

人・魅力・話題を満載した情報紙

# ぎゅぎゅつとくりはら

2018

9

No.293

広報くりはら



【特集】

## 国史跡 入の沢遺跡

～古墳時代に思いをはせて～





内行花文鏡

珠文鏡

※実物大

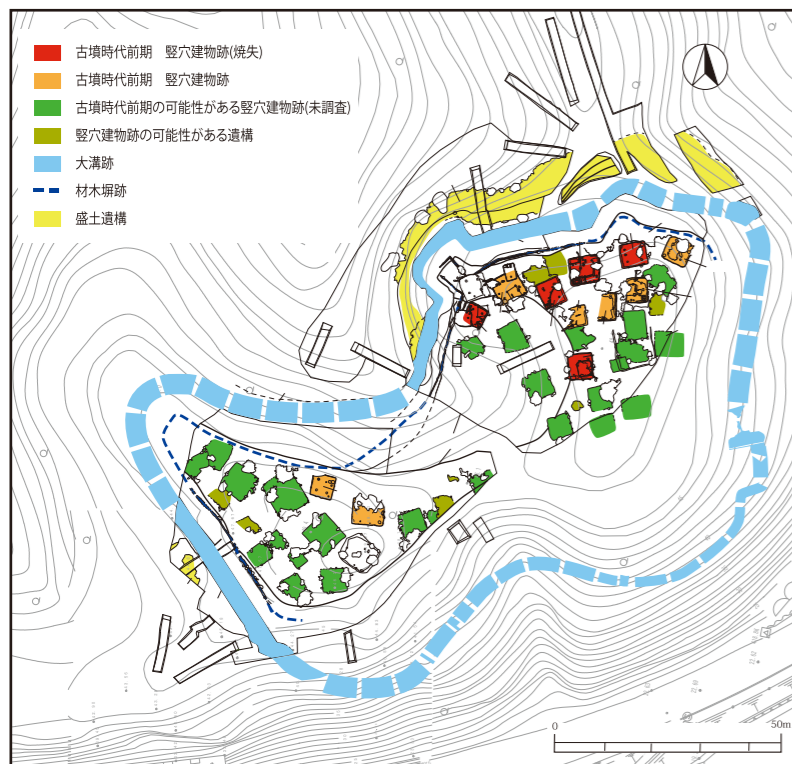
楯文鏡

珠文鏡



# 【特集】国史跡 入の沢遺跡

## 古墳時代に思いをはせて



●: 国道4号築館バイパス建設に伴って発見された遺跡

### 遺跡発見の経緯

2014(平成26)年、築館城生野入の沢地区の丘陵地で、銅鏡4面を始め、鉄製品や装身具、土器や砥石など、貴重な遺物が豊富に発見されました。通常、銅鏡は、身分の高い人の副葬品として、古墳から出土します。しかし、入の沢では、竪穴建物跡から、しかも燃えた屋根の下から複数発見されたのです。

今から1700年ほど前の古墳時代前期、この地にどのような人々が暮らし、どのような出来事があったのでしょうか。

今号は、入の沢遺跡に迫ってみたいと思います。

2017(平成29)年10月13日、入の沢遺跡は、丘陵先端部という立地や大溝と材木堀に見られる高い防御性、当該期的大型古墳が副葬品として有するような各種遺物の存在から、古墳時代前期後半におけるヤマト政権の東北政策を考える上で重要な大規模集落遺跡であると認められ、国史跡に指定されました。

1981(昭和56)年に国道4号築館バイパスの建設が計画され、ルート上に伊治城跡など、複数の遺跡が存在し、未発見の遺跡が存在する可能性があるため、遺跡の分布調査と試掘調査が行われました。その結果、下萩沢遺跡など、多数の遺跡が次々と発見され、2003(平成15)年度から確

認・本発掘調査が行われました。その後、バイパス終点部が伊治城跡内から伊治城南外側に計画変更となったことを受けて、2010(平成22)年度に計画地内で分布調査が行われ、中近世の塚が発見されました。2014(平成26)年度には、本発掘調査が実施され、地表で古墳時代前期の土師器が多数採集できたことから、この時期の遺構が存在する可能性が考えられたため、39本のトレンチ(調査用の溝)を掘削。その結果、計画地内のほぼ全域で、竪穴建物跡や、その周囲に大溝跡が認められ、遺構の密度が非常に高いことが明らかとなったのです。





遺跡の発掘調査など行ったことがなく初めは戸惑うことばかりでした。発掘は、堅穴建物跡の中に遺物が足の踏み場もないほどあったので、最初に足の置き場を決め、移動するときは踏んで壊さないよう注意し、竹串と竹べらで慎重に調査をしました。発掘作業は、とても大変でしたが、頑張っただけの力は、苦勞よりも入の沢遺跡が魅力的で感動する山だったからです。自分が生まれ育ち、

**遺跡に触れて**  
調査補助員 佐藤 満子さん  
(志波姫北)

子どものころ走り回って遊んだ野山に多くの遺跡があることを知り歴史や文化が好きになりました。栗原には、たくさんの史跡があることを、この機会に子どもたちにも知ってもらい、自分たちが生まれ育った古里がどんなにすばらしいところかを感じてもらいたいです。入の沢遺跡の調査は、まだ半ばですが、今後、調査が行われる時には、また参加し、その調査が進んで、これだけの物が、誰によって、どこから、どのような理由で、どのように運ばれてきたのか。なぜ焼失したか、大溝をなぜ巡らせたかなど、結果が出ることを期待しています。



- 1 集落を囲む深さ4メートルの大溝跡
- 2 垂飾品、勾玉、管玉、棗玉、丸玉、ガラス小玉などの装身具

参考文献  
・宮城県教育委員会(2016)『入の沢遺跡』。  
・宮城県教育庁文化財保護課(2017)『栗原市入の沢遺跡』。  
・辻秀人(2017)『古代倭国北縁の軌轢と交流』雄山閣。

遺跡・遺物写真  
・東北歴史博物館提供

## 遺跡は物語る

入の沢遺跡は、迫川と二迫川によって挟まれた築館丘陵の最も南側の標高24から49メートルに位置し、その範囲は、南北430メートル、東西450メートルに及びます。発見された49棟の堅穴建物

跡は、他の地域では見られないほど密集し、そのうち1棟から、鏡が2面、鉄製品が28点、玉類が200点を超えるなど、驚くような質と量の遺物が出土し、全国的に見ても1番の出土内容ではないかと言われています。煮炊きの道具である甕や炉跡が見当たらず、あまり生活感がないことから、貴重な物をしまっておく場所だったと考えられています。また、この他の堅穴建物跡からも多数の遺物が出土し、鏡が2面発見されています。通常、鏡は選ばれた者だけが所有していると考えられ、共存している複数の建物に存



堅穴建物跡1 遺物の出土位置

在するということは考えにくいことから、謎を呼んでいます。このような状況から、考古学者などは、次のような可能性を語っています。

**推考1 意図的な火災**  
調査した古墳時代前期の建物跡12棟のうち、5棟が焼失建物だった。堅穴建物の屋根には、土を載せていたと考えられるため、他の建物に延焼したとは考えにくい。何者かに意図的に焼かれたのではないかと推考している。

**推考2 集落の自立性の強調**  
防衛の意味合いだけでなく、集落の自立性を強調させるために濠をめぐらせたのではないかと推考している。

**推考3 周辺集落の避難所**  
中世の山城のように緊急時に集落の人々が避難し、生活できるようにしたのではないかと推考している。

**推考4 拠点貯蔵施設**  
東北地方では、鏡が古墳から出土しない場合が多い。他の堅穴建物跡からも鏡がたくさん出土するようであれば、貴重な品物を集めて蓄えた流通センターのような役割があったのではないかと推考している。

**推考5 北と南の交流拠点**  
鏡などを1カ所に集めて周

りに渡すような流通や交流の中心といった機能も想定しているのではないかと推考している。鉄器がたくさん出土していることも重要で、短冊形鉄斧は関東で多く出土している。鏡は、東北地方の大きな古墳からも出土していることから、日常生活の使用だけでなく、古墳の副葬にも使われる形で需要があったと考えられる。さらに北の世界、続縄文文化の人々との交流も想定したい。

北からは、ラッコやアザラシなど、海獣の毛皮類が交易品として取り引きされていたのかもしれない。

**推考6 ヤマト政権との繋がり**  
玉類の多くは、関東産のものであるが、畿内との繋がりも表現されており、鏡の有無もそこに関わる可能性がある。4世紀末は、初期ヤマト政権が各地の勢力と連合を組んで勢力を拡大しようとしていた時期で、より北方に広がろうとしていたのではないかと推考している。面として繋がった地域としては、栗原まで来ていて、それより北方は、稲作の問題などで点的にしか広がらなかった大きな枠組みで言うところ、この地に来ていたのは、関東の人で、ヤマトの意思も一定程度受けていたのではないかと推考している。

## 呼び覚ました遺跡の謎を解く

これまでの調査結果から、たくさんの研究者が入の沢遺跡のロマンを語っています。そのどれを取ってみても、日本の歴史を知る上で、とても魅力的で興味を抱くものばかりです。単に銅鏡や鉄製品が出土したということだけではなく、どのような状態で出土したかや使用していた痕跡、保管していた痕跡など、多くの情報が得られる状態で出土したことに大きな価値があります。

なぜ、この地に、大溝と材木堀を巡らせた集落が出現し焼失したのか。何らかの軋轢や争いがあったのか。未調査の堅穴建物跡が多数あり、それらは、いづころ建築されたのかなど、分からないことばかりです。

手付かずの自然が残る栗原には、歴史を塗り替えるような遺跡が、まだまだ眠っているかも知れません。遺跡は、その地域の歴史を知る上で大切なメッセージを私たちに投げかけてきます。そのメッセージをしっかり受け止め、じっくり考えることが必要です。

現代に呼び覚まされた入の沢遺跡。4世紀の人々が使っていた道具がそのまま残されている遺跡は、他に類を見ないものです。この遺跡は、この栗原の歴史を考える上で、また、古墳時代の社会を考える上で重要な意味を持っています。その遺跡の声を、みなさんも聞いてみませんか。古墳時代の営みに思いをはせ、私たちの祖先が残した贈り物、遺跡が語る栗原の歴史が、今後の調査で、明らかになることを期待して。





## きらびやかな山車でにぎわう

7月28日(土)と29日(日)に、栗駒岩ヶ崎地区で「くりこま山車まつり」が行われました。五穀豊穡を祈願するため江戸時代に始まったと伝えられるこの祭りでは、童話や歴史の名場面などをテーマにした9台の山車が商店街を巡行し、夏一番のにぎわいをもたらします。今年も、9地区それぞれが工夫を凝らし制作した山車がメイン会場に姿を現すと、それぞれの山車の迫力ときらびやかさに、観衆からは、感嘆の音が上がり、写真に収める姿も見られました。



## 長寿100歳おめでとうございます

7月25日(水)、加藤 みゆきさん(若柳大林2)が100歳を迎えられました。加藤さんは、看護師と助産師免許を持ち、60代まで病院に勤務されてこられました。歌と習字が趣味で、現在、入所しているグループホームでは、美しい歌声を披露し楽しんでいるそうです。また、退職後に習い始めた習字は、8段の腕前とのこと。100歳を迎え加藤さんは「関わってきた100人以上の子どもたちに、助けられてきたおかげです」と感謝の気持ちを語りました。



## 汗がほとばしる陸上大会

7月21日(土)と22日(日)、築館陸上競技場で「第26回くりこま高原高等学校陸上競技選手権大会」を開催しました。県内と岩手県南の52校の高等学校から977人が参加し、男女ともに20種目の競技で競い合いました。自己ベストを目指す選手たちは、炎天下の中挑戦した競技で汗がほとばしり、また、選手たちを応援するチームメイトの額にも、大粒の汗が輝いていました。



## 救助活動功績者に感謝状を贈呈

7月12日(木)、市消防庁舎で、救助活動に協力いただいた3人に、感謝状を贈呈しました。これは、6月10日(日)に栗駒稲屋敷地区で発生した火災で、この地区に住む千葉 良一さん、千葉 格さん、千葉 麻美さんが、住宅2階に取り残された母子を連携し救助したものです。3人は「住宅が燃える緊迫感の中で、思ったとおり動くことができませんでしたが、何とか無事救助できて本当に良かったです」と、当時を振り返り、改めて胸をなで下ろしていました。



## 栗原の技が集う工芸展

8月7日(火)から12日(日)まで、市内を拠点として活動している工芸家11人の最新作や、過去の自信作、約100点を展示した「第22回栗原市工芸展」を、栗原文化会館で開催しました。会場では、土と火が生み出す絶妙な色合いの陶芸品や、日本の伝統文化を伝える上で欠かせない獅子頭など、全部で8種類の工芸品が展覧されました。実用性を兼ね備えながらも、繊細かつ緻密な手作業で作られた工芸品に、来場者は1点1点じっくりと見入っていました。



## 熱戦を展開した全力プレー

7月31日(火)と8月1日(水)に、栗駒地区の山崎武司球場で「第5回山崎武司杯東海東北中学野球交流大会」を開催しました。この大会は、平成20年岩手・宮城内陸地震の復興に支援をいただいた、元プロ野球選手の山崎武司さんをたたえ開催するものです。今年、秋田選抜、盛岡市選抜、仙台育英学園秀光中等教育学校、山崎杯宮城選抜、栗原選抜の5チームが参加し、選手たちは交流を深め合いながら全力でプレーしていました。



## 忍耐力を鍛える

7月24日(火)、陸上自衛隊第22普通科連隊第3中隊の徒步行進訓練が市内で実施されました。今回で3回目となる訓練では、重装備を背負った34人の隊員が、午前7時に道の駅路田里はなやまを出発し、途中で休憩をはさみながらゴールの市役所を目指しました。隊員たちは、照り付ける日差しとアスファルトの照り返しに、気力と体力を奪われながらも「何かあれば、すぐ対応できる隊員を目指したい」という一心で、厳しい訓練に臨んでいました。



## 幻想的な明かりに包まれて

7月21日(土)から8月31日(金)まで、鶯沢地区にある細倉マインパークで「カンテラまつり」を開催しました。カンテラは、鉱石を掘る時に使用していた照明器具で、電池式のランプが出回る昭和中期まで使用されていました。祭りでは、坑道内に約300個のカンテラが取り付けられ、屋外とは別世界の平均温度14度の涼しさと静けさの中、ほのかに光るカンテラの明かりが、訪れた人を優しく包んでいました。





## いっしょにやっぺし! Group 21

## 栗原神楽

栗原神楽では、伝統を守りながらも「見やすく」、「聴きやすく」、「心を打つ演技」をモットーに、お客さんに楽しんでもらえる演目作りに励んでいます。

栗原地方に古くから伝わる南部神楽は、太鼓や鉦のリズムに合わせて、役者が役柄に合う節回しのセリフを喋りながら舞踊り、ストーリーを進めていく和風ミュージカルのようなものです。ミュージカルにも色々なジャンルがあるように、神楽にも義経物語や神話などさまざまなジャンルがあり、神社の秋祭りや神楽大会など、市内外をはじめ、県外でも披露しています。

また、7月から11月の毎週日曜日午後7時より、栗原沖集落センターで神楽教室を開催しています。年齢・性別不問、未経験者大歓迎。南部神楽の楽しみ方や演目の解説も行っていますので、気軽にご連絡ください。

問 栗原神楽 佐藤

☎090(4045)6215

Eメール

kagura.hera@gmail.com



※市内で活動する  
団体の情報をお寄せください



## 永遠の野球小僧たち

9月7日(金)から、新潟県新潟市にあるハードオフエコスタジアムなどを会場にして開催される「第20回全日本選抜選層軟式野球大会」に、栗原シルバークラブが出場します。

この大会は、全国から予選を勝ち抜いた64チームが参加しトーナメント方式で行われます。

今回、3回目の出場を決めた永遠の野球小僧たちは、「山田監督と鹿野主将の下、優勝を目指して頑張ります」と、チーム一丸となって練習に励んでいます。



## 感謝と繁栄を祈念して

8月11日(土)、市の観光資源である栗駒山のこれまでの50年を回顧し、これからの50年の繁栄を祈念する式典を開催しました。

式典では、栗原市エグゼクティブアドバイザーの丁野朗さんによる、地域の総合力を活かした観光づくりについて、記念講演が行われました。また、プレミアヤマホリデー登山では、伊達武将隊による演舞や記念登山が行われ、ミネヤナギの記念植樹も行うなど、大勢の来場者が山に親しみ、山の恩恵に感謝する楽しい一日を過ごしました。

## まちのプロフェッショナル! Company 11

## 人の手による精密さを追求して

イワサキ通信工業株式会社は、昭和58年に創業し、医療機器や産業用機械、半導体試験装置などさまざまな分野のハーネスを生産しています。

スーパーコンピューター「京」の超高速通信用のハーネスを全量生産するなど、精密な加工を可能にする技術力と品質は高く評価されています。また、自社で独自にハンダ付け加工認定制度を設け、毎年、セミナーを開催するなど、社員の技術力の維持・向上にも力を入れています。



▲生産されたハーネス



▲スーパーコンピューター「京」

## イワサキ通信工業株式会社

- 所 在 栗原市志波姫南堀口57番地
- 代表者 代表取締役 菅原 新一
- 従業員 100人
- 創 業 昭和58年5月

## インタビュー

「丁寧にしっかりとした仕事をする社風に魅力を感じたのが、入社したきっかけです」と話すのは、内視鏡の部品のハンダ付けなどを担当する千葉 由衣菜さん。

千葉さんは、製品に不具合があれば、人の命に関わるため、常に細心の注意を払い、絶対に妥協しないよう心掛けているそうです。



【左から】中村君、岩瀬君

## 県代表でベスト8を目指す

9月16日(日)、大阪府大阪市の府民共済スーパーアリーナで開催される「第13回全日本都道府県対抗少年剣道優勝大会」に、市内から2人の中学生が出場します。

出場するのは、若柳中学校3年生の、中村 颯太君(若柳南大通)と岩瀬 健生君(若柳町館)です。2人は、良き仲間、良きライバルとして互いに切磋琢磨し、毎日の練習に励んでいます。大会に向け「県の代表として恥ずかしくない試合をし、ベスト8を目指します」と意気込みを語りました。



## 上位進出を目指して

9月15日(土)から18日(火)にかけて、北海道札幌市の美香保体育館などを会場に開催される「日本スポーツマスターズ2018札幌大会」に、バレーボール男子9人制で小野寺 世洋さん(志波姫南)が出場します。

この大会は、かつてオリンピックや全日本の選手として活躍したトップアスリートと、同じ舞台で日本一をかけて戦える大会です。

今大会に向け小野寺さんは「チームの仲間とともに上位進出を目指します」と抱負を述べました。



# おらほの食育

## 瀬中生の元気の秘訣

瀬峰中学校 養護教諭 千葉 晴絵

瀬峰中学校の朝は、生徒昇降口での気持ちのよいあいさつから始まります。生徒は欠席が少なく、登校後もほとんど体調不良を訴えることがありません。

全校生徒の生活の様子を1週間チェックしたところ、90パーセント以上の生徒が毎日の体調を「良い」と回答し、必ず朝食を取ってから登校していることが明らかになりました。残念ながら欠食する生徒もいましたが、1週間の内、一度も朝食を取ることのなかった生徒はいませんでした。

生徒の元気の秘訣は、毎日の朝食にあるようです。今後も朝食をきちんと食べて登校し、勉強に部活動に充実した学校生活を送ってほしいと思います。



# 学校きょういくの窓



## 教育先進地派遣研修

市教育委員会では、7月2日(月)から6日(金)の5日間、教員の指導力向上を目的として、市内小・中学校教員9人を、教育先進地である秋田県大仙市の西仙北小学校と西仙北中学校に派遣しました。

派遣研修では、研修校での授業参観や授業実践などに取り組みました。その後、8月10日(金)に開催された研修報告会では、参加した教員たちから「他の研修では得がたい充実した研修になった」、「この研修の成果を市内小・中学校に広く深く伝えたい」などの感想が出され、今後の学習指導や生徒指導の更なる向上を目指すとともに教職員生活の充実に向けた決意を新たにしました。なお、秋には第2陣として3人の教員を大仙市に派遣する予定です。



# 子育ての輪

Smiling つながる

子育て支援センターに遊びに来てね!

9/5~10/5

## 子育て支援センター

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。

【利用時間】 ●築館 ☎(22)9752  
 月~金曜日 ●若柳 ☎(32)2176 ●瀬峰 ☎(38)2250  
 午前9時 ●栗駒 ☎(45)5581 ●鶯沢 ☎(55)3178  
 ~ ●高清水 ☎(58)2350 ●金成 ☎(42)3251  
 午後5時 ●一迫 ☎(52)3925 ●志波姫 ☎(22)8611

掲載以外にも開催している行事がありますので市ウェブサイトをご覧ください。



市ウェブサイト

【利用時間】  
 第2・4週木曜日  
 午前9時30分~11時30分  
 ●花山 ☎(52)3925

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
	9月13日(木)	午前10時15分 ミュージック・ケア 五感を刺激しながら音楽を楽しみます
築館	19日(水)	午前10時 親子でわらべうたあそび
	26日(水)	午前11時 おひざでにこにこおはなし会 図書館司書による読み聞かせ
若柳	19日(水)	午前10時 9月生まれの誕生会 場 若柳公民館
栗駒	7日(金)	午前10時 ミュージック・ケア 五感を刺激しながら音楽を楽しみます
	11日(火)	午前10時45分 8月・9月生まれの誕生会 おはなしポケットによるおはなし会
高清水	19日(水)	午前11時 8月・9月生まれの誕生会
	29日(土)	午前 9時 運動会 場 高清水幼稚園・保育所 料 子ども1人500円 雨 高清水体育センター
一迫	6日(木)	午前10時30分 プラレールで遊ぼう
	21日(金)	午前10時15分 お月見会
瀬峰	7日(金)	午前10時 ミニトマト摘み体験 料 1家族500円
	14日(金)	午前10時30分 8月・9月生まれの誕生会 申 9月7日(金)
鶯沢	11日(火)	午前10時30分 8月・9月生まれの誕生会 おおきくなったかな
	29日(土)	午前 9時 運動会 料 子ども1人300円 申 9月17日(月)
金成	12日(水)	午前10時30分 8月・9月生まれの誕生会 申 9月10日(月)
	20日(木)	午前10時 キッズサッカー教室 場 金成やすらぎセンター 申 9月13日(木) 持 上靴、飲み物
志波姫	13日(木)	午前10時30分 親子で音楽遊び 申 9月6日(木)
	26日(水)	午前10時30分 つくってあそぼう 申 9月14日(金) 運動会用の万国旗作り
花山	13日(木)	午前10時30分 秋を探しに散歩に行こう
	27日(木)	午前10時30分 秋を探しに散歩に行こう

10/5までに申し込みが必要な行事

築館	10月 6日(土)	午前 9時	運動会 場 築館体育センター 料 子ども1人350円 申 9月13日(木)
一迫・花山	6日(土)	午前 9時15分	運動会 場 一迫活性化センター 料 子ども1人300円 大人1人240円 申 9月6日(木)
志波姫	13日(土)	午前 9時	運動会 場 志波姫保育所 料 子ども1人300円 申 9月14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。

## ミニトマト摘み体験

瀬峰子育て支援センターでは、9月7日(金)に「ミニトマト摘み体験」を行います。

瀬峰地区のトマト農家さんのハウスに行き、親子一緒にミニトマトの収穫体験をします。自分たちで収穫したミニトマトは特別においしく感じるとおもいます。

市内どの地域からでも参加できますので、ぜひ、お越しください。





# ぼくたち わたしたち むし歯ありません!

6月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもは、40人中32人でした。



## 楽しむことで 認知症予防



認知症は、脳血管性やアルツハイマー型など、さまざまな種類がありますが、決定的な予防方法はあります。しかし、認知症になる可能性が高い生活習慣を見直すことが、認知症の予防につながると言われています。

**生活習慣見直しポイント**

- ①読書やパズルなどの知的活動に挑戦する。
- ②ウォーキングなどの有酸素運動を行う。

- ③野菜や果物、青背魚をバランス良く食べる。
- ④交流や会話する場、仲間と取り組む行事などの社会参加を行う。

認知症は早めの気づきで、進行を遅らせることができます。そこで、最近注目されているのが、はっきりした認知症の症状がでる一步手前の段階、MCI(軽度認知障害)です。この時期に低下しやすい脳の機能を

鍛えることが、予防につながると言われています。

**脳を鍛えるためのポイント**

- ①日記をつけたり、出来事を話す。
- ②料理を同時に2品つくったり、何かをしながら別のことをする。
- ③旅行の計画を立てたり、将棋やマージャンなどをする。

認知症を予防するため、みんなで楽しく長く続けましょう。



## 歯っぴいスマイル



歯と口の話 ⑪ 「よく噛んで食中毒予防」

岡栗原市歯科医師会  
☎(32)6310

夏は、高温多湿を好む細菌による食中毒が多いので、特に注意が必要です。食中毒を発症すると、腹痛、下痢、嘔吐、発熱をはじめ、重症になると血便などが起こります。とはいえ、細菌の増殖や毒性は見た目やにおいでは判断できないので、食中毒を防ぐ「三原則」細菌をつけない、増やさない、やっつける」をもとに、食材の取り扱いや調理を徹底することが第一となります。

**Q1 さらに、自分でできる食中毒予防はありますか?**

**A1** 食べ物が胃に入ると、胃の粘膜から分泌される胃液(強酸性の胃酸や消化酵素が含まれている)によって消化されますが、このとき食べ物についている細菌の大半は死滅します。ところが、胃での消化が不十分のままに十二指腸に送り込まれると、生き残った細菌は食中毒を引き起こします。従って、食べ物が胃で十分に消化されるように、そして胃には余計な負担をかけないように次のことに注意しましょう。

□よく噛んで食べる。  
□食事中、および食後少量

夏は、高温多湿を好む細菌による食中毒が多いので、特に注意が必要です。食中毒を発症すると、腹痛、下痢、嘔吐、発熱をはじめ、重症になると血便などが起こります。とはいえ、細菌の増殖や毒性は見た目やにおいでは判断できないので、食中毒を防ぐ「三原則」細菌をつけない、増やさない、やっつける」をもとに、食材の取り扱いや調理を徹底することが第一となります。

**Q2 よく噛んで食べると、なぜ食中毒予防になるのですか?**

**A2** よく噛んで食べると、食べ物は唾液と混ざり細かくすり潰されます。唾液には、でんぷんを分解する消化酵素アミラーゼの他に、抗菌性のあるリゾチームや免疫グロブリンA、発癌物質の作用を弱めるペルオキシターゼなどが含まれ、病気を防ぐ効果があります。他方、よく噛まないで飲み込めば消化するのに時間がかかりますが、このとき、多量の胃液が分泌されることになり、胃壁自身にも負担がかかります。これが胃弱や消化器疾患を引き起こす誘引となり、胃腸の動きを弱めてしまいます。

くとも30分間は、飲料を控え、唾液・胃液・消化液が薄まらないようにする。

□腹八分目に抑え、食べ過ぎない。  
□食べるときは、食べることに集中する。スマホやテレビ、新聞、雑誌を見ながら食べない。  
□食後30分間は休息し、動き回らない。





# 自然災害との共生と豊穡の大地の物語

栗駒ジオパーク推進室  
☎(24)8836



# 栗駒山麓ジオパーク だより 23

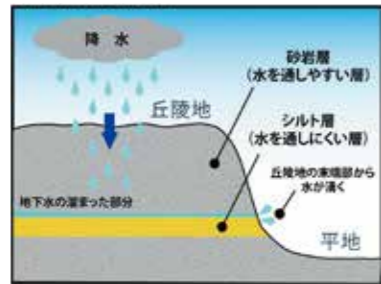
## 自然の贈り物 高清水湧水

栗原市の最南部にある高清水地区には、「高清水の七清水」とも呼ばれる清水がありました。そのうち、かつて豊富に湧きでていたのが桂葉清水です。

### ●なぜ高清水で水が湧くのか

高清水地区は、奥羽山脈の裾野に広がる小高い土地(丘陵地)の末端部に位置しています。その丘を構成する地層(高清水層)は、水中で堆積したレキや砂、シルトからなります。水を通しやすい砂の層が水をろ過し、粒子が細かく水を通しにくいシルト層に沿って水が地表へ湧き出します。

大地に降り注いだ雨水や雪解け水が、長い年月をかけてゆっ



▲高清水湧水のしくみ

くりと地下に染み込み、自然にろ過された湧水となり、まさに大自然からの贈り物と言えます。「高清水の七清水」の代表とも言える桂葉清水は、1985年に環境省の全国名水百選に選ばれています。

### ●桂葉清水にまつわる歴史

「高清水の七清水」の1つ、桂葉清水は湧出量も多く、奥州街道を通る旅人の飲み水として、神社の参拝者や地域住民のいこいの場として利用されてきました。以前は、酒醸造用として利用するため、仙台以北にある酒蔵が、冬の醸造季節に十石桶を馬車や馬そりにつけ、清水をくみに来ていたと言います。

また、本町裏清水は、養蚕が盛んだったころに、糸取り用水として重宝されていました。



しかし、現在は湧出量が少なく、飲用には煮沸が必要となっています。



▲桂葉清水

### 七清水の名称

- 清水権現清水 ●小山下清水
- 清水権現下清水 ●金剛院清水
- 桂葉清水 ●本町裏清水
- 新町裏清水

## ジオパークの発展と未来に向かって

8月3日(金)・4日(土)、青森県むつ市で第7回東北ジオパークフォーラムin下北ジオパークが開催され、栗駒山麓ジオパークから26人が参加し、交流を深めてきました。

### ●各分野で活発な意見交換を展開

フォーラムでは、国立研究開発法人海洋研究開発機構理事長の平朝彦氏による基調講演、大湊・芦崎ジオサイトの見学、分科会(保全・防災、教育、ジオストーリー、ガイド)などが行われました。

ガイド分科会では、社会や未来に貢献できるガイドを目指そうと話し合いが行われ、各ジオパークの活動事例や今後の課題など、活発な意見交換が交わされていました。



▲分科会で発表する栗駒山麓ジオガイドの佐藤鉄也さん

## 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
- (月曜日が祝日の場合は、その翌日)



今月の

# おすすめ本

パラレルワールド



小林 泰三 著  
お父さんとお母さんと3人で仲良く暮らすヒロ君。でも、お母さんにはお父さんが見えなくて…。不可思議な世界と、家族・少年の成長の物語。

サブキャラたちの日本昔話



斉藤 洋作、広瀬 弦 絵  
たくさんの謎がかかっている日本の昔話。浦島太郎のカメ、桃太郎のイヌ、金太郎のクマという脇役=サブキャラたちがもうひとつの昔話を語りはじめ…。

## お知らせ

●毎年恒例！ブックラリー  
年代別のおすすめ本20冊を読んで、スタンプを集めよう。スタンプ10個目、20個目でプレゼントがあります。読書の秋に向けて、お気に入りの一冊を見つけてみませんか？  
期間 9月1日(土)～平成31年3月31日(日)  
対象 幼児、小学校低学年、中学年、高学年、中高生・一般

※一迫ふれあいホール図書室、金成生涯学習センター図書室に返却してもスタンプがもらえます。

## 9月の『ブックくる号』

約2,000冊の図書を積んだ移動図書館車が市内を巡回します。※悪天候中止

場所	日程	時間
若柳公民館	5日(水)、19日(水)	午後2時20分～2時50分
鶯沢公民館	6日(木)、20日(木)	午後2時～2時20分
鶯沢小学校		午後2時30分～3時30分
花山小学校	12日(水)、26日(水)	午前10時15分～10時40分
瀬峰公民館	13日(木)、27日(木)	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

## 9月の『おはなし会』

幼児と小学生を対象に、絵本の読み聞かせや手あそびを行います。

場所	日程	時間
市立図書館	絵本	1日(土)、8日(土)、15日(土)、22日(土)、29日(土)
	すばなし	8日(土)
若柳公民館	8日(土)	午前10時30分～10時50分
栗駒総合支所	8日(土)、22日(土)	午後2時30分～3時
		午後2時～2時30分
		午前10時～11時



## 栗原の季節の野菜とじゃこの丼

※1人当たりの栄養価:343kcal、たんぱく質13.9g、塩分2.5g

### 材料(4人分)

- ナス 4個
- パプリカ(赤・黄) 各1/4個
- オクラ 2本
- ミョウガ 2個
- 青ジソ 8枚
- ちりめんじゃこ 40g
- ご飯(温かいもの) 600g
- 削り節 5g
- 白ゴマ 小さじ1
- しょうゆ 大さじ3
- 塩(板ずり用) 少々

### 作り方

- ナスはヘタを切り落とし、2から3ミリメートルの厚さの半月切りにし、しょうゆに浸す。
- パプリカは縦に細く切る。
- 板ずりしたオクラをゆでて、小口切りにする。
- ミョウガは斜め薄切り、青ジソは細切りにして水にさらした後、ペーパータオルで水気を切る。
- ちりめんじゃこは熱湯にサッとぐらせ、ざるに上げて水気を切る。
- ①がしんなりしてきたら、②と③、④のミョウガを加えてあえる。
- 器にご飯をよそい、⑤と⑥のをせ、④の青ジソを盛り、削り節と白ゴマを散らす。



### ポイント

オクラを板ずり(塩を振り、まな板にこすりあわせ、塩を洗い流す)することで、産毛が取れて色が良くなり、味もなじみやすくなります。

### 献立作成者

食生活改善推進員  
花山分会 佐々木 寿美子





# 生涯学習のひろば

## 募集

### 古文書解読講座

古文書解読の基礎知識と、その文書の背景となる歴史を学びます。

日時 10月6日(土)、13日(土)、20日(土)午後1時30分～3時

場所 一迫埋蔵文化財センター(山王ろまん館)

講師 仙台市博物館 倉橋真紀氏

内容 「栗原周辺地域と戊辰戦争 村では何が起るのか?」

対象 市内在住の人

定員 50人(先着順)

参加費 無料

申し込み 10月4日(木)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください。



問 教育部文化財保護課 ☎(42)3515

### 心の安らぎ写経講座

日時 9月12日(水)午前10時～正午

場所 瀬峰公民館

参加費 1,000円

申し込み 9月10日(月)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 9月15日(土)午前11時15分～正午

場所 栗駒総合体育館

参加費 830円

申し込み 9月14日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください。

問 栗駒総合体育館 ☎(45)5885

### 太極拳初心者教室

日時 9月15日(土)午後2時30分～3時15分

場所 栗駒総合体育館

参加費 830円

申し込み 9月14日(金)まで問い合わせ先に、電話で申し込みください。

問 栗駒総合体育館 ☎(45)5885

### トレーニングルーム利用講習会

日時 毎週水曜日 午後7時30分～8時30分

毎月第3土曜日 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。

問 若柳総合体育館 ☎(45)5885



問 栗駒総合体育館 ☎(45)5885

### 平成30年第3回 栗原市議会定例会

次のとおり議会定例会を開催します。気軽にお越しください。

日程・内容

9月11日(火)本会議 会期の決定、議案の提案理由説明など

19日(水)～21日(金)本会議 一般質問(個人質問) 議 一般質問(個人質問) 問(個人質問)、議案の総括質疑など

26日(水)各常任委員会付託議案審査

27日(木)本会議 各常任委員長報告、質疑、討論、採決など

28日(金)～10月3日(水)決算特別委員会 平成29年度決算議案の審査

10月4日(木)本会議 決算特別委員会委員長報告、質疑、討論、採決など

※土・日曜日は休会

※一般質問や議案の件数によって、会期を変更する場合があります。

開会時間 午前10時

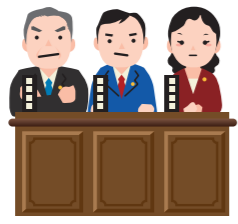
※9月27日(木)は、午後1時30分開会

場所 市役所4階 議場

傍聴 座席25席

※車いすで傍聴できます。

### 住宅・土地統計調査に協力してください



10月1日を基準日とし、住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住宅数や居住状況のほか、高齢化社会を支

※各総合支所のテレビでも視聴できます。

URL <http://www.dicoussvision.net/kuriharasi/index.html>

問 議会事務局 ☎(22)1170

### 企画部市政情報課

☎(22)1126



える居住環境や耐震性、防火性といった住宅性能水準の達成度、空き家の実態、土地の利用状況を調査し、私たちの暮らしと住まいに関する計画や施策の基礎資料として幅広く活用されます。

市内では、総務省が選定した171調査区が対象となり、調査区内から無作為に抽出された約2,800世帯の世帯に調査票の記入をお願いすることになります。

対象となる調査区域には、9月上旬から宮城県知事が発行した調査員証を持った調査員が各世帯を訪問し、住戸の確認を行います。さらに、調査該当世帯に9月中旬から下旬にかけて、調査書類を配布します。

調査の趣旨をご理解いただき、インターネットで回答するか、調査員に調査票を提出または郵送で回答をお願いします。

問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

## 市内の文化財散策

### ⑮ 平野神社のめもと銀杏

若柳地区の平野神社旧境内地には、2本の銀杏が立っています。それらは雌株と雄株であるため「めもと銀杏」と呼ばれています。当時は本殿に向かって左側に雌株、右側に雄株が立っていました。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いわれ、この銀杏の木もそのころに植えられたものとされ、推定樹齢60年と言われています。現在、銀杏の木は枝が広がっているため、かつてよりも樹高は低くなっていますが、1918(大正7)年に

種別	市指定天然記念物
指定年月日	昭和38年3月25日
所在地	若柳字川北新町1番
所有者	平野神社



めもと銀杏

問 教育部文化財保護課 ☎(42)3515



## 市長コラム

### 電話番号1番

電話は、今から140年以上前に発明され、日本で初めての開通は1890年と言われています。初期の電話サービスは、行政機関や銀行、豪商などが主な加入者だったようです。時代は変わり、一家に1台だった電話は、今では一人に1台に広がりました。

市内では、おそらく大正から昭和初期にかけて電話番号が普及したものと考えられています。各地域の電話番号1番のうち文献などで確認できたものを紹介しますと、築館1番は伊藤眞正舎、若柳1番は柏屋本店、栗駒1番は佐々木元町長宅、金成1番は菅原元町長宅、高清水1番は佐藤元町長宅、鷺沢1番は三菱鉱業株式会社細倉工業所、花山1番は花山鉱山などがあります。当時は、



電話番号1番の表札

栗原市長 千葉健司





### 若者会議開催

若者と市長の意見交換の場として、若者会議を開催します。若者の目線で、まちづくりなどについてのアイデアを出してみませんか。

- 日時 10月6日(土)午前9時30分～11時30分
- 場所 市役所
- 対象 市内在住の18歳から39歳までの人で、まちづくりや地域課題解決の提案がある人
- 実施方法 事前予約制
- 定員 10人
- 申し込み 9月28日(金)まで、市政情報課に電話で申し込みください。

問 企画部市政情報課

☎(22) 1126



### 情報公開・個人情報保護制度の運用状況

市の情報公開条例と個人情報保護条例の規定に基づき、平成29年度の運用状況を次のとおり公表します。

●開示請求などの処理状況 (単位:件)

開示請求		行政文書	個人情報
開示請求		69	23
処理状況	開示	9	4
	部分開示	54	10
	非開示	0	0
	取下げ・不存在など	8	2
	情報提供(簡易開示)	0	7
	他制度で対応	0	—
合計		71	23
訂正請求、是正申出、苦情相談		—	0

※開示請求1件に対し、複数の決定を行うことがあるため、開示請求件数と処理状況件数は、必ずしも一致しない場合があります。

※「簡易開示」とは、口頭による開示請求に対し、口頭により開示することをいいます。

問 総務部総務課

☎(22) 1122



### 特別障害者手当などの現況届を忘れずに

現在、特別障害者手当などを受給している人から、現況届を提出していただき、引き続き手当を受けることができるか確認します。現況届が提出されない場合は、8月分以降の手当が受けられなくなり、注意してください。また、新たに特別障害者手当、障害児福祉手当の受給に該当すると思われる人は、問い合わせ先に相談してください。

#### 特別障害者手当

- 対象 20歳以上で著しく重度の障害があるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする在宅の人
- 手当額 月額26,940円
- 持参するもの
  - 受給している人
    - 現況届、所得状況届、印鑑、所得額などの調査に係る同意書、公的年金証書・公的年金額改定通知書
  - 新たに申請する人
    - 認定請求書、診断書、所得状況届、印鑑、所得額などの調査に係る同意書、公的年金証書、公的年金額改定通知書

※施設に入所中の入、病院など

#### 共通事項

- 提出期限 9月11日(火) ※新たに申請する人は随時受け付けします。
- 提出先 居住する地区の総合支所市民サービス課
- 問 市民生活部社会福祉課

☎(22) 1340



### 子育て応援、母子・父子家庭、心身障害者医療費助成受給者証の更新

医療費の助成を受けている人は、9月28日までに更新申請書の提出が必要です。

これは、引き続き医療費助成を受けられるかどうか、確認するためのものです。対象となる人には文書で通知しますので、必要書類などを添えて提出してください。

この申請書を提出しない場合、10月以降の医療費助成が受けられなくなりますので、忘れずに手続きをしてください。

### 市長カフェオープン

問 企画部市政情報課 ☎(22) 1126

市民と市長の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 市内在住の人で、まちづくりや地域課題解決の提案がある人
- 実施方法 事前予約制(先着順)で1人(組)15分以内、各会場5人(組)までとします。

※1組3人程度まで

●申し込み 開催日の7日前までの開庁時間(午前8時30分～午後5時15分)に、開催地の総合支所市民サービス課に電話で申し込みください。

※土・日曜日、祝日を除く



対象地区	日時	開催場所
築館・志波姫	10月6日(土) 午後1時30分～3時5分	築館総合支所
若柳・金成	10月7日(日) 午前10時～11時35分	若柳総合支所
高清水・瀬峰	10月14日(日) 午後1時30分～3時5分	瀬峰保健センター
栗駒・鶯沢	10月27日(土) 午前10時～11時35分	栗駒総合支所
一迫・花山	10月27日(土) 午後3時～4時35分	一迫総合支所

### 栗駒山交通渋滞対策の実施

紅葉時期の交通渋滞を解消するため、マイカー規制を行います。シャトルバスを運行します。いわがみ平の駐車場が満車になり次第運行しますので、ご利用の際は、いこいの村栗駒跡地周辺の臨時駐車場に駐車してください。

なお、今年からシャトルバス運行協力金の呼びかけを行いますので、ご理解をお願いします。

- 期間 9月28日(金)から10月14日(日)までの、金・土・日曜日、祝日
- 時間 午前7時～午後3時
- 区間 いこいの村栗駒跡地周辺臨時駐車場から、いわがみ平駐車場まで(県道築館栗駒公園線)
- 運行協力金(シャトルバス券) 中学生以上 500円
- 対象外車両 観光バス、路線バス、タクシー、自動二輪車

問 商工観光部田園観光課 ☎(22) 1151



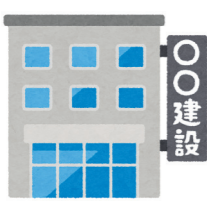
### 屋外広告物の設置には許可が必要です

県内では、宮城県屋外広告物条例に基づいて屋外広告物を表示できる場所や基準が定められています。表示する際は許可が必要となりますので、申請してください。

屋外広告物の表示ルールを守り、景観の整った魅力あるまちづくりを進めましょう。許可条件、申請方法など詳しくは、問い合わせください。

- 屋外広告物とは
  - 店や会社の壁面に掲示する文字や絵
  - 道端に設置する案内看板や宣伝の貼り紙
  - 広告塔や電光掲示板
  - その他、建物の外に継続して表示するもの
- ※事業所や自己敷地内に表示するものも含む

問 建設部建設課 ☎(22) 1152







### 深山牧野産 サイレージ販売

家畜用飼料として、市営深山牧野の牧草で生産したローレルペーラップサイレージ※を販売します。

※飼料作物を乳酸発酵させた餌

●製品 イネ科牧草主体草地1番草 ロール径90cm×高さ120cmノーカーテン

●料金 1ロール4,050円  
●申し込み 問い合わせ先に電話で申し込みください。  
※数に限りがありますので、先着順になります。

問 市営深山牧野

☎(47)2025

農林振興部農林畜産課

☎(22)1136



### 秋の交通安全 県民総ぐるみ運動

9月21日から30日の期間で秋の交通安全県民総ぐるみ運動

動を実施します。また、最終日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。  
一人一人が交通ルールを守り、悲惨な交通事故をなくしましょう。

●メインスローガン

□守ろう交通ルール 高めよう交通マナー

□交通ルール 守るあなたが守られる

●運動の重点

□子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止

□夕暮れ時と夜間の歩行中、自転車乗車中の交通事故防止

□すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

□飲酒運転の根絶

問 総務部危機対策課

☎(22)1149

若柳警察署 ☎(32)3111

築館警察署 ☎(22)1101

### 9月は廃棄物不法投棄防止強化月間

廃棄物の不法投棄は、私たちの生活環境の破壊につながり、法律でも禁止されています。市では、宮城県などと協力

●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、予防注射を受けてください。

R 動物病院(築館薬師)

☎(22)1199

いとう動物病院(築館伊豆)

☎(23)7042

くりこま動物クリニック(築館字宮野中央)

☎(22)7911

さたけ家畜医院(栗駒中野)

☎(45)5513

せみね動物病院(瀬峰藤田)

☎(59)2530

大江動物病院(金成小迫)

☎(42)1173

②予防注射料金3,100円がかかります。

※注射料金は動物病院により異なる場合があります。

③その場で、狂犬病予防注射済票が交付されます。

●その他の動物病院で予防注射を受ける場合

①予防注射を受けると、狂犬病予防注射済票が発行されます。

※注射料金は動物病院により異なる場合があります。

②獣医師が発行した狂犬病予防注射済票を持参し、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行って

ください。交付手数料550円がかかります。  
※飼主など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。

### 家庭ごみの野焼きは禁止されています

家庭ごみを屋外で焼却(野焼き)することは、法律により禁止されています。違反した場合は罰則(5年以下の懲役または1,000万円以下の罰金)があります。絶対に焼却しないでください。

問 市民生活部環境課

☎(22)3350



### 薪ストーブ等焼却灰の放射能測定

市では、東京電力福島第一原子力発電所の事故に伴う放射性物質の拡散により、薪ストーブなどの使用で発生した

し、看板の設置や巡回パトロールなどの実施により、不法投棄の防止に努めています。美しい栗原の環境を子どもたちに残すため、不法投棄を「しない」「させない」「許さない」という意識を持ち、根絶しましょう。

※不法投棄をした場合、5年以下の懲役または1,000万円(法人は3億円まで加算できる)以下の罰金に処されるなどの罰則があります。

問 市民生活部環境課

☎(22)3350

各総合支所市民サービス課



### 狂犬病予防注射はお済みですか

犬を飼う場合は、狂犬病予防法により、毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。4月に集合注射を実施しましたが、まだ受けていない場合は個別に予防注射を受けてください。

### 家屋を取り壊したら届け出を

固定資産税は、毎年1月1日現在で、土地や家屋、償却資産を所有している人に課税されます。

平成30年中に家屋を取り壊した場合は、平成31年度以降は課税されませんが、届け出がない場合には、引き続き課税されます。

「家屋滅失届出書」を税務課または各総合支所市民サービス課に、提出してください。

※届出書は、税務課または各総合支所市民サービス課で配布します。

問 総務部税務課

☎(22)1121

☎(22)1121



### 栗原中央病院 市民ふれあい祭り2018

問 栗原中央病院総務課 ☎(21)5330

●場所 栗原中央病院

●内容 健康に関する講演や病院内の見学、ステージ発表などのイベントや展示、薬剤師による化学教室など

●参加費 無料

申し込みは不要ですので、気軽に参加してください。

●日時 9月29日(土)午前10時〜午後2時



### お口の健康サポーター養成講座 参加者募集

問 市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

ファクス ☎(22)0350

地域などでお口の健康づくりに協力していただく、お口の健康サポーター養成講座を開催します。

すべての日程に参加し、サポーター登録を希望する人には、お口の健康サポーター登録証を交付します。

●場所 市民活動支援センター

●対象 市内在住の20歳から70歳までの人

●定員 25人程度(先着順)

●参加費 無料

●申し込み 10月5日(金)までお問い合わせ先に、電話またはファクスで申し込みください。

※ファクスで申し込みする場合は、氏名、住所、連絡先を記入の上、申し込みください。

### 日時・内容

日時	内容
10月15日(月) 午後1時30分〜3時30分	歯周病、全身の健康とお口の関係、食べる・飲み込む仕組みについて
10月29日(月) 午前9時30分〜11時30分	市の歯科保健事業とその活用、歯磨き道具、正しい歯磨きについて
11月12日(月) 午前9時30分〜11時30分	誤えん性肺炎予防、お口の体操の意義と実技について
12月6日(木) 午前9時30分〜11時30分	お口の体操演習、食べ物と歯の健康、お口の健康サポーターの活動について





11月30日まで 秋の農作業安全確認 運動期間です

農作業を安全に行い、事故を防止するため、次のことに注意し、心にゆとりを持った作業で農作業事故を無くしましょう。

- 農作業安全の実践確認項目
● 休憩の取れる無理のない作業
● 農作業や機械作業に適した服装
● 点検・整備は、必ずエンジン停止
● 油断せず後方確認、足元注意
● ほ場への出入りや、あぜ越えは慎重に
● 農道の走行時は、路肩の状況を確認
● 道路走行に備え、反射板を装着

問 農林振興部農林畜産課 ☎(22)1136

心にきざむ文化講演会

直木賞作家の高橋克彦氏を講師に招き、講演会を開催します。ぜひ、お越しください。
日時 10月7日(日)午後1時30分
※開場は30分前



▲昨年の文化講演会の様子

● 場所 栗原文化会館
● 講師 浮世絵研究者・作家 高橋克彦氏
● 演題 「蝦夷の魂」
● 入場料は無料ですが、入場券が必要です。
● 入場券は、9月7日(金)から各教育センター、または各総合支所市民サービス課、栗原文化会館、若柳ドリーム・パルで配布します。
問 教育部社会教育課 ☎(42)3514

「モバイル栗原市」終了のお知らせ

ファイナーチャイフォン(ガラケー)向けサイト「モバイル栗原市」は、利用者の減少に伴い、9月30日をもって終了します。
10月1日以降は、パソコン

またはスマートフォンなどから栗原市公式ウェブサイトをご利用ください。
問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

市有地を売却します

● 受付期間 9月3日(月)～28日(金)午前8時30分～午後5時
● 抽選日 10月4日(木)午前10時
● 抽選場所 市役所
● 売却価格の割引 自己住宅を建築し居住する人など、次の要件に該当する場合、それぞれ売却価格を10パーセント割引します。
● 40歳以下の人
● 18歳以下の子どもがいる人
● 市外に住民登録がある人
● 申し込み 管財課で配布する申込用紙に必要事項を記入の上、問い合わせ先に直接申し込みください。
※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。
問 総務部管財課 ☎(22)1116

● 売却地

Table with 4 columns: 所在地, 面積(m²), 売却価格(円). Lists various land parcels for sale with their respective area and price.

日曜日の窓口開庁日

市内どの地区にお住まいの人でも利用できます。なお、証明願いなど、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 9月9日(日)午前8時30分～正午
場所 築館総合支所
日時 9月23日(日)午前8時30分～正午
場所 金成総合支所

業務内容
戸籍・住民票・印鑑・税関係の証明書などの交付
問 市民生活部市民課 ☎(22)3211

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ます。

予約受付日時
月～金曜日 ※祝日を除く
午前8時30分～午後5時
※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
予約できる人 市内に住所がある人
交付を受ける人 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人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
※証明を受けられる人の印鑑登録証(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。
問 市民生活部市民課 ☎(22)3211
各総合支所市民サービス課



NHK総合テレビ データ放送「おしらせ」サービス終了

市内のイベント情報をNHK仙台放送局総合テレビのデータ放送「市町村からのおしらせ」に毎月掲載していましたが、放送局の掲載内容の見直しにより、「おしらせ」サービスが終了となります。
なお、サービス終了後は、市公式ウェブサイトや広報くりからは16日号に掲載している市内のイベント情報をご覧ください。
サービス終了日 9月30日(日)午後5時
問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

宮城県防災指導員養成講習

地域の防災対策に関する活動の中心的な役割を担う防災リーダーを育成するため、平成30年度宮城県防災指導員養成講習が開催されます。



まちクリエイターの活動場所と機会を募集

市は、栗原のまちの魅力につながる新しい創作や表現活動、まちづくり活動を実践した人に、「まちクリエイター」の称号を付与するプロジェクトを行っています。
皆さんの地域で、創作活動ができる場所やまちづくりなどの実践機会がありましたら、ぜひ、お知らせください。
問 企画部定住戦略室 ☎(22)1125

犬のしつけ教室

家庭犬のしつけ方について、講演とデモンストレーションを行います。
● 犬の条件 次のすべてを満たす犬が対象になります。
● 市内で飼育
● 6カ月～5歳程度
● 平成30年度狂犬病予防注射、混合ワクチンを接種済み
● 定員 4組
● 申込期間 9月3日(月)～9月14日(金)
● 申込料 1,000円
※市内在住の人は、市が負担します。

問 総務部危機対策課 ☎(22)1149
● 日時 11月17日(土)、18日(日)午前9時～午後5時
● 場所 市消防庁舎
● 内容
● 災害や防災の基礎知識
● 机上訓練などの演習
● 定員 50人程度(各日)
● 受講料 1,000円
● 申し込み 10月1日(月)までに、危機対策課、または各総合支所市民サービス課に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、いづれかに申し込みください。
問 総務部危機対策課 ☎(22)1149
● 日時 10月14日(日)午前10時～正午
● 場所 築館体育センター
● 参加費 無料
● 講師 警察犬松本訓練所 松本章氏
● 申し込み 栗原保健所食品薬事に、電話で申し込みください。
問 市民生活部環境課 ☎(22)3350
栗原保健所食品薬事班 ☎(22)2115





### 放射能関連情報

#### 小学校の空間放射線量測定結果

(測定日：7月17日～20日)

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

※単位：マイクロシーベルト/時  
 ※上記以外は、市ウェブサイトでご確認ください。

大気中の放射線量ほか  
 市ウェブサイト

問 農林振興部放射性廃棄物等対策室  
 ☎(22)1172

#### 各種測定の申込先

- 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 農林振興部放射性廃棄物等対策室 ☎(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

### 9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
2 (日)	栗原市立高清水診療所 高清水桜丁 ☎(58)2020	宮城島クリニック 一迫真坂 ☎(52)2881	ナカムラ薬局 ☎(58)2019 一迫薬局 ☎(52)4614
9 (日)	渡辺整形外科内科医院 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2273	たまがけ医院 一迫真坂 ☎(52)5115	上小路一樹新生薬局 ☎(45)1255 ひまわり薬局 ☎(57)6035
16 (日)	佐々木内科医院 若柳字川北 ☎(32)6633	日野クリニック 志波姫新沼崎 ☎(23)7100	佐々木内科医院(院内) ☎(32)6633 志波姫調剤薬局 ☎(23)3022
17 (月)	くりこまクリニック 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2128	萩野診療所 金成有壁 ☎(44)2005	くが歯科医院 築館字下宮野 ☎(23)3748 ありかべ調剤薬局 ☎(44)2586
23 (日)	きくた内科クリニック 築館源光 ☎(21)1313	栗原市立若柳病院 若柳字川北 ☎(32)2335	青葉の杜薬局 築館店 ☎(25)0071 サデン調剤薬局 ☎(35)1178
24 (月)	栗原市立栗駒病院 栗駒岩ヶ崎 ☎(45)2211	栗原市立花山診療所 花山字本沢 ☎(56)2013	一柳介護調剤センター ☎(45)3035 栗原市花山診療所(院内) ☎(56)2013
30 (日)	達内科 築館薬師 ☎(22)2655	栗原市立瀬峰診療所 瀬峰長者原 ☎(38)3121	ヨネキ薬局 築館店 ☎(21)1225 さくら薬局 ☎(59)2051

☐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)

#### 心もからだも元氣塾

介護予防について各専門職から正しい知識を学ぶ、介護予防教室を開催します。

期間 10月9日(火)～平成31年2月7日(木)

場所 市内10会場

※各会場の開催日時や場所など、詳しくは問い合わせください。

内容(全6回コース)

- ☐ストレッチや筋力アップ運動、バランストレーニングなどの紹介や体験
- ☐口腔機能、えん下機能の維持・改善のためのセルフケアなどの紹介・体験
- ☐栄養講話など

●対象 市内在住の65歳以上の人で、要介護認定(申請中の人も含む)を受けていない、運動制限のない人

●参加費 無料

●定員 各教室25人(先着順)

●申し込み 9月21日(金)まで問合わせ先に、電話で申し込みください。

問 市民生活部介護福祉課 ☎(22)1350

#### 「広報くりはら」紙面変更

広報くりはらの紙面変更に伴い、1日号に掲載していた「生涯学習のひろば」、「休日急患診療当番医・調剤薬局」は、次号から16日号に掲載します。

問 企画部市政情報課 ☎(22)1126

#### 区分

- ☐新田東住宅(築館) 1戸
- ☐定住促進栗駒住宅(栗駒) 1戸
- ☐長者原東住宅(瀬峰) 1戸
- ☐定住促進金成住宅(金成) 1戸
- ☐萩野住宅(金成) 1戸
- 受付期限 9月12日(水)
- 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。
- 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
- ☐森下住宅(鶯沢) 2戸
- ☐館輪住宅(志波姫) 4戸
- 申し込み 建築住宅課に問い合わせの上、直接申し込みください。
- 問 建設部建築住宅課 ☎(22)1153

#### 寄付 ありがとう ございました

一般寄付

- 小野寺 正年 様 書籍「評伝鈴木文治」ほか 35冊 6月27日
- 小さな町の小さなカーフェスタ実行委員会 一金30,263円 6月27日
- 中村 博 様 書籍「七五調源氏物語・第13巻」 10冊 7月20日

問 総務部管財課 ☎(22)1116

#### 人口の動き

※平成30年7月末現在、( )は前月比

人 口 ●68,697人(△65)

男:33,215人(△40) 女:35,482人(△25)

世帯数 ●24,854世帯(△1)

出 生 ●24人 死 亡 ●73人

転 入 ●100人 転 出 ●116人

問 市民生活部市民課 ☎(22)3211

#### 今月の納期 10月1日(月)まで

固定資産税(第3期)  
 国民健康保険税(第5期)  
 問 総務部税務課 ☎(22)1121

後期高齢者医療保険料(第3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!」

## 車より ちょっとそこまで ウオーキング

診療時間 月 火 水 木 土  
 午前 9:00~12:00  
 午後 14:30~18:00  
 休診日/水曜午後・土曜午後、日曜、祝日

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

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  
 (←検査)採尿・採血・胃カメラ・胸部レントゲン・便検査

当院 油橋バス停より徒歩3分(市民バス若柳線)

#### 新お葬式プラン

【絆会館・和室での祭壇無しお葬儀プラン】  
 ご家族、ご親族のみでのお葬儀「収容人数5名」

基本料金 **159,000円**から

※水道・ガス・電気・その他備品代は1時間あたり500円(金成葬祭会館は700円)を頂戴いたします。  
 ※奉仕料として、30,000円を頂戴いたします。搬送料、生花・供物、香典返し、線香・ローソク、写真等、別途がかかります。

24時間(有)わか柳葬祭 お問い合わせ・ご相談 疑問・質問まずはお電話を。 ☎0228-32-3275





# 情報あれこれ

## お知らせ

**国民年金の後納制度**  
納期限から2年が経過し、時効で納めることができなくなった国民年金保険料を、過去5年分まで納めることができる後納制度が、9月30日で終了します。

後納制度を利用するためには、9月28日までに「国民年金後納保険料納付申込書」の提出が必要です。納付した期間が不足していて、年金受給資格がない人などは、最寄りの年金事務所に早急に相談してください。

※詳しくは問い合わせください。

**問 古川年金事務所**  
〒0229(23)1200  
民生生活部市民課  
☎(22)3211  
各総合支所市民サービス課

## 10月1日から7日は公証週間

当事者間の権利・義務を明確にし、争いを未然に防止するのが公証制度です。

遺言、任意後見、離婚(養育費や慰謝料など)や金銭・土地建物の賃借、不動産の売買などの大切な契約は、法務大臣が任命した法律の専門家である公証人が作成した公正証書にしておくことをお勧めします。

**問 古川公証人役場**  
〒0229(22)2332

## 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。

**日程・場所**  
10月2日(火) 築館総合支所  
10月3日(水) 若柳総合支所  
10月4日(木) 栗駒総合支所  
10月5日(金) 一迫総合支所

時間  
■ 午前の部 午前10時～11時30分  
■ 午後の部 午後1時30分～3時

※内容は午前の部、午後の部共通  
**問 築館税務署** ☎(22)2261

## 建設業退職金共済制度

この制度は、建設現場で働く人のために、中小企業退職金共済法に基づき、国により作られた退職金制度です。

掛金の一部を国が補助するなど、安全、確実に手続きも簡単です。

**加入できる事業主**  
建設業を営む人  
対象となる労働者  
建設業の現場で働く人  
※一人親方も任意組合を通じて加入できます。

掛け金 月額310円  
※掛け金は全額事業主負担  
※詳しくは、問い合わせいただくか、ウェブサイトで確認してください。

**URL**  
<http://www.kentakyo.taisyokukin.go.jp/>

**問 独立行政法人勤労者退職金共済機構建設業退職金共済事業宮城県支部**  
〒022(263)2973

## 個人版私的整理ガイドライン

東日本大震災で被害を受けた人は、個人債務者の私的整理に関するガイドラインを利用することで、震災前からの住宅ローンなどが免除されます。

※免除には一定の条件があります。

詳しくは、問い合わせいただくか、ウェブサイトを確認してください。

**URL**  
<http://www.kefor.jp/>

**問 一般社団法人個人版私的整理ガイドライン運営委員会コールセンター**  
☎0120(380)883

## 募集

## 自衛官募集

**自衛官候補生(高校生)・一般曹候補生**  
● 受験資格 18歳以上27歳未満の人  
● 申込期限 9月7日(金)

● 試験日 9月16日(日)

● 自衛官候補生(高校生) 9月16日(日)  
● 一般曹候補生 9月22日(土)

● 航空学生 受験資格 18歳以上21歳未満の人  
※海上自衛隊は23歳未満までの人  
● 申込期限 9月7日(金)

## 中小企業対象無料弁護士相談

相談日時 9月20日(木)午後1時～4時

場所 宮城県栗原合同庁舎  
対象 中小企業、個人事業主  
内容 事業者間取引に関する相談

申し込み 9月13日(木)まで、問い合わせ先に、電話で申し込みください。

**問 公益財団法人みやぎ産業振興機構**  
専用フリーダイヤル  
☎0120(418)618

## コミュニティ・地域づくり無料相談

相談日時 月～土曜日 午前8時30分～午後9時30分

場所 市民活動支援センター  
内容 コミュニティなど、まちづくり活動全般の相談  
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)2060

## ものづくり体験教室

日時 9月29日(土)午前10時～午後3時30分

場所 東北職業能力開発大学校  
対象者 小学5年生～高校生  
参加費 無料  
※申込み方法など、詳しくは問い合わせいただくか、ウェブサイトで確認してください。

**URL**  
<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/sanzin/scienceplus.html/>

**問 宮城県経済商工観光部産業人材対策課**  
☎022(211)2764

## 第9回栗原市復興ふるさと植樹活動

日時 9月29日(土)午前10時30分～正午

場所 行者滝(栗駒地区)  
対象 小学生以上  
参加費 1,000円

## くまさんのチョット文学的CDコンサート

親しみやすいクラシック音楽を中心とした名曲を鑑賞します。

日時 9月22日(土)午前11時～正午

場所 市立図書館  
参加費 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 熊田音比古**  
☎(22)9519

## 消費生活相談窓口

光回線契約の乗換えに関するトラブルの相談が多く寄せられています。

電話料金が安くなると勧め

<b>仙北信用組合の個人向けローン</b> カードローン「借得R」 お借入利率 5.80%~12.80% 固定金利 年	スーパーフリーローン「借得」 お借入利率 3.00%~14.00% 固定金利 年	奨学ローン「希望(ホープ)」 お借入利率 2.70%~4.80% 固定金利 年
<b>新</b> カードローン「安心がらす」 自動貸越機能付(普通預金一体型) お借入利率 3.50%~12.50% 固定金利 年	カーライフローン「プレミアム」 お借入利率 1.55% 固定金利 年	カーライフローン「スペシャル」 お借入利率 1.80%~2.70% 固定金利 年

豊富な暮らしのお手伝い  
Community Bank せんぼく  
WEB 仮審査お申込はご来店不要!!(24時間受付(年中無休))<http://www.senpoku.shinkumi.jp/>

楽しむならやっぱり  
**デイサービス郷の湯**

- 日帰り温泉
- リハビリ
- ロコモ
- 脳トレ
- 足湯
- パワリハ
- おやつ作り
- マッサージ
- 通信カラオケ
- ウォーターベッド

☎54-2688

**有料老人ホーム湯治村**

週休3日制正職介護スタッフ  
限定2名募集!

**169,000円～**

☎24-7905



# みらいん くりはら人

## 一歩踏み出すお手伝いをしたい



にかいどう しんご  
二階堂 真悟 さん(若柳下町2)

「ただ読むだけでなく、学んだことを行動に移せるような考え方を伝えたい」と語るのは、二階堂 真悟さん。

元々、活字が苦手で雑誌しか読まなかった二階堂さん。友人に誘われ、参加した読書会で「リード・フォー・アクション」という考え方に出会いました。これは、ワークショップ形式で他の参加者と本を読んだ感想を共有したり、内容を深く理解しながら、学んだことを普段の生活で実践・行動するというものです。この考え方に出会い、二階堂さんは行動に移すことの大切さを感じ、当時悩んでいた転職に向けて踏み出す一つのきっかけになったそうです。現在では、多くの人にこの考え方を知ってもらいたいとの思いから、リード・フォー・アクション協会で読書会の企画・進行役を務めています。

二階堂さんは、「今後は高校生や大学生などにもリード・フォー・アクションを知ってもらい、自分の可能性を広げる、その一歩を踏み出すお手伝いをしたい」と語ってくれました。



※くりはら人の情報をお寄せください



### コスメパーマ

髪でお悩みの方におすすめ  
頭皮と髪の痛みを防ぎ頭皮改善いたします。  
髪を「守る」「癒す」「整える」

通常価格 **¥10,800** (税込)

**50%off** **¥5,400** (税込)

★本誌をご持参下さい。

ビューティサロン  
ニューみらいん

築館店 0228-22-2187  
定休日:毎週日曜日

築館店・若柳店で  
ご利用頂けます。

営業時間  
AM9:00~PM6:00  
パーマ受付PM5:00まで

若柳店 0228-32-2241  
年中無休

※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています。