

# 7 広報 いちのせき <sup>°</sup>-Style

2026 No.437

特集 気合よりも知識と対策  
防ごう熱中症

★COVER

大原さん(大東)方の自宅ガーデン  
初夏の日差しに花と緑が輝いています

# オコシゴト日誌



今月の隊員は…  
**名前** 藤枝 幹太さん(28)  
**担当課** 本庁観光物産課  
**着任** 令和8年1月～  
**出身地** 一関市  
**前職** 自動車関係企業  
**一関でのミッション**  
 イベントの企画・運営、  
 観光・物産のPR推進

活動内容を発信しています



## 市民にお知らせ /

8月末に飛ヶ森キャンプ場で音楽×自然×アートを楽しむイベントを開催予定!



埼玉県で開かれた物産展で全国地ビールフェスなどのポスターを使ってPRしているところ

## 一度離れて気付いた地域の魅力 イベントづくりで恩返ししたい

生まれ育った一関へ恩返しをしたいという思いから帰郷。自分がやってきたこと、これからやりたいこと、地域の人との再会など、さまざまな縁が繋がり、地域おこし協力隊になることを決めました。全国地ビールフェスティバルin一関や全国もちフェスティバルのPRなど、県外に出て気付いた地域の魅力発信に携わっています。目指すのは、リピーターも初参加の人もワクワクするようなイベントづくり。グッズデザインの検討のほか、関東地方での物産展やPR動画の作成、中学校や高校の探究学習での企画支援といった活動もしています。自分が携わるイベントを通じ、一関を好きになってもらえればと思います。

# 防ごう 熱中症

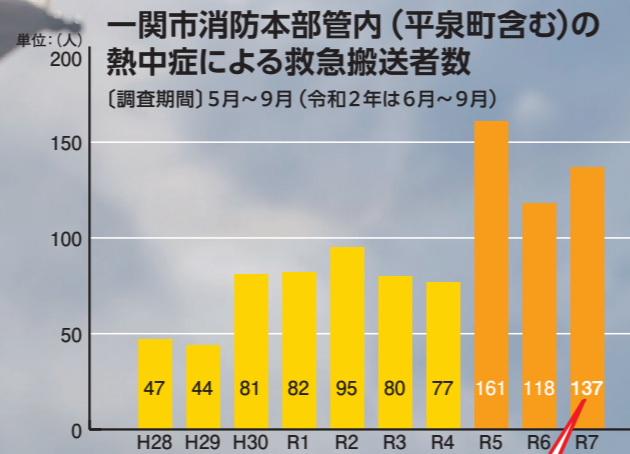
気合よりも知識と対策

夏を健康に乗り切るために 暑さ対策をしましょう

令和7年7月、市内で最高気温38.3℃を観測し、昭和51年の統計開始以降最高を記録しました。本年も暑い夏が予想され、熱中症への警戒がこれまで以上に必要となっています。

熱中症は日常生活のさまざまな

場面で発生し、年齢を問わず誰でもなる可能性があります。命に関わることもあります。一人一人が正しい知識を持ち、日頃から対策を心がけることが大切です。熱中症対策を万全にして、みんなで元気に夏を乗り切りましょう。



搬送者数は3年連続100件超え!

## 目次 CONTENTS

広報いちのせき i-Style 令和8年7月号 No.437

- 2 オコシゴト日誌
- 3 特集 気合よりも知識と対策 防ごう熱中症
- 8 春の叙勲
- 9 骨寺村荘園は900年を迎えました
- 10 市役所からのお知らせ
- 14 ILC NEWS
- 15 健康だより 乳幼児の健康診査/いちのせきけんこうカレンダー など
- 19 NEWS HOTLINE ホットな話題をラインアップ
- 20 市民のひろば イチ☆ビト/ふれーふれークラブ!/キッズ写真館/百年目の寿
- 22 お知らせ INFORMATION
- 26 いちのせきからストップ温暖化 広報eco
- 27 消防団だより
- 28 公衛連だより
- 29 就職支援情報/いちのせき協働ニュース輪っしょい!
- 30 図書館情報 図書館へ行こう!/各館オススメの企画展示・イベント など
- 31 博物館だより
- 32 わたしの夢 山目小・赤荻小

## 6月1日現在の人口と世帯数 ( )は前月比

人口	計	102,180人	(-85人)
	男	49,970人	(-42人)
	女	52,210人	(-43人)
世帯数	46,094世帯	(+8世帯)	

## 納期限は7月31日

- ・固定資産税 2期
- ・国民健康保険税(普通徴収)1期
- ・後期高齢者医療保険料(普通徴収)1期
- ・介護保険料(普通徴収)1期

期限内に納付しましょう。市税などの納付は口座振替をお勧めします。

市職員をかたった還付金詐欺が発生しています。市はATMへ誘導したり、暗証番号を聞いたりする行為は一切していません。注意してください。

本庁収納課 ☎8261  
 または一関市納税貯蓄組合連合会

# 熱中症とは

## 発症のメカニズム

熱中症とは、高温多湿の環境で体温を調節する働きがうまく機能せず、体の中に熱がこもってしまう状態のことをいいます。通常、体温が上がっても人の体は汗をかいたり（気化熱）、皮膚から熱を逃がしたり（熱放散）することで体温を一定に保っています。しかし、気温や湿度が高い環境ではこの働きが追い付かず、体温調節機能が乱れてしまいます。

さらに、体内の水分や塩分が不足すると、汗をうまくかくことができず、体に熱がこもりやすくなります。このような状態が続くことで、体にさまざまな不調が現れます。

## どんな症状が出るの？

めまいや立ちくらみが起こるほか、頭痛、吐き気、筋肉のけいれんや「こむら返り」、体がぐったりする、力が入らない、強いだるさを感じるなどの症状が現れます。進行すると、呼び



### 熱中症の症状

- 頭痛
- 嘔吐
- 倦怠感
- 判断力低下
- 集中力低下
- 虚脱感
- めまい
- 立ちくらみ
- 生あくび
- 大量の発汗
- 筋肉痛
- 筋肉のこむら返り

症状が進むと

応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

出典／厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト ([https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu\\_taisaku/](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/)) を基に一関市が作成

かけに対する反応が鈍くなったり、意識がもうろうとしたりして重症化する場合があります。命に関わることもあるため、早めの対応が重要です。

## どんなときになりやすい？

気温と湿度の高さや風通しの悪さといった「環境要因」、体調や年齢などによる「からだの要因」、運動や屋外作業などの「行動要因」が重なることで発症しやすくなります。条件によっては、室内や夜間、通勤・通学時になる可能性もあります。

なりやすいのは炎天下だけとは限りません。エアコンの使用を控えた風通しの悪い室内で体温が上昇し、症状が進行してしまうことがあります。高齢者や子どもは体温調節機能が十分でないため、特に注意が必要です。

また、急に暑くなった日や梅雨明けなどで体が暑さに慣れていない時期も熱中症になりやすいタイミングです。

## 暑さに慣れる体づくりを

体温調節機能が弱っているときや暑さに慣れていないことも熱中症になりやすい要因の一つです。

体が暑さに慣れることを「暑熱順化」といいます。暑さに慣れると汗をかきやすくなり、体の熱を逃がしやすくな

# 熱中症の応急処置

もしあなたの周りの人が熱中症になってしまったら、落ち着いて対処してください。最初の処置が肝心です。



### チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温

はい

### チェック2 呼びかけに応えますか？

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす



### チェック3 水分を自力で摂取できますか？

はい

水分・塩分を補給する



大量に汗をかいている場合は、塩分が入ったスポーツドリンクや経口補水液・食塩水が良いでしょう

**\*注意\***  
経口補水液を一時に大量に飲むと、ナトリウムの過剰摂取になる可能性もあります

### チェック4 症状が良くなりましたか？

はい

そのまま安静にして十分に休息を取り、回復したら帰宅しましょう



いいえ

### 救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に応急処置を始めましょう。呼びかけへの反応がない場合には無理に水を飲ませてはいけません



いいえ

### 涼しい場所へ避難し、服をゆるめ、体を冷やす

氷のうなどがあれば、首、脇の下、足の付け根を集中的に冷やしましょう



いいえ

### 医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知っている人が付き添って、発症時の状態を伝えましょう



出典／厚生労働省 熱中症予防のための情報・資料サイト ([https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu\\_taisaku/](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/)) を基に一関市が作成

## 自宅や夜間の体調変化に気を付けて

一関西消防署 救急救命士 鈴木成人さん

熱中症が疑われる救急通報は近年増加傾向にあります。中でも7～8月が多く、路上や運動場といった屋外、工場などの職場からありますが、自宅から呼ばれることが圧倒的に多いです。昼間に草刈りなどをして、夕方から体調が悪くなり、夜間に通報に至ったというケースもありました。エアコンや水分補給を控えがち

な高齢者は特に注意が必要だと感じています。救急隊員として、一人一人の症状に合わせた適切な処置と医療機関の選定を行い、迅速な対応を心がけています。通報するかどうかに迷う場合は、救急電話相談窓口「#7119」や小児救急電話相談「#8000」なども活用してください。

## 日常生活でできる暑熱順化

- ウォーキングや散歩、ストレッチなどで軽く汗をかく
- 階段の上り下りなど、体を意識的に動かす工夫をする
- シャワーで済ませず、湯船に漬かる（湯の温度に合わせて、入浴時間を調整する）

**大切!** 運動や入浴の前後は、小まめに水分補給をしましょう!

参考／環境省 熱中症予防情報サイト：熱中症の予防方法と対処方法 <https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness.php>



るなど、熱中症になりにくい体質になります。暑熱順化のスピードには個人差がありますが、一般的には数日から2週間程度かかるといわれています。体調などを考慮し、無理のない範囲で、意識して暑さに慣れる工夫をしましょう。



# 予防のポイント

暑さ対策のアイテムの活用や  
過ごし方、気温などの情報を  
意識することも大切です。



市LINE  
公式アカウント

友だち追加すると、  
熱中症予防に関する  
お知らせが届きます



環境省のLINE  
登録すると、設定し  
た地域の暑さ指数  
を超えたときに通知  
が届きます

## 一人一人が自分を守る

### 小まめに水分補給する

1時間にコップ1杯を意識し、起床時、入浴前後、就寝前などの節目に補給を。塩分補給も忘れずに。



### 定期的に休憩する

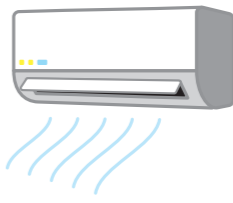
屋外での作業は1時間おきに10～15分程度、日陰や涼しい場所で休みましょう。



## 環境づくりと助け合いで守る

### エアコンや扇風機で涼しく

室温を28℃以下にし、定期的に換気をして空気を流しましょう。



### すだれやカーテンを使う

直射日光を遮り、室温の上昇を防ぎましょう。



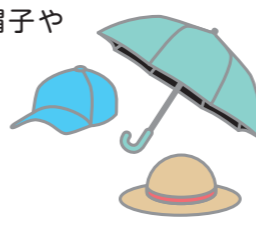
### 涼しい装いをする

吸湿性・通気性の良い素材の服を選び、冷却グッズも活用しましょう。



### 帽子や日傘を使う

外出時には帽子や日傘を活用し、直射日光を避けましょう。



### 涼みどころを活用する

市内で94カ所に開設しています。外出時のひと休みにも使えます。



涼みどころはこちら

### 声かけ・見守りをする

特に高齢者や子ども、障がい者の周囲にいる人は様子を気にかけておきましょう。



### 情報を活用しましょう

気温や湿度、太陽光などの放射熱から算出する熱中症リスクを判断する数値です。危険度によって日常生活の目安が定められています。

### 暑さ指数(WBGT)とは？

暑さ指数(WBGT)	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険(31以上)	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
厳重警戒(28以上31未満)		
警戒(25以上28未満)	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休息を取り入れる。
注意(25未満)	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

出典：環境省熱中症予防情報サイト(<https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt.php>)

## 朝食の三つの効果

熱中症予防は水分と塩分補給が基本ですが、口頃の食事もとても重要です。私たちは食事から体に必要なエネルギーや栄養素、水分などを補っており、特に朝食には熱中症予防に役立つ三つの効果があります。

- ①水分・塩分・エネルギーの補給：睡眠中に失われた水分や栄養を補います
- ②体温調整：発汗機能を維持し、体温の上昇を防ぎます
- ③集中力・判断力の向上：脳が活性化し、体が動くためのスイッチが入ります

## みそ汁がいい理由

水分とミネラルを手軽に補給できる朝食メニューがみそ汁です。塩分含有量は、スポーツドリンクは500ミリリットル当たり約0.5g※、塩分タブレットは1粒当たり約0.1gですが、みそ汁1杯には1〜2gが含まれています。さらに体を温めて胃腸の働きを整えてくれるので、熱中症に負けない体づくりにぴったりです。

※出典：食品成分表2025（女子栄養大学出版部）

## たんぱく質と野菜も忘れずに

暑さで食欲が低下するとたんぱく質が不足しがちになります。そうなると体力の低下や疲れを感じやすくなり、熱中症のリスクも高まります。例えば、そうめんにはゆで卵や豚

しゃぶの梅和え（作り方は18ページの健康コラム参照）をトッピングするとたんぱく質を手軽に摂取できます。さらに市販のカット野菜や調理要らずの夏野菜（トマトやレタス、キュウリなど）をプラスすると栄養バランスが整います。野菜や果物も水分補給や体調管理に役立ちます。

## 健康コラム 拡大版

# 食事と熱中症の関係 予防のカギは朝のみそ汁



トマトとサバ缶の簡単みそ汁のレシピはこちら

### 作った2人からワンポイントアドバイス



夏の熱中症予防にサバの水煮缶、トマト、キャベツを入れた「トマトとサバ缶の簡単みそ汁」はいかがですか。サバ缶を使うことでだしを加える必要がなく、トマトの酸味とうま味の効果でみそが少なめでもおいしく食べられます。ナスやオクラなどの夏野菜や、好みの野菜をたっぷり使ってアレンジしてみましょう。涼しいうちにしっかり朝食を取り、暑さに負けない体をつくしましょう。

健康づくり課栄養士 小野寺晴香さん 佐藤千尋さん

☎健康づくり課 ☎2160

# 骨寺村荘園は900年を迎えました

国指定史跡と国選定重要文化的景観

骨寺村荘園はその歴史的価値の高さから、平成17(2005)年に絵図と現地との対比が可能な堂社や窟など九つの範囲が国史跡「骨寺村荘園遺跡」に指定されました。歴史的背景に加え、この地に独特の気候・風土を踏まえた農耕と居住の在り方を示す貴重な場所であるとして、平成18(2006)年には国重要文化的景観「一関本寺の農村景観」にも選定されています。

2枚の「陸奥国骨寺村絵図」

鎌倉時代には骨寺村が中尊寺領であることを示すため、陸奥国骨寺村絵図という2枚の絵図が描かれました。絵図には山々や田畑、川などが細かく描かれており、現在の景観と比較すると地形などが今も変わらずに残っていることが分かります。このことから2枚の絵図は、中世の村落景観がうかがえる貴重な資料として国の重要文化財に指定されています。

骨寺村荘園の歴史

一関市蔵美町本寺地区は、かつて骨寺村と呼ばれ、その歴史は平安時代にさかのぼります。天治3(1126)年3月、奥州藤原氏の初代清衡は中尊寺の造営に当たって発願した紺紙金銀字交書一切経の写経事業に功績のあった自在房蓮光を、中尊寺経蔵の初代別当に任命します。そこで蓮光は私領だった骨寺村を中尊寺経蔵に寄進(寄付)しました。それ以来約300年にわたり、骨寺村は中尊寺経蔵別当領(荘園)になりました。江戸時代になるとこの地は仙台藩領となりますが、宗教施設の管理は中尊寺が行っていました。骨寺が本寺と呼ばれるようになったのはこの時期といわれています。



900年記念事業

市は本年、骨寺村が中尊寺経蔵別当領となってから900年を迎えることを記念し、左記の事業を実施します。骨寺村荘園遺跡は、中世から続く奥州藤原氏ゆかりの地であり、四季折々の自然や昔ながらの農村風景を感じる事ができる場所です。900年という節目に、骨寺村の歴史や魅力を改めて見つめ直し、悠久の歴史を感じてみませんか。

- 「山王窟」の限定公開
- 平泉と骨寺を巡るツアー
- 900年記念事業講演会

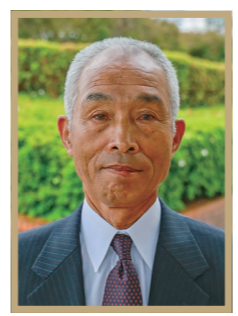
## 900年記念事業 講演会を開催します

- 日時 8月29日(土) 13時～16時 (開場12時30分)
- 会場 SWS東日本シビックホール一関 (一関文化センター)
- 司会 渡辺裕太氏(タレント)
- 基調講演 講師：菅田慶信氏(一関市博物館長)
- パネルディスカッション パネリスト：八重樫忠郎氏(平泉世界遺産ガイドセンター長)ほか
- 入場無料 \*内容は変更となる場合があります



一関市教育委員会骨寺荘園室 ☎02245

\*掲載の承諾があった受章者を掲載しています



瑞宝単光章  
消防功勞

元一関市消防団副団長。昭和51年から令和7年まで48年間にわたる消防団活動で培った豊富な知識と経験を生かし、団員の育成指導に尽力。研修や訓練の実施を促進しました。「先輩方の指導をはじめ、仲間と地域の方々の協力、消防団での活動を理解してくれた家族に感謝できない」と感慨深く語りました。

ゆういち  
小野寺勇一さん 74歳  
室根



瑞宝単光章  
消防功勞

元一関市消防団副団長。昭和46年から令和7年まで53年間の消防団生活。行動力と統率力を発揮し、強い使命感で昼夜問わず出動する姿勢は地域住民から厚い信頼を集めました。「受章は身に余る光栄と一緒に活動してきた同僚のおかげ。50年以上心配をかけ、支えてくれた家族にも伝えたい」と喜びました。

きよみ  
菅原清水さん 74歳  
千歳



瑞宝単光章  
消防功勞

元一関市消防団分団長。昭和46年から令和7年まで53年間活動。自らの職責を深く認識し、熟練の消防技能や知識、豊富な現場経験を生かして団員の資質向上に尽力しました。「部長になったころから責任感がより大きくなった。現在の団員たちにはできる範囲で地域の安全を守ってほしい」と願いました。

せいご  
吉田聖悟さん 72歳  
一関



瑞宝小綬章  
教育研究功勞

一関工業高等専門学校名誉教授。倫理、哲学、ドイツ語を担当し昭和51年から35年間、自主性を尊重し倫理観ある技術者の育成に力を注ぎました。在職中を振り返り「分野の違う先生方と親交を深め、多様な学生に教えることができ本当にありがたい。支えてくれた妻にも感謝したい」としみじみと語りました。

のりお  
西山憲夫さん 78歳  
一関



瑞宝双光章  
教育功勞

元公立小学校長。興田中学校を初めに、教育事務所勤務、舞川中学校長などを経て平成25年に一関小学校長で退職。その後は教育相談員や修紅短期大学教授も務めました。「児童生徒から指導の在り方を教えられ、元気をもらった。家族をはじめ、保護者や教職員、地域の皆さんにお世話になった」と振り返りました。

けいいち  
佐藤恵一さん 74歳  
一関

## 危険業務従事者

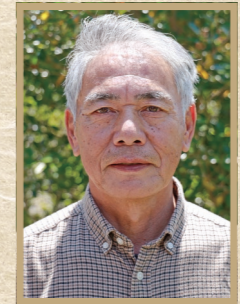
政府は、第46回危険業務従事者叙勲の受章者を発表しました。危険性の高い業務に精励した人に勲章が授与されました。



瑞宝単光章  
警察功勞

元岩手県警警部補。昭和50年に県警入りし、盛岡警察署仙北町交番を皮切りに花巻、岩手、水沢、千厩各警察署などで職務にまい進。刑事や地域部門で活躍しました。担当エリアの安心と安全を守る駐在所勤務には、身近な支えが不可欠だったといい「家族が付いて来て協力してくれたことが大きい」と感謝しました。

ぎいち  
阿部義一さん 74歳  
花巻



瑞宝双光章  
警察功勞

元警視長。昭和46年から40年余りにわたる警察人生。二戸警察署を初めに警備、交通部門などを歩み、盛岡西警察署長を務めた後、平成24年に交通部長で定年を迎えました。謡や登山といった趣味を通じたさまざまな人との出会いが思い出深く、「女房はもちろん、多くの人に恵まれた」と目を細めました。

てつお  
佐藤哲夫さん 73歳  
一関

## 7月15日は農地の日 ～農地パトロールを実施します～

市内の農地利用の確認と遊休農地の実態を把握するため、農地の日に合わせ、7月から9月は重点的に農地パトロールを実施します。調査の際、農業委員や農地利用最適化推進委員が農地などに立ち入ることがあります。調査に協力をお願いします。

☎ 農業委員会事務局 ☎3606

## スマート農業機械導入費用の一部を補助します

◇受付期間…7月1日☎～9月30日☎ \*予算額に達した時点で受け付け終了

◇対象…次の全てに該当する人

- 地域計画の目標地図に位置付けられた
- 令和7年に農業収入がある
- 令和9年度から3年間継続して農業経営を行う意思がある

◇対象経費…次の全てに該当する機械の導入経費

- 販売を目的とした農作物の生産に要する機械
- 農林水産省が公表しているスマート農業技術カタログに記載された技術またはこれらと同等以上と認められる技術を用いた機械

\*中古機械の場合は、使用可能期間が2年以上あることを販売店などが証明していることが必要

◇補助金額…対象経費の2分の1以内(上限50万円)

\*申請は同年度内に1台限り \*課税事業者は税抜き価格で申請

◇申請方法…申請書と必要書類を提出

\*詳しくは市ホームページを確認するかお問い合わせください



ホームページはこちら

☎ 本庁生産流通課 ☎8426または各支所産業建設課

## がけ地近接等危険住宅移転事業

◇対象住宅…土砂災害警戒区域等における土砂災害防止対策の推進に関する法律(平成12年法律第57号)第9条の規定に基づき岩手県知事が指定した市内の土砂災害特別警戒区域にある住宅

◇対象者…危険住宅を所有し、実際にその住宅に居住しており、市内に移転を行う人(当該事業は実施年度の2月末日までに完了)

◇対象経費・補助額

①危険住宅の除去に要する経費…実支出額または標準額のいずれか少ない額

\*標準額:木造36,000円/㎡、非木造51,000円/㎡

②移転に要する経費…実支出額または基準額のいずれか少ない額 \*基準額:975,000円/戸

③住宅の建設(購入を含む)に要する資金を金融機関その他から借り入れた利子(年利率8.5%を限度)…相当額または限度額421万円/戸(建物325万円/戸、土地96万円/戸)のいずれか少ない額

◇募集件数…1戸

◇締め切り…募集戸数に達した時点または令和8年11月末日

\*令和9年度に実施希望の場合は9月末日までに相談



ホームページはこちら

☎ 本庁都市整備課 ☎8543

## ブロック塀等安全確保事業

◇対象ブロック塀…次の全てに該当するもの

- ①道路など(緊急輸送道路、避難路および通学路のうち市道など)に面している
- ②耐震診断の結果、倒壊の危険があると判断された
- ③過去にこの補助金の交付を受けたブロック塀などと同一敷地でない
- ④道路などからの高さが1.2m以上(擁壁は含まない)  
\*道路などに面しない塀、門扉、門柱、フェンス、擁壁などは対象外

◇対象者…次の全てに該当する人

- ①対象ブロック塀を所有・管理し、除却工事を行う
- ②市税を滞納していない

◇対象経費…対象ブロック塀の除却工事に要する費用(設計費および工事監理費を含む)

◇補助額…補助対象経費の3分の2(限度額20万円)

◇募集件数…10件

◇締め切り…募集件数に達した時点または令和8年11月末日

◇その他…耐震診断の結果により、当該事業の対象にならない場合があります。申請の前に必ず事前相談申込書を提出してください



ホームページはこちら

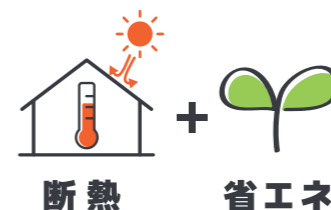
☎ 本庁都市整備課 ☎8543

## 住まいの省エネルギー改修推進事業

◇対象住宅…市内にある一戸建て住宅

◇対象事業

- ①省エネ診断
- ②省エネ設計など省エネ改修



◇対象経費

- ①既存住宅の調査費および既存住宅に係る第三者機関による評価に要する経費
- ②調査費、設計費、計画策定費、第三者機関による評価に要する経費および工事費

◇補助額

- ①補助対象経費の3分の2(補助上限額:15万円/戸)
- ②【省エネ基準に適合の場合】補助対象経費の10分の4(補助上限額:30万円/戸)  
【ZEH水準に適合の場合】補助対象経費の10分の8(補助上限額:70万円/戸)

◇募集戸数…1戸(募集戸数に達した時点または令和8年11月末日時点で締め切り)

\*令和9年度に実施希望の場合は、令和8年9月末日までに相談

◇基準など

- 省エネ基準:断熱等性能等級4かつ一次エネルギー消費量等級4を満たすこと。ただし、部分改修は、改修部分が仕様基準を満たすこと
- ZEH水準:断熱等性能等級5かつ一次エネルギー消費量等級6を満たすこと。ただし、部分改修は、改修部分がZEH仕様基準を満たすこと



ホームページはこちら

☎ 本庁都市整備課 ☎8543

## 高齢者や障がい者のための住宅改修費用を補助します

◇対象工事…令和8年12月までに完了する次の改修工事

- ①トイレの洋式化
- ②浴室の改修
- ③段差の解消
- ④スロープの設置



◇対象者…要支援・要介護と判定された人または身体障害者手帳(下肢・体幹機能)1級～3級の人

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

◇募集件数…10件 \*予算額に達し次第締め切り

◇申込期間…7月6日☎～17日☎

☎ 本庁長寿社会課 ☎8370または各支所市民福祉課

## 木造住宅の耐震診断事業

◇対象住宅…市内の木造住宅のうち次の全てに該当する住宅

- ①昭和56年5月31日以前に新築され、その後増築していない
- ②在来軸組工法または伝統的工法による一戸建て住宅で地上2階建て以下



◇所有者負担額…3,000円/戸

◇募集戸数…13戸

◇締め切り…令和9年1月末日

\*地域の要望に応じて、本事業の説明会や相談会も開催できます。詳しくは問い合わせください



ホームページはこちら

☎ 本庁都市整備課 ☎8543

## 木造住宅耐震改修工事助成事業

◇対象住宅…次の全てに該当する住宅

- ①昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅でその後増築していない
- ②在来軸組工法または伝統的工法による住宅で地上2階建て以下
- ③建築基準法に違反していない
- ④市の耐震診断を受け、上部構造評点が1.0未満、または重大な地盤・基礎の注意事項の指摘があった



◇対象者…次の全てに該当する人

- ①対象住宅を所有(法人所有は除く)または所有者と同居し、かつ、自ら居住の用に供する人で、対象住宅の耐震改修工事を行う
- ②市税を滞納していない

◇対象工事…市内に本店または主たる事業所を有する法人または個人が施工する耐震改修工事(①または②)で、令和9年2月末日までに事業が完了するもの

- ①上部構造評点1.0以上、かつ、既存の評点より0.3以上向上する工事で、地盤・基礎が安全であること
- ②上部構造評点1.0以上、かつ、重大な地盤・基礎の注意事項を改善する工事

◇対象経費

- ①改修工事費
- ②設計・工事監理費
- ③工事に必要な仕上げの撤去・再仕上げに要する費用(補強部分と補強に必要なその周囲で1m以内の部分)


◇補助額…補助対象経費の10分の8(限度額115万円)

◇募集戸数…2戸

◇締め切り…令和8年11月末日

☎ 本庁都市整備課 ☎8543

### 二十歳のつどいの 実行委員を募集します



令和9年1月10日☎に開催予定の二十歳のつどいの企画や運営を行う委員を募集します。

◇活動期間…8月～令和9年1月の19時～21時ごろ  
\*月1、2回程度

◇場所…市役所本庁、SWS東日本シビックホール一関(一関文化センター)など

◇対象…平成18年4月2日～19年4月1日生まれの人

◇申し込み…7月31日☎までに電話かメールで下記へ

☎ 本庁いきがづくり課 ☎8852  
✉ ikigai@city.ichinoseki.iwate.jp

# 市役所からのお知らせ

## 介護保険料のお知らせを郵送します

- ◇郵送時期…7月上旬
- ◇対象者…7月1日現在で65歳以上の第1号被保険者
- ◇送付するもの…納入通知書(納付書で納める普通徴収の人)または介護保険料額決定通知書(年金から引き去る特別徴収の人)

〒一関地区広域行政組合介護保険課 ☎③3223

## 冬季観光コンテンツ造成補助金の補助対象事業を募集します

冬季間の観光客の誘致促進を目的に事業者が実施する観光コンテンツの造成に要する経費の一部を補助します。

◇申込期間…7月1日⑧～8月31日⑧

\*要件など詳しくは二次元コードから確認してください

〒本庁観光物産課 ☎②8415



ホームページはこちら

## 7月の成人検診日程のお知らせ

- 同時受診(受付時間:6時45分～9時)
  - 循環器系健診(基本健診・特定健診・後期高齢者の健診)・胃がん検診・大腸がん検診・肺がん検診・結核健診・肝炎ウイルス検診

日	地域	会場
1日⑧	千厩	千厩農村環境改善センター
2日⑧		
3日⑨		
4日⑨		
5日⑩	一関	一関保健センター
6日⑩		
7日⑩		
8日⑩		
9日⑩		
10日⑨		

- 子宮がん検診・乳がん検診(受付時間:9時30分～10時30分/13時～14時)

日	地域	会場
8日⑩	藤沢	ニコニコドーム
9日⑩		
16日⑩	千厩	千厩農村環境改善センター
17日⑨		
18日⑨	室根	室根曲ろくふれあいセンター
27日⑩		
28日⑩	川崎	川崎市民センター

受診票が手元にない人は下記問い合わせ先、または右記二次元コードから申し込んでください。



申し込みはこちら

〒健康づくり課(一関保健センター内) ☎②2160 または 東部・北部健康推進室

## 介護保険負担割合証を更新します

介護サービスを利用するときの自己負担割合を証明する介護保険負担割合証の有効期限は7月31日⑨です。8月1日⑨から使用できる新しい負担割合証を7月中旬に郵送します。更新手続きは不要です。

◇対象…介護認定を受けている人または事業対象者

〒一関地区広域行政組合介護保険課 ☎③3223

## 介護保険負担限度額認定証更新のお知らせ

市民税非課税世帯で一定の条件を満たす人は、負担限度額認定証があると、介護保険施設などを利用するときの食費や居住費の軽減を受けることができます。

負担限度額認定証の有効期限は7月31日⑨です。更新の案内は6月中旬に郵送しているので、更新の手続きをしてください。

\*申請は随時できますが、申請書が受理された月からの適用となります

〒一関地区広域行政組合介護保険課 ☎③3223

## 市有財産を売却します

次の物件を一般競争入札で売却します。現地説明会は行いません。事前に現地で物件を確認してください。

◇入札日時…11月9日⑩10時～

◇入札会場…市役所本庁

◇売り払い物件

種別	所在	面積(合計)	最低売却価格
土地	一関市青葉二丁目18番1(雑種地)	1,856.06平方メートル	6,050万円
	一関市青葉二丁目18番2(雑種地)		

\*土地の利用条件があります。入札要項を必ず確認してください

◇申し込み…10月30日⑨までに参加申請書などを下記まで提出

◇入札保証金…入札金額の100分の3以上の額を市から交付された納入通知書で入札日までに納付

\*入札会当日は領収書を持参してください  
\*詳しくは市ホームページを確認してください

〒本庁財政課 ☎②2111



ホームページはこちら

## 市観光ボランティアガイド養成講座

◇受講期間…7月30日⑩～12月10日⑩(全7回)

◇受講料…無料 \*特別研修・現地研修の経費は各自で実費負担

◇受講資格…①②の全てに該当する人

①ガイドなどに興味があり、講座受講後、実際にガイドなどとしての活動を希望する人

②18歳以上70歳以下\*令和8年4月1日時点

◇定員…10人(先着順)

◇申し込み…7月17日⑨までに二次元コードからまたは申込書に必要事項を記入して郵送またはファクスで

〒本庁観光物産課 ☎②8415 / FAX③3037



申し込みはこちら

## 後期高齢者医療制度のお知らせ

### 保険料率の見直しの背景

- 後期高齢者負担率(財源全体に占める保険料の負担割合)の上昇
- 診療報酬改訂や医療の高度化などによる一人当たり医療費の増加
- 子ども・子育て支援金納付金の新設

### 後期高齢者医療制度の保険料率が改正されます

後期高齢者医療制度の保険料率を、医療費の状況に応じて見直します。

令和8・9年度の保険料率は次のとおりです。

令和8年度の保険料の額は、令和8年7月に決定し、市から個別にお知らせします。

#### 均等割額(年間)

●令和6・7年 医療分 43,800円  
子ども子育て分 0円

●令和8・9年 医療分 48,800円  
子ども子育て分 1,366円

#### 所得割率(年間)

●令和6・7年 医療分 8.53%  
子ども子育て分 0%

●令和8・9年 医療分 8.50%  
子ども子育て分 0.26%

保険料の計算方法 \*4 被保険者の所得は、「総所得金額等 - 基礎控除額(43万円)」を原則とします

$$\text{保険料の年額} = \text{医療分均等割額: 48,800円} + \text{子ども分均等割額: 1,366円} + \text{医療分所得割額: 被保険者の所得} \times 8.50\% + \text{子ども分所得割額: 被保険者の所得} \times 0.26\% + \text{限度額 医療分 85万円 子ども子育て分 2.1万円}$$

子ども・子育て支援金制度に関する問い合わせ: 子育て家庭庁コールセンター ☎0120-303-272

その他の問い合わせ: 県後期高齢者医療広域連合 ☎019-606-7501、本庁国保年金課 ☎②8343、各支所市民福祉課

## 資格確認書または資格情報のお知らせを送付します

◇令和8年8月1日時点で84歳以下であり、マイナ保険証の利用登録がある人…マイナ保険証で病院受診ができます

\*資格情報のお知らせが別途届きます

\*マイナ保険証での受診が難しく、資格確認書での病院受診を希望する場合には、申請で資格確認書の交付を受けることができます。詳しくは下記に問い合わせてください

◇令和8年8月1日時点で84歳以下であり、マイナ保険証の利用登録がない人または

85歳以上の人…これまで通り資格確認書が7月下旬に届きます。資格確認書で病院受診ができます

〒本庁国保年金課 ☎②8343または各支所市民福祉課



## 平泉図柄ナンバーで地域の魅力をPR

「走る広告塔」として地域の魅力を全国に発信する図柄ナンバープレート(地方版)は、78地域で導入されています。

市内在住者は、申し込みにより平泉図柄ナンバープレートの交付を受けることができます。車両購入時に限らず、現在使用しているものと同じナンバーの図柄ナンバープレートに交換することもできます。

◇交付手数料

普通・小型自動車…10,270円

大型貨物・バスなど…15,870円

軽自動車…11,300円

◇寄付金…交付手数料に加え、千円以上の寄付金を納入すると、フルカラー版のナンバープレートの交付を受けることができます。

◇申し込み

【購入時】販売店に相談してください

【交換時】希望番号・図柄ナンバープレート申し込みサービスから申し込んでください

\*ナンバープレートの交換は、若手運輸支局または軽自動車検査協会若手事務所に車両を持ち込む必要があります

〒本庁政策企画課 ☎②8641



希望番号・図柄ナンバープレート申し込みサービスはこちら

7月の乳幼児の健康診査

\*日程が変更になる場合は、個別にお知らせします

地域	内容	対象	日	受付時間	場所
全地域	3～4カ月児健診	8年 3月 1日～15日生まれ	29㊟	12:45～13:00	一関保健センター
		8年 3月 16日～31日生まれ	30㊟		
一関	9～10カ月児相談	7年 9月 1日～16日生まれ	29㊟	8:45～9:00	
		7年 9月 17日～30日生まれ	30㊟		
		6年 12月 生まれ	9㊟		
花泉	2歳6カ月児健診	6年 1月 1日～18日生まれ	6㊟	12:45～13:00	
		6年 1月 19日～31日生まれ	7㊟		
大東 千厩 東山 室根 川崎 藤沢	3歳児健診	5年 1月 1日～18日生まれ	2㊟	12:15～12:30	
		5年 1月 19日～31日生まれ	3㊟		
		3年 6月 1日～18日生まれ	16㊟		
大東 千厩 東山 室根 川崎 藤沢	5歳児健診	3年 6月 19日～7月2日生まれ	17㊟	12:45～13:00	
		7年 9月 生まれ	14㊟		
		6年 11月・12月 生まれ	16㊟		
		5年 12月・6年 1月 生まれ	14㊟		
		4年 12月・5年 1月 生まれ	15㊟		
大東 千厩 東山 室根 川崎 藤沢	5歳児健診	3年 6月 1日～8月15日 生まれ	8月に健診を実施します(隔月実施) 健診日の1カ月前に個別に通知します		

\*該当月に受けられない場合は、こども家庭課または東部・北部健康推進室へ連絡してください  
 \*きょうだいなどの同伴で手伝いが必要な人には、託児スタッフが対応します。健診日の2週間前までに申し込んでください  
 \*3～4カ月児健診は全地域を対象として、一関保健センター1カ所のみで実施します  
 \*1歳6カ月児健診、2歳6カ月児歯科健診、3歳児健診、5歳児健診(大東・千厩・東山・室根・川崎・藤沢地域)は、2カ月に1回の実施になります  
 関こども家庭課(一関保健センター内)または東部・北部健康推進室

information

時…日時・期日・期間 場…場所 料…費用 対…対象  
 定…定員 申…申し込み・予約 問…問い合わせ先

ふれあいひろば

時 ㊟㊟㊟ 9時30分～12時、13時30分～16時  
 ㊟9時30分～12時、㊟13時30分～16時  
 \*㊟㊟㊟を除く

場 一関保健センター

関こども家庭課子育て応援係 ☎㊟4170

傾聴サロン

時 7月21日㊟10時～11時30分

場 一関保健センター

時 7月22日㊟13時30分～15時

場 市役所室根支所

関健康づくり課(一関保健センター内)

フリースペースひだまり

時 7月13日㊟13時30分～15時30分

場 一関市総合福祉センター

申 要事前予約

関健康づくり課(一関保健センター内)

保健所の7・8月の検査など

【①骨髄バンクドナー登録②血液等検査】

時 7月8日㊟

\*時間は㊟9時30分～10時 ㊟10時～11時30分

場 一関保健所 申 前日12時まで

\*㊟の検査種類はHIV、肝炎、クラミジア、梅毒

【精神科医によるこころの健康相談】

時 8月6日㊟13時30分～15時30分

場 一関保健所

申 7月30日㊟17時15分まで

関一関保健所 ☎㊟4689

医療と介護の窓

～みんなで守ろう地域医療～

文・独立行政法人国立病院機構岩手病院 地域医療連携室 海馬大樹

地域医療を守るために知ってほしい  
 ～どうして転院が必要なの？～

昨今、医療機関の縮小や閉院に関する報道を目にする機会が増え、地域医療の将来に不安を感じている人も多いのではないのでしょうか。一関市および近隣地域で、今後も必要な急性期医療を安心して受け続けるためには、地域全体で医療機関が役割分担し、連携することが重要です。

急性期医療機関では、病気やけがに対する集中的な治療を行います。その後、病状が安定した患者を地域後方支援病院が受け入れ、回復期のリハビリテーションや療養環境の調整を行うことで、急性期病院は新たに治療を必要とする患者を受け入れることができます。限られた医療資源を地域で守るためにも、このような医療の流れは欠かせません。

当院では地域後方支援病院として「脳梗塞や脳出血など脳血管疾患などの急性期治療後の回復期のリハビリテーション」や「神経・筋難病疾患の専門的診療や長期療養を見据えた支援、生活環境の調整」に取り組んでいます。

急性期治療を終えた後、「どの病院へ転院してリハビリすればいいのか」と悩む人も少なくありません。各医療機関には地域医療連携室や医療相談室が設置されています。転院先や療養生活について不安があるときは相談することができます。

当院は、地域の医療機関と連携し、市民の皆さんが安心して治療や療養を続けられる体制づくりに努めていきます。

関健康づくり課(一関保健センター内)



PICK UP! ピックアップニュース

「国の重要施策にILCを」東北ILC推進協総会で決議

東北ILC推進協議会の総会が6月8日㊟、仙台市内で開催され、ILC実現に向けた国への要望事項などについて協議が行われました。国の重要施策におけるILC関連研究の位置付けを明確にすること、産学官連携の一層の推進と環境整備を図ることを求める決議が採択され、東北として国への働きかけを強化していく方針が確認されました。

総会後には、高エネルギー加速器研究機構(KEK)の浅井祥仁機構長が「ILCの現状と次のステップ」と題して講演し、国内外の動向と今後の取り組みの方向性について説明しました。



総会終了後の講演会に登壇した浅井機構長

ILC実現へ連携強化 県立大学長らと現状を共有

岩手県立大学の鈴木厚人学長と東北ILC事業推進センターの大平尚事務局長が5月1日㊟、一関市役所を訪れ、ILC実現建設地域期成同盟会の代表、副代表らにILC計画の現状について情報共有を行いました。

両氏からは、政府が検討を進めている日本の成長戦略における17の戦略分野と先端加速器技術との高い親和性について説明がありました。参加者は、今後も関係機関との連携を強化し、ILC実現に向けた取り組みを推進していく方針を確認しました。



市役所を訪れた鈴木学長(奥右)と大平事務局長(奥中央)



昨年のキッズサイエンスの様子(科学系テーマ)

参加者募集 【夏休み科学教室】キッズサイエンス開催  
 ライトレースロボットに触れてみよう

(公財)岩手県南技術研究センターと市は、科学体験教室「キッズサイエンス」を8月1日㊟に開催します。本年は「ライトレースロボットに触れてみよう」をテーマに一関高専の阿部林治先生が講師を務めます。

日時 8月1日㊟ ①10時～12時 ②13時30分～15時30分

場所 岩手県南技術研究センター

参加費 無料

対象 市内および平泉町内在住の児童とその保護者

定員 ①、②各先着10組程度

申込期間 7月1日㊟～17日㊟

\*定員に達し次第、受け付け終了。詳しくは岩手県南技術研究センターホームページを参照ください



ホームページはこちら

専用ホームページで  
 情報を発信中!

関本庁 ILC 推進課 ☎㊟8315

ILCニュースWEBは  
 こちら!



英語版ホームページでも発信中!  
 Check out our ILC  
 English HP



日 Sun

月 Mon

火 Tue

水 Wed

木 Thu

金 Fri

土 Sat



休日当番医は市ホームページ・市LINE公式アカウントからも確認できます

### 医療機関を受診する皆さんへ

- ・診療時間内に受診しましょう
- ・かかりつけ医をもちましょう
- ・休日や夜間の受診は当番医を利用しましょう
- ・医療機関を受診するときは、マスクを着用しましょう

1

- +**西 及川内科胃腸科クリニック (鳴神) ☎31-3131
- +**東 かわさきファミリークリニック (川崎町薄衣) ☎43-3770

2

- +**西 ひらいずみ内科クリニック (平泉町平泉) ☎34-1133
- +**東 県立千厩病院 (千厩町千厩) ☎53-2101

3

- +**西 阿部内科クリニック (竹山町) ☎23-2918
- +**東 千厩ひかりクリニック (千厩町千厩) ☎51-1156

4

5

- +**西 [内科]かとうこどもクリニック (山目) ☎33-2211
- +**東 [外科]一関すずき整形外科クリニック (山目) ☎33-1110
- +**東 谷藤内科医院 (千厩町千厩) ☎51-3355

6

- +**西 一関中央クリニック (中央町) ☎21-1222
- +**東 室根診療所 (室根町折壁) ☎64-2127

7

- +**西 いたう脳神経内科 (上坊) ☎21-8200
- +**東 もりあい内科クリニック (千厩町千厩) ☎51-3322

8

- +**西 小野寺内科循環器科 (末広) ☎23-5600
- +**東 谷藤内科医院 (千厩町千厩) ☎51-3355

9

- +**西 かとうこどもクリニック (山目) ☎33-2211
- +**東 県立千厩病院 (千厩町千厩) ☎53-2101

10

- +**西 桂島医院 (駅前) ☎21-8883
- +**東 吉田内科循環器科医院 (大東町大原) ☎71-2131

11

12

- +**西 [内科]いたう脳神経内科 (上坊) ☎21-8200
- +**東 [外科]中里クリニック (石畑) ☎32-5888
- +**東 かわさきファミリークリニック (川崎町薄衣) ☎43-3770

13

- +**西 千和クリニック (桜木町) ☎34-8811
- +**東 たんぼぼクリニック (千厩町千厩) ☎34-7787

14

- +**西 佐藤循環器内科医院 (山目町) ☎23-9678
- +**東 県立大東病院 (大東町大原) ☎72-2121

15

- +**西 木村消化器内科 (三関) ☎21-1311
- +**東 かわさきファミリークリニック (川崎町薄衣) ☎43-3770

16

- +**西 西城医院 (舞川) ☎28-2393
- +**東 県立千厩病院 (千厩町千厩) ☎53-2101

17

- +**西 寺崎内科胃腸科医院 (青葉) ☎23-6211
- +**東 たかがね内科泌尿器科クリニック (千厩町千厩) ☎51-1377

18

19

- +**西 [内科]寺崎内科胃腸科医院 (青葉) ☎23-6211
- +**東 [外科]菊池耳鼻咽喉科皮膚科 (山目) ☎26-2230
- +**東 千厩ひかりクリニック (千厩町千厩) ☎51-1156

20

- +**西 [内科]及川内科胃腸科クリニック (鳴神) ☎31-3131
- +**東 [外科]かげやまクリニック (西沢) ☎26-1026
- +**東 たかがね内科泌尿器科クリニック (千厩町千厩) ☎51-1377

21

- +**西 アビエスカんのクリニック (中里) ☎34-8300
- +**東 猿沢診療所 (大東町猿沢) ☎76-2020

22

- +**西 岩手クリニック一関 (中里) ☎21-5111
- +**東 阿部医院 (東山町長坂) ☎47-3898

23

- +**西 誠信堂医院 (花泉町浦津) ☎82-3434
- +**東 県立千厩病院 (千厩町千厩) ☎53-2101

24

- +**西 中野内科循環器科クリニック (山目) ☎33-2311
- +**東 吉田内科循環器科医院 (大東町大原) ☎71-2131

25

26

- +**西 [内科]蓬田内科医院 (花泉町浦津) ☎36-3336
- +**東 [外科]こいわ耳鼻咽喉科・アレルギー科クリニック (山目) ☎33-2117
- +**東 室根診療所 (室根町折壁) ☎64-2127

27

- +**西 ひらいずみ内科クリニック (平泉町平泉) ☎34-1133
- +**東 もりあい内科クリニック (千厩町千厩) ☎51-3322

28

- +**西 蓬田内科医院 (花泉町浦津) ☎36-3336
- +**東 県立大東病院 (大東町大原) ☎72-2121

29

- +**西 菅原内科循環器科医院 (花泉町浦津) ☎82-5528
- +**東 谷藤内科医院 (千厩町千厩) ☎51-3355

30

- +**西 千葉内科医院 (山目) ☎25-3211
- +**東 県立千厩病院 (千厩町千厩) ☎53-2101

31

- +**西 阿部内科クリニック (竹山町) ☎23-2918
- +**東 千厩ひかりクリニック (千厩町千厩) ☎51-1156

# 7

July 2026  
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。当番医の確認は市役所 (☎21-2111)でもできます。
- ②マイナ保険証または資格確認書とお薬手帳を持参し、受診してください。

「病院を受診した方がいいのかな…」判断に困ったときに電話してください。看護師などが相談に応じます。年中無休。

### 救急電話相談

●受付時間…24時間  
☎019-656-1774  
または☎#7119

### 子ども 救急相談電話

●受付時間…19:00~翌朝8:00  
●対象…15歳未満の子どもや家族など  
☎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  
\*八嶋中央診療所(石越町)の市外局番は0228

日	医療機関	日	医療機関	日	医療機関	日	医療機関
	[登米]登米診療所 (登米町寺池) ☎23-8422		[登米]島医院 (南方町西山成前) ☎29-6056		[登米]八嶋中央診療所 (石越町南郷) ☎34-2013		[登米]サンクリニック (南方町鴻ノ木) ☎29-6060
5	[栗原]若柳消化器内科 (若柳字川北) ☎32-2316	12	[栗原]岩淵医院 (栗駒岩ヶ崎) ☎45-2155	19	[栗原]達内科 (築館薬師) ☎22-2655	20	[栗原]までなクリニック (築館字下宮野) ☎25-4121
	[栗原]たまがけ医院 (一迫真坂) ☎52-5115		[栗原]まるき内科クリニック (志波姫堀口) ☎24-8073		[栗原]栗原市立鶯沢診療所 (鶯沢南郷) ☎55-3511		[栗原]石橋病院 (若柳字川北) ☎32-2583

#### 気仙沼市・南三陸町の休日当番医

日	医療機関	日	医療機関
	[登米]桜井医院 (登米町寺池) ☎52-3936	20	おだか医院 (田中前) ☎22-3210
26	[栗原]伊礼整形外科 (築館高田) ☎22-0066	26	三条小児科医院 (田中前) ☎23-0088
	[栗原]高橋ハートクリニック (瀬峰下田) ☎59-2005	19	佐藤徹内科クリニック (南三陸町志津川) ☎47-1175

\*気仙沼市・南三陸町(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



①②好天の下、はつらつとプレーを楽しむ参加者 ③ナイスショットが飛び出せば味方、相手関係なくハイタッチ ④木の棒が力強く投げ込まれゲームがスタート ⑤ピンに狙いを定めて渾身の一球

川崎で一関・平泉モルック大会  
好天の下、老若男女が楽しく交流

第2回一関・平泉モルック大会(市、市スポーツ協会など主催)は5月31日、川崎の川崎運動広場で開かれ、本市と平泉町から参加した25チームが世代や性別に関係なく親しめるスポーツを通じ、爽やかな汗を流しました。小学生から80代までの男女が3~4人でチームを組

み、予選リーグと決勝トーナメント、交流戦を実施。木の棒を投げて数字が書かれたピンに当て、先にちょうど50点にするのがルールで、参加者は目まぐるしく入れ替わる得点に一喜一憂しながらプレーを楽しんでいました。3世代で参加した菊地真由美さん(44)は、ナイスショットで勝利に貢献。「楽しいから昨年に続いて参加した。子どもたちに見直してもらえそう」と喜んでいました。



6年ぶりに藤沢町60歳同年の集い  
次代を担う人たちへ 夢と誇りを

一関市藤沢町60歳同年の集い(実行委、藤沢市民センター共催)は5月24日、千厩の及善別邸が、エスプリで開かれ、還暦の節目を迎えた同級生らが顔を合わせ、これからの人生に向けた決意を新たにしました。藤沢の住民を対象にした行事ですが、近年はコロナ禍などで中止していたため6年ぶりの開催。昭和40年4月2日から翌年4月1日までに生まれた24人が出席し、「次代を担う人たちに夢と誇りをつないでいくことを誓う」とする「耳順宣言」を唱和しました。高野聡実行委員長は「これから家庭や地域活動中心の生活へと変わっていくと思う。第2の人生を楽しく、健やかに歩んでいけるよう願う」と語りかけました。



警察官による交通安全教室  
住民が自転車への青切符などを学ぶ

自転車の交通反則通告制度(青切符)などを学ぶ交通安全教室は6月9日、花泉の日形市民センターで開かれ、住民約20人が警察官による講演で4月に導入された同制度や交通ルールについて学びました。同センター、日形婦人会、一関地区交通安全協会日形分会共催の成人学級。一関警察署花泉交番の外川祐悦(はつえつ)所長が、16歳以上の自転車運転者による信号無視や無灯火などに反則金が科される同制度の概要を紹介し、「時間と心に余裕を持った運転を」と呼びかけました。同分会の小野寺清司(おのの)分会長(70)は「学んだ内容を家族に伝え、安全が確保できるようになれば講演の意義がより高まるはず」と理解を深めていました。

時…日時・期日・期間 場…場所 ¥…費用 対…対象 定…定員 申…申し込み・予約 問…問い合わせ先  
※費用が無料、どなたでも参加できる、申し込みが不要の場合、費用、対象や申し込み方法を掲載していません

- 食生活改善推進員養成講座**  
講話や調理実習を通して健康づくりの知識や技術を学びます。  
対市内在住者  
定25人(先着順)  
申7月1日(土)~17日(金)  
問健康づくり課(センター内)
- 家族のためのアルコール依存症教室(要予約)**  
時7月7日(土)14時~16時  
場岩手県立南光病院  
対飲酒の問題やアルコール依存で悩んでいる家族  
◇内容…本人の治療に関する望ましい対応方法  
問健康づくり課(センター内)または東部・北部健康推進室
- もぐもぐ離乳食教室(千厩会場)**  
時7月9日(日)10時30分~11時30分  
場千厩保健センター  
◇内容…栄養士・保健師の講話と個別相談  
対おおむね5カ月~11カ月児とその保護者  
定親子7組程度  
申7月2日(土)までに二次元コードから  
問東部健康推進室(千厩支所内)
- 市民健康講座 ポイント**  
時7月16日(土)10時~11時  
場一関保健センター  
◇内容…暑さに負けない!! 身体活動量を増やす日常生活の実践  
◇講師…健康運動指導士  
◇持ち物…筆記用具、飲み物  
申電話で左記まで  
問健康づくり課(センター内)
- こころの健康づくり講演会(要予約)**  
時7月22日(土)13時30分~15時  
場一関保健センター  
定60人(先着順)  
申7月16日(土)までに左記まで  
◇講演内容…「こころのSOSに気づいたら」  
◇講師…後藤英好氏(さくらクリニック公認心理師・臨床心理士)  
問健康づくり課(センター内)
- 50人未満の小規模事業所が対象の健康相談**  
◇相談項目…労働者の健康管理(メンタルヘルス含む)、健康診断の結果に基づく事後指導、長時間労働者・高ストレス者への面接指導など  
申事業所単位で事前予約  
問一関地域産業保健センター  
☎5110/FAX9955

7月のふれあい会

こころの病を抱えた人が社会参加を目指して交流します。

事業名	日	時間	場所	費用	申込期限
ふれあい会	7日(土)	10:00~11:30	大東保健センター	無料	6月30日(土)
	13日(金)	10:00~12:00	市役所花泉支所	無料	7月6日(日)
	17日(金)	10:00~12:00	千厩保健センター	無料	7月10日(金)
てんと虫教室	7日(土)	10:00~15:00	川崎市民センター	お茶代50円	6月30日(土)
	21日(土)				7月14日(土)

問健康づくり課(一関保健センター内)または東部・北部健康推進室

健康 コックパッドに一関市公式キッチンを開いています

夏バテの予防には水分補給だけでなく、食事をしっかり取ることも大切です。疲労回復にはビタミンB類を多く含む豚肉などのたんぱく質、食欲がない時は梅干しやレモンなど酸味のある食品を利用することが効果的です。

料理レシピ投稿・検索サービス「クックパッド」の一関市公式キッチンで、栄養士が作成したレシピを毎月更新しています。おすすめのメニュー「豚しゃぶの梅和え」は下記二次元コードから確認できます。



クックパッド一関市公式キッチンはこちら

問健康づくり課(一関保健センター内)

7月の献血カレンダー ポイント

7月は愛の血液助け合い運動月間です。

日	場所	時間
11日(土)	ドン・キホーテ一関店	10:00~12:00
		13:30~16:00
14日(土)	平野組	10:00~12:00
		14:00~16:30
15日(土)	市役所室根支所	9:30~11:30
		13:30~16:00
16日(土)	岩手県建設業協会一関支部	9:00~12:00
		14:00~16:00
26日(土)	イオン一関店	10:00~12:00
		13:30~16:30
27日(土)	神文ストア 萩荘バイパス店	9:30~12:00
		14:00~16:00

問健康づくり課(一関保健センター内)

7月の4歳5歳歯科健康診査

7月中に歯科健診実施医療機関で受診してください。対象者には6月中旬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。

○7月の対象者

健診名	対象
4歳歯科健診	令和4年1月生まれ
5歳歯科健診	令和3年1月生まれ

問こども家庭課(一関保健センター内)

7月のこころの健康相談(無料)

公認心理師が無料で相談に応じます。

日	場所	時間
13日(土)	市役所室根支所	10:00~12:00
	千厩保健センター	13:30~15:30
27日(土)	一関保健センター	10:00~12:00
		13:30~15:30

問健康づくり課(一関保健センター内)または東部・北部健康推進室

7月のまちな保健室 ポイント

保健師、栄養士が無料で相談に応じるほか、血圧測定、フレイルチェックを行います。

日	場所	時間
2日(土)	Aコープふじさわ	10:00~12:00
7日(土)	Aコープひがしやま	
9日(土)	千厩ショッピングモールエスピー①	13:30~15:30
	道の駅むろね	
14日(土)	イオンスーパーセンター一関店②	10:00~12:00
22日(土)	カワチ薬品一関店	

\*①骨健康チェック、②ハンドトリートメント体験

問健康づくり課(一関保健センター内)

 **キッズ写真館**

長谷川愛凪ちゃん 瑠愛ちゃん 紗愛ちゃん (一関)



はせがわ・えな／るあ／さら  
 令和6年5月16日生まれ  
 令和4年1月21日生まれ  
 令和7年9月4日生まれ  
**【家族】** 駿さん  
 星七さん  
**【メッセージ】**  
 毎日幸せをありがとう♡  
 元気にすくすく大きくなーれ!

松岡陽輝くん(一関)



まつおか・はるき  
 令和6年3月19日生まれ  
**【家族】** 将太郎さん  
 華子さん  
**【メッセージ】**  
 楽しい毎日をありがとう  
 一緒に成長していこうね

大木琉輝くん(一関)



おおき・るき  
 令和5年2月21日生まれ  
**【家族】** 愛華さん  
**【メッセージ】**  
 これからの成長も  
 楽しみにしてるよ!!  
 大好きだよ♡

こどもたちの写真を  
 募集しています



応募フォーム



電子メール

①最近撮影した写真(携帯画像などのデータ)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。  
**【応募方法】** 応募フォーム <https://logoform.jp/f/k36Dq> または 電子メール kouhou@city.ichinoseki.iwate.jp  
 固 本庁広聴広報課 ☎8182

**イチ☆ピロ**  
 一関の輝く人 No.31



鉄道マンからキュウリ農家へ  
**千葉空さん 22 東山**

Profile

ちば・そら 平成15年、東山生まれ。  
 JAいわて平泉きゅうり部会、青年農業者で組織する両磐4Hクラブに所属しているほか、昨年からは地元消防団でも活動。散歩に出かけ、地元の良さを再発見するのが楽しみの一つ。

育ててもらった地元に貢献したい  
 未来の農業を担う若者の先駆的存在に

生まれ育った実家近くの畑を借り受け、4月にキュウリ農家としての歩みをスタートさせた22歳。「農業をやりたいと考えている同世代の背中を押せるような存在になりたい」と夢を膨らませます。

高校卒業後、J R北海道で検査・修繕業務に従事していましたが、漠然と「地元って良かったよな」との思いが大きくなり2年で退職。新たな仕事を探中、就農希望者向けの相談窓口を利用したことが視野を広げるきっかけとなりました。短期的に収

量を確保できることなどに引かれ、栽培品目はキュウリを選択。昨年度は近隣農家での研修で栽培ノウハウを実践的に身に付け、今春、農家デビューを果たしました。

8月の畑に5月末までに苗の定植を終え、7月初めの出荷に向けて現在は水やりや脇芽の摘み取りなどに汗を流しています。「作業をしていると近くを通る人たちに声をかけてもらえることがある。それを励みに立派にやっている姿を見せたい」。飛び込んだ新たな世界で挑戦を続けます。

重ねた年月、刻んだ年輪

**百年目の寿**

100歳の誕生日を迎えた4人を紹介します

須藤かつ子さん(藤沢)  
 すとう・かつこ  
 大正15年4月17日生まれ



瀬川としさん(一関)  
 せがわ・とし  
 大正15年4月25日生まれ



鈴木イワエさん(大東)  
 すずき・いわえ  
 大正15年5月12日生まれ



千葉キサ子さん(一関)  
 ちば・きさこ  
 大正15年5月19日生まれ



**ふれーふれークラブ!**  
**藤沢中ソフトボール部**  
 顧問:大沢寛 / 部長:原朱李 / 主将:伊東佑麻 / 部員:4人



私たち藤沢中ソフトボール部は、2年生2人、3年生2人で活動しています。人数が少ないため、大会には千厩、東山、大東の各校と合同チームを組んで出場しています。週末などには合同練習を行い、積極的にコミュニケーションを取り合っているのが私たちの強みで、仲間との成長を実感できています。

昨年は東北大会に出場し、初戦突破することができました。今年は東北大会、そしてその先の全国大会に出場することが目標です。支えてくれる仲間や家族、指導して下さるコーチ、先生方への感謝を忘れず、応援してもらえるようなチームを目指して全力で頑張っていきます。

文・部長 原朱李 (3年)

募集

なの花囲碁同好会

時 毎9時〜12時30分
場 なのはなプラザ
定 500円/月
対 1級以下および初心者
関 なの花囲碁同好会(中野)

一関市地域福祉計画推進会議委員

申 7月15日(水)までに氏名、生年月日、住所、経歴などの必要事項を記入した所定の応募用紙と地域福祉に関する提言(400字程度)を提出
出 詳細しくはホームページを確認してください
関 本庁長寿社会課

催し

移動喫茶ひまわり

住み慣れた地域で安心して楽しく暮らせるように、みんなで交流する場所です。
時 6月11日(水)〜令和9年3月11日(土)の毎月第2(土)10時〜12時
\*8月、令和9年1月は9時30分
場 千厩農村労働福祉センター
申 8月、令和9年1月のものづくりワークショップは要申し込み

関 千厩寿慶会在宅介護支援センター
定 2430
時 7月1日(水)、15日(土)各13時30分〜14時30分
場 一関市市民センター
定 2150

玄米ニギニギ体操

時 7月1日(水)、15日(土)各13時30分〜14時30分
場 一関市市民センター
定 2150

岩手県研究発表会

3人の会員が研究を発表します。
時 7月25日(土)10時〜12時
場 一関図書館
関 同会事務局

Man MARCHE vol.5

時 7月12日(土)10時〜15時30分
場 SWS東日本シビックホール一関(一関文化センター)
関 インスタグラム @man.marche\_iwate

第23回みちのく二夜庵俳句大会

時 10月18日(土)11時〜16時
場 SWS東日本シビックホール一関(一関文化センター)
定 事前投句代(3句1組)当日投句代(2句1組) いずれも千円\*事前投句は小為替または現金書留
定 150人
申 事前投句は7月31日(金)まで
関 同大会事務局(砂金)

第19回掬水の丘吟詠大会

時 7月12日(土)9時30分〜12時30分
場 汲水市民センター
定 内容:【第1部】郷土の先哲・芦東山詩歌吟詠【第2部】古今先賢の詩歌吟詠
関 大東芸術文化協会(小山)

夏の主催事業

1 沢遊びに行こう!
時 7月26日(日)、8月9日(日)いずれも9時30分〜13時
定 1人千円\*昼食代含む
対 小学生とその家族
定 各回先着20人
申 6月26日(金)から電話で
2 わくわく夏キャンプ
時 8月1日(土)13時〜2日(日)9時〜18時
定 1人2千円\*食費含む
対 小学生とその家族
定 先着20人\*多数の場合は抽選
申 7月1日(水)から電話で
関 うちのせき健康の森

梅干しと夏のサン

時 7月12日(土)9時〜16時
場 厳美町本寺地区
定 集合場所:9時・市役所、9時10分・J.R.一関駅西口
定 2200円\*昼食、材料代
申 15人
関 骨寺村荘園交流館

講座

多文化防災セミナー

地震や火事、台風のとときの命を守る方法を学びます。
時 7月25日(土)14時〜15時
場 なのはなプラザ
定 講師:一関消防署職員
定 30人
申 申し込みフォームから7月18日(土)15時まで
関 一関市国際交流協会

中国料理教室

中国出身の講師が中国の家庭の味を教えます。
時 7月15日(土)10時〜12時
場 室根市民センター
定 講師:櫻田仁美氏
定 800円
申 メール、電話、申し込みフォームのいずれかで7月7日(火)まで
関 SWS東日本シビックホール一関

I care パーク

定 内容:1 医療的ケア児支援法改正でどう変わるのか?背景と主なポイント(講演会)
2 茶話会
定 講師:加藤千穂氏
時 8月8日(土)10時〜15時
場 紫波町情報交流館
対 医療的ケア児者と家族、重度心身障害児、支援者、関心がある人
定 講演会100人、茶話会40人
申 7月20日(日)までに申し込みフォームから
関 県医療的ケア児支援センター

スマホポーチ作り

端切れを利用してスマホポーチを作ります。
時 7月15日(土)9時30分〜12時
場 一関清掃センター
定 市内または平泉町在住の人
定 16人\*多数の場合は抽選
申 7月1日(水)〜6日(日)の平日8時30分〜11時45分・13時〜16時30分、土8時30分〜11時30分に電話で
関 一関清掃センター

水をめぐる

「水」をテーマに須川温泉などを巡る食育イベントです。
時 7月19日(日)7時30分〜15時30分
申 15人
関 一関市国際交流協会

カヌー体験教室

時 7月11日(土)、18日(土)、19日(土)
定 25日(土)\*1日だけの参加も可
対 市内または平泉町に在住もしくは勤務・在学する小学5年生以上の人\*小学5・6年生は保護者同伴
定 15人
申 7月1日(水)から
関 藤沢B&G海洋センター

スポーツ教室

1 ジュニア水泳教室(藤沢)
時 7月29日(土)〜8月1日(土)10時30分〜11時30分(全4回)
場 藤沢B&G海洋センター
定 25人

バス乗り場発着

定 10組
申 申し込みフォームから
定 持ち物:長靴または登山靴
関 一関西洋野菜プロジェクト(山崎)

学んでつなぐ一関の輪

高校生による夏休みの宿題サポートや伝統芸能体験です。
時 8月2日(日)10時〜12時\*受け付け9時45分
場 サン・アビリティーズ一関
定 50人
申 7月25日(土)までに二次元コードから
関 YOUTH SDGs SIP公式LINE

一関清掃センター主催事業

1 サイクロンクリーナー
時 7月25日(土)9時〜11時30分
定 20組(先着順)
2 ガラスアート
時 8月7日(日)10時〜11時30分
定 20組(先着順)
関 親子リサイクル工作教室

パレトン教室(大東)

時 7月30日〜9月3日の毎週10時30分〜11時30分(全5回)
\*8月13日を除く
場 大東体育館
定 20人
定 内容:1 藤沢B&G海洋センター
2 3 5 5 1 2 大東体育館

スマホ教室

時 8月3日(日)10時〜12時
場 サン・アビリティーズ一関
対 市内在住の障がい者、家族および介助者
定 5人
申 7月27日(土)までに電話またはファクスで
関 サン・アビリティーズ一関

身だしなみ不安解消セミナー

時 7月6日(日)10時30分〜12時
場 なのはなプラザ
対 49歳までの求職者\*いちサポ登録が必要
定 6人
申 7月3日(金)まで
関 うちのせき若者サポートステーション

時...日時・期日・期間 場...場所 定...費用 対...対象 定...定員 申...申し込み・予約 関...問い合わせ先
※費用が無料、どなたでも参加できる、申し込みが不要の場合、費用、対象や申し込み方法を掲載していません

市営住宅等の入居案内

Table with columns: 番号, 募集する住宅, 一関, 大東, 東山, 川崎, 藤沢. Lists various apartment complexes and their details.

抽選制です。抽選日や入居資格など、詳しくは問い合わせください。
募集期間
7月1日(水)〜10日(金)\*土・日を除く
関 本庁都市整備課

新登場! サマージャンボプレミアム 1等・前後賞合わせて12億円. Advertisement for a lottery with a shark illustration.

講座

一関職業訓練協会の講座

- ＊受講料がかかります
- ① フレーン等の運転業務特別教育  
 7月15日⑩、16日⑩(2日間) 定20人
- ② 刈払機取扱作業員に対する安全衛生教育  
 7月22日⑩ 定20人
- ③ 小型車両系建設機械の運転業務特別教育  
 7月29日⑩、30日⑩(2日間) 定10人
- 7月17日⑩まで  
 一関職業訓練協会 ☎⑩7030

東磐職業訓練協会の講座

- ＊受講料がかかります
- ① フォークリフト運転技能講習  
 7月13日⑩、16日⑩(4日間) 定20人
- ② 衛生管理者受験準備講習会  
 7月15日⑩、16日⑩(2日間) 定7人
- 7月6日⑩まで  
 2015年版ISO14001内部環境監査員養成研修  
 7月15日⑩、16日⑩(2日間) 定10人

相談

7月6日⑩まで  
 東磐職業訓練協会 ☎⑩2879

特設人権相談所

毎⑩10時～15時＊毎月第2、3⑩10時～12時は公証人相談も可(要予約)  
 一関市総合福祉センター  
 ＊各支所でも不定期で人権相談所を開設しています

行政相談

7月10日⑩10時～12時・社協藤沢支部 ②7月16日⑩9時～12時・本庁相談室  
 本庁生活環境課 ☎⑩8344

無料法律相談(予約制)

担当弁護士：7月2日・北村宏洋氏／9日・小原恒之氏／16日・峰谷大氏／23日・吉田俊晴氏／30日・赤津聡氏  
 ＊いずれも⑩10時～15時  
 場市役所本庁  
 6月26日⑩～前日15時までに電話または二次元コードから(先着順)  
 市消費生活センター ☎⑩8342

多重債務弁護士無料相談(予約制)

7月14日⑩10時～15時  
 場市役所本庁  
 前日15時まで(先着順)  
 市消費生活センター ☎⑩8342

信用生協による相談会(予約制)

多重債務整理・法律相談  
 7月27日⑩10時～13時  
 場市役所本庁  
 前日15時まで(先着順)  
 市消費生活センター ☎⑩8342

消費者救済資金融資相談

7月27日⑩10時～13時・市役所本庁 ②7月1日、29日の毎⑩9時～17時・一関市社会福祉協議会  
 前日15時まで  
 ①市消費生活センター ☎⑩8342 ②消費者信用生協北上事務所 ☎0197⑩0133

弁護士によるひとり親家庭など特別法律相談

離婚や養育費などの困り事、悩み事相談に応じます  
 7月17日⑩10時～15時  
 場一関地区合同庁舎  
 場母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦など  
 前日までに電話で  
 市消費生活センター ☎0197⑩0133 また 0197⑩623・8539

は一関保健福祉環境センター ☎⑩4687

結婚支援アドバイザーによる相談会(予約制)

7月25日⑩10時～12時  
 場なのはなプラザ  
 場なのはなプラザ  
 場結婚を希望する独身者本人 定先着3人  
 7月15日⑩までに電話で  
 本庁交流推進課 ☎⑩8872

お知らせ

7月は社会を明るくする運動強調月間です

すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深め、新たな被害者も加害者も生まない安全で安心な明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。保護司をはじめとする更生保護ボランティアは、犯罪や非行から立ち直ろうとする人々を地域社会で支え、支援活動を行っています。本運動の社会的意義への理解と保護司や更生保護ボランティアの活動に協力をお願いします。

国民年金保険料の納付に困ったときは

収入減少や失業などで国民

年金保険料の納付が困難な場合は、免除・納付猶予制度を利用してください。本人や配偶者、世帯主の前年所得が一定額以下の場合、申請が認められると保険料の一部または全額が免除になります。免除にならない場合でも、20歳から50歳未満の人は本人、配偶者の前年所得が一定額以下の場合には、保険料の納付が猶予されます。失業による免除を申請する場合は、失業の事実が確認できる証明書類の写し(雇用保険被保険者離職票など)を持参してください。保険料免除は申請日の2年1ヵ月前までさかのぼって申請できます。なお、免除や納付の猶予を受けた期間の保険料は、10年

以内であれば、追納して老齢基礎年金の受給額を増やすこともできます。  
 ◆申請期間：7月1日⑩から(令和8年7月～令和9年6月の申請)  
 本庁国保年金課 ☎⑩8316 または各支所市民福祉課  
 令和8年度夏休みフードパントリー事業  
 生活に困っているひとり親世帯に食料を配布します。困り事の相談にも応じます。  
 7月25日⑩10時～14時  
 場一関市総合福祉センター、川崎農村環境改善センター  
 場ひとり親世帯＊高校3年生以下(未就労)の子どもをひとり親で養育している世帯 ＊ひとり親とは、父・母のほか、祖父・祖母も含まれます

7月3日⑩17時までに一関市社会福祉協議会ホームページ内の事前申し込みフォームから  
 一関市社会福祉協議会 ☎⑩6020  
 おでかけ(サーボ)の検索を行います。スタッフが会員登録、相手の検索を行います。  
 7月5日⑩、25日⑩12時～15時  
 場なのはなプラザ  
 申・聞いきいき岩手結婚サポートセンター(サーボ奥州) ☎0197⑩1188

連すると思われるミツバチの死亡事例が発生しています。防除に当たっては水稲生産者とミツバチ飼育者で十分話し合い、被害の防止に努めてください。なお、地域の防除時期などは、農業改良普及センターやJAに問い合わせてください。  
 県南家畜保健衛生所 ☎0197⑩3531  
 いわて環境の森整備事業  
 岩手県はいわての森林づくり県民税を活用して、手入れの行き届かない人工林を所有者に代わり間伐していただきます。  
 一関農林振興センター ☎⑩1893

(広告)

(広告)

年中行事ともち

長い歴史の中で、人々の暮らしとともに多彩な食べ方を工夫してきた一関地方のもち食文化。季節の節目や人生の大切な行事に餅をつき、自然や神仏に感謝し、平安無事を祈る習慣は今も地域に息づいています。

七夕に当たる7月7日は、この地方では「なぬか日」と呼ばれ、無病息災を願う行事が受け継がれてきました。この日に食べるのが小豆はっつです。小豆には邪気を払う力があるとされ、家族の健康を願って食べられてきた伝統食です。食文化の一つとして、季節の節目に寄り添う知恵が感じられます。

本庁観光物産課 ☎⑩8415  
 一関もち食推進会議：事務局(一社) 世界遺産平泉・一関DMO ☎⑩5345

みんなで進めるジェンダー平等

「ジェンダーレンズ」で見直す私たちの日常

市は、令和8年度から12年度を計画期間とするいちのせきジェンダー平等推進プランを策定しました。「互いの違いを認め合い 支え合い 誰もが可能性を発揮できるまちづくり」を目指します。

大切なのは、一人一人が性差や性別による固定的な役割分担など、日常の中の思い込みに気づき、見直す視点である「ジェンダーレンズ」を持つことです。まずは身近な場面で「なぜだろう」と考えることから始めてみませんか。

いちのせきジェンダー平等推進プランについてはこちら



本庁いきがづくり課 ☎⑩8852

埼玉県内 23 事業所運営

**フロア**

転居祝金 25万円支給!!

介護スタッフ 大募集

介護付有料老人ホームメディカルフロア岩槻

- ◆介護職 月給 268,000円～ ※介護福祉士手当 5,000円別途支給
- ◆夜勤専従介護職 月給 276,000円～
- ◆看護職 月給 370,000円～

グループホームフロア岩槻

- ◆介護職 月給 252,000円～ ※介護福祉士手当 5,000円別途支給
- ◆夜勤専従介護職 月給 241,000円～ ※近隣事業所もお選びいただけます。

詳細はこちら

採用係受付 ☎0120-26-8117

【運営会社】株式会社関東メディカル・ケア 〒339-0054 埼玉県さいたま市岩槻区仲町 1-12-27

JILL STUART

お得に! 早撮り 753 さん

早撮り キャンペーン

期間 2026年5月～7月末の撮影まで

予約受付中

プリエの早撮りは新作・ブランドも選びホーダイ!

プライダサロン七福人 & フォトスタジオプリエ

岩手県奥州市水沢佐倉河字慶徳44-1 営業時間 10:00～17:00(水曜・木曜日定休) 予約制 ☎0120-188-500

# 消防団だより

令和8年度/2026.7.1

Vol.47

〒一関市消防団 ☎0195-5910  
(市消防本部総務課内)



(写真上から)  
実践に即した訓練を実施した秋季訓練  
北上川での操船訓練と救助訓練  
文化財防火デーでの火災防御訓練  
各部に配置されている装備品などの確認を行う団員

一関市消防団川崎地域本部は、市のほぼ中心に位置し、薄衣、門崎の2地区に2分団7部、134人の団員が在籍しています。隣接する一関、千厩、東山、藤沢の各地域で災害が発生した時には応援で出動する機会が多いことが特徴です。

川崎地域は、かつて水害常襲地と呼ばれ、県北や県央部で大雨が降ると北上川が増水し、合流する砂鉄川や千厩川周辺が氾濫して洪水被害が出ていました。現在は北上川堤防の大規模改修と千厩川水門の整備でカスリン・アイオン両台風のような水害は減りました。過去には北上川堤防の改修工事の際に水害が発生し、作業員が取り残されたことがありました。水防

## 地域本部の活動紹介⑥

### 川崎地域

団による活動で間一髪作業員を救助することができ、この出来事は川崎地域の水防活動の大きな誇りとなっています。また、川崎地域の団員は小型船舶操縦士免許を取得し、梅雨や台風などの出水期に合わせ、配備されている船舶での救助訓練に励んでいます。

令和8年度の主な活動は、6月の水防訓練、7月の操船・救助訓練、8月には屯所等点検とかわさき夏まつり花火大会の警戒・警備などがあります。さらに10月は秋季訓練、1月は文化財防火デーに合わせた防火訓練などを計画しています。管内を走る国道284号、JR大船渡線のほか、北上川や砂鉄川、千厩川、加妻川などが流れ、災害時の活動が困難な場合もあり

## 熱血消防人

一関地域本部

班長 永澤 千佳さん (49)



消防団に入団したのは、サッカーをしていた2人の息子がけがなどをしたときの応急措置や、万が一の際に自動体外式除動器(AED)を正しく操作できるようにしておきたいと思ったからです。

18年ほど前、応急手当の知識の必要性を実感した経験がありました。当時は静岡県内の病院に勤務しており、参加した院内学会のテーマが「慌てずに誰でもできる子どもの脱臼の治し方」でした。まさにその日の夜、寝ていた長男が急に泣き出し、腕を押さえていました。私は医師が話した内容を思い出し、冷静に対処することができました。その日のように必ずうまくいく訳ではないですが、知識を身に付けておくことは大事だと実感しました。

現在は一関市消防団「なのはな隊」に所属し、応急手当普及員として活動しています。多くの市民に応急手当を学んでもらえるように取り組んでいます。

ですが、経験と訓練を通じて防災に努めています。

川崎地域本部では、最大の課題である消防団員の募集活動にも力

を入れています。地域を守る仲間を増やし、自主防災組織や女性消防協力隊と連携して、愛する郷土を守っていきます。

## 家庭でできる生ごみ削減 ミニキエーロを作ってみませんか

\*出典：キエーロ公式サイト



生ごみを土に戻す「キエーロ」は、家庭で簡単にできる生ごみ処理方法です。



### ●準備するもの

- 容器(衣装ケースまたはプランター)
- 黒土(市販の黒土、庭や畑の土、古いプランターの土)

\*適さない土…砂、粘土、人工の培養土など

### ●作り方・使い方

- ① 容器に黒土を入れる
- ② 日当たりの良い場所に置く
- ③ キエーロ内の土を掘って生ごみを入れる
- ④ 生ごみを細かく砕き混ぜる
- ⑤ 掘った乾いた土をかぶせる \*①～⑤の作業を繰り返す



乾いた土で覆うことで、臭いや虫を防ぐ効果があります。

### ●分解期間(生ごみの量などにより変わります)

季節によって異なりますが、夏は約5日、冬は約2週間が目安です。

### ●市の補助制度も活用できます

生ごみ削減には、生ごみ処理機の利用も効果的です。一関市は、生ごみ処理機の購入に対して最大3万円の補助金を交付しています。家庭での生ごみ削減は、ごみ処理費の軽減につながります。

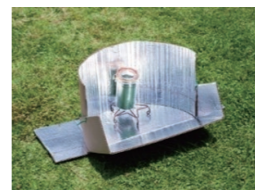
☎ 本庁生活環境課 ☎0195-8331

## 火を使わない調理 ソーラークッカーを作ってみよう!

ソーラークッカーは、太陽光を熱に変えて調理する器具です。火や電気を使わないため、エネルギー削減につながり、災害対策にも役立ちます。

### ●材料

- 段ボール(70×70cm程度)
- 木工用接着剤
- アルミホイル
- 黒い面のある蓄熱用アルミホイル
- 耐熱性の高い透明袋(耐熱ポリ袋)
- ガラス瓶、耐熱容器など



### ●調理例

洗ったジャガイモをホイルで包み、1～2時間太陽光に当てると、ホクホクのふかし芋ができます。アウトドアや災害時にも役立つエコ調理法です。

\*詳しい作り方や活用例は「ソーラークッカー 作り方」で検索してください

### 随時会員募集中!

年会費個人 500円  
企業団体など5,000円

広報ecoのバックナンバーや

会員申し込みは  
市ホームページを  
確認してください



広報 eco

第48号

一関地球温暖化対策地域協議会(IEL) 令和8年6月25日発行

## ごみ処理にかかる費用と 私たちにできること

日本のごみ処理費は年間2兆4,489億円に上ります。令和8年3月27日には、環境省が令和6年度の一般廃棄物処理事業経費の最新データを公表し、前年度より約1,577億円(6.9%)増加したことが示されました。これらの費用は私たちの税金で賄われており、国民1人当たり換算すると、年間約2万円がごみの焼却に使われている計算になります(\*1)。

「分ければ資源、混ぜればごみ」という言葉のとおり、ごみを減らすためには、リデュース(削減)、リユース(再利用)、リサイクル(再生)の3Rを意識し、適切に分別することが重要です。

日本の家庭ごみの約80%が焼却処理されています。家庭ごみの中でも特に多いのが生ごみで、全体の30%～50%を占めるといわれています。生ごみの大部分は水分で、燃やす際には多くのエネルギーが必要です。日本では生ごみを他の可燃ごみと一緒に焼却するため、燃料に重油を使用し、エネルギー消費の増加につながっています。一方、3Rが徹底されているデンマークでは、燃やすごみの割合は約25%と日本に比べて大きな差があります。

ごみ減量には、食品ロスと生ごみの削減が重要です。例えば「必要以上に調理しない」「食材を使い切る」「生ごみは水を切ってから捨てる」といった日常の工夫でごみの量を減らすことができます。ごみ減量はCO<sub>2</sub>排出量やエネルギー消費量、ごみ袋に使用するプラスチックの削減につながり、環境への負担を軽減します。さらに、ごみ処理費が抑えられることで、限られた税金をより幅広い行政サービスに有効活用できるようになります(\*2)。

\*1 出典：一般廃棄物処理事業経費(令和6年度・環境省・ごみ処理費や1人当たり負担額に関するデータ)  
\*2 出典：食品ロス問題専門家・井出留美氏(生ごみの割合や焼却率、食品ロス削減に関する内容)



☎一関地球温暖化対策地域協議会事務局  
(本庁生活環境課内)☎0195-8331



市内には多様な職種の事業所があり、魅力ある働く場と多くの求人があります。

ここでは、市内で働きたい人に向けた、就職活動に役立つ情報をお知らせします。

地元で働く魅力を  
インターンシップで実感しませんか？

地元就職を検討している学生やリターンを検討中のの人などに向けて、市内企業のインターンシップ情報を一関・平泉就職応援サイトいちJOBで紹介しています。地域を支える魅力的な企業を多数掲載しています。

インターンシップは企業の業務内容や職場の雰囲気を実際に体験できる貴重な機会です。地元で働くという選択肢について、考えてみませんか。

\*実施内容、申し込み方法など詳しくは二次元コードから確認できます



本庁商工振興課 ☎248461

いちJOBはこちら

時…日時・期日・期間 場…場所 費…費用 対…対象  
定…定員 申…申し込み・予約 問…問い合わせ先

一関市×キャリアス就活  
キャリア応援サイト「いち推し！」

一関市では、株式会社キャリアスとタイアップし、市内事業所の魅力や働く人の声を紹介するサイト「いち推し！」を開設しました。就職情報や若者の声、一関での暮らしの魅力などを掲載しています。一関で働く魅力を感じてください。



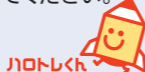
一関で働く若者のリアルがここに  
キャリア応援サイト「いち推し！」

直近のハロートレーニング  
(公的職業訓練)

訓練科名	受講申込期間	訓練期間	訓練施設
パソコンビジネス基礎科	7月2日(金)まで	7月21日(金)～10月20日(金) (3カ月)	わかやまパソコン教室
介護パソコン科	7月9日(金)まで	7月30日(金)～10月29日(金) (3カ月)	両磐地域職業訓練センター

\* テキスト代、材料費、資格受験料などは自己負担。詳しくは、ハローワーク一関に問い合わせください。

一関ハローワーク一関 ☎24135



詳しい求人情報および「求職者マイページ」の開設はこちら



ハローワークインターネットサービス 検索

いちのせき  
公衛連だより

31号

令和8年7月1日

一関市公衆衛生組合連合会

家庭でできる害虫対策

夏を快適に過ごすためのひと工夫

気温と湿度が高くなるこの時期は、ハエや蚊をはじめ、さまざまな害虫の活動が活発になる季節です。日々の暮らしの中のちょっとした工夫で、害虫の発生や侵入・被害を減らすことができます。小さな工夫を積み重ね、快適な夏を過ごしましょう。

対策① 家の中に入れられない・増やさない工夫をしよう

- 調理後は生ごみをしっかりと密封する
- コバエの温床となる排水口のぬめりを小まめに落とす
- 窓を開ける前に網戸の隙間をチェックする
- 湿気をためないようにする

\* 高温多湿な環境でダニは増殖します。布団やカーペットは天日干しや掃除機で湿気を減らします



対策② 家の周りに寄せ付けない環境をつくろう

- 家の周りの水たまりをなくす
- やぶや草むらは定期的に草を刈り、風通しを良くする

\* 植木鉢の受け皿やバケツなどにたまった水は蚊の産卵場所になります。小まめに確認してください



対策③ 外出時に刺されない・近づかない工夫をしよう

- 外で活動するときは扇風機や風で蚊をよける
- 長袖・長ズボンなどで肌の露出を減らす
- ハチの巣を見つけたら近づかない

\* 駆除は専門業者に相談してください



わっしょい みんなでかつごう いちのせき!!

いちのせき協働ニュース

一関本庁まちづくり推進課 ☎248671

本市の協働の取り組み②7

～地域に愛着を育む 弥栄のまちづくり～

弥栄地区まちづくり協議会は、平成28年の設立以来、少子高齢化や担い手不足などの課題がある中で、子育て支援や青少年育成、高齢者支援など幅広い活動に取り組み、世代を超えた交流の輪を広げています。

中でも特徴的な取り組みの一つが、こどもの思い出づくり事業「弥栄わくわくお楽しみ会」です。弥栄地区のこどもを対象に、お菓子作りや体験活動を通じて交流を深めることを目的に開催しています。令和4年度に市の地域こども思い出づくり支援金を活用して始まり、現在は協議会の自主事業として継続されています。

令和8年3月に開催した会では、トイドローンの操縦体験や工作、地域のパティシエによるお菓子作り教室を実施。参加したこどもたちは、フライパンで簡単に焼けるパン作りにも挑戦し、楽しい一日を過ごしました。当日は、協議会の若者世代で構成する「弥栄サミット」のメンバーも運営をサポート。世代を超えた交流の場となりました。また、青少年事業として、夏休みや冬休みに

は、小学生と老人クラブと一緒にポッチャなどのニュースポーツに取り組み、交流を深めています。

協議会の熊谷佳美事務局長は、「地域のこどもたちは減っていくが、この事業を体験したこどもたちが地域に愛着を持ち、将来的に地域づくりに積極的に参加してくれる大人になってほしい」と話します。また「地域の事業にボランティアとして参加したいと中学生から申し出を受けることが増えており、少しずつ取り組みの成果が出ているのかもしれない」と期待を寄せます。

弥栄地区まちづくり協議会は、「集まる・楽しむ・つながる」を大切にしながら、「心豊かな暮らしの創造」を目指して活動を行っています。

お菓子作りに取り組んだこどもたち



地域活動  
だより  
～一関地域～

萩荘駒下地区の活動について

駒下公衆衛生組合 組合長 熊谷雄一

4月19日に春の一斉清掃を実施しました。令和7年度一関市公衆衛生組合連合会の事業報告によると、市全体の参加者は春秋合わせて延べ3万9千人を超え、多くの皆さんが自分たちの地域を住みよいきれいなまちにしたという思いで取り組んでいることが伝わります。

当地区では4月から10月までの期間、月1回の清掃日を設け、民区の衛生事業として草刈りや草取りを住民の皆さんの協力で実施しています。令和5年度から月1回となりましたが、それ以前は月2回行っていました。現在も雑草の成長が早い時期には月1回では追いつかず、臨時で実施することもあります。民区の発足当初から続けており、すでに半世紀以上の歴史があります。実施回数が増えた背景には人手不足や高齢化があります。かつて先頭に立って草刈りをしてきた人も、年齢には勝てず引退することが増えてきました。

しかし、これを悲観するのではなく、50年以上続いてきたこの取り組みを、これからも協力し合いながら守り、次の世代へつないでいきたいと思っています。



# 博物館だより

岡一関市博物館 ☎03180

Museum

ホームページはこちら▶



## 企画展

### 熊野信仰と一関 —海からやってきた神様—

国の重要無形民俗文化財「室根神社祭のまつりパ行」の開催年に当たることにちなみ、熊野信仰の伝播という視点から、当地域の文化が海とのつながりの中でいかにして形成されたかを紹介します。

時 7月4日④～8月23日④ \*初日は入館無料

#### 現地見学会

熊野神社や寺を巡り、現地で当館学芸員が見どころを解説します。博物館集合・解散。

時 7月5日④ 10時～16時30分(9時50分集合)

¥ 無料 定 20人 申 電話で

〔見学先〕補陀寺(気仙沼市)、南流神社、室根神社

#### 展示解説会

時 7月19日④、8月2日④、  
8月16日④

各15時10分～16時

¥ 無料 \*ただし入館料が必要

#### 講演会①「中世陸奥国における熊野信仰の広がり」

時 7月19日④ 13時30分～15時

〔講師〕七海雅人氏(東北学院大学文学部教授)

¥ 無料 定 50人 申 電話で

#### 講演会②「中世の室根—信仰・交通・領主権力—」

時 8月16日④ 13時30分～15時

〔講師〕当館学芸員

¥ 無料 定 50人 申 電話で



室根神社本宮神輿

### 7月の体験学習・講座

#### ●和算講座研究編(第3回講座/全7回)

一関出身の和算家 千葉胤秀が編集した『算法新書』を通して和算を学ぶ連続講座です。



時 7月25日④ 10時30分～12時

〔講師〕岩手県和算研究会

¥ 300円(初回のみ)

定 24人 申 電話で

#### ●和算講座入門編(第1回講座/全3回)

##### 「単位の話」

時 7月25日④ 13時30分～15時

〔講師〕当館学芸員

¥ 無料 定 24人 申 電話で

#### ●絵画資料からみる熊野信仰(第1回講座/全2回)

絵画資料から熊野信仰について知る連続講座です。

時 7月18日④ 10時30分～12時 〔講師〕当館学芸員

¥ 無料 定 24人 申 電話で

#### ●はくぶつかんこどもくらぶ

##### ②『舎密開宗』と江戸時代のサイエンス—オリジナル石けんを作ろう—

時 7月26日④

10時30分～12時

〔持ち物〕なし

〔服装〕汚れてもいいもの

¥ 100円

定 10人程度

申 電話で



オリジナル石けん作成例

### Books 7月 月は川崎図書館

#### 農業への愛着と執念

～教えたい、伝えたい、残したい～ 千葉秀子/著

岩手県食の匠である著者の体験記。長年の農家生活やレストラン運営にまつわるエピソード、次世代に伝えたいことなど、活動の軌跡と熱意が詰まった1冊です。川崎の名物「カニぱっと」をはじめとするレシピも掲載。



#### みんなが知りたい! 花火のすべて 夜空を彩る美しさのひみつがわかる

公益社団法人日本煙火協会/監修 メイツ出版/発行



花火の種類や仕組み、歴史などのさまざまな知識が豊富な写真や図とともに分かりやすく解説されています。花火大会の楽しみ方や手持ち花火についても掲載されており、夏祭り・夏休みシーズンにおすすめの1冊です。

## 図書館情報

Library



- 一関図書館 ☎02147
- 花泉図書館 ☎04939
- 大東図書館 ☎03541
- 千厩図書館 ☎01122
- 東山図書館 ☎02324
- 室根図書館 ☎03820
- 川崎図書館 ☎04123
- 藤沢図書館 ☎05088

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



### News 図書館へ行く!

#### ●レファレンス(調べもの)サービスを使ってみませんか

図書館では、皆さんからの質問・相談を受け、課題解決に役立つ資料の紹介や本を探す手伝いをしています。ただし、法律相談、医療・健康相談など答えられないものもあります。各図書館カウンターのほか、電話・ファクス・メールでも受け付けています。

### Reference 図書館で調べよう

#### Q 川崎町薄衣にある浪分神社のいわれが知りたい。

A 正治2(1200)年3月に信州諏訪湖畔(長野県)の諏訪大社から勧請され、明治維新前は諏訪大明神と称しました。明治3(1870)年9月に浪分神社と改称して薄衣村の村社となり、その後、明治38(1905)年に弥栄神社を合祭しました。

参考資料:『川崎村の歴史』小林文夫/著 熊谷印刷出版部/発行  
『薄衣の歴史』山形薫/著  
『薄衣村史』薄衣村史編集委員会/編 岩手県東磐井郡川崎村/発行

### Events 各館オススメの企画展示・イベント

一関	夏休みブックトークの会 小学生の夏休みの読書におすすめの本を紹介します。 時 7月26日④、8月2日④【低学年向け】10時30分～10時50分【中学年向け】11時～11時20分【高学年向け】11時30分～11時50分 各回先着10人 申 電話または直接	企画展 本で旅する 紀行本特集 松尾芭蕉「おくのほそ道」や菅江真澄、司馬遼太郎「街道をゆく」、星野道夫「アラスカ風のような物語」。さらに探検記、登山記など、旅する体験を記した紀行本を集め展示、貸し出します。時 7月23日④まで
花泉	花泉昔かたり 花泉語り部の会「いずみの里」の会員が、方言で一関地方の昔話を語ります。今回は5人の会員が担当します。ぬくもりを感じる方言での昔話を楽しめます。 時 7月9日④13時30分～14時30分	子ども映画会 むろね夏まつりの開催日に合わせ、「こびと観察入門」「ムーミン」ほか、子ども向けの短編アニメーションを上映します。 時 7月4日④①10時30分～11時30分②13時30分～14時30分 幼児～小学生 定20人
大東	寺子屋としょかん 夏休みに涼しく集中して勉強できる場所として集会室を開放します。分からないところはボランティアの先生に相談することができます。 時 7月28日④、29日④10時～12時、13時～15時 小学生	夏休みアシスタント! in川崎 自由研究や工作、作文など、夏休みの宿題のヒントになる資料や読書感想文課題図書を展示、貸し出します。この他に、一般、中高生向けの企画展も開催しています。時 6月27日④～8月26日④*読書感想文課題図書展示は7月中旬から
千厩	一般企画展「東北六懸Fes」 「多彩な東北が熱い絆でひとつになる」というテーマで始まった「東北絆まつり」が、今年は盛岡で開催されたことにちなみ、東北6県のさまざまなことを紹介した資料を展示、貸し出します。時 7月中下旬まで(予定)	ロビー展示 MIX!!! メディアミックス集めました! 小説などの原作を漫画・アニメ・映画など複数のメディアに展開したメディアミックス。湊かなえ作の「告白」や、荒木飛呂彦作の「岸辺露伴シリーズ」など、メディアミックス作品を原作本とDVDのセットで展示します。時 6月26日④～7月23日④

〈 告 白 〉

広告に関する問い合わせは、  
株式会社 ウィット 072-668-3275

— 広告代理店が運営する —  
大人のための  
デザインスクール  
KITEM DESIGN SCHOOL

キテンスクールのオンライン授業なら…

- 01 オンラインで好きな時間にマイペースで学べます
- 02 スキルアップ・副業・趣味に活かれます

詳しい資料のご請求はこちら

〒569-0071 大阪府高槻市城北1丁目14-17-501  
運営 株式会社 ウィット

## B型肝炎給付金

下記2つともあてはまる方は、給付金を国から受け取れる可能性があります。お気軽にご相談ください。

- ☑ B型肝炎ウイルスに感染している
- ☑ 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ

給付金の例

死亡・肝がん・肝硬変(重度)	3600万円
肝硬変(軽度)	2500万円
慢性B型肝炎	1250万円

※その他症状に応じて支給されます

無料電話相談  
〔平日9時～17時30分〕  
0120-918-862

東京弁護士会所属/弁護士法人マイタウン法律事務所【マイタウン法律事務所 東京事務所】  
東京都千代田区丸の内2-2-1 岸本ビルディング 6F

いちのせき若者 サポートステーション 利用無料

就職活動をサポート!

- 働く事がとても不安…
- ブランク期間がある…
- 短期転職を繰り返す…

15歳から49歳の「働きたい!!」を応援します

まずはお電話下さい!

TEL:0191-48-4467  
受付/9:30-16:00(土日祝日を除く)

運営:特定非営利活動法人レスパイトハウス・ハンズ 岩手県一関市大町4-29 なのはなプラザ4階

MUSBELL

## うちの子も結婚できました!

お気軽にご連絡ください

独身のお子様の結婚相談

TEL:0120-138-026

マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社  
結婚相談所 ムスベル盛岡  
盛岡市茶畑1-17-10 さんざビル7階 通話料無料 営業時間:10時～19時 定休日:第2・第4水曜日

072-668-3275



## 叶城知花さん

かのうしろ・ちか 山目小6年

### 助産師になりたい

将来の夢は、助産師になることです。母が医療関係の仕事をしているので影響されたほか、小さい子のお世話や赤ちゃんが好きなので、私もそういった仕事に就きたいと思いました。

普段から医療関係の本を読んだり、母から薬の種類や効果を教えてもらったりしています。学校では低学年の子たちと一緒に休み時間に遊ぶのが楽しいです。また、2年生の頃から続けている空手の鍛錬にも励んでいます。



## 千葉悠翔くん

ちば・ひさと 赤荻小6年

### 楽天イーグルスの仕事がしたい

私は将来、東北楽天ゴールデンイーグルスに関わる仕事がしたいです。球場全体を盛り上げるすごい役目だと思うので、選手を紹介するスタジアムMCになるのが夢です。4年生の頃の初めての試合観戦で、鈴木大地選手のサヨナラタイムリーが印象に残っています。

今は年に何度か行くイーグルスの試合観戦と水泳に夢中で、水泳では全国大会を目指しています。何事にもチャレンジしていきたいです。

### DREAMSCOMETRUE

夢は見るものじゃなく、かなえるもの



市役所からの  
お知らせやイベント  
情報などを配信中!



防災マップや停電情報  
休日・夜間救急当番医  
なども確認できます

### いちのせき市民体カテスト

- 前屈や握力など6種目で、自分の体力を確認します。
  - ◇日時…7月25日⑩10時～12時 \*9時受け付け
  - ◇場所…一関ヒロセユードーム ◇費用…無料
  - ◇対象…市内に在住、在勤、在学で小学生～79歳までの健康な人 \*小中学生は保護者同伴
  - ◇定員…30人 \*受付時の血圧測定結果で参加できない場合あり
  - ◇申し込み…7月17日⑤までに申し込みフォームから \*電話不可、先着順
- 固 本庁スポーツ振興課 ☎②18823



申し込みは  
こちら