

# 広報かるまい Karumai 5

町の魅力と町民の輝く姿を届ける情報誌

May. 2020

vol.734

道路を渡るときは、手を高くあげて。

巻頭  
入学式・入園式



↑保護者が見守る中、先生の話をしっかり聞いていました

# はじ 新たなステージの 始まり。

4月——。始まりの季節、  
新しい友だちとの出会いに心が躍る春。  
しかし、今年の学校生活はいつもとは違う  
幕開けとなりました。  
新型コロナウイルス感染防止のための  
3月いっぱい学校の休校、外出制限……。  
普段とは違う生活を送った子どもたちは  
きつと戸惑いを感じたに違いありません。  
ただでさえ緊張する新しい場所での始まりを  
子どもたちはどのような様子で迎えたのでしょうか。  
今月は、新たなスタートを切った、  
子どもたちの様子を特集します。

↓軽米高校入学式で新入生を代表して誓いの言葉を述べた玉館七花<sup>ななか</sup>さん。  
※同校の式の様子は「軽高だより(25ページ)」で詳しく紹介しています。

## ドキドキの新生活

### 小軽米小学校入学式

小軽米小学校（小田島誠一校長、児童63人）の入学式が4月8日に同校で開かれ、新入生9人が家族に見守られながらドキドキの学校生活をスタートさせました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、出席者にマスク着用や消毒などの対策が徹底される中、新入生は晴れ舞台に少し緊張した面持ちで入場。担任の武田典子先生から名前を呼ばれると、大きな声で返事をしました。小田島校長は「皆さんの入学を小軽米小学校のお兄さん、お姉さん、先生方みんなで楽しみにしていました。小学校は楽しいところです。毎日元気に学校に来てください」と呼びかけました。

式後、教室に戻った新入生は緊張が和らいだ様子。保護者が見守る中、先生の話をもじって聞いて、小学生になって成長した、たくましい姿を見せていました。



1. これから毎日使う自分の名札を身に付ける児童 2. 元気に呼名に答えます  
3. 新入生に歓迎の言葉をかけた児童会長の清藤結愛さん 4. 先生の質問にまっすぐ手を挙げていました



1. 園児の代わりに呼びかけに答える保護者 2. 進級する園児たち 3. 交流を深めました



軽米保育園（外山充園長、園児107人）の入園式が4月6日に開かれ、新しく18人の園児（途中入園含む）を迎え入れました。進級園児、新入園児それぞれ担任の先生から呼名されると、元気な返事をしてその場に立ち上がり、まだ返事のできない園児は保護者と一緒に手を挙げて呼びかけに答えました。

外山園長は「優しい人にはお友達がいっぱいできます。皆さんもお友だちをいっぱい作って、いっぱい遊んでください」と話しました。

在園児は歌とダンスで新しい友だちの入園を祝福。あいさつをするなどして交流を深めていました。

## 18人が入園

軽米保育園

1. 歌と踊りで新入園児を歓迎 2. お母さんと一緒に手を挙げる新入園児 3. 手作りの道具入れをプレゼント



軽米幼稚園（小林昌治園長、園児10人）の入園式が4月9日、同園で開かれました。軽米幼稚園は来年度から認定こども園に移行するため、同園としての入園式は今回が最後になります。

今年入園する1人の園児に対し、小林園長は「入園おめでとう。後ろに座っているさくら組、ゆり組のお友だちも嬉しそうにニコニコして座っています」と新入園児を歓迎しました。

在園児は、歌とダンスで喜びの気持ちを表現。声をそろえて、「今日からみんなお友だち。仲良く一緒に遊びましょうね」と話しかけ、新しい友だちと親睦を図っていました。

## 最後の入園式

軽米幼稚園



↑前を見て堂々と歩く新入生

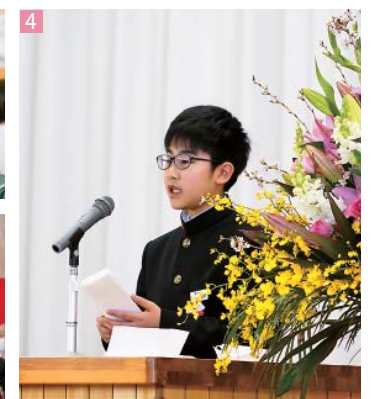
# 伝統の学び舎の門くぐる

## 軽米中学校入学式

軽米中学校（遠藤校長、生徒203人）の入学式が4月4日に開かれ、新入生66人が伝統の学び舎の門をくぐりました。

遠藤校長は「新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、式の縮小などこのような形での開催となり残念に思う。中学校は小学校に比べ、自分たちで考え、自分たちで活動する場面が増える。新入生の皆さんには、先輩たちの背中を見て学び、自分たちだけの学年の花を咲かせてほしい」とあいさつしました。

新入生を代表して佐々木璃音さん（向高家）が「新しい生活への不安もあるが、それ以上に新しい友だちと一緒に活動ができることに心を弾ませている。自分の行動に責任を持ち、先輩方が築きあげてきた軽米中学校の伝統を学び、さらに発展させられるように努力していきます」と誓いの言葉を述べました。



1. 新入生を含め参加者は全員がマスクを着用 2. 我が子の一生に一度の晴れ姿を記念に残そうと撮影する保護者 3. りりしい表情で呼名に答える生徒 4. 新入生を代表して誓いの言葉を述べた佐々木さん



## 健康づくり特集

# 新型コロナウイルスに負けない、

# 心と体の免疫力アップ術

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、生活様式の変化を余儀なくされる毎日…。そんな今だからこそ、生活にちよつとした工夫や努力をプラスして、心身の免疫力を高めましょう。

## 全

国規模での外出自粛ムードが続く、

以前のようにな行動が取れずストレスがたまる人もいるかと思えます。ストレスはウイルスに抵抗する免疫力を低下させます。

このようなときに大切なのは「人との会話（気分転換）」「運動」「食事（栄養）」「十分な睡眠」です。

自分の話を聴いてもらうことは、心の安定につながります。この時期は、電話で話すのが良いかもしれません。

趣味や好きなことに没頭することも心の健康につながります。心の健康に良いのは「楽しい」「嬉しい」などの感情が増えることです。

運動は、密閉した場所を避け換気の良いところ、風通しの良い屋外で行うことが大切です。免疫力アップにおすすめなのはウォーキングなどの「有酸素運動」。心の安定に効果のあるセロトニンという幸せホルモンが増加します。

## ■心の健康について

一生懸命感染予防をして生活していると知らないうちに緊張が続き、イライラや不安が高まります。このような症状はありませんか？

○**体調面** → 疲れが取れない、眠れない、頭痛、めまい

○**心理面** → 不安、心配、イライラ、落ち込む、意欲が出ない

この症状が2～3週間続いたときは一人で抱え込まず、家族や友人または町の「こころの相談(☎46-4111)」に気軽に相談しましょう。

次のページ以降は、「運動」と「食事」についてさらに詳しく紹介していきます。

皆さん、心と体の免疫力を高め、新型コロナウイルスに伴う生活の変化と一緒に乗り越えましょう。

# 新型コロナウイルス感染症対策によるイベント等の対応について

町は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、町が主催するイベント・集会などについて、以下のとおり対応いたします。イベントの開催を楽しみにされていた方には、中止や延期によりご迷惑をおかけしますが、趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

※5月1日時点の情報です。今後のイベント等については、感染症の流行状況等により判断し、その都度「広報かるまい」「お知らせ版」「情報無線」「かるまいテレビ」「町ホームページ」などでお伝えします。

## ◎ 中止

### ■健康

・婦人検診

(子宮頸がん、乳がん検診、骨粗しょう症検診)

### ■スポーツ

・チャレンジデー 2020

・芝桜スポーツフェスティバル

### ■文化

・町民文化祭さつき盆栽展

### ■イベント

・折爪岳山開き登山

## ◎ 延期

### ■健康

・各種健診

(若年健診、特定健診、後期高齢者健診)

・がん検診

(胃・肺・大腸がん検診)

※胃がん検診は11月を予定

### ■暮らし

・狂犬病予防注射 ※延期時期は未定

## ◎ 開催未定

### ■イベント

7月 森林ウオーキングin折爪岳

8月 ハイキューフォトロケーション

軽米夏祭り

成人式

9月 軽米秋まつり

## ◎ 利用制限

### ■屋内施設

町立図書館、町民体育館など

→5月末まで町外の方の利用はご遠慮ください。

### ■屋外施設

ハートフルスポーツランドなど

→5月末まで県外の方の利用はご遠慮ください。

※感染状況により他の施設でも、利用制限や休止期間が延長となる可能性があります。

## ◎ 皆さんへのお願い

今後も、手洗いうがい、マスク着用、人混みを避けるなど基本的な感染対策にご協力ください。連日ニュースなどで新型コロナウイルス感染症に関する情報が報道され、見るたびに不安になりますが、過剰に恐れるのではなく「正しく恐れる」ことが大切です。情報は厚生労働省など信頼できるところから入手しましょう。

## ◎ひざ伸ばし

### ① 背筋を伸ばし、椅子に浅く座る



### ② 両手で椅子の座面前側を軽く押さえる



※両足は肩幅くらいに開く

### ③ 脚が床と平行になるように力を入れて 4秒かけてあげ、4秒かけて元に戻す



※「ひざ伸ばし」「もも上げ」は10回で1セット、週に3回以上が目標

※今回紹介した運動は、今月のかるまいテレビ「健康福祉課からのお知らせ」でも紹介しています。

### ■運動のポイント

- ・人込みを避けた散歩
- ・家の中や庭などでできる運動  
(ラジオ体操、軽米町民体操、スクワットなど)
- ・家事や農作業などで身体を動かす  
(部屋の掃除・模様替え、畑仕事、庭いじりなど)
- ・座っている時間を減らし、体を動かす  
(足踏みをするなど)

## ◎のびのび体操

### ① 足を肩幅に開き立つ



### ② つま先立ちしながら大きく伸びをする(3回)



※つま先→全体重を支える、足の指で床をつかむイメージ  
手→できる範囲で垂直に天をつくイメージ

## ◎もも上げ

### ① 背筋を伸ばし、椅子に浅く座る



### ② 両手で椅子の座面前側を軽く押さえる



※両足は肩幅くらいに開く

### ③ 膝に力を入れて4秒かけて胸に近づけ、同時に上体をかがめ、4秒かけて元に戻す



## 運動不足解消に

# 自宅で簡単♪ 体力アップにつながる運動

さまざまなイベントの中止や自粛生活で外出の機会が減っていませんか。一日の中で動いている時間が減ってはいませんか。活動量が減ると筋力や体力はあつという間に落ちてしまいまう。筋力や体力を落とさないように、ほんの少しでもコツコツ努力を続けることが大切とわられています。

ここでは、自宅でもできるちよつとした運動を紹介します。頑張りすぎる必要はありません。毎日少しずつでも続けて、活動量アップ、体力の低下を防ぎましょう。

私と一緒に体を動かしましょう！



保健師 山本 宏佳

## ◎片脚立ち

### ① 脚を上げる側の手(左足を上げるなら左手)で椅子や壁につかまり身体を支える



### ② 脚を5センチほどあげます



### ③ ②を左右1分間ずつ行う



※一日3回行うのがベスト

## ◎スクワット

### ① 両足を肩幅より少し広げ、30度ほど外側に向けて立つ



### ② 腰をおとす



※膝がつま先より前に出ないことが大切  
※深呼吸のペースで5回を一日3セット行うのがベスト

### ※椅子からの立ち上がりでもOK



※立った状態でのスクワットが不安定な場合は左写真のように、椅子からの立ち上がりに挑戦しましょう

## ◎食事でとりたい栄養素・食品

### たんぱく質

肉・魚・卵・大豆製品・乳製品



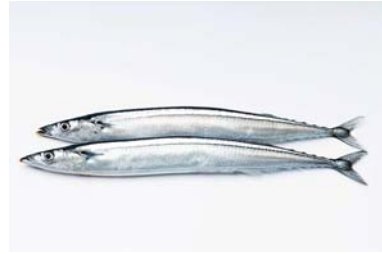
### カルシウム

牛乳・小魚・海藻・大豆製品・緑黄色野菜



### ビタミンD

魚、きのこ類、卵



### ビタミンA

レバー・魚・緑黄色野菜(かぼちゃやニンジン等)



### ビタミンC

野菜(キャベツやトマト等)・果物(みかん等)



### ビタミンE

アーモンド・ごま・モロヘイヤ・かぼちゃ



※食事制限を受けている方はかかりつけ医の指示に従ってください。

## ◎たんぱく質がとれるレシピ

外出を自粛しているこんな時こそ、普段作らない料理や少し手の込んだ料理に挑戦してみませんか？

### 【揚げ出し豆腐のとろろあんかけ】



作：軽米町食生活改善推進員協議会

#### 栄養価(1人分)

|       |         |
|-------|---------|
| エネルギー | 333kcal |
| たんぱく質 | 15.8g   |
| 脂質    | 18.0g   |
| 食塩相当量 | 0.8g    |
| カルシウム | 169mg   |

#### ■材料(2人分)

|      |       |       |         |
|------|-------|-------|---------|
| 木綿豆腐 | 300g  |       |         |
| 片栗粉  | 大さじ 2 |       |         |
| 揚げ油  | 適量    |       |         |
| 長芋   | 100g  | (かけ汁) |         |
| 納豆   | 50g   | しょうゆ  | 大さじ 1/2 |
| ねぎ   | 25g   | みりん   | 大さじ 1   |
| 青じそ  | 2 枚   | だし汁   | 1/4カップ  |

#### ■作り方

- 豆腐は4等分にして水けをぎり、片栗粉をまぶして、170度くらいの油で揚げる。
- 長芋はすりおろす。ねぎは千切りにし水にさらす。青じそは千切りにする。
- かけ汁の材料を合わせてひと煮立ちさせ、冷ましておく。
- 器に豆腐を盛り、青じそ、長芋、納豆、ねぎを添え、かけ汁をかける。

## 栄養士が勧める

# フレイル予防と免疫力を高める食事のポイント

新型コロナウイルス感染症に伴う自粛生活が続いており、外出を控えている方もいると思います。

しかし、外出しないことで生活が不活発になり心身の活力が低下し、特に高齢者にとっては「フレイル状態」になる可能性が心配されます。

フレイルとは、年をとって体や心のはたらき、社会的つながりが弱くなった状態を指します。フレイルが進むと、体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。

外出する機会が減少する今こそ「フレイル予防」と「免疫力を高めること」が大切です。

このページでは、食事のポイントをお伝えします。



栄養士 古里 京子

## ◎食事で気を付けてほしい6つのポイント



### ■たんぱく質をとる

2週間の寝たきり生活により失う筋肉量は、7年間に失われる量に匹敵するとも言われています。たんぱく質をとることで筋肉の減少を抑え、免疫の働きを維持することができます。

#### ◎たんぱく質をとるためのひと工夫

- ・トーストにハムやチーズをのせる。
- ・コーヒーに豆乳を足してみる。
- ・間食ではヨーグルトなど、たんぱく質が多いものを選ぶ。
- ・肉や魚の缶詰や冷凍食品等(シュウマイ、ハンバーグなど)、「あと一品」に便利なものを常備しておく。

### ■一日3食しっかり食べる

食べる回数が少ないと1回の食事の量が多くなったり、食べる量が少ない人は栄養が足りなくなったりします。一度に食べられる量が少ない方は無理をせず、間食で栄養補給をしましょう。

### ■主食・主菜・副菜を組み合わせる

偏った食事は栄養状態が不十分になり体調を崩しやすくなります。一日2回以上、主食・主菜・副菜が揃う食事を意識することで、バランスの良い食事をとることができます。

### ■噛みごたえのある食品を食べる

食べる力を維持するために、根菜類など固いものをよく噛んで食べましょう。

### ■ビタミンをとる

ビタミンAには粘膜を保護する働き、ビタミンCには免疫細胞を強化する働きと抗酸化作用、ビタミンEにはウイルスの撃退に必要な免疫機能を高める働きと抗酸化作用があります。

### ■カルシウムをとる

カルシウムには骨や歯を作り、筋肉や神経の働きをサポートする働きがあります。ビタミンDと一緒にとることで、より効果が期待できます。



# 新採用職員

※数字は上写真、左から何人目からを示しています。

## 1 総務課 主事 坂本 <sup>りゅうま</sup>隆磨 (25歳＝門前)

学生時代からずっと剣道に打ち込んでできました。剣道で培った強い精神力を生かし、町職員として町民のことを第一に考え行動し、生まれ育った軽米町の発展に大きく貢献できるように頑張ります。

## 2 税務会計課 主事補 佐々木 <sup>りさ</sup>莉紗 (22歳＝萩田)

私の長所は、行動力があることです。これからは、町民の方々の声に寄り添いながら、自分ができることに全力で取り組んでいきたいと思えます。生まれ育った軽米町に恩返しができるように頑張ります。

## 3 町民生活課 主事 小森 <sup>たかひろ</sup>貴大 (26歳＝和当地)

学生時代は、学園祭実行委員会に所属していた経験があり、企画の立案から実行までやり通す根気強さがあります。軽米町の発展に貢献できるように努力し、町民の皆さまに頼れるような職員になりたいです。

## 4 小軽米保育園 保育士 夏井 <sup>あきと</sup>旭人 (27歳＝洋野町)

子どもたちの成長を支えられるよう、遊びを通していろいろなことを教えていきたいです。分からないこともあります。元気に頑張っていきます。皆さん、よろしくお願いします。



令和2年度

# 軽米町職員新体制

課長級に昇格のあった者、人事異動のあった者、新採用職員は氏名を太字で表示。

|           |                                                                            |                                                                      |               |                                                                                       |                                        |                                                                                  |                                     |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 町長        | 山本賢一                                                                       | 教育長                                                                  | 菅波俊美          |                                                                                       |                                        |                                                                                  |                                     |
| 総務課       | 総括課長 吉岡靖<br>(選挙管理委員会事務局長併任)                                                | ◎企画担当課長 日山 一則<br>山下 善昭 菅原 里枝 清水 裕輝<br>遠藤 樹 日山 充 工藤 剛<br>田中 裕子        |               |                                                                                       | 健康福祉課<br>総括課長 坂下 浩志                    | ◎福祉担当課長 内城 良子<br>下谷地 由美子 紫葉 優樹 加藤 美紀<br>田代 沙織 圃田 菜穂実 清藤 文喜<br>松坂 俊也              |                                     |
|           |                                                                            | ◎総務担当課長 小笠原 達夫<br>大村 亮憲 笹山 泰嵩 坂本 隆磨<br>川原木 純二 川原 愛実(選挙管理委員会事務局併任)    |               |                                                                                       |                                        | ◎健康づくり担当課長 角田 貴浩<br>工藤 晃子 日向 安子 山田 里美<br>小林 真由美 古舘 里美 八幡 美紀<br>山道 顕子 古里 京子 山本 宏佳 |                                     |
| 派遣 (総務課付) | 岩手県総務部税務課 → 川島 幸徳<br>二戸地区広域行政事務組合 → 関向 幹也<br>社会福祉協議会 → 山田 元 佐々木 久<br>杉浦 謙二 |                                                                      |               | ◎軽米保育園長 外山充 小林 留美子<br>檜澤 順子 大清水 恵 安藤 美由紀<br>金山 晃司 皆川 佳穂莉 石川 敦子<br>内澤 典子 野中 恵美子 新井田 直子 |                                        |                                                                                  |                                     |
| 税務会計課     | 会計管理者兼総括課長 梅木 勝彦                                                           | ◎課税担当課長 福島 貴浩<br>寺地 隆之 山田 のぞみ<br>紫葉 敬太 佐々木 莉紗                        |               |                                                                                       |                                        | ◎小軽米保育園長 川崎 弥生<br>増尾 祐子 吉田 彩香 及川 あずさ<br>夏井 旭人 田中 里実 平船 シズエ<br>吉岡 芳幸(晴山保育園兼務)     |                                     |
|           |                                                                            | ◎収納・会計担当課長 梅木 勝彦(兼)<br>上村 利広 輪達 ひろか 小野寺 悟                            |               |                                                                                       |                                        | ◎晴山保育園長 長坂 佐知子<br>高田 牧子 坂本 麻衣子 金田 奈々<br>古川 唯 藤田 由貴子 日山 侑香                        |                                     |
| 町民生活課     | 総括課長 松山 篤                                                                  | ◎総合窓口担当課長 橋本 邦子<br>紫葉 千賀子 川崎 彩香 中野 武美                                |               |                                                                                       | ◎笹渡保育園長 中村 由季                          |                                                                                  |                                     |
|           |                                                                            | ◎町民生活担当課長 橋場 光雄<br>外山 和寿 鶴飼 靖紀 古舘 寿徳<br>小森 貴大 明岡 寿                   |               |                                                                                       | ◎健康ふれあいセンター所長 角田 貴浩(兼)<br>梅木 久美子 松浦 近子 |                                                                                  |                                     |
| 出張所       |                                                                            | 新井田 一徳(晴山)                                                           |               |                                                                                       | 再生可能エネルギー推進室<br>室長 福田 浩司               | 野中 孝博                                                                            |                                     |
| 産業振興課     | 総括課長 小林 浩<br>(農業委員会事務局長併任)                                                 | ◎農政企画担当課長 長瀬 設男<br>鶴飼 義信 玉舘 透 小林 誠<br>永井 重徳 ※職員は農業委員会事務局を併任          |               |                                                                                       | 議会事務局長<br>小林 千鶴子<br>(監査委員事務局長併任)       | 関向 孝行 小野家 佳祐<br>※局員は監査委員事務局書記を併任                                                 |                                     |
|           |                                                                            | ◎農林振興担当課長 日脇 邦昭<br>小笠原 隆人 山下 博之 川島康夫                                 |               |                                                                                       | 教育委員会事務局<br>総括次長 大清水 一敬                | ◎教育総務担当次長 工藤 薫<br>関向 真介 寺地 亜紀子 大川 訓寿<br>木戸口 美里 堀米 豊樹 古舘 義明                       |                                     |
|           |                                                                            | ◎商工観光担当課長 畑中 幸夫<br>輪達 隆志 小野寺 蘭子 兼田 一史<br>久保田 史葉                      |               |                                                                                       |                                        | ◎生涯学習担当次長 工藤 祥子<br>竹澤 泰司 藤田 直行 関向 哲志<br>下谷地 さくら 古里 結美                            |                                     |
| 地域整備課     | 総括課長 戸田沢 光彦<br>(水道事業所長併任)<br>※課員は水道事業所併任                                   | ◎環境整備担当課長 江刺家 雅弘<br>神久保 恵蔵 千葉 久司 玉舘 博一<br>小笠原 亨                      |               |                                                                                       |                                        | ◎町立図書館・中央公民館長 大清水 一敬(兼)<br>於本 博之                                                 |                                     |
|           |                                                                            | ◎上下水道担当課長 中村勇雄<br>戸草内 和典 小笠原 信也 野中 翔平<br>工藤 航也 福田 丈幸 於本 一則<br>苅敷山 佳樹 |               |                                                                                       |                                        | ◎軽米幼稚園<br>下斗米 敏 山仁 江利子 平船 葵子                                                     |                                     |
| 退職者       | 小笠原 亨                                                                      | 川島 康夫                                                                | 堀米 豊樹         | 古舘 義明                                                                                 | 脇山 春陽                                  | 笹間 正紘                                                                            | 滝沢 暢子                               |
| 再任用       | 日山 充<br>於本 一則                                                              | 川原木 純二<br>小笠原 亨                                                      | 山田 元<br>堀米 豊樹 | 佐々木 久<br>古舘 義明                                                                        | 杉浦 謙二<br>石川 敦子                         | 中野 武美<br>内澤 典子                                                                   | 新井田 一徳 松浦 近子 川島 康夫<br>野中 恵美子 平船 シズエ |

## ■ 公衆衛生事業功労者表彰

佐藤 勝子<sup>かつこ</sup>さん



令和元年度公衆衛生事業功労者が発表され、佐藤勝子さん（本町）が表彰されました。

同表彰は、長年にわたり疾病の予防、保健指導、衛生教育などの公衆衛生業務に献身的に携わり、総合的な地域保健の推進に貢献された人に贈られます。

佐藤さんは、17年にわたり町の保健推進員として地域の健康づくりに貢献。平成18年からは保健推進委員会の代表として会をまとめ、行政とのパイプ役として積極的に活動した功績が

評価されました。

4月24日に役場を訪れ、町長に受賞を報告した佐藤さんは「健診の勧めやふれあい共食事業、各地域での健康教室などを行って、高齢者の方をはじめ、町民の皆さんがこの町で安心して暮らせるように活動してきました。これからは、委員の選定の仕方や会のあり方をもう一度見直し、会長として委員の皆さんが楽しんで活動に参加できるよう工夫していきたい」と意気込んでいました。

## ■ 民生委員・児童委員 厚生労働大臣特別表彰



田中 辰男<sup>たつお</sup>さん

4月30日に山本賢一町長から表彰状を伝達された3人。山本町長は「地域や家族を取り巻く環境が大きく変化する中で、長年にわたり地域住民の相談役、そして社会福祉の増進の要として地域福祉活動にご尽力いただき感謝している。今後ともご指導ご鞭撻をお願いしたい」と話しました。



田中 勲<sup>いさお</sup>さん

田中辰男さんは民生委員・児童委員として39年活動。田中勲さんと笹山茂男さんはそれぞれ15年委員として活動しました。



笹山 茂男<sup>しげお</sup>さん

町の民生委員・児童委員である田中辰男さん（笹渡）、田中勲さん（沢田）、笹山茂男さん（新井田）がそれぞれ「厚生労働大臣特別表彰」を受賞しました。

同表彰は、長年にわたり社会奉仕の精神をもって保護指導にあたり、地域社会の福祉増進に貢献した民生委員・児童委員に贈られます。



↑活動の充実へ向け、固い握手を交わす各市町村長（山本町長は右から5番目）

## 県北9市町村が結成

# 北岩手循環共生圏

脱炭素社会実現と経済活性化の両立を目指します。

岩手県北9市町村（軽米町・久慈市・二戸市・葛巻町・洋野町・一戸町・普代村・野田村・九戸村）が2月18日、脱炭素社会実現と経済の活性化の両立を目指し「北岩手循環共生圏」を結成しました。

結成式は同日、久慈グランドホテルで開かれ約300人が参加。9市町村の代表と県北広域振興局の南敏幸<sup>としゆき</sup>振興局長が「ZERO CARBON KITAIWATE」を宣言しました。

小泉進次郎環境大臣からは「環境問題は1人が100歩進むより、100人が1歩進むことが重要。北岩手の先進的な取り組みを世界に伝えていきたい」とビデオメッセージが寄せられました。

山本賢一町長は「北岩手が持つ多様なエネルギー資源に、多彩な農林水産物を加えた地域資源として横浜市の人材、情報、技術、資金などの経済的資源との総合的な交流

↓将来的には、横浜市へ町内で発電した電気の供給等を目指していきます



循環を進め、新たな地域創生のモデル形成を目指したい」と話しました。

北岩手9市町村は昨年2月に、横浜市と「再生可能エネルギーに関する連携協定」を締結。同12月には、2050年までに二酸化炭素排出量「実質ゼロ」を目指すことを共同で宣言しました。

今後9市町村は、再生可能エネルギーの拡大を図るだけでなく、横浜市と人や物産、資金の交流を活発化させていきます。



# 子どもたちの安全を守る 交通安全教室

新入学児童や新たに免許を取得した人が多いことで、事故の増加が心配される4月。子どもたちを交通事故から守るための交通安全教室が、各学校主催で開催されました。4月14日に軽米小学校の低学年を対象に行われた教室では、軽米駐在所の金田一源武所長と交通安全指導隊員が講師となり、子どもたちに道路の横断の仕方を指導。子どもたちは立ち止まって左右を確認し、手をあげて道路を渡る大切さを学びました。4月9日には、子どもたちの安全を願い、町防犯協会（山館松五郎会長）と交通安全母の会（工藤佐紀子会長）から軽米小学校の1年生に、防犯ブザーなどの交通・防犯啓発物品がプレゼントされました。

- 1. 車が来ていないか、信号が青かどうかを確認するよう指導
- 2. 道路を渡るときは、真っすぐ手を上げて
- 3. 町防犯協会の山館会長から交通安全啓発物品が手渡されました



# 手塩にかけた自慢の馬 1歳馬共進会・馬のせり市

軽米家畜市場で4月11日、1歳馬共進会とせり市場（九戸畜産農協主催）が開催されました。共進会には8頭が出場。細谷地安美さん（高柳）の「春花」が1等賞に輝きました。せり市場には74頭がせりかけられ、28人の購買人が昔ながらの手競りで次々と落札していききました。

# 関向さんを選任 固定資産評価審査委員

軽米町議会3月定例会で、任期満了に伴う固定資産評価審査委員の選任に関する同意案が可決され、関向喜代志さん（本町）が選任されました。任期は令和5年3月31日までです。固定資産評価審査委員は、町とは独立した中立的・専門的立場から、固定資産の価格（評価額）が適正かどうかの審査を行います。



# 18人の有志ボランティアが住民のために—— 心を込め、手作りのマスクを制作

全 国での新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、各地で深刻なマスク不足が問題となっています。そんな状況を何とかしようと町の有志ボランティアによる「軽米町手作りマスクを届けるボランティア（佐藤勝子代表）」は手作りのマスクを制作。民生委員を通じて4月中旬に、町内の一人暮らし世帯や高齢者のみが生活している世帯などに配布しました。その数は704枚。

発起人の館下浩子さん（高家）は「今はどこに行ってもマスクが売っていない状況。町民にマスクが行き届かない厳しい現状を何とかしたかった」と知り合いにマスク作りを呼びかけました。

館下さんの呼びかけに次々と有志ボランティアは集まり、18人の仲間が集結。「コロナウイルスの脅威が町にも迫る中で、自分も町のために何かしたいという思いがあったが、具体的にどう行動したら良いか分からなかった。館下さんが声をかけてくれて良かった」とボランティアの皆さんは喜んで活動に参加しました。

マスクの材料となる布地はメンバーや知人からの提供で集まりましたが、ひもとガーゼが少なく、集めるのに苦労したと言います（※）。

心配な衛生面についても「自分たちだけでやるのは不安」と町の保健師に相談。健康ふれあいセンターの一室を借り、ウイルス対策に効果のあるとされるアイロンによる高温殺菌を施しました。

ボランティアの皆さんは「この手作りマスクを着けた人を町で見かけることができたらこれ以上の喜びはない。コロナウイルスを跳ね返す魔法のマスクになってほしい」と願っていました。

※材料費は一部、赤い羽根共同募金の配分を活用。



- 1. 有志からの提供により集められた布地にガーゼを重ねた、手作りマスク
- 2. 衛生面に気を付けアイロンで殺菌
- 3. 再利用できる方法などを記載したチラシを同封



# 55歳未満の親元就農者に給付金

農業委員会事務局 ☎46-4739

- 対象者（すべて満たす必要があります）
  - ・町に住所があり、農業経営開始時の年齢が満55歳未満であること
  - ・親元就農計画の承認申請をする年度の前々年度4月2日以降に農業経営を開始していること
  - ・親（3親等以内の親族を含む）の経営を継承すること
- 交付金額 1経営体あたり年間72万円（半期ごとに36万円を交付）
- 交付期間 最長2年間（農業経営開始後2年度目分まで）
- 交付要件（すべて満たす必要があります）
  - ・親元就農計画を作成し、町に認められること
  - ・農地の所有権（利用権）を交付対象者が有していること（見込まれること）
  - ・年間75日以上かつ年間600時間以上農業に従事すること
  - ・生産物や生産資材などを交付対象者の名義で出荷・取引を行い、交付対象者の名義の通帳（帳簿）で管理すること（見込まれること）
  - ・農業次世代人材投資資金の交付を受けていないこと



# お子さんの予防接種について

健康福祉課・健康づくり担当 ☎46-4111

子どもの定期予防接種を受診できる病院が増え、二戸管内3病院になりました。

| 病院名                                 | 注射可能日             | 時間                        | 予約方法     | 電話番号    |
|-------------------------------------|-------------------|---------------------------|----------|---------|
| 軽米病院                                | 平日                | 9:30～11:00                | 外来窓口or電話 | 46-2411 |
| ふくもりたこどもクリニック<br><small>二戸市</small> | 火・金               | 14:00～                    | 電話予約     | 43-3137 |
| ほそかわ小児科クリニック<br><small>一戸町</small>  | 月～土<br>(火・土の午後休診) | 9:00～10:45<br>14:00～16:45 | ネット予約    | 26-8100 |

※受診希望日の1週間前までに必ず予約をとってから受診してください。

## ■ワクチンの種類

二種混合、四種混合、麻しん風しん混合（MR）、日本脳炎、BCG、小児肺炎球菌、Hib、水痘、B型肝炎、子宮頸がんワクチン、不活化ポリオ、ロタウイルスワクチン、おたふくかぜ

■接種の際に必要なもの 診察券、保険証、母子健康手帳、予診票（冊子一式）

## おたふくかぜの予防接種費用を一部助成します!!

- 対象者 1歳～2歳未満のお子さんでおたふくかぜの予防接種を1回も受けていないお子さん
- 助成額 4,000円 ※助成回数は1回のみ

## インフルエンザ予防接種助成が2回に増えました!!

- 対象者 生後6カ月～13歳未満（小6まで）
- 補助額 2,500円×2回（差額分は自己負担）
- 接種期間 10月中旬～2月末 ※新たに妊婦さんにも1回×2,500円の助成をします。



町は、「妊婦健康診査」、「産婦健康診査」を受診するため、自宅（町内の実家）から町外の医療機関に通院した際の交通費の一部を助成します。

- 対象者 町に住所があり、令和2年4月1日以降に町外医療機関で妊婦健康診査、産婦健康診査を受診した妊産婦
- ※以下は対象外
  - ・住所は軽米町にあって、実際に生活している居住地が町外でそこから医療機関までの健診に要した交通費

■助成額 居住地から医療機関までの往復の交通費  
※距離数1㎞あたり37円を助成します。

## ■申請に必要なもの



## 新婚生活に30万円の補助

総務課 ☎46-2111

- 対象者
    - ・令和2年1月1日以降に結婚
    - ・町内に居住し住民登録している
    - ・他の公的制度で家賃補助などを受けていない
    - ・この制度をまだ利用していない
  - 補助金額
    - ・1世帯最大30万円（住居費、引っ越し費を合算した金額）
- ※必要書類など詳しくは担当まで。



## 「iーサポ」が出会いを支援

健康福祉課 ☎46-4736

「iーサポ」は、県と市町村などが協力し、会員登録制による1対1の出会いの場を提供。理想にあったパートナー探しをサポートしています。専任のスタッフがマッチングの情報提供、お見合いのセッティングなど交際につながるまでをしっかりフォローします。町は「iーサポ」の入会登録料を補助しています。



## 火災報知器の電池確認を

総務課 ☎46-4738

住宅用火災報知器は、約10年で交換することが推奨されています。電池切れした火災報知器を使用し続けると、万が一火災が発生した際に正常に作動せず、大切な家族の命や財産を失う可能性があります。火災報知器に記載している「設置時期」を確認して早めに取り換えましょう。

令和元年度下半期  
財政状況の公表

町は、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。今回は令和元年度(10月から3月)の状況についてお知らせします。(令和2年3月末時点)

◎町民一人当たり換算すると…

|            |           |
|------------|-----------|
| 歳入額(町への税金) | 9万2,997円  |
| 歳出額(町が使う額) | 80万7,801円 |

一般会計

| 歳入                                         |            |        | 歳出                             |            |       |
|--------------------------------------------|------------|--------|--------------------------------|------------|-------|
| 費目                                         | 予算額<br>収入額 | 収入率    | 費目                             | 予算額<br>執行額 | 執行率   |
| 地方交付税                                      | 27億4,548万円 | 100.9% | 民生費                            | 22億2,318万円 | 66.6% |
|                                            | 27億6,966万円 |        |                                | 14億8,080万円 |       |
| 国・県支出金                                     | 8億4,618万円  | 70.4%  | 総務費                            | 9億7,773万円  | 80.9% |
|                                            | 5億9,562万円  |        |                                | 7億9,096万円  |       |
| 依存財源                                       | 14億1,830万円 | 0%     | 公債費                            | 7億7,521万円  | 99.9% |
|                                            | 0万円        |        |                                | 7億7,411万円  |       |
|                                            | 9,300万円    | 77.6%  | 教育費                            | 6億930万円    | 85.9% |
|                                            | 7,212万円    |        |                                | 5億2,357万円  |       |
|                                            | 1億4,750万円  | 99.9%  | 農林水産業費                         | 3億7,012万円  | 64.4% |
| 地方贈与税                                      | 1億4,742万円  |        |                                | 2億3,846万円  |       |
| 依存財源その他<br>(自動車取得税交付金、<br>ゴルフ場利用税交付金ほか)    | 4,632万円    | 107.7% | 衛生費                            | 9億6,653万円  | 85.0% |
|                                            | 4,990万円    |        |                                | 8億2,120万円  |       |
| 町税                                         | 8億2,721万円  | 100.7% | 土木費                            | 7億6,900万円  | 53.0% |
|                                            | 8億3,321万円  |        |                                | 4億764万円    |       |
| 繰越金                                        | 2億7,622万円  | 100.0% | 消防費                            | 2億9,594万円  | 92.6% |
|                                            | 2億7,622万円  |        |                                | 2億7,411万円  |       |
| 繰入金                                        | 4億8,727万円  | 45.6%  | 議会費                            | 8,188万円    | 81.8% |
|                                            | 2億2,222万円  |        |                                | 7,881万円    |       |
| 自主財源その他<br>(雑収入、分担金、負担金、<br>使用料・手数料、寄附金ほか) | 2億9,791万円  | 72.6%  | その他<br>(災害復旧費、商工費、<br>予備費、労働費) | 1億1,650万円  | 79.7% |
|                                            | 2億1,637万円  |        |                                | 9,281万円    |       |
| 合計                                         | 71億8,539万円 | 72.1%  | 合計                             | 71億8,539万円 | 76.3% |
|                                            | 51億8,274万円 |        |                                | 54億8,247万円 |       |

町債の残高

| 町債(借入金)      |             |
|--------------|-------------|
| 政府資金         | 82億679万円    |
| 旧郵政公社(簡保・郵貯) | 4,248万円     |
| 地方公共団体金融機構   | 17億684万円    |
| 銀行・農協等金融機関   | 4億6,780万円   |
| 合 計          | 104億2,391万円 |

町の資産

|      |         |                            |               |                         |
|------|---------|----------------------------|---------------|-------------------------|
| 公有財産 | 土地      | 587 万 7,404 m <sup>2</sup> | うち山林          | 282万2,365m <sup>2</sup> |
|      | 建物      | 7万9,246m <sup>2</sup>      | 無体財産<br>(商標権) | 3 件                     |
|      | 出資による権利 | 5,463万円                    | 有価証券          | 5,163万円                 |
| 債権   | 貸付金     | 204万円                      |               |                         |
| 基金   | 残高      | 22 億 2,726 万円              | 土地            | 72万5,700m <sup>2</sup>  |

特別会計

| 費目      | 予算額       | 収入済額      | 収入率   | 執行額        | 執行率   |
|---------|-----------|-----------|-------|------------|-------|
| 国民健康保険  | 12億631万円  | 9億8,952万円 | 82.0% | 10億3,117万円 | 85.5% |
| 下水道事業   | 1億5,209万円 | 5,161万円   | 33.9% | 1億3,972万円  | 91.9% |
| 介護保険    | 5,356万円   | 2,454万円   | 45.8% | 4,801万円    | 89.6% |
| 後期高齢者医療 | 9,529万円   | 5,567万円   | 58.4% | 8,596万円    | 90.2% |

※特別会計は、特別の目的のために一般会計と区分して経理管理される会計で、それぞれ独自の予算を組んでいます。

水道事業会計

|     |         |           |           |
|-----|---------|-----------|-----------|
| 収 益 | 科 目     | 予算額       | 収入済額      |
|     | 水道料金    | 1億7,724万円 | 1億7,821万円 |
|     | 一般会計補助金 | 1億1,314万円 | 1億1,252万円 |
|     | その他の収益  | 7,910万円   | 8,059万円   |
|     | 合 計     | 3億6,948万円 | 3億7,132万円 |
| 執行率 |         | 105.0%    |           |

|     |         |           |           |
|-----|---------|-----------|-----------|
| 費 用 | 科 目     | 予算額       | 支出済額      |
|     | 水をつくる費用 | 1億3,921万円 | 1億2,052万円 |
|     | 施設の減価償却 | 1億9,111万円 | 1億8,992万円 |
|     | 借入金利息   | 3,354万円   | 3,272万円   |
|     | その他の費用  | 545万円     | 0万円       |
| 合 計 |         | 3億6,931万円 | 3億4,316万円 |
| 執行率 |         | 92.9%     |           |

軽米町初の就任

地域おこし協力隊に菅野由喜男さん



↑「元気な町にしたい」と意気込む菅野さん

4月1日、町の地域おこし協力隊に菅野由喜男さん(55歳・緑ヶ丘)が就任しました。地域おこし協力隊は、地域外の人に地域協力活動を行ってもらい、その定住・定着を図りながら、地域力の向上を目指す制度です。

菅野さんは今年4月に仙台市から町に転入。再生可能エネルギーの関係で軽米町を知ったそうです。「昨年10月に初めて町に来ましたが、魅力がいっぱいでとても良い町。しかし、その魅力が町外

の人に伝わっていないように感じる。町の積極的なPRが必要だと感じた」と話します。今後は「軽米町産業開発」に勤務し、ホームページやSNSなどで町の情報を発信する業務に務めます。菅野さんは「仙台に居た頃は飲食業をやっていたので、人とコミュニケーションをとるのが得意。町外への発信に力をいれ、町を元気にしたい」と意気込んでいます。

町の地域おこし協力隊の起用は、菅野さんが初めてです。

全国広報コンクール

広報かるまいが入選2席(全国3位)

令和2年全国広報コンクール(日本広報協会主催)の審査が行われ、町村の部で「広報かるまい」が3位に相当する入選2席を受賞しました。併せて、地域のニュースなどを題材に住民目線を生かした作品が選出される「読売新聞社賞」にも選ばれました。

受賞した12月号では「大切な命を守る」と題し、自殺を減らすために自分たちにできることを特集。発行後は、自殺対策に尽力される関係団体などからたくさんの方々の反響の声をいただきました。

広報かるまいは今後も、皆さんに読まれ、愛される広報紙を目指し努力していきます。





仕事を通して、  
地域に馴染んでいきたい

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

石村 駿弥 さん (25歳・向川原)

Q お仕事を教えてください

銀行員として今年から岩手銀行軽米支店で働いています。融資の仕事で会社経営の手助けをできることにやりがいを感じています。これからは軽米の皆さんに顔を覚えてもらえるくらい、仕事を通して地域に馴染んでいきたいです。

Q 学生時代に頑張ったことは

高校時代は部活動で3年間、アーチェリーに打ち込みました。初心者としてのスタートでしたがやってみると楽しかったですし、東北大会で個人2位になることもできました。

★好きな映画 天使がくれた時間

★休日の過ごし方 ゲーム (最近はスプラトゥーン)

★好きなタイプ 愛嬌のある人 (芸人だと多部未華子さん)

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!!

東山 勇生 さん  
晴山小学校6年・東

毎日の努力を積み重ねて、みんなから  
認められるサッカー選手になりたい。

僕の将来の夢は、サッカー選手になることです。

きっかけは、幼稚園の頃に、テレビで日本代表チームが世界のチームと戦う姿を見たことです。日本チームの選手は、一生懸命プレーをしているのに、楽しそうな表情をしていました。とてもかっこよく見えました。

僕は、それからサッカーに取り組んでいます。家では、リフティングやパスの練習をしています。3年生の時には、軽米サッカースポーツ少年団に入り、シュートやゲーム形式の練習をしてきています。現在では、守りを中心にしながら、時には攻めるポジションを頑張っています。

これからも毎日コツコツと努力を積み重ねて、チームのみんなやクラスのみんなに上手だと認められ、自分の夢を実現させたいです。



今月の新刊

児童書



ちょきんばこのたびやすみ

さく/村上しいこ え/長谷川義史 (PHP研究所)  
ぼくのちょきんばこが、おなかに入っているお金で日本一周したいと言いました! でもそのためにはお金が足りない。一緒に行けるところって...

一般書



礼儀正しい空き巣の死

著/樋口有介 (祥伝社)  
閑静な住宅街で、盗みに入ったホームレスが風呂を拝借しそのまま死んだ。現場検証の結果は病死。だが隣家では30年前、殺人事件が起きていた。

粉もん

5月のテーマ図書展

5月7日は、5(こ)7(な)の語呂合わせで“粉もん(うどんなど粉を使った食品)の日”です。『粉もん』のレシピ本や、読んだ後つい食べたくなってしまうような絵本などを展示しました。

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!!



中里 菜々香 さん (軽米小学校6年)

ふしぎ駄菓子屋・銭天堂 2

作/廣嶋玲子 絵/jyajya (信成社)

謎のおばあさんと少女が不思議な駄菓子をお客さんに買ってもらって、その駄菓子を食べたたら不思議なことが起きる本です。

駄菓子を食べたお客さんがどうなるかドキドキワクワクする本です。ぜひ、皆さんも読んでみてください。

町文化協会  
北光吟社  
三月例会

一ト冬の無沙汰墓前に彼岸西風  
見えねども池に輪を画く春の雨  
厨立つわれも一句や春立つ日  
いつもより水嵩低く雪解川  
その人の裏地華やか春コート  
春めきて鳥のコーラス庭ライブ  
辛抱の春の岩手や感染無  
吾生きて来し方想ふ彼岸かな  
この冬は細菌力の猛威知る  
草取る根蛙目覚めて穴塞ぐ  
雌伏場所土俵咲きたる浪の花  
空の果風をとらへて鳥帰る  
松村 英子  
三上 千栄女  
千葉 紅園  
中野 とき子  
川崎 郁子  
君成田 美代子  
高橋 美智子  
千葉 ふみ子  
東 登希枝  
大清水 雪子  
長島 龍泉  
丹下 美恵子

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

今月の図書館ひろば ▶ 5月16日(土) ▶ 10:00 ~ 11:00 ▶ 図書館となりの蔵 ▶ 絵本の読み聞かせなど

# 入学式

～ 47人が入学～

令和2年度入学式が4月7日に行われました。本年度着任した金濱千明校長は新入生47名に対し「学校は『自分の人生を豊かに生きるための土台』を学ぶところ。

『教科の学習としての学び』『学校行事や部活動などでの経験による学び』『友人や先生方との人間関係による学び』の3つの学びがある」ことを話しました。

新入生を代表して玉舘七花さんが「高校生活の中での困難にしっかりと向き合って、自分自身で解決に導けるような自立した人間を目指したい。仲間と協力し合い、高め合ってどんなことも乗り越えていきたい」と誓いを述べました。新入生は「風雪に耐え大いなる未来を拓かん」の校是の下、学習や部活動、学校行事や進路に向けた活動など、さまざまな学びを通して、3年間で大きく成長していくことでしょう。



## 新入生出身中学内訳

|      |     |
|------|-----|
| 軽米中  | 42人 |
| 大野中  | 1人  |
| 下小路中 | 1人  |
| 中沢中  | 1人  |
| 長者中  | 2人  |
| 計    | 47人 |

## Quiz

### 広報クイズ

5/29(金) 必着  
抽選で図書カード(500円分)などが当たります!

#### ▶先月号の答え

5ページ

#### ▶当選者 (正解者14人)

千葉紅 さん 凛々 さん せいこ さん

#### ▶クイズ

Q 今月号のどこかにかるんが登場しています。それは、何ページ? (ヒント: かるんも職員の一員...?)



#### ▶申込方法

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、電話番号を記入してご応募ください。

#### ▶応募先

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

## Friendship

### 姉妹町だより

昭和60年10月31日姉妹提携  
北海道音更町の旬な話題



#### 地域おこし協力隊に曳地裕哉さん

地域おこし協力隊として、曳地裕哉さんが着任しました。曳地さんは今季から北海道十勝スカイアースに加入した元Jリーガー。スポーツコーディネーターとして、企画づくりや指導などを行います。「皆さんと一緒にまちを盛り上げたいと思います」と熱く意気込みを語っていました。



健康福祉課・健康づくり担当 古里 京子

## Health - 健康メモ-

### 献血の輪を広げましょう!

献血とは、健康な方が輸血を必要とする患者さんのために、自分の血液を無償で提供することです。

輸血用の血液は人工的に作ったり、長期保存したりすることができません。そのため、輸血に必要な血液を、十分に確保しておくためには、絶えず誰かの血液が必要になります。今後の安定供給のためには、特に若年者の献血への協力が不可欠です。

献血にかかる時間は、受付から採取後の休憩まで約40分。そのわずかな時間で大切な命を救うことができるのです。

ひとりでも多くの人を救いたい、そんな思いによって多くの患者さんが日々救われています。

#### ■町では年2回献血を実施

移動献血者「まごころ号」で400mlの全血献血の



ご協力をお願いしています。昨年はのべ113名にご協力いただきました。

#### ■1回目の日程

| 日にち          | 時間            | 場所         |
|--------------|---------------|------------|
| 5月28日<br>(木) | 10:00 ~ 11:30 | 農村環境改善センター |
|              | 13:00 ~ 16:30 |            |

## Police - 駐在所だより -

### 新型コロナウイルス関連の詐欺に注意

二戸警察署 軽米駐在所 所長 金田一 源武

新型コロナウイルス感染症に関連した詐欺や悪質商法が全国で起きています。もし身に覚えのない金銭の要求を受けた際には、冷静に一度考え、少しでも不安になったら二戸警察署や最寄りの駐在所にご相談ください。(以下、実際に発生した事例を紹介)

#### ○ Case.1

労働局職員を名乗る人から「コロナ対策で助成金が出る。手続きのために口座を登録してほしい」などと電話があり、無人ATMに向かうよう指示された。

#### ○ Case.2

市役所職員を名乗る人から「マスクを配布しているので家族構成を教えてほしい」と個人情報聞き出そうとする電話があった。

#### 休日当番医

| 日    | 内科               | 電話       |
|------|------------------|----------|
| 5/17 | 菅整形外科皮膚科クリニック(二) | ☎23-7311 |
| 5/24 | 川村医院(二)          | ☎23-3252 |
| 5/31 | いちのへ内科クリニック(一)   | ☎33-2701 |
| 6/7  | 齋藤産婦人科医院(二)      | ☎23-2505 |
| 6/14 | カシオペア医院(二)       | ☎23-3331 |

| 日    | 歯科            | 電話       |
|------|---------------|----------|
| 5/17 | 森川歯科医院(二)     | ☎23-6361 |
| 5/24 | 菅原歯科医院(二)     | ☎27-3301 |
| 5/31 | 堀米歯科医院(軽)     | ☎46-2927 |
| 6/7  | ほんだ歯科クリニック(二) | ☎23-9591 |
| 6/14 | 菅歯科(二)        | ☎23-5161 |

※ ( ) 内の表記 二=二戸市、一=一戸町、軽=軽米町

## 戸籍の窓

3月1日～3月31日 ※敬称略

### おめでとう

|        |     |         |
|--------|-----|---------|
| 古舘 弥想  | 高清水 | (和希・志保) |
| 中嶋 杏奈  | 下新町 | (学・真琴)  |
| 堀田沢 莉佳 | 沢里  | (慎志・悠佳) |

### おしわけに

|        |     |
|--------|-----|
| 外山 大弥  | 蓮台野 |
| 上野 萌乃佳 | 階上町 |

### おくやみ

|        |      |      |
|--------|------|------|
| 西井 義直  | 貝喰   | (91) |
| 十文字 慶作 | 上谷地渡 | (85) |
| 新田 スエ  | 板橋   | (84) |
| 中里 トセ  | 下新町  | (88) |
| 竹澤 フミ  | 上舘   | (84) |
| 向屋敷 小平 | 笹渡   | (76) |
| 下町 ハツノ | 内城   | (70) |
| 小林 ナヨ  | 貝喰   | (94) |
| 須藤 眞喜子 | 下新町  | (68) |

### 編集後記

▶改めまして、引き続き広報を担当することになりました清水です。4年目となりますが、もっと感性を磨いて、町民の皆さんの輝く姿を届けられる広報紙を目指して頑張っていきたいと思います。▶外出自粛ムードが続く中で、皆さんは日々どのようにお過ごしでしょうか。読書やテレビ鑑賞など色々ありますが、自粛が長く続くとやる事がなくなりがちですよね。とかいう私は「馬好き」が幸いし、家にいてもほとんど退屈しませんでした。皆さんもこの機会にどうですか(笑)。

## 【お知らせ】

### もっと知ろう！みんなの国民年金 20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。

20歳から60歳未満のすべての人が加入し、保険料を納めることになっていますので、20歳になったら、忘れずに国民年金の加入手続きをしましょう。(20歳前に就職して厚生年金等に加入している方は、加入手続きは不要です)

学生の方や、収入が少なく保険料が納付できない方は、申請により保険料の納付が猶予・免除となる制度があります。

#### ■問い合わせ

二戸年金事務所 ☎23-4111

町民生活課 ☎43-4734



### 草刈りにご協力可能な 地域団体を募集

県は、道路脇の草刈り業務の委託制度を県内各地で推進しています。

#### ■参加要件

20人以上の団体

#### ■募集期間

5月31日(日)まで

#### ■委託料

除草面積や作業方法により決定

#### ■問い合わせ

二戸土木センター・道路環境課

☎26-8174



### 警察官 A (大卒) を 募集 (男女不問)

#### ■受験資格

昭和62年4月2日以降に生まれた人

#### ■申込期限

6月12日(金)まで

#### ■1次試験

7月12日(日)

岩手大学学生センターB棟(盛岡市)  
※インターネットから申し込みください。

#### ■問い合わせ

二戸警察署 ☎29-0110

軽米駐在所 ☎46-2004



### 水曜日は電話予約で証明書 が時間外に受け取れます

毎週水曜日は、町民生活課と税務会計課が各種証明書の時間外受け取りに対応します。受け取りには予約が必要ですので、担当窓口へ事前にご連絡ください。

#### ■時間外受け取り日時

毎週水曜日 17:15～19:30

#### ■予約受付日時

平日 8:30～17:15

#### ■問い合わせ

町民生活課 ☎46-4735

税務会計課 ☎46-4737

### 一人で子どもを育てる 親のための相談会

離婚や養育費など、ひとり親家庭の方の相談をお受けします。費用は無料。

#### ■日時 6月23日(火) 10:00～15:00

#### ■会場 二戸地区合同庁舎

#### ■申込先

県北広域振興局

二戸保健福祉環境センター ☎23-9202



### 新型コロナウイルスの影響で国税の納付が困難な人へ

新型コロナウイルス感染症の影響により、国税を一時に納付することができない場合、税務署に申請すれば、法令の要件を満たすことで、原則として1年以内の期間に限り、換価の猶予が認められます。また、新型コロナウイルスにかかった場合など、個別の事情がある場合は、納税の猶予が認められる場合もあります。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。

→ <https://www.nta.go.jp>



### バス路線「軽米～伊保内線」 が平日のみの運行に

町中心部と九戸村を結ぶバス路線「軽米～伊保内線(岩手県北バス)」が5月1日から、土日・祝日の運行を廃止し、平日のみの運行となります。市日と町行事(秋まつりなど)開催日は運行します。

#### ■問い合わせ 総務課 ☎46-2111

### 広報紙に掲載した写真を 希望者にプレゼント

広報かるまいに掲載させていただいた写真は、本人またはその家族等の希望者には無料でお渡しします。

#### ■問い合わせ 総務課 ☎46-2111

### 税務署での面接相談は 事前予約をお願いします

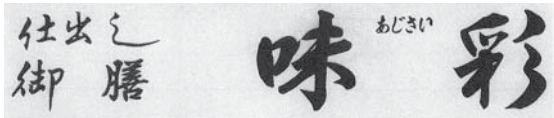
税務署では、納税者の皆さんをお待たせしないよう、面接相談の事前予約をお願いしています。面接相談を希望される人は、事前に税務署に電話していただき、相談日時の予約をお願いします。

→ ☎23-2701 (平日 8:30～17:00)

### 借金で困っている… お悩みの方へ

東北財務局盛岡財務事務所では、借金を抱え、お悩みの方からの相談に応じています。秘密厳守で相談料は無料。

■相談専用電話 019-622-1637



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

パーマ、カラー、縮毛矯正、トリートメント、お顔そりなど、予約制となっておりますので、お気軽にお電話ください。

#### ★受付時間★

9:00～19:00 ㊦火曜日

#### ★住所★

軽米町大字晴山19-24-5

☎43-4252 担当：下岩愛子



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

☎0120-494-109

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。

その人生に感謝を。

二戸玉泉院 TEL.0195-29-1600

久慈玉泉院 TEL.0194-53-0061

軽米玉泉院 TEL.0195-46-4109

福岡玉泉院 TEL.0195-23-4440

九戸玉泉院 TEL.0195-43-3409

## 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



## 広告募集

自社の宣伝にご活用ください。残り本枠のみ(1号広告×2)です。

申込先 → [kouhou@town.karumai.iwate.jp](mailto:kouhou@town.karumai.iwate.jp)

#### 1号広告(本枠の半分)

○白黒 4,000円

○カラー 6,000円

#### 2号広告(本枠)

○白黒 8,000円

○カラー 12,000円

※半年以上の連続掲載で割引あり。

# 我が家の人気者 すこやかさん

Vol.294

福田 遥大<sup>ようた</sup>くん

(上野場) 1歳9カ月



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。

外遊びと働く車が大好きな、活発な男の子です。

敬礼! いろいろな経験をして、誰にでも優しく思いやりのある子に育ってください。

庸介・遥香 より



写真採用者には  
図書カードをプレゼント!

みんなの写真館  
かるまいね!

あなたの写真を掲載  
右のQRコード (kouhou@  
town.karumai.iwate.  
jp) からご応募ください。



## サギに気をつけろ!

撮影者 kid  
撮影場所 町内

2019年

コロナに便乗した詐欺が多発しています。  
気を付けましょう。



## 人の動き (先月比)

3月31日時点

|     |         |              |
|-----|---------|--------------|
| 計   | 8,895人  | (-47)        |
| 人口  | 男       | 4,357人 (-21) |
|     | 女       | 4,538人 (-26) |
| 世帯数 | 3,769世帯 | (+1)         |

|    |     |
|----|-----|
| 出生 | 3人  |
| 死亡 | 9人  |
| 転入 | 33人 |
| 転出 | 74人 |



## 安全データ 3月分 (年間累計)

|       |     |       |
|-------|-----|-------|
| 人身事故  | 0件  | (2件)  |
| 物損事故  | 11件 | (44件) |
| 火災発生  | 0件  | (0件)  |
| 救急車出動 | 26回 | (93回) |



スマートフォンアプリ「マチイロ」でも、広報かるまいを読むことができます。ダウンロードは、左のQRコードから。



ミックス  
責任ある木質資源を  
使用した紙  
FSC® C007678

広報かるまいは、  
環境に配慮した用紙  
を使用しています。

※紙面で掲載している氏名について、俗字が正字で記載される場合があります。あらかじめご了承ください。