

広報

# かるまい

7

Karumai Public Relations Since 1957

Jul. 2018 No.712

水の平原、  
梅雨の雪谷川――

特集

P 2 - 7

町立図書館・文部科学大臣表彰受賞

主な内容

グリーンデー／軽米中学校が中総体で飛躍／  
軽米町職員募集／地域整備課からのお知らせ



### 軽米町立図書館

軽米町大字軽米8-54 ☎46-4333

昭和25年に旧軽米町役場として建築。役場庁舎の移転後、軽米町農協（当時）を経て昭和63年から町立図書館に。館内には新聞や雑誌などのコーナーもあり、本のリクエストも可能。

- 蔵書数 約5万3千冊（絵本が多いのが特徴）
- 新着 月に約80冊（年間で1,000冊）
- 年間貸出者数 5,572人(平成29年度)
- 年間貸出冊数 31,405冊(平成29年度)



#### — 文部科学大臣表彰を受賞したが

図書館では「子ども司書講座」や「ブックスタート」などの活動を通し、子どもなどの読書活動を支援してきました。今回の表彰は「子どもの読書活動優秀実践図書館」ということで、子どもの読書活動を推進するための取り組みが認められうれしいです。

#### — 子どもを対象とする活動を推進してきた目的は

読書の魅力は「未知との遭遇」ができることだと思っっています。自分の知らないことも本だと学べるし、自分が経験できないことも本であれば経験できます。また、活字に触れ情景を思い浮かべ空想することで想像力が豊かになります。

## 01 Interview

### 文部科学大臣表彰

長年図書館業務に携わってきた工藤さんにお話を伺いました

小さい頃から本と親しむことは、近年問題になっているメディアの弊害から子どもたちを守ることにつながると考えています。

そのような思いから子どもたちの読書活動支援に力を入れてきました。特に子ども司書講座は、福島県の「矢祭もつたいない図書館」の活動を参考にしたのですが、県内では軽米町だけが実施している活動です。講座を修了した児童がその後、朗読劇に参加したり、図書委員として活動してく

れたりしていて、とてもうれしく感じます。

#### — 軽米の図書館にしかない魅力は

図書館ボランティアの方や利用者との距離が近いのが魅力です。図書館が実施する活動に参加した方が、他の町民講座などにも参加していただけることがあり、つながりが生まれやすいです。今後も地域の方に支えられるながら図書館の利用促進を目指していきます。



教育委員会事務局 図書館担当  
工藤 祥子さん

町立図書館職員として平成28年まで勤務。在職時に「子ども司書講座」や「ブックスタート」などの取り組みをスタートさせる。現在は教育委員会事務局に勤務しながら、図書館の利用促進のため活動をサポートしている。



毎月開催しているテーマ図書展は、季節や記念日などをテーマにして、それにちなんだ本を展示。図書館に入ってすぐ正面に並んでいます。



県が巡回で実施している手づくり絵本展を図書館2階で開催（年1回）。県内の方が自らの手で作った絵本が50点以上飾られます。



町内小中学校の図書館システムを図書館職員がサポート。この取り組みは今年で8年目で、本の登録などの環境整備や選書にアドバイスも行います。

# 地域に届けるホントの出会い

長年にわたって町の読書文化を支え、町民に本との出会いを提供してきた町立図書館。

その町立図書館が今年4月、平成30年度文部科学大臣表彰（子どもの読書活動優秀実践図書館）に岩手県から唯一選出されました。

今回の表彰は本の貸出だけでなく、町民が本に親しむためのさまざまな取り組みが評価されたものです。

そこで今回は、表彰を受けた町立図書館の活動についてご紹介します。

この本、読んでみよー!!

写真一苺敷山美唯さん（軽米小4年）

図書館には本を借りるだけでなく、勉強するためにも来るそうです

## ブックスタート

乳児の7カ月健診の際、図書館職員が健診会場で絵本の読み聞かせを行います。読み聞かせによって乳児と保護者が本と出会い、本と親しむ機会を提供することが目的で、読み聞かせで使われた絵本はそのままプレゼントされます。

今年7月からは2歳児を対象とする「ブックスタートプラス」も始まります。



1 図書館職員が絵本の読み聞かせを行います。2 読み聞かせが終わった後、図書館の利用カードを持っていない方には、登録を呼びかけています。3 読み聞かせに使われた絵本は、そのまま保護者にプレゼント。

## 02 知っていますか？図書館の活動

図書館の子どもの読書支援活動を、写真を中心に紹介します

### やまなみ号

移動図書館車「やまなみ号」は町内各所を回り、図書館サービスを提供しています。月3回程度、各学校や介護施設などを巡回。高齢者や児童など、町立図書館に直接足を運ぶことが難しい方でも本を借りられるように活動しています。



1 やまなみ号がやってくると、子どもたちが自然と集まります。2 絵本から大人向けの本まで種類豊富。思わず何を借りるか悩んでしまいます。3 降雨時でも借りられるよう、書棚を覆うシートが常備されています。

## 子ども司書講座

子どもたちの読書への興味・関心を高めることを目的に平成24年度から実施。計7講座で図書館司書の知識を身につけ、読書リーダーを養成します。これまで子ども司書として認定された児童は51人で、同講座を修了した後は図書委員として活躍するなど読書活動に積極的に取り組んでいます。

今年の司書講座は、7月14日から始まります。



1 図書館の利用登録カードの登録手続きを体験。2 昨年度は児童クラブで、絵本の読み聞かせに挑戦。3 全ての講座を修了し子ども司書に認定されると、認定証とバッジが贈呈されます。



1 友だちと協力しながら作業を進めます。2 児童の作業を図書館職員や図書館ボランティアが手伝います。3 昨年12月の工作教室で製作した、雪が舞うような仕掛けのスノードーム。

## 図書館工作教室

平成24年度から年2回ほど実施。昨年度は二戸市シビックセンターの冬川昭則さんを講師として、ビー玉万華鏡などを作りました。工作は図書館の工作本が参考に使われ、本で紹介されている手順を確認しながら作業を進めます。





1「おはなしの会図書館ひろば」が始まると、子どもたちは折り紙遊びなどをして楽しめます。6月の図書館ひろばには20人の子どもが集まりました。  
2 5月の図書館ひろばでは、花束や花の髪飾りなどを作成。3 読書ボランティアに協力してもらいながら作った花束を手に記念撮影。みんな、きれいに出来ました！ 4「チューリップの会」が行う絵本の読み聞かせ。読み聞かせの間、子どもたちは雑談をせず本の内容に没頭していました。

## 読書ボランティアが支える図書館ひろば

絵本の読み聞かせを通して本と親しむ機会を提供しています

03

Support

読書ボランティア「チューリップの会」の皆さん



「ありがとうございます」と元氣にお礼を言います。このことについて田村さんは「あいさつは人間の基本。子どもたちには、人から親切にされたら、感謝することを大切に伝えることができました。ここに来ることで、本との関わりだけでなく、あいさつなど人との関わりも学んでほしい」と語ります。

### 夢を与えてあげたい

地域のコミュニティが希薄になってきていると言われる中で図書館ひろばは、子ども同士の関わり、そして子どもと大人との関わりを楽しみながら学ぶ地域交流の場にもなっていました。

田村さんは「図書館ひろばが終わった後、図書館の本を借りて帰ってくれる子どもも多く、ひろばが本と親しむ一つのきっかけになっていると思う。今後この活動を継続して、子どもたちに本という新たな世界と出会う夢を与えていきたい」と意欲を見せていました。

## INTERVIEW

読書ボランティア  
「チューリップの会」代表  
田村 せつさん  
(向川原)

毎月第4土曜日、図書館となりの蔵で行われている「おはなしの会図書館ひろば」。そこでは、読書ボランティア「チューリップの会」が、子どもたちに絵本の読み聞かせを行い、一緒に折り紙遊びなどもして楽しみます。

### 読み聞かせは集中力を養う

「チューリップの会」は、平成18年から元保育士のメンバーが中心となって活動してきました。私もお世話になった町に何か貢献したいと思った活動に参加しました」と語るの代表の田村せつさん。  
図書館ひろばでは、現在10人いるメンバーが2班に分かれて活動しています。図書館

## 子どもたちの豊かな感性を育みたい

ひろばの前日に班のメンバーが集まり、子どもたちと楽しむテーマや読み聞かせに使う絵本を選んでいくそうです。「読み聞かせはすぐ効果が出るものではないけれど、続けることで子どもたちの成長に役立つと思っています。特に集中力と想像力。しっかりと聞かなければ物語の中に入り込めません。読み聞かせを行うことで、子どもたちが自分なりに想像し、そのことによりって感性が豊かになると思って活動してきました」と活動の原動力を話します。

### 人格形成の場でもある

図書館ひろばでは、読み聞かせが終わると子どもたちが



04

Epilogue

## おわりに

本を読むことは心を豊かにする。そう信じて図書館職員は、町民が本と出会うきっかけを提供しようとさまざまな活動を展開してきました。そこには図書館職員の努力だけでなく、ボランティアの方の支えもありました。そういった数々の活動の成果が今回の文部科学大臣表彰につながったのです。  
そして、図書館は今後も積極的に活動を続けていきます。一人でも多くの人が本の魅力と出会うことを目指して！

■特集 地域に届けるホントの出会い(完)



図書館職員（図書館支援協力会）の皆さん



男子卓球部



女子卓球部



女子バレーボール部

二戸地区中学校総合体育大会が6月16日から17日にかけて開催され、軽米中学校の生徒が練習の成果を發揮し、健闘を見せました。特に活躍が光ったのは、卓球部と女子バレーボール部。卓球部は、男女共に個人と団体を制する完全優勝。女子バレーボール部は、5校によるリーグ戦を

全てストレートで勝利し、九戸中の大会9連覇を阻止するとともに、軽米中としては13年ぶり3回目の優勝を果たしました。県大会出場を決めた個人・団体は次のとおりです。 ※敬称略

- ・ 男子卓球団体 (優勝)
- ・ 屋敷大 (個人1位)
- ・ 池端皇 (個人3位)
- ・ 福田柊真 (個人5位)
- ・ 野中大地 (個人5位)
- ・ 澤上悠空 (個人9位)
- ・ 女子卓球団体 (優勝)
- ・ 笹山さくら (個人1位)
- ・ 鶴飼穂香 (個人2位)
- ・ 古館実月 (個人5位)
- ・ 女子バレーボール (優勝)
- ・ 男子バスケットボール (準優勝)
- ・ 剣道競技男子団体 (第3位)
- ・ 剣道競技女子団体 (第3位)

## 二戸地区中学校総合体育大会 軽中生が躍動、14の県大会切符!!

①晴山小学校に駆け付けたかると一緒に植樹。②木の植え方をレクチャーした二戸地方森林組合の小野寺秀彰さん。③植樹活動を記念した標柱が設置されました。④桜の木はグラウンドや駐車場などに植えられました。



Pick Up

# 第35回グリーンデー 晴山小児童が桜の木を植樹

### 植樹を行った児童の感想



紫葉ひなのさん  
(晴山小6年)  
木をひもに結びつけるのが大変でしたが、桜がきれいに咲いてくれたらいいなと思って丁寧に植えました。

第35回グリーンデーが6月1日に晴山小学校(工藤健三校長、児童88人)で行われ、全校児童が桜の木を校舎の敷地内に植樹しました。グリーンデーは、植樹活動を通して緑化に対する理解を高め、緑豊かな郷土づくりの推進を目指し、毎年町内の小学校などを対象に実施されている活動です。植樹前のあいさつで山本賢一町長は「木は自然環境を守る働きをする。今日はみんなで植樹をして環境緑化を目指しましょう」と児童に呼びかけました。植樹活動が始まると子どもたちは、土を深く掘って苗木を一本一本丁寧に植えていました。

植樹を行った児童や先生みんなで記念撮影



## 成人式のお知らせ

■問い合わせ 教育委員会事務局 ☎46-4744

■日程 8月15日(水) 農村環境改善センター

■対象者 平成10年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた、町内在住者(町外在住の町出身者)

※往復はがきで出席のご案内をしておりますが、案内が届かない場合にはご連絡ください。



昨年の成人式には73人が出席しました。

## 公募型救命講習会の開催

■問い合わせ 二戸消防署救急救命係 ☎26-8119

■会場 二戸消防署大会議室

■期日 〇内は講習時間

①普通救命講習Ⅰ(18:00~21:00)  
7月5日、7月26日、8月23日、9月6日、9月27日、10月11日、11月1日、11月22日、12月13日、平成31年1月10日、1月31日、2月21日、3月14日

②応急手当普及員(再)講習(13:30~17:00)

9月7日、10月12日、11月9日

③応急手当普及員(養成)講習(3日間終日)

平成31年2月13日~15日

※申込者が2名未満の場合、その講習会を中止とさせていただきます。

■申込期限 開催予定日の1週間前まで

※申込用紙は二戸地区広域行政事務組合のホームページよりダウンロードしてください。

ホームページアドレス <http://www.cassiopeia.or.jp/>

## 公共下水道への接続と 合併浄化槽の導入をご検討ください

町では生活環境の向上と河川環境の保全に向け、家庭などからの汚水を処理する公共下水排水設備と合併処理浄化槽の導入を進めています。

公共下水道事業認可区域の方には利子給付制度による接続工事、区域外の方には補助金による合併処理浄化槽の導入を進めていますので、以下をそれぞれ参考にしてください。



軽米町型デザインマンホール(こぶし・いちい・やまどり)

### 1 公共下水道事業 認可区域の方

公共下水道の接続工事は必要な費用負担の軽減を図るため融資額の利子分を助成する「利子補給制度」を設けています。公共下水道事業の認可区域の皆さんは計画的な接続をご検討ください。

これから工事をお考えの方や「工事をしたいけど、費用が…」とお考えの方などお気軽にご相談ください。

対象工事	・汲み取り式トイレから水洗トイレへの改造工事 ・合併浄化槽を廃止し、下水道に接続する工事 ・下水道に接続する生活雑排水の排水設備工事
対象者	・町が融資適格と認め、かつ金融機関が融資を認めた方 ・供用開始後に改造工事を行う方（新築は非対象） ・町税やその他の受益者分担金の滞納がない方
融資額	・一戸建て一般住宅⇒100万円以内 ・アパートなどの共同住宅⇒1世帯につき60万円以内
償還期間	毎月元金均等月賦償還（60回以内）
連帯保証人	・生計を別にする方で、町税やその他の受益者分担金の滞納していない方、かつ保証金額以上の年収がある方 ・町外に住所を有する方で、当該住所地で市町村税を滞納していない方、かつ保証金以上の年収がある方

※排水設備工事は排水設備責任技術者のいる指定工事店でなければ行うことができません。

### 2 公共下水道事業 認可区域外の方

町では合併処理浄化槽の設置費用の一部を補助しています。家庭の台所や浴室などの生活雑排水と、トイレのし尿を合わせて処理できる合併処理浄化槽は、下水道処理場と同程度の処理能力を持ちながら省スペースで短期間での設置が可能です。

浄化槽設置工事の際は、浄化槽工事業者の県知事登録した工事店までご相談ください。

用途	一般住宅
補助の対象となる方	公共下水道の事業認可区域外の方で、町内に専用住宅などで合併処理浄化槽の設置を行う方
補助を受けられない方	・補助申請の前に浄化槽を設置または工事に着手した方 ・建築確認または浄化槽法に基づいた届出審査を受けずに浄化槽を設置した方 ・申請した年度内に工事が完了しない方 ・借家の方で、家主の承諾が無い方 ・販売目的の住宅を建築する方
補助限度額	5人槽 352,000円 7人槽 441,000円 10人槽 588,000円
受付予定期間	平成30年10月頃まで

■問い合わせ 地域整備課（水道事業所） ☎ 4 6 - 4 7 4 2

## 町のために一緒に働きませんか？



平成30年度採用の職員の皆さん

## 平成31年度軽米町職員募集

1次試験日 **9月16日(日)** 試験開始 10:00～

会場 **二戸市立福岡中学校** (二戸市福岡字下川又22-1)

募集職種 ※昭和59年4月2日以降に生まれた方	一般事務	若干名
	土木技師	若干名 ※土木の専門課程修了者(見込み)
	保育士(幼稚園教諭)	若干名 ※保育士資格、幼稚園教諭二種免許取得者(見込み)
	栄養士	若干名 ※管理栄養士資格取得者(見込み)
	保健師	若干名 ※保健師資格取得者(見込み)

申込期間 **7月12日(木)～8月15日(水)**

詳しくは町のHPまたはお知らせ版322号をご覧ください!!

問い合わせ **総務課 ☎ 4 6 - 4 7 3 8**



## 今シーズンの無事を祈願 —折爪岳山開き—

当町と二戸市、九戸村にまたがる折爪岳(標高852㍎)の山開きが6月3日に行われました。式典には山本賢一町長や観光関係者、登山愛好家など150人が出席。ピッケル交換や記念育樹が行われ1年間の無事故を祈願しました。

また、折爪岳に生息する「ヒメボタル」が今年4月に県天然記念物に指定され、それを記念する横断幕も披露されました。



ヒメボタルの県天然記念物指定を祝う横断幕

## お おきくなってね —アユの稚魚放流体験—

アユの稚魚放流体験が6月4日、蓮台野橋付近の河川敷で行われ、軽米保育園と軽米幼稚園の園児がアユの稚魚を雪谷川へ放流しました。この放流体験は西部九戸河川漁業協同組合が、子どもたちに魚や川に親しんでもらうことを目的に毎年実施。子どもたちはアユが入ったバケツを手を持つと、「大きくなってね」と声をかけながらアユを見送っていました。



声をかけながらアユを放流した子どもたち

## 心 温まる物語を鑑賞 —青少年劇場—

町内の小学生を対象とする、優れた舞台芸術を鑑賞し、青少年の豊かな心を育むことを目的とした青少年劇場(県文化スポーツ部、町教育委員会主催)が6月4日、軽米小学校で開かれました。今年は「演技集団 朗」による「約束～大切なもの～」を鑑賞しました。公演終了後菅原静さん(軽米小6年)は「最後の展開が印象に残りました」と心動かされた様子でした。



迫真の演技で会場に感動を呼びました

## 自 分たちの手で育てる —軽米小学校・エゴマの苗植え体験—

軽米小学校(高橋広明校長、児童215人)の5年生33人が6月8日、エゴマの苗植え体験を行いました。同体験は今年で7年目。児童たちはおよそ1200株の苗を協力しながら植えました。内澤璃々さんは「なるべく土を深く掘って植えることを心がけた」と振り返りました。

今後は児童自らの手で水やりが行われ、秋には収穫や脱穀の体験も行われます。



一本一本丁寧に苗を植えました

## 昭和60年10月31日姉妹提携 音更町だより

### 運動会頑張ったよ

6月の第1週と第2週で、小学校13校の運動会が行われました。児童たちは遊戯や綱引き、リレーなど、日頃の練習の成果を存分に披露。本気で取り組む児童の姿に、保護者や地域の人たちからは熱い声援と拍手が送られていました。



元気に踊る児童

## 美 しい作品が並ぶ —さつき・盆栽展、町民作品展—

第39回町民文化祭展示部門として6月9日と10日、第21回さつき・盆栽展(緑樹会、工藤功会長主催)が中央公民館で開かれました。さつきを中心に27点が並び、人々の目を楽しませました。同日は中央公民館の2階で、書道クラブの10作品や写真クラブの作品8点、絵画クラブの作品7点を飾っての町民作品展も開催。約100人の来場者は美しい作品の数々を眺めていました。



丹精込めて作られた作品に目を奪われました

## レタス、おいしい～ —「レタスの日」給食交流会—

「レタスの日」給食交流会が6月22日、軽米小学校で行われました。今年運転を開始した軽米植物工場の職員と、事前に同工場を見学しレタスの栽培について学んでいた3年生との給食交流会。植物工場で作られたレタスの入ったスープなどの給食を食べた宮本秀紀くんは「スープがおいしかった。レタスの味がしっかりしました」と笑顔で話しました。



給食を楽しむ3年生たち

## 町 の仕事を学ぼう! —晴山小学校・役場見学—

晴山小学校の3年生17人が6月15日、社会科学習の一環で役場を訪れました。各課を回り職員の仕事風景や議場などを見学した児童たちは、職員の話熱心に聞きながら、「1日にどのくらい人が来ますか」「町に避難所や公共施設はどのくらいありますか」など意欲的に質問。福田誓良くんは「ぼくも大きくなったら、軽米町の役に立ちたい」と、夢が膨らむ見学となりました。



議場がどんなところなのか説明を聞きます

PERSON  
きらきら光る

とりい ゆうき  
鳥居 祐樹 さん (23歳・本町)

- Q、お仕事を教えてください  
警察官として働いています。警察学校を卒業後、一戸町と二戸市での勤務を経て、今年4月から軽米駐在所に配属となりました。
- Q、今の仕事を選んだ理由を教えてください  
高校生の頃、東日本大震災がありました。地元の宮古市で被害に遭う中で、将来は地域を守れる人になりたいと思いました。
- Q、特技はありますか  
高校時代はヨットをやっていました。指導して下さる方が厳しい方で、練習は辛かったです。インターハイにも出場できましたし、今となれば楽しい日々だったと思います。
- Q、目標を教えてください  
この地域で事件や事故が発生して亡くなる方が出ないように、町の安心を守れる仕事をしていきたいです。



- ◆好きな映画 SAWシリーズ
- ◆好きな音楽 米津玄師、ちゃんみな
- ◆好きな食べ物 カレーライス
- ◆座右の銘 やらぬ後悔よりやる後悔

PENCIL  
夢・希望・えんぴつ

私は小学校の頃、人の前に出て何かをするタイプではありませんでした。委員会の委員長はしていましたが、人見知りや緊張しやすい性格もあり、とても大変でした。そんな私が生徒会執行部になったのは、家族や先生の勧めでした。私自身、何かやってみたいと思っていたのもありました。

何でもやってみることが大切

生徒会執行部は、全校のリーダーとして大変だと思われていますが、実際にやってみると思っていた以上に楽しいです。新入生オリエンテーション、体育祭が重なる3月から5月は、とても忙しかつたです。でも、大変な仕事を自分達だけでやりとげ、行事が大成功に終わると、ものすごい達成感を味わうことができます。また、執行部になって仕事をしているうちに、人の前に立つことがあまり嫌ではなくなりました。生徒会執行部になったことで、心も体もとても成長することができました。



百鳥 あかねさん

ももとり・あかね 軽米中学校3年(笹渡)

BOOKS  
図書館だより

今月の図書館ひろば

日時：7月21日 10:00～11:00 場所：図書館となりの蔵  
対象：幼児・小学校低学年

今月の新刊



にゅうどうぐも  
さく/野坂勇作 監修/根本順吉(福音館書店)

夏休み、外で遊ぶ子どもたちの上には小さな綿雲。やがて雲はどんどん大きくなり…。ドラマチックな入道雲の一生を、迫力いっぱい描いた絵本。



発達障害サポート入門  
著/古荘純一(教文館)

発達障害の原因や症状について解説するほか、さまざまな事例とともに、年代に合わせた支援や家庭・学校・職場等でのケアの方法を紹介。

私のおすすめはこの本!!



古里 蓮 さん(晴山小学校5年)

ラブリーオールドライオン

作/ジュリア・ジャーマン 絵/スーザン・レイ 訳/こだまともこ(フレール館)

老いてものを忘れていくおじいちゃんに、孫のレニーや友達が優しく接する心温まる物語です。この本を読んで、自分のひいおじいちゃんのことをもっと知りたくなりました。忘れん坊で、自分では何もできないひいおじいちゃんでしたが、国のためにシベリアまで戦争に行ったと聞きました。ひいおじいちゃんとの心の距離を縮めてくれた本です。

今月の俳句 くまの文芸

HAIKU

- 命日や義父の御膳に木の芽和え 中野 ととき
- 語部の訛懐かし初夏の旅 君成田 美代子
- 風薫る天守眩ひ白鷺城 高橋 美智子
- 花は葉に青空覆ふ並木路 川崎 郁子
- 牡丹の蕾色づく明日咲くや 千葉 ふみ子
- 七重八重桜並木の空仰ぐ 東山 登希枝
- 影見えず中州にせわし行々子 千葉 紅園
- 新緑や何の兆しか笹の花 三上 千栄女
- 早苗田や雲ひき寄せて整ぞろい 丹下 美恵子
- 師にまみえ友に会う日の明易し 松村 英子

※町文化協会「北光吟社」の例会より俳句を紹介しています

7月のテーマ図書展  
海

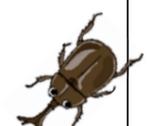
梅雨が明け暑さ本番に突入し、いよいよ“海”が恋しい季節となりました。日本ならではの祝日“海の日”に向け、海でのエピソードや楽しみ方がのった本などを用意しましたのでご利用ください!

# Calender

イベント情報

## 7 ~ 8 月

カレンダー内の【 】は開催場所でのとおり表示  
 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 ふ:健康ふれあい  
 センター ハ:ハートフル・スポーツランド 役:役  
 場 物産交流館 ビ:ビヨビヨ広場

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
7/15 ちびっこ健康マラソン 8:40~【ハ】	16 海の日	17	18 2歳児健診 13:00~13:30受付【ふ】 ゆったり介護の会 13:30~15:30【公】	19	20	21 図書館ひろば 10:00~11:00【図】
22 森林ウォーキングin折爪岳 8:30~15:10【折爪岳】 まちの相談室 9:30~11:30【物】	23 うまっこ教室 9:30~12:00【ふ】 栄養出前講座 10:00~11:30【環】 13:30~15:00【晴山公】	24	25 家族介護者教室 13:30~15:00【ふ】  お知らせ版発行	26	27 町小学校水泳記録会 【小軽米小学校】	28
29 休日納税相談 8:30~17:00【役】	30 栄養出前講座 10:00~11:30【ふ】 13:30~15:00【取田公民館】 小学生夏休み学習会【公】~7/31 中学生サマー学習会【公】~8/1 夜間納税相談 17:15~20:00【役】	31 子ども会リーダー音更町 視察研修【受入】~8/2 教育相談 9:00~15:00【役】 夜間納税相談 17:15~20:00【役】	8/1 乳児健診 13:00~13:30受付【ふ】	2 まちの相談室 9:30~11:30【物】	3 かるまい夏祭り 【町中心街】 こわいおはなしかい 【図】	4 かるまい夏祭り 【花火大会】
5 かるまい夏祭り 【カンオアベ杯ナニヤドヤラ大会】	6 子ども会リーダー音更町 視察研修【訪問】~9日	7	8  広報・お知らせ版発行	9	10	11 山の日 
12 	13	14	15 成人式【環】	16	17	18



### 休日当番医



日付	当番医(住所)	電話	当番歯科医(住所)	電話
7月16日(月)	金田一診療所(二戸市)	☎27-2205	窪島歯科医院(二戸市)	☎23-2425
22日(日)	小野寺クリニック(軽米町)	☎46-2822	菅歯科(二戸市)	☎23-5161
29日(日)	千葉耳鼻咽喉科医院(二戸市)	☎26-8133	奥中山高原歯科クリニック(一戸町)	☎35-2951
8月5日(日)	おりそ内科循環器クリニック(二戸市)	☎22-2251	渡辺歯科医院(二戸市)	☎23-2052
11日(土)	浄法寺診療所(二戸市)	☎38-2021	こしみず歯科クリニック(一戸町)	☎33-4618
12日(日)	松井内科医院(一戸町)	☎33-2201	菅原歯科クリニック(二戸市)	☎23-1180

# Health

健康メモ



健康福祉課 栄養士 山田 里美

シリーズ脳卒中予防!①

## 脳卒中予防は高血圧対策から

脳卒中の原因第1位は「高血圧症」です。高血圧症は日本人にもっとも多い病気のため、つい軽視しがちですが、高血圧が続くことで血管が傷ついて動脈硬化が進行します。自覚症状がほとんどないので、突然命にかかわる深刻な病気を招くことから「サイレントキラー」と呼ばれています。高血圧を招く大きな原因として「塩分の摂りすぎ」があげられます。1日の食塩の摂取量の

目標は、男性が8g未満、女性が7g未満ですが、実際摂取している量は平均すると10g程度でまだまだ減塩が必要な状況です。塩分の摂りすぎは、高血圧症をはじめとした生活習慣病に深く関わっています。大人になってからうす味にかえるのは、なかなか大変なものです。ですから、子どもの頃からうす味に慣れ、高血圧にならない食生活を乐しまししょう。

### ○減塩のポイント○ ※簡単減塩レシピを軽米テレビで紹介しています。

- みそ汁は具たくさんにして汁の量を減らす。
- 野菜や海藻類をたっぷり食べる。(余分なナトリウムを体の外へ排出します)  
※腎臓に病気のある方は、野菜や海藻などに多く含まれているカリウムを抑える必要がありますので 医師や管理栄養士に相談しましょう。
- めん類を食べる時は汁を残すようにする。
- ソースやしょうゆは上からかけるのではなく、小皿に入れて少つけて食べるようにする。
- 酢やかんぎつ類、生姜などの香りや酸味を利用して食べる。

# Hospital

軽米病院だより

## 地域懇談会



軽米病院 院長 横島孝雄

軽米病院は県立病院であることから、毎年地域懇談会を開いて、住民の皆様に病院の状況を説明し、ご意見を伺うことになっています。6月19日に住民の代表の方々をお招きして本年度の地域懇談会が開かれました。軽米病院は、昨年度地域包括ケア病床を立ち上げリハビリテーションが充実したこと、結果的に105床から99床に減ったこと、常勤医師が減ってから残念ながら赤字が続いていること、それでも若い先生方の応援でやっていること、内科を予約制にしてから外来の終わる時間のでこぼこが減ったこと、地域連携室の看護師が2人に増えて院外と連携が取りやすくなったこと、本年度電子カルテが導入されることなどを

ご説明しました。各部門の紹介として本年度は看護部門の発表があり、病院内だけでなく地域と連携した、医療と生活の両面から支える看護が求められているという説明がありました。参加者からは、軽米病院の存続が一番の問題だ、病院のために何ができるのか、予防接種の予約制は助かるなどの声がありました。お忙しい中参加された方々には感謝いたします。このところ、ふれあいポスト(病院への投書)の利用が少ない状況です。皆さんの声が病院を作っていきますので、いいことも悪いことも、お気づきの点がありましたらお寄せいただければと思います。

おめでとう ( ) 内は父母の名

大久保 公 惺	下河南	(竜也・麻衣)
上 澤 依 莉	君成田	(一誠・由利香)
新井田 桜 雅	沢 田	(清貴・舞)
田 澤 佳 大	米 田	(清行・寿実)
中 里 和 真	下円子上組	(直也・彩)
戸草内 朝 陽	門 前	(剛・広美)

おくやみ ( ) 内は享年

藤 原 春 男	新井田	(80)
横 島 ス ミ	横 枕	(83)
永 井 福 藏	君成田	(91)
横井内 新一郎	向川原	(86)
古 里 一 人	下晴山	(66)
小 林 サ イ	下円子下組	(97)
蛇 口 寿 雄	上円子	(55)
坂 本 良 江	門 前	(85)
大 澤 テ ル	下新町	(92)
屋 敷 マ ツ	高 柳	(88)
眞 田 哲 雄	下新町	(67)
齋 藤 ハ ギ	車 門	(94)
笹 山 ナ ヨ	下野場	(98)
小笠原 均	上新町	(92)

人の動き (先月比) 5月31日付

人口	計	9,283人	(-39)
	男	4,543人	(-13)
	女	4,740人	(-26)
世帯数	3,748世帯	(-18)	

出生	7人	転入	12人
死亡	17人	転出	41人

人身事故・救急車出動回数等

5月	人身事故	死傷者	負傷者	物損事故	救急車出動回数	飲酒運転検挙者数
今月	0件	0人	0人	6件	26回	0人
累計	2件	0人	2人	85件	193回	0人

※累計は1月からの合計

生活安全の森

水と山の事故をなくし、楽しい夏を!

◆水難事故防止

昨年、県内で発生した水の事故は21件で、19名の方が亡くなっています。これから気温が高くなってくると、子どもたちが水辺で遊ぶ機会が多くなります。次のことに注意して子どもを水の事故から守りましょう。

- ①子どもが水辺で遊ぶ時は、大人が見守り、視界から離さない。
- ②大雨注意報などの気象情報が出たら、すぐに川から離れる。
- ③用水路も危険であることをしっかり教える。

◆山岳遭難事故防止

昨年、県内では夏期における山岳遭難は47件発生しており、そのうち夏期における山岳遭難は17件で、3名の方が亡くなっています。山岳遭難を防ぐため、次のことに注意しましょう。

- ①家族に行き先、帰宅時間を知らせて出かける。
- ②万一来に備えて、携帯電話、食糧、雨衣、懐中電灯等を持参する。
- ③万一遭難したら、暗闇での行動を避け、翌朝まで待機する。

二戸警察署軽米駐在所

みんなの国民年金

国民年金保険料免除・納付猶予制度

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が難しいときは、本人の申請によって保険料の免除を受けることができます。

免除には保険料の「全額」、「4分の3」、「半額」、「4分の1」の4種類があり、本人と配偶者、世帯主の所得により審査され、承認されると保険料の納付が免除されます。また、50歳未満の方(学生を除く)が対象の納付猶予制度もあります。

◆申請に必要な書類

- 年金手帳または基礎年金番号通知書(基礎年金番号のわかるもの)
  - マイナンバーカードまたは通知カード
  - 本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)
  - 印かん(認印)
  - 本人と配偶者、世帯主の所得を証明する書類
- ※軽米町に住民税の申告をしているときは不要
- 失業などによる場合はそれを証明するもの(離職票の写しなど)
- ※詳しくは、二戸年金事務所(☎23-4111)または町民生活課(☎46-4734)にお問い合わせください。

町民生活課・町民生活担当



英語が苦手な人の おもてなし英会話(初級編)

- 日時 8月27日(月) 9:00~16:00(なにやーと3階)、8月28日(火) 9:00~16:00(御所野縄文博物館)
- 費用 無料 ※定員10名
- 申込・問い合わせ 二戸地域雇用創造協議会 ☎26-8061 FAX 26-8062

成年後見&相続 無料相談会のお知らせ

- 日時 7月22日(日) 10:00~16:00
- 会場 岩手県司法書士会館
- 問い合わせ ☎0120-333-184

土地家屋についての 無料相談会

- 日時 7月31日(火) 10:00~15:00
- 会場 二戸市シビックセンター
- 問い合わせ 岩手県土地家屋調査士会二戸久慈支部 ☎46-2027(大村)

いわて林業アカデミー 研修生募集!

- 研修期間 1年間
- 応募資格 昭和54年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業(見込み)の方
- 給付金制度 あり(支給要件あり)

- 募集期間 推薦選考 8月31日㍻ 一般選考 10月26日㍻
- 問い合わせ 岩手県林業技術センター研修部 ☎019-697-1536

警察官(大学卒業以外)を募集します

- 受付期間 7月17日(火)~8月24日(金)
  - 第1次試験 9月16日(日)
  - 受験資格年齢 平成元年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方
  - 問い合わせ 岩手県警察本部警務部警務課人事係 ☎0120-204034
- ※詳しくは最寄りの駐在所まで

**サマージャンボ7億円**  
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)  
**サマージャンボミニ7,000万円**  
(1等5千万円・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。  
※町内ではミルミルハウスと一部金融機関で販売します。

**7月9日(日)2種類同時発売!** 発売期間 7/9(日)~8/3(日) 抽せん日 8/14(日)

公益財団法人岩手県市町村振興協会 各1枚 300円

玉姫グループ 葬儀・法要専門会館 セレモニーホール **玉泉院**

その人生に感謝を。

二戸玉泉院	二戸市金田一字ハツ長30-6 TEL.0195-29-1600
久慈玉泉院	久慈市湊町14-18-2 TEL.0194-53-0061
軽米玉泉院	軽米町大字上館15-130-1 TEL.0195-46-4109
福岡玉泉院	二戸市福岡字下町10 TEL.0195-23-4440
九戸玉泉院	九戸村大字伊保内3-13-16 TEL.0195-43-3409

葬儀・法要お気軽にご相談ください 館内見学、事前見積り相談承っております。

花の接骨院

診療時間						
診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~19:00	○	○	○	○	○	△

休診日: 日曜日・祝日 但し、急患は随時施術いたします。

武藤整骨院を40年の長きにわたりご愛顧賜り、誠にありがとうございます。3月より「武藤整骨院」から「花の接骨院」に屋号を変更いたしました。これからも末永くご愛顧賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

院長 武藤 誠子  
TEL: 0195-46-2380  
〒028-6301 岩手県九戸郡軽米町大字上館第15地割60-29

仕出し 御膳 味 彩

お膳・折詰・弁当・オードブルお祝いごとやご法事等にお気軽にお電話ください。

軽米町大字軽米11-127-4 ☎46-3680

ヘアーサロン MOON

毎日がんばっている自分にプチご褒美! ヘッドスパ、ヘアトリートメント、お顔そりなど

★受付時間★ 8:00~20:00 ㊿火曜日

★住所★ 軽米町大字晴山19-24-5 ☎43-4252 担当: 下岩愛子

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

かんぶん 便利くん 二戸店

水まわり・台所ボイラー・ストーブの修理 草刈りだってなんでもボクにオマカセ!!

見積無料 気軽にご相談ください 受付時間 ☎9:00~16:00

☎0120-019-586



我が家の人気者  
**すこやかさん**  
Vol.272



せいどう りゆ  
**清藤 梨結** ちゃん  
(河北) 2歳7カ月

いつも元気な梨結ちゃんは、とにかく"赤色"が大好き。  
ポストなど赤いものを見つけるとすぐに反応してしまいます。

健康で、これからもずっと笑っていてね。

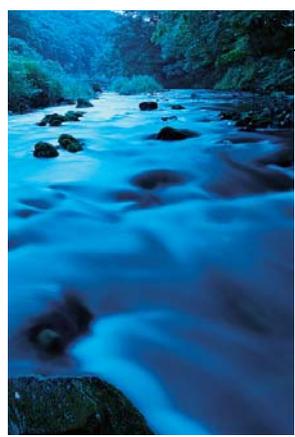
秀・愛姫より

**かるまいね!**

軽米の魅力あるスポットを発掘するコーナー

**勇姿をたたえるなんじゃもんじゃ**

松原<sup>かずお</sup>一雄さん(小松)の庭に咲いた「なんじゃもんじゃの木」。正式名称は「ヒトツバタゴ」。松原さんの義兄が戦争で戦死した際、戦友の方から松原さんの自宅になんじゃもんじゃの木の種が一つ送られてきました。その種を庭に植えると、この地域では珍しい「なんじゃもんじゃ」が毎年花を咲かせるようになりました。 6月4日撮影(広報担当)



**今月の表紙**

6月は梅雨の季節!ということで「水」をテーマに写真を撮りました。まだ日も昇らない早朝の雪谷川は、湿った空気と静けさが辺り一面を支配していて、その静けさの中から聞こえる鳥のさえずりと川の流れる音に心癒されました。

**ほっとひといき / 編集後記**

▼7月に入り夏本番!夏と言って真っ先に思い付くのは高校野球。かつて私も球児として、部活動に打ち込んだ日々を送ったので、地元や母校の試合結果はやっぱり気になります。▶という野球人間ですが、最近は夜な夜なワールドカップを見て寝不足の日々。眠気との戦いがしばらく続きそうです。(清)

**町の魅力ある写真を大募集!!**

「かるまいね!」では、町内の方が撮影した写真をお待ちしております。撮影場所が町内であればどんな写真でもOKです。①氏名、②タイトル、③撮影日、④写真の説明を明記し、左のQRコードまたは次のメールアドレスに写真をお送りください。→kouhou@town.karumai.iwate.jp

**出演者を募集しています**

「すこやかさん」と「きらきら光る」の出演者を募集しています。すこやかさんは、ご家族等が撮影された写真を掲載してほしいということでも構いません。左に掲載しているQRコードまたはメールから、ご応募ください。※すこやかさんの掲載は応募順としています。掲載が遅れる場合がありますのであらかじめご了承ください。