

お広報にくぜんたかた

Talks

7

July 2020
No.1079



【主な内容】

- P 2 市役所からのHOTLINE
- P 9 地域の話題
- P 10 市民のひろば
- P 13 健康だより

【表紙】

待ちに待った
キックオフ！

（6月6日 高田松原運動公園一部（供用開始）



◆主な使用料金

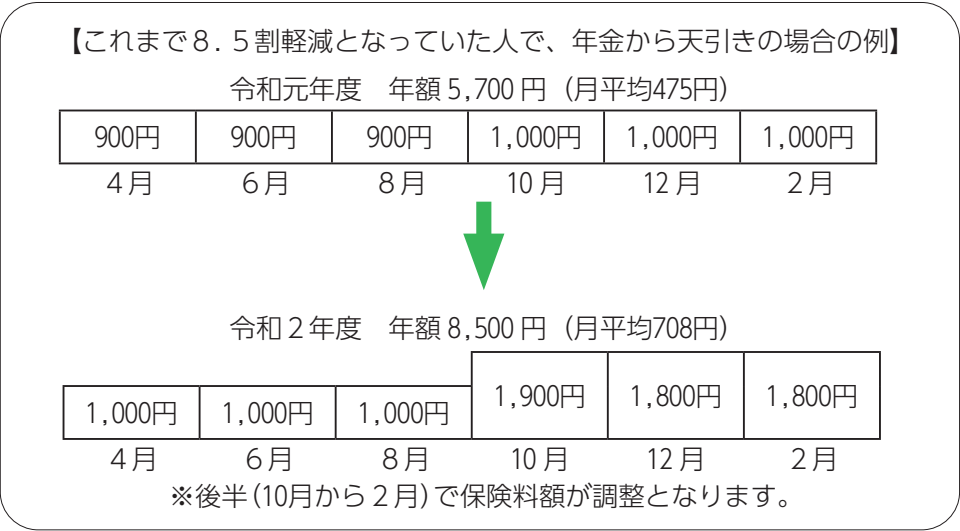
施設	入場料	区分		単位	料金		
第一野球場	徴収無	アマチュア	児童・生徒	1 時間毎	1,000	○1 試合毎	
		スポーツ	一般		2,000	スコアボード1,000円、	
		その他催し物			4,000	放送設備500円	
	徴収有	アマチュア	児童・生徒		2,000	○1 時間毎	
		スポーツ	一般		4,000	夜間照明設備3,500円、	
		その他催し物	営利		10,000	ロッカールーム100円、	
			非営利		20,000		本部室100円
第二野球場	徴収無	アマチュア	児童・生徒		500	○1 試合毎	
		スポーツ	一般		1,000		スコアボード500円
		その他催し物			2,000		
	徴収有	アマチュア	児童・生徒		1,000		
		スポーツ	一般		2,000		
		その他催し物	営利		5,000		
			非営利		10,000		
屋内練習場	徴収無	アマチュア	児童・生徒		500		
		スポーツ	一般		1,000		
		その他催し物		2,000			
	徴収有	アマチュア	児童・生徒	1,000			
		スポーツ	一般	2,000			
		その他催し物	営利	5,000			
			非営利	10,000			
第一サッカー場 および 第二サッカー場	徴収無	アマチュア	児童・生徒	1,000	○1 日毎		
		スポーツ	一般	2,000		移動式電光得点板	
		その他催し物		4,000		1,000円	
	徴収有	アマチュア	児童・生徒	2,000		※第一、第二サッカー	
		スポーツ	一般	4,000		場共に半面貸出可能	
		その他催し物	営利	10,000			
			非営利	20,000			
ミーティングルーム	徴収無			1 時間毎	100	※ 5 部屋貸出可能	
	徴収有			に 1 部屋	200		



後期高齢者医療保険料均等割額
軽減特例を見直します

問い合わせ先 市役所保健福祉課
国保介護係（内線249）

対象者の所得要件 (世帯主および世帯の被保険者全員の所得の合計額)	軽減割合（均等割）			
	本則	令和元年度	令和2年度	令和3年度
33万円を超えない世帯	7割	8.5割	7.75割	7割
33万円を超えない世帯のうち、被保険者全員の所得が0円	7割	8割	7割	



後期高齢者医療保険料均等割額は、世帯主及び世帯の被保険者全員の所得の合計が33万円以下の人の保険料は、均等割額が8割軽減または8.5割軽減となっていました。令和元年度から段階的に見直しを行っており、令和2、3年度については左の表のとおりです。

新型コロナウイルス感染症
介護保険料が減免されます

問い合わせ先 市役所保健福祉課
国保介護係（内線247）

免除要件	減免額
新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡、又は重篤な傷病を負ったこと	全額
新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の事業収入などの減少が見込まれ、①と②に該当すること ①事業収入などのいずれかの減少額が、前年の10分の3以上であること ②減少する事業収入など以外の前年度の所得の合計額が400万円以下であること	前年の所得額等により減免額が変わります

※事業収入など…事業収入、不動産収入、山林収入、給与収入

新型コロナウイルス感染症の影響により一定程度所得が下がった人などに対し、介護保険料の減免を行います。

減免要件と減免額は、左の表のとおりです。

◆減免対象：第1号被保険者（65歳以上の被保険者）

◆減免期間：令和元年度と令和2年度の介護保険料のうち、令和2年2月1日から3年3月31日までに納期限が設定されているもの

◆その他：第2号被保険者（64歳以下）の介護保険料は、健康保険料に含まれています。健康保険料の減免については、ご加入の健康保険にお問い合わせください。

中学生の医療費助成
現物給付が始まります

問い合わせ先 市役所保健福祉課
国保介護係（内線249）

■子ども、重度心身障害者、ひとり親家庭現物給付の変更

	変更前 (7月診療分まで)	変更後 (8月診療分から)
現物給付の対象者	出生から 小学6年生まで	出生から 中学3年生まで

※妊産婦については、これまでと変更ありません。

中学生に対する医療費助成は、8月から現物給付に変わります。県内医療機関を受診した場合、医療費受給者証を提示すると、窓口での一部負担がなくなります。

県外医療機関を受診した場合や、県内医療機関で受給者証を提示せず一部負担を支払った場合は、医療費助成給付申請書に領収書を添えて保健福祉課国保介護係に申請してください。（医療機関では申請書を受け付けられません。）

対象者には、7月下旬に新しい医療費受給者証を郵送します。

介護保険料低所得者軽減
軽減対象を拡大します

問い合わせ先 市役所保健福祉課
国保介護係（内線247）

所得段階	対象となる人	現行 (令和元年度)	改正後 (令和2年度)
第一段階	・生活保護受給者 ・老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の人 ・世帯全員が住民税非課税で本人の年金収入などが80万円以下の人	27,900円	22,320円
第二段階	世帯全員が住民税非課税で本人の年金収入などが80万円を超えて120万円以下の人	46,500円	37,200円
第三段階	世帯全員が住民税非課税で本人の年金収入などが120万円を超える人	53,940円	52,080円

令和2年度から、介護保険料の低所得者軽減の対象が拡大されます。

軽減が拡大されるのは、左の表の所得段階が第1段階から第3段階までの人の保険料です。

第4段階から第9段階の人の保険料に変更はありません。

後期高齢者医療保険・介護保険
保険料の納付を忘れずに

問い合わせ先 市役所保健福祉課
国保介護係（内線247、249）

令和2年度分後期高齢者医療保険料および介護保険料の決定通知書と納入通知書を、7月中旬に郵送します。

本年度の保険料は、令和元年中の所得に基づいて計算しています。

保険料の徴収は、原則年金から天引き（特別徴収）ですが、次に該当する人は納付書での納付（普通徴収）となります。

①対象となる年金が年額18万円未満

②後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計が、対象となる年金の2分の1を超えた

③年度途中で市に転入した

④年度途中で被保険者となった

⑤保険料の額が変わり、年度途中で特別徴収が中止となった

※口座振替の手続きをしている場合は、指定の口座から納期ごとに引き落とされます。

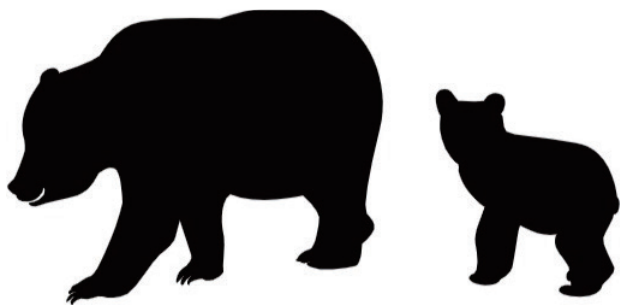
ツキノワグマに遭遇しないために

～～今すぐできる予防法～～

ツキノワグマとは？

体長は、オスが約120～180cm、メスはオスに比べてやや小さい。耳が丸く、尾は短くて目立ちません。全身が黒褐色で、胸に白い月の輪模様があります。県では絶滅危惧種に指定されています。

性格は臆病で、人気のない夕方から明け方にかけて活発に活動します。元々は人里離れた山奥に生息する動物ですが、山の木の实などが不足すると、食物を求めて行動範囲を広げます。また、子連れの母グマや繁殖期（夏期）のオスは気性が荒くなっており、遭遇しないよう、特に注意が必要です。



クマと遭遇しない・引き寄せないために…

【市街地】

- ・ゴミ出しは収集日の朝に行く
- ・散歩をするときは、ラジオなどを持つ
- ・クマが隠れやすい草藪は刈り取る

【田畑】

- ・リンゴなどの廃棄作物を放置しない
- ・ラジオなどで音を出しながら作業する
- ・収穫しない柿や桑などの実を放置しないで早めに取り除く

【山間部】

- ・鈴やラジオを持って、複数で行動する
- ・強風時や沢沿いは物音やにおいが分かりにくいので特に注意する
- ・山にクマのえさとなるようなものを放置しない

それでも出会ってしまったら…

クマから目を離さずに、背中を向けないようにゆっくり後退する。クマを刺激しないように、大声を出したり、走って逃げたりしない。

クマを見かけたら…

市では、ツキノワグマの出没に関する情報を収集しています。目撃または被害があった際には、『①いつ②どこで③何頭④進行方向』などの情報を下記へご連絡ください。

連絡・問い合わせ先 市役所農林課林政係（内線472、473）

土砂災害に備え、あらかじめ危険な場所や避難場所を確認しましょう

◆自宅周辺の危険個所を確認

ハザードマップで自宅周辺にどのような災害が起こる可能性があるかを確認しましょう。

- 自宅周辺が土砂災害警戒区域などか確認しましょう。
- 自宅周辺が浸水区域かを確認し、浸水区域の場合は、浸水深などを確認しましょう。
- ※ハザードマップが自宅にない場合は、市ホームページからダウンロードまたは市役所防災課（消防防災センター2階）にて入手できます。



◆避難場所や避難経路を確認

- 自宅周辺から避難場所までの経路に危険な場所がないかを確認しましょう。

◆避難情報に注意

- 災害の危険が迫っている場合や、災害が発生した際に、防災行政無線などで、警戒レベルを用いての避難情報を発令します。これらの情報を踏まえ、適切な避難行動をとってください。

危険度	警戒レベル	とるべき行動	避難に関する情報	自ら避難行動を取る際の情報
	警戒レベル5 〈災害発生〉	命を守るための最善の行動	災害発生情報	大雨特別警報
	警戒レベル4	危険な場所から避難 災害が迫っています。直ちに避難を開始してください。移動が難しい場合は近隣や自宅の安全なところへ避難してください。	避難指示（緊急） 避難勧告	土砂災害警戒情報
	警戒レベル3	危険な場所から高齢者等は避難 災害発生のおそれが高まっています。高齢者や障がいのある方などは避難を開始して下さい。それ以外の方も非難の準備をしてください。	避難準備・高齢者等避難開始	土砂災害警戒情報

避難所における新型コロナウイルス感染症の対応について

新型コロナウイルス感染症が収束しない中でも、災害が発生しそうな際に危険な場所にいる人は、迷わず避難することが大切です。

市では、避難所において、十分な換気の実施やスペースの確保などを行うこととしていますが、感染症の防止には、避難者全員の協力が不可欠です。

感染症拡大を防ぐため、以下の内容について確認や事前の準備を行い、災害に備えるようお願いします。

◆密閉、密集、密接の3密を避ける（分散避難）

- まずは自宅の周りにどのような危険があるかハザードマップで確認し、自宅が安全が確保できる場合は、在宅避難を基本とした避難行動をお願いします。
- 自宅の外に避難が必要な人は、親戚や友人の家などへの避難も検討をお願いします。
- 避難所に避難する場合は、他の避難者との距離を十分にとるようお願いします。

◆マスク、アルコール消毒液、体温計の持参

○市では、感染症防止のため、マスクやアルコール消毒液、体温計などを備蓄していますが、長期間にわたる対応も想定されますので、可能な限り避難所へ避難する際は、通常の非常持出品に加えてマスクなどの感染症対策に必要なものの持参をお願いします。

◆手洗い、手指消毒、咳エチケットの徹底

○咳エチケットを徹底するとともに、食事の前やトイレの後のほか、ドアノブなど多くの人が触るものに触れた後も、手洗いや手指消毒を行うようお願いします。

問い合わせ先 市役所防災課（内線601～603）

ふくふく市が再開

中心市街地のにぎわい戻る

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で開催を見合わせていた「ふくふく市」が6月12日、高田町のアバッセ周辺で約2ヶ月ぶりに開催されました。当日は天気にも恵まれ、久しぶりにふくふく市を訪れた人達は再開を喜びながら買い物を楽しんでいました。実行委員会の新沼浩美代表は「久しぶりに街のにぎわいが戻り嬉しい。今後は出店者がもっと増え、中心市街地の盛り上がりにつながれば嬉しい。」と話されていました。



ふくふく市を楽しむ買い物客の様子(6月12日)

子ども服のシェア事業をはじめました

『みんなのたんす』りくぜんたかた

「みんなのたんす」とは、寄付で受け付けた子ども服を、会員制で一定数自由に持ち帰ることができるサービスです。「たまご村(旧高田大隅つどいの丘商店街)」にオープンしました。子ども服のゆずり合いを通じ、楽しい子育てをサポートします!おうちのたんすに眠っている子ども服の寄付も受け付けています。なお、会員登録された先着100名様にみんなのたんすオリジナルバッグのプレゼントがあります。



展示されている子供服

問い合わせ先 080-1856-4404(山本)

ポイント対象事業

事業名	ポイント数
特定健診、一般健診、高齢者健診	30
特定保健指導(初回・中間面接)	各20
各がん検診(胃・肺・大腸)	20
肝炎ウイルス検診	10
成人歯科健診	10
市主催の健康教室	10

問い合わせ先

市役所保健福祉課保健係(内線243)

市では、市民の皆様の健康づくりを応援するために、「はまかだ健康ポイント事業」を実施します。健康づくりにつながる健診などで「はまかだ健康ポイントカード」にポイントを貯めることができ、100ポイントに達すると、特典と交換ができる事業です。ぜひお近くの健診会場に足を運んで、ポイントを集めてみましょう。

◆ポイントカードの受け取りが可能な場所は、市主催の健(検)診会場、保健福祉課の窓口となります。

◆特典は、市B&G海洋センターのプールの使用券1枚または市指定ごみ袋20枚入り

◆ポイント習得期間:3年6月30日まで

◆特典交換期間:3年6月30日まで



はまかだ健康ポイント
はじまります



狂犬病予防注射
を忘れずに

狂犬病予防注射日程

期日	受付時間	地区名	場所(駐車場)
7月14日(火)	午前9時10分~9時20分	矢作町	熊谷慶一さん宅前
	午前9時40分~9時50分		生出地区コミセン
	午前10時10分~10時20分		旧矢作町財産区
	午前10時40分~11時00分		下矢作地区コミセン
	午前11時20分~11時35分	気仙町	今泉地区コミセン
	午前11時50分~12時05分		長部地区コミセン
7月15日(水)	午前9時00分~9時30分	横田町	横田地区コミセン
	午前9時50分~10時00分	矢作町	雪沢地域文化伝承会館
	午前10時20分~10時50分	竹駒町	竹駒地区コミセン
	午前11時10分~12時00分	高田町	コミュニティホール
7月16日(木)	午前9時10分~9時40分	広田町	広田地区コミセン
	午前10時10分~10時40分	小友町	小友地区コミセン
	午前11時00分~11時40分	米崎町	上浜田構造改善センター

※「コミセン」は、コミュニティセンターの略称

狂犬病予防法により、犬の飼い主には、飼犬の登録と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

市では、岩手県獣医師会と協力し、狂犬病予防注射を実施しますので、この機会にぜひ受けてください。(登録済みの場合は、送付されるハガキを必ず持参してください)

◆対象:生後91日以上で、本年度予防注射を受けていない犬

◆日程:右の表のとおり(都合の良い日に受けてください)

◆料金:3,100円(新規登録は、他に登録料3千円)

※会場には、犬を確実に制止できる人が連れてきてください。

※おつりが出ないように準備願います。

◆今回注射しない場合は、動物病院で必ず注射を受け、市役所で狂犬病予防注射済票の交付を受けてください。(市内動物病院①熊谷獣医科病院 ☎090(2020)4434 ②菅原動物病院 ☎090(3984)9726

◆各種手続き:①新規に犬を飼うときは登録申請が必要となります。②飼い犬の転出・譲渡の手続きは、新しい所有者の住所地で届け出をしてください。③飼い犬が死亡したときは、死亡の届け出をしてください。(電話可)

問い合わせ先 市役所まちづくり推進課 生活環境係(内線286)

定期連載 教えて!SDGs



6 安全な水とトイレを世界中に

目標6は、すべての人に安全で安価な飲料水を、そしてトイレや下水処理、ごみ処理などの衛生設備が整った環境で暮らせるようにするという目標です。今のまま気候変動が進むと水不足はさらに悪化し、水が手に入りにくい地域の人々はますます水不足に苦しむことになるかもしれません。目標達成のためには、世界のすべての人が自然環境の保護や回復に意識を向ける事が大切になります。

◎すぐにでも私たちが出来ることは...

- ①歯を磨いている時は、水道を止める
- ②洗濯も食器も、ある程度まとめて洗う
- ③洗剤、シャンプー、石鹸は天然素材で化学物質の入っていないものを選ぶ

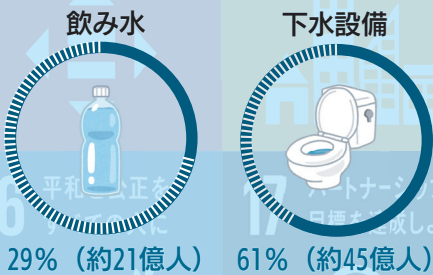


市水道施設見学の様子



○世界では安全な飲み水をすぐに手に入れることができない人が21億人以上います。

管理された水を利用できない人の割合





学ぶ楽しさ、生きがいづくりをサポートします！
自主企画講座支援事業のお知らせ

市では、多くの市民が学習活動に取り組むきっかけとなる機会を創出するために、自主的に講座を企画運営する団体などの支援を行う自主企画講座支援事業を実施しています。

◆申請受付期間…7月1日(水)から11月30日(月)まで

◆事業実施期間…7月6日(月)から3年2月28日(日)まで

◆事業概要

- ・学習内容は初心者向けの講座として計画してください。
- ・参加者については市広報などで募集を行い、5名以上の市民が受講する講座が対象です。
- ・会場・日程などは各自で確保・設定していただきます。
※地区公民館（コミセン）は利用料が免除されます。
- ・営利目的、特定の政党・宗教活動および公序良俗に反するものは認められません。
- ・講座開催の財源として他の助成金などを受けている講座は認められません。
- ・講師謝金は市役所まちづくり推進課が負担しますが、材料費などは各自の負担となります。
※謝金は2,000円/時間とし、1団体につき20,000円を上限とします。

◆申請の流れ

①実施したい講座を相談・申請

- ・企画したい講座について、市役所まちづくり推進課へご相談ください。
- ・自主企画講座開催申請書を提出してください。
- ・申請内容が適当であれば、開催承認通知書を送付します。

②講座開催

- ・出席簿を作成し、講座を開催してください。
- ・開催状況を確認できる写真（毎回でなくても可）を撮影してください。

③報告書などの提出 ※講座終了後1ヶ月以内

- ・市民講座学習実績報告書と実績資料（出席簿、写真）を提出してください。
- ・報告書の提出を確認のうえ、講師謝金を支払いますので、必ず提出をお願いします。

◆講座の開催に関する新型コロナウイルス感染症予防対策について

- ①講座の開催に当たっては、時間を短縮して行うとともに、「密閉」、「密集」、「密接」を避けて行ってください。
- ②屋内で開催する際には、密閉とならないよう換気に心がけ、可能な限り窓やドアを開放した状態で行ってください。
- ③講座の開催場所については、前後左右の人との距離をできるだけ2m（最低1m）確保し、会場の広さを考慮した上で適切な人数の上限を設定し開催してください。
- ④講座開催の際は、参加者に対して自宅での事前の検温、マスクの着用および手洗い・手指消毒などを徹底させてください。検温において37.5度以上の発熱（または平熱比1度超過）、息苦しさ・強いだるさや、咳・咽頭痛などの症状がある人は参加を控えさせてください。

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282)



むしばのない子あつまれ！

（5月28日・3歳6カ月児健診で虫歯のなかった子を紹介）



はせがわゆうざん
長谷川湧山 くん
(横田町)



かんのここな
菅野心結 ちゃん
(米崎町)



きくちことは
菊池琴葉 ちゃん
(米崎町)



しらいたつき
白石龍大 くん
(高田町)



むらかみみさ
村上珠彩 ちゃん
(高田町)



おじまそらた
小島空大 くん
(高田町)



こいずみゆうだい
小泉雄大 くん
(横田町)



いしかわまお
石川真桜 ちゃん
(高田町)



あべゆな
阿部侑愛 ちゃん
(米崎町)



むらかみそうすけ
村上壮介 くん
(小友町)



にいぬましょうた
新沼翔太 くん
(米崎町)



あおとりく
青砥陸空 くん
(小友町)



はしづめぜん
橋詰全 くん
(米崎町)

地域包括
支援センター発!

介護お茶のみ話 その68



「超高齢社会を乗り切るために」保健福祉総合センター
所長 石木 幹人

65歳以上の高齢者の割合が人口の21%を超えると超高齢社会という。気仙地域は超高齢社会に突入して久しい。その間に平均寿命も伸び、現在男女ともに80歳を超えている。最近介護の必要がない状態の平均年齢を健康寿命と言っていて、平均寿命との差は男女ともに約10年ある。

二又診療所に通院している患者さんは平均年齢が80歳近くであり、皆さん元気である。「これからはどんな生き方が望みですか」という質問をすると、ほぼ全員が「人の世話にならないでぼつくり逝くのがいい」という。しかし現実はそのほかいろいろなことである。平均すると10年近く、人のお世話になることになる。

要介護になる原因を見ると、脳卒中が一番多く、心疾患や認知症が続く。さらに転倒による骨折や関節疾患による歩行困難の整形外科的疾患が続くのである。要介護にならないようにするには、自助、互助、共助、公助について理解し実践することが大切である。

自助とは、自分で気をつけて生活し介護に至る疾患にならないようにすることである。脳卒中、心疾患、認知症は糖尿病、高血圧、肥満、脂質異常症の生活習慣病がその原因になっている。禁煙、塩分の取りすぎに気をつける、お酒はアルコール量で25g以下（日本酒1合、ビール500ml、焼酎100ml以下）、甘いものを控える、運動をする、よく眠る、人との交流を盛んにする、といった生活習慣を今からでも作っていくことが肝心である。

介護が必要な高齢者は、今まで通りの若い人たちだけでは支えきれなくなっている。自分の住んでいる地域で、元気な高齢者たちが介護度の低い高齢者を支える場所を数多く作っていくことが必要で、これが互助である。

自助、互助を理解し実行して介護になりにくい自分を作り、もし介護が必要になっても安心して暮らせる地域をみんなで作っていきましよう。

461 保健だより

『熱中症に要注意!』

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、一人ひとりが感染防止の三つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや三密（密集、密接、密閉）を避けるなどの対策を取り入れた「新しい生活様式」を実践することが求められています。今年の夏は、これまでとは異なる生活環境下で迎えることになるため、例年以上に熱中症に気を付けなければなりません。

◆「新しい生活様式」における熱中症予防のポイント

(1)暑さを避ける
冷房時でも感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるため、温度や湿度をこまめに確認し、エアコンを活用し調整することが大切です。

また、暑い日は無理をしないこと、涼しい服装を心がけ、外出する際は日傘や帽子を活用し

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、一人ひとりが感染防止の三つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや三密（密集、密接、密閉）を避けるなどの対策を取り入れた「新しい生活様式」を実践することが求められています。今年の夏は、これまでとは異なる生活環境下で迎えることになるため、例年以上に熱中症に気を付けなければなりません。

◆「新しい生活様式」における熱中症予防のポイント

(1)暑さを避ける
冷房時でも感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるため、温度や湿度をこまめに確認し、エアコンを活用し調整することが大切です。

また、暑い日は無理をしないこと、涼しい服装を心がけ、外出する際は日傘や帽子を活用し

(2)適宜マスクを外す
気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクを外す。マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクを外して休憩することが大切です。

(3)こまめな水分補給
のどが渇く前に、こまめに水やお茶で水分補給をしましょう。食事を除き、1日当たり1.2リットルが水分摂取の目安です。

(4)日頃から健康管理を
体温測定、健康チェックは、感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養しましょう。

三密を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者や子どもには積極的に声をかけ、地域一丸となって今年の夏を乗り切りましょう。

問い合わせ先 市役所保健福祉課保健係（内線241）

陸前高田
グローバル
キャンパス通信

VOL.03



岩手大学・立教大学 共同運営 交流活動拠点



出入り自由の「ラウンジ」。グローバルキャンパス2階にあります。

今回はグローバルキャンパスの中の「ラウンジ」をご紹介します。ふらっと立ち寄りたくなること、間違いなしです！

ゆめキャンに
きてけらいいん

グローバルキャンパス（ゆめキャン）には、中学校の職員室だった広い部屋を改修した、誰でも自由に利用できる「ラウンジ」があります。

「静かな場所のでゆっくりしたい」、「一人で静かに本や新聞を読みたい」、「市外から来た人に陸前高田のことを伝えたい」そんな使い方もできます。ぜひ、一度いらしてください！

無料で自由に使える
スペースです

ラウンジは、開館している時であれば、自由に利用できます。冷暖房完備で、夏でも冬でも居心地が良く、廊下から一步入ると別世界です。

利用するのに、予約料金もありません。ラウンジ入り口でお名前を記入してご利用ください。

テーブルは
気仙杉の特注品です

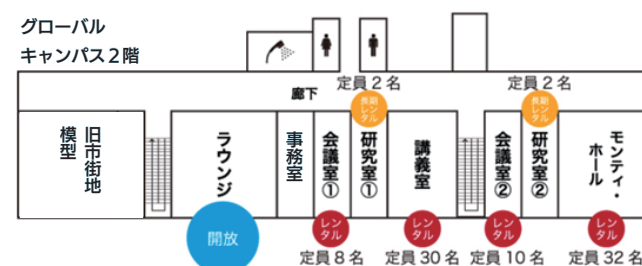
広くて使いやすいテーブルは、地元気仙杉を使用した特注品です。

また、ラウンジ内には陸前高田の写真集やビデオなども置いてあります。

廊下には、震災前の懐かしい市内が写った写真も展示しています。市外から来た方に、陸前高田のことを紹介するスペースとしても利用できます。



おしゃべりに、打合せに、お勉強に。



自動販売機・コピー機もあります
喉が渇いたら飲料の自動販売機があります。コピー機もありますのでどうぞお使い下さい。（1枚10円です）

高級マッサーサージュチェアも
無料です

ラウンジには、無料で使える高級マッサーサージュチェアが3台あります。市民の方々にぜひ使っていただきたと、立教大学を通じて寄付していただきました。

夏の暑い日に、涼しいラウンジでマッサーサージュを受けながら大型テレビを観る、なんていう使い方もOKです。

◆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 e-mail:contact@rtgc.jp

※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

高田 菅野 叶大 (大・西和野)
小友 戸羽 眞悠人 (隆太・谷地館)
広田 出羽 叶将 (元喜・大祝)
村上 大知 (廣大・長根洞)

◎女の子

小友 戸羽 琴芭 (洋・谷地館)
広田 白井 心桜 (彰・久保)

◇おくやみ()は年齢・字名

横田 畠山 ミヤ子 (89歳・黄金山)
竹駒 坂口 一助 (88歳・赤畑)
気仙 鈴木 哲夫 (84歳・垂井ヶ沢)
高田 千葉 美奈 (50歳・鳴石)
村上 富雄 (82歳・中和野)
及川 季子 (79歳・西和野)
船渡 しげ (95歳・西和野)
菊池 幸子 (60歳・中田)
熊谷 節雄 (83歳・川内)
佐藤 清美 (85歳・松峰)
吉田 ミツギ (101歳・神田)
小友 菅野 允子 (95歳・三日市)
広田 関戸 隆一郎 (76歳・大祝)
菅野 貞子 (91歳・根岬)
白井 ツルエ (94歳・久保)
伊藤 ミドリ (89歳・田端)
長野 そのこ 園子 (65歳・大久保)
戸羽 よしじ 芳治 (74歳・長洞)

数字で見る陸前高田市(令和2年5月31日現在)

市内の火災救急活動(5月)
()は1月からの累計

◆建物 0件 (0件)
◆林野など 0件 (0件)
◆出動件数 64件 (324件)
◆搬送人員 61人 (318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 9,065人 (ー 12人)
女性 9,685人 (ー 4人)
18,750人 (ー 16人)
(出生 8 死亡 32)
世帯数 7,625世帯 (ー 6世帯)

市内の交通事故(5月)
()は1月からの累計

◆人身事故 0件 (7件)
◆物損事故 17件 (100件)
◆負傷者 0人 (8人)
◆死亡者 0人 (0人)
◆飲酒運転 0人 (2人)



(682)

斎金 藤野 静一・文責
多美子・挿絵

― 気仙郡の設置(1) ―

古代みちのくの国は、一口に言えば「東北辺境」の大国であった。

中央からは「辺境の地」と呼ばれ「みちのく(道の奥の国)」とも称せられた。確かに奈良時代になるまでは中央政府の支配の及ばない地域であった。

古代の「みちのく」の人びと「エミシ」と称せられていた。

「エミシ」は畿内の人びとは異なる人ではなく中央政府の支配に屈さない人びと、つまりは「まつろわぬ人びと」で化外(けがい)の民であったのだ。

だが大和朝廷による古代国家の統一はしだいに辺境の地を王化に馴じませ、その拡大をはかっていくことになる。

化外の民とか辺境の人と称せられた「エミシ」については、中央の歴史書は――エミシは狩や採集の生活を

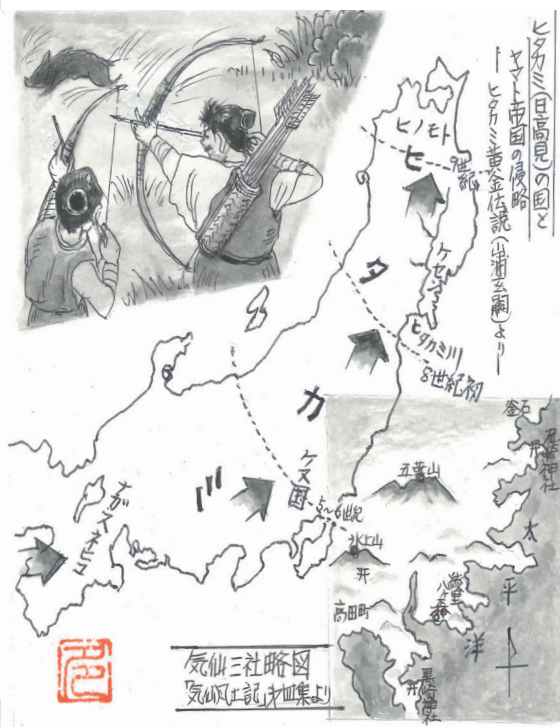
していてまだ農耕を知らず。人間的な倫理を持たない野蛮人であるかの如くに、記していた。

しかし実際はどうであったのか。近年各地で調査が行われるようになってくると東北地方の北部にあっても考古学的調査の結果、その姿がしだいに明らかになってきたのである。

古代の東北は「日高見の国」と呼ばれたが気仙地方もその国の一角を占めるものと考えられていた。

日高見の国は厳密にはよく分らないが、もともとは常陸国の信夫郡あたりから北の地域を見られていたようである。

だが政府側の開拓が進みエミシが後退し始めてから後の考え方は北上川流域の国ととらえるようになったものであろう。



この日高見の国に住んだ人びとはいくつかの言葉地名や神名に残している。

地名には北上川を「日高見川」、「日上湊(ひなみなど)」、「日河(ひかわ)」と呼び、これらは「日高見湊(ひたかみなど)」、「日高見河(ひたかみがわ)」と意訳される。

氷上山(ひなかみやま、おひのかみ)氷上川(ひなかみがわ)気仙、介世(けせ)気遷(けせ)

気遷郡人(けせんぐんのひと)なども、記録に残されている。人名では「気瀬直麻呂(けせのなまろ)」「大同類聚方」に見える。

これによると少なくとも「大同年間(八〇六)には気仙郡が設けられそこで「ケセ」または「ケセン」と呼ぶ地名を姓とする気瀬直麻呂と呼ぶ人物も実在したことを物語っている。

一方、神名では「延喜式内社」として神名帳に登載されているのが登奈孝志神(トナコシカミ)理訓許段神(リクコタカミ)そして衣太手神(キヌタテカミ)の三神が見える。以上の

三つの神名のほか、その他人名や地名も蝦夷語でなかったかと思われる。

ちなみに気仙地方に住んでいたエミシは当時は海道蝦夷(かいどうえみし)、または海道夷(かいどうい)と呼ばれ宮城県の牡鹿半島あたりを南限とし桃生郡、本吉郡そして気仙郡一帯に住んだ人びとの汎称と見て間違いないものと思われる。

ところで「気仙郡」という地名が歴史書に初めてあらわれるのが「日本後紀(八四〇年完成)の弘仁元年(八一〇)十月二十七日の条である。

―陸奥国言フ。渡島ノ狄二百余人が陸奥国の気仙郡ニ来着ス。当国ハ其の所管ニ非ザルヲ以テ直チニ歸去セシメントス。

しかし、狄らは簡単には帰ろうとしない。気仙郡の役人も大いに困った。

この上代気仙郡役人が二百余人もの狄らとの交渉、どのようになっただか…。



お知らせ

新型コロナウイルス感染症

法務大臣メッセージ

新型コロナウイルス感染症に関連して、感染者・濃厚接触者、医療従事者などに対する誤解や偏見に基づく差別は決してあってはなりません。

法務大臣メッセージはYouTube法務省チャンネル (<https://youtu.be/RYS00qCxo0>) をご覧ください。

法務省の人権擁護機関では、新型コロナウイルス感染症に関連する不当な差別、偏見、いじめなどの被害に遭った人からの人権相談を受け付けています。困った時は、一人で

悩まず、当機関に相談してください。

◆相談窓口：（受付 平日午前8時30分～午後5時15分）
みんなの人権110番

◆女性の人権ホットライン
☎0570（070）810
※インターネットでも人権相談を受け付けています。（インターネット人権相談で検索）

◆子ども図書館ちいさいうち
☎0120（007）110

大人が出会う物語の世界

ちいさいうちでは、大人も対象にした図書展示を開催します。

『おばあちゃんは、あなどれない』をテーマに、魅力的なおばあちゃんが登場する物語を紹介、貸し出しします。

◆期間：7月1日（水）～8月30日（日）（毎週水、土および日開館）

◆場所：ちいさいうち（竹駒地区「ミセン敷地内」）

◆問い合わせ先：子ども図書館ちいさいうち（高橋） ☎080（6030）1282

市立図書館

貸出数量および期間の変更

7月1日（水）より左記のとおり変更になります。

◆貸出数量の上限（貸出予約含む）
図書資料：1回につき15冊以内

◆視聴覚資料：1回につき4点以内

◆ボードゲーム：1回につき1点以内

貸出期間

貸出日の翌日から3週間以内（延長は1回に限り、1週間以内）

◆問い合わせ先：市立図書館 ☎0192（54）3227

特定計量器定期検査

はかり（特定計量器）をお持ちの人へ

特定計量器とは、取引または証明に用いる「はかり」のことです。特定計量器は定期検査を受ける義務があり、今年度は特定計量器の定期検査年度です。

◆定期検査日時：8月3日（月）午後～7日（金）午前中（詳しくは市ホームページで確認できます。）

特定計量器をお持ちの人で、今まで定期検査を受けたことのない人、事前調査票が届いていない人は、左記までお問い合わせください。

◆問い合わせ先：市役所商政課商工係（内線437）

お気軽にご相談ください

ほいくのしごと出張相談

県保育士・保育所支援センターでは、保育士経験のあるコーディネーターが、保育士の就職に関する相談や心配事を聞き、現在の求人・保育について情報提供する「ほいくのしごと出張相談会」を開催します。相談は無料ですが、予約を優先します。

◆日時：7月17日（金）、午前10時半～午後2時

◆場所：ハローワーク大船渡

◆問い合わせ先：県保育士・保育支援センター ☎019（637）4544

蜜蜂への被害が発生しています 斑点米カメムシ類防除に注意

8月になると、水田でコメの品質を落とす斑点米カメムシ類の防除が始まりますが、近年、この防除に関連すると思われる蜜蜂の死亡事例が発生しています。

斑点米カメムシ類の防除にあたっては、水稻生産者と蜜蜂飼育者などで、事前に農薬散布に際しての注意事項や巣箱の移動などについて十分話し合い、被害の防止に努めてください。

◆問い合わせ先：①大船渡農業改良普及センター ☎0192（27）9918 ②岩手県おふなと総合営農指導センター ☎0192（22）7520

高田大隅つどいの丘商店街「たまご村」に名称を変更しました

高田大隅つどいの丘商店街は7月1日（水）、「たまご村」として、リニューアルオープンしました。「人が活き、つながる。コトがうまれる、た

まご村」をコンセプトに、①食べる場：居酒屋、弁当、ケータリングなど ②働く場：コワーキングスペース、シェアオフィス、子育て・仕事シェアなど ③暮らす場：デイサービス、健康麻雀、会議などに使えるレンタルスペース、訪問介護などの施設があります。

人のつながりや様々な「こと」が生まれる、ひとが自由に集まれる場がたまご村です。多くの市民の皆様のご利用を心よりお待ちしております。

◆住所：高田町字大隅93の1

◆問い合わせ先：一般社団法人トナリノ（旧SAVETAKATA） ☎0192（47）3278

いちサポおふなとルーム

これから働きたい人を応援

これから働きたい49歳までの人などを対象に就労に関する個別相談、スキルアップ支援を行います。

◆内容：（午前）楽しみながらコミュニケーション力を身につけるセミナーやパソコン

募集します

学んでみませんか？

いわて男女共同参画サポーター養成講座

県と男女共同参画センターでは、男女共同参画の推進活動に関心のある人を対象に、「いわて男女共同参画サポーター養成講座」の受講者を募集します。

◆内容：公開期間を限定した動画配信による講座（必修9講座、選択1講座）

◆動画配信期間：9月1日（火）～11月30日（月）

◆対象：県内在住または勤務等をしている18歳以上の人（学生可）

◆受講料：無料。資料代は市が負担します。

◆申込期限：7月20日（月）※受講申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

◆問い合わせ先：市役所まちづくり推進課（内線281）

国の平和と安全を守る

陸海空自衛官の募集

自衛隊岩手地方協力本部では、自衛官を募集しています。

◆募集種目：①航空学生、②一般曹候補生、③自衛官候補生、④予備自衛官補

◆受付期間：①～③7月1日（水）～9月10日（水）、④7月1日（水）～9月11日（金）

◆試験日：①9月22日（火）、②・③9月18日（金）～20日（日）（いずれか1日）、④10月3日（土）～6日（火）（いずれか1日）

◆試験会場：岩手県内各会場

ポリテクセンター岩手

9月入所生募集

◆応募資格：ハローワークに求職手続きをしている人

◆受講料：無料（資料代は自己負担）

◆募集科：住宅建築施工科（定員10名）

◆募集期間：7月1日（水）～8月17日（月）

◆訓練期間：9月3日（水）～2月26日（金）

◆施設見学：平日 午前10時～、午後2時～の2回

◆問い合わせ先：ポリテクセ

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)
サマージャンボミニ1千万円
(1等1千万円)
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
各1枚 300円
7月14日（火）2種類同時発売!
発売期間 7/14（火）～8/14（金）
公益財団法人 岩手県市町村振興協会

補装具の巡回相談日変更のお知らせ
広報6月号お知らせ版6頁で掲載した、補装具の巡回相談日が下記のとおり変更となります。
【変更後】 7月29日（水）
問い合わせ先
市役所保健福祉課福祉係（内線213）

編集後記
4月から広報担当となりました菅野です。様々なイベントで皆さまの前にお邪魔することがあると思いますが、その際はよろしくお願いたします。

～広田湾漁協女性部小友支部～ 今月のおすすめレシピ

作り方

- ① イシカゲ貝の身をむき、半分に切る。
- ② 2Lの水を沸騰させ、塩①を入れてパスタを茹でる。
- ③ フライパンでオリーブオイルとスライスしたニンニクを弱火で熱し、ニンニクがきつね色になったら取り除き、イシカゲ貝をサッと炒める。
- ④ 玉ねぎ、しめじ、ベーコンを3に入れて炒め、火が通ったらパスタを入れてからめ、塩②、コショウ、バター、麵つゆで味を調える。
- ⑤ ミニトマトとパセリを散らして盛り付ける。



(1人分) エネルギー 532kcal
食塩相当量 1.62g

広田湾産イシカゲ貝は広田湾で平成7年から養殖技術の確立に注力し、翌年全国で初めて養殖事業化を実現した、殻長6cm前後の大きめの二枚貝です。広田湾が国内で唯一の養殖産地となっていることから、「幻の貝」と呼ばれており、陸前高田市の特産となっています。

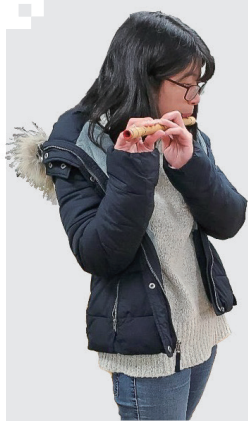
身はきれいなクリーム色をし、甘味と旨味が強く、タウリン、グリシン、アルギニンなどの栄養素を豊富に含んでいます。

例年7月頃より出荷され、豊洲市場に卸されますが、市内では道の駅高田松原や広田湾漁業協同組合のインターネット販売でお求めいただけます。

問い合わせ先 市役所水産課水産係 (内線 342)

材料 (2人分)

イシカゲ貝……………10個
パスタ……………160g
玉ねぎ……………1/4個
ベーコン……………2枚
しめじ……………1/2パック (50g)
ミニトマト……………4個
ニンニク……………1斤
パセリ……………少々
塩①……………大さじ1
塩②、コショウ……………少々
バター……………5g
麵つゆ……………小さじ2
オリーブオイル……………大さじ2



サラの Thankyou! SINGAPORE

～⑪笛を覚え始めました～

シンガポール出身で市の国際交流員のサラ・チュウさんが、陸前高田で“見て”“体験して”感じたことを伝えます。

新年を迎えるとともに日本の文化に触れ新しいものを学びたいと思い、気仙町けんか七太鼓に相談したところ、「太鼓もそ

うだけど、まずは笛から覚えようか」と誘われ、笛の先生のもと、少人数での練習が始まりました。メロディーを覚えるのは簡単ですが、安定した音を常に出せるよう、口を小さくしたままで長く吹くのが難しく、最初は音が全く出せなかったため悔しかったですが、毎週練習することで少しずつ上達しました。安定した音はまだ長く出せませんが、3ヶ月をかけてけんか七太の囃子音楽の一部が吹けるようになりました。

日本の伝統音楽が大好きで、特に笛の音は綺麗で笛が吹ける人達に憧れをもつようになりま

した。管楽器に触れたことがなかった私が笛をマスターできるかは不安でしたが、チャレンジしてよかったと思います。新型コロナウイルス感染症の影響で、4月からの練習は自粛となり、今年のけんか七太祭りも中止となってしまいましたが、来年を目指して頑張っていきたいと思っています。

シンガポールの祭りは主に、豪華なイルミネーション、飾りや花火などです。演奏がある祭りの場合、出演者

を決める選抜で選ばれた人などでなければ、出演出来ません。陸前高田では、希望すれば祭りに参加できますので、シンガポールの祭りとの違いと言えるでしょう。



昨年のけんか七太の様子



※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7月号(No.1079)の印刷経費は1部42.3円(税抜き)、発行部数は7,550部です。