

☆ 広報りくぜんたかた Takata

10

October 2022

No.1130

きらりんファミリーフェス 2022

(9月10日)

※関連ページ (P5)

たかくあがれ!

昔遊び

で

おもいおもい!

主な内容

- P2 Front Topics
- P6 市役所からのHOT LINE
- P15 EVENT
- P18 地域の話題
- P22 INFORMATION

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

3 すべての人に
健康と福祉を

4 質の高い教育を
みんなに

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。

シルバー人材センター

会員の皆さんに聞きました

いつまでも

若々しく

秘訣は…

全国的に少子高齢化が進むなか、本市の人口は震災前に比べ大きく減少した一方で、高齢化率は上昇を続けています。高齢化率は、昨年度末で40.4%（総人口18,166人に對して高齢者（65歳以上）は7,342人）となり、全国の高齢化率29.4%を大きく上回っています。人生100年時代とも言われ、セカンドライフをどう楽しむかが、重要になってくるなか、本市シルバー人材センターは、本年度創立30周年を迎え、「働く」「学ぶ」「集う」とおした生きがい作りに取り組んでいます。会員数は4年9月時点で276人（男133人、女143人）となり、これまでの経験や能力を活かした「仕事」のほか、独自事業として自分の好きなことに取り組める「はた織り」「手芸」「民謡」「陶芸」などのサークル活動も行われています。



むら かつみ きみ お
村上君夫さん

(矢作町) 77歳



入会して約6年になります。現在は、地域草刈班の班長として、林道や津波で被災した土地など市内各所の草刈りを行っています。これから自宅での稲刈りも始まり忙しくなってきますが、やることなく1日中家の中に居るのは性に合わないので、苦ではありません。「外に出て、人と会い、体を動かす」これが健康の秘訣かもしれません。

むら かつみ よう こ
村上洋子さん

(高田町) 64歳



令和元年に入会しました。前職は国語の教員をしていたこともあり、外国人を対象とした日本語教室の仕事を行ったのが印象に残っています。適材適所の仕事を紹介してもらえることに加え、「手芸サークル」の活動として、はた織り機で織った布で、バッグなどの作品を作り、道の駅で販売しています。これまでの経験を仕事に活かすことができるなど、充実した毎日を送っています。



よし だ うめ こ
吉田梅子さん

(高田町) 65歳 (写真左)

くま かい しげ こ
熊谷茂子さん

(広田町) 65歳 (写真右)

道の駅高田松原の清掃の仕事をしています。普段会えない会員の皆さんと会うことができる、年に1回のボランティア活動は、楽しみの1つ。センターでの活動は、仕事だけでなく、多くの仲間が集まり、様々な人とコミュニケーションがとれる貴重で、楽しい場所です。



左から
かんの かず こ
菅野和子さん (77歳)
こんの えい こ
紺野英子さん (72歳)
むら かつみ
村上イサ子さん (75歳)

皆さんも一緒に働き楽しくセカンドライフを送りませんか

- ◆地域の働き手、支え手
介護、子育て支援、植木の剪定、除草作業などの仕事
- ◆生きがいづくり
各種講習会の実施（植木剪定、チェーンソー取り扱い、介護職員初任者研修、スマホ操作、認知症予防など）、サークル活動（はた織り、手芸、民謡、陶芸）、女子会、各種交流会
- ◆地域貢献、社会貢献
ボランティア活動、各種イベントへの参加

入会方法、説明会日程など詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ先 市シルバー人材センター ☎0192(54)4888

市役所に館地この地域
縮小してこの地域



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。「その先の笑顔のため、いまできること」編では、本市でSDGsの達成に向け積極的に取り組んでいる人・団体を紹介していきます。

あなたもぜひSDGsに取り組んでみませんか？



9月10日(土)、高田松原運動公園内で、きらりんきっず主催のイベント「きらりんファミリーフェス 2022」が開催されました。

イベントには、大型遊具や縁日、キッチンカーのほか、市内外の事業者による、家族で楽しめるコーナーが設けられ、秋晴れのもと500人以上の親子連れが会場を訪れました。

市SDGs推進プラットフォームでは、ペットボトルキャップを使ったゆめちゃんアートやマグネット作り、着れなくなった子ども服を再利用したエコバッグ作り、バンド演奏にあわせ誰でも参加できるリズム遊びなどのコーナーを設置し、楽しみながらSDGsを体験してもらいました。今回は、その様子を紹介します。



イベントに参加したプラットフォームメンバーの皆さん

アートに使用した1200個のペットボトルキャップは、寄付を行い、1.5人分のワゴンへと生まれ変わります。

好みの飾りを選び思いのマグネットを作りました



ゆめちゃんアート

バンド演奏の電力はCO2排出ゼロの電気自動車から



たかたゆめちゃんもペットボトルキャップアート作りに参加しました



バンドの演奏にあわせ子ども達もノリノリ♪



子ども服をエコバックにリメイク 子ども達も真剣



ボランティアで参加してくれた高田高校の生徒の皆さんが作りました

第2回

陸前高田市・住田町小学校陸上記録会



9月14日(水)、本市と住田町による合同の小学校陸上記録会が開催されました。種目は、トラックの部(100m、800m、4×100mリレー)とフィールドの部(ジャバリックボール投げ、走り高跳び)の計5種目。本年は、会場が高田小学校から広田町の県立野外活動センター多目的運動広場へと移り、選手達は爽やかな風を感じる秋晴れのもと、大会記録や自己記録の更新に挑みました。



記録会結果

	種目	順位	氏名(学校)	記録
男子	5年 100m	1位	たかはしゆうし 高橋優心(広田)	15秒6
	5年 800m	1位	あらかきいと 荒木海翔(小友)	2分41秒8
	6年 100m	1位	かんのいつき 菅野一稀(横田)	13秒2
	6年 800m	1位	しみずゆきのしん 清水幸之進(広田)	2分33秒5
	ジャバリックボール投げ	1位	ささきそうた(米崎)	49m48
	走り高跳び	1位	にいぬまはやと 新沼颯斗(高田)	1 m29
	4×100mリレー	1位	高田小学校	58秒8
			いしかわはると にいぬまはやと ささききるか とばあおほ 石川陽翔、新沼颯斗、佐々木瑠海、戸羽碧波	
女子	5年 100m	1位	むらかみまお 村上愛桜(広田)	15秒4
	5年 800m	1位	はげやまかほ 畠山花帆(小友)	3分2秒7
	6年 100m	1位	すがわらあやね 菅原文希(高田)	15秒5
	6年 800m	1位	むらかみるか 村上琉華(広田)	2分48秒3
	ジャバリックボール投げ	1位	とば 戸羽ひより(小友)	40m38
	走り高跳び	1位	こんのるな 金野凛愛(米崎)	1 m18
	4×100mリレー	1位	小友小学校	1分2秒3
			とばこころ とば 戸羽心優、戸羽ひより、畠山花帆、戸羽奈々子	

※市内小学校の上位1人校を掲載



乳がん検診を実施します



市では、感染症対策を講じながら、日程表のとおり乳がん検診を行います。申し込みをした人、無料クーポンの対象となる人には、受検票をお送りしますので、受検当日に忘れずに持参してください。受検を希望する人で申し込みがお済みでない人は、担当までご連絡ください。

- ◆対象者…市内に住所を有する40歳以上の女性（昨年度受診された人を除く）
- ◆検査内容…マンモグラフィによる乳房X線撮影
- ◆検診料金…1,000円
- ◆検診料免除対象者…①重度心身障害者医療費受給者証をお持ちの人②生活保護世帯の人③市民税非課税世帯の人④70歳以上の人（令和5年4月1日時点）⑤無料クーポン対象者（昭和56年4月2日～57年4月1日生まれの人）
※子宮頸がん検診は、12月に実施予定です。



◆乳がん検診日程

期 日	受付時間 (午前9時開錠)	対 象 行 政 区	会 場	
10月23日(日)	午前9時30分～11時	気仙町1区～8区	市コミュニティホール	
	午後1時～2時	気仙町9区～14区		
10月24日(月)	午前9時30分～11時	米崎町1区甲乙～5区乙		
	午後1時～2時	米崎町6区甲乙～10区、脇の沢団地		
10月25日(火)	午前9時30分～11時	広田町1区～7区		
	午後1時～2時	広田町8区～15区		
10月27日(木)	午前9時30分～11時	竹駒町1区～3区		竹駒地区 コミュニティセンター
	午後1時～2時	矢作町1区～7区、竹駒町4区・5区		
10月28日(金)	午前9時30分～11時	矢作町8区～16区、竹駒町6区・7区		
	午後1時～2時	横田町		
10月31日(月)	午前9時30分～11時	小友町1区～5区		市コミュニティホール
	午後1時～2時	小友町6区～10区、高田町1区・2区		
11月1日(火)	午前9時30分～11時	高田町3区～7区		
	午後1時～2時	高田町8区～15区		

※対象行政区の指定日に受診できない場合や、上記以外の地区にお住まいの人は、日程内の都合の良い日に受診してください。

問い合わせ先 市役所保健課保健係(内線234)

インフルエンザ予防接種費用を助成します



市では、子どもと高齢者を対象に、インフルエンザ予防接種費用の助成を行います。

◆対象および実施期間

対 象		実 施 期 間
高 齢 者	接種日現在 65歳以上の人	10月1日(土)～12月31日(土)
	接種日現在 60歳～64歳で心臓、腎臓または、呼吸器機能、免疫機能に障害を有する人（身体障害者手帳1級程度）	
子 ども	接種日現在、生後6ヵ月～中学校3年生	10月1日(土)～5年1月31日(火)

◆助成額…2,000円/回（高齢者の生活保護世帯は全額助成）

※医療機関窓口で、助成額を差し引いた額をお支払いください。

◆接種回数…13歳未満 2回 ※2～4週間の間隔をあける 13歳以上 1回



◆市内の接種医療機関（事前に予約をしてください）

医療機関名	住 所	電話番号	高齢者	子ども	備 考
県立高田病院	高田町字太田512-2	0192(54)3221	○	○	
鵜浦医院	高田町字鳴石22-9	0192(55)2125	○	中学生以上	窓口で直接予約
鳥羽医院	小友町字西下60	0192(56)3515	○	3歳以上	
広田診療所	広田町字前花貝222-2	0192(56)2515	○	小学3年生以上	
二又診療所	矢作町字愛宕下31	0192(58)2220	○	小学3年生以上	
済生会陸前高田診療所	気仙町字中井194	0192(22)7515	○	13歳以上	
希望ヶ丘病院	高田町字大隅8-6	0192(53)1019	○	×	通院患者限定

※大船渡市、住田町および宮城県気仙沼市の医療機関でも接種できます。一部、実施していない医療機関もありますので、事前に医療機関へ直接お問い合わせください。

※市内、大船渡市、住田町および宮城県気仙沼市以外の医療機関で接種を希望する場合は、事前に保健課保健係までご連絡ください。

◆持ち物…保険証、身体障害者手帳（60～64歳の人）、母子健康手帳（子どもの人）

問い合わせ先 市役所保健課保健係(内線242)

介護に関する各事業についてお知らせします



介護保険サービスとは別に、市独自で実施している各事業についてお知らせします。なお、いづれの事業も事前の申請が必要です。

家族介護用品支給事業（オムツ券）

- ◆**対象者**…住民税非課税世帯で、在宅にて、要介護3・4・5の紙おむつを必要とする人を介護している人
※施設入所中、入院中の人は除く
- ◆**支給内容**…要介護者1人につき、月1枚4,000円分の支給券
(紙おむつ、尿取りパッド、おしりふきなどの購入に使えます)

家族介護慰労金支給事業

- ◆**対象者**…在宅にて、要介護4・5の人を介護している同居家族または近隣に居住し介護している人
- ◆**条件**…申請日前に継続して6カ月以上、介護保険サービスを利用していないこと
(7日以内のショートステイは除く)
- ◆**支給額**…要介護者1人につき5万円

いたわりの道整備事業

- ◆**対象**…住民税非課税世帯で、要介護3・4・5の認定者または身体障害者手帳等1・2級を所持している人のいる世帯
- ◆**対象工事**…市道・私道・庭などの住宅の敷地内において、車イスやストレッチャーでの移動に支障がある区間の舗装工事
- ◆**補助額**…工事費の2分の1（上限50万円）

介護保険料の納付方法について、新しく2つのアプリが追加となります

追加決済アプリ

FamiPay

① FamiPay

d払い d払い

② d払い

【利用方法】

- ・これまでと同様に払込票のバーコードをスマートフォンアプリのカメラで読み込むだけで利用できます。

【注意事項】

- ・納期限が過ぎたものはアプリでの納付はできません。
- ・今回の決済方法の追加は、介護保険料の納付でのみ利用が可能です。

【その他】

- ・納付書の裏面の「利用可能なスマートフォン決済アプリ」の一覧には利用開始時期の都合上、記載はありませんがご利用いただけます。

子育て世帯臨時特別支援金を支給します



市では、子育て世帯の生活を支援するために特別支援金を支給します。

◆対象者

- ① 4年5月分の児童手当支給対象児童(特例給付対象児童も含む)
- ② 4月30日(土)時点の高校生世代(平成16年4月2日～19年4月1日生まれ)
- ③ 5月1日(日)から5年3月31日(金)までに生まれた児童(新生児)

◆支給対象者

対象者の保護者のうち、生計を維持する程度の高い人に支給されます。
(児童手当受給者もしくはそれに準ずる人)

◆給付額

対象者1人につき、3万円
(県の事業「いわて子育て世帯臨時特別支援金」15,000円を含む支援金です)

◆申請方法

今回、支給を受けるにあたって原則として、申請は不要です。高校生世代を養育している人、所属庁から児童手当を受給している公務員、単身赴任などにより養育者のみが本市にお住まいの人は申請が必要です。

※対象者の住所が、市内にある支援対象者には申請書を送付しますが、申請書が届かない人(単身赴任世帯など)は市ホームページでダウンロードするか、市役所子ども未来課で受領してください。

URL: <https://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/soshiki/kodomomiraika/kodomokateikakari/skosodateiennkinn/6534.html>



◆支給時期

9月から順次支給を開始しています。
※申請が必要な人については、申請後順次支給予定です。

◆支給方法

- ① 児童手当を受給している受給者および新生児の保護者
令和4年6月支給時の児童手当を受給している口座に振り込みます。
- ② 支給申請を行った保護者
子育て世帯臨時特別給付金申請書での申請により別途指定した口座に振り込みます。
※上記については、指定口座への振込が口座解約・変更などによりできない場合は、口座変更届の提出をお願いします。

◆申請期限

5年2月28日(火)
※新生児については、出生届の際にあわせて子ども未来課にて手続きをお願いします。

問い合わせ先 市役所子ども未来課子ども家庭係(内線252)



令和4年度 岩手県総合防災訓練を実施します



今年の県総合防災訓練は、気仙2市1町を会場に、大雨、地震、津波災害を想定して行います。本市では、津波避難訓練のほか、防災について学習できる各種展示も行いますので、ぜひご参加ください。

訓練概要（本市会場分）

- ◆日時…10月29日(土)午前8時30分～11時ごろ
- ◆場所…市コミュニティホールほか
- ◆訓練内容…緊急地震速報訓練（市内全域）
津波避難訓練（津波浸水想定区域内）
防災資機材展示（市コミュニティホールおよび周辺駐車場）
指定避難所開設・運営、保健・医療サービス提供訓練（※）
緊急物資輸送訓練（※）
孤立者救助訓練（※）
※の訓練は、防災関係機関のみで行う訓練です。



昨年度の様子（北上市）

緊急地震速報訓練、津波避難訓練

緊急地震速報訓練と津波避難訓練を実施します。宮城県沖で発生した巨大地震、津波を想定し、緊急地震速報や大津波警報といった情報を、防災行政無線やエリアメールなどで発信します。

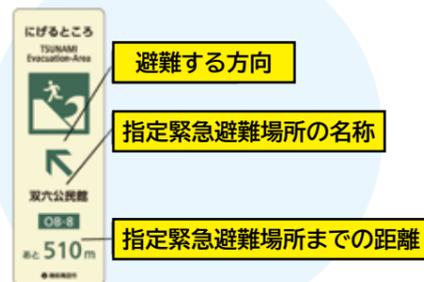
緊急地震速報を確認した際は、地震の揺れから身を守る行動をとってください。その後、大津波警報の情報を確認した際は、津波浸水想定区域にいる人は、ただちに最寄りの指定緊急避難場所などに避難してください。

※エリアメールを受信すると、携帯電話から大きな音が鳴りますのでご注意ください。

◆訓練内容

時間	内容
午前8時30分ごろ 【訓練開始】	・緊急地震速報 ・宮城県沖でマグニチュード8.7の地震が発生 ・岩手県に大津波警報（到達予想時刻午前9時）発表 ・津波浸水想定区域に避難指示発令
午前9時ごろ 【訓練終了】	・津波到達 ・大津波警報などが解除 ・避難指示解除 ・東日本大震災犠牲者への黙とう

津波避難誘導標識



避難する方向

指定緊急避難場所の名称

指定緊急避難場所までの距離

防災資機材展示

市コミュニティホールおよび周辺駐車場を会場として、民間事業者などにより防災資機材を展示します。普段は体験できない高所作業車搭乗体験や電気自動車給電訓練、放置車両排除訓練など、防災について学べる貴重な展示約20種類が集結します。



その他

- ・訓練当日は、多くの車両、ヘリコプターなどが出動するため、付近の住民の皆さんには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
- ・当日の天候および新型コロナウイルス感染症の拡大状況などにより、訓練規模の縮小、または中止する場合があります。
- ・新たな津波浸水想定については、区長文書により全戸配布し、お知らせします。

市営住宅とみなし特定公共賃貸住宅の入居者を募集します



◆募集期間および対象住宅(定期募集) 10月11日(火)から21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
				2DK	3DK	車いす対応	
気仙町	今泉	H 28	RC	2戸	—	—	常時申し込みのみ、受け付けています。
	長部	H 28	RC	2戸	—	—	
高田町	鳴石第2	H 1	RC	2戸	—	—	
	下和野	H 26	RC	1戸	1戸	—	
米崎町	脇の沢	H 29	RC	—	—	2DK:1戸	
広田町	大野	H 27	RC	—	1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

(1) 市営住宅(住宅に困窮する**低額所得者を対象**とした住宅)

- ① 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、障がい者がいる世帯、18歳以下の者がいる世帯、妊婦がいる世帯については**214,000円以下**の世帯
- ② 転勤や結婚などのために現に住宅に困っている人
- ③ 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。

(2) 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)

- ① 入居しようとする世帯全員の所得総額が**月額158,000円以上487,000円以下**の世帯
- ② 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
- ③ 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、下記提出先までご持参ください)

- ① **入居申込書**(市役所建設課、市営住宅管理センターで配布。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。) URL:<http://www.koeijutaku.com/rikuzentakata/index.html>
- ② 入居希望者全員の**本籍が記載された住民票**(市役所市民課発行)
- ③ 18歳以上(高校生を除く)の入居希望者全員の**所得課税扶養証明書**(市役所市民課・税務課発行)
- ④ 障がいのある人は、障害者手帳などの写し
- ⑤ **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・税務課発行)



◆提出先

株式会社寿広 陸前高田市営住宅管理センター(高田町字下和野104番地1 市営住宅下和野団地併設店舗内)

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。**
申し込みが可能な部屋については、お問い合わせください。

問い合わせ先

株式会社寿広 陸前高田市営住宅管理センター ☎0192(53)1323
または 市役所建設課管理係(内線444)

陸前高田市協働のまちづくり指針を策定しました



この連載では、「陸前高田ならではの協働」をまとめた「陸前高田市協働のまちづくり指針」（4年3月策定）の概要を紹介しています。

陸前高田ならではの協働：相手を知る協働の基本ルールとは？

本市の協働の根幹は、「相手を知ること」です。今回は、協働のまちづくり指針で定めている、6つの基本ルールを紹介します。

- 目的・目標を共有すること**
何のために協働をするのかという「目的」と、いつまでにどれだけの成果を達成すればよいのかという「目標」が、互いに共通していることを確認し共有することが大切です。
- 対等な関係であること**
一方が優位な立場や、依存関係にならず互に対等な立場であることを意識することが大切です。
- 相互に理解すること**
話し合いの機会を設け、相手を知ろうとすること、互いを受け入れ、尊重・感謝の気持ちを持つことで、信頼関係を築くことが大切です。
- 責任・役割を分担すること**
それぞれができることを明確にし、役割を意識することが大切です。
- 情報の公開、共有をすること**
お互いの情報を共有し信頼関係を強化し、誰にでもわかりやすい情報公開を行うことが大切です。
- まちはみんなで作るもの**
“まちはみんなで作るもの”です。それぞれが役割や責任をもち、“ジブンゴト”として話し合いの場や地域活動に参加することが大切です。



陸前高田市 男女共同参画計画を策定しました



この連載では、男女共同参画計画の各基本目標と、市民の皆さんが取り組める内容を紹介しています。今回の基本目標3は、「社会」、「家庭」に続き「地域における男女共同参画」です。

基本目標3 地域における男女共同参画の推進

施策の方向

- 地域コミュニティ活動における男女共同参画**
誰もが対等な立場で、主体性と責任を持った自主的な取組による地域コミュニティ活動が推進するよう啓発活動を行います。
- 防災における男女共同参画**
防災・復興にあらゆる視点を取り入れるため、防災に関する政策・方針の決定過程や地域での防災活動など、あらゆる場面で男女共同参画を推進します。
- 国際的協調と国際理解の推進**
「持続可能な開発目標(SDGs)」について周知を図るとともに、ジェンダー(※)平等の実現のため、性別による差別を無くし、誰もが対等に権利・機会・責任を分かち合える社会を推進します。
※ジェンダーとは…社会的・文化的に形成された性別



みんなで考え行動していきましょう！

- ～市民ができること～
- ・市民一人ひとりが地域の構成員としての自覚を持ち、地域活動に積極的に参加します。
 - ・固定的な役割分担にとらわれることなく、誰もが共に地域活動を担うという自覚を持ちます。
 - ・市民一人ひとりが防災の重要性を意識し、地域の防災活動に協力します。
- ～地域ができること～
- ・コミュニティ推進協議会や自治会、各種地域団体などは、固定的な役割分担にとらわれることなく、バランスを考えた役割構成に努めます。
 - ・誰もが対等な立場で、互いに協力し合い、地域の活性化に努めます。

狂犬病予防注射を忘れずに



期日	受付時間	場 所
10月26日(水)	午前9時00分～9時15分	広田地区コミュニティセンター
	午前9時35分～9時50分	小友地区コミュニティセンター
	午前10時10分～10時25分	上浜田構造改善センター(米崎町)
	午前10時45分～11時00分	今泉地区コミュニティセンター
	午前11時15分～11時30分	長部地区コミュニティセンター
10月27日(木)	午前9時00分～9時10分	横田地区コミュニティセンター
	午前9時30分～9時40分	竹駒地区コミュニティセンター
	午前10時10分～10時20分	生田地区コミュニティセンター
	午前10時35分～10時45分	旧矢作町財産区事務所
	午前11時00分～11時10分	下矢作地区コミュニティセンター
	午前11時30分～11時50分	市コミュニティホール

狂犬病予防法により、犬の飼い主には、飼い犬の登録と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。市は、岩手県獣医師会と協力して、秋の狂犬病予防集合注射を実施します(登録している犬で、今年度未接種の飼い主にはハガキを送付しますので、必ず持参してください)。

◆対象…生後91日以上で、本年度に予防注射を受けていない犬

◆日程…表のとおり(日程のうち都合の良い日時に受けてください)

◆料金…3,100円(新規登録する場合は、ほかに登録料3千円)

※おつりが出ないように準備してください。(電話可)

※会場には、犬を確実に制止できる人が連れて来てください。

※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▽熊谷獣医科病院☎090(2020)4434▽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をしてください。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。

問い合わせ先 市役所まちづくり推進課生活環境係(内線125)

令和4年度 市政懇談会を開催します



市の特定課題について、市民の皆さんに説明し、意見を伺う市政懇談会を開催します。

- ◆特定課題…①津波警報等発表時における避難対象区域の見直し等について②本市の財政状況について③まちづくり総合計画後期基本計画の策定について
- ◆日程(時間：午後7時～8時30分(予定))

月日	地区	場 所
10月25日(火)	生田	各地区コミュニティセンター
10月27日(木)	高田	
11月1日(火)	広田	
11月2日(水)	横田	
11月8日(火)	今泉	
11月10日(木)	下矢作	

月日	地区	場 所
11月11日(金)	竹駒	各地区コミュニティセンター
11月14日(月)	矢作	
11月21日(月)	米崎	
11月22日(火)	小友	
11月25日(金)	長部	

問い合わせ先 市役所政策推進室政策広報係(内線331)

陸前高田市産業まつり

陸前高田の魅力がいっぱい「陸前高田市産業まつり」を3年ぶりに開催します。

新鮮な海産物や採れたて野菜、果物を始め、陸前高田の特産物が販売されます。ステージイベントや交流都市の出店もあります。皆様のご来場をお待ちしています。

◆日時…10月22日(土)午前9時～午後3時(※開会式 午前10時から)
10月23日(日)午前9時～午後3時

◆会場…アバッセたかた周辺

◆内容…農業まつり(新鮮採れたて野菜などの農産物、花苗、果物類の展示即売ほか)

林業まつり(木工作教室)

水産業まつり(新鮮海産物、加工製品の展示即売会 など)

商業まつり(市内商工業者による商品の展示販売、体験 など)

各種催し(ステージイベント、餅まき など)

交流都市コーナー(名古屋市、武雄市、松崎市) など



問い合わせ先 陸前高田市産業まつり実行委員会(市役所商政課内・内線421・422)

第11回ツール・ド・三陸サイクリングチャレンジ2022inりくぜんたかた・おおふなと・すみた

本年は、従来の形式とは異なり、サイクリングアプリで登録されたコースを使って、期間内で指定コース制覇を目指すイベントを実施します。

◆期間…10月1日(土)～11月30日(水)

◆コース…海コース(全長61km)、山コース(60km)、食コース(18km)

◆その他…完走者には、記念品のほか、ツール・ド・三陸マイスター認定証が贈られます。コース詳細、参加方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

URL: <https://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/soshiki/sportskoryusuishinshitsu/event/4108.html>



昨年度の様子



夢アリーナたかた内の施設を無料開放

市では、生涯スポーツ推進月間にあわせ、夢アリーナたかた内の施設を無料で開放します。皆さんも、この機会に、スポーツへの理解と関心を深め、積極的にスポーツに取り組んでみましょう。

◆無料開放期日…10月23日(日)

◆無料開放施設…夢アリーナたかた内のプールおよびトレーニングルーム

復活の道しるべ2022 陸前高田復興応援ありがとうマラソン

本年は、新たに21kmのコースを設定し、大会を開催します。

◆日時…11月20日(日)午前8時45分～

◆場所…高田松原運動公園(スタート、フィニッシュ)周辺

◆種目…2.6km・1.3km(小学生)、2.6km(中学生)、2.6km(エンジョイラン)、10.0km(中学生以上) ハーフ21.0km(高校生以上)

◆申込方法…市総合交流センター窓口で配布する申込書を提出してください。なお、申込書は、市ホームページからもダウンロードできます。

URL: <https://www.city.rikuzentakata.iwate.jp/soshiki/sportskoryusuishinshitsu/event/4107.html>

◆申込期間…10月23日(日)



昨年度の様子



問い合わせ先 市役所スポーツ交流推進室 ☎0192(22)8448



令和4年度文化芸術講座受講生募集!

手紙や年賀状から冠婚葬祭やビジネスシーンまで活躍する筆ペン。「筆文字を日常に取り入れたい」「美しい文字を書きたい」と思っている人は、ぜひご参加ください。

基本を習って筆ペンを持つことに慣れることから始めてみましょう。



前回の講座の様子

「筆ペン講座」(全4回)

講師: 沙舟書院理事 野露湖心氏

◆日時…11月17日(木)、24日(木)、12月1日(木)、8日(木)【全4回】午前10時～11時30分

◆場所…市民文化会館「奇跡の一本松ホール」 ルーム1

◆対象…市内に住所を有する人または市内に勤務している人

◆募集人数…15人

◆受講料…無料

◆持ち物…筆ペン(中字) ※サインペンタイプのものは不可

小学生向けの国語ノート(中心線(点線)があり、1行に10マス程度入っているもの)

◆申込期間…10月12日(水)～26日(水) ※必着

◆申込方法…電話、はがき、FAXまたはメールで申し込みください。

申し込みの際は、①から⑥をご記入いただき、以下の申込先までお送りください。

①氏名 ②住所 ③電話番号 ④性別 ⑤年齢 ⑥経験の有無

電話での受付は、平日午前9時～午後5時(第3火曜日の休館日を除く)

◆申込先…〒029-2205 陸前高田市高田町字館の沖302-3

市民文化会館「奇跡の一本松ホール」内 文化芸術講座担当

☎0192(22)9666 FAX:0192(22)9667

メール: chuo@city.rikuzentakata.iwate.jp

◆その他…申込者多数の場合は、未経験者を優先の上、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)、受講決定者へ学習計画書を送付します。

受講者は、マスク着用と手指消毒、検温に協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、講座が中止となる場合があります。

問い合わせ先 陸前高田市民文化会館 ☎0192(22)9666

日本遺産「みちのく GOLD 浪漫」PR コンテスト
「金のみちのく」をポスターにしよう



日本遺産「みちのくGOLD浪漫」PRコンテスト2022

きんぽす



本市、平泉町、宮城県気仙沼市、石巻市、南三陸町、涌谷町で構成する日本遺産「みちのく GOLD 浪漫」推進協議会では、日本遺産に認定されたストーリー「みちのく GOLD 浪漫-黄金の国ジパング、産金はじまりの地をたどる-」に多くの皆さんが親しみを持っていただけるよう、ゴールドな景色や風景など、身近にあるゴールドを1枚のポスターとして表現するコンテスト「きんぽす」を開催いたします。

スマートフォンで撮影した写真に、キャッチコピーを付けてホームページから簡単に応募できます。

◆応募期間…10月1日(土)～12月31日(土)

◆応募資格…【一般の部】プロ、アマ問わずどなたでも

【こどもの部】小学生以下

◆応募方法…作品、写真(画像データ)をホームページから応募

「きんぽす2022」で検索または、以下のURLよりご確認ください。

URL : <https://umipos.com/machipos/gold/>



◆各賞…【一般の部】グランプリ 1組(「みちのく GOLD 浪漫」豪華特選物産)

準グランプリ 5組(「みちのく GOLD 浪漫」特選物産)

【こどもの部】グランプリ 1組(「みちのく GOLD 浪漫」豪華関連グッズ)

準グランプリ 5組(「みちのく GOLD 浪漫」関連グッズ)

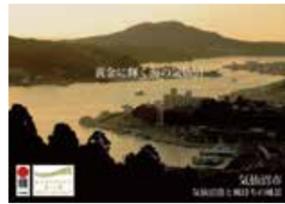
ゴールドをイメージした、こんなポスターをお待ちしています!



2021年度 一般の部 グランプリ



2021年度 一般の部 準グランプリ



2021年度 一般の部 準グランプリ



2021年度 一般の部 準グランプリ

問い合わせ先 市役所観光交流課観光係(414)



安心して暮らし続ける
ために「成年後見制度」
の活用を

皆さんは「成年後見制度」についてご存じですか。

認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が不十分な場合には、不動産・預貯金などの財産管理や、医療・福祉サービスを利用するための手続きや契約などが難しいことがあります。また悪徳商法や詐欺などの被害にあう可能性も高くなります。

このような場合に法律面や生活面で高齢者などを保護・支援する制度が「成年後見制度」です。

◆成年後見制度とは

成年後見制度(法定後見制度)は、判断能力が不十分な人に代わって、後見人が法律行為(契約など)を行ったり、被害にあった契約を取り消したりする制度です。

本人の能力に応じて、「補助(判断能力が不十分な人)」、「保佐(判断能力が著しく不十分な人)」、「後見(判断能力が全くない人)」の3類型に分けられます。

後見人は、家庭裁判所が本人にとってどのような保護や支援が必要なのか考慮して、家族、法律・福祉の専門家、法人などから適任

者を選任します。

◆支援の内容

①財産管理
本人の預貯金の管理、不動産などの処分、遺産分割などの財産に関する契約などについての助言や支援を行います。

②身上保護

介護・福祉サービスの利用、病院の入退院の手続きや費用の支払いなど、日常生活にかかわる契約などを支援します。

また、成年後見制度には、将来判断能力が不十分になった場合に備えておく「任意後見制度」もあります。

◆どこに相談したらよいの?

市社会福祉協議会や地域包括支援センターでは、権利擁護に関する相談や各種支援を行っています。成年後見制度に関する手続き方法など、詳しくはお気軽にご相談ください。

問い合わせ先

市社会福祉協議会 ☎0192(54)5150、センター(内線219)



488

保健だより

知ってみたい、薬と健康の話

10月17日(金)～23日(木)は「薬と健康の週間」です。これを機に医薬品を正しく使用することの大切さを学びましょう。

◆薬の種類

医療用医薬品：医療機関を受診した際に、疾患や症状、体質などを考慮し、医師が処方する薬です。処方箋により薬局で受け取る薬であり、その人に合わせた処方ですので、症状が似ているから」と他の人にあげてはいけません。

市販医薬品：症状に合わせてドラッグストアなどで購入できる薬です。

市販医薬品の中には、薬剤師の説明を受けないと購入できない「要指導医薬品」とリスクに応じて第1類、第3類に分類される「一般用医薬品」があります。

◆薬を飲むタイミング

薬は決められたタイミングで飲まないと効果がなかったり、副作用が生じたりします。量や服薬期間を守りましょう。

食前薬：胃の中に食べ物が入っ



ていない時(食事の約30分～1時間前)

食後薬：胃の中に食べ物が入っている時(食後約30分以内)

食間薬：食事と食事の間(食事の約2時間後)で、食事中に飲むものではありません。

就寝前薬：就寝する約30分前

◆薬の重複に注意

2力以上の病院から処方を受けている場合、各病院から同様の処方があり、その結果、同じ効果の薬を飲み過ぎてしまい、副作用が生じることがあります。

この重複を予防するためには、「お薬手帳」を持ち歩き、医師や薬剤師に見せましょう。薬の重複だけではなく、副作用や相互作用の確認にもつながります。

◆副作用に注意しましょう

異常を感じたら医師・薬剤師に相談しましょう。薬を正しく活用し、健康に過ごしましょう。

問い合わせ先

市役所保健課保健係(内線235)



交流再開

■ 自然を体感し理解を深める

立教大学生が生田地区で3年ぶりの林業体験を実施



8月29日(月)から9月1日(水)にかけて、立教大学による「夏季のフィールドワーク「林業体験」ー陸前高田の森に学ぶー」が実施されました。このフィールドワークは平成15年から行われている



間伐材を利用したコースター作りも行いました

もので、新型コロナウイルス感染症の影響により2年間休止となったものの、今回で17回目を迎えました。3年ぶりに実施されたフィールドワークには、9人の学生が参加。社会学部2年の染谷彩乃さんは「実際に林業を体験し、自然を身近に感じることで、環境問題などを他人ごとではなく自分事として考えられる良い機会となった」と学びを深めていました。

災害に備え

■ 台風、秋雨シーズンを前に

3年ぶりに水防演習を実施



9月4日(日)、横田町の河川敷で市消防団による水防演習が行われ、消防団員や消防職員ら313人が出動しました。統監の戸羽市長から「日本のみならず、世界中で多くの水害が起こっている。緊張感を持って訓練を行い、市民の安心安全のため取り組んでほしい」と訓示がありました。演習では、シート張り工法と改良積土のう工法が実施され、河川氾濫時などの対応策を再確認しました。



河川の氾濫を想定し土のうを積んで越水対策を行いました

認知症ケア

■ 気仙ボケ一座が熱演

中学生への認知症講座を実施



良い接し方の例として、本人の好きな歌を家族と一緒に楽しむ様子

9月8日(水)、高田第一中学校で、孫世代のための認知症講座が実施されました。この講座は、気仙管内の介護事業所の職員などで構成される、気仙ボケ一座による寸劇で、「老化による物忘れ」と「認知症」の違いや、認知症の人に対する接し方の良い例、悪い例などをわかりやすく学ぶことができる内容となっており、講座には全校生徒が参加し、認知症についての正しい知識を寸劇をとおり学びました。

もしもに備え

■ 自分のために、家族のために

介護予防教室「終活ノート活用術」



講師の説明を真剣に聞く参加者の皆さん

8月26日(金)、29日(月)に、アバッセたかたパブリックスペースで、終活ノートの活用方法を学ぶ講習会が開催されました。終活ノートとは、思いがけない「もしもの時」が訪れたときなどに備え、自分自身の情報や希望を整理してまとめておくノートのことです。当日の講習会に参加した熊谷錦さん(矢作町)は「今後のことを、しっかりと考えていかなければならないと、改めて実感できる良い機会になった」と終活ノートの必要性について、理解を深めていました。

職業体験

■ 楽しみながらしごとを学ぶ

グッジョブけせん2022が開催



8月28日(日)、市コミュニティホールで、グッジョブけせん2022～二次・三次産業編～が開催されました。

このイベントは、子ども向けの職業体験で、働くことの大切さや地元の産業を学ぶことを目的に開催され、気仙地区の小学生約40人が参加しました。当日は、医療、飲食、警察、運輸、理美容など18のブースが用意され、子ども達はそれぞれのブースで職業体験を行い、給料として「だりゃー(当日会場のみで使用できる通貨)」をもらい、会場の縁日などの消費ブースで使うという社会の一連の流れをとおり、仕事への理解を深めていました。



エステをする人、受ける人に分かれそれぞれ理解を深めました

集う場

■ 10月のオープンに先立ち

「陸前高田みんなの家」再建のセレモニーが開催



再建を祝いセレモニー後には餅まきが行われました



8月31日(水)、中心市街地で再建が進められていた「陸前高田みんなの家」の再建を祝うセレモニーが行われました。平成24年に建築家の伊東豊雄氏など、たくさんの方が関わり、誰もが集い安らげる場所として建てられたこの建物は、同年に開催された、世界でもっとも長い歴史を誇る、国際美術展ビエンナーレ国際建築展で最高賞の金獅子賞を受賞しました。土地区画整理事業の進捗に伴い一度は解体されていましたが、アバッセたかた前に新たにぎわいの場として再建をはたしました。今後は、隣接する「おかず屋和笑輪」イートインスペースとしての活用など、たくさんの方が集える場として、様々な利用が期待されます。

慶 弔

(8月16日～9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
- 高田 及川 暖 (雄輝・太田)
 - 米崎 及川 夏輝 (修人・川内)
 - 広田 北條 恵風 (伸一・蒲田)
- ★女の子
- 竹駒 坂下 嬉緒 (勇樹・下壺)
 - 高田 遠藤 安夏 (司・中和野)
 - 小友 長谷川 祐香 (祐一・金浜)
 - 広田 佐々木 心柳 (麗・天王前)
 - 佐藤 稟珠 (圭・前花貝)

おくやみ… () は年齢・字名

- 竹駒 大坂 フク子 (99歳・仲の沢)
- 気仙 村上 善雄 (93歳・丑沢)
- 吉田 キヨ子 (88歳・古谷)
- 高田 河野 はま子 (92歳・福伏)
- 高田 中村 孝子 (69歳・鳴石)
- 菅野 けい子 (87歳・洞の沢)
- 村上 ヤチヨ (97歳・東和野)
- 米崎 吉田 コナカ (92歳・佐野)
- 金野 み実 (75歳・堂の前)
- 小友 村上 久次郎 (73歳・小ヶ口)
- 佐藤 豊 (88歳・矢の浦)
- 木 亘 (92歳・瀬沢)
- 村上 サキ子 (92歳・後浜)
- 千葉 ひさ久雄 (74歳・田端)
- 村上 チカ子 (84歳・田端)
- 吉田 美恵子 (82歳・天王前)
- 戸羽 新 (91歳・小屋敷)
- 小松 禎雄 (81歳・蒲田)
- 熊谷 ヨシ子 (72歳・泊)

お幸せに… () は字名

- 竹駒 紺野 龍・小松奈由 (滝の里)
- 高田 小田紀幸・及川亜美 (鳴石)

数字で見る陸前高田市 (令和4年8月31日現在)

市内の火災救急活動 **8月**

() は1月からの累計

- ◆建物 0件 (3件)
- ◆林野・その他 0件 (1件)
- ◆出動件数 82件 (607件)
- ◆搬送人員 81人 (591人)

市の人口 (住民登録人口)

() は前月比 出生・死亡数は8月分

- 男性 8,720人 (-8人)
- 女性 9,347人 (-20人)
- 計 18,067人 (-28人)
- (出生10 死亡30)
- 世帯数 7,612世帯 (-8世帯)

市内の交通事故 **8月**

() は1月からの累計

- ◆人身事故 1人 (11人)
- ◆物損事故 18件 (154件)
- ◆負傷者 0人 (12人)
- ◆死亡者 1人 (1人)
- ◆飲酒運転 0人 (1人)

8月6日(土)、高田松原運動公園内、高田松原運動公園第一野球場(楽天イーグルス奇跡の一本松球場)において第9回「立教野球教室in陸前高田」を開催しましたので、その様子をお届けします。

コロナ禍で3年ぶり
9回目の開催!

「子ども達に野球を教えてもらえないか」、東日本大震災後にいただいた要望に応えるため、立教大学では体育会野球部による「立教野球教室in陸前高田」を、平成24年より年1回開催しています。新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、令和2、3年は中止となりましたが、今年は十分に感染対策を講じたうえで、3年ぶりに開催しました。今回で9回目を迎える野球教室には、高田第一中学校および高田東中学校の野球部員計33人と、本学の野球部員37人(高田高校出身者1人、東北出身者6人)が参加しました。

奇跡の一本松球場で
夏季キャンプを実施

これまで、高田第一中学校の仮設グラウンドや高田東中学校の校庭をお借りして開催してきましたが、高田松原運動公園第一野球場の復旧が完了したことから、8月1日(月)～12日(金)にかけて同球場で初となる夏季キャンプを実施しました。

野球の楽しさを再確認、
上達へ技術を伝授!



8月6日(土)に開催した野球教室は、晴天に恵まれ、爽やかな海風も吹く中、午前10時に開始。開会式のあと、ポジションごとの自己紹介、キャッチボール、シートノック見学、ポジション別守備練習、ティーバッティング、打撃練習を行いました。キャッチャーの守備練習では、スローイング時の軸足の使い方を、お手本を示しながら丁寧に指導しました。

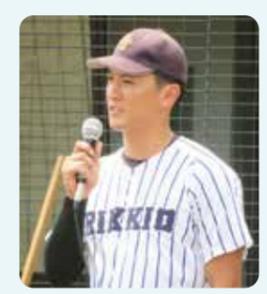
大学生によるロングティーのデモンストラーションでは、豪快なフルスイングでの柵越えに大きな拍手と歓声が起こりました。中学生は、はじめは緊張していましたが、時間が経つにつれ徐々に打ち解け、最後の質問タイムでは、制球を良くする方法や飛距離を伸ばすコツなどについて積極的に質問がありました。約2時間という限られた時間でしたが、野球の楽しさを再確認し、貴重な時間を共有することができました。

参加学生の声

山田 健太 主将

大阪桐蔭高校出身
スポーツウエルネス学科・4年

下の世代に教えるのは初めての経験でしたが、教える中で、野球の楽しさを改めて感じることができました。短い時間でしたが自分にとっても大変有意義な時間でした。



問い合わせ先 陸前高田グローバルキャンパス事務室 ☎0192(47)3901



募集します

結婚を考えている女性へ

いわてお見合い大作戦 三陸気仙の花嫁

- ◆ **日時**：①11月5日(土)午後1時30分～7時30分 ②11月6日(日)午前10時～午後0時30分
- ◆ **場所**：①大船渡市魚市場 ②大船渡市防災観光交流センター (おおふなぽーと)
- ◆ **対象**：2日間参加できる女性(20代～40代、居住地域制限なし)で、真剣に結婚を希望する独身の女性
- ◆ **定員**：20名
- ◆ **費用**：無料
- ◆ **申込期限**：10月16日(日)
- ◆ **申込方法**：ホームページの申込専用フォームから応募

◆ **問い合わせ先**：いわてお見合い大作戦三陸気仙の花嫁実行委員会事務局 (大船渡市結婚相談・支援センター) ☎0192(22)7582



新たなスキルを習得 職業訓練生募集

- ◆ **職業訓練生募集**
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、「簿記も学べるOA事務科」の職業訓練生を募集しています。
- ◆ **受講日時**：11月1日(火)～12月28日(水)午前9時10分～午後3時50分 ※原則、土、日、祝日は休みの基礎知識の習得
- ◆ **費用**：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名
- ◆ **応募資格**：ハローワークに求職申し込みし、受講あつせんを受けた人
- ◆ **申込期限**：10月14日(金)
- ◆ **申し込み・問い合わせ先**：ハローワーク大船渡 ☎0192(27)4165

大船渡東高校生による 郷土料理アレンジレシピ 講習会

- ◆ **講習会**
大船渡東高校生による、郷土料理アレンジレシピ講習会への参加者を募集します。
- ◆ **郷土料理や高校生の考案した食育レシピに興味のある人は、ぜひご参加ください。**
- ◆ **日時**：11月3日(木)午前10時～正午
- ◆ **場所**：大船渡市働く婦人の家
- ◆ **対象**：気仙地方に在住の子育て世代の人、小学4年生～中学生までの人
- ◆ **講師**：大船渡東高等学校食文化科3年生
- ◆ **講習料理**：かまもちの洋風アレンジ、2色がんづきのうち、2品
- ◆ **費用**：無料
- ◆ **定員**：10名
- ◆ **持ち物**：エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、スリッパ
- ◆ **申込期限**：10月27日(木) ※定員になり次第締め切り
- ◆ **申し込み・問い合わせ先**：大船渡地方農業振興協議会事務局 ☎0192(27)4165

お知らせ

市が貸与しているメーターが対象
水道メーターの交換を行います

- ◆ **水道メーターの交換を行います**
市が各世帯に貸与している水道メーターは、「計量法」により有効期間が8年と定められており、期間満了となる水道メーターは市が委託する水道工事が無償で交換します。
- ◆ **申し込み・立ち会い**は必要ありません
- ◆ **交換期間(予定)**：10月10日(月)～23日(日)
- ◆ **交換時間**：1個あたり30分～1時間(約530個が交換対象)
- ◆ **問い合わせ先**：市役所上下水道課業務係(内線545)
- ◆ **無料行政相談**
10月17日から23日は「行政相談週間」

行政相談では、国や役所、特殊法人、独立行政法人の業務に対する苦情や意見を関係機関に伝え、行政運営の改善に取り組みます。困っていることや要望したいことなど、気軽に相談ください。

- ◆ **日時**：原則、毎月第2水曜日午前10時～午後3時
- ◆ **場所**：市コミュニティホール
- ◆ **費用**：無料
- ◆ **行政相談員**：菅野光広氏、千葉徳次氏
- ◆ **問い合わせ先**：市役所まちづくり推進課生活環境係(内線125)
- ◆ **設備貸与を応援します**
設備貸与とは、県内の中小企業が必要とする設備(中古設備含む)を、若手産業振興センターが企業に代わって購入し、長期・低利で割賦の形態により貸与する制度です。
- ◆ **【制度概要】**
◆ **対象企業**：県内に事業所、工場を有する中小企業
- ◆ **貸与期間**：3～10年
- ◆ **貸与限度額**：100万～1億円(消費税含む)

- ◆ **対象設備**：自社で使用する事業用の設備(建物除く)
- ◆ **保証金**：貸与額の10%
- ◆ **利息**：年率1.2～1.6%(固定、企業の財務内容により決定)
- ◆ **連帯保証人**：法人(代表者1人)、個人(不要)

- ◆ **日時**：10月19日(水)午前10時～正午
- ◆ **場所**：シーパル大船渡
- ◆ **費用**：①②ともに無料
- ◆ **申し込み・問い合わせ先**：いち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

- ◆ **マイナポイント付与対象となるマイナンバーカードの申請期限が延長されました。**なお、マイポイントの申込期限は、令和5年2月末までです。
- ◆ **変更前**：カード申請期限9月末
- ◆ **変更後**：カード申請期限12月末
- ◆ **マイナポイントについて**、詳しくは総務省のホームページをご覧ください。



いちせき おおふなとルーム 働きたいを応援！ 就職相談会

- ◆ **就職相談会**
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、スキルアップ支援を行います。
- ◆ **日時**：10月12日(水)、26日(水)午前10時～正午
- ◆ **場所**：ハローワーク大船渡
- ◆ **職業興味テスト(要予約)**

◆ **縦覧および意見書受付期間**：10月6日(木)～11月9日(水) ※施設の開館時間に準ずる
- ◆ **問い合わせ先**：東急不動産株式会社 再生可能エネルギー第

◆ **縦覧および意見書設置場所**：市コミュニティホール
- ◆ **縦覧および意見書受付期間**：10月6日(木)～11月9日(水) ※施設の開館時間に準ずる
- ◆ **問い合わせ先**：東急不動産株式会社 再生可能エネルギー第

消費税のインボイス制度に関する説明会

税務署では、事業者を対象に消費税のインボイス制度説明会を開催します。

日	時	定員	場 所
10月14日(金)	午前10時～正午	20名	主に消費税の課税事業者向け
	午後2時～4時	20名	主に消費税の免税事業者向け
10月28日(金)	午前10時～正午	20名	主に消費税の課税事業者向け
	午後2時～4時	20名	主に消費税の免税事業者向け

【会場】 大船渡税務署 2階会議室 大船渡市盛町字下館下7-22
【申込先】 調査部門(法人担当) ☎0192(26)7016(直通)

申し込み・問い合わせ先 大船渡税務署調査部門 ☎0192(26)7016(直通)

休日当番
歯科医変更

9月お知らせ版9ページ「くらしの情報」に掲載した、10月16日(日)の休日当番歯科医が変更になりましたので、お知らせします。
【変更前】渡辺歯科クリニック → 【変更後】細川歯科医院

訂正のお知らせ

9月お知らせ版10ページ「イベントカレンダー」に掲載した、10月30日(日)の開催予定としていた「復活の道しるべ2022 陸前高田復興応援ありがとうマラソン」が延期となりましたので、お知らせします。【変更前】10月30日(日) → 【変更後】11月20日(日)

食生活改善推進員

今月の
おすすめレシピ

サトイモとヒジキの和風サラダ

【1人分】
エネルギー 50kcal
食塩相当量 0.8g



★材料（4人前）

- サトイモ…………… 小4個
- 塩…………… 少々
- 芽ヒジキ…………… 大さじ1（2g）
- マヨネーズ…………… 大さじ1
- 削り節…………… 1袋（3g）
- 梅干し…………… 1個
- みりん…………… 小さじ1
- だし汁…………… 50cc

ヘルシーでさっぱりしたサラダです

サトイモは「芋煮会」や「いも名月」など、古くからお祭りや神事には欠かせない日本人の食生活に関係深い食材です。栄養成分については、他の芋類に比べてカロリーが低く、食物繊維やカリウムが豊富です。

サトイモは、寒さと乾燥が苦手なので冷蔵庫での保存は避け、土がついたまま新聞紙に包むか紙袋に入れて保存することをおすすめします。

このレシピは、ヒジキを梅干しで煮ることで後味がさっぱりと仕上がります。サトイモはぬめりが残っていると食感が悪くなるので、しっかりと洗い落としましょう。



作り方

- ①サトイモは皮をむき塩をふってもみ、流水でぬめりを洗い落とす。沸騰した湯に入れ、竹串がすっと通るまでゆでて、サイの目切りにする。
- ②ヒジキは水で戻して水気を切る。鍋にAとともに入れ、弱火で汁気がなくなるまで煮る。梅干しを取り出して種を除き、細かくちぎって戻す。
- ③ボウルに①②を合わせ、マヨネーズ、削り節を順に加え、そのつど和える。

問い合わせ先 市役所保健課保健係(内線235)

キラリ輝け TAKATA★U12

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)

広田町剣道スポーツ少年団【広田、小友、高田小学校(団員11人)】

★監督…佐藤拓人さん

★キャプテン…臼井万葉さん

★チームスローガン…文武両道

キャプテンからのコメント

かかとを上げて一本が取れるように基礎を大切に練習に取り組んでいます。

毎日の積みかさねを大切に、目標の地区大会優勝を目指し、日々上達できるよう頑張ります!!

文・キャプテン 臼井万葉さん

小学生の皆さん！剣道は、あきらめない心を育みます。運動が得意な人でも苦手な人でも大歓迎。興味のある人はぜひ見学にいらしてください！

連絡先 ☎080(1851)5145(伊藤)



次回は米崎ジュニアソフトテニススポーツ少年団を紹介します。



※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10月号(No.1130)の印刷経費は1部103.2円(税抜き)、発行部数は7,400部です。