

市オリジナルの「婚姻届」で夫婦がゴールイン
記念品贈り、新たな門出を祝う

市は4月25日、市が独自に作成した用紙で婚姻届を提出した浦田達成さん(23)・卓希さん(23)夫妻(真柴)にアルバムなどの記念品を贈りました。達成さんは「いつまでも仲良しでいたい」、卓希さんは「生まれてくる子供と3人で幸せに暮らしたい」と語り、ともに温かい家庭を築くことを誓いました。勝部修市長は「明るい家庭をつくってほしい」と話し、2人の新たな門出を祝福しました。

市オリジナルの婚姻届用紙は、複写式で2枚のうち1枚を記念に残しておくのが特徴。3月22日から本庁市民課・各支所市民課で希望者に配布しています。



ぼたん園に咲き誇る大輪の花々
ボタンとシャクヤクが見頃を迎える

花泉町の花と泉の公園で4月29日、「ぼたんしゃくやく祭り」が開幕しました。同公園のぼたん園では、約300品種4千本のボタンと40種3千株のシャクヤクを栽培。今年は気温の低い日が続いたため、例年より5日ほど遅い開花となりました。

奥州市から訪れた千葉和枝さん(65)・静江さん(36)親子は「来るたびに花の種類が増えている。色とりどりの花は見ていて幸せになります」と話し、大輪の花々を楽しんでいました。

同祭りは6月4日まで開催。園内のレストランでは、今年から新たに食用花(エディブルフラワー)を使ったランチやスイーツも提供しています。



本寺小の震災学習でドローンの性能を体験
全校児童が防災への意識高める

本寺小学校(佐々木竜哉校長)の「震災学習」は4月27日、同校で行われ、全児童23人が自然災害の恐ろしさを学びながら、防災への意識を高めました。

講義では2008年6月の岩手・宮城内陸地震で崩落した祭時大橋を災害遺構とした経緯や、災害時に活躍する無人航空機(ドローン)について説明。児童はドローンで上空から撮影した映像を見て「すごい」「高い」と驚いていました。

佐藤孝彦君(5年)「ドローンは人が入れない場所で撮影できるので、とても便利だと思った」と話し、災害時のドローンの活用法に興味を示していました。



迫力満点のレースに観客も気分全開
色とりどりのマシンが土を蹴り、宙を舞う

「2017東北モトクロス選手権シリーズ第2戦・岩手大会」(藤沢町モータースポーツ協会主催)は5月7日、藤沢町の藤沢スポーツランドで開催されました。今季初の公式戦に県内外からファンや家族連れが詰めかけ、コーナーに飛び込むトップ争いや豪快なジャンプに歓声を上げながら、開幕戦を楽しみました。

選手として出場する父親の応援に駆けつけた一戸颯太郎君(10)は「僕もモトクロスをやっています。お父さんみたいな速くてカッコいいライダーになりたい」と迫力満点のレースに目を輝かせていました。



元気の
ひみつ
Voice

Ito
Mikuni

伊藤みくにさん

藤沢町保呂羽 76歳

趣味は人の役に立つこと

私は東磐地区更生保護女性の会会長、ボランティアグループ「ルピナス」の会長や保呂羽地区老人クラブの事務局などさまざまな活動に携わっています。

老人クラブでは藤沢支部老人クラブ大会の後に開催される「はつらつシルバー劇場」での出し物を考えています。保呂羽地区は毎回寸劇を実施。「エコな花咲翁さん」「おむすびころりんILC」など、昔話と現代の話題を交えた、面白くて分かりやすい劇を考案し、皆さんに楽しんでもらえるよう工夫しています。

家に閉じこもっていないで、とにかくやってみよう。人の役に立つことをしてみよう。そう思ってボランティア活動に励んできました。いろいろな役を引き受けることは勉強にもなり、元気にもつながっています。人から必要とされ、頼られることがとてもうれしいです。

市民健康講座

◇日時：①6月8日②13時30分
15時③6月22日④10時⑤11時30分

◇内容：①【講話】認知症とお口の健康習慣②【講話】脳刺激体操で頭と体の活性化◇場所：一関保健センター◇申し込み：不要
◇健康づくり課(セナ1内)

夜間HIV即日検査

匿名でも検査を受けることができます。

◇日時・場所：6月6日④(受け付け17時～19時)・一関保健所◇内容：HIV抗体検査(即日検査)
*採血を行います◇費用：無料◇申し込み：前日まで
◇一関保健所保健課 ☎1415

ひきこもり相談

◇日時：7月11日④13時30分～15

傾聴サロン

◇日時：6月20日④10時～11時30分◇場所：一関保健センター
◇健康づくり課(セナ1内)

フリースペースひだまり

ひきこもり状態に悩む人や家族同士で話をして、気持ちを軽くしませんか。
◇日時：6月5日④、19日④13時30分～16時◇場所：一関勤労青少年

時30分◇場所：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(セナ1内)

アルコール家族教室

◇日時：6月6日④14時～16時◇場所：県立南光病院◇申し込み：事前に電話で
◇健康づくり課、各支所保健福祉課

妊婦と先輩ママとのふれあい講座

歯科医師による講話、先輩ママとの交流や個別相談などを行います。
◇日時：6月21日④9時45分～11時30分◇場所：一関保健センター
◇申し込み：6月16日(金)まで
◇子育て支援課(セナ1内)

50人未満の小規模事業所が対象の健康相談

◇日時・場所：①6月1日・商工会議所千厩支所 ②6月8日、15日 22日・一関市医師会事務所 *いずれも④、時間は13時～15時
◇一関地域産業保健センター ☎5110 / FAX ☎9955

健康コラム 太る原因と時間の関係
文・健康づくり課

食事を取るときに栄養バランスを考えて、肥満を予防することは大切です。「なにを、どれだけ」食べるかも大事ですが、「いつ食べるか」も大きなポイントです。生体リズムを整えるためには、朝食から夕食までを12時間以内に取りましょう。

また、夜遅い時間の食事は摂取したエネルギーが使用されずに、脂肪として体に蓄積されやすくなります。夕食は就寝の2～3時間前に軽めに取るというのがおすすめです。夕食がどうしても21時以降になってしまう場合には、17～18時ごろに軽い食事を取ること、昼からの長い血糖低下を防ぎ、夜食を多く摂取してしまうことによる肥満を予防できます。

6月の4歳5歳歯科健康診査

6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5月末に受診券を郵送しています。体調不良などで6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12月生まれ
5歳歯科健診	23年12月生まれ

◇子育て支援課(一関保健センター内)

7月のこころの健康相談(緊密)

臨床心理士が無料で相談に応じます。

日	場所	時間	定員
3月	一関保健センター	10:00～12:00	4
		13:30～15:30	
31日	千厩支所保健福祉課	10:00～12:00	2
		川崎支所保健福祉課	

◇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

6月の献血カレンダー(400ml 限定)

日	献血会場	時間
12月	JAIいわて平泉西部 宮農振興センター	10:00～11:00
	国立病院機構岩手病院	14:30～16:30
13日	一関市役所花泉支所	9:00～12:00
	神文ストア花泉店	13:30～16:30
14日	藤沢保健センター	13:30～16:00
25日	イオン一関店	10:00～12:00
		13:30～16:30
26日	一関市役所室根支所	9:30～11:30
		国際医療福祉専門 学校一関校
27日	岩手日日新聞社 東台センター	9:00～11:00
		神文ストア 萩荘バイパス店

*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)