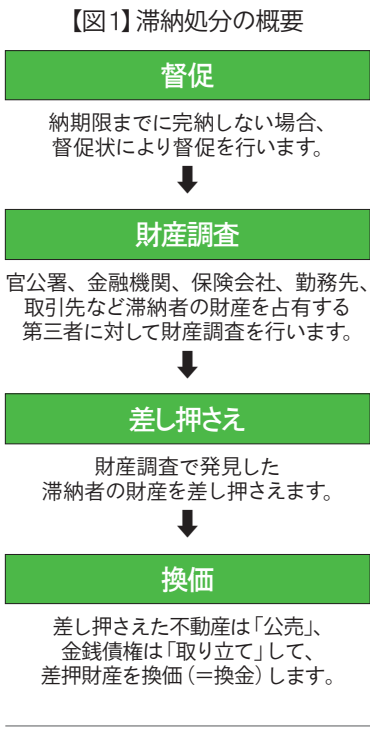
滞納した場合、原則、一括で納付することになっていきます。ただし、特別な事情があると認められる場合は、分割して納付

できます。失業、病気や災害などで納付が困難な人は、早めの本庁収納課や各支所市民課に相談してください。

滞納の中には、他債権との競合や滞納金額が高額になるなど、市税が税金を滞納したままにすると、【図1】のように強制的に税金を徴収することになります。手続きは法律で定められ、滞納者の意思に関わりなく執行されます。

県地方税特別滞納整理機構への移管

滞納の中には、他債権との競合や滞納金額が高額になるなど、市税が税金を滞納したままにすると、【図1】のように強制的に税金を徴収することになります。手続きは法律で定められ、滞納者の意思に関わりなく執行されます。



●延滞金

納期限の翌日～納付の日の日数に応じて、税額に以下の割合を乗じた金額です。

●延滞金の割合
①納期限の翌日～1カ月は、原則として「年7.3%」。27年は年2.8% ※26年1月1日以後の期間は、「年7.3%」と「特例基準割合（注）+1%」のいずれか低い割合
②①の期間以後、原則として「年14.6%」。27年は年9.1% ※26年1月1日以後の期間は、「年14.6%」と「特例基準割合（注）+7.3%」のいずれか低い割合

●延滞金の計算例
26年度固定資産税第4期分（納期限27年3月2日）20万円を27年5月7日に納めた場合
①納期限の翌日～1カ月経過する日（4月2日）の期間…20万円×2.8%×31日÷365=475円
②それ以後の期間…20万円×9.1%×35日÷365=1,745円
【合計】①+②=475円+1,745円÷2,200円 ※100円未満は切り捨て

●延滞金の計算例
26年度固定資産税第4期分（納期限27年3月2日）20万円を27年5月7日に納めた場合
①納期限の翌日～1カ月経過する日（4月2日）の期間…20万円×2.8%×31日÷365=475円
②それ以後の期間…20万円×9.1%×35日÷365=1,745円
【合計】①+②=475円+1,745円÷2,200円 ※100円未満は切り捨て

2 7月1日から高齢者肺炎球菌予防接種が始まります

高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部を助成します。

肺炎球菌は、気管支炎、肺炎や敗血症などを引き起こす原因になる菌です。成人の肺炎の約3分の1、重症化するものの6割が、この菌が原因と考えられています。

予防接種を受けたことがあるか、わからない人はかかりつけの医療機関に相談してください。ただし、予防接種で全ての肺炎を予防できるわけではありません。

●期間：7月1日④～28年3月31日④

●対象者：28年3月31日時点で①図1に当てはまる人②満60歳～満64歳（昭和26年4月

2日～31年4月1日生まれ）の人で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳単独1級に相当する障がいがある人 *今までに「23価肺炎球菌ワクチン」を接種したことがある人を除く

●接種の受け方：【対象者①】①6月下旬に送付する接種券を受け取る②医療機関に予約する【対象者②】①身体障害者手帳を持参して、健康づくり課または各支所保健福祉課で接種券の交付を受ける②医療機関に予約する

●医療機関：接種券と同封の「契約医療機関一覧」で確認してください

●助成金額：4,000円 *接種費用との差額は個人負担。個人負担額は、医療機関によって異なります。各医療機関に問い合わせてください。生活保護世帯の人は全額助成します

●持ち物：記入した予防接種券、健康保険証

●健康づくり課（関保健センター1内）☎2160または各支所保健福祉課

【図1】対象者①の年齢と生年月日

年齢	生年月日
満65歳	昭和25年4月2日～26年4月1日
満70歳	昭和20年4月2日～21年4月1日
満75歳	昭和15年4月2日～16年4月1日
満80歳	昭和10年4月2日～11年4月1日
満85歳	昭和5年4月2日～6年4月1日
満90歳	大正14年4月2日～15年4月1日
満95歳	大正9年4月2日～10年4月1日
満100歳	大正4年4月2日～5年4月1日

ど、専門的な対応が必要になる場合があります。市は、県地方税特別滞納整理機構（県内33市町村が共同で滞納整理を行う組織）に加入。先進事例や実務知識を共有しながら滞納整理を行い、収納体制を強化しています。

市税などの納付の仕方は

納付は①金融機関窓口②口座振替③コンビニ納付の方法があります。納付書を紛失した場合は、市役所本庁や各支所で再発行できます。

①金融機関での納付

一部の納付書は、27年度から東北6県内の郵便局窓口でも取り扱えるようになりました。取り扱い金融機関などについては、納付書を確認してください。

②口座振替制度

市内の金融機関や郵便局の窓口で受け付けます。本庁収納課や各支所市民課でも申し込

み可。相続などで納税義務者が変更になった場合は、新たに口座振り替え手続きが必要です。

③コンビニ納付

納付書の使用期限内であれば、全国の主なコンビニエンスストアで納付できます。使用料などの中には、納付できないものがあります。注意してください。

納税貯蓄組合に加入しましょう

納税貯蓄組合は、個人や法人が一定の地域などを単位に任意で組織している団体です。自主納税を推進するため、納税資金の貯蓄あつせんや納付金銭の取りまとめなどを行います。

加入を希望する人は、居住する地域の同組合長に加入届を提出してください。詳しくは、居住する地域の同組合または本庁収納課、各支所市民課へ。

税だけではない「滞納」

税のほか、保育所・幼稚園の保育料、市営住宅の家賃、奨学金の返済金、上下水道料金、介護保険料や学校の給食費など施設の利用者や個別の事業（サービス）の受益者などが負担する使用料や負担金なども、市民サービスの提供に必要な財源です。

滞納するとサービスの提供が困難になり、納付した人のお金で不足を補うこととなります。市政にとって滞納は大きな課題です。市は、督促状の送付や電話連絡・訪問催告などのほか、連帯保証人の設定や納付誓約書の提出を求めると、滞納の解消に努めています。

滞納に関する相談は、それぞれの事業（サービス）の担当課で行っています。納付が困難な場合は、早めに相談してください。

●本庁収納課 ☎8261

3 保険証の更新などについてお知らせします

国民健康保険と後期高齢者医療制度の各種証を更新します。

限度額適用認定証の更新は手続きが必要です

国民健康保険の加入者が、入院時や高額な外来治療を受ける場合に「限度額適用認定証」を医療機関窓口で提示すると、窓口負担が一定額で抑えられます。認定証の有効期限は7月31日④までです。8月以降も必要な人は、再度申請してください。

高齢受給者証を更新します

70～74歳の国民健康保険加入者に交付している「国民健康保険高齢受給者証」の有効期限は7月31日④です。8月1日④から使用できる受給者証は、7月下旬に郵送します。

保険証を更新します

現在使っている「後期高

齢者医療被保険者証」の有効期限は7月31日④までです。8月1日④から使用できる保険証は、7月中旬に郵送します。

保険料額が決定しました

27年度の後期高齢者医療保険料額が決まりました。7月中旬に加入者へ「保険料額決定通知書」を郵送します。普通徴収の人には納入通知書も併せて郵送します。納期限までに必ず納めましょう。

●本庁国保年金課 ☎8343または各支所市民課

4 7月11日（土）9時と18時に自動起動試験を実施します

F Mあすも専用ラジオの用意をお願いします。

市は、7月11日④に「FMあすも専用ラジオ」の自動起動試験を行います。

専用ラジオには、緊急時に市役所や市消防本部から信号を送ると自動でスイッチが入る「自動起動」機能があります。

試験時刻は9時と18時の2回で、本庁と市消防本部にある緊急割り込み放送用

の自動起動装置から試験信号を発信します。この電波を受信すると、専用ラジオは最大音量になります。うるさいと感じた時は、本体の前面にある緑のボタンを押すと緊急放送前の状態に戻ります。

試験当日は、専用ラジオに電池を入れ、AC電源をつないで受信の用意をしてください。

試験当日は、専用ラジオに電池を入れ、AC電源をつないで受信の用意をしてください。

- 本庁広聴広報課 ☎8182、花泉支所地域振興課 ☎2211、大東支所地域振興課 ☎2111、千厩支所地域振興課 ☎2111、東山支所地域振興課 ☎2111、室根支所地域振興課 ☎2111、川崎支所地域振興課 ☎2111、藤沢支所地域振興課 ☎2111

熱い声援を受け、目指すは記録の更新

第7回一関地方小学校陸上競技大会

第7回一関地方小学校陸上競技大会（一関地方小学校体育連盟主催）は6月16日、市内萩荘の一関運動公園陸上競技場で開かれ、市内と平泉町の小学校35校の代表選手が健脚を競いました。

100mや200m、4×100mリレー、80m障害などのトラック競技のほか、跳躍、投てきなどの11種目に、男女合わせて延べ1400人の児童が参加しました。競技は、学校対抗。選手たちは、父母や応援団の声援を受けながら、自己の記録更新を目指していました。大会では、6年女子100m、共通ボール投げの2種目で大会新記録が誕生しました。



ハラミ焼を応援、地元産にこだわり 室根西小児童ら喜びのタマネギ収穫

JAいわて平泉室根青年部（芳賀信也部長）が主催するタマネギ収穫会は6月13日、室根町矢越の圃場で行われました。タマネギの栽培は、食育の啓発といちのせきハラミ焼なじょったべ隊（山本郷鶏総裁）の活動を支援する試み。

鈴木舞さん（室根西小4年）は「茎と根を切って、運ぶところが大変だった。いちのせきハラミ焼きの具材として、多くの人のお口に入ると思うとうれしい」とはにかみました。

収穫には室根西小学校4年生をはじめ、保護者、同青年部、JA、同女性部、なじょったべ隊ら100人が参加。約15アールの畑から、およそ5トンものタマネギが収穫されました。

地元を愛する女性が観光地を紹介する「美女旅×いわて」 「一関・奥州・平泉～世界遺産の旅～編」が完成

県南広域振興局が発行する観光パンフレット「美女旅×いわて」の「一関・奥州・平泉～世界遺産の旅～編」の完成お披露目は6月17日、平泉町役場で行われ、パンフレットのモデルや関係者らが完成を祝いました。

「美女旅×いわて」は、地元を愛する地元の女性が観光スポットなどを紹介するパンフレット。モデルは、一般の応募者から選出し、等身大の若者・女性目線で情報を発信します。第1弾の「花巻・遠野～SL 銀河の旅～編」は26年8月に発行。パンフレットは3カ月で在庫切れになり、公式ホームページのアクセス数は32万件になるなど、大きな反響がありました。

第2弾は、中尊寺や毛越寺などの世界遺産のほか、狛鼻溪や酒の民族文化博物館などを紹介。54人の応募者から6人のモデルを起用しました。そのうち、本市から佐藤悠佳さん（26歳・東山町）、小岩ちえみさん（24歳・萩荘）、佐藤おかりさん（25歳・川崎町）が出演。表紙を飾った佐藤悠佳さんは「地元が大好きで応募しました。自分の思いがパンフレットという形になってうれしい。パンフレットがきっかけで、観光客が増えれば」と話してくれました。

発行されたパンフレットは1万2000部。市内の観光施設などで配られます。モデルの6人は、今後「美女旅×いわて観光研究部」として活動。地元の魅力を発信したり、首都圏のイベントなどへ参加し、プロモーション活動を展開していきます。



④完成した「一関・奥州・平泉～世界遺産の旅～編」。誘客促進などに期待が寄せられる⑤右からモデルの小岩ちえみ、石川優花、佐藤悠佳、佐藤おかり、仲口愛海



はるか古代に思いをはせて 地域を調査する拓本技術を学ぶ

本物の縄文土器を使ったワークショップ「土器の拓本とり」は6月7日、大東町の芦東山記念館で行われ、参加者は大東町浜民で出土した縄文土器から文様を写し取る技術を学びました。

拓本は考古学の分野で行われる調査方法の一つ。画仙紙という紙で土器を包み、墨で凹凸を写し取ります。実物や写真よりも文字や文様をはっきり読み取れるため、土器を作った年代、利き手や技術の高さなどを知る手がかりにも。紙なのでたんで持ち帰ることができるなどの利点があります。

石巻市から訪れた杉山和恵さん（53）は「理屈はわかるが実際にやると難しい。手元に拓本が残るのが良い」と作業に夢中でした。



本寺地区の昔ながらの田植えと農村景観を楽しむ 「第11回お田植え体験交流会」に233人参加

「骨寺村荘園お田植え体験交流会」は5月31日、本寺地区の小区画の水田で行われ、全国から集まった233人が昔ながらの田植えと農村景観を楽しみました。

今回の参加者は、岩手大の学生や地元の小中学生のほか、市内の英語指導助手など過去最多。また、新たに奥州市・女わざの会の森田瑛子主宰による「野良着ファッションショー」を開き、農村の伝統や文化を堪能できる一日になりました。初めて田植えを体験した岩手大4年の菅原麻美さんは「地域おこしの勉強にもなり、とても楽しめた。稲刈りも楽しみです」と話してくれました。

地元に伝わる民話・伝説を後世へ 古き良き武家屋敷で「語り部」味わう

いわいの里ガイドの会（白澤剛一会長、32人）が主催する「語り部の会」は6月12日、田村町の旧沼田家武家屋敷で行われ、観光客など約50人が心地いい口調で語られる昔ばなしに聞き入っていました。

紹介されたのは、地名にまつわる話やくすつと笑ってしまう話など14つ。10人の語り手が、温かい表情と独特の言い回しで披露しました。初めて一関を訪れた浜田晃子さん（46歳・横浜市）は「武家屋敷で、語り部を聞く機会がめったにありません。参加できてよかった」とにっこり。同イベントは、昔話で地域の魅力を伝えるために実施。年2回、同会場で開かれています。



森と海の豊かな環境を目指して 新緑の森に大漁旗が風になびく

気仙沼市唐桑町牡蠣の森を募う会（畠山重篤会長）と室根町の第12区自治会（三浦幹夫会長）が主催する第27回「森は海の恋人植樹祭」は6月7日、矢越山で行われ、県内外から集まった1500人が広葉樹の苗を植樹しました。

参加者らは、植樹会場までの1.7kmを30分かけて徒歩で移動。約70mの斜面にミズナラ、コナラ、ミズキ、ブナなどの苗木を植え、海を育てる豊かな森になるようお願いを込めました。参加した三浦宗一郎君（室根西小6年）は「森を大事にしたい。植えた木が元気に育てばいいと思う」と期待を込めました。

7月の乳幼児の健康診査

*該当月に受診できない場合は連絡してください

地域	内容	対象	日	受付時間	場所
一関 花泉	3～4カ月児健診	27年3月1日～13日生まれ	22☉	12:45～13:00	一関保健センター
		27年3月14日～31日生まれ	23☉		
	9～10カ月児相談	26年9月1日～18日生まれ	22☉	8:45～9:00	
		26年9月19日～30日生まれ	23☉		
	1歳6カ月児健診	25年12月1日～16日生まれ	9☉	12:45～13:00	
		25年12月17日～31日生まれ	10☉		
2歳6カ月児歯科健診	25年1月1日～13日生まれ	9☉	8:45～9:00		
	25年1月14日～31日生まれ	10☉			
3歳児健診	24年1月1日～13日生まれ	2☉	12:45～13:00		
	24年1月14日～31日生まれ	3☉			
大東 千厩 東山 室根 川崎 藤沢	3～4カ月児健診	27年3月生まれ	28☉	12:45～13:00	川崎防災センター
	9～10カ月児相談	26年9月生まれ	14☉	9:00～9:15	千厩保健センター
	1歳6カ月児健診	25年12月生まれ	16☉	12:45～13:00	
	2歳6カ月児歯科健診	25年1月生まれ	14☉		
	3歳児健診	24年1月生まれ	15☉		

☉子育て支援課（一関保健センター内）または各支所保健福祉課

Information

ふれあいひろば

☉一関子育て支援センター ☎24170

就学前の子供と保護者が、自由に遊んで交流を深めます。保育士・専門スタッフが子育ての相談にも応じます。

◇日時…月～☉ 9:30～15:30、☉・第1☉・第3☉ 13:30～15:30（祝日を除く）
◇場所…一関保健センター

健康講座に専門職員を派遣

☉一関保健所 ☎1415

健康づくりを応援する出前健康講座です。

◇日時…平日の9時～17時
◇内容…健康づくりや病院のかかり方など
◇費用…講師料は無料。会場の確保、その他の経費は主催者で負担

千厩病院泌尿器科の外来診療の変更について

☉千厩病院医事経営課 ☎2101 泌尿器科常勤医師の退職に伴い、7月1日から泌尿器科の外来診療は、応援医師による水曜日と木曜日の午前診療に変更となります。

保健所の7月の検査など

☉一関保健所 ☎1415

【①骨髄バンクドナー登録と②血液等検査】

◇日時…7月14日☉、28日☉
*時間は①9:00～9:30②11:00～12:00
◇場所・参加費…一関保健所・無料
◇その他…要予約 *②の検査種類はHIV、肝炎、クラミジア。

【こころの健康相談】

◇日時・場所…7月2日☉ 13:30～15:30・千厩分庁舎



文・健康づくり課

地域包括ケアシステム構築のために在宅医療・介護の連携を

在宅医療・介護の連携

医療と介護の両方を必要とする高齢者が、住み慣れた地域で自分らしく暮らすためには、地域の医療と介護の関係機関が連携して、包括的で継続的な在宅医療・介護を提供することが重要です。

そのため、医療と介護の関係機関が連携し、多職種が協働して「在宅医療・介護」を一体的に提供できる体制の構築が求められています。

多職種協働

「在宅医療・介護」の体制を構築するには、医師、歯科医師、薬剤師、看護師、理学療法士、作業療法士、臨床心理士、管理栄養士、歯科衛生士、社会福祉士、介護支援専門員、介護福祉士など多くの職種が必要です。これら職種の人たちが、互い

の専門的な知識を生かしながらスムーズに連携して、医療・介護を利用する市民にサービスを提供することが重要です。

各職種が連携できるよう、研修や人材の育成と確保が求められています。

人材の養成と確保

市では医師確保を目的とした医師修学資金貸付事業、一関市医師会附属看護学校に対する支援、研修会などを通して医療・介護従事者の連携を深める「地域医療・介護連携推進事業」などを実施しています。

また、今年度から高校生を対象にした「医療職に係る進路選択セミナー」を一関保健所と共催。将来の担い手となる若い世代に医療について興味や関心を持ってもらう取り組みを行います。

☉健康づくり課（一関保健センター内）



みんなの暮らしを便利にする
マイナンバーのお知らせ

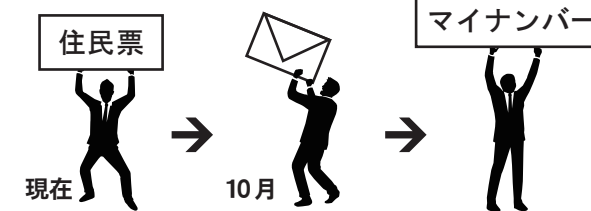
VOL.2

1 マイナンバーは、国民一人一人に割り当てられる12桁の番号です

2 10月から住民票がある全ての人にマイナンバーを通知します



マイナンバーは、国から国民一人一人に割り当てられる12桁の番号です。番号は、好きな数字を選べません。マイナンバーカードは、あなたの身分証明書になります。一生使う大切なものです。



10月から住民票がある全ての人に、マイナンバーを通知します。住民票の住所と異なるところに住んでいる人は、現在住んでいる住所に住民票を移してください。

従業員（パートやアルバイト）を雇用するすべての事業者の皆さんへ
従業員などのマイナンバー管理が必要です

28年1月からマイナンバーの利用を開始します

利用開始は、28年1月を予定しています。従業員を雇用している事業者の皆さんは、準備をお願いします。

マイナンバーは
税と社会保障の手続きなどに必要です

税

28年1月の給与支払い分から法定調書に従業員とその家族のマイナンバーを記載します。外部の人への報酬などの支払調書にも記載することになります。

社会保障

健康保険、雇用保険や厚生年金などの社会保障の手続きにマイナンバーを記載します。

従業員のマイナンバーは
28年1月以前に収集可能です

個人番号関係事務のため、マイナンバーの通知を受けた本人からあらかじめ番号を収集できます。

従業員のマイナンバーを取得する場合は
「身元」と「番号」を確認してください

事業者は、利用目的を本人に明示してください。また、なりすましなどを防ぐため、本人確認を行ってください。

*扶養親族のマイナンバーを提出する場合は、従業員が扶養親族の確認をしてください

【マイナンバーカードを持っている場合】

マイナンバーカードで、身元と番号を確認できます。

【マイナンバーカードを持っていない場合】

身元は運転免許証やパスポートなどで、番号は通知カードかマイナンバー付き住民票で確認してください。

マイナンバーを適正に取り扱うための
ガイドラインがあります

国の第3者機関「特定個人情報保護委員会」が、マイナンバーを適正に取り扱うためのガイドラインを策定しました。特定個人情報保護委員会のホームページ(<http://www.ppc.go.jp/>)では、ガイドラインのほか、Q&Aや従業員研修などの資料も掲載しています。

問い合わせ

コールセンター（全国共通ナビダイヤル）

☎0570・20・0178

平日9:30～17:30

☉☉と年末年始を除く

*通話料はおおよそ60秒ごとに10円です

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

7
July 2015
Ichinoseki City
Health Calendar

いちのせき けんこう カレンダー

+夜間 夜間救急当番医
●診療時間…18:00~20:00

+休日 休日当番医
●診療時間…9:00~17:00

①当番医は変更になることがあります。電話で確認してから受診してください
②保険証とお薬手帳を持参し、受診してください

夜間こども 救急相談電話

子供の病気への対応や応急措置などを看護師に相談できる窓口です。年中無休で応じます。
●受け付け…19:00~23:00
☎019・605・9000
または☎#8000

+ 登米市・栗原市の休日当番医 *登米市(市外局番0220)、栗原市(市外局番0228)の当番医は、医療機関により一部診療時間が異なります

日	医療機関	日	医療機関	日	医療機関	日	医療機関
5	[登米] 佐幸医院 (迫町佐沼) ☎22-7003	12	[栗原] 熊坂医院 (一迫字川口) ☎54-2311	19	[栗原] 片山内科胃腸科クリニック (金成沢辺) ☎42-1220	26	[登米] 遊佐内科胃腸科医院 (迫町佐沼) ☎22-2177
5	[栗原] 伊礼整形外科 (築館高田) ☎22-0066	12	[栗原] 栗原市立若柳病院 (若柳字川北) ☎32-2335	19	[登米] 田中医院 (迫町佐沼) ☎22-1155	26	[栗原] 日野クリニック (志波姫新沼崎) ☎23-7100
12	[栗原] 栗原市立鶯沢診療所 (鶯沢南郷) ☎55-3511	19	[登米] 大坂医院 (中田町石森) ☎34-6625	20	[栗原] 畑山医院 (築館伊豆) ☎22-2328	26	[栗原] 岩淵医院 (栗駒岩ヶ崎) ☎45-2155
12	[登米] 新田診療所 (迫町新田) ☎28-3398	19	[栗原] 氏家医院 (若柳字川南) ☎32-2328	20	[栗原] 渡辺整形外科内科胃腸科医院 (栗駒岩ヶ崎) ☎45-2273		

+ 気仙沼市の休日当番医 *気仙沼市(市外局番0226)の当番医は、医療機関により一部診療時間が異なります

日	医療機関	日	医療機関	日	医療機関
5	葛内科胃腸科医院 (田中前) ☎22-6750	19	条南整形外科 (田中前) ☎29-6711	26	小野医院 (唐桑宿浦) ☎32-3128
5	三条小児科医院 (田中前) ☎23-0088	19	すがわら内科クリニック (松崎萱) ☎25-8825	26	村岡外科クリニック (田中前) ☎23-3990
12	森田医院 (八日町) ☎22-6633	20	おだか医院 (田中前) ☎22-3210		気仙沼市立本吉病院 (本吉町津谷) ☎42-2621
12	うちクリニック (東新城) ☎23-0087	20	齋藤外科クリニック (東新城) ☎22-7260		

2016 希望郷 いわて国体・いわて大会通信

Ichinoseki city Hall

July 2015

希望郷
いわて国体
リハーサル大会
(市内開催分)

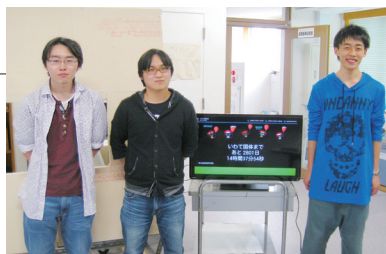


国体の開催に向けた取り組みや
スポーツの大会などを紹介



1 カウントダウンボード10月に 高専生が製作に取り組む

市実行委員会では、国体の開催までの日数を表示する「カウントダウンボード」の製作を進めています。一関高専の電気情報工学科5年の佐藤磨さん、菅原健太さん、森垣友博さんが卒業研究として製作。完成は10月を予定しています。



「耐久性を考えて作りたい」と意欲的に製作に取り組む高専生

2 わんこダンスを踊ってみよう 公式ダンス指導員を派遣

国体公式ダンス「わんこダンス」を普及するため、指導員を派遣します。「わんこダンス」は、元気いっぱいの歌詞と曲で、振り付けがかわいらしいダンスです。座った状態で踊るパターンもあります。行事やイベントで踊ってみませんか。



6月13日に開かれた千厩夜市で、親子らと共にわんこダンスを披露

3 北は北海道、南は福岡の強豪集う 2015全国中学校バスケットボール「絆」交歓大会

各都道府県の新人戦を勝ち抜いたチームなどが集う「2015全国中学校バスケットボール『絆』交歓大会」は6月6、7の両日、市総合体育館で行われ、出場した24校が熱戦を繰り広げました。県からは、2月に行われた選抜大会ベスト4が出場。同大会で3位だった桜町中は、新潟県・石山中と京都府・山科中と対戦しました。結果は惜しくも敗れましたが、生徒らは全国レベルのプレーを体感。チームの課題を認識し、次大会へ気持ちを新たにしていました。



両校とも一歩も譲らない試合を見せた桜町中・山科中戦

4 全国への切符をかけ小学生が熱戦 第29回岩手県小学生男女兼全日本小学生男女柔道選手権大会

「第29回岩手県小学生男女ソフトボール大会兼第29回全日本小学生男女ソフトボール岩手県予選会」は6月6、7の両日と13日、千厩多目的グラウンドなどで開かれ、県内19



①全39試合の激闘を繰り広げた②選手宣誓をする千厩ソフトボールスポーツ少年団の三浦真緒さん(6年)

観戦 バレーボールクラブ カップ女子選手権大会

【日程】 7月30日⑩～8月2日⑩
【会場】 市総合体育館
東山総合体育館
花泉体育館
千厩体育館

全日本教員 バスケットボール選手権大会

【日程】 8月8日⑤～10日⑤
【会場】 市総合体育館
東山総合体育館

第45回全国中学校 バスケットボール大会

【日程】 8月22日④～25日④
【会場】 市総合体育館

東北総合体育大会 フェンシング競技

【日程】 8月21日⑤～23日⑤
【会場】 東山総合体育館

熱い戦いに声援をお願いします!



④本庁国体推進室(合同庁舎内) ☎4850



元気の
ひみつ
Voice

Kumagai
Norio

熊谷典男さん

一関市舞川 78歳

元気の素は「幸せ」を感じる

65歳まで狹鼻溪の船頭を勤め、全国から1,000通を超える手紙をいただきました。皆さんの写真と手紙は、私の宝物。人との出会いや交流が元気の源です。退職後は、さまざまな活動にたずさわりました。現在は、一関地域自主防災組織連絡協議会や善楽流獅子舞保存会の会長などを務めています。引き受けたからには、責任をもって取り組みたい。責任感には程よい緊張感になり、健康を保つ秘けつになります。問題が起こったら、即時解決するのがストレスをためないコツです。モットーは「互いの幸せのために」。競い合わず、和を心掛けています。孫が作った自家製の野菜を妻の手料理で味える、ひ孫の笑顔を毎日見れる。ささいな「幸せ」を感じます。幸せだと長生きしたくなる。健康には「幸せ」を感じる事が、一番の秘けつかもしれません。

■すこやか幼児教室
◇日時・場所：7月14日⑩9時30分～12時30分(受付9時15分)・一関保健センター◇対象：おおよね10カ月～1歳6カ月児と保護者
◇定員・費用：先着親子12組・無料◇内容：栄養士・保健師の講話、調理実習など◇受付期限：7月7日⑩
④子育て支援課(一関保健センター内)

※②は定員30人・受付7月24日(金)まで
④健康づくり課(センター内)
◇日時・場所：7月7日⑩14時～16時◇場所：県立南光病院◇内容：講話「アルコール依存症と家族」◇申し込み：事前に電話で予約
④健康づくり課(センター内)

◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課
◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課
◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課

■市民健康講座
健康に良い運動、栄養、知識を学び生活習慣病を予防・改善しましょう。
◇日時・場所：7月16日⑩10時～11時30分②7月30日⑩10時～11時30分・一関保健センター◇内容：①「こころの健康づくり」②「もしものレス対処法について」③「もしもの時のために応急手当を覚えよう」
④健康づくり課(センター内)

◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課
◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課

◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課
◇日時・場所：8月24日⑩13時30分～15時30分・千厩支所◇定員：先着2人(要予約・先着順)
④千厩支所保健福祉課

健康 毎月19日は「食育の日」 文・健康づくり課

忙しい生活を送っていると、つい「食」の大切さを忘れがち。一関市でも、学年が上がるにつれて、朝食を食べない子供が増えているという県環境保健研究センターの調査結果が出ています。

第2次一関市食育推進計画では、全市民の健全な食生活を目指すため「共食(*)で楽しくつながる家族や地域「朝ごはん」で1日を元気にスタート」を、食育推進スローガンに掲げています。

毎月19日は「食育の日」。食生活を充実したものにするため、まずは家族で食卓を囲みましょう。家庭から食育の機会を持ち、「食」に関する正しい知識やさまざまな経験から「食」の力を養いましょう。

(*)共食：家族や友人など、誰かと共に食事をする

7月の4歳5歳歯科健康診査

7月中に市内の契約歯科医療機関で受診してください。対象者には6月末に受診券を郵送しています。体調不良などで7月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

健診名	対象者
4歳歯科健診	23年1月生まれ
5歳歯科健診	22年1月生まれ

④子育て支援課(一関保健センター内)

8月のこころの健康相談(業務)

臨床心理士が無料で相談に応じます。

日	場所	時間	定員
3⑤	東山支所	10:00～12:00	2
	大東保健センター	13:30～15:30	2
10⑤	一関保健センター	10:00～12:00	4
		13:30～15:30	
17⑤	花泉支所	10:00～12:00	2

④健康づくり課(一関保健センター内) または各支所保健福祉課

7月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
9⑥	JAいわて平泉西部 営農振興センター	10:00～11:00
	一関病院	14:30～16:30
10⑤	佐原	9:00～12:00
11⑤	イオンスーパーセンター 一関店(400㎡)	10:00～16:00
	特別養護老人ホーム 関生園	10:00～11:00
15⑥	ニッソーハイ(株)東北事業所	12:00～13:00
	三菱マテリアル(株)岩手工場	9:30～11:00
16⑥	ひがしやま病院	12:30～14:00
	市役所東山支所	15:00～16:30
17⑤	橋本工務店	9:30～10:30
	市役所千厩支所	11:30～13:00
	県立千厩病院	14:30～16:00
26⑥	イオン一関店(400㎡)	10:00～16:30
	(株)大武・ルート工業	9:00～11:00
27⑥	県立磐井病院	13:00～16:30
	(株)ケーエムエフ花泉工場	9:30～11:30
28⑥	日本端子(株)花泉工場	13:00～16:00

④健康づくり課(一関保健センター内)

※7日は「愛の血液助け合い運動」月間です。

笑顔で
You have a great smile.
Good!

糸谷千春さん

22歳 大東町摺沢 いとたに・ちはる

大好きな仕事と新生活を満喫中

千春さんは高校を卒業後、県内の短大に進学。3年前、市内の自動車販売店に就職しました。「お客さんが気持ちよく来店できるよう、笑顔で心掛けています。仕事は、チェックリストを作って一つ一つこなすように気を付けています」とのこと。接客にやりがいを感じているそうです。

昨年、6歳年上の旦那さんと結婚し、現在は二人暮らし。食卓には、旬の野菜と千春さんの愛情たっぷりの料理が並びます。「二人とも、食べることが大好きで、休日は食べ歩きに出掛けます。一緒にいると安心できるんです」とほほ笑みます。

将来の夢は、マイホームを建てること。「二人で楽しくて明るい家庭をつくりたいです」と話してくれました。



- 好きなタレント 大泉洋
- 好きなアーティスト スピッツ、吉澤嘉代子
- 好きなテレビ番組 アメトーク
- 行ってみたいところ ヨーロッパ、台湾、香港



市民センターさ、 Welcome to our Civic Center. ございん。

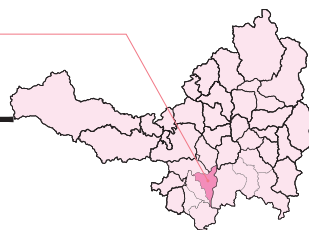
文・写真 日形市民センター

市民センター単位で各地区を紹介します

vol.27

日形市民センター

〒029-3104
花泉町日形字井戸沢38-2
☎0191・82・1010



日形がくえん創作教室の「一開張」。完成した作品をもって記念撮影しました。



ウォーキングでは、ツツジを目で楽しみながら「室根山」を歩きました。

日形地区は北上川沿いに位置し、昔から水害と闘ってきました。近年、北上川の治水対策事業によって、沼田集落や下清水集落の多くの人たちが日形地区外へ転居しました。その中で、転居した人たちを含めた地域住民の親交を深めるため、さまざまな方法で地域づくりに取り組んでいます。

26年度は、日形地区と北上川の歴史や沼田・下清水の両集落の生活の記憶を後世に伝えるため、写真集「北上川と共業」を発行。日形地区の全世帯と転居した世帯に配布しました。

また、日形公民館秋まつりでは「がんばろう日形の集い」と題し、写真集作成のために地区の皆さんから借りた写真をスライド上映。その後、他地域に転居した人と地区に転入した人たちを招待して交流会を行いました。毎年実施している少年教育事業「日形子ども教室」では、ストーンペイントなどさまざまな活動を実施。成人教育の日形楽久園では、創作活動やニュースポーツの体験などを行っています。そのほか、健康づくりを目的としたウォーキングなどを開催しています。

ふれーふれークラブ!

Our club is doing its best.



千厩中情報科学部

顧問：稲部美佳 / 部長：小野寺百季夏 / 部員：男子15人、女子4人

私たちの主な活動内容は、行事のポスター制作、テーマ研究、パソコン検定の取得です。

テーマ研究では、3人程度のグループでテーマを決めて、研究や実験をしています。今後は、テーマ研究の実験を成功できるように準備を進めていきます。

水泳、サッカーやゴルフなど、校

外で活動している人も所属しています。

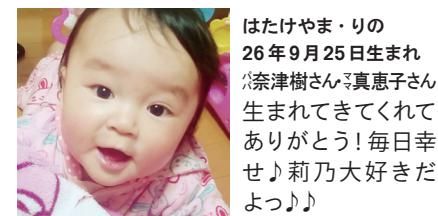
今後は、あいさつなどの礼儀を身に付け、まとまりのある部を目指していきたいと考えています。男子と女子、人数の差を気にせず、交流できるように部長を努めていきたいと思えます。

文・部長 小野寺百季夏(3年)

キッズ写真館

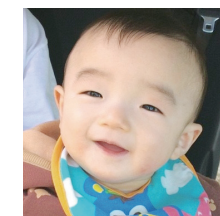
Kids Photo Studio

畠山莉乃ちゃん(一関)



はたけやま・りの
26年9月25日生まれ
お父さんお母さん
生まれてきてくれて
ありがとう!毎日幸
せ♪莉乃大好きだ
よ♪♪

佐々木陽馬くん(一関)



ささき・はるま
26年10月19日生まれ
お父さんお母さん
陽馬が笑うとパパと
ママ幸せだよ♡元氣
に大きくなろうね!

高山柚羽ちゃん(藤沢)



たかやま・ゆずは
26年9月4日生まれ
お父さんお母さん
初の寝返り♪すくすく
育ってくれて、ありが
とう!笑顔に癒されて
るよ♪大スキ〜

小学校入学前の子供たちの写真を募集しています

①最近撮影した写真(デジカメ画像可) ②氏名(ふりがな)・性別③住所④生年月日⑤電話番号⑥父母の氏名⑦お子さんへのメッセージ(30字程度)を記入して応募してください<応募先>本庁広聴広報課/〒021-8501 広聴広報課/電子メール kouhou@city.ichinoseki.iwate.jp



解体のことならお任せください。一般住宅・車庫・物置・倉庫から工場まで
廃棄物のリサイクル・中間処理も自社で行っております。
●コンクリート・アスファルト廃材の受入れ・再生砕石の生産
●再生砕石の販売 [土場渡し価格m³当り1,080円(税込)]
例 4tダンプ1台あたり(運搬込み) 一関地区 4,860円(税込)
●廃木材(解体材・パレット類・伐根等)受入れ・チップ化
●環境にやさしいチップ化で、ボード原料・燃料化を促進しています。
有限会社 中村解体 URL http://n-kaitai.ftw.jp/

県内 No.1 部数! 「日報ファン」 拡大中!
ご購読申し込みは ☎0120-240840 盛岡市内丸3-7
一関センター: 一関市 新大町 8 9 TEL0191-23-3323
山目センター: 一関市 山目字 中野 5 1-4 TEL0191-25-5776
東山センター: 一関市 東山町 長坂字 町 195 TEL0191-47-2370
千厩センター: 一関市 千厩町 千厩字 前田 90-16 TEL0191-52-2053
室根センター: 一関市 室根町 折壁 1 丁目 35 TEL0191-64-3290
藤沢センター: 一関市 藤沢町 藤沢字 柳平 125-5 TEL0191-63-2616
配達員も募集中! お気軽に各店にお電話下さい。

ここから始まる ウエディングストーリー
試着 ご予約制
Wedding Dress Fair 開催中
秋の新作衣裳をたくさん揃えました
ご相談やさらに詳しい内容は、いつでも承ります
お気軽にご連絡ください
レンタルドレス専門店 ブライダルセンター シシド
☎0120-22-6445
奥州市水沢区中町27 水沢駅前シシドビル1F
定休日: 毎週火曜日
URL: http://shishido.oshushi.com/

お知らせ

INFORMATION

募集

東北電力の委託検針員

◇対象：普通自動車免許があり、検針作業に使用する四輪自動車を有意でできる40～55歳の人◇就労期間・時間：契約28年3月31日・1日8時間程度(月10日前後) *休日は原則④⑤と指定する稼働日以外◇賃金・定員：月額9万円～11万円・1人◇業務内容：二関市と平泉町地区の電力メーターの検針業務とその付帯業務
 ①東北電力一関営業所 ☎ 0072

各種イベント参加者

◇日時：8月8日④15時45分～◇対象：10人以上の団体◇申し込み：7月10日⑤
 ①一関商工会議所女性会二関支部 ☎ 3434
 ②くるくる踊り大パレード
 ◇日時：8月8日④17時30分～◇

各種イベント参加者

◇日時：8月8日④15時45分～◇対象：10人以上の団体◇申し込み：7月10日⑤
 ①一関商工会議所女性会二関支部 ☎ 3434
 ②くるくる踊り大パレード
 ◇日時：8月8日④17時30分～◇

第34回一関国際ハーフマラソン大会のランナーとボランティア

◇日時：9月27日④(雨天決行)◇募集内容：①ランナー②ボランティアスタッフ(飲料水提供、コース整理、接待係など)◇申し込み：①郵便振替：8月11日(郵局)②インターネット：8月25日必着③7月24日⑤
 ①市総合体育館 ☎ 3111

催し

3Rについて考えよう
 施設を見学してこみを減らす方

「小さな旅」
 ◇日時：7月30日④9時～16時◇場所：岩手ヤクルト工場、北上市立鬼の館見学ほか◇対象・定員：市内在住の障がい者とその家族、介護者

「一関工業高校同窓会」
 ◇日時：7月4日④17:30～◇場所：ホテルサンルート一関◇費用：2,000円 *25・26年度卒業生は無料
 ①同窓会事務局 ☎ 2331

「須川小唄・舞踊講習会」
 ◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

「そば打ち教室」
 ◇日時：7月5日④10:00～13:00◇場所：山目市民センター◇定員・費用：先着20人・500円
 ①一関夢灯りの会(小岩) ☎ 090・2028・8750

7月の納税：7月は国民健康保険税1期と固定資産税2期の納付月です。納期限は7月31日⑤です。納期限内に納付しましょう。

「一関工業高校同窓会」
 ◇日時：7月4日④17:30～◇場所：ホテルサンルート一関◇費用：2,000円 *25・26年度卒業生は無料
 ①同窓会事務局 ☎ 2331

「須川小唄・舞踊講習会」
 ◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

「そば打ち教室」
 ◇日時：7月5日④10:00～13:00◇場所：山目市民センター◇定員・費用：先着20人・500円
 ①一関夢灯りの会(小岩) ☎ 090・2028・8750

「須川小唄・舞踊講習会」
 ◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

市営住宅等の入居案内

番号	募集する住宅
1 一関	関が丘アパート7-152 ①4階建4階②S51③3DK④12,900～19,200円⑤单身可
2 一関	関が丘アパート7-167 ①4階建4階②S51③3DK④12,900～19,200円⑤单身可
3 一関	関が丘アパート9-203 ①4階建2階②S53③3DK④13,200～19,700円⑤单身不可
4 一関	青葉アパート106 ①5階建1階②S58③3DK④17,400円～25,900円⑤单身不可
5 一関	宮沢アパート2-207 ①3階建1階②H4③3DK④19,500～29,100円⑤单身不可
6 大東	大明神団地42号 ①木造平屋②H9③3DK④28,400～42,300円⑤单身不可
7 大東	摺沢駅前特定公共賃貸住宅1号 ①木造2階建1階②H13③1DK④28,000円⑤单身用
8 大東	摺沢駅前特定公共賃貸住宅6号 ①木造2階建2階②H13③1DK④28,000円⑤单身用
9 大東	摺沢駅前特定公共賃貸住宅8号 ①木造2階建2階②H13③1DK④28,000円⑤单身用
10 東山	山谷住宅10号 ①木造2階建②H17③3DK④26,100～38,900円⑤单身不可
11 東山	松川住宅1号 ①木造平屋②H8③3DK④18,700～27,900円⑤单身不可
12 東山	松川特定公共賃貸住宅40号 ①木造平屋②H11③3DK④40,000円⑤单身不可

◇募集期間：7月1日④～10日⑤(④⑤除く)

◇入居資格：①収入が基準に該当している②住宅に困っている③市税などを滞納していない④暴力団員でない⑤をすべて満たしていること *④⑤は高齢者・障がい者優先、⑥は身体障がい者専用。③～⑥⑩～⑫は同居の親族がいること
 ◇抽選会：7月21日④10:00～市役所本庁、大東支所、東山支所
 ①本庁都市整備課 ☎ 8541 または各支所建設水道課

衣装：浴衣、半被など *仮装も可
 ◇申し込み：7月15日④
 ①一関夏まつり実行委員会 ☎ 218413

3時の太鼓巡行

◇日時：8月8日④13時～◇山車引き役：①小中学生②50人程度③中学生以上1200円、小学生以下1000円◇手古舞：①小学5年以上の女性②若干名③5000円◇サポートスタッフ：①20代の男女②③希望者に連絡します *①対象②定員③参加費。詳細は問い合わせください◇申し込み：7月15日④
 ①一関青年会議所 ☎ 8639

慰霊友好親善事業参加者

旧戦地を訪れ、慰霊追悼と同地域の住民との交流などを行います。
 ◇実施地域：「広域地域」①旧ソ連②西部ニューギニア③ボルネオ・マレー半島④マリアナ諸島⑤東部ニューギニア⑥中国⑦トラック・パラオ諸島⑧ソロモン諸島⑨ミャンマー⑩フィリピン⑪終戦70周年記
 ①一関清掃センター ☎ 2157

中尊寺・レクイエムコンサート

◇日時：7月21日④14時開演◇場所：中尊寺・白山神社◇費用：入場整理券3000円 *1割を被災地に寄付します◇申し込み：一関観光協会 ☎ 0066 または JTB 東北奥州支店 ☎ 0197・256446
 ①本庁まちづくり推進課 ☎ 28671

「小さな旅」

◇日時：7月30日④9時～16時◇場所：岩手ヤクルト工場、北上市立鬼の館見学ほか◇対象・定員：市内在住の障がい者とその家族、介護者

「一関工業高校同窓会」

◇日時：7月4日④17:30～◇場所：ホテルサンルート一関◇費用：2,000円 *25・26年度卒業生は無料
 ①同窓会事務局 ☎ 2331

「須川小唄・舞踊講習会」

◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

「そば打ち教室」
 ◇日時：7月5日④10:00～13:00◇場所：山目市民センター◇定員・費用：先着20人・500円
 ①一関夢灯りの会(小岩) ☎ 090・2028・8750

「須川小唄・舞踊講習会」
 ◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

「そば打ち教室」
 ◇日時：7月5日④10:00～13:00◇場所：山目市民センター◇定員・費用：先着20人・500円
 ①一関夢灯りの会(小岩) ☎ 090・2028・8750

7月の納税：7月は国民健康保険税1期と固定資産税2期の納付月です。納期限は7月31日⑤です。納期限内に納付しましょう。

「一関工業高校同窓会」
 ◇日時：7月4日④17:30～◇場所：ホテルサンルート一関◇費用：2,000円 *25・26年度卒業生は無料
 ①同窓会事務局 ☎ 2331

「須川小唄・舞踊講習会」
 ◇日時：7月20日④13:00～15:00◇場所：市総合福祉センター
 ①紫津喜の会(柏木) ☎ 2054

念洋上慰霊「特定地域」マージナル・ギルバード諸島 *地域で実施予定時期や申込期限が異なります
 ①本庁長寿社会課 ☎ 8357 または各支所保健福祉課

ボランティアスタッフ

◇期日：8月16日④◇活動内容：前日・当日に会場設営係、観覧席係、駐車場係、イベント係、案内係など◇申し込み：7月31日⑤
 ①同大会実行委員会事務局 ☎ 2440

裁判所の裁判所事務官

詳しくはホームページ(http://www.courts.go.jp/saiyo/index2.html)を確認してください。
 ◇対象：①27年4月1日時点で、高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年経過していない人および28年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人②最高裁判所が①に準ずると認める人◇第1次試験
 ①サン・アビリティーズ一関 ☎ 2162 (休館)

入国警備官

◇対象：「警備官」①27年4月1日時点で、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から5年経過していない人および28年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人②人事院が①に準ずると認めた人「警備官・社会人」昭和50年4月2日以降に生まれた人 *①に規定する期間が経過した人および人事院が当該者に準ずると認めた人に限る◇申し込み：7月21日④9時～30日④に原則、インターネットで *郵送持参の場合は7月21日④～23日④◇第1次試験：9月27日④◇第2次試験：10月27日④～29日④

入国警備官

◇日時：10月18日④16時開場、16時30分開演◇申し込み：6月25日④
 ①一関文化センター ☎ 2121

「ケアチャレンジ」

高齢者疑似体験や藤沢病院院内探検などを行います。
 ◇日時：7月28日④9時～16時◇場所：老健ふじさわ◇対象・定員：市内の中高生・先着20人◇申し込み：7月17日⑤
 ①高齢者総合相談センターふじさわ ☎ 3181

「四十五の閃光」

◇日時：7月19日④13時30分開場、14時開演◇場所：サン・アビリティーズ一関◇費用：無料
 ①一関二高太鼓道場部 ☎ 2241

第43回千厩夏まつり

今年新たなイベントを開催。詳しくは「小さな旅」(http://www.jchitabi.jp/)または千厩町観光協会ホームページ(http://senmaya-kankou.com/)を。
 ◇日時：7月25日④13時～21時◇場所：千厩商店街◇出場者募集：①学生対抗玉入れ大会②大声コンテスト *入賞者には豪華賞品を贈呈
 ①千厩夏まつり実行委員会 ☎ 33963 または商工会議所千厩支所 ☎ 2735

7月の納税：7月は国民健康保険税1期と固定資産税2期の納付月です。納期限内に納付しましょう。

「一関工業高校同窓会」
 ◇日時：7月4日④17:30～◇場所：ホテルサンルート一関◇費用：2,000円 *25・26年度卒業生は無料
 ①同窓会事務局 ☎ 2331

ナラ枯れ通報協力員

ナラ等の樹木が夏以降に赤く変色し、枯死する「ナラ枯れ」被害が拡大しています。被害の拡大防止には、被害木の早期の発見と駆除が重要です。被害を発見した際に、県に通報するボランティアを募集します。
 ◇対象：森林や林業に関心があり、広葉樹の樹木の一定の知識を有する人◇申し込み：7月17日⑤
 ①県南広域振興局林務部林業振興課 ☎ 0197・222871 または 一関農林振興センター林業振興課 ☎ 1893

第52回一関市民水泳大会参加者

◇日時：7月26日④◇対象：「一般の部」(高校卒業以上)①自由形②平泳ぎ③バタフライ④背泳ぎ⑤200メートル⑥2000メートル⑦フリーリレー *①～④は各50歳以下
 「小・中・高校生の部」所属の学校から

「第15回成人式大賞2015」で準大賞

小野寺圭一委員長ら喜びを報告
 新成人式研究会主催の「第15回成人式大賞2015」で、市成人式企画実行委員会が準大賞に選ばれました。全国98件の応募の中から、同実行委の企画力などが評価されました。



5/27

News Flash

6/3 創意工夫で職域の改善向上に貢献 文部科学大臣表彰受賞を報告



6/3

NECネットワークプロダクツ(株)と北上製紙(株)は、勝部修一関市長に文部科学大臣表彰を報告しました。顧客情報管理の方法や、器具の改良で品質を改善する功績が認められました。

催し

第35回東磐井サマーコンサート
 旧東磐井と気仙沼市のコーラス10団体が出演。入場は無料です。
 ◇日時：7月12日⑩12時30分開場、13時開演◇場所：東山地域交流センター
 ●市民グリーンホール(熊谷) ☎ 0963343543

骨寺村荘園遺跡を巡る
 ① 霊峰須川岳を散策します。
 ◇日時：7月4日④8時30分～16時30分◇場所：本寺地区、須川地区◇集合場所：①8時30分・市役所職員駐車場②8時40分・JR一ノ関駅西口◇定員・費用：30人・1000円(昼食代)

「本寺の味・古里の味漬物教室」(夏編)
 ◇日時：7月25日④9時30分～14時◇場所：本寺地区◇集合場所：①9時30分市役所職員駐車場②9時40分・JR一ノ関駅西口◇定員・費用：20人・1300円(材料、昼食代)
 ●骨寺村荘園交流館 ☎ 5022

講座

夏休み親子リサイクル体験教室
 ◇日時・内容：①7月27日②8月1日パックカルトナージュ③8月1日④ダンボールアート⑤4日⑥5日
 ●市市民センター ☎ 2144

「シユミ活」フランス料理教室
 ◇日時：8月1日④10時～15時(受け付け9時30分)◇場所：一関市民センター◇対象・定員：独身の男女・先着16人◇費用：2500円◇申し込み：7月22日④に電話またはメールで
 ●フランスポルト一関 ☎ 4677 / 電子メール fursport@iaa.keeper.ne.jp

女性センターの女子カUP講座
 ① 夏野菜のスープブレック
 ◇日時：7月30日⑩10時～12時◇場所：女性センター
 ② 移動研修・盛岡町家めぐり
 ◇日時：9月4日⑩8時出発◇場所：盛岡市鉦屋町

7月1日(金)～受け付け開始 スポーツ教室&セミナー

① リフレッシュヨガ教室 (大東)
 ◇日時：8月4日～9月1日の毎④10:00～11:30(全5回)
 ◇場所：大東体育館
② イブニングエアロビクス教室 (室根)
 ◇日時：8月19日～9月30日の毎④19:00～20:30(全5回) *9月2日、23日を除く
 ◇場所：室根テニスコート
③ 夜間スポーツセミナー (室根)
 「知っておきたい自分のカラダ～姿勢と動きを評価する」
 ◇日時：8月18日④19:00～20:30
 ◇場所：室根体育館
 ≪共通事項≫
 ◇参加資格：市内に居住または勤務する人
 ◇定員：①②20人③30人
 ◇参加料：①②500円③1,000円
 ●大東体育館 ☎ 2030 ●室根きらめきパーク ☎ 2611

ねぎの皮で染色しよう④6日⑥。ラップの芯で万華鏡をつくろう⑤8日⑥。牛乳パック紙すき *時間はいつでも9時～12時◇場所：一関清掃センター◇対象・定員：一関市と平泉町在住の小中学生と保護者。先着10組◇申し込み：7月1日④9時～電話で◇その他：ガラス芸やさき織なども体験可。3人以上のグループで申し込んでください
 ●一関清掃センター ☎ 2157

いちのせき起業応援講座「ちっちゃいビジネス開業応援」
 「これから何かをはじめたい人」の起業を支援する講座を開きます。
 ◇日時：7月29日④～9月24日④18時30分～20時 *連続全9回、現地視察1回◇場所：一関市民センター◇対象者：一関市と平泉町内で、起業をする人、起業を検討している人◇内容：起業の手続き、資金獲得・管理、販路開拓、人材育成、法令および経営に関する基礎知識など◇費用・定員：無料、先着20人
 ●本庁商業観光課 ☎ 8412 またはゆいネット ☎ 080444551464

「介護職員養成科」(介護職員初任者研修課程)
 ◇日程：8月18日④～11月17日④9時10分～16時40分 *内容により終了時刻が異なります◇場所：市職業訓練センター(舞川)◇内容：同研修課程取得に必要な講義・演習のほか、職場実習(介護施設・デイサービス)
 ●市女性センター ☎ 2145

「共通事項」
 ◇費用：①600円(材料代)②3000円(昼食代など)◇対象・定員：市内に居住または勤務する女性①20人②30人◇申し込み：7月1日④12時30分～経費を添えて直接または電話予約後に来館して
 ●市女性センター ☎ 2145

相談

結婚相談会
 ◇日時・場所：①7月14日④一関地区合同庁舎②17日④千厩支所
 ●梅雨の時期から夏場にかけての申し込みを希望する方へ

総務省の行政相談
 国が行っている仕事の相談に応じます。日程は毎月1日号に掲載。相談は無料で、秘密は厳守します。
 ◇行政相談委員：(一関地域)佐々木文子、佐々木富男「花泉地域」今野清一「大東地域」藤原五郎「千厩地域」千葉喜代「東山地域」鈴木由美「室根地域」及川達雄「川崎地域」小野幹雄「藤沢地域」小野寺健一
 ●本庁生活環境課 ☎ 8342

法律相談と行政相談
 【無料法律相談】予約制・先着順
 ●市消費生活センター一関相談室 ☎ 8342 または同千厩相談室 ☎ 3957

市内で警察官や市職員を名乗る不審電話が多発しています

①警察官を名乗る人から銀行の預金や口座番号を聞かれた②市職員を名乗る人から「還付金の手続きがあるから、ATMに行ってほしい」と言われた③今回の年金情報流出事件で「個人情報流出した。お金を振り込めば情報を守る」と言われた一などという不審電話が発生しています。少しでも「おかしい」と感じたら、家族や警察に相談しましょう。
 ●市消費生活センター一関相談室 ☎ 8342 または同千厩相談室 ☎ 3957

ビスセンターなど)、上級救命講習取得に必要な講義・演習、パソコン基礎実習を含む3カ月間(301時間)◇対象者：原則、雇用保険の未受給者で訓練受講給付金を受けながら訓練を受けた方 *雇用保険受給資格者でも受講できる場合あり◇費用：8000円(テキスト代)◇申し込み：7月29日④
 ●ハローワーク一関 ☎ 4135

東磐職業訓練協会の講習会
 ◇内容・日時：①7月21日④、22日④・高所作業車運転技能講習②7月23日④、24日④・リダーシップ能力開発研修③7月28日④・QC検定(初級受検準備講習)④7月24日④～31日④・車両系建設機械運転技能講習(38時間コース)⑤7月27日④、28日④・車両系建設機械運転技能講習(14時間コース)◇定員：①③⑤20人④10人◇申し込み：①④⑤7月13日④②③16日④③⑤21日④④⑤7月17日④
 ●東磐職業訓練協会 ☎ 2879

「やさしい収穫&BBQツアー」
 農業体験しながら、運命の出会いを見つけてませんか。
 ◇日時：7月26日⑩10時～対象者・定員：25～45歳の独身の女性・15人◇費用：3000円◇申し込み：7月10日④左記へ
 ●JAいわて平泉営農部営農振興課(佐藤) ☎ 3312

6月の人口と世帯数
 6月1日現在 ()前月比

人口	計	123,299人	(-138人)
	男	59,643人	(-66人)
	女	63,656人	(-72人)
世帯数	46,186世帯	(±0世帯)	

5月のごみ排出量
 ()前年比

市全体	計	2,619.9ト	(-113.28ト)
	一関	1,754.14ト	(-83.25ト)
	大東	865.76ト	(-30.03ト)
一人当たり	21.22kg	(-0.63kg)	

女性のための相談事業
 ◇日時：7月31日⑩10時～16時◇場所：市女性センター◇対象：市内に居住する女性◇申し込み：電話などで事前に予約が必要
 ●市女性センター ☎ 2145

アイスコーヒーの淹れ方講座
 ◇日時：7月30日⑩19時～21時◇場所：一関勤労青少年ホーム◇費用：900円◇対象者・定員：原則、市内に居住、勤務している36歳以下の勤労青少年または求職中の女性 *定員に満たない場合は、どなたでも可
 ●市市民センター ☎ 2144

「行政相談」
 ◇日時・場所：8月4日④13時30分～16時30分・大東コミュニティセンター①14日④10時～12時・市社会福祉協議会藤沢支部②18日④9時～12時・花泉支所③20日④9時～12時・市役所本庁④20日④13時30分～16時・川崎防災センター
 ●本庁生活環境課 ☎ 8342

担当弁護士：8月6日・小野寺豊希氏 / 20日・熊本賢吾氏 / 27日・赤津聡氏 *いずれも⑩10時～15時◇場所：市役所本庁◇予約：7月31日④
 ●「行政相談」

「わくわく夏キャンプ」
 キャンプや沢遊びをして、夏の思い出を作ります。
 ◇日時：8月8日④10時～9日④12時◇場所：いちのせき健康の森◇対象・定員：小学校とその家族、先着20人 *子供だけで参加する場合は小学4年◇費用：子供1500円・大人1700円◇申し込み：7月8日④
 ●いちのせき健康の森 ☎ 2020

「一関パーキンソン病教室」
 患者さんごとの一関パーキンソン病教室
 ◇日時：7月18日④13時30分～15時30分◇場所：一関文化センター
 ◇内容：①非運動症状とその対策②運動療法的重要性③役立つ運動療法と転倒対策 など
 ●国立病院機構岩手病院 ☎ 221

学校見学や看護技術授業体験などをを行います。
 ◇日時：7月26日⑩9時30分～12時◇場所：一関看護高等専修学校②一関看護専門学校◇申し込み：7月24日④
 ●一関看護高等専修学校・一関看護専門学校 ☎ 4571

准看護師から看護師へ
 27年4月より新校舎
「東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス」へ移転!
 【教育訓練給付制度厚生労働大臣指定講座(条件あり)】

学校説明会日程 ... 28年4月入学生募集開始
 8月30日 11月8日 盛岡会場 ⑩14:00～16:00
 ◆放送大学岩手学習センター(岩手大学内)

出願期間 第1次 7月1日(水)～3月17日(木) 第6次 H28
 webサイト

TEL: 022-292-2511 URL: http://tohoku-kango.com/ FAX: 022-292-2611 ◆進学相談ダイヤル: 022-207-8810

一関モデルハウス公開中!
 20代からのマイホームづくり「リベスト」が応援します!
モデルハウス直通 ☎ 0191-48-4845
 本館時間 AM10:00～PM6:30
 株式会社 **リベスト** TEL 0197-35-7135
 本社・奥州市江刺区愛宕字橋本243 FAX.35-6310 http://www.live-best.co.jp

住まいづくりのヒント満載! ホームページから! http://www.live-best.co.jp

「一関機関区史」



一関機関区 / 発行
一関機関区の創設からの歴史が記された一冊。大船渡線なべづる線の着工時や本館敷地内に展示されている蒸気機関車(C58103号)の移動の写真を掲載。当時の様子がよくわかります。 *貸出不可

「チムとゆうかなせんちようさん」



エドワード・アーディゾーニ / 作・せていじ / 訳
船乗りになりたくてたまらないチム。両親に反対されますが、こっそり船にもぐり込み一生懸命働きます。ところが嵐で船は座礁。長い間、子どもたちを魅了してきた海洋冒険絵本の第一作です。

「須川ぶし ほか」



夏が近づいてきました。夏といえば夏祭り。一関地域は一関夏祭り毎年「くるくる踊り大パレード」が開催されます。このCDは「須川節」や「くるくる音頭」「須川小唄」「君の青春」を収録。本番の練習にどうぞ。

Museum 博物館だより

一関市博物館 ☎ 3180 http://www.museum.city.ichinoseki.iwate.jp

イベント案内

●テーマ展②「開業90周年記念 大船渡線」

1925年7月26日に開業した大船渡線の開業90周年を記念して、路線の歴史を振り返ります。

【期間】7月4日④～8月23日④ *7月4日④は入館無料

○展示説明会

【日時】7月11日④ 13:30～14:30

○講演会「一関と大船渡線 鉄道のおゆみ」

【日時】7月26日④ 13:30～15:30 【講師】鉄道史研究者・三宅俊彦氏 【対象・定員】一般・100人 【申し込み】必要 【費用】無料

○鉄道模型走行展示

岩手鉄道模型仲間会によるNゲージ(鉄道模型)の走行展示を行います。見学は無料です。

【日時】8月8日④ 9:00～17:00、9日④ 9:00～16:00

●せとぎぬ展「江戸時代のうつつ絵をつくろう」

【日時】7月25日④ 10:00～12:00、13:00～15:00の間随時(所要時間約1時間) 【対象・定員】小学生以上・50人 *小学生は保護者同伴 【申し込み】不要 【費用】50円

フォトウェディング 相談会 Photo Wedding
和装体験会 Japanese Style
二次会 ドレスフェア Party Dress
Bridal Salon SHICHIFUKUJIN
MIGLIRAFFINATO

●利用者カードについて

図書館は、市民に限らず、どなたでも利用できます。申請書に必要事項を記入し、住所を確認できるもの(運転免許証など)を提示してください。市内8館で利用できる利用者カードを発行します。4桁のパスワードを設定すれば、インターネットで本の予約も可能です。

Events オススメのイベント

●開業90周年!! 大船渡線で行こう!!

大船渡線開業90周年を記念して、大船渡線の概要や施設内にある蒸気機関車を写真や路線図を使って紹介します。大船渡線沿いの川崎、東山、大東、千厩、室根の各図書館でも同企画展を開催する予定です。

【日時】6月26日④～7月22日④

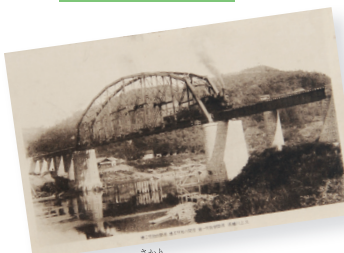
【場所】一関図書館

- 一関図書館 ☎ 2147
●花泉図書館 ☎ 4939
●大東図書館 ☎ 3541
●千厩図書館 ☎ 1122
●東山図書館 ☎ 2324
●室根図書館 ☎ 3820
●川崎図書館 ☎ 4123
●藤沢図書館 ☎ 5088

●休館日情報などは 市立図書館ホームページ (http://www.library.city.ichinoseki.iwate.jp/) で

展示品紹介

「大船渡線一ノ関摺沢間 開通記念絵葉書」



大船渡線は、1925年7月26日、一ノ関駅～摺沢駅間で開業しました。27年7月に千厩駅、28年9月に折壁駅と順次開業。1935年9月には、盛駅が開業し、大船渡線の全線が開通しました。

一ノ関駅～摺沢駅間で開業した当時、記念として絵葉書が作られました。種類は厳美溪、狛鼻溪、北上川橋梁(横石鉄橋)、大船渡線鳥瞰図の4枚。そのうちの北上川橋梁が、上の写真です。北上川橋梁は、真滝駅～陸中門崎駅間の北上川に架かる橋で、大船渡線の敷設工事の中でも難工事の一つだったといわれています。水量が少ない冬期に工事が終わらず、24年4月に川が増水して橋げたが流され、作業員3人が亡くなる事故が起きました。

この絵葉書は、テーマ展「開業90周年記念 大船渡線」で展示します。

【信用生協の多重債務整理・消費者救済資金融資相談(予約制)】
【日時・場所】①8月4日④、15日
②市役所本庁②12日④・千厩支所
*いずれも10時～13時④予約:前日15時まで

【多重債務者弁護士無料相談(予約制)】
【日時・場所】①8月11日④・市役所本庁②26日④・千厩支所
*いずれも10時～15時④予約:前日17時まで

【無料法律相談(予約制)】
【日時・場所】8月12日④10時～13時・千厩支所④予約:前日15時まで
【内容】多重債務等消費者問題、離婚契約・相続などの法律全般
市消費生活センター千厩相談室 ☎ 3957

相談

●お詫びと訂正:本紙6月1日号27ページ「狛鼻溪・新緑の茶席舟」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。(正)5月17日(誤)5月7日

【心配ごと相談所】
【通常相談】
【日時】7月2日、9日、16日、23日、30日
*いずれも10時～15時④場所:市総合福祉センター
【移動相談(要予約)】
【日時】7月10日④10時～15時④

【よりそいホットライン】
通話料無料の相談電話です。24時間受け付けます。秘密は厳守します。ファクスも可。一人で抱えなくて、どんな悩みでも相談してください。

【シルバー110番】
高齢者や家族の相談に応じます。「法律、人生、認知症」などの専門相談(要予約)も可。相談は無料で、秘密は守られます。
【日時】①④9時～17時④相談電話:☎0120-84-8584
②県高齢者総合支援センター☎019-625-0110

【身体障がい者補装具巡回相談】
補装具の交付(修理)の可否と適合判定を行います。必ず予約してください。
【日時】7月31日④10時～11時受け付け④場所:一関保健センター
【その他】適合判定または再交付を希望する人は、最も新しい補装具を装着または持参してください
【申し込み】7月17日④に左記へ
本庁福祉課☎8355または各支所保健福祉課

【相談電話】☎0120-279-226
【ファクス】0120-375727
【社会的包摂サポートセンター】☎0120-279-226

お知らせ

【就活をサポートします】
就職活動で悩んでいる39歳までの人の就労相談に応じます。家族の相談も可。相談は無料です。電話で予約してください。

【狩猟免許試験を実施します】
狩猟や有害鳥獣の捕獲などを行うには、狩猟免許が必要です。
【日時・場所】①7月5日④・矢中町岩手県消防学校②9月6日④・遠野市宮守体育館、遠野市宮守総合支所、花巻農業協同組合宮守支店
*わな猫および第一種銃猟免許に限る
③12月13日④・盛岡市国立大学法人岩手大学学生センター
*時間はいずれも9時～17時④免許の種類:網猟、わな猟、第一種銃猟(装薬銃)、第二種銃猟(空気銃)
【申請書など】:広域振興局保健福祉環境部または保健福祉環境センターで配布④費用:1種類5200円(狩猟免許を所持している人は3900円)④申し込み:試験日16日前
⑤最寄りの広域振興局保健福祉環境部、保健福祉環境センターまたは県庁自然保護課☎019-629-5371

【申告内容の自主的な見直しを】
仙台国税局管内の税務署で、申告内容の見直しを呼び掛けました。その結果、不動産所得の申告漏れや計算誤りが見つかりました。適正申告を行うため、申告内容の見直しをお願いします。誤りがあつた場合は、修正申告書を提出してください。
一関税務署個人課☎4205

写真アルバム 限定2000部 9月下旬発売
一関・奥州の昭和
昭和の熱い記憶と青春の思い出が満載
詳細は いき出版 一関・奥州 で検索!!
A4判/上製本/総頁280頁/収録写真約600点 刊行記念特価9,990円(税込)
発売元・岩手教科図書株 ☎019-637-7880 発行元・株式会社 いき出版 ☎0258-89-6555

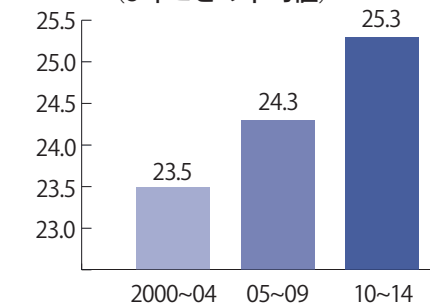
特集
猛暑に備えろ

Part. 1 熱中症から身を守れ

備えあれば憂いなし

本当は怖い「熱中症」

《表1》一関の8月平均気温(5年ごとの平均値)



《表2》市内の熱中症による救急搬送者数と死亡者数

年度	人数(※)	死亡者数
H26	57 (29)	0
H25	51 (27)	0
H24	89 (42)	0
H23	80 (40)	1
H22	96 (63)	1

(※) うち65歳以上の高齢者の人数

気象庁は、今夏の気温を「平年並みか高い」と予想しました。今年も猛暑がやってきます。気象庁によると、今年5月の盛岡の平均気温は16.6℃。平年との差はプラス2.6℃で、2年連続で観測史上最高の上昇値を記録しました。また、一関の8月の平均気温(5年ごとの平均値)は、2000年頃から上昇傾向にあります。《表1》極端な気温の上昇によって懸念されるのが高温による「熱中症」と発達した積乱雲による「ゲリラ豪雨」です。何事も備えあれば憂いなし。暑さが本格化する前に、基礎知識や情報の入手方法を

「熱中症」は、室温や気温が高くなることで、体内の水分や塩分バランスが崩れ、体内の調整機能が働かなくなる障害の総称です。症状は、頭痛、吐き気、高体温、目まい、体のだるさなどさまざま。重症になると内臓への後遺症や、死亡することもあります。消防庁によれば、2014年、熱中症で救急搬送された人はおよそ4万人。死者は55人にも上ります。市内でも、毎年多くの人が搬送され、そのうちの約半数が65歳以上の高齢者です《表2》。熱中症から自分や大切な人の命を守るため、正しい予防法と応急処置のポイントを押さえましょう。

高齢者と乳幼児は特に注意が必要

熱中症で救急搬送される人のうち、約半数が高齢者です。高齢者の体内の水分量は、若い人の約8割。汗をかきにくく、体内に熱がこもってしまいます。加齢に伴って体温調整機能が低下し、暑さやどの渴きを感じにくくなります。「のどが渇いた」と感じたときには、軽い脱水症状を起こしていることがあります。

一方、乳幼児は体温調節機能が未熟です。また、大人に比べて背が低いので、地面の熱の影響を受ける場合があります。真夏の炎天下では、外遊びを控えましょう。

熱中症予防で最も大事なものは、水分補給です。水分だけでなく、塩分も忘れずに摂取しましょう。熱中症は、少しの心掛けで予防できます。

Point! 熱中症を予防する4つのポイント

- ①水分・塩分をこまめに補給する
- ②部屋の温度をこまめにチェック
- ③通気性の良い、吸湿・速乾の衣服を着る
- ④外出時は帽子や日傘を使う

Point! 水分補給に最適な飲み物は「麦茶」

カフェインを多く含む緑茶やコーヒーは×。利尿作用があるため、水分が体外へ出てしまいます。スポーツ飲料は△。糖分が多く、とり過ぎには注意が必要です。麦茶は◎。カフェインを含まないので、水分補給に最適です。



本庁健康づくり課・保健師
千葉亮宗
Chiba Ryosho

人間は、常に汗をかきます。家の中でじっとしていても、熱中症になることがあります。特に、高齢者や乳幼児は注意が必要です。熱中症予防で一番大切なのは、水分補給による体温調節です。最適な飲み物は麦茶。体温を下げる効果があります。屋内にいるときは、エアコンなどで、過ごしやすい環境を作りましょう。屋外では、直射日光や地面からの照り返しに気を付けてください。また、通気性の良い服装などで体温を調節したり、炎天下での作業は避けたりしてください。万が一、熱中症になった場合は、涼しい場所へ移動し、水分を補給してください。自分で水分をとれない場合は、すぐに救急車を呼びましょう。熱中症は、少しの心掛けで予防できます。また、正しい応急処置で重症化を防げます。

熱中症は体温調節で防ぐ

Point! 熱中症に関する最新情報をWEBでチェック

環境省熱中症予防情報サイト (<http://www.wbgt.env.go.jp/>) で、最新の暑さ指数(WBGT)の予測値のほか、熱中症の基礎知識や暑さ対策などを確認できます。暑さ指数は、気温、湿度やふく射熱を考慮した熱中症予防の指標になる数値です。



Point! わが家でできる対策「グリーンカーテン」

「グリーンカーテン」で涼をとっています。ユウガオ、キュウリ、ゴーヤ、インゲンなどのツル性植物をカーテン代わりにする方法です。毎年5月に苗を植え、7月中旬には屋根まで育ちます。植物が太陽の熱を吸収してくれるので、エアコンを使わなくても快適。節電にも効果があり、環境にやさしい熱中症対策です。実を収穫する楽しみもあって、一石二鳥です。



佐藤洋明さん
Sato Hiroaki
真柴・70歳

■熱中症の分類・症状・対処法(資料:熱中症環境保健マニュアル)

分類	症状	対処法
I度	目まい 失神 こむら返り 手足のしびれ	▶涼しい場所へ移動する ▶衣服を緩めて安静にする ▶エアコンをつけるか、扇風機やうちわなどで扇いで、体を冷やす
II度	頭痛 吐き気 嘔吐 倦怠感 虚脱感	! 医療機関を受診する ※受診するまでI度の処置を行う
III度	意識障害 けいれん 手足の運動障害 高体温	! すぐに救急車を呼ぶ ※救急車が来るまでI度の処置を行う

重症

Point! 熱中症になったら涼しい場所で体を冷やす

応急処置の基本は、涼しい場所で安静にして体を冷やすこと。症状が改善しない場合は医療機関を受診し、重症の場合は救急車を呼んでください。判断の目安は「自分で水分をとれるかどうか」です。近くに小さい子供や高齢者がいる場合は、気をかけてあげてください。



市消防本部消防課
原田幸司
Harada Koji
課長補佐
兼救急係長

特集
猛暑に備えろ

Part. 2 ゲリラ豪雨から 身を守れ

予測不能な「ゲリラ豪雨」

増加する豪雨と被害

雨が広範囲にわたり、数時間〜数日に降る場合を「集中豪雨」と呼びます。一方、1時間に50ミを超える激しい雨が、短時間で局地的に降る場合を「ゲリラ豪雨」と呼びます。

ゲリラ豪雨は、傘などでは太刀打ちできないほどの強い雨が特徴です。

原因は積乱雲。地表付近の暖かく湿った空気に、上空の冷たい空気が流れ込むと、強い上昇気流が発生。上昇気流によって、雷を伴う積乱雲が発達し、すさまじい雨を降らせます。

降雨範囲が狭く、数十分〜1時間という短時間の雨なので、予測することは極めて困難とされています。

気象庁の1976年〜2014年の年間の観測値によれば、1時間の降水量が50ミを超える回数は10年ごとに21・3回ずつ増えています。

被害も年々増加。「ゲリラ豪雨」という言葉が、流行語にノミネートされた2008年、兵庫県神戸市の都賀川がゲリラ豪雨で増水。児童を含む5人が亡くなる事故が起きました。また、13年には栗石町で1時間に78ミの降水量を観測。住家被害383件、がけ崩れなどの土砂災害103カ所など、被害額は65億円ともいわれています。

全国各地で猛威を振るうゲリラ豪雨。予測困難な豪雨でも、正しい判断と対処で減災は可能です。

■ゲリラ豪雨と集中豪雨の違い（資料：ゲリラ豪雨展）

項目	ゲリラ豪雨	集中豪雨
範囲	数 ^{km} 〜10数 ^{km}	数10 ^{km} 〜数100 ^{km}
時間	数十分〜1時間	数時間〜数日
予想	予測が困難	ある程度予測が可能
被害	都市部の小・中河川のはん濫 急な川の増水 アンダーパス浸水(※) ※鉄道高架下など、周りより低くなっている道路への浸水	比較的大きな河川のはん濫 大規模洪水や浸水 土砂災害

洪水危険河川の監視計画水位を見直し

豪雨によって急激に河川が増水する場合があります。市は、それぞれの観測地点で、雨量や水位の見込みに応じた行動計画として「洪水危険河川の監視計画」を策定しました。

対象は、洪水が起こる可能性が高い9河川、15カ所です。河川管理者(国や県)が、はん濫危険水位や避難判断水位を見直したことに合わせ、市の監視計画の行動基準になる水位を下表のとおり変更しました。

番号	河川名	観測所名(地域)	変更前*(^m)	変更後*(^m)
①	北上川	諏訪前(川崎)	9.2 / 8.9	8.8 / 8.6
②	磐井川	釣山(一関)	4.0 / 3.5	6.5 / 5.9
③	砂鉄川	妻神(川崎)	6.5 / 6.0	8.7 / 8.1
④	千厩川	矢作(川崎)	2.5 / 1.8	4.5 / 3.2

*はん濫危険水位/避難判断水位
④は、はん濫危険水位/消防団待機水位

Point! 防災行政情報システム(屋外マスト)で緊急情報を発信

市内に整備された355基の屋外マスト。全市一斉や地域ごとに緊急情報や行政情報を放送しています。放送を聞き逃した場合は、電話応答装置「テレガイド」(☎5008)で内容を確認できます。



Point! 非常時でもアクセスが混雑しない「岩手県一関市災害情報ブログ」

災害時にアクセスが集中し、市ホームページなどを開けないことを予想して、市はYahoo!JAPANと災害協定を締結。常に過去の情報を複製しているため、確実に迅速な情報提供が可能です。避難勧告や避難指示なども確認できます。



減災のカギは意識と知識

災害現場に携わる人たちは「自分は大丈夫」という思い込みが一番危険」と口々に語ります。災害は、いつでも起こるかわかりません。常に自分にも起こりうるという意識が大切です。

正しい知識や情報があれば、症状を最小に抑えたり、災害の被害を防ぐことができます。「正しい知識から判断すること」と「正しい情報を早く知ること」が重要です。

熱中症は防げます。万が一、熱中症になっても、応急処置を知っていれば、重症化を回避できます。予測不能といわれるゲリラ豪雨も、避難場所などを事前に確認しておけば、迅速な避難が可能です。

正しい知識と心構えがあれば、減災は決して難しいことではないのです。まさに「備えあれば憂いなし」です。減災は、私たち一人一人の意識と知識にかかっています。

災害時は市民の「心の灯台」に

災害時には、スタッフが24時間体制で待機し、情報をリアルタイムに伝えます。皆さんの行動の道しるべになるように、最新の正確な情報を発信。「ラジオを聞けば、安心できる」そんな「心の灯台」のような存在になりたいです。

これから訪れる梅雨の季節。番組はFMあすも専用ラジオはもちろん、カーラジオやスマートフォンのアプリでも聴けます。日常も非常時も、FMあすもからの情報に耳を傾けてください。

ラジオは皆さんから寄せられる情報や声があってこそ成り立ちます。皆さんからの情報を待っています。



FMあすも・パーソナリティ
塩竈一常さん
Shiogama Ichijo

Point! 市民のライフライン FMあすも専用ラジオ

市から各世帯・事業所に貸し出している「FMあすも専用ラジオ」。平常時は、地域に密着した情報や市政に関するお知らせなどを放送しています。非常時には、災害に関する情報や避難情報などを発信。人命などにかかわる非常事態には、自動で起動して最新情報を届けます。番組を楽しむためだけでなく、ライフラインとしての機能を備えたラジオです。



Point! 北上川学習交流館で「ゲリラ豪雨展」メカニズムや怖さを学ぶ

ゲリラ豪雨の被害や発生のメカニズムなどを学べる「ゲリラ豪雨展」は、6月2日から北上川学習交流館「あいぽーと」で開かれています。5日には、黄海小の4年生14人が見学。豪雨が降る仕組みをさまざまな展示品から体験しました。同展は、7月23日まで開催(要予約)。入館は無料です。

- 1 「勉強になった」という菊池陽斗くん
- 2 ペットボトルで雲ができる仕組みを体験
- 3 土砂流の映像を見て驚く児童
- 4 床下浸水をポンプを使って排水する実験
- 5 耳をすまし雷雨の音を聞く
- 6 齋藤事務局長の説明を受ける児童ら

Point! いつでも避難できるように事前の確認が大切

ゲリラ豪雨が起きたとき、私たちにできるのは避難すること。非常時に、迅速に避難できるように
▶避難場所▶避難経路▶自宅の地盤が海拔から何センチなのかなどを確認しておきましょう。普段から、判断力や情報収集力を養っておくことが大切です。



北上川学習交流館事務局長
齋藤一公さん
Saito Kazutomo
川崎町・66歳

わたしの夢 | <第45回> | 猿沢小

好きな教科は理科
昆虫や生き物の
研究者になりたい



DREAMS COME TRUE

夢は見るものじゃなく、叶えるもの

大島雅晴さん

おおしま・まさはる
猿沢小6年

猿沢小の良いところは、自然な明るいあいさつができる場所といろいろな活動にみんなで協力して取り組める場所です。僕は児童会長。みんなの手本になるように、気持ちを伝えられるようなあいさつを心掛けています。好きな教科は理科。実験や観察では、いつも新しい発見があります。6月4日に修学旅行で、仙台市に行ってきました。印象に残ったのは、仙台市科学館の化石や昆虫の標本展示。いろいろな種類の昆虫がいて、もっと知りたいと思いました。将来は、カブトムシやクワガタムシなどの昆虫を研究する研究者になりたいです。

編集後記

▼小学生の陸上競技大会を取材。足の速い人に憧れる私にとっては、経験できない大舞台。選手の皆さんの走り懸命に写真に収めました。ですが、写真データをみて、走った以上に汗が出ました。
(伊東吉光)

▼知人が就農した。意外に思えたが「昔からやりたかった」のだという。農業は難しいと言われる。飽食の日本で利益を出すという意味なら確かに。だが、楽しむことはたやすい。陰ながら応援しようと思った。
(高橋英義)

▼クールビズの季節。この10年、黒のポロシャツというスタイルを貫いています。毎日同じ服を着ていると思われているかもしれませんが、実は微妙に違う柄です。
(吉住優)

▼「美女旅×いわて」の一関・平泉・奥州編が遂に完成しました。一関から選ばれた3人のモデルさんは、地元が大好きな美人さんたち。美女旅や農業女子など、一関の女子力に期待大です。
(小野寺裕香)

