

人・魅力・話題を満載した市民が主役の広報紙

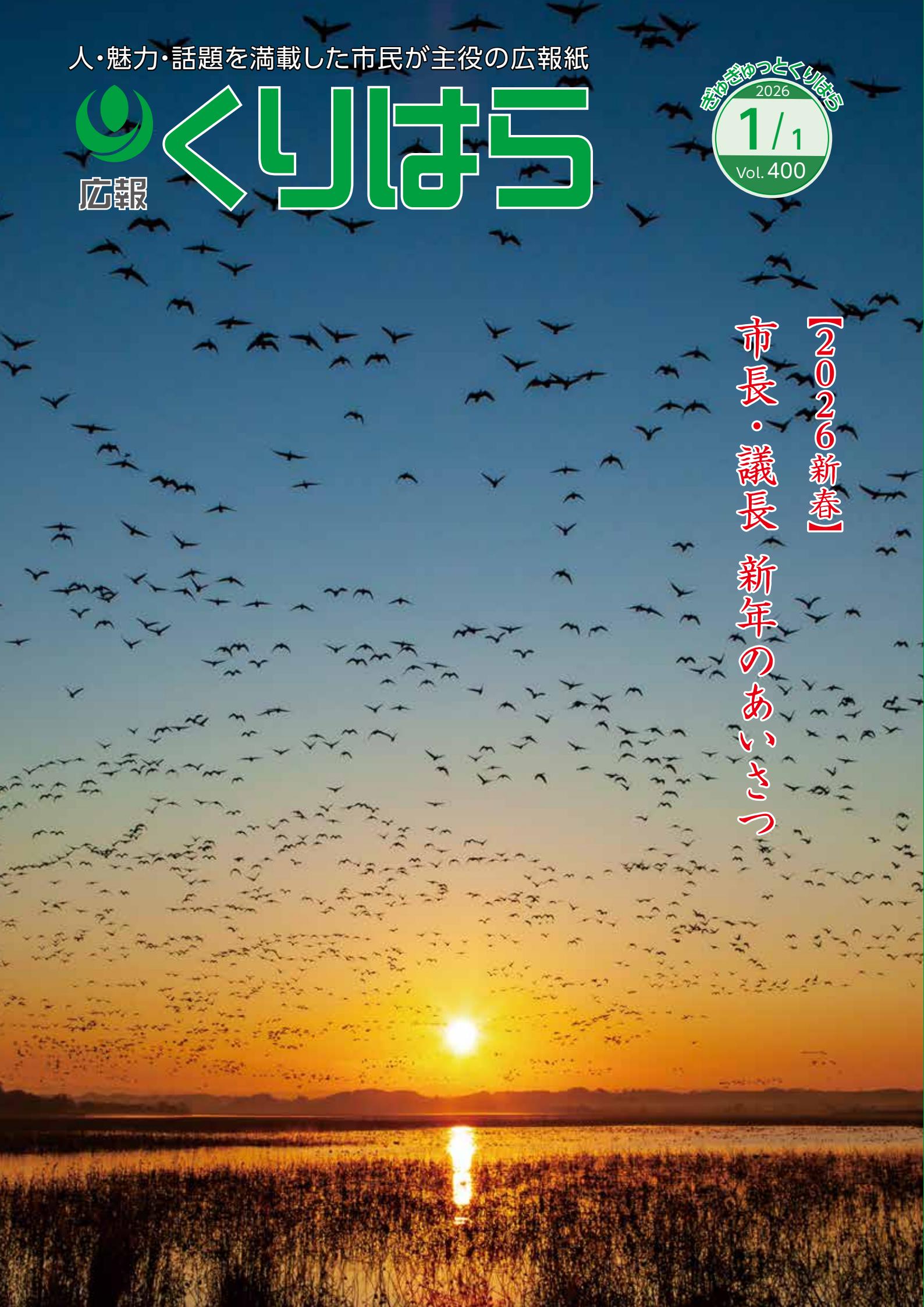


くじはら



【2026新春】

市長・議長新年のあいさつ



くらしたい栗原の実現に向け、 飛躍の1年に

謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

市民の皆さんにおかれましては、すがすがしい気持ちで新年をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

昨年4月、市は誕生20周年という大きな節目を迎えたがるひろがるずっと栗原をキヤッチフレーズに、今年3月末まで続く記念事業をスタートしました。

市内各地では、さまざまな団体が主体となって20周年を記念する冠事業を実施しており、市民の皆さんと一丸となつて市内各地で、さまでまな団体が主役となって20周年を記念する冠事業を実施しており、市民の皆さんと一緒に、深い感謝と喜びを感じています。

とりわけ「栗原市民まつり2025」では、20周年記念企画「くりはら絆まつり」として、

市内の魅力ある祭りを紹介す

る展示を行い、栗原の豊かな

文化と活気を改めて多くの皆

さまに感じていただく催しと

なりました。

また、平成20年の岩手・宮城

内陸地震をきっかけに始まつたジオパーク活動も昨年で日

本ジオパーク認定から10周年を迎える、栗駒山麓ジオトレイルの開通や重要コア展示の開始など、世界ジオパークを目指す新たな一步を踏み出した年でもありました。

私自身も市長として2期目を迎え、明日を担う子どもたちに「豊かで美しいくりはら」を引き継ぐため、第2子以降の保育料完全無償化など、より良いまちづくりに向けた施策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

の干支である「午」のごとく、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の保育料完全無償化など、よ

り良いまちづくりに向けた施

策を実行してまいりました。

本年も、市民の皆さんがあつ

ながりと広がりをより実感し

「ずっと暮らし続けたい」と思

います。

栗原が次のステージへ飛躍す

る施策の推進に、全力で取り

組んでまいります。皆さんに

スピード感と力強さを持っ

て、

年

を実現するべく、今

年

を引き継ぐため、第2子以降

の



法務大臣表彰 農林水産大臣表彰



保護司 統計調査員
千葉 優子 さん(花山荒谷)

表彰は大変うれしいです。
保護司の他、農林業センサスなど、各種統計調査に携わり、いずれも地域の皆さんの協力と理解のおかげで務めることができます。地域の皆さんにとても感謝しています。

法務大臣表彰



保護司
岩淵 東悦 さん(若柳下在)

約20年間、保護司を務めました。保護司の取り組みでは、思うようにいかないこともあります、悩んだこともあります。が、保護司の仲間と励まし合い、長く務めることができ、良かったです。

長寿100歳 おめでとうございます



菅原 みゆき さん
(鷲沢八沢)

農業に日々励みながら、家族を支えてきました。

長寿の秘訣は、好き嫌いなく食べることや、よく歩くことと語られました。

総務大臣表彰



統計調査員
高橋 文子 さん(瀬峰野沢)

統計調査員として、47年間各種の統計調査に携わってきました。

この度の表彰は、地域の多くの皆さまの協力や理解があってのことと、心より御礼申し上げます。

法務大臣表彰



保護司
岩本 むつ江 さん(栗駒四日町)

保護司に任命された当時、その役割の重さに戸惑いましたが更生の手助けができたときは、とてもやりがいを感じました。家族の理解と協力のおかげで、約20年間、務めることができました。

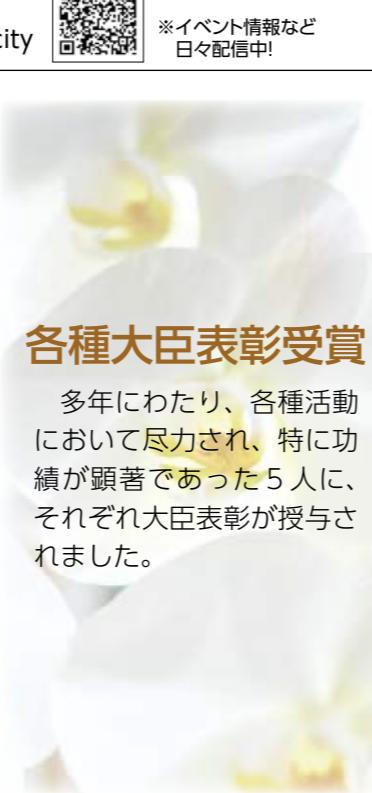
大正、昭和、平成、令和。
激動の4つの時代を駆け抜け、思いを紡いで1世紀。
100歳の誕生日を迎えた2人を紹介します。



野村 照見 さん
(瀬峰野沢)

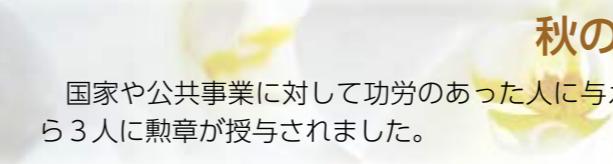
一生懸命農業に従事しながら、家族を支えました。

食べることが好きで、特にパンが好物です。
現在は、日々を穏やかに過ごしています。



各種大臣表彰受賞

多年にわたり、各種活動において尽力され、特に功績が顕著であった5人に、それぞれ大臣表彰が授与されました。



秋の叙勲

国家や公共事業に対して功労のあった人に与えられる、令和7年秋の叙勲が発表され、市内から3人に勲章が授与されました。



元栗原市消防団分団長
石川 昭光 さん(志波姫宮中)

この度の受章は、これまで先輩などからいただいたご指導のおかげと感謝申し上げます。

今後も、地域の防災のため、協力を続けていきたいです。



元栗原市消防団分団長
佐藤 侃司 さん(金成赤児)

大変立派な章をいただき、感謝しております。
皆さんからの協力があったからこそ受章できたものと思います。

これからも地域のために貢献していきたいです。



元栗駒町消防団分団長
鎌田 一郎 さん(栗駒猿飛来下)

この度、大変栄誉ある章をいただいたことに感謝申し上げます。

今回の受章を励みに、これからも市や地域のために微力ながら尽力していきたいです。



法務大臣表彰



保護司
高橋 吉正 さん(鷲沢駒場上)

保護司を約20年務めており、そのうち、鷲沢地区の分区長を15年務めています。

長く務めるには、健康でいることが大切だと思います。これからも健康に気を付け保護司を務めていきたいです。

秋の褒章

社会福祉に功績のあった佐藤さんに褒章が授与されました。



元民生・児童委員
佐藤 善司 さん(築館上町)

受章の知らせを聞いたときは、大変驚きました。

これまで協力をいただいた地域や学校の皆さん、支えてくれた家族のおかげで受章ができたものと、感謝しています。



元宮城県警部補
佐藤 勉 さん(若柳元町3)

大変光栄なことと思っております。

地域の皆さまの協力や指導をいただいた先輩や同僚、地域の皆さんなど、今の自分自身を作ってくれた全ての人に心から感謝を申し上げます。



危険業務従事者叙勲

危険性の高い業務に精励した2人に、勲章が授与されました。



元栗原市消防司令長
鎌田 伸洋 さん(若柳町館)

受章は、大変光栄なことと思っております。

これまで指導をいただいた先輩や同僚、地域の皆さんなど、今の自分自身を作ってくれた全ての人に心から感謝を申し上げます。



元栗原市消防司令長
鎌田 伸洋 さん(若柳町館)

受章は、大変光栄なことと思っております。

これまで指導をいただいた先輩や同僚、地域の皆さんなど、今の自分自身を作ってくれた全ての人に心から感謝を申し上げます。



※イベント情報など
日々配信中!



栗原の美を切り撮る写真展

11月28日(金)から30日(日)まで、栗原文化会館で市内の写真愛好家団体「駒美会」による写真展が開催されました。

今年で13回目の開催となった写真展のテーマは「花鳥風月」。栗原を象徴する見事な紅葉に染まる栗駒山や、四季折々の豊かな自然を切り撮った風景写真をはじめ、はっと息をのむような日常の美しい光景の作品など75点が展示され、来場者は1点ごとにじっくりと写真を鑑賞していました。



二十歳の自分へ送る手紙

11月25日(火)から12月3日(水)まで、「10年後の自分へメッセージお届け事業」を行いました。この事業は、栗原市誕生20周年を記念して、未来を担う児童たちが、10年後の自分に向けた手紙を書くことで、将来への夢や希望を育もうと市内の小学4年生を対象に行なったものです。

このうち、瀬峰小学校では、4年生の児童24人が自分の思いなどを手紙に書き、将来への思いをはせていました。手紙は、市役所で10年間保管し、児童が20歳を迎える年に届けます。



市誕生20周年記念給食提供

11月13日(木)、栗原市誕生20周年を記念して、市内の保育所や幼稚園など16施設で約1,580食の給食を提供しました。

給食は、市内で生産されたひとめぼれの新米や豚肉、リンゴ、ナメコなど地場産品を中心に献立したものです。提供した施設の1つ、築館幼稚園では、園児たちが「ごはんがもちもちしている」、「全部おいしい」、「毎日食べたい」などと言い、食卓を囲む園児同士が会話しながら、楽しいひとときを過ごしました。



消防活動の協力に感謝状贈呈

11月7日(金)、市消防庁舎で消防活動功績者として、市消防長から株式会社坂理工作所に感謝状を贈呈しました。

これは9月23日(火)に高清水地区で発生した建物火災で、同社が消防団協力事業所として、バックホウ1台とオペレーター1人を提供したことによるものです。この協力により、火災で崩落した建物の部材やトタン屋根、人力では除去が難しい障害物が撤去され、消防活動が迅速に進みました。



花山の旬を味わう2日間

花山の旬を味わう2日間

11月23日(日)と24日(月)、花山地区の道の駅路田里はなやまで「花山新そば祭り」が、花山湖に面した直売所、湖畔のみせ旬彩では「いわな祭り」が開催されました。

「花山新そば祭り」は、花山地区で収穫された新そばを味わってもらおうと開催されたもので、ひきたて、打ちたて、茹でたての「三たてそば」を目当てに、各地から多くのそば好きが集まり、豊かな風味の新そばを楽しみました。施設内では地元のそば職人による手打ちが実演され、来場者たちは丸められたり、延ばされたりする生地を興味津々な様子で見つめしていました。

また、昨年に続き2回目の開催となった湖畔のみせ旬彩の「いわな祭り」では、花山地区の清らかな水で育てた臭みや癖が少ないイワナを店員がじっくりと炭火で焼き上げました。

香ばしいイワナの香りに引き寄せられた来場者たちは、満面の笑みで焼きたてをほおばり、間もなく冬季休業となる直売所は、今年最後のにぎわいを見せっていました。



肉用牛の飼養管理を学ぶ

11月28日(金)、志波姫この花さくや姫プラザで「栗原市畜産講演会」を開催しました。

この講演会は、市の特産品である肉用牛の生産性向上や畜産経営の改善に役立ててもらおうと開催したもので、市内の畜産農家が参加しました。

講師を務めたJA全農くみあい飼料株式会社北日本事業本部の丸田博氏は、牛の成長過程に合わせた給餌方法や飼養管理の重要性などを説明し、集まった畜産農家はメモを取りながら、真剣な表情で聞き入っていました。





※イベント情報など
日々配信中!



70年の節目に記念運行

12月6日(土)、くりはら田園鉄道公園で「くりでん創業祭」が開催されました。

今年は「M153」と呼ばれる客車に、同公園が開園してから初めて一般客を乗せて走行しました。昭和30年に初登場し、完成70周年を迎えた「M153」は、くりはら田園鉄道の前身に当たる栗原電鉄時代に活躍した主力車両です。



当日は、往年の姿を思わせる車両に多くの家族連れや鉄道ファンが乗車した他、貴重なその姿を写真に収めていました。

栗原の酒蔵見学を楽しむ

11月29日(土)、一迫地区川口の金の井酒造株式会社で「金の井酒造の酒蔵見学」が開催されました。

この催しは、一般社団法人くりはらツーリズムネットワークが提供する体験プログラム「くりはら博覧会“らいん”2025秋冬」の1つとして開催されたものです。

当日は、参加者10人が、寒仕込みの酒造りが始



まった酒蔵内で、日本酒を醸すためのもうみなど製造工程を見学し、質問をしながら、興味深くその様子を見守りました。

地域づくりで未来へ希望を

11月16日(日)、志波姫地区の城内環境保全会が地域内の花壇など2カ所に掲示する看板を制作しました。看板は、地域内に居住する人たちの手形などを8色の絵の具で色鮮やかに押したもので、中には昨年生まれた赤ちゃんの足形もあります。

この看板は、地域の農業環境を守る城内環境保全会が、未来を担う子どもたちなどに制作イベントに



参加してもらい、地域づくりの思い出を作ってもらおうと企画したもので、12月7日(日)に花壇脇に設置されました。

まちの話題 ズームアップ! ZOOM UP!

MACHI no WADAI

各地区の催しを、毎月5地区ずつ紹介します。
取材を希望する場合は、催しを開催する2カ月前までに、市政情報課(☎22-1126)へ連絡してください。

地域でつくる文化発表会

12月7日(日)、栗駒みちのく伝創館を会場に「第5回くりこま文化祭」が開催されました。

この催しは、栗駒地区を拠点に活動する芸術や舞踊、文化団体で組織する栗駒芸術文化協会が主催したもので、8団体が発表を行いました。

当日は、会員たちが制作した絵画や和紙人形、写真など約210点が展示された他、舞台上では、合唱や



舞踊、相撲甚句、地域に伝わる昔話などが披露され、会場を訪れた約200人が、たくさんの温かい拍手を送りました。

鶯沢で笑顔輝く運動会

11月30日(日)、鶯沢体育館を会場に「令和7年度栗原市鶯沢大運動会」が開催されました。

当日は、鶯沢地区内の7行政区対抗で競技が行われ、小学生未満を対象にした「みんな一等賞」では、子どもたちの一生懸命な姿に、観客から温かい声援が飛び交いました。また、同競技では、急きよ85歳以上の部が行われ、多くの拍手が送られました。

その他、玉入れや輪投げ、だるま突きなど6種目の競技も行われ、参加者は、世代を超えて笑顔で競技を楽しみました。



くりはら合同就職面談会

12月5日(金)、栗原文化会館で「くりはら合同就職面談会」を開催しました。

この催しは、求職中の人に市内事業所の仕事内容を知ってもらおうと、築館公共職業安定所と市が主催したものです。

当日は、44人が来場し、午前と午後それぞれ6社が事業紹介を行いました。また企業ごとのブースでは、来場者から、募集職種の内容や働き方について、積極的に質問をする様子が見られ、活気のある面談会になりました。



本間さんをアンバサダーに委嘱

12月8日(月)、栗原の魅力を広める栗原ドリームアンバサダーに、県内を拠点に活躍するタレントの本間秋彦さんを委嘱しました。

本間さんは、テレビ番組の司会やイベントの進行役、多くのテレビCMなどに出演し、人気タレントとして広く活躍しています。

本間さんは、就任に当たり「栗原は自然豊かで魅力的な所です。食材や名所旧跡など、魅力を掘り起こし、積極的にPRをしていきたい」と、意気込みを語りました。



輝く日本一くりはら大賞を贈呈

12月4日(木)、文化、芸術、スポーツなどの分野で日本一に輝き、市民に希望と勇気を与えた人に贈る「輝く日本一くりはら大賞」を、白鳥彩さん(築館沖富)と佐藤潤一さん(一迫姫松南沢)に贈呈しました。

2人は、昨年滋賀県で開催された「第24回全国障害者スポーツ大会」に出場し、このうち、白鳥さんは陸上競技ソフトボール投で優勝、佐藤さんはアーチェリーリカーブ30mダブルラウンドで2年連続の優勝を果たしました。



医療や介護を考える一日に

12月6日(土)、栗原文化会館で「くりはら結びフェスタ」が開催されました。

この催しは、市内で医療や介護、福祉分野のサービスを提供する事業者が一堂に集まり、地域の人たちと交流を図ろうと開催されたもので、築館地区のやまと在宅診療所栗原が初めて開催したものです。催しでは、介護に関する講演の他、白衣に身を包んだ子どもたちが、薬剤師の仕事を体験するコーナーなどが設けられ、子どもたちは、真剣な表情で薬の小分けなどを体験しました。

ぼくたち
わたくしたち

むし歯ありません!

11月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもたちを紹介します。



市村 茉莉ちゃん
(築館)



伊藤 千晴くん
(築館)



手代木 心都ちゃん
(築館)



幡野 結郁ちゃん
(築館)



池原 あやめちゃん
(若柳)



熊谷 瑠華ちゃん
(若柳)



佐藤 奈希咲ちゃん
(若柳)



相馬 沙咲ちゃん
(若柳)



相馬 汐那ちゃん
(若柳)



中田 桜愛ちゃん
(若柳)



小野寺 功兼くん
(栗駒)



鹿野 姫叶ちゃん
(栗駒)



千葉 結生加ちゃん
(栗駒)



川村 桜雅くん
(一迫)



高橋 蓮叶くん
(瀬峰)



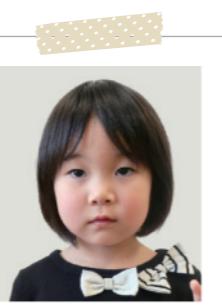
渡邊 純斗くん
(鶴沢)



佐藤 蓮季ちゃん
(金成)



佐藤 李緒くん
(金成)



佐藤 希星ちゃん
(志波姫)



渡部 秀駿くん
(志波姫)



飲酒と睡眠の関係



アルコールが睡眠に及ぼす影響は、飲酒量によって異なります。適量であれば、リラクゼーション効果や、寝つきが良くなるといったメリットもあります。

一方で、飲酒量が多くなると

眠りが浅くなり、トイレに行きたくなつて途中で目覚めたりと、睡眠の質を下げます。また、生活習慣病のリスクも高まります。この他にも、アルコールは耐性がつきやすいため、眠るための

飲酒が習慣になつてしまふと、徐々に飲酒量が増えて「お酒が無いと眠れない」といった、アルコール依存のような状態になる恐れがあります。

適正飲酒を心がけよう

一般的に「適量」とは、純アルコール量で20グラムが限度と言われています。お酒に弱い人や女性、高齢者などはより少ない量が推奨されています。

適正飲酒をすることで熟睡で

きたり、朝の疲労感が少なくなつたりと、体調の良さを実感できることがあります。

いつまでも健康で元気に生活するため、この機会にお酒との付き合い方について考えてみませんか。厚生労働省ウェブサイト

「アルコールウォッチ」では、飲んだお酒の純アルコール量や、分解にかかる時間簡単に計算できます。



厚生労働省
ウェブサイト
アルコールウォッチ

休日急患診療当番医・調剤薬局

市民生活部健康推進課 ☎ (22)0370

●診察時間 午前9時～午後5時

※当番医の診察時間に、2次救急医療施設の栗原中央病院を直接受診することは、控えましょう。

※休日当番医は、変更になる場合があります。最新の情報は市ウェブサイトで確認してください。

●受診方法 電話で症状を伝え受診

●持ち物 マイナ保険証など

月日	医科	歯科	調剤薬局
1/1 (木) 元日	くりこまクリニック [栗駒] ☎ (45)2128	日野クリニック [志波姫] ☎ (23)7100	熊谷歯科クリニック [高清水] ☎ (58)2633
2 (金)	佐藤外科医院 [築館] ☎ (22)2661	栗原市立若柳病院 [若柳] ☎ (32)2335	まさと歯科医院 [瀬峰] ☎ (38)2266
3 (土)	阿部内科医院 [若柳] ☎ (32)6929	高橋ハートクリニック [瀬峰] ☎ (59)2005	川井歯科医院 [瀬峰] ☎ (38)4110
4 (日)	伊礼整形外科 [築館] ☎ (22)0066	栗原市立栗駒病院 [栗駒] ☎ (45)2211	しぶや薬局 [築館] ☎ (21)2888
11 (日)	達内科 [築館] ☎ (22)2655	萩野診療所 [金成] ☎ (44)2005	ヨネキ薬局 築館店 [築館] ☎ (21)1225
12 (月) 成人の日	日野外科内科 [築館] ☎ (22)2005	沢辺中央医院 [金成] ☎ (42)1171	くが歯科医院 [築館] ☎ (23)3748
18 (日)	宮城島クリニック [一迫] ☎ (52)2881	まるき内科クリニック [志波姫] ☎ (24)8073	薬師調剤薬局 [築館] ☎ (21)2555
25 (日)	岩渕医院 [栗駒] ☎ (45)2155	くろさわ整形外科 [一迫] ☎ (52)2627	オリーブ調剤薬局 [金成] ☎ (24)7480
			マリーン調剤薬局 志波姫店 [志波姫] ☎ (23)3520
			サン調剤薬局 [一迫] ☎ (57)6888



未来を創る力を養う

若柳中学校は「自分に挑み、人と関わり、未来を創る生徒を育てる」を教育目標に掲げています。その核となるのが「トーカタイム」です。各授業の中で湧き出た疑問や課題を、生徒同士が短時間で自由に話し合うこの時間は、まさに新しい発見の宝庫です。生徒たちは自分の考えや感じたことを率直に述べ、多様な意見に触れることで、学習の面白さと奥深さを実感しています。

入学当初、発言をためらっていた1年生も、今では積極的に意見を交換できるように成長しました。これは、自分に挑む姿勢の表れです。自分の意見を持つこと、そして相手の話をしっかりと聞き、理解しようとすることを通じて、豊かなコミュニケーション能力を育み、未来を創る力を養っています。



ビュッフェスタイル給食

金成幼稚園 主査 高橋 瞳



「今日の給食、何だろう」とワクワクする気持ちや「作ってくれてありがとう」という感謝の思いが持てる食事の時間になるよう、ビュッフェスタイルの給食を行っています。ごはんやおかず、汁物を子どもたち自らトレイに取って席に着き「いただきます」と元気にあいさつをして、友だちとの会話を楽しみながら給食を食べています。

また、地域の皆さんと一緒に畑で育てたピーマンやサツマイモが給食に入っていると、野菜が苦手な子どもでも「おいしい」と食べることができます。

これからも、丈夫な心と体を作るため、体を動かして遊び、お腹が空く経験を通じて、食べることの喜びや大切さを伝えていきたいです。



根菜の和風ラタトウイユ

※1人当たりの栄養価: 66kcal、たんぱく質1.8g、塩分0.8g

材料(4人分)

ダイコン	100g
レンコン	60g
ニンジン	60g
ゴボウ	40g
オリーブ油	大さじ1
おろししょうが	小さじ1/2
A カットトマト缶	100cc
みそ	小さじ4
青ネギ	少々

つくり方

- ①ダイコン、レンコン、ニンジンは、2~3ミリメートル幅のいちょう切りにする。
- ②ゴボウは、2~3ミリメートル幅の斜め薄切りにする。
- ③鍋にオリーブ油を入れ中火で熱し、おろししょうが、①、②を加えて炒める。
- ④③に、Aを加え蓋をし、野菜が柔らかくなるまで弱火で15分程度煮る。
- ⑤④を皿に盛り、小口切りにした青ネギを散らす。

献立作成者
食生活改善推進員 鶴沢分会 鈴木 貞子

ポイント 水分が少ないので、焦がさないように煮てください。



子育て支援センター

市内にお住まいの人なら、どの支援センターでも利用できます。妊娠さんや里帰りの人も気軽に遊びに来てください。

【利用時間】月～金曜日 午前9時～午後5時

●築館	☎ (22)9752	●高清水	☎ (58)2350	●鶴沢	☎ (55)3178
●若柳	☎ (32)3243	●一迫	☎ (52)3925	●金成	☎ (42)3251
●栗駒	☎ (45)5581	●瀬峰	☎ (38)2250	●志波姫	☎ (22)8611

【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 ※利用日の2日前までに電話で予約が必要です。

1月

今月の主な行事

記号の説明 申込期限

誕生日

築館	16日(金)	午前10時30分
一迫	15日(木)	午前10時45分
瀬峰	16日(金)	午前11時

獅子舞

若柳	8日(木)	午前10時30分
----	-------	----------

ふれあい遊び

栗駒	20日(火)	午前10時30分
高成	13日(火)	申込

つくってあそぼう

高清水	21日(水)～23日(金)	午前10時
鶴沢	20日(火)～22日(木)	午前10時30分
金成	21日(水)	午前10時
花山	22日(木)	午前10時30分

食育相談

志波姫	20日(火)	午前9時
-----	--------	------



つくってあそぼう

金成子育て支援センターでは、1月21日(水)に、つくってあそぼうを行います。豆まき会に向けて、親子で一緒に鬼のお面を作って楽しめます。

市内どの地区からでも参加できます。ぜひ、遊びに来てください。

思い出の

アルバム

10月・11月生まれの誕生会

志波姫子育て支援センター



支援センターからの連絡帳

次の行事に参加を希望する場合は、行事を開催する支援センターに電話で予約してください。

豆まき会

若柳	2月3日(火)	午前10時30分
栗駒	2月3日(火)	午前10時30分
高清水	2月2日(月)	午前11時

豆まき誕生会

瀬峰	2月3日(火)	午前10時30分
志波姫	2月3日(火)	午前10時30分





自然災害との共生と豊穣の大地の物語 栗駒山麓ジオパーク だより⑪

ジオパーク活動に必要不可欠なジオガイド

ジオパークに対する理解を深めるには、現地を案内するガイドの存在が必要不可欠です。栗駒山麓ジオパークにも、多くの「ジオガイド」が在籍し、さまざまな場面で活躍しています。

●ジオガイドとは

ジオパークを観光や教育に活用するためには、地形・地質遺産の地球科学的な価値や、地域の自然・文化のつながりを、来訪者に分かりやすく伝える必要があります。この活動の中核的な役割を担う存在が「ジオガイド」です。

栗駒山麓ジオパークでは「栗駒山麓ジオパークガイドの会」に所属するジオガイドが案内を担い、令和7年現在、市内外の45人が在籍しています。

●ジオガイドの活動

栗駒山麓ジオパークでは、自治体や企業の視察研修、小・中学校、高校でのジオパーク学習などを年間200件近く受け入れ、ジオガイドが案内をしています。

また、細倉マインパーク、く

りでんミュージアム、くりこま高原駅など、さまざまな場所で、定期的なガイド活動を行い、栗駒山麓ジオパークを広くPRしています。

この他、ジオガイドにかかる知識や技術をメンバー同士で共有し合う講座を行い、スキルアップに努めています。



▲ジオパーク学習で講師を務めるジオガイド

●ジオガイドになるには

栗駒山麓ジオパークでは、ガイドに必要な知識を学ぶガイド養成講座を、年12回程度開催しています。この講座を修了することで、ジオガイドとしての

活動が本格的にスタートします。栗駒山麓ジオパークのエリアは、市内全域です。そのため、ジオガイドの活動を通して、栗原への理解と愛着が深まることが大きな魅力です。

●ジオガイド募集

栗駒山麓ジオパークでは、ジオガイドを募集しています。皆さんも、栗原の魅力を多くの人に伝えてみませんか。興味のある人は、問い合わせ先に電話または、メールで問い合わせください。

Eメール info@kurikoma-geo.jp



▲ジオガイドのスキルアップ講座

栗駒山麓ジオパーク認定10周年記念フォーラムを開催

11月29日(土)、若柳ドリーム・パルを会場に「栗駒山麓ジオパーク認定10周年記念フォーラム」を開催しました。

当日は、約400人が来場し、人気気象予報士の天達武史氏の記念講演に耳を傾けた他、栗駒山麓ジオパークの認定から10年の歩みを振り返りました。また、ジオパーク関連団体との連携を強化し、共に活動するためのパートナーシップ協定の締結、ユネスコ世界ジオパークの関係者によるリレー講演を行いました。

この他、栗駒山麓を含む東北9地域のジオパーク関係者が会場に集い、ブース出展や特産物のPRなどを行い、フォーラムを盛り上げました。



▲天達氏による記念講演

問ジオパーク推進室
(24)8836
ファックス(45)5936
ジオパーク
ジオパーク
ジオパーク
市ウェBSITE
Facebook
LINE

くりはら KOKO ZUKAN 高校図鑑

迫桜高等学校
ウェBSITE
QRコード

迫桜高等学校

夜空に花を咲かせた迫桜祭

迫桜高等学校では、毎年10月に文化祭に当たる「迫桜祭」を開催しています。校内発表と一般公開の2日間の日程で開催し、ステージ発表や展示、模擬店など、生徒たちは年に一度の機会をとても楽しみにしています。

今年度も各学級をはじめ、合唱部や吹奏楽部、演劇部が日頃の成果をステージで大いに発揮し、観客を魅了しました。また、クラスごとの企画の他、各種委員会や部活動の展示発表なども数多く開催しました。

その他、農場ではアグリビジネス系列の生徒たちが育てた野菜や花なども販売し、すぐに売り切れてしまうほどの人気ぶりでした。今年度は、昨年度を上回る900人以上の来場があり、多くの人たちに満足してもらえたことを実感しました。

また、迫桜祭の後半に当たる後夜祭では、花火を打ち上げ、生徒や教職員、保護者共に思い出に残る楽しいひとときを過ごすことができました。



みんなで としょかん

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、その翌日も休館)

図書館
市ウェBSITE
QRコード
Facebook

今月のおすすめ本

交通トラブル六法

藤吉 修崇 著 KADOKAWA



違法駐車両に衝突したら? 酒気帯び運転と酒酔い運転の違いは? 自動運転中の事故の責任は誰にある? 弁護士YouTuberが、交通事故や交通トラブルに関する一般的な法律知識や対処法を、分かりやすく解説する。



つまようじたちに「王さま」と勘違いされたマッチ棒。王さまらしい態度を取ったり、かっこいいことを言ったりしますが、本当は、燃えて灰になるのが怖くて、マッチ箱がひっくり返った隙に逃げてきています。

※ブックの号、おはなし会の日程は、市内の情報カレンダーをご覧ください。

情報交換プラザ展示

「日本習字 書初展」

期間 1月6日(火)～30日(金)

図書館1階にある情報交換プラザは、個人やグループの作品展示スペースとして、無料で利用できます。作品の展示を希望する人は、図書館まで問い合わせください。

● 内容	心肺蘇生法やAEDの使い方など、いざというときに役立つ講習会を開催します。
● 日時	午前9時～正午 1月18日(日)
● 場所	消防庁舎
● 対象	心肺蘇生法、AEDの使い方、止血方法やのどを詰まらせたときの処置方法を習得するための講習
● 定員	市内に居住、在勤または、在学している人 10人 ※先着順
● 費用	無料
● 申込期間	1月5日(月)～ 13日(火)
● 申し込み	問い合わせ先に備え付けの応急手当講習受講申請書に必要事項を記

放射能関連相談

測定を希望する人は、問い合わせ先に申し込みください。

● 内容 食品の放射性物質測定
※市内の空間放射線量は、市ウェブサイトで確認してください。

問 放射性廃棄物等対策室
放 射 性 廃 棄 物 等 対 策 室

△ (22) 1136

●届け出が必要となる人

次に該当する人は、届け出が必要です。問い合わせ先に相談してください。

- 入学通知書が1月31日(土)までに届かない人
- 入学通知書を受け取った後、転居や転出予定の人
- 入学通知書の内容に誤りがある人
- 私立・県立・国立の小・中学校に入学が決まった人

学区の特例

市教育委員会では、住所地により就学する学校を指定していますが、特別な事情があり、指定された学校への就学が困難で、一定の基準に該当する場合に、学校の変更を承認しています。

変更には申請が必要ですので、問い合わせ先に相談してください。なお、申請には、

4月に市立小・中学校および義務教育学校（金成小中学校）に入学する子どもがいる保護者に対し、1月中旬に入学通知書を送付します。

4月に市立小・中学校および
新小・中学生の入学
通知書を送付

常時募集

先着で入居を受け付けます。

- 築館地区
- 若柳地区
- 栗駒地区
- 高清水地区
- 一迫地区
- 濱峰地区
- 鶯沢地区
- 金成地区

戸数	戸数	戸数	戸数	戸数	戸数	戸数
5戸	15戸	5戸	4戸	4戸	9戸	4戸
13戸	5戸	4戸	5戸	4戸	15戸	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。

建設部建築住宅課

- **花山小学校へ入学を希望する人** 花山小学校は、居住地を変更することなく市内外から入学が可能な特認校です。
- 入学・転校を希望する人

● 対象	市内に居住または、 勤務する18歳以上の人
● 定員	20人
● ※先着順	
● 参加費	無料
● 申し込み	1月9日(金)まで で問い合わせ先に電話で申 し込みください。

※令和7年11月末現在、()は前月比

人 口	59,276人	(△103)	
	男: 28,933人	(△50)	
	女: 30,343人	(△53)	
世帯数	24,709世帯	(△16)	
出 生	16人	死 亡	114人
転 入	74人	転 出	79人

市民生活部市民課 ☎ (22) 3211

今月の納期 2月2日(月)まで

国民健康保険税 (第9期)
問 総務部税務課 ☎ (22)1121

後期高齢者医療保険料 (第7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！」

- 内容
- 終活のいろは～自分らしく生きていくために～
- エンディングノート講座
- 参加費
- 申し込み 不要
- 無料
- 問 市民生活部介護福祉課
- ☎ (22) 1350

市民スキー教室	
● 日時	1月25日(日)
● 午前9時～	午前9時～
● 参加費	2千円
● 申込期限	1月15日(木)
● 市民スノーフェス	市民スノーフェス
● 日時	2月15日(日)
● 午前9時～	午前9時～
● 参加費	無料
● 申込期限	2月5日(木)
● 共通事項	共通事項
● 場所	オニコウベスキー場 (大崎市鳴子)
● 申し込み	問い合わせ先に 電話で申し込みください。 ※詳しくは、栗原市スキー協会の Instagramで確認してく ださい。

宮城県環境生活部消費生活
文化課
☎ 022(21)2524
問
※申し込み方法など詳しけば、ウェ
ブサイトで確認してみてください。

申込期限 2月2日(月)
※申し込み方法など詳しくは、ウ
ブサイトで確認してください。

なお、所得税および復興特別所得税の課税対象ではない障害年金、遺族年金、年金生活者支援給付金については、源泉徴収票は送付されません。
※ e-Taxでの確定申告に利用でき
る源泉徴収票の電子データを、マイナポータルで受け取れます。詳しくは、ウェブサイトで確認して

老齢年金の源泉徴収 投票を送付



- 一迫地区で開催される、春を呼ぶ裸たるみこしの参加者を募集します。
- 日時 2月7日(土)
午後7時～
- 場所 一迫地区真坂商店街
- 内容 酒だるを積んだみこしを担いで、一迫地区真坂商店街を力水をかけられな

- 場所 栗駒総合体育館
- 内容 サッカーボールを用いた運動講座
- 費用 無料
- 持ち物 運動できる服装、防寒着、上靴、飲み物
- 定員 50人
- 申し込み 1月25日(日)まで問い合わせ先に電話で申し込みください。
- 問 栗原市サッカーハイア
△090(5592)0921

これからサッカーを始めた
い人や、親子で運動をしたい
人向けにサッカー教室を開催
します。

● 日時 2月1日(日)

午前10時～正午

※午前9時30分開場

●通話時のポイント

- 落ち着いてオペレーターの指示に従ってください
- 場所が分からない場合は近くの建物や店舗の名前を伝えてください。
- 電話を切った後、警察からの中折り返し電話に出られるようにしてください

110番通報は、事件や事故の被害に遭ったときや田撲したときに、警察官の出動を要請する緊急通報電話です。問い合わせや相談など、緊急時以外は警察相談電話を利 用してください。

● **警察相談電話 #9110**

□ 安全を確保した上で、すぐに通報してください。

□ 通報する際は非通知設定を解除してください。

正しい利用を

無料の動画サイトや出会い系を利用中に、突然「登録完了」と表示され、料金を請求される「ワンドリンク請求に関する相談が寄せられていました。



- 参加費 50人 無料
- 持ち物 防寒着、着替え、タオル、飲み物
- 定員 50人
- 申し込み 次の「二次元コード」から申し込みください。
※先着順

市内を拠点に活動する太鼓団体の演奏会を開催します。ぜひ、お越しください。

日時 2月1日(日)

午後0時30分～午後3時

※正午開場

場所 若柳ドリーム・パル

内容 市内外の太鼓演奏団体7団体による和太鼓演奏

入場料

大人 500円

高校生以下 無料

問 みちのく太鼓まつり実行委



ちり」や「退会はこちり」など
の案内があつても、慌てて連
絡しないようにしましょう。
支払いを求められたり、個人
情報を聞き出される恐れがあ
ります。また、事業者にお金
を払つてしまふと返金を受け
ることは困難です。
困つたときは、相談してく
ださい。

● 相談日時 月～金曜日
午前9時～午後4時
※祝日を除く

栗原市消費生活相談窓口
(築館ふるさとセンター)

☎ (22) 1501
問 県民サービスセンター消費
生活相談(宮城県栗原合同
庁舎) ☎ (23) 5700

県消費生活センター 養成講座受講者募集	
● 対象	県内に居住する人や事業者、消費者団体など
● 費用	無料
● 内容	地域における見守り活動、県消費生活センターとサポートセンター制度の概要など
● 日時	午前9時55分～午後3時30分
● 場所	宮城県庁

問 石巻高等技術専門校	● 面接選考 選考場所	● 申込期限 登米合同庁舎
県ウェブサイト 	● 費用 ※テキスト代として1万3300円がかかります。	● 無料
受講生募集 してくださり。 ※詳しくは、ウェブサイトで確認してくださり。	● 申し込み ハローワークに備え付けの入学願書に、必要事項を記入の上、提出してください。	





みらいん くりはら人

納豆とスポーツでまちおこし

もん でん しょう こ
門傳 章子さん(一迫嶋駅)

「食を通じて、多くの人の健康を支えていることにやりがいを感じる」と話す、門傳さん。一迫地区で75年以上続く納豆製造会社の後継者として家業に携わり、間もなく6年目を迎えます。

営業や広報の仕事を通じて、納豆には無限の可能性が秘められていることを感じたという門傳さん。自然由来でタンパク質が豊富という特徴を生かし、スポーツや介護、ペット業界などでの販路開拓を目指して、試行錯誤を続けています。

また、学生時代にホッケーに熱中した門傳さんは、納豆とスポーツを組み合わせた、異色のまちおこしに挑戦しています。昨年は、ホッケー大会や野球大会を主催し、地元の飲食店とコラボレーションした弁当を選手たちに提供するなど、地域ぐるみで盛り上がるイベントを企画しました。

長年にわたって、納豆と会社を愛してくれる地域に恩返しをしたいと語り、今後について「一迫地区に行ってみたい、と思えるようなイベントをたくさん企画したい」と、瞳を輝かせています。



※くりはら人の情報
をお寄せください



あけましておめでとうございます

ビーティーカン
ヒラの HIRANO
Beauty & hair salon

昨年は格別のご愛顧を賜わり、厚く御礼を申し上げます。
本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

令和8年 元旦

ヴィラロドラカラー (天然由来カラー)

オーガニックで心地よく髪にやさしい色と艶を
叶える大人の女性のヘアカラー

平日
価格
¥9,800~
(税込)



※市は自主財源確保のために、有料広告を掲載しています。

今月の表紙:朝日が昇る冬の伊豆沼

UD FONT
by MORISAWA

広報くりはら 令和8年1月1日 28