



特集 いのちを守る総合対策事業..... 2・3

目次

放射能関連情報.....	4・5
災害関連情報.....	6
市からのお知らせ.....	6~14
生涯学習のひろば.....	14・15
話題今くりはら.....	16~20
きょうどうの広場.....	21
くりはら研究所だより.....	22・23
学校きょういくの窓.....	24
みんなの健康.....	25・26
環境・衛生ノート.....	27
休日急患診療当番医 ほか.....	28

6月14日を忘れない

6月15日(日)、瀬峰総合運動場で「平成26年度栗原市総合防災訓練」を実施しました。

市では、平成20年岩手・宮城内陸地震が発生した6月14日を「栗原市防災の日」と定めており、直近の日曜日に総合防災訓練を実施しています。

当日は、国や県の関係機関、市内の自主防災組織などが参加し、いつ起こるか分からない災害に備えて真剣に訓練に取り組んでいました。

※19ページに関連記事を掲載しています

あす
みんなで 明日へ

心の健康を大切にしよう!

自殺防止に向けて～誰もが生きやすい地域を目指して～

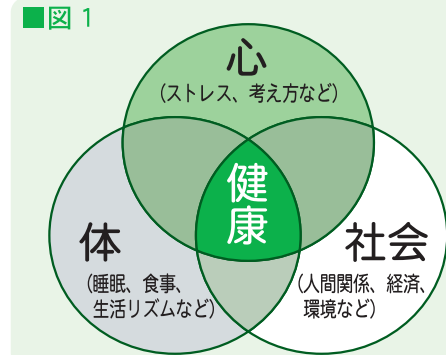


問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
問 市民生活部社会福祉課 ☎(22)1340

市では、平成19年度から自殺防止対策として「いのちを守る総合対策事業」に取り組んでいます。
この対策は、自殺者を減らすために、一人一人が、かけがえない個人として尊重され、自分や周りの人の心の健康に関心を持ち、また、悩みを抱えている人が相談できる地域を創っていくというものです。
そこで、自殺防止対策として、市が取り組んでいる事や、日ごろから出来る予防や対策を紹介いたします。

健康って?

WHO(世界保健機構)は「健康とは、身体的にも、精神的にも、社会的にも、完全に良い状態を意味します。単に病気が虚弱でないというだけではない」と定義しています。
図1のように、健康とは、心と体と社会が相互に関係して成り立っています。特に心と体は密接につながっています。



健康は自分の状態に気付くことから

ストレスや疲れはたまっていますか。ストレスがたまって解消できないことが続くと、心・体・行動に変化がでてきます。
図2のような変化が、自分や周りの人にありませんか。ストレスや疲れをためすぎると

心	・イライラする ・怒りっぽい ・無気力	・疲労感 ・抑うつ ・集中力の低下 など
体	・食欲の低下 ・頭痛 ・めまい ・目が疲れやすい	・肩こり ・下痢、便秘 ・寝つきが悪い ・風邪をひきやすい など
行動	・深酒 ・過食 ・落ち着かない ・眠れないもしくは眠りすぎる	・笑わない ・人を選べる ・服装に無頓着になった ・口数が減った ・風邪をひきやすい など

と回復に時間がかかります。このような変化は一般的によくあるため、気付かないうちにうつ病など深刻な状態に至ることもあります。
周りの人が気付いたら

心が不調になったとき、本人は自覚できないこともあります。自分が頑張らないと周りに迷惑をかけると考え、頑張る人ほど自分の不調に関心を向けません。
そんなとき、家族・職場・友人などの周りにいる人の気付きが重要です。周りの人に心配をかけないように頑張つて、つらい状況を見せないこともあるので、さまざまな場でお互いの気付きが大切です。

心・体・行動の変化に気付く
日ごろの様子や、不調なときのサインを知っておきましょう。自分の健康のためにも大切です。
「どうしたの?」、「最近、眠れてる?」など、声をかけましょう。その一声が孤独感を軽減します。
話を聞く
共感的に聞いてもらうと、安心します。指示的・批判的な対応は不安が増します。

相談しよう

悩んだとき、話せる人はいますか? 話すことで気持ちは楽になります。
日ごろからサポートしてくれる人や、どこに相談ができるかなど知ることも大切です。市では、相談窓口一覧チラシを各総合支所窓口などに設置しています。
また、どこに相談してよいかわからない場合は、近くの保健推進室に、問い合わせてください。

- 問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
- 問 築館・志波姫保健推進室 ☎(22)1171
- 問 栗駒・鶯沢保健推進室 ☎(45)2137
- 問 高清水・瀬峰保健推進室 ☎(58)2119
- 問 一迫・花山保健推進室 ☎(52)2130

日ごろの生活を振り返ってみよう

心と体は影響しあっています。生活が乱れると、ストレスを溜めやすくします。日ごろから生活を整えることで、自律神経の働きが安定します。次のことを心がけましょう。

- 生活リズム
乱れると自律神経の働きも乱れます。規則正しい習慣を心がけましょう。
- 食事のバランス
3食、バランスよく食べましょう。体調にも影響します。
- 睡眠
眠ることでストレスも軽減されます。安眠できる環境を整えましょう。
- 自分のリラクゼーション
日ごろから見つけておきましょう。(入浴、マッサージ、アロマ、友人のおしゃべりなど)
- 趣味
熱中できることや、楽しいと感じることをやりましょう。

うつつ度の自己チェック

- ① 毎日の生活に充実感が無い。
- ② これまで楽しんでできていたことが、楽しめなくなつた。
- ③ 以前は楽にできていたことが、今では面倒に感じられる。
- ④ 自分が役に立つ人間だと思えない。
- ⑤ 訳も無く疲れたように感じる。

このうち、2つ以上が当てはまり、その状態が2週間以上ほぼ毎日続き、生活に支障が出ている場合は要注意です。

【対応策】

- ☆ ストレスの原因から離れて休む必要があります。
- ☆ 誰かに大変な状態や気持ちを話してみましょう。
- (厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」より)

募集 こころの健康サポーター養成講座

こころの健康サポーター養成講座を開催します。
こころの健康サポーターとは、悩んでいる人に気付き、話を聞き、必要な相談機関につなげ、見守る人のことです。この講座は自分自身や身近な人のこころの健康づくりに役立ちます。

- 日時 8月29日(金)、9月17日(水)、10月9日(木)、10月30日(木)、11月13日(木)、5回コース
午後1時30分～3時30分
- 場所 市民活動支援センター
- 内容 医師やカウンセラーなどによる講座です
・栗原市の自殺の現状と対策・自殺予防とうつつ病について・自殺予防と心の健康づくり
・傾聴は心のケア・自殺予防の地域活動など
- 申し込み 健康推進課または各保健推進室に、電話で申し込みください

無料法律相談・健康相談

一人で悩まず、まずは相談してください。

- 日時 7月12日(土) 午前9時～午後4時
- 場所 築館総合支所1階相談室
- 対応者 弁護士、司法書士、保健師
- 内容 借金、相続、離婚、土地問題、賃貸借問題などの法律相談、健康相談
- 定員 15人(市内在住の方)
※事前に予約が必要ですので、下記まで連絡してください
※相談時間は1人当たり30分程度です
- 申込期限 7月11日(金)
※あわせにみんななやむな
- 予約受付電話 ☎(42)3778
(栗原市多重債務相談電話)
※月～金午前9時から午後5時まで

自殺防止キャンペーンを実施します!

メンタルヘルス研修会

- 日時 7月13日(日)
午後1時30分～3時30分
※受け付けは30分前
- 場所 一迫ふれあいホール
- テーマ 「思春期・青年期のメンタルヘルス」
- 講師 富谷ファミリーメンタルクリニック
院長 佐藤 宗一郎 先生
※申し込みは不要です

◇農林産物の測定結果(県が実施) (単位：ベクレル/kg)

Table with columns: 採取日, 品目, 検体数, 放射性セシウム測定値, 基準値. Includes data for various products like 小麦, 大豆, etc.

※2 食品衛生法に基づく一般食品の基準値です
※3 平成24年から国の出荷制限が継続しています

◇持ち込みなどによる食品の測定状況 (測定日：5月13日～6月11日/単位：検体)

Table with columns: 区分, 品目名, 測定済検体数, 放射性セシウムが100ベクレル/kgを超えた検体数. Includes categories like 野菜, キノコ類, 課樹類.

※簡易測定器による測定値です
※放射性ヨウ素については、すべて不検出でした
※100ベクレル/kgは、一般食品の販売などで流通可能な放射性セシウムの基準値です

◇下水汚泥の測定結果 (単位：ベクレル/kg)

Table with columns: 採取日, 採取場所, 測定値(放射性ヨウ素, 放射性セシウム). Includes locations like 鷺沢浄化センター.

※肥料原料として利用する下水汚泥の基準は、放射性セシウム200ベクレル/kg以下です

◇浄水発生土の測定結果 (単位：ベクレル/kg)

Table with columns: 採取日, 採取場所, 測定値(放射性セシウム). Includes locations like 新山浄水場.

※原子炉規制法に定めるコンクリートなどに使用可能な基準は、放射性セシウム100ベクレル/kg以下です



空間放射線量および放射性物質の測定結果は、次の表のとおりです。

学校給食などで使用する食材や、水道水、浄水

発生土(浄水場の浄水処理過程で除去される土

◆空間放射線量の測定結果◆ (単位：マイクロシーベルト/時)

◇消防施設の測定結果 (測定日：6月1日～13日)

Table with columns: 測定日, 消防本部, 東分署, 北分署, 南出張所, 西出張所. Includes sub-columns for 地上から, 50cm, 1m.

◇保育所、幼稚園、小・中学校の測定結果 (測定日：6月9日～13日 測定場所：校庭、園庭の中央)

Table with columns: 施設名, 測定値(50cm, 1m). Lists various schools and kindergartens.

※測定値については、放射性物質対処特措法に基づく測定表記(50cm、1m)で掲載していますので、地表の測定値については、学校だよりや市ホームページで確認してください

◆放射性物質の測定結果◆

◇学校などの給食使用食材の測定結果 (単位：ベクレル/kg)

Table with columns: 測定日, 測定施設, 食材(放射性セシウム), 完成調理品(放射性セシウム).

※検出限界：10ベクレル/kg(10ベクレル/kg未満は「不検出」と表示されます)
※おおむね1週間に1回測定しています
※完成調理品：主食、主菜、副菜、牛乳など当日の給食をすべて混合したものを測定しています

◇水道水の測定結果 (単位：ベクレル/kg)

Table with columns: 採取日, 採水場所, 測定値(放射性セシウム), 水道水の管理目標値(放射性セシウム).

※1 食品衛生法に基づく飲料水の基準値です
※厚生労働省の通知により、平成24年4月1日以降モニタリングの対象は放射性セシウムのみとなります

砂)などに含まれる放射性物質は、すべて不検出で、安全を確認しました。また、県が実施している農林産物の測定や、市が管理する3つの下水道浄化センターの下水汚泥などに含まれる放射性物質も、すべて国の基準値を下回る結果となりました。



なお、持ち込みなどによる食品の測定では、山菜類やキノコ類の一部で国が定める基準値を上回りました。

損害賠償請求相談会および個別相談会

県では、県内の個人、法人・個人事業者を対象とした東京電力福島第一原子力発電所事故に伴う損害賠償請求についての説明会と個別相談会を開催します。

- 日時 7月16日(水) 午後1時～4時30分
場所 県栗原合同庁舎3階大会議室
内容 東京電力(株)東北補償相談センターによる説明会および個別相談会

食品・井戸水の放射性物質測定

自宅で栽培し、消費している農産物や自家水として利用している井戸水の放射性物質を測定しています。

- 測定は予約制です。希望する方は、平日の午前8時30分から午後5時まで、放射能対策室に電話で申し込みください。また、測定に関するお問い合わせください。
食品・井戸水の持ち込み場所
市民生活部放射能対策室(市役所1階)
各総合支所市民サービス課
※土・日曜日、祝日を除く

- 測定時間 午前9時30分～午後4時30分
※井戸水の測定は、外部の測定機関へ委託するため、結果通知まで2週間程度要します
市民生活部放射能対策室(22)1172
#todenh26

東日本大震災 災害関連情報

中小企業者に対する 支援策の延長

市では、東日本大震災で被災し、災害資金を借り入れた中小企業者への利子助成制度を、平成27年3月31日まで延長しました。

- 対象者 市内に本社または主たる事業所を有し、対象となる災害資金を借り入れた中小企業者
- 対象資金 次のいずれかの資金で、平成26年4月1日から平成27年3月31日までに融資されたもの
 - みやぎ中小企業復興特別資金(県)
 - 東日本大震災復興特別貸付、マル経融資
 - 震災対応特枠(日本政策金融公庫)
 - 東日本大震災復興特別貸付(商工組合中央金庫)
- 利子助成対象融資限度額 3,000万円
- 利子助成対象期間 借り入れた日から5年間
 - ※県の資金については、県で3年間全額利子補給する制度があるため、市はその後の2年間
- 利子助成額 融資後1年間は金融機関に支払った利子の全額
 - その後4年間は金融機関に支払った利子の2分の1(上限1・05%)以内の額
 - ※国の特別措置による補給額、県の利子補給額を除く
- 申請期限 平成27年3月31日(火)
 - ※平成26年4月1日から12月31日まで融資されたものは平成27年1月31日までの期限となります
- 産業経済部産業戦略課 ☎(22)1220

平成26年度 栗原市職員採用試験(初級)

●試験区分

試験区分	職種	人数
初級 (高校卒業程度)	行政	7人程度
	消防	若干名
	消防 (救急救命士)	若干名

(注) 採用予定人数は、現時点での予定です。今後、変更することがあります。

- 試験の方法 試験は第1次試験、第2次試験があります。第2次試験は、第1次試験の合格者を対象に行います
- 試験会場 築館中学校
- 試験申込期間 7月1日(火)～8月11日(月)
 - ※8月11日(月)必着
- 第1次試験日 9月21日(日)
- 申し込み 受験案内と申込書は、市役所2階人事課、または各総合支所市民サービス課で配布します。申込書に必要事項を記入の上、人事課に持参または郵送で申し込みください
- 申し込み 受験案内と申込書を郵送で請求する場合は、封筒の表に「職員採用統一試験受験申込書請求」と朱書きの上、宛先を明記し120円切手を貼った定形外封筒を同封してください
- 試験会場 栗原中央病院2階講義室
- 試験の方法 小論文、人物試験(面接)など
- 申し込み 受験案内と申込書は、栗原中央病院2階の医療管理課で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます
- 申し込み 人事課 ☎987・2293
- 申し込み 医療管理課 ☎987・2205
- 申し込み 栗原市築館宮野中央三丁目1番地1
- 申し込み 人事課 ☎987・2293
- 申し込み 人事課 http://www.kurihara-city.jp

平成26年度 栗原市病院事業企業職員採用試験

●試験申込期間 7月1日(火)～8月11日(月)

- ※8月11日(月)必着

●試験日 8月16日(土)

●看護師の採用試験 看護師以外の採用試験 8月17日(日)

●試験会場 栗原中央病院2階講義室

●試験の方法 小論文、人物試験(面接)など

●申し込み 受験案内と申込書は、栗原中央病院2階の医療管理課で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます

●申し込み 医療管理課 ☎987・2205

●申し込み 栗原市築館宮野中央三丁目1番地1

●申し込み 人事課 ☎987・2293

●申し込み 人事課 http://www.kurihara-city.jp

試験区分	職種	人数	受験資格
医療技術職	看護師	20人程度	□当該職種の免許がある方、または平成27年3月までに予定されている国家試験において、当該職種の免許を取得する見込みの方 □昭和30年4月2日以降に生まれた方
	薬剤師	4人	
	臨床検査技師	若干名	
	管理栄養士	1人	
	臨床工学技士	1人	

(注) 採用予定人数は、現時点での予定です。今後、変更することがあります。また、採用は原則として平成27年4月1日ですが、状況に応じて採用日を変更する場合があります。

税金は納期限までに 納めましょう!

問 総務部税務課 ☎(22)1121

税金には納付の期限(納期限)があります。納期限を過ぎると、納める日までの日数に応じて延滞金が発生します。事情により納期限までに納めることが難しい場合は、早目に税務課、または最寄りの総合支所市民サービス課に相談してください。

なお、税金の納付方法は各金融機関、コンビニエンスストア、総合支所市民サービス課のほか、口座振替でも納付ができます。

忙しく、納付に行く時間がない方は、便利な口座振替を利用しましょう。納め忘れも防げます。※口座振替ができる税金の種類や、利用できる金融機関、手続き方法など詳しくは、問い合わせください

◆延滞金の計算例◆

□10万円の税金を、1年間滞納した場合

① 税額 100,000円 × 2.9% × 30 / 365日 (納期限の翌日から1月を経過する日まで)	+	② 税額 100,000円 × 9.2% × 335 / 365日 (①の期間の翌日から納付の日まで)	=	①+② 延滞金額 8,600円 ※100円未満は切り捨て
--	---	--	---	---------------------------------------

※実際の納付金額は、本税と督促手数料(100円)を加えた額となります
※延滞金の割合は、国内銀行の貸出約定平均金利の率によって変動します

自殺防止キャンペーン 「みんなの大切なのち」標語募集

問 市民生活部社会福祉課 ☎(22)1340

自殺はいのちを守るこの大切さや生きる喜びを見いだすことで防止できると言われています。市では自殺を防止し、大切なのちを守るための取り組みに活かすため、皆さんから標語を募集します。

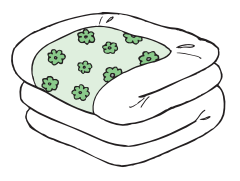
- 標語テーマ 自殺防止につながる呼びかけやメッセージを盛り込んだもの、いのちを守る大切さを表現したもの
- 応募規定 おおむね31字以内で未発表の作品であれば1人何点でも応募可能
- 応募資格 市内に居住している方
- 応募期限 8月29日(金)
- 応募方法 社会福祉課、または各総合支所市民サービス課に備え付けの応募用紙に必要事項を記入の上、直接または郵送、ファクスで申し込みください
- 市内の学校に通う小・中・高校生は、学校を經由して応募してください
- 優秀作品は、11月ごろ決定し、今後の自殺防止の啓発事業で活用します
- 優秀作品には、賞状と記念品を贈呈します
- 応募用紙は市ホームページからダウンロードできます
- LRC http://www.kurihara-city.jp
- 社会福祉課 ☎987・2293
- 社会福祉課 ☎987・2293
- 社会福祉課 ☎987・2293
- 各総合支所市民サービス課

在宅高齢者寝具洗濯等 サービス事業

問 市民生活部社会福祉課 ☎(22)1340
問 各総合支所市民サービス課

高齢者の在宅支援事業の一つとして、寝具洗濯サービスをを行います。詳しくは、問い合わせください。

- 対象者 市内に住所がある方
 - ①65歳以上の一人暮らしの方
 - ②65歳以上の高齢者のみの世帯の方
- 内容 掛け布団・敷き布団・毛布を1セットとし、洗濯、乾燥、消毒(防ダニ加工)を行います
- 申し込み 7月31日(木)まで各総合支所市民サービス課に備え付けの申請書に必要事項を記入の上、申し込みください
- 日程 8月27日(水)
- 集荷予定 8月27日(水)
- 仕上がり予定 9月9日(火)
- 利用料 □市県民税課税世帯に属する方 2,000円
- 市県民税非課税世帯または生活保護法に基づく被保護世帯に属する方 1,200円
- ※サービス利用後に納付書を送付しますので、金融機関でお支払いください
- その他 寝具洗濯の間、布団が必要な方に無料で貸し出します





後期高齢者医療制度からのお知らせ

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
 問 宮城県後期高齢者医療広域連合 ☎022(266)1026

後期高齢者医療制度の被保険者証(保険証)は、8月1日(金)が更新日になっています。新しい保険証は、7月下旬に郵送します。

今回の更新に伴い、これまでオレンジ色だった保険証の色が緑色に変わります。

8月以降に医療機関などにかかるときは、緑色の保険証を忘れずに提示してください。

※有効期限の切れた保険証は市で回収しませんので、ハサミを入れるなどして破棄してください。

日本脳炎予防接種

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
 問 各保健推進室

日本脳炎予防接種は、国内で接種後に重い病気になった事例があったことをきっかけに、国の方針により平成17年度から平成21年度まで積極的な接種の勧めは差し控えられていました。

その後、新たなワクチンが開発され、現在は予防接種を通常どおり受けられるようになりました。

また、予防接種法の一部が改正され、日本脳炎の予防接種を行っていない方で特例により接種できる方の対象が拡大されました。



平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方
 ～特例により接種できる方～

- 第1期接種(全3回)が完了していない方は、第1期分から接種を受けてください
 ※20歳未満の方が接種できます

◇第1期接種回数と方法

過去の接種回数	今後の接種回数	接種方法
0回(初めて接種)	3回	1回目から6日～28日の間隔をおいて2回目を接種し、おおむね1年後に3回目を接種
1回	2回	6日以上の間隔をおいて2回接種
2回	1回	1回接種

- 第2期接種(全1回)は、第1期接種を完了した9歳以上20歳未満の方が接種できます

※今年度18歳となる方へは第2期の予診票を個別に送付しています
 ※上記以外の年齢で接種を希望する方は、各保健推進室、または各総合支所市民サービス課で予診票を発行しますので、母子健康手帳、印鑑を持参の上、申し出ください

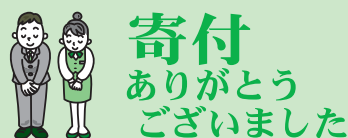
平成19年4月2日以降に生まれた方
 ～通常の定期接種の方～

- 第1期 生後6カ月(標準的な接種年齢は3歳)から7歳6カ月に達するまでの間に接種ができます
- 第2期 9歳以上13歳未満の間に接種ができます

◇第1期・第2期の接種回数と方法

接種(回数)		接種方法	標準的な接種年齢
1期	初回(2回)	1回目 生後6カ月以上	3歳
		2回目 1回目から6日～28日の間隔をおく	
	追加(1回)	初回終了後、おおむね1年の間隔をおく	4歳
2期	(1回)	9歳以上	9歳

※今年度中に3歳または4歳になる方へは、個別に予診票を送付しています



一般寄付

- 栗っこ農業協同組合 様 冊子「農業とわたしたちの暮らし」 児童用680部、教師用指導書30部 5月28日

東日本大震災関連寄付

- 東日本リサイクルシステムズ株式会社 様 一金500,000円 6月2日
- 株式会社ケイセン企業 様 一金50,000円 6月6日

問 総務部管財課 ☎(22)1116

国民健康保険からのお知らせ

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

国民健康保険の被保険者であることを証明する国民健康保険被保険者証(保険証)は、医療機関を受診する際の受診券でもあり、1人に1枚ずつ交付されます。保険証が交付されたら記載内容を確認し、大切に保管しましょう。

8月から使用する保険証を郵送します

保険証の交付について

- ◇8月以降に使用する保険証は7月下旬に各世帯へ郵送します。
- ◇就学により市外へ住所を移している場合は、学校から発行される在学証明書または学生証を準備の上、各総合支所市民サービス課で手続きしてください。
- ◇有効期限の切れた保険証は、市で回収しませんので、各家庭でハサミを入れるなどして破棄してください。

保険証の色が変わります

現在は「ピンク色」ですが、8月以降は「クリーム色」になります。

平成26年8月以降に70歳になる方の場合

- ◇今回発行する保険証の有効期限は、誕生月の末日までです。
- ◇月の1日^{ついたち}生まれの方の保険証の有効期限は、前月の末日までです。
- ◇誕生月の翌月から使用する保険証は、後日お届けします。

1年以内に75歳になる方の場合

- ◇今回発行する保険証の有効期限は、誕生日の前日までです。
- ◇月の1日生まれの方の保険証の有効期限は、前月の末日までです。
- ◇誕生日から後期高齢者医療の保険証になります。保険証は誕生日前に届けられます。
 ※一定の障害がある65歳以上から74歳の方で、すでに後期高齢者医療へ移行されている方は除きます



国民健康保険限度額適用認定証などの有効期限は7月31日です

8月以降も継続して使用される方や新たに交付が必要となる方は、忘れずにお住まいの地区の総合支所市民サービス課で、交付の手続きを済ませてください。

限度額適用認定証

国民健康保険に加入している方で、平成26年度の市県民税が課税されている世帯の場合、医療費が高額になったとき、窓口での負担が自己負担限度額までとなるための証明書です。

- 交付対象者 国民健康保険税の滞納がない世帯の70歳未満の方

標準負担額減額認定証

国民健康保険に加入している方で、平成26年度の市県民税が非課税である世帯の場合、入院時の食事代の負担額が減額となるための証明書です。

- 交付対象者 市県民税非課税世帯の方

限度額適用・標準負担額減額認定証

国民健康保険に加入している方で、平成26年度の市県民税が非課税である世帯の場合、医療費が高額になったとき、窓口での負担が自己負担限度額までとなり、また、食事代の負担額が減額となるための証明書です。

- 交付対象者 市県民税非課税世帯で、国民健康保険税の滞納がない世帯の方

交付申請の際に必要なもの

- ◇栗原市国民健康保険被保険者証
- ◇申請日直前に国民健康保険税を納付した場合はその領収証
- ◇印鑑(認め印)

健康づくり運動推進サポーター養成研修の参加者募集

市民生活部健康推進課 ☎(22) 0370

市では、地域で運動習慣の輪を広げていただく、健康づくり運動推進サポーターの養成研修を開催します。

日ごろ運動不足を感じている皆さん。楽しく運動を体験学習して、地域で健康づくりを広めてみませんか。

- 研修日程 全5回コース ※昼食を持参してください
- 場所 志波姫この花さくや姫プラザ ※送迎はありません
- 定員 30人程度 ※おおむね65歳以下の市民で、男女は問いません
- 参加費 無料
- 申し込み 7月22日(火)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください ※申し込み多数の場合は、調整します

開催日	内容
8月28日(木)	午前 市の保健事業について 午後 健康づくりのための運動①～ストレッチを中心に～
9月25日(木)	午前 加齢に伴う身体の変化と運動の効果 午後 健康づくりのための運動②～ウォーキングを中心に～
10月23日(木)	午前 効果的で安全な運動について 午後 健康づくりのための運動③～音楽に合わせて～
11月20日(木)	午前 地域で取り組む高齢者の健康づくり 午後 健康づくりのための運動④～筋力トレーニングを中心に～
12月11日(木)	午前 先輩からの活動紹介 午後 健康づくりのための運動⑤～地域で広げる運動習慣の輪～

婚活イベントの実施団体を応援します

企画部企画課定住促進室 ☎(22) 1125

市では、市内の婚活を活性化させるため、独身男女の出会いの場となる「婚活イベント」を実施する団体に対し、イベントに要する費用の一部を助成しています。

より多くの団体に申し込みいただけるよう、平成27年3月まで期間を延長して募集します。

● 対象者 市内の団体(定款、規約などがあること)

※宗教・政治活動を目的とする団体や暴力団などでない団体

● 対象経費 市内で開催される20歳以上の独身者を対象としたお見合いパーティなどの婚活イベント(参加者がおおむね20名以上)に要する経費

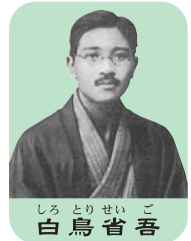
※イベント内容などに要件があります

● 助成内容 対象経費から参加費などの収入額を差し引いた額の50%以内(限度額は1事業当たり30万円)

申請書は必要書類を添えて、イベント開催日の10日前、または平成27年3月10日(火)のいずれか早い日まで、問い合わせ先に、直接申し込みください

※申請書は定住促進室、各総合支所市民サービス課に備え付けているほか、市ホームページからダウンロードできます

URL <http://www.kuriharacity.jp/>



明治23年、栗原市(旧築館町)生まれ。旧制築館中学校(築館高等学校)から早稲田大学に入り、本格的な文芸活動をはじめました。アメリカの詩人ホイットマンに傾倒し、民主主義的、人道主義的な思想性を深め、民衆詩派の代表的詩人として詩壇に一時代を築きました。

市ではこれらの功績を顕彰するため、白鳥省吾賞を制定し、口語自由詩で優れた作品にこの賞を贈ります。

第16回白鳥省吾賞「詩」募集

白鳥省吾記念館内
白鳥省吾賞「詩」募集事務局
☎(23) 7967

作品の内容・応募資格

- ◆「自然」「人間愛」のいずれかをテーマとした詩で作品には題名を付けること。
- ◆応募作品は、「白鳥省吾賞」のために創作した未発表のオリジナルであること。 ※同人誌などに発表したものは不可
- ◆形式は日本語表記の口語自由詩で、作品数は1人2点以内とする。
- ◆400字詰め(A4)の原稿用紙2枚以内に、楷書で縦書きとします。 ※中学生以下はB4でも応募可能
- ◆「詩」の後に、別葉で郵便番号・住所・氏名(ペンネームの場合は、本名も列記しフリガナを付ける)・年齢(中学生以下は学校名、学年も明記)・性別・職業・電話番号を必ず記入してください。
- ◆応募資格は、国籍、年齢、プロ、アマチュアなど一切問いません。
- ◆応募に際しては、第三者の著作権を侵害しないようご注意ください。

応募期間 7月1日(火)～10月31日(金) ※当日消印有効

応募方法 郵送または持参 ※電子メール・ファクス不可

発表 発表は、表彰式の20日前までに入賞者への通知をもって行い、入賞者には賞状や賞金(奨学金)、副賞を贈呈します。

送付先

〒987-2252 栗原市築館薬師三丁目3番26号
白鳥省吾記念館内 白鳥省吾賞「詩」募集事務局
※募集要項の請求は、82円切手を貼った返信用封筒を同封ください

表彰式

平成27年2月22日(日)

一般(高校生以上)の部	最優秀賞	一編賞	賞金 20万円
	優秀賞	二編賞	賞金 各10万円
小・中学生の部	最優秀賞	一編賞	奨学金 10万円
	優秀賞	二編賞	奨学金 各5万円
	特別賞	三編賞	奨学金 各3万円

その他

- 応募原稿は、返却しませんので、控えをお取りください。
- 応募後の作品の問い合わせはお断りします。
- 入賞作品の著作権は、原作者に帰属します。ただし、この作品および白鳥省吾賞の普及を目的とする場合、主催者は入賞作品を自由に使用することができるものとします。また、作品などに係る個人情報、広報紙や市ホームページなどで使用させていただきます。
- 詳しくは、市ホームページで確認してください。

URL <http://www.kuriharacity.jp/>

電話予約による証明書の時間外交付

平日の予約受付時間内に電話で予約すると、その日の午後7時まで証明書などを受け取れる「電話予約による証明書等時間外交付サービス」を行っています。

- 予約受付日時 月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午祝日を除く
- 交付時間 予約した日の午後5時15分～7時
- 予約方法 希望する総合支所市民サービス課

教育委員・固定資産評価審査委員を任命しました

総務部総務課
☎(22) 1122

任期満了に伴い、次のとおり任命しました。

教育委員会 任期4年

委員 笠間 八十公 (若柳南大通)

固定資産評価審査委員会 任期3年

委員 沼倉 健一 (高清水10区)
委員 菅原 勝直 (志波姫熊谷)
委員 佐藤 美千子 (栗駒下小路)

※敬称略

市民生活部市民課

7月の窓口開庁日は次のとおりです。

日時 7月13日(日)

午前8時30分～正午

場所 築館総合支所市民サービス課

日時 7月27日(日)

午前8時30分～正午

場所 金成総合支所市民サービス課

【業務内容】
戸籍・住民票・印鑑・税関係の証明書などの交付 ※市内この地区にお住まいの方でも利用できます

市民生活部市民課
☎(22) 3211

印鑑登録証のデザインを変更

7月1日から栗原市公式キャラクター「ねじりほんによ」が印刷された印鑑登録証を発行します。これまでに発行された印鑑登録証は、そのまま使用できます。

発行対象

- 新規で印鑑登録する方
 - 汚損・毀損したことにより再発行を受ける方
- ※希望による新しい登録証への交換は行いません
- 市民生活部市民課
☎(22) 3211



7月は社会を明るくする運動強化月間

この運動は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、力を合わせて、犯罪や非行のない明るく社会を築こうとする全国的な運動です。

市では、保護司や更生保護女性連盟を中心に、街頭啓発やあいさつ運動などの活動を行います。この機会に私たちができることを一緒に考えてみましょう。

【開始式】

- 日時 7月1日(火) 午後1時30分
- 場所 築館ふるさとセンター

●内容 法務大臣メッセージの伝達、アトラクションなど

●市民生活部社会福祉課 電話(22)1340

救急安心キットを配布

急病などで救急車を呼んだとき、かかりつけ医

や飲んでいる薬の情報が必要になります。救急安心キットを用意していることで、適切な処置を行うことができ、救命に役立ちます。

市では、次のとおり救急安心キットの配布を行っていますので、ぜひ利用してください。

- 配布対象者 次のいずれかに該当する方
 - ①在宅している65歳以上の高齢者のみの世帯の方
 - ②災害時要援護者登録をしている方
 - ③家族と同居しているが、日中は1人になることが多い高齢者、障害者および65歳未満でも健康に不安がある方

●配布方法
 ①②の方は、民生委員・児童委員が順次訪問し、使用方法を説明しながら配布します
 ③の方は、各総合支所市民サービス課の窓口で申請してください(その場で配布します)

- 市民生活部社会福祉課 電話(22)1340



各総合支所市民サービス課

要援護者リストへの登録を

市では、地震や台風・大雨などにより大きな災害が起こったときに、自分で身を守ることが難しい高齢者や障害者が、いち早く、的確に地域で援助を受けることができるように、「要援護者リスト」への登録を行っています。

- 対象者 在宅で生活をし、次のいずれかに該当する方
 - 65歳以上の高齢者のみの世帯の方
 - 日常生活に介護が必要

熱中症に注意

気温が高い7月や8月に、熱中症が多く発生します。

特に、高齢者は暑さを感じにくく、のどの渇きを強く感じないため、注意が必要です。熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。

- 炎天下や非常に暑い場所では、長時間の作業やスポーツは避けましょう
- 黒い服は避ける
- エアコンや扇風機を使用する際は、長時間の作業やスポーツは避けましょう
- のどが渇いたと感じなくてもこまめに水分を取りましょう
- スポーツ飲料や薄い食塩水が有効です
- エアコンや扇風機を使いましょう
- ※省エネを気をつけるあまり

がんサロン「ほっとくりはら」



栗原中央病院では、がんと向き合っている患者さんと家族の方を対象に「がんサロン」ほっとくりはらを開催します。

「同じ病気の仲間と話してみたい」、「こんな時、ほかの人はどうしているのだろう」など一人で悩まず、同じ悩みを話したり聞いたりしてみませんか。申し込みは不要です。

揚水機場の電気料金を補助

農業用水の揚水機場の運転に使用した電気料金の一部を補助します。

- 補助対象者 2戸以上の農家で組織する団体(水利組合など)
- 申請期限 10月31日(金)
- 補助率 電気料金の総額が2万円以上を対象に、金額に応じて27%から45%を補助
- ※個人や土地改良区、市管理のものは除きます

●申請期間 10月31日(金)

●各総合支所市民サービス課 電話(22)1138

7月は農業費分担金の納付月

農業費分担金の納付書を次のとおり送付します。納期限内に納入してください。

- 対象となる分担金
 - 玉沢土地改良受益者分担金(築館)
 - 鹿島堰水利分担金(築館・一迫)
- 納付書送付日 7月16日(水)
- 納期限
 - 第1期 7月31日(木)
 - 第2期 12月1日(月)

第9回市畜産共進会開催

市農業振興協議会では、飼養家畜の管理技術の向

上と改良水準を広く知っていただくため、畜産共進会を開催します。ぜひお越しください。

- 日時 7月5日(土) 午前9時
- 場所 JA栗つこ畜産センター
- 内容 乳用牛の部、肉用牛の部

●産業経済部畜産園芸課 電話(22)1136

ツキノワグマ・イノシシの出没に注意!

ツキノワグマやイノシシの目撃・痕跡情報が寄せられています。これからツキノワグマなどのエサとなる農作物や果樹などが実る時期となりますので、山林などに行く際は、次のことに十分注意してください。

- クマとの距離を保つこととお互いの興奮を鎮める効果がありますので、あわてて逃げずにクマと向き合ったままゆっくり後退する
- 母グマは子グマに危害を加える可能性がある
- 足跡などに気をつける
- エサとなる生ごみなどは放置せず、持ち帰る
- 大声をあげたり、石や棒などを投げつけたりしない
- ラジオなど音のするものを身につける
- 遭遇した時の対処方法

【遭遇しないための注意事項】

- 市などからの出没情報を確認し、危険な所には近づかない
- 活発に行動する夕方から早朝までの時間帯の活動はできるだけ避ける
- ラジオなど音のするものを身につける
- 足跡などに気をつける
- エサとなる生ごみなどは放置せず、持ち帰る
- 大声をあげたり、石や棒などを投げつけたりしない
- クマとの距離を保つこととお互いの興奮を鎮める効果がありますので、あわてて逃げずにクマと向き合ったままゆっくり後退する
- 母グマは子グマに危害を加える可能性がある

募集



市営住宅入居者募集

- 募集する住宅
 - ◆古川特定公共賃貸住宅(若柳) 1戸

- 常時募集
 - ◆佐野住宅(鶯沢) 1戸
 - ◆柳沢住宅(鶯沢) 1戸
 - ◆古川特定公共賃貸住宅(若柳) 2戸
 - ◆宿川原特定公共賃貸住宅(鶯沢) 1戸
 - ◆災害公営住宅(神明住宅(栗駒)) 1戸
- 受付期間
 - 7月1日(火)～10日(木) 午前8時30分～午後5時15分
 - ※土・日曜日を除く
 - ※常時募集の住宅は、受付期間に関係なく先着順に受け付けします
- 申し込み 建築住宅課、または各総合支所市民サービス課に備え付けの募集要項を確認の上、申し込みください
- ※災害公営住宅は、建築住宅課に直接問い合わせください

若年性認知症の人と家族のつどい

困っていることを話したり、聞いたり、同じ思いを抱えている人と情報交換や仲間づくりをしてみませんか。

- 日時 7月11日(金) 午前10時～正午
- 場所 県大崎合同庁舎
- 内容 交流会
- 対象 若年性認知症と診断された方と家族
- ※家族の方だけでも参加できます
- 参加費 無料
- 申し込み 7月8日(火)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

●市民生活部介護福祉課 電話(22)1350

●宮城県北部保健福祉事務所高齢者支援班 電話0229(91)0713

市役所の電話帳

- 市役所(代表) 電話(22)1122
- 築館総合支所 市民サービス課
 - 市民係、福祉係 電話(22)1111
 - 産業建設係 電話(22)1114
 - 築館・志波姫保健推進室 電話(22)1171
 - 築館・志波姫教育センター 電話(23)1236
- 若柳総合支所 市民サービス課
 - 市民係、福祉係 電話(32)2121
 - 産業建設係 電話(32)2124
 - 若柳・金成保健推進室 電話(32)2126
 - 若柳・金成教育センター 電話(32)2127
- 栗駒総合支所 市民サービス課
 - 市民係、福祉係 電話(45)2111
 - 産業建設係 電話(45)2114
 - 栗駒・鶯沢保健推進室 電話(45)2137
 - 栗駒・鶯沢教育センター 電話(45)2225
- 高清水総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(58)2111
 - 産業建設係 電話(58)2113
 - 高清水・瀬峰保健推進室 電話(58)2119
- 一迫総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(52)2111
 - 産業建設係 電話(52)2114
 - 一迫・花山保健推進室 電話(52)2130
 - 一迫・花山教育センター 電話(52)2115
- 瀬峰総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(38)2111
 - 産業建設係 電話(38)2114
 - 瀬峰・高清水教育センター 電話(38)2127
- 鶯沢総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(55)2111
 - 産業建設係 電話(55)2114
- 金成総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(42)1111
 - 産業建設係 電話(42)1114
- 志波姫総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(25)3111
 - 産業建設係 電話(25)3114
- 花山総合支所 市民サービス課
 - 市民福祉係 電話(56)2111
 - 産業建設係 電話(56)2114

第2回ナイトツアー 参加者募集

夜の細倉マインパーク 観光坑道を親子で探検するナイトツアーの参加者を募集します。

- 日時 7月26日(土) 午後4時～

- 場所 細倉マインパーク 観光坑道内
- 内容 観光坑道内の電気を減灯して見学します。

- 対象 小学生と、その保護者の方
- 定員 25組(先着順)
- 参加費 大人 460円 小学生 300円

- 申し込み 7月19日(土)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 細倉マインパーク
☎(55)3215



▲マイン坊や

生涯学習のひろば

お知らせ

第35回少年の主張 栗原大会

中学生が日ごろ心に思っていることや考えていることなどを発表します。誰でも入場できます。

- 日時 7月15日(火) 午前9時～正午

- 場所 若柳中学校体育館
- 発表者 市内各中学校の代表生徒8人
- 入場料 無料

問 教育部社会教育課
☎(42)3514

第18回栗原市工芸展

- 日時 8月2日(土)～10日(日)
- 午前10時～午後5時 ※4日は休展、10日は午後4時まで

- 場所 栗原文化会館
- 内容 市内を拠点として活動している工芸愛好者の作品展示

●入場料 無料
問 栗原文化会館
☎(23)1234

ダンスフェスティバル 2014

- 日時 8月31日(日) 午後1時30分～

- 場所 若柳ドリム・パル
- 入場料 全席自由 一般 800円 高校生以下 500円 ※当日券は200円増し

問 若柳ドリム・パル
☎(32)6600

募集

ワクワク陶芸教室

- 日時 7月19日(土) 午前10時～正午
- 場所 若柳公民館
- 対象 市内在住の小学生以上
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 600円(材料代)

- 持ち物 エプロン
- 申し込み 7月11日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください
- 問 若柳・金成教育センター
☎(32)2127

小学生かけっこ クリニック

- 日時 7月19日(土) 午前9時～11時30分
- 場所 サン・スポーツランド栗駒

※雨天時は、栗駒総合体育館で行うので、上履きを持参してください

- 対象 市内在住の小学生
- 定員 40人(先着順)
- 参加費 500円
- 持ち物 運動できる服装、飲み物、タオル

●申し込み 7月14日(月)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 栗駒・鷹沢教育センター
☎(45)2225

誰でも簡単！腰痛・ひざ痛予防体操教室

- 日時 7月18日(金)、25日(金)
- 午後3時～4時
- 場所 栗駒みちのく伝

●対象 市内在住の方
- 定員 40人(先着順)
- 参加費 各500円
- 持ち物 運動しやすい服装、上靴、飲み物など
- 申し込み 開催日の3日前まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

あそびの探検隊 夏山であそぼう！

- 期間 8月2日(土)・3日(日)1泊2日
- 場所 くりこま高原自然学校

※送迎あり

●内容 テント設営体験 星空観察 炊飯体験 ピザづくり体験など

●対象 市内在住の小学生

●定員 30人(先着順)

●参加費 4,000円

●申し込み 7月22日(火)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

※持ち物など詳しくは、問い合わせください

問 栗駒・鷹沢教育センター
☎(45)2225

●親子でチャレンジ！くりこま高原大根づくり体験

- 日時 8月9日(土) 午前10時～午後2時
- 場所 栗駒地区耕英

※送迎あり

●内容 大根種まき体験 新じゃが収穫体験

※雨天時は、栗駒みちのく伝創館で、親子料理教室を行います

- 対象 市内在住の小学生と、その保護者の方
- 定員 30人(先着順)
- 参加費 大人 2,000円 小学生 1,000円

●申し込み 7月31日(木)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

※持ち物など詳しくは、問い合わせください

問 栗駒・鷹沢教育センター
☎(45)2225

築館B&G海洋センター プール一般開放

- 期間 7月1日(火)～8月31日(日)
- 午前9時～正午

- 日時 7月30日(水)、8月6日(水)、20日(水)、27日(水)
- 午後6時30分～7時45分
- 場所 築館B&G海洋

泳げない子供の 水泳教室



問 築館総合運動公園

☎(22)4840

- 持ち物 スイムキャップ
- ※水温の状況により開放できない場合もあります
- ※幼児用プールもありますが、オムツの取れないお子さんは利用できません

●料金

- 一般 1000円
- 小・中・高校生 50円
- 小学生未満 無料
- ※午前、午後、夜間の各1回当たりの料金です

- 休館日 毎週月曜日
- ※7月21日(月)は開館、22日(火)は休館

- 午後部の 午後1時～4時
- 夜間の部 午後5時～8時30分

成人対象 初級水泳教室

- 日時 7月19日(土) 午後1時30分～2時30分

- 場所 栗駒総合体育館
- 対象 20歳以上の方
- 定員 15人(先着順)
- 参加費 830円 ※プール入場料を含む
- 申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 栗駒総合体育館
☎(45)5885

キンダー水泳教室

- 日時 火曜日 午後2時45分～3時30分
- 場所 栗駒総合体育館

●対象 6歳児
- 定員 8人(先着順)
- 参加費(月額) 3,300円
- 申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください

かんたん太極拳 入門教室

- 日時 水曜日 午後7時～8時
- 木曜日 午後3時～4時

●場所 栗駒総合体育館

●定員 10人(先着順)

●参加費(月額) 3,300円

●申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 栗駒総合体育館
☎(45)5885

トレーニンクルーム 利用講習会

トレーニンクルームを利用するためには、施設ごとに講習会を一度受講する必要があります。

●対象 中学生以上

●定員 各10人(先着順)

●受講料 無料

●申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 栗駒総合体育館
☎(45)5885

【栗駒総合体育館】 若柳総合体育館

- 日時 7月3日(木) 午後6時30分～7時30分
- 7月19日(土) 午後1時30分～2時30分

●場所 栗駒総合体育館

●対象 中学生以上

●定員 各10人(先着順)

●受講料 無料

●申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください

問 栗駒総合体育館
☎(45)5885

市内の文化財教養

107 王壇遺跡

家や学校、職場の近くや道の途中で、高く盛られた土山を見かけたことはありませんか？もしかしたらそれは「古墳」や「塚」と呼ばれているものかもしれません。その中には大昔のお墓も含まれており、お墓以外には「一里塚」と呼ばれる道標などもあります。

今回紹介する王壇遺跡にも高く盛られた土山があります。現地は林に覆われているため遠くから見ただけではわかりにくいですが、すぐそばに大きな鳥居のある神社もあり、木々と合わさって神秘的な雰囲気を感じられます。発掘調査が行われていないため詳細は不明なものの、以前行われた略測によれば、上から見た形は一辺約33mと31mの角が丸まった四角形で、高さは2m以上あるようです。すぐ隣には接するように一辺約10mの2号塚もあり、明治の初めごろまでは10数基が並んでいたと言われています。古墳か、それともその後の時代に造られた塚かは不明ですが、周辺からは平安時代の土器が採集されています。

昔から、むやみにここを掘ると目が悪くなると言い伝えられています。そのおかげか現在でも大きく形を崩すことなく残っています。



▲王壇遺跡

種別 市指定史跡
指定年月 昭和44年6月30日
所在地 瀬峰宮田68他

工業団地造成工事起工式 1千人の雇用を目指して！

4月22日(火)／三峰工業団地
5月27日(火)／第2大林農工団地

「市民が創る ぐらしたい栗原」を実現させるために掲げた、『新たな7つの成長戦略』の一つ、企業の誘致推進と1千人の雇用を目指し、整備を進めている、三峰工業団地(築館字萩沢土橋地内)と第2大林農工団地(若柳字大林西千刈地内)の起工式が行われ、関係者が工事の安全を祈願しました。

造成工事については、三峰工業団地が平成28年3月末、第2大林農工団地が平成27年10月末の完成を予定しています。



◀ 鍬入れをする
工事関係者の代表

▲ 工事の安全を祈願する関係者の皆さん

市内

第77回河北美術展栗原展 素晴らしい作品が勢ぞろい

5月20日(火)～25日(日)／栗原文化会館

栗原文化会館を会場に、河北美術展の日本画、洋画、彫刻部門の入賞・入選作品と、参与・顧問、招待作家の作品合わせて112点を展示し、河北美術展栗原展を開催しました。

期間中、市内の小・中学生を対象にした鑑賞会も行われ、美術展参与の菊地 義彦 さん(一迫清水一)による展示作品の解説も行われました。

参加した児童・生徒たちは、素晴らしい作品を一つ一つじっくりと鑑賞していました。



▲ 菊地さんの解説に熱心に耳を傾ける児童たち

▲ 作品をじっくりと鑑賞

築館

日本創成会議の発表において、「2040年には人口の減少により消滅する自治体が出てくる。全国で896市区町村(49.8%)というものがあり、悲しきかな栗原市もその中に入っていました。あくまで想定であり、そうならないために、各自治体それぞれ独自策に躍起です。

私は「子は何物にも優る宝」との思いから、昨年掲げた「7つの成長戦略」にも、人口増加の要となる子どもと子育て世代を応援するため、学府くりはらの実現、定住促進、子育て応援医療費助成など、支援を図っています。

他にも企業誘致ではTG東日本株式会社が行った工場建設を決定していただいたことは、素晴らしいことだと思っております。

栗原市長 佐藤 勇

市長随想



「20年後、40年後…」

おられます。そして県立大学医学部栗原キャンパス構想。これは、ぜひとも実現しなければなりません。栗原への企業進出、雇用機会の増加はもとより、東北一円の地域医療の充実、医師不足の解消など、波及効果は大変大きいものです。

地図で東北を見ると栗原は中心にあります。交通の大動脈も通って、地利がある、まさに東北のヘソです。地の利、人の知恵など、すべてを活かしたまちづくり。成果は確実に表れています。2040年に今より栄えたまちであるため、施策を打ち出し、一つ一つ課題を解決してまいります。

●「輝け日本一！」では、全国大会、世界大会に出場する市民や市出身者を紹介します。情報をお寄せください。 企画部市政情報課広報広聴係 ☎(22)1126

春の褒章

藍綬褒章

業務に精励され、褒章を受章されました。



徳能 裕子 さん
(築館伊豆1区)
調停委員功績
調停委員

大韓民国国家報勲処長より感謝状 菅原さんが受賞

3月26日(水)／韓国・ソウル市

長年にわたる韓国との民間親善交流の貢献が認められ、大韓民国国家報勲処長より感謝状を受賞されました。



栗原市栗駒史談会
前会長 菅原 敏允 さん
(栗駒川西)

平成26年度全日本卓球選手権大会(ホープス・カブ・バンビの部) 市内から2人が出場

7月25日(金)～27日(日)／兵庫県神戸市・グリーンアリーナ神戸

□カブ女子シングルス



若柳小学校
3年 佐藤 琉花 さん
(若柳下在)

□ホープス女子シングルス



志波姫小学校
6年 伊藤 凜々子 さん
(志波姫山の上)

第10回全日本インディアカトーナメント 市内から2チームが出場

6月21日(土)／東京都渋谷区・東京体育館

□女子の部



栗原レディース

□シニア男女混合の部



栗原シニア

第49回全国道場少年剣道大会 弘武館千葉道場、栗心館岩ヶ崎道場が出場

7月29日(火)・30日(水)／東京都千代田区・日本武道館

□中学生団体の部



弘武館千葉道場(若柳中学校)

□小学生団体の部



栗心館岩ヶ崎道場(栗駒小学校・篤沢小学校)

栗原市追悼式

平成20年岩手・宮城内陸地震から6年

6月14日(土)／栗駒みちのく伝創館

平成20年岩手・宮城内陸地震から、6月14日で6年を迎え、栗原市追悼式を執り行いました。

式では、犠牲となられた方々に黙とうをささげた後、市長の式辞、来賓の方々からの追悼の辞に続き、菅原 昭夫 さん(栗駒耕英)が「厳しい経営を余儀なくされている観光施設も多いが、一步一步前へ進んでいきたい」と遺族代表の言葉を述べました。

白菊やユリで飾られた祭壇前の献花台に、遺族をはじめ、約350人の参列者が献花を行い、ご冥福をお祈りしました。



▲参列者による献花が行われました

栗駒

平成26年度栗原市総合防災訓練

防災体制のさらなる強化へ

6月15日(日)／瀬峰総合運動場

6月14日の「栗原市防災の日」に合わせ、総合防災訓練を実施しました。この訓練は、「平成20年岩手・宮城内陸地震」の経験と記憶を後世に伝えるため、また、大規模自然災害に対する備えを充実かつ強化し、被害の未然防止と軽減を図ることを目的としています。

当日は、国や県の関係機関、災害時支援協定団体、市内の自主防災組織など37機関、約900人が参加しました。内容は、栗原市内陸北部を震源とするマグニチュード8.0の地震が午前8時43分に発生し、市内の一部地域で震度6強を観測するなど、強い揺れに襲われたという想定で行いました。家庭や地域の減災を図るため、自主防災組織を中心とした訓練を多く実施し、参加した方々も、真剣な表情で訓練に取り組んでいました。



▲吹き出し訓練



▲避難所開設運営訓練



▲ボランティア活動支援訓練



▲物資輸送訓練



▲緊急道路確保訓練



▲火災防ぎょ遠距離送水訓練

瀬峰



▲災害対策本部設置運用訓練



▲初期消火訓練



▲自主防災救出救護訓練



▲倒壊家屋救出訓練



▲多数傷病者対応訓練

長沼ダム竣工式

完成まで約40年

5月31日(土)／登米市・長沼フートピア公園

県が登米市内に建設を進めていた長沼ダムが完成し、長沼ダム竣工式が開催されました。

長沼ダムは、栗原市および登米市内を流れる迫川の治水に役立てるため、昭和50年に工事が着手され、約40年を費やして完成しました。長沼ダムが完成したことにより、栗原市内の治水に大きく役立つこととなります。

当日は、村井知事、地権者や関係団体など約300人が出席し、長沼ダムの記念碑の除幕やくす玉割りなどのセレモニーが行われ、完成を祝いました。



▲くす玉を割り完成を祝いました

栗原市小学生陸上競技交流大会

雨にも負けず、元気いっぱい

6月8日(日)／築館陸上競技場

児童の体力・競技力の向上と選手相互の交流を図ることを目的に「栗原市小学生陸上競技交流大会」を開催しました。

当日は、あいにくの雨にもかかわらず、市内の各小学校から集まった4年生から6年生までの約400人の児童は、トラック競技やフィールド競技で競い合い、自己ベストを目指し健闘していました。

応援に訪れた保護者などから大きな声援を受け、力いっぱい元気な姿を見せていました。



▲力いっぱい走る児童たち

築館

一迫山王史跡公園あやめ園・南くりこま高原一迫ゆり園 初夏を彩る花便りが今年も届きました

6月20日(金)～／一迫山王史跡公園あやめ園・南くりこま高原一迫ゆり園

栗原を彩る初夏の風物詩のひとつ「あやめ園」と「ゆり園」が開園しました。今年あやめ園では、あやめ園同士の交流がある山形県長井市より貴重な品種のハナショウブである「長井古種」の苗6種類、計100ポットをいただきました。色とりどりの花々ほか、開園中はさまざまなイベントも同時開催されています。ぜひお出かけください。

第32回山王史跡公園あやめ祭り

期日 7月9日(水)まで
時間 午前8時30分～午後5時
入園料 一般510円、高校生以下250円

問 一迫観光協会 ☎(52)2114

南くりこま高原一迫ゆり園

期日 7月31日(木)まで
時間 午前8時30分～午後5時
入場料 一般670円、高校生以下310円

問 南くりこま高原一迫ゆり園 ☎(52)4551

お出かけ情報



◀長井古種の苗と鮮やかに咲き誇るユリ(ユリは昨年の様子)

栗原市長旗争奪第13回東北中学校卓球大会 東北各地の精鋭が集まる

5月24日(土)・25日(日)／若柳総合体育館

東北の中学生の卓球技術向上や選手の交流を目的に東北中学校卓球大会を開催しました。

大会には、東北各地の強豪校から141チーム、約700人の選手が出場しました。

2日間にわたって団体戦、個人戦が行われ、激しいラリーが繰り広げられました。



▲激しいラリーを繰り広げる選手たち

若柳

2014 田んぼアート 今年は「ねじり ほんによ」

5月31日(土)／瀬峰地区泉谷

瀬峰地区泉谷の「2014 田んぼアート」の田植えが行われました。今年の絵柄は市のマスコットキャラクター「ねじり ほんによ」になりました。

参加した地域住民や子供会の子どもたちは、慣れない足元に気を付けながら、紫や黄色など種類の違う稲を手植えしていました。



▲泥んこになりながらの田植え

瀬峰

藍フェア2014 伝統の技に魅せられて

5月24日(土)・25日(日)／愛藍人・文字

昔ながらの技法で染めた藍染め作品を展示する「藍フェア2014」が開かれました。今年は、伝統の藍染めに取り組むメンバーの作品のほか、タペストリーやさき織りの着物なども展示され、市内外から訪れた愛好者や観光客が手に取り、じっくり鑑賞していました。



▲さまざまな作品を展示

栗駒

第9回栗原せみね藤まつり 華麗な舞で花を添える

5月25日(日)／瀬峰五輪堂山公園

地域から藤の里として親しまれている瀬峰地区で栗原せみね藤まつりが開催されました。

会場では、栗原と登米のはっとでグルメ対決や、一般参加のカラオケコーナーのほか、華やかな衣装で舞台を彩った舞踊公演が行われ、会場を盛り上げていました。



▲まつりを彩った舞い

瀬峰

第14回小さな町の小さなカーフェスタ 懐かしい車が勢ぞろい

6月1日(日)／細倉マインパーク

昭和の懐かしい2輪車、4輪車を展示する第14回小さな町の小さなカーフェスタが開かれました。この日は好天に恵まれ、自慢の愛車に乗って次々に愛好者が訪れ、展示ブースに60台のバイクや車が並びました。

そのほか、フリーマーケット、ガレージセールやバンド演奏などもあり、真夏を思わせる日差しの下、県内外から約4,000人が訪れ、楽しい時間を過ごしていました。



▲懐かしの車に見入る来場者



▲マイン坊やとねじり ほんによの登場に喜ぶ子どもたち

鶯沢

きょうびびくの広場

今月のテーマ／いち・にの参画講座開講
被災地におけるDV被害者等サポート講座

企画部市民協働課
☎(22)1164

いち・にの参画講座

第1回「男女共同参画はなぜ重要か」

6月7日(土)／栗原文化会館

講師 東北学院大学 名誉教授 遠藤 恵子 氏

男女共同参画推進サポーター養成講座「いち・にの参画講座」(全7回)が開講しました。初めての方、昨年に引き続きの方など9人が参加し、「男女共同参画はなぜ重要か」について学習しました。

男女共同参画社会とは、いつでも、どこでも、誰でも対等な人間として扱われ、「男だから、女だから」といったジェンダー問題が解消された社会です。

聞いただけでは、「なんだか難しそう」と感じるかもしれません。講座では、日常生活において男女共同参画を阻害している家庭や学校においての問題、職場や高齢期のジェンダー問題などが紹介されました。

なぜ、男女共同参画が重要なのでしょうか。少子・高齢社会への対応、今

後女性の活躍が必要となる産業・経済構造への対応。そして、東日本大震災で浮き彫りになった災害時のジェンダー問題。日ごろから男女が共に参画できる社会が実践されていなければ、災害時にも対応することはできません。

いち・にの参画講座は、興味のある回だけでも参加可能です。誰もが暮らしやすい生活を送るために、一緒に受講してみませんか。

※社会的・文化的に規定されている性別に関する規範や制度



被災地におけるDV被害者等サポート講座

「DVと児童虐待」

5月21日(水)／市民活動支援センター
講師 NPO法人ハーティ仙台
代表理事 八幡 悦子 氏

東日本大震災による生活環境の変化などにより、DVや児童虐待被害の増加が懸念されています。DVや児童虐待被害の防止と被害者などへの支援の充実を図ることを目的に開催しました。

講座では、DVの正しい理解や子どもたちに及ぼす影響、各種統計や具体例などが紹介され、実際に支援するにあたってのポイントを学習しました。参加者からは、「具体例を聞くことができ、現状を知ることができた」、「相談時の対応の参考となった」などの感想が聞かれ、これからDVやデートDV、児童虐待を見たり聞いたりしたときの対応のイメージができたようです。



▲講座の様子

いち・にの参画講座 第3回開催参加者募集

●日時 7月12日(土)
午後1時30分～3時30分
●場所 市民活動支援センター
●内容 「DVについての正しい理解と、女性の人権尊重や意識啓発、防止対策について(仮)」
●講師 DVファシリテーター 門間 尚子 氏

●対象 満18歳以上で、市内に在住、または在勤し、男女共同参画社会づくりの推進に関心のある方
●申し込み 7月10日(木)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

被災地におけるDV被害者等サポート講座参加者募集

●日時 7月16日(水)
午前10時～正午
●場所 市民活動支援センター
●内容 「DV離婚と高齢者虐待」
●講師 弁護士 佐藤 由紀子 氏
●対象 被災者支援従事者、相談員、関心のある方など
●申し込み 7月10日(木)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください
※託児の希望がある方は、相談してください

田園観光都市の創造に取り組む「くりはら研究所」の広報紙

くりはら研究所だより

89



シリーズジオパーク⑬ 栗駒山麓ジオパーク構想 ロゴ・マークが決定しました

栗駒山麓ジオパーク推進協議会(以下「協議会」)では、ジオパーク構想を市内外に発信していくためのロゴ・マークを作成しました。5月22日に開催した平成26年度協議会総会において決定し、今後さまざまな場面でロゴ・マークを活用し全面的にPRしていきます。



▲決定したロゴ・マーク

◆ロゴ・マーク決定まで

このロゴ・マークの策定にあたっては、協議会広報・宣伝部会(部長 特定非営利活動法人 Azumaire 代表

◆ロゴ・マークの概念

栗原市の象徴でもある栗駒山をモチーフに、上部では、栗駒山と残雪の駒姿、下部では山腹崩壊や地すべりによってあらわになった地層を表現しています。この地層は、荒砥沢地すべ

(発行)
くりはら研究所
ジオパーク推進課
(産業経済部田園観光課)
☎ (22) 1151
ファクス (23) 5370
Eメール kanko@kuriharacity.jp
geopark@kuriharacity.jp

活動レポート

栗駒山麓ジオモニターツアー 山ガールツアーを開催

5月17日(土)・18日(日)／栗駒山麓

情報収集やSNS・口コミなど情報発信に強い影響力のある関東圏の女性を対象として開催したジオモデルツアー。今回は、前号で概要をお知らせしたツアーの詳細を紹介します。

「春の栗駒山ガールズトレッキング」と題して行われたジオツアーで、栗駒山やジオパーク構想について学び、楽しむことを目的として開催。当日は20人の参加がありました。

◆ジオツアー1日目



▲世界谷地では湿原の成り立ちや高山植物について説明

午前7時新宿発の一行は、午後1時に栗原市に到着。協議会ガイド部会の太宰・智志氏がツアーガイドとして同行し、車内で栗原市やジオパーク構想などを説明し、交流を深めながら栗駒山へ向かいました。また、途中で同ガイド部会の佐藤鉄也氏が同乗、



▲室内アトラクション終了後、ねじりほんによと記念撮影

平成20年岩手・宮城内陸地震や栗駒山、文字三山などを解説しました。降雨により予定を一部変更し、宿泊先のハイルザーム栗駒内で、ノルディックウォーキングの基礎を学びました。世界谷地第一湿原では、ブナの森や湿原、植物に関するガイドを受けながら、トレッキングしました。室内では、セルフレスキュー講座を開催。けがで動けない方の搬送法を学び、また、アウトドアメーカー各社から協賛いただいた山岳グッズを使ったゲーム大会「シユラフでGo!」も、大変盛り上がりました。

活動レポート

地域の暮らしと歴史を学ぶ 第15回くりはら長屋門研究会

5月27日(火)／花山地区・鶯沢地区

今回は花山地区と鶯沢地区のお宅を訪問し、長屋門の活用や歴史を学ぶことができました。

◆剣豪千葉周作ゆかりの家 孤雲屋敷

花山地区の狩野博氏に孤雲屋敷に係る歴史的背景や花山地区の暮らしについて説明していただきました。孤雲屋敷は旧花山村字草木沢小田に所在した佐藤家の住宅を移築したもので、長屋門や母屋の中には、昔使用されていた農機具や、佐藤家や千葉家の歴史を物語る貴重な資料が展示されています。建築年代は不詳ですが、建物の梁や柱の材料、造りの手法などから200年以上は経



▲孤雲屋敷の長屋門



▲孤雲屋敷についての説明の様子



▲鈴木氏宅の長屋門

過しているとのこと。また、長屋門について主に「こなし場」(作業場)として使われており、使用人が住んだ形跡が見られないこと、昔はダム周辺には多くの長屋門があったこと、そして花山地区は栗駒文字地区と共に馬の産地だったことなど、産業についても説明していただきました。

鈴木氏宅の長屋門は明治12年に建てられ、築100年以上が経過しています。この長屋門は幅が約10間と大きく、作業場と昔の馬小屋が、1本の大きな通し柱で支えられた一体的な作りが特徴で、現在は事務所や作業場、そして鶯沢八ッ鹿踊りの衣装や道具などが大事に保管されています。また、「ノンちゃん雲に乗る」の著者として有名な石井桃子氏が昭和19年頃、鈴木氏のお宅に住んでいた当時の様子などについて説明していただきました。



▲熱心に説明を聞く研究員

◆参加者の声から

植物や周辺地形の案内、伝言ゲームを交えながら終始栗駒山の豊かな自然を堪能しました。

ツアーアンケートでは、多数の方から「栗駒山を知らなかったが十分知ることができた」、「紅葉の時期にまた訪れたい」といった好意的な意見を頂き、協議会事務局としては一安心しましたが、知名度・認知度に関しては、栗原市や栗駒山、ジオパーク構想もあまり知られておらず、広報やPR活動に工夫が必要だと感じました。今後家族向けや、ジオパークに興味のある方などを対象としたモニターツアーを計画し、多くの声を取り入れてよりよい活動を行っていきます。



▲ガイドに説明受けながら2人1ペアでバーナーを体験しました

また、栗駒山レストハウス内で行われた「2014栗駒山夏山開き」の神事に参加し、今年一年間の登山の安全を祈願しました。

本ジオツアーの目玉である栗駒山トレッキングでは、中央コース登山口の残雪に戸惑いながらも足を踏みしめ登りました。降雪と強風により中腹で折り返しましたが、高山



▲平野部の景観を背景に、参加者全員で記念撮影

ぼくたち
わたしたち

むし歯ありません!



5月の3歳児健診で、むし歯のなかった
子どもは、43人中34人でした。

問 市民生活部健康推進課 ☎(22) 0370



くりはら市民21健康プランでは
「3歳児の1人平均
むし歯数を1本以下に」
を目指します

※ 了解を得た方のみ掲載しています



学校きょういくの窓

～夢ひらく学び舎づくり～

第71号

問 教育部学校教育課 ☎(42) 3512・ファクス (42) 3518
E-メール gakkokyoiku@kuriharacity.jp

「学府くりはら」の実現に向けて⑧

生涯にわたって学び続けるといふ学びの連続性を図る「学府くりはら」の一環として、学校教育においては、特に学力向上に向けた取り組みを推進しています。

●「夏休み学習会」のお知らせ

「学府くりはら」の実現を目指す、この夏も、小・中学生を対象とした「学府くりはら塾」を開催します。
宮城教育大学の学生の皆さんや、教員を退職した地域の皆さんに協力をいただき、子どもたちの学習習慣の形成と学力向上を目指します。
申し込み方法など、詳しくは問い合わせください。

①中学生対象

「学府くりはら塾」
日時 8月16日(土) 20日(水)

午前10時～午後2時15分
※土・日曜日も開催

□ 場所 教育研究センター(旧沢辺小学校)
□ 内容 国語、数学、英語の学習のほかに、大学生の実際の経験をもとに、家庭学習の仕方や受験対策の相談

②小学生対象

「学府くりはら塾」
日時 8月20日(水) 22日(金)

午前9時15分～正午

□ 場所 教育研究センター(旧沢辺小学校)、栗原文化会館
□ 内容 各自持参した学習問題のほかに、国語や算数など、担当の先生から出される問題にもチャレンジしてもらいます
□ 対象 小学3～6年生
□ 参加費 無料

【共通事項】

□ 申し込み・問い合わせ先 各小・中学校 教育部学校教育課 ☎(42) 3512

教育研究センターから

問 教育研究センター ☎(42) 1157
問 教育相談専用電話 ☎(42) 1230

新しい生活の疲れが出ていませんか

新しい生活がスタートして3カ月、どの幼稚園、小学校、中学校でも子どもたちの元気な声が響き渡り、生き生きと精一杯取り組む姿を目にします。
園や学校の授業、学校行事など教育活動も順調に推移し、夏休みも近づきつつある時期になりましたが、お子さんの家庭での様子はどうか。心身の不調を見逃していませんか。新しい生活への慣れと共に疲れは出ていませんか。落ち着いた学校生活、学力の向上には心身の健康が何よりです。
子どもたちの様子を見て、何か感じる場所がありましたら、よく話を聞いてあげること、何気ない会話もいいと思います。子どもと接する時間を増やし、不安に寄り添うことが大事かと思えます。
教育研究センターでは、教育相談事業を行って

ます。電話での相談に加えて、相談室での相談にも応じることができます。学校や教育に関する悩み事や困り事がありましたら、まずは教育相談専用電話へ相談してください。教育研究センターの教育相談員が対応します。

- 教育相談実施日時 毎週火・水・金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分
- 場所 教育研究センター(旧沢辺小学校)

【職員紹介】

教育相談員の齋藤 久美子です。よろしくおねがいします。



環境・衛生ノート

- 問 市民生活部環境課 ☎(22)3350
- 問 市クリーンセンター ☎(52)3080
- 問 市衛生センター ☎(33)2301

問 各総合支所市民サービス課

- 薬館 ☎(22)1111
- 栗駒 ☎(45)2111
- 一迫 ☎(52)2112
- 鶯沢 ☎(55)2111
- 志波姫 ☎(25)3111
- 若柳 ☎(32)2121
- 高清水 ☎(58)2111
- 瀬峰 ☎(38)2111
- 金成 ☎(42)1111
- 花山 ☎(56)2112

家電は「正しく」リサイクル

問 市民生活部環境課
問 市クリーンセンター

家電4品目(テレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣服乾燥機)は、家電リサイクル法にそって処分しましょう。

- **買い換える場合**
買い換える電気店に引き取ってもらいましょう。
※別途リサイクル料金が必要となります
 - **処分だけしたい場合**
お近くの電気店に連絡し引き取ってもらいましょう。
※別途リサイクル料金が必要となります
- ◎詳しくは「家電リサイクル券センター」のフリーダイヤル ☎0120(319)640 に電話、またはホームページで確認してください。URL <http://www.rkc.aeha.or.jp/>

「無許可」の回収業者は利用しないでください!
家庭から廃棄物を回収するには、「一般廃棄物処理業」の許可が必要です。無許可業者によって回収された廃家電が不法投棄・不適正処理された事例や、高額な処理料金を請求された事例も報告されています。

野外焼却はやめましょう!

問 市民生活部環境課

「ごみを燃やすにいがする」、「煙で窓が開けられない」など、ごみの野外焼却に関する苦情が寄せられています。
ごみの野外焼却は、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、一部の例外を除いて禁止されています。
ドラム缶や穴を掘っての焼却など、一定の構造基準を満たしていない焼却炉の使用も禁止されています。
家庭ごみの場合は、分別を行い、燃やせるごみや資源ごみとして収集日に出しましょう。

- **例外として野外焼却が認められる場合**
 - 風俗習慣や宗教上の行事のために必要な場合(どんと祭など)
 - 農業や林業を営むためにやむを得ず行う場合(あぜの草、稲わら、伐採した枝など)
 - 日常生活を営む上で通常行われる軽微な焼却の場合(たき火など)

▷上記に該当しても、他人に迷惑がかかる場合は焼却してはいけません。また、焼却状況によっては違反となる場合がありますので、注意してください。
良好な生活環境を築くため、近隣にも気を配りましょう。



違反した場合には、5年以下の懲役、または1,000万円以下(法人は3億円以下)の罰金が科せられます。

★資料の請求の方は、ご連絡頂ければ郵送致します。

家族葬会館 絆 祭壇 **50,000円**
事前相談された方で**西館**又は**東館**をご利用の場合
祭壇料 **30,000円** 割引いたします

無料資料請求の方ご利用より5,000円引き
無料相談ご来店をご利用より5,000円引き
最大 **10,000円** 引きで
ご奉仕させていただきます
24時間(有)わか柳葬祭
☎(0228) 32-3275 FAX(0228) 32-4022

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています

歯つぴいスマイル

8020達成をめざしましょう
KEEP 20 TEETH TILL YOUR 80

歯と口の話 ⑥1「歯を抜いたあとの注意」

抜歯を終えたばかりの患者さんは、極度の緊張感から解放された直後なので、抜歯後の注意を上の空で聞いていることも多いようです。また、「何かあれば、電話するから」と考え、普段からあまり話を聞かない患者さんもあります。

そこで今回は、歯を抜いたあとの注意事項をまとめました。

- ① 止血のためのガーゼは、30分以上かみ続けてください。また、うがいはできるだけ控え、唾を軽く吐く程度にしてください。傷口を気にして、舌でなめたり、吸ったりするのやめてください。
- ② 血が止まっているかどうかを気にして、何度もガーゼを外して確認しないでください。
- ③ 患部を冷やすと気持ちがいい場合でも、水でぬらしたタオルを当てるだけで十分です。氷水やアイ
- ④ ガーゼを30分以上かんだあともまだ出血する場合には、新しいガーゼを丸めて傷口に当て、さらに30分以上かみ続けてください。ティッシュペーパーや脱脂綿をかむと、外した時に血餅が脱落しまた出血しますので、ガーゼに限りません。
- ⑤ 痛みが出た場合には、歯科医院から処方された痛み止めを服用してください。
- ⑥ 食事は、麻酔がさめたあとで、抜いた歯とは反対側の歯でゆっくり食べてください。
- ⑦ 飲酒・入浴・運動は血圧が上昇するばかりでなく、体温の上昇により血管が拡張するため、抜歯後の出血を招きやすいとされます。なるべく控えて、抜歯当日は早めにお休みください。

スノンなどを使って急激に冷やすと、腫れが引かない上に、治癒も遅れます。

問 栗原市歯科医師会 ☎(23)8148

『本物の野菜に触れて』

栗駒中野保育所 所長 佐藤 陽子



栗駒中野保育所のくり組(2歳・3歳)の子どもたちが、栄養士から野菜の話聞き、春キャベツ・にんじん・たまねぎ・ピーマン・じゃがいも・長ねぎに触れてみました。たまねぎの皮をむいて涙が出ることを知ったり、キャベツの葉っぱが柔らかいことを感じたり、にんじんにはひげがあることに驚いたりしていました。キャベツは次の日に「キャベツシウマイ」になり、みんなで美味しくいただきました。
また、給食の献立の中に、毎月郷土料理を取り

入れて、子どもたちに郷土の味を伝えています。これからも、食への関心と感謝の気持ちが育ってくれることを願いながら、いろいろな素材や味に触れさせ、子どもたちが楽しみながらできる食育活動に取り組んでいきたいと思ひます。



▲野菜に興味津々!

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

安心して飲める、おいしい水をご家庭でも。 **アクアクララ**。無料お試し受付中!

アクアIPK ☎0120-741-179

栗原 ウォーターステーション

12L ウォーターボトルレギュラー 1,296円/本 (消費税・宅配料込)

NEW 3世代ウォーターサーバー **アクアトラスト** 1,620円/本 (消費税・メンテナンス料込)

NEW **アクアアドバンス** 1,620円/本 (消費税・メンテナンス料込)

■ウォーターステーションでは店頭でのボトル購入、各種お手続きが可能です(当社会員様に限る) ■大崎ウォーターステーション/大崎市古川竹の内165 ■アクアスリム/アクアクレール 各1,080円/月(消費税・メンテナンス料込)

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています

7月の休日急患診療当番医・調剤薬局

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

日	医 科	歯 科	調剤薬局
6 (日)	伊礼整形外科 築館高田 ☎(22)0066	阿部内科医院 若柳字川北 ☎(32)6929	しぶや薬局 ☎(21)2888 阿部内科医院(院内) ☎(32)6929
13 (日)	熊坂医院 一迫字川口 ☎(54)2311	岩淵医院 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2155	熊坂医院(院内) ☎(54)2311 アイン調剤薬局 ☎(49)1131
20 (日)	たまがけ医院 一迫真坂 ☎(52)5115	栗原市立栗駒病院 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2211	ひまわり薬局 ☎(57)6035 サタケ調剤薬局 ☎(45)5598
21 (月)	栗原市立高清水診療所 高清水桜丁 ☎(58)2020	平田内科整形外科歯科 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2126	ナカムラ薬局 ☎(58)2019 平田内科整形外科歯科(院内) ☎(45)2126
27 (日)	日野クリニック 志波姫新沼崎 ☎(23)7100	ほそや小児科 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)5660	志波姫シンドー調剤薬局 ☎(23)3022 一樹新生薬局 ☎(45)2789

- 診療時間：午前9時～午後5時
- 必ず被保険者証をお持ちください
- 休日当番医は、変更になることがあります
- 一般患者はご遠慮ください(原則として往診はしません)
- あらかじめ、当番医に電話で症状をお伝えください

栗原市ホームページ

パソコンから 栗原市公式ウェブサイト
栗原まるかじり
<http://www.kuriharacity.jp/>

携帯電話から **モバイル栗原市**
<http://www.kuriharacity.jp/m/>

栗原市Facebook

<https://www.facebook.com/kuriharacity>

栗原市安全安心メール登録

<http://kuriharacity.mail-dpt.jp>



QRコード対応機種の場合は、上のQRコードを読み取って利用できます。QRコードは、(株)デンソーウェブの登録商標です。

今月の納期 7月31日(木)まで

固定資産税 (第2期)
国民健康保険税 (第3期)
☎ 総務部税務課 ☎(22)1121

後期高齢者医療保険料 (第1期)
☎ 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

※納付は口座振替が便利です
※税金を滞納すると、延滞金がかかります「納税は納期限までに！」

人口の動き

※平成26年5月末現在、()は前月比

人 口 ● 73,218人 (△90)
男: 35,405人 (△36) 女: 37,813人 (△54)

世 帯 数 ● 24,810世帯 (△23)

出 生 ● 21人 死 亡 ● 94人
転 入 ● 90人 転 出 ● 107人

☎ 市民生活部市民課 ☎(22)3211

広報紙・ホームページに……有料広告募集中

お問い合わせは、栗原市広告掲載代理店 **(株)ホープ** ☎092-716-1404へ

社会福祉法人 栗駒峰寿会 介護職員募集

勤務先 特別養護老人ホーム **愛光園**

住 所 栗原市栗駒岩ヶ崎三島255番地

電 話 0228-45-2551 FAX 0228-45-1868

ホームページ <http://www.k-houjyukai.or.jp>

資 格 資格は問いません。(有資格者優遇)

加入保険 社会保険・雇用保険・退職共済に加入

平成27年度
グループホーム開設に向け
▶ **職員増員** ◀
詳しくは
ハローワークに
求人掲載しております。

TamaHome
タマホーム
大安心の家[愛]は、標準で「長期優良住宅対応」

大安心の家 愛

まだ家は建てないで下さい!!!
なぜなら・・・タマホームを見てないから

イオン栗原志波姫SC店
〒989-5612 宮城県栗原市志波姫新館谷11
☎0228-21-2333
●東北新幹線「くりこま高原駅」前

0120-929-445
広びろ駐車場完備

[建設業許可番号]国土交通大臣許可(特・25)第19013号(般・25)第19013号[宅建業免許番号]国土交通大臣(2)第6857号

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています。

◎乱丁・落丁・白紙などがありましたらご連絡ください。すぐにお取り替えます。市政情報課 ☎(22)1126

広報くりはら 2014(平成26)年7月1日発行 第193号 宮城県栗原市築館築館一丁目7番1号 〒987-4293 ☎0228(22)1122 フラクス ☎0228(22)0312 ホームページアドレス <http://www.kuriharacity.jp/> 電子メール koho@kuriharacity.jp