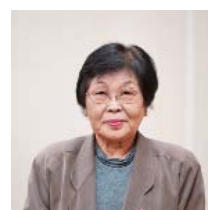


# 広報かるまい Karumai 12

町の魅力と町民の輝く姿を届ける情報誌

Dec. 2019

vol.729



みんなが笑える  
ふるさと  
故郷を。



特集 大切な命を守る  
あなたのそばに

助けてほしい 辛い 他人が怖い もう頑張れない  
死にたい 借金をどうしたらいいかわからない 相談できる人がいない  
寂しい 助けてほしい 消えたい ト라우マがフラッシュバックする  
いじめられた 病気になってしまった 育児に疲れた あとは老いていくだけだ

# 悩みに寄り添える町へ――

大丈夫 甘えていいんだよ あなたのせいじゃない そばにいるよ  
頑張ったね 幸せでなくてもいいんじゃない 話を聞かせて  
一人じゃないよ 休んでもいいんだよ 辛かったね  
よく生きてきたね 「話す」ことは不安を「離す」はじまり 生きてるだけで立派 ありがとう  
私はあなたの味方 誰かと比べなくていい

自殺をする理由はさまざまです。  
貧困、失業、孤独、病気、  
かけがえのない人との死別……。  
しかし、それは私たち全員が経験する  
可能性があるもので、自殺への動機づけは  
個人の問題にとどまるものではありません。  
そのため、自殺は地域社会の問題として  
解決していく必要があります。

もし、あなたが今辛く苦しくても、  
あなたを悩ませる雨はやがて上がります。  
心は天気のように移り変わるのです。

自殺をしない、させないために、  
私たちにできることを考えてみましょう。



## 特集

大切な命を守る  
あなたのそばに

20,840人――。

この数字は昨年全国で

自ら命を絶った人の数です。

この数は交通事故死亡者数の

およそ6倍にあたります。

一日あたりに換算すると、毎日57人もの

人が自ら命を絶っていることになり、

「自殺」は深刻な社会問題となっています。

軽米町は今年3月に自殺対策の取り組みを示した

「軽米町こころと命を守るアクションプラン」を策定しました。

今後、あらゆる側面から町民一人ひとりの心に寄り添い、

住み心地の良い町づくりを進めていきます。

現状把握

日常の背後に深刻な現実

# 軽米町の自殺死亡率 県内ワースト1位

自殺の多くに精神疾患や認知症が関係しています

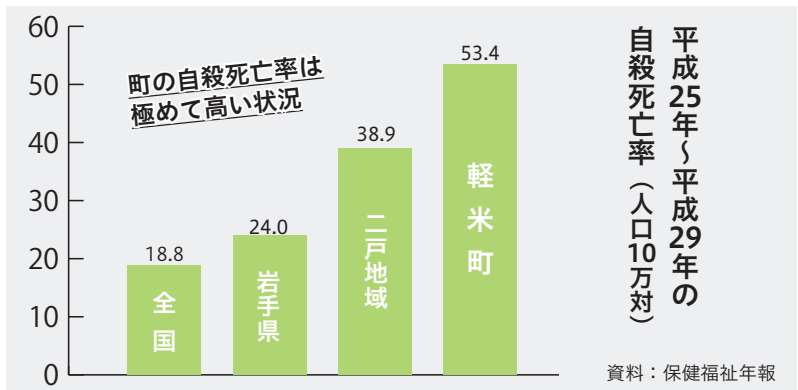
## 町の深刻な問題

全国の自殺者数は、平成10年に初めて3万人を超え、以降14年連続で3万人台が続き深刻な社会問題として認識されるようになりました。そこで、政府による「自殺対策基本法」の制定や自治体による相談体制の整備などの対策が進み、昨年は20,840人にまで減少しましたが、依然として高い水準が続いています。

警察庁の報告では、昨年の自殺者数を性別で見ると「男性」が14,290人でおよそ7割。年代別では「50歳代」が全体の

17・2%で最も高く、次いで「40歳代」「60歳代」と中高年の割合が高い傾向となっています。私たちが住む岩手県に目を向けると、昨年の自殺者数は273人、人口10万人当たりの自殺者数を表す「自殺死亡率」は21・8で全国ワースト3位です。近隣の青森県、秋田県もワースト5位以内に入っていて、北東北の自殺率の高さが問題となっています。

県内を地域別（保健所別）に見ると、昨年の自殺死亡率は「二戸」が34・1で最も高い状況。二戸地域の中でも軽米町は、平成25～29年の5年間における自



殺死亡率が53・4で県内最高。これは全国平均のおよそ3倍もの数に及びます。

このように「自殺」は決して他人事の問題ではなく、町の重大な社会問題として位置づけられます。

## 誰でも起こる

自殺はさまざまな要因が複合的に絡んで引き起こされますが、最大の要因として挙げられ

るのが「健康問題」。健康問題には、身体疾患やアルコール・薬物依存症などが含まれますが、中でも最も自殺と関連が深いのは、うつ病などに代表される「精神疾患」です。

精神疾患は、今や5人に1人が人生で一度は経験するともいわれる病気。厚生労働省は平成23年に、がんや脳卒中などの4大疾病に精神疾患を加え5大疾病としています。さまざまなストレスによって

心理的に追い詰められうつ病などの精神疾患を発症すると、病気の影響で思考が歪み、正しい判断ができなくなります。その結果、本人の本来の意思とは関係なく、現状の苦しみからの救済として自ら死を選んでしまうことがあります。

つまり自殺の多くは、ストレスにより心理的に追い詰められた結果引き起こされるものであり、それは誰にでも起こりうるとても身近なことなのです。

## 精神疾患は誰でもかかる病気

うつ病などの精神疾患は、何らかの原因によって脳内の情報を伝達する神経伝達物質が乱れることで発症すると考えられています。

発症の引き金として、最も関係があるとされるのが日常生活でのストレス。つまり精神疾患は、生きている限り誰でもかかる可能性のある病気なのです。

### 発症に至るプロセス

#### 性格傾向

- ・生まれ持った素質（神経の繊細さ）
- ・ストレスへの対応力

×

#### 社会的要因

- ・日常的なストレス
- ・人間関係など



↓

### 脳内の神経伝達物質が乱れ発症

発症後早期に対応し、ストレスを和らげる環境を作ることによって症状を和らげることができます。



一戸病院 第2精神科長  
兼リハビリテーション科長  
佐々木 由佳 先生

2週間以上のメンタル不調は  
うつ病が疑われる

人は誰でも生きていけば憂うつになったり、仕事が上手くいかなくて気分が落ち込んだりすることがあると思います。しかし、その状態が長く続くようだとうつ病や適応障害などの精神疾患を疑う必要があります。

具体的には「抑うつ（気分の低下）」または「意欲・喜びの喪失」のいずれか、またはその両方が2週間以上続いたらうつ病の疑いがあります。うつ病になると、認知機能にゆがみが出て現実検討力が低下し、自殺につながりやすいと考えられています。

心の不調が長引いて、ちょっとしたもおかしいと思ったら、気軽に町の無料相談や精神科の扉を叩いてほしいと思います。

## 二戸地域の自殺率の高さは 認知症の影響も

二戸地域は、60代以上の男性による自殺が多いというデータがあるようです。私が実際に診察していても、高齢の患者が多く、中でも認知症による自殺企図者が多いという印象を受けます。

認知症の方は衝動的に死にたいと思って自殺しようと思いますが、後で話を聞くと本人はまるっきり覚えていなかったりします。これは、認知症という病気の症状として認知能力が低下し、現実検討力がなくなると自殺行為にまで及んでしまうのだと思います。また、話を聞いてみるとほぼ全ての人が「家族に迷惑をかけたくない」と考え自殺行動を起こしています。

そういった心をケアし、居場所を提供する場所が必要ですが、二戸地域では心を扱う病院は一戸病院しかなく、交通の便がなくて受診できない人がたくさんいます。

この地域の自殺を減らしていくには、インフラの整備や送迎サービスなどのサポートも必要だと思っています。



一戸病院ではデイケアで高齢者の居場所づくりをサポート

## 支援者の想い

私たちにできることを探る

# 支援の現場から

数多くの「死にたい」に向き合ってきた人は、どのような姿勢で支援をしているのでしょうか。心の悩みに寄り添う電話相談窓口である「岩手自殺防止センター」理事長の藤原さんに話を伺いました。



どうして自殺はダメなんだろう

「どうして自殺はダメなんだろう」10年ほど前まで、その疑問がずっと私の中にありました。

私の祖母は自殺で亡くなりました。一般的に自殺は良くないことだとタブー視されているように、祖母が亡くなった時も、両親は周りからいろいろなことを言われ大変だったようです。私自身も50代の頃「死にたい」と考える時期があり、どうしてみんな自殺はダメ

だと言うのだろうかという思いが強くなっていました。

その疑問を解消しようと、インターネットでいろいろ検索していると「東京都自殺防止センター」がヒット。どうしても自分の中の疑問に答えを出したくて、センターが主催するワークショップに参加しました。

ワークショップでは「自殺したいなんて考えちゃだめだよ」と否定するのではなく、「死にたい」と思っているんだね」と自殺したい

という思いを丸ごと受け止めるという話をされていました。それは自分の中にあつた疑問に対する答えとして納得がいき、受け入れることができました。

特定非営利活動法人  
岩手自殺防止センター 理事長

としひろ  
藤原 敏博 さん

平成20年9月に、岩手自殺防止センターを発足。翌年から電話相談を開始し、年間700件を超える心の声に寄り添っている。現在は陸前高田市で整体院を営んでいる。

ワークショップの後、声をかけられ岩手でも組織を立ち上げることになりました。

岩手自殺防止センターは6人のボランティアメンバーが交代で、「死にたい」「自殺したい」という気持ちを抱えた方からの電話に耳を傾けています。センターは岩手のほかに、東京・大阪・宮崎・愛知と全国に5カ所あります。年間約730件の相談があり、相談者

の年齢も10代から80代までさまざまです。

私たちが常に心がけているのは、相手の気持ちに寄り添い続けること、上から目線で話をするのではなく、横並びの対等な関係で話を聴くことです。

気持ちに寄り添うためには、自分の価値観を脇に置き、相手の話

## 自殺に対する見方を変える

を否定せずに聴くことが大切です。「死にたい」と言われると普通の人はそれを止めようとしてしまいます。しかし、相談者は「死にたい」という本音を吐き出せずに苦しんでいるのです。ですから、その思いを否定するのではなく、受けて止めてあげることでは安心に向かいます。

自らの力で生きていけるように

相談者のほとんどは、一つのこととで悩んでいるわけではありません。いろいろな要素ががんにがらめ

になって、太いロープのように絡み合って解けなくなっている状態にあります。

自殺防止センターを創設した西原由記子<sup>（きこ）</sup>さんには「その人は必ず答えを持っているの。ただ今いるんがなことがありすぎて混乱して見えなくなっているだけだから、余計なことをしないで、あなたはただ寄り添って一緒に答え探しをしないさい」と教えられました。

私たちにできることは、話を聴くことだけです。自殺を防ぐことはできません。あくまでもその人

が自分の力で答えを見つけれられるように、自らの力で生きていけるように、相手に寄り添い続けることだけです。

自殺という言葉を受け入れる

私たちは電話相談のほかに、定期的に傾聴ワークショップを開いています。参加者に、気持ちに寄り添う傾聴について学び、自分の生活に生かしてほしいからです。一番良いのは身近な人が身近な人を支えられること。住民同士のつながりで話を聴ける人が増え

ば、自殺は減るでしょう。そのためには「自殺」という言葉に対する見方が変わらなといけないと思います。「死にたい」「自殺したい」という言葉を遠ざけるのではなく、その言葉に共感してあげる姿勢が大切なのだと思います。

今悩んでいる人は、相談できる場所があればそこに相談してほしいと思います。ただ、身近な人に悩みを知られたくないときや話せる人がいないときもあるでしょう。そんな時は、私たちに電話していただければと思います。

※岩手自殺防止センターに関する情報は11ページに掲載しています。

## 当事者の声に耳を傾ける



50代男性Aさん

あの時、相談していなかったら、私は今ここにいなかったかもしれない

2年ほど前からいろんなことが絡み合い、生活全般に対する悩みで生きるのが苦しいと感じるようになりました。それから半年ほどした後、自分が抑えられなくなり「もう言いたいことを言って人生を終わりにしよう」と思い、たまたま目にしたポスターに書いてあった心の相談に電話をかけました。電話をした時は、もう自分は何を考えているか、何を言っているのか、どう行動しているのか、何も分からない状態でした。県の方が対応してくれましたが「自分の人生を終わりにすることだけはやめてほしい」と何度も説得されたのを覚えています。

その後電話のやりとりが何度かあり「いざとなった時に対応できないので、県から町の担当者に引き継ぎたい」ということで相談先が引き継がれました。最初は、町の人に自分の噂が広まるのではないかと心配がありましたが、担当者の方は直接会って、自分の苦しい思いを聴いてくれました。苦しみはその人にしか分かりません。だから、親身に聴いてくれたことで気持ち的にすごく助けられました。

今もあの時の苦しい精神状態になることが全くない、といったら嘘になります。それでも私は、自ら命を絶つことを思いとどまって良かったと思っています。もしあの時相談できる場所を知らなかったら、私は今ここにいなかったと思います。自分のように苦しんでいる人には「相談できる場所がある」ということを知ってほしいです。そして何よりも自分の命を大事にしてほしい——、それを一番に伝えたいです。

# 命を救う周りの目

自殺したいほど苦しんでいる人は、悩みで心が消耗し柔軟な考え方をするのが難しくなります。苦しんでいる人の存在に気づき、悩みをありのままに傾聴してその人を温かく見守ることのできる「ゲートキーパー」の存在が必要です。

気づき

周りの気づきが自殺を防ぐ

私がメンタルヘルス啓発の活動を始めた15年ほど前、日本の自殺者数は年間3万人を超えていました。そこで、厚生労働省が主導で自殺対策が目的の健康教室を立ちあげていきました。教室に集まる人は圧倒的に女性が多かったのですが、結果として介入した地域の男性による自殺者が減りました。直接教室に来ていない人に効果があつたという意外な結果でしたが、これはうつ病などの兆候に気づくことのできる「おせっかいおばちゃん」をたくさん養成できたおかげだと考えられます。

私たちが行った調査では、うつのサインに気が付いた時、自分から進んで精神科に行こうと思う人は少ないのに対し、もし身近な人にそういった兆候が出た時に受診を勧める人はとても多いという結果が出ました。

さらに、うつになった人は病気の症状として病を認めない「否認」が起こることがあり、病院に行くべき当事者こそ病院に行かない傾向があります。

これらのことから、自殺対策は本人に直接語りかけることも大事ですが、周りで気が付いて背中を押してくれる人の存在が非常に有効になります。



かみさき まこと  
**神先 真** さん  
岩手医大神経精神科学講座  
地域コーディネーター  
県北地域を中心に、ヘルスプロモーションやメンタルヘルスに関する活動に取り組んでいる。

ゲートキーパーの役割

ゲートキーパーは「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人」のことです。特別な資格などではなく、悩んでいる人に気づくこととする人は皆ゲートキーパーと言えます。

変化に気づくことが大切



神先さんは当町の自殺予防講演会やゲートキーパー養成講座でも講師を務めています(写真は平成29年の講演会の様子)

# 子育てのチカラ

一見すると自殺と無関係に思える「子育て」。しかし、自分のことを大切にしようとする「自己肯定感」や、弱音を吐いても大丈夫と思える「他人への信頼感」は幼少期に育まれます。自殺対策を考える上で「子育て」は、真剣に向き合うべき分野です。

愛着

親子の愛着は一生の土台

安心できる場所で子は育つ

私は親子の愛着を育むための仕事をしています。脳が発達する幼少期の環境は人生の土台であり、豊かな愛着形成を育むことが人生への自信と意欲につながると考えているからです。

心理学では、親は子どもの「安全基地」になることが必要だとされています。これは、親が子どもの安心できる心の拠り所になることで、自信を持って外の世界に踏み出していけるということです。安全基地があることで、いわゆる「自己肯定感」や「他人への信頼感」は育まれていきます。

子どもは一人では生きていけない未熟な存在。だから本能的に大人を求めます。ある実験では、赤ちゃんは生後1週間にして、人の顔をじっと見つめて人との関わりを持ちたがっていることが分かっています。

愛着…心理学用語。記事内では「情緒の結び付き」という意味で使用しています。

生きているだけで百点満点

また、日本には昔から「目交<sup>まなか</sup>」という言葉があります。この言葉は、親子が目と目でお互いの愛情を伝え合うことの大切さを表しています。赤ちゃんが本能で求めるその触れ合いを満たしてあげること、自分という存在に自信を持ち、困ったときに「助けて」と言える素直な大人に成長します。

赤ちゃんは人との関わり、愛情を求めているのだから、親がそれを与えてあげることが必要です。

しかし、今は女性も働く時代。お母さんはどんどん忙しくなっているの余裕がなくなり、親子の触れ合いの時間も短くなっています。

その結果、十分な愛着が育まれないまま成長する人が増えてきていると思います。愛着を体験できなかった人が親になったとき、子どもと豊かな愛着を育むには支援が必要な場合があります。子ども

と遊ぶのが苦手な親には、目交や声がけ、スキンシップなどを周りの大人が遊んでみせて応援してあげることが大切です。

子どもと触れ合うときは、自分がどのように感じたとしても、子どもの想いや行動を「～したいのね」「～と思っているのね」とまづ認めて共感してあげてください。受け止めてもらうことで子どもは、次のステップに進もうという意欲を持てます。

人は生きているだけで百点満点です。軽米の子どもたちが自分のことを大切にでき、周りの人のことも大切にできる大人に成長できることを願っています。



木村さんが毎月町で開くうまっこ教室。「呼びかけ合い」を通し、親子のつながり(愛着)形成を支援しています。

きむら じゅんこ  
**木村 純子** さん

幼児教室講師  
発達支援相談員  
県内各地で健診や親子教室、子育て教室などを開催。講演などで愛着を育む大切さを伝えている。





あなたのそばには、あなたの心を  
受け止めてくれる人がいる。

#### 大切な命を守る4つの行動

1. 変化に気づく
2. ありのまま傾聴する
3. 専門機関につなぐ
4. その後を見守る

みんなが笑える故郷を。

誰もが生きていく中で、さまざまなストレスや悩みを抱えます。その時に大切なのは、話を聴いてくれて、自分のことを分かってくれる人がいるということです。自分をありのままに理解してくれたという安心感が、心の負担を軽くし、世界を晴れやかにします。

軽米町には、苦しんでいる人の存在に気づき、その人の力になりたいと思う人がたくさんいます。だから悩んだとき、心が折れそうなきときは、勇気を出してあなたの心を打ち明けてみてください。きっとその人は、あなたの力になってくれるはずです。

私たちにできること——それは特別なことではありません。みんなが誰かのゲートキーパーという意識を持って、周りの人に対する気づきや思いやりを心がけていくことが、この町をさらに住みよい町に変えていきます。私たち一人ひとりの手に町の未来はかかっているのです。

だから、みんなで築いていきましょう。誰もが自分の悩みや弱さをありのままに表現できる、

#### 悩んだときは、まず相談

以下で紹介する相談窓口は、ほんの一部。  
県などその他の相談窓口は「岩手県 相談窓口一覧」で検索！

| 種類   | 相談窓口                   | 電話番号                 | 受付時間           |
|------|------------------------|----------------------|----------------|
| 心    | 軽米町役場健康福祉課・健康づくり担当     | 0195-46-4111         | 8:30～17:15（平日） |
|      | 岩手自殺防止センター             | 019-621-9090         | 20:00～24:00（土） |
| 子育て  | 軽米町子育て世代包括支援センター「めぐかる」 | 0195-46-4111         | 8:30～17:15（平日） |
| 自死遺族 | 二戸保健所 ころろサロン二戸         | 0195-23-9206<br>※予約制 | 9:00～16:30（平日） |
| お金   | お金の悩みホットライン            | 0120-979-874         | 9:00～18:00（平日） |

#### 取り組み

# 町のサポート体制

町では、悩みを抱えた人が一人でふさぎこんでしまうことがないように、心に寄り添うさまざまな取り組みを進めています。その中から取り組みの一例と体験者などの声を紹介します。

#### 養成



今年は保健推進員を対象に開催

周囲の異変に気付ける人を増やします

#### ゲートキーパー養成講座



岩手銀行 軽米支店  
沢田 勇 さん  
(上新町)

岩手銀行軽米支店は昨年度、町の企業として地域を明るくする手助けをしたいという思いから、ゲートキーパー養成講座を受講しました。一番大事だとされる「気づき」は、自殺に限らず振り込め詐欺などにも通じる部分。接する方の異変に気づけるように心がけています。

※県内の金融機関でゲートキーパーに関する講座を受講するのは、同店が初

#### 居場所



地域住民が集まり体操などを行います

高齢者の安心できる居場所

#### ふれあい共食事業



浅水 喜一 さん  
(上円子 区長)

上円子地区は、ふれあい共食事業を始めて今年で10年目になります。介護予防運動やミニゲームなどをし、女性陣が作ってくれたお昼ごはんを食べます。家に居ると喋ることが少なくなりがち。ここに来てみんなで動いて、食べて、話して、交流できることが楽しいです。

#### 子育て



健診やさまざまな種類の教室を開催中

子育ての悩みに寄り添う町の支援窓口

#### めぐかる



あすか 明日香 さん  
阿部 ひさと くん  
(秋田)

11月11日に、めぐかるが主催する「パパママ応援教室」に参加しました。日ごろの子育て中に感じるイライラに対して自分の感情をコントロールするヒントや、私を主語にして言葉を伝える「アイメッセージ」の大切さを学ぶことができました。早速実践していきたいです。

#### 傾聴



傾聴ボランティアと保健師が相談に乗ります

軽米町傾聴ボランティア

#### たんぽぽ



傾聴ボランティア 代表  
上岩 恵美子 さん  
(下新町)

毎月「2」のつく市日の日に「まちの相談室」で、町民の方のお話を傾聴しています。年齢や立場に関係なく、どの人も大切な命をもっている存在なんだという意識を持って聴くことを心がけています。悩みの相談に限らず、家族の話や世間話をしに、気軽に足を運んでほしいです。

※まちの相談室は「2」のつく日（概ね月2回）に9時30分から2時間行っています



▶表彰された松村さん(左)

## 自動車関係功労者大臣表彰 軽米タクシー松村慶一さんが受賞

令和元年自動車関係功労者大臣表彰の表彰式が10月31日に東京都の国土交通省共用大会議室で開かれ、軽米タクシー代表取締役の松村慶一さん(蓮台野)が表彰されました。

同表彰は、多年にわたりタクシー事業の振興に貢献された方が対象で、今年は

全国から31人が受賞。11月12日に役場を表彰訪問した松村さんは「タクシー業界は厳しい世界。介護タクシーなどの事業に活路を見出し何とかやってきた。今回の表彰は長く勤めてくれた従業員や家族、町の皆様のおかげです」と周囲に感謝していました。

## 県小学生バレーボール育成大会 軽米VBSが2連覇

いわて純情りんご杯第36回岩手県小学生バレーボール育成大会が11月9日と10日の両日、奥州市と金ヶ崎町で開催され、軽米VBS S(軽米バレーボールスポーツ少年団)が2年連続の優勝を果たしました。

今年、県内で無敵の強さを誇ってきた軽米VBS

S。同大会でも力の差を見せつけ、相手に1セットも奪われずに優勝を飾ると、11月17日に行われた、同大会のベスト4進出チームによる全国大会をかけた予選会にも勝利し、全国への切符を掴みました。全国大会は、来年3月27日から岐阜県で開催されます。



▶全国大会ではベスト8を目指します

## イルミネーション飾付完了 ライトアップは12月8日から



▲長い竿などを使って木に電飾を張り巡らせました

かるまい冬灯りの準備として11月16日と17日の両日、防災センター前でイルミネーションの飾り付け作業が行われました。飾り付けには、町のスポーツ少年団や町内企業など14団体、およそ100人が参加。

皆さんに飾り付けていただいたイルミネーションは12月8日の点灯式でライトアップされた後、来年1月17日まで点灯されます。

## 町の雑穀が世界へ 首相晩餐会でふるまわれる

元号の改元に伴い執り行われた即位礼正殿の儀。儀式に参列した各国の要人をもてなす「首相晩餐会」が10月23日に行われ、メニューに軽米町の雑穀が使用されました。

メニューは、多様性を重

んじる「令和」の時代を象徴するよう工夫が施されたもの。軽米の雑穀は肉料理の「仔羊と松茸の華麗なるパイ包み焼き 岩手雑穀米添え 紫蘇(しそ) 香るソース」に使用され、ふるまわれました。

## 町郷土芸能まつり 勇壮な舞に酔いしれる

第47回軽米町郷土芸能まつり(町郷土芸能保存会主催)が11月10日、農村環境改善センターで開催されました。開会式で町郷土芸能保存会の工藤敬一(けいいち)会長が「地域の郷土芸能の伝承が難しくなっている状況で、今年は軽米中学校の生徒が中学校の文化祭や二戸地区総合文化祭で、授業で学んだ郷土芸能を発表し好評の

声をいただいた。来場者の皆さんの声援や地域の方の協力を得ながら、これからも伝承活動に取り組んでいきたい」とあいさつ。

その後、太神楽、山内神楽、軽米民謡、沢田神楽の町内4団体に加え、八戸市の日計えんぶり組がゲスト出演。披露された勇壮な舞やこぶしの効いた歌声に会場は盛り上がりました。



1 山内神楽の「三坊荒神舞」  
2 ゲスト出演した八戸市の日計えんぶり組  
3 軽米民謡保存会の田中四郎さんによる民謡

## 新しい行政相談員に 江刺家高さん

今年11月1日付けで、新しい行政相談員に、江刺家高さん(上河南)が委嘱されました。

行政相談委員は、国の役所の仕事のほか、N T T 東日本、国立大学法人、独立行政法人、日本年金機構な

どが行っている仕事についての苦情や意見に対し、助言や関係機関への通知等を通して、皆さんの声を行政運営の改善に役立てるために活動します。

任期は、令和3年3月31日までです。



行政相談員  
江刺家 高さん

## ラジオ体操コンクール 晴山小学校が奨励賞を受賞

第6回全国小学校ラジオ体操コンクール(株式会社かんぽ生命保険主催)の審査が行われ、晴山小学校が奨励賞に輝きました。

同コンクールは「小学校でのラジオ体操の取り組み動画」と「チームでラジオ体操第一を行っている動画」を対象に、楽しんで体操を行っているか、動きが揃っているかなどが

審査されます。

奨励賞に輝いたのは、晴山小学校1・2年生による体操動画。金賞や銀賞などを含め、県内で賞に輝いたのは晴山小学校ただ一校でした。

八幡美奈子校長は「岩手県から唯一の受賞ということで大変光栄に思う。来年も子供たちと一緒に頑張りたい」と語りました。

## 軽高だより

軽米高校のホットな  
話題を紹介します!!



野田村へ



## 被災地訪問学習

11月21日、1学年が東日本大震災津波によって被害にあった野田村を訪問してきました。震災からの復興を学び、生徒の防災意識の高揚と郷土愛の育成などに生かすことが目的でした。

野田村観光協会、野田村役場のご協力のもと、被災にあった地域の見学のほか、震災当時の状況や復興に向けた取り組みなどについて説明やお話をいただき、実りある校外活動となりました。

### 軽高クイズ

先月の答え 368人  
(答えが選択肢に入っていないませんでした。お詫びいたします)

Q. 今年度、軽米高校はある事業の指定校となりました。  
何の指定校となったでしょう？

1. いわて復興教育スクール
2. スーパーサイエンスハイスクール
3. 自転車マナーアップモデル校

### 広報クイズ

広報かるまいを読んで  
応募しよう!

抽選で3名の方に500円分の図書カードと  
軽米町のロゴ入りボールペンが当たります。

#### 先月号の答え

A ①めごかる ②リペロ (正解者6人)  
当選者 鉄オタさん、横町由美子さん、菅原聖梨花さん

#### クイズ

Q1 世界各国の要人に町の雑穀がふるまわれた、10月23日に行われた催しは何？  
「●●晩餐会」 ※ヒント12ページ

Q2 軽米小学校6年生も楽しんだ氷上のチェスとも呼ばれる冬のスポーツは？  
「●●●●●」 ※ヒント17ページ

●上記クイズの答え、氏名(希望される方はペンネームも)、年齢、住所、電話番号を記入し、ハガキまたはメールでご応募ください。12/18(水)締切です。(消印有効)

ハガキ → 〒028-6302 軽米町役場広報担当  
メール → kouhou@town.karumai.iwate.jp  
件名「広報クイズ12月号応募」



↑QRコードで応募できます



昭和60年10月31日姉妹提携

## 音更町だより

### 岩手県軽米町議会と交流



7月完成の新増築棟前で記念撮影

軽米町議会と音更町議会の研修交流会が行われました。高瀬議長は「軽米町の先人、大川宇八郎翁が音更の大地に足を踏み入れたことがご縁で今があります。今後も絆を深めていきたい」とあいさつ。議会運営などについて情報交換を行った後、バスで町内の施設を見学しました。

## 佐々木チヨさん、玉館リエさん 100回目の誕生日

この度、佐々木チヨさん(観音林東)と玉館リエさん(屋敷)が誕生日を迎え、めでたく100歳となりました。  
佐々木さんは、大正8年10月30日生まれ。11月15日に山本町長から長寿をお祝いされた佐々木さんは「これまで長生きできたのは皆さんのおかげ。支えてくれた家族や、周りの人に感謝しています」と話していま

した。  
玉館さんは大正8年11月11日生まれ。11月19日に町長が花の里かるまいを訪れ、記念品を贈り長寿を祝いました。  
ご家族は「地域の行事に積極的に参加する活発な人だった。好き嫌いをせず、常に腹八分の食事をして、いたことが長寿の秘訣では」と話していました。

1 笑顔の佐々木チヨさん  
2 町長から記念品を受け取る玉館リエさん



## みんなで一緒に遊ぼうよ 新入園児募集

来年度に入園をお考えの方は、受付期間内に役場またはご希望の保育施設に  
申し込みください。(申込書類は各保育施設と健康福祉課に備えてあります)

受付期間 12月23日(月) ~ 令和2年1月24日(金)

### 軽米・小軽米・晴山保育園

- ◎入園対象 小学校就学前の乳幼児
- ◎入園基準 保護者の方が次に該当する場合
  - ・仕事をしている方
  - ・産前産後の方
  - ・ご家族などを介護している方
  - ・病気や障がいのある方 など
- ◎保育料 3歳以上児 無料  
3歳未満児 1,900円~31,500円(月額)

※3歳以上児は、副食費4,500円が自己負担です。  
※別途教材費、保護者会費などの集金があります。

### 笹渡保育園

- ◎入園対象 平成26年4月2日から  
平成29年4月1日までに生まれた児童
- ◎保育料 無料

※別途給食費、教材費、保護者会費などの集金があります。

※一定条件により各施設で、保育料の減免制度があります。  
※近年入所児童が多くなっており、場合によってはご希望以外の施設となる場合があります。  
※軽米幼稚園の児童募集は、後日行う予定です。

問い合わせ 軽米保育園 ☎46-2905 小軽米保育園 ☎45-2680 晴山保育園 ☎47-2020 笹渡保育園 ☎45-2784 健康福祉課 ☎46-4736



## 軽米小学校・カーリング教室 氷上のチェスに熱狂

軽米小学校（高橋<sup>ひろあき</sup>広明校長、児童202人）の6年生が11月8日、県立県北青少年の家スケートリンクで「カーリング教室」を行いました。カーリングは運動能力に関係なく、対話をしながら行えるチームスポーツ。軽米小学校の高学年では、昨年まで実施されていたスケート教室に代わり今年から始められました。子どもたちは、県立県北青少年の家の指導員からカーリングのルールやブラシの使い方、ストーンの投げ方を教えてもらい、ミニゲームなどを楽しみました。教室後は「上手くストーンを投げられて楽しかった」「今度は家族と一緒にやりたい」などの感想が聞かれ、初めてのカーリングを存分に楽しめました。



- 1 カーリングは氷上のチェスとも呼ばれ、作戦を成功させるためのチームプレイが鍵 2 使用されるストーンは約20kg 3 ブラシでストーンが通過する前のアイス溶かし滑りやすくします 4 投げた後は仲間にストーンの行方を託します

## 町民文化祭・展示部門

### 完成度の高い作品並ぶ

第40回町民文化祭（町文化協会等主催）の展示部門が11月2日から4日まで中央公民館で開催されました。町文化協会や一般公募による作品が写真・絵画・書道など種類豊富に展示され、来場者は完成度の高さに感心していました。10月27日から11月4日までは町立図書館で「幼児絵本感想画展・小中高書写絵画作品展」も併せて開催され、児童生徒による習字や絵画などが展示されました。



力作が並んだ会場には延べ620人が来場しました

## 町小中学校音楽会

### 心一つに、歌声届ける

第51回町小中学校音楽会（町教育研究会主催）が10月31日、軽米小学校で開催されました。参加した町内4校、約350人の児童生徒たちは日頃の練習の成果を存分に発揮し、豊かな表現力で歌声を響かせました。小中学生が発表を終えた後は、軽米高校音楽部が特別出演し、堂々の歌声で会場を魅了。福岡中学校の中山<sup>あきこ</sup>明子先生が「それぞれ良さがあってどの学校も最優秀賞です」と講評しました。



小軽米小学校3～5年生による合唱

## かるまい朗読会

### かけ合い、情感たっぷり

第12回かるまい朗読会（かるまい朗読会実行委員会主催）が11月15日、軽米中央公民館で開催されました。第1部では、本の内容に合わせてヤギの被り物を着けた町内児童5人が、朗読劇を元気に披露しました。第2部では、俳優の樹原ゆりさんと高橋<sup>かずひさ</sup>和久さんによる「母と暮せば（山田洋次、井上麻矢著）」の朗読が行われ、2人の情感たっぷりのかけ合いに会場は引き込まれていました。



感情がこもった朗読で本の世界に引き込まれました

## かるまいイングリッシュデイ

### 英語で楽しく交流

第3回かるまいイングリッシュデイ（町教育委員会主催）が11月8日に軽米小学校で開かれ、町内3小学校の6年生62人が参加しました。3校間の交流を深め、中学英語に備えることを目的に3年前から実施されていて、児童は英語を使ってじゃんけんやジェスチャーゲームなどを楽しみました。参加した児童は「英語の力が深まったし、他の学校の人と交流できて楽しかった」と話しました。



英語とジェスチャーを使ってコミュニケーション

## 小軽米保育園・ハロウィン

### ハッピーハロウィン!!

小軽米保育園（川崎<sup>やよい</sup>弥生園長、園児34人）で10月31日、ハロウィンの催しが開かれました。お化けや魔女などさまざまなコスチュームを着た子どもたちは、日ごろお世話になっている地域の施設や事業所などを訪問。「トリックオアトリート お菓子をくれないといたずらしちゃうぞ」と元気に呼びかけ地域の方からお菓子をもらい、ハロウィンを楽しみました。



お菓子をもらった後は、目を見てお礼を言いました

## 町総体・バレーボール競技

### 山内が2連覇達成

第42回町総合体育大会が開幕し、第38回バレーボール競技が11月17日に町民体育館で開催されました。町内6チーム、69人が出場し熱い試合が展開されました。

熱戦の結果、山内が優勝し2連覇を達成しました。大会の上位チームは以下のとおりです。

□上位結果（○に数字は順位）

- ①山内 ②笹渡 ③小軽米



1点を巡る激しい攻防が繰り広げられました

Calender  
イベント情報

12~1月

カレンダー内の【 】は開催場所で次のとおり表示します。役:役場 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 ぶ:健康ふれあいセンター ハ:ハートフル・スポーツランド 物:物産交流館 防:防災センター

| 日<br>SUN                                                                                  | 月<br>MON                                                                                 | 火<br>TUE                                                                                  | 水<br>WED                                                                         | 木<br>THU                      | 金<br>FRI                                                                                    | 土<br>SAT                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12/8<br>かるまい冬灯り点灯式【防】                                                                     | 9                                                                                        | 10<br>   | 11                                                                               | 12<br>まちの相談室<br>9:30~11:30【物】 | 13<br>   | 14<br>図書館ひろば<br>10:00~11:00【図】                                                             |
| 15<br>   | 16                                                                                       | 17                                                                                        | 18<br>3歳児健診<br>13:00~13:30受付【ぶ】<br><br>ゆったり介護の会<br>13:30~15:30【公】<br><br>お知らせ版発行 | 19                            | 20<br>授業納め式(軽米高)                                                                            | 21<br>  |
| 22<br>休日納税相談<br>8:30~17:00【役】                                                             | 23<br>うまっこ教室<br>9:30~12:00【ふ】<br><br>夜間納税相談<br>17:15~20:00【役】                            | 24<br>終業式(軽小・軽中)<br><br>教育相談<br>9:00~15:00【公】<br><br>夜間納税相談<br>17:15~20:00【役】             | 25<br>終業式(晴山小)                                                                   | 26<br>終業式(小軽米小)               | 27<br>  | 28<br>役場開庁~1/3                                                                             |
| 29<br> | 30                                                                                       | 31<br> | 1/1 元日<br>元旦マラソン大会<br>10:00~【町中心部】                                               | 2                             | 3<br>消防団出初式<br>9:00~12:00【役】                                                                | 4<br> |
| 5                                                                                         | 6<br> | 7<br>中学生ウインター学習会 ~8日【環】                                                                   | 8<br>新春書初め会<br>10:00~12:00【公】<br><br>乳児健診<br>13:00~13:30受付【ぶ】<br><br>広報・お知らせ版発行  | 9<br>授業始め式(軽米高)               | 10<br> | 11<br>子ども会卓球大会<br>9:00~【体】                                                                 |

カレンダー内の写真は11月に開催されたイベント等で撮影したものです

休日当番医

| 日付        | 当番医(住所)            | 電話       | 当番歯科医(住所)       | 電話       |
|-----------|--------------------|----------|-----------------|----------|
| 12月29日(日) | 松井内科医院(一戸町)        | ☎33-2201 | 沢藤歯科医院(二戸市)     | ☎25-4002 |
| 30日(月)    | 菅整形外科皮膚科クリニック(二戸市) | ☎23-7311 | 右門歯科クリニック(二戸市)  | ☎38-2288 |
| 31日(火)    | 川村医院(二戸市)          | ☎23-3252 | 国香歯科医院(二戸市裏小路)  | ☎23-2223 |
| 1月1日(水)   | いちの内内科クリニック(一戸町)   | ☎33-2701 |                 |          |
| 2日(木)     | 齋藤産婦人科医院(二戸市)      | ☎23-2505 | 渡辺歯科医院(二戸市)     | ☎23-2052 |
| 3日(金)     | カシオペア医院(二戸市)       | ☎23-3331 | 小野寺歯科医院(一戸町)    | ☎33-3050 |
| 5日(日)     | ふくもりたこどもクリニック(一戸町) | ☎43-3137 | ぽっぽ歯科クリニック(一戸町) | ☎31-1182 |
| 12日(日)    | 二戸クリニック(二戸市)       | ☎25-5770 | ほんだ歯科クリニック(二戸市) | ☎23-9591 |

LIFE

目指そう!はつらつ人生

(住民税非課税者・子育て世帯向け)

プレミアム付商品券を販売中

消費税10%の引き上げに伴う支援として、町内の小売業、飲食店などで使用できる「プレミアム付商品券」を販売しています。

1セットあたり5千円の商品券を4千円で購入できます。

※住民税課税者の扶養になつて方や生活保護を受給されている方は対象外。

※対象者②の人は申請不要です。

②対象者へ引換券を郵送します。

③引換券を持って、役場健康福祉課、小軽米・晴山各出張所へ持参のうえ、現金で購入してください。

①令和元年度住民税が非課税の方

②子育て世帯の方

※平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子どもがいる世帯主。

令和2年2月28日(金)まで  
※使用可能期間は、令和2年2月29日(土)まで



健康福祉課 主任 紫葉 優樹

■引換方法

①対象者①の人には、審査を行うための申請書を送付しています。必要事項を記入して、役場健康福祉課、または小軽米・晴山出張所へ提出してください。

Police

生活安全の森

年末年始の犯罪・事故防止

警察では年末年始における犯罪や事故を防止するため、12月13日(金)から1月3日(金)まで「年末年始特別警戒運動」を実施します。

■特殊詐欺被害防止

県内で身に覚えのない支払いを請求する「架空請求詐欺」が後を絶ちません。「電話やメールでのお金の請求」は詐欺と考え、すぐに警察などに相談しましょう。

■盗難被害防止

年末年始は買い物などで、外出する機会が増えます。車上荒らしの被害防止のため、駐車場では車内に貴重品やカバンを置かないようにしましょう。

また、外出時や就寝時は、自宅の戸締まりも忘れずに行いましょう。

■交通事故防止

この時期は、忘年会や新年会などで飲酒する機会が増えます。飲酒運転は重大な交通事故につながります。家庭や職場で「飲酒運転をしない・させない」環境をつくりましょう。

また、ドライバーの皆さんは冬期間の路面凍結・積雪によるスリップ事故に注意し、スピードを控えたゆとりのある運転を心がけましょう。



二戸警察署 軽米駐在所 署長 金田一 源武

|     |     |       |       |
|-----|-----|-------|-------|
| 佐々木 | キヨ  | 萩田    | (88)  |
| 山田  | 徳夫  | 沢田    | (82)  |
| 山崎  | タカ  | 鶴飼    | (100) |
| 田端  | 辨治  | 高家    | (88)  |
| 工藤  | 大地  | 下新町   | (41)  |
| 大久保 | 敏彦  | 大久保   | (58)  |
| 野中  | トセ  | 上円子   | (89)  |
| 浅水  | トヨ  | 下円子下組 | (90)  |
| 福田  | 俊雄  | 上野場   | (86)  |
| 古舘  | 武巳  | 高清水   | (83)  |
| 中里  | テル  | 大町    | (88)  |
| 松田  | みつ子 | 下河南   | (68)  |
| 小笠原 | トヨ  | 山口    | (87)  |
| 槻木澤 | ミツエ | 下野場   | (89)  |
| 小笠原 | チセ  | 蓮台野   | (86)  |

もっと知ろう！みんなの国民年金

付加保険料制度について

付加保険料制度は、国民年金の一般保険料に加えて付加保険料（月々400円）を納めることにより、老齢基礎年金に付加年金（200円×納付月数）が上乗せされ、受給する年金額をお得に増やすことができます。

■納めることができる方

- ・国民年金第1号被保険者
- ・65歳以上の方を除く任意加入被保険者

■問い合わせ二戸年金事務所 ☎23-4111 町民生活課 ☎46-4734

編集後記

大学の頃、心理学や教育学を学びました。そこでは、性格（人生）は「遺伝」×「環境」で決まるとされています。そして、どんな性質・趣向を持って生まれるかという「遺伝」と、どんな人と出会うか（とりわけ子どもの頃に）という「環境」を自分で選ぶことはできません。何が言いたいのかというと、その人がどんな人生を歩むかは「運次第」と言えるということです。他人から賞賛されるような凄いことができたとしても、その人だけのおかげではないですし、何ができないからと言ってその人が悪いわけでもありません。誰も悪くないからこそ、できる人はできない人を、幸せな人は不幸せな人を支え、助けてあげることが大切なのだと思います。一丁前に広報などしていますが、私も強くありません。いろんな人に支えられてやっとこさ生きています。今回の特集でほんの少しでもこの町が、町民一人一人にとって住みやすい町になることを願っています。最後に、今テレビで引っ張りだこの林修先生が好きな哲学者で中島義道という方を紹介されています。この方が2006年の電気通信大学の卒業式で贈ったはなむけの言葉が個人的に好きです。今悩んでいる人は調べてみてください。(清水)

■一般試験受付令和2年1月6日(月)まで一次試験1月18日(土)二次試験1月31日(金)～2月3日(月)

■採用人員280人

■応募資格男子中卒(見込み含む)17歳未満

■合格発表一次試験1月24日(金)二次試験2月14日(金)

■入隊時期令和2年4月上旬

☆自衛官候補生は年間を通じて、受け付けています。

■応募資格18歳以上33歳未満の男女

■問い合わせ自衛隊岩手地方協力本部二戸地域事務所 ☎23-2529

いわて年末年始無災害運動

岩手労働局、岩手労働災害防止団体連絡協議会は「あなたの安全家族の願い 年末年始も無災害」をスローガンに、1月31日まで「いわて年末年始無災害運動」を展開しています。

年末年始は慌ただしさに加え、凍結、積雪などの自然要因が加わり、労働災害のリスクが高まる時季です。凍結路面での転倒、車両のスリップ事故など冬特有の労働災害の防止に努めましょう。

■問い合わせ岩手労働局健康安全課 ☎019-604-3007

令和2・3年度国有林モニターの募集

東北森林管理局は、国有林野の管理経営に皆さんの声を役立てていくため、モニターを募集しています。

■募集人員48人程度

■募集期間令和2年1月31日(金)まで

■任期令和2年4月1日(水)から2年間

■内容アンケートへの回答、現地見学会・国有林モニター会議への出席など

■問い合わせ東北森林管理局企画調整課林政推進係 ☎018-836-2228 FAX:018-836-2031 メール：t\_kikaku@maff.go.jp

二戸技術専門学校冬の体験入校

自動車整備士、建築大工の未来の匠を養成する二戸高等技術専門学校では「冬の体験入校」を開催します。

■日時12月21日(土) 9:30～15:30

■対象者高校1・2年生

■費用無料

■内容・自動車システム科電気自動車の分解・組立実習など・建築科木造住宅の設計など

■申込期限12月10日(火)

■申込先・問い合わせ二戸高等技術専門学校 ☎23-2227

食品表示法に関する講習会

■日時令和2年1月20日(土) 13:30～16:30

■会場いわて県民情報交流センター「アイーナ」7階 小田島組さほ～る

■入場料無料

■講師公益財団法人日本消費生活アドバイザー・コンサルタント・相談員協会専門委員 蒲生恵美氏

■申込期限令和2年1月10日(金)

■申込先県民くらしの安全課 ☎019-629-5322

お知らせ掲示板

放送大学 入学生を募集

放送大学は、2020年4月入学生を募集しています。

10代から90代の幅広い世代、約90万人の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。

テレビによる授業だけでなく、学生は授業をインターネットで好きなときに受講することもできます。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

☆大学説明会

■日時12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

■日時12月14日(土)、15日(日) 1月11日(土)、12日(日) 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。 ※第1回の出願期間は令和2年2月29日(土)までです。

ヘアーサロンMOON

毎日頑張っている自分へご褒美!! つやつやカラーで髪も心もリフレッシュ!!

★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



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

日帰り白内障手術・小児眼科

白山台くに眼科

院長 日本眼科学会認定専門医 濱端久仁子

診療時間 月 火 水 木 金 土 9:00-12:30 14:00-17:30

休診日:毎週水曜・第4土曜日 TEL:0178-51-9251



宮沢歯科医院

健康は『健口』から

診療科目 一般歯科 口腔外科

診療時間 9:00～12:00 14:00～18:00

※予約制・当日予約可 休診日 日曜・祝日 第1、3土曜日

宮沢歯科医院 軽米町 検索 九戸郡軽米町軽米8-105 ☎0195-46-2953

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。

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。

二戸玉泉院 二戸市金田一宇ハツ長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

住まいのトラブル!! 困った? 解決します!!

がんばん便利くん 二戸店

便利くんスタッフがご自宅までご訪問いたします!!

見積無料

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

ぶんちゃん フリーダイヤル 0120-019-586



セレモニーホール軽米  
玉泉院で働いています

bear the future  
★  
きらきら光る  
町の未来を担う若者たち

山下 怜 さん (25歳・仲町)

Q 現在、何をしていますか？

1年ほど前から、株式会社ケーエスエンタープライズの従業員として葬儀に携わる仕事をしています。それまでは全く別の仕事をしていたのですが、自分のやりたいことを見つめ直し、昔から興味があった葬儀の仕事に転職しました。

Q 働いてみてどうですか？

葬儀に使うものや儀式的動作、その全てに意味があることが分かりました。今はまだ勉強中ですが、残された家族のお手伝いができることをやりがいに感じています。早く一人前になって、納棺や儀式的の進行にも携われるようにしたいです。

Q 休みの日は何をしていますか？

釣りに出かけます。今年はむつ湾に鯛を釣りに行き、引きが強烈だったのが印象的です。

★好きな色 カーキ色

★好きな花 カスミソウ

dreams come true  
★  
夢・希望・えんぴつ  
児童・生徒の夢を紹介して応援します!!

宮川 愛美 さん

軽米高校2年・上円子

一人ひとりの個性を大切にできる  
幼稚園の先生になりたい。

私の将来の夢は、幼稚園の先生になることです。きっかけは、中学2年生の職場体験で軽米幼稚園に行った時でした。ここに行こうと思ったのは、子供が好きで一緒に遊べたら楽しいだろうなぐらいの気持ちでした。しかし、子供と一緒に遊ぶことが楽しいだけではないと知ったのはこの時でした。四方八方からくる子供たちは、それぞれの個性があって、みんな同じではありません。そのため、一人ひとりに合わせて話したり遊んだりしなければなりません。それは、一日二日では完璧に知ることが出来ず、一人に付きっきりになって違う子を泣かせてしまうこともありました。この時私は「一人ひとりの個性をしっかり見てあげられる先生」になりたいと思いました。

人はみな、十人十色で百人百様。たくさんの子供たちがいたら、その子供たちと同じ数の個性が存在します。その個性を子供たち一人ひとりが自分らしさに出来るように、その手助けをする存在でありたいと思うのです。



今月の新刊

児童書



しろいしろいころわん

作/間所ひさこ 絵/黒井健  
(ひさかたチャイルド)

初めて雪を見たころわん。「わん、わん。しろい、しろい、まっしろい!どこまでしろいか、みにいってきまーす」と、とことこ出かけていくと...

一般書



巡礼の家

著/天童荒太 (文藝春秋)

居場所を失い行き倒れた少女は、遍路宿の女将に尋ねられる「あなたには、帰る場所がありますか」ほんとうの幸せを見つけるための物語。

もうすぐクリスマス

みんなが待ち遠しい冬のイベント、ク・リ・ス・マ・ス。今月は、クリスマス気分をぐっと盛りあげてくれる楽しい絵本や、装飾、料理の本などを揃えましたのでどうぞ!

12月のテーマ図書展

今月の図書館ひろば ▶12月14日(土) ▶10:00~11:00 ▶中央公民館 ▶クリスマス会

news from library

図書館だより  
町立図書館のおすすめ情報

私のおすすめは  
この本!!



古舘 麻那 さん(晴山小学校6年)

でんでらの

文:京極夏彦 絵:はたこうしろう 出版社:汐文社

デンデラ野にはずっと昔、年老いた人たちが暮らしていました。60歳になるとそこに捨てられたのです。今もそこには亡くなったお年寄りたちが住んでいます。

本当に遠野にデンデラ野があるかとても気になります。「老」や「死」について深く考えることのできるお話です。

町文化協会  
北光吟社  
十月例会

秋寂し聖火ランナー来ぬと云ふ

紅葉山燃え盛るには今少し

農継ぎし娘夫婦の今年米

冷まじやテレビ画面の大泥海

鶏が夜明けを告げる里の秋

温もりを壁に残して秋入日

白鷺のイッ影映し水澄めり

台風の被害報道のいたゝし

杭がけの実りの秋や行儀よく

高速道壁面飾る蔦紅葉

雪谷川集う鳥々春遠し

川崎 郁子

君成田 美代子

高橋 美智子

千葉 ふみ子

東 登希枝

丹下 美恵子

松村 英子

三上 千栄女

千葉 紅園

中野 とき子

長島 龍泉

literature of the town  
町の文芸~今月の俳句~  
四季折々の軽米を一句に込めて



7歳以下のお子さん大募集!!

ご応募は上のQRコード、  
または総務課(☎46-2111)  
までお電話ください。

すずな  
**野田 鈴鳴** ちゃん

(上館) 6歳2カ月

くれな  
**野田 紅** ちゃん

(上館) 2歳10カ月



すずの将来の夢はお医者さん!

くれなは今、おままごとにハマっています。

すずは来年小学校、くれなは年少さん。これからもすくすく育ってね。

広則・涼香より

## 「 みんなの写真館 かるまいいね! 」



あなたの写真を掲載します!!

右のQRコード (kouhou@  
town.karumai.iwate.  
jp) からご応募ください。



### 緊迫の瞬間

撮影者 春。さん

撮影日 9月15日

撮影場所 雪谷川河川敷

回転を止めずに、機体と舞い上がる草だけが止まるようにシャッター速度を調整して、露出も下げて雲に変化をつけてみました。



### 人の動き (先月比)

10月31日時点

|     |   |         |       |
|-----|---|---------|-------|
| 人口  | 計 | 9,005人  | (-33) |
|     | 男 | 4,407人  | (-16) |
|     | 女 | 4,598人  | (-17) |
| 世帯数 |   | 3,772世帯 | (-19) |

|    |     |
|----|-----|
| 出生 | 2人  |
| 死亡 | 18人 |
| 転入 | 6人  |
| 転出 | 23人 |



### 安全データ10月分

(年間累計)

|       |     |        |
|-------|-----|--------|
| 人身事故  | 0件  | (2件)   |
| 死傷者   | 0人  | (2人)   |
| 物損事故  | 11件 | (107件) |
| 救急車出動 | 31回 | (321回) |

広報かるまいを  
スマホにお届け!!

