

広報

にのへ

—お知らせ版—

2014.9.15

No. 210



亀磨くん
イラスト：きり光乗



日時 10月19日(日) 午前9時～午後4時 場所 滴生舎敷地内

手づくりの良さ、木のぬくもりを体感してみませんか。皆様のご来場お待ちしております！

日光の社寺金箔押し体験 金箔貼りワークショップ 要予約、先着順

漆で金箔を貼ったオリジナルのコースターづくり。講師はなんと、日光の社寺を修復している職人さんです！

時間 ①午前9時～11時 ②午後2時～4時 定員 各15人 参加料 500円

申込方法 住所、氏名、電話番号を下記までメールまたはFAXでお知らせください
申し込み締め切り 10月10日(金)

はし さじ
箸・匙ワークショップ 参加料 各300円

自分だけのお箸やお匙を彫ってみよう！うまく彫れるかな？

カンバッジワークショップ 参加料 50円

絵に色を塗って、バッジにはめ込んでかわいい缶バッジを作っちゃおう！

予約不要

問い合わせ、申込先 浄法寺総合支所うるし振興室

(☎ 38-2211、メール：urushi@city.ninohe.iwate.jp、FAX 38-2218)

うるわしの地を巡る

o b o j i

めいせいらんてい

災害時の避難行動について

市は、水害・土砂災害のおそれがある場合や発生した場合に、避難準備情報・避難勧告・避難指示（以下、「避難勧告等」という。）を発令し、住民の皆さんに避難行動を促します。避難勧告等が発令されたときは、適切な避難行動をとり、身の安全を確保してください。

なお、避難勧告等の発令がない場合であっても、気象情報などに注意し、自らの判断で避難行動をとることも忘れないでください。

【避難行動の考え方】

従来は避難所への避難が一般的でしたが、夜間や災害の状況によっては移動中に被災してしまうことがあります。このため避難所への避難に限らず、自宅外の安全な場所への移動（公園、親戚や友人の家など）や、自宅内の安全な場所への退避（2階などへの垂直避難）も避難行動に含め、**状況に応じた最善の避難行動をとることが必要**です。

【避難勧告等の内容と、とるべき避難行動】

①避難準備情報

災害により人的被害の発生のおそれがあり、避難行動に時間を要する人が、行動を開始する必要がある場合に発令



要介護者や高齢者など、避難行動に時間を要する人は、避難行動を開始してください。また、それ以外の人も避難行動の準備又は必要に応じて避難行動を開始してください。

②避難勧告

災害により人的被害の発生するおそれがあり、被害の拡大を防止するため、特に必要がある場合に発令



ただちに避難行動を開始してください。

③避難指示

災害による被害の危険が切迫している場合に「避難勧告」より強く避難行動を促すもの



避難行動を開始していない場合は、ただちに避難行動をとってください。また外に出ることが危険な場合などは、身を守る最低限の行動をとってください。

【避難勧告等の伝達】

避難勧告等を発令した場合は、防災行政無線、緊急速報メール（エリアメール）、市ホームページ、カシオペアFM、いわてモバイルメールなどにより情報を伝達します。なお、避難勧告等の発令は夜間や早朝になることもありますので、市からの情報に注意してください。

問い合わせ先 防災対策室（内線 342）

【東北電気保安協会からのお知らせ】

台風季節到来。避難するときは、電気も切って。

9月になり、東北地方は台風の到来時期を迎えます。地震や台風、ゲリラ豪雨による浸水などで避難を余儀なくされる場合があります。避難をするときは、必ず電気を切ってから家を離れてください。慌てずに「安全ブレーカー」を「切」にし、ガスの元栓も閉めましょう。

避難先から帰宅し、電気を使うときは、必ず安全を確かめてからスイッチを入れてください。ガス漏れがあると、スイッチの火花でガス爆発を起こす可能性があります。また、水に浸かった電気機器で感電することもあります。



【おねがい】（左）避難する前に必ずブレーカーをOFFにしましょう（右）水に浸かった電気機器は、点検してから使しましょう

問い合わせ先 （一財）東北電気保安協会二戸事業所（☎ 25-4194）

9～10月の生活習慣病検診など

○特定健康診査、肺がん・前立腺がん・骨粗しょう症検診

受診票に記入し、保険証とともに健診会場へ持参ください。なお、二戸市国民健康保険証以外の人は受診券と保険証が必要です。

月 日	場 所	歯科検診
9月25日(木)	午前…旧川又小学校	あり
	午後…浄法寺文化交流センター	
9月28日(日)	浄法寺文化交流センター	
9月29日(月)		あり
9月30日(火)	旧岡本小学校	あり
10月3日(金)		あり
10月4日(土)	ワークインにのへ	
10月5日(日)		

受付時間 午前9時～10時30分

午後1時～2時30分(9月25日は
午後1時30分～3時まで)

無料歯科検診 午前9時30分～11時
30分

○集団乳がん検診(二戸地区)

(対象：福岡、斗米、金田一地区の40歳以上の人)

月 日	場 所
10月14日(火)	金田一コミュニティセンター
10月16日(木)	午前…斗米出張所
	午後…やくしの里
10月17日(金)	ワークインにのへ
10月18日(土)	
10月19日(日)	総合福祉センター
10月20日(月)	金田一コミュニティセンター

○集団乳がん検診(浄法寺地区)

月 日	場 所
10月6日(月)	宮向山研修センター
10月7日(火)	午前…太田地区活性化施設
	午後…ほほえみセンター
10月10日(金)	大嶺地区多目的研修施設
10月12日(日)	ほほえみセンター
10月13日(月祝)	

受付時間 午前9時30分～10時30分、午後1時～2時(10月7日、16日は午後1時30分～2時30分)

○個別乳・子宮がん検診(個人で、下記医療機関にて受診ください)

期 間	検診が受けられる医療機関	注意事項
11月29日(土) まで (日曜・祝日は 除く)	川村医院(☎23-3252) 午前9時～午前11時30分、午後2時～午後5時 (木、土曜午後休診)	○集団検診の対象でも、個別検診 を希望する場合や集団検診を受け られなかった場合は、健康推進課 へ連絡ください ※乳がん検診は視触診のみです
	齋藤産婦人科医院(☎23-2505) 午前9時～午前11時30分、午後2時～午後5時 (土曜午後休診) ※木曜日午後を希望する人は電話で連絡のうえ受診ください	

問い合わせ先 健康推進課(☎23-1313内線251)

「学校給食オール二戸食材の日」試食会参加者を募集します

地元で生産された農畜産物や加工品を使った給食を通じ、地元の農産物に対する関心や理解を深め、地産地消の推進、農業の生産振興を図ることを目的とし、1日の献立のすべてを二戸産の食材で賄う「オール二戸食材の日」と、食材の生産農家による「農家出前授業」が仁左平小学校で開催されることに伴い、市民を対象に同じメニューを提供する試食会を開催します。事前に電話で申し込みください。

日時 10月14日(火) 午前11時50分までにお集まりください

場所 学校給食センター(似鳥字田中坪45)

メニュー 米粉バンズパン、二戸まるごと野菜スープ、照り焼きガーリックチキン、おちぷちポテトサラダ、りんご、牛乳

※都合によりメニューが変わる場合があります

募集人員 先着20人(定員になり次第締め切り)

参加料 306円(当日現金でいただきます) **申込期限** 9月30日(火)

問い合わせ、申込先 学校給食センター(☎20-1366)



「おいしいよ!」(写真は昨年、石切所小学校の様子)

スポーツ大会結果のお知らせ（敬称略・丸数字は順位）

○**第21回軽米町ちびっ子健康マラソン大会**（7月21日、軽米町ハートフルスポーツランド）

【男子】▷1年②欠端陽向（中央）③片岸礼（中央）▷3年①野崎太地（石切所）②玉川仁乃助（石切所）▷4年①欠端陽翔（中央）大会新②田口陽嵩（浄法寺）▷5年①菅龍太郎（浄法寺）②古館真輝（二戸西）▷6年③漆田拓真（浄法寺）

【女子】▷1年①夏林紗礼（金田一）▷2年②山崎有紀（中央）▷4年①千葉彩佳（中央）③五日市瑠南（中央）▷6年②山崎桃子（中央）③三浦葉奈（浄法寺）

○**第63回岩手県下剣道選手権大会**（7月26、27日、県営武道館）

▷高校男子二段以上③瀧澤凜（福岡）▷高校女子二段以上①伊藤綾佳（福岡）②佐々木莉紗（福岡）▷男子個人四・五段①岩崎悠二郎（二戸市剣道協会）

○**第26回北奥羽高等学校ソフトテニス選手権大会**（8月2、3日、一戸町総合運動公園テニスコート）▷男子②諏訪内伸、滝澤寛（福岡）

○**第76回相馬大作神社奉納弓道大会**（8月3日、総合スポーツセンター）

【個人の部】▷一般男子①女鹿口幸成（二戸）▷一般女子①赤前智子（二戸C）

【団体の部】▷一般②二戸B

○**第38回二戸市民水泳大会**（8月3日、金田一中学校プール）※各種目1位と大会記録、新記録のみ【小学校男子の部】

▷25M自由形1年①陣場洸輔（中）▷同2年①大沼駿作（金）▷同3年①酒井健太郎（中）17秒43 = 大会新▷50M自由形4年①十文字駿（福）▷同5年①工藤舜也（中）▷同6年①小田島颯（石）▷25M平泳3年①上戸伸之輔（仁）（オ）酒井健太郎（中）24秒97 = 大会新▷50M平泳4年①館下温人（中）▷同5年①千葉雄介（御）▷同6年①工藤快（金）▷25M背泳1年①陣場洸輔（中）▷同2年①大沼駿作（金）▷同3年①酒井健太郎（中）20秒26 = 大会新▷50M背泳4年①館下温人（中）▷同5年①佐藤哲平（中）38秒06 = 大会新▷同6年①小田島颯（石）▷25Mバタフライ2年①館下瑛人（中）▷同3年（オ）酒井健太郎（中）18秒96 = 大会新▷50Mバタフライ4年①十文字駿（福）▷同5年①佐藤哲平（中）▷同6年①工藤快（金）▷200M個人メドレー3年①酒井健太郎（中）3

分16秒85 = 大会新▷同5年①佐藤哲平（中）▷同6年①小田島颯（石）2分41秒49 = 大会新▷200Mメドレーリレー①中央小学校（大滝・途中・佐藤・酒井）▷200Mリレー①中央小学校（酒井・佐藤・途中・大滝）

【小学校女子の部】

▷25M自由形2年①山崎有紀（中）▷同3年①古戸愛理（石）▷50M自由形4年①酒井夏実（中）35秒47 = 大会新▷同5年①大清水琴那（金）▷同6年①山崎桃子（中）30秒75 = 大会新▷25M平泳2年①山崎有紀（中）▷同3年①古戸愛理（石）▷50M平泳4年①千葉彩佳（中）、（オ）酒井夏実（中）47秒04 = 大会新▷同5年①大清水琴那（金）▷同6年①泉山葵胡（中）▷25M背泳ぎ2年①平野花桜（福）、（オ）山崎有紀（中）24秒04 = 大会新▷50M背泳4年①酒井夏実（中）▷同5年①藤本桃葉（御）▷同6年①山崎桃子（中）▷50Mバタフライ4年（オ）酒井夏実（中）40秒74 = 大会新、（オ）福田明里（福）43秒06 = 大会新▷同6年①芳本杏乃（浄）、（オ）山崎桃子（中）33秒82 = 大会新▷200M個人メドレー4年①酒井夏実（中）3分03秒34 = 大会新▷同6年①山崎桃子（中）2分36秒54 = 大会新▷200Mメドレーリレー①中央小（古館・泉山・山崎・酒井）▷200Mリレー①中央小（酒井・泉山・古館・山崎）

【中学校男子の部】

▷50M自由形①酒井亮太郎（福3）▷100M自由形①荒谷宇見（福3）▷50M平泳①高瀬龍人（福3）▷100M平泳①獅子内祐弥（福1）▷50M背泳①沼山怜央（金3）、荒谷伊武樹（福2）（200Mメドレーリレー第1泳者として）30秒97 = 大会新▷100M背泳①荒谷伊武樹（福2）1分6秒05 = 大会新▷50Mバタフライ①大西大祐（福3）29秒84 = 大会新、（オ）酒井亮太郎（福3）29秒39 = 大会新▷100Mバタフライ①酒井亮太郎（福3）1分4秒33 = 大会新、②大西大祐（福3）1分4秒64 = 大会新▷200M個人メドレー①荒谷伊武樹（福2）2分21秒67 = 大会新▷200Mメドレーリレー①福岡中B（荒谷・戸来・酒井・大滝）▷200Mリレー①福岡中A（荒谷・酒井・獅子内・笠寺）

【中学校女子の部】

▷50M自由形①丹野真歩（福2）▷100M自由形①深沢紘（福1）▷50M平泳①平美里（福2）▷100M平泳①平美里（福2）▷50M背泳①平田夕貴（福3）▷100M背泳①丹野真歩（福2）▷50Mバタフライ①竹田愛奈（福1）▷100M

バタフライ①小林真唯(金3)▷200M個人メドレー①小林真唯(金3)2分40秒58=大会新▷200Mメドレーリレー①福岡中A(丹野・平・竹田・深沢)▷200Mリレー①福岡中A(丹野・山二・平・藤村)

(福=福岡、仁=仁左平、中=中央、石=石切所、御=御返地、金=金田一、浄=浄法寺)(オ)=オープン参加
中学校名の数字は学年

【一般男子の部】

▷50M自由形(30歳代)①長谷川竜治(二戸水協)
▷同(40歳以上)①東野浩一郎(東野組)▷100M自由形(30歳未満)①杉浦紘基(福岡高)▷同(30歳代)①長谷川竜治(二戸水協)▷50M平泳(30歳未満)①向井陽佑(福岡高)▷同(40歳以上)①内沢敬(二戸市役所)▷100M平泳(30歳未満)①向井陽佑(福岡高)▷50M背泳(30歳未満)①荒谷泰航(福岡高)▷50Mバタフライ(30歳未満)①田中裕世(福岡高)▷200Mメドレーリレー①イケメンですね~福高男子(田中・向井・杉浦・荒谷)▷200Mリレー①イケメンですね~福高男子(向井・田中・杉浦・荒谷)

【一般女子の部】

▷50M自由形 石澤七海(福岡高)(200Mリレー第1泳者として)28秒80=大会新▷100M自由形①石澤七海(福岡高)1分03秒72=大会新▷100M平泳①川上紗希(二戸SS)▷50M背泳①石澤七海(福岡高)、石澤七海(福岡高)(200Mメドレーリレー第1泳者として)30秒84=大会新▷50Mバタフライ①佐藤杏莉(福岡高)、(オ)石澤七海(福岡高)29秒87=大会新▷100Mバタフライ(オ)石澤七海(福岡高)1分7秒22=大会新▷200M個人メドレー①石澤七海(福岡高)2分27秒42=大会新

○第6回全日本春季軟式野球大会兼第12回東北少年軟式野球新人大会兼第12回岩手県少年軟式野球新人大会二戸市予選(8月9日、大平球場)

①福岡三葉クラブ②御返地・浄法寺連合③金田一中学校クラブ

○二戸地区小中学校水泳大会(8月20日、金田一近隣公園プール)※各種目1位と大会記録、新記録のみ

【中学校男子】

▷100M自由形3年①荒谷宇見(福)58秒96=大会新▷400M自由形1年①櫻庭拓海(福)▷同2年①大滝駿(福)▷同3年①酒井亮太郎(福)4分35秒04=大会新▷100M平泳1年①獅子内祐弥(福)▷同2年①陣場友輔(福)▷同3年①

高瀬龍人(福)▷100M背泳1年①大沼拓朗(金)▷同3年①沼山怜央(金)▷100Mバタフライ2年①高村龍一(福)▷同3年①大西大祐(福)1分5秒56=大会新▷200M個人メドレー1年①酒井裕太郎(福)2分38秒76=大会新▷同2年①荒谷伊武樹(福)2分28秒03=大会新▷同3年①戸来雅也(福)▷200Mリレー1年①福岡▷同2年①福岡▷同3年①福岡▷200Mメドレーリレー1年①福岡▷同2年①福岡▷同3年①福岡

【中学校女子】

▷100M自由形1年①深沢紘(福)▷同2年①山二くらん(福)▷同3年①田口幸奈(御)▷400M自由形1年①藤村歩生(福)5分25秒73=大会新▷同2年①丹野真歩(福)5分9秒40=大会新▷同3年①芳本美優(浄)▷100M平泳1年①三浦怜納(浄)▷同2年①平実里(福)▷100M背泳2年①川上凜(福)▷同3年①千葉絵里加(浄)▷100Mバタフライ1年①竹田愛奈(福)1分19秒44=大会新▷同2年①深沢繪(福)▷同3年①小林真唯(金)1分16秒17=大会新▷200M個人メドレー2年①藤村光那(福)▷200Mリレー2年①福岡2分11秒81=大会新▷同3年①浄法寺▷200Mメドレーリレー2年①福岡2分28秒81=大会新▷同3年①金田一

【小学校男子】

▷50M自由形5年以下①十文字駿(福4)▷50M平泳6年①工藤快(金)▷100M平泳共通①途中淳暉(中6)▷50M背泳5年以下①佐藤哲平(中5)▷同6年①小田島颯(石)▷100M背泳共通①小田島颯(石6)▷50Mバタフライ5年以下①佐藤哲平(中5)▷200M個人メドレー共通①小田島颯(石6)▷200Mリレー①中央▷200Mメドレーリレー①中央

【小学校女子】

▷50M自由形5年以下①福田明里(福4)▷同6年①川上茅帆(石)▷100M自由形共通①野崎成美(金6)▷50M平泳5年以下①福田明里(福4)▷100M平泳共通①泉山葵胡(中6)▷50M背泳5年以下①酒井夏実(中4)▷100M背泳共通①山崎桃子(中6)1分17秒13=大会新▷50Mバタフライ5年以下①酒井夏実(中4)▷同6年①山崎桃子(中)34秒15=大会新▷200M個人メドレー共通①山崎桃子(中6)2分42秒89=大会新▷200Mリレー①中央▷200Mメドレーリレー①中央

○平成26年度全国中学校体育大会第41回全日本中学校陸上競技選手権大会

(8月17~20日、香川県立丸亀競技場)
▷女子200m②山田美来(福岡)

第37回市民総参加スポーツ大会

日時 10月12日(日) 受付:午前8時30分
実施種目と場所 ビーチバレーボール(二戸体育館)、
ペタンク(馬淵川公園)、ターゲットバードゴルフ(二
戸浄化センター)、シャフルボード(金田一コミュニ
ティセンター)、グラウンドゴルフ(堀野近隣公園)
参加料 1人20円(傷害保険料)
申込期限 9月29日(月)午後4時
問い合わせ先 総合スポーツセンター(☎23-7211)

浄法寺地区体育祭

日時 10月12日(日) 開会式 午前9時
場所 浄法寺中学校グラウンド(雨天の場合、浄
法寺体育館)
問い合わせ先 体育祭実行委員会(カシオペアセ
ンター内☎38-4117)

高齢者筋力向上トレーニング参加者募集

筋力向上トレーニングに参加してみませんか。

対象 市内に住所を有するおおむね60歳以上で、
次の全てに該当する人

- ①介護保険の要介護2以下の人(介護保険サービ
スのデイケア、訪問リハビリを利用していないこと)
- ②トレーニングを行う上で身体的に支障のない人
- ③週2回程度、通える人(送迎はありません)

募集定員 8人(二戸地区5人・浄法寺地区3人)

実施期間 10月3日(金)から約3カ月間の、
毎週火曜日と金曜日(祝日を除く)

時間 二戸地区…午後2時~3時45分、浄法寺
地区…午後2時~3時

実施場所 二戸地区…生きがい総合センター(仁左
平横手2-3)、浄法寺地区…老人福祉センター(海
上の湯)

参加費 無料

申込期限 9月27日(土)

問い合わせ、申込先 福祉課(☎23-1313内線262)、
浄法寺総合支所市民課(☎38-2211内線131) 生き
がい総合センター(☎25-4959) 市社会福祉協議会
浄法寺支所(☎38-3061)

パークゴルフ教室(後期)参加者募集!

日時 【初級者体験コース(初めての人)】①10月
5日(日)、②25日(土) 各日午前9時~午後1時、
【中級者交流コース(経験者)】③10月23日(木)
午前8時~午後4時、④30日(木) 午前9時~
午後4時

場所 ①②④稲庭高原パークゴルフ場、③大野パー
クゴルフ場

集合時間および場所 ①②④午前9時…総合スポー
ツセンター、午前9時30分…浄法寺総合支所、
③午前8時…総合スポーツセンター、午前8時
30分…浄法寺総合支所※集合場所からパークゴ
ルフ場まではバスで移動します

参加料 会場使用料・道具レンタル料の実費(200
~500円)当日に集金します

対象 市民どなたでも参加できます

定員 初級者体験コース…各回先着20人(5人
以下のときは中止することがあります)
中級者交流コース…各回先着40人(申し込み
多数のときはお断りする場合があります)

持ち物 昼食、飲み物、帽子、雨具、靴(底が平
らで柔らかいもの)

問い合わせ、申込先 体力づくり振興会(教育委
員会生涯学習課内 内線554)

「認知症の人と家族のつどい」

認知症の方を介護している介護者の集まりに参加
してみませんか?知識や悩みを共有し、今後の活力
を養う時間になればと考え、開催します。

日時 10月10日(金) 午後1時30分

場所 総合福祉センター2階集会室

対象 市内に住んでいる人で、在宅で認知症の方の
介護をしている、または介護をしていた人

内容 講話「認知症サポーター養成講座」

講師…市内のキャラバンメイト取得者スタッフ
参加者交流会

参加費 無料

申込期限 10月1日(水)

問い合わせ先 二戸市社会福祉協議会(☎25-4959)

市民硬式テニス大会

日時および場所 10月5日(日) 午前9時集合、9時30分試合開始 堀野近隣公園テニスコート

種目 男子ダブルス、女子ダブルス **参加料** 1組2,000円(当日、受付でいただきます)

参加資格 市内に住居または通学、勤務している人もしくは市ローンテニス協会員

申込方法 9月30日(火)までに電話またはFAXにて申し込みください

問い合わせ、申込先 市テニス協会事務局・浪岡厚子(浪岡時好堂内 ☎23-5201 FAX 23-5202)

文化芸術活動相談のご案内

いわてアートサポートセンターは、岩手県文化芸術コーディネーターとして、県北の芸術文化活動の窓口になり、文化芸術活動に関する相談を無料で承ります。

経験豊かな芸術各分野のプロに、お気軽にお問い合わせください。

相談内容 イベント企画のアドバイス、活動場所の案内、鑑賞に関する支援（個人、学校、団体へ芸術鑑賞の提案）、助成金制度などの支援情報の提供、新たに活動したいと考えている人に活動団体や活動者の紹介、技術の指導など

電話受付時間 火～土曜日 午後1時～5時
※月曜日が祝日の場合、水～土曜日

問い合わせ、相談先 市民文化会館（担当・館林 ☎ 23-7111）

第13回二戸市書道協会展

会員の作品を展示するほか、ことしは九戸城や九戸政実を題材とする俳句などを書いた作品も特別展示します。力作の数々をぜひご覧ください。

日時 10月11日（土）午後2時～6時
12日（日）午前10時～午後6時
13日（月祝）午前10時～午後5時

場所 市民文化会館展示室

入場料 無料

○会員を募集しています！

二戸市書道協会では会員を募集しています。書道経験がない人でも、講習会で楽しみながら書道に触れることができ、作品づくりにもチャレンジできます。興味のある人は事務局までご連絡ください。

問い合わせ先 二戸市書道協会事務局・藤原（☎ 090-5845-6963）

二戸市民文化会館 10月の主な催事予定

催事名（主催者・問い合わせ先）	期日	時間	会場	入場料など
ニコエコ・アートフェスタ （ニコエコファミリー、☎ 080-1892-2990）	10月5日（日）	10時開始 15時終了	モナリザ広場、ロビー	無料
カシオペア安全安心ちびっこまつり （二戸地区防犯協会連合会、☎ 29-0110）	10月8日（水）	9時30分開場 10時開演 12時終演	大ホール	無料
九戸政実市民文士劇「天を衝く」 （九戸政実市民文士劇実行委員会、☎ 23-9201）	10月12日（日）	昼の部 開場13時 開演13時30分 夜の部 開場17時30分 開演18時	大ホール	前売・大人1,000円、高校生以下500円（当日券各200円増）
第13回二戸市書道協会展 （市書道協会、☎ 090-5845-6963）	10月11日（土）～13日（月祝）	11日 開始14時 終了18時 12日 開始10時 終了18時 13日 開始10時 終了17時	展示室	無料
第88回北方美術展 （美術集団「北方」、☎ 23-5448）	10月17日（金）～19日（日）	17、18日 開始9時 終了18時 19日 開始9時 終了17時	展示室	無料
第29回日本文化のつどい （事務局・船場、☎ 23-5421）	10月19日（日）	12時30分開場 13時開演 16時終演	大ホール	無料
第42回二戸市小・中学校音楽会 （市小・中学校音楽連盟、☎ 26-2214）	10月22日（水）	9時25分開演 13時終演	大ホール	無料
福岡中学校文化祭・合唱コンクール （福岡中学校、☎ 23-3325）	10月26日（日）	9時30分開演 17時終演	大ホール	無料

10月の休館日 6日（月）、14日（火）、15日（水）、20日（月）、27日（月）

問い合わせ先 市民文化会館（☎ 23-7111）

九戸政実市民文士劇「天を衝く」 10月12日（日）
チケット好評発売中！※詳しくは広報8月1日号11頁をご覧ください

ジャック・オ・ランタン をつくらNIGHT!?

10月4日(土)開催の「二戸ガンバンNIGHT!」参加店舗の店頭飾るジャック・オ・ランタンと一緒に作りませんか?あなたの作るランタンが、ハロウィンムードの「ガンバンNIGHT!」の夜をロマンチックに彩ります。

なお、事前申し込みは不要で、当日の会場内の出入りも自由にできます。

日時 9月28日(日) 午前10時~正午

場所 シビックセンター 多目的広場

持ち物 かぼちゃのワタをくりぬけるもの(大きめのスプーンやお玉など)、エプロンまたは汚れてもいい服装、あればゴム手袋

お願い 刃物を使いますので、お子様が参加する場合は、必ず保護者の方も参加してください

問い合わせ先 二戸ガンバンNIGHT実行委員会・日時(☎090-4046-7179)

街コン参加予定の皆さんの参加お待ちしております。もちろん街コンに参加しない人やお友達同士、小さいお子さんの参加もOKですよ!



街ににぎわいと元気を!! 二戸ガンバンNIGHT! Vol.4

HPはこちら→



日時 10月4日(土) 午後6時~9時

場所 岩谷橋~二戸警察署八幡下交番

参加料 男性4,000円、女性3,000円

対象 20歳以上の男女各200人

申込方法

①公式ホームページの専用申込フォーム
<http://2ganban-night.net/>

②電話(☎43-3106、平日の午前10時~午後5時)

③ローソンチケット(Lコード28482)

④プレイガイド ▶なにやーと3階商工観光流通課

▶ニコアインフォメーションセンター

▶二戸市商工会および同浄法寺支所

問い合わせ先 二戸ガンバンNIGHT
実行委員会(☎43-3106)

申込期限
9.25(木)
せまる!!

ほっとひといき けんこう広場

心や身体の病気で悩んでいることなど、お話しませんか?身体を動かして「気分転換」しませんか?市は、悩みを持つ人同士が語り合える場所やスタッフに相談できる場所として「ほっとひといき けんこう広場」を開設します。相談だけでなく、簡単な体操も行います。

ぜひ広場にお越しください。

日時 9月26日(金)、10月10日(金)、24日(金)
各日午後1時~2時

場所 総合福祉センター

内容 健康相談、簡単な体操

スタッフ 保健師、二戸市傾聴ボランティア、いきいき運動サポーター(原則第1金曜日)

問い合わせ先 健康推進課(☎23-1313内線263)

i・出会い応援事業

~あなたの婚活を支援します~

(公財)いきいき岩手支援財団では、県内各地の独身男女の出会いの場を提供する婚活支援イベント情報をホームページに定期的に掲載しています。気になるイベントを見つけて、出かけてみてはいかがでしょうか。なお、イベントに関するお問い合わせや申し込みは、各事業の実施団体に直接お願いします。

ホームページアドレス

<http://www.iwate-silverz.jp/>

「結婚支援情報」または「i・出会い応援事業 イベント案内」

問い合わせ先 (公財)いきいき岩手支援財団(☎019-626-0196)

平成26年度 二戸市文化祭

第29回日本文化のつどい

日本舞踊、箏曲、郷土芸能などを発表します。
華やかな舞台をご期待ください。



日時 10月19日(日) 午後1時
場所 市民文化会館大ホール
入場料 無料
問い合わせ先 事務局 船場 (☎23-5421)

ニコエコ・アートフェスタ

日時 10月5日(日) 午前10時~午後3時
場所 市民文化会館モナリザ広場、ロビー
入場料 無料
内容 自然やエコをテーマに活動している「風キッズ」の活動発表、東日本大震災支援・チャリティビンゴ大会(午後1時~)、岩手のナチュラルフードや雑貨も大集合します
問い合わせ先
ニコエコファミリー (☎080-1892-2990)

八戸工業大学公開講座
サイエンスカフェ in 二戸

自然の恵み“風と太陽”を生かす

八戸工業大学エネルギー環境システム研究所では、自然の恵みを科学的に利用する方法を考える公開講座を開きます。参加は無料、事前申し込みは不要です。ぜひ、参加ください。

日時 9月29日(月) 午後2時30分
場所 シビックセンター
内容

- 【講演1】「風の力で電気を生み出す風力発電とは」講師：小玉成人准教授
【講演2】「おひさまの恩恵を科学する」講師：青木秀敏客員教授

対象 小学生以上
募集人員 50人
問い合わせ先 八戸工業大学エネルギー環境システム研究所(八戸市妙字大開88-1 ☎0178-25-3111)

槻陰舎きぼう塾

今年度最初の槻陰舎きぼう塾は、1年の約半分をアラスカで過ごす、写真家の松本紀生さんをお招きし、アラスカの大自然やご自身の人生観などについてお話しいただきます。市内中学2年生が参加するほか、市民の皆さんも参加いただけます。この機会にどうぞお越しください。

日時 10月9日(木) 午前9時30分~11時30分
場所 市民文化会館中ホール
内容 開講式、講演「アラスカ・フォトライブ」
講師 写真家 松本紀生さん
入場料 無料
問い合わせ先 生涯学習課(内線552)

耐震診断・改修に助成します

市は、旧建築基準法により建てられた木造住宅の「耐震診断」および「耐震改修」に助成します。詳しくはお問い合わせください。

【耐震診断の支援】募集戸数 9戸
募集期間 11月28日(金)まで
対象 昭和56年5月31日以前に建てられた住宅
内容 耐震診断費用30,857円のうち9割を助成
【耐震改修への助成】募集戸数 1戸
募集期間 11月28日(金)まで
対象 耐震診断の結果、改修が必要とされた住宅
内容 耐震改修工事に係る費用の2分の1以内の額で、上限616,000円
問い合わせ、申込先 都市計画課(☎23-0183)

【国土交通省東北運輸局からのお知らせ】

自賠責保険・共済なしでの運行は 法令違反です！

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人対象を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務付けられており、自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反になります。ご注意ください。

四輪車もちろんですが、特に車検制度のない250cc以下のバイク(原動機付自転車・軽二輪自動車)は、有効期限切れ、かけ忘れにご注意ください。詳しい制度の内容は、国土交通省の自動車総合安全情報ホームページ(<http://www.jibai.jp>)をご覧ください。

問い合わせ先 国土交通省東北運輸局岩手運輸支局輸送・監査部門 ☎019-638-2155)

ご利用ください、便利になった「ねんきんネット」

「ねんきんネット」は、日本年金機構が提供するインターネットを利用した24時間いつでも、どこでも年金記録を確認することができるサービスです。ぜひご利用ください。

【ねんきんネットのメリット】

- ①いつでも、どこでも最新の年金記録を確認できる！…24時間いつでも、どこでもご自分のパソコンやスマートフォンで年金記録を確認できます。
- ②年金記録のもれや誤りを発見できる！…年金制度に加入していない期間、国民年金保険料を納めていない期間など、ご確認いただきたい情報をカラーで分かりやすく表示しています。また、「年金記録にもれがあるのでは？」と心配がある人は、自分で「持ち主不明記録」などを検索できます。
- ③将来の年金見込額を試算できる！…「働きながら年金を受け取る場合はいくら？」など、ご自身で様々な条件に応じた年金見込額を簡単に試算できます。

【ねんきんネットのご利用方法】

- ①ねんきんネットの利用にはユーザーIDの発行が必要です。なお、IDの発行は日本年金機構ホームページでできますが、5日程度要します。まずは「アクセスキー」の取得をお願いします。
- ②「アクセスキー」は年金事務所で即時発行します。また、誕生日にお送りしている「ねんきん定期便」にも記載されています。「アクセスキー」の有効期限は3ヶ月です。すでに「アクセスキー」を取得され、有効期限が過ぎている人は、年金事務所で即時発行します。

問い合わせ先 二戸年金事務所（☎23-4111）、市民課（内線226）、浄法寺総合支所市民課（☎38-2211 内線163）

水ぼうそうと高齢者の肺炎球菌感染症予防接種について

10月1日から、今まで任意接種（希望者が受けることができるもの）だった水痘（水ぼうそう）と、高齢者の肺炎球菌感染症予防接種が定期接種（接種が義務付けられるもの）に加わります。なお、詳しい日程などについては、対象者にお送りする通知書や市ホームページなどでご確認ください。

【水痘（水ぼうそう）予防接種】 総合福祉センターで集団により接種します

対象年齢と接種回数

生後12か月（1歳）から生後36か月（3歳）に至るまでの人…2回

※ただし、今までに任意接種で水痘ワクチンを受けた人は、接種した回数分の接種を受けたものとします。また、すでに水痘にかかったことがある人は対象外です

経過措置 平成26年度に限り、生後36か月（3歳）から生後60か月（5歳）に至るまでの人…1回

※ただし、今までに任意接種で水痘ワクチンを1回接種している人は対象外です。また、すでに水痘にかかったことがある人は対象外です

【高齢者の肺炎球菌感染症予防接種】

対象年齢と接種回数

(1) 65歳の人…1回 (2) 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能の障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害を有する人…1回

※ただし、今までに任意接種で肺炎球菌ワクチン（23価）を接種をした人は対象外です

経過措置 平成26年度は、当該年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上

になる人が対象です ※ただし、今までに任意接種で肺炎球菌ワクチン（23価）を接種をした人は対象外

問い合わせ先 健康推進課（☎23-1313 内線332）

【県立二戸高等技術専門校からのお知らせ】

在職者能力開発研修を行います

県立二戸高等技術専門校では、在職中の人（原則）を対象に、能力開発研修を行います。受講料は無料ですが、テキスト代や保険料を負担いただきます。

場所および申込先 県立二戸高等技術専門校久慈職業能力開発センター（久慈市栄町 37-77-7 ☎ 0194-53-6261）

講習時間 午前9時～午後4時

【若手社員研修】 定員 15人

期日 10月7日（火）、8日（水）

内容 若手社員としての役割、主体性を発揮する上で必要な考え方、周囲を巻き込んで仕事をする方法などについて学びます

申し込み締め切り 9月24日（水）

【中堅社員研修】 定員 15人

期日 10月15日（水）、16日（木）

内容 中堅社員としての役割、組織活動の基本、職務の進め方、上司への働きかけ、職場のチームワーク、後輩の指導などについて学びます

申し込み締め切り 10月1日（水）

【ExcelVBA プログラミング】 定員 10人

期日 10月21日（火）、22日（水）

内容 ExcelVBA の概要、Excel の作業を自動化するためのプログラム展開方法など、Excel の VBA 機能を活用したデータ処理を効率化するための手法について学びます

申し込み締め切り 10月7日（火）

【Access】 定員 10人

期日 10月28日（火）、29日（水）

内容 データ入力、管理、フォーム、レポート、クエリの作成方法、簡単な顧客管理ツールの作成など、データベースソフトを活用した基本的なデータ管理について学びます

申し込み締め切り 10月14日（火）

問い合わせ先

県立二戸高等技術専門校（☎ 23-2227）

【（一社）全国労働保険事務組合連合会岩手支部からのお知らせ】

労働保険事業主説明会

労働保険制度では、労働保険料を納める事業主の皆さんにご利用いただける各種助成金制度があります。この制度をはじめ、労働保険制度において事業主の皆さんに関係する内容について説明会を行います。また下記の日程、場所のほか県内各地で説明会を行います。詳しくはお問い合わせください。

日時 10月21日（火）午後1時30分～4時

場所 シビックセンターカルチャールーム

対象 労働保険未手続の事業主、労働保険制度について知りたい人

申込期限 10月14日（火）

問い合わせ、申込先 （一社）全国労働保険事務組合連合会岩手支部（〒020-0022 盛岡市大通3丁目3-10 8階 ☎ 019-654-4647 FAX 019-654-6420）

【岩手労働局からのお知らせ】

平成 27 年 4 月 1 日から

パートタイム労働法が変わります

パートタイム労働者の働きや貢献に見合った待遇の確保と納得して働くことができるようにするため、「パートタイム労働法」が改正されます。主な改正点は次のとおりです。詳しくはお問い合わせください。

- 有期労働契約を締結しているパートタイム労働者でも、職務内容、人材活用の仕組みが正社員と同じ場合、正社員との差別的取扱いが禁止
- パートタイム労働者の待遇と正社員の待遇を相違させる場合は、職務内容、人材活用の仕組み、その他の事情を考慮して、不合理と認められるものであってはならない
- パートタイム労働者の雇入れ時に、事業主の雇用管理の改善措置の内容の説明を義務化
- 厚生労働大臣の勧告に従わない事業主の公表制度を新設

問い合わせ先

岩手労働局雇用均等室（☎ 019-604-3010）

ちびっ子集まれ！

トラックフェスタ in 二戸

皆さんの暮らしを運ぶトラックが大集合！皆さんのお越しをお待ちしています！

日時 9月23日（火祝）午前10時～午後3時（オープニングセレモニーは9時45分～）

場所 シビックセンター特設会場

内容 オープニングセレモニー（先着100人に記念品プレゼント）、食のお振る舞い（無料。正午～）、白バイ、パトカーと写真撮影（先着200人）、クイズラリー、体験乗車、トラックの死角体験、運転操作体験検査など

問い合わせ先 （公社）岩手県トラック協会（☎ 019-637-2171）

未申請の人はいませんか？

臨時福祉給付金、子育て世帯臨時特例給付金の申請は10月1日(水)まで!!

市は、臨時福祉給付金および子育て世帯臨時特例給付金を支給しています。まだ申請をしていない人は早めに申請してください。申請受付は10月1日(水)までです。給付金の内容などについては広報にのへ6月15日号4頁でお知らせしています。詳しくはお問い合わせください。また、臨時福祉給付金や子育て世帯臨時特例給付金の「振り込め詐欺」には、くれぐれもご注意ください。
問い合わせ先 総合福祉センター給付金担当 (☎23-7881)

巡回行政相談を行います

10月20日～24日は「行政相談週間」です。国の行政の仕事(道路・河川、保険・年金、登記、労働)について皆さんからの相談に応じます。

日	曜	時間	場所
20	月	10:00～12:00	石切所出張所
		13:30～15:30	御返地出張所
21	火	10:00～12:00	仁左平出張所
		13:30～15:30	斗米出張所
22	水	10:00～12:00	二戸消費生活センター
		13:30～15:30	金田一コミュニティセンター
23	木	14:00～16:00	浄法寺カシオペアセンター
24	金	14:00～16:00	

担当 行政相談委員

相談料 無料

問い合わせ先 生活環境課(内線721)

～新規栽培希望者対象現地見学会開催～

あなたも1年生から始めてみませんか？

JA 新いわて、二戸市安全安心園芸推進センターでは、市内できゅうり・ねぎ・ピーマン・りんどう・小ぎくの新規栽培を希望する人を対象に現地見学会を開催します。農業経験のない人も大歓迎です。興味のある人はぜひ参加ください。

日程 9月29日(月)

◎**花卉の見学** 午前9時30分集合 JA管内
花卉農家視察(午前11時30分終了予定)

◎**野菜の見学** 午後1時30分集合 JA管内
野菜農家視察(午後3時30分終了予定)

集合場所 JA新いわて北部営農経済センター前
(石切所字荷渡22-7)

申込方法 9月25日(木)までに電話で申し込みください

問い合わせ、申込先 JA新いわて北部営農経済センター米穀園芸課(☎22-4362)

ごみダイエット通信⑱

今回から3回にわたり、「ダイエット耳寄り情報」として、減量作戦のポイントなどをお届けします。

(その1) 古紙回収で、ごみを減らそう!

環境衛生組合では、市内10箇所のリサイクルステーションを経由して古紙の回収に取り組んでいます。4～8月では、約140トンの資源化に成功!

ちなみに古新聞や古雑誌のほかにも、日頃使われる多くの紙製品が当てはまりますよ!

「雑誌」に分類されるもの

▷カタログもOK。ホチキスの針は取らずにお持ちください▷ノート、教科書、本(ビニールカバーは除いてください)▷古封筒やダイレクトメール、パンフレット、街頭チラシ、カレンダー(金具を除いてください)

「ダンボール」に分類されるもの

▷厚紙製の菓子箱、贈答品の箱など▷ティッシュペーパーの箱(ビニールは取り除いてください)

●できるだけごみの日に出さずに…「分けよう資源!古紙はリサイクルステーションへ!」年間目標300トンの達成へ協力をお願いします。10月は「3R推進月間」!古紙回収は3R優等生への第一歩。

◆一人1日当たりのごみ量の比較(8月まで)

二戸市=972g 県の標準目標値=928g

あと44g(新聞紙2枚程度)のダイエットを頑張らしましょう!草木ごみの乾燥も効果大です。

今月の古着回収「サンデーリサイクル」

9月28日(日)午前10時～午後3時

旧学校給食センター(堀野)、浄法寺総合支所
温暖化防止と地域環境のため二戸市環境衛生組合がボランティアで行っています。

問い合わせ先 生活環境課(内線723)

健康で長生きするために④

「栄養・食生活・身体活動・運動、喫煙、飲酒及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の整備」

～栄養・食生活編～

目標「食事は家族や仲間と一緒に、おいしく、楽しく、バランス良く食べましょう」

食事は私たちの体を維持するために最も基本的なものです。食べ過ぎなどによる肥満や生活習慣病、ダイエットのしすぎによるやせ、高齢者の低栄養状態は、健康を害することにつながります。

＜二戸市の現状＞

(1) 平成24年度保育所・幼稚園・児童館アンケート調査によると、特に20代の男性に、朝食を食べない人が多いようです。

(2) 健康にのへ21プランアンケート調査によると、適正体重を知っている人も、適正体重をコントロールできている人は、40歳以上では2割にも達していません。

そこで、市民の皆さんが普段の生活で気をつけることは次のとおりです。

- ① 1日3食、特に朝食はしっかり食べましょう
- ② 家族や仲間と一緒に食事するなど、楽しい時間をつくりましょう
- ③ 適正体重を知り、自分に合った食習慣を身につけましょう
- ④ 栄養のバランス（主食・主菜・副菜）や量を考え、また、引き続き塩分を控えた食習慣を身につけましょう

そして、各団体には次のことについて、協力いただきたいと思えます。

- ① 食生活改善推進員、栄養士会は、バランスのとれた食生活について、正しい知識の普及をします
 - ② 幼稚園、保育所、学校保健会は、子どものころから食の大切さ、食に関する健康づくり事業を行います
 - ③ 幼稚園・保育所・食生活改善推進員は、各世代間交流などを通じ郷土食の大切さや手作りおやつなどを広めていきます
 - ④ 食育推進協議会は、食文化を伝えていきます
- 市は、食に関しての正しい知識の普及に向け、イベントでのPR活動や、栄養・調理実習、栄養相談などを行っています。

1日3食、主食・主菜・副菜を組み合わせた、バランスの良い食生活を心がけましょう。

問い合わせ先 健康推進課 (☎ 23-1313 内線 263)

くらし安全安心だより

「個人情報を削除してあげる」!?
～公的機関をかたる詐欺が急増!～

【相談事例】

「生活保護センター」を名乗る人から「あなたの個人情報が3カ所に漏れている。2カ所は取り消せたが、1カ所（A社）だけは取り消せない。代理の人を立てる必要がある」という電話があり、ボランティア団体の人が代理人になってくれることになった。すると、A社から連絡があり、自分に振られている「番号」を教えられた。その後、代理人から「書類に書くのに必要」とその番号を聞かれ教えたところ、A社から「番号を他に教えたのは違法行為になるため、社員が逮捕された。あなたが保釈金1千万円払うように」と求められ、宅配便で現金を送ってしまった。（70代女性）

【アドバイス】

- ★公的機関をかたり「個人情報が漏れているので削除してあげる」などと持ちかけ、最終的にはお金をだまし取る手口が急増しています。
 - ★個人情報の削除を持ちかける電話は詐欺です。相手にせず、すぐに電話を切ってください。
 - ★一度お金を支払ってしまうと取り戻すことは極めて困難です。絶対に支払ってははいけません。
 - ★万一トラブルに巻き込まれた場合には、消費生活センターや警察に相談してください。
- ※二戸消費生活センターでは、消費生活に関するトラブルや多重債務（債務整理・過払い金返還請求）などの相談に応じています。
- 一人で悩まずに、ぜひご相談ください。
- 二戸消費生活センター 相談時間 平日午前9時～午後4時 (☎ 23-5800)

カシオペア FM 77.9 MHz

- 「二戸市からのお知らせ」を1日3回放送しています
- 震災後二戸市に避難されている皆さんへ、月～金曜日の生放送番組内で、避難前にお住まいの県や市町村の情報「ふるさとニュースレター」をお届けしています

【カシオペア FM が自宅で受信できないとき】

4月から、市内のほぼ全域でカシオペア FM の放送が受信できるようになりました。しかし、地形などの要因により電波の届きにくい地域があると思われます。カシオペア FM が自宅で受信できない人は、下記までご連絡、ご相談ください。

問い合わせ先 カシオペア FM (☎ 43-3461)、
情報管理室 (内線 713)

無料相談

法律相談

土地、財産、離婚、金の貸借など
日時 10月14日(火)、28日(火)
午前10時～午後3時
場所 二戸消費生活センター(県二戸地区合同庁舎内)
担当 弁護士
電話予約が必要です。時間の関係で、先着10人で締め切ります。
問い合わせ先 二戸消費生活センター(☎23-5800)

くらしとお金の安心相談会

借金の整理と生活資金など
日時 10月10日(金)午前10時～午後4時
場所 二戸消費生活センター(県二戸地区合同庁舎内)
担当 消費者信用生活協同組合相談員
電話予約が必要です。
問い合わせ先 二戸消費生活センター(☎23-5800)

県多重債務法律相談

借金の整理、過払い金返還請求など
日時 10月21日(火)午前10時～午後3時
場所 二戸消費生活センター(県二戸地区合同庁舎内)
担当 弁護士
電話予約が必要です。
問い合わせ先 二戸消費生活センター(☎23-5800)

多重債務相談

サラ金などの返済で困っている人は、ご連絡ください。
日時 10月16日(木)午前10時～午後7時
場所 もちづき司法書士事務所(石切所字森合90)
電話予約が必要です。
問い合わせ先 もちづき司法書士事務所(☎26-9117)

市民生活相談

生活に関すること
日時 10月17日(金)午前10時～午後3時
場所 二戸消費生活センター(県二戸地区合同庁舎内)
担当 市民生活相談員
電話予約が必要です。
問い合わせ先 二戸消費生活センター(☎23-5800)

個別健康相談

日時 10月9日(木)、23日(木)
午後1時～3時
場所 総合福祉センターまたは事業所
その他 医師が職場まで行き健康相談に応じます。電話予約が必要です。
問い合わせ先 岩手産業保健総合支援センター(二戸医師会内☎23-4466)

こころの相談

期日 9月25日(木)
場所 金田一コミュニティセンター
受付時間 午後1時～4時
担当 小井田潤一先生(県立一戸病院院長・精神科医)
電話予約が必要です。
問い合わせ先 健康推進課(☎23-1313内線251)または浄法寺総合支所市民課(内線133)

全国一斉司法書士法律相談

県司法書士会では10月1日の「法の日」を記念し、窓口および電話による法律相談を行います。
日時 10月1日(水)午前10時～午後3時
場所 シビックセンター
電話相談期日 10月1日(水)～10日(金)
相談110番電話番号 019-652-9350
相談内容 不動産・商業登記手続きの代理、訴訟書類の作成など
問い合わせ先 県司法書士会事務局(☎019-622-3372)

司法書士による成年後見相談

県司法書士会および(公社)成年後見センターリーガル・サポート岩手支部では、成年後見相談会を開催します。
日時 10月4日(土)午前10時～午後3時
場所 県司法書士会館(盛岡市本町通2丁目12番18号)
無料相談電話番号 0120-823-815
0120-333-184
相談内容 成年後見に関すること
問い合わせ、申込先 県司法書士会事務局(☎019-622-3372)

全国一斉法務局休日相談

法務局では、全国一斉に休日相談所を開設します。
日時 10月5日(日)午前10時～午後4時
場所 盛岡地方法務局二戸支局
相談内容 登記・相続・人権問題など
問い合わせ、申込先 盛岡地方法務局総務課(☎019-624-9861 FAX 019-629-1237)

「公証週間」公証相談会

10月1日(水)から7日(火)までの公証週間に合わせ、窓口および電話による相談会を行います。なお、土曜、日曜は予約が必要です。
時間 午前9時30分～午後4時
場所 盛岡公証人合同役場
内容 契約や遺言の公証証書について
問い合わせ先 盛岡公証人合同役場(盛岡市大通3丁目2-8 3階☎019-651-5828)

福祉のお仕事相談会

日時 10月14日(火)、28日(火)
午後1時30分～3時30分
場所 ハローワーク二戸
相談内容 福祉の資格の取得方法、仕事内容、求人情報、仕事体験など
問い合わせ先 (社)県社会福祉協議会岩手県福祉人材センター(☎080-1651-6203)

多重債務相談窓口

東北財務局盛岡財務事務所では、多重債務でお悩みの人からの相談を受け付けています。相談は窓口および電話で行っています。秘密は厳守します。

時間 月～金曜日（祝日、年末年始除く）午前8時30分～午後4時30分

相談専用電話 019-622-1637

場所 東北財務局盛岡財務事務所（盛岡市内丸7-25盛岡合同庁舎4階）

問い合わせ先 東北財務局盛岡財務事務所（☎019-625-3353）

募集

「政實ゆかりの地を巡る」その2

岩手大学教育学部日本史研究室の菅野文夫教授と一緒に、八戸市根城の史跡を訪ね、歴史を学びます。

日時 10月15日（水）二戸駅西口集合 午前8時45分出発、午後4時30分到着（予定）

内容 ①歴史的背景について講話（菅野文夫岩手大学教授）②根城ボランティアガイドの案内で史跡を巡ります③八戸市博物館で縄文時代から江戸時代までの歴史を学びます

募集人員 30人

参加料 1,500円（昼食代、入館料）

用意するもの 雨具、ズック、飲み物
その他 歩きやすい服装でお越しください

応募締め切り 10月1日（水）

問い合わせ先 石切所公民館（☎23-3990）

ノルディックウォーキング体験

ポールを使用するウォーキングです。関節への負担が少ないので、年齢に関係なく誰でも気軽に楽しめます。秋の安比高原を一緒に散策してみませんか。

日時 10月21日（火）午前8時30分～午後4時

コース 安比高原（約5^{キロ}）

集合場所 中央公民館

募集人員 15人

参加料 3,000円（指導・ポールレンタル料、昼食代）※入浴代別途500円

持ち物 手袋、タオル、飲み物、必要に応じて着替え、両手が空くようなザックなど、雨具（雨天決行のため）、入浴する人はタオル

講師 安比高原ノルディックウォーキングインストラクター

その他 動きやすい服装と運動靴でお越しください。

申込期限 10月10日（金）

問い合わせ、申込先 中央公民館（☎23-2870）

ノロウイルスによる食中毒・感染症対策を考えるシンポジウム

近年のノロウイルスによる食中毒の発生件数は、過去10年間で2番目に多い状況です。また、近年のノロウイルス食中毒は、感染した調理者から二次汚染を受けた食品が主な原因と考えられており、改めて食品衛生管理および施設の感染症対策の徹底が求められています。

県は、食品安全に関する人などを対象に、ノロウイルスの健康被害や知識、対策などを学び、食中毒の発生や施設における感染拡大を防止するため、シンポジウムを開催します。

日時 10月29日（水）午後1時30分～3時30分

場所 ホテルメトロポリタン盛岡ニューウイング

内容 ①講演Ⅰ（国立医薬品食品衛生研究所食品衛生管理部第4室長 野田衛さん）②講演Ⅱ（岩手県環境生活部県民くらしの安全課職員）③意見交換・質疑

申込方法 電話、メール又はFAXで①氏名、②参加人数、③居住市町村名を記入し10月27日（月）までに県庁・県民くらしの安全課まで申し込みください。申込用紙は県庁ホームページからダウンロードできます

問い合わせ、申込先 県庁くらしの安全課（☎019-629-5385 FAX: 019-629-5279 E-Mail: AC0009@pref.iwate.jp）

お知らせ

愛犬のしつけ教室

日時 9月28日（日）午前10時30分～正午

場所 馬淵川公園駐車場

参加費 1,000円

事前申し込みにより、クラスを分けます。参加希望者はわんこの会事務局まで申し込みください。

問い合わせ、申込先 わんこの会事務局（グリーン動物病院内 ☎23-8257）

ひきこもり家族教室

ひきこもりについて勉強したり情報交換しながら、適切な対応を話し合います。事前に電話で予約ください。

日時 10月27日（月）午後1時30分～4時

場所 県二戸地区合同庁舎1階 地域交流ルーム

内容 講話「ひきこもりの理解と対応について」、情報交換

講師 そらをみた会 代表兼家族相談士 阿部直樹さん

申込期限 10月24日（金）

問い合わせ先 二戸保健所保健課（☎23-9206）

若者ステップアップセミナー

就労や自立に関するセミナーと個別相談会を開催します。

日時 ①10月9日（木）、②23日（木）若者ステップアップセミナー 午前10時～正午、個別相談午後1時～3時

内容 ①コミュニケーションゲーム、②やってみよう！～パークゴルフ

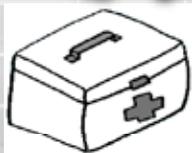
場所 カシオペアメッセ・なにゃーと

対象 15～40歳未満の求職者またはその保護者

申し込み方法 電話またはFAX、メールにて申し込みください。申込用紙はハローワーク二戸・ジョブカフェにあります。

問い合わせ、申込先 特定非営利活動法人いわてパノラマ福祉館（☎019-639-8383 FAX 019-907-0390 E-Mail: info@npo-ipf.org）

健康ひろば



総合福祉センター
☎23-1313

10月の健康カレンダー

日	曜	予防接種など	受付時間	場所
1	水	10カ月健診	12:15～12:45	総合福祉センター
2	木	BCG 予防接種	13:00～13:30	
9	木	3歳健診	12:45～13:15	
14	火	2歳歯科検診	13:00～13:30	
21	火	4カ月健診	12:30～13:15	
22	水	1歳6カ月健診	12:15～12:45	
28	火	5歳児発達相談	12:30～12:45	

※10月から、水ぼうそうの予防接種を行います。詳しくは、10月号をご覧ください。

下記の休日当番医院において予防接種ができます。平日に予防接種を受けられない人はご利用ください。接種を希望する場合は、希望日の10日前までに総合福祉センターへご連絡ください（ただし、人数制限がある場合があります）。

月日	医療機関名	受付時間
10月13日(月祝)	川村医院	9:00～16:00
10月26日(日)	齋藤産婦人科医院	9:00～16:00

問い合わせ先 健康推進課（内線 332）

結いっこベビールーム

○離乳食教室

日時 10月10日（金）午前10時～正午
場所 総合福祉センター
内容 離乳食づくりと試食
 離乳食づくりのポイントを学びます
対象者 生後4カ月～8カ月ごろのお子さんとその家族（先着12組）
申込期限 10月3日（金）
問い合わせ、申込先 健康推進課（内線 222）

○パパ・ママ教室

日時 10月26日（日）午前10時～午後2時
場所 総合福祉センター
内容 赤ちゃんのお風呂の入れ方、パパもできる！ママのための簡単レシピ、リフレッシュ＆リラクスタイム“二人でできるアロママッサージ”
対象者 これからパパ・ママになる人（先着9組）
申込期限 10月17日（金）
問い合わせ、申込先 健康推進課（内線 233）

献血にご協力ください

医療機関では、主に400ml献血による血液が輸血用として使われています。ぜひ、400ml献血のご協力をお願いします。

月日	受付時間	会場
10月13日 (月祝)	10:00～12:30	ユニバース二戸堀野店
	14:00～16:00	
10月30日 (木)	10:00～11:00	総合福祉センター
	12:00～13:00	特別養護老人ホームわくわく荘

※献血手帳・カードがある人は、お持ちください。

問い合わせ先 健康推進課（内線 332）

各種料理教室

※各教室とも、定員になり次第締め切ります。

○男性の料理教室

簡単ヘルシーメニューを作ったり食べたりしながら、生活習慣病予防のポイントを学びませんか？

日時と場所 ①10月8日（水）午前10時～午後2時 ほほえみセンター ②10月15日（水）午前10時～午後2時 金田一コミュニティセンター ③10月28日（火）午前10時～午後2時 総合福祉センター

内容 生活習慣病予防についての話、調理実習

持ち物 エプロン、三角巾、米1合

募集人員 各回20人（男性のみ）

申込期限 各回の前日午前10時まで

問い合わせ、申込先 健康推進課（内線 264）

○ビギナーズ料理塾

日時 10月22日（水）午後6時30分～9時

場所 総合福祉センター

募集人員 40歳以下の市民 20人

持ち物 エプロン、三角巾、参加費（1人500円）

申込期限 10月21日（火）

問い合わせ、申込先 健康推進課（内線 224）



○第2回郷土食料理教室

日時 10月29日（水）午前9時30分～午後2時

場所 総合福祉センター

内容 ひえご飯、五目とろろ、ごま豆腐、秋野菜の酢の物、小松菜入りひつつみ、へっちょこ団子入りコーヒーぜんざい・フルーツ添え

講師 食の匠 高村民子さん

持ち物 エプロン、三角巾、参加費（1人500円）

募集人員 20人

申込期限 10月6日（月）

問い合わせ、申込先 健康推進課（内線 222）