こうほうりくぜんたかた

Takata

11
NOVEMBER 2026
No.1222
RIKUZENTAKATA



特集

・五穀豊穣・無病息災２つの大祭
・子育て支援センターで遊ぼう♪

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

陸前高田市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

五穀豊穣　無病息災
2つの大祭

横田町 熊野神社五年大祭









❖熊野神社五年大祭

10月11日㈰、横田町内の熊野神社の例大祭が平成28年以来10年ぶりに開催されました。

熊野神社を出発した神輿渡御（みこしとぎょ）や大名行列をはじめ、鮮やかな傘を手にした女性陣らによる手踊りが同町内を練り歩き、沿道を華やかに彩りました。また、御旅所（おたびしょ）となった2区会館では市指定無形民俗文化財「本宿梯子虎舞」を披露。才坊振りが、長さ約15メートル、垂直高約13メートルのはしごの頂上に登ると歓声が上がりました。そのほかにも、宙にぶら下がるなどの勇ましい姿に、観客は夢中になって見ていました。

虎舞の披露後に設けられた余興では、同町に伝わる郷土芸能やさまざまな踊りなども披露されました。保育園の子どもたちによる元気いっぱいの踊りもあり、会場を和ませていました。

実行委員長の菅野淳（かんのじゅん）さんは「9月までは雨続きで開催が危ぶまれたが、今日は素晴らしい秋晴れに恵まれ、最高の状態で祭りを迎えることができた。皆様の協力により盛大に開催できることに感謝する」と話していました。

広田町 根崎・鶴樹神社例大祭









❖根岬・鶴樹（つるき）神社例大祭

同日には、広田町の根岬漁港広場で根岬・鶴樹神社例大祭が8年ぶりに開催されました。

さわやかな秋晴れのもと実施された本大祭には、地域住民をはじめとして、祭りに合わせて帰省した地元出身の人も訪れており、会場には地元有志による出店も並ぶなど、賑わいを見せました。

会場では、市指定無形民俗文化財の「根岬梯子虎舞」が披露されました。高さ約20メートルのはしごを舞台として、才坊と虎が繰り広げる迫力ある演舞に、訪れた観客からは大きな拍手が送られました。また、余興奉納として地元小学生による子ども七福神や、地元太鼓団体による圧巻の演奏も披露され、祭りに華を添えました。

実行委員長の菅野富久司（かんのふくじ）さんは、「素晴らしい秋晴れのもと、お祭りを開催できたことを何よりうれしく思う。梯子虎舞をはじめ、どの余興奉納も素晴らしく、練習の成果が十分に発揮されていた。地域に根付く伝統行事を次世代へ継承していくには、担い手不足などの課題もあるが、次回の開催に向けて、できる限りのことに取り組んでいきたい」と地域の伝統がこれからも大切に受け継がれていくことへの期待を寄せました。

子育て支援センターで遊ぼう





子育て支援センターは、就学前のお子さんとそのご家族が、自由に利用できる場所です。季節のイベントや子育てに関する育児講座なども開催しています。また、スタッフが育児の不安や悩みについての相談にも応じています。

各センターの開所日は、市ホームページからご確認ください。予約は不要です。子育て支援センターでのびのびと遊んでリフレッシュしませんか。

詳細はこちら

たかた



■開所日時：午前９時 30 分～正午、午後１時～３時
※月曜日～金曜日
■子どもの居場所
午前９時～正午、午後１時～３時
※土・日曜日、祝日にあたる月曜日
■場　　所：高田保育所内

パンフレット

問い合わせ先　☎ 0192 (54) 4830

母：村上（むらかみ） 唯（ゆい）さん、子：萌（もえ）さん



６年くらい利用しています。安全に子どもが遊べて、安心できる場所です。







日曜日はひろびろと遊べるホールも開放しています







あゆっこ



■開所日時：午前９時 30 分～正午、午後１時～３時
※月曜日～木曜日
■場　　所：気仙保育所内

パンフレット

問い合わせ先　☎ 0192 (55) 6261

母：菅原（すがわら） 楓（かえで）さん、子：緋彩（ひいろ）さん



親同士や保育士の方と子どものことで相談できてありがたいです。



にこにこ



■開所日時：午前９時 30 分～正午、午後１時～３時
※月曜日～金曜日、
午後は最大２組まで
■場　　所：広田保育園内

パンフレット

問い合わせ先　☎ 0192 (56) 4600

母：村上（むらかみ）みな美（み）さん、子：美葉（みよ）さん



和やかな雰囲気が良いです。普段は人見知りの子どもも楽しんで遊んでいます。



きらりんきっず



■開所日時：午前９時30分～午後３時30分※月曜日～金曜日、
土曜日・日曜日（不定期）
■場　　所：陸前高田アムウェイハウス
まちの縁側内

ホームページ

問い合わせ先　☎ 0192 (47) 3908

母：熊谷（くまがい） 陽佳（はるか）さん、子：明佳（さやか）さん



毎月の身長体重測定で子どもの成長の記録を残せるのがありがたいです。スタッフの皆さんにも一緒になって成長を見守ってもらっています。



令和７年度

決算 一般会計歳出合計は、163億3,855万円

本市の令和７年度決算がまとまり、市議会で認定されました。

一般会計は、復旧・復興事業費等の減少により、対前年度比で歳入が0.7%の増、歳出が3.8%の減となりました。歳入の構成比は主に地方交付税が30.4%と最も高く、以下、国庫支出金14.6%、繰入金12.0%となりました。歳出の構成比は民生費が23.2%と最も高く、以下、総務費19.7%、土木費14.9%となりました。

財政健全化法に基づく判断比率は、国の定める基準を下回り、財政状況は健全であるという結果が出ました。

次世代につなげる持続可能なまちづくりをめざし、「陸前高田市まちづくり総合計画」に基づいた施策を推進すべく、今後とも適切な予算執行に努めていきます。

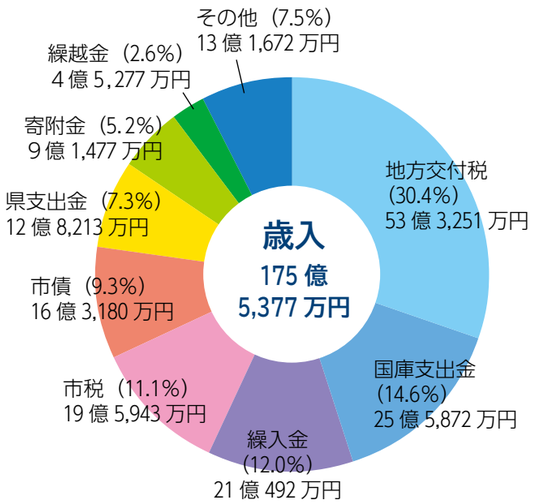


SUPを楽しむ人たち
（交流人口拡大事業）

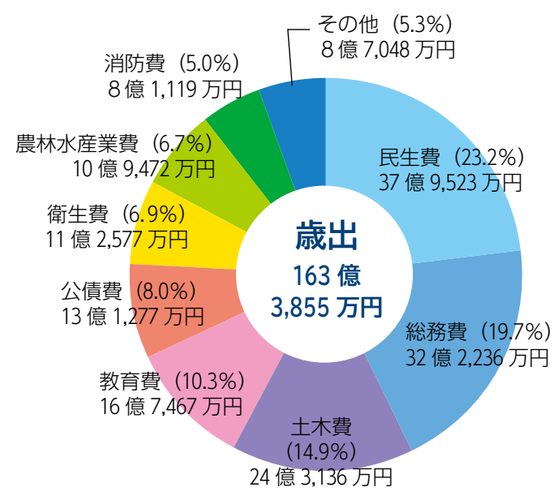
一般会計

（　　）は構成比です。

歳入 175億5,377万円
対前年度比＋1億2,162万円（＋0.7%）



歳出 163億3,855万円
対前年度比△6億4,083万円（△3.8%）





バレーボール・SVリーグ女子の埼玉上尾メディックスのホームゲームを３年ぶりに開催
（スポーツ交流推進事業）

特別会計

※一部表示金額以下で端数調整をしています。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険（事業勘定）	19億7,492万円	19億5,821万円
国民健康保険（診療施設勘定）	1億7,077万円	1億7,077万円
後期高齢者医療	3億207万円	3億207万円
介護保険（保険事業勘定）	25億1,375万円	23億9,192万円
介護保険（介護サービス事業勘定）	2,417万円	2,417万円

問い合わせ先　市役所財政課財政係（内線323）

令和７年度の主な実施事業

高田フロンターレスマイルシップ協定10周年事業



協定締結10周年を記念し、グリーンスローモビリティ「モビタ」1台を川崎フロンターレカラーのデザインにラッピングしました。

防災備蓄物資購入事業



避難所の環境改善のため、防災備蓄物資として、パーティション、簡易ベッド、車いす対応組み立て式トイレを購入しました。

こどもの遊び場等整備事業



広田地区コミュニティセンター隣接地に複合遊具を設置し、子どもたちが遊べる場所を整備しました。

企業の森制度推進事業



企業の森制度による協定を締結した企業と林業体験や森林整備活動を実施しました。

サマーフェスティバル開催事業



七夕まつり文化の継承および観光振興のため、山車の展示やお囃子の披露にかかる経費を補助しました。

国際教養大学イングリッシュビレッジ事業



英語への興味関心、学習意欲を高めるため、国際教養大学においてイングリッシュビレッジプログラムを実施しました。

健全化判断比率

すべての比率で、国の定める基準を下回り、**財政状況は健全**であるという結果となりました。

	財政健全	早期健全化基準（黄色信号）	財政再生基準（赤信号）
	0%　陸前高田市の指標		
実質赤字比率	赤字なし	14.01	20.00
連結実質赤字比率	赤字なし	19.01	30.00
実質公債費比率	10.3	25.00	35.00
将来負担比率	実質的負担なし	350.00	

▶実質赤字比率
一般会計などの赤字が経常的な収入に占める割合。

▶連結実質赤字比率
すべての会計の赤字が経常的な収入に占める割合。

▶実質公債費比率
地方債（国や銀行などから借りるお金）の返済額が経常的な収入に占める割合。

▶将来負担比率
将来負担することになっている負債額が経常的な収入に占める割合。

市内の保育所（園）・認定こども園
令和９年度入所申込を受け付けます

市では、令和９年度の保育所（園）、認定こども園の入所申し込みを受け付けます。

◆**申込期間**：11月16日㈪～12月18日㈮
◆**書類配布場所**：利用中の施設または市役所子ども未来課窓口
◆**対 象 者**：❶新たに入所を希望する人（5月以降の年度途中の入所希望を含む）
❷転園を希望する人
❸市外の施設への入所（広域入所）を希望する人（11月中にお申し込みください）
❹４月以降も同じ施設での入所を希望する人
◆**申 込 先**：❶、❷、❸▶市役所子ども未来課
❹▶利用中の施設

保育所（園）、認定こども園保育所部門

◆**入所条件**…児童の保護者全員が次のいずれかの保育が必要な事由に該当する必要があります。
❶就労（パートタイム・居宅内労働も含む） ❷妊娠、出産 ❸保護者の病気や障がい ❹同居親族の看護や介護 ❺災害復旧 ❻求職活動 ❼就学（職業訓練を含む）❽虐待やＤＶのおそれがある ❾育児休業中に既に保育を利用し継続利用が必要である ❿市長が認める❶～❾に類する場合
◆**対象年齢および募集施設**：「令和９年度募集保育施設一覧」のとおり
◆**注意事項**…申し込みが多数の場合は、新たに入所を希望する人、引き続き入所を希望する人に関わらず、希望する施設に入所できない場合があります。

認定こども園幼稚園部門

◆**入所条件**…令和９年４月１日時点で満３歳以上であること
◆**募集施設**…高田保育所

各施設の詳細は市ホームページをご覧ください

令和９年度募集保育施設一覧

	施設名		所在地	対象年齢（入所時点）
公立	小友保育所		小友町字柳沢前114番地	生後８カ月～５歳児
	高田保育所（認定こども園）	保育所部門	高田町字中和野36番地2	生後６カ月～５歳児
		幼稚園部門		満３歳～５歳児
	気仙保育所		気仙町字三本松100番地	生後６カ月～５歳児
法人立	広田保育園		広田町字大久保25番地	生後６カ月～５歳児
	米崎保育園		米崎町字川内140番地1	生後６カ月～５歳児
	横田保育園		横田町字黄金山44番地	生後６カ月～５歳児
	竹駒保育園		竹駒町字館13番地1	生後６カ月～５歳児
	下矢作保育園		矢作町字諏訪44番地	生後６カ月～５歳児

◆**保育を必要とする事由の種類**（証明書類が必要となります（就労証明書など））

保育が必要な事由	標準時間	短時間	保育必要量の認定基準など
就労	○	○	標準時間：就労時間が120時間以上／月（フルタイムを想定） 短時間：就労時間が48時間以上120時間未満／月（パートタイムを想定）
求職活動	－	○	認定期間は３カ月間
介護・看護	○	○	標準時間：介護などが120時間以上／月 短時間：介護などが48時間以上120時間未満／月
病気、障がいなど	○	○	認定期間は医師の診断書記載の期間
就学（職業訓練を含む）	○	○	標準時間：就学などが120時間以上／月 短時間：就学などが48時間以上120時間未満／月
妊娠・出産	○	○	妊娠・出産期間（予定日前６週から出産後８週）
育児休業	－	○	入所中児童は短時間に変更　※新規入所は不可
その他	○	○	市長が他の認定基準に類すると認めた事由など

◆**保育必要量の認定区分**（保護者の就労時間などによって保育施設を利用できる時間が変わります）

区分	利用できる時間
保育標準時間	１日11時間の枠の中で、保育を必要とする時間
保育短時間	１日８時間の枠の中で、保育を必要とする時間

※保育標準時間の場合も、保育時間は原則８時間となります。
※超過した場合は延長料金が発生します。



◆**利用者負担額（保育料）**

子育て世帯の負担軽減のため、保育所（園）、認定こども園に入所した場合の保育料について、令和９年４月から全年齢を完全無償化します。
※保育料完全無償化の対象は、本市に住所のある児童のみ

市内施設見学会について

令和９年度新規入所希望者を対象に各施設の見学会を行います。

◆**日程（所要時間45～60分程度）**

期日	日程	施設
11月11日㈬	午前９時30分～	広田保育園、横田保育園
11月19日㈭	午前９時30分～	小友保育所、高田保育所、気仙保育所
11月25日㈬	午前９時30分～	米崎保育園、竹駒保育園、下矢作保育園

◆**申込方法**：申し込みフォームから申し込み
◆**申込期限**：開催日前日の正午まで

申し込みはこちら

問い合わせ先　市役所子ども未来課子育て支援係（内線255）

令和９年４月分から下水道使用料を改定します

下水道事業の安定経営のため、次の表のとおり下水道使用料を改定します。

◆改定後の使用料表

区分		一般用	浴場用	臨時用
基本使用料（１月につき）	５㎥まで	1,650円	1,650円	1,650円
従量使用料（１㎥につき）	５㎥を超え 10㎥まで	110円	150円	350円
	10㎥を超え 15㎥まで	130円		
	15㎥を超え 20㎥まで	150円		
	20㎥を超え 25㎥まで	170円		
	25㎥を超え 30㎥まで	190円		
	30㎥を超え 35㎥まで	210円		
	35㎥を超え 40㎥まで	230円		
	40㎥を超え 45㎥まで	250円		
	45㎥を超え 50㎥まで	270円		
	50㎥を超え 100㎥まで	320円		
	100㎥を超えるもの	400円		

◆改定後の汚水量別使用料例（一般用）

１月の汚水量	基本使用料	従量使用料	消費税	合計
５㎥	1,650円	0円	165円	1,815円
10㎥	1,650円	550円	220円	2,420円
20㎥	1,650円	1,950円	360円	3,960円

問い合わせ先　上下水道課経理係（内線545）

飲用水等給水施設の整備に補助を行っています

市では、水道未普及地域における飲用水確保のために補助を行っています。

補助対象経費	補助限度額
水源調査に要する経費	１戸当たり50万円まで
取水、浄水、貯水、送水および配水の施設の新設、増設または改造（維持管理を目的とするものを除く。）に要する経費	１戸当たり100万円まで

※補助率は10分の８です。
※水源調査とは、ボーリングなどによる地下水の探査に加え、その水質を検査するものを指します。

詳細はこちら

水道の使用開始・中止の届出はオンライン手続きが可能です

問い合わせ先　上下水道課経理係（内線545）

乳がん検診および子宮頸がん検診を実施します

申し込みを受け付けていた乳がん検診および子宮頸がん検診を以下のとおり行います。
無料クーポンの対象となる人には、受検票を送付します。受診を希望する人で申し込みが済んでいない人は、お問い合わせください。

◆対　　象：乳がん検診…市内に住所を有する40歳以上の女性
子宮頸がん検診…市内に住所を有する20歳以上の女性
※昨年度受診した人は対象外となります。
◆検査内容：乳がん検診…マンモグラフィによる乳房Ｘ線撮影
子宮頸がん検診…子宮頸部細胞診
◆費　　用：1,000円
◆検診料免除対象者
❶重度心身障がい者医療費受給者証をお持ちの人
❷生活保護世帯の人
❸市民税非課税世帯の人
❹70歳以上の人（令和９年４月１日時点）
❺無料クーポン対象者
・乳がん検診（昭和60年４月２日～昭和61年４月１日生まれの人）
・子宮頸がん検診（平成17年４月２日～平成18年４月１日生まれの人）

レディース健診の予約はこちら
乳がん検診の予約はこちら
子宮頸がん検診の予約はこちら

日程	受付時間（受付：午前９時～）	対象行政区	会　場
12月６日㈯	午前９時30分～11時	平日受診できない人など（予約制）	市コミュニティホール　シンガポールホール
	午後１時～２時		
12月７日㈰	午前９時30分～11時	広田町10区～15区、矢作町	
	午後１時～２時	広田町１区～９区甲乙、横田町	
12月８日㈫	午前９時30分～11時	レディース健診日（予約制）	
	午後１時～２時		
12月16日㈬	午前９時30分～11時	米崎町１区～14区	
	午後１時～２時	米崎町15区～17区、高田町１区～５区	
12月17日㈭	午前９時30分～11時	高田町６区～12区	
	午後１時～２時	高田町13区～19区	
12月18日㈮	午前９時30分～11時	竹駒町、気仙町１区～10区	
	午後１時～２時	小友町、気仙町11区～14区	

◆混雑を緩和するため、対象地区を割り振っていますが、指定日に受診できない人は、日程内の都合の良い日に受診してください。
◆レディース健診：特定健診などと子宮頸がん検診および乳がん検診を同時に受診できます。
事前に二次元コードから予約をお願いします。
予約期間：11月16日（月）午前10時～20日（金）午後５時
◆12月６日㈯は予約制です。事前に二次元コードから予約をお願いします。
予約期間：11月16日（月）午前10時～20日（金）午後５時

問い合わせ先　市役所保健課健康推進係（内線235）

令和８年度健康づくり表彰

キラキラたかた健康づくり賞の候補者を募集します

　市では、ともに支え健康に暮らすまちづくりを目指し、健康づくりの大切さや楽しさを普及することを目的に、健康づくり表彰（キラキラたかた健康づくり賞）を実施します。
　「健康自慢部門」「地域活動部門」「はまかだ部門」のそれぞれで候補者を募集します。
　選考によって選ばれた個人または団体には、令和９年２月 20 日㈮に開催する「はまかだ交流会」で表彰式を行います。

◆募集内容
・健康自慢部門：健康づくりの取り組みを継続して実践しており周囲の人も認めるハツラツとした人（個人）
・地域活動部門：地域で健康づくり活動を積極的に展開している人（個人または団体）
・はまかだ部門：はまかだをテーマに活動を継続している人または作品（個人または団体）

◆対　　象（次の❶～❺をすべて満たす人）
❶市内に住所を有する個人または団体
❷栄養・食生活、身体活動・運動、休養・こころの健康、喫煙および歯・口腔の健康などに関する生活習慣の改善に関する取り組みを推進または実践していること
❸営利を目的としていないこと
❹自薦の場合は取り組みなどを証言する人がいること、他薦の場合は候補者本人の同意があること
❺過去に同様の表彰を受けていないこと

◆応募方法：応募フォームから応募
◆応募期限：11 月 30 日㈰午後５時

応募はこちら

問い合わせ先　市役所保健課健康推進係（内線235）

傾聴ボランティア「こころのもり」の傾聴サロン活動をご紹介します

　陸前高田市傾聴ボランティア「こころのもり」では、下和野交流プラザと中田交流プラザで傾聴サロンを開催しています。参加者同士でお茶を飲みながら会話を楽しんだり、こころのもりのメンバーとお話をしたりする、気軽な交流の場です。レクリエーションなども行っています。どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

◆開催日時・会場
毎月第１水曜日　午後１時 30 分～３時　下和野交流プラザ
毎月第３水曜日　午後１時 30 分～３時　中田交流プラザ
※開催日は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。



◆内　　容：交流、お茶のみ、レクリエーションなど
◆対　　象：市内在住の人
◆参加費：無料

●個別相談・訪問での傾聴
　「誰かに話を聴いてほしい」「悩みや不安をゆっくり相談したい」という人には、個別での相談にも対応しています。
　希望する人は、事前に「こころのもり」にご連絡ください。サロン開催日以外の相談や、訪問での傾聴にも対応しています。
　話をすることで、気持ちが整理され、心が少し軽くなるかもしれません。相談内容の秘密は守られますので、一人で抱え込まず、お気軽にご連絡ください。

問い合わせ先　陸前高田市傾聴ボランティア こころのもり代表 西條正夫（さいじょうまさお）☎090（5413）5751
市役所保健課健康推進係（内線234）

さくらの杜・秋の「絆植樹祭」に参加しませんか

　さくらの杜プロジェクト陸前高田協議会では、11 月 14 日㈯、15 日㈰の２日間、桜の植樹祭を開催します。
　皆さんのご参加をお待ちしています。
◆申込方法：申し込みフォームまたは電話から申し込み
※中学生以下の人は、必ず成人の人と一緒に申し込み・参加してください。
※集合場所や持ち物など、詳しいご案内は、申込受付後に改めてご連絡します。
◆申込期限：11 月 10 日㈫

● 日時・会場　11 月 14 日㈯午前 10 時～午後３時ごろ・高田松原津波復興祈念公園

◆内　　容：❶さくらの杜・絆植樹祭　午前 10 時～正午（受付：午前９時 45 分～）
祈念公園内の道の駅西側エリアに、桜の苗木 25 本程度を植樹します。
❷震災伝承・復興体感アクティビティ　午後１時～３時頃
次の①～③の中からいずれか１つに特別料金で参加できます。
①パークガイド（ガイドの解説による徒歩での震災遺構見学）
②グリスロ de パークガイド（ガイドの解説による電動カートでの震災遺構見学）
③ＴＡＫＡＴＡ ＰＵＴＴＥＲ ＣＹＣＬＥ（電動アシスト自転車でのガイドツアー）
※アクティビティは、植樹祭に参加した人が対象です（植樹祭のみの参加も歓迎）。
※正午～午後１時の間は、各自休憩時間となります。

◆募集定員：❶ …50 名程度
❷…① 12 名
②５名
③５名（中学生以上）
※いずれも先着順。







◆参 加 料：❶無料
❷いずれも 2,000 円（特別料金）
※①は通常１団体 12 名まで 19,800 円、本イベントでは特別に個人参加可
※②、③は通常 4,000 ～ 5,000 円



申し込みはこちら

● 日時・会場　11 月 15 日㈰午前 10 時～午後０時 30 分ごろ・気仙町今泉地区

◆内　　容：❶さくらの杜・絆植樹祭　午前 10 時～正午頃　（受付：午前９時 45 分～）
旧吉田家住宅主屋、姉歯橋周辺に、桜の苗木 30 本程度を植樹します。
❷旧吉田家住宅主屋見学会（正午過ぎから 30 分程度）
植樹終了後、見学会を開催します（希望者のみ）。
◆募集定員：50 名程度（先着順）
◆参 加 料：❶、❷ともに無料



申し込みはこちら

問い合わせ先　さくらの杜プロジェクト陸前高田協議会（平日午前9時~午後6時）☎070（8942）0937

新規学卒者を雇用された事業主の皆さんへ

市では、「新規学卒者」を雇用した事業主に奨励金を支給しています。該当する場合は、申請手続きをお願いします。

※新規学卒者とは…高等学校以上（専門学校含む）の学校を卒業後、翌年３月31日までに市内事業所に就職し、市内に住所を有する人

◆**対象事業主：**市内に事務所または事業所を有し、雇用保険に加入しており、新規学卒者を常勤雇用の労働者として６カ月以上雇用した事業主

◆**支給対象：**令和８年４月１日から令和９年３月31日までの間に、採用から６カ月を経過する新規学卒者を雇用していること

◆**支　給　額：**１人につき10万円

◆**申請時期：**原則、新規学卒者を採用した日から６カ月経過後の翌月20日まで
（例）４月１日採用の場合、10月１日から11月20日までが申請時期となります。

◆**申請方法・提出書類**

以下の、❶～❺を市役所商工観光課商工ブランド係に提出してください。申請書は商工観光課窓口で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

❶陸前高田市企業雇用拡大奨励金支給申請書
❷雇用証明書
❸『雇用保険被保険者資格取得等確認通知書』の写し
❹卒業が証明できる書類（卒業証明書の写し、卒業証書の写しなど）
❺勤務状況が確認できる書類（タイムカード、出勤簿など）

詳細はこちら

問い合わせ先　市役所商工観光課商工ブランド係（内線422）

教えて SDGs その先の笑顔のため、いまできること

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

Sustainable Development Goals

★SDGsとは…　自分の子どもや孫たちが暮らす未来に、住み続けられる世界を残すため、掲げられた全世界の人が取り組むべき17の目標。

あなたもぜひSDGsに取り組んでみませんか？

本市は、令和元年（2019年）7月に「SDGs未来都市」に県内で初めて選定されました。

本コーナーでは、本市でSDGsの達成に向け積極的に取り組んでいる人・団体、関連イベントなどを紹介しています。

高田高校でSDGs講演会が行われました



９月15日㈫、高田高校１年生127人を対象としたSDGs講演会が、同校で行われました。

市企画政策課職員が講師を務め、SDGsの基礎知識に加え、世界各地で発生する災害や生き物の生態系への影響、日本国内での猛暑日の増加など、世界や身近で起きている気候変動と私たちの暮らしのつながりについて解説しました。特にも「SDGs未来都市」に選定されている本市は、環境面にとどまらず、「ノーマライゼーションという言葉のいらないまちづくり」を掲げ、心のバリアフリーなどのソフト面の取り組みに重きを置いている全国でも数少ない自治体であることを紹介しました。

後半のワークショップでは、生徒の皆さんが「生徒会役員ならどんな新しい取り組みをするか」をテーマに意見を交わし、身近なところからSDGsを自分ごととして捉える大切さを学びました。

SDGsの推進に向けて

◆菅野晴音（かんのはるね）さん



中学生の時から陸前高田市の政策的な事柄について学んでいましたが、今回の講演を通してより多くの人にSDGsが浸透してほしいと感じました。商品のリサイクルや海の環境整備など、自分にできる身近なところから取り組んでいきたいです。市のSDGsを学ぶ学習の機会があれば、ぜひ参加したいと思っています。

◆小泉蒼生（こいずみあおい）さん



今日の講演を通して、SDGsとその前身であるMDGsについて深く学べたほか、市の具体的な取り組みについても知ることができました。幅広い知識を得られたことで、SDGsを「自分ごと」として捉えることができました。これからの陸前高田市が、たくさんの人で賑わう持続可能で魅力あるまちになってほしいです。

11月25日は「女性に対する暴力撤廃の国際デー」です

内閣府では、毎年11月12日から25日までを「女性に対する暴力をなくす運動」の実施期間として定めています。期間中に行われる運動は、女性に対する暴力の問題に関する取り組みを一層強化することを目的としています。

市では、本期間に併せて、次のとおり啓発活動を行います。

◆**奇跡の一本松のライトアップ**

11月15日㈰から25日㈫までの間、高田松原津波復興祈念公園内の奇跡の一本松をパープルカラーにライトアップします。

パープル・ライトアップには、女性に対するあらゆる暴力の根絶を広く呼び掛けるとともに、被害者に対して「ひとりで悩まず、まずは相談してください。」というメッセージが込められています。

ライトアップ時間：午後５時30分～９時



過去のライトアップの様子

◆**普及啓発活動**

本年度は11月22日㈰午後０時30分から、「男女共同参画サポーターの会気仙ブロックの会」の皆さんと、暴力のない社会の実現に向けて啓発グッズの配布や相談窓口の普及啓発活動を行います。

◆**相談窓口：**電話　性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター…#8891
性犯罪被害相談電話…#8103
チャット　キュアタイム：二次元コードから相談

チャット
キュアタイム

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125）

たかたスマートモビリティについてのお知らせ

たかたスマートモビリティの運行エリアが、10月１日㈬に拡大したことに合わせて、利用状況や交通安全の点から、市内の商業・医療施設などの乗降ポイントを次の表のとおり新設および廃止しました。

運行エリアを拡大したため、予約の状況に合わせて乗車時間が長くなることがあります。また、タクシーとは異なり、乗降場所はそれぞれの乗降ポイントのみとなります。その他の場所での乗降には対応していませんので、ご了承ください。

新　設		
陸前高田ドライビングスクール（竹駒町）	キャピタルホテル1000（高田町）	コメリホーム＆グリーン陸前高田店（米崎町）
陸前高田発酵パークCAMOCY（気仙町）	市コミュニティホール（高田町）	上浜田会館（米崎町）
食堂かもん（高田町）	脇ノ沢駅（米崎町）	和方自治会館（米崎町）
スポーツドーム（高田町）	広田歯科医院（米崎町）	産直はまなす陸前高田（米崎町）
セブンイレブン高田高校前店（高田町）※準備中	ツルハドラッグ高田アップルロード店（米崎町）	米崎地区コミュニティセンター（米崎町）
松原苑・松原クリニック（高田町）	クローバー（米崎町）	丼屋さかぐち（米崎町）
奇跡の一本松球場（高田町）	ファミリーマート高田米崎沼田店（米崎町）※準備中	広田湾漁協米崎小友支所（小友町）

廃　止
アバッセバス停
マイヤ高田店前
高田小学校
矢作町－１（大嶋部）
高田町－２（大隅）
高田町－６（鳴石）
高田町－９（中和野）
高田町－24（鳴石）
高田町－33（本丸）
気仙町－５（内野）

※各施設の駐車場で乗り降りするときは、他の車に注意してください。
※駐車場内での飲酒、喫煙はしないようにしてください。
※その他、各施設の管理者から指示があった場合は、それに従ってください。

問い合わせ先　市役所まちづくり推進課生活環境係（内線121、122）

盛岡大学・盛岡大学短期大学部公開講座受講生募集



市では、生涯学習の一環として、誰もが参加できる学びの場を提供するため、盛岡大学・盛岡大学短期大学部公開講座を行います。ぜひご参加ください。

講座 ❶「パブリックヒストリーとプレヒストリーを繋ぐ発掘調査」

講師：吉田泰幸（よしだやすゆき） 氏（盛岡大学文学部社会文化学科　教授）

岩手県一戸町内の閉校になった小学校の校庭の片隅に、タイムカプセルを埋めた場所を示す石碑がある。石碑には「この石は袖越遺跡より発掘した石であり、袖越は紀元前 2,500 年縄文期の遺石と推定される」と刻まれているが（パブリックヒストリー）、袖越はどのような先史時代遺跡だったのか（プレヒストリー）。実態を解明するには、発掘調査が必要となる。パブリックヒストリーとプレヒストリーを繋ぐ発掘調査の速報をお伝えします。



講座 ❷「体力や身体活動と健康」

講師：諏訪雅貴（すわまさたか） 氏（盛岡大学栄養科学部栄養科学科　教授）

体力を高く保つことや、身体活動（運動やスポーツを含む）を積極的に行うことには、生活習慣病予防や介護予防など様々な効果があります。本講演では、これらについて概説するとともに、ご家庭などで簡単にできる運動をご紹介いたします。運動するための準備は必要ありませんので、気軽にご参加ください。

◆**日　　時：**12 月 5 日㈮午前 9 時 45 分～正午（受付：午前 9 時 15 分～）
◆**場　　所：**市コミュニティホール　大会議室
◆**申込方法：**専用の申込書または、申し込みフォームにより 11 月 20 日㈭までに申し込みください。なお、申込書は教育総務課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。
◆**申込み・問合せ先**
市教育委員会教育総務課 生涯学習・芸術係
〒 029-2292 陸前高田市高田町字下和野 100 番地
☎ 0192 (54) 2111 (内線 553)　FAX 0192 (54) 3888

申し込みはこちら

はまらっせあ

令和8年度文化芸術講座受講生募集！



市では、文化・芸術に親しむことを目的として「いけ花講座」を行います。一枝一輪に心を込めて、花と向き合うひとときを一緒に過ごしませんか。初心者向けに基本の技術から丁寧に指導します。お気軽に申し込みください♪

「いけ花講座」

講師：草月流（そうげつりゅう） 松田社中（まつだしゃちゅう） 師範 松田邦子（まつだくにこ） 先生

全３回	日　程 各回　午後２時～３時30分	テーマ
第１回	令和８年 12 月 16 日㈬	基本型
第２回	令和９年１月 13 日㈫	基本型
第３回	令和９年２月３日㈫	自由型



講師作品

◆**場　　所**…奇跡の一本松ホール　実習室１・２
◆**対　　象**…市内在住、または市内に勤務している人
◆**持 ち 物**…花ばさみ（工作はさみでも可）、新聞紙、ビニールの風呂敷、タオル、花器（深めのどんぶりなどの食器、お菓子缶など※直径 15 センチ以上、深さ５センチ程度のもの）、※お持ちの人は剣山（お持ちでない無い人はオアシスで代用します）
◆**費　　用**…材料費として１回 1,000 ～ 1,500 円（各回受付時に集金します）
◆**募集人数**…10 人
◆**申込期限**…12 月８日㈫
◆**申込方法**…申し込みフォーム、電話、教育総務課窓口で受け付けします。
申し込みの際は、❶～❺を明記してください。
❶氏名 ❷住所 ❸電話番号 ❹年齢 ❺経験の有無
◆**そ の 他**…申込者が多数の場合は未経験者を優先のうえ、抽選となります。
申込者が少数の場合は中止とします。
申込期間終了後（抽選の場合は抽選後）、申し込み結果などについてご連絡します。
申込期間終了後のキャンセルは、材料準備の都合上、材料費をご負担いただきます。
◆**申 込 先**…市教育委員会教育総務課生涯学習・芸術係
☎ 0192(54)2111（内線 554）

申し込みはこちら

高田松原花火
秋の夜空をきらびやかに彩りました

10月11日㈰、高田松原運動公園を会場に高田松原花火が開催されました。市内外から訪れた多くの人たちは、夜空を彩るさまざまな花火に目を輝かせていました。

会場では、花火のほかにも多彩なグルメや郷土芸能の披露があり、大阪府から訪れた箕面自由学園吹奏楽部が圧巻の演奏を披露したほか、本市の氷上太鼓による力強い音が響き渡るなど、訪れた人たちはさまざまな催しを楽しんでいました。

また、打ち上げ花火のほかにも、手持ち花火などを楽しむ姿も見られ、花火の魅力を存分に味わう夜となりました。









学校通信

高田東中学校だより

今月は、高田東中学校の学校生活や日々の取り組みの様子をお届けします

一人一人の輝きが紡ぐ、希望の光　～令和8年度 高田東中学校運動会～

５月 16 日㈯、「彩～我らが紡ぐ希望の光～」のスローガンのもと、高田東中学校運動会を開催しました。一人一人の努力や思いをつなぎ合わせ、大きな輝きを生み出そうという願いを込めて、一生懸命に取り組みました。

紅組「凌駕」、白組「輝跡」の各組団スローガンのもと、それぞれが力を尽くす中、毎年恒例となっている統合前の広田中学校、小友中学校、米崎中学校の応援歌も披露しました。３校の伝統を受け継ぐこの取り組みは、地域の方々からも好評をいただいています。

運動会を通して、学年を越えて声を掛け合い、互いを応援する姿が多く見られ、日々大切にしてきた「絆」を改めて感じることができました。運動会で得た達成感や仲間を思いやる気持ちを、これからの日常生活にもつなげ、さらに誇れる高田東中学校をつくっていきます。ご来場いただいた保護者や地域の方々、温かいご声援をありがとうございました。









ふるさとへの思いをつなぐ～「在京陸前高田人会」の皆様との交流～



９月第１週にキャリアウィークを実施しました。１年生は「地域に学ぶ」として復興とともに歩む本市について学び、２年生は「社会に学ぶ」として職場体験学習に取り組みました。３年生は「人に学ぶ」をテーマに、修学旅行中に「在京陸前高田人会」の皆様との交流会を行いました。

交流会では、東日本大震災の際、遠く離れた地からふるさとの復興を支え、その後も陸前高田を応援し続けてきた皆様の思いを伺いました。ふるさとを大切に思い、復興を願う皆様のお話から、地域を思う心や人と人とのつながりの大切さを学ぶことができました。

今回の交流を通して、ふるさとへの思いを深め、陸前高田の未来を担う一人として、自分にできることを考える貴重な機会となりました。

支援の思いを次の誰かへ「恩送り」

高田東中学校生徒会では、支援の思いを次へつなぐ「恩送り」の活動に取り組んでいます。

令和８年熊本地震に際しては、地域の皆様や生徒から募金への協力をいただき、高田第一中学校生徒会と合わせて集まった 36 万 3,990 円を日本赤十字社へ寄付しました。

また、東日本大震災後、毎年卒業式にお祝いの花を届けてくださった我孫子市消防団へ、大雨災害への対応にあたる皆様に感謝と応援の気持ちを込めて、アルミ缶回収の収益を活用した贈り物を届けました。これまでいただいた温かい思いを、今度は自分たちから誰かへ。これからも感謝の気持ちを次の誰かへつなぐ活動を続けていきます。





問い合わせ先　高田東中学校☎0192 (55) 2756

新米の季節

■ 実りの秋を満喫する稲刈り式

たかたのゆめ稲刈り式

５月の田植え式から大切に育てられ、黄金色に実った本市のブランド米「たかたのゆめ」の稲刈り式が、９月27日㈯に米崎町の市ライスセンターをメイン会場に開催され、市内外から約50人が参加し、収穫の喜びを分かち合いました。



１株ずつ丁寧に刈り取る参加者

参加者は、雨でぬかるむ田んぼに慎重に入り、大きく育った稲の根元に鎌を当てて上手に刈り取っていました。作業後には新米のおにぎりと具だくさんの豚汁が振る舞われ、参加者は秋の味覚を存分に味わっていました。

花巻市から訪れた吉田大和（よしだやまと）さん（小学１年）は「田植え式のときから稲刈りするのが楽しみだった。おにぎりで食べるのが楽しみ」と笑顔を見せました。

三陸の自然満喫

■ 秋の三陸を駆け抜ける

第15回ツール・ド・三陸2026

10月３日㈯、４日㈰の２日間、本市と大船渡市を会場に「第15回ツール・ド・三陸2026」が開催され、市内外から訪れた多くのサイクリストが参加しました。

本年は、３日にヒルクライム・タイムトライアル・レースが行われ、夢アリーナたかたを出発した参加者らは、箱根山の山頂付近などに設けられたゴールを目指して、険しい山道を駆け抜けていきました。続く４日には、アバッセたかたを出発したサイクリストらが、景色やコース途中に設けられたエイドステーションで軽食や飲み物、市民との交流を楽しみました。



大漁旗を背に、地域の子どもたちと記念撮影するサイクリストら

参加した小澤千殖（おざわちふゆ）さん（矢巾町）は「５年前まで大船渡市にいたので、今日は懐かしい景色を楽しめた。沿道の応援やエイドステーションでのおもてなしが温かく、うれしかった」と振り返っていました。

健康づくりを楽しむ

■ 体力測定と健康講話を通して自身の健康を見つめる

体力測定会＆法政大学健康運動教室

10月10日㈯、市が主催する体力測定会と法政大学が主催する健康運動教室が、夢アリーナたかたの多目的ホールで開催され、関係者を含む約60人が参加しました。

当日は、開眼片足立ちや握力測定などで体力をチェックしたほか、同大学の学生による血圧や血管の硬さの測定も行われ、参加者は自身の健康状態を確認しました。その他にも、同大学生命科学部大学院スポーツ健康学研究科の越智英輔（おちえいすけ）教授による健康講話や学生による健康体操も行われ、参加者は楽しみながら健康づくりについて学びました。



学生からの説明を受ける参加者

同大学スポーツ健康学研究科研究生の小菅悠太（こすげゆうた）さんは、「地域の皆さんの温かく話しやすい雰囲気に触れられたことが何より嬉しい。運動を『楽しいこと』と捉えてもらい、今回のイベントをきっかけに、多くの人に運動に取り組んでもらいたい」と期待を寄せていました。

地域包括支援センター発

介護お茶のみ話 144



もしものための話し合い「人生会議」ってなに？

皆さんは「人生会議」をご存じですか。

ＡＣＰ（アドバンス・ケア・プランニング）といい、「あらかじめ、自分の医療・ケアを、考えておこう」という意味です。

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームなどと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

◆具体的な取り組み

市では、次の取り組みを行っています。

❶「わたしの『生きる』ノート」、「終活ノート」の推進

もしものときのために備えて、自身の情報や希望をあらかじめまとめたものが「わたしの『生きる』ノート」、「終活ノート」です。

❷「もしバナゲーム」の推進

「もしバナゲーム」とは、あなたと大切な誰かが、もしものときのための話し合い（もしバナ）をするきっかけづくりとなるゲームです。このゲームを通じて、人生において大切な「価値観」や自分自身の「あり方」について話し合い、気づきを得ることができます。

市では❶「終活ノート作成講座」、❷「もしバナゲームの体験会」を実施しています。❶、❷について、興味や希望がある人は、お気軽にご相談ください。

問い合わせ先 市地域包括支援センター（内線215）

◆もしバナゲーム体験会&生きるノート作成講座を開催します

講座では、参加者同士で「もしバナゲーム」を体験し、その後、「わたしの『生きる』ノート」を一緒に作成します。

◆日時：11月29日㈰午前10時～11時30分

◆場所：アバッセたかたリックスペース

◆対象：市内在住の人

◆定員：20名

◆申込期限：11月24日㈫

参加者する人には、「終活ノート」と「わたしの『生きる』ノート」をプレゼントします。みなさんのご参加をお待ちしています。

◆申し込み・問い合わせ先

チームけせんの和　下和野市民交流プラザ・みんなの相談室☎0192（22）7366



537 保健だより

「冬に負けない体づくり 毎日の習慣で感染症予防」

朝晩の冷え込みが増し、空気が乾燥する季節となりました。これから冬にかけては、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などが流行しやすくなります。感染症を予防するには、病原体を体内に入れない対策に加え、食事・睡眠・運動などの生活習慣を整え、病気に負けにくい体をつくることが大切です。

体調を整えるためのポイント

◆バランスのよい食事

主食・主菜・副菜をそろえ、肉や魚、卵、大豆製品などのたんぱく質、野菜や果物を取り入れましょう。野菜、きのこ、海藻、豆類など食物繊維を含む食品も取り入れ、腸内環境を整えましょう。また、水分もこまめに補給しましょう。

◆睡眠と運動を大切にする

できるだけ毎日同じ時間に寝起きし、睡眠不足を避けましょう。散歩やストレッチ、ラジオ体操など、無理なく続けられる運動は、体力の維持や気分転換につながります。

◆体を冷やさない

首、手首、足首を温め、入浴時は湯船にしっかりつかることなどを意識しましょう。

室温や体調に合わせて衣服を調整し、急な温度差にも注意しましょう。

感染を広げないためには

◆手洗いをする

外から帰ったときや食事の前には、石けんで丁寧に手を洗いましょう。手で鼻や目、口などを不用意に触らないことも大切です。

◆換気を続ける

室内では、２方向の窓やドアを開け、屋外の空気を取り入れながら、空気の通り道をつくりましょう。窓開けが難しい場合は、換気扇を活用してください。

◆体調が悪いときは無理をしない

せきやくしゃみ、発熱などの症状があるときは、外出を控え、十分な休養をとりましょう。タオルや食器の共用を避けるなど、周囲への配慮も心がけましょう。

「少し歩く」「早めに休む」「帰宅後に手を洗う」など、できることから一つずつ始め、元気に冬を過ごしましょう。

問い合わせ先 市役所保健課健康推進係（内線234）

開催します

こども図書館ちいさいおうち
手づくりバザー

こども図書館ちいさいおうちでは、地域の皆さんやスタッフのハンドメイド作品を販売するバザーを開催します。

会場には、陶器やモビール、アクセサリー、布小物などの丁寧に作られた作品のほか、古本やベーグルパンなども並びます。

また、流木を使ったハタキ作りのワークショップも行います。皆さんのご来場をお待ちしています。

◆**日時**…11月15日㈰午前10時～午後2時

◆**場所**…こども図書館ちいさいおうち（竹駒地区コミュニティセンター敷地内）

◆**問い合わせ先**…こども図書館ちいさいおうち（高橋）☎0800（6030）1282

海と希望の学校in三陸2026
ウミガメと見つける。“好き”のその先

沿岸広域振興局では、全国から集まるウミガメ研究者や大学教員、水族館関係者などによる特別講座を開催します。

海に関わる仕事や進路、研究の魅力を学びながら、自分の将来や地域との関わりについて考えてみませんか。

参加無料、申込不要です。

◆**日時**…11月15日㈰午後1時30分～4時40分（開場：午後1時～）

◆**場所**…釜石市民ホールTETO ホールA

◆**対象**…どなたでも参加可

◆**問い合わせ**…一般社団法人大槌町観光交流協会☎0193（42）5121

募集します

北限のゆず研究会
ゆず狩りサポーターを募集します！

北限のゆず研究会では、本年も毎年好評の「園地でランチ」、小さなお子さんも楽しめる「親子ゆず狩り」などを計画しています。

爽やかな香りに包まれながらゆず狩り体験はいかがですか。

ぜひ、市民の皆さんのご参加をお待ちしています！

◆**日時**…❶11月11日㈬、❷15日㈰、❸18日㈬、❹21日㈯各日午前10時～午後4時（❹は、親子ゆず狩りデーとなります。また、時間は午前10時～正午までとなります。）

※雨天時の開催については、開催日の2日前までにメールまたは電話でお知らせします。

◆**定員**…各回15名（❹のみ親子先着10組）※要予約・先着順

◆**集合場所**…たまご村駐車場（高田町字大隅93－1）

◆**持ち物**…タオル、昼食代、帽子、防寒具など

◆**服装**…汚れてもよい服装

◆**参加費**…無料（昼食は近隣の飲食店で取る予定です。昼食代は各自ご負担ください）※❶❷は「園地で昼食を取る予定です。昼食代は各自ご負担ください）※❶❷は「園地でランチ」とし、ゆず狩り園地で昼食を取ります。お弁当を希望する場合は千円ご負担にて用意します。詳細は応募の際に問い合わせください。

◆**申込方法**…申し込みフォームまたは電話

◆**申込期限**…各開催日の2日前

◆**申し込み・問い合わせ先**…北限のゆず研究会☎090（7396）6447（平日午前9時～午後5時）

お知らせ

脱炭素先行地域事業
事業説明会のお知らせ

地域の木材を活用した「薪ボイラー事業」について、事業説明会を開催します。本事業は環境省の脱炭素先行地域計画に位置づけられており、市内に建設中のホテルの温浴施設に対し熱供給を行うものです。

◆**日時**…11月10日㈫午後6時～30分～7時30分（予定）

◆**場所**…奇跡の一本松ホールルーム2

◆**問い合わせ先**…株式会社リアース☎0192（47）4102

国の平和と安全を守る　陸海空自衛官募集

募集種目	受付期限	試験日		応募資格
一般曹候補生	11月20日㈮	【1次試験】11月28日㈯～12月2日㈬のうち、指定する1日（WEB試験）	【2次試験】一次試験合格者にのみ後日通知	採用予定日（令和9年4月1日）に18歳以上33歳未満の人
2等陸・海・空士（任期制自衛官）	令和9年1月22日㈮（年間を通じて受け付けています。）	試験日は受付時にお知らせします。（WEB試験・口述・身体検査）		
高等工科学校（一般受験）	令和9年1月14日㈬	【1次試験】1月23日㈯（筆記試験）※24日予備日※一次試験会場は岩手県水産会館（盛岡市）を予定	【2次試験】一次試験合格者にのみ後日通知	平成22年4月2日から平成24年4月1日までに出生した男子

※WEB試験の内容は、学科・適性検査・作文（スマホ、PC、タブレット使用）
※口述試験・身体検査の会場は岩手駐屯地（滝沢市）を予定

問い合わせ先　自衛隊釜石地域事務所☎0193（23）7854

慶弔

（令和8年9月16日～10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

気仙	小林　渓	（良崇・町裏）
	熊谷　一輝	（祐輝・月山）
高田	滝田　遥世	（健・太田）
米崎	井戸端　駈	（洋一・松峰）
広田	吉田　凌翔	（怜央・泊）

★女の子

気仙	千葉　陽	（執真・三本松）
	榊原　望禾	（翔・水上）
高田	嶋村　梨睦	（拓郎・鳴石）
広田	佐藤　桜亜	（海・田端）
	村上　七星	（純輝・大陽里）

おくやみ…（　）は年齢・字名

矢作	村上　祥一	（92歳・中島）
	佐々木　善重	（88歳・二田野）
横田	松田　義夫	（97歳・本宿）
竹駒	熊谷　タマノ	（88歳・細根沢）
	脇坂　勝幸	（83歳・上壺）
	伊藤　文子	（85歳・下壺）
	新沼　ヨシノ	（98歳・仲の沢）
気仙	中山　チヨ子	（85歳・荒川）
	鈴木　光男	（76歳・内野）
	菅野　圭助	（96歳・月山）
高田	松田　真紀子	（54歳・鳴石）
	佐々木　泰治	（87歳・本丸）
	金野　和典	（67歳・洞の沢）
	齋藤　敬	（70歳・中田）
米崎	千葉　たか子	（99歳・川内）
	菅原　和夫	（93歳・松峰）
広田	村上　シズ子	（93歳・大祝）
	臼井　繁治	（92歳・中沢）

数字で見る陸前高田市（令和8年9月30日現在）

市内の火災救急活動　9月
（　）は1月からの累計

- 建物　0件（　2件）
- 林野・その他　0件（　0件）
- 出動件数　91件（753件）
- 搬送人員　84人（723人）

市の人口（住民登録人口）
（　）は前月比　出生・死亡数は9月分

男　性　7,941人（－2人）
女　性　8,581人（－3人）
計　16,522人（－5人）
（出生6　死亡19）
世帯数7,520世帯　（－3人世帯）

市内の交通事故　9月
（　）は1月からの累計

- 人身事故　2件（　14件）
- 物損事故　35件（226件）
- 負傷者　2人（　18人）
- 死亡者　0人（　0人）
- 飲酒運転　1人（　3人）

Takata こうほうりくぜんたかた
November. 2026 No.1222
令和8年11月号（令和8年11月4日発行）
〒029-2292 岩手県陸前高田市高田町字下和野100番地
◆HP https://www.city.rikuzentakata.iwate.jp
◆発行 岩手県陸前高田市
☎0192(54)2111
◆広報に関するお問い合わせはこちら
◆編集 企画政策課
FAX0192(54)3888

今月のおすすめレシピ

オススメ！

ピーカンナッツレシピコンテスト作品

ピーカンナッツ入り中華風おこわ

1人分
エネルギー 428KCal
食塩相当量 1.9g

ピーカンナッツには、ビタミンEをはじめとした多くの抗酸化物質が含まれており、アルツハイマー病予防やアンチエイジングに役立つといわれています。

今回は、「第3回全国ピーカンナッツレシピコンテスト」の【一般部門】に出品されたレシピを紹介します。

香ばしいピーカンナッツともち米で、彩り豊かな仕上がりになるレシピです。ぜひご家庭で作って食べてみてください。



\ Cooking /

作り方

ピーカンナッツは蒸らすことでやわらかくなり、食感も良くなります。

❶もち米を洗ってザルにあげ、水気を切る。284ccの水（炊飯用）に30分以上浸してから炊飯器で炊く。
❷豚もも肉は1㎝幅に切る。ニンジン・タケノコ・干ししいたけは千切りにする。ピーカンナッツは縦半分に手で割る。
❸鍋でごま油を熱し豚肉を炒める。豚肉の色が変わったら、ニンジン・タケノコ・干ししいたけを加えて炒める。油が回ったら煮汁を加え、中火で蓋をして15分ほど煮る。
❹煮汁の汁気が半量になったら、汁ごと炊きたてのご飯に混ぜる。その後、ピーカンナッツも加え、10分ほど蒸らす。

材料（4人分）

ピーカンナッツ	40g（2袋半）
もち米	320g
豚もも肉	80g
タケノコ（水煮）	60g
ニンジン	40g
干ししいたけ（水で戻したもの）	8g
ごま油	大さじ1/2
水（炊飯用）	284cc

＜煮汁＞

しょうゆ	大さじ1と2/3
砂糖	大さじ1と1/3
鶏がらスープの素	小さじ2
酒	大さじ2
塩	小さじ1/4
水	270cc

問い合わせ先 市役所商工観光課商工ブランド係（内線422）

★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★ Under-15 ★

主役は君だ！ TAKATA-U15

U15とは… 15歳以下の子ども達のことを意味します

このコーナーでは日ごろ、大会などでの好成績を目指し市内で練習に励んでいる子ども達を紹介します。

チーム名

☑ 種目：バスケットボール

TAKATAミニバスケットボール

団員17人

監督 小林（こばやし）文也（ふみや）さん

スローガン 笑顔と元気で全ては勝利のために！！

キャプテンからのコメント



☑ 高田小学校
☑ 白石（しらいし）夢花（ゆはな）さん（6年）

普段から、キャプテンとして声を出して周りを見ることを意識して練習に取り組んでいます。試合では誰よりも強気で攻めて、県大会での1勝を目指します。



※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11月号（№1222）の制作経費は1部86.4円（税抜き）、発行部数は7,250部です。

UD FONT