

2016 希望郷 いわて国体・いわて大会通信

Ichinoseki city Hall

October 2016



いよいよ開催、いわて国体！会場に行って応援しよう！

競技	種別	期日	会場	
希望郷いわて国体	スポーツ吹矢	9月25日⑩	市総合体育館	
	バウンドテニス	—	—	
	バレーボール	成年男子	10月2日⑩～5日⑩	東山総合体育館
		成年女子	10月2日⑩～5日⑩	千厩体育館
	フェンシング	全種別	10月2日⑩～5日⑩	市総合体育館
バスケットボール	成年男子・少年男子	10月7日⑩～10日⑩	市総合体育館	
	成年男子	10月7日⑩～8日⑩	東山総合体育館	
希望郷いわて大会	バスケットボール	10月22日⑩～24日⑩	市総合体育館	
	車椅子バスケットボール			男女混合可

一般観覧者駐車場

*係員の指示に従ってください。あわてず、ゆずりあい、安全運転に努めてください

競技	駐 車 場	
希望郷いわて国体	東山多目的グラウンド 東山海洋センター周辺 駐車場	—
	千厩多目的グラウンド 駐車場	—
	花泉総合福祉センター 駐車場	花泉第二体育館周辺
フェンシング	市総合体育館 東側駐車場	市営プール第2駐車場 (プール駐車場)
	市総合体育館 東側駐車場	市営プール第3駐車場 (プール南側駐車場)
バスケットボール	市総合体育館 東側駐車場	市営プール第2駐車場 (プール駐車場)
	東山多目的グラウンド	東山海洋センター周辺 駐車場
希望郷いわて大会	バスケットボール	市総合体育館 東側駐車場
	車椅子バスケットボール	市営プール第3駐車場 (プール南側駐車場)

無料シャトルバスなど利用してください

一般観覧者用の駐車場は、台数に限りがあります。混雑が予想されますので、競技会場に来場する際は、無料シャトルバスや公共交通機関を利用してください。

ルールとマナーを守りましょう

路上駐車や無断駐車のない、安全で気持ちのいい往来に協力してください。ルールとマナーを守りましょう。

花泉体育館の試合観戦には 入場整理券が必要です

バレーボール競技成年女子を行う花泉体育館(10月2日⑩)では、試合観戦にあたり入場整理券が必要です。入場整理券は、試合ごとに会場入口付近で配布します。
◇配布予定時刻…【第1試合】8:10【第2試合】11:40【第3試合】13:20【第4試合】15:00 *試合の進行状況により変更になる場合があります

千厩体育館(成年女子)および東山総合体育館(成年男子)でも、来場者の安全を確保するため、入場を制限する場合があります。その際は、入場整理券を配布します。

2016 希望郷 いわて国体 2016 希望郷 いわて大会

広げよう 感動。伝えよう 感謝。

◎本庁国体推進室(合同庁舎内) ☎④4850

■市民健康講座10/11回目

◇日時：①10月21日(金)10時～12時 ②10月27日(金)10時～11時30分
◇場所：一関保健センター◇内容：①調理実習「未来の子供に伝えたい伝統料理・おやつについて」②健診結果説明会「健診の数値改善が

■両親学級(コース)

◇日時・内容：①11月7日(月)9時30分～13時・保健師講話、栄養士講話、調理実習②11月26日(土)9時30分～11時50分・助産師講話、もく浴実習、リラックスタイム、妊婦シミュレーター体験◇場所：一関保健センター◇対象：市内在住の妊婦とその家族◇定員・費用：先着12組・3000円(①だけ)◇申し込み：10月27日(金)まで*次回は平成29年10月10日(火)、28日(土)を予定

■アルコール家族教室

正しい知識と対応を学び、家族の悩みを軽減させましょう。
◇日時：10月4日(火)14時～16時
◇場所：県立南光病院◇内容：講話「アルコール依存症とはどんな病気でしょうか?」◇申し込み：事前に電話で予約
◎健康づくり課(一関保健センター) または各支所保健福祉課

■ひきこもり相談

健康につながります!
◎健康づくり課(一関保健センター) または各支所保健福祉課
◇日時・場所：11月14日(日)13時30分～15時30分・一関保健センター◇定員：先着2人(要予約・先着順)
◎健康づくり課(一関保健センター) または各支所保健福祉課

■50人未満の小規模事業所が対象の健康相談

◇日時・場所：①10月6日・商工会議所千厩支所②10月13日、20日、27日・一関市医師会事務所 *いずれも②、時間は13時～15時
◎一関地域産業保健センター ☎⑤5110 / FAX ⑤9955

■秋の狂犬病予防注射

案内はがきの問診欄を記入して、最寄りの会場で接種してください。
◇対象犬：生後91日以上の犬で本年度未接種の犬◇料金：3100円(訪問注射は4千円)◇日程：【一関】10月23日(日)【花泉】10月9日(日)【千厩】10月20日(金)～21日(土)【東山】10月13日(金)～14日(土)【川崎】10月16日(日)【藤沢】10月18日(火)、20日(木) *大東地域と室根地域は9月に実施
◎健康づくり課または各支所市民課

健康 自宅、介護施設、病院を伺う訪問歯科診療について

文・一関市国保室根歯科診療所 古川良俊所長

歯科医師が、対象者宅などを訪問し、歯科診療を行う国の制度があります。対象者は在宅で療養中の人、高齢で体が不自由な人、入院中で通院が困難な人などです。歯科医師が自宅や施設に、ポータブル歯科医療器材を持参して診療します。治療の内容は限定されますが、できるだけ身体への負担が少ない方法で効果的な口腔ケアを目指します。

費用は、通常の治療費に訪問診療料が加算されます。医療保険と介護保険が適用され、自己負担は1割から3割になります。

訪問歯科診療を受けたい人は市町村の医療・介護相談窓口、ケアマネジャー、訪問看護師、かかりつけ歯科医師などに相談してください。

10月の4歳5歳歯科健康診査

10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9月末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。

健診名	対象者
4歳歯科健診	24年4月生まれ
5歳歯科健診	23年4月生まれ

◎子育て支援課(一関保健センター内)

11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
7月	一関保健センター	10:00～12:00	4
		13:30～15:30	
21日	川崎支所	10:00～12:00	2
28日	藤沢支所	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



元気のひみつ Voice

Chiba Tadao

千葉忠雄 藤沢町黄海 82歳

幸せの源は健康な生活

ナス、トマトやニラなどを毎日産直に出荷しています。私と同じように自分で育てた野菜を集荷場に持ってくる人たちとの情報交換がとても楽しいです。互いに家を行き来してお茶飲みをしたり、話したりする時間を大切にしています。

楽しみがもう一つあります。市内に住んでいるひ孫の顔を見ることです。息子、孫やひ孫と一緒に食事をする時間は宝物です。

野菜作りも、車の運転も元気だからこそできること。健康でいることが幸せにつながり、幸せな気持ちが健康につながります。

生まれ変わってもこのまちに生まれたいし、この家族と一緒に暮らしたい。そう強く思うくらい、毎日が幸せで充実しています。

10月の献血カレンダー

日	献血会場	時 間
2日	イオンスーパーセンター一関店	10:00～12:00 13:30～16:30
	市消防本部 ・一関西消防署	9:00～11:30
3日	マックスバット一関	13:00～16:00
	ふじの実学園	13:00～14:00
4日	藤沢保健センター	15:00～16:00
	一関信用金庫本店	14:30～16:30
17日	千厩警察署	9:00～10:30
	インテグラン岩手工場	11:30～13:00
18日	マイヤ千厩店	14:30～16:30
	興栄通信工業(株)	9:00～11:00
19日	三光化成(株)一関工場	12:00～13:00
	一関病院	14:30～16:00
23日	イオン一関店	10:00～12:00 13:30～16:30
		岩手日日新聞社 東台センター
24日	宇部建設(株)	14:00～16:30
		一関工業高等専門学校(高専祭)
30日	一関工業高等専門学校(高専祭)	9:30～11:30 13:00～15:30

*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)