

広報 かるまい 3

平成25年 (2013年) No.648

軽米町生涯学習フェスティバル



今月の主な内容

- 生涯学習フェスティバル 2～3
- 中高生海外派遣事業 4～5
- 岩手県選抜選手に2選手 6
- 山下美香さんが県最優秀賞 8

日ごろの学習の成果を発表する町民生涯学習フェスティバルが2月3日に開催されました。フィナーレを飾ったよさこい組「どっこいしょ」は会場全体を使った迫力の舞を披露。芸達者な町民の皆さんが多数出演し、会場を盛り上げました。(関連記事2, 3ページ)

個性豊かな町民 260人が芸を披露

11th 生涯学習 フェスティバル



軽米幼稚園さくら組の女の子

フェスティバルを盛り上げた
出演者（敬称略） ※プログラム順

種別	出演団体・出演者
太鼓演奏	創作太鼓の会 座・宇漢米
太鼓演奏	観音林ちから太鼓
踊り	つくしの会
遊戯	軽米幼稚園さくら組
太鼓演奏	山内保育園、観音林児童館
歌	並岡和昭（地域活動支援センターふれあい）
歌・踊り	神久保けい子、福田ミカ子
踊り	日本山西省軽米支部
新舞踊	向屋敷萌（笹渡地区）
踊り	郷土民謡研究 北栄会
踊り	佐々木スズエ（高家地区）
ハーモニカ	山下範雄（軽米地区）
よさこい	軽米ソーラン愛好会
踊り	日向ヒデ（長倉地区）
大正琴演奏	大正琴クラブ
郷土芸能	山内神楽保存会
新舞踊	「泉会」（笹渡地区）
三味線演奏	小笠原四郎（晴山地区）
踊り	藤井良子（晴山地区）
よさこい	小軽米よさこい連「月燦」
演劇	演劇集団「伝楽坐」
新舞踊	古里素祐（晴山地区）
歌・踊り	いきいき農園
歌	小林忠男（円子地区）
踊り	円子よさこい組「どっこいしょ」



向屋敷萌さん（笹渡地区）



演劇集団「伝楽坐」による
劇「てんぐの太郎坊」



山内保育園と観音林児童館の園児による太鼓演奏



山下範雄さん（軽米地区）



小林忠男さん（円子地区）



ました。
会場入り口には、書道やガラス彫り絵などが展示されるとともに、食の団体によって、とり飯やおでん、くしもなどが振る舞われました。
フェスティバルの開催にあたり、今年も延べ60人のボランティアが参加。前日や当日の会場準備、道具の搬出入、照明や音楽など、全てボランティアによって進められた手作りのフェスティバル。熱を帯びた会場の様子を写真でレポートします。

開会にあたり同委員会の田名部晴夫会長は「素人が運営し、素人が演目に参加し、見る人も素人。素人が集まって今日一日を楽しく過ごそうではないかと開催している。町が明るく楽しく、生活のしやすい環境になれるように、共に手を携えながらまちづくりに励んでいきたい」とあいさつ。会場には約250人が訪れ、約6時間にわたるステージを楽しみ

第11回軽米町民生涯学習フェスティバル（住民の手による生涯学習フェスティバル実行委員会主催）が2月3日、農村環境改善センターで開催されました。歌や踊り、演劇、よさこいなど、今年も元気で芸達者な町民の皆さんが出演。町内から25の団体や個人、延べ約260人が参加し会場を盛り上げました。

自信と思い出を胸に帰国



ツインピークス前で一戸町の中学生と一緒に記念撮影

一戸町と合同で行っている中高生の海外派遣研修が1月5日から13日までの日程で行われ、町内の4中学校と県立軽米高等学校から合わせて7人が参加しました。生徒らは、アメリカ合衆国西海岸のカリフォルニア州サンフランシスコ近郊で、ホームステイをしながらホストファミリー（受入家族）との日常生活や学校訪問を通して、日本とは異なる文化や歴史、風土などを学びました。海外派遣から帰国した、生徒の声を紹介します。（生徒の作文から抜粋）

大切なのは コミュニケーション



板橋 梨奈さん
(軽米高1年)

海外派遣で学んだことは、コミュニケーションが大切だということです。最初は相手の言っている事も、早くて全然聞き取れませんでした。一生懸命聞き取るうすると、

簡単な言葉や単語は聞き取れるようになりまし。また、ホストファミリーが、ジェスチャーを入れて私に伝わるように工夫してくれました。何事もお互いに伝えたいと思えば、言いたいことが分かってくると思います。

今回の研修を通して、コミュニケーション力が大きく身についたと思います。自然なスピードの英語も聞き取れるようになりました。いつか、またホストファミリーに会いに行きたいと思っています。

英語を話すことの 喜びを感じた



下谷地 優衣さん
(軽米高2年)

私は高校に入學してから課題やテストに追われ、今まで楽しいと感じてきた英語の勉強が難しいと感じるようになっていきました。しかし今回の海外派遣を通し

て、現地の方との会話が成り立ったり自分の話したいことを相手に伝えることができたとき、今までに味わったことのない嬉しさと喜びでいっぱいになったのを今でも覚えています。このことが私の自信へと繋がったのは確かであり、やる気を再び取り戻すきっかけになりました。会話の中で理解できなかった単語や文があり、とても悔しく感じました。この悔しさを忘れずに今後の学習に励んでいきたいと思っています。

学んだことを これからの生活に



小笠原 理恵さん
(軽米高2年)

「相手の文化を尊重する」「自分の国の文化や日本の良さを伝える」「何事も積極的に言動する」を目標に研修に臨みました。

アメリカの授業では、日本との違いをたくさん発見しました。髪を染める、ピアスなどの外見は自由でしたが、授業はとても静かで、はじめに取り組んでいました。文化交流では、現地の学生と楽しく話せ、日本文化をしつかり伝えられたと思います。これでも日本に好感・興味を持ってもらえればいいなと思います。

今後は、海外派遣で得た経験を生かし、学習、生徒会活動、部活動に取り組みしていきたいと思っています。

異国の地で 人の温かさに触れ



細谷地 瑠唯さん
(軽米高2年)

ステイ先のお母さんの名前はベブさんといいます。私に何度も話しかけてくれ、英語なのですが、ベブさんの私たちへの気遣いが伝わってきて

ました。また、ベブさんは私が何か言おうとすると笑顔で真剣に聞いてくれたり、親切に様々なことを教えてくださいました。

アメリカには「るい」という音がなく、いつも「ドゥイ？」と聞き返されました。しかし、卒業証書を渡す時、ベブさんが初めて「ルイ」と言ってくれたのです。私は、嬉しくて涙が溢れました。短い間でしたが私は、ベブさん家族の所でホームステイができて本当に良かったです。

出会いから学んだ 思いやる心



長代 希年さん
(晴山中2年)

私は将来の夢のために自分の英語力を高めること、アメリカの文化を知ることを目指して海外派遣への参加を希望しました。

今回の海外派遣を通して、特に学んだことは、人思いやる心、ほめあう部分は日本と共通しているということです。それはホームステイや現地の色々な場所を見学していく中での、たくさんの人との「出会い」から学ぶことが出来ました。この出会いとたくさんさんの思い出は絶対に忘れません。私自身が目標としていた英語力を高めることについては、英語を聞く力がついたり、コミュニケーションを身につける事ができたと思うので、学校でも生かしていきたいと思っています。

実行する勇氣で 頼れるリーダーに



仲條 萌さん
(軽米高2年)

最初は、会話の幅が狭く、YesかNoでしか答えられなかった私。別れの日には、自分から、このホームステイの感想をファミリーに伝える

ようになりまし。なぜこのような進歩を遂げることができたのだろう？。自問自答すると、進歩するうえで欠かさないことが見えてきました。それは「理想を実現するための細かな目標設定と実行する勇氣を持つこと」です。

これからは、「全校を引っ張っていくリーダーになる」という理想実現と「実行する勇氣」を日常生活から鍛えて「この人についていけば大丈夫だ」と思えるようなリーダーを目指します。

積極性の大切さ 研修で実感



田中 春那さん
(小軽米高2年)

私は今回の海外派遣に参加して本当に良かったと思っています。いろいろなことを学ぶことができました。特に積極性の大切さを学びました。

ホストファミリーには何がしたいのか、どうしたいのかを自分から話しかけないといけませんでした。うまく言えらるかどうか、文章は合っているかどうか、不安で緊張もしましたが、返事をしてくれたときは嬉しかったです。

今回の研修で学んだことはこれからの生活に生かしていきたいです。決して忘れません。また、素晴らしい経験をさせてくださった家族やホストファミリー、研修の友達、すべての人に感謝しています。

今回の海外派遣を通して、特に学んだことは、人思いやる心、ほめあう部分は日本と共通しているということです。それはホームステイや現地の色々な場所を見学していく中での、たくさんの人との「出会い」から学ぶことが出来ました。この出会いとたくさんさんの思い出は絶対に忘れません。私自身が目標としていた英語力を高めることについては、英語を聞く力がついたり、コミュニケーションを身につける事ができたと思うので、学校でも生かしていきたいと思っています。

県の代表選手として
東北・全国の舞台で活躍

二戸地区のアイスホッケーチーム「カシオペアスターズ」のメンバーである南泰晴くん(晴山中2年)と圃田凱翔くん(軽米中2年)が若手県選抜選手に選出されました。2人は、県の代表として12月22日に山形県山形市で開かれた第34回東北中学校大会へ出場。全国大会への代表決定戦を兼ねた宮城選抜との1回戦には1対0と接戦を制し、全国大会への

南 泰晴 くん(晴山中)



圃田凱翔 くん(軽米中)



の出場を決めました。1月31日から北海道苫小牧市で開催された全国大会では残念ながら、1回戦敗退となってしまいました。大きな舞台での経験は2人を成長させました。

再び全国の舞台へ
目指すは優勝

2人は3月27日から北海道釧路市で開催される第7回全日本少年アイスホッケー大会に出場が決定しています。南くんは「全国は強いチームばかりだが、チームのために全力を尽くす」と話し、圃田くんは「目指すは優勝。今まで支えてくれた家族のためにも頑張りたい」と意気込みを語っていました。



アイスホッケー県選抜で活躍中

全国学校歯科保健優良校表彰

軽米小に奨励賞

虫歯のない人の割合や歯科検診の回数、学校独自の活動などの学校歯科保健活動を審査、評価する岩手県学校歯科保健優良校表彰の小学校の部で、軽米小学校(伊藤一郎校長、児童数245人)が最優秀校に選ばれました。また、県の代表に選ばれた同校は、全日本学校歯科保健優良校表彰で、見事奨励賞を受賞しました。



児童たちから感謝状と花束が贈られました



堀米さん(前列中央)を囲んで記念撮影、児童たちはみんなきれいで丈夫な歯をしています

への感謝の会を2月8日、開催しました。堀米さんは同校の歯科検診に過去59年間携わり、虫歯予防への指導に尽力されてきました。同会では、伊藤校長が「堀米先生は児童の祖父母の代から、歯科検診を行っていただいている。その長年の取り組みの成果が今回の受賞につながった」とあいさつ。児童たちから感謝状や花束などが贈られました。堀米さんは「今回はこのように会を開いていただき大変うれしく思います。これからもむし歯予防活動に力を入れてほしい」と話していました。

町総体卓球結果

第35回町総合体育大会の卓球競技が、2月17日に町民体育館で開催され白熱の

試合を繰り広げました。結果は次のとおりです。(○に数字は順位)



Aブロック優勝の山内
Aブロック順位
①山内 ②観音林 ③笹渡



Bブロック優勝の上館連合
Bブロック順位
①上館連合 ②晴高 ③米田

水質検査の結果を公表

町では毎年、快適で安全な環境保全のために水質検査を実施しています。平成24年度の結果は次のとおりです。

場所	種類	結果
岳の湧口の湧水	飲料水試験検査	水質基準(水道法による)に適合していました
旧長倉最終処分場の放流水	生活環境水質検査	水質汚濁防止法による排水基準値以下でした
円子地区のゴルフ場付近の排水	生活環境水質検査	水質汚濁防止法による排水基準値以下でした
	農薬残留水質検査	環境省が示す指針値以下でした

※いずれの検査も項目ごとに基準値を下回っていますが、今後も定期的に検査を実施し、環境保全に努めます。詳しくは役場町民生課(☎46-4734)までお問い合わせください。

町体育協会表彰

スポーツでの活躍たたえる

スポーツ分野で顕著な成績を収めた競技者に贈られる町体育協会表彰の表彰式が、2月3日の生涯学習フェスティバルの会場で行われました。表彰者は次のとおりです。



輝かしい成績を収められた競技者のみなさん

ソフトテニス	於本 萌吹 軽米小5年 仲條 葉 軽米小4年	県小学生学年別大会5年生の部	第3位
	中村 正志 町ソフトテニス協会 小笠原龍介 町ソフトテニス協会	県選手権大会シニア男子の部 県選手権大会一般男子の部	準優勝 準優勝
	軽米中学校ソフトテニス部	県中学校新人大会女子団体	優勝
	坂本 大亮 軽米中3年	県中学校総合体育大会男子個人の部	第3位
剣道	小笠原慎二 軽米高3年 佐々木敦美 町剣道協会	県高校総合体育大会男子個人の部 県民体育大会女子個人40歳1日以上	第3位 準優勝
卓球	小笠原涼馬 専大北上高2年(晴山中出身)	県高校総合体育大会	準優勝
	横井内祐生 軽米小6年	全国小学校陸上競技交流大会岩手県大会 男子ソフトボール投げ	優勝
陸上	圃田 直哉 軽米高2年 獅子内冬威 軽米高2年	県高校新人大会やり投 県高校新人大会ハンマー投	優勝 準優勝
ゴルフ	岩谷 佳奈 軽米高2年	第67回国民体育大会出場	

町長杯卓球大会結果

第35回町長杯卓球大会が2月3日、町民体育館で開催されました。町内から約200人が参加しました。各部門の優勝者(町民のみ)は次のとおりです。(敬称略)

- ▼ホープスミニ男子：屋敷大(笹渡小3年)
- ▼ホープスミニ女子：百鳥あかね(笹渡小3年)
- ▼ホープス男子：池端蓮(晴山高5年)
- ▼ホープス女子：田代明莉(晴山高5年)
- ▼カデット男子：畑中亮祐(軽米中1年)
- ▼カデット女子：細谷地彩乃(笹渡中1年)
- ▼カデット団体男子：軽米中
- ▼アマチュア男子：板橋義男(下新町)
- ▼一般男子：南有紀(町卓球協会)
- ▼一般女子：長坂貴子(町卓球協会)



優勝した(左から)屋敷大君、百鳥あかねさん、池端蓮君、田代明莉さん



冬にしか味わえない楽しさを満喫した参加者たち

白銀のゲレンデを満喫

町民スキー教室

本年度最後の町民スキー教室が2月9日、安比高原スキー場で開催されました。町内の小学生から大人まで約30人が参加。町スキー協会のメンバーらの指導を受けながら、参加者は自分のレベルに合わせて白銀のゲレンデを気持ちよく滑り降りました。

町では、町民スキー教室と少年少女スキー教室を合わせて年3回、安比高原スキー場と八幡平リゾートパノラマ&下倉スキー場で開催しており、本年度は延べ44人が参加しました。

国のために活躍誓う

自衛隊新入隊員が決意表明

航空自衛隊自衛官候補生に合格した大久保雅貴さん(20歳、米田大久保)が2月22日、自衛隊への入隊報告のため山本賢一町長のもとを訪れました。大久保さんは「東日本大震災や尖閣諸島の問題を目にするようになり、国のために働きたいという思いが強くなった。心身ともに鍛えながら頑張ります」と活躍を誓いました。

大久保さんは4月から、航空教育隊で自衛官候補生教育課程へと進みます。



山本町長のもとに入隊報告に訪れた大久保さん(中央左)

山下美香さんのあたたかな詩が評価

県PTA連合会三行詩コンクール最優秀賞

お父さんがお母さんのかみの毛をきってあげた。お母さんの楽しいかおがかわいくて私はとてもおもしろかったよ。

山下 美香

詩で県最優秀賞を獲得

小軽米中学校2年の山下美香さんは、県PTA連合会3行詩コンクールの中学校の部で見事、最優秀賞に輝きました。また、同賞のほか、第19回矢沢幸生生命の詩の集いで佳作入選、サトウハチロー記念第16回「おかあさんの詩」全国コンクールで入選を果たしました。山下さんは「詩を書くときは普段思っていることを率直に文章にしている。賞を取れたのは協力してくれた国語の先生のおかげです」と話していました。



表彰状を手を受賞を喜ぶ山下さん(右)

昭和60年10月31日姉妹提携

音更町だより

音更産なたね油を使った「とちアヒー」がふれあい交流館で開かれました。十勝アヒーとは、なたね油にんにくとトウガラシを入れ、マッシュルームやえびなどの魚介類を弱火で煮る料理です。参加者は、音更なたね油生産組合の皆さんから、家庭でもおいしくできる調理法を学びました。



音更産なたね油でおいしい料理ができました

元気に「オニは～そと！」

小軽米保育園で豆まき

小軽米保育園は2月1日、節分の豆まきを行いました。紙芝居で節分の由来や鬼の話聞いた後は、待ちに待った豆まき。園児たちは、手作りの鬼のお面をつけて、自分の中にある「泣き虫オニ」「いじわるオニ」「ケンカをするオニ」などを追い出すために「オニは～そと！」と元気いっぱい豆をまきました。また、風邪を引かず丈夫な体になるようにと、自分の年より一つ多い数の豆を食べ、今年1年の無病息災を願いました。



元気に豆まきをする児童たち



自分たちで研究したお米の知識を披露する児童

学んだお米知識を披露

小軽米小でもちフェスタ2012

小軽米小学校(山本顕校長、児童数65人)では2月21日に授業参観が開催され、保護者が見守る中、児童たちは元気いっぱいに授業を受けていました。「総合的な学習の時間」で年間を通してもち米の収穫を体験した5年生は「もちフェスタ2012」を開催。料理番組風に世界のお米料理を紹介したり、お米を使った商品についてのクイズを行ったりと工夫を凝らしたプレゼンテーションを行っていました。

万が一に備えて救命講習

婦人消防協力隊連絡協議会が救命講習

町婦人消防協力隊連絡協議会(久保満子会長)は2月17日、町防災センターで救命講習会を開催しました。隊員14人が参加し、二戸消防署軽米分署の職員の指導の下、心肺蘇生や異物除去などについて学んだほか、万が一の事態を想定してAEDを使用した実習を体験しました。同協議会副会長の戸草内貞子さん(増子内)は「いろんな場所にAEDはあるが、実際使えなければ意味がない。今回の講習に参加してよかった」と話していました。



人形を使い、緊急時のAEDの使用法を学ぶ隊員

笑顔あつまれ！ みんなの広場

夢・希望・えんぴつ



笹渡小学校6年 鶴飼 颯哉 くん
(鶴飼)

ゲームで人を喜ばせる未来

みなさんは子どもの頃、どんな遊びをしていましたか。木登りとか鬼ごっことか、もしかしたらゲームという人もいるかもしれませぬ。ぼくが、いま夢中になっっている遊びも、ゲームです。家に帰るとすぐに始めます。帰ってからの30分間が、毎日のゲームタイムです。ゲームをしている時は、日常では起こらないことにとってもワクワクしています。

最近、ぼくは、このゲームに関する仕事に就きたいと思うようになりました。ゲームクリエイターという仕事があります。ゲームのプログラムを考えたり、実際に作

ったりする仕事で、とても魅力を感じています。この仕事は、みんなを楽しませてあげられる仕事だと思えます。ゲームを作ることで、ぼくのようにたくさんの子どものことができるはずです。それに、たぶん大人も、ゲームで友達を作ったり子どもと遊んだりすることができるはずで、想像を広げて物語を書くよう、これまでにないゲームを作りたいです。

ぼくが目指している未来は、ゲームでみんなを喜ばせたり楽しませる未来です。

軽米町山内の折爪サービスイリアは、八戸自動車道で唯一の食事・休憩場所として賑わっています。そのほぼ全域が「駒板遺跡」という縄文・古代・中世の集落跡、近世の鑄鉄場跡という複合遺跡の上に造られていたことがご存知でしたか？

駒板遺跡は、軽米町役場の南西4.5km、山内地区の東集落の南方面積約800mの丘陵上に位置します。遺跡は、東尾根が最も高く、中央から南西側への沢が流れる西谷を境として、北側は北谷との間の北尾根及び西尾根、南側は東谷と西谷の間の中央尾根という、4つの尾根と3つの谷によって構成される起伏に富んだ地形に立地します。標高は280m～320mで、西側1.5kmを流れる瀬月内川との比高差は約100mもあります。工事に先立ち、このうち約7万8千㎡が昭和57・58年に発掘調査されました。



駒板遺跡西谷右岸の調査風景(昭和57年) 写真提供 (公財) 岩手県文化振興事業団埋蔵文化財センター

発見された縄文時代の遺構は、住居跡が66棟、土坑264基、陥し穴状遺構17基などとなり、おおむね縄文時代後期初め～晩期中葉頃のもののようです。

集落としては、北尾根・西尾根と西谷の間・中央尾根南斜面の3箇所にもまとまりが見られます。このうち中央尾根南斜面には住居が半数以上の34棟も集中し、また、うち24棟は後期の初め頃にあたります。近い時期に同じ場所での建て替えも頻繁に行われていることから、後期前葉(約4千～3千7百年前)がこの集落の最盛期であったようです。

沢水が豊富で自然の恵み豊かな山間の集落は、縄文人にとっても憩いの場として最適だったのではないかと考えられます。

(教育委員会学芸員 藤田直行)

今月の俳句 (北光吟社1月例会)

千両の実をこぼし過ぐ雪しまき
中田 紀子

しんしんと降る雪の音静かなり
川島 由蔵

知る人の減りゆくばかり涙返る
中野 とき子

寒月や黒々続く山照らし
川崎 郁子

片方の残る手袋捨てがたし
三上千栄女

白鳥の六羽冬日に舞ひ降りぬ
丹下 美恵子

山の端の夕日の位置や日脚伸び
松村 英子

新雪の下に恐怖の凍てる道
千葉 紅園

たくあんのかみ忘れ増す二月かな
早川 慶子

※町文化協会「北光吟社」の例会より俳句を紹介しています

生活安全の森

二戸警察署軽米駐在所 (☎46-2004)

～みんなで守ろう！子どもの命！～

まもなく新入学期を迎えます。入学・入園を迎える子どもたちは行動範囲が広がるため、交通事故に遭う危険性も高まります。保護者や周囲の大人が手本となり、子どもを交通事故から守りましょう。

- 《保護者の皆さんへ》
- ・お子さんと一緒に通園・通学路、頻りに利用する道路を実際に歩いて、危険な場所や注意しなければならぬ場所をチェックして、安全な歩き方を具体的に教えましょう。
 - ・道路を横断するときは、横断歩道を利用させましょう。
 - ・道路を横断するときは、「止まる・(左右を)見る・(車の通過を)待つ」を習慣づけ、安全な横断の仕方を具体的に教えましょう。
 - ・青信号にしたがって通行するときでも、安全確認をするように教えましょう。
 - ・車の陰や道路で遊ばせることの危険性を理解させ遊ばせないようにしましょう。

- ・自転車は体に合ったものを選び、乗るときには必ずヘルメットを着用させましょう。
- 《ドライバーの皆さんへ》
- ・運転中に子どもの姿を見かけたら、飛びだしなどの危険予測をして、速度を落とし、安全な間隔をとって運転しましょう。
 - ・車を発進させる前に車の前後に子どもがいないか確認しましょう。

1月の事故と救急の数字

▶町内の交通事故、救急車出動回数

	当月	累計	昨年比
人身事故	0件	0件	±0
死亡者	0人	0人	±0
負傷者	0人	0人	±0
物損事故	20件	20件	+6
救急車出動回数	44回	44回	+9

※(累計)は1月からの合計です。見直しにより前月の数値と異なる場合があります

▶今月の飲酒運転検挙者はありません

指そう！はつらつ人生

地域包括支援センター (☎46-4111)

回復を楽しみに介護を続ける竹澤さん

竹澤ミヨシさん(95歳、中町)は昨年12月5日に脳梗塞、うっ血性心不全を発症し、寝たきり状態となってしまいました。「オムツをしたくない」という本人の気持ちを尊重して、介護をしている長男の妻であるユヲさんは排泄介助を実践。これがリハビリにつながり、今ではつかまり歩きができるまで回復しました。ユヲさんは「スタッフの方から情報をいただいたり、友人である百鳥さんのお手伝いや近所の皆川さんが話し相手に来てくれたり、皆さんから力をもらっている」と話し、「おばあちゃんをどこまで回復させられるかが楽しみ。あきらめない、そこからは始まり！」と在宅での介護に意気込みを見せていました。ミヨシさんは「お母さんがいろいろやってくれるので家では何も心配がない」と安心して様子。家族の献身的な介護を支えられながら、ミヨシさんは笑顔で日々の生活を送っています。



ミヨシさん(前列中央)と竹澤さん(前列左)と竹澤さんご家族を支える皆さん

▶ミヨシさんを支える皆さんからのメッセージ▶

- 松浦近江さん(町ふれあいセンター、ケアマネジャー) = 写真後列左
介護者が疲れないように、「細く長く」の支援をしていきたい。
- 百鳥陽子さん(ミヨシさん、ユヲさんの友人) = 写真後列中央左
本人のお話やユヲさんの介護の姿に感動してお手伝いしています。
- 角田香織さん(樹ケアテック、福祉用具レンタル) = 写真後列中央右
本人に合った福祉用具の利用ができるように支援をしています。
- 藤田美枝子さん(町健康福祉課) = 写真後列右
体調を見ながら、体力を消耗しないような介助を心がけています。
- 皆川タマさん(ミヨシさんの友人) = 写真前列右
お互いに元気で、お話しをしていきたいです。



健康福祉課 (☎46-4111)

自分に合った方法で生活習慣改善を



健康福祉課
保健師
中里 祥子

「生活習慣病」とは、日常生活習慣が積み重なった結果生じるさまざまな病気の総称です。具体的には、がん・心疾患・脳血管疾患・糖尿病・肥満などが挙げられ、日本人の死因の3分の2を生活習慣病が占めています。また、近年において生活習慣病は大人だけの問題ではなく、子どもでも同様の症状がみられるようになってきました。生活習慣病の予防で私たちがすぐにでもできることは、食生活と運動習慣を見直すこと

です。健康な生活を1日でも長く送るため、無理なく続けられる、自分に合った生活習慣改善の方法を見つけましょう。

- ◎腹八分目を心がける
- ◎野菜は1日350gを目標に摂取する
- ◎お酒は1日1合を目安に
- ◎たくさん体を動かし、しっかり休養をとる
- ◎たくさんの人・物・事柄に接する生活を

Sarunashiwine nouveau

好評発売中

きるなしワイン

容量 720ml 1,292円

期間限定醸造

(問) 榊米町産業開発 (TEL 46-4222)

ハッピーバースデー プレゼント実施中!!

※3人以上の食事会であること

ダッタンそば粉入り

「そばかけピザ」

配達します!
お土産用あります!

雑穀弁当・仕出し・宴会

食事処 内まる屋 (TEL 46-2318)

見さんの18番

※広報かまのまいでは、町内の業者などからの広告を掲載しています

図書館だより

町立図書館 (☎46-4333)

— 今月の新刊 —

【児童書】

本、だ～いすき!



(新日本出版社)

文/ジュディ・シエラ
絵/マーク・ブ라운
訳/山本敏子
モリーは、移動図書館用の車をまわって動物園に入れてしまった。動物園で図書館を開き、声に出して本を読みだしたとたん、動物たちが葉やすみからぬけ出てきて…。

みっくん、光のヴァイオリン



(俊成出版社)

文/こうやまのりお
「先天性四肢障害」という障害で右手のひじから先がない小学6年生の久大保美来さん。「将来の夢はプロのヴァイオリニスト」と明るく語る美来さんのこれまでの歩みを追う。

【一般書】

オープンガーデンを訪ねて学ぶ
美しい花の庭づくり



(家の光協会)

編/「花ぐらし」ガーデニング倶楽部
プライベートな庭を美しい季節に一般公開するオープンガーデン。20軒の美しい花の庭と、そこに隠されたさまざまな庭づくりのアイデアを写真とともに紹介する。

ある一日



(新潮社)

著/いしいしんじ
こんごそは、この世に生まれてきてくれる。ひとつの命の誕生という奇跡をのせて、天体は回転しつづける。人生最大の日を克明に描きだす、胸をゆすぶられる物語。

3月 March

16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	【春分の日】
21	木	書道教室【図】 14:00~16:00 ダンス教室【公】 19:00~21:00
22	金	
23	土	映画上映会「HOME愛しの座敷わらし」【公】 ①14:00~16:30 ②18:00~20:30
24	日	休日と夜間の納税相談（～26日）
25	月	
26	火	
27	水	太極拳教室【公】 19:00~21:00
28	木	ダンス教室【公】 19:00~21:00
29	金	
30	土	
31	日	

4月 April

1	月	
2	火	
3	水	胃がん検診【米田農業構造改善センター、笹渡農業構造改善センター】6:00~8:30受付
4	木	胃がん検診【ふ】6:00~8:30受付
5	金	胃がん検診【山内農業構造改善センター】6:00~8:00受付 胃がん検診【高家生活改善センター】6:00~8:30受付
6	土	春の全国交通安全運動（～16日）
7	日	胃がん検診【環】6:00~9:00受付
8	月	胃がん検診【晴山公民館】6:00~8:30受付 胃がん検診【晴山農業構造改善センター】6:00~8:30受付
9	火	胃がん検診【円子生活改善センター、小玉川生活改善センター】6:00~8:30受付
10	水	胃がん検診【小軽米生活改善センター】6:00~8:30受付 交通事故死ゼロを目指す日
11	木	
12	金	
13	土	
14	日	胃がん検診【農】6:00~9:00受付
15	月	

(カレンダー中の【 】は開催場所下記のとおり表示します)
 体:町民体育館 環:農村環境改善センター 公:中央公民館
 図:町立図書館 病:県立軽米病院 ふ:健康ふれあいセンター
 老:老人福祉センター フ:雪谷川ダムフォレストパーク・軽米ミ:
 ミ:レットパーク 歴:歴史民俗資料館 ハ:ハートフル・スポーツランド 運:町営運動場 ゲ:ゲートボール場

スナップ写真館

軽米小5年がエゴマ料理体験
(2月14日)



エプロンに三角巾
服装は完璧です

お知らせ
情報
Information

国税専門官の
採用試験を実施

国税専門官採用試験（大卒程度）を実施します。
 ▶受験資格：①昭和58年4月2日から平成4年4月1日生まれの人 ②平成4年4月2日以降生まれの人で、平成25年3月までに大学を卒業見込みの人など
 ▶受付期間
 <インターネット>4月1日（月）～4月11日（木）
 <郵送・持参>4月1日（月）～4月2日（火）
 【問い合わせ先】仙台国税局人事第二課試験研修係 ☎022-263-1111

土地家屋に関する
無料相談会を開催

岩手県土地家屋調査士会二戸久慈支部では、4月1日「表示登記の日」を記念して、次のとおり無料相談を行います。
 ▶日時：4月1日(月) 午前10時～午後3時
 ▶場所：二戸市シビックセンター 1階ミーティングルーム
 ▶相談内容：土地の地目変更、分筆・合筆、建物の新築・増築・滅失登記、土地・建物の調査測量、境界問題など
 【問い合わせ先】岩手県土地家屋調査士会二戸久慈支部二戸地区事務局 大村 ☎46-2027

内科(9:00~17:00) 休日当番医 歯科(9:00~12:00)

二戸クリニック (☎25-5770)	二戸市石切所 3月17日(日)	岩淵歯科医院 (☎32-2238)	一戸町一戸
むらかみ医院いたむのクリニック (☎48-1500)	軽米町岩崎 20日(水)	窪島歯科医院 (☎23-2425)	二戸市福岡
金田一診療所 (☎27-2205)	二戸市金田一 24日(日)	曾根歯科医院 (☎27-3108)	二戸市金田一
すがわら消化器内科 (☎23-2879)	二戸市福岡 31日(日)	関歯科医院 (☎38-2937)	二戸市浄法寺
よこもり眼科クリニック (☎22-2230)	二戸市堀野 4月7日(日)	阿部歯科クリニック (☎25-4182)	二戸市福岡
千葉耳鼻咽喉科医院 (☎23-2009)	二戸市福岡 14日(日)	小野寺歯科医院 (☎33-3050)	一戸町高善寺



本日のメニューは
エゴマ豆腐プリンと



エゴマ入りひつつまみ。エゴマは自分たちで収穫したものです



お楽しみのお食事タイムでは「おいしい」と児童たちは笑顔でした

二戸消費生活センター
消費生活相談のご案内

平成25年4月の相談日は次のとおりです。電話でご予約のうえお越しください。
 ◎法律相談
 4月9日(火)、23日(火)
 ◎お金と暮らし相談
 4月12日(金)
 ◎多重債務相談
 4月16日(火)
 ▶場所：二戸消費生活センター【申し込み・問い合わせ先】二戸消費生活センター ☎23-5800

ヨイ歯デー
テレホン相談を実施

岩手県保険医協会歯科部会では、4月18日に「ヨイ歯デーテレホン相談」を実施しています。歯や口の健康に関するお悩みをご相談ください。
 ▶時間：午前10時～午後7時
 【相談先】岩手県保険医協会ヨイ歯デーテレホン相談係 ☎019-651-7341

スポーツ保険で
安心して運動を

運動中やボランティア活動中の事故を補償するスポーツ安全保険の平成25年度の加入受付を行っています。5人以上のグループ・団体でお申し込みください。
 ▶保険期間：平成25年4月1日以降の手続き完了日翌日から平成26年3月31日まで
 ▶年掛金
 ①A1=800円(中学生以下の団体活動全般)
 ②A2=800円(高校生以上のスポーツ以外の活動。文化・ボランティア活動など)
 ③B=1,000円(65歳以上の方のスポーツ活動)
 ④C=1,850円(高校生以上のスポーツ活動)
 ※その他にも区分あり。
 ▶補償内容：入通院1日目から入院1日4,000円・通院1日1,500円(A1、Cの場合)
 【問い合わせ先】町教育委員会生涯学習グループ ☎46-4744

平成25年度の健診が
はじまります

平成25年度の健診予定は次のとおりです
 ▼実施時期
 胃がん検診…4月3日～14日
 婦人検診…5月7日～17日
 特定健診・大腸がん・肺がん・前立腺がん検診…5月30日～6月23日
 ※詳細な健診日程と対象地区については、順次、町ホームページに掲載しますのでご確認ください。
 【特定健診受診に関してのお知らせ】
 ○国民健康保険以外の被扶養者の方が町内の会場で特定健診を受けるには「受診券」と保険証が必要です。
 ※受診券は保険者ごとの発行になりますので、各保険者へお問い合わせ下さい。
 ※被扶養者の方で、受診券がない場合は町内の健診会場で受診できませんのでご注意ください。
 【問い合わせ先】町健康福祉課健康づくりグループ ☎46-4111

公共交通を利用しましょう

バスなどの公共交通機関は利用者が無ければ存続が難しくなります。路線確保のため、皆さんの積極的な利用をお願いします



年に1度は健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

もしもの時に備えてますか？

3,000×80回で大きな安心 玉姫グループ互助会 会員募集中

宿泊室完備…24時間いつでも病院から直接入室できます。
 お年寄りの方や、お体の不自由な方にも対応したバリアフリー施設です。

軽米セレモニーホール

24時間受付 電話46-4109 岩手県九戸郡軽米町大字上館15-130-1

※広報かるまいでは、町内の業者などの広告を掲載しています



好評発売中
 軽米町産さるなし100%使用
さるなしの雫
 (甘口、リキュール)
 500ml ¥1,260 (税込み)

販売元・お問い合わせ
 リカー&フーズこぼやし(TEL46-2059)

広告募集中

広報かるまいでは、町内業者などからの広告を募集しています。

広告掲載料：4,000円/月
 (6カ月以上掲載の場合は3,000円/月)
 詳しくは、下記までお問い合わせください。

(問) 役場総務課企画グループ ☎46-2111



冠婚葬祭 1月分 〈敬称略〉

おめでた () 内は父母の名

駒板小林大雅 (圭介・真由美)

笹渡向屋敷快人 (和人・美幸)

おしあわせに

{ 三浦利幸 (洋野町)
日山優子 (岩崎)

おくやみ () 内は享年

米田山本タミ (99歳)

沢田田中繁雄 (76歳)

大町雪谷福次郎 (62歳)

戸草内戸草内竹治 (78歳)

上野場福田定男 (88歳)

外川目中村利吉 (67歳)

東台谷地幸トセ (76歳)

松ノ脇吉岡義三 (83歳)

米田大久保坂久保三藏 (100歳)

※お名前が俗字であっても正字で記載される場合がありますので、ご了承ください。

●人の動き <平成25年1月31日現在/町民生活課調べ>

男 5,079人(-5) / 女 5,329人(-8)

合計 10,408人(-13) / 世帯数 3,817(-2)

※ () は前月比

転入 5人(5人) / 転出 9人(9人)

出生 2人(2人) / 死亡 11人(11人)

※ () は1月からの累計



あ
る
日
の
風
景

桃の節句を迎えた山内保育園の広場には色鮮やかなひな飾りが登場。園児らはかわいらしいお人形に大喜びです。3月4日にはひなまつり会が行われ、お人形芝居やゲームを楽しみました。当日は、3月生まれの中家沙姫ちゃんのお誕生日会も開催。沙姫ちゃんは「将来はお花屋さんになりたい」と笑顔で話していました。

※今月のわ・かるまいはお休みします。

我が家の人気者 すこやかさん



2人ともAKBが大好き。マイクを持ってノリノリで歌っています。時々、ケンカもするけど、いつも一緒に遊んでいる仲よし姉妹です。

(両親から一言) いつまでも仲よし姉妹でいてね。思いやりのある優しい人に育ててください。

右) 田中 ^{ゆりあ}結里愛ちゃん (5歳4カ月)

左) ^{ゆづき}結月ちゃん (3歳3ヶ月)

愛称：ゆり、ゆづ

(沢田) 勉さん・小幸さんの長女、次女

ほっとひといき / 編集後記

町民が主役の生涯学習フェスティバル。生涯学習とは豊かな人生を送るために自ら学び、生活の向上を図ること。会場には演者の真剣な顔、スタッフの充実感のある顔、観客の笑顔が広がっていました。豊かな人生とはこういうものかと感じました。

すこやかさんで紹介した姉の由里愛ちゃん。12月号の表紙にも友達の福田梨琴ちゃんといっしょに登場していただいております。実はこの写真が県の広報コンクール1枚写真の部で2位になったんです。2人の笑顔のおかげです。ありがとう! (関向)