広報かるまい
Karumai 3
町の魅力と町民の輝く姿を届ける情報誌
Mar. 2021
vol.744

表紙
６年生を送る会

２月18日に行われた晴山小学校の６年生を送る会では、各学年が６年生に関するクイズを出題。答えが分かると、思わず隣の人に教えてあげる子もいて、楽しいひと時を過ごしていました。

特集　コミュニティ・スクール

学校運営に地域の声を

グローバル化や長引くコロナ禍など社会が急速に変化している現代。そんな変化する時代の中を生きていく子どもたちに対し、私たち地域ができることは何でしょうか。今月は、地域と一体となって子どもを育む「コミュニティ・スクール」を紹介します。

↑地域の人と一緒に行う稲刈り体験（小軽米小学校）

コミュニティ・スクールって何？

現在、少子高齢化や都市部への人口流出などにより、学校と地域とのつながりの希薄化が問題視されています。子どもは社会性を身に付ける機会が減少し、教職員も複雑多様化した学校の課題に対応するため多忙を極めています。

そういった問題を解決するため、導入が進められているのがコミュニティ・スクールです。

コミュニティ・スクールとは「地域で子どもを育てる仕組み」のことで、学校と保護者、地域住民などが構成員となる「学校運営協議会」を設置した学校のことを指します。

この仕組みにより、構成員がそれぞれの立場から知恵を出し合い、学校運営や地域の中で子どもをどのように育てていくかを考え一緒に取り組むことで、子どもの健やかな成長を確保できるという効果が期待されます。地域の人にとっても、自分の子どもが学校に在籍しているかどうかに関わらず学校教育活動に参加できることで、生きがいを得られるなどのメリットがあります。

このコミュニティ・スクールは、平成16年に創設され、導入する学校は年々増加。文部科学省によると、令和元年4月1日時点で6767校の学校がコミュニティ・スクールの仕組みを利用しています。

地域とともにある学校へ―

町は今年4月から軽米小学校で、令和4年度からは小軽米小学校、晴山小学校、軽米中学校でコミュニティ・スクールをスタートさせます。

町内の各学校では、これまでも田植え体験や伝統芸能の伝承など、地域と連携した活動が数多く行われてきましたが、今後はさらに学校運営に地域の方の意見を取り入れ、学校と地域が一体となった特色ある学校づくりを目指していきます。

実際にコミュニティ・スクールを導入した学校では「地域全体で子どもを守り育てようとする意識が高まり、多くの保護者や地域の方が先生役や見守り役として、学校に協力する姿が見られるようになった」「地域のお祭りなどに参加する子どもが増え、地域が活性化した」「学校への苦情が意見に変わった」などの成果の声が上がっています。

コミュニティ・スクールによって、保護者はもちろん地域住民も教育の当事者になり、学校が地域から離れた存在ではなく、「地域とともにある学校」に変化していきます。

子どもたちが心豊かに成長していくためには、地域の力が必要です。地域と学校が互いに支え合い、自分たちの力で魅力ある地域や学校をつくりあげていきましょう。

■コミュニティ・スクール導入校

- **全国**　6,767校　※令和元年４月１日時点
- **県内**　６市町村34校（全体の７％）　※令和元年５月１日時点

コミュニティ・スクールで期待される効果

関係するそれぞれの人にメリットがあります。

■子ども
- 体験活動の充実・学びの広がり
- さまざまな人とのふれあい
- 達成感や自己肯定感の高まり
- 防犯・防災の対策による安心安全な生活

■保護者
- 地域で子どもが育つという安心感
- 学校や地域への理解の深まり
- 地域の人とのつながりの深まり・広がり
- ＰＴＡ活動・教育振興運動の充実

■学校
- 学校運営のバックアップ
- 多様な人材・組織との協働
- 教職員の地域理解の深まり
- 地域との連携・協働体制の継続

■地域
- 子どもの成長に関わる喜び
- 経験を生かすことで得る生きがい
- 地域の方々とのつながりの深まり
- 地域の防犯・防災体制などの構築

INTERVIEW

地域の人が見守ることで「軽小らしさ」をずっと維持できる学校になる。

私が昨年度まで赴任していた八幡平市では、コミュニティ・スクールを積極的に導入し、学校づくりを進めていました。

コミュニティ・スクールによって、子どもたちは今まで以上に学校に関わる地域の人の姿を見て育つことになります。そのように地域の中で育った子どもたちの心には、「自分は地域の一員なんだという意識」が生まれ、郷土愛や大人になった時、地元に貢献しようとする気持ちが育まれることが期待できます。

また、先生方には必ず異動があり、先生が交代するたびに学校の方針が変わることは良いことではありません。コミュニティ・スクールによって地域の人が学校を見守り続けることで、「軽小らしさ」を維持した学校運営をより強化できると思います。

本校では4月から始まりますが、子どもたちには、地域の人が学校に協力してくれるのは当たり前ではないこと、そして「軽米って良いところだな」と感じてもらえるように取り組んでいきます。

軽米小学校　校長
川村 憲弘（あきひろ）さん

▶さまざまな分野で活躍された皆さんを表彰

令和２年度軽米町表彰

【前列左から】田中勲さん、笹山茂男さん、山田一夫さん（表彰審査委員会委員長）、山本賢一町長、松浦満雄議長、関向節子さん、古里一也さん（古里昭彦さんのご子息）、大村利加さん（大村光彦さんの奥方様）【後列左から】内田英孝さん（軽米中学校女子バレーボール部顧問）、戸田侑音さん、内澤明未さん、鶴飼遙さん、中里照夫さん、清藤秀則さん、小笠原彩夏さん、板橋芽泉さん、菅原悠奈さん

さまざまな分野で町勢の発展に尽力された方やスポーツで高い功績を収めた皆さんを表彰する令和2年度の町表彰式典が2月19日に農村環境改善センターで開催されました。受賞者を代表して中里照夫さんは「このような表彰を受賞できたのは、身に余る光栄であり、胸を打つ感激です。この感激を胸に、より一層心を引き締めながら、今後も努力していきます」と謝辞を述べました。

以下、受賞者を紹介します。（順不同）

■功労賞

長井 正志さん（沼）
永年、統計調査員としてご尽力

関向 節子さん（外川目）
永年、統計調査員としてご尽力

新井田 昭男さん（沢田）
永年、統計調査員としてご尽力

清藤 秀則さん（河北）
永年、農業委員としてご尽力

中里 照夫さん（駒木）
永年、農業委員としてご尽力

鶴飼 榮一さん（鶴飼）
永年、農業委員としてご尽力

笹山 茂男さん（新井田）
永年、社会福祉委員、民生委員・児童委員としてご尽力

田中 勲さん（沢田）
永年、社会福祉委員、民生委員・児童委員としてご尽力

（故）古里 昭彦さん（観音林東）
永年、交通指導員としてご尽力

早川 武彦さん（下新町）
永年、消防団員としてご尽力

上澤 敦さん（高家）
永年、消防団員としてご尽力

（故）大村 光彦さん（下円子上組）
永年、消防団員としてご尽力

■優秀賞

小笠原 彩夏さん（沢里）
岩手県夏季陸上大会兼第72回岩手県高等学校総合体育大会陸上競技代替大会女子ハンマー投げで第1位

軽米中学校女子バレーボール部
岩手県中学校総合体育大会の代替大会であるオガール杯岩手県中学校バレーボール大会で優勝

軽米ＶＢＳＳ（軽米バレーボールスポーツ少年団）
第37回岩手県小学生バレーボール育成大会で優勝

▶岩手県公衆衛生功労者

松田昌子さんが受賞

岩手県公衆衛生功労者として、松田昌子（まさこ）さん（下河南）が表彰されました。松田さんは、平成３年に町の食生活改善推進協議会に入会。平成20年４月からは同協議会の会長を６年間、平成22年からは岩手県食生活改善推進員団体連絡協議会二戸支部長を２年間歴任し、郷土食の伝承活動や地場産物を活用した新たな献立の考案・普及活動を通して、食育や食生活改善活動にご尽力されました。松田さんは「食生活改善推進員の仕事をしていて、大変だったことはありませんでした。それは、役員になっても会員の皆さんがカバーしてくれたおかげだと思います」と周囲の人に感謝していました。

▶県中学校歯科保健優良校表彰

軽米中学校が最優秀校に

↑受賞を喜ぶ紫葉さん（左）と内城さん

令和２年度岩手県学校歯科保健優良校表彰（岩手県歯科医師会主催）の中学校の部で、軽米中学校が最優秀校に選ばれました。軽米中学校は学校保健医による講話、個別指導や、生徒会による給食後のフッ化物洗口、歯科検診結果・歯科治療状況の掲示などの取り組みを実施。さらに、小学校と合同による継続的な歯科保健活動なども高く評価されこの度表彰されました。１月29日に町役場を訪れ菅波俊美（としみ）教育長に受賞を報告した保健委員会委員長の内城友希（ゆき）さん（２年）と副委員長の紫葉ひなのさん（同）は「県で１番ということが素直にうれしい」と喜びを語りました。

軽米中学校は、令和２年度全日本歯科保健優良校表彰においても奨励賞に輝いています。

▶火災予防ポスターコンクール

松浦零さんが特選

二戸地区危険物安全協会と二戸地区広域行政事務組合消防本部が主催する第44回火災予防運動ポスターコンクールで松浦零（れい）さん（小軽米小５年）の作品が、最高賞となる特選に輝きました。２月25日に表彰状を受け取った松浦さんは「タバコの小さい火でも大きな火事になる危険性があることを伝えようと取り組んだ。特選を受賞できてうれしい」と喜びを語りました。

松浦さんの作品は今後、二戸管内の事業所などに配布され、火災予防の啓発に役立てられます。

◎地域活動団体を紹介

新しい支え合いのカタチを提供

助け合いの町を創り隊

人口減少や高齢者の増加が進む中で、今、地域住民一人一人のちょっとした困りごとに対応する仕組みが必要とされています。そこで、認知症予防などの介護予防デイサービスを中心に、町民の声に応える新たなサービスを創ろうと立ち上がったのが「助け合いの町を創り隊」。代表の山田保徳（やすのり）さん（左写真）に話を聞きながら、同隊の活動を紹介します。

父親が認知症に――自身の経験が活動の契機に

NPO法人清流（せいりゅう）副理事長の山田保徳さん（沢田）が発起人となり昨年7月に発足した「助け合いの町を創り隊」。清流が運営するデイサービスセンターせせらぎで、毎週日曜日の午前10時から約2時間ほど介護予防デイサービスなどの活動をしています。

発起人の山田さんは、自分の父親が認知症になり、行方不明になってしまった経験が同隊の立ち上げにつながったと語ります。

「父が行方不明になった時は、たくさんの人にご協力いただき無事発見されましたが、その時は見つかった喜びよりも皆さんに迷惑をかけたという、申し訳ない気持ちの方が大きかったです。というのも私は今までずっと介護の仕事をしてきたのに、自分の父親一人さえちゃんと見ることができなかったという情けなさを強く感じたからです。ただその時に、やはり介護を一人でやるのには限界があり、地域の人同士で支え合ってやっていくことが大切なんだと学びました」。

山田さんは、辛い経験をした自分にしかできないことだと感じ、同隊を立ち上げ、認知症予防の取り組みを開始しました。

1/ 介護予防のトレーニングや脳トレを参加者全員で行う　2/ 楽しんで運動できるようにゲーム感覚で行う体操も。ひもやボールを使い、飽きない工夫が施されている　3/ 体・脳・血管年齢を毎週測定し、自分の状態や成長を数値で確認　4/ 講師の動きを見て体を動かす

介護予防運動や買い物支援、活動は多岐にわたる

活動のメインは1回500円で利用できる介護予防デイサービス。毎週、小軽米や円子地区の高齢者が10人ほど参加し、認知症予防のトレーニングに取り組んでいます。

運動後は、生活上の課題について語り合う「町づくりカフェ」を実施。取材した2月7日には「免許返納者や外出困難な高齢者の買い物」というテーマについて話し合い、「小軽米地区には商店がなく、買い物に行く交通手段もない。移動スーパーがあれば助かるのに」というような切実な意見交換が行われていました。

その他、1回500円での買い物代行や通院・買い物の付き添い支援（1時間793円）なども行っていて、町民の声に応える新たなサービスの提供に励んでいます。

サービスを無料ではなく、少額の有償ボランティアとすることで、利用する側は気兼ねなく頼むことができ、サービスを提供する側も無理なく続けられます。このような利点から、全国的に有償ボランティアの活動に注目が集まっています。

山田さんは「認知症は若いうちからの予防が大切。これからも自分にできる範囲で地域に貢献し、困ったときは自分も助けてもらいながら活動していきたいですね」と意気込んでいました。

INTERVIEW

江刺家ツヱ さん（上河南）

夏は外で仕事をすることが多いけれど、冬になると家にこもりがちなので、体を動かす機会となってうれしいです。習った体操を家でもやっていて、続けていると今まで痛かったところも痛くなくなり、みんな喜んで参加しています。500円での買い物支援も非常にありがたくて、活動してくれる山田さんには本当に感謝しています。

↓県北産チキンは味もおいしい～

県北産チキンを堪能
県北チキン学校給食の日

語呂合わせで「肉の日」の２月９日、二戸地域の学校給食に県北産チキンを使った給食が提供されました。全国有数の鶏肉生産量を誇る二戸地域の知名度拡大などを目的に鶏王国北いわて推進協議会が企画。給食を食べた玉舘琴心（ことみ）さん（小軽米小３年）は「給食ではお肉が一番おいしかった。岩手県は鶏肉の生産が全国３位と聞いてすごいと思いました」と話しました。

↓豆を投げて鬼退治だ！

心の中の鬼を追い出せ
豆まき会・軽米保育園

節分に合わせ軽米保育園では２月３日、「豆まき会」が行われました。組ごとに自分の中の追い出したい鬼の発表などを行った後、園児同士で鬼役と投げる役に分かれ豆を投げ合いました。その後、片づけるため投げた豆を拾っていると、なんと園内に２匹の大きな鬼が登場。園児たちは怖がりながらも「鬼はそと～福はうち～」といって豆をまきました。

↓店先のやきとり販売は時間待ちの客が並ぶほど賑わっていました

ミル・みるハウス大盛況
ミル・みるハウス新装オープン

昨年10月から「ミル・みるハウス」ではリニューアルのため改修工事が進んでいます。内容は「駐車場の拡張」「レストランの一新」「産直スペースの拡張」「自動ドア・全館LED照明化」など。２月26日に新装プレオープンし、迎えた初めての土日には地元の食材などを求めて多くの客が訪れ、賑わいを見せていました。

↓楽器を演奏し、「音楽」の時間で習うことを教えました

小学校はどんなところ？
幼保小交流会

来年度に軽米小学校に入学する園児と小学１年生が交流する「幼保小交流会」が２月４日、軽米小学校で開かれました。この交流会は園児の小学校生活への不安を解消することなどが目的。一足先に入学した１年生が、小学校はどんなところかをクイズ形式で説明したほか、マーチングバンドの演奏などで入学を心待ちにしていることを伝えました。

▶▶健康

胃がん検診を行います

■コロナ禍でも検診を受けることは大切です

がんの早期発見のカギは、定期的にがん検診を受けること。早期に見つかれば完治できるはずのがんでも、コロナ禍での受診控えなどにより、発見の遅れでがんが進行してしまうことも。特に昨年度検診を受けられなかった方は必ず受診しましょう。検診会場では感染防止対策を徹底しています。

■受付時間　6:30～9:30

■料金　1,000円（対象者：年度末年齢41歳以上の方）

※満70歳以上の方、65歳以上70歳未満の方で後期高齢者医療制度に該当している方、生活保護世帯に属する方は無料です。

※検診票は年度末年齢41歳以上から年度末年齢80歳の方へお送りしております。年度末年齢81歳以上の方で受診をご希望の方はお手数ですが下記担当までご連絡ください。

実施日	会場（どの会場でも受診できます）
４月２日(金)	晴山公民館（晴山出張所）
〃３日(土)	農村環境改善センター
〃４日(日)	
〃５日(月)	山内地区交流センター
〃６日(火)	小軽米生活改善センター
〃７日(水)	高家生活改善センター
〃８日(木)	笹渡農業構造改善センター
〃９日(金)	円子地区交流センター
11月５日(金)	健康ふれあいセンター
〃６日(土)	

■問い合わせ

健康福祉課・健康づくり担当　☎46-4111

▶▶統計

経済センサス調査にご協力ください

総務省と経済産業省は、令和３年６月１日現在で「令和３年経済センサス - 活動調査」を実施します。この調査は、全国全ての事業所・企業が対象で、日本の事業所・企業の経済活動を全国的・地域別に明らかにすることなどを目的としています。調査へのご理解・ご回答をよろしくお願いします。

詳細は右のQRコードを読み取るか、「経済センサス－活動調査2021」で検索してください。

■注意喚起

※経済センサスに便乗した不審な電話・訪問にご注意ください！

■問い合わせ

総務課・企画担当　☎46-2111

Smartphone application

マチイロ

広報かるまい最新号をお届けします。

スマホで広報かるまいを

スマートフォンアプリ「マチイロ」をダウンロードすると、スマートフォンやタブレット端末からいつでもどこでも「広報かるまい」をお楽しみいただけます。発行日に通知が届くので実物が届く前に読むことも出来ます。

↑ダウンロードはこちら

Karumai photo studio

かるまいいね！

We Are

撮影者　春。
撮影場所　自宅
撮影日　2020/12/15

こんな時代だからこそ軽米の人たちが、流れ星にゆっくりと願い事を唱えられますように。

皆さんからの応募をお待ちしております

■すこやかさん
・対象者　概ね７歳以下の子ども
・必要事項
件名「すこやかさん応募」、氏名（親・子）、住所、電話番号、写真（撮影を依頼する場合はその旨記載）、お子さんの紹介文

■かるまいいね！
・対象写真
町内で撮影した、軽米出身の人が撮影したなど軽米に関連する写真なら何でもオッケー。
・必要事項
件名「かるまいいね！応募」、氏名、ペンネーム（必要な場合のみ）、写真、写真のタイトル、撮影日、撮影場所、写真の紹介文

■応募先　kouhou@town.karumai.iwate.jp

町文化協会　北光吟社　1月例句会

物忘れ笑うしかなく初笑ひ　川﨑　郁子
庭巡る鳥のひと鳴き年始かな　君成田　美代子
友逝きし旅の思ひ出冬ぽたん　高橋　美智子
経文の本堂に流れ除夜詣　丹下　美恵子
清らかな日の出新たな年となり　千葉　紅園
寒さなか吹く風吾に滲み渡る　千葉　ふみ子
薺粥はフリーズドライの七草で　中野　とき子
夜があけて初雪ふんで学童走る　東　登希枝
冬ごもり友へ梅描き絵手紙を　大清水　雪子
テレビ点け微睡む老の春炬燵　三上　千栄女
街灯のあかりのにじむ雪女　松村　英子
岸に咲く氷柱暖簾や馬淵川　長島　龍泉

Dreams come trues

夢・希望・えんぴつ

子どもたちの夢を紹介して応援するコーナー

馬場　祐（ゆう） さん（軽米小学校６年）

夢は美容師。勉強や人とのコミュニケーションを磨いていきたい。

ぼくの夢は、美容師です。美容師になりたいと思ったきっかけは、美容室で髪を切ったことです。その美容室は、きれいで落ち着いた雰囲気でした。美容師さんたちはおしゃれで、髪を切っている姿は、とてもかっこいいと思いました。また、髪を切っている間いろいろな話をしてくれたので、リラックスして過ごすことができました。

夢に向かって、ぼくが今できることは、勉強をしっかりすることと、人とのコミュニケーションをうまくとれるようにすることです。まず、言葉づかいやあいさつを意識して、生活していきたいと思います。

News from library

図書館だより

児童生徒のおすすめ本と今月の新刊を紹介します

図書館利用案内　▶貸出冊数：１人10冊まで
▶貸出期間：２週間以内

■お気に入りの一冊

山田　右恭（うきょう） さん（小軽米小学校４年）

ようかいむかし話　かっぱ

文/藤田晋一
絵/大井知美（金の星社）

この本は、かっぱが人間にいたずらをする話です。僕は、どうしてかっぱはいたずらをするのだろうと思いました。きっと池を人間に汚されて怒ったから、いたずらをしたのだろうと思いました。

児童書

おさるちゃんのおしごと

作/樋勝朋巳（小学館）

整骨院ではたらいているおさるちゃん。月に一度、山に帰ってなかまたちをマッサージしてあげます。今日はお手伝いを頼んだペロも一緒です。

一般書

東大教授が教える！
デキる大人の勉強脳の作り方

監修/池谷裕二（日本図書センター）

社会人の勉強は大変。脳科学にもとづいたアプローチで、効率アップを目指してみませんか？勉強に役立つ脳のしくみや、効果的な勉強法を紹介。

テーマ図書展　文学賞受賞作品

日本には数々の文学賞があり、本好きの方の中には、受賞した作品や作家の本を選んで読まれる方も多くいます。今月は、ここ数年間における文学賞受賞作品などを展示しました!!

Pension ｜ みんなの国民年金

年金を受けている方が所在不明になったときは届出が必要です

年金を受けている方の所在が１カ月以上明らかでないときは、所在不明についての届出を速やかに行う必要があります。

お届けいただいた後、受給権者ご本人の健在を確認し、所在が不明な場合は年金の支払いが一時止まります。

年金の支払いが止まっている方の所在が明らかになったときは、年金の受け取りを再開するための手続きが必要になります。

■問い合わせ　二戸年金事務所　☎23-4111
町民生活課　☎46-4734

Support ｜ 支援窓口

i -サポで出会いを見つけよう

結婚サポートセンター「ｉ-サポ」は、県と市町村などが協力して会員登録制による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。

※現在、町は入会登録料（１万円で２年間有効）を補助しています。

■問い合わせ　健康福祉課・福祉担当 ☎46-4736

休日当番医

日	内科	電話
3 /14	齋藤産婦人科医院（二）	☎23-2505
3 /20	カシオペア医院(二)	☎23-3331
3 /21	ふくもりたこどもクリニック(一)	☎43-3137
3 /28	二戸クリニック(二)	☎25-5770
4 / 4	すがわら消化器内科(二)	☎23-2879
4 /11	金田一診療所(二)	☎27-2205
4 /18	むらかみ医院いたみのクリニック(軽)	☎48-1500

日	歯科	電話
3 /14	国香歯科医院(二戸市裏小路)	☎23-2223
3 /20	小野寺歯科医院(一)	☎33-3050
3 /21	国香歯科医院(二戸市裏小路)	☎23-2223
3 /28	ますだ歯科クリニック(二)	☎26-8262
4 / 4	宮沢歯科医院(軽)	☎46-2953
4 /11	国香歯科医院(二戸市裏小路)	☎23-2223
4 /18	小野寺歯科医院(一)	☎33-3050

広告スペース

手造り
仕出し
味彩（あじさい）
テイクアウト予約承ります
純和鶏（唐揚げ・焼き鳥）
折詰・弁当・オードブルにお気軽にお電話ください。
軽米町大字軽米11-127-4　☎46−3680

11月、八戸にOPEN
エステサロン
にじいろ
完全予約制。感染症対策を徹底しています。
◎施術MENU
耳つぼダイエット・腸もみ・よもぎ蒸し・ヘッドカッサ・カイロプラクティック・ロミロミ・泡エステ・ヘッドスパ
〒031-0073　八戸市売市３丁目7-25　ユートピア大西A201（売市ローソン向かい）
■営業時間/10:00 ～ 20:00(不定休)　■予約電話/090-7792-4458(代表者:田中郁子)

Police ｜ 駐在所だより

入学期の交通事故防止

二戸警察署軽米駐在所長　金田一 源武

まもなく新学期を迎えます。この時期は入学する子どもたちの交通事故が心配されます。昨年町内では、子どもの交通事故の発生はありませんでしたが、県内では歩行中に20人の小学生の子どもが交通事故で負傷しています。

子どもの交通事故の特徴は、
・飛び出しによる事故が多い
・道路横断中
・自宅から500m以内
・午後２時～午後４時の下校時間帯
が挙げられます。

お子さんがいる保護者の皆さんが交通事故のリスクを減らすために、
①横断する前に必ず立ち止まること。
②左右を見て車が来ないか確認すること。
③車が来たら無理せず待つこと。
を子どもに繰り返し教え、安全確認することを習慣づけましょう。

※１月に町内在住の男性が飲酒運転で検挙されました。地域で「飲酒運転をしない、させない」環境をつくり、飲酒運転を根絶しましょう。

Health ｜ 健康メモ

みんなでつなごう いのちとこころの絆

健康福祉課・健康づくり担当　日向 安子

私たち保健師が日ごろの相談で関わる方、そして私自身も大なり小なりの悩みを抱えながら生きています。その悩みを大きくとらえるか小さくとらえるかは、その時の自分の体や心の状態も大きく影響してきます。

「最近よく眠れない」「食事をおいしく感じない」「体が痛い」「疲れて、もう何もかも投げ出したいという気持ちになる」などの変化はありませんか？

悩みを抱えて苦しいときは、体のこと心のことをかかりつけ医や専門医に相談してみましょう。また、辛い状況を身近な人に話したり、専門機関に相談してみることも解決策になります。

■ 困ったときの相談窓口

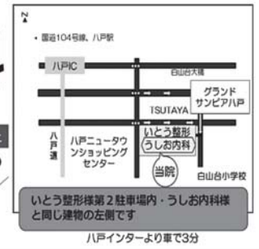
種類	相談窓口	電話番号
こころ	健康福祉課・健康づくり担当	46-4111
	岩手自殺防止センター	019-621-9090
子育て	子育て世代包括支援センター「めごかる」	46-4111
自死遺族	二戸保健所　こころサロン二戸	0195-23-9206 ※予約制
お金	お金の悩みホットライン	0120-979-874

※その他の相談窓口は「岩手県　相談窓口一覧」で検索いただけます。

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	●	●	／	手術	●	／

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	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 12:00	●	●	●	●	●	●
14:00 ～ 18:00	●	●	●	休	●	●

※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

広告スペース

School Life
軽高だより

進路ガイダンス

2月1日に2年1組を対象に進路ガイダンスを実施しました。今回は二戸公共職業安定所から講師を招いて、実践を踏まえた講習をしていただきました。面接での礼儀、あいさつの仕方や、自己PRを効果的に相手に伝える方法などを教えていただきました。最後はお互いに面接官役、受験者役などにわかれて模擬面接をしました。自分の考えや経験を上手く相手に伝える難しさを感じたようでしたが、来年度の進路実現に向けていい経験をすることができました。

Friendship
音更町だより

姉妹町絵画交流作品展が開催されました

↑展示を熱心に見る来場者

図書館で姉妹町の岩手県軽米町と音更町の小学5年生による絵画交流展が行われました。「こども姉妹町視察研修」がコロナ禍で中止になったことを踏まえ、交流を継続するために企画。風景画など約40作品のほか、軽米町の情報や広報おとふけに掲載した軽米町だよりも展示されました。

北海道音更町（おとふけちょう）
十勝平野のほぼ中央に位置し、人口約44,000人。自然豊かでじゃがいもや玉ねぎなどが特産。当町とは、昭和60年10月31日から姉妹提携し、小学生の宿泊研修やイベントなどで相互交流を行っている。

Information
町からのお知らせ

歩いて貯める！かるまい健康ポイント
第2期が終了しました

健康増進につながるウォーキングと、運動教室などへの参加、尿中塩分調査の取り組みにポイントを付与する「かるまい健康ポイント」事業が終了しました。

第1期、第2期を合わせて、参加申込みは108名、応募者は92名、全体で226口の応募となりました。ご参加、ご応募ありがとうございました。

■第2期の結果報告

参加申込みは50名、応募者は42名、全体で106口の応募がありました。健康グッズの抽選は、2月17日に町長室にて山本町長が行いました。

■特典内容

1,000ポイントごとに1口応募でき、抽選で1,000円のかるまい商品券が当たります（100名分）。さらに、応募者の中から抽選で5名に健康グッズ（血圧計・体組成計・スマートウォッチ）をプレゼント。

■抽選結果

スマートウォッチ	50代	男性
血圧計	60代	女性
	70代	男性
体組成計	40代	女性
	60代	女性

計5名　おめでとうございます。

■問い合わせ

健康ふれあいセンター内・健康福祉課　☎46-4111

戸籍の窓口
1月1日～1月31日　※敬称略

おめでとう

菅波　羚（れい）	上舘	永・望美
本田　愛結（あおい）	観音林東	大空・結衣
下田　玲愛（れな）	萩田	勝幸・慶子
工藤　聖（たから）	仲町	徳・杏夏

おしあわせに

水上　剛志	山口
永田　千理	二戸市

おくやみ

中里　キヨ	(96)	仲軽米
安保　信雄	(78)	下新町
千葉　久司	(41)	大町
古川　ツエ	(92)	向高家
下沖　ミヱ	(94)	下円子下組
内澤　勇治	(73)	上舘
川嶋　幸一	(61)	上増子内

人の動き
1月31日時点　（ ）内は先月比

人口	8,752人（－18）
男性	4,299人（－8）
女性	4,453人（－10）
世帯数	3,764世帯（－3）
転入	6人　転出　18人
出生	4人　死亡　10人

火災・救急
1月末、（ ）内は今年の累計

火災	0件（0件）
救急	37件（37件）

交通事故
1月末、（ ）内は今年の累計

人身事故	0件（0件）
死亡者	0人（0人）
物損事故	16件（16件）

広報かるまい Karumai
3
vol.744
令和3年3月10日発行
発行 | 軽米町　編集 | 総務課
〒028-6302 九戸郡軽米町大字軽米10-85
TEL | 0195-46-2111　FAX | 0195-46-2335
ホームページ | http://www.town.karumai.iwate.jp/

Pick Up

↑さるなっし～のグッズを手にする３年生と戸田沢さん

名付けて「さるなっし～」

晴山小児童がキャラクターを考案

晴山小学校（八幡美奈子校長、児童72人）の３年生12人は本年度、総合的な学習の時間で「さるなし応援団」を結成し、町の特産「サルナシ」の魅力を発信しようと取り組んでいます。

そしてこの度、児童が考案したイメージキャラクター「さるなっし～」を軽米町産業開発がデータ化し、グッズを開発。２月22日に晴山小学校の児童のもとを訪れ、出来上がったグッズを手渡しました。

贈られたのは、シールに缶バッチ、二戸市の栄宝堂が製造した和菓子の３種類。町産業開発の戸田沢雅人さんは「皆さんのご協力に感謝しています。このグッズを使ってさらにPRしてほしい」と期待を寄せました。

中家未姫さん（３年）は「いろいろな商品を作ってくれてうれしい。このグッズを使って世界中の人にサルナシを知ってもらえるように頑張りたい」と喜んでいました。

製作されたシールは今後、町産業開発のサルナシ商品に貼られるなど積極的に活用される予定です。

1 / 児童が作った原画（左）からイラスト化したさるなっし～　2 / 和菓子は再現度が高く、児童から大人気だった
3 / シールは２種類の大きさで製作　4 / 完成したグッズを眺める児童

編集後記　さるなっし～、本当に良く出来ていて感動しました。たくさんの人に知ってもらえるように、私も今後の広報活動などで広めていきたいと思います！（清）

ミックス 責任ある木質源を使用した紙 FSC® C007678
www.fsc.org
広報かるまいは、環境に配慮した用紙を使用しています。