

広報かるまい Karumai 2

町の魅力と町民の輝く姿を届ける情報誌

Feb. 2026
vol. 803

筆に気持ちを込めて

一文字一文字丁寧に[◎]

【表紙】
新春書初め会





走ってつかめ！福男・福女

——晴山保育園 福男・福女レース

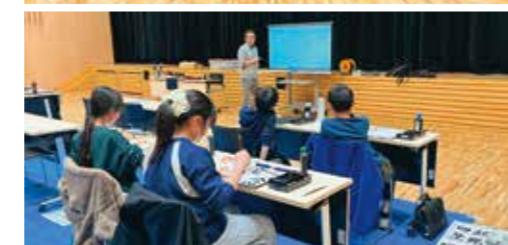
福男・福女レース2026が1月9日に晴山保育園で行われ、園児たちが福男・福女を目指して元気いっぱい園内を駆け抜けました。先生から兵庫県の西宮神社で行われる本物の「福男選び」の話を聞いた後、ダンスで体を温めてからレースに挑戦。レースはクラスごとに行われ、ゴールを目指して懸命に走る姿が見られました。年長組では、負けて悔し涙を流す場面もあり、真剣勝負の一日となりました。



地域の安全を守る誓い

——軽米町消防団出初め式

町消防団（山野下信夫団長）による消防団出初め式が、1月11日に宇漢米館と町中心部で行われました。団員約150人と町婦人消防協力隊連絡協議会（工藤郁子会長）の隊員15人が参加し、ポンプ車9台と小型ポンプ積載車18台が出動。山野下団長は「最近の大きな災害を受け、改めて火災の恐ろしさや防災の必要性を考えさせられた」と訓示。表彰や機械器具点検の後、分列行進で一年の無火災を誓いました。



新年のスタートを筆で表現

——新春書初め会

新春書初め会が1月11日、宇漢米館多目的ホールで開かれ、町内の小中高生など22人が参加しました。参加者は新年の目標や決意を胸に、それぞれ書きたい文字を決め、自分の課題に挑戦しながら筆を運びました。町文化協会書道クラブの大清水健治さんの指導のもと、文字のバランスに気を配り約1時間かけて作品を完成させました。参加した子供たちは「気持ちを込めて書けて楽しかった」と話していました。

2026年正月イベント

~新しい1年の始まり~

新しい1年の始まりを告げる正月行事が、町内各地で行われました。無火災を誓う防災行事をはじめ、伝統文化に親しむ催しなど、地域のつながりを改めて感じる機会となりました。各行事の様子を振り返ります。

走って迎える 新しい1年

——第39回軽米町
元旦マラソン



新春恒例の町元旦マラソン大会（町スポーツ協会、町陸上競技協会主催）が1月1日、宇漢米館を発着点とする特設コースで行われました。工藤健三陸上競技協会会長は「今年も元旦マラソンをスタートに元気に盛り上げていきたい」とあいさつ。昨

年より20人以上多い約70人がエントリーし、寒風の中を元気に走りました。レース後は餅つき体験やお菓子まきが行われ、つきたての餅が振る舞われました。完走証の交付のほか、Tシャツやお菓子などが当たる抽選会も行われ、会場は賑わいました。

交通・防犯の 決意新たに

——軽米町交通指導隊
・軽米町防犯隊初点検式



町交通指導隊（永井美保子隊長）と町防犯隊（山館松五郎隊長）の初点検式が1月6日、役場庁舎で行われました。式では、警笛や隊員手帳の点検が行われ、交通指導隊は永井隊長の他6人が山本町長から点検を受け、防犯隊は4人の隊員が山館隊長か

ら点検を受けました。永井隊長は「交通事故の重大性を改めて認識し、関係機関と連携しながら飲酒運転根絶と事故のない町づくりに努めたい」と決意を述べ、隊員一同、住みよい町の実現に向け、気持ちを新たにしました。

//地域づくり活動への支援//

補助金・支援金制度のご案内

■地域活動支援事業費補助金

地域の自主活動を支援し、協働のまちづくりを推進するため、行政区等が取り組む事業に対して、その経費の一部を補助します。

○補助率：対象経費の1/2～複数行政区の事業又は災害復旧経費2/3（限度額あり）

※参加賞、景品代、小昼代は参加人数1人あたり300円が限度額

○対象事業

①地域交流事業

【事業例】

- ・盆踊り大会の機器借上経費
- ・そば作り講習会経費
- ・公民館屋根等修繕工事



②地域環境美化事業

【事業例】

- ・花壇整備経費
(花苗・肥料購入)
- ・ゴミステーション設置費



③地域安全事業

【事業例】

- ・地域で管理する街路灯のLED電球への取替え事業



※自主防災活動枠

通常の地域活動とは別に、自主防災組織の活動や組織結成準備に係る費用等に対して、その一部を補助します。

○補助率：対象経費の3/4以内（自主防災組織設立から3年経過後は2/3）

※小昼代は参加人数1人あたり300円が限度額

○対象事業

①結成準備・防災士養成に係る事業

【事業例】

- ・防災士資格取得のための研修に係る受講会場への旅費



②要援護者対策事業

【事業例】

- ・高齢・障害者世帯への除雪支援に使用する除雪機修繕費



③訓練・研修会事業

【事業例】

- ・初期消火訓練や炊き出し訓練に係る経費



④防災資機材・物品整備事業

【事業例】

- ・ポータブル電源機器、ガソリン携行缶等の購入費



町では、地域活動の活性化のため、補助金や交付金の制度を設けています。補助金等の申請時期は、事前に広報かるまいお知らせ版や町ホームページでお知らせしますので、ぜひご活用ください。制度の詳細や申請方法については、町ホームページをご覧ください。



町HP

■協働参画地域づくりチャレンジ事業支援金

コミュニティ団体等が豊かで住みよい活力ある地域づくりに自主的・主体的に取り組む事業に対して補助金を交付しています。

○補助率　・スタートアップ事業（事業申請3回目までの事業）

対象経費の2/3以内（上限額は1事業当たり50万円）

・ステップアップ事業（事業申請4回以上の事業）

対象経費の1/2以内（上限額は1事業当たり40万円）

○添付書類

・支援金交付申請書、申請団体調書等、積算根拠資料（見積書・カタログ）

○申請時期 4月頃

○令和7年度交付決定団体

（スタートアップ事業2団体）

①山内神楽保存会

【事業内容】

- ・権現頭の製作など備品購入費



②軽米町地域活性化実行委員会

「唄って飛んで、まちなか賑わい創出！！！事業」
【事業内容】

- ・のど自慢大会開催など宇漢米館と町中心街において、町民参加型のイベントを開催



○手続きの流れ



①申請書類の提出【行政区・団体】
(見積書などの積算根拠資料を添付)



②申請書類の審査【町】
※チャレンジ事業は審査会の実施



③補助金の交付決定・通知【町】



④事業着手・事業の実施【行政区・団体】
(活動状況や購入物品の写真を撮っておくこと)



⑤実績報告書類、請求書の提出【行政区・団体】
(領収書、事業内容が確認できる写真等を提出)



⑥実績報告書類の確認、補助金支払い【町】
(指定の口座に振り込みます)



【問い合わせ】
政策推進課（☎46-2115）

03 手当

■期末勤勉手当（令和7年4月1日現在）

	6月期	12月期	計
期末手当	1.25月分	1.275月分	2.525月分
勤勉手当	1.05月分	1.075月分	2.125月分

■退職手当（令和7年4月1日現在）

	自己都合	勧奨・定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.7090月分
最高限度額	47.7090月分	47.7090月分
一人当たり 平均支給額	139万円	2,111万円

■時間外勤務手当（令和7年4月1日現在）

	令和5年度	令和6年度
支給総額	2,966万円	2,978万円
一人当たり	27万円	27万円

04 特別職

■特別職の報酬等（令和7年4月1日現在）

	町長	副町長	教育長	議長	副議長	議員
報酬等月額	628,000円	522,000円	512,000円	262,000円	219,000円	195,000円
期末手当	・6月期 1.725月分	・12月期 1.775月分		・合計 3.5月分		

05 休暇等

■主な休暇制度

休暇の種類	日数、期間など
年次休暇	年ごとに20日間付与 ※令和6年平均取得日数…14.2日
結婚休暇	連続7日以内
出産・育児休暇	町長が定める範囲内の期間
忌引休暇	統柄により1～10日以内
夏季休暇	6月～10月の間に5日以内
介護休暇	5日以内(要介護者が2人以上の場合10日以内)

■育児休業の状況(令和6年度)

性別	新たに取得	前年度から取得中
男性	0人	0人
女性	1人	1人

■特殊勤務手当

令和6年度	
支給総額	72,000円
職員全体に占める手当支給職員の割合	35.8%
支給対象職員一人当たり平均支給年額	11,792円
手当の種類	4種類



詳細はホームページでもお知らせしています

町人事行政の運営状況

軽米町役場には111人の職員が従事し、その給与は町の条例・規則で決められ支給されています。町職員の令和7年4月1日現在の状況についてお知らせします。



【問い合わせ】
総務課総務担当 (☎46-4738)

01 職員数

■部門別職員数（各年とも4月1日現在）

部門	職員数		増減
	令和6年度	令和7年度	
議会	3人	3人	0
総務	26人	25人	▲1
税務	4人	5人	1
民生	34人	33人	▲1
衛生	7人	9人	2
農林水産	7人	7人	0
商工	4人	4人	0
土木	6人	5人	▲1
特別行政	教育	10人	11人
普通会計	計	101人	102人
公営企業等	水道	2人	2人
	その他	6人	7人
合計		109人	111人
			2

■一般行政職の級別職員数の内訳

区分	主な職名	職員数	構成比
1級	主事・技師・主事補・技師補	17人	26.2%
2級	主事・技師	10人	15.4%
3級	係長・主査・主任	22人	33.8%
4級	副主幹	3人	4.6%
5級	主幹	3人	4.6%
6級	課長(次長)・事務局長・主幹	10人	15.4%

※再任用職員を除く

■職員数の定員適正化計画

区分	R3	R4	R5	R6	R7
目標値	126人	124人	123人	123人	127人
実績値	123人	114人	108人	108人	110人

※派遣職員を除く

02 給与

■人件費（令和6年度決算）

普通会計歳出額	人件費	人件費率
66億9,175万円	12億4,036万円	18.5%

■ラスパイレス指数（令和6年度）

92.5 (県内31/33位)

※ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与水準を100とした場合の町職員の水準を表します。100より大きいと国より給与水準が高く、逆に小さいと低いことになります。

■職員給与費の内訳（令和7年度予算）

給料	職員手当	期末・勤勉手当	給与費総額	職員一人あたり給与費
4億15万円	1億5,420万円	1億6,222万円	7億1,657万円	651万円

■職員の平均給料月額、平均年齢

(令和7年4月1日現在)

区分	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	298,700円	40.8歳
労務職	273,300円	49.3歳

■職種・学歴別初任給、経験年数別平均給料月額

(令和7年4月1日現在)

区分	初任給	経験10年	経験30年
一般行政職	大学卒 233,600円	277,100円	388,700円
	高校卒 201,600円	253,600円	—
労務職	大学卒 206,300円	247,300円	—



業と木製品の分野で輝く いわて農林水産躍進大会で受賞

いわて農林水産躍進大会が12月23日に盛岡市で開かれ、軽米町から2人が受賞しました。意欲ある担い手賞の林業部門には製炭業者の於本宗也さん、いわて木材利用優良施設等優秀賞の木製品部門にはtumiki club（安藤 賢 まさる 代表）の漆茶杯が選出。両氏は1月23日に山本町長を表敬訪問し、受賞を報告しました。



「続けてきたことが評価されてうれしい」と語る安藤さん（左）と於本さん（右）



べて学ぶ雑穀の魅力 尾田川農園㈱主催雑穀セミナー

第10回自然栽培雑穀セミナーが1月17日に宇漢米館キッチンスタジオで行われ、18人が参加しました。講師にブランドストーリー（合）の大平恭子さんを迎えて、雑穀ご飯の食べ比べやへっちょこ団子、粟せんざい作りを体験。調理の合間に雑穀食の歴史や栄養について学び、雑穀の魅力を味わいました。



たかきび粉を使ったへっちょこ団子作りに挑戦



頃の成果を披露 第24回生涯学習フェスティバル

第24回軽米町民生涯学習フェスティバルが2月1日に宇漢米館で開催されました。歌や踊り、朗読劇など22組が出演し、日頃の練習の成果を披露。エントランスでは書道や絵画などの作品展も行われ、来場者の目を楽しませました。本イベントは準備から当日運営まで、町民ボランティアの協力により運営されています。



美しい音色を響かせた軽米中学校吹奏楽部



ランティア活動で貢献 ペットボトルキャップを寄贈

ペットボトルキャップの贈呈式が1月20日に軽米小学校で行われました。同校ボランティア委員会を中心に校内で回収されたキャップは33.7kg。第一生命保険㈱を通じ、途上国の子どもたちへポリオワクチンとして贈られます。委員長の坂本華怜さん（6年）は「集めたキャップが少しでも役立ってほしい」と話しました。



協力して集めたキャップ33.7kgを前にガッツポーズ！

税務会計課から

「確定申告書」「個人住民税申告」を自分で作ってみませんか？



確定申告書の作成に便利な制度を紹介します。ぜひご活用ください。

国税庁の確定申告書等作成コーナー

国税庁ホームページの確定申告書等作成コーナーを活用すると、自宅でいつでも申告書を作成できます。電子申告「e-Tax（イータックス）」を利用すれば、郵送や持参の手間をかけずに提出可能です。感染症対策にもつながりますのでパソコンやスマートフォンでの確定申告をご利用ください。

※「マイナポータル連携」で自動入力

マイナポータル連携を利用すると各種控除、証明書等のデータを一括取得し、医療費や国民年金保険料、ふるさと納税などの該当項目が自動入力されます。



国税庁 HP



eLTAX

電子申告システム

個人住民税の電子申告について

令和8年1月5日（月）から、令和8年度（令和7年中所得）個人住民税の電子申告がはじめました。

※個人住民税の電子申告とは

マイナンバーカードを利用してパソコンやスマートフォンから申告する方法です。

電子申告には、「eLTAX（エルタックス）個人住民税電子申告システム」を利用します。

マイナンバーカードから読み取った券面情報をもとに、画面の指示にしたがって必要情報の入力や書類の添付を進めることで、個人住民税の申告をすることが可能です。

詳しくは、町のホームページかeLTAXホームページ、マイナポータルをご覧ください。

《注意》所得税の確定申告をした方は住民税申告を行う必要はありません。

税の申告相談受付

町では、所得税と町県民税の申告相談を、2月10日から3月16日まで受け付けます。詳しくは「広報かるまい令和8年1月号（4、5ページ）」または町ホームページをご覧ください。



広報かるまい

8年1月号



町 HP

【問い合わせ】
税務会計課 課税担当（☎46-4737）



軽高だより

将来を考える

冬季休業中の12月24日、盛岡市の「いわて県民情報交流センター（アイーナ）」で開催された「未来のワシントン探究会議」に、本校から1学年と2学年の生徒が参加してきました。この会議は、岩手の「学び」とその先にある「仕事」を知ることによって、生徒自身の将来像を具体的にイメージさせ、新たなキャリアの可能性を広げる機会とするもので、県内各地から多くの高校生が参加しました。大学の先生や経営者の話を直接聞くことができる良い機会となり、生徒は真剣に取り組んでいました。



資料に目を通しながら、自分の将来について考えます



事業所ブースでは、担当者から業務内容や仕事の魅力について説明を受けました



多くの高校生が集まる会場で熱心に耳を傾けていました

学校の様子はこちらからもご覧いただけます



ホームページ



note



vimeo



地域おこし協力隊通信

軽米に根ざし、交流を広げる

地域おこし協力隊員 岡部 裕子

英会話サークルの
ご案内

食フェスタでシチューの販売を手伝いました！



英会話サークルで楽しく交流



姉妹町だより

病院看護師のお仕事を間近に「リアル看護師体験」

1月5日、帯広大谷短期大学看護実習棟で、看護師の仕事の様子を体験する「リアル看護師体験」が行われ、児童・生徒8人が参加しました。患者情報を共有する申し送りや聴診器を使用したバイタルサインチェックなど看護師業務を実際に体験。参加者からは「普段では見られないところが見られた」「気遣いがすごいと感じた」など現場の緊張感を肌で感じていました。

北海道音更町

十勝平野のほぼ中央に位置し、人口約43,000人。自然豊かでじゃがいもや玉ねぎなどが特産。当町とは、1985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。応援大使は、同町出身で日本テレビアナウンサーの滝菜月さん。



緊張しながら聴診器でバイタルサインを確認

プライフーズ株式会社 軽米工場
従業員募集

従業員・アルバイトを募集しています。まずは、お気軽にお電話ください。
軽米町大字上館第20地割1-2 ☎46-2421 FAX: 46-4274 (担当:林まで)

未来に、まっすぐ。食卓に、まっすぐ。
Prifoods.
プライフーズ

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
TEL.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。

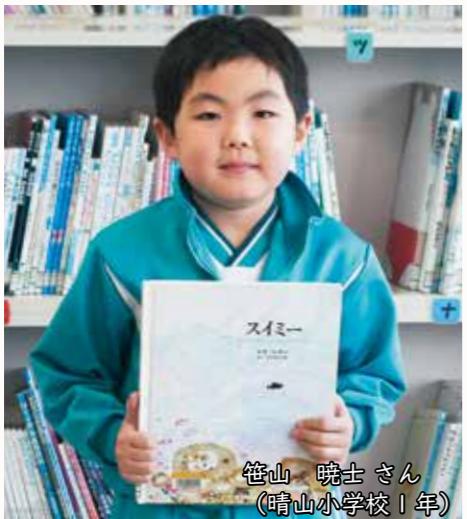
二戸玉泉院 TEL.0195-29-1600
久慈玉泉院 TEL.0194-53-0061
軽米玉泉院 TEL.0195-46-4109
福岡玉泉院 TEL.0195-23-4440
九戸玉泉院 TEL.0195-43-3409

News from library

図書館だより

おすすめの本を紹介するコーナー

■ 笹山 晓士さん あきと お気に入りの一冊



児童書

小学生が知ってトクする
おもしろ雑学クイズ作/近藤仁美
監修/成田奈緒子 (ポプラ社)

ラクダのこぶには何が入っている?…など学校、食べ物、植物や宇宙などいろんなジャンルの雑学がクイズになったよ。どれくらい答えられるかな!?

図書館ひろばのご案内

絵本の読み聞かせや紙芝居などをします!

日時: 2月21日(土) 10:00 ~

場所: 宇漢米館2階 研修室2(和室)

対象: 幼児、小学生

スイミー
ちいさなかしこいさかなかのはなし作/レオ=レオニ
訳/谷川俊太郎 (好学社)

僕のおすすめの本は「スイミー」です。ある日、スイミーは仲間が食べられて一人ぼっちになりました。海の中でいろいろなものを見つけて元気を取り戻すお話です。

僕は、スイミーが水中ブルドーザーみたいな伊勢海老や、虹色のクラゲを見つけるところが好きです。スイミーが見たことのないものを見つけたところが面白くて好きです。

一般書



ハーバード、スタンフォード、科学的に証明された時間をムダにしない人の習慣

著/堀田秀吾 (アスコム)

先延ばしを防ぐ、考えすぎを減らす、“脳のクセ”を変えて自分のための時間を増やそう。時間を有意義に使いこなす52の習慣を紹介。

2月のテーマ図書展

『大切な友だち』

2月22日は、『世界友情の日』です。世界中で友情の大切さを分かち合う日になんて、相手を思いやる大切さが描かれた絵本や、友達の作り方がのった本などを用意しました。どうぞ、ご利用ください!



Dreams come true

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

新井田 凌雅 さん(小軽米小学校6年)

将来の夢

僕は、将来警察官になりたいと思っています。これは小学校低学年からの夢です。どうして警察官を目指したかというと、叔父に警察官のやりがいを聞いたからです。

6年生の総合的な学習の時間に、警察官の職について調べました。警察官になるのは大変だと思ったけれど、困っている人を助けたり、自分が関わった人を笑顔にできたりするところに魅力を感じました。

警察官になったら、たくさんの人と関わることになると思うので、中学校では新しい出会いを大切にして、コミュニケーション力を高めていきたいです。



Unique poems

町文化協会 北光吟社 12月例句会

離れ住む子等に頼りて年用意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通院で会う人ごとに着ぶくれて	冬ざれの町やイルミに癒されて	一歩出て肺に染み入る冷気かな
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の 町 や イル ミ に 癒 さ れ て	一 歩 出 て 肺 に 染 み 入 る 冷 気 か な
離 れ 住 む 子 等 に 頼 り て 年 用 意	地 震 に 覚 め 余 震 気 遣 ふ 寒 夜 か な	通 院 で 会 う 人 ご と に 着 ぶ く れ て	冬 ざ れ の<br	

戸籍の窓口

12月1日～12月31日 ※敬称略

★おめでとう

下谷地 こはる 由章・さくら 下谷地渡

おくやみ

長坂 真吾	(93)	民田山
刈谷 ミネ	(79)	下野場
工藤 均	(74)	大町
工藤 リセ	(91)	大沢
上村 ミセ	(95)	小玉川
松浦 哲雄	(93)	蜂ヶ塚
東山 米太郎	(89)	東
高橋 義雄	(91)	上晴山
玉館 藤男	(68)	屋敷
高森 カツ	(96)	下尾田
西館 チセ	(94)	貝喰
欠端 光一	(60)	門前

休日当番医

人の動き

令和7年12月31日現在(カッコ内は前月比)

人口 7,672人 (-13人)

男性 3,753人 (-8人)

女性 3,919人 (-5人)

世帯数 3,579世帯 (-7世帯)

転入 8人 転出 7人

出生 1人 死亡 15人

交通事故

12月末(カッコ内は1月からの累計)

人身事故 0件 (2件)

死亡者 0人 (0人)

物損事故 25件 (160件)

火災・救急

12月末(カッコ内は1月からの累計)

火災 0件 (8件)

救急 24件 (391件)

広告募集

問い合わせ seisaku@town.karumai.iwate.jp

1号広告(本枠)
○白黒 4,000円
○カラー 6,000円

2号広告(横幅が本枠の倍)
○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。

ECCジュニア軽米教室

無料体験レッスン実施中!
(日曜日可) レッスン見学可

お問い合わせは...

教室HP: ecc かるまい で検索

教室Instagram: eccかるまいで検索

九戸郡軽米町大字軽米第12地割24番地6

Tel:0195-46-3419

みんなの国民年金

日本年金機構より

「ねんきんネット」利用のご案内

「ねんきんネット」はスマートフォンなどからご自身の年金記録の確認、将来の年金見込額の確認、ねんきん定期便や各種通知書などを確認できるサービスです。

さらに「マイナンバーカード」と「スマートフォン」を使用して「マイナポータル」と連携することで、国民年金の手続きや扶養親族等申告書の電子申請を利用することができます。

また、次の登録もぜひお願いします。

- 「ねんきん定期便」のペーパーレス化
- オンラインでの確定申告に使える「公的年金等の源泉徴収票」、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の電子送付希望の登録

◀ねんきんネットはこちらから
【問い合わせ】

ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号 (☎ 0570-058-555)

※050から始まる電話番号の場合は
☎ 03-6700-1144 におかけください。

軽米病院だより
「OTC類似薬」の話

県立軽米病院 院長 葛西 敏史

「OTC類似薬」という言葉をご存じでしょうか? 病院で処方されるのは「医療用医薬品」と呼ばれるのに対して、OTC医薬品とはOver The Counter(カウンター越しに販売される)ということで、薬局で購入できる薬です。

「OTC類似薬」とは病院から処方される「医療用医薬品」の中で、薬局で購入できる薬と成分・効能が類似していて、比較的軽度な症状に使用される薬(風邪薬、湿布



あとがき

広報かるまい2月号をお読みいただきありがとうございます! 雑穀セミナーに参加し、健康に良い雑穀食について学びました。正月太りが気になる今

等)を指します。そして今、「OTC類似薬」の保険適用を外す話が自民、公明、維新など各政党から出ていました。これは増え続ける医療・社会保険料費の抑制策として考えられていますが、国が払うお金や現役世代の社会保険料費を抑制できても、患者さんの個人負担は増えることになります。

これに対し、日本医師会や患者団体が強く反対し、保険適用自体は維持される方向に軌道修正されました。薬の値段は追加負担が発生するようです。今のところは77成分、約1,100品目が対象のようですが、皆さんも今後の動向に注意が必要です。

日この頃……食事に雑穀を取り入れてリセッ
トしたいところです。

(Kai Odashima)

当院にご相談ください

喘息・長引く咳・長年のタバコで息苦しい
高血圧・糖尿病・高脂血症・睡眠時無呼吸

八戸団南小学校向い(登り街道340号線 八戸市内入ってすぐ)

はやし呼吸器・総合内科クリニック

電話 0178-20-7723

障がい者支援施設 太陽荘

子育て中や未経験の方でもイチから指導します!

介護・看護職員大募集!

介護業務経験のある方は、給与面で考慮いたします!
充実の待遇・資格取得支援制度あり。

私たちと一緒に働いてみませんか? まずは、お気軽にお電話ください。

問い合わせ先: 太陽荘(軽米町大字山内12-89-7) TEL. 0195-47-2316

軽米の輝き人 vol.58

One and only brilliance



舞台に立ち続けて40年
心で舞い
心に届ける

軽米町文化協会に所属する縁舞会の代表を務める日向日出男さん（長倉）。縁舞会は令和5年に発足した団体で、現在は町内の観音林、円子、笠渡、長倉地区から集まつた6人で活動している。新型コロナウイルスなどの影響で、前身となる軽米芸能愛好会が解散することとなつた。その後も「やっぱり踊りたい」という仲間の思いが重なり、新たな形でスタートを切つた。

日出男さんが踊りにのめり込むようになったきっかけは、妻のヒデさんの存在だった。若い頃から2人で地域の演芸会にも参加し、40年近くにわたり舞台に立つてきた。「縁舞は、演歌や歌謡曲に合わせて振り付けを行い、『心で舞う』ことを大切にする踊り」と熱く語る。現在は八戸を拠点とする花美流にも所属し、稽古を重ねている。

毎週土曜日には宇漢米館で稽古を行い、曲に合わせ振り付けを何度も繰り返し、完成度を高めている。舞台に立つ際に大切にしているのは「お客様」。声援が何よりの励みで、「軽米のお客さんは反応がよく温かい。それが何より力になる」と笑顔を見せる。

令和7年12月には「第一回軽米・芸能まつり」を開催した。主催者側として尽力し、想定を超える来場者数に手応えを感じた。「続ける」と意味がある。仲間と一緒に楽しみながら、町を少しでも明るくできたら。縁舞会は現在、新たな仲間を募集しており、年代を問わず踊りに興味のある人を歓迎している。踊りを通じて地域にぎわいを届ける日出男さんの挑戦は、これからも続いていく。

