

広報

くのへ

2018
No.720

3

キラリと輝く 九戸の未来

(2月3日、ナイター感謝デー＝関連記事8頁)

主な 内容	村小中学校スキー大会……………	2	3月は自殺対策強化月間……………	5
	叙勲受章記念祝賀会……………	3	戸田小でかんじき体験……………	6
	村民読書の日……………	4	村老連レクリエーション大会……………	16

小中学校スキー大会

果敢に攻め己に挑戦

村小中学校スキー大会が2月10日、村営くのへスキー場で開かれました。村内小中学生33人が参加し、栄冠を競いました。

競技はダイナミックコースにおいて、男女学年別に分かれて1本のタイムで競われました。選手たちは、

日頃の練習の成果を發揮しようと、恐怖心を抑え自分の心を強く保ち、果敢に旗門を攻めていきました。選手は周囲の声援を背に受けながら、ゴールを目指していきました。競技の結果、上位入賞者を紹介します。(敬称略)

【男子】

■小学校1年

- ①高岡哲平(伊保内)
- ②東井柚仁(戸田)
- ③山本悠人(同)

■同2年

- ①関端永真(伊保内)

■同3年

- ①古館明澄(長興寺)

- ②下條道凛斗(江刺家)

- ③上柿大晟(同)

■同4年

- ①福田悠斗(戸田)

- ②高岡直太郎(伊保内)

- ③山地堺斗(山根)

■同5年

- ①松澤來也(伊保内)

- ②下條道悠來(江刺家)

- ③七戸祐太(同)

■同6年

- ①田澤優成(山根)

- ②七戸和人(江刺家)

- ③安堵城優豪(戸田)

■中学校

- ①森太久斗(2年)

- ②林竜太郎(1年)

【女子】

- 小学校1年
- ①安堵城心々花(戸田)
- 同2年
- ①七戸友利乃(江刺家)
- 同3年
- ①坂本桜凜(長興寺)
- 同4年



小学校3年男子の表彰式



ベストを尽くす関端永真君

- ①古館心伽(同)
- 同5年
- ①宮川知優良(伊保内)
- ②古館愛佳(長興寺)
- ③橋山楓香(戸田)
- 同6年
- ①坂本星凜(長興寺)



果敢に攻める坂本桜凜さん



小学校5年女子の表彰式



己に挑戦し果敢に攻める森太久斗君

叙勲受章記念祝賀会

叙勲受章記念祝賀会が2月12日、HOZホールで開かれました。平成27年度から叙勲を受章した7人の功績をたたえ、受章者を祝福しました。

受章者7人の内、4人が出席しこれまでの活躍を関係者から祝福されました。五枚橋久夫村長は「献身的な郷土愛、不断の努力に対する感謝と敬意を表します。

今後も豊富な経験、知識を生かして後進の指導をしてほしい」とあいさつし、受章を祝いました。今回、招待された叙勲受章者を紹介します。(敬称略)



受賞者の皆さん。左から栗谷川初男さん、故白梅勝太郎さんの長男、上柿榮さん、古舘巖さん



みんなで記念撮影

- 岩部茂
- 旭日双光章
- 栗谷川初男
- 瑞宝双光章
- 故平中実雄
- 旭日単光章
- 杉村勇吉
- 旭日双光章
- 故白梅勝太郎
- 旭日単光章
- 上柿榮
- 瑞宝双光章
- 古舘巖
- 旭日双光章

花いっぱいで見ると明るい村へ

2月4日、村づくり推進のつどいがHOZホールで開かれ、村民憲章推進関係者などが参加し今後の村づくりについて考えを深めました。

宇堂口村民憲章推進実践協議会の田村千世子さんが花いっぱい運動について事例発表。花の丈や彩り、配列を考えきれいに見えるように工夫している点などを紹介しました。



最優秀賞に輝いた宇堂口実践区(田村千世子さん)

二又壽大係長が久慈市のふるさと未来づくり事業について講演しました。また、花いっぱい運動の表彰も行われ、受賞団体を紹介します。

- 最優秀賞
- 宇堂口実践区
- 優秀賞
- 戸田元村上実践区
- 丸木橋実践区
- 優良賞
- 瀬月内実践区
- 細屋実践区



宇堂口実践区の花壇



村長賞の和田心花さん



教育長賞の野辺地弘君

本に親しみ心豊かに

村民読書の日が2月11日、H O Zホールで開かれました。村教育委員会では村民が読書に親しむ機会を増やしてほしいと、4年前から読書の日を設定し活動を展開しています。

特定非営利活動法人はちのへ未来ネットの平間恵美代表理事が、絵本と子ども世界について講演しました。平間さんは子どもに読み聞かせする際にお薦めの本を取り上げ、実際に読み聞かせ方法を実演しました。子どもへの読み聞かせは教育上重要であり、子どもと一緒に読書を楽しんでほしい、と話していました。

公民館2階コミュニケーションホールには、子ども

にお薦めの本が並べられ、華やかに展示された本が来場者を本の世界へいざなっていました。

また、村民読書感想文コンクール表彰式も行われ、特別賞に輝いた2人が作品を朗読しました。入賞作品を紹介します。(敬称略)

■村長賞

和田心花(山根小5年)

■教育長賞

野辺地弘(江刺家小2年)

■優秀賞

日向瑠(山根小3年)

尾友快晟(九戸中3年)

畠山愛麗(伊保内高1年)

■入選

中橋秀優(戸田小1年)

釜石佳吾(山根小1年)

林勇希(江刺家小3年)

滝谷新蕾(同4年)
小枝結珠姫(同5年)

齊藤那歩(伊保内小6年)

橋本唯生(九戸中1年)

櫻庭美穂(伊保内高3年)

■佳作

山本柚花(戸田小2年)

小枝愛和(江刺家小1年)

古館明澄(長興寺小3年)

大畑龍斗(伊保内小4年)

坂本星凜(長興寺小6年)

田澤優成(山根小6年)

小笠原苺(九戸中1年)

日野澤さくら(同3年)

秋元星良(伊保内高3年)



コミュニケーションホールに展示されたお薦め図書

若者住宅入居者を募集!!

村では、若者定住促進住宅の入居者を募集します。現在、村外に住んでいる人も対象となりますので、ぜひ申し込みにください。

■募集戸数

○戸田若者定住促進住宅

(木造平屋2LDK) : 1棟

○長興寺若者定住促進住宅

(同) : 2棟

※入居時期は平成30年4月上旬です。

■家賃(1カ月分)

○夫婦のみ 4万円

○1子を扶養 3万5千円

○2子を扶養 3万円

○3子を扶養 2万円



長興寺若者定住促進住宅

■入居期間

10年間(延長して15年間)

■入居資格

- ①現に同居し、または同居しようとする配偶者があり
- (※婚姻の届出をしないが事実上婚姻関係と同様の事情にある者その他婚姻の予約者を含む)、40歳以下の者で構成する世帯。
- ②将来にわたり九戸村に居住する者であること。
- ③国税・地方税など滞納していないこと。
- ④自ら居住するための住宅を必要とする者。
- ⑤定められた家賃および敷金を支払う能力がある者。

※入居の際には、敷金(家賃3カ月分)と連帯保証人1人が必要になります。

■募集期間

2月28日(水) ~ 3月14日

(水)(土・日・祝日は除く)

午前8時30分~午後5時30分

※先着順ではありません。

■問い合わせ

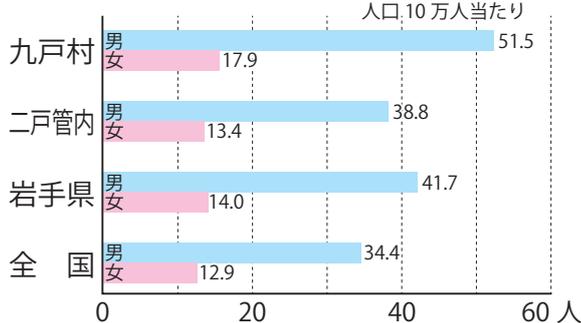
農林建設課地域整備班

(☎42・2111内線283)

3月は自殺対策強化月間

3月は県自殺対策強化月間です。全国において、1年間で3万人近くの人が自死しており深刻な問題となっています。岩手県は自殺死亡率が全国上位であり、その中でも本村は高率となっています。

自殺死亡率(2008年～2012年)



■自殺のサインを見逃さないで
自殺に傾く人は何らかのサインを発していることが

あります。周りの人たちがそのサインに気付くことが自殺を防ぐことにつながります。

■自殺は多くの人に影響があります

一人が自殺した場合、少なくとも周囲の5人から10人に深刻な影響を与えたりいわれています。残された人の悲しみはもろもろですが、PTSD(心的外傷後ストレス障害)などこころの病にかかってしまふこともあります。自殺は本人だけでなく、多くの人達に影響する

問題なのです。

■心の病気に注意を

自殺したときに何らかの精神疾患を患っていた人は8割で、中でもうつ病だった人の割合が高いといわれています。また、眠れない、食欲がない、体がだるいといった症状も、心の疲れからきていることがあります。心身ともに健康を保つことは、自殺を防ぐ上でとても大切なことです。

■あなたや身近な人に心当たりはありませんか

- 自分自身について
- 理由もなく悲しい、ゆううつになる
- 疲れやすい、何もする気がしない
- 自分が役に立つ人間だとは思えない
- 今まで楽しんでいたことが楽しめない
- なかなか寝付けない、夜中に目が覚めた後眠れない

○身近な人について

- 表情が暗く、元気がない
- 体調不良を訴えることが増えた
- 人付き合いを避けるようになった
- 遅刻や欠勤をするようになった
- 趣味や外出をしなくなつた
- 飲酒量が増えた

■ストレスをためないために

心の健康を保つためには、ストレスをため込まず上手に発散することが大切です。また、うつ病は早めに適切な治療をすれば回復する場合も多いので、おかしいな?と感じたら早めに病院や相談機関に相談してみましよう。

■悩んでいる人がいたら声を掛けましよう

悩んでいる人がいたら、まずは声を掛けてみましょう。励ましや意見よりも、そばに寄り添って真剣に話を聴いてみましょう。悩み事はなかなか他人には打ち明けにくいもの。あなたのちょっとした勇気が、その人に話すきっかけを与えます。

【悩んでいる人を支えるポイント】

気づき…変化に気づき、声を掛ける
傾聴…本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
つなぐ…専門家への相談を勧める、適切な機関へつなぐ
見守り…温かく寄り添いながら見守る

■問い合わせ

村住民生活課保健衛生班
(☎ 42・2111 内線 122・123)



m u r a n o w a d a i むらのわだい



ケツゾリし、雪遊びに歓声を上げる戸田小児童



かんじきを履いて校庭前を歩く戸田小児童

戸田小学校でかんじき体験 白銀の世界に歓声

戸田小学校で2月5日、かんじき体験が行われました。村山友会の指導を受けながら全校児童46人が参加。4年生以下と5年生以上の2班に分かれて、雪上散歩を楽しみました。児童たちは、村山友会の手ほどきを受けながらかんじきを履き、銀世界に染まる校庭に駆け出し、歓声を上げて雪遊びを満喫していました。約4㍍ある丘の上からのケツゾリでは、友達と一緒にしゃぎながら雪とのたわむれを楽しんでいました。番澤藍子さん(1年)は「初めて体験して歩くのが難しかったが、ケツゾリは面白かった」と笑顔でした。

くのへスキー場でナイター感謝デー たいまつの中の光に感嘆の声

2月3日、村営くのへスキー場でナイター感謝デーが行われました。午後4時からリフト・ロープトウが無料開放され、来場者が一夜限りの特別な日を満喫し、思う存分滑りを堪能していました。スノーモービルの乗車体験では、白銀のキャンパスを勢い良く走り抜けていました。九戸政実武将隊も駆け付けイベントを盛り上げ、餅つきや豆まきも開催し、来場者へお菓子を振る舞っていました。営業終了後にはたいまつ滑走が行われ、淡い赤色が暗闇に浮かび上がると、待っていた人からは感嘆の声が上がっていました。



江刺家地区の家を回り、門打ちをする江刺家神楽保存会の皆さん

旧暦正月に江刺家神楽を門打ち 70年ぶりに復活

新山神社・江刺家神楽保存会では2月4日、江刺家地区の家を回り門打ちを行いました。戦前には行っていたと思われる門打ちを70年以上の時を経て復活。2班に分かれて江刺家上・下地区の約100戸を回り神楽を舞い、旧暦の正月を迎えた住民の無病息災、家内安全を祈願しました。小井田重雄会長は「戦前はやっていたと思われる門打ちを復活させることができ良かった。地域からも喜ばれうれしい。これからも継続させていきたい」と意欲を見せていました。



暗闇の中で鮮やかな光を奏でるたいまつ滑走



上句が読まれると素早く札を取りにいく参加者

ふるさと山根カルタ大会 九戸文化に思い馳せ

1月24日、山根集落センターでふるさと山根カルタ大会が行われました。山根小学校児童14人と地域住民15人が参加し、九戸カルタを使ってカルタを楽しみました。6チームに分かれ1チーム5人で枚数を競いました。3試合を実施し、合計得点で優勝を競いました。児童から地域住民、老人クラブの皆さんも一緒になり、1回ごとに歓声を上げて一喜一憂していました。参加者は九戸村のゆかりのある題材に、地域文化に思いを馳せながらカルタを楽しんでいました。



雪に親しみ、約4㍍ある丘の上から



雪上に元気に駆け出しました



約4㍍の恵方巻きを作る戸田保育園園児

戸田保育園で豆まき会 良い鬼と恵方巻き作り

2月2日、戸田保育園において、節分行事豆まき会が行われました。園児33人が施設内に潜んでいる悪い鬼を倒そうと、いり豆を投げていると、ホールに突然赤鬼が登場。園児たちは驚きながらも、「鬼は一外、鬼は一外」と元気な声で赤鬼にいり豆を投げつけ、鬼を外に追いやりました。その後、ホールで遊んでいると、今度は良い鬼と呼ばれる優しい鬼が登場。ドッジボールや鬼ごっこをして良い鬼と一緒に遊びました。さらに、良い鬼と一緒に恵方巻き作りに挑戦。約4㍍の長さの恵方巻きを2本作り上げ、おいしそうに食べていました。

地域福祉懇談会 支え合う村づくりへ

村では地域福祉計画の策定を進めるに当たり、1月22日～27日の間で4日間、各地区で地域福祉懇談会を開催しました。地域福祉活動の基盤づくりを進めるためのきっかけにしようと、地域住民が参加して安心して暮らせるまちづくりについて意見を交わしました。班ごとに分かれて支え合いや助け合いの村づくりについて意見を出し合い、それぞれの班の意見を発表しました。



地域福祉計画案の説明を受ける参加者

大崎トシさん101歳祝福



101歳を祝福される大崎トシさん（前列中）

大崎トシさん（長興寺上）が2月10日に101歳の誕生日を迎え、家族と一緒にお祝いをしました。五枚橋久夫村長が自宅を訪問し、花束と長寿祝い金を手渡し祝福。大崎さんはデイサービスに21年間通い、今でも継続していて、通うのが楽しみだそうです。「孫にも恵まれ大事にされ、楽しく暮らしていて幸せ」と喜んでいました。

オドデ塾ふれあい演芸まつり

オドデ塾ふれあい演芸まつりが3月11日、江刺家小学校体育館で行われます。

■日時

3月11日（日）

午前10時～

■場所

江刺家小学校体育館

■問い合わせ オドデ塾

事務局・小井田（☎090

6220・1873）



昨年のオドデ塾ふれあい演芸まつり

死亡事故ゼロを祈願

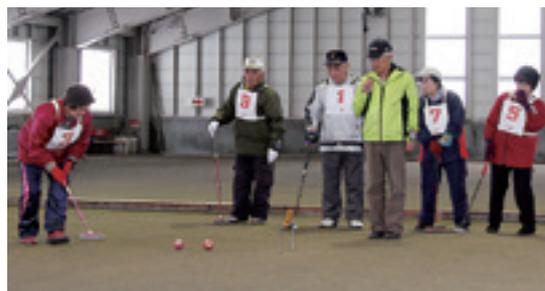
村交通安全祈願祭が1月4日、村山村開発センターで開かれました。

村交通安全関係者や村民約60人が参加し、新年を迎え神事を執り行い交通事故死亡事故ゼロを祈願しました。昨年、村内では飲酒運転の検挙者も出ており、飲酒運転の根絶と交通事故ゼロの継続を祈りました。

交通事故ゼロの継続を祈願



村長杯 長興寺に栄冠



作戦を練りながら競技を進めていました

第20回村長杯ゲートボール競技は1月19日、村屋内ゲートボール場で行われました。山根、荒谷、伊保内上、長興寺の4チームが出場し、リーグ戦にて優勝を争いました。屋外では雪がしんと舞う肌寒い中、選手たちは互いに協力しながら競技を楽しんでいました。競技の結果、優勝は長興寺、2位は荒谷、3位は伊保内上となりました。

わが家の人気者

1歳のお誕生日おめでとう☆

かほこ
千葉 叶歩子ちゃん

3月20日生まれ／次女／南田
のぶだけ
(父)暢威さん(母)真弓さん

「心も体も大きく育ってね！」
家族一同より



ゆな
笹木 夢那ちゃん

3月29日生まれ／長女／瀬月内
(父)康智さん(母)ちはるさん

「夢のある元気な子になってね!!」
パパ・ママより



友達の輪 35

桂川 味加さん
33歳・南田



平成20年に忍さんと結婚し、子ども2人に恵まれ、昨年には美容室Miii hair roomをオープンしました。

◆趣味は？ 長女結月さんがやっているミニバスを応援することですね。

◆休みの日は？ 夏はキャンプ、冬はわかさぎ釣りと、アウトドアに出掛けることが好きですね。

◆やってみたいことは？ 美容室でサービスを増やし、お店を充実させていきたいですね。

◆将来の夢は？ 家族や友人と旅行に行きたいですね。

友達の輪をつなげていこうと、自分の友人を紹介していくコーナーです。

元気スマイル 36

片岸 梅吉さん
大正14年6月12日生・92歳(戸田下)



18歳でチヨさんと結婚。子ども2人に恵まれ、農業を生業とし、小麦や大豆を育ててきました。

◆趣味は？ 歌や踊りが好きで、民謡を聞きながら踊っているよ。

◆元気の秘けつは？ 一人暮らしで全部自分でしていることだね。

◆好きな言葉は？ 「人を助けわが身を助く」。人のためにしてきたことが自分の糧になってるよ。

◆一番の思い出は？ 18歳から2年半出兵したときの恐怖は今でも覚えているよ。

むらの文芸

第358回 くのへ俳句会

菅野 岑子

嘯み合はぬ心抱きて枯木道
篠笛や木の葉はらはら降りしきる
いさばやの女着ぶくれ威勢よく
柿熟るる土蔵の窓の半開き

冬部 雪女

から凍れ雲はどっかと居座りし
守り継ぐ家伝の味や大根漬け
浅春の庵にひと日を匂三味
笑顔には笑顔で応へる四温かな
やや日脚伸びし安堵の小買物

田村 畦畔

風呂吹きに室より出して大根煮る
老骨に元気をもらう黒酢納豆
八十路にて初めてなりし霜焼けに
又一人友の訃報や余寒なお
じつくりと焼いて味わう酒の粕

高島ふみ女

この凍れ煌めく星座峽眠る
薬味添え糸引き納豆杯すすむ
大根は肉も魚も染みて慈味
凍れ込む週間予報的中し
娑婆っ気で余生るるん日脚伸び

渡 赤藤

ジャンプ台足踏み続く凍れかな
大根の白際立ちし料理かな
昔はと母の口ぐせ寒の雨
どの屋根も氷柱短き今年かな

館村 青村

縮こまる五臓六腑や夕凍れ
仏書史書俳三味や春こたつ
豪快にシユプール描いてスキーヤー
歓声の体育館や冬銀河
【一月席題詠より】

熱々や指の先まで根深汁 (赤藤)

初場所や話題の多き年となり (ふみ女)

馬の合う友の訃報や年新た (畦畔)

百余通賀状手中にこの至福 (雪女)

初場所や相撲も天気も大荒れで (雪女)

新雪を踏んで妻とのウォーキング (雪女)

ひと握り程の幸せ年新た (雪女)

生え初めし前歯二本や初笑い (青村)

ひとつ老ひ心新たに初句会 (青村)

初場所や波瀾含みの相撲界 (青村)



白銀の世界を思う存分満喫する参加者

六戸町とスキー交流

戸の兄弟のまちスキー交流会が1月27日、村営くのへスキー場で開かれました。六戸町から小中学生10人、村内から小学生36人を含め、合計74人がスキーを通じて交流を楽しみました。

参加者は初心者、初級、中級など4つのグループに分かれて、インストラクターの指導を受けながら白銀の世界を満喫していました。今までスキーをしたことのない六戸町の子どもも、短時間で滑れるようになり、雪遊びを楽しんでいました。

また、村山友会の協力を得て、かんじき体験を実施。ロッジペチカの脇をかんじきを履いて歩き、おしりですべるケツゾリもして、雪とたわむれるひとときを満喫していました。

小学校を再編し小中一貫に

望ましい教育環境基本計画(案)が策定され、1月26日～2月2日にかけて、地区ごとに説明会が行われました。村教育委員会漆原一三教育長をはじめ、教育委員会職員が計画案について説明しました。

学校再編の計画は平成30年度から平成34年度の5年間を予定。村内5つの小学校を統合し、九戸中学校の敷地内に小学校を新築する。

施設一体型校舎による小中一貫教育を導入する。平成34年度から新校舎で小中一貫教育が導入できるように計画を進めること、などが説明されました。

参加した住民からは、一体型施設での校庭の利用についてや体育館の使用方法などさまざまな意見が出されました。



望ましい教育環境基本計画案について住民へ説明

二戸地区PTA研究大会九戸大会・村教育振興運動集約集会在1月28日、H O Zホールで開かれました。

二戸管内の小中学校保護者などが参加し、児童生徒の健全育成に理解を深めました。NPO法人うれし野こども図書室理事長の高橋美知子さんが、子どもたちへ読み聞かせをしていく活動などを講演しました。

実践発表では九曜塾の活動を紹介。村内の自然や文化の体験活動を通して、次代を担うたくましい九戸っ子を育てることを目指している活動を発表しました。

教育振興運動に貢献した人へ表彰状が贈られ、村内から表彰された人を紹介します。(敬称略)

■二戸地区PTA連絡協議会表彰

▶▶団体▶▶

長興寺小PTA

▶▶個人▶▶
関口憲国(戸田小)

二戸地区PTA研究大会 健全育成に理解深める



江刺家神楽を演じた九戸中3年生

田澤秀行(山根小) 和田誠(同) 平糠秋男(九戸中) ■村教育振興運動功

▶▶団体▶▶ 村山友会

▶▶個人▶▶ 馬場俊満(戸田小) 齋藤誠一(同) 久保田哲也(山根小) 山下辰也(伊保内小) 高崎徳雄(長興寺小) 下川原光彦(九戸中)

▶▶個人▶▶ 三春寿一(伊保内小) 大谷千香子(山根小) 七戸明宏(江刺家小) 大崎淳(長興寺小) 上宿当(九戸中)

▶▶個人▶▶

九 戸 中 学 校

応援団を先輩から後輩へ

また、全校生徒も、応援団を支えるかのように大きな声を出し、全校生徒が一

九戸中学校で1月30日、新応援団幹部紹介式が行われました。新応援団は、この日に向けて12月から練習を積み重ね特訓を続けてきました。伝統ある九戸中の手振りを先輩から後輩へと正確に受け継がれ、先輩や全校生徒から認められる応援団となりました。



新応援団の紹介式

つになつたと感じる紹介式となりました。体育祭などで新応援団が活躍している姿を見かけることと思います。ご期待ください。

(副校長 山崎弘貴)

Books

◆ 今月のお薦め図書

女の子が生きていくときに、覚えてほしいこと

西原 理恵子 著/角川書店



これから世の中に出て行く女の子に、立派な言葉はいくらでもあるけど、本当に覚えてほしいのは、転んだ時の立ち上がり方。長い人生何度も転ぶ。その時に腐らずに立ち上がる方法。どうか覚えてほしい。

マルカン大食堂の奇跡

北山 公路 著/双葉社

花巻市の老舗マルカン百貨店が閉店。このニュースは全国のファンに激震が走った。580席もあるマルカン大食堂の人気メニュー 25cm特大ソフトクリームをこよなく愛する地元高校生たちの署名活動により復活した、マルカン大食堂奇跡物語。



「どうせ無理」と思っている君へ

梅松 努 著/PHP研究所



この本は君が自信を持って何かをやるための本です。

どうせ無理の呪文を跳ね返したから、僕は自信を奪われなかった。夢を壊されずに、宇宙ロケットを作ることができた。君にも夢を叶えてほしい。

僕らが毎日やっている最強の読み方

池上彰・佐藤優 著/東洋経済新報社

大切な時間を、ネットばかり見て無駄にしませんか。

どうすれば池上氏や佐藤氏のように自分の力で世の中を読み解くことができるのか。二人の知の源泉を知り、自分なりの技法を磨いてほしい。



※2018年若い人に贈る本より

○開館時間/平日9時~19時・土日祝9時~17時
○休館日/年末年始

伊保内高校 生徒主催の運動会

伊保内高等学校3年生33人は3月1日、卒業の日を迎えます。

この一カ月ほどは、学年末審査を終え、各自の進学・就職準備や、自動車学校通学などが中心となり、登校日が限られ、学校の雰囲気も何か寂しく感じました。

本年度の3年生は元気な子が多かったというだけでなく、先輩としての存在が

3学年長 鶴嶋 広喜

学校全体に安心感をもたらしていたものとあらためて思いました。

本年度は、進路決定まで忙しい日々でしたので、3年生全体で思い出に残ることをしようと、生徒たち自身に全ての運営を任せて1月に3学年運動会を実施しました。自分たちの行事という意識で、企画、パンフレットづくり、運営に協調



卒業式を迎える3年生33人

性を発揮し、大いに盛り上がりました。3年生の最後にさらに学年が一つにまとまった楽しい時間でした。

骨粗鬆症に注意を

3月1日～8日は女性の健康週間です。今回は特に女性に気を付けてほしい骨粗鬆症^{しゆうしょうせい}について紹介します。

骨のカルシウム成分が不足して骨がスカスカになり、骨強度が低下して骨折しやすくなる状態を骨粗鬆症といいます。骨密度は女性の場合18歳ころでピークに達し、40歳代まではほぼ一定を保ちますが、50歳代から低下していきます。これは骨密度を維持する働きのある女性ホルモン（エストロゲン）が、加齢や閉経に伴い分泌量が減少するからです。

骨は一度生成されるとその後は変わらないと思われがちですが、古く劣化した骨は新しい骨へと生まれ変わります。そのため生活習慣を改め、骨量を維持することはとても大切です。

■無理なダイエットは禁物！適度に運動を

ダイエットによる栄養不足は骨密度を減らします。また、運動量が少ない人も要注意。骨は負担がかかるほど骨を作る細胞が活発に

なるので、ウォーキングや体操家事などで体を動かしましょう。

■カルシウム、ビタミンD・Eを上手に取る

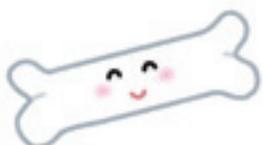
牛乳や小魚に多く含まれるカルシウムは、骨の材料になります。また、魚などに含まれるビタミンDはカルシウムの吸収を助け、納豆や野菜に含まれるビタミンKは骨を丈夫にします。

■1日30分程日光を浴びましょう

カルシウムの吸収を助けるビタミンDは、紫外線を浴びることで体内でも作られます。1日30分程浴びるのがお勧めです。

▽保健センターにて骨密度を測定できます。

自分の骨密度の状態を知っていますか。骨密度測定器を、保健センターに設置しています。測定と結果説明で約15分です。測定を希望する人は保健センターまで連絡をお願いします。



（保健師 横井 信香）

国保の資格が異動したら届け出を

国民健康保険（国保）は、会社などの健康保険や後期高齢者医療制度に加入している人、生活保護を受けている人を除く全員が加入する制度です。

就職して会社などの健康保険に加入、または、退職して離脱したときや国保に加入している人の住所や世帯主が変わったときは、役場で手続きが必要となります。

■資格が異動したら届け出を

他の市区町村に転出したときや会社などの健康保険に加入したとき、修学による特例や対象施設へ入所して住所の特例の該当要件を満たさなくなったときには、その旨の『届け出』と『国保の保険証を返す』手続きが発生します。

手続きをせず国保の資格が無くなってからも、国保を使用して保険医療機関を受診する人がいます。その場合、本来、自分が加入している保険でその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。また、資格を喪失していないことで国保税も賦課されたままになります。

す。そうならないためにも、国保の資格に異動が生じたら役場にすぐに届け出て正しい保険証を使いましょう。

■保険証は大切に

保険証は、保険医療機関を受診するときに必要となる大切なものですから大切に保管しましょう。また、万が一、紛失したときには、役場の窓口へ届け出て再交付を受けてください。

■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）
転入してきた	転出証明書
会社の健康保険をやめた	会社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）
転出するとき	国保の保険証
会社の健康保険に加入した	国保と会社、両方の保険証
その他	持参するもの（印鑑のほかに）
修学のため別に住所を定める	国保の保険証、在学証明書
退職者医療制度の対象になった	国保の保険証、年金証書

問 住民生活課 国保住民班 ☎ 42-2111 内線 211

問 二戸年金事務所 ☎ 23-4111

学生納付特例制度あります

20歳以上の人は、学生であつても国民年金に加入しなければなりません。

しかし、学生は一般的に所得が少ないため、本人所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予（先送り）される学生納付特例制度があります。

保険料を納められないときは、学生納付特例を申請しましょう。

申請は2年1カ月前までさかのぼって申請できます。

なお、承認された期間は老齢基礎年金を受け取るために必要な期間に算入されますが、年金額には反映されません。就職などで、収入が得られるようになった場合は、10年以内に保険料を納めることができる追納制度を利用することをお勧めします。

消防署だより

問 二戸消防署九戸分署 ☎ 42-3119

住宅用火災警報器の定期的な手入れを

■ 定期的に入入れをしましょう

いざというときに住宅用火災警報器（以下、住警器）がきちんと働くように日頃から作動確認と手入れをしておきましょう。

■ 電池切れに注意。定期的に作動確認をして音を聞きましょう

住警器は電池が切れると作動しなくなります。

住警器の交換の目安

設置から10年以上経過している住警器は、本体やセンサーなどの寿命で火災を感じしなくなるこ

村内の火災・救急（1月分）

区分	件数	1月から累計	前年比
火災	0件	0件	±0件
救急	24件	24件	-1件

駐在所ホットライン

問 二戸警察署九戸駐在所 ☎ 42-2210

犯罪被害から子どもを守ろう

声掛け事案は犯罪の前ぶれ

平成29年中、岩手県警察に寄せられた子どもに対する声掛け事案の情報は514件で、その内163件が小学生を対象としたものでした。

声掛け事案の多くは下校時間帯の通学路で発生しています。

中には、車に乗るように迫る、付きまとう、無理に手を引くなどの行為もあり、誘拐など凶悪事件への発展が心配されるケースも見られます。

不審者情報を知ろう

県警察ウェブページでは、パソコンや携帯電話からアクセスして、県内で発生した声掛け事案に関する情報を確認することができます。事案の発生日時、場所、行為の内容などを知ることができますので、子どもの安全対策の第一歩として活用ください。

子どもが犯罪に遭わないための合言葉「いかのおすし」

● 知らない人についていけない

● 知らない人の車にのらない

● おおごえを出す

● すぐ逃げる

● 何があつたらすぐに知らせる

保護者へ

登下校はできるだけ複数で行動させ、外出時には必ず行き先を確認しましょう。通学路に姿を見せ、登下校中の子どもを見守りましょう。防犯ブザーの正しい使い方をお伝えしましょう。不審者を見かけたり、声掛け事案に遭ったときには、すぐに警察に通報しましょう。

村内の交通事故（1月分）

区分	件数	1月から累計	前年比
人身事故	0件	0件	±0件
物損事故	9件	9件	+1件
負傷者	0人	0人	±0人
死亡者	0人	0人	±0人
飲酒運転検	0人	0人	±0人

◎ 村の交通死亡事故ゼロ日数… 1210日
(1月31日現在)



国立大学法人等でオープンセミナー

東北地区国立大学法人等職員採用試験実施委員会では、オープンセミナーを開催します。

■日時 3月9日(金)

午後2時～午後4時

■場所 岩手大学

※他日時、他会場あり

■内容

- ①職員採用試験の概要
- ②各大学の概要と業務内容
- ③先輩職員の体験談
- ④職員による個別相談会

■その他 ホームページから事前予約が必要です。

■問い合わせ 東北地区国立大学法人等職員採用試験実施委員会採用試験事務局 (☎022-217-5676)

自衛官の学生採用試験実施

自衛官の学生を募集します。

■資格

18歳以上
27歳未満
の人

■受付期間

2月22日
(木)～3月6日(火)

○試験日

3月10日(土)

■受付期間

3月8日(木)～3月13日(火)

○試験日

3月18日(日)

■申し込み・問い合わせ 自衛隊岩手地方協力本部二戸地域事務所 (☎23-2529)



自衛隊二戸地域事務所を移転

自衛隊岩手地方協力本部二戸地域事務所は、1月29日から事務所を移転しました。

■移転先住所

二戸市石切所字荷渡6番地1
二戸合同庁舎2階

■問い合わせ 自衛隊岩手地方協力本部二戸地域事務所 (☎23-2529・移転前と変更なし)

土地家屋の無料相談会

土地家屋調査士会では4月1日表示登記の日を記念して無料相談を行います。

■日時 4月1日(日)

午前10時～午後3時

■場所 二戸市シビックセンター
1階ミーティングルーム

■相談内容 土地の分筆、合筆、地目変更、土地や建物の調査測量、境界問題など

■問い合わせ 県土地家屋調査士会二戸久慈支部 (☎22-1235)

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
3	4	松井内科医院	33-2201	3	4	國香歯科医院	23-2764
	11	菅整形外科皮膚科クリニック	23-7311		11	国香歯科医院	23-2223
	18	川村医院	23-3252		18	国香歯科医院	23-2223
	21	二戸クリニック	25-5770		21	曾根歯科医院	27-3108
	25	カシオペア医院	23-3331		25	渡辺歯科医院	23-2052

ごみ収集日 3月

収集区域	瀬月内／宇堂口／泥の木／平内／妻の神戸田上・下／館の下山根／荒谷／ニツ家	鹿島／伊保内上・下川向／南田	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
燃えるごみ	毎週水曜日	毎週木曜日	毎週金曜日
ビン・金物	3月5日(日)	3月6日(火)	3月12日(日)
空き缶	3月19日(日)	3月20日(火)	3月26日(日)
粗大ごみ			3月13日(火)
紙・プラ類	3月8日(日)	3月14日(水)	3月22日(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

国家公務員試験 税務職員を募集

仙台国税局では、税務職員(大学卒業程度)を募集しています。

■受付期間

インターネット申込：3月30日(金)～4月11日(水)

■第1次試験日 6月10日(日)

■問い合わせ 仙台国税局人事第二課 (☎022-263-1111 内線3236)



ありがとうございます ふるさと納税

先日、ふるさと納税として2人から寄付をいただきました。寄付金は、住みよい村づくりのために大切に活用させていただきます。ありがとうございます。



- 峯尾 浩 様 100,000 円
- 任海 ゆり 様 20,000 円

■ 問い合わせ 総務企画課庶務財政班 (☎ 42-2111 内線 167)

Jアラート 情報伝達訓練

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた情報伝達訓練を行います。

■ 日時 3月14日(水)

午前11時頃

■ 問い合わせ 総務企画課庶務財政班 (☎ 42-2111 内線 166)

岩手県で食品表示 ウォッチャー募集

県では、平成30年度県食品表示ウォッチャーを30人募集します。

■ 活動内容

- 食品の表示状況のモニターと報告
- 不適正な食品表示の情報提供
- 食品表示に関する研修会への参加

■ 活動期間 委嘱した日から平成31年3月31日まで

■ 応募資格 次のいずれにも該当する人

- 平成30年4月1日現在、満18歳以上の人
- 県内に住んでいる人

■ 謝金 年額1,500円以内

■ 申込締切 3月30日(金)

■ 申し込み・問い合わせ 県庁県民くらしの安全課 (☎ 019-629-5322)

編集後記

◆ 広報担当になり6年目。県北地区でも断トツの長老となりました。広報は小学校で卒業し、別の場所も経験してみたいなあと感じています。◆ 広報4月号ではどんな異動発表があるでしょうか? 吉報を期待し待ちたいと思います。(下村)

人のうごき

(平成30年2月1日現在)

● 人口	5,911人	(-16)
男	2,843人	(-9)
女	3,068人	(-7)
● 世帯数	2,167世帯	(+1)

(カッコ内は前月比)

転入	2人	(2人)
転出	12人	(12人)
出生	2人	(2人)
死亡	8人	(8人)

(カッコ内は1月からの累計)

スタッフくへの+



国家公務員採用 試験のお知らせ

人事院では、国家公務員採用総合職試験および一般職試験を実施します。申し込みはインターネットにて行ってください。

【総合職試験(院卒者試験・大卒程度試験)】

■ 受付期間 3月30日(金)~4月9日(月)

■ 第1次試験日 4月29日(日)

【一般職試験(大卒程度試験)】

■ 受付期間 4月6日(金)~18日(水)

■ 1次試験日 6月17日(日)

※詳しい内容については下記へ問い合わせください。

■ 問い合わせ 人事院東北事務局第二課試験係 (☎ 022-221-2022) または人事院ホームページ (<http://www.jinji.go.jp/saiyo/saiyo.htm>)

第42回 村老連レクリエーション大会



ズンドコ節を軽やかに踊った伊保内上老人クラブの皆さん

村老連レクリエーション大会

趣向凝らした 元気なステージ

第42回村老人クラブ連合会レクリエーション大会が1月22日、HOZホールで行われました。同連合会の高崎覺志会長が「私たちは健康、友愛、奉仕の3つを目標に取り組んできた。9つの老人クラブが参加し、演出されるにぎやか

なステージを楽しんでください」と歓迎の言葉を述べました。

二戸警察署九戸駐在所の森岩春雄所長が防犯と交通安全について講話。夜光反射材を着用することや特殊詐欺に気を付けることを説明していました。

ステージでは衣装を着飾った出演者たちが、歌や踊りを披露。趣向を凝らした42演目が来場者を楽しませていました。年齢を感じさせないほど元気な歌声や軽やかな身のこなしが観衆を魅了し、たくさんのお花が届けられました。小野寺ツキさん(83 || 長興寺下)は「踊りを見ると元気をもらう。気持ち明るくなり楽しい」と喜んでいました。



炭坑節を踊った喜楽会

明るく元気に麦畑を歌った伊保内下老人クラブの4人



華やかに花笠音頭を踊った伊保内下老人クラブ



発行／岩手県九戸村 ■編集／総務企画課
☎028-6502
岩手県九戸郡九戸村大字伊保内第10地割11番地6

電話番号／0195(42)2111(代)
メールアドレス／kunohi@vill.kunohi.iwate.jp
ホームページ／http://www.vill.kunohi.iwate.jp/