



これからも健やかに ～村敬老会～

主な
内容

村敬老会	②～③	村陸上記録会	⑨
各種健診のお知らせ	④～⑤	B & G海洋体験セミナー参加報告	⑫～⑬
一般競争入札で公売します	⑧	村畜産まつり	⑱

祝

長

寿

村敬老会

548人が集い 長寿と健康祝う

九戸村敬老会が9月8日に戸田・伊保内・江刺家の3会場で、9日にはおりつめの里と特別養護老人ホーム折爪荘で開かれ、村内に住む75歳以上のお年寄りと関係者が長寿と健康を祝いました。

今年の対象者は昭和12年4月1日までに生まれた方。昨年より17人多い1376人が招待され、548人が出席しました。

式典で五枚橋久夫村長は「長寿の皆さまの様子を拝見しますと、あふれるような温かさを感じ、我が身にも生きる力をいただく思いです。体に気を付け、来年も元気で敬老会に出て来られること期待します」とあいさつ。

式典では、90歳以上の長寿、88歳の米寿、77歳の喜寿の方に記念品、80歳以上の方に敬老年金を贈呈。五枚橋村長が一人一人に手渡しました。

祝賀会では、「今日は敬老の日おめでとうございます。」

村の長寿者（9月4日現在・敬称略）

順位	氏名	年齢	行政区
1	小野寺タキ	101	長興寺下
2	小川 タヨ	101	折爪荘
3	下村 フヂ	101	折爪荘
4	眞下 ヨシ	100	戸田館の下
5	皆川 仙吉	100	戸田上
6	桂川誠一郎	100	瀬月内
7	立波 ハル	100	折爪荘
8	稲森源右工門	99	おりつめの里
9	山下 チヨ	99	折爪荘
10	小野家與平	98	鹿島

中山幸治さんが76歳とは思えない自慢の歌声を披露



五枚橋村長から一人一人に記念品が手渡されました（江刺家会場）



野辺地柊真くんと道地咲来ちゃんから小井田清次郎・トメ夫婦へ祝福の花束が送られました。



長寿、米寿、喜寿の皆さんに五枚橋村長から記念品が手渡されました（戸田会場）

おじいちゃん、おばあちゃん、元気で長生きしてください」と園児が花束を贈呈。花束を受け取った夫婦は、笑顔で園児たちと握手を交わしていました。その後は地元の婦人会や老人クラブ、郷土芸能保存会などがお祝いに駆け付け、歌や踊りを披露。園児たちもかわいらしいダンスで祝賀会を盛り上げてくれました。

参加者の皆さんは、仲間と交流しながらお酒を楽しんだり、ステージで披露される演技に拍手を送ったりと和やかな時間を過ごしていました。

おりつめの里と折爪荘では、同施設職員による「ソーラン節」や伊保内婦人会が歌や踊りを披露し、敬老会に花を添えました。参加者はにぎやかな音楽に合わせて、歌と一緒に歌ったり、手拍子をしたりして笑顔で楽しいひと時を過ごしていました。また、お祝いに訪れた家族の皆さんと一緒に、敬老会を楽しんでいました。

江刺家小学校児童が郷土芸能を披露



折爪井職員によるよさこいソーラン



安藤サチ子さんが祝福の擁抱♡



ダンスを披露した伊保内保育園園児



津軽の花を披露した伊保内婦人会



40歳以上のみなさんは毎年受診しましょう。

特定健診

今月は、各種健診を実施します。対象の方は、忘れずに受診してください。
10月上旬に受診票・受診券などを各戸配布します。

特定健診Q&A

Q 特定健診って、誰が受けるの？

A 40歳から74歳までの国保加入者全員が対象です。病院で検査した人や治療中の人も受診しましょう。

Q 国保に加入し、勤め先で健診を受けた場合は？

A パート勤務などをしていられる方が事業主の実施する健診を受ける場合があります。そのときは、健診結果通知書の写しを提出願います。

Q 特定健診の目的は？

A 日本人の死亡原因の3割を占める、心臓病と脳卒中。

これらの生活習慣病は、内臓脂肪を減らすことで発症を抑えられます。この内臓脂肪により起こるメタボリックシンドロームを早い段階で見つけて生活習慣病を予防することが、特定健診の目的です。

Q 特定健診を受けると、どんなメリットがあるの？

A ①生活習慣病の予防②家計の医療費削減③健診後のサポートの充実などが挙げられます。

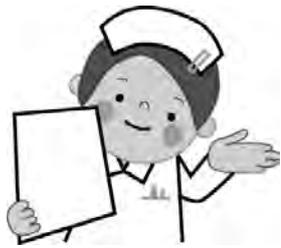


健診名	対象者	個人負担額
特定健康診査	40～74歳の国保加入者	対象者全員に受診票・受診券などを配布しますので、保険証と併せてご持参の上、必ず受診してください。 病院で治療中の人・定期的に検査をしている人も 、受診が必要です。 40～64歳：1,300円 65～74歳：600円 (住民税非課税世帯は無料)
後期高齢者健康診査	75歳以上(受診日年齢)の後期高齢者医療制度加入者	対象者全員に受診票・受診券などを配布しますので、保険証と併せてご持参の上、受診してください。 無料
若者健康診査	19～39歳の希望者	申し込みをした方に受診票を配布しますので、当日持参してください。 1,000円
前立腺がん検査	51・56・61・66・71歳の男性希望者	左記年齢の男性で希望する場合は前立腺がん検診を受けられますので、当日受付にお申し込みください。ただし、特定健診を受けることが条件です。 750円
肝炎ウイルス検査	40・45・50・55・60・65・70歳の希望者	左記年齢で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は、検査を受けられます。ただし、特定健診を受けることが条件です。当日受付にお申し込みください。 無料
肺がん検診	41～65歳	申し込みをした方に受診票を配布しますので、当日持参してください。 1,000円 (住民税非課税世帯は無料)
結核健康診断	66歳以上	対象者全員に受診票を配布しますので、当日持参してください。 無料

(※年齢は平成25年3月31日年齢)

社会保険等加入のご家族の方も特定健診を受診できます。各保険者から発行される**受診券と保険証を持参**して受診ください。(無い場合は受診できません。各自で保険者にお問い合わせください。)

また、肝炎ウイルス検査は、特定健診を受診する社会保険等加入の家族の方も受けられます。希望する場合は、当日受付にお申し付けください。



～各種健診の日程～

待ち時間短縮のために、行政区ごとに時間を指定しました。指定日・指定時間に都合が悪い場合は都合の良い日時で構いませんが、できるだけご協力くださるようお願いいたします。

《特定・後期高齢者健診など》

実施月日	場 所	受付時間	対象行政区	
10月23日(火)	宇堂口地区農村婦人の家	午前	9時30分～10時15分	瀬月内・泥の木
			10時15分～11時00分	宇堂口
	山根集落センター	午後	1時30分～2時00分	山根(1・2・4班)
			2時00分～2時30分	山根(3・5・6班)
10月24日(水)	九戸村老人福祉センター	午前	9時30分～10時00分	平内
			10時00分～11時00分	戸田下
		午後	1時00分～1時45分	妻の神・館の下
			1時45分～2時30分	戸田上
10月25日(木)	江刺家ふるさとセンター	午前	9時30分～10時15分	田代・山屋
			10時15分～11時00分	柿の木・江刺家上
		午後	1時00分～1時45分	道地・丸木橋
			1時45分～2時30分	江刺家下
10月26日(金)	長興寺银杏会館	午前	9時30分～10時15分	長興寺上
			10時15分～11時00分	荒田・大向
		午後	1時00分～2時30分	長興寺下
10月28日(日)	保健センター	午前	9時30分～11時00分	伊保内上 休日希望者(全地区)
		午後	1時00分～2時30分	伊保内下 休日希望者(全地区)
10月29日(月)	細屋ふれあいセンター	午前	9時30分～10時00分	五枚橋・雪屋
			10時00分～11時00分	細屋
	保健センター	午後	1時30分～2時30分	荒谷
10月30日(火)	保健センター	午前	9時30分～10時15分	二ツ家・小倉
			10時15分～11時00分	鹿島
		午後	1時00分～1時45分	川向(1～9班)
			1時45分～2時30分	川向(10～17班)
10月31日(水)	保健センター	午前	9時30分～10時15分	南田(1～9班)
			10時15分～11時00分	南田(10～16班)

《若者健診》

実施月日	場 所	受付時間	対象行政区	
10月31日(水)	保健センター	午後	1時00分～2時00分	全地区(19歳～39歳)

※お問い合わせは、住民生活課国保住民班(42-2111内線212)または保健衛生班(内線123)へ。

m u r a n o w a d a i むらのわだい

皆さんからいろいろな情報をお待ちしています。
お気軽に広報担当 ☎ 42-2111 (内線 168) へお寄せください。



① 40人が参加して日ごろの運動不足の解消と相互の交流を図った、ハイキング



④ 若者から年配の方まで楽しんだビーチボール



③ 真夏の中、交流しながらプレイしたグラウンド・ゴルフ

村民スポ・レク大会 スポーツで交流楽しむ

村民スポーツ・レクリエーション大会が9月2日に行われました。本年度から新種目パークゴルフが追加。約210人が5種目に参加し、さわやかな汗を流しながら交流を楽しみました。結果は次のとおり。(敬称略)

◆グラウンド・ゴルフ▷男子の部①皆川八五郎②小野寺徳三郎③中野寅蔵▷女子の部①中野カツ②戸井口京子③池田八重子◆ビーチボール①実家暮らしのチエミティー②ガチャピン③九戸のやくば◆パークゴルフ▷男子の部①千葉三蔵②上村利美③佐々木三男▷女子の部①関口愛子②竹村節子③大川マサ子◆ハイキング(折爪岳)◆ソフトボール①江刺家②伊保内1区③戸田2区、伊保内2区

出会い・人・むらづくり講演会 九戸物語の夢を持って

8月12日と9月2日、出会い・人・むらづくり講演会が開かれ、志村尚一氏を講師に迎えて「自分の魅力を発見しよう」をテーマに、村民の目線に立って講演いただきました。

「九戸物語」をつくれる商品を作れるか、そこにしかないものを活かしていくことが大切であると説明いただき、時折ユーモア交えたお話に参加者は熱心に耳を傾けていました。次回の講演会は10月21日です。ぜひ参加してみませんか？



志村尚一氏のユーモアあふれる講演に耳を傾ける参加者



自分たちが育てたまごころの花を販売する長興寺小学校児童

長興寺小学校まごころ花クラブ 復興願い まごころ届ける

長興寺小学校では、「まごころ花クラブ」と題した野田村への復興支援活動を行いました。児童が自ら育てたふうせんかずらをオドデ館にて販売。その収益によりシクラメンの苗を買い、自分たちで育てたまごころの花を、全校児童39人が野田村へ届けました。この活動は、県北の復興を願い被災地を忘れないように、お互いの心が育つよう祈願して平成23年度から実施されています。



伊保内小学校鼓笛隊などによる交通安全パレード

秋の全国交通安全運動 早めライトと反射材

9月21日から30日まで、村内各所で秋の全国交通安全運動が展開されました。伊保内商店街では、伊保内小学校鼓笛隊や交通安全母の会などによる交通安全パレードを開催。児童51人が校歌やミッキーマウスのマーチなどの曲を披露し、「ライトの早め点灯や夜光反射材の着用」を訴えました。

朝の通学時には、小学校校門前で二戸地区交通安全協会九戸分会や母の会による黄色い羽根の配布なども行われ交通安全に対する意識を高めました。



②

②炎天下の中、子どもたちも参加し熱戦が展開されたソフトボール



⑤

⑤会話をしながらプレーを楽しんだパークゴルフ

ヤクルトレディが愛の訪問活動 お花を贈り敬老祝う

9月12日、岩手ヤクルト販売二戸支店のヤクルトレディが一人暮らしのお年寄りに花をプレゼントし、一足早い敬老の日を祝いました。岩崎貴子さんが浅水ナヨさん（細屋）宅を訪問。岩崎さんは「これからも元気に暮らしていきます」とメッセージカードを添えてカーネーションを贈りました。浅水さんは「おかげさまで長生きしてます。これからも宜しく願います」と笑顔を見せていました。



岩崎さん(左)が浅水さん(右)へカーネーションをプレゼント



壇上で力強く発表し、優秀賞を獲得した大崎明生さん

わたしの主張二戸地区大会 大崎明生さんが優秀賞

9月5日、わたしの主張二戸地区大会が九戸中学校を会場に開催されました。二戸管内4市町村、13校から13人が出場。生徒が普段感じていることや自分の経験から得た価値観や人生観を題材とし、自分の言葉で、自分の思いを壇上で力強く発表しました。九戸中学校代表の大崎明生さん（2年）は「自分を愛するということ」をテーマに発表し、優秀賞を受賞しました。

公売

差し押さえた不動産9件 一般競争入札で公売します

村では、税金滞納者から差し押さえた不動産を入札形式により公売します。

ただし、今回の入札に付される農地(田、畑)についての入札参加資格は、村農業委員会から買受適格証明を受けた人に限りますので、注意してください。(原野は、買受適格証明は必要ありません。)

◆ 公売日 10月31日(水)

◆ 受付時間 8時40分～9時30分

◆ 受付・入札場所 村役場3階、第2会議室

◆ 入札に必要な物①本人確認資料(運転免許証など)、②印鑑(スタンプ式は不可)、③公売保証金、④買受適格証明書

◆ その他

● 買受適格証明を受けるためには、10月10日までに必要書類を村農業委員会に提出する必要があります。詳しくは、村農業委員会(☎42・2111内線241)にお問い合わせください。

● 受付の際は、公売保証金をお預かりします。落札した人は、公売保証金を落札金額に充当することができます。また、落札できなかった人にはお返しします。

番号	所在	番地	地目	地籍
①	大字戸田第19地割	249番	田	985 m ²
②	大字戸田第20地割	41番	田	1,115 m ²
③	大字戸田第19地割	280番	畑	130 m ²
④	大字戸田第19地割	281番	畑	597 m ²
⑤	大字戸田第19地割	289番5	畑	1,847 m ²
⑥	大字戸田第19地割	289番6	畑	1,289 m ²
⑦	大字戸田第21地割	49番60	畑	3,059 m ²
⑧	大字戸田第21地割	136番3	原野	49 m ²
⑨	大字戸田第21地割	147番	原野	748 m ²

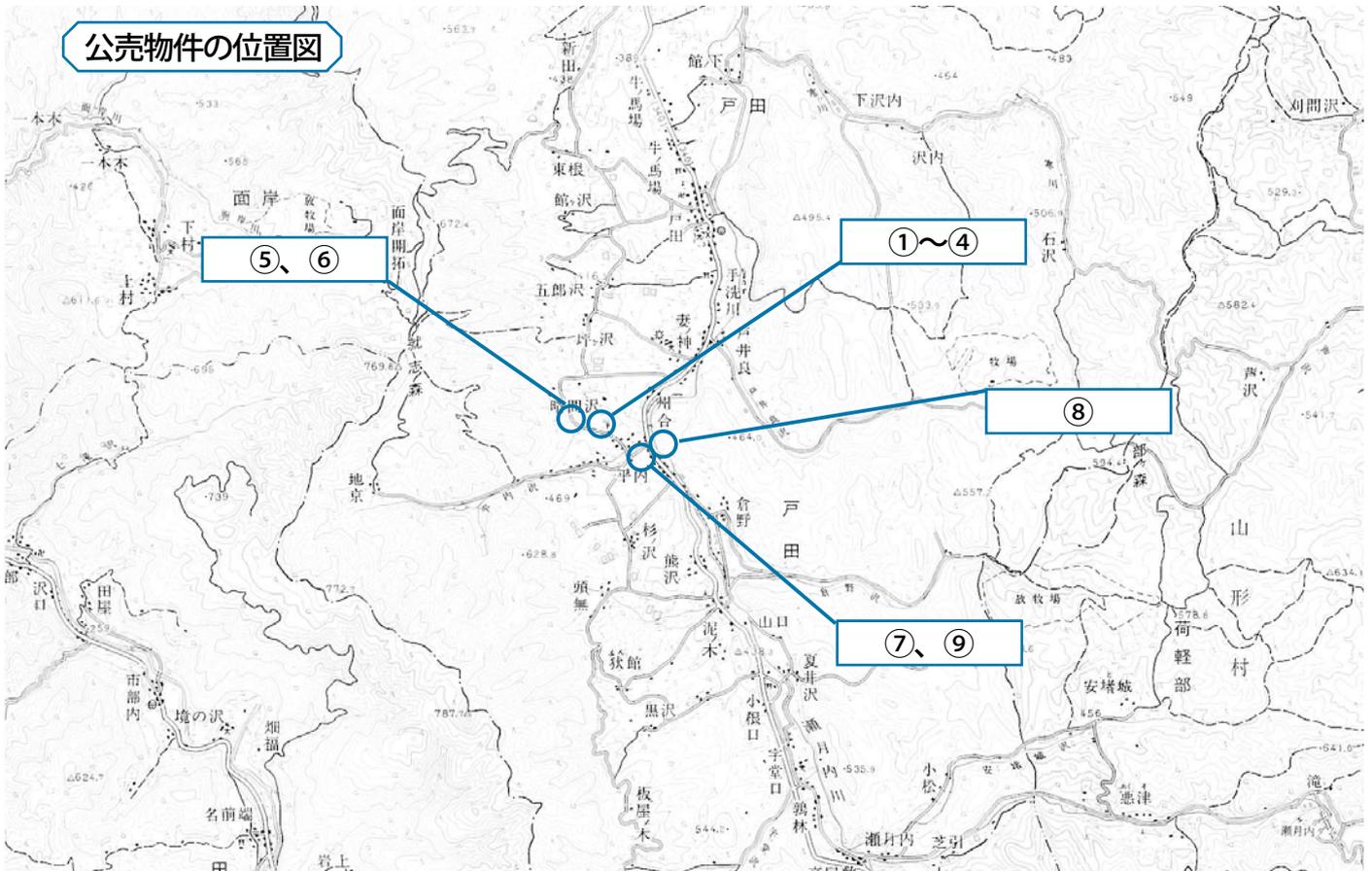
※ 公売に係る見積価格、公売保証金の額は、公売日の3日前までに公告されますので、住民生活課窓口で確認願います。

● 入札参加希望者は、公売予定地の現況、権利設定の有無などについて事前に確認してください。また、入札にあたっての注意事項と重要事項について、事前に村役場住民生活課税務徴収班窓口で必ず確認の上、入札に参加してください。

◆ 問い合わせ先

村役場 住民生活課 税務徴収班(☎42・2111内線232)

公売物件の位置図



自己の限界に挑戦

村小学校陸上記録会が9月4日行われ、村内の小学校から集まった4年生以上の選手約90人が出場しました。

開会式で久保智克実行委員長は「皆さんの声援が力を引き出してくれます。最後まであきらめない、がんばりを期待します」と激励のあいさつ。選手を代表して中村怜さん（江刺家小6

年）が「今までの練習の成果を発揮し、仲間と助け合い、選手一人一人が最後まで全力で競技に取り組みたいと誓います」と力強く宣誓。

選手は20種目において、自己ベストを更新できるように全力で競技に取り組みました。

また、控えの選手は競技している選手を力いっぱい



応援。選手が苦しい場面には温かい言葉をかけ、成功したら跳び上がった喜び、各小学校が一丸となって記録会に取り組んでいました。各種目の優勝者と記録は左の表のとおりです。（敬称略）

《男子》

種目	学校名	学年	氏名	記録
100 m走	江刺家	4年	石川 隆人	15"71
	江刺家	5年	七戸 乃暉	15"01
	戸田	6年	橘 翔悟	14"15
200 m走	伊保内	5年	屋形場勇輝	33"30
	江刺家	6年	中村 怜	31"36
1000 m	長興寺	6年	玉川 大輔	3'35"61
走り高跳び	伊保内	6年	宮川 楽斗	1m19cm
走り幅跳び	江刺家	6年	中村 怜	3m91cm
ソフトボール投げ	伊保内	6年	下川原涼太	56m45cm
400 mリレー	伊保内		大崎 光仁	1'01"17
			下川原涼太	
			滝 晟弥	
			白岩 龍斗	

《女子》

種目	学校名	学年	氏名	記録
100 m走	伊保内	4年	山下さくら	16"34
	伊保内	5年	冬部 真菜	15"93
	伊保内	6年	平中 海里	16"07
200 m走	伊保内	5年	松澤 璃々	32"93
	伊保内	6年	和田奈留未	33"83
800 m	伊保内	6年	平中 海里	2'54"94
走り高跳び	伊保内	6年	和田奈留未	1m18cm
走り幅跳び	伊保内	6年	小田 日華	3m16cm
ソフトボール投げ	江刺家	6年	林 萌衣	44m20cm
400 mリレー	伊保内		松澤 璃々	1'03"73
			冬部 真菜	
			平中 海里	
			和田奈留未	

ききます、届けます、あなたの声を行政に。

行政相談所を開設

10月15日⑧から21日⑧は、「行政相談週間」です。週間中は、行政相談委員が次のとおり相談所を開設し、道路・河川、保険・年金、登記などについて皆さんの相談に応じます。相談は無料で、秘密は守られますので、お気軽にご利用ください。

■行政相談委員 小野寺エネさん（南田）

☎ 42-2625

■相談日と場所

▶10月17日⑧ 江刺家ふるさとセンター

▶10月18日⑨ 村老人福祉センター

▶10月19日⑩ 村総合福祉センター

■時間 午後1時30分～午後3時30分

■問い合わせ 総務企画課庶務財政班（☎ 42-2111 内線 166）



最後まであきらめず、バトンを
つないだ400mリレー



声援を受けて力いっぱい跳んだ走り幅跳び。



村少年野球新人大会

戸田ファイターズに栄冠

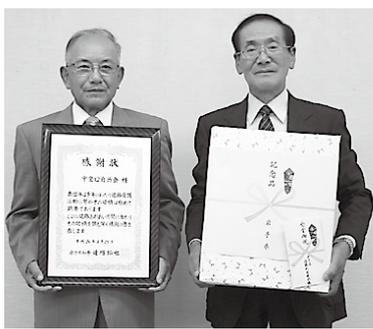
村少年野球新人大会が9月8日、ナインズ球場で開催されました。猛暑の中、村内3チームのリーグ戦により熱戦が繰り広げられました。

5年生が主戦となって初の公式戦。選手たちは白球を最後まであきらめない好ゲームを展開。結果は、戸田ファイターズが優勝に輝きました。



道路愛護団体に感謝状

宇堂口自治会が受賞



道路愛護団体として宇堂口自治会に、岩手県知事感謝状が贈呈されました。

当自治会は、平成元年から、国道沿いほか道路の花壇整備や草取りなど道路美化に取り組んでいます。花いっぱいコンクールでは、多数受賞しており他団体の模範となっています。

地域ぐるみで活動を継続し、道路美化や道路愛護思想の普及、地域活性化にもつながる功績が称えられての受賞となりました。

九戸政實杯ゲートボール大会 親睦深め笑顔あふれる

第18回九戸政實杯ゲートボール親善交流大会が9月13日、村陸上競技場で開かれ、武将九戸政實公ゆかりの10市町村から30チームが出場して腕を競いました。

選手たちはチーム内で声を掛け合いながら、自慢のスティックさばきを披露。村からは3チームが参加し、相互の親睦を深めました。

上位の結果は次のとおりです。①下長(八戸市)②チーム七戸(七戸町)③荷軽部A(久慈市山形町)



声を掛け合いながら自慢のスティックさばきを披露。

わが家の人気者

りらい
藤川 璃来ちゃん

10月5日生まれ/南田
(父)亮さん(母)房江さん

「こんなに大きくなったよ。ありがとう」父・母より



あさひ
橋本 朝陽ちゃん

10月8日生まれ/伊保内上
(父)義幸さん(母)宏美さん

「いつも笑顔でいようね」
パパ・ママより



あつみ
野辺地 敦美ちゃん

10月14日生まれ/江刺家上
(父)敬さん(母)淳子さん

「たくさん笑って、元気に育とうね。」お父さん・お母さんより



1歳のお誕生日おめでとう☆

りよう
中村 諒ちゃん

10月14日生まれ/戸田下
(父)純一さん(母)花愛さん

「お兄ちゃんと仲良く元気に育ってね。」父・母より



みつき
大崎 美月ちゃん

10月15日生まれ/川向
(父)重光さん(母)美香さん

「何でも食べて大きくなってね。」父・母より



●11月に1歳を迎える赤ちゃんの写真を募集!!ご希望の方は10月16日(火)までに、写真(データも可)を広報担当(☎42-2111内線168)までお持ちください。

むすぶの文芸

第293回 ● くのへ俳句会

菅野 岑子

支え行く余生胡瓜の苗植うる

風鈴の音色残して通り雨

雨白くくちなしの花濡らしけり

夏足袋を干して留守らし庫裏の縁

霧笛なる喪の宿にして明け易し

冬部 雪女

今日も亦事なく過ぎて虫を聞く

この家に嫁して五十年白木槿

神を呼ぶ笛太鼓響く村祭り

館村 青村

小まめなる在所の衆や稲を刈る

月皓皓ぐっすり寝込む村の衆

安穩の夜や儉安の虫集く

高島ふみ女

遠ざかる二人で聞きし虫時雨

草花を結んで畏に秋野行く

幾つかの別れもありて九月尽

義也

来ても見ろ蠮螋鎌を構えたり

老いて尚農に生き甲斐虫を聴く

弦月に音吸い取らる一夜かな

田村 畦畔

仲秋や仕事半ばで旅に出る

難聴の我にも心地よき虫の声

秋の夜の昔語りや老二人

古館やすお

稲刈られて真上に里の雲一つ

一人居や戸袋で虫鳴き出しぬ

秋祭り行列の稚児大欠伸

【八月の席題句】『秋涼』より

秋涼し風筋選りて車椅子

秋涼し暫しごろ寝の肘まくら

爺の山婆の畑や秋涼し

『畑（島）』より

虫集く取草置きし畑の角

蔓伸ばし隣家の畠へ大南瓜

『（雑詠）』より

愚図る子のいつか眠りて昼の虫

汗拭いて拭いて老女の素顔かな

味噌汁のいゝ香りして秋めけり

駄句四百捨てし畑や花苳荷

雑草撈り虫種々が逃げ回る

【寄稿句】

ながれ星すつととんできえてゆく

さらさらとおほしがひかりきれいだな

（雪女）

（義也）

（青村）

（義也）

（ふみ女）

（ふみ女）

（やすお）

（雪女）

（ふみ女）

（青村）

（やすお）

（千鶴（戸田小二年）

（千鶴（戸田小二年）

（よしゆき（戸田小二年）

国民年金

一部免除を受けた残りの保険料の納付を忘れずに

○保険料の一部免除

国民年金の保険料には、本人・世帯主・配偶者の前年の所得（1月から6月までに申請する場合は前々年の所得）が一定額以下の場合には、申請して承認されると納付が免除される制度があります。この場合、免除される保険料額には、全額、4分の3、半額、4分の1の4段階があります。

この一部免除を受けた保険料の残りの保険料、つまり免除を受けていない保険料は、必ず納めなければなりません。この保険料の納付を怠ると免除が承認されても保険料未納期間となってしまいますので、注意が必要です。

○免除額と納付額

（平成24年度、月額）

	免除額	納付すべき残りの保険料
3/4 免除	11,230円	3,750円
1/2 免除	7,490円	7,490円
1/4 免除	3,740円	11,240円

○保険料の納期限

毎月の保険料は、翌月末日までに納付しなければなりません。

そして、2年を経過すると時効によって保険料を納めることができなくなります。

保険料の一部免除を受けた場合でも、残りの免除されていない保険料については、この納期限までに納めなければなりません。ご注意ください。

【問い合わせ】

住民生活課国保住民班 ☎42-2111 内線 211

二戸年金事務所 ☎23-4111



B&G海洋体験セミナー

参加報告

8月7日から11日までの5日間、沖縄で行われた平成24年度B&G海洋体験セミナー（C行程）に、本村から2名の児童が参加しました。国から集まった仲間との触れ合いをつづてくれました。

充実した五日間

江刺家小5年 七戸 乃暉

ぼくは、八月七日から八月十一日までB&G海洋体験セミナーに参加しました。

最初は友達ができるか心配だったし、飛行機に乗るのも不安でした。でも行きの飛行機ですぐに友達ができてうれしかったです。

一日目は、オリエンテーションで班長などを決めました。

二日目は、海があれていたので次の日の予定を行いました。

午前中にサンゴの植え付け、水辺の安全教室、シュノーケリングなどをやりました。

水辺の安全教室ではおなかを上にして浮くことがむずかしかったです。

サンゴは、人間のせいで環境が変わって海水温度が上がり減っているそうです。そのために、植え付けているそうです。ぼくたちが植えたサンゴも元気に育ってほしいです。

シュノーケリングは海で行えなかったので残念でした。午後は、備瀬フクギ並木見学と美ら海水族館に行きました。

水族館には、めずらしい魚大きなサメ、きれいな魚などがいました。ぼくは魚が好きなのでジンベイザメを生で見られてとてもうれしかったです。

三日目はマリンスポーツをしました。マリンスポーツでは、バナナボート、小型ヨット、カヌー体験をしました。どれも初めての体験でした。中でも、バナナボートと小型ヨットが楽しかったです。小型ヨットでは、ぼくは帆を張る係をやりました。沖に行く時、マリンバイクで引張られて波がたくさん来て少しこわかったけど楽しかったです。

その他にも、イルカプログラムがありました。イルカプログラムでは、イルカの体にさわることでもできたり、ぼくたちの号令でイルカがジャンプしてくれてうれしかったです。

四日目は、オキナワフルーツランドに行きました。オキナワフルーツランドでは、たくさんフルーツを見ました。ドラゴンフルーツは、想像していた形とは違ったのでおどろきました。ぼくが好きなパイナップルも実がなるまでに五年ぐらいかかることにもおどろきました。

夜は、沖縄の伝統芸能のエイサーという踊りを鑑賞しました。ぼくも、江刺家の伝統芸能の神楽を踊っていたので勉強になる部分がたくさんありました。エイサーは、大人から子供まで迫力とまとまりがあつてすごいと思えました。

五日目は、首里城公園を見学しました。首里城は、昔あった琉球王国の国王が住んでいた王宮だったそうです。大きい門のりゅうのかざりがかっこよかったです。建物の中には、色々なかざりや工芸品を見ることができてよかったです。

お昼は、昼食を食べてお別れ会をしました。そこで、たくさん

の友達との住所などを交かんしました。友達と別れるのはつらかったけど、また会おうねと約束をして帰ってきました。

この五日間の海洋セミナーで、たくさんのお話を学びたくさんの友達ができました。この体験は、ぼくにとても大切な体験になりました。友達との協力、海と自然の大切さ、みんな協力することの大切さを学び少しは成長できたと思います。このすばらしい経験を生かしてこれからの学校生活やスポーツに活かしていきたいと思えます。



体験学習中の七戸乃暉くん（右端）

B&G海洋体験セミナーに参加して

江刺家小6年 中村 怜

ぼくが、B&Gの海洋体験セミナーに参加した理由は、マリンスポーツやサンゴの植え付けを体験してみたかったからです。セミナーに参加した人数は八十人くらいでした。

一日目は、飛行機で仙台から那覇空港に移動したあとバスでホテルに行きました。ホテルに着いたらオリエンテーションをやつてすぐに夕食でした。沖縄の食べ物は、独特の物が多いと思いましたが、意外と岩手でも食べている物も多くあり、おどろきました。その中でも、沖縄の料理もありました。印象に残った食べ物は、ゴーヤチャンプルーとフーチャンプルーです。ゴーヤチャンプルーはおなじみですが、フーチャンプルーとは、「ぶ」をメインとしたためものです。その後調べましたがチャンプルーの種類は、九種類あるそう

冥土めぐり

鹿島田 真希 著／河出書房新社



裕福だった過去に執着し借金を重ねる母と弟から、資産家と結婚することを望まれていた奈津子。結婚したのは市役所の職員太一。太一は不治の病にかかり働けなくなってしまった。理不尽や不公平、不幸について考えることもしなかったが、素直に生きる太一の姿に奈津子の心が変化していく。

欧亜純白

大沢 在昌 著／集英社

「麻薬はな、俺たちが生まれる前からあるんだ。死んだあとも、まちがいなく残る。だから麻薬をなくすなんてことはたぶん無理だろう。だが、一グラムでも押収すりゃ、一グラム分の患者が減る。そう考えれば、この仕事も悪くはないさ」と日米潜入捜査官の苛烈な闘いが幕を開ける！



生者の行進

石野 晶 著／早川書房



美しく奔放な従妹の冬子に、隼人は悩まされていた。冬子は友達を作らず、隼人が友人を作れば恋を仕掛けて奪い捨てる。喪った命と絶望の記憶に苛まれる少年少女が会おうとき、幼い心に刻まれた罪の時間が動き出す。痛ましいまでに繊細な、青春群像ミステリー。

しごとば東京スカイツリー

鈴木 のりたけ 著／ブロンズ新社

高さ634m、世界一の電波塔、東京スカイツリー。どんなすごい技術でつくったんだろうと思うかもしれませんが、調べていくほどに見えるのは、一人一人の人間の力。いろいろな職業の人が集まって、頭をなやませながら手を動かして、少しずつタワーをつくりあげました。



○開室時間／平日9時～19時・土日祝9時～17時
○休室日／年末年始・お盆と祭り期間

です。
二日目は、サンゴの植え付けをした後に、美ら海水族館に行きました。サンゴの植え付けは海が荒れていて植え付けることはできませんでしたが、そこまでの作業をやりました。まずはサンゴを選びみができます。次に石を選んでたてと横の長さを測ってくっつけて完成です。完成したサンゴはかたくて、五センチくらいの長さでした。

たです。他には、クラゲがいろんな色に光ってとてもきれいでした。
三日目は、海洋性レクリエーション活動をしました。レクリエーションは、小型ヨット、カヌー、バナナボート、イルカプログラムをやりました。ヨットでは、自分達だけで操作して速くなったりおそくなったりして楽しかったです。カヌーは、バディと一緒にこいで息を合わせるが大変だったけれど、目的地までしつかりこぐことができました。バナナボートはスピードが速くて四週くらい、イルカプログラムでは、イルカをさわったり、イルカに合図をしてジャンプさせたりしました。

次に、沖縄文化プログラムの物づくり体験でジェルキャンドルを作りました。ジェルキャンドルは、最初に砂を入れて、次に好きな貝殻などを使ったざり付けをしました。最後にジェルを流し込んで固めたら完成です。出来上がったジェルキャン



海洋性レクを楽しむ中村裕くん(右端)

ドルはきれいに出来ました。夜のゼミナールは、海洋生物の生態と海洋環境について話を聞き、サメと名前についてあるけど、サメではない生き物がいることを初めて知りました。
四日目は、フルーツランドとマンガローブに行きました。フルーツランドでは、フルーツを見たり、買い物をしました。フルーツは、パイナップルやマンゴーの他にドリアンとバナナのかざるだけで食べられないものなどがありました。おいがきつものもありましたが見たことがないフルーツがたくさん見ることができたのでよかったです。次にマンガローブに行きました。最初に、マンガローブの自然観察をした後にカヌーをし

ました。海とは違い浅かったです。
四日目の夕食は最後なので、立食パーティーをしました。みんな他の班のところに行ったりしていました。夜にはエイサーを鑑賞しました。とても迫力がありすごかったです。じっさいにエイサーをおどりました。テンプが速くておもしろかったです。
最終日は、首里城に行きました。城の中には王の座るイスや、もけいなどがありました。外観は赤色に染まっています。この五日間を通して、学んだことがたくさんありました。沖縄に行ったことは一生の思い出になりました。

主婦は家族の薬剤師!?

～ナトリウム量と塩分量について～

皆さんは、加工食品に表示してある栄養成分表示を気にしていますか？カロリーや塩分の過剰摂取に気を付けている方ですと、買い物の際などに食品のパッケージに表記されている栄養成分表示をチェックされていることも多いのではないのでしょうか？

実は、その栄養成分表示で知っておくべき重要なポイントがあります。というのは、食品の外装やパッケージに表記されている栄養表示には、【塩分】ではなく【ナトリウム】として記載されているからです。ナトリウムというのは食塩に含まれる成分の一部のことであり、「ナトリウム量」イコール「塩分量」ではありません。

そこで、ナトリウム量を塩分量に置き換える必要があります。計算式は、

$$\text{ナトリウム量 (mg)} \times 2.54 \div 1000 = \text{食塩相当量 (g)}$$

・ナトリウム「グラム単位 (g)」の場合

$$\text{ナトリウム量 (g)} \times 2.54 = \text{食塩相当量 (g)}$$

で食塩相当量に換算できます。目安量としては、ナトリウム量 500mg の塩分量は、1.27(g) です。女性だと1日、3gのナトリウム摂取で目標量になります。



★1日あたりの食塩摂取量の目標値

以前は1日あたりの食塩摂取量の目標値として、【男性で10g未満、女性で8g未満】としていましたが、2010年から食塩摂取目標値が【男性で9g未満、女性で7.5g未満】というように厳しく改訂されています。また、**血圧のお薬を服用している方は、【6g以下】**となっています。

ぜひ、栄養成分表示に注目し、塩分量を計算してみてくださいはいかがでしょうか！

(栄養士 西館留美)

国保だより

資格が異動したら届出を！

国民健康保険（国保）は、職場の健康保険（協会けんぽ、健康保険組合など）や後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護を受けている方ではないすべての方が加入する制度です。

就職や退職で職場の健康保険に加入、または、離脱したときや国保に加入している方の住所や世帯主が変わったときは、役場の窓口で手続きを行いましょう。



◆資格取得または喪失の手続きは早めに

他の市区町村に転出したときや職場の健康保険に加入したとき、修学による特例や住所地特例（対象施設入所による）の該当要件を満たさなくなったときには、役場にその旨の『届出』と現在お持ちの『国保の被保険者証』を返すことになります。

手続きが遅れたり、忘れていたりして、国保の資格が無くなってからも国保を使用して保険診療を受ける方がいます。その場合、本来、自分が加入している保険において、その保険給付が行われるべきですから、国保が給付した医療費を返還してもらいます。そうならないためにも、国保の資格に異動（取得・喪失・変更）が生じたときは、役場にすぐに届け出を行い、正しい被保険者証で受診しましょう。

◆主な異動事由と必要書類

国保に加入するとき	持参するもの（印鑑のほかに）
転入する	転出証明書
職場の健康保険をやめた	職場の健康保険をやめた証明書
生活保護を受けなくなった	保護廃止決定通知書
国保をやめるとき	持参するもの（印鑑のほかに）
転出する	被保険者証
職場の健康保険に加入した	国保と職場、両方の被保険者証
その他	持参するもの（印鑑のほかに）
修学のため住所を移す	被保険者証、在学証明書
退職者医療制度の対象になった	被保険者証、年金証書

「全国地域安全運動」

～みんなであつくり安心の街～

安心して暮らせる地域社会の実現を図ることを目的に、10月11日④から10月20日④までの10日間、「全国地域安全運動」が実施されます。

毎年10月11日は「安全・安心なまちづくりの日」となっています。地域社会の安全・安心について考えてみる機会にしましょう。

■運動の重点

- ◎子どもと女性の犯罪被害防止
- ◎鍵かけの励行
- ◎万引きの防止
- ◎振り込め詐欺を始めとする特殊詐欺の被害防止



薄暮時・夜間の交通事故防止

～自転車も 早め点灯 反射材～

- ◎歩行者や自転車利用者が薄暮時間帯に交通事故に遭わないようにするためには、反射材用品やLEDライトなどを活用することが効果的です。
- ◎ドライバーから見て、容易に視認できる距離の違い（ヘッドライト下向き）
 - 黒っぽい服装の歩行者・・・25 m位
 - 明るい服装の歩行者・・・40 m位
 - 反射材をつけた歩行者・・・100 m以上

村内の交通事故（8月分）

区分	件数	1月からの累計	前年比
人身事故	1件	3件	+2件
物損事故	4件	39件	-1件
負傷者	1人	4人	+1人
死亡者	0人	0人	±0人
飲酒運転検挙者	0人	0人	±0人

◎村の交通死亡事故ゼロ日数… 310日（8月31日現在）

求人情報

☎ハローワーク二戸 ☎23-3341

9月4日～12日受理求人

▶有限会社折爪運送①大型トラック運転手（正社員）②九戸村③18歳～69歳④177,000円⑤大型自動車免許一種、フォークリフト技能講習修了証、試用期間7日間▶九戸精密株式会社①NC施盤機オペレーター・プログラマー（正社員以外）②九戸村③不問④115,200円～120,000円⑤普通自動車免許一種、3か月毎の更新、試用期間1か月▶有限会社八紘カイハツ①作業員（正社員）②二戸市③64歳以下④154,000円～176,000円⑤普通自動車免許一種、試用期間3か月▶福岡電業株式会社①NTT通信設備設計者（正社員）②二戸市③59歳以下④138,000円～173,000円⑤普通自動車免許一種、基本的なパソコン操作ができる方、試用期間3か月▶有限会社古館運輸①一般貨物運転手（正社員）②二戸市③64歳以下④147,000円～168,000円⑤普通自動車免許一種、試用期間1か月▶株式会社二戸食品①食品製造職（正社員）②二戸市③64歳以下④120,000円～150,000円⑤普通自動車免許一種、試用期間14日間
※求人情報は、役場ロビーでも配布しています。

①職種②就業場所③年齢④基本給⑤必要資格など

消防署だより

☎二戸消防署九戸分署 ☎42-3119

消火器の使用期限は大丈夫？

一般家庭には消火器の設置義務はありませんが、多くの家庭に消火器があると思います。

使用期限は大丈夫でしょうか？

消火器の耐用年数は製造から8年です。設置状況により異なりますが8年以内であってもサビやキズなど、異常のあるものは使用中に圧力に耐えきれず破裂する恐れがありますので、速やかに交換してください。



住宅専用消火器やエアゾールタイプの消火具の有効期限は3～5年で、容器に最終年月が表示されています。

※ 消火器の悪質訪問販売・点検にご注意ください。

消防職員・消防団員が消火器の訪問販売することはありません。今年度に入ってから、二戸管内で7件発生しておりますのでご注意ください。

村内の火災・救急（8月分）

区分	件数	1月からの累計	前年比
火災	0件	1件	+1件
救急	18件	203件	-1件



読書感想文 作品大募集

村民読書
感想文コン
クールにお
ける作品を
募集します。



■募集締切 11月30日(金)

■応募方法 未発表で賞を受けていないもの、一人1点。

原稿用紙(400字詰)5枚以内

■応募資格 村内に居住する小学生以上の方と九戸村に通勤・通学する方 ※なお、村内の小中高生は学校を通じての応募となります。

■表彰 村長賞・教育委員長賞・優秀賞・入賞・佳作の方
記念品として応募者全員に感想文集と参加賞を差し上げます。

■申し込み・問い合わせ 村公民館 ☎42-2111 内線312)

村のこよみ 10月

日にち	行事名	時間	場所
10・4 (㊦)	九戸政実杯グラウンドゴルフ交流大会	9:00	陸上競技場
6 (㊤)	伊高祭一般公開(7日まで)	13:00	伊保内高等学校
7 (㊤)	戸田かぼちゃ祭り	9:30	戸田小学校校庭
8 (㊤)	家庭婦人バレーボール大会	8:30	体育センター
9 (㊦)	おしゃべりサロンひだまり	10:00	まさざね館
12 (㊤)	デイケア	9:30	保健センター
14 (㊤)	秋の大掃除点検・火防点検	9:00	村内全域
	九戸村長杯パークゴルフ大会	9:00	パークゴルフ場
16 (㊦)	乳児健診	13:40	保健センター
19 (㊤)	5歳児健診	10:00	HOZホール
21 (㊤)	出会い・人・むらづくり講演会	13:00	HOZホール
22 (㊤)	ぼっかぼか教室	9:30	保健センター
23 (㊦)	特定健診、肺がん・結核健診(31日まで)	9:30	村内巡回
26 (㊤)	村産業・芸術文化まつり展示部門(28日まで)	9:00	HOZホール、開発センター
	村産業・芸術文化まつり展示即売(28日まで)	9:00	体育センター
27 (㊤)	九戸中学校文化祭		九戸中学校
	村オリエンテーリング大会	9:30	体育センター周辺
28 (㊤)	陣羽織杯パークゴルフ大会	9:00	パークゴルフ場

休日当番医(9:00~17:00)

休日当番歯科医(9:00~12:00)

月	日	医療機関	電話	月	日	医療機関	電話
10	7	藤田内科	38-2772	10	7	國香歯科医院	23-2764
	8	二戸クリニック	25-5770		8	ほんだ歯科クリニック	23-9591
	14	すがわら消化器内科	23-2879		14	ますだ歯科クリニック	26-8282
	21	金田一診療所	27-2205		21	宮沢歯科医院	46-2953
	28	むらかみ医院いたみのクリニック	48-1500		28	沢藤歯科医院	25-4002

今月の無料相談

◎多重債務弁護士相談

相談日:10月16日(㊦)/開催時間:午前10時~午後3時/場所:二戸消費生活センター/予約・問い合わせ:二戸消費生活センター ☎23-5800

◎障がい者110番相談室

【電話相談】電話番号:019-639-6533 / FAX番号:019-637-7626 / メールアドレス:soudan110@iwashin.or.jp ※専門相談員が相談に応じます。来室での相談は要予約。

【弁護士による来室相談】相談日:10月9日(㊦)/開催時間:午前10時~午後3時※事前に電話で予約をお願いします。

問い合わせ:若手県障がい者110番相談室 ☎019-639-6533

ごみ収集日

収集区域	日	日	日
瀬戸内/宇堂口/泥の木/平内/妻の神戸戸上・下/館の下山根/荒谷/ニツ家	毎週水曜日	毎週木曜日	毎週金曜日
鹿島/伊保内上・下川向/南田	10月1日(㊤)	10月2日(㊦)	10月15日(㊤)
小倉/長興寺上・下大向/五枚橋/荒田雪屋/田代/柿の木江刺家上・下/道地丸木橋/山屋/細屋	10月16日(㊦)	10月22日(㊤)	10月23日(㊦)
燃えるごみ	10月9日(㊦)		
ビン・金物	10月11日(㊦)		
空き缶	10月17日(㊦)		
粗大ごみ	10月17日(㊦)		
紙・プラ類	10月25日(㊦)		

※指定日に、指定の袋で出しましょう。

◎住民生活課保健衛生班 ☎42-2111 内線123



キッチンパーティー in アツマランカ

婚活イベント「キッチンパーティー」を開催します。



■日時 10月13日㊥

午前10時～午後3時

■場所 金田一コミュニティセンター・アツマランカ

■参加料 男性：2,500円
女性：2,000円

■参加資格 独身男女20歳以上

■申込締切 10月10日㊥

■問い合わせ NPO法人カシオペア連邦地域づくりサポーターズ (☎ 23-2265)

精神保健福祉大会 in 二戸開催します

岩手県精神保健福祉大会が二戸市で開催されます。

■日時 10月26日㊥ 午後1時～午後3時30分(当日参加可能)

■場所 二戸市民文化会館

■内容 ハートフルトーク&ソング

■問い合わせ 県立一戸病院事務局・十和田 (☎ 33-3101)

オストミー懇談会と 社会適応事業講習会

人工肛門、人工膀胱を造設した方々の困っていることや悩みごとを話し合う懇談会と社会適応事業講習会を開催します。

■日時 10月19日㊥

午前10時～午後3時

■場所 県立二戸病院会議室

■問い合わせ カシオペア地区オストミーの会事務局・福村 (☎ 23-9234)

10月11日～17日 違反建築防止週間

10月11日㊥から17日㊥まで、違反建築防止週間を実施します。この週間は、建築基準法の目的、制度について認識し、安全で住みよい街づくりのために違反建築をなくすことを目的としています。



現在建築中の方は、現場の見やすいところに確認表示板が掲示されているか、設計図書が現場に備えられているか確かめてください。

また、建築工事が完了し、完了検査申請書を提出していない方は、至急手続きを進めてください。

この週間中、相談所を下記の場所に設置しますので、是非ご利用ください。

■建築相談所 県北広域振興局土木部二戸土木センター (☎ 23-9209)

カシオペア 連邦合唱祭

カシオペア連邦合唱祭を開催します。

■日時

11月11日㊥

開場：午後1時

開演：午後1時30分

■場所 二戸市民文化会館

■内容 カシオペア連邦内合唱団の演奏と児童生徒の演奏

■入場料 500円 中学生以下無料

■申し込み・問い合わせ

カシオペア連邦合唱連盟事務局・中屋 (☎ 27-2389)



山ぶどう博覧会 参加しませんか

岩手県北地域でも多く生産される、山ぶどうの魅力をもっと発信する博覧会が開催されます。

《山ぶどう収穫祭》

■日時 10月14日㊥

午前10時50分～

■場所 野田村・えぼし荘ほか

■内容 辰巳琢郎さんと一緒に山ぶどう狩りとジャム作り体験会、山ぶどうスイーツバイキング交流会

■参加費 体験会：1,000円(昼食込み) 交流会：1,000円(いずれも事前の予約が必要)

《全国山ぶどうサミット》

■日時 11月9日㊥ 午後2時～

■場所 久慈市文化会館、ロイヤルパークカワサキ

■内容 田崎真也さんによる講演と山ぶどうの創作料理を味わう交流会。

■参加費 講演会：無料 交流会：4,000円(いずれも事前の予約が必要)

■問い合わせ 山ぶどう博覧会実行委員会事務局 (☎0194-53-4981)

秋の大掃除点検と 火防点検のお知らせ

10月14日㊥秋の大掃除点検と火防点検を実施します。家の内外の清掃、地域内の清掃にご協力願います。また、火災の多く発生する時期です。火の取り扱いに注意し、再度器具の点検などを行いましょ。

九戸村・九戸村公衆衛生組合
連合会・九戸村消防団

人のうごき

(平成24年9月1日現在)

●人口	6,512人 (-26)
男	3,131人 (-9)
女	3,381人 (-17)
●世帯数	2,199世帯 (-6) (カッコ内は前月比)
転入	7人 (97人)
転出	17人 (87人)
出生	1人 (19人)
死亡	12人 (86人) (カッコ内は1月からの累計)

●●●● 編集室から ●●●●

◆暑すぎた今年の夏。10月になりやっと涼しくなり過ぎやすくなってきました。◆30℃を超える猛暑が9月中旬になっても続く中、いつになったら涼しくなるだろう?と思っていたら、最近では気温が一気に下がり秋らしくなりました。気温の変化が激しい季節、体調管理には気をつけたいですね(明)



①共進会では牛の骨格や肉付き、毛並みなどを審査。今年のグランドチャンピオンは...



②子どもたちも参加して行われた餅つき



③ペコ引きコンテストでは手綱を持って場内一周。楽しいな〜◎

おらほのべご 毛ツヤえがんべ

村畜産まつり

村畜産祭りが9月15日、新岩手農業協同組合九戸支所駐車場で開催されました。残暑厳しい炎天下の中、共進会には21戸から57頭が出品。手塩に掛けた自慢の牛を月齢別に体格や発育状況を競いました。イベントでは、ガレージールや子どもたちも参加しての餅つき大会も行われ、でき上がった餅は来場者へ振る舞われました。さらに牛の似顔絵コンテストやペコ引きコンテストも開催。牛の鳴きまねコンテストでは牛顔負けの鳴きまねを披露しイベントを盛り上げました。共進会の審査結果は下表のとおりです。(敬称略)

表彰区分	乳用牛		黒毛和種	
村長杯	櫻庭 真悟		大崎 善孝	
最優秀賞	未経産の部	欠端 信雄	未経産の部	大崎 善孝
	経産の部	櫻庭 真悟	経産の部	千葉 一孝
優秀賞	第1部 (6-10か月)	山下 秀樹	第1区 (7-12か月)	尾友 勝彦
	第2部 (10-15か月)	欠端 信雄	第2区 (12-16か月)	大崎 善孝
	第3部 (15-20か月)	下川原龍則	第3区 (16か月以上)	大崎 勝郎
	第4部 (20か月以上)	欠端 信雄	第4区 (48か月未満)	千葉 一孝
	第5部 (36か月未満)	櫻庭 真悟	第5区 (48か月以上)	大崎 善孝
	第6部 (36か月以上)	(株)大崎農場	第6区 (母娘郡)	山本 久志
	第7部 (牧場牛郡)	(株)大崎農場	※ 敬称略。	