

大きくなって
帰ってきてね
(5月24日、気仙川漁協・アユ放流体験)





被災地への想いから「笑顔の力で幸せになれる」というメッセージを込めて作られた楽曲「Magic～手をつなごう～」で会場が一つになりました

CONTENTS_目次

- 2 Takata夢追人 吉田翔花さん
- 3 Front Topics
スターダスト☆レビュー・フリーライブ
- 4 Pick Up
おやじのソゴチガラin陸前高田
- 6 市政NEWS&TOPICS
霊泉玉乃湯新装オープン
市道大町線を順次切り替えます
- 7 市民のひろば
Sports 各種スポーツ大会成績
- 8 市役所からのHOT LINE
28年度国民健康保険税2割減免を継続します／中学校統合の在り方に地域の皆さんの意見を／27年度下半期分の市長交際費を公表／28年度の水道事業会計予算安全・安心・安定が合言葉／子ども医療費助成（小学生）受給者証などが変わります／40歳以上の市民対象に胃がん健診を行います／「食」を通じた健康づくりを学ぶヘルシー栄養教室の受講者募集
- 11 健康だより
介護お茶飲み話／保健だより
- 12 生涯学習情報 はまらっせあ
- 14 地域話題
チャレンジデー2016／二戸の企業が市消防本部に車両を寄贈／市消防操法競技会／「たかたのゆめ」田植え式／28年度気仙地区植樹祭／「エネルギーシフト」に向けた講演会
- 16 気仙風土記
- 17 慶弔・数字で見る陸前高田市
- 18 INFORMATION
- 20 食生活改善推進員のおすすめレシピ



支えてくれる全ての人に
全国大会の勝利で恩返し

県卓球選手権・女子ホープス準優勝
全農杯全日本卓球選手権に出場する

◎ Profile

平成17年陸前高田市生まれ。5歳から卓球を始める。好きな卓球選手は石川佳純選手。好きな言葉は「ありがとう」。「おおらかで負けず嫌いな性格」と自己分析。血液型O型のやぎ座、11歳。

吉田翔花さん

よしだ・しょうか 米崎小学校6年

気

持ちで守りに入り、勝たなければならぬ試合で勝つことができなかった。

5月7日に花巻市総合体育館で開かれた県卓球選手権大会・女子ホープス（小学校6年生以下）の部で準優勝し、全日本卓球選手権大会出場の内符をつかんだものの、吉田翔花さんは悔しさを見せた。家族の影響もあり5歳から卓球をはじめた。はじめはラケットをうまく扱えなかったが、当時コーチをしていた大和田久さんが風船やフリスビーなど遊び感覚での練習を取り入れたことで、吉田さんは卓球の楽しさを覚えていった。大和田さんは震災の犠牲



COVER STORY_ 今回の表紙

気仙川漁協（高橋勲組合長）のアユ放流体験は5月24日、横田町内の気仙川河川敷で行われました。放流体験には横田保育園の4・5歳児13人が参加。園児らは「元気に大きくなってね」と声を掛けながら、アユの稚魚約100匹を放流しました。

熱い歌声が
会場を包む

スターダスト☆レビュー・フリーライブ

音楽グループ、スターダスト☆レビューのアカペラ&アコースティックフリーライブ「一緒に歌いませんか」は6月6日、市コミュニティホールで開催されました。

同グループは東日本大震災直後から継続して復興支援活動に取り組んでおり、5月に岩手大学に1千万円を寄付。岩手大学から感謝状贈呈の申し出に対し「直接歌声を届けたい」という希

望から陸前高田市でのライブが実現しました。

ライブでは「夢伝説」「今夜だけきつと」「木蘭の涙」といった代表曲や、アカペラで熱唱した「ふるさと」など全12曲を披露。約350人の観客は歌声に聞き入り、一緒に歌ったりする

などして、楽しいひとときを過ごしました。ライブ後、音楽から元気をもらった観客から惜しめない拍手が送られていました。

Message



スターダスト☆レビュー
ボーカル兼ギター

ねもとかなめ
根本要さん

初めて陸前高田に来た。膨大な街の再生だが、震災前よりもすてきな街になることを願っている。これからも音楽を届けることで皆さんの背中を押していきたい。そして、またライブをしにきたい。



1 多くの来場者が詰めかけた中、勇壮な音色でオープニングを飾った「広田赤磯太鼓」(陸前高田市) 2 辺りが暗くなった終盤にはスペシャルゲストの「JULIA(F.T.O.B.A)」が登場。戸羽太市長の熱唱が会場を盛り上げました 3 澄み渡る歌声を響かせた「SOULMATE」(陸前高田市) 4 会場では陸前高田飲食業組合や商工会青年部などによる海産物や地酒などの飲食ブースも設けられました 5 熱い歌声を披露した「佐々木龍大番頭」(山田町出身)



最後まで会場が一体となって魂のサウンドを海に向かって届け、音楽のチカラで被災地から元気を発信した「おやじのソゴチガラin陸前高田」

響き渡る「魂」の音楽 海に届けて復興誓う

— 三陸沿岸応援音楽イベント・念願の沿岸初開催 —

Interview



おやじのソゴチガラ
実行委員長
くまがい ひろあき
熊谷浩昭さん

これからの復興につなげるためには沿岸で開催し、海に向かって歌声を届けたかった。イベントを通じて生まれた人と人との「絆」が広がり、心一つにして未来に歩いていくきっかけになればうれしい。これからは世代をつなぐ「にぎわい」を伝えていくとともに、ふるさとを愛する若者たちのお手伝いもしていきたい。



わださちこ
和田幸子さん=名古屋市=(左)
くすだあやか
草田彩夏さん=東京都=(右)

沿岸にボランティアで訪れていたつながりでのイベントにきた。どの出演者の音楽も盛り上がってとても楽しい時間だった。初めて来た箱根山テラスはすばらしい眺めで、これからもこの場所でさまざまなイベントが開かれれば良いと思う。

三陸沿岸応援音楽イベント「おやじのソゴチガラin陸前高田」箱根の森から海へ響け歌のチカラ(同実行委員会主催)は5月29日、箱根山テラスで開かれました。同イベントは、「音楽を通じてまちを元氣するため、おやじたちの底力を見せよう」と、平成26年5月に盛岡市で初めて開催。2年ぶりの開催となった今回は、沿岸を会場に行われました。青空の下、午前11時に「広田赤磯太鼓」で力強く開幕すると、大船渡市や久慈市など沿岸各地から集結したバンドや歌手ら10団体が熱演。スペシャルゲストにはシンガー・ソングライターで大船渡市出身の濱守栄子さん(高田高校卒)や盛岡市の松本哲也さんのほか、戸羽太市長も「JULIA」として出演し、歌とギター演奏で会場を沸かせました。また、会場には飲食ブースも設けられ、カキやホタテの海産物や地酒などの出店が軒を連ねました。午後8時を回るまで繰り広げられた「音楽の祭典」。イベントを通じて、ふるさとと復興への思いを込め、箱根山から海に向かって魂の音楽を届けた出演者と、市内外から訪れた大勢の来場者が、共に未来へ歩むことを誓い合う一日となりました。

緑いっぱい癒やしの施設 霊泉玉乃湯新装オープン

昨年12月から休業していた「霊泉玉乃湯」(玉山休養施設)は6月11日、新しい指定管理者の下、リニューアルオープンしました。
同施設は、玉山休養施設として市が平成11年に整備。施設修繕などのため、昨年12月末から休業となっていました。が、大船渡市のロッツ(株) (富山泰庸代表取締役) が新たに指定管理者となり運営を行います。

この日はオープン記念式典に関係者など約20人が参加。テープカットで営業再開を祝い、施設説明や提供する食事の試食会が行われました。
富山代表取締役は「薬草を生かした入浴施設や自生の和ハーブを使った食事の提供などをしていきたい、誰もが笑顔で健康になれる場所として、地元から愛される施設にしていきたい」と意気込みを語りました。

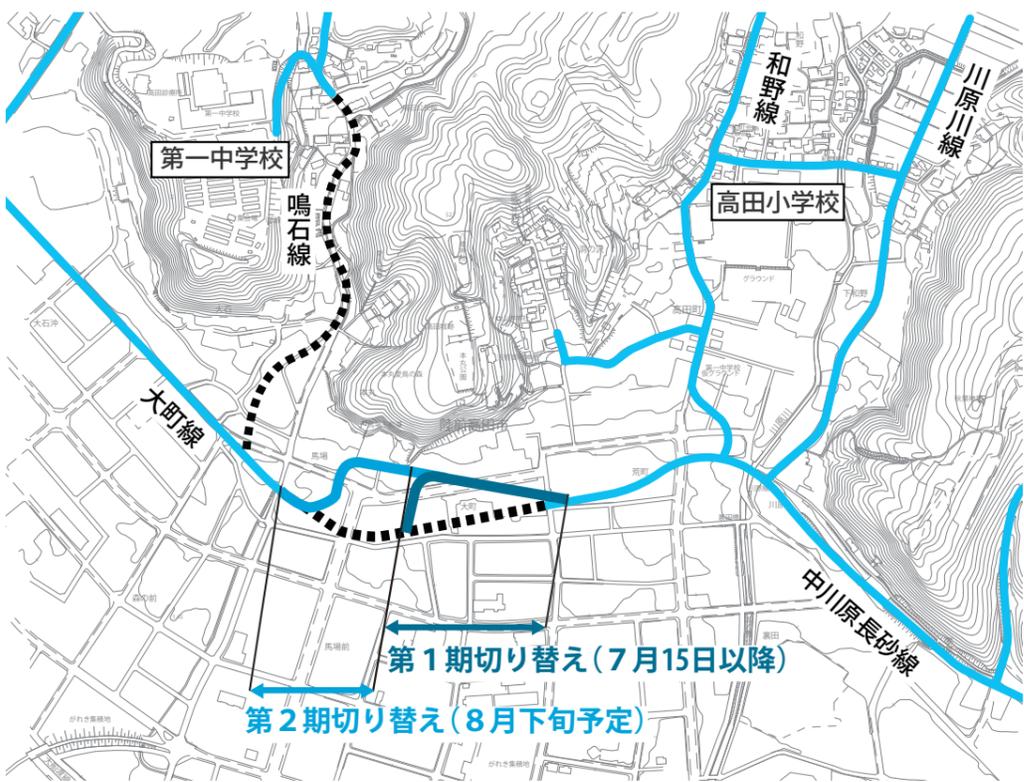


テープカットでオープンを祝う関係者

霊泉玉乃湯

- ◆営業時間…午前10時～午後8時(最終入館午後7時) ※毎週火曜日は休み
- ◆利用料(日帰り)…①4時間まで=大人500円、12歳以下300円 ②4時間以上=大人1,000円、12歳以下700円 ※5歳以下は無料。
- ◆問い合わせ先…玉乃湯 ☎0192(55)6866

高田地区かさ上げ工事に伴って 市道大町線を順次切り替えます



高田町のかさ上げ盛土工事に伴い、左の図のとおり市道大町線を北側へ切り替えます。詳しい切り替え日は、現地の看板で確認ください。

- ◆切り替え開始日(予定)：第1期 7月15日以降、第2期 8月下旬
- ◆問い合わせ先：市役所市街地整備課 課区画整理係(内線444)

Sports

各種スポーツ大会成績

(敬称略、●内の数字は順位)

- 第24回県中学校春季バレーボール大会(5月7・8日、盛岡市・渋民運動公園総合体育館ほか)
 - 【女子】①高田第一
 - ▽優秀選手賞 戸羽萌(高田第一3年)、佐藤那津美(高田第一2年)
- 第68回県高等学校総合体育大会
 - 陸上競技(5月26日～29日、北上市・北上総合運動公園北上陸上競技場)
 - 【男子】▽1500メートル①熊谷真澄(高田3年)▽3000メートル障害①熊谷真澄▽やり投げ③長沼晴(高田2年)
 - バレーボール(5月26日～29日、花巻市・花巻市総合体育館ほか)
 - 【女子】②高田
 - ▽優秀選手賞 熊谷李来(高田3年)、吉田愛美(高田2年)



東日本大震災の復興応援野球大会「第6回伊藤忠子子どもの夢カップ」春季大会で優勝した米崎リトルスポーツ少年団

- ソフトテニス(6月3日～5日、北上市・和賀川グリーンパークテニスコート)
 - 【女子】▽団体③高田
 - 柔道(6月3日～5日、盛岡市・県営武道館)
 - 「第6回伊藤忠子子どもの夢カップ」春季大会(6月11・12日、小友グラウンド)
 - 【女子】▽個人52キ級③伊藤江梨花(高田1年)
- 気仙地区中学校総合体育大会(6月18日～21日) ※太子は7月16日から開催される県中学校総合体育大会に出場
 - 軟式野球(住田町運動公園野球場ほか)
 - ③高田第一
 - バレーボール(住田町生涯スポーツセンターほか)
 - 【女子】①高田第一③気仙
 - バスケットボール(高田第一中学校体育館ほか)
 - 【男子】②高田第一
 - 【女子】①高田第一

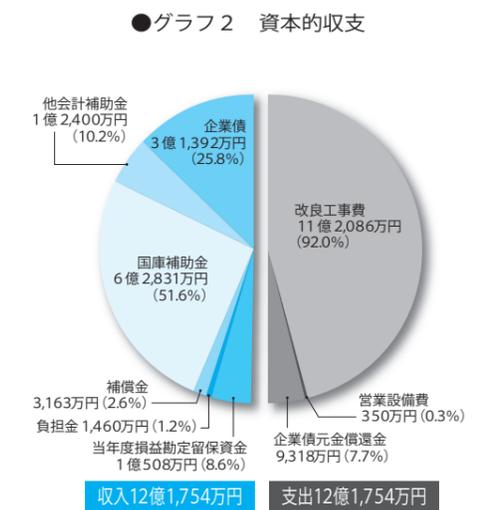
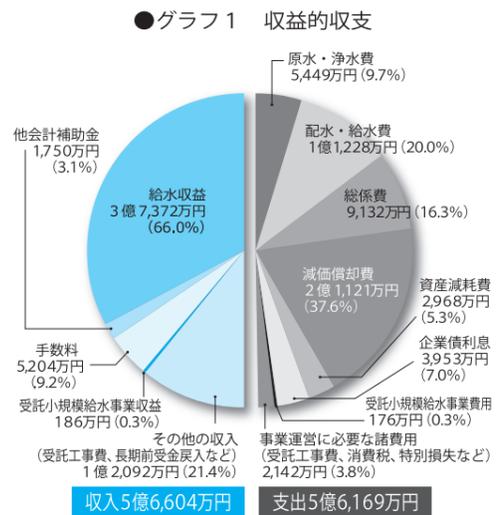


県大会への切符をかけて熱戦を展開(気仙地区中総体・バスケットボール)

- ソフトテニス(大船渡市民テニスコート)
 - 【男子】▽団体③高田東③高田第一▽個人②細谷知史(高田東3年)・菅原彬人(同3年)
 - ③中野幸大(高田第一3年)・伊藤創(同3年)
 - 【女子】▽団体②高田第一▽個人②土屋花琳(高田第一2年)・高橋莉子(同3年)③菅野愛結(高田第一3年)・村上史奈(同3年)
- 卓球(大船渡市民体育館)
 - 【男子】▽団体②高田東▽個人②木川田直輝(高田東3年)⑥村上海輝(高田東3年)
 - 【女子】▽団体①高田東③高田第一▽個人②村上陽菜(高田第一3年)③熊谷渚(高田東1年)
- サッカー(高田第一中学校グラウンド)
 - ①高田第一
 - 柔道(大船渡高校柔道場)
 - 【男子】▽団体①高田第一▽個人55キ級①吉田芳広(高田第一3年)▽同60キ級②土屋琉空(高田第一1年)▽同66キ級①浅沼大将(高田第一2年)▽同73キ級①東川怜司(高田第一3年)▽同81キ級①菅原旦輝(高田第一3年)②石川蒼磨(高田第一3年)
 - 【女子】▽個人63キ級①菅野日南(高田第一1年)
 - 剣道(末崎中学校体育館)
 - 【女子】▽団体②高田東▽個人①大川原菜摘(高田東1年)②村上未祐(高田東1年)③鈴木琴延(高田東1年)

28年度の水道事業会計予算 安全・安心・安定が合言葉

◆問い合わせ先…水道事業所業務係(内線411)



収益的収支
水道事業を運営するための経費である収益的収入・支出の28年度予算額は、左の円グラフ1のとおりです。収益的収入は5億6604万円、水道料金などの「給水収益」は3億7372万円を見込んでいます。一方、収益的支出は5億6169万円。市内7カ所の水源で毎月行っている水質検査をはじめ、水質保全に要する費用である「原水・浄水費」のほか、配水池、ポンプ場の維持管理、配水管な

資本的収支
水道施設を整備するための経費である資本的収入・支出の28年度予算額は、左の円グラフ2のとおりです。資本的収入は11億1246万円、主な財源は、国の補助金や借金(企業債)などです。資本的支出は12億1754万円、28年度は土地区画整理事業に

どの漏水修理工事を行う「配水・給水費」などを計上しています。収入から支出を差し引いた本年度の純利益は435万円を見込んでいます。水道施設を整備するための経費である資本的収入・支出の28年度予算額は、左の円グラフ2のとおりです。資本的収入は11億1246万円、主な財源は、国の補助金や借金(企業債)などです。資本的支出は12億1754万円、28年度は土地区画整理事業に

合わせた配水管布設工事や復旧・復興工事に伴う移設工事など、横田地区の拡張整備工事などを予定しています。資本的収入の不足額1億508万円は、当年度損益勘定留保資金(減価償却費など資産管理に伴う費用のうち、現金の支出を伴わない費用)を充てます。

昨年度末現在の給水件数は約5900戸。市水道事業所は、効率的で健全な水道事業の経営を行い、市民の皆さんに安全で安心な水道水を安定して供給していきます。

28年度国民健康保険税 2割減免を継続します

◆問い合わせ先…税務課市民税係(内線101・102)

■国民健康保険税・法定軽減基準額

軽減割合	基準所得額
7割	33万円以下
5割	33万円+(26万5,000円×国民健康保険加入者+特定同一世帯所属者)以下
2割	33万円+(48万円×国民健康保険加入者+特定同一世帯所属者)以下

※特定同一世帯所属者=国民健康保険から後期高齢者医療制度に移った後も同じ世帯にいる人

市は、東日本大震災で被災した世帯の負担軽減を図るため、本年度も国民健康保険税の2割減免を継続します。
◆減免対象…主たる生計維持者が死亡、行方不明、重い病気になった場合または住宅が全壊した場合で、左の表の法定軽減基準額に該当する世帯
※東日本大震災の被害を受け、本年度の固定資産税の減免を受けた資産は、国民健康保険税の資産割を減免後の税額で算定します。なお、本年度の課税限度額は医療分が54万円、支援分は19万円、介護分は16万円です。

中学校統合の在り方に 地域の皆さんの意見を

◆問い合わせ先…教育委員会学校教育課学務係(内線281)

■西側中学校統合に係る懇談会日程(時間は午後7時~8時半)

期日	対象地区	場所
7月11日(月)	第一中学校区(矢作地区)	矢作地区コミュニティセンター
7月13日(水)	第一中学校区(竹駒地区)	竹駒地区コミュニティセンター
7月27日(水)	第一中学校区(横田地区)	横田地区コミュニティセンター
7月20日(水)	第一中学校区(高田地区)	市役所4号棟第6会議室
7月19日(火)	気仙中学校区(今泉地区)	市役所4号棟第6会議室
7月25日(月)	気仙中学校区(長部地区)	長部地区コミュニティセンター

市教育委員会は、中学校の適正規模化を進めるため、28年度に第一中学校と横田中学校を先行統合しましたが、30年度には第一中学校と気仙中学校を統合する予定です。統合の在り方の懇談会を左の表のとおり開催します。保護者や地域の皆さんの意見をお聞かせください。

27年度下半期分の 市長交際費を公表

◆問い合わせ先…企画政策課秘書係(内線171)

■27年10月~28年3月の市長交際費

分類	件数	金額	主な内容
お祝い	13件	47,000円	広田湾大漁まつり、保育園卒園式ほか
会費	15件	71,000円	在京陸前高田人会、名古屋市「いわて陸前高田産業支援交流会」会費ほか
記念品・土産	2件	13,468円	名古屋市訪問のときの土産ほか
弔慰	20件	226,100円	市勢功労者、市議会議員などの葬儀の香典、生花
激励	1件	20,000円	リアスリーグ出場の激励
計	51件	377,568円	

27年10月から3月までの市長交際費は左の表のとおりです。合計は51件・37万7568円でした。同交際費は、市長が公の交際を進める上で、必要な経費と認められており、社会通念上、妥当な範囲で最少にとどめるよう配慮しています。なお、交際費の内容は市ホームページで毎月公表しています。

子ども医療費助成(小学生) 受給者証などが変わります

◆問い合わせ先…市民課市民係(内線133)

■子ども医療費助成(小学生)の受給者の変更点

	変更前(7月診療分まで)	変更後(8月診療分から)
受給者証番号	10-60-*****-	10-10-*****-
申請書の色	グレー	ピンク

子ども医療費助成受給者のうち、小学生の受給者番号と医療費助成給付申請書が8月診療分から左の表のとおり変わります。対象者には7月下旬に新しい受給者証と給付申請書を郵送します。医療機関の窓口には今までどおり、受給者証と給付申請書、保険証を提出してください。

地域包括
支援センター発!

介護お茶のみ話

その21



朝日のあたる家では月曜日午前10時半～と金曜日午後1時半から行われています

いきいき百歳体操が始まっています!

市が推奨する「いきいき百歳体操」が、市内各地で実施されています。

この体操は1本200gの重りが入るバンドを手首や足首に巻き、DVDを見ながら体操するものです。重りは最大6本まで入り、自分の体の状態に合わせて調節することができます。筋力を鍛えることを目的としているので、声を出しながらゆつくりと動く有酸素運動となります。

参加者からは「姿勢が良くなった」や「立ち上がりやすくなった」との声が上がっています。

3人以上であれば、いつでもどこでも始められます。ご自分の健康づくりのため、また地域の交流の場として、皆さんも「いきいき百歳体操」を始めてみませんか。

【成年後見制度】

成年後見制度は、認知症や知的障害、精神障害のある人などで物事を判断する能力が十分でない人を保護し、支援する制度で、「任意後見制度」と「法定後見制度」があります。

任意後見制度は、将来判断能力が不十分になった場合に備えて、支援してほしいことや支援をお願いする人などをあらかじめ契約により決めておく制度です。法定後見制度は、すでに判断能力が十分ではない人が対象で、家庭裁判所が選任します。本人の判断能力に応じて「後見」「補佐」「補助」の3つに分かれ、支援する人に与えられる権限も異なります。詳しくは、相談ください。

◆問い合わせ先：市地域包括支援センター（市役所保健課包括支援係・内線248）

40歳以上の市民対象に 胃がん検診を行います

◆問い合わせ先…保健課保健係(内線241)

■28年度胃がん検診日程(時間は午前6時～8時)

期日	場所	対象行政区
7月12日(火)	喜多公民館	広田町1～8区
7月13日(水)	喜多公民館	広田町9～15区
7月14日(木)	小友地区コミュニティセンター	小友町1～4区
7月15日(金)	小友地区コミュニティセンター	小友町5～10区
7月16日(土)	竹駒地区コミュニティセンター	竹駒町1～7区
7月17日(日)	竹駒地区コミュニティセンター	指定日に受診できない人
7月18日(月)	米崎地区コミュニティセンター	米崎町1～5区
7月19日(火)	米崎地区コミュニティセンター	米崎町6～10区
7月20日(水)	長部地区コミュニティセンター	気仙町1～10区
7月21日(木)	長部地区コミュニティセンター	気仙町11区～14区
7月22日(金)	横田地区コミュニティセンター	横田町1～8区
7月23日(土)	市コミュニティホール	高田町1～10区
7月24日(日)		指定日に受診できない人
7月25日(月)		高田町11区～14区
7月26日(火)	高田町15区～17区	高田町15区～17区
7月27日(水)	下矢作地区コミュニティセンター	矢作町1～7区
7月28日(木)	矢作地区コミュニティセンター	矢作町8～11・15・16区
	生田地区コミュニティセンター	矢作町12区～14区

胃がんは、日本人が最もかかりやすいがんと言われ、定期検診での早期発見と早期治療が大切です。市は、左の表の日程のとおり胃がん検診を行います。

◆対象者：4月1日現在、市に住所がある40歳以上の市民

◆受診料：千円(次のいずれかに該当する人は受診料が免除になります)

◆受診料免除対象者：①被災した人で「医療費の一部負担金等免除証明書」を持っている
②災害証明書を持っている(一部損壊は除く)
③生活保護世帯
④市民税非課税世帯
⑤重度心身障害者医療費受給者証を持っている
⑥70歳以上の市民(70歳の人は、6月までに誕生日を迎えた場合のみ)

「食」を通じた健康づくりを学ぶ ヘルシー栄養教室の受講者募集

◆問い合わせ先…保健課保健係(内線244)

■ヘルシー栄養教室開催日程(変更の場合あり)

	日時	内容
1	8月9日(火) 午前9時半～正午	開講式 オリエンテーション 講話「市の健康状態を知ろう」ほか
2	9月5日(月) 午前9時半～午後2時	講話「いつ、何をどれだけ食べればいいのか?」 調理実習「生活習慣病予防のための食事」
3	10月11日(火) 午前9時半～午後2時	グループワーク「栄養バランス献立を作ろう」 調理実習「高齢者の低栄養を防ぐ食事」
4	11月17日(木) 午前9時半～午後2時	講話「元気なカラダの秘訣はお口から」 調理実習「実践・作成した献立で調理をしよう」
5	12月13日(火) 午前9時半～午後2時	運動「運動を取り入れた健康づくりをしよう」 調理実習「郷土料理を作ろう」 講話「食生活改善推進員って、何?」 閉講式

市は、食生活改善推進員の養成のため、食を通じた健康づくりを学ぶヘルシー栄養教室の受講者を募集します。

◆開催日程：左の表のとおり(全5回)

◆場所：市コミュニティホール
◆定員：20人
◆受講料：2千円
◆募集期限：7月26日(火)
※4回以上受講した人には修了証書を交付します。

413

保健 だより



熱中症にご用心

体が熱さに慣れていないのに気温が上がるこれからの季節は熱中症の注意が必要です。

●こんな症状が出たら危ない

- ① 目まいや顔の火照り
- ② 筋肉痛や筋肉のけいれん
- ③ 体のだるさや吐き気
- ④ 体温が高い
- ⑤ 皮膚が赤く乾いている
- ⑥ 呼び掛けに反応しない

●予防のために心掛けること

- ① 小まめに水分補給する
- ② 塩分をほどよく取る
- ③ 扇風機やエアコンなどを使い、室内を快適にする
- ④ 涼しい格好で過ごす
- ⑤ 直射日光を避ける
- ⑥ バランスの良い食事やしっかり睡眠をとる

●疑いのある人を見かけたら

もし熱中症かなと思うような人を見かけたら、すぐ次のような応急処置を行い、医療機関に行きましょう。

- ① 涼しい場所へ移動する
- ② 衣服を脱がし、冷たいタオルなどで体を冷やす
- ③ 水分や塩分を補給する

●熱中症を侮ってはいけない

昨年5月から9月までに熱中症で緊急搬送された人は全国で5万5852人でした。特に高齢者や乳幼児は、体温の調節機能が上手く働かないため、汗を出しにくく、水分を取らないことで熱中症になりやすくなります。また、体調が悪いときや汗が出ているのに水分補給をしないと誰でも熱中症になる危険があります。正しい知識を身に付けて、暑い季節も安全に過ごしましょう。

◆問い合わせ先：市役所保健課保健係(内線241)

希望郷 いわて国体

インフォメーション



陸前高田市の炬火採火式を開催します

希望郷いわて国体陸前高田市実行委員会では、オリンピックの聖火に当たる炬火を気仙大工左官伝承館の「希望の灯り」から採火するイベントを開催します。

10月1日に行われる国体総合開会式オープニングイベントで、県内33市町村が独自に採火したものが一つに集火され、国体のシンボルとなります。

- ◆日時…7月23日(土)、午前10時～
- ◆場所…気仙大工左官伝承館敷地内「希望の灯り」前
- ※陸前高田市の炬火名(採火式で発表し、採用者を表彰)や、総合開会式の集火セレモニーに参加する代表者を募集しています。
- ◆問い合わせ先…国体陸前高田市実行委員会(生涯学習課内・内線252)



文化財ニュース

◆問い合わせ先…生涯学習課生涯学習係(内線262)

蛇ヶ崎城跡の発掘調査が始まる

小友町谷地館に位置する蛇ヶ崎城跡は、広田半島の付け根に位置し、門之浜湾と大野湾を望む三方を海に囲まれた岬の断崖上にあります。城の防御に利用された断崖は、大規模な海蝕崖として国指定天然記念物となっています。

当時の蛇ヶ崎城は、陸の敵を空堀で防ぎ、東側の高台に主郭と二の郭を設け、西側の平坦部には馬場や土塁(防御用土手)が巡っていたと言われています。また、二の郭頂上には気仙大工の技で飾

られた社殿に、戦の神である八幡神が鎮座し、岬の先端部には蛇ヶ崎神社が祭られています。市内に残る鎌倉・室町時代の城の中でも築城時の姿を想像しやすい城です。

今回、西側平坦部の一部を調査したところ、空堀から南東方向に伸びる道の跡と思われる遺構と柱跡が発見されています。さまざまな言い伝えや伝承に包まれたお城の実際の姿が調査で明らかとなりつつあります。



蛇ヶ崎城跡遠景

生涯学習情報

はまらっせあ



一緒に学びませんか

あなたのまち講座(自主企画講座)

①打楽器演奏を楽しもう

- ◆日時…7月17日(日)・8月21日(日)・9月18日(日)・10月16日(日)、午前10時～正午
- ◆場所…朝日のあたる家(米崎町)
- ◆講師…山本健太氏

②3B体操の集い

- ◆日時…7月27日(水)・8月24日(水)・9月28日(水)・10月12日(水)・11月23日(水)、午前10時～正午
- ◆場所…横田地区コミュニティセンター
- ◆講師…熊谷きえ子氏

③初めての陶芸

- ◆日時…7月20日(水)・8月3日(水)・8月24日(水)・9月7日(水)・9月28日(水)、午後1時半～3時半
- ◆場所…陶工房「遊炉」(小友町)
- ◆参加料…1,300円～(材料費)
- ◆講師…佐藤ます子氏
- ◆問い合わせ先…生涯学習課生涯学習係(内線256)



夏休みの小学生たち集まれ

①Go!Go!キャンプin生出

ホロタイの郷「炭の家」周辺での1泊2日の自然体験活動です。

- ◆期日…8月9日(火)・10日(水)
- ◆場所…ホロタイの郷「炭の家」(矢作町)
- ◆対象…市内の小学4年生～6年生
- ◆参加料…1,000円(食材費、保険料など)
- ◆申し込み開始日…7月11日(月)
- ◆問い合わせ先…生涯学習課生涯学習係(内線255)



②キッズサマースクールinけせん

アメリカ合衆国のアーカンソー州立アーカンソーテック大学講師らによる英語教室です。

- ◆期日…8月3日(水)～6日(土)
- ◆場所…市コミュニティホール
- ◆対象…気仙地区に住む3歳～小学生
※未就学児は保護者同伴
- ◆申し込み開始日…7月12日(火)
- ◆問い合わせ先…市国際交流協会事務局(生涯学習課内・内線255)



泥の感触を確かめながら田植えをする参加者

「たかたのゆめ」田植え式

豊作の夢と希望を苗に込めて

市のブランド米「たかたのゆめ」田植え式は5月29日、白川周一さん(横田町)の田んぼで行われました。地元の子どもたちや支援企業の関係者など約130人の参加者は、ぬかるんだ泥に足を取られながら豊作を祈り、一つ一つ丁寧に苗を植えました。吉田楓さん(盛岡市・厨川小2年)は「田植えは2回目だったけど楽しかった。大きく育つのが楽しみ」と笑顔を見せました。作付け開始から今年で4年目となる「たかたのゆめ」は51農家、55%で栽培されます。

チャレンジデー2016

参加率76.9%で4年連続勝利

人口規模がほぼ同じ自治体同士が一日に運動した住民の参加率を競う「チャレンジデー2016」は5月25日に行われました。参加17回目の陸前高田市は福岡県みやこ町と対戦。午前6時から矢作小学校で行われた開会行事では約100人がラジオ体操やストレッチで汗を流したほか、この日は市内で住民が運動に取り組みました。結果は、参加者15,516人で参加率76.9%を記録し、みやこ町の72.6%を上回り、4年連続で勝利しました。



午前6時から行われた開会行事でストレッチに取り組む参加者

28年度気仙地区植樹祭

豊かな森林資源を次の世代へ

本年度の気仙地区植樹祭は5月18日、氷上山中央登山道付近の市有林で行われました。「海と緑と太陽との共生」をテーマに気仙地区の林業関係者約50人が参加。この日は、山の斜面約20%にスギの苗木500本を植え、食害防止用のシェルターで覆いました。同植樹祭は市と気仙地区林業振興協議会主催。恵まれた森林を次世代に引き継ぐために、毎年気仙3市町持ち回りで開催されています。



成長を願いながらスギの苗木を植樹する参加者



贈呈車両の前で戸羽市長(右)にキーを手渡す小野寺社長

二戸の企業が市消防本部に車両を寄贈

地域の防災活動へ有効に活用

のぼりや横断幕などの印刷を手掛ける(株)オノデラサイン(二戸市・小野寺久治社長)が6月2日、市消防本部に車両を贈呈しました。贈呈された車両は軽ワゴン1台。贈呈式は市消防防災センター前で行われ、小野寺社長が戸羽太市長に車両のキーを手渡しました。戸羽市長は「震災から5年余りたつ中で応援いただくのはありがたい。防災活動へ有効に使いたい」と感謝の言葉を述べました。



ドイツの例を挙げてエネルギーシフトの重要性を語る村上敦氏

「エネルギーシフト」に向けた講演会

再生可能エネルギー推進には

ドイツ在住の環境ジャーナリスト、村上敦氏のエネルギーシフトに向けた講演会(陸前高田青年会議所、県中小企業家同友会主催)は5月24日、市コミュニティホールで開かれ、約300人が参加しました。村上氏は「ゼロから始めるエネルギーシフト」と題して講演。ドイツでは電力消費量のうち再生可能エネルギーの割合が3割を超える状況を説明し、「地域が発電施設の整備の投資に参画し、エネルギー資源を循環させることが大切」と強調していました。

市消防操法競技会

日ごろ鍛えた消防技術を競う

正確かつ迅速な消防技術を競う市消防操法競技会は6月12日、消防防災センター駐車場で開催され、出場した団員は日ごろの訓練の成果を競い合いました。各部門の結果は次のとおりです(上位2チームは7月3日に開催された気仙地区支部大会に出場)。
▶ポンプ車の部 ①横田分団第2部②矢作分団第1部③矢作分団第2部
▶小型ポンプの部 ①米崎分団第3部②気仙分団第4部③小友分団第3部



技術の正確さやスピードを競った小型ポンプ操法

慶弔(5月16日～6月15日届け出分)

※届け出人が希望した人のみ掲載

◇おめでた()は保護者・字名

◎男の子

横田	荒木 教介	(良介・志田実)
竹駒	岩崎 蒼生	(秀彦・相川)
高田	泉 怜汰	(惟・森の前)
米崎	蓑島 侑渡	(和憲・糠塚沢)
小友	黄川田 悠斗	(翔・茗荷)
広田	村上 央成	(亘・蒲田)
	大和田 颯真	(洋介・赤坂角地)

◎女の子

横田	菅野 愛姫	(大樹・堂の沢)
	佐々木 結菜	(大介・狩集)
米崎	山本 巴柳	(潤也・西の沢)
小友	伊藤 果穂	(健二・小ヶ口前)
	黄川田 佳純	(真一・小ヶ口)
広田	佐々木 結海	(節・泊)
	大和田 希羽	(翔平・根岬)

◇お幸せに()は字名

矢作	佐々木新・姫野美月	(袖野)
竹駒	村上友規・天間公枝	(相川)
高田	上部一雄・呉美敬	(中田)
	吉田賢人・細谷悠奈	(鳴石)
	佐々木瑞穂・石川真美	(中和野)
	及川雄輝・小野寺楓	(太田)
米崎	鈴木翼・佐藤七海	(和方)
広田	出羽元喜・熊谷彩花	(大祝)

◇おくやみ()は年齢・字名

矢作	鈴木 勇一	(88歳・木戸口)
	三浦 秀雄	(85歳・金屋敷)
横田	野露 克也	(52歳・志田実)
	佐々木コトジ	(97歳・太田)
竹駒	佐藤 時男	(90歳・北平)
	菅野 修	(66歳・赤畑)
気仙	菅野 盛	(86歳・水上)
高田	三浦 林	(99歳・東和野)
	佐藤 實	(82歳・西和野)
	斉藤 榮松	(91歳・東和野)
	金 君子	(84歳・洞の沢)
	佐々木 イシ	(86歳・中川原)
	菅野 八郎	(91歳・鳴石)
	熊谷 カツ子	(94歳・中和野)
	菅野 嘉七	(83歳・洞の沢)
米崎	小野寺 武夫	(79歳・野沢)
	金野 儀三郎	(89歳・和野)
	金野 隆夫	(86歳・道の上)
	大和田セツ子	(85歳・高畑)
小友	吉田 福治	(94歳・小ヶ口)
	小松 美恵子	(71歳・茗荷)
広田	村上 タカ子	(76歳・黒崎)
	釜石 徳雄	(86歳・山田)
	小松 エミ子	(85歳・後花貝)

数字で見る陸前高田市(平成28年5月31日現在)

市内の火災救急活動 ()は1月からの累計

◆建物	0件 (1件)
◆林野など	0件 (2件)
◆出動件数	64件 (352件)
◆搬送人員	62人 (341人)

市の人口(住民登録人口) ()は前月比

男性	9,676人 (- 11)
女性	10,303人 (- 12)
計	19,979人 (- 23)
	※前年同月との比較 (- 269)
世帯数	7,605世帯 (+ 5)

市内の交通事故(大船渡警察署調べ) ()は1月からの累計

◆人身事故	5件 (9件)
◆物損事故	24件 (141件)
◆負傷者	6人 (11人)
◆死亡者	0人 (1人)
◆飲酒運転	0人 (0人)

気仙風土記

(634)

地名と歴史

一 気仙郡⑤

(131)

斎藤 金野 静一・文
藤多美子・絵

六国史の一つ「続日本紀」の宝亀5(774)年の部分には次のように書かれています。「陸奥国からの報告によれば、海道(蝦夷)が衆徒を組んで、橋を焼いたり、道をふさいだりして往來を絶つており、さらに桃生城を侵略している。その桃生の西の一部が敗れてしまい、政府側の鎮兵はもはや彼らの勢を支えることはできなくなつた。」

ここにでてくる桃生城は、宮城県桃生町と河北町(どちらも現在の石巻市)の境付近にある長者森地区にあつた城です。桃生町太田に十一面観音を祭る長谷寺がありますが、まさしく「桃生城」の城跡の



北斜面にある古刹です。蝦夷の反乱によつて奪われた桃生城はその後、鎮守府将軍である大伴駿河麻呂の官軍によつて取り戻され、さらに蝦夷を追い払つて「海道夷の巢穴」であつた遠山村を壊滅滅せました。これにより、海道夷は大変な打撃を受け、かなり勢力が弱くなつたといふことです。しかし、北方の内陸地方に遁入した蝦夷は、その後も抵抗することになります。「海道夷の巢穴」と言われた遠山村というのは、どこを指しているのか不明ですが、おそらく「桃生郡の奥・北の方」であつたと考えられます。

それと古代史の文言の中によく出てくる「海道夷」というのは、どこのいかなる蝦夷を指すのかということ、この「気仙風土記」でもかなり前に記していましたが、吉田東伍博士が明治37(1904)年に著した「大日本地名辞書」

の中では、北上山地東側の沿海地方に居住していた蝦夷を「海道蝦夷」と考えていました。そして、「海道」と称する地域は、宮城県の牡鹿郡、桃生郡、本吉郡だと言ひ、これに気仙郡も含まれると想定しました。すなわち、三陸沿岸南半部分の地域ということになります。

宮城県の牡鹿半島から北方の気仙までの地域。これが「海道」であり、気仙郡にいた蝦夷も、桃生城の攻撃に参加したものと郷土史研究の先人たちは考えていたようです。それにもかかわらず、戦後になつてから、「気仙は古代史で言う海道には入っていない」という説や「海道」というのは、牡鹿郡、桃生郡だけを指し、本吉郡も一部が入つていただけ」という説が出てきたのです。もし、その説のとおり気仙郡が「海道」の地域から除外されることになれば、気仙の古代史は、さらに別な角度から見直さなければならぬこととなります。気仙が「海道」に含まれていたという考え方は、関東地方から沿岸沿いに北上して来た公道(海道)と、岩沼付近の公道(山沿いの道)と合わさつて多賀城に入り、さらに北上して牡鹿・桃生方面にまで延長していたとするものです。

これでよいだろうか。もう少し深めて考えてみたいと思います。



募集します

今年も開催します

男の料理教室

仮設住宅や災害公営住宅に住む男性だけでなく、市内に住む男性を対象とした男の料理教室(昼の部)の参加者を募集します。参加は無料です(エプロンや三角きんを持参ください)。

◆日時(内容)：①7月21日(木) (手作りダレで棒棒鶏) ②10月27日(木) (三食丼を作ろう) ③12月15日(木) (洋食屋さんメニューに挑戦) ※いずれも午前11時～午後2時 ◆場所：市コミュニティホール ◆定員：20人 ◆申込期限：7月14日(木)

間取り	戸数	家賃目安
1DK (单身または2人世帯)	12戸	5,300円～45,700円
2DK (人数制限なし)	16戸	6,400円～55,600円
3DK (人数制限なし)	37戸	7,400円～63,900円
2DK ※車いす対応 (人数制限なし)	9戸	7,500円～64,900円

◆申し込み・問い合わせ先：松原苑(互野) ☎0192(53)1877

県営災害公営住宅

栃ヶ沢団地入居者募集

県営災害公営住宅(栃ヶ沢団地)の入居者を募集します。 ◆募集戸数：左の表のとおり ◆募集期間：7月11日(月)～ ◆入居時期(予定)：8月 ◆申し込み・問い合わせ先：県建築住宅センター ☎019(623)4414 (月)～(金)、午前9時～午後5時

人と向き合い法を支える 裁判所職員採用試験

最高裁判所では、裁判所職員を募集します。

◆応募資格：4月1日現在、高校卒業から2年を経過して

いない人および来年3月高校卒業見込みの人 ◆申込期限：7月21日(木)(インターネット)

◆1次試験日：9月11日(日)

◆問い合わせ先：盛岡地方裁判所事務局 ☎019(622)3352

開催します

陸前高田市では初開催 いわて復興住宅祭

県では、被災した人の住宅再建を支援するため、「いわて復興住宅祭in陸前高田」を開催します。

◆日時：7月9日(土)・10日(日) 午前10時～午後4時 ◆場所：市コミュニティホール ◆内容：①県内企業・団体の最新住宅情報 ②住宅再建に関するセミナー ③住まいに関する個別

相談④住まいの復興給付金申請相談(②③④は10日のみ) ◆問い合わせ先：県建築住宅センター ☎019(623)4414

子育てを応援します

ママサロン

こそだてシップ

こそだてシップでは、助産師や子育て支援者が育児相談などを提供する「ママサロンこそだてシップ」を開催します。

◆日時：7月15日(金)、午前10時～午後3時 ◆場所：米崎地区コミュニティセンター ◆対象：妊婦、1歳未満の赤ちゃんと保護者 ◆内容：ママとベビーのふれあいダンス遊び ◆参加料：200円 ◆問い合わせ先：こそだてシップ(すくすくルーム) ☎0192(47)5689

愛のアクション

献血に協力ください

献血を行いますので、協力をお願いします。

◆日時(場所)：①7月18日(月)

午前10時45分～午後0時半、午後2時～4時半(イオンスーパースタター陸前高田店) ②7月19日(火)、午前9時半～11時半、午後1時～3時半(市役所)

◆問い合わせ先：市役所地域福祉課地域福祉係(内線202)

ちいさいおうち

夏の夜のおはなし会

こども図書館・ちいさいおうちでは、「夏の夜のおはなし会」を開催します。

◆日時：7月22日(金)、午後7時～8時 ◆対象：4歳～高校生と保護者 ◆場所・問い合わせ先：こども図書館・ちいさいおうち ☎0192(54)3227

今誰もが笑顔で生きたい

第24回女性のつどい

女性のつどいを開催します。誰でも参加できます。

◆日時：7月24日(日)、午後0時半～ ◆場所：市コミュニティホール ◆内容：中村浩行

氏(大洋学園園長)の講演会、シャンソン歌手・みうらまちこさんのミニコンサート、お茶っこカフェほか ◆問い合わせ先：地域女性団体協議会(斉藤) ☎0192(56)3603

家族や親戚へ参加呼び掛けを 在道陸前高田人会総会

北海道在住の陸前高田市出身者で組織する「在道陸前高田人会」の総会が開催されます。北海道にいる家族や親戚に参加を呼び掛けます。

◆日時：7月31日(日)、正午～

お知らせ

引越しのときは忘れずに 仮設住宅の返還手続き

引越して生活実態がないまま、返還手続きされていない仮設住宅での悪臭やネズミ

未納にせず早めに相談

国民年金保険料

国民年金保険料を納めるのが困難な場合には、保険料の納付が免除や猶予となる制度があります。未納のままにすると、老齢基礎年金や障害基礎年金、遺族基礎年金が受け

事業者を対象に名古屋市から 専門家を無料で派遣

名古屋市では、陸前高田市の事業者を対象に、経営改善や商品のパッケージデザインなどを相談できる専門家(公認会計士、デザイナー)の派遣を行っています。

◆派遣回数：年3、4回(訪問日時は要相談) ◆問い合わせ先：名古屋市役所産業労働課 ☎052(972)2412

お盆前のし尿くみ取り

申し込みはお早めに

お盆前にはくみ取りの申し込みが多くなります。7月中旬のくみ取りに協力ください。

◆申し込み：気仙広域清掃 ☎0192(27)9321

4月から運用開始しています 未来かなえネット

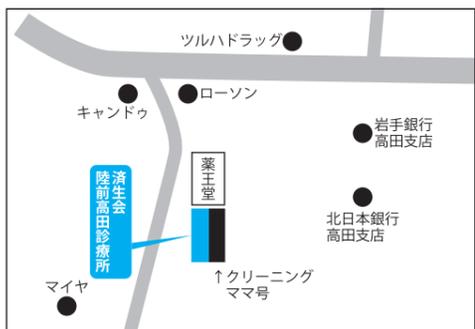
気仙地区では、4月1日から医療・介護情報通信ネットワーク「未来かなえネット」の運用を開始しています。医療介護、保健、福祉連携の取り組みで効率的な治療やケアを受けられることができます。陸前高田市民の登録者数は約1800人(6月1日現在)。登録は無料です。

◆登録・問い合わせ先：未来かなえ機構 ☎0192(22)7261

おわびと訂正

広報りくぜんたかた6月1日号(No.986)9頁に掲載した人材バンク登録者名簿の中の「佐藤きえ子」さんは熊谷きえ子さん(15日号(No.987)7頁に掲載した「お地蔵さん」陶芸教室の問い合わせ先「優炬」は「遊炬」の誤りでした。おわびして訂正します。

済生会陸前高田診療所の診療日程 ◆診療科目…内科、整形外科(金曜日・第5週目は木曜日) ◆診療(受付)時間…午前8時半～11時、午後1時～4時 ◆休診日…水・土曜日午後、日曜日、祝日 ※訪問診療も行っています。



◆問い合わせ先…済生会陸前高田診療所 ☎0192(22)7515

鵜浦医院皮膚科の診療日程

期日	受付時間
7月25日(月)・26日(火)	午前8時～11時半 午後2時～5時半
8月8日(月)・9日(火)	
22日(月)・23日(火)	

◆問い合わせ先…鵜浦医院 ☎0192(55)2125

「陸前高田災害FM」(80・5MHz)では、災害情報や身近な生活情報を放送しています

食生活改善推進員
のおすすめレシピ

わかめの茎とフキの煮物



(1人分) エネルギー 57kcal
食塩相当量 1.8g

材 料(2人分)

わかめの茎 …… 20g
フキ(ゆで) …… 40g
ニンジン …… 20g
焼き豆腐 …… 40g
しめじ …… 20g
つきこんにゃく …… 40g
絹さや …… 6枚
だし汁 …… ½カップ
砂糖 …… 小さじ½
酒 …… 小さじ2
薄口しょうゆ …… 小さじ2
みりん …… 小さじ2

作 り 方

- ① わかめの茎は、3～4等分の食べやすい長さに切り、必ず水からゆで(塩抜きするため)、沸騰したら湯を捨てるのを2、3回繰り返す。
- ② フキは鍋に入る長さに切り、塩少々をふってまな板の上でころがすように板ずりをし、沸騰した湯でゆでる。火が通ったら氷水にとって冷まし、両端から皮をむく。
- ③ ニンジン、フキ、焼き豆腐は食べやすい長さに切りそえる。
- ④ ①と③の具材を鍋に入れ、だし汁と調味料を入れ、沸騰したら中火で10分ほど煮る。
- ⑤ 器に盛り、ゆでた絹さやを添える。

海と山の食材で夏に備えたからだづくり

フキは昔から日本人に親しまれ、特有の香りと苦味が特徴です。高血圧予防に期待できる「カリウム」を多く含み、95%以上が水分できているため、低エネルギー食材です。

わかめの茎は、さらにカルシウムや食物繊維が多いのが特徴です。夏バテや脱水症状を引き起こす前に、ミネラル豊富でヘルシーな野菜や海藻で、暑い夏に備えておきましょう。

◆問い合わせ先…市役所保健課保健係(内線244)

編集後記

「おやじのソゴチガラ」、スターダスト☆レビューのライブと取材が続く、性別や年齢など関係なく人と人をつなげる音楽のチカラのすごさを感じさせられました。二つの会場でカメラ越しから見た会場の一体感。私も音楽からパワーをいただきました。(北口)

取材で初めて霊泉玉乃湯へ。想像以上に山の中で少々驚きましたが、その分騒がしさがなく、緑いっぱい癒しの空間でした。市内でもまだまだ知らない場所がたくさんあるので、これからいろいろな場所に取材を兼ねて行ってみたいと思います。(田崎)