

人・魅力・話題を満載した情報紙

# ぎゅぎゅつとくりはら

2017  
**11**  
No.273

広報くりはら



【特集】

くりはらで元気に  
いつまでも



早い段階で、ケアマネジャーなどの専門家や地域包括支援センターなどの窓口相談して、介護サービスの利用を検討することも必要です。

「老老介護」とは、65歳以上の高齢者同士が介護している状態を言います。例えば、高齢の妻を高齢の夫もしくは65歳以上の子どもが介護している状態です。そして、「認知症介護」とは、認知症で介護を必要とする人が、同じように認知症の人を介護している状態を言います。この認知症介護は、老老介護よりも自身の状態を正しく把握しにくいことや、急速に症状が進むことも考えられるため、大変危険な状態と言えます。

いずれの問題も子どもや親戚など頼ることが出来る人に相談することです。現状を伝え、話すだけでも気分が楽になることもあります。また、

### 老老介護と認知介護

高齢化と核家族化の進展により、家庭だけで高齢者を支え続けることは難しくなっています。また、平均寿命が延びるにつれて深刻になってきたのが、高齢者同士による「老老介護」と「認知介護」です。

### ケアマネジャーとは

介護が必要になった方から相談を受け、日常生活に支障がないよう多方面から支える仕事です。私たちケアマネジャーは、第一に、介護を必要とする本人の意思を尊重すること、そして、次にその家族や家庭環境を考慮して、サービスへとつなげています。10人の利用者がいれば、10通りの問題があるので、その方に

### interview

宮城県ケアマネジャー協会  
栗原支部支部長

佐々木 聡 さん

「介護を必要としている方の意思を尊重しています」

昔は、周りに迷惑をかけたくないとの思いから、自宅です。また、介護の問題だけでなく、相談者を取りまく家庭環境もさまざまです。本人と家族の意見に耳を傾け、寄り添いつつ、冷静に適切な介護サービスをコーディネートするように心がけています。

### 栗原の介護問題

また、認知症は医師はもちろん、介護者、ケアマネジャー、そして地域の支え、見守りが必要で、地域の人が認知症の方に対して気軽に声をかけることができる環境が必要であり、そのためには、認知症に対して知識と理解を深めることが大切です。

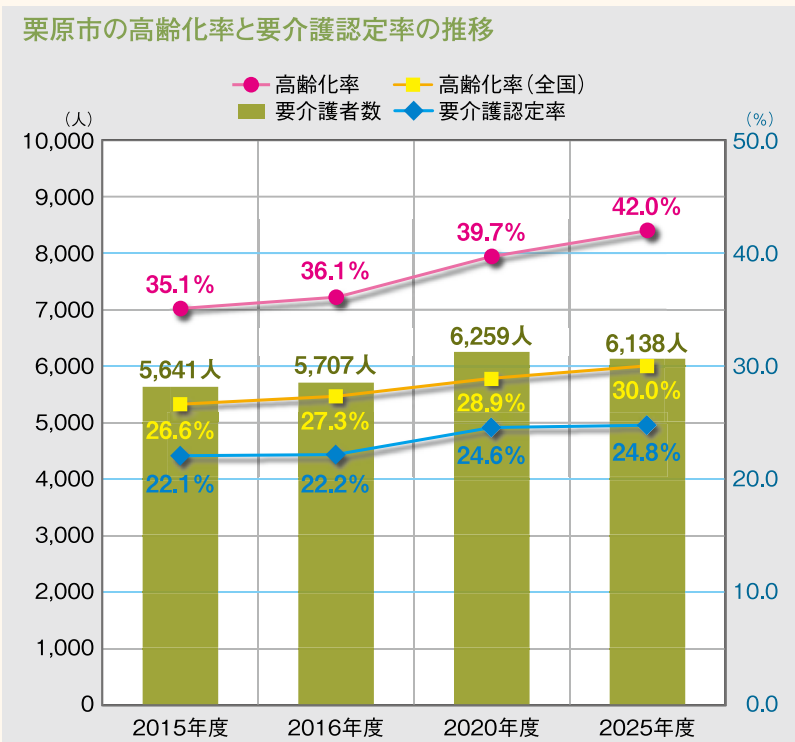
### 人と交わり、笑うこと

介護が必要にならないよう元気に生活するために一番大事なのは、人と交わり、そして笑うことです。笑うことで、地域のつながりが深まっています。気兼ねなく、声をかけ合える環境が身近にあることでいつまでも健康に自分らしく暮らすことにつながります。



# 特集 くりはらで元気に いつまでも

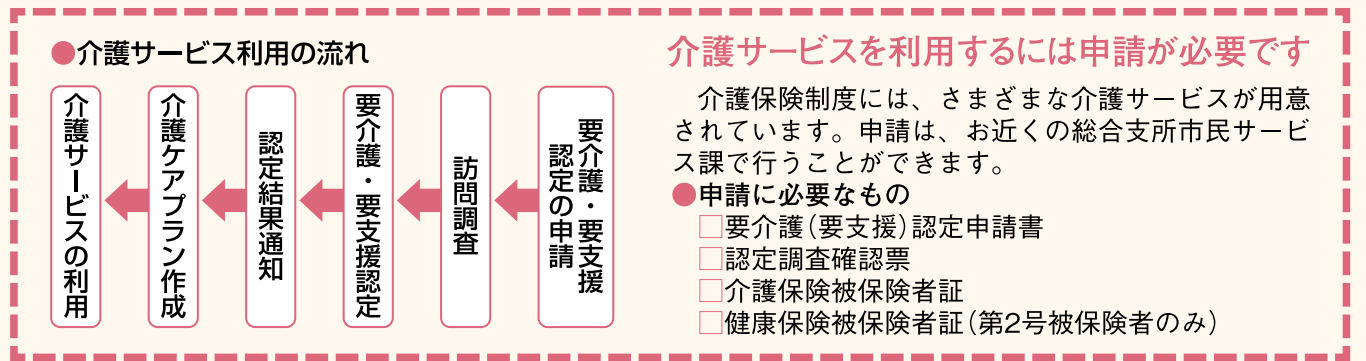
「住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らしたい」この願いは誰もが持っているのではないのでしょうか。今は元気で介護が必要になったとき、どうすれば良いのか。今月は介護について考えてみましょう。



※高齢化率の推計値は、国立社会保障・人口問題研究所「日本の地域別将来推計人口」より  
※要介護認定者の推計値は、第6期高齢者福祉計画・介護保険事業計画より

**2025年問題**  
2025年問題とは、団塊の世代が、介護や医療が特に必要と言われる75歳以上になることで起きるとされる、介護・医療費などの社会保障費の急増のことを言います。高齢者人口の増加に伴い、要介護認定者や認知症患者などの支援を必要とする方や慢性疾患患者の割合が増加すること、支え手となる現役世代の負担が増大するなど、多くの

問題が指摘されています。栗原市では、全国にも増して高齢化が進んでおり、総人口に占める65歳以上の割合は、2016年度で36.1%、2025年度には42%に昇ると予測され、約5人に2人が高齢者になると見込まれています。高齢化率の上昇と相まって、介護サービスを必要とする要介護認定者の数も増加し、2025年度には6.138人、要介護認定率は24.8%になると見込まれています。







## 身近な相談窓口 地域包括支援センター

- 相談日時 月～金曜日  
午前8時30分～午後5時15分
- 問 各地域包括支援センター
- 築館・志波姫(志波姫総合支所内) ☎(24)8080
- 若柳・金成(金成総合支所内) ☎(42)3233
- 栗駒・鶯沢(栗駒総合支所内) ☎(45)2471
- 瀬峰・高清水(高清水総合支所内) ☎(59)3861
- 一迫・花山(一迫総合支所内) ☎(52)2110

interview  
一迫・花山地域  
包括支援センター管理者  
小野寺 まゆみ さん

### 「顔の見える 関係づくりを大切に」

地域包括支援センターとは 保健師または看護師、社会福祉士や主任ケアマネジャーがそれぞれの専門性を生かして、高齢者に関するさまざまな相談に応じています。相談の形態は、電話や窓口以外にも相談者と調整しながら、個別訪問も行います。また、より専門性が高い問題に対しては、必要に応じて専門機関へつなぐ橋渡しも行います。さらに相談だけではなく、老人クラブや自治会など団体からの要望で、認知症や介護予防についての講話も行い、正しい知識の定着を推進しています。

そのほかにも、地域ケア会議を開催し、行政区长や民生委員、他の行政機関などと横のつながりを構築し、連携を図っています。窓口ではなか

なか相談できないことも、行政区长や民生委員を通じて支援を検討する場合があります。顔の見える関係を築くことが地域で支え合う体制づくりに欠かせません。

**困ったことがあったら気軽に相談を**

一度、介護を必要とする状態になると、介護は長期間に及びます。相談者のなかには、これ以上頑張れないところまで在宅で介護し、自分ではどうしようもなくなってしまう相談に来る方もいます。介護に尽力することは大切なことですが、時として、自分自身にとって大きな負担となり、その結果、体調を崩してしまうこともあります。適切なサービスを利用することで、介護する側も介護される側もお互いに心も体も楽になることもありますので、早いうちから相談していただければと思います。相談は、高齢者やその家族からだけでなく、近所の方など、どなたでも構いません。何か気になることがあるとき、どこに相談したらよいか迷ったときには、まずはお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

### くりはらで安心して 生活を続けるために

老いは全ての人に訪れます。「自分のことは自分で」と思っていることが増えていたり、突然の病气やけがで、思うように動けなくなるかもしれません。市では、高齢になっても住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるよう、地域全体が連携した支援体制づくりを進めています。しかし、第一に肝心なことは、介護を必要としないように年齢を重ねられる取り組みです。今回紹介したくりはら元気アップ体操などを通して、家庭以外での活動の場の確保や地域コミュニティへの参加など、高齢者自身が主体的に社会生活への興味関心を高めることが必要です。

住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らし続けるためには、地域のきずなが不可欠です。普段から地域とのつながりを持ち、積極的に外に出ていくことが一人一人の元気のカタチを紡ぐことにつながります。この機会に、一歩踏み出して、一緒に取り組んでみませんか。



## くりはら元気アップ体操で 介護予防



interview  
若柳下町2区  
藤村 まき子 さん

くりはら元気アップ体操 市では、DVDを見ながら筋力トレーニングが行える「くりはら元気アップ体操」を推進しています。高齢者が助け合い、元気に過ごせるような地域づくりを目指し、公民館や集会所など、地域の皆さんが集まりやすい場所週に一度、一緒に筋力アップに取り組み、介護が必要な状態に陥らないようにするものです。地域の仲間と楽しく体操してみませんか。

くりはら元気アップ体操を実践している方にお話を伺いました。

**何よりも健康が一番**

若柳地区下町では、毎週金曜日に、くりはら元気アップ体操を行っています。いすに座ってできる体操なので、普段運動をしない方でも気軽に参加できます。私の地区では、最高齢で88歳の方も参加しています。実際にやってみると、程よく汗をかき、体を動かす

### 65歳以上の方が5人以上いる団体に くりはら元気アップ体操DVDを配布しています

現在、市内の48団体がくりはら元気アップ体操に取り組んでいます。くりはら元気アップ体操に興味のある方や実際に取り組んでみたい方は、介護福祉課までお気軽にお問い合わせください。

問 市民生活部介護福祉課 ☎(22)1350

ことが楽しくなると思いますが、また、週に一度、地域の皆さん顔を見て、お話をするととても安心します。くりはら元気アップ体操は、健康を保つことだけでなく、地域を支えることにもつながると思います。そして、何よりも健康が一番であることを実感できます。私は、これからもくりはら元気アップ体操を続けて、地域ぐるみで健康を維持していきたいと思っています。





## 大空の魅力を伝え続けて

9月20日(水)、佐々木 逸馬さん(築館蟹沢)にエアスポーツメダルが贈呈されました。この賞は、航空スポーツの発展を目的に設立された国際航空連盟が、航空スポーツの振興やパイロットの育成などに貢献した方へ贈るものです。

受賞した佐々木さんは、瀬峰空港の開港や航空イベントの開催、長年に渡るパイロット養成などに携わったことを振り返り、「活動が世界で認められてうれしいです。地元の若い人たちに夢をつないでいきたい」と受賞を喜びました。



## 交通死亡事故ゼロを目指して

若柳、一迫、金成の各地区で、交通死亡事故ゼロ500日を達成し、管轄する若柳、築館の両警察署長から、9月19日(火)に金成地区、9月22日(金)に一迫地区、10月2日(月)に若柳地区(写真)の各総合支所長に、それぞれ感謝状が贈られました。

各総合支所長は、「これからも1日でも長く、交通死亡事故ゼロが続くことを願い、地域一丸となって、引き続き交通安全に取り組んでいきたい」とあいさつし、決意を新たにしていました。



## 栗原の和牛が上位入賞を果たす

9月7日(木)から5日間、仙台市の夢メッセみやぎを会場に「第11回全国和牛能力共進会宮城大会」が開催されました。

これは、和牛の飼養管理技術などを競う全国大会で、若雌の2で熊谷 良太さん(志波姫上)のさくら76号、繁殖雌牛群で兵藤 浩さん(志波姫山の上)のゆりしげ3号、岡本 正宏さん(栗駒中野上)のおかしげ号、千葉 たぢ子さん(金成小迫)のなえの2号、田中 豊さん(金成赤見)のゆいこ号が共に第4位、若雌の1で菅原 一研さん(瀬峰中藤沢)のゆりよし号が第11位に入りました。



〔左から〕加藤さん、佐藤さん

## 2人が高齢者叙勲を受章

7月1日(土)、元公立小学校長の加藤 行夫さん(築館留場北)と、元志波姫町助役の佐藤 敏昭さん(志波姫南)が瑞宝双光章を受章されました。

加藤さんは、野球部顧問として生徒たちと一緒に汗を流した日々などを懐かしそうに振り返りながら、「これまでご指導いただいた皆さんのおかげです」と受賞を喜びました。

佐藤さんは、在職中は常に夢中で仕事に取り組み、「行政を信頼して協力してくれた町民や、指導いただいた先輩方のおかげです」と受賞の喜びを語りました。



## あこがれのプロ奏者と共演

10月1日(日)、栗原文化会館で「ジャズコロポくりはら2017」を開催しました。

これは、栗原ドリームアンバサダーでプロのアルトサックス奏者の大山 日出男さん率いるバンドに、市内の児童・生徒たちが演奏技術の直接指導を受け、また、プロの演奏に触れてもらうため開催したものです。

会場では、バンドメンバーによるジャズの名曲が披露された後に、指導を受けた106人が2曲演奏し、体中に終始響く迫力ある重低音のサウンドが、来場者をジャズの世界に引き込みました。



## 栗原で能・狂言が舞う

9月23日(土)、栗原文化会館で「栗原能」を開催しました。

この催しは、栗原文化会館の開館30周年を記念して開催したもので、能の公演は市内で初めてになります。

当日は、現存する世界最古の古典演劇である能楽に触れ、伝統文化に関心を深めてもらおうと招待した市内小・中学生約100人と、市内外から約900人が集まったほか、一迫地区の能面作家菅原 夢玄さんの能面を付けた狂言師の野村 萬斎さんが、3つの演目を舞い観客を魅了しました。



## 日本とイスラエルの懸け橋に

9月13日(水)、イスラエルの親善大使に、前市長の佐藤 勇さん(一迫金田中町)が任命されました。

これは佐藤さんが青年時代、外務省が主宰するアジア・アフリカ研究所の一員として、イスラエルに長期滞在して以来、イスラエルとの友好関係を大切にしてきたことや、東日本大震災の際には、南三陸町へのイスラエルの医療チーム派遣に尽力したことなどが高く評価されたものです。

佐藤さんは、両国の懸け橋として、友好関係がさらに深まるよう努めたいと大使就任を喜びました。



〔左から〕熊谷さん、佐藤さん、後藤さん、株丸久組代表

## 消火活動功績者に感謝状を贈呈

9月11日(月)、市消防庁舎で消火活動に協力いただいた、4人の個人と1事業所に感謝状を贈呈しました。

これは、7月に金成地区で火災が発生した際、有壁2区に住む熊谷 祐子さん、佐藤 均さん、佐藤 美代子さん、後藤 千加子さんが火災の早期発見と、バケツリレーによる迅速な消火で延焼を防いだこと、また、志波姫地区で火災が発生した際に、株式会社丸久組から屋根材の撤去などに必要な重機とオペレーターを提供されたことに対し、贈呈したものです。





いっしょにやっぺし! Group 11

## 栗原古文書研究会

「古文書を読み解き、昔の出来事や先人の暮らしに触れられることが魅力」と話すのは、栗原古文書研究会の会長を務める川村 敏昭さん。

研究会では、仙台藩に関係する古文書の収集などを行い、先人たちが残した日々の記録をひもときながら、歴史を学んでいます。

市内各地から集まった50代から80代までの会員5人が、毎月第2・3土曜日に志波姫公民館を拠点に活動しています。

解読の経験がない方も基礎から学ぶことができます。一緒に活動したい方は、ぜひ、参加してください。

☎栗原古文書研究会事務局 工藤

☎(25) 3440

※市内で活動する団体の  
情報をお寄せください



まちのプロフェッショナル! Company 6

## 安心・安全を届け続けて

モリタ宮田工業株式会社栗原工場(旧東北ミヤタ工業株式会社)は、旧志波姫町の誘致企業として、昭和48年に操業を開始し、今年で44年になります。

創業時は、自転車部品の製造を担っていましたが、現在は消火器の主力工場になっています。日本で初めて粉末式消火器を開発したその高い技術力から、国内トップシェア(平成28年度)を誇り、国内で販売された消火器の3本に1本が、栗原工場生産されています。



▲栗原工場生産される消火器

## モリタ宮田工業株式会社栗原工場

- 所 在 栗原市志波姫南郷蓬田西3番2号
- 代表者 取締役栗原工場長 満生 敦士
- 従業員 163人
- 創 業 平成26年7月

## インタビュー

「現場目線で物事を見るよう心掛けています」と語るのは、工場内の改善提案制度でトップ賞に輝いた生産技術課の曾根 起真さん。曾根さんは、「作業方法に改善を加え、生産量を伸ばせたときは、うれしいです」と笑顔で話してくれました。



## くりはらっ子が大集合

10月15日(日)、若柳ドリーム・パルを会場に、元気なくりはらっ子大会2017を開催しました。

当日は、若柳よしの幼稚園の園児による、ねじりほんにょダンスが披露されたほか、ガチャピンとムックも登場し、歌や踊りで会場を盛り上げました。また、子育て支援センター体験コーナーや食育、歯の健康コーナーなど、たくさんのブースで大勢の親子が集まり、くりはらっ子の笑顔があらこちらで見られました。



## 長寿100歳おめでとうございます

10月2日(月)に二階堂 あきのさん(金成沢辺上)が100歳を迎えられました。

二階堂さんは、夫の仕事の関係で、岩手県や北海道に暮らしていましたが、親の介護のため金成地区沢辺の実家に移り住んだそうです。

しっかりと食事を取り、ぐっすり眠ることが長寿の秘訣と語る二階堂さんは、東日本大震災で転倒して以来、横になることが多い生活ですが、現在も、大好きなテレビを見たり、ラジオを聴いたりしながら、元気に過ごされています。



## 世界大会に挑む二人

11月23日(木)から26日(日)にかけて、オーストラリアのパス市で開催されるホッケーの世界大会「WFHEカップ」に、男子日本代表として市内の2人が出場します。

出場するのは、フォワード選手として選出された大場 琉生君(築館高森)と、男子チームの監督を務める吉原 荘二さん(一迫曾根)です。大場君は「代表選手として、必死に頑張ります」と闘志を燃やし、吉原さんは「初の代表監督は大変名誉で、重責を果たせるよう頑張ります」と大会に向け意気込んでいます。

[写真提供] 公益社団法人日本ホッケー協会  
狩野さんがホッケー日本代表に

10月28日(土)から11月5日(日)まで、岐阜県各務原市の川崎重工ホッケースタジアムで開催されるホッケー競技の世界大会、「AHFアジアカップ」に、女子日本代表選手として、狩野真美さん(一迫曾根出身)が選ばれました。

狩野さんは、攻め手の要となるフォワード選手として選出されたもので、アジア8カ国の代表チームと優勝を争います。出場にあたり、狩野さんは、「栗原に元気で笑顔を届けられるよう、持ち前のスピードを生かし、チームに貢献します」と試合に向けて意気込みを語っています。



# おらほの食育

## 「楽しくたべる子どもに！」

高清水幼稚園 園長 佐藤 裕子

高清水幼稚園では、子どもたちが楽しく学びながら食に関心が持てるよう、毎月食育活動の日を設けて指導や体験をしています。

3歳児クラスでは、正しい手洗いの仕方について、指導しました。子どもたちは、手洗いの歌を歌いながら手を洗い、専用の器具で手に汚れが残っていないか一人一人確認しました。きちんと手洗いをしているつもりでも、洗い残しがあることに驚いている様子でした。

手洗い指導で、子どもたちは手洗いのポイントをきちんと学び、洗えるようになったので、感染症が流行する季節に負けず、元気に過ごしていけると思います。



# 学校きょういくの窓

## 学力向上に向けた取り組み

高清水中学校では、生徒の学力向上に向け、家庭学習と学習会の充実を推進しています。家庭学習では、国語・社会・数学・理科・英語の5教科の家庭学習用のノートを週2回ずつ添削し、生徒一人一人に応じた指導を行っています。生徒からは「復習のポイントなどを書いてくれる教科もあるので、とても分かりやすい」という声がありました。

また、定期テスト前や夏休み期間中には、学習会を開催しており、テストに向けて復習のポイントを再確認したり、生徒の質問に答えたりしています。各家庭の協力もいただき、家庭での予習と復習を徹底し、授業に臨むというサイクルをしっかりと確立していきたいと思っています。



# つくってみらいん たべてみらいん



## かぼちゃのクリームグラタン

※1人当たりの栄養価：273kcal、たんぱく質9.8g、塩分0.9g

### 材料(4人分)

- カボチャ 300g
- タマネギ 1個
- ベーコン 2枚
- オリーブオイル 大さじ1
- ニンニク 1片
- 水 1カップ
- 牛乳 1カップ
- 塩・コショウ 少々
- フランスパン(輪切り) 4枚
- ピザ用チーズ 適宜
- 乾燥パセリ 少々

### 作り方

- 1 カボチャは皮をむいて一口大に切り、タマネギは薄切り、ベーコンは1cmに切る。
- 2 鍋でオリーブオイルを熱し、すりおろしたニンニクと①をいためる。
- 3 水を加え15分ほど煮る。
- 4 カボチャが柔らかくなった後、つぶして牛乳を加え、塩・コショウで味を調える。
- 5 耐熱容器に④を入れ、上にフランスパンを乗せて、ピザ用チーズをかける。
- 6 予熱したオーブンで8分ほど焼き、取り出してパセリを散らす。

献立作成者  
食生活改善推進員  
狩野 信子

**ポイント**  
・チーズに焦げ目が付くまで焼いてください。  
・小麦粉の代わりにつぶしたカボチャと牛乳を使うことで、ヘルシーな味わいになります。

# Smiling ~つながる~ 子育ての輪

子育て支援センター

【利用時間】月～金曜日 午前9時～午後5時

- 築館 ☎(22)9752 ● 一迫 ☎(52)3925
- 若柳 ☎(32)2176 ● 鶯沢 ☎(55)3178
- 栗駒 ☎(45)5581 ● 金成 ☎(42)3251
- 高清水 ☎(58)2350 ● 志波姫 ☎(22)8611

子育て支援センターに遊びにきてね!

11/6～12/5

市内にお住まいの方なら、どのセンターでも利用できます。妊婦さんや里帰りの方も気軽に遊びに来てください。

記号の説明 場 場所 料 料金 申 申込期限 持 持ち物 雨 雨天中止、延期

地区	日 時	主な行事名など
築館	11月 8日(水) 午前10時30分	親子交通安全教室
	28日(火) 午前11時	10月・11月生まれの誕生会 申 誕生者のみ11月24日(金)
若柳	11月 8日(水) 午前10時	11月生まれの誕生会 場 若柳公民館 申 11月6日(月)
	30日(木) 午前10時	親子で音楽あそびを体験しよう 場 若柳公民館
栗駒	11月 7日(火) 午前10時30分	ミュージックケアを楽しもう 五感を刺激しながら音楽を楽しみます
	8日(水) 午前10時45分	おはなし会 絵本の読み聞かせ
高清水	11月16日(木) 午前10時	ミュージックケアを楽しもう 申 11月6日(月) 五感を刺激しながら音楽を楽しみます
	22日(水) 午前10時	お店屋さんごっこを楽しもう 申 11月10日(金)
一迫	11月29日(水) 午前10時30分	10月・11月生まれの誕生会
	12月 4日(月)～8日(金) 午前10時30分	クリスマスリースを作ろう
瀬峰	11月10日(金) 午前10時	おおきくなったかな 身体測定
	17日(金) 午前10時	10月・11月生まれの誕生会
鶯沢	11月15日(水) 午前10時30分	10月・11月生まれの誕生会 申 11月13日(月)
	12月 5日(火) 午前10時	クリスマスリースを作ろう 申 12月1日(金)
金成	11月 8日(水) 午前10時30分	10月・11月生まれの誕生会 申 11月6日(月)
	21日(火) 午前10時30分	クリスマスリースを作ろう 申 11月16日(木)
志波姫	11月24日(金) 午前10時30分	りんご狩り 料 1家族300円 申 11月16日(木) 雨 11月27日(月)
	30日(木) 午前11時	つくってあそぼう 申 11月28日(火) クリスマスリース制作

### 12/5までに申し込みが必要な行事

築館	12月22日(金) 午前10時30分	クリスマス会 料 子ども1人350円 申 12月1日(金)
若柳	12月20日(水) 午前10時	クリスマス会 場 若柳公民館 料 子ども1人300円 申 11月24日(金)
高清水	12月14日(木) 午前10時	11月・12月生まれの誕生会・クリスマス会 料 子ども1人400円 申 11月24日(金)
一迫	12月14日(木) 午前10時30分	クリスマス会 料 300円 申 11月24日(金)

※場の記載がない行事は各子育て支援センターで開催します。料の記載がない行事は無料です。申の記載がない行事は申し込み不要です。

## つくってあそぼう! クリスマスリース

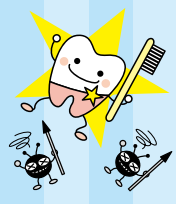
志波姫子育て支援センターでは、11月30日(木)に「クリスマスリース制作」のイベントを開催します。マカロニやビーズなどを使って飾りつけ、オリジナルのクリスマスリース作りを親子で楽しみませんか。11月と12月は、他の子育て支援センターでも楽しいクリスマスのイベントを予定しています。ぜひ、気軽に遊びに来てください。





# ぼくたちわたしたち むし歯ありません!

9月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもは、21人中16人でした。



## 気軽に運動・気軽に参加 健康づくりのための運動のすすめ



市民生活部健康推進課 ☎(22)0370  
各保健推進室  
築館・志波姫 ☎(22)1171  
若柳・金成 ☎(32)2126  
栗駒・鶯沢 ☎(45)2137  
高清水・瀬峰 ☎(58)2119  
一迫・花山 ☎(52)2130

運動は、心臓や肺の機能を高め、筋肉や骨を強くします。また、ストレス解消や肥満・生活習慣病の予防に大きな効果があります。

平成28年度健診の問診結果を見ると「日常生活で歩行や同等の身体活動を1時間以上している」と回答した割合は、男性59.7%、女性56.9%で、年代が上がるほど運動している人が多く、若年層では少ない傾向にあります。

**毎日あと10分歩きましょう!**  
10分の歩行は、約1,000歩歩くことになります。歩くことは、いつでも、どこでも、一人でも気軽にできる運動です。まずは日常生活の中で歩くことから始めましょう。

**運動習慣の輪を広げましょう!**  
市内には、さまざまな運動のグルースや運動施設があります。また「気軽に運動セミナー」や、「心もからだも元気塾」など、身体状況に合わせて参加できる運動教室も開催しています。気軽に参加して、運動習慣の輪を広げましょう。

**楽しく健康づくり**  
健康づくり運動推進サポーターが、健康づくり運動を広める活動をしています。楽しく運動してみたい方は、各保健推進室へお問い合わせください。

気軽に運動セミナー  
市ウェブサイト

## 歯っぴいスマイル

歯と口の話 101 「赤ちゃんのむし歯菌は、どこから?」  
栗原市歯科医師会 ☎(32)6310

赤ちゃんは、最初に生えてくる上の前歯2本が特にむし歯になりやすいので、注意が必要です。乳歯は、むし歯になり始めると進行が早く、一本むし歯になると次々にむし歯が増えてしまいます。

**Q1 赤ちゃんのむし歯菌は、どこからうつるのですか?**  
A1 生後6カ月未満の赤ちゃんの口の中には、むし歯菌は見られません。むし歯菌は、歯の表面のエナメル質に付着する性質があるので、歯が生えていない口の中には定着できないのです。細菌の遺伝子型の研究などから、赤ちゃんのむし歯菌は、歯が生えてくる時期に頻りに接触した保育者、ほとんどはお母さんからうつることが分かっています。お母さんが赤ちゃんにチュウチュウとキスをするのは普通ですし、ほおずりするほど間近でおしゃべりしたり、笑ったり、歌ったり、あるいは熱い飲食物をフーフー冷ましてあげるの見慣れたシーンですが、このときだ液を介して、むし歯菌はお母さんの口から赤ちゃんの口に入ります。ただし、

むし歯菌がうつったからといって、すぐにむし歯ができるわけではありません。むし歯はほかのいくつかの要因(食生活や歯みがきなど)が重なった時に初めてできます。

**Q2 お母さんにむし歯が多いと、どうなりますか?**  
A2 お母さんにむし歯が多ければ、まず間違いなく赤ちゃんにむし歯菌はうつります。お母さんの口の中がきれいでも、むし歯菌が少なければ、うつる可能性そのものが減ります。だからといって、むし歯の多いお母さんがスキンケアを犠牲にしてまで、むし歯菌がうつらないように気を使うというのは本末転倒でしょう。むしろ、積極的にスキンケアをとって、お母さん自身をきれいにしていくことが大切ではないでしょうか。





自然災害との共生と豊穡の大地の物語

ジオパーク推進室

☎(21)0020

ジオパーク ジオパーク



市ウェブサイト



Facebook

# 栗駒山麓ジオパーク だより 16

## 早朝に飛び立つ姿は圧巻

ハクチョウやマガンなどが越冬のため、シベリアから飛来する伊豆沼・内沼。早朝一斉に田んぼへ向け飛び立つ姿は圧巻です。

### ●多くの渡り鳥がやって来る 伊豆沼・内沼

伊豆沼・内沼は、宮城県北部に位置し、栗原市と登米市にまたがる沼で、オオハクチョウやマガンなど、冬の渡り鳥の飛来地として国内でも有名です。なかでもマガンは、日本全体に飛来する8割以上がここで冬を越しており、今年もすでに、多くの渡り鳥がやって来ています。

### ●どうして伊豆沼・内沼にやって来るのか

オオハクチョウやマガンの古里であるロシアの北東部は、10月ころになると、雪や水で閉ざされてしまうため、寝る所や食べ物を求めて、渡り鳥たちは日本へやって来ます。

宮城県の北部には、伊豆沼・内沼をはじめとして多くの湿地

や沼があり、その周辺には広大な田んぼが広がっています。沼や川は寝るところ、田んぼは食べるところと、渡り鳥たちの生活に必要な環境が、この周辺にはそろっています。

渡り鳥たちが伊豆沼・内沼をねぐらとして選ぶのには理由があります。渡り鳥の天敵であるキツネたちは、水の中に入ることが苦手であり、キツネがやって来ることができない水の上で過ごせば、渡り鳥たちは安心です。また、水面が凍ってしまうと、動物が氷の上を歩いてねぐらに近づくことができますが、現在の伊豆沼・内沼は、なかなか凍ることがありません。伊豆沼・内沼は、冬に凍りにくい沼として、日本でも一番北の地域、言い換えれば、渡り鳥たちの古里に一番近い場所に位置してい



ます。

### ●餌場となる広大な農地

日の出とともに沼を飛び立ったマガンたちは、周辺の田んぼに降りて、落ちもみを食べたり、休息をしながら、夕方まで過ごしています。オオハクチョウたちも、時々田んぼにやって来て、1日を過ごします。

稲刈りが終わった田んぼには、多くの落ちもみが散らばっています。コンバインによる稲刈りの場合、バインダーよりも8倍以上の落ちもみが出るとの研究結果もあります。広大な農地が沼の周りであることで、渡り鳥たちは食べ物の心配をすることなく、冬を過ごすことができます。



▲早朝に一斉に飛び立つマガン



▲真冬でも凍りにくい水面



▲落ちもみを食べるマガン

# みんなで としょかん

栗原市立図書館 ☎(21)1403

【開館時間】

- 火～金曜日:午前10時～午後6時
- 土・日曜日:午前 9時～午後5時

【休館日】

- 毎週月曜日・祝日
- (祝日が月曜日の場合はその翌日)



市ウェブサイト

## おすすめの本

**どんぐりないよ**  
間部 香代作、ひろかわ さえこ 絵  
どんぐりを探しに出かけた、りすくん。でも、ほんの少ししか見つからず、家でしょんぼりしているとき、ふたぐんたちがやってきて……



**おちばであそぼう**  
大久保 茂徳 監修、岩間 史朗 写真  
シャケン、変身道具、お面、影絵……。色とりどりのきれいな落ち葉を使った遊びを写真で紹介。楽しく知るうちに、環境への興味が生まれてくる絵本。



**ディレクターズ・カット**  
歌野 晶午 著  
報道ワイド番組の人気コーナーで紹介される、若者たちの無分別な行動は、ディレクターのやらせだった。それを知らない若い美容師が若者たちと交わり、殺人鬼へと変ぼうする……



**日本茶のさわやかスイーツ**  
本間 節子 著  
ほうじ茶プリン、抹茶のガトーショコラ、和紅茶のアイスクリームパフェ……。日本茶を煮出したり、砕いてまるごと入れ込んだりしたお菓子のレシピを紹介。



**建設中。**  
勝田 尚哉 写真・文  
建物地下最深部や鉄骨の海、高層ビルの最頂部から海上工事まで、通常絶対に立ち入ることのできない、そして完成したら全てなくなってしまう、貴重な建設現場の写真集。



## お知らせ 手づくり絵本教室

- 世界に1つだけのオリジナル絵本を作ってみませんか。
- ◆日時 12月3日(日)午前9時～午後3時
- ◆場所 市立図書館 2階視聴覚室
- ◆定員 10人(先着順) ※小学生低学年以下は保護者同伴
- ◆申し込み 11月21日(火)から市立図書館へ電話で申し込みください。

## 11月の予定

### 移動図書館車「ブックる号」

※ 悪天候の場合は、中止することがあります。

- 【Aコース】8日(水)、22日(水)  
花山小学校(午前10時15分～10時45分)
- 【Bコース】9日(木)  
瀬峰公民館(午後2時～2時30分)  
高清水総合支所(午後2時50分～3時20分)  
志波姫小学校前駐車場(午後4時～4時30分)
- 【Cコース】1日(水)、15日(水)、29日(水)  
若柳公民館(午後2時20分～2時50分)
- 【Dコース】2日(木)、16日(木)、30日(木)  
栗駒総合支所(午後1時30分～2時)  
鶯沢公民館(午後2時30分～2時50分)  
鶯沢小学校(午後3時15分～3時45分)

### 市内の「おはなし会」情報

- 市立図書館  
□絵本  
とき 4日(土)、11日(土)、18日(土)、25日(土)  
①午前10時30分～10時50分  
②午後2時30分～3時
- すばなし  
とき 2日(木)午後3時30分～11日(土)午後2時～
- 若柳公民館  
とき 11日(土)午前10時～11時
- 栗駒図書室  
とき 11日(土)、25日(土)午前10時～11時

### 11月の特集コーナー

## 探究心に火をつけよう

### 情報交換プラザ展示

## 北部管内文化財 巡回パネル展

期間 11月16日(木)～30日(木)  
※個人・グループ活動の発表をしてみませんか?無料で利用できます。





お知らせ

「けやきステイジ2017」  
「連続歩美カルテット  
Jazzコンサート」

●日時 12月17日(日)午後2時～午後4時  
※開場は30分前

●場所 金成けやき会館

●入場料 全席自由500円  
※チケットは、栗原文化会館、若柳ドリーム・パル、各教育センター、社会教育課で販売中

問 教育部社会教育課  
☎(42)3514

第30回栗原書道展

●日時 11月4日(土)～12日(日)午前10時～午後5時  
※6日(月)は休展、12日(日)は午後2時まで

●場所 栗原文化会館

●内容 市内を活動拠点とする中央書道公募展入選、入賞経験者の作品展示と硯工人による制作実演

●入場料 無料

問 栗原文化会館  
☎(23)1234

第30回栗原市美術展

●日時 11月14日(火)～19日(日)午前10時～午後4時  
※19日(日)は午後2時まで

●場所 栗原文化会館

●内容 市内を活動拠点とする絵画愛好者の作品展示

●入場料 無料

問 栗原文化会館  
☎(23)1234

募集

心の安らぎ写経講座

●日時 11月15日(水)午前10時～正午

●場所 瀬峰公民館

●定員 20人(先着順)

●参加費 1,000円

●申し込み 11月10日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください。

問 瀬峰・高清水教育センター  
☎(38)2127

やさしいヨガ体験会

●日時 11月18日(土)午前11時15分～正午

●場所 栗駒総合体育館

●定員 10人

●参加費 830円

●申し込み 11月17日(金)まで

●お問い合わせ先に、電話で申し込みください。

問 栗駒総合体育館  
☎(45)5885

トレーニンググループ  
利用講習会

●日時 毎週水・木曜日  
午後7時30分～8時30分  
※11月29日(水)、30日(木)は休講

●11月18日(土)午後1時～2時

●申し込み 開催日の前日まで問い合わせ先に、電話または直接申し込みください。

●若柳総合体育館

●日時 毎月第2・4火曜日  
午後7時～8時30分  
毎月第2・4水曜日  
午後2時～3時30分

●申し込み 開催日の正午まで問い合わせ先に、電話または直接申し込みください。

●共通事項

●参加費 一般 200円  
高校生以下 100円

問 栗駒総合体育館  
☎(45)5885

若柳総合体育館  
☎(32)3313

市内の文化財散策

⑭平野神社の石灯籠と民間信仰の碑

種別	有形文化財
指定年月日	(歴史資料) 昭和51年8月1日
所在地	若柳字川北新町裏2
所有者	90 平野神社



平野神社の石灯籠

平野神社は、平成9年まで若柳地区川北新町の堤防沿いになりましたが、堤防の拡幅工事などにより現在地に移っています。旧境内地の参道があった場所には、現在も市指定天然記念物の「めおと銀杏」が残っています。神社は建武年間(1334～1336年)もしくは1338年に葛西氏により勧請されたと言われています。1866(慶応2)年に起こった三迫百姓一揆の際、一揆勢が仙台城下を目指して進んでいたところ、奥州街道力石付近(瀬峰地区)で高清水城主の石母田氏に説得されて解散したという出来事がありました。その時に一揆勢が集めた場所が、この平野神社でした。

社殿の入口に2基の石灯籠があります。社殿に向かって左は佐藤権兵衛が奉納したもので、1627(寛永4)年に地域の安全を願って建てられました。右のものは、権兵衛の孫に当た

る市郎左衛門の妻が、1707(宝永4)年に祈願成就のために建てたものです。寛永の石灯籠には、昔の若柳の村名である「谷地要害村」と彫られています。このほか境内には、1706(宝永3)年に建てられた民間信仰の碑である「庚申供養碑」があり、江戸時代の信仰の様子を今に伝えています。

※勧請：神仏の分身をほかの地に移して祀ること

問 教育部文化財保護課  
☎(42)3515

平成30年1月から  
税に関する証明書  
数料が変わります

資産証明書、評価証明書、公課証明書、納税証明書の手数料は、これまで1通あたり300円で、証明用紙が1枚増えるごとに50円を加算していました。平成30年1月からは、この加算がなくなり、1通300円になります。

問 総務部税務課

☎(22)1121  
各総合支所市民サービス課



栗原市病院事業  
職員採用試験(事務職)

●受験申込期限 12月8日(金)

●試験日 12月16日(土)

●試験会場 栗原中央病院

●試験の方法 小論文、人物

全国瞬時警報システム  
を実施

緊急地震速報や津波警報など

●試験(面接)など  
職種・採用人数 行政職(事務職)若干名  
受験資格

□一般病床がある病院で、医事・総務・企画に関する実務経験が20年以上あり、業務の指導的立場に従事したことのある方

□平成30年4月1日時点で60歳未満の方

●申込方法 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します。申込書に必要事項を記入の上、医療管理課に直接持参または郵送で申し込みください。詳しくは、問い合わせいただくか、市ウェブサイトで確認してください。

※採用は原則平成30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。

●申込先 医療管理課  
〒987-2205  
栗原市築館宮野中央三丁目1番地1

問 医療局医療管理課  
☎(21)5631

問 総務部危機対策課

●これはJアラートのテストです(3回繰り返し)「こちらは防災くりはら広報です」

●放送内容 防災行政無線から次の放送内容が一斉に放送されます。

●事前告知の放送を行います。

●訓練内容 緊急時に皆さんにいち早く確実に緊急情報を伝えるために、国から配信された緊急情報を受信し、防災行政無線を自動起動させて、放送を流す訓練です。防災行政無線から訓練用の放送が市内一斉に流れますので、ご理解をお願いします。

※災害の発生状況、気象状況によつては、訓練を中止する場合があります。

●放送内容 防災行政無線から次の放送内容が一斉に放送されます。

「これはJアラートのテストです」  
(3回繰り返し)  
「こちらは防災くりはら広報です」

問 総務部危機対策課  
☎(22)1149

「和牛のオリンピックで大健闘」



市長コラム

5年に1度開催され、和牛のオリンピックとも言われる「全国和牛能力共進会宮城大会」に開会式から最終日までの5日間、毎日足を運び、市内の出品者を応援してきました。

大会では、全国39道府県から513頭が出品され、和牛改良の成果や肉質などについて審査が行われました。市内から6頭が県内の予選会を勝ち抜き、宮城県代表牛として出品され、全国大会という高いレベルの中、手塩にかけた栗原産牛がその品質の高さを認められる結果となり、関係者のこれまでの努力に敬意を表します。特に、第5区では、牛の審査で特に重要とされる体積のボリューム感やバランスの取れた体格の牛に与えられる特別賞の最高峰「体積・均称賞」を受賞し、牛の飼養管理技術の高さを

全国にとどろかせたことは、本当に喜ばしく思います。今回の活躍により、栗原市の畜産振興に大きな弾みがつくものと期待しており、今後さらなる発展に向けて、市として引き続き支援をしていきたいと思っております。

栗原市長 千葉健司



▲市内の出品者の皆さん









### 都市計画下水道の排水区域変更図書縦覧

築館、若柳、栗駒、金成、志波姫地区の都市計画下水道事業の排水区域を変更します。変更内容は縦覧場所を確認できます。また、変更内容について意見がある方は、意見書を出してください。

●縦覧期間 11月6日(月)～17日(金)午前9時～午後5時

※土・日曜日を除く

#### 縦覧場所

- 上下水道部下水道課
- 築館、若柳、栗駒、金成 志波姫地区の各総合支所 市民サービス課
- 宮城県東部下水道事務所 (石巻市蛇田)

●提出方法 11月17日(金)までに、下水道課へ持参または郵送、ファクス、Eメールで提出してください。

●提出先 下水道課 〒989-5171 栗原市金成沢辺町沖200番地

Eメール gesuid@kuriharacity.jp

#### 問 上下水道部下水道課

☎(42)11133 ファクス(42)11149

### ジオパーク推進室と観光物産協会が一時移転

JRくりこま高原駅待合室などのリニューアル工事を行います。工事に伴い、ジオパーク推進室と栗原市観光物産協会事務室が一時移転します。また、ジオパーク推進室については、電話番号とファクス番号も変更になります。ご理解とご協力をお願いします。

#### 移転先

- 産業経済部ジオパーク推進室 金成総合支所1階 ☎(24)8836
- ファクス(24)8810
- 栗原市観光物産協会事務室 志波姫総合支所2階

●移転日 11月6日(月)から 産業経済部田園観光課 ☎(22)11151



### 栗原文化会館改修工事のお知らせ

改修工事のため、大ホールの利用が一時できません。

●改修工事期間 平成30年2月28日(水)まで  
●休止施設 大ホール ※リハール室は使用できます。

#### 問 栗原文化会館

☎(23)1234

### 11月は市税等徴収強化月間

市税などの納入の公平性を確保するため、収納担当課で一律に滞納税などの徴収体制を強化し、集中的に催告や滞納者が所有する財産の調査、差し押さえなどを実施します。また、この時期は宮城一斉滞納整理強化月間になっており、県と市が連携して市県民税などの滞納整理に取り組みます。

納め忘れの市税や公共料金がないか確認してください。なお、納付が困難な場合は、各収納担当課に相談してください。

#### 問 総務部税務課

☎(22)1121

### 11月は児童虐待防止推進月間

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや、自身が出産や子育てに悩んだとき

には、市の相談窓口や児童相談所などに相談してください。子ども虐待予防のための市民講演会

●日時 11月30日(木)午後1時30分～3時30分 ※受付開始は午後1時

●場所 若柳ドリーム・パル 演題 「思春期における問題行動から見た児童虐待と子どもの発達段階に応じた適切な関わりについて」

●講師 みやぎ心のケアセンター 副センター長 山崎剛氏

●入場料 無料

●児童虐待に関する連絡・相談先

□ 市民生活部子育て支援課 ☎(22)2360

□ 宮城県北部児童相談所 ☎0229(22)0030

□ 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189(いちばやく)

問 市民生活部子育て支援課 ☎(22)2360

### 子育てワンストップサービス開始

10月から、マイナポータルを利用したオンライン申請が可能となりました。

これにより子育てに関する手続きが、ウェブサイト上でできるようになりました。

### 秋の火災予防運動は11月9日(木)から15日(水)まで

秋の火災予防運動は、火災が発生しやすい冬を迎える前に、火災に対して注意を呼びかけるものです。これからの季節は、暖房器具など火を使う機会が多くなります。火の取り扱いには十分に注意してください。

#### 運動期間

11月9日(木)～15日(水)

#### 防火ポスター最優秀作品が決定

防火意識の普及などを目的



#### ●対象手続き

- 児童手当などの各種請求・届出
- 保育所の入所申し込み
- 妊娠の届出

※順次、対象となる手続きは増える予定です。

※サービスの利用にはマイナンバーカードが必要です。

#### 問 市民生活部子育て支援課

☎(22)2360

#### 問 市民生活部健康推進課

☎(22)0370



### 秋の火災予防運動は11月9日(木)から15日(水)まで

秋の火災予防運動は、火災が発生しやすい冬を迎える前に、火災に対して注意を呼びかけるものです。

これからの季節は、暖房器具など火を使う機会が多くなります。火の取り扱いには十分に注意してください。

●運動期間 11月9日(木)～15日(水)

防火ポスター最優秀作品が決定 防火意識の普及などを目的

### 11月は児童虐待防止推進月間

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや、自身が出産や子育てに悩んだとき

として募集した防火ポスターに、市内の小中学生から95点の応募があり、審査の結果、次の作品が最優秀賞に選ばれました。



▲最優秀賞 築館小学校6年 伊藤 陽菜 さん(築館西町)



▲最優秀賞 金成中学校3年 小野寺 諒也 君(金成姉齒下)



▲最優秀賞 金成中学校3年 小野寺 諒也 君(金成姉齒下)

問 消防本部予防課 ☎(22)1192

### 市長カフェオープン

問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

市政懇談会に変わる市民と市長の新しい意見交換の場として、市長カフェを開催します。和やかな雰囲気の中でプラスのアイデアを出してみませんか。

●対象 市内に住所がある方で、まちづくりや地域課題解決の提案がある方



対象地区	日時	場所
築館	11月14日(火) 午後1時30分～4時	市民活動支援センター
若柳	11月20日(月) 午後1時30分～4時	若柳総合支所
栗駒	11月15日(水) 午後4時～6時30分	栗駒総合支所
高清水	11月22日(水) 午後1時30分～4時	高清水保健福祉センター
一迫	11月24日(金) 午後1時30分～4時	一迫総合支所
瀬峰	11月16日(木) 午後4時～6時30分	瀬峰保健センター
鶯沢	11月27日(月) 午後1時30分～4時	鶯沢総合支所
金成	11月28日(火) 午後1時30分～4時	金成総合支所
志波姫	11月29日(水) 午後1時30分～4時	志波姫この花さくや姫プラザ
花山	11月30日(木) 午後1時30分～4時	花山総合支所
全地区	12月3日(日) 午後1時30分～4時	市役所

### 栗原市健康まつり ～自分らしく生き生きと暮らし 健康寿命を延ばそう～

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

●日時 11月18日(土)午前9時～正午

●場所 若柳ドリーム・パル

●入場料 無料

●内容 体感会、展示、体験の部

□ 体感会 ※女性の希望者のみ乳房再建した胸を見て触れることができます。

□ まちの保健室

□ がん予防コーナー

□ 健康な体をつくる食生活の紹介など

□ ステージの部

□ ふみ&どんによるミニコンサート



▲昨年の健康まつりの様子





### 高齢者虐待の早期発見と防止を

高齢者虐待の件数は年々増加しています。全国では年間15,000件以上起きており、市でも年間約30件の虐待と疑われる相談や通報が寄せられています。

高齢者虐待は高齢者に対して行う次のような行為を言います。

- 体を傷つけるなどの身体的虐待
- 養護を著しく怠るなどの介護・世話の放棄・放任
- 暴言などで精神的な苦痛を与えるなどの心理的虐待
- わいせつな行為をするなどの性的虐待
- 財産を不当に処分するなど経済的虐待

高齢者虐待は、高齢者の認知症や自立度の低下、介護者の介護疲れや生活上の問題など、さまざまな要因が複雑に絡み合っており起ります。

**高齢者虐待を未然に防ぐために**  
介護サービスの活用  
介護を家庭内だけで抱え込まず介護サービスを上手に活用し、負担を減らしましょう。

### 地域の見守り

高齢者虐待の予防には、地域の見守りも大切です。日ごろからあいさつを交わし、声をかけるなどの交流が見守りにつながります。また、新聞がたまっている夜になっても明かりがつかないなどの変化に気付くことも、近所だからできる見守りにつながります。

**高齢者の虐待に気付いたら**  
高齢者虐待はどこでも、誰にでも起こる可能性があります。虐待を防ぐためには、私たち一人一人の小さな気付きが大切です。

虐待に気付いた方には通報義務があります。虐待を止めることは、虐待をしている介護者のためにもなります。また、虐待を受けている高齢者本人が届け出ることもできます。守秘義務により、連絡・通報した方の情報が漏れることはありませんので、安心して連絡してください。

**問 市民生活部介護福祉課**  
☎(22)1350  
各総合支所市民サービス課  
築館・志波姫地域包括支援センター ☎(24)8080  
若柳・金成地域包括支援センター ☎(42)3233

### 第3回栗原ハーフマラソン大会

全国から1,700人を超えるランナーが参加します。沿道で声援をお願いします。

日時 11月12日(日)

2km・親子ペア

午前9時20分

ハーフ 午前10時

5km 午前10時20分

10km 午前10時30分

場所 栗原市ハーフマラソンコース(若柳地区)

※当日は、コース周辺が交通規制されますので、ご協力をお願いします。

### 問 教育部社会教育課

☎(42)3514



### 日曜日の窓口開庁日

11月の窓口開庁日は次のとおりです。市内どの地区にお住まいの方でも利用できます。なお、証明願など、記載内容の確認が必要な証明書の交付はできません。

日時 11月12日(日)午前8時30分～正午  
場所 築館総合支所

### 栗駒・鷲沢地域包括支援センター

☎(45)2471  
瀬峰・高清水地域包括支援センター ☎(59)3861  
一迫・花山地域包括支援センター ☎(52)2110



### みやぎ手帳販売開始

見やすく使いやすい月間予定表と日記、最新の統計資料、仕事や生活に役立つ資料を掲載しています。

販売期間 11月20日(月)～12月15日(金)午前8時30分～午後5時

※土・日曜日、祝日を除く  
価格 500円(大きさ縦17・5cm×横8・8cm)  
※代金と引き換え

販売場所 市政情報課または各総合支所市民サービス課  
企画部市政情報課 ☎(22)1126

### 飼い主としてのマナーを守りましょう

犬や猫などのペットを飼う

場合は、マナーを守って飼いまししょう。

● 犬の飼い主が守るべきこと  
□ ほえ声や他人の迷惑にならないように注意しましょう。

□ ふん尿の始末は必ず行いましょう。

□ 屋外に犬を連れて行くときは、必ずリードをつけましょう。

● 猫の飼い主が守るべきこと  
□ 室内で飼いまししょう。

□ 首輪や迷子札、マイクロチップをつけて飼いまししょう。

● 不妊、去勢手術をして飼いまししょう。

● 野良猫の餌やりについて  
□ 野良猫への無責任な餌やりはやめましょう。

※各家庭で、家や庭などに近寄らせない対策をとりましょう。

問 市民生活部環境課 ☎(22)3350

### 若柳地区産タケノコ出荷制限解除

若柳地区で産出されるタケノコは、10月11日(水)に出荷制限が解除されました。なお、

出荷や販売を希望する生産者の方は、市への登録手続きが必要ですが、詳しくは、問い合わせください。

問 産業経済部農林振興課 ☎(22)1135

### 自治宝くじコミュニティ助成事業

コミュニティ活動の促進を図るため、宝くじの助成金で自治会などのコミュニティ事業に助成を行っています。コミュニティ活動に使用するスポーツ用品や電子機器など幅広い物品が助成の対象になります。

平成29年度は、次の3団体が備品を整備しました。  
□ 文字川西会(栗駒)  
□ 高清水4区自治会(高清水)  
□ フレンドシップ八幡(一迫)



▲助成で購入したグラウンド・ゴルフ用品

問 企画部市民協働課 ☎(22)1164

### 交通安全指導員募集

交通安全指導員を男女問わず募集しています。

指導員は、交通秩序の維持と交通事故防止を図るため、街頭や各種行事での交通指導のほか、各小・中学校での交通安全教育などを行います。意欲のある方をお待ちしています。

● 対象 市内に居住する20歳以上70歳未満の健康な方  
● 身分 市の非常勤特別職  
● 出勤手当 出勤した場合に支給します。

1回 1,500円  
5,000円  
※出勤内容で異なります。

● 職務報酬 年額90,800円  
● 貸与品 制服、携行品など一式

● 申し込み 各総合支所市民サービス課に、直接申し込みください。

問 総務部危機対策課 ☎(22)1149  
各総合支所市民サービス課







### 放射能関連情報

小学校の空間放射線量測定結果 (測定日: 10月2日~10月10日)

場所	測定値		場所	測定値	
	50cm	1m		50cm	1m
築館小学校	0.04	0.05	鶯沢小学校	0.07	0.06
宮野小学校	0.06	0.05	金成小中学校	0.03	0.03
若柳小学校	0.05	0.05	志波姫小学校	0.04	0.05
栗駒小学校	0.08	0.06	花山小学校	0.06	0.06
栗駒南小学校	0.07	0.08			
高清水小学校	0.04	0.06			
一迫小学校	0.05	0.06			
瀬峰小学校	0.06	0.05			

※単位: マイクロシーベルト/時  
※上記以外は、市ウェブサイトにて確認してください。



### 各種測定の手続き

- 空間放射線量の出前式測定
- 食品・井戸水の放射性物質測定
- 問 市民生活部放射能対策室 ☎(22)1172
- 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
- 問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

### 11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
3 (金)	栗原市立若柳病院 若柳字川北 ☎(32)2335	栗原市立鶯沢診療所 鶯沢南郷 ☎(55)3511	KDクリニック 金成中町 ☎(42)1025
5 (日)	日野クリニック 志波姫新沼崎 ☎(23)7100	栗原市立高清水診療所 高清水桜丁 ☎(58)2020	若柳中央薬局 ☎(32)7115 さくら薬局鶯沢店 ☎(55)2566
12 (日)	平田内科整形外科 栗駒若ヶ崎 ☎(45)2126	熊坂医院 一迫字川口 ☎(54)2311	志波姫調剤薬局 ☎(23)3022 フレンド薬局高清水 ☎(59)1607
19 (日)	くろさわ整形外科 一迫真坂 ☎(52)2627	片山内科胃腸科クリニック 金成沢辺 ☎(42)1220	平田内科整形外科(院内) ☎(45)2126 熊坂医院(院内) ☎(54)2311
23 (木)	佐藤内科小児科医院 築館伊豆 ☎(22)3205	栗原市立花山診療所 花山字本沢 ☎(56)2013	サン調剤薬局 ☎(57)6888 サンテ薬局金成店 ☎(42)1156
26 (日)	畑山医院 築館伊豆 ☎(22)2475	阿部内科医院 若柳字川北 ☎(32)6929	東町調剤薬局 ☎(21)0012 栗原市立花山診療所(院内) ☎(56)2013
		中嶋歯科医院 若柳字川北 ☎(32)3758	畑山医院(院内) ☎(22)2475 阿部内科医院(院内) ☎(32)6929

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

市では、納税通知書を送付するための封筒に有料広告を掲載しています。広告の掲載にあたり広告主を募集します。

● 広告掲載期間 平成30年4月1日~平成31年3月31日  
※期間内に印刷枚数を使い切った時点で終了

● 広告の仕様  
軽自動車納税通知書用封筒  
印刷枚数 27,000枚  
印刷枚数の規格 封筒裏面縦60mm×横190mm  
広告の色彩 市が指定する単色  
※レイアウトなどは協議の上、決定します。

● 売却方法 制限付き一般競争入札  
● 最低売却価格 30,000円(税抜き)  
● 入札参加資格 栗原市内に本社(本店)があること  
● 入札参加申込期限 11月14日(火)午前9時~午後5時  
● 入札参加申し込み 税務課に備え付けの申込書類に必要事項を記入の上、申し込みください。

● 入札日時 11月21日(火)午前

● 前10時~入札場所 市役所3階306会議室  
※広告掲載要件など詳しくは、市ウェブサイトを確認してください。

問 総務部税務課 ☎(22)1121

● 申し込みが募集戸数を超えた場合、抽選になります。

● 区分  
新田東住宅(築館) 1戸  
十文字住宅(若柳) 2戸  
並柳住宅(若柳) 1戸  
定住促進栗駒住宅(栗駒) 1戸  
五輪東住宅(高清水) 1戸  
五輪西住宅(高清水) 1戸  
清水吹付特定公共賃貸住宅(一迫) 1戸  
長者原東住宅(瀬峰) 1戸  
貝の堀住宅(志波姫) 1戸

● 申し込みが募集戸数を超えた場合、抽選になります。

● 区分  
古川特定公共賃貸住宅(若柳) 2戸  
災害公営上堤住宅(若柳) 1戸  
災害公営神明住宅(栗駒) 1戸  
秋法住宅(鶯沢) 1戸  
森下住宅(鶯沢) 2戸  
佐野住宅(鶯沢) 1戸  
柳沢改良住宅(鶯沢) 1戸  
宿川原特定公共賃貸住宅(鶯沢) 2戸

● 申し込み 建築住宅課、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。

● 常時募集 先着で入居を受け付けします。

● 区分  
古川特定公共賃貸住宅(若柳) 2戸  
災害公営上堤住宅(若柳) 1戸  
災害公営神明住宅(栗駒) 1戸  
秋法住宅(鶯沢) 1戸  
森下住宅(鶯沢) 2戸  
佐野住宅(鶯沢) 1戸  
柳沢改良住宅(鶯沢) 1戸  
宿川原特定公共賃貸住宅(鶯沢) 2戸

● 申し込み 建築住宅課、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。

● 常時募集 先着で入居を受け付けします。

● 区分  
古川特定公共賃貸住宅(若柳) 2戸  
災害公営上堤住宅(若柳) 1戸  
災害公営神明住宅(栗駒) 1戸  
秋法住宅(鶯沢) 1戸  
森下住宅(鶯沢) 2戸  
佐野住宅(鶯沢) 1戸  
柳沢改良住宅(鶯沢) 1戸  
宿川原特定公共賃貸住宅(鶯沢) 2戸



### 人口の動き

※平成29年9月末現在、( )は前月比

人口 ● 69,594人(△76)  
男:33,636人(△44) 女:35,958人(△32)

世帯数 ● 24,844世帯(△6)

出生 ● 20人 死亡 ● 90人  
転入 ● 68人 転出 ● 74人

問 市民生活部市民課 ☎(22)3211

### 今月の納期 11月30日(木)まで

固定資産税 (第4期)  
国民健康保険税 (第7期) 問 総務部税務課 ☎(22)1121

後期高齢者医療保険料 (第5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  
※税金などを滞納すると、延滞金がかかります[納付は納期限までに!]

### 寄付 ありがとうございます

東日本大震災関連寄付

- 震災復興支援グループ「きぼう」様 救命胴衣 4着 8月28日
- 一般寄付
- 宮城県信用組合協会 様 一金 111,657円 9月 5日
- 仙北信用組合 様 一金 88,343円 9月 5日
- 一般財団法人 オーバーザラインボウ基金 様 児童生徒用図書 500冊、DVD教材 3本 9月 5日
- 菅原 節子 様 木彫 5点(釜神様、お多福、翁、大黒様) 9月 5日

問 総務部管財課 ☎(22)1116

### 「インフルエンザワクチン」を行っています(予約不要)

## まるき内科クリニック

MARUKI Internal Medicine Clinic

診療科目: 内科・糖尿病内科・消化器内科・循環器内科  
(一般検査) 採尿・採血・胃カメラ・胸部レントゲン・便検査

TEL 0228-24-8073  
〒989-5625  
栗原市志波姫堀口十文字1-1  
https://www.maruki-clinic.com/

当院 油橋バス停より徒歩3分(市民バス若柳線)

★資料の請求の方は、ご連絡頂ければ郵送致します。

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

## 家族葬会館 若柳 絆

祭壇使用料 50,000円

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

事前見積りされた方で 若柳西館・東館・金成葬祭会館をご利用の場合  
祭壇料 30,000円 割引いたします

お問い合わせ・ご相談 ☎0228-32-3275  
疑問・質問等はお電話を。



情報あれこれ

国民年金の保険料は全額社会保険料控除

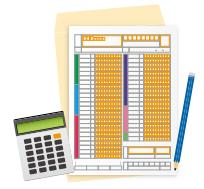
国民年金保険料は、所得税と住民税の申告で、社会保険料控除の対象になります。

控除を受けるためには、年末調整や確定申告をするときに、領収書など保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

問 古川年金事務所 ☎0229(23)1200

年末調整説明会

日時 11月16日(木)午後1時30分～3時30分



事業者向け消費税軽減税率制度の説明会

平成31年10月からの消費税の引き上げに伴う、軽減税率制度の説明会を開催します。

問 築館税務署 ☎(22)2261

募集

自衛官募集

自衛官候補生 受験資格 18歳以上27歳未満の方



高次脳機能障害家族教室

日時 11月10日(金)午後2時～4時

みみサポサロン開催

日時 11月15日(水)午前10時30分～午後2時30分

学府くりはら塾 中・高合同学習合宿

日時 12月25日(月)～27日(水)2泊3日

各地区の文化祭

Table with 4 columns: 行事名, 日時, 場所, 問い合わせ先. Includes events like 高清水生涯学習まつり and 第31回一迫芸能文化祭.

※広報10月16日号の「市内の情報カレンダー」に誤りがありました。お詫びして訂正します。

消費者被害予防セミナー

第41回金成芸術発表会・金成地区市民文化祭の会場は、正しくは金成けやき会館です。

市民活動を考えるセミナー

日時 11月15日(水)午前10時～正午

相談

消費生活相談窓口

電話で光回線への乗り換え

インディアカをやってみよう

日時 11月19日(日)午前10時～正午

視覚障害者情報交流会

日時 11月30日(木)午後1時～4時

消費生活相談窓口

電話で光回線への乗り換え

全国一斉女性の権利強化週間. 相談日時 11月13日(月)～19日(日)午前8時30分～午後7時

忘新年会・各種ご宴会はゆめぐりグループで! 宿泊 りハイルゲーム栗駒 温泉小荘 目帰り宴会 金成 延年閣

天然温泉掛け流しの宿 有料老人ホーム どうじむら 湯治村 お問い合わせ ☎24-7905



# みらいん くりはら人

## 自分も楽しく、地域も笑顔に



佐藤 聖 さん(金成下片馬合)

「自分が楽しくなければ、何事も続けられない」と話すのは、佐藤 聖さん。

佐藤さんは、子どものころから自動車が好きで、古里で自動車整備工場を開業するため、10年前に仙台市から家族とともにUターンしてきました。

佐藤さんは、地域の仲間たちで結成する「うまの合う会」で、子どもからお年寄りまで、幅広い年代が交流する秋のイベント「収穫祭」を開催しています。芋煮を囲んで交わす会話や交流が、人と人のきずなを深めることに役立っていればうれしいと語る佐藤さん。時にはおせっかいに感じるほど人がつながっているこの地域に、とても魅力を感じています。

今後は、さらに地域の若者を巻き込み活動の輪を広げ、これからも楽しみながら、きずなを結ぶ活動を続けていきたいそうです。



※くりはら人の情報をお寄せください

2017 No.273  
 2017(平成29)年11月1日発行 第273号  
 発行/栗原市 編集/栗原市企画部市政情報課  
 〒987-2293 宮城県栗原市築館業師一丁目7番1号  
 ☎0228(22)1126 ファクス 0228(22)0313  
 公式ウェブサイト <http://www.kuriharacity.jp/>  
 電子メール [koho@kuriharacity.jp](mailto:koho@kuriharacity.jp)  
 フォーム

おすすめ  
メニュー

# イルミナカラー

## NEWカラー登場

新しいオトナ色(イルミナシャドウ)

- イルミナカラーならではの高い透明感
- ダメージを軽減し、ツヤを出せる

(平日料金) **¥5,940~(税込)**  
 (土日料金) **¥6,558~(税込)**

ニューひらの薬師店

ニューひらの

薬館店 0228-22-2187  
定休日:毎週日曜日

若柳店 0228-32-2241  
年中無休

営業時間  
AM9:00~PM6:00  
ハーマ受付PM5:00まで

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています。

・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