

広報 かるまい

Karumai Public Relations Since 1957

6

Jun. 2018 No.711

【今月の表紙】
チューリップ園に咲いた笑顔

特集

P 2-3

町内小中学校運動会&体育祭

センターカラー P10-11

チューリップフェア



2018.5.20

晴山小学校



2018.5.20

軽米小学校



町内小中学校運動会 & 体育祭

熱戦、展開

町内の各小学校で運動会、軽米中学校で体育祭が開かれました。軽米小学校と晴山小学校の運動会は、雨天のため日程が順延。それでも翌日の運動会は晴天に恵まれ無事に開催されました。子どもたちは、元気いっぱい競技し勝利を目指しました。また、種目の中には保護者が参加するものもあり、地域全体で大いに盛り上がりました。



2018.5.12

軽米中学校



2018.5.26

小軽米小学校





選手たちの表情からは真剣さが伝わります

平成30年度町消防操法競技会

6分団2部 8分団3部が連覇

町消防操法競技会が5月27日、ハートフル・スポーツランドで開かれ、各部の選手が消火作業動作の正確さを競いました。

ポンプ車の部では、第6分団2部が昨年の初優勝に続いて2連覇を達成し、小型ポンプの部では第8分団3部が4連覇を達成しました。

大会の上位チームは次のとおりです。

- 2位 第8分団第1部
(山口・貝原・駒木・大久保・谷地渡・竹登彦)
- 3位 第7分団第1部
(早渡・晴山・内城)
- ▼小型ポンプの部(全18部)
優勝 第8分団第3部
(新井田・大清水・駒板・東台)
- 2位 第2分団第3部
(百目金)
- 3位 第8分団第2部
(中村・平・和当地・東)
- 4位 第6分団第1部
(高柳)
- 5位 第4分団第2部
(上円子)
- 6位 第3分団第2部
(上野場)



**ポンプ車の部優勝
第6分団第2部**
(前列左から) 田代淳、田中大祐
(後列左から) 板橋博文、下向誠、鶴飼篤司 ※敬称略



**小型ポンプの部優勝
第8分団第3部**
(前列左から) 小笠原翔太、赤羽功自
(後列左から) 南有紀、田代博紀 ※敬称略

チャレンジデーに6781人が参加



役場庁舎で朝のラジオ体操を行い一日をスタート

秋田県八郎潟町 **勝 76.1%** × **72.1%** 負 軽米町

参加率は昨年からの4・2ポイント上昇

人口に対して15分以上運動した人の割合を競い合う町民総参加型のスポーツイベント「チャレンジデー」が、5月30日に開催されました。

今年は朝6時30分から町の情報無線で、ラジオ体操の町内一斉放送を実施。役場庁舎や町内各地区で行われたラジオ体操には、あいにくの雨にもかかわらず大勢の方が参加し、爽やかに一日をスタートしました。

当日はチャレンジデー実行委員会とスポーツ推進委員が中心となり、町内各所で軽スポーツ体験や各種スポーツイベントが実施されました。

当町は6781人、72・1%の人が参加しましたが、対戦相手の秋田県八郎潟町の参加率76・1%（参加者4580人）にわずかに及びませんでした。

それでも参加率は昨年の67・9%から4・2ポイント上昇。町一丸となって取り組んだ成果が表れました。

消防職員を募集

- 【受験資格】
・平成4年4月2日以降に生まれた方で、高校卒業以上または卒業見込みの方
・消防職員として職務遂行に必要な身体であること
・採用後、二戸管内に居住可能な方
- 【試験案内・申込書の配布】 7月2日(月)～8月10日(金)
二戸地区広域行政事務組合消防本部、各分署、二戸地区広域行政事務組合ホームページからダウンロード可能
- 【申し込み受付期間】 7月10日(火)～8月10日(金)
- 【第1次試験の日時と会場】 9月16日(日) 福岡中学校

■申し込み・問い合わせ先
二戸地区広域行政事務組合
消防本部総務課 ☎26-8111

消防ポンプ付大型水槽車が二戸消防本部に配備

平成30年3月より二戸消防本部に「消防ポンプ付大型水槽車」が配備されました。

消防ポンプ付大型水槽車は10トンの大型水槽を積載した消防ポンプ自動車で、付近に消火栓がないなど水利状況の悪い火災等に使用します。なお、現在のところ消防ポンプ付大型水槽車は、県内12消防本部のうち、8消防本部に配備されています。



Start

メガソーラー工事着工 関係者が起工式で安全祈願

起工式には約120人の関係者が出席



「大規模太陽光発電施設（メガソーラー）軽米尊坊ソーラー発電所」の起工式が5月22日、町農村環境改善センターで行われました。

メガソーラーは合同会社軽米尊坊ソーラーが、小軽米地区（雪谷川ダムフォリストパーク・軽米）の南側に整備する予定で、最大出力は48メガワット。

起工式では、山本賢一町長や工事関係者など約120人が出席し工事の安全を祈願。4月に着工した工事がこれから本格化し、平成33年12月に発電を開始する予定です。

春の叙勲で町内から2人の瑞宝単光章 坂久保さんと水吉さんが受章

さまざまな分野で功績を挙げた人に贈られる春の叙勲が発表され、元町消防団分団長の坂久保紀作さん（大久保）と水吉敏夫さん（蓮台野）が瑞宝単光章を受章しました。



(上写真) 坂久保さん
(下写真) 水吉さん

坂久保さんは、昭和32年に町消防団に入団し団員として37年間、当時の第9分団（現在は第5分団と統合）の分団長として4年間活動しました。5月23日に町長室を訪問し、受章を報告した坂久保さんは「消防団の活動は1回も休んだことがなかった。地域の生命財産を守り、地域に貢献しよう」と37年間頑張りました。水吉さんは、昭和38年に町消防団に入団。団員として35年間、第5分団の分団長として13年間活動しました。水吉さんは「全力で消防操法競技に取り組みました。何年も連続で県大会に出場できたことが良い思い出となっています」と懐かしそうに語っていました。

図書館事業の発展に貢献 一條善人さんに岩手県図書館協会表彰

図書館事業に尽力し、功績のあった人に贈られる岩手県図書館協会表彰を一條善人さん（上河南）が受賞しました。

図書館運営に対する確かな助言を行い、町の図書館事業の発展に尽力された功績がこの度の表彰につながりました。一條さんは「私は会長として長く活動してきました。今回の表彰は委員の方の活動のおかげです」と周囲の人に感謝していました。



表彰された一條さん

長年の人権活動に感謝 西山さんと笹山さんに表彰

長年の人権活動の功績が認められ、仙台法務局長表彰を西山武男さん（下新町）が、岩手県人権擁護委員連合会長表彰を笹山結実男さん（新井田）がそれぞれ受賞しました。

西山さんは町の人権委員として平成25年から現在に至るまで、笹山さんは平成24年から現在まで、町民からの人権に関するあらゆる相談に応じて、その活動がこの度の表彰につながりました。



受賞を喜ぶ紫葉さん

岩手県たばこ耕作組合表彰 紫葉守さんに農林水産大臣賞

平成30年度たばこ耕作奨励表彰式（岩手県たばこ耕作組合主催）が5月22日、盛岡グランドホテルで開催され、紫葉守さん（下野場）が農林水産大臣賞を受賞しました。同賞は、作物の品質や省力化、低コスト化等の経営

改善努力などが総合的に審査され、最も優れていると判断された農家に贈られるものです。紫葉さんは「乾燥させる時の技術や肥料設計を工夫している。今後この賞に恥じないよう頑張っていきたい」とさらなる飛躍を誓いました。

軽米中学校男子卓球部が躍進 卓球春の2大大会を制覇

軽米中学校男子卓球部が5月3日から4日に開催された第51回北奥羽中学校卓球大会に出場し、優勝を果たしました。同大会は青森県や岩手県の中学校、計90チームが出場する規模の大きな大会。試合では六戸や八戸東など、普段対戦する機会のない

中学校を相手に実力を発揮し勝利を重ねました。また、5月6日に開催された第26回岩手県中学生団体卓球大会に出場し、こちらも優勝を果たしました。県内から80チームが出場した同大会でも地力があることを証明。見事に初優勝を飾りました。



軽米中学校男子卓球部

日頃から、災害の備えを

これから梅雨に入り、梅雨前線豪雨や台風による局地的な集中豪雨により、河川の急な氾濫や土砂災害の危険性が高まります。以下のことに留意し、いつ水害などの災害が起きても対応できるように備えましょう。



平成11年に町を襲った水害

- 1 インターネットやテレビで情報収集**
県ホームページやNHK地デジ・データ放送で、河川の水位や雨量、土砂災害危険度が確認できます。
- 2 避難勧告等が出たら自主的に避難**
町からの避難勧告などが出たら、自ら早急に避難を開始するようにしてください。

- 3 日頃からの十分な備え**
 - ①洪水や土砂災害ハザードマップ、災害時の避難場所を確認してください。
 - ②土砂災害警戒区域や基礎調査結果を県ホームページや役場総務課で確認してください。



一 軽米町財政状況

町では、皆さんに納めていただいた税金などが、町づくりにどのように使われているのかをお知らせするため、半年ごとに財政状況を公表しています。
今回は平成29年度(10月から3月)の状況についてお知らせします。(平成30年3月末時点)

② 一般会計の補正措置

下半期は5回の補正を行いました。主な内容は次のとおりです。

| 補正措置 | 金額 | 内容 |
|----------------|-----------------|--------------------------------------|
| 第5号 第19回臨時会 | 2,980万円 増額 | 台風10号による農地・農業用施設、林業施設及び公共土木施設の災害復旧費等 |
| 第6号 第20回定例会 | 1,362万円 増額 | 町社会福祉協議会運営費補助金、就学援助費等 |
| 第7号 第21回臨時会 | 1,499万円 増額 | ふるさと支援基金元本積立金、人事異動や給与改定による人件費等 |
| 第8号 第22回定例会 | 137万円 増額 | バス路線維持対策費補助金等 |
| 第9号 第23回臨時会 | 4億2,757万円 減額 | 整理予算として各科目の不用額の減額や事業の次年度への繰越措置等 |

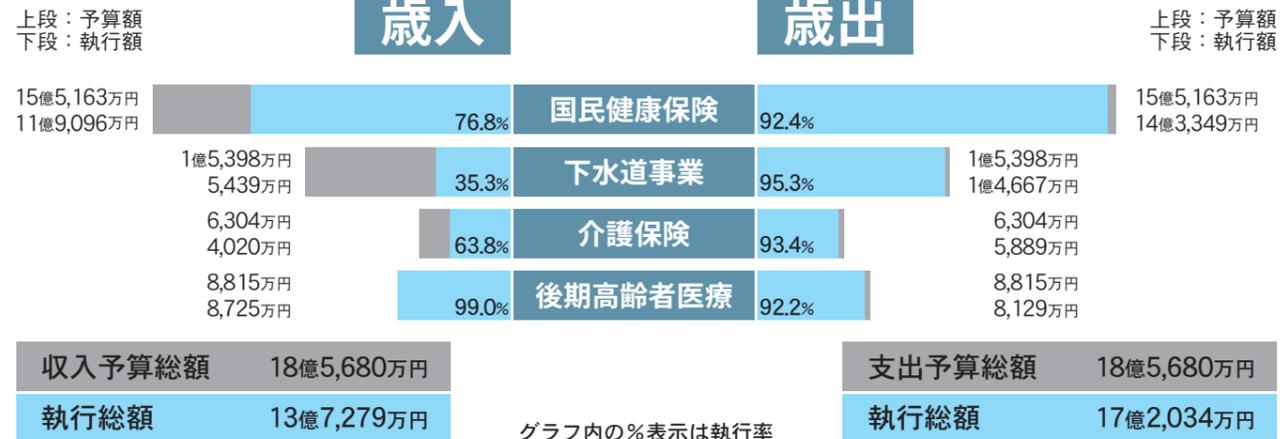
③ 町債(借入金)の残高

町債とは、大きな事業(公共施設建設など)を行う時に、国や銀行などから借りるお金です。町債の借入れ先は、政府が最も多くなっています。

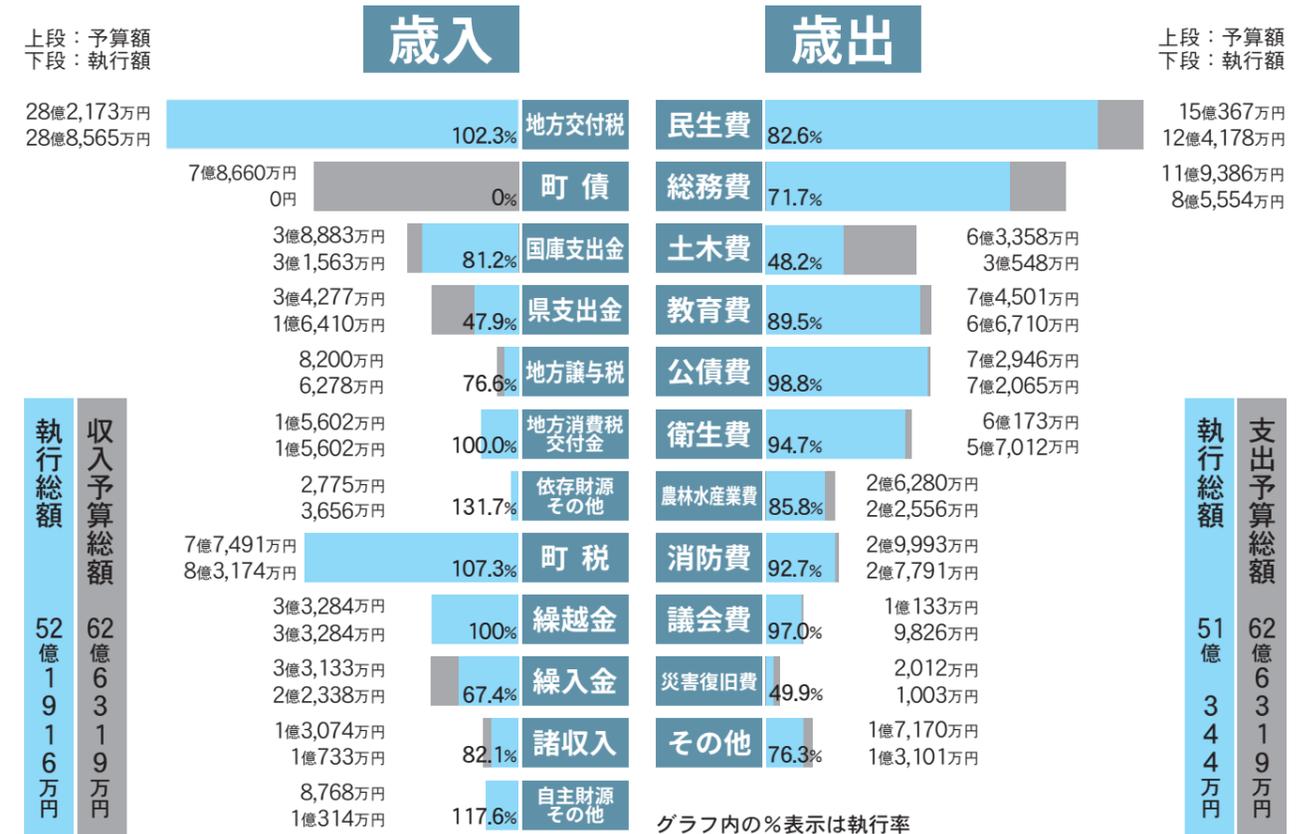
| 町債(借入金) | |
|--------------|------------|
| 政府資金 | 83億6,412万円 |
| 旧郵政公社(簡保・郵貯) | 6,755万円 |
| 地方公共団体金融機構 | 13億1,842万円 |
| 銀行、農協等金融機関 | 3億5,737万円 |
| 合計 | 101億7,46万円 |

※町債の償還額の一部は、地方交付税の対象となっています

④ 特別会計の収入支出状況



① 一般会計予算執行状況



⑤ 町の資産状況

年度当初と比較すると、かるまい交流駅(仮称)建設用地の取得により土地が増加。基金残高はふるさとづくり振興基金の取崩などにより減少しました。

| 町の資産・基金 | 公有財産 | |
|---------|------------|-------------|
| | 土地 | 山林 |
| | 587万5,493㎡ | 282万2,365㎡ |
| | 建物 | 無体財産(商標権)3件 |
| | 7万9,379㎡ | |
| 出資による権利 | 有価証券 | |
| 5,505万円 | 5,163万円 | |
| 債権 | 貸付金 | |
| | 382万円 | |
| 基金 | 残高 | 土地 |
| | 21億3,596万円 | 74万6,659㎡ |

水道事業に係る財産を含む。平成30年3月31日現在

⑥ 水道事業会計(収益的収支)の執行状況

水道事業会計のうち皆さんからいただく水道料金などからなる収益と、水を供給するために必要な費用の収益的収支の状況についてお知らせします。

| 収益 | 科目 | 予算額 | 収入済額 |
|----|-----------|------------------|-----------|
| | 水道料金 | 1億7,865万円 | 1億7,633万円 |
| | 一般会計補助金 | 1億2,922万円 | 1億2,781万円 |
| | その他の収益 | 8,389万円 | 8,404万円 |
| 合計 | 3億9,176万円 | 3億8,818万円(99.1%) | |

| 費用 | 科目 | 予算額 | 支出済額 |
|----|-----------|------------------|-----------|
| | 水をつくる費用 | 1億3,926万円 | 1億605万円 |
| | 施設の減価償却 | 1億9,905万円 | 1億9,848万円 |
| | 借入金利息 | 4,075万円 | 3,887万円 |
| | その他の費用 | 745万円 | 68万円 |
| 合計 | 3億8,651万円 | 3億4,408万円(89.0%) | |

()は執行率

財政用語解説

歳入(町に入るお金)

- 地方交付税
町の財政力に応じて国から交付されるお金
- 町債
大きな事業をするときに国などから借りるお金
- 国庫(県)支出金
事業に対する国(県)からの補助金
- 地方譲与税
国税である自動車重量税などが一定割合で町に交付されるお金
- 町税
皆さんが納める町民税、固定資産税、軽自動車税等
- 繰入金
基金(積立金)の取り崩し金

歳出(町づくりに使われるお金)

- 民生費
老人福祉費や障害者福祉費、保育園費等
- 総務費
一般事務経費や財産管理、企画費、選挙費等
- 教育費
学校・社会教育や生涯学習の推進、施設整備等
- 公債費
事業費に充てるために借りたお金の返済金
- 衛生費
各種検診や保健活動費、ごみ処理費等
- 農林水産業費
農林畜産業の振興や農林道の整備等

町外から来た人に聞きました



菊池すずさん(釜石市)

連休期間を使って、県北地域を家族で回っていました。軽米町には初めて来ましたが、チューリップがきれいで来て良かったです。

近藤信夫さん(盛岡市)

ネットで見た風車が気になり、軽米に来ました。風車とチューリップと一緒に撮影できるポイントを探すのに苦労しました。



泉山さんご兄弟(二戸市)

軽米のチューリップ園には、家族みんなで毎年来ています。今年は白とピンクのチューリップがきれいで、気に入りました！

観光客で賑わうチューリップ園 (5月5日)



15万本のチューリップ 満開でお出迎え!!

大盛況を影で支える活動

町建友会は毎年、4月下旬にフォリストパークの清掃活動を実施しています。活動には町商工会などがボランティアで参加していて、園内やフォリストパークへ続く道路のごみ拾いと落葉の除去を行っています。有志による万全の景観整備が、来て良かったと思えるようにフェスティバルを影から支えています。



今年は約30人が清掃活動に参加



ステージの外ではしいたけ植栽体験なども開催



じゃんけん大会は子どもを中心に大盛り上がり



力強い太鼓披露などが行われたステージイベント



カメラで撮影する姿が多数見られました



たけ植栽体験や木工体験などを楽しむ人で賑わっていました。フェスティバルの期間中、チューリップ園には昨年を超える約2万人の来場があり、多くの人が軽米の春を満喫しました。

また、ステージの外では「林業振興まつり」も開催。しいたけや町内の郷土芸能団体などが出演。時折降り出す雨にも負けず、出演者は堂々としたパフォーマンスを披露し、会場を盛り上げました。

3日にはステージイベントが行われ、観音林ちから太鼓や町内の郷土芸能団体などが出演。時折降り出す雨にも負けず、出演者は堂々としたパフォーマンスを披露し、会場を盛り上げました。

軽米春の風物詩「森と水とチューリップフェスティバル」が雪谷川ダムフォリストパーク・軽米で、4月下旬から5月中旬にかけて開催されました。

Tulip Festival

約2万人が来場し 軽米の春を満喫

森と水とチューリップフェスティバル

乗馬体験に大興奮

—ふれあい乗馬体験—

ふれあい乗馬体験が5月13日、雪谷川ダムフォリスパーク・軽米で行われました。これは岩手県馬事文化地域連携協議会が馬とのふれあいを通じ、馬事文化を浸透させることを目的に開催。

当日はチューリップ園の観光に訪れた家族連れなどが乗馬を体験。乗馬した人は「すごくダイナミックだった。馬は乗り物ではなく生き物だと感じました」と興奮ぎみに話していました。



乗馬体験は親子連れを中心に大人気

米田地区で熱戦

—第15回親睦交流ゲートボール大会—

第15回親睦交流ゲートボール大会（米田ゲートボール愛好会主催）が5月6日、旧米田小学校グラウンドで開催されました。大会には町内のゲートボールチームや近隣市町村のチームなど計20チーム、およそ100名の選手が参加。

4つのブロックに分かれて行われた大会で選手たちは、声をかけ合って終始作戦を練り合うなど、集中した様子で試合に臨んでいました。



集中してボールを打ち込む選手



町の魅力を再発見

町内視察バスツアー

町内の施設や文化財などをめぐる町内視察バスツアーが5月14日に行われ、町民や町の新採用職員など20人が参加しました。同バスツアーは、参加者に町内の魅力を発見してもらうことを目的に視察場所を変えて毎年開催されています。

今年は、笹渡小中学校旧校舎を利用した植物工場やニュー軽米カントリークラブなどを見学。今年稼働したばかりの植物工場では、レタスの栽培方法などについて多くの質問が投げかけられるなど、熱心な様子で見学していました。参加者からは「初めての参加でしたが楽しかったです」と満足した感想が聞かれました。

①植物工場の太田修工場長がレタスの栽培方法などについて説明
 ②ニュー軽米カントリークラブでの昼食では参加者同士の親睦が深まっていた
 ③見頃を迎えたチューリップとともに記念撮影

昭和60年10月31日姉妹提携

音更町だより

音更から世界を目指して!

人工芝2面を備える町サッカー場のオープンセレモニーが行われました。小野町長からは「いろいろな人に支えられ、この日を迎えることができました。今日集まったみなさんの中から、世界で活躍する選手が育つことを期待します」と熱いエールが送られました。



テープカットを行う関係者

山田町のカキがやって来た

—復興応援御礼出店—

山田町の漁業関係者が、復興応援を続けてきた東北地区に感謝の気持ちを示すために、当町の旧馬検場で5月20日、復興応援御礼出店を開催しました。当日は山田町で養殖されたカキ400個が食べ放題でふるまわれるなど、山田町の特産品が格安で提供されました。来場した人は「カキは人生で初めて食べましたが、食べ応えがあっておいしかったです」と本場の味を堪能していました。



本場の蒸しガキを前に足を止める来場者

安全な通学のために

—軽米高校・バイク教室—

バイクで軽米高校に通学する2・3年生を対象としたバイク教室が5月1日、ハートフル・スポーツランドで行われました。参加した生徒は、岩手県警察二戸警察署の交通機動隊の指導を受けながら、板の上でのバランス走行、スラローム走行、急ブレーキでの制動距離体験などを行い、加害者にも被害者にもなりうる交通事故を防ぐため、真剣に学んでいました。



板の上での走行でバランス感覚を養います

縄文文化を学ぶ

—寿大学開講式・第1回講座—

第46期の町の高齢者教室「寿大学」の開講式と第1回講座が5月9日、中央公民館で行われました。今年受講生は97人。開講式後に行われた第1回講座では、一戸町の御所野縄文博物館館長の高田和徳さんが「岩手東北の縄文文化を世界遺産に」と題して講演。受講者は「身近にあるのに知らなかった遺跡のことについて知ることが出来ました」と受講に充実した様子でした。



世界遺産登録への取り組みなどを語った高田さん



- ◆好きな色 緑、ピンク
- ◆好きな音楽 清水翔太、米津玄師
- ◆好きなスポーツ ボルダリング、スノーボード
- ◆ハマっていること ドライブ

PERSON
きらきら光る

せこひろか
世古 裕花 さん(24歳・向川原)

- Q、お仕事を教えてください**
二戸病院で看護師をしています。命に関わる仕事なのでいつも緊張しながら仕事をしていますが、同僚や先生など周りの人がとても優しくしてくださるので働きやすいです。
- Q、どうして看護師になろうと思ったのですか**
高校2年生の時、部活動でアキレス腱を断裂して入院しました。その時、看護師の方に優しくしてもらい、私もそのような看護師になって人を助けたいと思いました。
- Q、休みの日は何をしていますか**
八戸に行ったり、友だちと旅行にいたり、大体どこかに出かけます。またお笑いが好きなので、劇場に見に行くこともあります。
- Q、町をどう思いますか**
静かで落ち着くところが好きです。これからもずっと軽米に住み続けたいと思っています。

今月の図書館ひろば

日時：6月23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



マネキンさんがきた
作/村中李衣 絵/武田美穂 (BL出版)

川でマネキンを拾ったサトシとトオル。学校に持って行くとみんな大騒ぎ。でも、簡単に捨ててしまっているのかな？ クラスのみんなと話し合い…



三千元の使いかた
著/原田ひ香 (中央公論新社)

御厨家の人々が直面する、将来への不安や人生のピンチ。前向きに乗り越えたいからこそ、1円単位で大切に考えて…。“節約”家族ストーリー。

私のおすすめはこの本!!



ゆうせい
東山 勇生 さん(晴山小4年)

月に5冊くらい本を借ります。

奇跡の一本松
大津波をのりこえて
絵・文/なかだえり(汐文社)

印象に残ったのは、人々が津波による被害から1本だけ残った松を守ろうとしたところ。きっとその一本松を見て頑張ろうと勇気づけられたのだと思います。

BOOKS
図書館だより

6月のテーマ図書展
かこさん、ありがとう!

『からのパンやさん』やだるまちゃんシリーズなどの楽しい絵本で知られる作家、かこ さとしさんが5月2日に亡くなりました。たくさんの絵本を遺したかこさん、絵本を通して皆に伝えたかった想いとは？

PENCIL
夢・希望・えんぴつ

今年の軽米小学校の児童会スローガンは「笑顔咲くいつでも元気な軽小っ子」です。このスローガン達成のために、ぼくは執行部として三つのことに取り組めます。

一つ目は、あいさつです。いつでも元気なあいさつをすれば、みんなが気持ち良くなります。学校ですれちがった先生や友達へのあいさつ、授業中の返事などを意識していきます。

二つ目は、思いやりです。「ありがとう」などの優しい言葉をたくさん使おうと思いやりの気持ちが生まれます。

執行部としてがんばること

お互いに助け合い、笑顔咲く学校にしていきたいです。

三つ目は、勉強・読書です。勉強では家庭学習を進んでやる事と、学年で決められている家庭学習時間を守る事の大切さを呼びかけていきたいです。読書では、学年の目標冊数を達成して心豊かな人が増えるようにしていきたいです。

これらの取り組みを一年間忘れることなく実践し、全校のリーダーとしてみんなを引っ張っていき、慕われる存在でありたいと思います。



褒主 祈楓 さん

ほろぬし・いぶき 軽米小6年(長倉)

今月の俳句 くまの文芸

HAIKU

- ※町文化協会「北光吟社」の例会より俳句を紹介しています
- 豊作の叶ふ兆や花辛夷 三上 千栄女
 - 花咲きて人声高き川堤 高橋 美智子
 - 岩手富士雪形みごと動画撮る 中野 とき子
 - セキレイを友に耕す春の畑 千葉 紅園
 - 古池の桜の陰に集ふ鯉 東 登希枝
 - 春風やロングヘアをなびかせて 丹下 美恵子
 - 囀をかき消し重機山削る 川崎 郁子
 - うららかに弾む話や露天風呂 君成田 美代子
 - 並び咲く白に先立つ緋木瓜かな 千葉 ふみ子
 - 白木蓮病舎を包む花明り 松村 英子

Calender
イベント情報

6 ~ 7 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: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 |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 6/10 | 11 | 12 | 13 | 14 特定健診 9:30~11:00【ふ】 13:00~14:30【ふ】 | 15 特定健診 9:30~11:00【増振興会館】 13:30~15:00【小玉生改セ】 | 16 |
| 17 町民講座盆栽教室 9:00~11:30【公】 | 18 特定健診 9:30~11:00【大清水活セ】 13:00~14:30【上円子自公】 | 19 特定健診 9:30~11:00【米田農構セ】 13:30~15:00【長倉生改セ】 町民講座ヨガ教室 19:00~20:30【公】 | 20 歯みがき教室 10:30~11:30【ビ】 ゆったり介護の会 13:30~15:30【公】 特定健診 14:00~16:00【晴山公】 17:30~19:00【晴山公】 | 21 | 22 | 23 図書館ひろば 10:00~11:00【図】 |
| 24 休日納税相談 8:30~17:00【役】 | 25 うまっこ教室 9:30~12:00【ふ】 夜間納税相談 17:15~20:00【役】 | 26 教育相談 9:00~15:00【公】 特定健診 9:30~11:00【環】 13:00~15:00【環】 夜間納税相談 17:15~20:00【役】 | 27 1歳児健診 13:00~13:30受付【ふ】 お知らせ版発行 | 28 | 29 | 30 子ども会パークゴルフ 交流会【ハ】 |
| 7/1 | 2 | 3 夜の健康教室 19:00~20:30 【円子地区交流センター】 町民講座ヨガ教室 19:00~20:30【公】 | 4 乳児健診 13:00~13:30受付【ふ】 | 5 | 6 | 7 町総体パークゴルフ競技 【ハ】 |
| 8 | 9 | 10 | 11 寿大学第4回講座 10:00~11:30【ハ】 広報・お知らせ版発行 | 12 まちの相談室 9:30~11:30【物】 | 13 ヒメポタル鑑賞会 【折爪岳】 | 14 子ども司書講座開講式 9:00~12:00【図】 町民講座ヨガ教室 10:00~11:30【公】 ヒメポタル鑑賞会 【折爪岳】 |

休日当番医

| 日付 | 当番医(住所) | 電話 | 当番歯科医(住所) | 電話 |
|----------|--------------------|----------|----------------|----------|
| 6月17日(日) | カシオペア医院(二戸市) | ☎23-3331 | 小野寺歯科医院(一戸町) | ☎33-3050 |
| 24日(日) | ふくもりたこどもクリニック(一戸町) | ☎43-3137 | ムカイダクリニック(軽米町) | ☎46-4636 |
| 7月1日(日) | 二戸クリニック(二戸市) | ☎25-5770 | 堀米歯科医院(軽米町) | ☎46-2927 |
| 7月8日(日) | すがわら消化器内科(二戸市) | ☎23-2879 | 菅原歯科クリニック(二戸市) | ☎23-1180 |
| 15日(日) | よこもり眼科クリニック(二戸市) | ☎22-2230 | 宮沢歯科医院(軽米町) | ☎46-2953 |

Health
健康メモ



平成30年度町民の健康づくりのための目標
糖尿病・脳卒中の予防に取り組みます

健康福祉課 健康づくり担当 工藤晃子

タイトルは、「健康かるまい21プラン（町民が健康でいきいきと暮らせる町を実現するための計画）」の本年度の目標です。

町民の皆さんが「丈夫に育ち」「元気に働き」「健やかに過ごす」のために、自分の健康づくりの行動指針として活用されることをめざしています。

町の健診結果では、糖尿病に注意の必要な人が増えています。高血圧症は脳卒中の最大の危険因子ですが、もうひとつ糖尿病が悪化してしまうことも脳卒中の危険を高めます。

平成30年度町民の健康づくりのための目標では、リスクとなる生活習慣をできるだけ減ら

すために「わたしのできること」を明記し、各世帯に配布となります。

いきいきと暮らせる町の実現を町民皆さんでめざしていきましょう。

「わたしのできること」

- ・乳児期から生活リズムを大切に育てます
- ・甘い飲み物のとり過ぎや間食のとり方に注意します
- ・野菜をしっかり食べます
(1食の野菜の量は生なら両手で、ゆで野菜なら片手でひとつ)
- ・お酒、タバコを控えます
- ・地域活動に参加し、いきいきとした生活を送ります

LIFE
目指そう!はつらつ人生

あなたは大丈夫?
「フレイル」ってご存じですか?

健康福祉課 福祉担当 下谷地 由美子



「フレイル（虚弱）」とは、高齢になるにつれて、運動機能や認知機能が低下し、健康障害を起こしやすい状態を表す言葉です。

次の兆候に当てはまる方は注意が必要です。
○ここ半年の間で、2~3キロ以上体重が減っている。

○歩くのが、遅くなったと感じる。

○わけもなく疲れたように感じる。

筋肉や心身の活力が低下すると「疲れやすい」「外にも出たくない」「誰にも会いたくない」「食欲がわかない」など、悪循環となり、放っておくと寝たきりや認知症などを含む要介護状態を招きます。

「年だから…」と決めつけずに、フレイルの悪循環を防ぐためには、「動くこと」が大切です。動くことは同時に認知症の予防につながります。

たっぷり食べて、
こつこつ動き、
たのしく出かける。

フレイルを予防するためには、「食生活」「運動」「社会参加」が大切とされています。

あなたなら、どんな風に1日を過ごしますか?自分でできる介護予防を見つけて、健康寿命を延ばしましょう。

おめでとう () 内は父母の名

| | | |
|--------|-----|----------|
| 小野寺 弥 | 小玉川 | (誠弥・智子) |
| 十文字 結心 | 上 館 | (拓弥・陽) |
| 守屋 咲希 | 上新町 | (陽介・弘美) |
| 兼田 依桜 | 沢 田 | (翔太・亜希子) |
| 工藤 桜涼 | 本 町 | (英樹・理恵) |

おくやみ () 内は享年

| | |
|---------------|------|
| 中 家 和 吉 山 口 | (84) |
| 川 原 ユ リ 米 田 | (85) |
| 長 井 兼 勝 沼 | (87) |
| 古 里 幸 雄 上 晴 山 | (59) |
| 中 野 喜 松 下 河 南 | (93) |
| 坂 脇 ス 工 新 大 鳥 | (94) |
| 十 文 字 馬 吉 高 家 | (87) |
| 菅 原 継 三 上 館 | (60) |

人の動き (先月比) 4月30日付

| | | | |
|-----|---------|--------|------|
| 人口 | 計 | 9,322人 | (+5) |
| | 男 | 4,556人 | (±0) |
| | 女 | 4,766人 | (+5) |
| 世帯数 | 3,766世帯 | (+4) | |
| 出生 | 4人 | 転入 | 39人 |
| 死亡 | 9人 | 転出 | 29人 |

交通事故・救急車出動回数等

| 4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 | 10件 | 39回 | 0人 |
| 累計 | 2件 | 0人 | 2人 | 79件 | 167回 | 0人 |

※累計は1月からの合計

生活安全の森

鍵かけを習慣づけましょう!

昨年、県内では住宅を対象とした侵入窃盗被害のうち、鍵をかけていなかった割合が69.2% (全国平均47.0%)と依然として高い状況でした。

本年度は、町内から鶴飼地区が「鍵かけモデル地区」に指定されました。鍵かけモデル地区は、近隣住民がお互いに声をかけ合い、鍵かけを徹底して安心して暮らせる地域をつくらうとするものです。

鍵かけは自分でできる防犯対策です。地域の一人一人が鍵かけを習慣づけることが大切です。

◆侵入窃盗対策のポイント

- ・ 出かけるとき・就寝するときは、玄関だけでなく窓や勝手口に鍵をかけましょう。
- ・ 郵便受けや家の周囲に、合い鍵を置かないようにしましょう。
- ・ 長期間家を不在にするときは、近所に一声かけましょう。
- ・ もし被害に遭った場合は、現場をそのままにし、すぐに警察に通報しましょう。

二戸警察署軽米駐在所

みんなの国民年金

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めた方と比べると、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除等の承認を受けた期間の保険料については、10年以内であればさかのぼって納めること(追納)ができます。ただし、免除等の承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。追納は、古い月のものから納付することになりますが、次の点にご注意ください。

◆一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていなければ追納できません。

◆「法定免除・申請免除期間」が「納付猶予・学生納付特例期間」より先に経過した月分である場合、どちらを優先して納めるか本人が選択できます。

詳しくは、ねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003-004)または、二戸年金事務所(☎23-4111)へお問い合わせください。

町民生活課・町民生活担当



ひきこもり講演会の開催について

- 日時 6月25日(月) 10:30~12:30
- 場所 二戸地区合同庁舎1階
- 内容 講演「ひきこもるココロに寄り添う」等
- 講師 社会福祉法人わたげ福祉会 理事長 秋田敦子先生
- 問い合わせ 二戸保健所保健課 ☎23-9206

在職者訓練能力開発セミナー受講案内

- 在職中の方々の能力向上を支援するため、下記セミナーを実施します。
- 内容 ○Excelビジネス活用基礎 講師: 二戸職業訓練協会講師 日程: 6月27日(水)~28日(木) ○中堅社員研修 講師: ㈱aiびじねす 中村夢美子さん 日程: 7月11日(水)~12日(木) ■研修時間 9:00~16:00 (昼食休憩1時間)

- 実施会場 県立二戸高等技術専門校 ※無料(テキスト代等の実費負担あり)
- 申し込み・問い合わせ 県立二戸高等技術専門校 ☎23-2227 FAX 23-9081

出前無料出張相談会の開催について

- 日時・場所 6月24日(日) 13:00~16:00 久慈地区合同庁舎 ※予約優先。当日会場での受付は15時まで。
- 問い合わせ(予約先) 県労働委員会事務局 ☎0120-610-797

放送大学 入学生を募集します

- 放送大学では、2018年10月入学生を募集しています。
- 大学説明会(予約不要) 7月20日(金) 13:30~15:00 会場: 二戸市立図書館
- オープンキャンパス(予約不要)

7月13日(金)、7月14日(土)、7月15日(日)、8月17日(金)、8月18日(土)、9月1日(土) 各10:00~11:30
会場: 放送大学岩手学習センター ※資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学岩手学習センター(☎019-653-7414)までご請求ください。

「学校へ行こう」週間のお知らせ

久慈拓陽支援学校では、開かれた学校づくりの一環として、地域の皆様に日頃の授業やさまざまな教育活動を知っていただくことを目的とした「学校へ行こう週間」を設けています。

■実施期間 7月9日(月)~13日(金) 9:00~15:00
※10日は小学部3・4年生の「校外学習」、11日は中学部の「校外学習」、12日は高等部の行事「大野踏破」です。

■内容 校舎・寄宿舎見学、授業参観 ※案内と説明が必要な方は事前にお電話ください。
■問い合わせ 岩手県立久慈拓陽支援学校 ☎0194-58-3004

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

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!
かんぽん 便利くん 二戸店
便利くんスタッフが 見積無料
ご自宅までご訪問いたします!!
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!!
お気軽にご相談ください 受付時間 9:00~16:00
0120-019-586

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





我が家の人気者

すこやかさん



たきさわ ゆの
瀧澤 結乃 ちゃん (米田)

3歳 H27. 2.20 生

元気でとても活発なゆのちゃん。
最近はずルにハマっています。

これからも結乃らしく大きくなってね！

佳之・美月より

ほっとひといき (清水)

▼大盛況に終わったチューリップフェスティバル。満開に咲いたチューリップを見ようと、5月の連休中には多くの観光客が来場し賑わっていました。色が黒いものやギザギザの形をしたものなど、色んな種類の花がところ狭しと咲く園内。そして今年はなんと全国テレビのニュース番組でもチューリップ園が紹介されました。花の魅力がさらに広まっていくのを期待しましょう！

○お詫びと訂正

広報かるまい5月号の15ページ中「戸籍の窓」において、誤りがありました。

お詫びして次のとおり訂正いたします。

- ①「おめでとう」の上野斗愛さんのふりがな
(誤) うわののあ → (正) うわのとあ
- ②「人の動き」の男性人数
(誤) 4,566人 → (正) 4,556人