

2016 希望郷 いわて国体・いわて大会通信

Ichinoseki city Hall

March 2016



藤沢小4年生ペアがソフトテニスで全国切符をつかむ

9 February 2016

藤沢町の藤沢ジュニアソフトテニスクラブに所属する菊地颯君と菊地莉柘君(ともに藤沢小4年)は、昨年9月に北上市で開かれた第15回全日本小学生ソフトテニス大会県予選会・4年生以下の部に出場。準優勝に輝き、3月に千葉県で行われる全国大会の出場権を獲得しました。

ペアを組んで3年目の二人は「精いっぱいプレーしたい。サー

ブミスをしないう頑張りたい」と大会での活躍を誓っています。同クラブの千葉悟監督は「どんなボールも拾える二人。力を出し切り、予選リーグで2勝してほしい」と願っていました。

全国大会出場は、同クラブで3ペア目。4年生以下の部には、2年連続の出場になります。練習は週3日。屋外コートが使用できない冬季間も、町内の体育館で腕を磨いています。



全国大会での活躍を誓う菊地颯君と菊地莉柘君



国体冬季大会がスタート 市内各地でおもっちと国体をPRしています

January-February 2016

市体育協会が主催する「スポーツ関係者冬の集い」は1月31日にペリーホテル一関で行われ、市実行委員会の佐々木裕子事務局長が国体開催に係る取り組みについて講演しました。講演後には、市体育協

会関係者や来場者が一緒にわんこダンスを踊り、国体をPR。国体の開催に向け、市全体の機運が高まっています。

2月6日には川崎市民センターで「第30回かわさき健康福祉まつり」が行われました。ステージイベントとして、わんこダンスを披露しました。

また、2月7日になのはなプラザで開かれた「第9回全国わんこもち大会」には、事務局員がおもっちに仮装して出場。おもっちと一緒に国体をアピールし、会場を盛り上げました。



国体カウントダウンタイマー 各支所でカウントダウン開始

市実行委員会は、国体開催までの日数をカウントダウンするスマートフォンアプリ「希望郷いわて国体カウントダウンタイマー」を活用し、各支所と市総合体育館で掲示しています。画面には、市内の名所やイベントも表示。各支所などにぜひ見に来てください。



ヴィヴァーレー関フットサルクラブと 宣伝活動協定を締結

市実行委員会は、ヴィヴァーレー関フットサルクラブ(佐藤良規代表)と両大会の宣伝活動に関する協定を締結しました。

同クラブは東北リーグ1部昇格が決まっているフットサルチーム。東北各地で行われる公式試合、フットサル教室や地域貢献活動で、チラシやのぼり旗で両大会をPRします。



☎ 本庁国体推進室(合同庁舎内) ☎ 4850

3月は自殺対策強化月間

まわりの人の心のサインを感じたら、まずは声をかけてあげましょう。あなたの気づきや命を守る大切な一歩につながります。

- ◆日時・場所: 3月15日(水)13時30分
- ◆内容: 自殺対策強化月間
- ◆対象: 市内在住の妊婦とその家族
- ◆費用: 先着12組・300円(1だけ)
- ◆申し込み: 3月1日(火)
- ◆子育て支援課(一関保健センター内)

傾聴ボランティアサロン

傾聴ボランティアサロンは、市内在住の妊婦とその家族を対象に、先着12組・300円(1だけ)の申し込みを3月1日(火)まで受け付けています。

- ◆日時・場所: 3月15日(水)9時30分~12時30分(受付9時15分)
- ◆対象: 一関保健センター
- ◆費用: 先着親子12組・無料
- ◆内容: 栄養士・保健師の講話、調理実習など
- ◆申し込み: 3月10日(土)
- ◆子育て支援課(一関保健センター内)

市民健康講座

市民健康講座は、市内在住の妊婦とその家族を対象に、先着12組・300円(1だけ)の申し込みを3月1日(火)まで受け付けています。

- ◆日時・場所: 3月1日(火)14時~16時
- ◆内容: 県立南光病院
- ◆対象: 講話「アルコール依存症からの回復」
- ◆申し込み: 事前に電話で
- ◆健康づくり課(一関保健センター内)、各支所保健福祉課



元気のひみつ Voice Sugawara Nahoko 菅原なほ子さん 赤荻 78歳

「大きな声で歌いたい」。子供のころから歌が好きだった私は、今から10年前にコーラスを始めました。パートはソプラノ。月に4回、女性センターで練習しています。食生活は、間食、塩分、脂質を抑えて、喉をいたわるようにしています。

体を動かすのも好き。週に3回のパート勤めの傍ら、玄米ニギニギ体操を講師の先生と一緒に市民センターで教えています。おかげで血圧も正常値。病院通いをせず、薬も飲まずに生活していることが私の自慢です。

好きなコーラスも体操も、体が元気に動いてこそ。生活のリズムを崩さないよう、3食しっかり食べることが大事だと思っています。今は、年に一度のコーラスの発表会に向けて、練習に励んでいます。

医療機関を適正に受診しよう 文・健康づくり課

高齢化の進展、医療ニーズの多様化、医師の不足など地域医療を守るためには多くの課題があります。

中でも、救急病院では、休日や夜間に救急外来を受診する軽症患者が多く、命に関わる重症患者への対応ができなくなる危険があります。

この地域の医療を守るため、住民の皆さん一人一人が次のことを心掛けましょう。①かかりつけ医を持つ②診療時間内に受診する③休日や夜間は当番医を利用する④「こども救急相談電話(☎ # 8000)」を利用する⑤救急車を適正に利用する⑥日頃から健康管理を心掛ける

3月の4歳5歳歯科健康診査

3月中に市内の契約歯科医療機関で受診してください。対象者には2月末に受診券を郵送しています。体調不良などで3月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

健診名	対象者
4歳歯科健診	23年9月生まれ
5歳歯科健診	22年9月生まれ

☎ 子育て支援課(一関保健センター内)

4月のこころの健康相談(要予約)

臨床心理士が無料で相談に応じます。

日	場所	時間	定員
11日	一関保健センター	10:00~12:00 13:30~15:30	4
18日	大東保健センター	10:00~12:00	2

☎ 健康づくり課(一関保健センター内) または各支所保健福祉課

3月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
6日	イオンスーパーセンター一関店(400㎡)	10:00~12:00 13:30~16:30
7日	市役所大東支所	9:30~11:00
	JAIわて平泉大東堂農経済センター	12:00~13:30
8日	東北オカヤ(株)	15:00~16:30
	ふじの学園	13:00~14:00
27日	藤沢保健センター	15:00~16:00
27日	イオン一関店(400㎡)	10:00~12:00 13:30~16:30
	一関保健センター	9:30~12:00
28日	県立磐井病院	14:00~16:30
29日	JAIわて平泉千厩支店	9:30~10:30
	インテグラン(株)岩手工場(株)マイヤ千厩店(400㎡)	11:30~13:00 14:30~16:00

* 天候などにより、時間や会場が変更になる場合があります

☎ 健康づくり課(一関保健センター内)