

# 10 広報 いちのせき *°-Style*

2026 No.440

イベントガイド  
行こうよ！秋フェスタ

## ★COVER

栗拾いが楽しめる花泉観光栗園

6種類、約1000本が実りの秋を迎えています





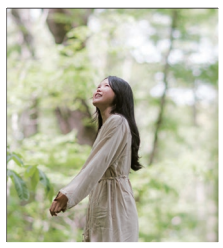
行こうよ!

## イベント ガイド

今年も秋フェスタの季節が到来!  
さまざまなグルメや体験、景色を楽しみ  
一関の魅力を再発見しませんか?

| 月                | 火  | 水  | 木  | 金                | 土              | 日         |
|------------------|----|----|----|------------------|----------------|-----------|
|                  |    |    | 1  | 2                | 3              | 4         |
| 10月 October 2026 |    |    |    |                  |                |           |
| 5                | 6  | 7  | 8  | 9                | 10             | 11        |
|                  |    |    |    | バルーンフェスティバル...P4 | もちフェスティバル...P5 |           |
| 12               | 13 | 14 | 15 | 16               | 17             | 18        |
|                  |    |    |    |                  | 商工祭...P7       |           |
| 19               | 20 | 21 | 22 | 23               | 24             | 25        |
|                  |    |    |    |                  | 農業祭...P8       | 住宅祭...P9  |
| 26               | 27 | 28 | 29 | 30               | 31             | 会場案内...P6 |

今月の隊員は...



名前 千田 ゆきのさん(31)

担当課 本庁いきがいづくり課

着任 令和8年4月~

出身地 奥州市

前職 繊維商社(経理)、  
出版会社(経営管理)

一関でのミッション

いちのせき健康の森の利用者  
数増加、祭時(まつるべ)エ  
リアの活性化

活動内容を発信しています



個人活動用  
Instagram



いちのせき健康の森  
Instagram



祭時スノード  
Instagram

一関のココが好き /

とにかく自然が美しい!  
祭時に初めて来たときの印  
象は「異世界」でした!

一関市地域おこし協力隊員が活動をお知らせします

## オコシゴト目録



▲ 祭時で活動しています

◀ 感謝祭のチラシ。ツリー  
クライミングや乗馬体  
験、芋の汁お振る舞い  
などを行います。詳しく  
はいちのせき健康の森の  
Instagramで発信中

## 美しい自然に囲まれた健康の森の施設を もっと多くの人に利用してほしい

東京でコロナ禍を経験したときに  
自分を見詰め直し、地元に恩返し  
したいという気持ちが湧いてきました。  
自然の中で過ごす時間も増えたこと  
で、改めて自然が持つ力や美しさに  
気付いたことも、一関で地域おこし  
協力隊になるきっかけになりました。

普段はいちのせき健康の森の利  
用者を増やすため、SNS投稿やイ

ベントの企画・運営などを行って  
います。まずは自分が施設の魅力を  
知ることが大切だと思うので、利用状  
況を確認したり活動プログラムに参  
加したりもしています。11月1日には  
感謝祭を開催します。大自然を楽し  
める健康の森ならではのプログラ  
ムで、来場者に心に残る思い出をつ  
くってもらえたらうれしいです。

## 目次 CONTENTS

広報いちのせき *ℓ*-Style 令和8年10月号 No.440

- 2 オコシゴト目録
- 3 イベントガイド 行こうよ! 秋フェスタ
- 10 室根神社特別大祭 見どころマップ
- 11 NEWS HOTLINE ホットな話題をラインアップ
- 12 市役所からのお知らせ
- 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 保健推進委員は地域の健康づくりサポーターです
- 20 インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の予防接種費用を助成します
- 22 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
- 24 お知らせ INFORMATION
- 28 わたしにもできるSDGs
- 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!/各館オススの企画展示・イベント など
- 31 博物館だより/施設めぐり/文化財探訪
- 32 わたしの夢 川崎小・滝沢小

9月1日現在の人口と世帯数  
( )は前月比

| 人口  | 計        | 101,735人 | (-128人) |
|-----|----------|----------|---------|
|     | 男        | 49,739人  | (-63人)  |
|     | 女        | 51,996人  | (-65人)  |
| 世帯数 | 46,051世帯 | (+14世帯)  |         |

### 納期限は11月2日(月)

- ・市県民税(普通徴収) 3期
- ・国民健康保険税(普通徴収) 4期
- ・後期高齢者医療保険料  
(普通徴収) 4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。

圖本庁収納課 ☎8261  
または一関市納税貯蓄組合連合会



\*イベント内容は変更になる場合があります



もちまきは国内最大級！

2日間で合計3万個まきます！

家族、友人と一緒に、おなかと心を満たしてください！

# 第15回 全国もち フェスティバル 2026in一関

日時 10月10日(土) 10時～16時  
11日(日) 10時～15時  
場所 一関ヒロセユードーム健康広場・  
ロータリー特設会場



## ◆関連イベント 一関おもちスタンプラリー

9月7日(月)～11月8日(日)

市内外の対象店舗を巡り、スタンプを集めて応募すると、抽選で市内の特産品が当たります。会場に来て、スタンプをゲットしよう！

## もちまきのお願い

小さな子どもも参加します。  
次の**おもち**を守りながら、  
楽しみましょう。

- 前の人を **お** さない
- みんな仲良く！周りの人と **も** めない
- けがをしない  
(させない)ように

**ち** ゆういしよう！

一関市もち食べられ隊  
もっちーず

©一関市・一関もち食推進会議

## ●ご当地もちの販売

(32店舗参加)

## ●もち食文化紹介

パネル展示、もちクイズ

(本部テント隣)

## ●もちまき

(2日間合計約3万個)

各日①10時～

②13時30分～

## ●ステージイベント

10日(土)

ツジヤマガク

miXÜDance

11日(日)

ヤマハミュージックスクール

祝い餅つき振舞隊



問 同実行委員会 (本庁観光物産課内) ☎②18415

最新情報は  
こちら▶



実行委員会Instagram



実行委員会facebook



いち旅！

問 同実行委員会事務局(本庁観光物産課内) ☎②18413  
当日問い合わせ ☎070-1141-4138/  
070-1144-7683

最新情報は  
こちら▶



Honda GP X



AirB blog



AirB Instagram



実行委員会facebook



いち旅！

## 熱気球ミュージアム

期間中、北上川学習交流館(あいぽーと)に  
開設！



## バルーンイリュージョン

バーナーの炎と音楽の共演。色とりどりに  
熱気球が輝く夜のスペシャルイベント！

◇日時…10日(土)18時～

◇場所…一関一高裏の磐井川緑地



## 熱気球の競技スタート

9日・10日/6時10分～、14時45分～

11日/6時10分～

\*天候状況(雨天・強風)により、スケジュールを変更する場合があります



## 熱気球係留体験搭乗・熱気球教室

◇日時・場所

9日(金)・一関水辺プラザ

10日(土)、11日(日)・一関ヒロセユードーム駐車場

各日7時ごろ～(「いち旅!」から事前予約が必要)

3日間 バルーングッズショップ、キッチンカー

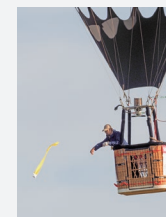
10、11日 パラグライダー体験、スラックライン体験、  
ふわふわ遊具、協賛企業などのブース

## 熱気球の離着陸に協力をお願いします

熱気球は風に乗って進みます。離着陸場所の予測が難しいため、民家の近くや田んぼなどで離着陸する場合があります。競技エリアは、一関市内、平泉町、奥州市、宮城県栗原市、登米市の一部を想定しています。

## 競技用マーカーには触らないでください

競技ではマーカー(砂袋)を使用し、点数を競います。地面に落ちたマーカーには触らないでください。





\*イベント内容は変更になる場合があります

地域の物産品が大集合！姉妹都市・友好都市もやって来る

イベント盛りだくさん！生産者との交流も楽しもう！



### 大町通りステージイベント



- 愛心幼稚園ステージ
- もちまき・お菓子まき
- もち振る舞い 限定100食
- 善楽流獅子舞 ほか

### 同日開催 いちのせき商業まつり 福の市

会場／大町通り歩行者天国

- スリッパ飛ばしチャレンジ(17日)
- ふわふわランド ● マルシェ ● うまいもの市
- キッチンカー大集合！
- 自衛隊広報コーナー(18日)
- 一関一輪車クラブ(18日)
- 愛心幼稚園ダンス(18日)
- mixÜDance(18日)



主催 いちのせき産業まつり実行委員会(商工祭)  
問 岩手日日新聞社営業局(事務局) ☎ 265111

## 第76回 いちのせき産業まつり 商工祭

日時 10月17日(土) 9時30分～16時  
18日(日) 9時30分～15時

場所 なのはなプラザ  
(2階にぎわい創造センター・  
3階展示スペース・大会議室)  
大町通り歩行者天国

### 姉妹都市・友好都市コーナー

会場／なのはなプラザ2階

- 福島県三春町
- 和歌山県田辺市
- 和歌山県新宮市
- 宮城県気仙沼市
- 宮城県栗原市
- 宮城県登米市



### チャレンジショップコーナー

会場／なのはなプラザ2階

- 一関職業訓練協会
- 一関第二高校
- 大東高校(17日)
- 一関学院高校(17日)
- 千厩高校(18日)



### 星めぐりスペース

会場／なのはなプラザ3階

- プラネタリウム ● 星飾りアート ほか

### いちのせきファクトリー 会場／なのはなプラザ3階

- 東山和紙ワークショップ ほか

### 参加型イベント

会場／なのはなプラザ2階

- キッズリポーター ● じゃんけん大会
- 多文化を学ぼう！

### お楽しみ抽選会

会場／なのはなプラザ2階

買い物(飲食・サービスを含む) 500円ごとに抽選補助券1枚を進呈。補助券5枚(2,500円)で1回参加できます！ \*福の市、銀座会協力店も対象

詳しくはホームページを  
確認してください▶



## 秋フェスタ 会場案内



| 駐車場案内                       | バルーン<br>初日<br>9日(金) | バルーン<br>もちフェス<br>10日(土)・11日(日) | 農業祭<br>住宅祭<br>24日(土)・25日(日) |
|-----------------------------|---------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| P1 一関ヒロセユードーム南側駐車場          | ○                   | ○                              | ○                           |
| P2 一関ヒロセユードーム西第1駐車場         | ×                   | ○※係留体験終了後                      | ○                           |
| P3 一関水泳プール駐車場               | ○                   | ○                              | ○                           |
| P臨 JAいわて平泉<br>一関営農経済センター駐車場 | ×                   | ○                              | ○                           |

**商工祭へは、無料シャトルバスを利用してください**

|      |                                                  |
|------|--------------------------------------------------|
| 発着場所 | 市役所本庁駐車場 ⇄ なのはなプラザ                               |
| 運行   | 9時～(10～15分間隔)                                    |
| 最終   | 17日(土) 16時30分 なのはなプラザ発<br>18日(日) 15時45分 なのはなプラザ発 |

市役所 ⇄ なのはなプラザ  
**シャトルバス ¥0**  
10～15分おきに運行



市内特産品を30名様にプレゼント

## イベント間スタンプラリー応募用紙

|           |           |           |    |      |     |
|-----------|-----------|-----------|----|------|-----|
| 10月17・18日 | 10月24・25日 | 10月24・25日 | 〒  | —    | TEL |
| 商工祭       | 農業祭       | 住宅祭       | 住所 |      |     |
|           |           |           | 氏名 | フリガナ |     |

【応募方法】3会場で来場スタンプを押し、必要事項を記入の上、農業祭または住宅祭会場内の応募箱に入れてください。スタンプの設置場所は各会場の案内または本部で確認してください。応募は1人1枚までです。

\*当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます  
\*個人情報情報は適切に管理し、本件以外の目的での使用はいたしません



今年のテーマは  
「未来の暮らしへ、住まいアップデート展  
～見てふれて一関の未来の暮らしを体験しよう!～」



### 特別企画展示

#### ●住宅設備提案展示 (リンナイ株式会社)

- ハイブリッド給湯、暖房システム
- 衣類乾燥機
- こころ、レンジフード、食洗機

### 最新情報が満載

#### 住宅関連企業による出展

30社以上の企業などが勢ぞろい!

### 親子で一緒に楽しめる!

#### 親子ふれあい体験コーナー

- 木製ジャングルジム製作体験



- 東山和紙  
体験コーナー  
(25日)  
①13時～  
②14時～

- 小さな木製家具づくり体験



\*事前予約が必要で  
す。詳しくは二次  
元コードから確認  
してください



### 大人気!

#### 建設機械体験コーナー

- ミニバックホー
- コンバインドローラー



### その他

- 住宅なんでも相談コーナー
- 景観コーナー
- 木工製品とステンドグラス展示  
(24日)
- 自伐型林業パネル展示

# 住宅祭 2026

日時 10月24日(土) 9時30分～16時  
25日(日) 9時30分～15時  
場所 一関ヒロセユードーム

快適な住まいの最新情報と  
楽しいイベントが盛りだくさん!

### 今年も開催! もちまき

24日11時～、15時～  
25日10時～、13時～



### お楽しみ抽選会

会場でキーワード  
を集めて  
参加しよう!

特賞は  
**いわて  
南牛!**

### 特設WEBサイトも 活用してください!

一関の住まいのお困りを解決する  
特設WEBサイトでは地域の住宅  
関連企業の情報を  
公開中!  
WEBならではの  
情報をいつでも確  
認できます!



特設WEBサイトは  
こちら

郷土芸能や楽しいステージもたくさん!  
買い物もイベントも満喫!



### お楽しみ ステージイベント

24日

#### パンどろぼう 撮影会

おおきなパンどろぼうがやってくる!  
(12時～、14時～)

参加無料



- 一関第二高校 太鼓道場部
- 萩荘中学校 特設鶏舞部
- 歯みがき戦士・シカイダーマン
- 松川ロック三味線

25日

おいおい  
おーいっ!



#### ●YouTuber ながの社長 来関!

- 食レポ・もちまき・ゲーム  
(9時30分 ほか)
- 大東高校 鹿踊部
- TSM<sup>2</sup>
- くるくる音頭健康体操 ほか

### 新鮮な農産物を会場で! 農産物直売コーナー



### 木工体験が楽しめる! 林業コーナー



### 一関の「おいしい」がズラリ! 屋台村



### 自慢の野菜などが勢ぞろい! 農産物品評会



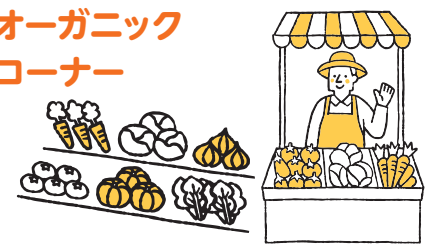
### 同時開催 いわて南牛まつり

今年もやります!  
いわて南牛をサービス特価で販売



### NEW 有機農産物や加工品などが並び

#### オーガニック コーナー







①室根山の沢水を動力にしたからくり装置の水車 ②演奏の合間に装置の仕組みを見学する参加者 ③あいにくの雨にもかかわらず、会場には多くの聴衆が詰めかけた ④からくり装置の音色に合わせて演奏する出演者

### とびがもり水車音楽祭

## 水車が奏でる音色が3年ぶり復活

とびがもり水車音楽祭（実行委主催）は8月30日、千厩の飛ヶ森キャンプ場で開かれ、水車で動くからくり装置と出演者の演奏が聴衆を楽しませました。

テナーサックス奏者の岡淳さんが令和5年まで10年間続けた音楽祭を、地元の若者が新たに実行委を組織し

て3年ぶりに復活。「音をたがやし、タネをまく」と題し、自然の水流を動力に木琴や竹楽器などが奏でる音に合わせて、岡さんをはじめ国内外第一線で活躍するプロジェクトバンドと地元ユニットらが演奏を披露しました。

実行委員長の藤枝幹太さん(28)は「岡さんの音楽祭への思いを聞き、復活させなければと種をまいてきたものを花開かせることができた」と手応えを感じていました。



### 花泉地区集落対抗キンボール大会 力を合わせてスポーツ楽しむ

花泉地区集落対抗キンボール大会は9月5日、花泉の花泉体育館で開かれました。地区内3集落の小学生から50歳代まで約40人が参加し、チームで力を合わせて大きなボールを追いかけ、会場は笑顔と歓声に包まれました。

花泉地区体育協会、花泉市民センター、モリウシ希望ネット花泉が共催。キンボールは4人1組の3チームで行うスポーツで、直径122㍓のボールを相手チームの色を呼びながら打ち合い、ボールを床に落とすと打ったチームの得点になります。

初参加の千葉有瑠斗さん(24)は、「ボールが思ったより重たくて体力を使いました」と話し、楽しく汗を流しながら元気いっぱいにプレーしていました。



### 全国地ビールフェスティバルin一関 個性豊かな150種一堂に

第29回全国地ビールフェスティバルin一関（実行委主催）は8月21日から23日まで、一関のSWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）前広場などで開かれ、会場に「乾杯」の音が響きました。

全国各地の45社が150種類以上の地ビールを提供し、市内中心の26店舗がソーセージやギョーザなどのおつまみを販売。来場者は個性豊かな地ビールと、地元産の野菜や肉を生かしたグルメを堪能しました。

東京から駆け付けた一関出身の鈴木晶子さん(36)は「この日に合わせて友人たちと集まるのが恒例になっている。あちこちのフェスに行ったけれどやっぱり一関が最高」と地ビールと会話を楽しんでいました。



### 大祭神事・協賛イベントスケジュール

| 時間       | 内 容          | 場 所          |
|----------|--------------|--------------|
| 24日 9:00 | 室根大祭登山マラソン   | 町内           |
| 12:00    | 荒馬先陣町内行進     | 町内～マツリバ      |
| 14:00    | 大先司、荒馬先陣、褒揃い | マツリバ         |
| 15:00    | 創作太鼓フェスティバル  | 室根きらめきパーク体育館 |

交通規制時間12:00～17:00

|          |                           |          |
|----------|---------------------------|----------|
| 25日 2:00 | 荒馬先陣 夜の騎馬行列               | 町内       |
| 3:00     | 御魂移し                      | 室根神社     |
| 3:30     | 発典式、神輿御下り                 | 室根神社     |
| 4:30     | 新穀献納式                     | 室根山中田植の壇 |
| 5:30     | 荒馬、御神馬、大先司、御袋神社途中御迎え      | 蟻塚公園     |
| 7:00     | 荒馬、大先司、神輿町内行進             | 町内～マツリバ  |
| 7:30     | 神輿先着争い                    | マツリバ     |
| 8:00     | 仮宮遷宮                      | マツリバ     |
| 8:30     | 馬場めぐり、舞姫舞奉納               | マツリバ     |
| 9:30     | 神輿還幸                      | マツリバ     |
|          | 御神馬、大先司、御袋神社、荒馬先陣、褒祭、町内行進 | マツリバ～町内  |

交通規制時間 7:00～11:00

※表記の時刻は目安です。当日の進行状況により前後する場合があります

### 24日㊥（2日目）



#### 1 大先司、荒馬先陣、褒祭行列

12:00ごろ～ 折壁地内、南流神社、マツリバ

大先司、御袋神社、荒馬先陣、褒祭が折壁町内を歩き、マツリバに集合します。

### 25日㊤（3日目）



#### 2 荒馬先陣 夜の騎馬行列

1:45ごろ～ JA-SS室根セルフ前から町宿まで

騎馬行列が夜の折壁町内を行進。南流神社を参拝。午前4時に町宿を出発し、蟻塚まで神輿を迎えに行きます。



#### 5 神輿先着争いほか お仮宮行事

7:30ごろ～ 蛇石の鳥居、折壁地内、マツリバ

お仮宮への本宮神輿と新宮神輿の安着を争う祭りのクライマックス。仮宮遷宮や馬場めぐりなどが行われます。



# 市役所からのお知らせ

## 10月1日㊦は浄化槽の日です

浄化槽の日は、浄化槽法の施行（昭和60年10月1日）を機に定められました。

合併処理浄化槽を設置すると、下水道などが整備されていない区域でもトイレなどを水洗化することができます。また、微生物が排水を浄化することで、河川などの水質保全にもつながります。

市は合併処理浄化槽を設置する人や、くみ取り槽または単独処理浄化槽を合併処理浄化槽に転換する場合に補助金を交付しています。

詳しくは問い合わせください。

☎ 本庁下水道課

☎㊫8572または  
東部上下水道課 ☎㊫3970



## （一財）自治総合センター コミュニティ助成事業を活用 地域づくり活動をより活発に



宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業は、防災や地域活動のための備品購入などに活用されています。



衣装や音響機器を整備した  
藤沢町第31区自治会の皆さん

藤沢の藤沢町第31区自治会では、令和8年度の宝くじの助成金を活用し、スコップ三味線の衣装や音響機器のほか、会館にエアコンや液晶テレビなどを整備しました。自治会では、スコップ三味線の公演や高齢者が集うずらんサロン、会員交流の場である公民館居酒屋などで、整備した備品を早速活用し、地域の交流促進や地域づくりに役立てています。

会長の菅原実さんは、「宝くじ助成のおかげで自治会活動の幅が広がった。今後は、これらの備品を活用し、さらに地域の活性化と健康増進につなげていきたい」と話しました。

☎ 本庁まちづくり推進課 ☎㊫8671

## スマホ教室がやってくる

スマートフォンの基本的な使い方やLINE、YouTubeなどのアプリの操作方法を学べる出前型スマホ教室です。

市が株式会社Next Iwatelに委託して実施します。

受講者が希望する場所に一関工業高等専門学校の学生（学生スタッフ）が訪問します。

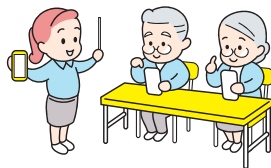
受講は1人から可能で、友達同士やサークルなど複数人（上限6人）での申し込みもできます。

◇費用…無料

◇対象…市内在住者

◇申し込み…氏名、連絡先、受講を希望する開催場所を電話で下記に連絡  
\*一関信用金庫の窓口でも受け付け可能  
\*2回目の利用は要相談

◇申込先…株式会社Next IWATE ☎090-2243-0575  
☎ 本庁政策企画課 ☎㊫8633



## 住民票の内容を確認してください

住民票の内容が正しいことを確認するため、対象区域の各世帯に調査票を送付します。

◇調査票発送日…10月20日㊫

◇対象…沢内～宿区、猿沢1区～浜民13区、松川1区～松川10区、室根14区～室根20区、布佐～所萱

◇調査内容…①住所 ②氏名、振仮名 ③生年月日 ④性別 ⑤世帯主との続柄 ⑥本籍、筆頭者  
\*外国籍の人は、国籍・地域、在留資格など

☎ 本庁市民課 ☎㊫8310

## ILC講演会を開催します

◇内容

【第1部】

ヒッグスファクトリーで探る素粒子・宇宙  
ーILC計画の現状と課題  
講師／ILC-Japan代表  
石野雅也氏

【第2部】

ILCが作る強い日本  
講師／科学ジャーナリスト 小玉祥司氏

◇日時…10月22日㊫14時～16時

◇場所…ベリーノホテルー関

◇主催…ILC実現建設地域期成同盟会

◇費用…無料

◇対象…おおむね高校生以上

◇定員…200人 \*定員になり次第締め切り

◇申し込み…10月8日㊫までに申し込み  
フォームまたは電話で

☎ 本庁ILC推進課 ☎㊫8315



申し込みは  
こちら

## 柿の木などの伐採費用を補助します

人の生活圏におけるクマの出没を抑制するために行う樹木の伐採に要する経費の一部を補助します。

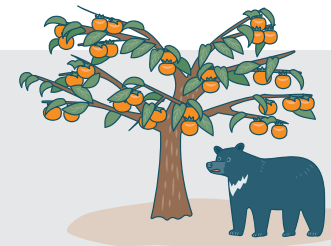
◇受付期間…12月11日㊫まで

\*予算額に達した時点で受け付け終了

◇対象…樹木所有者または所有者から同意を得て管理する個人

◇対象樹木

- 伐採樹種が栗、柿、その他実のなる果樹類である
- 木の生えている場所が人家、農地などからおおむね200m以内である
- 直径が胸の高さでおおむね15cm以上である
- \*営利目的のために栽培管理している樹木は対象外
- \*対象樹木は原則根元からの伐採が必要



◇対象経費…伐採事業者へ支払う伐採、処分費用

◇補助金額…伐採費用の3分の2以内の額

\*本数に関わらず上限10万円

◇申請書…申請先の窓口で配布

\*市ホームページからもダウンロードできます

◇申請先…本庁生活環境課または各支所市民福祉課

\*必要書類など詳しくは市ホームページを確認してください

☎ 本庁生活環境課 ☎㊫8341



ホームページは  
こちら

## ポイ捨てごみゼロキャンペーンを実施します

一関市ポイ捨てのないきれいなまちづくり条例に基づき、きれいなまちづくりを推進しています。キャンペーン期間中に市内のごみを拾い、ごみ拾いSNS「ピリカ」に投稿した人を対象に先着順でエコグッズをプレゼントします。

◇キャンペーン期間…10月1日㊫～31日㊫

◇対象…市内に在住または勤務している人

◇参加方法



- ①ごみ拾いSNS「ピリカ」をダウンロード、またはウェブページからアカウントを作成
- ②イベントページ「一関市ポイ捨てごみゼロキャンペーン」の参加ボタンを押す
- ③市内でごみ拾いを実施し「#一関市ポイ捨てごみゼロキャンペーン」のハッシュタグを付けてピリカに投稿

\*詳しくは市ホームページを確認してください

☎ 本庁生活環境課 ☎㊫8341



ホームページは  
こちら

## 10月18日㊫は秋の一斉清掃

「ポイ捨てのないきれいなまち一関」を実現するため、清掃活動に協力してください。

\*クマの出没が増える時期でもあるため、実施の可否や日程、実施内容などは、各自治会などが地域の状況に応じて決定します。活動の際は、安全に十分配慮してください

☎ 本庁生活環境課 ☎㊫8341  
または 各支所市民福祉課



## プレミアム付きデジタル商品券を申し込んだ人へ

### 10月1日㊫から販売・利用を開始します

10月1日㊫からプレミアム付きデジタル商品券の販売・利用を開始します。事前に申し込んだ人には、9月末日までに購入方法などについて案内を送付します。詳しくは、案内または市ホームページを確認してください。

\*事前申し込みをしていない人は購入・利用できません

◇販売・利用期間…10月1日㊫～令和9年1月31日㊫

◇購入方法などの案内について

【はがきで申し込んだ人】自宅にカードと案内を郵送

【アプリで申し込んだ人】メールで案内を通知

\*利用可能店舗（加盟店）一覧は二次元コードから確認してください

☎ 本庁商工振興課 ☎㊫8412

利用者専用コールセンター ☎0120-111-164



利用可能店舗  
一覧はこちら

## おいしく楽しく食べきろう 10月は食品ロス削減月間です

実りの秋、豊富な食材が食卓を彩る季節です。そんな旬の恵みを無駄にしないことも、食品ロス削減につながります。

日本では、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品が、年間461万トンを発生しています。家庭でできることは、買い物前の冷蔵庫チェックや食材の使い切りなど、ほんの少しの工夫です。食べ物に感謝し「もったいない」の意識を忘れずに取り組みましょう。

☎ 本庁生活環境課 ☎㊫8341





10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 6月 1日～14日生まれ   | 14㊟                                     | 12:45～13:00 | 一関保健センター |             |
|                                  |                 | 8年 6月15日～30日生まれ   | 15㊟                                     |             |          |             |
| 一関                               | 9～10カ月児相談       | 7年12月 1日～7日生まれ    | 14㊟                                     | 8:45～9:00   |          |             |
|                                  |                 | 7年12月 8日～31日生まれ   | 15㊟                                     |             |          |             |
|                                  | 1歳6カ月児健診        | 7年 3月 生まれ         | 8㊟                                      | 12:45～13:00 |          |             |
|                                  | 2歳6カ月児歯科健診      | 6年 4月 生まれ         | 6㊟                                      |             |          |             |
| 花泉                               | 3歳児健診           | 5年 4月 1日～13日生まれ   | 1㊟                                      |             |          | 12:15～12:30 |
|                                  |                 | 5年 4月14日～30日生まれ   | 2㊟                                      |             |          |             |
| 5歳児健診                            | 3年 9月 3日～18日生まれ | 29㊟               |                                         |             |          |             |
|                                  | 3年 9月19日～28日生まれ | 30㊟               |                                         |             |          |             |
| 大東<br>千厩<br>東山<br>室根<br>川崎<br>藤沢 | 9～10カ月児相談       | 7年12月 生まれ         | 20㊟                                     | 9:00～9:15   | 千厩保健センター |             |
|                                  | 1歳6カ月児健診        | 7年 3月・4月 生まれ      | 11月に健診を実施します（隔月実施）<br>健診日の1カ月前に個別に通知します |             |          |             |
|                                  | 2歳6カ月児歯科健診      | 6年 4月・5月 生まれ      |                                         |             |          |             |
|                                  | 3歳児健診           | 5年 4月・5月 生まれ      |                                         |             |          |             |
|                                  | 5歳児健診           | 3年 8月16日～9月24日生まれ | 22㊟                                     | 12:15～12:30 | 千厩保健センター |             |
| 3年 9月25日～11月8日生まれ                |                 | 23㊟               |                                         |             |          |             |

\*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カ所で開催します  
\*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  
☎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    費…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

☎こども家庭課子育て応援係 ☎㊟4170

傾聴サロン

時 10月20日㊟10時～11時30分

場 一関保健センター

時 10月28日㊟13時30分～15時

場 市役所室根支所

☎健康づくり課（一関保健センター内）

ひきこもり家族教室

時 10月19日㊟14時～

場 一関保健所

対 ひきこもりに関して悩みを抱える家族

申 10月13日㊟までに電話で

☎一関保健所 ☎㊟4689

保健所の10・11月の検査など

【①骨髄バンクドナー登録②血液等検査】

時 10月14日㊟

\*時間は①9時30分～10時 ②10時～11時30分

場 一関保健所 ㊟前日12時まで

\*②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 11月5日㊟13時30分～15時30分

場 一関保健所

申 10月29日㊟17時15分まで

☎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 一関在宅緩和ケア支援ネットワーク 佐藤隆次（一関西城病院 緩和医療科）

「早く死にたい」「もう終わりにしたい」の言葉

進行がんで自宅療養をしていた70歳代の女性。訪問診療の診察が一段落した時、女性は「早く死にたい」としっかりと口調で話した。少し間を置いて「早く死にたいと思うんですね」と答えた。すると「これ以上、夫に介護の負担はかけられない。夫は持病を抱えており自分のことでも大変なんだ」と言う。この言葉をそのまま返した。こんなやり取りをしていくと「夫のことをとてもとても大切に思っている」と話した。「旦那さんをとても大切に思っているんですね」と答えた。しばしの沈黙の後、涙を流しながら、ベッド脇で聞いていた夫の方を向いて「ハグして!」と言った。旦那さんも涙を流してハグをした。「死にたい」の言葉の訳が、夫を思いやる気持ちであったと教えてもらった。

人生の幕引きが近づいてくると「早く死にたい」とか「もう終わりにしたい」という言葉が出てくることがある。あなたならどう答えるだろうか。「縁起でもない」「そんなこと言わないで」「がんばれ」…。このような場合、話を遮らないこと、否定しないこと、批判しないこと、自分の考えを押し付けないことが肝要であると考えられている。相手の立場になって考えても相手の思いは分からない。どんな場面でもそうだが、ことに人生の終焉では相手の話をきちんと「きく」こと、考えや思いを教えてもらうことがとても大切である。

☎健康づくり課（一関保健センター内）

在宅医療・介護連携市民フォーラムを開催します

「もしもの時 自分の気持ちを伝えられますか?～今からでも遅くない 考えを整理しておこう～」をテーマに、講演とパネルディスカッションを行います。

◇日時…10月31日㊟13時30分～16時 \*開場13時

◇場所…SWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）

◇費用…無料

◇定員…先着300人

◇基調講演講師…岩手保健医療大学成人看護学領域 教授／臨床倫理研究センター長 三浦靖彦氏

◇パネリスト…やまと在宅診療所一関、やまゆりヘルパーステーション、一関東部地域居宅介護支援事業所協議会

◇申し込み…ファクスまたは申し込みフォームから

☎健康づくり課（一関保健センター内）

☎㊟2160 / FAX㊟4656



申し込みはこちら

完全予約制 身体障害者補装具等巡回相談

補装具の交付（修理）に関する要否判定などを行います。補装具の適合判定または再交付を希望する人は、申し込みの上、最も新しい補装具を装着して来場または持参してください。都合により会場および日時が変更になる場合があります。

◇日時…10月30日㊟

\*受け付けは13時30分～14時

◇場所…サン・アビリティーズ一関

◇申し込み…10月8日㊟までに下記へ

☎本庁福祉課 ☎㊟8355または各支所市民福祉課



10月の成人検診日程のお知らせ

●大腸がん検診（受付時間：9時30分～11時30分）

| 日   | 地域 | 会場       |
|-----|----|----------|
| 4日㊟ | 一関 | 一関保健センター |

このほかにも、単独で結核健診を実施しています。詳しくは、市ホームページに掲載している成人検診日程表を確認してください



ホームページはこちら

受診票が手元にはない人は下記または右の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）

☎㊟2160 または 東部・北部健康推進室

こどもまんなかアクション  
リレーシンポジウムを開催します



第1部はいちのせき大使の小松彩夏氏トークショーやこども意見聴取、第2部は子育て関係者によるパネルディスカッションを行います。こども食堂が提供する弁当の配布（先着100人）や親子で楽しめるブースもあります。

◇日時…10月3日㊟14時～16時30分

◇場所…一関ヒロセユードーム

◇費用…無料

☎こども家庭課（一関保健センター内）☎㊟2165



ホームページはこちら

秋の狂犬病予防集合注射

対象となる犬の飼い主に案内はがきを送付します。はがきが届かない場合は問い合わせてください。



犬の登録と年に1回の狂犬病予防注射は狂犬病予防法に基づく飼い主の義務です。室内飼いでであっても、必ず受けましょう。

◇集合注射の日程・場所…案内はがき、市ホームページに掲載

◇対象…生後91日以上で本年度未接種の犬

\*新しく飼いだめた犬や春に予防注射を受けなかった犬など

◇料金…3,300円

☎本庁生活環境課 ☎㊟8341または各支所市民福祉課



ホームページはこちら

一関市病院事業職員採用試験を実施します

令和9年4月1日採用

◇区分・定員

- ①看護師／3人程度
- ②薬剤師／1人程度
- ③臨床検査技師／1人程度
- ④社会人経験者（一般事務）／1人程度

◇申し込み…令和9年1月29日㊟17時まで



ホームページはこちら

令和8年度随時募集

◇区分・定員

- ①看護師／2人程度
- ②薬剤師／1人程度
- ③臨床検査技師／1人程度

◇申し込み…12月18日㊟17時まで

☎藤沢病院事務局 ☎㊟5253



ホームページはこちら



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

気仙沼市・南三陸町の休日当番医

| 日        | 医療機関                             | 日                                             | 医療機関                            |
|----------|----------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|
| 4<br>㊤   | すがわら内科クリニック<br>(松崎萱) ☎25-8825    | 18<br>㊤                                       | 気仙沼市立病院附属本吉医院<br>(本吉町) ☎42-2621 |
| 11<br>㊤  | うたつファミリークリニック<br>(南三陸町) ☎36-2626 | 25<br>㊤                                       | 村岡外科クリニック<br>(田中前) ☎23-3990     |
| 12<br>㊤㊦ | おだか医院<br>(田中前) ☎22-3210          | *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 |                                 |

4

5

6

7

+

休日

西

[内科] 誠信堂医院  
(花泉町涌津) ☎82-3434

東

[外科] 菅原整形外科クリニック  
(銅谷町) ☎23-0501

東

吉田内科循環器科医院  
(大東町大原) ☎71-2131

+

夜間

西

阿部内科クリニック  
(竹山町) ☎23-2918

東

室根診療所  
(室根町折壁) ☎64-2127

+

夜間

西

一関中央クリニック  
(中央町) ☎21-1222

東

たんぼぼクリニック  
(千蔵町千蔵) ☎34-7787

+

夜間

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

11

12

13

14

+

休日

西

[内科] 中野内科循環器科クリニック  
(山目) ☎33-2311

東

[外科] 葉の花皮膚科クリニック  
(山目) ☎33-2332

東

室根診療所  
(室根町折壁) ☎64-2127

+

休日

西

[内科] アビエスカんのクリニック  
(中里) ☎34-8300

東

[外科] 佐藤外科肛門科医院  
(山目) ☎26-5125

東

藤沢病院(藤沢町藤沢)  
☎63-5211

+

夜間

西

かとうこどもクリニック  
(山目) ☎33-2211

東

県立大東病院  
(大東町大原) ☎72-2121

+

夜間

西

佐藤循環器内科医院  
(山目町) ☎23-9678

東

町浦診療所(千蔵町千蔵)  
☎34-7046

18

19

20

21

+

休日

西

[内科] かとうこどもクリニック  
(山目) ☎33-2211

東

[外科] 西城医院  
(舞川) ☎28-2393

東

遠藤医院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2126

+

夜間

西

木村消化器内科  
(三関) ☎21-1311

東

千蔵ひかりクリニック  
(千蔵町千蔵) ☎51-1156

+

夜間

西

西城医院  
(舞川) ☎28-2393

東

猿沢診療所  
(大東町猿沢) ☎76-2020

+

夜間

西

岩手クリニック一関  
(中里) ☎21-5111

東

かわさきファミリークリニック  
(川崎町薄衣) ☎43-3770

25

26

27

28

+

休日

西

[内科] 一関西城病院(旧一関病院)  
(大手町) ☎23-2050

東

[外科] 一関西城病院(旧一関病院)  
(大手町) ☎23-2050

東

町浦診療所(千蔵町千蔵)  
☎34-7046

+

夜間

西

誠信堂医院  
(花泉町涌津) ☎82-3434

東

谷藤内科医院  
(千蔵町千蔵) ☎51-3355

+

夜間

西

中野内科循環器科クリニック  
(山目) ☎33-2311

東

県立大東病院  
(大東町大原) ☎72-2121

+

夜間

西

菅原内科循環器科医院  
(花泉町涌津) ☎82-5528

東

町浦診療所(千蔵町千蔵)  
☎34-7046

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  
\*佐藤医院(豊里町横町)の市外局番は0225

| 日      | 医療機関                              | 日       | 医療機関                              | 日        | 医療機関                                | 日       | 医療機関                                 |
|--------|-----------------------------------|---------|-----------------------------------|----------|-------------------------------------|---------|--------------------------------------|
| 4<br>㊤ | [登米]しのはらクリニック<br>(米山町西野) ☎23-7387 | 11<br>㊤ | [登米]佐藤医院<br>(豊里町横町) ☎76-3420      | 12<br>㊤㊦ | [登米]サンクリニック<br>(南方町鴻ノ木) ☎29-6060    | 18<br>㊤ | [登米]おおたおおたにクリニック<br>(中田町石森) ☎35-1161 |
|        | [栗原]達内科<br>(築館薬師) ☎22-2655        |         | [栗原]栗原市立若柳病院<br>(若柳字川北) ☎32-2335  |          | [栗原]つきだてこどもクリニック<br>(築館伊豆) ☎24-8753 |         | [栗原]佐藤外科医院<br>(築館伊豆) ☎22-2661        |
|        | [栗原]くりこまクリニック<br>(栗駒岩ヶ崎) ☎45-2128 |         | [栗原]栗原市立花山診療所<br>(花山字本沢) ☎56-2013 |          | [栗原]沢辺中央医院<br>(金成沢辺) ☎42-1171       |         | [栗原]ほそや小児科<br>(栗駒岩ヶ崎) ☎45-5660       |

1

2

3

+

夜間

西

蓬田内科医院  
(花泉町涌津) ☎36-3336

東

県立千蔵病院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2101

+

夜間

西

ひらいずみ内科クリニック  
(平泉町平泉) ☎34-1133

東

吉田内科循環器科医院  
(大東町大原) ☎71-2131

8

9

10

+

夜間

西

いとう脳神経内科  
(上坊) ☎21-8200

東

県立千蔵病院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2101

+

夜間

西

小野寺内科循環器科  
(末広) ☎23-5600

東

阿部医院(東山町長坂)  
☎47-3898

15

16

17

+

夜間

西

千和クリニック  
(桜木町) ☎34-8811

東

県立千蔵病院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2101

+

夜間

西

桂島医院  
(駅前) ☎21-8883

東

たかがね内科泌尿器科クリニック  
(千蔵町千蔵) ☎51-1377

22

23

24

+

夜間

西

寺崎内科胃腸科医院  
(青葉) ☎23-6211

東

県立千蔵病院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2101

+

夜間

西

アビエスカんのクリニック  
(中里) ☎34-8300

東

もりあい内科クリニック  
(千蔵町千蔵) ☎51-3322

29

30

31

+

夜間

西

千葉内科医院  
(山目) ☎25-3211

東

県立千蔵病院  
(千蔵町千蔵) ☎53-2101

+

夜間

西

蓬田内科医院  
(花泉町涌津) ☎36-3336

東

吉田内科循環器科医院  
(大東町大原) ☎71-2131

| 日       | 医療機関                             |
|---------|----------------------------------|
| 25<br>㊤ | [登米]千葉医院<br>(迫町佐沼) ☎22-3725      |
|         | [栗原]くろさわ整形外科<br>(一迫真坂) ☎52-2627  |
|         | [栗原]栗原市立栗駒病院<br>(栗駒岩ヶ崎) ☎45-2211 |

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

急な病気やけがで受診した方が  
いいか、様子を見た方がいいか  
判断に迷ったときに電話してくだ  
さい。年中無休。

救急医療  
電話相談

☎#7119

または☎019-656-1774  
●受付時間…24時間

こども  
救急相談電話

☎#8000

または☎019-605-9000  
●受付時間…24時間(10月1日～)  
※9月30日までは19:00～翌朝8:00  
●対象…15歳未満のこども

+

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。



# 保健推進委員は地域の健康づくりサポーターです

保健推進委員は、行政区長や自治会長からの推薦を受け、市長から委嘱されます。  
任期は2年間で、地域や行政区単位で健康づくりに貢献しています。  
周りの人を健康で幸せにする保健推進委員の活動を紹介します。

## 保健推進委員の主な活動

### 検診の受診率向上

地域の成人検診会場で受付や誘導などを担当。ポスターや声掛けでがん検診や循環器系健診を勧めます

### 健康教室開催

市の保健師や栄養士などが講師を務める健康教室を地区で開催するため、テーマ設定や日程調整、会場確保を行います

### 健康づくり情報の普及

研修会などで学んだ健康知識を話題提供し、健康の輪を家族や地域へ広げます

### 行政へのつなぎ役

地域などから健康に関する相談や情報を受け、必要に応じて行政につなぎます

## voice

保健推進委員の3人に、活動の魅力ややりがいを聞きました



地区の人たちに  
みさちゃんと呼ばれ  
心が和みます

市保健推進委員協議会長  
花泉支部長  
佐藤みさ子さん

20数年前、何も分からずに保健推進委員になりました。検診の手伝いなどのさまざまな保健推進委員の活動を通じてたくさんの人と知り合うことができました。これからも地域の人や委員同士の交流を図り、健康維持の手伝いを続けていきたいと思っています。



健康について  
学ばせてもらい、  
皆さんとつながりが  
持てて、本当に楽しい

市保健推進委員協議会副会長  
大東支部長  
浦野清子さん

保健推進委員の仕事は、地域の人の健康のために、市と地域の人をつなぐ橋渡し役だと思っています。自分もさまざまな健康のことを学ぶ機会を得られ、委員をやっていない人から知り合えなかった人とのつながりを持つことができ、本当に楽しいです。



仕事をしながらでも  
無理なく  
活動しています

市保健推進委員協議会理事  
藤沢支部長  
小野弘美さん

支部内で相談して健康教室を行政区ごとの開催から地区ごとの開催に変えました。行政区を越えた交流ができると好評です。また検診によって早期発見・治療につながり、大事に至らないことを私自身も実感しています。これからも健康になるよう皆さんと活動していきたいです。

図 健康づくり課（一関保健センター内） ☎②160

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 図…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

■もぐもぐ離乳食教室  
（一関・千厩会場）  
時・場①10月21日②9時30分～12時・一関保健センター  
②11月5日③10時30分～11時30分千厩保健センター  
対 おおむね5カ月～11カ月児とその保護者  
◇内容：①栄養士・保健師の講話、調理説明、試食など ②講話と個別相談

■市民健康講座 ポイント  
時10月16日③13時30分～14時30分  
場一関保健センター  
◇内容：薬剤師が教えるサプリメントと健康食品の正しい選び方  
◇講師：大手町薬局 鈴木敦氏  
図健康づくり課（一関保健センター内）  
または東部・北部健康推進室

■家族のためのアルコール依存症教室（要予約）  
時10月6日④14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：①アルコール依存症について②体に与える影響、どんな病気なのでしょうか？  
図健康づくり課（一関保健センター内）  
または東部・北部健康推進室

■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  
図一関地域産業保健センター  
☎⑤110 / FAX③9955

■両親学級  
時・内容：①11月4日②9時30分～11時30分・保健師、栄養士講話③11月14日④9時30分～12時・助産師講話、沐浴実習、妊婦シミュレーター体験  
場一関保健センター  
対市内在住の妊婦、夫および家族  
定先着12組  
申10月26日⑤までに二次元コードから  
図こども家庭課（一関保健センター内）

定①親子先着12組②同7組程度  
申①10月13日②③  
まで②10月29日④  
までに各二次元コードから  
図①こども家庭課（一関保健センター内）②東部健康推進室（千厩支所内）

## 10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   | 6日②  | 10:00～12:00 | 大東保健センター     | 無料     | 9月29日②  |
|         | 16日③ | 10:00～14:00 | サン・アビリティーズ一関 | 実費負担あり | 10月9日③  |
|         | 30日③ | 10:00～12:00 | 千厩保健センター     | 無料     | 10月23日③ |
| てんとう虫教室 | 6日②  | 10:00～15:00 | 川崎市民センター     | お茶代50円 | 9月29日②  |
|         | 20日② |             |              |        | 10月13日② |

図健康づくり課（一関保健センター内）または東部・北部健康推進室

## 健康 コラム 頑張り過ぎる女性に多い スーパーウーマン症候群

仕事や家事、育児、介護などで忙しく、自分のことを後回しにしていますか。「自分がやらなければ」と何でも抱え込み、仕事や家庭など複数の役割を完璧にこなそうと頑張り過ぎてしまう状態は「スーパーウーマン症候群」とも表現されます。ストレスが積み重なると、慢性的な疲労や睡眠不足、集中力の低下を招くだけでなく、心身の不調につながることもあります。

「気分が落ち込む」「眠れない」「疲れが取れない」といったサインを見逃さず、十分な休養や気分転換を心掛けましょう。

誰かのために頑張る毎日だからこそ、自分の心と体をいたわる時間も大切にしてみませんか。

図健康づくり課（一関保健センター内）

## 10月の献血カレンダー ポイント

| 日    | 場所                | 時間                         |
|------|-------------------|----------------------------|
| 3日④  | ドン・キホーテ一関         | 10:00～12:00                |
|      |                   | 13:30～16:00                |
| 7日②  | JAIわて平泉一関営農経済センター | 10:00～11:00                |
|      | ニット・ハイ東北事業所       | 12:00～13:00                |
|      | 国立病院機構岩手病院        | 15:00～16:30                |
| 8日④  | 一関警察署             | 9:30～11:30                 |
|      | ウインズ一関            | 13:30～16:00                |
| 24日④ | 一関工業高等専門学校        | 10:00～12:00                |
|      |                   | 13:30～16:00                |
| 25日② | イオン一関店            | 10:00～12:00<br>13:30～16:30 |
| 26日② | 市役所藤沢支所           | 14:00～16:00                |
| 27日② | 千厩警察署             | 9:30～11:30                 |
|      | マイヤ千厩店            | 13:30～16:00                |

図健康づくり課（一関保健センター内）

## 10月の4歳5歳歯科健康診査

10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9月中旬に受診券を郵送しています。体調不良などで10月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

○10月の対象者

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

図こども家庭課（一関保健センター内）

## 10月のこころの健康相談（要予約）

公認心理師が無料で相談に応じます。

| 日    | 場所       | 時間          |
|------|----------|-------------|
| 13日② | 市役所花泉支所  | 10:00～12:00 |
| 19日② | 一関保健センター | 10:00～12:00 |
|      |          | 13:30～15:30 |

図健康づくり課（一関保健センター内）  
または東部・北部健康推進室

## 10月のまちの保健室 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          |
|------|----------------|-------------|
| 6日②  | イオンスーパーセンター一関店 | 10:00～12:00 |
| 7日②  | 道の駅だいとう        | 13:30～15:30 |
| 27日② | マイヤ花泉店         | 10:00～12:00 |
| 28日② | カワチ薬品一関店       |             |
| 29日② | 千厩ショッピングモールエスパ |             |

図健康づくり課（一関保健センター内）



## 市内の実施医療機関一覧（地域別）

### 表の見方

- ★…かかりつけ患者のみ
- ①…1歳以上
- ③…3歳以上
- ④…小学生以上
- ⑤…中学生以上
- 一…実施しない
- 鼻…経鼻弱毒生ワクチン実施

### 新型コロナワクチン種類

- フ…ファイザー
- モ…モデルナ
- 三…第一三共
- 武…武田
- Me…MeijiSeikaファルマ

- \* 使用するワクチンの種類は変更になる場合があります
- \* 記載がない場合は、予約時に確認してください

#### 注意事項

- 37.5℃以上の熱がある人、重い病気にかかっている人などは接種を受けられません
- 医師の判断で接種を見合わせる場合があります。医師と相談し、体調がよい日に接種を受けてください

……………

実施医療機関以外での接種を希望する場合は、二次元コードから申請、または下記に問い合わせてください。

- ・こども家庭課
- ・健康づくり課
- ・東部・北部健康推進室



小児・妊婦



高齢者

市外の実施医療機関はこちらから確認できます。



| 地域 | 医療機関名                                 | 電話      | インフルエンザ |    |    | 高齢者新型コロナウイルス感染症 |            |
|----|---------------------------------------|---------|---------|----|----|-----------------|------------|
|    |                                       |         | 小児      | 妊婦 | 高齢 |                 |            |
| 一関 | アビエスカんのクリニック                          | 34-8300 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 阿部内科クリニック                             | 23-2918 | ③ 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 一関すずき整形外科クリニック                        | 33-1110 | —       | —  | ★  | ★               | フ          |
|    | 一関中央クリニック                             | 21-1222 | ① 鼻     | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 一関西城病院                                | 23-2050 | —       | —  | ○  | ○               | モ          |
|    | いとう脳神経内科                              | 21-8200 | 小 ★     | —  | ★  | ★               | フ          |
|    | 岩手クリニック一関                             | 21-5111 | 小       | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 及川内科胃腸科クリニック                          | 31-3131 | ①       | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 岡崎整形外科                                | 23-7000 | 小 鼻     | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 小野寺内科循環器科                             | 23-5600 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | かげやまクリニック                             | 26-1026 | 中       | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 笠原耳鼻咽喉科医院                             | 23-4916 | ③       | —  | ○  | —               |            |
|    | 桂島医院                                  | 21-8883 | 小 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ モ 三 武 Me |
|    | かとうこどもクリニック<br>※電話予約不可（対象：1歳～中学3年生まで） | 33-2211 | ① 鼻     | —  | —  | —               |            |
|    | 菊池医院                                  | 23-7100 | ①       | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 菊池耳鼻咽喉科皮膚科                            | 26-2230 | 中       | ○  | ○  | —               |            |
|    | 木村消化器内科                               | 21-1311 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               |            |
|    | こいわ耳鼻咽喉科・アレルギー科クリニック                  | 33-2117 | ① 鼻     | ○  | ○  | —               |            |
|    | 国立病院機構岩手病院                            | 25-2221 | ① ★     | —  | ★  | ★               | フ          |
|    | 齊藤産婦人科医院                              | 23-6946 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ 武        |
| 花泉 | 西城医院                                  | 28-2393 | 中       | —  | ○  | ○               |            |
|    | 佐藤外科肛門科医院                             | 26-5125 | —       | —  | ○  | ○               |            |
|    | 佐藤循環器内科医院                             | 23-9678 | ①       | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | さとう小児科医院                              | 23-4020 | ① 鼻     | —  | ○  | —               |            |
|    | 産婦人科・野田                               | 23-0608 | ① 鼻     | ○  | ○  | —               |            |
|    | 昭和病院                                  | 23-2020 | 小 鼻     | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 菅原整形外科クリニック                           | 23-0501 | 小       | —  | ○  | —               |            |
|    | 千和クリニック ※電話予約不可                       | 34-8811 | 小       | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 千葉内科医院                                | 25-3211 | 中       | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 寺崎内科胃腸科医院                             | 23-6211 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ 三 武      |
| 大東 | 中里クリニック                               | 32-5888 | ③ 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ 三 Me     |
|    | 中野内科循環器科クリニック                         | 33-2311 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ 三        |
|    | 菜の花皮膚科クリニック                           | 33-2332 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               |            |
|    | やまと在宅診療所一関                            | 34-7025 | ③ 鼻 ★   | —  | ★  | ★               |            |
|    | ル・コンセール田島内科                           | 23-3668 | 中       | —  | ○  | —               |            |
|    | 岩手県立磐井病院附属花泉地域診療センター                  | 82-1231 | —       | —  | ○  | ○               |            |
|    | 菅原内科循環器科医院                            | 82-5528 | —       | —  | ○  | ★               |            |
|    | 誠信堂医院                                 | 82-3434 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 蓬田内科医院                                | 36-3336 | —       | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 岩手県立大東病院                              | 72-2121 | —       | —  | ○  | ○               |            |
| 千厩 | 菊池内科医院                                | 74-2512 | ① 鼻     | —  | ○  | ○               |            |
|    | 猿沢診療所                                 | 76-2020 | 小       | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 吉田内科循環器科医院                            | 71-2131 | ①       | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 岩手県立千厩病院                              | 53-2101 | ① ★     | —  | ★  | ★               |            |
|    | 遠藤医院                                  | 53-2126 | 小 鼻     | —  | ○  | ○               |            |
|    | 千厩ひかりクリニック                            | 51-1156 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | たかがね内科泌尿器科クリニック                       | 51-1377 | ①       | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 谷藤内科医院                                | 51-3355 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ 三        |
|    | たんぼぼクリニック                             | 34-7787 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ モ        |
|    | 町浦診療所                                 | 34-7046 | ①       | —  | ○  | ○               |            |
| 東山 | もりあい内科クリニック                           | 51-3322 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               |            |
|    | 阿部医院 ※小児と経鼻はWeb予約のみ                   | 47-3898 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 室根 室根診療所                              | 64-2127 | ③       | —  | ○  | ○               | フ          |
|    | 川崎 かわさきファミリークリニック                     | 43-3770 | 小 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |
|    | 藤沢 国保藤沢病院                             | 63-5211 | ① 鼻     | ○  | ○  | ○               | フ          |

## インフルエンザ

## 新型コロナウイルス感染症

# 予防接種費用を助成します

**助成期間** 10月1日(木)～令和9年1月31日(日)

\*インフルエンザ予防接種は9月に接種を受けても助成対象となります



### 本年度からの変更点

- 小児インフルエンザ予防接種の助成対象年齢を「高校3年生相当」(\*)まで拡大します  
\*「高校3年生相当」とは、平成20年4月2日～平成21年4月1日に生まれた人です
- 妊婦がインフルエンザ予防接種の助成対象になります
- 高齢者インフルエンザ予防接種の助成額を2,700円に増額します

## ●接種および費用助成の流れ

### 1 予約する

医療機関へ  
予約してください

### 2 接種を受ける

本人確認書類(マイナンバーカード)や母子健康手帳を持参してください。予診票兼接種券は実施医療機関で配布します \*60～64歳、生活保護世帯の一部の人は市の窓口で予診票兼接種券の交付が必要です(下記参照)

### 3 支払う

医療機関ごとに定める費用から助成額を差し引いた金額を支払ってください

## ●対象者や助成額

| 種 類                                 | 対 象 者 (接種回数)<br>*年齢は接種日時時点                                                                                                                                                       | 助 成 額<br>*差額は個人負担。負担金額は、医療機関によって異なる                                    | 注 意 事 項                                                                                                     |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 小 児<br>インフルエンザ                      | ワクチンの種類に応じて<br>市内に住民登録がある以下の人(※1)<br><b>不活化ワクチン</b> (腕に注射)<br>(1)満1歳～12歳…2～4週間の間隔で2回接種<br>(2)満13歳～18歳(高校3年生相当)…1回接種<br>……………<br><b>経鼻弱毒生ワクチン</b> (鼻に噴霧)<br>満2歳～18歳(高校3年生相当)…1回接種 | <b>不活化ワクチン</b><br>1回当たり2,100円<br><br><b>経鼻弱毒生ワクチン</b><br>4,200円(1回限り)  | ●生活保護世帯と住民税非課税世帯の人は全額助成。対象者には「対象者証明書」を郵送しました。接種時に医療機関へ提出してください<br>●令和8年1月2日以降に転入し、非課税世帯に該当する人は下記に問い合わせてください |
| 妊 婦<br>インフルエンザ                      | 市内に住民登録があり、母子健康手帳の交付を受けている妊娠中の人(※1)                                                                                                                                              | <b>不活化ワクチン</b><br>2,100円(1回限り)                                         | ●生活保護世帯の人は全額助成(※2)<br>●かかりつけの産婦人科医と相談の上、接種を受けてください                                                          |
| 高齢者<br>インフルエンザ・<br>新型コロナウイルス<br>感染症 | 市内に住民登録がある以下の人(※1)<br>(1)65歳以上の人<br>(2)60～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能のいずれかが身体障害者手帳1級に該当する人<br>*接種時に身体障害者手帳を持参してください                                                        | <b>インフルエンザ</b><br>2,700円(1回限り)<br><br><b>新型コロナウイルス</b><br>7,500円(1回限り) | ●生活保護世帯の人は全額助成(※3)<br>●(2)の対象者と生活保護世帯の人は、事前に予診票兼接種券の交付を受けてください(※3)                                          |

※1 原発避難者特例法で指定を受けている市町村から本市に避難している人を含む

※2 予診票兼接種券は、本庁福祉課または各支所市民福祉課で事前に交付を受けてください

※3 予診票兼接種券は、健康づくり課、東部・北部健康推進室、各支所市民福祉課、本庁福祉課で事前に交付を受けてください

問 【小児・妊婦インフルエンザ】こども家庭課 (一関保健センター内) ☎ 215409

【高齢者インフルエンザおよび新型コロナウイルス感染症】健康づくり課 (一関保健センター内) ☎ 2160



佐藤宇歌ちゃん（一関）



さとう・うた

令和7年4月24日生まれ

【家族】 慎也さん  
恵美さん

【メッセージ】  
ニコニコ笑顔で  
みんなの癒やし♪  
わが家のアイドルです♡

千葉心暖ちゃん（大東）



ちば・こはる

令和7年12月19日生まれ

【家族】 耕太郎さん  
加奈さん

【メッセージ】  
元気に過ごしています！  
これからも笑顔でいてね！！

重ねた歳月、刻んだ年輪

## 百年目の寿

100歳の誕生日を迎えた7人を紹介します

佐川カツコさん（藤沢）

さがわ・かつこ  
大正15年8月19日生まれ



鈴木サツキさん（一関）

すずき・さつき  
大正15年8月25日生まれ



村上和子さん（一関）

むらかみ・かずこ  
大正15年8月25日生まれ



清水よしさん（室根）

しみず・よし  
大正15年8月29日生まれ



千葉みゑ子さん（千厩）

ちば・みえこ  
大正15年9月1日生まれ



小野寺やしよさん（藤沢）

おのでら・やしよ  
大正15年9月3日生まれ



## イチ☆ピト。 一関の輝く人 No.34

豊かな自然の中にカフェオープン  
イベント開催で地域の交流の場に



伊藤淳子さん 41 藤沢

Profile

いとう・じゅんこ 昭和60年、鹿児島県生まれ。独身時代はアジアを中心に海外旅行を楽しみ、結婚後は東京、仙台、盛岡を経て夫の実家がある藤沢に移住。現在は地元の黄海小学校で児童に本の読み聞かせを行うボランティアもやっている。

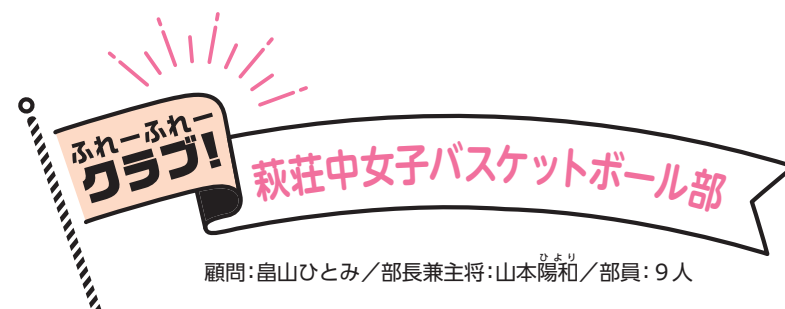
かつて養蚕で使われていた建物をリフォームして令和7年1月にカフェ「うんぬん」をオープン。「皆さんに知ってもらえるように日々の営みを積み重ね、黄海にうんぬんがあって良かったと思われる店にしていきたい」と、カフェの営業と3人の子育てに奮闘しています。

長男の小学校入学を機に「子育ては自然豊かな環境の中で」と家族で藤沢町黄海に移住。落ち着いた雰囲気の店内で、アレルギーがある人などに配慮した焼き菓子やス

パイスカレーなどを提供しています。

これまで外部講師を招いてハーブなどを入れたウスターソース作りや、親交のある人たちの商品を店内で販売してきた他、9月からは魅力的な活動を続ける家族をテーマにした「家族展」も企画。

「訪れてくれるお客さんや地域の人たちの温かさを感じながら毎日生活しているので、今後はお世話になっている人たちを招いたイベントなど、地域の役に立てる取り組みも企画したい」と目標を掲げています。



顧問：畠山ひとみ／部長兼主将：山本陽和<sup>ひまり</sup>／部員：9人



私たち萩荘中女子バスケットボール部は、人数が少ない中ですが、一つの目標に向かって突き進むという意味の「万里一空」をモットーに、練習に打ち込んできました。掲げていた目標は地区中総体優勝、県ベスト4。試合を意識しながら、リバウンドを取った後の攻守の切り替えや速攻など、チームに足りない部分の練習に重点的に取り組みました。

この夏、地区中総体では優勝できましたが、県大会では悔しい結果で終わってしまったので、1、2年生には今後の大会で頑張してほしいです。学年の垣根を越えた雰囲気と仲の良さが強みなので、互いに協力し困難に立ち向かってもらいたいです。

文・部長兼主将 山本陽和（3年）



募集

回覧板の無償提供者

◆募集期間：10月1日㊦～21日㊦  
申期間内に一関市民憲章推進協議会回覧板無償提供申込書などを提出＊申込書は市ホームページからダウンロードできます＊詳しくはホームページを確認してください  
一関市市民憲章推進協議会事務局（本庁まちづくり推進課内）☎②8671



第42回歳末助け合い市民芸能まつり 出演団体

場 SWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）  
時 歳末助け合いの趣旨に賛同する団体＊2人以上  
◆出演内容：1団体1演目で5分以内＊移動が困難な楽器の使用は不可  
定 25団体＊定数になり次第締め切り  
申 10月6日㊦～10日㊦＊6日は9時～窓口で、9時30分～電話で受け付け開始  
場 SWS東日本シビックホール一関 ☎②2121

文芸いわい第40号作品

◆テーマ・募集作品：「自由テーマ」1人につき詩1編（原稿用紙2枚）、短歌5首、俳句5句、川柳5句【特集テーマ】

マ「もち」1人につき詩1編（原稿用紙2枚）、短歌1首、俳句1句、川柳1句  
＊既発表作品可、両テーマに応募可  
市内、平泉町に在住または同市町で活動している高校生以上の入

申 指定の原稿用紙に①題名②居住地③氏名④電話番号⑤所属団体を記入し、10月30日㊦までに左記に提出  
場 SWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）☎②2121または各地域芸術文化協会

催し

玄米ニギニギ体操

時 10月7日㊦、21日㊦各13時30分～14時30分  
場・関岡が丘市民センター ☎②2150

国際交流スポーツ大会

ドッヂビーを楽しみながら交流します。  
時 11月1日㊦10時～12時  
場 サン・アビリティーズ一関  
外国人と外国人支援に関心のある人＊高校生以上  
定 30人  
申 メールまたは申し込みフォームで10月24日㊦15時まで  
場 一関市国際交流協会 ☎③4

4711/✉ iintl@snow.ocn.ne.jp

ベトナムを知ろう

ベトナムの大学生がベトナムの魅力を紹介します。  
時 10月23日㊦13時30分～15時  
場 のはなプラザ  
申 メールまたは申し込みフォームで10月16日㊦13時まで  
場 一関市国際交流協会 ☎③4  
4711/✉ iintl@snow.ocn.ne.jp



第77回一関文化祭

①第76回一関地方短歌大会  
時 10月11日㊦13時～  
②第23回みちのく二夜庵俳句大会  
時 10月18日㊦11時～  
③第25回舞踊まつり21  
時 10月18日㊦11時～  
④⑤⑥共通事項  
場 SWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）  
¥千円＊⑥の当日券は1300円  
④社交ダンスパーティー  
時 10月24日㊦13時30分～  
場 山目市民センター  
¥千円  
⑤展示部門  
時 11月1日㊦～3日㊦㊦各日10時～17時＊最終日は16時まで  
場 のはなプラザ  
＊一般公募作品は10月7日～21日の㊦㊦10時～15時に受け付け（出品料

第43回一関いものこ会

時 10月3日～31日の㊦㊦㊦ 10時～15時  
場 一関遊水地記念緑地公園お花見広場  
¥ いものこ汁材料（12杯程度）…… 3,000円  
いわて南牛（200g焼肉用もも肉）…2,500円  
焼肉材料（6人分程度）…… 各4,000円  
・Aセット（牛肉、豚肉、野菜）調理器具一式  
・Bセット（牛肉、いちのせきハラミ焼、野菜）  
・Aセット（25杯程度）…… 4,000円  
・Bセット（50杯程度）…… 5,000円  
・鉄板 …… 500円  
・追加ガス（こんろ、ボンベ）… 2,500円  
申 10月26日㊦までに電話または二次元コードから要予約 ＊利用予定日の5日前まで  
◆予約電話番号  
【平 日】☎080-3329-0669  
【土日祝】☎②2350（市観光協会）  
＊詳細は、二次元コードからホームページを確認  
場 一関いものこ会実行委員会（本庁生産流通課内）☎②8317



2点まで8000円）  
場 一関文化祭実行委員会事務局 ☎②2121

文化講演会

◆演題：江戸時代俳諧に生きる人々―俳句の中に見る風景と生活―  
◆講師：大島晃一氏（岩手県南史談会）  
時 10月18日㊦13時～14時  
場 SWS東日本シビックホール一関（一関文化センター）  
場 一関俳句協会（砂金） ☎②5076

子育て支援事業ホッブスデラックくらぶのふれあい 一関修紅生と

一関修紅高校幼児教育コースの生徒と絵本の読み聞かせ

付け終了

申 10月1日㊦から左記に電話で  
場 一関市民センター ☎②2148

ひろみちお兄さん監修 2026わくわく親子体操  
時 11月29日㊦10時30分～＊受け付け10時～  
場 川崎体育センター  
市内在住の未就学児（開催日時時点で満3歳以上）とその保護者  
定 100人  
申 10月1日㊦～11月19日㊦  
場 一関市スポーツ協会 ☎③3111

第4回一関・平泉ボッチャ大会  
時 12月6日㊦9時30分～＊受け付け9時～  
場 川崎体育センター  
定 30チーム（1チーム4人以内）  
申 10月1日㊦～11月15日㊦  
場 一関市スポーツ協会 ☎③3111



小学生5、6年生、中学生、高校生、保護者  
定 両日とも先着40人  
申 10月19日㊦までに二次元コードから  
場 一関工業高等専門学校総務課 ☎②4872

第3期再生品抽選販売

時 10月1日㊦～22日㊦＊㊦㊦を除く平日8時30分～11時45分または13時～16時30分、㊦8時30分～11時30分  
場 一関清掃センター  
市内または平泉町在住の小



いちのせき健康の森主催事業  
①自然観察会 真湯深谷の紅葉  
猿跳古道と真湯大橋の紅葉  
を見に行きます。  
時 10月25日㊦9時30分～12時

学生以上の人で11月11日㊦までに受け取りができる人  
◆抽選結果連絡：10月29日㊦  
申 来館して申し込み＊電話不可  
場 一関清掃センター ☎②2157

小さな旅

障がい者 小さな旅  
時 10月30日㊦9時～16時15分  
場 岩手県立美術館（盛岡市）ほか  
市内在住の障がい者、家族および介助者＊障がいの程度により介助者が必要  
定 20人  
申 10月7日㊦～9日㊦に電話またはファクスで  
場 サン・アビリティーズ一関 ☎/FAX②2162（㊦㊦休館）

いちのせき健康の森主催事業  
①自然観察会 真湯深谷の紅葉  
猿跳古道と真湯大橋の紅葉  
を見に行きます。  
時 10月25日㊦9時30分～12時

市営住宅等の入居案内 (10月募集分) \*9月15日現在

| 番号   | 募集する住宅                                    |
|------|-------------------------------------------|
| ① 一関 | 関が丘アパート8-185号<br>①1階 ②3DK ③13,000～19,400円 |
| ② 一関 | 青葉アパート201号<br>①2階 ②3DK ③17,400～25,900円    |
| ③ 一関 | 宮沢アパート2-211号<br>①3階 ②3DK ③19,500～29,100円  |
| ④ 一関 | 釜ヶ淵アパート1-133号<br>①3階 ②3DK ③18,400～27,300円 |
| ⑤ 一関 | 小沢アパート1-122号<br>①2階 ②3DK ③24,800～37,000円  |
| ⑥ 大東 | 大明神団地35号<br>①平屋 ②3DK ③22,400～33,400円      |
| ⑦ 大東 | 礼田団地8号<br>①平屋 ②3DK ③21,800～32,500円        |
| ⑧ 大東 | 堀河ノ沢団地2号<br>①平屋 ②2DK ③19,000～28,300円      |
| ⑨ 東山 | 山谷住宅19号<br>①2階建 ②3DK ③23,700～35,300円      |
| ⑩ 東山 | 松川住宅18号<br>①平屋 ②3DK ③16,600～24,700円       |
| ⑪ 東山 | 松川特定公共賃貸住宅46号<br>①平屋 ②3DK ③40,000円        |
| ⑫ 室根 | 新館前特定公共賃貸住宅4号<br>①平屋 ②3K ③45,000円         |
| ⑬ 川崎 | 加妻住宅15号<br>①平屋 ②3LDK ③16,200～24,200円      |
| ⑭ 川崎 | 漆崎住宅2-5号<br>①2階建 ②3LDK ③25,200～37,500円    |
| ⑮ 藤沢 | 梅が岡住宅20号<br>①平屋 ②2LDK ③16,600～24,700円     |

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  
10月1日㊦～13日㊦＊㊦㊦㊦を除く  
場 本庁都市整備課 ☎②8541

講座

ハロートレーニング（業公共訓練）  
◆募集期間：10月26日㊦まで  
◆入所選考：11月6日㊦  
◆訓練期間：12月1日㊦～令和9年5月31日㊦



いちのせき健康の森主催事業  
①自然観察会 真湯深谷の紅葉  
猿跳古道と真湯大橋の紅葉  
を見に行きます。  
時 10月25日㊦9時30分～12時

◆募集科・定：ビル管理技術科・16人、金属加工科・12人  
対再就職を目指す意欲のある人  
◆施設見学会：10月7日～21日の毎㊦9時20分～12時30分  
申 近くのハローワークで  
場 ポリテクセンター岩手（訓練課）☎0198②5712

千支未作り

古着や端切れを利用してヒツジを作ります。  
時 10月21日㊦、29日㊦両日9時30分～12時（全2回）  
場 一関清掃センター  
市内または平泉町在住の人  
定 20人＊応募多数の場合は抽選  
申 10月1日㊦～6日㊦に電話で＊平日8時30分～16時30分、㊦8時30分～11時30分  
場 一関清掃センター ☎②2157

いちサポ保護者のつどい

◆テーマ：わが子の自立や就職を応援するセミナー  
◆講師：阿部直樹氏（公認心理師）  
時 11月7日㊦10時30分～12時  
場 のはなプラザ  
対こどもの自立や就職を応援する保護者・家族  
定 先着10人  
申 11月6日㊦までに左記に電話で  
場 いちのせき若者サポートステーション ☎④4467



講座

一関職業訓練協会の講座

\*受講料がかかります

①造園講習【秋季】

時 10月22日 ㊶

定 10人

申 10月13日 ㊶まで

②小型車両系建設機械の運転業務特別教育

時 10月28日 ㊶、29日 ㊶（2日間）

定 10人

申 10月19日 ㊶まで

③Word・Excel【基礎編】

時 11月4日 ㊶、11日 ㊶（2日間）

定 15人

申 10月23日 ㊶まで

④Word・Excel【実践編】

時 11月18日 ㊶、25日 ㊶（2日間）

定 15人

申 11月9日 ㊶まで

⑤ローラーの運転業務特別教育

時 11月11日 ㊶、12日 ㊶（2日間）

定 10人

申 10月30日 ㊶まで

⑥一関職業訓練協会

時 10月30日 ㊶まで

定 30人

東磐職業訓練協会の講座

\*受講料がかかります

①車両系建設機械（整地等）運転技能講習（14Hコース）

時 10月26日 ㊶、27日 ㊶（2日間）

定 20人

申 10月16日 ㊶まで

②ワープロ・表計算基礎研修

時 10月16日 ㊶まで

定 20人

③ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

④ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑤ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑥ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑦ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑧ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑨ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑩ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑪ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑫ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

⑬ワープロ・表計算応用研修

時 10月20日、21日、22日の毎 ㊶（6日間）\*11月3日を除く

定 10人

申 10月16日 ㊶まで

相談

短期就業体験相談会（要予約）

職場見学や就業体験の相談に応じます。

\*フリーブリッジ一関の登録が必要

時 10月17日 ㊶10時～12時

場 なのはなプラザ

対 15～60歳の就職・転職希望者

問 ワークブリッジいちのせき

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

☎ 9770

ハロウィンジャンボ4億円  
(1等2億円・前後賞各1億円合わせて)  
ハロウィンジャンボミニ4千万円  
(1等2千万円・前後賞各1千万円合わせて)  
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
各1枚 300円  
9月16日 ㊶ 2種類同時発売!  
発売期間 9/16(水)～10/16(金)  
公益財団法人岩手県市町村振興協会

中国語教室  
◇講師：櫻田仁美さん  
時 11月4日、12月9日の毎 ㊶  
10時～11時30分（全6回）  
場 なのはなプラザ  
定 20人  
申 10月28日 ㊶15時までにメールまたは申し込みフォームで  
問 一関市国際交流協会 ☎ 4711 / ㊶ lin@snow.ocn.ne.jp  
時 11月2日 ㊶10時～12時

袋みそと麹加工食品講座  
時 10月23日 ㊶、25日 ㊶ \*両日9時～12時  
場 一関農村女性の会  
定 20人  
申 10月16日 ㊶まで  
対 両日参加できる人

オストメイト相談会  
時 10月24日 ㊶13時～16時  
場 一関市総合福祉センター  
対 人工肛門や人工ぼうこう造設者  
問 日本オストミー協会岩手県支部（千葉） ☎ 090・2791・5340  
時 10月15時まで

おでかけーサポ（予約）  
スタッフが会員登録、相手の検索を行います。  
時 10月4日 ㊶ 24日 ㊶ 各日12時～15時  
場 1 川崎市民センター 2 なのはなプラザ  
申 直前の ㊶12時までに電話で  
問 いきいき岩手結婚サポートセンター 1 サポ奥州 ☎ 0197 ㊶ 1188

福祉や介護の職場で働いてみませんか  
福祉や介護の現場では、幅広い年代の人が活躍しています。職種により、無資格・未経験で働いたり隙間時間で働けたりする職場もあります。相談員やキャリア支援専門員

青色申告特別控除の見直し  
令和8年度税制改正により、令和9年分確定申告以降、青色申告している個人事業主などの青色申告特別控除の見直しが行われます。令和9年分以降、青色申告特別控除（75万円または65万円）の適用には、e-Tax利用や複式簿記による記帳などが必要で、簡易簿記による青色申告特別控除（10万円）の適用は、前々年の収入が1千万円以下の人などに限定されます。  
問 一関税務署 ☎ ㊶ 4205

10月は里親月間  
里親制度について知っていますか。里親制度は、さまざまな事情で自分の家族と暮らせないこどもたちを、温かい

第85回一関・盛岡間駅伝競走大会  
国道4号を中心としたコースで開催されます。  
時 11月23日 ㊶ 8時一ノ関駅前スタート \*交通規制による渋滞が予想されます。詳しくは岩手日報社特設ページを確認してください  
問 大会事務局 ☎ 019・653・4121

うちの子も結婚できました！  
お気軽に連絡ください  
独身のお子様の結婚相談  
マルマーク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 さんさビル 7 階 ☎ 0120-138-026  
営業時間 10時～19時 定休日 第2・第4水曜日

鶏だし 零SEN スタッフ大募集！  
シフト柔軟対応！やりがいと楽しさ保証！  
時 8:30～21:30内1日4h～OK  
日数 週2日～OK! 働き方広相談  
待遇 交通費規定支給、制服、髪自由、美味しいまかない無料  
正社員 時給 19～38万円/月  
内容 らーめん調理仕込み・接客等  
時間 8:30～21:30内2日制  
日数 完全週休二日制  
待遇 社保完、昇・賞有、交通費規定支給、美味しいまかない無料  
お問合せ 鶏だし 零SEN ☎ 0191-48-5020 営業 11:00～14:30 時間 17:00～21:00  
株式会社せろせんカンパニー 岩手県一関市千蔵町千蔵字古ケ口88 = 定休日 = 火曜日・水曜日

七五三 なんでも相談会開催中  
お衣装のことはもちろん、スタジオ撮影もロケーション撮影もぜんぶお任せください！  
秋のお詣り七五三プランご予約受付中！  
七五三  
とびつきの笑顔を残そう  
お衣装一式 + ヘアメイク + お着付け + 豪華お祝い付き 六つ切写真2枚 全て揃って 安心価格！  
ブライダルサロン七福人 & フォトスタジオブリエ  
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 0800-8008-753



# 就職支援情報



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。

## 市内企業の人材育成を応援しています

市内事業所の人材確保と定着を支援するため、新規高卒者・若者等人材育成支援事業補助金を交付しています。

新規高卒者や新規学卒者、ＵＩＪターン就職者を対象に、事業者が行う研修の受講や資格取得、技能習得などに要する経費の一部を補助します。なお「若者等」の「ＵＩＪターン就職者」には年齢制限はありません。

人材育成は従業員の能力向上だけでなく、企業の成長や魅力ある職場づくりにもつながります。補助対象や補助額、申請方法など詳しくは二次元コードから確認してください。

☎ 本庁商工振興課 ☎ 4135



ホームページはこちら

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 | 10月2日☎まで  | 10月21日☎～令和9年1月20日☎(3カ月) | わかやまパソコン教室  |
| 簿記パソコン科     | 10月16日☎まで | 11月5日☎～令和9年1月29日☎(3カ月)  | 一関市職業訓練センター |

\* 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てください。

☎ ハローワーク一関 ☎ 4135



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



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

☎ 本庁まちづくり推進課 ☎ 8671

## 本市の協働の取り組み③

大東町摺沢に、新たな地域の憩いの場が誕生しました。四ツ角エリアのコミュラボ「ひなたぼっこ」と、駅前エリアのコミュラボ「こもれびテラス」です。

取り組みのきっかけは、大東高校の卒業生から寄せられた大東高校魅力化の提言でした。その中に「高校生が気軽に立ち寄れる居場所がほしい」という声が盛り込まれていたのです。また、東磐井地域の中学2年生を対象としたアンケートでも「友達とおしゃべりしながらお茶を飲む場所」や「放課後に利用できる学習スペース」を求める声が多くありました。

これを受け、摺沢振興会や地域の皆さん、小原書店などが連携し、高校生だけでなく、こどもから高齢者まで誰もが気軽に利用できる地域の居場所づくりを進めました。

「ひなたぼっこ」を設置した小原書店には、地域住民から音響機器などが寄せられ、居心地の良い空間が整えられました。同店の小原玉義さんは、「地域の人が環境づくりを大切に考え、協力してくれた。買ってきたパンやお菓子を食べながら過ごすこともできるので、ぜひ気軽に利用してほしい」と話します。

摺沢振興会の菅野佳弘事務局長も「地域の皆さんの協

## 若者の声を、地域の力でカタチに

力があつたからこそ実現できた。多くの人が集まり、世代を超えた交流が生まれる場として使用してほしい」と期待を寄せています。現在は高校生や中学生が学校帰りに立ち寄り、勉強や友人との交流を楽しむ姿が見られます。取材当日には市役所でインターンシップをしていた岩手県立大学と盛岡短期大学の学生も訪れ、「若者の声を実際に形になることに感動した」と話していました。地域の声を受け、住民や団体、事業者が話し合い、協力して形にする。そして、次の世代が活用し、新たなつながりが生まれていく。二つのコミュラボは、地域の力を生かした協働のまちづくりを象徴する場となっています。

\*コミュラボ…コミュニケーション、コミュニティラボ(実験室、研究室)が名前の由来。利用者が新しいコミュニケーションを通じて、アイデアや地域とのつながりを実践する場

「ひなたぼっこ」で大東高校  
生(左から2人目)の説明を聞くインターンシップ  
中の学生



わたしにも  
できる

# SDGs

サステナブル ディヴェロップメント ゴールズ  
Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)



市ホームページ  
こちら

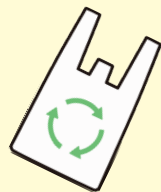
「誰一人取り残さない」という理念のもと、誰もが居場所と役割を持ち、活躍できる持続可能な社会の実現に取り組みよう!  
今回は、SDGsのゴール9「産業と技術革新の基盤をつくろう」について紹介します。

## ●ゴール9「産業と技術革新の基盤をつくろう」

～強靱(レジリエント)なインフラ構築、包摂的かつ持続可能な産業化の促進及びイノベーションの推進を図る～



世界には、水道や電気、道路、インターネットなどの社会資本(インフラ)が整っていない国や地域があります。世界の人々が便利で豊かに暮らすためには、インフラの整備やさまざまな産業の発展が必要です。そのためには、限りある資源を大量に消費し、大量に生産してきたこれまでの時代とはやり方を変え、持続可能な仕組みを考える必要があります。



## 2030年までに 世界中で

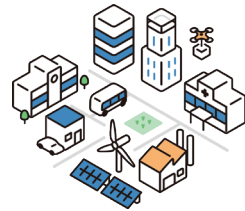
達成したい目標(抜粋)

- 1 強靱なインフラ整備  
災害に強く、丈夫なインフラを整え、誰もが使えるようにする。
- 2 持続可能な産業の発展  
働く場所を増やし、地球にも人にもやさしい産業をつくる。
- 3 資源利用効率の向上  
省エネや資源の無駄遣いを減らし、環境への負担を減らす。
- 4 技術革新  
技術革新(イノベーション)により産業を発展させる。

## 私たちが身近でできる取り組み

環境にやさしい商品を選ぶ: 商品を購入するときに「長く使えるか」「省エネか」「リサイクルができるか」を考えて選ぶことで、限りある資源を有効活用できます。(例: 省エネ商品や詰め替え用商品を選択する)

電気や水を無駄にしない: 工場やインフラが環境へ与える負担を減らすためには、使用するエネルギーを減らすことが大切です。家庭や学校、職場での小さな節約も社会全体では大きな力になります。



## 本市の取り組み

生活に必要な道路や橋、水道などの維持管理のほか、研究機関などと共に新製品や新技術を開発する事業者に対し、費用の一部を補助しています。

## いちのせきSDGsパートナーの取り組み

- 市内の郵便局は、郵便局ネットワークの維持と公共サービスの提供のほか、地域のニーズに応じた多様なサービスを提供し、地域社会を支えています
- 合同会社いちベジは、地元の農家と店舗や会社をつなぎ、地元で作られた農産物を地元で消費する「地産地消」を広めています。地域の食を豊かにすることで、持続可能な社会づくりに取り組んでいます

## SDGsのことをもっと知りたい!

SDGsを学び、考える「SDGsワークショップ」を開催するための講師を無料で派遣します。身近でできることなどをカードゲームをとおして学びます。

◇対象…市内の団体やグループ  
\*自治会、学校、事業所など

◇申し込み…12月28日☎までに市ホームページから

## いちのせきSDGsパートナー

SDGsの達成に向けて取り組んでいる市内の企業や団体をいちのせきSDGsパートナーとして登録しています。パートナーはオリジナルロゴマークの使用ができます。また、本誌やホームページなどで取り組みを紹介します。

登録パートナー数 41社・団体(令和8年9月15日時点)

☎ 本庁政策企画課 ☎ 8641









## 千葉穂さん

ちば・すい 川崎小6年

### 父がつくった会社を継ぎたい

私は将来、父が自分でつくった会社を継いで仕事をしたいです。父や祖父の話を聞いて興味があり、やってみたいと思ったからです。会社を経営するためには「数字」を理解することが大事だと父に教えてもらったので、学校では苦手な算数を頑張っています。

夢中になっていることは、映画やアニメを見る前に原作の本を読むことです。今は、見たいと思っているアニメ化される小説を読んでいます。



## 鈴木綾人くん

すずき・あやと 滝沢小6年

### 人のためになる職業に就きたい

パソコンなど自分が得意なものを生かして、人のためになる職業に就きたいです。インターネットで被災地に募金する人や人のためになることに取り組む人を見て、自分もそうなりたと思ったからです。将来の夢ができたときにかなえられるように、苦手な国語も頑張っています。

好きなことはシューティングゲームと音楽を聞くことで、音楽を聞くとリラックスでき、モチベーションが上がります。

## DREAMSCOMETRUE

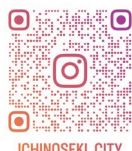
夢は見るものじゃなく、かなえるもの

**一関市LINE**  
公式アカウント

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

## 市公式 Instagram



市内の景色や  
季節の  
イベント情報を  
発信中!  
◀フォローはこちら

▼10月は紙面で紹介したようにイベントが目白押し、実りの秋です。わが家の周辺でも稲穂がこうべを垂れ収穫時期を迎えましたが、大雨の影響もあり「のめつてしまった」田んぼがあります。ところで、この「のめる」が若者には伝わらないように、ギャップを感じます。もちろん「飲める」ではありません。正式？な使い方は年長者にご確認ください。

(熊倉)

## 編集後記