

Takata

広報りくぜんたかた

9

September 2021

No.1106

気仙町けんか七夕祭り保存連合会による催し（8月7日）

来年いっしょは伝統の
「けんか」復活へ

しげく地域の絆

主な内容

- P2 Front Topics
- P4 市役所からのHOT LINE
- P8 地域の話題
- P10 保健だより
- P14 INFORMATION

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

4 質の高い教育を
みんなに

11 住み続けられる
まちづくりを

1PPON
MATSU

陸前高田市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

高田松原海水浴場

白い砂、波の音、
砂浜に聞こえる歓声
蘇る「たかたの夏」

震災後11年ぶりの海開きを果たした高田松原海水浴場。震災後初となる「陸前高田ビーチバレーボール大会」が開催されるなど、約1ヶ月間の総来場者数は約13,500人と、県内外から訪れる家族連れなどにぎわいをみせた。



うごく七夕まつり



地域の絆、
つなぐ思い

「たかたの夏」の風物詩である「うごく七夕まつり」「気仙町けんか七夕まつり」「下矢作灯籠七夕」「チャオチャオ陸前高田道中おどり」など、これまで多くの人を魅了してきたイベントの多くが

新型コロナウイルス感染症の影響により中止を余儀なくされた。

そんな中、8月7日(土)、地域の絆や伝統を絶やさない、地元有志が集まり新型コロナウイルス感染症の収束、来年の祭り復活を願い各地区で催しが行われた。



菅野 富也 さん (高田町)

練習なしのぶっつけ本番だったが、みんなお囃子が体に染みついていた。後継者が少なく心配していたが、子、孫が山車に乗り太鼓をたたき、伝統をつないでくれたことが本当に嬉しい。

★親子3代で伝統をつなぐ

(左から)

菅野 淳一 さん、翔太 くん、富也 さん



終わりを告げる
「たかたの夏」

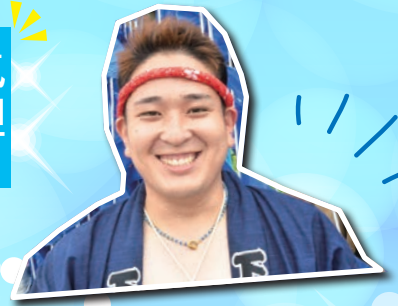
地域の絆
つなげる伝統

来年の夏

更なるにぎわいに
期待したい...

小野田 未樹 さん (気仙町)

2年ぶりに山車に乗り、自分が小学校3年生の時に初めて山車に乗った時の気持ちを思い出した。これまで先輩方に教えてもらった伝統を、これからは自分自身が子ども達に伝えていきたい。



けんか七夕まつり



全国 23 社の芸術玉が集まる、2021 年国内最大級
「三陸花火競技大会 2021」開催

2020 年国内最大級の規模で開催された三陸花火大会から 1 年、今年は昨年同様の大規模な花火エンターテインメントショーに加えて、全国 23 社が腕を競い合う競技部門も追加され『三陸花火競技大会 2021』として、昨年をはるかに超える規模で開催されます。100 発以上の尺玉が打ち上がり、昨年 60 分間だったプログラムも今年は 90 分間となり大きくスケールアップします。秋の夜空に咲き誇る大輪にご期待ください。

◆日時…10 月 9 日(土)

正午～午後 9 時（花火打上は午後 7 時～8 時 30 分）

◆場所…高田松原運動公園内

※観覧には、チケットの購入が必要となりますので、詳しくはホームページをご覧ください。

URL : <https://sanrikuhanabi.com/ticket/>

なお、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により順延になる可能性があります。



【注意】

当日は会場周辺で大規模な交通規制が行われるため公共駐車場などの利用ができなくなります。

またアバッセたかた周辺の駐車場は正午以降使用できなくなりますので、買い物などはなるべく前日までにお済ませください。

※交通規制などの詳細については、決まり次第お知らせします。

**SANRIKU
FIREWORKS
COMPETITION**
BLOOM TO THE WORLD

三陸花火競技大会

問い合わせ先

FIREWORKS事務局 ☎050(5526)3851

プレミアム商品券の販売会を実施します

陸前高田商工会では、普段よりお得に買い物ができるプレミアム商品券の販売会を実施します。

1 セット 5,000 円で 7,500 円分（500 円券 15 枚）の商品券が、1 回につき 5 セットまで購入できます。

◆使用期間…9 月 20 日(月)～4 年 1 月 31 日(月)

◆使用店舗…市内に本店を置く事業所

※取扱店一覧は販売会当日に配布
します。



◆日時・場所

月 日	時 間	場 所
9月13日(月)	午前10時～12時	横田地区コミセン
	午後2時～4時	竹駒地区コミセン
9月14日(火)	午前10時～12時	広田地区コミセン
	午後2時～4時	米崎地区コミセン
9月15日(水)	午前10時～12時	生出地区コミセン
	午後2時～4時	矢作地区コミセン
9月16日(木)	午前10時～12時	下矢作地区コミセン
	午後2時～4時	小友地区コミセン
9月17日(金)	午前10時～12時	長部地区コミセン
	午後2時～4時	今泉地区コミセン
9月19日(日)	午前10時～午後4時	アバッセたかた パブリックスペース
9月20日(月)	午前10時～午後4時	

※各会場とも、町民以外の人でも購入できますが、商品券がなくなり次第終了となります。

お願い

販売会当日は、混雑が予想されます。新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、販売会開始より早い時間の来場などはお控えください。

問い合わせ先 陸前高田商工会 ☎0192(55)3300

7月30日

★ 3 歳6カ月児健診で虫歯のなかった子を紹介



虫歯のない子
あつまれ



がもう
蒲 生 まつり ちゃん
(広田町)



きくち えいた
菊 池 瑛 太 くん
(小友町)



とば しゅんすけ
戸 羽 駿 介 くん
(広田町)



まつもと そうすけ
松 本 奏 佑 くん
(米崎町)



かんの みお
菅 野 滯 ちゃん
(小友町)



さとう せいか
佐 藤 聖 香 ちゃん
(広田町)



にいぬま るい
新 沼 瑠 唯 くん
(米崎町)



にいぬま りい
新 沼 莉 唯 ちゃん
(米崎町)



むらかみ えま
村 上 笑 愛 ちゃん
(横田町)



よしだ ゆうま
吉 田 悠 真 くん
(竹駒町)

年金生活者支援給付金制度

受け取りには請求書の提出が必要です



年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)で実施します。

◆対象者

老齢基礎年金を受給している人

以下の要件をすべて満たしている必要があります。

- ・ 65 歳以上である。
- ・ 世帯全員が、市民税が非課税となっている。
- ・ 年金収入額とその他の所得額の合計が 879,900 円以下である。

障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している人

以下の要件を満たしている必要があります。

- ・ 前年の所得額が 4,721,000 円以下である。



◆請求手続き

①新たに年金生活者支援給付金を受け取ることができる人

対象となる人には、日本年金機構から 8 月下旬頃から、請求可能な旨のお知らせと共に請求書(はがき)が送付されています。手続きがお済みでない人は、必要事項を記入の上、早めに手続きしてください。

4 年 1 月 4 日(火)(年金機構必着)までに手続きが完了すると、令和 3 年 10 月分からさかのぼって受け取ることができます。

②年金を受給しはじめる人

年金請求手続きと併せて年金事務所または市役所で請求手続きができます。

年金生活者支援給付金の請求でお困りになったときは、
給付金専用ダイヤル ☎ 0570(05)4092(ナビダイヤル)
までお問い合わせください。

問い合わせ先 市役所市民課登録係(内線133、134)

祝いの
百寿

村 上 捷 子 さん
大正10年7月23日
米崎町生まれ
(高田町)



故・敏男さんと結婚後、6 人の子どもをもうけ、孫 9 人、ひ孫 13 人に恵まれています。

手先が器用な村上さんは、ちぎり絵を趣味としています。長生きの秘訣は、家業である苗木屋を切り盛りしながら 6 人の子育てをするなど、充実した生活を送ってこられたことだそうです。

佐 藤 ウメヨ さん
大正10年7月22日
矢作町生まれ
(矢作町)



故・彌壽雄さんと結婚後、3 人の子どもをもうけ、孫 7 人、ひ孫 4 人に恵まれています。

70 代の頃には、トラクターに乗りゲートボールに行き楽しんでいました。長生きの秘訣は、心穏やかに、好きなことをして楽しんで暮らすことだそうです。

市ではめでたく満百歳を迎えた人に記念品を贈り、長寿を祝いました。
※対象期間＝7月16日～8月15日(希望した人のみ)

地域 おこし 協力隊



移住定住促進分野

まつ だ みち ひろ
松 田 道 弘 さん (35 才)

出身地…岩手県遠野市
所 属…高田暮舎

Profile

星座はおうし座。好きな時間は日曜日の夜。野球を小、中、高とやってきましたが、実はインドア派です。



☑ 協力隊に募集したきっかけ

神奈川県で別の仕事をしている際、岩手に帰りたいと思い、ふと有楽町にあるふるさと回帰支援センターの岩手ブースに立ち寄り、そこで最初に渡された紙が陸前高田市地域おこし協力隊の応募チラシでした。これがきっかけで今の仕事をさせてもらっています。

☑ 活動内容について

市から業務委託を受けている移住相談窓口の移住コンシェルジュを担当しています。移住を検討している人の相談を受けたり、陸前高田市の暮らしの様子をイベントで PR しています。その他にも、市の空き家や仕事の求人・広報など他事業も手伝ったりと横断的に関わりながら働いています。

共生
社会へ

■ 県内 33 市町村で採火
東京 2020 パラリンピック聖火フェスティバル

8月12日(木)、東京2020パラリンピック聖火フェスティバル採火式が気仙大工左官伝承館で開催されました。

阪神淡路大震災で被災された人達を励まそうと全国から集められた火である神戸市の「1.17希望の灯り」から分灯され、東日本大震災の犠牲者の追悼及び本市の復興のシンボルとして設置してある「3.11希望の灯り」から採火しました。

8月16日(月)、県内集火式に市を代表して参加した高橋末宇さんは「ノーマライゼーションという言葉の知らないまちづくりを目指す本市の代表として参加できたことを光栄に思う。復興パラリンピックとしてこれまでの支援への感謝の気持ちを伝えてほしい」とイベントの成功を祈っていました。



(写真右) 採火を行う高橋末宇さん



聖地
復活

■ 陸前高田ビーチバレーボール大会
11年ぶりに高田松原海水浴場で開催

8月1日(日)、「陸前高田ビーチバレーボール大会」が震災後初の海開きを行った高田松原海水浴場で開催されました。県内各地から42チームが参加し、熱戦が繰り広げられました。

高田松原でのビーチバレーボール大会は歴史が古く、昭和62年から開催され、本市の夏の風物詩として親しまれてきました。震災前から同大会に出場し優勝の経験もある、菊池務さん(花巻市)は「私の青春である高田松原。再生された砂浜で大会が開催され、たくさんの笑顔が戻ったことをうれしく思う」と笑顔を見せていました。



再生された砂浜でプレーを楽しむ様子



高齢者
叙勲

■ 長年にわたる功績たたえ
細谷英男さんへ叙勲伝達



(左から)細谷英男さん、山田教育長

8月18日(水)、市役所で元広田小学校長である細谷英男さん(米崎町)へ山田教育長から瑞宝双光章が伝達されました。

細谷さんは昭和31年4月に久慈市立山根小学校で教員としての第一歩を歩みだし、その後、市内外の小学校、中学校で郷土の歴史や文化を多く取り入れた学習を実施。平成2年4月には広田小学校長として、これまで得た豊富な知識と経験を踏まえ、学校と地域の教育活動の推進や学校経営の充実と発展のため尽力されました。



支援に
感謝

■ 2年ぶりの開催
第21回松原カップ少年サッカー大会

7月31日(土)、8月1日(日)、「松原カップ少年サッカー大会」が高田松原運動公園で開催されました。

同大会は震災後に支援いただいた県内外のチームなどを招待し行われていましたが、昨年は新型コロナウイルス感染症の影響により中止となっていました。2年ぶりの開催となる本年は、県内のチームのみを招待。高田松原運動公園完成後初の開催となり、子ども達はプレーを通して互いの親睦と交流を深めていました。



ボールを追いかけてピッチを走りまわる子ども達



伝承

■ 残存部材を使用し元の姿に
旧吉田家住宅主屋復旧安全祈願祭



事業の安全を祈願する山田教育長

8月4日(水)、県の指定有形文化財に指定されている「旧吉田家住宅主屋」の安全祈願祭が気仙町の復旧予定地で行われました。祈願祭には、市や関係者約30人が参加。神事で事業の安全を祈願しました。

戸羽市長は「たくさんの人の復旧への思いで今日を迎えられた。難しい事業だが、古き良きものを復活させ今泉地区の復活につながってほしい」とあいさつ。復旧にあたる金野秀さん(陸前高田市建設業協会代表理事)は「協会発足以来の大事業。気仙大工左官の匠の技を結集して、ひとつの事故も出さないよう取り組みたい」と完成への意気込みを語りました。



知っておきたい空き家のこと



お盆が過ぎたとはいえ、まだまだ暑い日が続きます。人が住まない空き家はムワッとした湿気がこもっていることもしばしば。湿気は建物にとって最大の敵です。家屋の健康寿命を伸ばすためにも、湿気対策について知っておくことは大切です。

◆換気は隅々まで

空き家であっても月に1回、1時間程度の換気が必要です。窓だけでなくふすまやキッチン下、洗面台下の収納も換気することで湿気がたまりにくくなります。

◆市販の除湿剤も併用して効果アップ

大型の除湿剤は設置場所の環境にもよりますが、3、4ヶ月効果が持続するものもあります。水回りなどの湿気がたまりやすい場所や、布団が残っている場合は押入れなどにシートタイプの除湿剤を置くことも効果的です。

◆家の周辺の状況、把握してありますか？

比較的古いお家では建物の基礎部分に床下換気口があり、床下に湿気がたまらないようになっています。しかし、換気口が雑草や残置物(木材、畑道具など)で覆われていると換気に支障をきたします。床下の換気は、土台など

建物の強度に直結するのでとても大切です。

月に1回と聞くと少し面倒に感じるかもしれませんが、空気の淀みがないお家は、継続して管理する所有者側にとっても、これからの入居希望者にとっても気持ちのよいものです。



空き家は元々は誰かの幸せな記憶が詰まった大切なお家です。空き家について正しく学んで、負債や負担でなくこれからの資源に変えていきましょう！



問い合わせ先

高田暮舎 ☎070(2432)1649 または市役所観光交流課定住交流係(内線413)

教えて！ SDGs



「陸前高田市環境基本計画」編

VOL. 3



環境基本計画では、本市の豊かな自然環境の保全に向けて、4つの基本目標を定め、市民・事業者・市で進める「基本施策」と「環境配慮指針」を示しています。これからの連載では、各基本目標についての説明に併せ、市民の皆さんが取り組める内容を紹介していきます。

基本目標1 健康と安心・安全の実現

< 基本施策 >

①大気環境の保全

②水・土壌環境の保全

③騒音・振動対策

健康で快適な生活環境を目指し、市民が安心・安全に暮らせるまちづくりを進めます。また、公害については、市民、事業者、市ともに防止についての意識・啓発の普及に取り組みます。

～みんなでできること(市民の環境配慮指針)～

- ・ 野焼きなど不法焼却をしない
- ・ 公共交通の利用により二酸化炭素排出量を減らす
- ・ 洗剤の適量使用や、こまめな節水に努める
- ・ 公共下水道などへの接続や、合併処理浄化槽設置に努める
- ・ 生活音について近隣への配慮を心がける など



問い合わせ先

市役所まちづくり推進課生活環境係(内線124)

地域包括支援センター発

介護お茶のみ話 82



タブレットの講習会
無料貸出(1台1日)

『オンラインを活用した介護予防および見守り事業』のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者などを対象とした活動の縮小が続く中、高齢者のフレイル(虚弱)予防や見守りが課題となっています。そこで、オンラインを活用してより便利で安心した生活を送れるよう、本市と見守り協定を結ぶ「いわて生活協同組合」と協働し高齢者のタブレット活用などを支援する取組を行っています。

◆対象…市内でサロンなどの自主活動に取り組んでいるグループ※1グループ10人以内で原則、メンバーは65歳以上

①講習会の実施

◆内容…基本操作、カメラ操作、無料通話アプリ『LINE』、動画視聴、インターネットの活用方法など

◆回数…1カ所につき8回

◆会場…各グループの活動の拠点となる公民館やコミセンなど

②タブレットの無償貸出

講習会受講者のうち、希望者に



講習会の様子(下和野会館)

タブレットを1台ずつ無償で貸し出します。

◆貸出期間…11月～4年3月

◆事業の様子

初めての体験に戸惑っていた人も、操作を繰り返すことで次第に使いこなせるようになっていきます。

昨年度の利用者からは、「はじめのことなので夢中だった」「友人とLINEができるようになって楽しかった」などの声が寄せられました。また、ビデオ通話で遠方にいる孫の顔を久しぶりに見ることができたという人もいました。

皆さんもタブレットに触れてみませんか。ぜひ、この機会にご利用ください。

問い合わせ先 市地域包括支援センター(内線219)

475

保健だより

食事をおいしく、バランス良く

毎年9月は食生活改善普及運動月間です。

おうちご飯が多くなった今こそ、自らの食生活を振り返ってみませんか。

◆バランスの良い食事とは？

主食・主菜・副菜を組み合わせることで食事で食事のバランスが整いやすくなります。

- ・ 主食(ご飯、パン、麺)
- ・ 主菜(肉、魚、卵、豆腐や納豆などの大豆製品)
- ・ 副菜(野菜、きのこ、海藻)
- ・ 牛乳・乳製品
- ・ 果物

これらの食品をまんべんなく食べ、水分もこまめに補給しましょう。

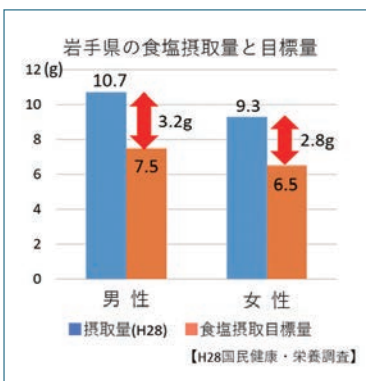
◆野菜、食べていますか？

1日の野菜摂取目標量は、350gです。1食1皿以上、1日5皿分を食べることを目指しましょう。例えば貝だくさんの味噌汁やスープのように簡単に野菜を多く食べられる料理を取り入れるなどして、意識して野菜を摂取するようにしま

しょう。

◆手軽においしく減塩

手軽に料理に取り入れられる減塩食品や、だし・香辛料・香味野菜などを上手に使う、工夫しておいしく減塩しましょう。



県の調査では、男女とも1日の食塩摂取目標量を約3g超える結果となっています。

◆間食のとりかた

砂糖を多く含む嗜好品は食べ過ぎないように注意しましょう。カルシウムの補給になる牛乳・乳製品、ビタミン・ミネラル補給になる果物を間食に選ぶのがおすすめです。

また、甘い飲み物もなるべく控え、無糖のものやお茶を選ぶようにしましょう。

問い合わせ先

課保健係(内線235) 市役所保健

慶 弔

(7月16日～8月15日届け出分)

※届け出人が希望した人のみ掲載
※氏名は通常字体で掲載

おめでた… () は保護者・字名

★男の子

矢作	くま	がい	けい	た	すのぶ
	熊	谷	溪	太	(卓・中平)
高田	もり	かわ	かつ	き	りょうしん
	森	川	勝	己	(領心・荒沢)
米崎	かん	の	なつ	き	かずひろ
	菅	野	夏	樹	(一博・川西)
広田	おか	だ	いつき		しょうた
	岡	田	樹		(勝太・岩倉)

★女の子

矢作	むら	かみ	ま	ゆ	こ	ざとし
	村	上	菜	優	子	(聡・諏訪)
横田	かん	の	ゆ	め		ゆたか
	菅	野	由	芽		(富・砂子田)
広田	むら	かみ	こ	なつ		りゅうた
	村	上	小	夏		(竜太・小屋敷)

お幸せに… () は字名

気仙	かん	の	ゆう	た	ノー	ク	トウ	
	菅	野	裕	太	NAW	KHU	KHU	HTOO
								(水上)

おくやみ… () は年齢・字名

矢作	むら	かみ	とく	じ		(91歳・打越)
	村	上	徳	治		
	し	みず	いさむ			(71歳・飯森)
	清	水	勇			
	くま	がい		ミツヲ		(87歳・二又)
	熊	谷				
	かん	の	チ	ヨ		(100歳・中平)
	菅	野				
気仙	かん	の	まこと			(83歳・愛宕下)
	菅	野	信			
	うす	い	つね	お		(98歳・水上)
	白	井	常	男		
	とお	の	かず	とし		(85歳・要谷)
	遠	野	一	利		
	むら	かみ	ふみ	こ		(97歳・上長部)
	村	上	文	子		
高田	いし	かわ	とく	ろう		(82歳・大隅)
	石	川	徳	郎		
米崎	さ	さ	き	ゆき	お	(81歳・堂の前)
	佐	々	木	幸	雄	
広田	むら	かみ	くにさぶろう			(74歳・山田)
	村	上	國三郎			
	うす	い	かつ	え		(87歳・赤坂角地)
	白	井	勝	衛		
	うえ	の	ヨ	シ		(96歳・後花貝)
	上	野				
	すな	だ	しち	ろう		(85歳・前花貝)
	砂	田	七	郎		

数字で見る陸前高田市 (令和3年7月31日現在)

市内の火災救急活動

7月

() は1月からの累計

◆建物	0件 (2件)
◆林野・その他	0件 (2件)
◆出動件数	72件 (493件)
◆搬送人員	69人 (480人)

市の人口 (住民登録人口)

() は前月比 出生・死亡数は7月分

男 性	8,880人 (2人)
女 性	9,533人 (-6人)
計	18,413人 (-4人)
	(出生6 死亡19)
世帯数	7,625世帯 (5世帯)

市内の交通事故

7月

() は1月からの累計

◆人身事故	4件 (11件)
◆物損事故	16件 (171件)
◆負傷者	4人 (11件)
◆死亡者	1人 (2人)
◆飲酒運転	0人 (1人)

RIKUZENTAKATA GLOBAL CAMPUS

岩手大学・立教大学 共同運営 交流活動拠点

陸前高田 グローバル キャンパス通信 VOL.17



学部も出身地も多様な5人の大学生が
「サイクルガイドツアー」のトライアルに挑戦

新たな観光コンテンツに 大学生の力を!

道の駅高田松原が開始した陸前高田の新たな観光コンテンツ「サイクルガイドツアー」のトライアルに大学生10人が参加しました。

道の駅高田松原では、ツアーガイドのスキルアップとツアー内容のブラッシュアップのためトライアルを企画、大学生によるモニターをイタルトコロ大学に要望いただきました。岩手大学「三陸委員会」より「と東北大学「陸前高田応援サークル」が

地元ニーズと大学生や研究室をつなぐ「陸前高田イタルトコロ大学」。マッチング第1号として「サイクルガイドツアー」トライアルが実施されました。

自転車で「散歩」。 風景とまちを楽しみ、震災 遺構の見学も

「サイクルガイドツアー」はゆっくり見て回るといふ感覚で楽しむことができる新しいスタイルの気楽なサイクリング(ポタリング)です。電動アシスト付き自転車も貸してもらえますので、高齢者でも無理なく楽しめます。「気仙コース」「小友米崎コース」「公園まちなかコース」が用意されていますが、散歩するように気分次第で寄り道もできます。

6月20日(土)は岩手大学の学生が参加しました。絶好のポタリング日和のなか道の駅を出発し、まずは旧気仙中学校に到着。震災遺構となっている校舎の中を見学し、震災当時の避難の様子も聞くことができました。もちろんツアー内容は東日本大震災に関するだけでなく、海の景色を楽しみ、漁港では力キの殻むきをしていた漁師さんから様々なお話を聞かせていただきました。ホテルでの休憩タイムにいただいたケーキとコーヒーもブツド!!

外からの目を生かしたい

ツアー終了後のアンケートでは、コースの満足度、ガイドの満足度、カフェタイム



ガイドの方に解説をいただきながら震災遺構を見学

防災クロスロードゲームの満足度、自転車の使用感のいずれもかなりの高評価で満足という結果となり、ツアーの後は、快い疲れという感じだったようです。また、「車では見られない場所や景色を楽しめた」「漁師さんなど地元の人と話せてよかった」という声も上がりました。道の駅高田松原からは「外からの目で評価をしてもらった。今後の磨き上げにつなげたい」との声をいただきました。

イタルトコロ大学に大学生・研究室と取り組みたい地元ニーズをお寄せください。
E-mail: takataitarutokoro@rtgc.jp



問い合わせ先

陸前高田グローバルキャンパス事務局 ☎0192(47)3901

開催します

予約不要

健康麻雀教室開催

たまご村では、「賭けない！飲まない！吸わない！」遊戯としての楽しみを追求することを目的に健康麻雀教室を開催します。

講師もおりますので、初めての人、経験者など、老若男女問わず楽しめます。お気軽にご参加ください。

11月23日(火)には大会の開催も予定しています。

◆日時：10月5日(火)、16日(出)、21日(休)、27日(休)、11月10日(休)、18日(休)、12月1日(休)、11日(出)、21日(火)午後0時30分～4時30分

◆場所：たまご村プレイルーム(高田町字大隅93-1ローソン隣)※10月27日(火)はアバッセたかたパブリックスペースにて開催予定です。

※今年度から、教室の参加費が必要となりますので、詳しくは

お問い合わせください。

◆お問い合わせ先：たまご村事務局代行トナリノ(山本ひろみ) ☎0192(47)3287、たまご村村長ノ講師(太田) ☎090(8585)9607

◆お問い合わせ先：気仙沼地区船員労働安全衛生協議会 ☎0226(22)6928

親子で一緒にプログラミングを体験しませんか

ロボットプログラミング教室

小学校教育でプログラミングがはじまっています。親子でロボットを操縦するプログラミングやAI(人工知能)技術を体験してみませんか。

◆開催日時：9月25日(土)午後1時～4時

◆開催場所：上長部グラウンドクラブハウス、上長部公民館

◆参加資格：子ども・大人

◆参加費：無料

◆申込期限：9月22日(火)

◆申し込み・問い合わせ先：上長部の郷事務局(菅野) ☎070(8500)0480

FAX：0192(54)3932
メール：info@karniosabe-village.com

いちサポ おおふなとルーム

働きたい人を応援！

これから働きたい49歳までの人や、その家族などを対象に就職に関する個別相談、スキル

アップ支援などを行います。

◆お問い合わせ先：おおふなとルーム

◆日時：9月8日(火)、22日(水)午前10時～午後3時

◆内容：〔午前〕8日(水)性格検査、22日(水)職業興味テスト〔午後〕個別相談

◆場所：シーパル大船渡

◆就職相談会

◆日時：9月15日(水)

◆場所：ハローワーク大船渡

◆②とも、参加は無料ですが事前申込が必要です。申し込みは開催日の前日までにお願いします。なお、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により中止となることもありますので、詳しくはお問い合わせください。

◆申し込み・問い合わせ先：いちのせき若者サポートステーション おおふなとルーム(今野) ☎080(8219)4001

募集します

職業訓練生募集

新たなスキルを習得しませんか

求職者向けに、職業能力の向上を図り、就職に結びつけることを目的として、職業訓練を実施しています。

現在、次の職業訓練生を募集しています。

◆OA事務基礎科：10月8日(金)～12月7日(火)

◆内容：職業能力の基礎となるコミュニケーション力やビジネスマナー、ワード・エクセル・パワーポイントのスキル習得を目指します。

◆受講料：無料(テキスト代などは自己負担)

◆訓練場所：気仙高等職業訓練校

◆定員：15人

◆応募資格：ハローワークに求職申込をし、受講あつせんを受けた人

◆募集期間：8月3日(火)～9月15日(火)

◆申し込み・問い合わせ先：ハローワーク大船渡 ☎0192(27)4165

講座受講者募集

スポーツ民謡講座開催

初心者を対象に、スポーツ民謡講座を開催します。

◆日時：9月13日(月)、27日(月)、10月11日(月)、25日(月)、11月8日(月)、29日(月)、12月13日(月)、27日(月)、4年1月10日(月)、24日(月)午後1時30分～3時30分

◆会場：市コミュニティホール

◆講師：中村きん子氏

◆申込方法：スポーツ民謡愛好会(中村)へ連絡 ☎080(5

557)6113

◆お問い合わせ先：市役所まちづくり推進課コミュニティ係(内線122)

講座受講者募集

大正琴教室開催

初心者を対象に、大正琴教室を開催します。

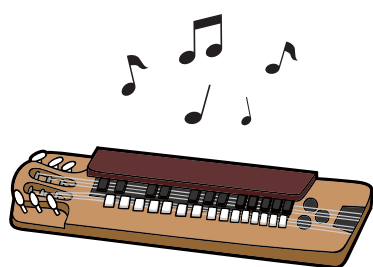
◆日時：10月6日(火)、27日(火)、11月10日(火)、24日(火)、12月8日(火)、22日(火)、4年1月12日(火)、26日(火)、2月9日(火)、16日(火)午後1時

◆場所：米崎地区コミュニティセンター

◆講師：佐藤美智子氏

◆申込方法：大正琴ひなぐの会(岡田)へ連絡 ☎0192(55)3738

◆お問い合わせ先：市役所まちづくり推進課コミュニティ係(内線122)



お知らせ

月間スローガン

9月は第65回船員労働安全衛生月間です

国土交通省などでは船員の災害防止と乗組員の疾病予防を目的として各種行事を実施しています。

市内では、気仙沼地区船員労働安全衛生協議会が入港船舶を訪問し、災害や疾病の防止に関する指導を行うなど、船員の皆さんの安全衛生対策の推進を図ります。

〈月間スローガン〉

気を付けよう

いつもと違う小さな異変皆で目指そう 安全運航

◆問い合わせ先：気仙沼地区船員労働安全衛生協議会 ☎0226(22)6928

あなたの大切な遺言を守ります

預けて安心！自筆証書遺言書保管制度

自筆証書遺言書は、遺言者本人のみで作成でき、手軽で自由度の高いのですが、遺言者本人の死亡後に遺言書が発見されなかったり、改ざんされたりするおそれがありました。そこで、遺言の利用促進と相続をめぐる



このコーナーでは日ごろ、大会などでの好成績を目指し練習に励んでいる「りくぜんたかた」の子ども達を紹介します。

★U12とは…12歳以下の子ども達のことを意味します。

チーム名(学校名) 下矢作・横田バレーボールスポーツ少年団 [矢作、横田小学校](団員13人)

★監督…村上亮悦さん

★キャプテン…村上心優さん

★チームスローガン…明るく元気に

部員募集中です!!

キャプテンからのコメント

普段の練習から、試合をイメージして取り組むことを意識しています。練習からの声出しや、一人一人が強い気持ちを持ってプレーし、県大会ベスト4を目標に頑張っています。明るく元気で、笑顔いっぱいのチームです。皆さんも一緒にバレーボールしませんか。

文・キャプテン 村上心優さん



次回は陸前高田MB(バレーボール)を紹介します。

今月の
おすすめレシピ

ナスとトマトの和風パスタ

12 つくる喜び
つかう喜び



【1人分】
エネルギー 393kcal
食塩相当量 3.2g
Let's cook

★材料（4人前）

パスタ……………	160 g	にんにく……………	1～2 かけ
トマト……………	中玉 2 個	オリーブオイル…	大さじ 1
ナス……………	2 本	和風だしの素（顆粒）…	小さじ 1
ピーマン……………	1 個	醤油……………	大さじ 2

COOKING 作り方

- ①ナスは薄い半月切り、ピーマンは乱切り、トマトは角切り、にんにくはみじん切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れ、火にかける。
- ③この間に、パスタをゆで始める。
- ④にんにくの香りが立ってきたら、ナスとピーマンを加え、さらに炒める。
- ⑤ナスとピーマンに火が通ったら、トマトを加える。
- ⑥トマトがしんなりしてきたら、パスタのゆで汁をお玉 2 杯ほど加え、さらに和風だしの素と醤油も加え、炒める。
- ⑦ゆで上がったパスタは、流水で表面のぬめりを洗い流し、水気をきっておく。
- ⑧⑥の水分がある程度飛んだら、パスタをフライパンに入れ、混ぜ合わせる。

POINT

トマトの酸味によっては、塩などで味を調整してください。

市内産の野菜を消費しましょう！

今回紹介するレシピは、ナス、トマト、ピーマンを使った和風パスタです。

ナスは夏野菜の代表でもあります。途中で剪定を行い、肥料と水を十分に与えることで、秋まで収穫することができます。これがいわゆる「秋ナス」です。

ナスにはアントシアニン的一种である「ナスニン」が含まれ、抗酸化作用による動脈硬化予防などの効果があるといわれているほか、体を冷やす効果もあるとされています。

市内の産直では、ナスの他にも様々な野菜が販売されています。皆さんも、ぜひ市内産の野菜を消費しましょう。

問い合わせ先 市役所農林課農政係（内線476）

サラの Thankyou! SINGAPORE



⑤シンガポールの世界無形文化遺産 「ホーカー文化」

市の国際交流員のサラ・チュウさんが、出身国のシンガポール共和国の様々な情報を紹介します。

Sarah Chu

共働きの家庭が多く、外食文化が根付いているシンガポールにとって、1食 400 円前後で、安く食べられる屋台を集めた「ホーカーセンター」は欠かせない存在です。

ホーカー文化は長い歴史があります。イギリスの植民地になった 1819 年には先住民のマレー人は約 1,000 人。1830 年代には中国人やインド人労働者が移住し、人口は何倍にも増えました。このような労働者たちは手軽にたくさん食べられる食事を必要としていました。そこで、自分の国のソウルフードを売る屋台商売人（ホーカー）が一気に増えました。これが、ホーカー文化の始まりです。ホーカーセンターでは多文化の料理を食べることができます。

現在、ホーカーセンターは国内で訪れたことがない人がいない程、国民の食生活を支えています。しかし、今の若者にはホーカーは人気低い職業となり、就職を希望する人は少なく、屋台の跡継ぎがいらないのが現状です。シンガポールにとってなくてはならないホーカー文化が失われないよう保護するため、2020 年 12 月にはユネスコの無形文化遺産として登録されました。



※市内医療機関および金融機関等の事業所で、広報りくぜんたかたを購読希望の場合は左記発行元へご連絡ください。
※広報りくぜんたかた 9 月号 (No.1106) の印刷経費は 1 部 57.6 円 (税抜き)、発行部数は 7,500 部です。

UD
FONT