



特集 傾聴の現場から考える 2~3
くりはら市民21健康プラン... 4~5

目次

市からのお知らせ 6~17
生涯学習のひろば 17~19
情報あれこれ 19~20
放射能関連情報 21
話題今くりはら 22~24
学校きょういくの窓 25

くりはら研究所だより 26~27
きょうどうの広場 28
みんなの健康 29~30
環境・衛生ノート 31
休日急患診療当番医 ほか 32

自己新記録を目指して

6月5日(日)、栗原市小学校陸上競技大会を市陸上競技場で開催しました。大会は、市内の各小学校を代表する4~6年生の選手870人が出場し、18種目で競技が行われ、選手たちは自己新記録をめざし、必死に競い合いました。

さあ明日へ。もっと前進!!



傾聴の現場から考える

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

日本では、自殺で亡くなる方が、年間24,000人を超え交通事故で亡くなる方の

4倍以上です。市では、人口10万人あたりの自殺者の割合が国や県よ

りも高いため、平成19年度から栗原市自殺防止対策連絡協議会を組織し、自殺は様々な要因が連鎖した「社会的な問題」として、市や県、専門相談機関、NPOなどと連携し、自殺防止の取り組みを始めた。

その結果、平成23年までの数値目標は達成しましたが、その後は、増減をくり返し、国や県の割合を上回る状況です。また、40歳代から50歳代の働き盛りの世代と高齢者のそれぞれ男性で大きな割合を占めています。

自殺は心理的に追い詰められ、解決策が自殺しか考えられない状態に陥る「追いこまれた末の死」です。自殺を考えている方は、何らかのサインを発していることが多く、周囲の人の気づきで防ぐことができます。今回は、「傾聴」の取り組みを通じ、私たちにできるこ

とを考えてみましょう。

市の自殺防止対策連絡協議会の委員の1人で、悩みや相談を聞く「カフェ・デ・モンク心の相談室」を運営している金田諦應さん(築館西町)に、傾聴の現状を聞きました。

傾聴を通じて見えたこと

「傾聴」に取り組むなかで、実感として、社会に出られずにいて、親の高齢化などから先行きに不安を感じている人が多いと感じます。また、失業や身体状況の変化による役割の喪失感、孤独感、気分の落ち込みなど、相談者が抱える問題は様々です。

傾聴するということ

傾聴は、その人のどこにも出せずに抱え込んでいる「苦しみ」や「悲しみ」など話していることをそのまま受け止め

ることです。受け止めてもらえると、相談者は自分で自分に向き合い、一歩進んで行きます。聴くことはその人の力を引き出すことに繋がっています。しかし、相談者の周りで起きた事や、その出来事で生じた思いは消えるものではありません。傾聴をする者として、悲しいことですが、自分ができること、できないことを知った上で、寄り添っています。

迷惑をかけて生きていい

自殺問題の根幹は、地域のつながり、家族の関係、経済状況など、社会のあり方に深く関係していると思います。相談すること、自分の辛さを話すことが相手に迷惑になると思ったり、どう思われるかを怖れて言えなかったり、そのようなことが多くなっていると感じます。人との関わり方のゆがみが社会のあり



▲相談者の声に耳を傾ける「傾聴」に取り組む金田さん

方で生じている気がします。悩みをためて苦しみになる前に、日ごろから抱えている思いを誰かに素直に話していいと思います。相談や悩み、苦しみを話すことは自分に気づく過程であり、お互いに分かりあうことにもなります。一人で抱え込まず、周囲に話したり、相談してください。

思い悩む人に気づくこと

金田さんの「傾聴」の取り組みから、悩んでいる方がその「思い」や「悩み」を誰かに話すことで、自分の気持ちの整理や受け止めにつながっていくことがわかりました。

しかし、思い悩んでいる方自身は、深刻な悩みほど打ち明けることにはためらいを感じています。そのため、周囲の人が思い悩む人に気づくことが大切になります。気づくことで、必要な相談先につながることもできます。

もし、自分の周りに悩みを抱え、思い悩む方がいる場合は、ぜひ「気軽に相談窓口」に話してみたら。」と声をかけてください。その大切ないのちが明日につながります。

相談窓口はこんなにたくさんあります～一人で悩みを抱え込まずに相談しよう～

●心と体の健康全般の相談 <input type="checkbox"/> 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370 <input type="checkbox"/> 築館・志波姫保健推進室 ☎(22)1171 <input type="checkbox"/> 若柳・金成保健推進室 ☎(32)2126 <input type="checkbox"/> 栗駒・鶯沢保健推進室 ☎(45)2137 <input type="checkbox"/> 高清水・瀬峰保健推進室 ☎(58)2119 <input type="checkbox"/> 一迫・花山保健推進室 ☎(52)2130	●多重債務、法律に関する相談 <input type="checkbox"/> 栗原市多重債務相談 ※月～金 午前9時～午後5時 ※祝日を除く ☎(42)3778 <input type="checkbox"/> 栗原ひまわり基金法律事務所 三森 祐二郎 弁護士 ☎(24)9122 <input type="checkbox"/> 築館法律事務所 庄司 智弥 弁護士 ☎(25)4252	●さまざまな悩みや苦しみに耳を傾ける相談電話 <input type="checkbox"/> カフェ・デ・モンク 心の相談室 (NPO法人自殺防止ネットワーク「風」) ※心のケアにあたる専門家(研修を受けた僧侶や牧師など)が、様々な悲しみや苦しみを抱える人の話に耳を傾ける相談電話です ※24時間相談 ☎090(8787)0783 <input type="checkbox"/> コーヒーサロン秋桜 ※毎月20日に開催 ※ちょっと誰かと話したいときや、悩んでいることなど、安心してお話しできるサロンです こころの健康サポーターの会 小田嶋 和子 氏 ☎(22)3713
●高齢者介護に関する相談 <input type="checkbox"/> 築館・志波姫地域包括支援センター ☎(24)8080 <input type="checkbox"/> 若柳・金成地域包括支援センター ☎(42)3233 <input type="checkbox"/> 栗駒・鶯沢地域包括支援センター ☎(45)2471 <input type="checkbox"/> 瀬峰・高清水地域包括支援センター ☎(59)3861 <input type="checkbox"/> 一迫・花山地域包括支援センター ☎(52)2110	●労働者と事業主とのトラブル、職場の辛さなどの相談 <input type="checkbox"/> 瀬峰総合労働相談コーナー (瀬峰労働基準監督署内) ※月～金 午前8時45分～午後5時 ※祝日を除く ☎(38)3131	<input type="checkbox"/> わかちあいの集い ※奇数月第3土曜日に開催 ※大切な人を亡くされた遺族が、悲しみをわかちあえる集いです 全国自死遺族連絡会 田中 幸子 氏 ☎022(717)5066
●子ども・青少年に関する相談 <input type="checkbox"/> 市教育研究センター ※子どもに関する総合相談 ※月・水・金、午前8時30分～午後5時 ☎(42)1230 <input type="checkbox"/> いじめ110番(宮城県警察本部少年課) ※20歳未満の方対象 ※24時間相談 ☎022(221)7867	●ワンストップ総合支援 <input type="checkbox"/> みやぎの頼ネットワーク ※生きるための相談を弁護士、社労士、カウンセラーなど専門家について問題解決を目指します ※24時間相談 ☎090(1397)8367(斉藤) ☎090(5835)0017(田中)	

自殺防止キャンペーン実施

メンタルヘルス研修会開催

●日時 7月3日(日)
午後1時30分～3時30分
※開場は午後1時から

●場所 志波姫この花さくや 姫プラザ

●内容
□演題「ストレス社会に生きるこころが晴れる考え方」の「こつ」

●講師 東北大学大学院 医学系研究科精神神経学 分野准教授 松本 和紀氏

●参加費 無料
※事前申し込み不要

こころの健康サポーター募集

日ごろ、自分の身近なところで悩んでいる人に気づき、話を聞き、必要な相談につなげる「こころの健康サポーター」の研修会を開催します。自分や周りの人の心も軽くなるヒントがたくさんあります。気軽に参加してください。

●日時(全5回)
□8月26日(金)
□9月14日(水)
□10月20日(木)



●10月28日(金)
□11月16日(水)
午後1時30分～3時30分まで

●場所 市民活動支援センター

●内容
□市の自殺の現状と取り組み
□自殺予防とうつ病、心の健康づくり
□傾聴は心のケア、セルフケア、自分ができる小さな活動 など

●申し込み
8月24日(水)まで、市民生活部健康推進課、または各保健推進室へ電話で申し込みください

健康づくりの8つの柱

市民のみなさんも1人1人が取り組む8つの項目を実践してみましょう。

① 適正体重の維持、バランスのとれた食生活・食習慣の実現

具体的取り組み

- 自分の適正体重を知りましょう
- 自分にあった食事量を知り、実践しましょう
- 食事は「主食・主菜・副菜」をそろえて食べましょう

② 生活での運動量の増加

具体的取り組み

- 日常生活(家事、労働、通勤など)の中で、意識して運動量を増やしましょう
- 運動教室などに参加し、仲間と一緒に楽しく運動しましょう

③ こころの健康づくり

具体的取り組み

- 日ごろから十分な休養と睡眠をとりましょう
- 悩んだら、一人で抱え込まずに相談しましょう
- 深く悩んでいる時は、自分からSOSを出せない人もいるため、周りの人が声をかけてみましょう

④ 禁煙・分煙の推進

具体的取り組み

- たばこの健康への影響を正しく知りましょう
- 受動喫煙の影響を知り、子どもたちの健康を守りましょう
- 家族で、たばこの影響について話し合いましょう

⑤ アルコール対策

具体的取り組み

- アルコールの健康への影響を正しく理解しましょう
- 胎児性アルコール症候群の防止のため、妊娠中・母乳育児中のお母さんは飲酒をやめましょう
- お酒の悩みは、早めに相談しましょう

⑥ 歯と口腔の健康づくり

具体的取り組み

- 歯間部清掃用具などを使い、ていねいな歯みがきを習慣化しましょう
- かかりつけ歯科医院で年1回健診を受けましょう

⑦ 生活習慣病対策

具体的取り組み

- 年1回の定期健診を受けましょう
- 自覚症状や健診データから、自分の健康状態を確認し、必要な改善をしましょう
- 減塩をしましょう(1日の塩分目標量は、男性8g未満・女性7g未満)

⑧ がん予防対策

具体的取り組み

- 年1回のがん検診を受けましょう
- 精密検査が必要な場合は、必ず受けましょう

自助、共助、公助で進める地域ぐるみの健康づくり活動

健康づくりでも、自助、共助、公助の考え方が重要です。市民1人1人が主体的な健康づくりに取り組めるよう、市民、地域、行政が一体となって地域ぐるみの健康づくり活動を推進します。

● 健康づくりのリーダー

- 保健推進員
- 食生活改善推進員
- 健康づくり運動推進サポーター
- こころの健康サポーター
- お口の健康サポーター

● 地区のリーダー

- 行政区長
- 自治会長など

● 地区組織

- 地区ボランティア
- 自主グループなど

第3期

くりはら市民21健康プラン

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

市では、市民一人一人が健康な生活を送れるように「くりはら市民21健康プラン」を策定し、5年ごとに見直しをしています。

平成28年度から新たに実施する「第3期くりはら市民健康21プラン」を策定しましたので、市民の皆さんに紹介します。

このプランでは、健康に関心のある人が自主的に行う健康づくりの支援にとどまらず、健康に関心のない人や、生活習慣病の「予備群」でありながら自覚していない人も含めた市民全体としての取り組みを推進します。

第3期 くりはら市民21健康プラン

計画は、日ごろから、病気にならないための予防が大切であることを知り、地域ぐるみの健康づくり、疾病予防、重症化予防の啓発・普及を図り、健康寿命の延伸を目指しています。

健康寿命延伸のため、市民・地域・行政が協働して目標に向かい、健康づくりに取り組む、健康づくり事業を推進していきます。

基本理念

市民一人一人が元気で、充実した生活を送り健康寿命の延伸を目指す

基本目標

- 子どもの時期から健康的な生活習慣を確立し健やかに育つ
- 生活習慣を改善し、生活習慣病が減少する
- 個人及び地域ぐるみで健康づくりをする人が増えていく

計画期間

平成28年度から平成32年度(5年間)

くりはら市民21健康プランの実践

第3期計画は、市民の皆さんが取り組みやすいように8つの柱を計画の中核に据えています。市民の皆さんがそれぞれ取り組んだり、地域ぐるみで取り組むことで、健康寿命の延伸につながります。ぜひ、実践をお願いします。



築館加倉・金成萩野 団地の分譲価格を 最大30%OFF

問 総務部管財課
☎(22)1116

若者の移住定住策として、要件に該当する方の販売価格を割引します。詳しくは、問い合わせください。

●対象となる分譲地

□築館加倉団地 7区画

区画番号	面積	通常価格
13	270.12㎡	4,897,000円
14	273.40㎡	4,956,000円
27	271.91㎡	4,929,000円
28	272.62㎡	4,942,000円
37	271.83㎡	4,928,000円
53	272.15㎡	4,933,000円
54	272.27㎡	4,935,000円

□金成萩野団地 2区画

区画番号	面積	通常価格
3	350.76㎡	4,135,000円
20	399.68㎡	4,665,000円

●対象者と割引率

次に該当する方は、通常価格から割引します。

- 40歳以下の方 10%
- 18歳以下の子どもがいる方 10%
- 市外に住民登録がある方 10%

※最大で30%の割引となります
※上記のほかにも対象者の要件があります

●割引開始

8月1日(月)申し込み分から
※先着順での販売です。完売となった時点で終了となります

●受付場所

総務部管財課(市役所2階)

●申し込み

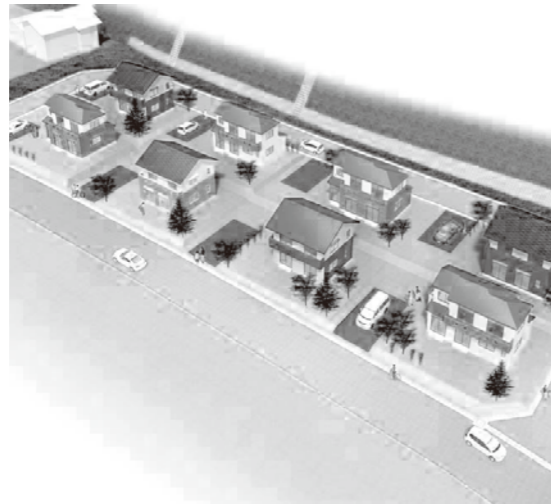
管財課および各総合支所市民サービス課に備え付けている申込書に必要書類を添えて、管財課に直接申込みください。

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

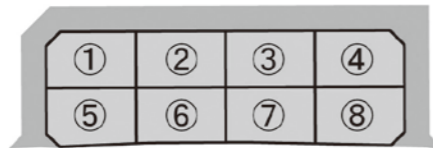
●受付時間

月～金曜日
午前8時30分～午後5時
※祝日、年末年始を除く

きらめきの丘 三峰



■区画図



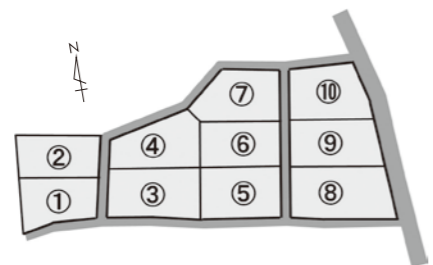
■価格表

	面積	金額
①	288.34㎡(87.22坪)	1,996,000円
②	294.26㎡(89.01坪)	1,935,000円
③	293.61㎡(88.82坪)	1,931,000円
④	287.17㎡(86.87坪)	1,988,000円
⑤	293.88㎡(88.90坪)	2,034,000円
⑥	287.78㎡(87.05坪)	1,892,000円
⑦	291.17㎡(88.08坪)	1,914,000円
⑧	292.50㎡(88.48坪)	2,024,000円

いずみの庭 佐野丁



■区画図



■価格表

	面積	金額
①	315.34㎡(95.39坪)	2,350,000円
②	294.37㎡(89.05坪)	2,062,000円
③	304.10㎡(91.99坪)	2,267,000円
④	288.10㎡(87.15坪)	2,061,000円
⑤	303.96㎡(91.95坪)	2,266,000円
⑥	306.35㎡(92.67坪)	2,169,000円
⑦	284.47㎡(86.05坪)	2,099,000円
⑧	343.86㎡(104.02坪)	2,307,000円
⑨	315.03㎡(95.30坪)	2,231,000円
⑩	272.00㎡(82.28坪)	2,027,000円

栗原へいらっしや〜い

きらめきの丘 三峰 いずみの庭 佐野丁

8月1日 分譲受付開始

市では、遊休の市有地を有効活用し、人口減少の抑制と若者の移住や定住を促進するため、新たに宅地分譲地の整備を進めています。

今年度に販売開始する宅地の概要について、お知らせします。皆さんのお近くの方で宅地をお探しの方がいる場合は、ぜひお勧めください。

問 企画部企画課成長戦略室 ☎(22)1125 URL <http://www.kurihara-tju.jp/>

◆住まいる栗原シェアリングタウン事業とは

市では少子化が進み、人口減少に歯止めをかけるため、若者の人口を1,000人増やすことを目標とした取り組みをしています。

今回、新たに遊休の市有地を住宅用地として整備し、主に市外からの転入・定住を促進するため、比較的安価に宅地分譲を行います。

●分譲地を購入できる方

□市外に居住、または市内の貸家などに居住する市外出身者で、申し込み時点で20歳から40歳以下の方
※ただし、41歳から45歳までの方で、次のいずれかに該当する場合は購入できます

- ①中学生以下の子どもがいる方
- ②婚姻届後1年以内の方
- ③3世代で同居する方

●購入の条件

- 契約から5年以内に自ら居住する住宅を建築すること
 - 同居予定の親族がいること
 - 5年間は転売をしないこと
- ※詳しくは、募集要項を確認してください

●助成金

□分譲地と住宅の固定資産税相当額を最大で5年間助成します
※分譲地購入から住宅を建築するまでの期間が1年経過するごとに、助成期間が短くなります

●一次募集

- 分譲地 きらめきの丘三峰、いずみの庭佐野丁
- 日時 8月1日(月)～9月16日(金)
午前8時30分～午後5時
※土・日曜日、祝日を除く

□受付場所 企画部企画課成長戦略室(市役所3階)

□申し込み 申込書は成長戦略室、および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
申込書に必要事項を記入の上、成長戦略室に直接申し込みください

●一次抽選会

- 日時 10月9日(日)午後2時から
※受け付けは午後1時から

□場所 栗原市役所 2階講堂

□対象者 一次募集に応募した方

※詳しくは、申し込みした方に後日通知します

※一次募集で空き区画がある場合は、二次募集を行います

現地見学会を開催

- 日時 8月7日(日)
午前10時～午後3時

平成28年度栗原市婚活促進事業



くりはら なっこん

～花咲く湖面に夢を浮かべて～

企画部企画課成長戦略室 ☎(22)1125
URL <http://www.kurihara-tju.jp/>

7月10日は、第24回参議院議員通常選挙の投票日です

～選びとれ明るい未来を君の手で～

問 市選挙管理委員会 ☎(22)1122

選挙の概要

- 選挙の日程
 - 公示日 6月22日(水)
 - 投票日 7月10日(日)
- 投票時間
 - 午前7時～午後7時
 - ※栗駒第1投票所(耕英)は午後5時終了

投票所

各世帯に届く投票所入場券で確認してください

投票できる方

- 市内に住所を有する満18歳以上の日本国民
- ※平成10年7月11日までに生まれた方
- 平成28年3月21日までに栗原市に転入届を提出し、引き続き居住している方

投票の方法

- 選挙区の投票
 - 選挙区から立候補している「候補者の氏名」を記載し投票し

比例代表の投票

「名簿登載者の氏名」もしくは名簿届出の「政党などの名称」、または「略称」を記載し投票します

投票所入場券

選挙の公示日ごろに届くよう、選挙人の世帯ごとに郵送します

投票の際は、投票所入場券に記載してある投票所を確認の上、忘れずに投票所入場券をお持ちください

※選挙人名簿に登録されている方であれば、投票所入場券を紛失したり、届かなかったりした場合でも投票ができますので、所定の投票所で受付にその旨を申し出てください

期日前投票・不在者投票

期日前投票
投票日に仕事や旅行など

どの予定があり、投票所へ行けない方は、期日前投票ができます

□ 期間 6月23日(木)～7月9日(土)

□ 時間 午前8時30分～午後8時

□ 場所 各総合支所などの期日前投票所

※この期日前投票所でも投票することができません

● 指定施設などでの不在者投票

投票日に病院や老人ホームなどに入院(所)している方が、病院などで投票日前に投票したり、出張などで遠方に長期滞在している方は、滞在先の市区町村選挙管理委員会で投票ができます

なお、滞在先での不在者投票の場合、郵送日数がかかりますので、早めに手続きをしてください

マイナンバー通知カードの受け取りは7月29日まで

問 市民生活部市民課 ☎(22)3211

平成27年10月から、市に住民票があるすべての方に、マイナンバーをお知らせする「マイナンバー通知カード」を簡易書留でお送りしています。不在などにより受け取っていない方は、市で保管しています。保管期間が過ぎると、廃棄処分となりますので、早めの受け取りをお願いします。

受け取り場所

市民課(築館総合支所内)

受け取り時間

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

受け取り方法

※祝日を除く

● 本人・同一世帯員が受け取る場合

- 受取人の本人確認書類を持参してください
- 「代理人が受け取る場合」
- 交付申請者の本人確認書類
- 代理人の本人確認書類
- 代理人であることを証明する書類
- ① 法定代理人の場合 戸籍謄本など

法定代理人以外の場合

委任状など

本人確認書類の例

- 「1点の提示で本人確認ができる書類(顔写真付き身分証明書)」
- 運転免許証
- パスポート
- 住基カード(写真付き)
- 運転経歴証明書
- 身体障害者手帳
- 精神障害者保健福祉手帳
- 療育手帳
- 在留カード
- 特別永住者証明書など
- 「2点の提示で本人確認ができる書類(顔写真の無い身分証明書)」
- 生活保護受給者証

マイナンバー制度とは

マイナンバー制度は、住民票があるすべての方に番号を割り当てることにより、社会保障・税対策の分野で効率的に情報を管理し、複数の機関に存在する個人の情報が同一人の情報であることを確認するための制度です。

マイナンバーは生涯にわたって使い続ける大切なものです。マイナンバー通知カードは、なくしたりしないよう大切に保管してください。また、廃棄処分となった場合、再交付には500円の手数料がかかります。詳しくは、問い合わせください。



- 日時 7月31日(日)午前10時～午後4時
※受付は午前9時30分から
- 集合場所 エポカ21
- 内容
 - 古民家岩松での「餅つき体験」&「餅料理」で昼食
 - 伊豆沼サンクチュアリセンター見学(休憩・歓談)
 - はすまつり会場見学(遊覧船乗車)
 - フリータイム・カップリング(エポカ21 5階展望レストラン)
 - ※雨天時の場合は、はすまつり会場見学を中止し、細倉マインパーク見学になります
- 応募資格 30代・40代の独身の方
※男性は市内在住の方
- 定員 男女各15人
※申し込み多数の場合は、抽選の上、結果を7月24日(日)まで郵送でお知らせします
- 参加料 男性3,000円、女性1,000円
- 申し込み 申込書に必要事項を記入し、7月18日(月)午後6時まで申込先に持参、または、郵送、ファクス、Eメールで申し込みください

● 申込先 エポカ21(くりはら振興株式会社)
〒989-5612
栗原市志波姫新熊谷279-2
☎(23)0021 ファクス23-0020
Eメール info@epoca21.co.jp
URL <http://www.epoca21.co.jp/>
※申込書は申込先や成長戦略室に備えているほか、専用サイト(市移住定住サイト)、またはエポカ21のホームページからダウンロードできます



平成28年度 栗原市職員採用試験(初級)

問 総務部人事課 ☎(22)1159

- 受験申込期限 8月8日(月) 必着
- 第1次試験日 9月18日(日)
- 試験会場 築館中学校
- 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

試験区分	職種	人数
初級 (高校卒業程度)	行政	9人程度
	土木	若干名
	建築	若干名
	消防	4人程度

(注)採用予定人数は、今後、変更することがあります

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。

※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1200円切手を貼った定形外封筒を同封してください。

※受験資格など詳しくは、問い合わせいただくか、ホームページで確認してください。

● 申込先 人事課
〒987-2293
栗原市築館薬師一丁目7番1号
URL <http://www.kuhara-city.jp>

国民健康保険の保険証を更新します

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

ピンク色の保険証に変わります

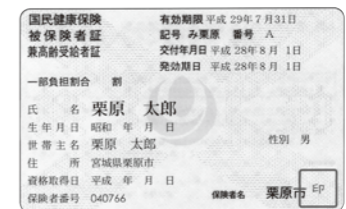
国民健康保険の被保険者証(保険証)は、8月1日(月)が更新日です。8月以降に使用する新しい保険証は7月下旬に簡易書留で送付します。今回の更新に伴い、これまで「緑色」だった保険証の色が「ピンク色」に変わります。

8月以降医療機関などにかかるときは「ピンク色」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すので、各家庭でハサミを入れるなどして破棄してください。

修学による保険証の場合

修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証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をしてください。



▲ピンク色の保険証になります

限度額適用認定証

8月以降も国民健康保険限度額認定証を必要とする方は、手続きが必要です。必要な方は忘れずに、各総合支所市民サービス課で交付の手続きをしてください。



後期高齢者医療制度の保険証を更新します

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 ☎(266)1021

緑色の保険証に変わります

後期高齢者医療制度の被保険者証(保険証)は、8月1日(月)が更新日です。8月以降に使用する新しい保険証は7月下旬に簡易書留で送付します。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すので、各家庭でハサミを入れるなどして破棄してください。



▲緑色の保険証になります

保険料額決定通知送付

後期高齢者医療制度の保険料は被保険者が均等に負担する「均等割額」と、所得に応じて負担する「所得割額」を合計して個人単位で計算されます。平成28年度の保険料額については、平成27年度中の所得に基づいて算定され、7月中旬に郵送します。納付書が同封されている方は、期限内に金融機関やコンビニエンスストアで納付してください。



平成28年度市政懇談会を開催

皆さんの声をまちづくりのために

問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

市政懇談会は、市長と市民の皆さんが意見交換を行う場です。

今年度は「新たな7つの成長戦略」について説明し、市のまちづくりや地域課題解決への提案・意見を聞き、市政に反映していきます。

開催日時		場所
7月13日(水)	午後 7時~8時30分	一迫総合支所
7月14日(木)		花山石楠花センター
7月18日(月)	午後 2時~3時30分	鶯沢振興センター
	午後 7時~8時30分	栗駒総合支所
7月19日(火)	午後 7時~8時30分	瀬峰保健センター
7月21日(木)		金成やすらぎセンター
7月22日(金)		高清水総合支所
7月26日(火)		若柳総合支所
7月27日(水)		志波姫この花さくや姫プラザ
7月28日(木)		築館総合支所

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、現在は日本脳炎の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	3歳
		2回目	
	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

※平成28年度に3歳または4歳になる方には、個別に予診票を送付しています

平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれの方
20歳未満の方
~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20歳未満の方は、第1期分から接種を受けてください

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	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

※平成28年度に18歳となる方には、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

年金生活者等支援臨時福祉給付金の申請はお済みですか

☎ 市民生活部社会福祉課 ☎ (22) 1340

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引き上げの恩恵が及びにくい所得が少ない高齢者を支援するため給付金を支給しています。申請がお済みでない方は、申請期限までに申請をしてください。

●対象者
次の要件をすべて満たす方

- 平成27年度臨時福祉給付金対象者のうち、昭和27年4月1日以前に生まれた方
- 平成27年度分の市民税(均等割)が非課税の方
- 平成27年1月1日(木)時点で栗原市に住民登録している方

※市民税(均等割)課税者に扶養されている方や生活保護制度の被保護者などは対象外

●支給額
対象者1人当たり30,000円

●申請方法
申請書類に必要書類を添付の上、社会福祉課に直接提出してください

●申請期限
8月15日(月)

※当日消印有効

※収入・所得がない方も申告をしない対象になりませんので、必ず申告しましょう

※平成27年1月1日(木)時点で他市町村に住民登録をしていた方は、その市町村へ申請してください



⚠給付金詐欺に注意
給付金を装った「振り込め詐欺」や「個人情報」の聞き出しに注意してください。

給付金に関して、市や厚生労働省がATM(銀行やコンビニなどの現金自動支払機)の操作を求めたり、手数料などの振込みを求めめることは絶対にありません。

厚生労働省の職員を名乗る電話がかかってきたり、郵便が届いたら、相談電話や最寄りの警察署に連絡してください。

- ☎ 警察相談電話 ☎ #9110
- ☎ 若柳警察署 ☎ (22) 3111
- ☎ 築館警察署 ☎ (22) 1101

はじめよう！介護予防！！

☎ 市民生活部介護福祉課 ☎ (22) 1350
☎ 各地域包括支援センター

●介護予防は元気なうちから

介護が必要になる主な原因には、ひざ痛や腰痛などの関節疾患、認知症、脳血管疾患などが多く、日ごろからの予防や生活の改善が必要です。また、「年を取って体を動かすことがおっくうになった」「歯が抜けて食べ物が思うように食べられなくなった」など、ちょっとしたきっかけから介護が必要な状態になることもあります。

こうしたことから、介護予防は特別なことではなく、家事などの自分の役割や趣味に取り組みむなど、普段の生活の積み重ねが重要です。

いつまでも元気で活躍したいというためには、自分が好きなことを自ら取り組むことがとても大切です。

●介護予防事業が変わります

市では、年間を通じて様々な介護予防事業を実施しています。また、65歳以上の方のうち、基本チェックリストに回答した方へ「結果アドバイス表」を、介護予防事業の対象者へ「からだ元気アップ教室」の案内を送付しています。

その他、住民の皆さんが自ら取り組む介護予防活動を応援しています。

詳しくは、介護福祉課または各地域包括支援センターに問い合わせください。



●介護予防ワンポイントアドバイス

体を動かさないと筋力が低下し、転倒して骨折しやすくなり、そのまま寝たがりの状態になる恐れがあります。ウォーキングやストレッチ体操など、無理なく続けられる運動で筋力アップを目指しましょう。

おいしく楽しく食べるために、毎日のお口の手入れとよくかんで食べることを習慣にしましょう。

疲れをためないように適度な休養をとりましょう。また、趣味を楽しむことは、気持ちを明るくして心の疲れを取るだけでなく明日への活力になります。



市のプロモーション映像を募集します

☎ 企画部市政情報課 ☎ (22) 1126

市の自慢や魅力を表現した、30秒のプロモーション映像を募集します。応募作品はYouTubeに公開します。また、優秀な作品1点を東日本放送が主催する「みやぎふるさとCM大賞」に市の代表作品として出品します。

- 応募申込期限
7月29日(金)
- 作品提出期限
9月30日(金)午後5時
- 内容
観光、物産、伝統、人物、動物、歴史、自然など、市の自慢や魅力を表現した30秒の未発表作品
- 賞金
【応募作品】
□上位20作品 20,000円
【みやぎふるさとCM大賞応募作品】
入賞した場合、次の賞金を交付します
□KHB大賞 100,000円
□金賞 70,000円
□銀賞 60,000円
□銅賞 50,000円

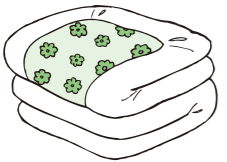
- 部門賞40,000円
- 参加賞30,000円
- 申し込み
市政情報課に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、直接持参、またはメールで申し込みください
- ※申込書は市ホームページからダウンロードできます
- ※作品規格など詳しくは、問い合わせください
- 送付先 市政情報課
〒987-2293
栗原市築館薬師一丁目7番1号
- Eメール
kono@kuriharacity.jp
- URL
http://www.kurihara-city.jp

在宅高齢者寝具洗濯等サービス事業

☎ 市民生活部社会福祉課 ☎ (22) 1340
☎ 各総合支所市民サービス課

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

- 対象者 市内に住所がある次の方
- ① 65歳以上の一人暮らしの方
- ② 65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29日(金)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
□集荷予定 8月24日(水)
□仕上がり予定 9月7日(水)
- 利用料
□市県民税課税世帯の方 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の方 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

自殺防止防止キャンペーン「みんなの大切なのち」標語募集

☎ 市民生活部社会福祉課 ☎ (22) 1340

いのちを守ることの大切さや生きる喜びを見いだすことで、自殺を防止できると言われています。市では自殺を防止し、大切ない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一人何点でも応募可能です
- 応募資格
市内に居住している方
- 応募期限
8月31日(水)
- 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、学校を経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
- URL
http://www.kurihara-city.jp
- 応募先
☎ 社会福祉課
☎ ファクス ☎ (22) 0340
〒987-2293
栗原市築館薬師一丁目7番1号
- ☎ 各総合支所市民サービス課

健康づくり運動推進サポーター養成研修会の参加者募集

☎市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

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会を開催します。

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

●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、運動制限のない方

●参加費 無料

●申し込み 7月22日(金)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18日(木)	市の保健事業について 健康づくりと栄養について 健康づくりのための運動① ～ストレッチを中心に～
9月15日(木)	加齢に伴う身体の変化と運動の効果 健康づくりのための運動② ～ウォーキングを中心に～
10月19日(水)	先輩からの活動紹介 健康づくりのための運動③ ～音楽に合わせて～
11月24日(木)	地域で取り組む高齢者の健康づくり 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15日(木)	効果的で安全な運動について 健康づくりのための運動⑤ ～地域で広げる運動習慣の輪～

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
※祝日を除く
※交付時間は、予約した日の午後5時15分～7時

- 予約方法 交付を希望する総合支所市民サービス課に電話予約
- 交付場所 予約した総合支所市民サービス課
- 予約できる方 市内に住所がある方
- 交付を受ける方 予約した本人
- 対象となる証明書 予約者本人、または同一世帯に属する方に関する次の証明書
- ▽住民票関係 住民票の写し、住民票除票、住民票記載事項証明書
- ▽印鑑登録関係 印鑑登録証明書

※証明を受けられる方の方でも利用できません

印鑑登録証(カード)を提示してください

▽税関係 納税証明書、課税証明書、所得証明書、資産証明書

※本人以外の資産証明書の交付のみ、委任状が必要です

●その他 交付の際に本人確認を行います

本人を確認できる書類(運転免許証などの顔写真付きのもの)を持参してください

☎市民生活部市民課 ☎(22)3211

☎各総合支所市民サービス課

日曜日の窓口開庁日

7月の窓口開庁日は次のとおりです。

●日時 7月10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24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
※市内のどの地区にお住まいの方でも利用できません

第18回白鳥省吾賞「詩」募集



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。

☎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てください。
- ◆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に限ります。
※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点以内です。
- ◆400字詰め(A4)の原稿用紙2枚以内に、楷書で縦書きにしてください。
※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に注意してください。(盗作・読書感想など厳禁)

応募期限 10月31日(月) ※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。

送り先

〒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29年2月26日(日)

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

病後児保育事業をはじめました

児童が病気の回復期にあり、集団保育や家庭での保育も困難な場合に、二時的に築館保育所で児童を預かります。

●対象児童

市内に住所があり、生後6カ月以上の未就学児童で、家庭での保育が困難な児童
●利用可能な症状 気管支炎・胃腸炎・インフルエンザなどの回復期
※医師から病気の回復期であると認められた場合に限りです

●実施日

月曜日～土曜日
午前8時30分～午後5時30分
※日曜日、祝日、年末年始を除く

●利用可能日 利用開始日から連続して5日間まで

●料金
1日利用 2,300円

半日利用 1,200円

☎市民生活部市民課 ☎(22)3211

☎築館総合支所市民サービス課 ☎(22)1111

☎金成総合支所市民サービス課 ☎(22)1111

☎市民生活部子育て支援課 ☎(22)2360

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い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会を中心に、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(金)
午後1時30分～

●場所 築館ふるさとセンター

●内容 内閣総理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 ☎(22)1340

各地区レクリエーション大会の日程

地区名	日程	時間	会場	問い合わせ先
築館	7月 3日(日)	午前8時30分～	築館中学校ほか	築館・志波姫教育センター ☎(23)1236
栗駒	7月 3日(日)	午前9時～	栗駒総合体育館ほか	栗駒・鶯沢教育センター ☎(45)2225
瀬峰	7月 3日(日)	午前8時30分～	瀬峰トレーニングセンターほか	瀬峰・高清水教育センター ☎(38)2127
鶯沢	7月 3日(日)	午前8時30分～	鶯沢小学校ほか	栗駒・鶯沢教育センター ☎(45)2225
金成	7月 3日(日)	午前9時～	金成体育センターほか	若柳・金成教育センター ☎(32)2127
一迫・花山	7月10日(日)	午前8時30分～	一迫小学校ほか	一迫・花山教育センター ☎(52)2115

市第11回畜産共進会開催

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9日(土)
午前9時～

●場所

J A 栗駒畜産センター

●内容

乳用牛および肉用牛の審査、栗原産牛肉の販売など

☎産業経済部畜産園芸課 ☎(22)1136

工業団地の名称変更しました

平成27年12月に完成した若柳の第2大林農工団地と、平成28年3月に完成した築館の三峰工業団地の名称を変更しました。東北へ進出を計画している企業に対し、高速交通網へのアクセスをはじめ、立地環境の良さを併せてアピールすることで、さらなる企業誘致の推進を図っていきます。

●新名称

□若柳金成インター工業団地(旧第2大林農工団地)
□築館インター工業団地(旧三峰工業団地)
☎産業経済部産業戦略課 ☎(22)1220

中小企業振興資金

中小企業の経営安定や近代化を図るため、事業主の方へ運転資金や設備資金を融資する制度を設けています。

- 対象者 次の要件をすべて満たす方
□市内に、本社など主な事業所が1年以上あり、同一事業を1年以上営んでいる法人
□市内に1年以上住所があり、同一事業を引き続き1年以上営んでいる個人
●融資限度額 2,000万円
●返済期間 □設備資金 10年以内 □運転資金 7年以内
●金利 2.2%
●連帯保証人 □法人 代表者のみ □個人 原則不要
●保証料 市が全額負担
●申込先 次の市内金融機関の各本支店
□(株)七十七銀行、□(株)仙台銀行、□仙北信用組合、□一関信用金庫
※そのほかにも、要件があり

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
□①の方は、民生委員が順次訪問し、使用方法を説明しながら配布します
□②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 ☎(22)1340
□各総合支所市民サービス課

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。

- 対策
□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エアコンや扇風機の使用を控
□のどが渇いたと感じなくてもこまめに水分補給をしましょう
□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エアコンや扇風機の使用を控

「くりはら男子ごはん」参加者募集

働き盛りの男性を対象に、食と健康づくりに関する教室を開催します。ヘルシーディナーを食べながら、健康・栄養に関する正しい知識を学び、生活習慣を改善しましょう。

- 日時 7月27日(水)、8月9日(火)、8月25日(木) 午後6時30分～8時
●場所 築館総合支所
●内容 □調理実習と試食 □ミニ講話とワークショップ
●対象 市内在住・在勤の40歳代から50歳代の男性
●定員 20人程度
※申し込み多数の場合は、調整します
●参加費 500円程度
●申し込み 7月12日(火)まで問い合わせ先に、電話またはメールで申し込みください。
※詳しくは、申込者に後日通知します
●市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
URL kenkou@kurihacity.jp



普通救命講習 平 日夜間も開催中

いざというときに家族や友人などの命を守るための心肺蘇生法やAEDの取り扱いなどを習得できる普通救命講習を開催しています。また、今年から開催日を増やしました。

栗原中央病院 市民ふれあい祭り2016

栗原中央病院では、市民の皆さんに病院のことを理解していただき、交流を深めるため「市民ふれあい祭り2016」を開催します。申し込みは不要ですの

市役所の電話帳

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

がんサロン「deよろいん」サロン

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」など二人で悩まず、同じ悩みを話したり聞いたりしてみませんか。医療関係者のミニ講話などもあり

市営住宅入居者募集

募集する住宅
□十文字住宅(若柳) 1戸
□大鳥住宅(栗駒) 1戸
□五輪東住宅(高清水) 1戸
□清水平館住宅(一迫) 1戸
□宿川原住宅(鶯沢) 1戸

生涯学習のひろば

申し込みください。
※常時募集は、建築住宅課にお問い合わせの上、直接申し込みください。
●建設部建築住宅課 ☎(22)1153

お知らせ

申し込みください。
●常時募集は、建築住宅課にお問い合わせの上、直接申し込みください。
●建設部建築住宅課 ☎(22)1153

普通救命講習

申し込みください。
●常時募集は、建築住宅課にお問い合わせの上、直接申し込みください。
●建設部建築住宅課 ☎(22)1153

劇団四季ファミリーミュージカル「エルゴスの祈り」

申し込みください。
●常時募集は、建築住宅課にお問い合わせの上、直接申し込みください。
●建設部建築住宅課 ☎(22)1153

第52回 宮城水彩展「栗原展」

- 日時 7月8日(金)～17日(日)
- 午前10時～午後5時 ※11日は休展、17日は午後2時まで
- 場所 栗原文化会館
- 内容 宮城水彩展に出展された作品の中から受賞作品など約50点を展示
- 入場料 無料
- 栗原文化会館 ☎(23)1234

ダンスフェスティバル2016

- 日時 8月28日(日) 午後1時30分～
- ※開場は30分前
- 場所 若柳ドリーム・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 ※チケットは7月9日(土) 午前9時から若柳ドリーム・パルで発売
- 若柳ドリーム・パル ☎(32)6600

泳げない子供の 水泳教室

- 日時 8月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)
- 午後6時30分～7時45分
- 場所 築館B&G海洋センター
- 対象 市内在住の小学1年生から4年生
- 定員 30人(先着順)
- 参加費 1,200円(全4回分)
- 申し込み 7月22日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください
- 築館総合運動公園 ☎(22)4840

歴史体験学習インストラクター(草木染)養成講座

- 日時 7月27日(水)、9月28日(水)、10月18日(火)、11月29日(火) 午前9時30分～11時30分
- 場所 一迫埋蔵文化財センター(山王ろまん館)
- 内容 一迫埋蔵文化財

募集

センターの歴史体験学習で草木染を指導するインストラクターを養成する講座

●対象 市内や近隣市町に在住の20歳以上の方で、4回の講座修了後、インストラクターとして活動できる方

●定員 10人程度
●持ち物 炊事用手袋、タオル、エプロン
●参加費 各回1,500円程度
●申し込み 7月20日(水)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください

伊豆沼・内沼ノル デイックウォーキング

- 日時 7月23日(土) 午前9時～午後1時40分
- 集合場所 はすまつり若柳会場
- 内容 沼周辺コースをハスの花をながめながらのウォーキング、遊覧船乗船
- 対象 市内在住の方
- 定員 25人(先着順)
- 参加費 2,500円 ※保険代、昼食代、乗船代
- 申し込み 問い合わせ先

に、電話で申し込みください

栗駒山 夏の星空さんぽ

- 日時 8月6日(土) 午後6時30分～午後10時
- 集合場所 新湯温泉くりにま荘前駐車場
- 内容 栗駒山いわかがみ平から夏の星空観察、温泉入浴、岩魚料理など
- 対象 星空に興味のある方
- 定員 25人(先着順)
- 持ち物 防寒着、入浴セットなど
- 参加費 4,000円
- 申し込み 7月29日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください
- 栗駒 鷲沢教育センター ☎(45)2225

家庭でもできる 足裏健康体操

- 日時 7月1日(金)、15日(金)、29日(金) 午後3時～4時
- 場所 栗駒みちのく伝

市内の文化財散策

鹿壇

種別	市指定記念物史跡
指定年月日	昭和39年3月1日
所在地	若柳武鎗字磯田沢(ふるさとの森内)
所有者	栗原市



鹿壇がある丘陵頂部

土を盛って他より一段高くした施設を「壇」と言い、何らかの儀式などを行ったという伝承がある場合があります。

若柳地区ふるさとの森にある鹿壇には、佐藤越後と白鹿にまつわる伝承があります。その伝承とは、佐藤越後という人物が、射止めた白鹿の供養のために壇を築き、そこに白鹿を埋め、さらに記念として松を植えたところ、この松が後に大木となり遠くから見ると大きな鹿の角のように見えた、というものです。また、白鹿の霊を慰めるために壇を築いた、という伝承もあります。

鹿壇のある丘陵は、縄文時代と弥生時代の遺跡でもあり、古くから人々に利用されてきた様子がうかがえます。

●問 教育部文化財保護課 ☎(42)3515

トレーニングルーム 利用講習会

トレーニングルームを利用するためには、施設ごとに講習会を二度受講する必要があります。

第12回仙台89ERS バスケツトスクール

- 日時 7月29日(金)
- 小学生 午後6時30分～7時45分
- 中学生 午後8時～9時15分
- 場所 栗駒総合体育館
- 対象 市内在住の小・中学生
- ※チームで申込みしてください(個人での申し込みも可)
- 定員 各30人(先着順)
- 参加費 1,080円
- 申し込み 問い合わせ先に、電話で申し込みください
- 栗駒総合体育館 ☎(45)58885



情報 あれこれ

平成28年 7月

お知らせ

国民年金保険料の免除期間・納付猶予期間がある方へ

国民年金保険料の免除(全額免除・一部納付)・納付猶予・学生納付特例の承認を受けた期間がある場合、保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の受け取り額が少なくなります。

これらの期間の保険料は、将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、10年以内であれば、さかのぼって納めること(追納)ができます。

ただし、免除などの承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納すると、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされます。

追納の申し込みは、年金事務所まで問い合わせください。

●問 古川年金事務所 ☎(0229)1200

宮城県砂防総合情報 が新しくなりました

県が運用する砂防総合情報システムが新しくなりました。このシステムは、土砂災害警戒情報の確認ができるほか、警戒メールの受信、危険個所の公表情報の確認ができます。

ぜひ、活用してください。

●URL <http://www.doshaisai.pref.miyagi.jp/midski>



募集

自衛官候補生募集

- ▽受験資格 18歳以上27歳未満の男性
- ※平成29年4月1日現在
- ▽申込期限 7月22日(金) ※締切日必着
- ▽試験日 7月29日(金) から31日(日) までのうち、指定する1日
- ※試験場所や試験科目、申し込み方法など詳しくは、問い合わせください

自衛隊栗原地域事務所

☎(22)4299

みみサポサロン開催

- ▽日時 8月1日(月) 午前10時30分～午後2時30分
- ▽場所 若柳総合支所
- ▽内容
 - 午前の部 消費者トランプ(無料)
 - 午後の部 参加者交流サロン、個別相談コーナー
- ※手話や筆談などに対応します

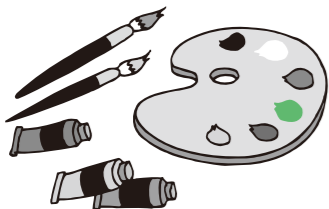
●問 宮城県聴覚障害者情報センター ☎(22)1340

市民生活福祉課

☎(22)1340

第24回宮城シニア美術展作品募集

- ▽募集部門 書、日本画、



●URL <http://www.miyagi-sfk.net>

◆空間放射線量の測定結果◆

☎市民生活部放射能対策室 ☎(22)1172
URL http://www.kuriharacity.jp/

◇保育所、幼稚園、小・中学校、消防施設の空間放射線量測定結果 (測定日:5月30日～6月10日)

場所	測定値		場所	測定値		場所	測定値		場所	測定値				
	50cm	1m		50cm	1m		50cm	1m		50cm	1m			
築館中学校	0.04	0.04	消防本部	—	0.06	栗駒南小学校	0.07	0.07	一迫保育所	0.07	0.07	金成中学校	0.03	0.02
築館小学校	0.06	0.06	若柳中学校	0.03	0.03	栗駒幼稚園	0.03	0.03	栗原消防署西出張所	—	0.06	金成幼稚園	0.06	0.05
玉沢小学校	0.06	0.06	若柳小学校	0.04	0.05	栗原消防署北分署	—	0.05	瀬峰中学校	0.04	0.05	金成萩野保育所	0.08	0.07
宮野小学校	0.05	0.05	若柳川北保育所	0.05	0.05	高清水中学校	0.04	0.05	瀬峰小学校	0.05	0.04	志波姫中学校	0.07	0.06
築館幼稚園	0.04	0.04	若柳川南保育所	0.05	0.05	高清水小学校	0.05	0.04	瀬峰幼稚園	0.05	0.05	志波姫小学校	0.07	0.06
築館保育所	0.03	0.03	若柳よしの幼稚園	0.04	0.03	高清水幼稚園	0.04	0.04	瀬峰保育所	0.05	0.04	志波姫幼稚園	0.04	0.04
築館西保育所	0.06	0.06	栗原消防署東分署	—	0.05	栗原西中学校	0.05	0.05	栗原消防署南出張所	—	0.05	花山小学校	0.07	0.07
築館北保育所	0.06	0.05	栗駒中学校	0.06	0.07	一迫小学校	0.05	0.05	鶯沢小学校	0.07	0.06	花山幼稚園	0.06	0.06
聖マリア幼稚園	0.06	0.06	栗駒小学校	0.07	0.07	一迫幼稚園	0.06	0.06	鶯沢幼稚園	0.09	0.09			

※測定値については、放射性物質対策特措法に基づく測定表記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
※4月1日より消防施設については、地上1mの高さで測定しています

◇学校などの給食使用食材の測定結果

市内全20施設(期間:5月9日～6月3日)
食材：不検出(放射性セシウム)
完成調理品：不検出(放射性セシウム)

◇農林産物の測定結果(県が実施) (単位:ベクレル/kg)

採取日	品目	検体数	放射性セシウム	
			測定値	基準値
4月26日	クサソテツ(コゴミ)(野生)	2	15.0～16.0	※2 100
	タラノメ(野生)	1	66.0	
4月27日	タケノコ(野生)	2	8.0～12.0	
	タケノコ(野生)	4	不検出	
5月2日	タケノコ(野生)	2	29.0～36.0	
5月6日	タケノコ(野生)	3	38.0～46.0	
5月9日	タケノコ(野生)	2	不検出	
5月11日	キュウリ(施設)	2	不検出	
5月13日	タケノコ(野生)	1	40.0	
5月16日	タケノコ(野生)	1	9.0	
5月18日	タケノコ(野生)	2	19.0～47.0	
	スナップエンドウ(施設)	1	不検出	
5月23日	ズッキーニ(施設)	1	不検出	
	タケノコ(野生)	2	32.0～66.0	
	タケノコ(野生)	2	不検出	

※2 食品衛生法に基づく一般食品の基準値です

◇堆肥の測定結果 (単位:ベクレル/kg)

採取日	採取場所	品目	放射性セシウム	
			測定値	暫定許容値
5月25日	築館有機肥料センター	2次発酵	不検出	400
	栗駒有機センター		16.4	
	金成有機センター		29.4	

◇持ち込みによる自家消費食品の測定状況 (測定日:5月6日～6月2日 単位:ベクレル/kg)

区分	品目名	検体数	放射性セシウム	
			測定値	100ベクレル/kgを超えた検体数
一般野菜	キャベツ	2	不検出	0
	セリ	1	不検出	0
	コマツナ	1	不検出	0
	イチゴ	2	不検出	0
	タケノコ	33	不検出～214.1	3
野菜	ワラビ	10	不検出～128.0	1
	ミズ	6	不検出～62.9	0
	フキ	10	不検出～17.3	0
	タラノメ	3	不検出～50.8	0
	ゼンマイ	3	78.8～181.9	1
	モミジガサ(シドケ)	2	不検出～10.2	0
	コシアブラ	1	31.1	0
	コゴミ	1	12.1	0
	ウルイ	1	不検出	0
	ウド	2	不検出	0
山菜類	ヨモギ	2	不検出～34.3	0
魚類	ドジョウ	1	不検出	0
加工品	梅干	1	43.6	0
合計		82		5

※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
※検出下限値は10ベクレル/kgです
※持ち込みによる食品の測定は、自家消費分を対象としています

各種測定の手続き先

- 内部被ばく線量測定(ホールボディカウンタ測定)
申込先:栗駒保健センター内ホールボディカウンタ室 ☎(45)5172
- 空間放射線量の出前式測定 ☎市民生活部健康推進課 ☎(22)0370
- 食品・井戸水の放射性物質測定 ☎市民生活部放射能対策室 ☎(22)1172

しづはた姫コンテス ト出場者募集

▽日時 8月6日(土)
午後7時～
▽場所 しづはた姫コンテ
スト特設会場
(築館総合支所駐車場)
▽参加資格 満18歳以上
の未婚の女性で明るく
健康な方※高校生を除く
▽賞の種類
□しづはた姫賞(1人)
賞金15万円、トロフィー
□しづはた姫賞(2人)
賞金7万円、トロフィー
□参加賞 参加者全員
▽申し込み 7月25日(月)
まで、指定の応募用紙
に写真を添付し、郵送
またはEメール、ホー
ムページから申し込み
ください
※応募方法など詳しくは問い
合わせください
※問い合わせは原則Eメール
にて受け付けます
URL
http://www.kuri-yg.
miyagi-fsci.or.jp/shidu
hata.html
しづはた姫コンテス
実行委員会
☎(22)26911
F0607-02609

築館郵便局私書箱34号 Eメール shiduhata@gmail.com

夏休み電子工作 教室

▽日時 8月14日(日)
午前9時～正午
▽場所 市民活動支援セ
ンター
▽内容 FMラジオの製
作
▽対象 小学3年生～中
学生
※小学生は保護者同伴
▽定員 10人(先着順)
▽参加費 1,000円
※電子工作工具などを持ってい
る方は持参してください
▽申し込み 問い合わせ
先に、電話で申し込み
ください
問 JARLくりこまクラ
ブ 鈴木久
☎090(9)74(9)3221

相談

消費生活相談窓口

「迷惑はかけない」で名
義やマイナンバーを貸して
ほしい」「医療費の還付が
あるのですね」ATMで

7月のレールバイク乗車会・ くりでん乗車会

レールバイク乗車会
【900メートル区間運行】
7月3日(日)、17日(日)、
24日(日)
※電話で予約もできます



くりでん乗車会
【900メートル区間運行】
7月10日(日)



※運行時間など詳しくは、問い
合わせいただくか、市ホーム
ページで確認してください

問 企画部企画課 ☎(22)1125

7月の市

くりこま夜市 7月1日(金)
午後5時～8時
六日町通り商店街

問 栗駒鶯沢商工会 ☎(45)2191

築館朝市 7月3日(日)、17日(日)
午前6時～8時30分
栗原市役所前(ふるさとセンター前)
問 築館朝市運営委員会 ☎(22)1114

女性のための なんでも相談所

☎(23)5700
手続きをしてほしい」「絶
対にもうかる投資がある
から契約してほしい」と
いった不審な電話やメール
があつたという相談が窓口
にも寄せられています。こ
れは詐欺の可能性があり
ます。自分は絶対だまされ
ないと思わず、日ごろ
から家族や地域の方々と
声をかけあい被害防止に
努めましょう。
▽相談日時 ※祝日を除く
月～金曜日
午前9時～午後4時
問 栗原市消費生活相談窓口
(築館ふるさとセンター)
☎(22)15001
問 県民サービスセンター
(宮城県栗原合同庁舎)



若者サポートステ ーション

▽相談日時 月～土曜日
午前10時～午後5時
▽場所 大崎市ふるさと
プラザ(古川駅前)
▽内容 就労や自立に関
する悩みや、不安を抱
えている若者と保護者
を対象とした総合相談
窓口で、費用は無料です
▽対象 15歳～39歳の方
と、その保護者、家族
▽申し込み 問い合わせ
先に、電話で申し込み
ください
問 みやぎ北若者サポート
ステーション
☎0229(21)7022

コミュニティ・地域づく り無料相談

▽相談日時
火～日曜日
午前9時～午後8時
▽場所 市民活動支援セ
ンター
▽内容 コミュニティ、地域
づくり、まちづくり活動
全般についての相談
▽申し込み 問い合わせ
先に、電話で申し込み
ください
問 市民活動支援センター
☎(21)20600



●「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 ☎(22)1126

第31回 五輪競技大会 三橋選手が女子ホッケーで五輪へ

8月5日(金)～21日(日) / ブラジル・リオデジャネイロ市

築館地区出身の三橋 亜記選手が、女子ホッケーの日本代表として2016年リオデジャネイロ五輪に出場します。

ホッケー競技は、出場国12チームが、2グループに分かれ、リーグ戦を行い、上位2チームがトーナメント方式で金メダルをかけて競います。

三橋選手から、「支えてくださった方への感謝の気持ちを忘れず、自分を信じ、仲間を信じ、全力で戦ってきますので、応援よろしくをお願いします。」とコメントをいただきました。皆さん応援をお願いします。



▲女子ホッケー日本代表
三橋 亜記選手(築館出身)

第87回都市対抗野球大会 三浦さんが出場

7月15日(金)～26日(火) / 東京都文京区・東京ドーム



三浦 泰志さん
(若柳我門出身)

長寿100歳 おめでとうございます

市内に住む須藤しづかさんが100歳を迎えられ、長寿を祝いました。



須藤 しづかさん
5月25日(水) / 金成小迫

高齢者叙勲

地方自治における功績が認められ、勲章を受章されました。

旭日章
佐藤 俊郎さん



佐藤 俊郎さん
(栗駒田高田)
地方自治功労
元 栗駒町議会議員

旭日章
吉田 義春さん



吉田 義春さん
(栗駒芋塚)
地方自治功労
元 栗駒町議会議員

旭日章
高橋 長平さん



高橋 長平さん
(鶯沢駒場上)
地方自治功労
元 鶯沢町議会議員

世界大会 第9回ラテンアメリカ 野球選手権大会 栗原西中 青木君が 出場

7月17日(日)～25日(月) / アメリカ・プエルトリコ・アローヨ市



栗原西中学校1年
青木 愛大君
(一迫荒町上)

第33回全日本小学生 ソフトテニス選手権大会 千葉さんが出場

7月28日(木)～31日(日) / 山形県天童市・山形県総合運動公園総合体育館



若柳小学校6年
千葉 菜生さん
(若柳峯)

文部科学大臣杯第59回小学生・中学生 全国空手道選手権大会 市内から3人が出場

7月30日(土)・31日(日) / 岩手県盛岡市・盛岡市アイスアリーナ

- 個人戦女子形・組手 小学4年の部
- 個人戦男子形・組手 小学6年の部
- 個人戦女子形・組手 中学3年の部



築館小学校4年
小野寺 美唯菜さん
(志波姫宮中)



築館小学校6年
小野寺 翼君
(志波姫宮中)



築館中学校3年
まつた 松田 しれなさん
(築館駅前)

第12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

7月2日(土) / 東京都渋谷区・東京体育館

□男子の部



MMC

□女子の部



栗原レディース

第51回全国道場少年剣道大会 6つの道場から剣士が出場

7月26日(火)・27日(水) / 東京都千代田区・日本武道館

□小学生団体の部



弘武館千葉道場
(若柳小学校)

吉成剣友会
(若柳小学校)

心技館金成道場
(金成小学校)



栗心館岩ヶ崎道場
(宮野小学校・栗駒小学校・栗駒南小学校)

一心館志波姫道場
(築館小学校・志波姫小学校)

□中学生団体の部



弘武館千葉道場
(若柳中学校)

吉成剣友会
(若柳中学校)

廣心館道場
(若柳中学校)

市長随想

「岩魚跳ね 新緑に浮かぶ 駒姿」

栗原市では、栗駒地区で操業している太平洋工業株式会社東北工場の本社がある縁で、岐阜県大垣市と交流しています。

先日、大垣市「奥の細道」の代表の方々が栗原市を訪れ、栗原市俳句協会と、俳句を通して交流会を開催しました。一行は、市内の名所旧跡など芭蕉の歩いた道を迎えられました。

さて、表題の俳句は、交流会に際し詠んだ句です。午年の私は、どうして「駒姿」を入れたか考えてみました。駒姿は5月前後にしか現れないものですが、季節になり得ると思えます。

今の時期ですと、「駒姿 流れる涙 迫川」

栗原市長 佐藤 勇

といたところでしょうか。雪解けの水は別れの涙ですが、大地を潤す豊穡の水でもあります。この貴重な恵みを大切にすることも、また来年、駒姿が帰ってくることを心待ちにしています。

市長随想も文字数が足りなくて悩むことがありますが、三十字、十七文字に限られた短歌や俳句はさらに短く、話の要点を捉えることは難しいものです。私は人前で話すことが多いので、要点は的確に捉える。多少長くなっても説明すべきところは言葉を尽くす。市民の皆さんに伝わる市政にこれからも努めてまいります。

▲俳句交流会



学校きょういくの窓

～夢ひらく学び舎づくり～

第95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

● 対象 小学3～6年生
● 参加費 無料
※国語、算数の学習のほかに、担当の先生から出されるチャレンジ(活用・発展)問題にも挑戦します

● 日時 8月10日(水) 午前9時30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

①小学生対象 「学府くりはら塾」
「学府くりはら」の実現を目指し、この夏も小・中学生を対象とした「学府くりはら塾」(英語でチャレンジ)、「英語でキャンプ」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、ALTの方々との学習習慣の形成と学力向上を目指します。

②中学生対象 「学府くりはら塾」
生涯にわたって学び続けるという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。

「学府くりはら」の実現に向けて ③

● 対象 小学3～5年生
● 参加費 700円
※英会話で「コミュニケーションを図りながら、ゲームや調理実習を行います」

● 日時 8月2日(火) 午前10時～午後3時30分
● 場所 志波姫この花さくや姫プラザ

③小学生対象 「英語でチャレンジ」
「学府くりはら塾」の実現を目指し、この夏も小・中学生を対象とした「学府くりはら塾」(英語でチャレンジ)、「英語でキャンプ」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、ALTの方々との学習習慣の形成と学力向上を目指します。

④小学生対象 「英語でキャンプ」
生涯にわたって学び続けるという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。



【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

6月1日、教育研究センターでは、小・中学校の教員と一緒に英語教育の充実・強化を目指し、「第1回外国語活動・英語研修会」を開催しました。

今年度は年2回の開催を予定しており、今回は、市内全小学校で使用している外国語活動教材「Hi.friends!」を活用した指導法の研修が中心でした。先生方は子どもたちが英語に対する興味・関心を高め積極的に活動するように、真剣に取り組んでいました。これからの外国語活動がさらに楽しいものになると思います。そして、中学校でも小学校の外国語活動を生かした英語の授業づくりが進められると思います。

さて、もうすぐ夏休みです。教育研究センターでは、8月3日(水)、市内の小学生親子を対象とした「夏休み親子理科実験教室」を開催します。参加申し込みは、各小学校を通じて行います。たくさんの親子の参加をお待ちしています。



▲第1回外国語活動・英語研修会

文字甚句を楽しむ市民の集い2016 伝統の民謡を多彩に披露

6月5日(日) 栗原文化会館

栗原文化会館で「文字甚句を楽しむ市民の集い2016」が開催されました。

このイベントは、地域に伝わる伝統芸能を広く知ってもらうために行われたもので、出版会社が主催したものです。

当日は、文字甚句保存会などが出演したほか、コーラスグループによる迫力ある歌なども披露され、地域で愛され、歌い継がれてきた民謡や歌に、会場を訪れた観衆が聞き入っていました。



▲栗駒地区に伝わる文字甚句

楽館

平成28年度栗原市総合防災訓練 台湾の花蓮縣消防局も参加

6月19日(日) サン・スポーツランド栗駒

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・宮城内陸地震や東日本大震災、平成27年9月関東・東北豪雨の経験と記憶を後世に伝え、また、大規模自然災害に対する備えを充実かつ強化し、災害の未然防止と被害の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から、約1,200人が参加したほか、台湾の花蓮縣消防局から救助隊が参加し、倒壊建物救出訓練で連携した訓練を行いました。

また、昨年に続き約6,400人が参加した市民自主避難訓練など、関係機関や地域住民などが幅広く参加し、災害時を強く意識した訓練となりました。



▲倒壊家屋救出訓練



▲応急救護訓練



▲土砂災害緊急道路確保訓練



▲自主防災救出救護訓練



▲多数傷病者対応訓練



▲火災防ぎよ遠距離送水訓練



▲台湾花蓮縣救助隊



▲初期消火訓練



▲堤防決壊防止訓練



▲物資輸送訓練



▲倒壊建物救出訓練にあたる花蓮縣消防局

栗駒

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

完

(発行)
くりはら研究所
(産業経済部田園観光課)
ジオパーク推進室
☎ (21)0020
ファクス (23)5370
E-MAIL
kanko@kuriharacity.jp
geopark@kuriharacity.jp



シリーズ ジオパーク ③
ジオガイドによる世界谷地湿原の案内事業

6月/栗駒地区 世界谷地湿原

ニッコウキスゲなどの高山植物が有名な世界谷地湿原に栗駒山麓ジオガイドが常駐して見どころや成り立ちを案内する事業を実施しました。

◆事業概要

「ジオガイドと歩く世界谷地散策」として取り組んだこの事業は、栗駒山麓ジオパーク推進協議会にとって初めての取り組みで、個人やグループでの散策にジオガイドの視点を加え、より散策を楽しんでいただくことが目的です。

多くの観光客が訪れる6月第1週から第3週の土・日曜日の6日間、親子連れやツアーバスなど、167人の方を案内しました。

◆世界谷地湿原について

とても広い湿地という意味か



▲世界谷地に夏を告げるニッコウキスゲ

ら名づけられたとされる世界谷地湿原は、栗駒山の中腹部に位置し、標高669メートルから707メートル地帯に広がる細長い湿原で、面積は14.34ヘクタールあります。

例年6月には、ワタスゲやレンゲツツジなど多くの高山植物が



▲ジオガイドによる案内の様子

湿原内を彩ります。特に、市の花でもあるニッコウキスゲが湿原一帯に群生する景観は必見です。毎年この時期になるとカメラを手に足を運ぶ方も見られます。このような湿原ができた背景には、地形と深い関わりがあります。栗駒山の火山活動により流れ出した溶岩や火砕流が冷えて固まり、緩やかな平坦地が作られました。平坦地には水がたまりやすく、そこでは様々な植物が成育し、枯れて行くことを繰り返す、その堆積物が炭化(泥炭)したものが湿原の基となっています。

◆参加者の声

参加いただいた方の大半は、市外の方でした。

アンケートからは、「花や植物に関して丁寧なガイドいただいた。」「目からうるうこという感じがした。」「などの声が寄せられました。

◆ジオガイドの実践の場として

栗駒山麓ジオガイドとして活躍しているのは、栗駒山麓ジオガイド養成講座の初級・中級を修了された方々です。現在41人の登録者のうち、経験の少ない方や未経験の方にも実践する機会を設け、全体の底上げにつなげています。期間中、のべ38人の協力をいただき、各回のツアーには、メインのガイドのほかに補助役が同行し、参加者との会話



▲案内いただいたジオガイドの皆さん

◆ジオパークだよりとしてリニューアルします

これまで広報くりはら「くりはら研究所だより」の一部としてシリーズジオパークをお届けしてきました。

来月から、ジオパークだよりとして、ジオパークの基礎知識や地域おこし協力隊員の活動紹介、各種のイベントお知らせなどを行っていきます。

「くりはら研究所だより」から「ジオパークだより」へ



◆くりはら研究所と研究所だより

市では、観光産業の振興と個性的で活力のある田園観光都市づくりを目指し、平成18年に田園観光都市室、通称くりはら研究所を設置し、取り組みをすすめてきました。

くりはら研究所は、手始めに市内の地域資源の調査や研究に取り組むとともに、活動をお知らせする「くりはら研究所だより」を平成18年に発行開始し、単に市民の皆さんへお知らせするだけでなく、意識を高めてもらう手段にしたいという思いから、これまで113号を発行してきました。

◆田園観光都市創造事業と地震

くりはら研究所では、田園観光都市創造事業として、外部の有識者とともに栗原の魅力や地域資源を調査・研究した報告書を作成しました。この作成で、中心的な役割を果たしたのが、故 麦屋 弥生さんです。市では、地域資源の生かし方や仕組

◆栗駒山麓ジオパーク



▲故 麦屋 弥生さんと市内全域の観光資源を探し、調査しました

二度の震災を経験した栗原市は、地震の経験と教訓、崩落地の地形・景観を次世代につなげていくとともに、多様で豊かな自然や歴史、文化など、地域資源を併せて防災教育や学術研究、観光に活用しながら地域の活性化を図るため、平成27年9月に「日本ジオパーク」の認定を受けました。この取り組み



▲平成20年岩手・宮城内陸地震前には市内に500棟をこえる長屋門がありました



▲栗原の餅文化

は、これまでの田園観光都市創造事業と強く結びつけた取り組みであり、認定は、市全域をエリアとする「自然災害との共生」と豊穡の大地の物語」として、次のステージの始まりでもあります。

◆これからについて

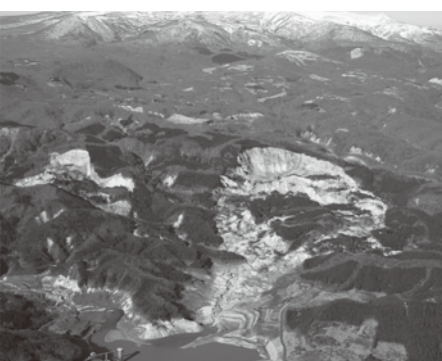
こうしたことから、これまで発行してきた「くりはら研究所だより」も「ジオパークだより」として名称を新たに発行していくことにしました。今後も、栗原市を愛してくれた麦屋さんが提言していた「地域の資源に光をあて、地域の人々が元気になること」という考えや遺志をしっかりと心に刻み取り、取り組みを進めていきますので、引き続き市民の皆さんをはじめ、関係者の協力をよろしく願います。第1号の「くりはら研究所だより」を平成18年に発行してから9年5カ月にわたり、栗原のすばらしい自然、悠久の歴史、おいしい食、そして人情味あふれる人など、さまざまな光(魅力)となる地域資源の調査、発掘、活用方法などの研究に協力いただいた皆さん、講演会や食談義、モニターツアーなど様々



▲ねじりほんによ



▲田植えの風景と残雪が残る栗駒山



▲荒砥沢崩落地(写真提供:林野庁東北森林管理局)

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、35人中25人でした。
 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

きよくぐりの広場

今月のテーマ / **デートDV防止講演会**
自治会活動事例発表会

企画部市民協働課 ☎(22)1164

デートDV防止講演会
「ハッピーな人間関係って?」

6月13日(月) / 迫桜高等学校
 講師 佐藤 莉乃氏
 菅 瑛子氏

DV^{※1}に関連した事件報道が連日のようにあり、その問題は深刻化しています。若い世代への意識啓発として、市内の高校生を対象に、デートDV^{※2}防止について講演会を開催しました。

講演では、交際相手がいいた人のうち女性は5人に1人、男性も10人に1人がデートDVを受けた経験があるという報告や、高校の先生による事例の寸劇を見て、生徒の皆さんは、より身近な問題として真剣に聞き入っていました。

講師からは「いい出会いをし、いい人間関係を築いてほしい。もしデートDVにあった時、「あなたは悪くない」と考え直し、相手との距離をおいて、1人で悩まず専門家に相談してほしい」と話がありました。



先生が演じた寸劇



真剣に聞き入る生徒たち

- ※1 配偶者関係にある(あった相手に)対して行われる心身への暴力行為
- ※2 交際関係にある(あった相手に)対して行われる心身への暴力行為

自治会活動事例発表会

「第2回 輝け! おらいのまちづくり大賞」

自治会活動事例を募集します!

市内の自治会が行っている独自の活動やユニークな活動事例を募集します。この事業は、自治会の特色のある活動事

例を発表することで、これまでの事業の見直し、新たな事例への取り組み、さらには、自治会相互の交流を目的に、3年に一度開催しています。

今年12月に開催する自治会事例発表会では、特に優れた事例を表彰しますので、ぜひ応募してください。

対象となる活動事例の実施時期
 平成26年4月1日〜平成28年9月16日

応募方法
 自治会あてに送付した応募用紙に必要事項を記入の上、9月16日(金)まで、市民協働課、または各総合支所市民サービス課に持参してください。

自治会事例発表会について

自治会から応募があった活動事例の中から、一次審査で選考した4自治会の発表を行います。発表会でグランプリ、準グランプリ、優秀賞を決定し表彰を行います。

日時 12月4日(日)
 午後1時30分から

場所 栗原文化会館

表彰など 各賞は次のとおり
 グランプリ 50万円(1自治会)
 準グランプリ 25万円(1自治会)
 優秀賞 15万円(2自治会)

参加賞 1万円相当の賞品(受賞した4自治会を除く)

デイサービス **やなぎのめ**
 ☎52-2570
 (高橋接骨院裏)

ゆったり のんびり 元気処

- マッサージ
- パワーリハビリ
- スリング運動等



※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています

資料ご請求のお客様へ郵送いたします
 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 葬儀を承ります

祭壇料 50,000円
 西館・東館ご利用の場合は 祭壇料を30,000円引き

24時間受付 株式会社 わか柳葬祭
 TEL 0228 (32) 3275 FAX 0228 (32) 4022

ご遺体預かり室
 フリージア

家族葬 絆 プラン
 突然の時や葬儀場所が決まっていない、遠方ですぐに駆けつけられない時など。
 フリージア預かり室で心配ご無用
 24時間以内10,000円(以降1時間500円)

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

- 築館 ☎(22)1111
- 栗駒 ☎(45)2111
- 一迫 ☎(52)2112
- 鷲沢 ☎(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

狂犬病予防注射はお済みですか

問 市民生活部環境課
問 各総合支所市民サービス課

4月に各地区で、集合注射を実施しましたが、当日受けることができなかった場合は、個別に予防注射を受けてください。狂犬病予防法により、毎年、原則として4月1日から6月30日の間に狂犬病予防注射を犬に接種することが義務付けられています。必ず年1回の狂犬病予防注射を受けてください。

●市が委託する動物病院で予防注射を受ける場合

- ① 次の動物病院に予約の上、狂犬病予防注射を受けてください。
- ② その場で狂犬病予防注射済票が交付されます。
- ③ 予防注射料金(注射済票交付手数料含む) 3,020円



病院名	電話番号	所在地
大江動物病院	☎(42)1173	栗原市金成小迫金沼5
くりこま動物クリニック	☎(22)7911	栗原市築館宮野中央1-5-8
いとう動物病院	☎(23)7042	栗原市築館伊豆4-7-2
R動物病院	☎(22)1199	栗原市築館薬師4-7-1
せみね動物病院	☎(59)2530	栗原市瀬峰藤田11-42
さたけ家畜医院	☎(45)5513	栗原市栗駒中野要害下18

●その他の動物病院で予防注射を受ける場合

- ① 獣医師が発行した狂犬病予防注射済証を持参し、各総合支所市民サービス課で狂犬病予防注射済票の交付手続きをしてください。
- ② 注射済票交付手数料550円と注射料金(注射料金は動物病院によって異なる場合があります。)

※ 獣医師と相談し、老犬・病犬などで狂犬病予防注射が受けられない犬については、獣医師の診断書を持参し、各総合支所の市民サービス課に届け出てください
※ 登録内容に変更がある場合や、犬が死亡している場合は各総合支所市民サービス課に届け出てください



飼い主としてのマナーをしっかりと守りましょう

問 市民生活部環境課

●散歩中に出たふんの後始末

ふんは片付けて持ち帰りましょう。飼い主としての最低限のマナーです。

●犬の放し飼いはやめましょう

飼い主は犬が好きでも、中には犬を怖がる人もいます。普段から放し飼いをせずに、鎖でつなげたりゲージなどに入れて飼いましょう。

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 85 「乳歯が抜けたらどうするの?」

日本の習慣では、下の乳歯は屋根に、上の乳歯は縁の下に投げます。これに対して、外国ではどうするのでしょうか。日本歯科医師会国際渉外委員会が二〇〇五年「愛・地球博」の参加国パビリオンを訪ね、アンケート調査をした結果が報告されています。その一部をご紹介します。

■アジア
韓国では、上下とも屋根に投げる。
中国では、下の乳歯は屋根に、上の乳歯は地面に投げる。
東南アジアの国々では、日本と同じ。
マレーシアだけは投げる方向が逆で、上の乳歯は上に、下の乳歯は下に。
南アジアでは宗教、宗派により異なりますが、地中に埋めることが多い。

■北アメリカ
米国、カナダでは、枕の下に置いて寝ている間に「歯の妖精」が来てお金を換えてくれるという。

■ラテンアメリカ
歯の妖精に代わり「魔法使いのネズミ」がお金に換えてくれるという。ただし、歯を置く場所は様々であり、箱の中(メキシコ)、水の入ったガラスコップ(アルゼンチン)、枕の下(エルサルバドル、グアテマラ、パナマ、ブラジル)。

■ヨーロッパ
イタリア、スイス、英国、フランスでは、米国と同じで歯の妖精がお金に換えてくれるという。
ドイツでは、特に何もなし。
ロシアは国が広く多民族国家なので、多種の習慣がある。
北欧3国では、枕の下や箱の中に入れてお金を願う。

■アフリカ
国というよりも種族が違うと習慣が異なるそうですが、比較的多かったのは、上下とも屋根あるいは上方へ放り投げて、新しい健康な歯が生えてくることを祈る。

問 栗原市歯科医師会 ☎(32)6310

おいしくたのしく食体験!!

栗駒幼稚園・栗駒保育所 栄養士 阿部 瑛梨香



栗駒地区に4月から新しく幼稚園と保育所が一体となった施設が誕生しました。

この施設では自然に囲まれた環境を生かし、「五感で感じる食体験・食経験」をテーマに年間を通して、自然をたくさん感じられる食育活動を行いたいと考えています。

5月には「掘り立ての筍」に触れさせました。土のついた筍を見せると「たけのこだ!」とすぐに答える子どもたち。実際に筍を持たせると「うわ、重い!」「たけのこの匂いがする!」など、それぞれ新たな発見を

していました。数日後にも「おうちでたけのこ食べたよ。おいしかった!」と教えてくれ、幼稚園での食育活動をきっかけに家庭での食体験につながったようでした。

今後も子どもたちが体験・経験ができる食育活動を行い、心も体も健やかに育ててもらいたいと願っています。



▲掘り立ての筍に興味津々!

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

ちりこま高原温泉
ちりこまハイラルザーム栗駒
TEL.0228-43-4100 HP:http://www.eeonsen.com/

夏休み期間中
「カブトムシ広場」開設!
カブトムシを見る・触るご家族で遊びに来てください!

岩魚祭りチケット販売!
9月11日開催の「栗駒新英岩魚祭り」チケットを販売中!
チケット1,000円(税込)
【岩魚焼き+汁もの+お土産高野菜+温泉入浴割引】

花山温泉
温湯山荘
TEL.0228-56-2040 HP:http://www.yumeguri.jp/nuruyu/

平成28年度温湯山荘リニューアル20周年記念企画 第4弾!
7/10 三たて蕎麦と 爽涼演奏
「ともえ座」舞踊ショー

◇公演時間:16:00~17:30
ご宿泊1泊2食付 10,000円(諸税込) ※1室2名様から
夜帰り会食 5,000円(諸税込)
舞踊ショー観覧のみ(入浴無料) 1,080円(税込)

全年代年楽
TEL.0228-42-1121 HP:http://www.ennekaku.jp

7/3 夏のもち振る舞い 10:30~
つきたてのおもちを無料で振る舞います(抹茶+夏野菜もち)

7/9 金沢富子一座 舞踊ショー 10:00

7/23 ともえ座 舞踊ショー 10:00

7/24 嵯峨立・富沢神楽 公演 10:30

まずは体験してみてください!
ウォーターサーバーあんしんサポート料無料(約1週間)
もちろんサーバーの設置から返却まで、一切費用はかかりません!

無料お試しセット

ウォーターボトル1本無料でプレゼント!
通常1,200円+消費税の12リットルボトル1本を無料で提供!

お申込み
お問合わせは ☎0120-741-179
電話受付時間 8:00~17:00

▲栗駒方面
ファミリーマート様
味の店 川田様
セシモニー 山月社様

▲一関方面
美味飯店様
栗原 ウォーターサーバー
auショップ 築館様

栗原 ウォーターステーション
営業時間 10:00~17:00 土・日・祝祭日は休業
■栗原市築館宮野中央1-15-1 auショップ築館様となり

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています

※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

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

日	医 科	歯 科	調剤薬局
7/3 (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
7/10 (日)	熊坂医院 一迫川口 ☎(54)2311	ほそや小児科 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)5660	熊坂医院(院内) ☎(54)2311 一樹新生薬局 ☎(45)2789
7/17 (日)	栗原市立花山診療所 花山字本沢 ☎(56)2013	栗原市立栗駒病院 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2211	栗原市立花山診療所(院内) ☎(56)2013 サタケ調剤薬局 ☎(45)5598
7/18 (月)	畑山医院 築館伊豆 ☎(22)2475	栗原市立鶯沢診療所 鶯沢南郷 ☎(55)3511	近藤歯科医院 築館伊豆 ☎(22)4182
7/24 (日)	日野クリニック 志波姫新沼崎 ☎(23)7100	平田内科整形外科歯科 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2126	畑山医院(院内) ☎(22)2475 さくら薬局鶯沢店 ☎(55)2566
7/31 (日)	達内科 築館薬師 ☎(22)2655	栗原市立若柳病院 若柳字川北 ☎(32)2335	志波姫調剤薬局 ☎(23)3022 平田内科整形外科(院内) ☎(45)2126
			ヨネキ薬局築館店 ☎(21)1225 若柳中央薬局 ☎(32)7115

- 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/>

栗原市安全安心メール登録

万が一に備えて、登録しよう！
<https://mail.cous.jp/kuriharacity/>

栗原市Facebook

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

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)デンソーウェーブの登録商標です。

今月の納期 8月1日(月)まで

- 固定資産税(第2期)
- 国民健康保険税(第3期)
- 問 総務部税務課 ☎(22)1121
- 後期高齢者医療保険料(第1期)
- 問 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28年5月末現在、()は前月比

- 人口 ● 71,005人(△141)
- 男:34,291人(△63) 女:36,714人(△78)
- 世帯数 ● 24,900世帯(△4)
- 出生 ● 22人 死亡 ● 103人
- 転入 ● 70人 転出 ● 130人

問 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 **南部屋印刷(株)** ☎22-2131へ

今年の夏も
キラリと輝くツヤ髪に…

- ・くり返しカラーをしている方
- ・ダメージが気になる方
- ・つやがほしい方に

ツヤカラー
¥5,400

営業時間
AM9:00~PM6:00
ハーマ受付PM5:00まで

築館店 0228-22-2187
定休日:毎週日曜日

若柳店 0228-32-2241
年中無休

セルフが初めの方や不慣れな方もご安心ください。

セルフブランド オープン!!

オープニングイベント
7月1日(金) 2日(土) 3日(日)

まずは給油でもらえる!
給油20ℓ以上でBOXティッシュ **3箱**

プレゼント
さらにご来店のお客様全員に
お得なクーポンプレゼント!

イベント開催時間▶9:00~18:00

野口石油(株)
セルフ築館インターSS
宮城県栗原市築館字照越永平52-6
☎0228-22-4768

営業時間▶6:00~22:00

※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。すぐにお取り替えします。市政情報課 ☎(22)1126

・再生紙を使用しています ・環境に優しい大豆油インキを使用しています