



たかた☆ゆめキッチン

- 開催日…毎月第4金曜日(予定)
(各月の開催日は公式LINEで告知)
- 時間…午後4時～8時
- 場所…陸前高田レインボーハウス
(高田町字鳴石 112-7)
- 対象…子どもとその保護者
(子どものみの利用可)
- 料金…子ども(高校生以下):無料
大人:300円



LINE



Facebook

問い合わせ先

たかた☆ゆめキッチン実行委員会
☎ 0192(22)7558



みんなでいっしょに食堂

- 開催日…毎月第3金曜日(予定)
(各月の開催日は公式LINEで告知)
- 時間…午後6時～7時30分
- 場所…①食堂カフェ仙華園
(米崎町字川向7-3)
②米崎地区コミュニティセンター
- 対象…子どもとその保護者
(子どものみの利用可)
- 料金…子ども(高校生以下):無料
大人:300円



LINE



Instagram

問い合わせ先

みんなでいっしょに子ども食堂運営事務局
☎ 0192(55)5445

フードバンク事業にご協力ください

フードバンク岩手では、フードバンクポストを通して、給食が栄養補給の頼みとなっている児童・生徒のいる世帯に対し、長期休暇中の食料支援を実施しています。

◆市内のポスト設置場所

- ①マイヤ高田店 ②マイヤアップロード店 ③市役所
- ④陸前高田市社会福祉協議会 ⑤市コミュニティホール
- ⑥陸前高田アムウェイハウスまちの縁側くらし応援窓口

◆集めている食品(次の①～③に該当するもの)

- ①賞味期限まで1カ月以上あるもので常温保存が可能な食品
- ②未開封のもの ③賞味期限の記載のあるもの

◆問い合わせ先

認定特定非営利活動法人フードバンク岩手
☎ 019(654)3545

詳細はこちら



市役所1階に設置されている
フードバンクポスト



Kodomo Shokudo

こども食堂

地域の居場所



子ども食堂とは、子どもが一人でも訪れることができ、無料または低額で食事が提供される食堂です。平成24年に東京都大田区で始まったと言われているこの活動は、現在、本市でも市内2カ所で定期的に開催されています。

現在の子どもの食堂の役割は、食事の提供をするだけではありません。共働きなどで一人でご飯を食べる「孤食」の子どもに温かい食事、楽しい環境を提供すること。地域の皆さんや学生など、学校と家庭以外の地域の人たちと触れ合うこと。そして、日々の育児や仕事に奮闘する親御さんがホッと一息つけること。子ども食堂は、地域のみなが笑顔で集まれる『地域の居場所』へとなっています。

まずは一度、温かい雰囲気を見に行ってみませんか。食へに行くことも、支える側に回ることも、すべてが地域を支える第一歩になります。

子ども食堂とは

こうした活動は、「地域を良くしたい」と願うボランティアの皆さんの力と、温かい支援で成り立っています。特別な資格は必要ありません。子どもたちの笑顔を未来へ繋ぐため、活動に協力してみませんか。

◆スタッフとして参加する
調理の手伝い、遊び相手や勉強のサポート、受付や会場のセッティングなど、「これならできそう」と思うことや、空いている時間での協力でも大きな助けになります。

◆食材などを提供する
ご家庭で余っている食品や缶詰、お米、農家さんや家庭菜園で採れすぎた野菜などの食材の寄付も受け付けています。また、「フードバンクポスト」を通じた支援も子どもたちへの大きな助けになります。食べきれなくて捨ててしまふ「もったいない」を「ありがと」に変えてみませんか。

地域の温かい輪を広げるために

ボランティア・食材提供のお願い



たかた☆ゆめキッチン

代表
齋藤 まゆみ さん

たかた☆ゆめキッチンは、平成29年に親子が気軽に集える居場所としてスタートしました。当初は外部からの支援者や移住者のボランティアが中心でしたが、現在は地元メンバーが中心となって運営を支えています。

利用者の顔ぶれは新年度ごとに変化しており、最近では転勤で新しく地域にきた親子も増えています。子どもたちは、未就学児から高校生まで幅広い年齢層が利用しており、赤ちゃんの頃から通い続けて成長を見せてくれる子や、成長してボランティアとして戻ってきてくれる子もいます。

食事は、地域の皆さんから提供される野菜やお米、季節の食材を活用して提供しています。人気のカレーは、子供も大人もおかわりするほど好評で、完食してもらうことが大きなやりがいです。

また、食事の提供だけではなく、ドローン体験やものづくり、スポーツといった日常では味わえない「体験」の機会を提供することにも力を入れています。

たかた☆ゆめキッチンでは、単なる「貧困対策」というマイナスイメージではなく、移住者も地元の人も世代を超えて仲良くなる「子どもと親子や大人の居場所」であることを目指しています。

今後は、夏休み期間中の中学生向けの居場所づくりなど、地域のニーズに応じた活動を展開していきます。

会場ではメニューに入っている食材を細かく書いています。



調理するスタッフやボランティアの皆さん



利用者の声



伊藤 謙吾さん(左) 嶋 来さん(右)

毎月のように利用させていただいています。来るたびに副菜のメニューが違うので、いろいろな栄養が取れてとても助かっています。子どもも友達と一緒に食べられるのが嬉しいようで、いつも楽しみにしています。



佐々木 蒼良さん(左) 村上 葵輔さん(右)

たかた☆ゆめキッチンには、いつも二人で来ています。いつもおいしいカレーを食べるのが楽しみです。食べ終わった後も、いろいろな遊びができてとても楽しいです。

たかた☆ゆめキッチン

こども食堂



こども食堂



ポッチャやドローンを使った風船割り、テーブルゲームなどで楽しむ子どもたち



幅広い世代が交流できる場



みんなでいっしょに子ども食堂
実行委員会

会長
吉田 宏 さん

みんなでいっしょに食堂は、仙華園の店舗を活用して地域の皆さんに恩返しをしたいという思いから、令和6年にスタートしました。

現在は、高田東中学校や高田高校などの学生さんや地域のボランティアの皆さん、従業員と協力して運営しています。その他にも、市内外の多くの皆さんから食材などの提供を通して運営を支えてもらっており、深く感謝しています。

提供するメニューは、いただいた食材や季節のイベントに合わせて工夫しており、6月の食堂では、「餅つき」を企画しています。

子どもたちがかわりをしてくれる姿を見るのが、大きなやりがいです。

これまでは、仙華園の店舗で開催していましたが、より多くの方に食事を提供するため、今後は米崎地区コミュニティセンターも活用し、活動を続けていきます。会場が広くなるので、本の読み聞かせやフレスコボードといった、様々な催しも企画していく予定です。

本食堂は、町内に限らず、高齢の方やお一人での参加も大歓迎です。幅広い世代が交流できる場として活動を続けていきますので、ぜひ気軽に足を運んでみてください。

受け付けや配膳などを協力した高田東中学校の皆さん



調理するスタッフやボランティアの皆さん

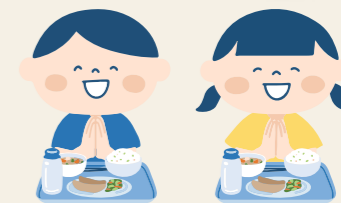


みんなでいっしょに食堂

子ども食堂



野菜がゴロゴロ入ったカレーとデザートを楽しみました



利用者の声



おがさわら 小笠原さん一家

初めての利用でしたが、とても雰囲気良く、子どもがたくさんいてうちの子も喜んでいました。ご飯もたくさん食べてくれたのが嬉しかったです。ぜひまた来たいと思います。



なもと 船本希空さん(右手前)

カレーは甘口でおいしかった。人がいっぱいのにぎやかで楽しかった。次もまたいきたいです。

過去のもんでいっしょに食堂の様子



お寿司やおはぎ、バイキング形式など様々なメニューを提供しています



市営住宅とみなし特定公共賃貸住宅の入居者を募集しています



◆募集期間および対象住宅(定期募集) **6月8日(月)~19日(金)まで**

町名	団地名	建築年度	構造	市営住宅					みなし特定公共賃貸住宅
				1DK	2DK	3DK	ペット可	車いす対応	
高田町	鳴石第2	S 59	RC	-	1戸	-	-	-	常時申し込みを受け付けています。
	//	H 1	RC	-	2戸	-	-	-	
	下和野	H 26	RC	-	-	1戸	-	1戸(2DK)	
	中田	H 27	RC	-	2戸	-	-	-	
気仙町	今泉	H 28	RC	-	3戸	-	-	-	
気仙町	脇の沢	H 29	RC	-	1戸	1戸	-	-	
小友町	西下	H 26	RC	-	2戸	1戸	-	-	
広田町	大野	H 27	RC	-	-	3戸	-	-	

◆家賃…入居世帯の総所得、団地、間取りによって決定します。世帯ごとに異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

◆申込資格(下記のすべてに該当する人)

- 市営住宅(住宅に困窮する**低額所得者を対象**とした住宅)
 - 入居しようとする世帯全員の所得総額が**月額158,000円以下**の世帯
※高齢者のみの世帯、障がいのある人がいる世帯、18歳以下の人がある世帯、妊婦がいる世帯については**月額214,000円以下**の世帯
 - 転勤や結婚などのために現に住宅に困っている人
 - 申込者および同居しようとする入居者が暴力団員でないこと
- みなし特定公共賃貸住宅(**中堅所得者層を対象**とし、優良な住環境を提供するための住宅)
 - 入居しようとする世帯全員の所得総額が**月額158,001円以上487,000円以下**の世帯
 - 次のいずれかに該当する人
 - 満40歳以下の人
 - 満41歳以上で親族と同居して入居する人、または1年以内に親族と同居を予定している人
 - 勤務状況などにより親族との同居が困難な人
 - 申込者および同居しようとする入居者が暴力団員でないこと。



◆必要書類(郵送は不可となりますので、次の提出先までご持参ください)

- 入居申込書**(市営住宅管理センター、市役所住宅政策室で配布。市営住宅管理センターホームページからもダウンロードできます。)
- 入居希望者全員の**本籍およびフリガナが記載された住民票**(市役所市民課発行)
- 18歳以上(高校生を除く)の入居希望者全員の**課税証明書(令和8年度)**
(市役所市民課発行)※6月5日(金)から発行可能
- 障害者手帳などの写し**(障がいのある人)
- 納税証明書**…滞納があった場合、入居者を選考する際に、著しく不利な取り扱いとなります。
※取得する際には税目ごとではなく、「滞納がないことを一括で証明する内容」と窓口でお話してください。(市役所市民課発行)

詳細はこちら

◆提出先…**陸前高田市営住宅管理センター(指定管理者:株式会社長谷川建設)**
〒029-2205 陸前高田市高田町字西和野200番地

常時募集しています これまでの定期募集で入居者が決まらなかった空き部屋については、**申込期間を定めずに、常時申し込みが可能**となっています。申し込みが可能なお部屋については、市営住宅管理センターホームページをご覧ください。また、その他の詳細につきましては、次の問い合わせ先へご確認ください。

問い合わせ先 陸前高田市営住宅管理センター ☎0192(47)5180 または 市役所住宅政策室住宅政策係(内線482)

陸前高田市住まいるリフォーム支援事業

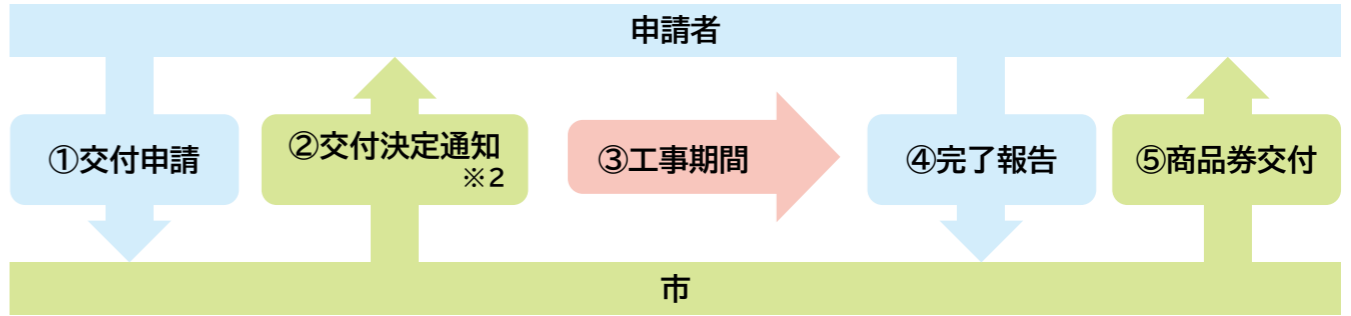
住宅のリフォーム費用を商品券で助成します!



市では、住宅関連産業や地域経済の活性化のため、住宅のリフォーム(※1)などの費用の一部を陸前高田地域共通商品券で助成しています。

※1 住宅の修繕、補修、模様替えなどの住宅の機能維持または機能向上のための工事(増築および外構に係る経費は除く。)

◆商品券交付までの流れ



※2 工事着工前に交付決定を受ける必要があります。

◆助成額

工事費の5分の1(上限30万円) ※千円未満切り捨て
本年度より、次の①、②の調査・工事が助成金額の加算対象となりました。

- ①アスベスト調査に要した経費の10分の10(上限10万円) ※千円未満切り捨て
- ②建築設備の設置に要した経費の5分の1(上限10万円) ※千円未満切り捨て
(建築設備の例:エアコン、給湯器、照明器具、感震ブレーカーなど)

【例】全体工事費 200万円(税込)

内訳: 内装修繕工事費	150万円⇒	助成額 30万円
アスベスト調査費	8万円⇒	助成額 8万円
建築設備工事費	42万円⇒	助成額 8万4千円
		合計助成額⇒ 46万4千円

◆対象者(①~④をすべて満たす人)

- 市内にある対象住宅に居住している人、または事業完了までに対象住宅への居住を予定している人
- 当該住宅の所有者、相続人の代表者または当該住宅の所有者の同意を得ている人
- 助成を受けようとする人および生計を同一にする世帯員に市税などの滞納がない人
- 過去5年間に、この事業に基づく助成を受けていない人

◆対象となる住宅(①~④をすべて満たす住宅)

- 市内にある住宅
- 専用住宅または住宅部分が2分の1以上の併用住宅
- 建築後5年以上経過している住宅
- 過去5年間に、この事業に基づく助成を受けていない住宅

◆対象となる工事(①~③をすべて満たす工事)

- ①全体工事費が30万円(税抜)以上の工事
- ②市内に主となる事業所または本店を有する法人または個人で工事を施工する者が実施する工事
- ③令和9年3月19日(金)までに事業完了ができる工事

問い合わせ先 市役所住宅政策室住宅政策係(内線482)

大船渡保健所

定例検査および骨髄バンクドナー登録を実施しています



大船渡保健所では、次のとおり定例検査などを実施しています。

- ◆**検査項目**：① HIV 抗体検査②肝炎ウイルス検査③性器クラミジア感染症病原体検査④梅毒検査⑤ HTLV- 1 抗体検査⑥骨髄バンクドナー登録
- ◆**日 程**：6月10日(水) (原則毎月第2水曜日) ※8月は第1水曜日
- ◆**受付時間**：午前10時15分～正午
- ◆**場 所**：大船渡地区合同庁舎2階 第1相談室 (大船渡市猪川町字前田6-1)
- ◆**検査方法**：①採血 (HIV 抗体検査・(B・C型) 肝炎ウイルス検査・梅毒検査・HTLV-1 抗体検査・骨髄バンクドナー登録) ②尿検査 (性器クラミジア感染症病原体検査)
- ◆**費 用**：無料
- ◆**予 約**：要予約 (検査日の2日前まで)
- ◆**検査を受ける際の注意**
HIV 抗体検査は、感染の危険があった時から期間が短いと、結果が正しく出ない場合があります。3カ月以上経過してからの検査をおすすめします。
- ◆**その他**
 - ① HTLV- 1 抗体検査、骨髄バンクドナー登録以外は匿名で受けることができます。
 - ② 検査の結果は、検査の日から2週間以降に、直接面接にて通知します。

問い合わせ先 岩手県大船渡保健所 ☎0192 (27) 9922

令和7年度 下半期の市長交際費



分 類	件数(件)	金額(円)
お祝い	4	23,000
弔 慰	15	141,000
会 費	18	121,500
激 励	1	10,000
記念品・土産	8	78,020
計	46	373,520

令和7年10月から令和8年3月までの市長交際費は左の表のとおりです。合計は46件で37万3,520円でした。

同交際費はスポーツ協会70周年記念式典などへのお祝い金、市勢功労者などへの香典、市新年交歓会などの会費、国民スポーツ大会出場選手への激励金、友好都市等訪問時のお土産代などとして支出しています。

問い合わせ先 市役所企画政策課秘書係(内線335)

令和7年度 下半期の教育長交際費



分 類	件数(件)	金額(円)
お祝い	1	8,000
弔 慰	1	5,000
会 費	5	29,000
激 励	0	0
記念品・土産	6	30,440
計	13	72,440

令和7年10月から令和8年3月までの教育長交際費は左の表のとおりです。合計は13件で7万2,440円でした。

同交際費は教育長部会会議などの会費や、名古屋交流などの訪問先へのお土産代などとして支出しています。

問い合わせ先 市教育委員会教育総務課管理係(内線551)

事業者向け省エネ診断支援を始めます



市では、地域の脱炭素化を推進するため、省エネ診断を受診した市内の中小企業などを対象とした補助制度を始めます。

省エネ診断では、専門家が工場や店舗などのエネルギー使用状況の見える化を行い、費用のかからない取り組みのアドバイスや、国・県の補助金を活用した省エネ設備の導入の提案などを受けることができます。

省エネの取り組みは、電気代・燃料代の削減によるコスト削減や経営改善、脱炭素の推進による社会的な評価も期待されます。この機会にぜひ診断を受けてみませんか。

- ◆**補助対象**：省エネお助け隊で実施する省エネ診断、一般財団法人省エネルギーセンターで実施する省エネ最適化診断などの受診費用
- ◆**補 助 額**：受診費用の3分の2 (上限3万円) ※千円未満切捨て
- ◆**申請の流れ**：①診断の受診…実施機関へ申し込みのうえ、省エネ診断を受診してください。
②補助金の申請…受診後、領収書および報告書の写しを添えて、市役所脱炭素推進室へ申請してください。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

省エネ診断の詳細はこちら



補助金の詳細はこちら



問い合わせ先 市役所脱炭素推進室脱炭素推進係(内線342)

草刈用品を貸し出します



市では、市内の環境美化推進のため、草刈作業を行う個人および団体に対し、草刈用品を無料で貸し出しています。貸し出しを希望する場合は、市役所土地活用推進課にお問い合わせのうえ、申請書の提出をお願いします。

- ◆**貸出期間**…最大7日間
- ◆**申込可能日**…使用予定日の2カ月前から
- ◆**申込方法**…申請書を市役所土地活用推進課へ提出 (電話での事前予約も可)

貸出物品	1回あたり貸出数量
自走式刈払機	2台
刈払機	5台
ブロワ	1台
刈込ハサミ・刈込機・太枝切りハサミ	各1本
高枝切りハサミ	1本
くまで・レーキ・ほうき	各3本
大型ちり取り	3個



貸し出し可能な草刈用品

※貸出状況によって、希望日の変更をお願いする場合や希望する数量を貸し出しできない場合がありますので、事前にご相談ください。

問い合わせ先 市役所土地活用推進課土地活用係(内線431・433)

参加者募集!

お天王さま夏まつり 2026 ～チャオチャオ陸前高田道中おどり～



本年も高田町のお天王さま夏まつり2026の中でチャオチャオ陸前高田道中おどりが開催されます。チャオチャオ道中おどりの参加者を募集しますので、お誘い合わせの上、ぜひご参加ください。

お天王さま夏祭り

- ◆開催日時…7月18日(土)、19日(日)、20日(月・祝) 午後4時～8時30分
- ◆場 所…まちなか広場周辺(高田町)
- ◆内 容…出店、各種イベント

チャオチャオ陸前高田

- ◆開催日時…7月18日(土) 午後6時30分～7時30分頃 ※雨天の場合は19日(日)に延期
- ◆場 所…まちなか広場周辺(高田町)
- ◆参加資格…個人、企業、団体、サークルなど誰でも参加可
- ◆内 容…①第1部(チャオチャオ陸前高田、陸前高田音頭、寄さこい見さこい陸前高田) ※要事前申込 ②第2部(内容は第1部と同じ) ※自由参加
- ◆参加募集期間…6月8日(月)～19日(金)
- ◆申込書配布場所…陸前高田商工会、陸前高田まちづくり協働センター、各地区コミュニティセンター、市役所商工観光課、市観光物産協会
- ◆申 込 先…陸前高田まちづくり協働センターへ申込書をFAX(0192(47)4776)または持参

問い合わせ先

お天王さま夏祭り…陸前高田商工会 ☎0192(55)3300
チャオチャオ陸前高田…陸前高田まちづくり協働センター ☎0192(47)4776

移住者や若者の住宅取得を支援しています



市では、移住者や若者を対象に、住宅取得の支援を行っています。対象者の詳細な条件、自身が対象となるかは下の二次元コードからご確認ください。対象と思われる人は、市役所交流推進課までお問い合わせください。

①移住定住促進助成金

対象者	市内在住で、転入する1年前から転入後3年以内に住宅を取得した59歳以下の人
補助経費	住宅の建築費・購入費、中古住宅の購入に伴う改修費
補助金額	対象経費の5分の1以内(上限100万円) + 子育て加算※100万円(1世帯あたり)

②若者定住住宅取得支援事業費補助金

対象者	市内に住所を有する39歳以下の人(申請時点)で、市内に新たに住宅を取得した人
対象経費	住宅の建築費・購入費、中古住宅の購入に伴う改修費
補助金額	対象経費の5分の1以内(上限50万円) + 子育て加算※50万円(1世帯あたり)

※申請年度の4月1日時点で同一世帯に18歳未満の子どもがいる場合に該当

※①、②ともに陸前高田地域共通商品券で支給

①移住定住促進助成金

詳細はこちら



受給資格の確認はこちら



②若者定住住宅取得支援事業費補助金

詳細はこちら



受給資格の確認はこちら



問い合わせ先

市役所交流推進課定住交流係(内線414)

国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している皆さんへ



◆令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まりました。

子ども・子育て支援金制度は、国が策定した「こども・子育て支援加速化プラン」において、子育てを社会全体で支えるために創設された制度です。全ての世代や企業の皆さんに「子ども・子育て支援金」を負担していただき、それを財源として子育て世帯への支援を行い、少子化に歯止めをかけ、日本の未来を支えていく制度です。

◆子ども・子育て支援金について

子ども・子育て支援金は、国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している人だけでなく、会社員や公務員など、すべての医療保険加入者が負担するものです。本年度から、従来の国民健康保険税や後期高齢者医療保険料とあわせて納付していただきます。皆さんからお預かりした支援金は、「子ども・子育て支援納付金」として国に納付します。

◆本制度に関する問い合わせ先

こども家庭庁コールセンター ☎0120(303)272 (受付時間 午前9時～午後6時 日曜祝日を除く)

◆令和8年度の国民健康保険税・後期高齢者医療保険料について

令和8年度の国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は次のとおり変更となります。

個別に算出された年間の保険税・保険料の金額は、7月に送付する決定通知書でご確認ください。※世帯(世帯主と被保険者)の所得に応じて、均等割額および平等割額の軽減(2・5・7割)が適用されます。

◆国民健康保険税

年度	令和7年度		
	医療保険分	高齢者支援分	介護保険分
所得割	7.40%	2.50%	2.30%
均等割	30,100円	10,100円	11,300円
平等割	22,300円	7,500円	5,800円
平等割(特定世帯)	11,150円	3,750円	
平等割(特定継続世帯)	16,725円	5,625円	
賦課限度額	66万円	26万円	17万円



年度	令和8年度			
	医療保険分	高齢者支援分	介護保険分	子ども支援分(新設)
所得割	7.25%	2.35%	2.30%	0.30%
均等割	20,800円	7,500円	7,600円	1,100円
平等割	21,400円	7,200円	5,800円	700円
平等割(特定世帯)	10,700円	3,600円		350円
平等割(特定継続世帯)	16,050円	5,400円		525円
賦課限度額	67万円	26万円	17万円	3万円

◆後期高齢者医療保険料

年度	令和8年度	
	医療保険分	子ども支援分(新設)
所得割	8.53%	0.26%
均等割	43,800円	1,366円
賦課限度額	80万円	21,000円

問い合わせ先

国民健康保険税…市役所税務課市民税係(内線113)
後期高齢者医療保険料…市役所市民課国保年金係(内線138)

★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。



3.11 仮設住宅体験館を紹介します！

3.11 仮設住宅体験館は、米崎町にある旧高田東中学校の校庭に設置されている東日本大震災当時に使用した応急仮設住宅の一部を活用し、震災伝承のために市が整備事業を行った体験宿泊施設です。

5月14日(木)には仙台市立沖野中学校の生徒約110人が同施設を訪れ、一般社団法人トナリノが企画運営する防災体験プログラムや炊き出し体験を通して、避難所生活や震災当時の暮らしについて学びを深めました。

参加した福地いろはさん(沖野中2年)は「避難所や仮設住宅での生活は狭さや物音などが気になってしまい、プライバシーの確保が難しいと感じた。今回学んだこと、感じたことを災害への備えに生かしたい」と感想を述べました。

3.11 仮設住宅体験館についてはこちら



3.11 仮設住宅体験館



仮設住宅での暮らしを説明



避難所での生活の講義の様子

家庭教育講座 受講生募集！

市では、保育者が心にゆとりを持つ時間を作ることで、子どもとのコミュニケーションの時間を増やし、家庭教育の充実に役立てることを目的として家庭教育講座を開催しています。

新たな知識を吸収したり、親子で楽しく物づくりをすることで、子どもとのコミュニケーションの時間を増やし、充実したものとなるよう、ぜひこの機会に参加してみませんか。

「無添加ふりかけ作り」講師：山長小野寺商店 小野寺 由美子先生

お子さんにも安心安全の三陸産の素材や無添加にこだわった乾物を使用してふりかけを作ります。ふりかけ作りを通して、防災食にもなる乾物の持つ魅力をお伝えします。最後はふりかけご飯の試食を行う予定です。

- ◆日 時…6月20日(土) 午前10時～11時30分
- ◆場 所…保健福祉総合センター 調理室
- ◆対 象…4歳以上の子どもとその保護者、子(孫)育て中の人、保育所(学校)・子育て支援関係者
※市内在住または市内に通勤・通学している人
- ◆費 用…1袋800円(材料費)
- ◆持 ち 物…エプロン、三角巾、マスク、飲み物
- ◆募集人数…6組 ※先着順
- ◆申込期間…6月3日(水) 午前9時～6月17日(水) 正午
- ◆申込方法…申し込みフォームまたは電話で受け付けします。
- ◆申し込み・問い合わせ先…市教育委員会教育総務課生涯学習・芸術係
☎0192(54)2111(内線554)



過去の講座の様子

託児付き！(事前申込制)
対象…3歳以下のお子さん
託児を利用し、講座には保護者のみの参加も可能です。

お申し込みはこちら



学 校 通 信

今回の高田高校だよりは写真盛りだくさんでお送りします！

始業式・入学式

4月7日(火)に始業式が行われ、本年度の高田高校がスタートしました。4月8日(水)には入学式が行われ、普通科109人、海洋システム科19人の計128人の新入生が入学しました。式では、新入生代表の菅野晴音さん(高田第一中学校出身)が誓いの言葉を述べ、「震災からの復興の歩みの中でたくさんの支援を受けたので、今度は私たちが地域の復興を支える一員となれるよう学んでいきます」と力強く決意表明しました。全校生徒360人で、本年度も勉強や部活動など様々な活動に取り組んでいきます。



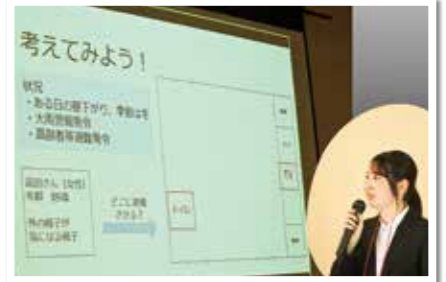
T×ACTION NEWS

T×ACTION (タクシオン) とは…

総合的な探究の時間を中心とした生徒の活動の総称です。

【3.11 メモリアル行事】

3月11日(水)は東日本大震災津波発生の日。この日の出来事を忘れてはならないと、本校では毎年「3.11 メモリアル行事」を開催しています。本年は本校卒業生で、岩手県立大学の学生団体「F R O M」に所属し、人々が日頃から災害に備える意識を持てるように普及活動を展開している及川希那さんを講師に招待。被災当時の経験や助け合いの大切さなどについて語っていただきました。



その他にも、避難所運営ゲーム「HUG」を取り入れ、様々な条件下で被災者をどう誘導したらよいかを生徒たちに考えさせることで、災害時に取るべき行動の見直しができました。

対人スキルアップ講座(1年生)

4月21日(火)、本市在住で、子どもたちのこのころに関する相談活動をされている大塚光太郎さんを講師にお迎えして、1年生を対象とした「対人スキルアップ講座」を開催しました。多数派の「普通」に流されたり萎縮したりするのではなく、人によって異なる世界観や価値観と出会い、認め合うことで誰もが安心して生きていける関係性を築けることを学びました。



さくらの杜プロジェクト支援活動(2年生)

2年1組・4組の生徒51人は、T×ACTIONで地域貢献活動に取り組みます。本年度最初の活動では、震災の津波で失われた本市の桜の名所を復活させ、市民の憩いの場を取り戻すために活動されている「NPO法人さくらの杜プロジェクト陸前高田」を支援するために、桜を植樹する土壌づくりを行いました。事務局長の酒井学さんから活動の概要について説明していただき、強風の中慣れない穴掘りと肥料運びを丁寧に、数十年先の桜並木で賑わう高田のまちを想像しながら笑顔で取り組みました。今後も、ミニトマト栽培や高田松原再生活動、海岸清掃などを実施していく予定です。

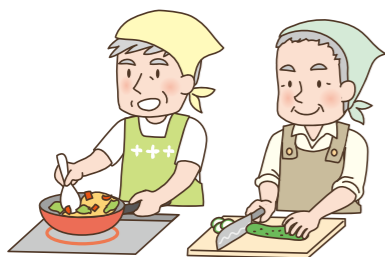


高田高校の取り組みは、公式noteをご覧ください。



いきいき元気健康教室(小友教室)	
会場	小友地区コミュニティセンター
内容	介護予防体操や、脳トレ、講師考案の減塩レシピで調理実習を行います。
講師	中村 恭香 先生
日程	6月19日(金)、8月21日(金)、10月16日(金)、12月18日(金)、令和9年2月19日(金)
時間	午前10時～正午
費用	1回500円予定(材料費)
持ち物	エプロン、三角巾
申込先	ボランティアサークル ぜんしん(佐藤) ☎090(6166)5133

張子俵牛(くびふりべご)製作	
会場	市コミュニティホール
内容	初心者を対象に、本市の伝統郷土玩具の張子俵牛(くびふりべご)制作講座を開催します。
講師	大倉 徹 先生
日程	6月21日(日)、28日(日)、7月5日(日)、19日(日)、26日(日)、8月2日(日)、23日(日)、9月6日(日)、26日(土)、10月4日(日)、11日(日)
時間	午後1時30分～4時
費用	3,000円予定(材料費)
申込先	高田伝統郷土玩具 張子俵牛伝承の会(横田) ☎0192(54)2876



小友陶芸教室	
会場	講師工房(小友町字西下47-1)
内容	初心者を対象に、陶芸教室を開催します。土をさわり、心の癒しと仲間との交流を目的として、2作品をつくります。
講師	佐藤 ます子 先生
日程	6月9日(火)、23日(火)、7月7日(火)、14日(火)、8月25日(火)
時間	午後1時30分～3時30分
費用	3,500円予定(材料費)
申込先	小友陶芸教室(黄川田) ☎0192(56)3263

きものリメイク教室	
会場	市コミュニティホール
内容	初心者を対象に、きものリメイク教室を開催します。
講師	菅野 和子 先生
日程	6月22日(月)、7月13日(月)、27日(月)、8月10日(月)、24日(月)、9月14日(月)、28日(月)、10月12日(月・祝)、26日(月)
時間	午前9時～正午
費用	なし
申込先	きものリメイク教室(菅野) ☎080(6038)3673

「おらいのレシピ」作ってみよう!	
会場	市コミュニティホール
内容	初心者を対象に、各家庭で昔から作られている郷土料理(ふかし、がん月、おはぎ、かまもち、ゆべし)について実習形式で学びます。
講師	菅野 マサ子 先生
日程	6月30日(火)、7月21日(火)、8月18日(火)、9月15日(火)、11月17日(火)
時間	午前9時30分～11時30分
費用	1回千円予定(材料費)
持ち物	エプロン、三角巾
申込先	ひよこ会(吉田) ☎090(2361)0220



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「みんなで踊ろう!チャオチャオ♪陸前高田」講座を開催します。今回は「チャオチャオ陸前高田」「陸前高田音頭」「寄さこい見さこい陸前高田」「いこまいたかた、あばっせなごや」の4曲を学びます。本市にとって馴染み深いチャオチャオを楽しく踊ってみませんか。お気軽にご参加ください♪



過去の講座の様子

「みんなで踊ろう!チャオチャオ♪陸前高田」講座(全3回)

講師: 中井裕子先生、大友セイ子先生、石川はつ子先生

- ◆日時…7月1日(水)、6日(月)、10日(金) 各回とも午前10時～11時
- ◆場所…奇跡の一本松ホール ルーム1
- ◆対象…市内在住または市内に通勤・通学している人
- ◆持ち物…飲み物、汗ふきタオル、動きやすい服装
- ◆受講料…無料
- ◆募集人数…15名
- ◆申込期限…6月22日(月)午後5時
- ◆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、①～⑤を明記してください。①氏名 ②住所 ③電話番号 ④年齢 ⑤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。
- ◆申し込み・問い合わせ先…市教育委員会教育総務課生涯学習・芸術係



☎ 0192(54)2111(内線554)
FAX: 0192(54)3888

お申し込みはこちら



さくらの社プロジェクトでは、市内の事業者20社が中心となって、市や県と連携しながら桜の植樹活動を進めています。

3千本の植樹、東北随一の桜の名所を創り上げることを目標に、主に川原川、気仙川沿い、高田松原津波復興祈念公園や運動公園への植樹を通して、震災前の“桜の風景”の復活、復興の先を見据えた新たな名所づくり、観光客や市民の回遊促進など未来ある持続可能な陸前高田の実現を目指しています。

令和6年3月から、これまでに市内外から延べ300人以上の人が植樹会に参加し、約230本の桜を植樹しました。これからも皆様のご参加とご協力をお待ちしています。



植樹本数の推移

(R8年度は目標)

大学生まちづくりインターン「チェンジメーカースタディープログラム (CMSP)」は、市外の大学生が陸前高田のことを学び、地域の皆さんと交流し、この地域だからこそできることを行うプログラムです。

平成25年から陸前高田で年2回(8・9月および2・3月)行われてきたプログラムですが、現在は、広田町、小友町、矢作町、横田町、気仙町の5地域で活動しています。

この春は、2月末から3月中旬にかけて、総勢約40名の大学生が3町(広田町・横田町・気仙町)に分かれて地域の皆さんと活動を行いました。広田町では、地域での学びや感謝を新聞とラジオに載せてお届けしました。気仙町では、町の魅力や想いを桜の形にかたどった紙に書き、満開の桜を咲かせました。横田町では、オリジナル鍋焼きを作り、川の駅で販売できるかななどを検討しました。これからも、交流から地域の皆さんへの想いを発掘し、大学生の想いとも掛け合わせながら地域を盛り上げる活動を行っていきます。

6月からは、8・9月のプログラム本番に向けて、大学生が月に1回程度地域を訪問する予定です。ぜひ大学生に陸前高田の歴史や伝統文化などを教えていただけると幸いです。

次の日程で大学生が町を訪問します！ぜひ交流を楽しんでみてください。

大学生の訪問日程

気仙町	横田町	広田町
	6月6日(土)・7日(日)	
	6月27日(土)・28日(日)	
	7月18日(土)・19日(日)	
8月4日(火)～10日(月)		8月6日(木)～12日(水)
8月21日(金)～9月1日(火)		8月28日(金)～9月8日(火)
	9月26日(土)・27日(日)	

①運動公園

毎年3月に、その年の卒業生を対象に「卒業記念植樹祭」を開催しています。

過去2回の植樹祭で80本近い桜並木が出来上がり、今春もかわいらしい花をつけてくれました。



②今泉地区

姉齒橋下流の駐車場周辺に、大勢の地域の皆さんや市外の大学生と30本の苗木を植樹しました。



③運動公園

(こども広場付近)



④まちの縁側

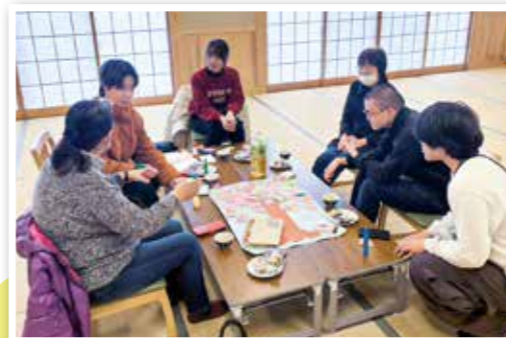
(陸前高田駅付近)



ホームページ

Instagram

植樹祭の開催、活動や開花状況など、最新の情報はこちらから



地域の魅力について話し合いました (気仙町)

竹を使って地域の皆さんと流しそうめんづくり (広田町)



農業のお手伝い (横田町)



◆ **対象**
市内在住で、概ね65歳以上の高齢者で構成される3人以上のグループ

◆ **会場**
公民館や集会所など

◆ **内容**
市が重りや体操のDVDを貸し出し、開始から3カ月間は体操指導や体力測定などの支援を行います。

3カ月以降は自主活動として参加者が運営し、市では状況に応じて支援します。



気仙町上長部公民館での様子

「いきいき百歳体操」をはじめませんか？

雨の降る季節でもできる運動を紹介します。

◆ **回数**
月2〜4回程度

◆ **集まりのきっかけづくり**
市内では、22カ所の公民館などで、百歳体操を実施しています。健康で自立した生活を送るだけ長く送るためには、人と人とのつながりが大切です。皆さんが集まり、同じ時間を共有するだけでも心は癒され安心感が生まれます。興味のある人はお気軽にお問い合わせください。

◆ **問い合わせ先** 地域包括支援センター（内線219）



がもう りお
蒲生 琉緒さん
(広田町)



よしだ あいり
吉田 愛梨さん
(高田町)



よしだ こうよう
吉田 向陽さん
(小友町)



おいかわ なな
及川 奈那さん
(高田町)



ふるさわ とうか
古澤 燈丞さん
(高田町)



ごとう るい
後藤 瑠衣さん
(高田町)



こんの ひなき
紺野 陽幹さん
(高田町)



おやま きょうたろう
小山 響太郎さん
(高田町)



あさぬま とうか
浅沼 柊花さん
(竹駒町)



むらかみ りま
村上 凜茉さん
(広田町)



おおばやし わこ
大林 環子さん
(広田町)



おおわだ ののか
大和田 乃楓さん
(高田町)



しまむら るいと
嶋村 玲人さん
(米崎町)



はたけやま るい
畠山 流衣さん
(横田町)



わきさか すい
脇坂 粹生さん
(高田町)



いとう るり
伊藤 瑠莉さん
(横田町)

532 保健だより



お口ケアを見直そう！
歯と口の健康週間

6月4日から6月10日は、「歯と口の健康週間」です。この機会に、自身や家族のお口の健康について考えてみませんか。

◆ **お口の健康と全身の関係**
お口の健康状態は、全身の健康と密接に関わっています。口内で繁殖した細菌は、血液などを通じて全身を巡り、心臓や脳などに炎症を引き起こす原因になると言われています。また、噛み合わせが悪いと肩こりや頭痛などの不調につながることもあります。

◆ **お口の健康を保つために**
◆ **毎日のセルフケアの基本**
毎日のセルフケアの基本は、正しい歯磨き習慣です。食後や就寝前には、歯と歯ぐきの境目を意識して丁寧に磨きましょう。デンタルフロスや歯間ブラシも活用すると、歯と歯の間の汚れも効果的に除去できます。

また、甘いものや間食の取り

◆ **フッ化物の活用について**
フッ化物は虫歯の予防に効果的です。歯を強くし、酸に溶けにくくすることで虫歯の発生を抑えます。家庭ではフッ化物配合の歯磨き剤を使用しましょう。また、市では、幼児および中学1年生へフッ化物塗布券を配布しています。歯科医院でのフッ化物塗布は高い予防効果が期待できます。ぜひ、ご活用ください。

◆ **定期的に歯科健診を受けましょう**
定期的に歯科健診を受けることで、自分では気づきにくい虫歯や歯周病を早期に見出し、予防や治療につなげることが可能です。

◆ **問い合わせ先** 市役所保健課 母子保健係（内線233）



元気
いっぱい

■ 青空の下、多彩な催しで盛り上がりました

春のゆめちゃんまつり

第4回春のゆめちゃんまつりが、5月3日(日)にゆめちゃんハウス周辺で開催されました。

前日の2日(土)にも開催を予定しておりましたが、暴風警報の発令により中止。当日は、一転して絶好の



ミニ電車に乗って出発進行

行楽日和となり、市内外から訪れた多くの家族連れで賑わいました。

会場では、ライブステージをはじめ、ドローン操縦体験やミニ電車の運行、ボールプールなど多彩な催しを実施。草ソリコーナーでは、爽やかな風を切りながら滑り降りる子どもたちの元気な声が響き渡りました。

草ソリを楽しんでいた高橋美羽さん(釜石市)は「ソリを上手に滑れて楽しかった。ミニ電車も面白かったし、ドローン体験も楽しみ」と笑顔で話していました。



楽しく
スイミング

■ 子どもから大人までみんなで楽しむスイムデー

萩野公介選手選手による水泳教室を開催しました

リオ五輪競泳男子金メダリストの萩野公介さんによる水泳教室が、5月10日(日)に、夢アリーナたかたで開催され、子どもから大人まで約50人の市民が参加しました。



萩野さんから楽しく泳ぎのコツを学びました

本教室は、陸前高田パラスポーツフェスティバル実行委員会が主催。年齢や障がいの有無に関わらず幅広い人にスポーツの楽しさを伝えるために開催され、参加者は、萩野さんから泳ぐときに意識することやクイックターンの仕方などを実演を交えて指導を受けました。

参加した蒲生つなぐさん(広田小1年)は、「いつもより楽しく泳ぐことができた。萩野さんのようにかっこよく速く泳げるようになりたい」と目を輝かせていました。



夢中で
田植え

■ だろんこになって笑顔満開

たかたのゆめ田植え式



田植えを楽しみました

市の地域ブランド米「たかたのゆめ」の田植え式が、5月16日(土)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40人が参加しました。

当日はお楽しみ企画として「だろんこフラッグス」を開催。田植え会場となった田んぼに旗が設置され、素早く丁寧な苗を植え進め、旗を手にした8人に「たかたのゆめ」1キロが贈られました。田植えを楽しんだ後には、3種類の具材を使ったおにぎりが振る舞われ、参加者は大満足の様子でした。

参加した鎌田迅さん(大船渡市)は「初めての田植えで転びそうになったけど、楽しかった。サーモンゆずみそのおにぎりがおいしかった」と表情をほころばせていました。



親しまれ
る場所へ

■ 地域に親しまれ、笑顔が広がる場所へ

はまっこ広場お披露目会



はまっこ広場で遊ぶ子どもたち

広田地区コミュニティセンターの隣に整備された「はまっこ広場」のお披露目会が4月28日(火)、現地で開催され、広場の整備に携わった関係者や広田保育園の園児など約50人が参加し、遊び場の完成を祝いました。

本広場の愛称である「はまっこ広場」には、地域のイメージと、子どもたちに親しんでほしいという願いが込められています。お披露目会では、広場に設置された遊具の前でテープカットが行われた後、園児たちが元気いっぱいのダンスを披露しました。

園児たちは「コミセンに遊具ができてうれしいです。お友達やおうちの人とたくさん遊びます」と声を合わせて元気に挨拶。閉会后には、早速遊具や広場で遊びまわる子どもたちの明るい声が響き渡りました。



世代つな
ぐ拠点に

■ 人と人とのつながり、命の大切さを実感できる場を目指して

陸前高田レインボーハウス譲渡式



ツバキを植樹する村田会長(右)と佐々木市長(左)

陸前高田レインボーハウスの譲渡式が、4月28日(火)に同施設で行われ、一般財団法人あしなが育英会や市の関係者など約40人が参加しました。

同施設は、平成26年にあしなが育英会が建設。その後、東日本大震災で被災した方々や子どもたちの「心のケア」の拠点として活用されてきました。譲渡式では、同会の村田治会長から佐々木市長へ目録が手渡された後、両氏によるツバキの記念植樹が同施設の敷地内で行われました。

村田治会長は「子どもから高齢者まで幅広い世代が交流する場所として機能し、レインボーハウスが末永く利用されることを願う」と思いを語りました。



開園
5周年

■ 5年の歩みを来場者と分かち合う

陸前高田ワタミオーガニックランドで開園5周年記念イベントを開催



空からの眺めを満喫しました

陸前高田ワタミオーガニックランドの開園5周年を記念するイベントが、4月29日(水・祝)に同ランドで開催され、市内外から訪れた多くの来場者で賑わいました。

早朝の熱気球搭乗体験では、来場者が上空15~20メートルまで浮上し、普段は見る事ができない高さからのパノラマを満喫。また、会場では5年前の開園時に植樹されたブドウを使ったワインが初めて一般販売され、注目を集めました。

家族で訪れた廣木裕さん(南三陸町)は、「子どもが熱気球に興味があったので来場した。空高く上がる熱気球で、子どもたちが楽しそうにしている姿を見られて良かった」と充実した表情を見せていました。



1PPON MATSU INFORMATION

開催します

基本が身につく バドミントン教室

市スポーツ協会では、市民の皆さんがスポーツ・レクリエーションに親しみ、バドミントンを通じた交流により、生涯にわたり健康で明るく豊かな生活を送るため、バドミントン教室を開催します。

- ◆内容：基本練習から試合形式までの習得
- ◆日時：7月2日、9日、16日、23日、30日、8月20日、27日、9月3日、10日、17日午後7時～9時※原則、7月から9月までの毎週木曜日
- ◆場所：夢アリーナたかた
- ◆定員：20名
- ◆費用：千円（保険料など）
- ◆持ち物：シューズ、ラケット、タオル、飲料※ラケットがない人は貸し出しますので、申し込み時に申し出てください。（先着10名、貸出料千円（全期間））

- ◆申込期限：6月26日（金）
- ◆申し込み先：夢アリーナたかた内窓口
- ◆問い合わせ先：市バドミントン協会事務局（菅野） ☎090（4639）9982

募集します

仙台国税局

税務職員採用試験

仙台国税局では、税務のスペシャリストとして活躍する活力あふれる税務職員を募集しています。

- ◆国の財政を支える税務職員に、皆さんもチャレンジしてみませんか？
- ◆受験資格：①令和8年4月1日において高校または中等教育学校卒業後3年を経過していない人および令和9年3月までに高校または中等教育学校を卒業する見込みの人②人事院が①に掲げる人に準ずると認める人
- ◆1次試験日：9月6日（日）
- ◆申込期間：6月12日（金）～24日（水）

- ◆申込方法：国家公務員試験採用情報システムより申し込み
- ◆問い合わせ先：仙台国税局人事第二課試験研修係 ☎022-2633-1111（内線3236）または人事院東北事務局 ☎022（221）2022



- ◆お知らせ
- ◆松くい虫被害を防ぐため
- ◆高田松原で薬剤散布を行います

市では、高田松原における松くい虫被害防止のため、薬剤散布による防除事業を実施します。散布中および散布の翌日は、松林内に立ち入らないようお願いいたします。

- ◆日時：6月11日（水）午前4時～8時 ※天候により6月12日（金）に延期する場合があります。
- ◆その他：作業の前日および作業完了時に防災行政無線でお知らせします。
- ◆問い合わせ先：市役所農林課 林政係（内線474）
- ◆働きたい若者を応援！

就職相談会（6月）

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、就職相談会を開催します。

- ◆日時：①6月17日（水）②6月10日（水）③共に午前10時～正午
- ◆場所：①ハローワーク大船渡1階会議室②住田町生活改善センター2階研修室
- ◆対象者：15～49歳の人（就職活動中の人やその家族。通信制・定時制に通う対象年齢の人やそ

慶 弔

（令和8年4月16日～5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

★女の子

広田 白井虹笑（彰・久保）

お幸せに…（ ）は字名

竹駒 佐藤広一郎・上部夏実（相川）

米崎 千葉一洋・吉田麻衣子（和方）

おくやみ…（ ）は年齢・字名

横田 菅野利尚（70歳・西宿）

畠山カチヘ（90歳・狩集）

野露シゲコ（99歳・南行）

加藤キヨエ（93歳・橋の上）

石川健男（77歳・銭洞）	気仙	藤原耕也（79歳・愛宕下）	菅野悦子（88歳・水上）	高田	東弘子（92歳・鳴石）	佐藤春子（77歳・下和野）	菅野タキ子（97歳・太田）	村上春吉（97歳・下和野）	戸羽英夫（84歳・大隅）	米崎	及川榮一（79歳・松峰）	熊谷正公（85歳・館）	菊池エミ子（87歳・和野）	小友	大和田暎子（92歳・茗荷）	青山とみ子（77歳・門前）	佐々木幸男（94歳・沢辺）	佐藤和博（33歳・矢の浦）	広田	長野ただ男（82歳・久保）	白井仲子（99歳・大久保）	前川清太郎（87歳・長根洞）
--------------	----	---------------	--------------	----	-------------	---------------	---------------	---------------	--------------	----	--------------	-------------	---------------	----	---------------	---------------	---------------	---------------	----	---------------	---------------	----------------

数字で見る陸前高田市（令和8年4月30日現在）

市内の火災救急活動 4月

（ ）は1月からの累計

- ◆建物 0件（1件）
- ◆林野・その他 0件（0件）
- ◆出動件数 70件（318件）
- ◆搬送人員 65人（308人）

市の人口（住民登録人口）

（ ）は前月比 出生・死亡数は4月分

男性 7,994人（-15人）
女性 8,604人（-32人）
計 16,598人（-47人）
（出生3 死亡27）
世帯数 7,524世帯（-2世帯）

市内の交通事故 4月

（ ）は1月からの累計

- ◆人身事故 2件（7件）
- ◆物損事故 18件（92件）
- ◆負傷者 2人（9人）
- ◆死亡者 0人（0人）
- ◆飲酒運転 0人（1人）

祝いの百寿



細谷ミノリさん
（米崎町）
大正15年5月14日
気仙町生まれ

故・秀雄さんと結婚後、2人の子どもをもうけ、2人の孫に恵まれています。結婚後は、農作業に従事する傍ら、市内のセメント工場に勤務し、仕事に精を出していました。花が大好きというミノリさんは、現在も花の手入れや庭の掃除などを自分で行っており、外で体を動かすことが長生きの秘訣だそうです。

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=令和8年4月16日～5月15日（希望した人のみ）

- の保護者および関係者）
- ◆予約：不要（予約者優先）
- ◆費用：無料
- ◆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 ☎080（8219）4001※平日午前10時～午後5時
- ◆慌てずに身を守る行動を
- ◆緊急地震速報訓練
- 緊急地震速報の行動訓練が全国一斉に実施されます。訓練当日は、身を伏せて頭を守るなど、地震の強い揺れから身を守る行動をとってください。なお、災害

市公式LINEの配信登録はこちら



◆問い合わせ先：市役所防災課（内線702）

害発生などにより中止となる場合があります。
◆日時：6月17日（水）午前10時頃
※緊急地震速報を防災行政無線で放送します。また、市公式SNSなどでも配信します。
◆登録制メールの配信登録はこちら

今月の
おすすめ
レシピ

Recommended Recipe

チーズポテト

【1人分】
エネルギー 108kcal
食塩相当量 0.5g



今が旬の新じゃがおやつ

新じゃがは、水分が多くやわらかいので、丸ごとゆでたり蒸したりする調理法が適しています。しっとりホクホクした食感と甘味や旨味を感じることができます。

じゃがいもの加熱は電子レンジを活用したり、揚げずに形を平たくして焼いても大丈夫です。

今しか味わえない新じゃがのおいしさをご家庭でもぜひ味わってみてください。

★材料（4人分）

- じゃがいも…………… 200g
- 牛乳…………… 小さじ2
- 砂糖…………… 小さじ2/3
- 塩…………… 小さじ1/4
- こしょう…………… 少々
- 片栗粉…………… 大さじ3
- ベビーチーズ…………… 2個
- 油…………… 適量



COOKING

作り方

- ①じゃがいもは蒸して皮をむきつぶす。
- ②①に片栗粉、砂糖、塩、こしょう、牛乳を混ぜ合わせて4等分にする。
- ③チーズをサイコロ状に切り、②で包み、丸く形を整える。
- ④③をきつね色になるまで揚げる。

問い合わせ先 市役所子ども未来課子育て支援係（内線254）

主役は君だ
TAKATA-U15

チーム名

高田野球スポーツ少年団

団員28人

種目 軟式野球

監督

戸羽直之さん

チームスローガン

忍耐・努力・礼に始まり礼に終わる

★U15とは…15歳以下の子ども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。



キャプテン
からのコメント

- ✓ 高田小学校
- ✓ 伊藤賢志さん(6年)

普段の練習から試合を意識して全力で取り組んでいます。チームの強みの元気の良さで、チーム全員で練習も試合も頑張っ、県大会出場を目指します。



※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6月号（No.1212）の制作経費は1部93.6円（税抜き）、発行部数は7,250部です。



令和8年6月号（令和8年6月3日発行）
〒026-0262 岩手県陸前高田市高田野字下和野1-00番地
Ed. <https://www.city.rikuzentakata.iwate.jp>

発行 岩手県陸前高田市
0192(54)2111 FAX0192(54)3888
◆編集 企画政策課
◆広報に関するお問い合わせ先

