

挑戦します！次代へ紡ぐふるさとづくり

広報にのへ

2024

9.1

No.449

NINOHE

特集

小さな一歩

一人じゃない、私たちにできること

主な内容 2ページ 自殺を未然に防ぐために
20ページ 浄法寺まつり

小さな一歩



一人じゃない、私たちにできること

市では、転倒予防、健診受診率の向上、自殺予防、生活習慣病予防の4つを柱に「二戸市健康づくり都市宣言」を行いました

あなたやあなたの大切な人のために
かけがえのない命をまもるために
自殺予防を一緒に考えてみませんか

自殺の現状を知る

日本の年間自殺者数は平成10年から3万人を超える状況が続き、ピーク時には3万4427人まで増加しています。平成22年以降は10年連続で減少し、令和元年には最少の2万169人を記録しました。

令和5年の自殺者数はどうでしょうか。警察庁の報告では、2万1837人で、自殺者数を性別で見ると、男性が1万4862人で、全体の68.1%を占め、女性が6975人で31.9%です。年代別では、50代が4194人で全体の19.2%と最も多く、次いで40代、70代、60代の順になります。職業別では、無職者が1万1466人で全体の52.5%を占めて最も多く、次いで有職者、学生・生徒などの順となっています。

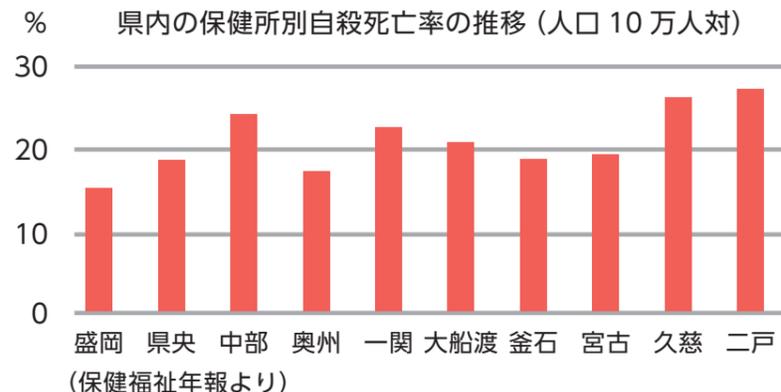
私たちが住む地域の現状は

岩手県の令和5年の自殺者数は、厚生労働省の人口動態統計によると233人です。これは、交通事故死亡者数(35人)の約6.7倍となっています。

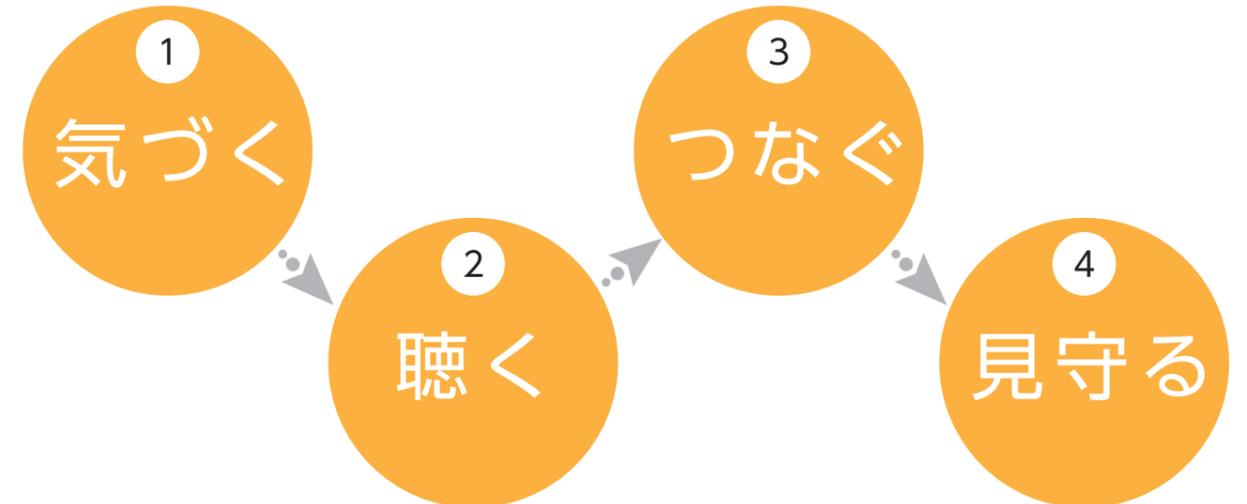
人口10万人あたりの自殺死亡率(平成30~令和4年累計)をみてみましょう。岩手県平均が19.5に対し、二戸保健所管

内では27.3で、自殺死亡率が比較的高い地域です。市としてみると自殺死亡率は24.5です。これは、全国平均死亡率16.4を大きく上回る結果となっています。

このように、自殺は私たちの地域でも身近な社会問題です。



きっと、誰かとつながっている ゲートキーパーの役割



もしも、身近な人や大切な人が落ち込んでいたら心配一。そんな時は、勇気を出してまずはやさしく声をかけてみることから始めてみませんか。

ゲートキーパーって何だろう

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。誰でもなることができます。周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。声をかけあうことで、少しでも不安や悩みを和らげることができるかもしれません。

ゲートキーパーは「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されています。そのうちどれか1つできるだけでも、悩んでいる人にとっては大きな支えになります。

「命の門番」とも呼ばれている

悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援することが重要です。一人でも多くの人に、ゲートキーパーとしての意識を持っていただき、専門性の有無にかかわらず、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが大切な第一歩です。

難しくとらえず、悩んでいる人に寄り添い、話を丁寧に聴くことが大きな心の支えになるはずです。もし、支えることで困ったときには相談窓口や専門家の力を頼ってみましょう。

誰でもかかる可能性がある こころの病気「うつ病」

今日が良い日で、ありがとうと
小さな喜びを感じることができれば

患者さんの多くは

年齢層は小学生から大人まで幅広いですが、二戸地域では、特に高齢の人が多いです。全体的に違和感を覚えた早い段階で受診する人が増えているように感じます。職場や家庭などの対人関係がきっかけで受診されるケースも。話を聞いてくれる人が周りにいれば、解決する場合がありますが、中には相談先がなくて来院される人もいます。

「うつ病」を知る

うつ病には主に 2つの症状があります。1つ目は、気分が憂鬱であること。2つ目は、喜びが損なわれていることです。どちらかが 2週間以上続くと、社会生活に影響が出て、日常生活もままならなくなります。そういった人が、いわゆる「うつ病」

と診断されます。

重症度によって異なりますが、眠れない、幻覚や妄想が酷くなるといった症状が現れます。死を選びたいという気持ちが芽生えることもあります。

周りの人が気づけるのか

ストレスチェックができれば、比較的早く受診につながり、症状を見つけやすいです。周りの人が変化に気づいて受診を勧めるケースも増えています。

ポイントは、「疲れているはずなのに眠れない」「食欲が減少している」などさまざまです。こうしたサインを出している人への接し方として、まずは「気づき」



佐々木 ゆか さん
岩手県立一戸病院長

を与えてあげることが大切です。

多くの場合、相手は「ただ話を聞いてほしい」と望んでいます。できる範囲で構いませんので、しっかりと相手の話を聞いてあげることが重要です。

誰にでも起こりうるから

誰にでも起こりうるのが「うつ病」です。原因は些細なことで、気持ちの起伏が影響します。心と体のバランスを保つことが大切です。

欲を深く持ちすぎたり、何かを求めすぎると、満たされなかったときに不満が募りませんか。きっと、何気ない小さな喜びを感じられることも必要なんだと思います。

セルフチェック

最近こんなことが続いていませんか

- これまで楽しかったことが、楽しめなくなった
 - 以前は楽にできていたことが、今はおっくうに感じる
 - 自分が役に立つ人だと思えない
 - わけもなく疲れたように感じる
 - 毎日の生活に充実感が持てない
 - 死について何度も考えることがある
 - 気分がひどく落ち込んで、自殺について考える
 - 最近(ここ2週間) ひどく困ったことやつらいことがある
- 2週間以上ほとんど毎日続いていて、生活に支障が出ている場合は、医師または保健師などに早めに相談しましょう

1 気づく

2 聴く

知っておくべき、聴く側の「きき方」

抱え込むのではなく、 誰かと一緒に聴いてほしい

聴く側も一人じゃない、
あなたが責任を感じ過ぎないで

自殺対策のための傾聴と言われると少し難しく感じるかも知れません。ですが、普段の日常生活の何気ない会話や雑談、仕事でのお客さんとの会話なども大切な「聴くこと」の一部です。

聴き手のポイントは、「聴くだけ」にすること。アドバイスなどで何かを変えてあげようとするのは、悪化させたり反発させてしまう恐れがあります。

さらに大切なのは、誰かと一緒に聴いてあげること。責任感のある人ほど、一人で聞いて私が何とかしなければと抱えこんでしまう傾向です。そうすると、その人が心に負担を抱えてしまいます。

ゲートキーパーの全ての役割を一人で実行しようとせずに、まずは話を聴いてみることで。その先は、市の保健師さんなどにつないであげましょう。



神先 まこと さん

岩手医科大学医学部神経精神科学講座 (二戸市いのち支える自殺対策推進本部オブザーバー)

▶ かけてあげたい言葉

大変だね、つらいね→共感を示す
えらいね、よく頑張った→相手をねぎらう
話してくれてありがとう→感謝の気持ちを表す

▶ 避けた方がよい言葉

頑張ろうよ、元気出して→安易な激励
悪いのはあなたでしょ→批判や否定
命を粗末にするな、死ぬ気でやれ→押し付ける言い方

一人じゃない あなたをサポートする場所ある

3 つなぐ

相談先を知っておく

お話を聴いた後、問題をしっかりと解決するためには、専門家の力が必要です。具体的な相談機関があることを伝え、本人の意識を尊重しながら、適切な支援につなぎましょう。

▷自身や身近にいる人のこころや体の不調など悩みがある際には、一人で抱え込まず、相談しましょう

保健師の「健康相談」 医師の「こころの相談」

体の健康はもちろんのこと、心の健康も大切です。相談が必要な場合は、保健師や医師などに相談しましょう。

問い合わせ先 健康福祉企画課
健康福祉支援センター(☎ 23-1314)



詳細は、こちらを確認
ください

小さな一歩が優しい社会へ 「おしゃべりどころ」によってがんせ

私たち傾聴ボランティアほほえみは、皆さんの話に耳を傾ける活動をしています。ボランティアにも守秘義務があり、活動中に聞かせてもらった内容は、他人に漏れることはありません。喜びや怒りを感じている事、悲しい事など、安心して気軽に立ち寄って話してみませんか。

傾聴ボランティアほほえみの皆さん



お話、聴かせてください

▷おしゃべりどころ
日時 毎月7日、27日午前10時～正午
場所 なにやーと
▷施設訪問
月に数回介護施設を訪問しています



お話して
行きませんか～

こども相談窓口

小学生から高校生でこころとからだのことに不安や悩みがある人は、思春期保健相談士に相談ください。子どもとのかかわりに悩んでいる保護者の相談も受けつけています。

問い合わせ先 こども家庭課
こども家庭センター(☎ 23-1325、
専用メール: kodomo-soudan@city.ninohe.iwate.jp)



こちらのメールからも
相談できます

4 見守る

「大丈夫、そばにいるよ」
とそっと寄り添う

傷ついた心を回復するには、時間がかかります。「あなたのことを気にかけているよ」というメッセージを伝えてみましょう。心のよりどころになるかもしれません。すぐに良くならなくても、焦らずにじっくりと見守りましょう。

また、ゲートキーパー自身も健康管理を忘れてはいけません。あなた自身も大切に。

市では働き盛りの40代、50代約200人に保健師が訪問し、心身の状態の変化や、ストレスによる症状の有無などについて聞き取りを行っています。

いつも身近に、保健師や精神保健福祉士などが見守りや支援を行います。

Voice

わずかでも
変化を感じたら
勇気を持って
声をかけてみます



第一生命保険株式会社の左から
古舘さん、松田さん、木戸さん

ゲートキーパーの研修を受ける前までは、県北が自殺率が高い地域だということは知らなかったです。受講後は、お客様と話す際に「前の方が明るかったかな」など少しでも変化があると感じた際には気づいて声をかけるようになりました。職場でも気軽に相談し合える環境を整えることはもちろん、心のケアや窓口、困った時の相談先はどこかを把握しておこうと意識が変わりました。



にのへ トピックス



亀磨くんイラスト：きり光乗

●身近で起きた出来事や楽しい話題、イベントなどの情報をお待ちしています。
情報企画課 (☎ 23-3114、E-mail jouhou@city.ninohe.iwate.jp)



集中して座禅に取り組む児童たち

生 浄法寺ユネスコ寺子屋教室 生きることの尊さを学ぶ

浄法寺ユネスコ協会（山口金男会長）は7月24日、福蔵寺で寺子屋教室を開催し、浄法寺小4年生12人が参加しました。児童らは住職から説明を受けながら本堂を見学し、座禅を体験。夕食には肉を使用しない「精進カレー」を味わい、恒例の肝試しも行われました。

畑山文香^{ふみか}さんは「初めて座禅をするので緊張したけれど、やり方を教わりながら上手にできた」と充実した表情を浮かべました。

健 (株)バイタルネットと連携協定 健康なまちづくりの実現を目指して

市は7月24日、医薬品の卸業を展開する(株)バイタルネットと健康づくり事業の推進に関する連携協定を結びました。同社は高齢者福祉など地域に寄り添った活動を展開しており、今後は生活習慣病予防などの啓発活動のほか、高齢者の見守りや災害時の物資提供などを行います。

松澤由紘^{よしひろ}二戸支店長は「これまでの知識と経験、ネットワークを駆使して、市が掲げる健康都市宣言に沿って多岐に渡る活動を行いたい」と話しました。



市民の健康づくりのため活動します



舞台の成功に向けて決意を固める

第1回カシオペア市民劇場 結団式

二戸に伝わるあやかし物語を劇で

9月28日、29日に公演を行う第1回カシオペア市民劇場の結団式が開かれました。今作では、二戸に伝わる「あやかし（妖怪や幽霊）」にまつわる昔話を題材に、カシオペア地域の住民による市民劇が創り上げられます。

出演する関口華月^{かつき}さんは「二戸市民文士劇から形を変えて初めてなので、気合いが入っている。来場者を笑顔にできるように、精一杯頑張りたい」と意気込みました。

自然を感じて遊び尽くそう

稲庭アドベンチャー（浄法寺賑わいづくり実行委員会主催）は8月3日、天台の湯周辺エリアで開催されました。水上で遊ぶウォーターボールや木にロープをかけて登っていくツリークライミングなど、自然を活かした体験が設けられました。

市外から訪れた参加者は「初めて9mの高い木に登ったのでドキドキだった。怖さよりも、楽しさと自然を感じられる気持ち良さが勝った」と晴れやかな表情を見せました。



広いフィールドを走り回った、水鉄砲大会

どろんこバレーボール大会 どらだらけでバレーボール

どろんこバレーボール大会（にのファン実行委員会主催）は8月18日、金田一地区で開催されました。水を張った休耕田でバレーボールを楽しむイベントで、地元や東京などから51人が参加しました。参加者は、ぬかるんだコートに足を取られながらも泥だらけになりながらボールを追いかけました。

優勝チーム代表の福岡中3年高山遥陽^{はるひ}さんは「初めて参加した。田んぼの中でプレーするのは新しい感覚だったが優勝できて嬉しい」と話しました。



泥の中で記念撮影をする参加者



研ぐ作業を教わるインターンシップ生（右）

浄法寺漆インターンシップ 国産漆の魅力に触れる

市と浄法寺うるしび合同会社（三角裕美代表社員）は8月6日～8日まで、浄法寺漆インターンシップを開催しました。参加した6人の学生らは、天台寺や八幡平市博物館などの見学、漆掻きと塗りの見学や体験などを行い、漆産業への理解を深めました。

京都市立芸術大学院2回生の柴田瑞希^{みずき}さんは「浄法寺漆は授業で使用する中国産よりも、さらさらしているのに塗るときには粘り気がある。とても貴重な経験ができた」と笑顔で振り返りました。



8/2 福岡中の生徒がインターンシップで仕事を体験



福岡中学校の皆さんが市内の企業や事業所などで職場体験を行いました。

高村快聖さん、菅原玲弥さん、戸澤信さんの3人は市役所で、防災や広報の業務を体験。まちにあるカーブミラーの点検をして見えやすいように直す活動や地域のイベント取材しました。

7/24 地域社会で人権尊重を



人権擁護委員への感謝状の贈呈と新たに委員として活動される皆さんへ委嘱状が贈られました。

7/26 市内小学校へ絵本を寄贈



写真絵本「ひこうきとぶまえに」が吉田亮さん、昭子さんご夫妻から市内小学校に寄贈されました。

7/31 食改みんな食堂を開催



ベジメータで野菜摂取量を測定し、二戸市食改協が作る夏野菜カレーをいただきました。

8/7 にのへカンパニーツアー



槻蔭舎きぼう塾が開催され、中学生が(株)小松製菓、(株)二戸サントップで働くことの意義を学びました。

7/18 ブルーベリーを収穫だ



荒谷果樹園で収穫体験が行われ、ちやいどスクールの園児がブルーベリーを味いながら収穫しました。

7/27 ユダオンパク 2024 開催



金田一温泉郷で様々なステージイベントや金田一小児童による温泉ガイドツアーなどが行われました。

8/11 二戸におかえりなさい



お盆期間の帰省客に向けた、二戸駅でのお出迎えイベントが行われました。

i 九戸城まつり 2024

日時 9月22日(日)午前10時～
場所 九戸城二の丸跡、豆七亭
内容 お城型エア遊具設置(終日)
 ▶10時～ 九戸城茶会
 ▶11時30分～、14時～ チャンバラ合戦(各回50人限定)
 ▶12時15分～ お城コンシェルジュ任命式
 ▶12時30分～ 久保井朝美さんと行く九戸城めぐり
【豆七亭】▶15時30分～ 久保井朝美さんトークショー※チャンバラ合戦は要事前申し込み
問い合わせ、申込先 九戸城イベント実行委員会 (☎27-2540)

募 色こぎん刺し教室

ひと針ひと針丁寧な手仕事から生まれる、伝統的な模様の美しさにふれてみませんか。
日時 9月25日(水)、10月2日(水)全2回午後1時～4時
内容 壁掛けフレーム
場所 金田一コミュニティセンター
講師 岩間 千鶴子さん
参加料 1,300円
定員 20人
持ち物 裁縫道具一式
申込期限 9月18日(水)
問い合わせ、申込先 金田一コミュニティセンター (☎27-2114)

i シビックセンター開館25周年記念イベント

日時 9月21日(土)、22日(日)、23日(月)祝
場所 シビックセンター
 ▶ワークショップ「トリックオブジェ」(要予約) 各日午前10時～、午前11時～、午後2時～
参加費 500円
定員 各回4人
 ▶限定工作「ギャラクシーボトル」
材料費 300円
 ▶スーパーボールすくい
参加費 100円
 ▶サイエンスショー「燃焼の科学」各日3回※詳細はホームページへ
 ▶福岡中科学部サイエンスショー
日時 9月22日(日)午後1時～
場所 市民ホール
 ▶クイズ「愛橋博士からの挑戦状」
開催日 9月22日(日)、23日(月)祝
参加費 100円
問い合わせ先 シビックセンター (☎25-5411)

i 県境不法投棄現場の跡地処分に関する説明会

県では、令和7年度以降に青森・岩手県境不法投棄現場の跡地を処分するため、市民と事業者向けの説明会を開催します。土地の購入に関心がある、現場だけ見てみたいなど、気軽に参加ください。
日時 9月20日(金)午前11時～午後3時(昼食は各自準備)
場所 二戸地区合同庁舎3階機能訓練室、不法投棄現場
その他 現場への移動は各自※参加費無料、要事前申込
申込方法 メール(ac0003@pref.iwate.jp)またはFAX(019-629-5369)で、「所属、氏名、電話番号」を連絡ください
申込期限 9月18日(水)
問い合わせ、申込先 県環境生活部資源循環推進課 (☎019-629-5366)

県産産業廃棄物ホームページ▶



i 第2回市民に学校を公開する日

市民のみなさんに学校の様子をより一層知ってもらえるよう、下記日程で学校を公開します。

公開日	場所
9月2日(月)	福岡中
9月5日(木)	浄法寺中
9月11日(水)	中央小、石切所小、金田一小
9月12日(木)	二戸西小
9月20日(金)	仁左平小
9月21日(土)	福岡小
9月24日(火)	金田一中
9月27日(金)	御返地小、浄法寺小

時間 午前8時30分～午後4時
その他 学校で定めた入り口から入場し、見学者名簿へ記載ください。授業中の写真撮影、動画撮影は行わないでください※詳しい日程は、二戸市教育委員会のホームページを確認ください
問い合わせ先 教育企画課 (☎23-3481)

i 9月は食生活改善普及運動月間です

スローガンは「健康寿命をのばそう」、基本テーマは「食事をおいしく、バランスよく」です。
食生活改善目標
 ▶バランスのよい食事
 ▶毎日プラス1皿の野菜
 ▶毎日のくらしに果物を
 ▶おいしく減塩
 ▶毎日のくらし with ミルク
 食生活改善を含めた生活習慣病予防に取り組み、心も体も元気に過ごしましょう。
問い合わせ先 国保予防課 (☎23-1316)

i 動物愛護フェスティバル in 二戸

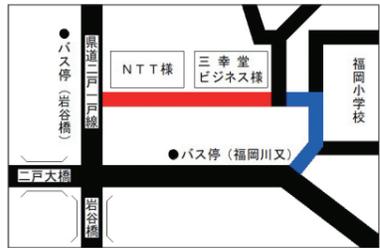
日時 9月23日(月)午前9時～
会場 二戸地区合同庁舎駐車場
内容 ▶動物慰霊祭▶動物ふれあい写真コンクール表彰式など
申込方法 グリーン動物病院 (☎23-8257) または問い合わせ先へ申し込みください※当日受付も可能。犬の登録、狂犬病予防注射を実施済みの犬に限る
問い合わせ、申込先 二戸保健福祉環境センター (☎23-9219)

i 第1回カシオペア市民劇場 [にのへあやかし縁起譚]

日時 9月28日(土)午後5時30分開場(午後6時開演)、29日(日)午後0時30分開場(午後1時開演)
場所 市民文化会館大ホール
入場料 大人：前売1,500円、当日1,900円、中高生：800円、小学生以下無料
市内プレイガイド 市民文化会館、シビックセンターCafé福、Jホール
問い合わせ先 市民文化会館 (☎23-7111)

i 市道福岡高校線の通行規制を行います

市道福岡高校線の道路改良工事に伴い、通行規制を行います。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。
期間 9月9日(月)～12月10日(火)
規制方法 【車両】終日全面通行止め【歩行者】作業時(午前8時30分～午後5時)通行止め
問い合わせ先 建設課 (☎23-0182)



赤色の区間が交通規制の区間
 青色の区間が迂回路です

募 商工業中小企業者の皆さんへ補助金のお知らせです

エネルギー価格高騰の影響を受けている商工業中小企業者に対し、電気料金高騰対策支援補助金を交付します。

支援事業者	・製造業または宿泊業を営む事業者のうち、市内に事業所を有するもの ・小売業、飲食業またはサービス業を営む事業者のうち、市内に本社、本店を有するもの
補助金額の計算	・R5.11～R6.10までの連続する6か月間の電気料金の合計から、3年前同期(R2.11～R3.10)の電気料金を差し引いた額の4分の1相当額 ・創業から3年未満の支援事業者は、R5.11～R6.10までの間の連続する6か月間の電気料金の月平均の3割に6を乗じた額の4分の1相当額
交付上限額	100万円
確認書類	・電気料金が確認できる書類の写し ・申請日時点で、市内で事業を行っていることが分かる書類の写し ・振込先通帳等の名義口座(フリガナ)記載部分の写し

申込期限 12月27日(金)※期限までに申請をお願いします
問い合わせ、申込先 商工観光流通課 (☎43-3213)

i 高齢者の消費者トラブル 110番週間

高齢者の消費者被害防止のため、商品やサービスの契約トラブル、多重債務(借金)などの相談を受け付けます。

日時 9月9日(月)～13日(金)午前9時～午後4時
相談窓口 消費者ホットライン (☎188) または、問い合わせ先へ
問い合わせ先 二戸消費生活センター (☎23-5800)

i 令和7年度コミュニティ助成事業を募集します

宝くじの収入を財源とし、地域が自主的に行う活動に必要な備品や施設の整備などを助成する事業です。令和7年度に事業の実施を希望される団体は、期限までに助成申請書などを提出してください。

事業名	助成対象	助成金(10万円未満切り捨て)
一般コミュニティ助成事業	コミュニティ活動に直接必要な設備などの整備	100～250万円まで
コミュニティセンター助成事業	集会施設の建設または大規模修繕、施設に必要な設備などの整備	1,500万円まで(対象事業費の5分の3以内)
地域防災組織育成事業	地域の防災活動に直接必要な設備などの整備	30～200万円まで ※組織により助成金が変わります
青少年健全育成助成事業	親子で参加するスポーツ・レクリエーション活動や文化、学習活動に関する事業	30～100万円まで

対象団体 市内の自治会、町内会などの地域の共同活動を行っている団体またはその連合体

申請期限 9月27日(金)

▶コミュニティ助成事業で整備しました

令和6年度(一財)自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業(コミュニティ助成事業)の助成を受け、次の団体が備品を整備しました。

13区町内会 コミュニティ活動に係る備品



ご厚志ありがとうございます

ふるさと納税(7月1日～31日)
 浄法寺漆を未来へつなぐために
 62件=947,000円
 まちづくりのために
 195件=3,043,000円
 子どもの教育のために
 146件=3,129,000円
 子どもと家族を支援するために
 113件=1,749,000円
 九戸城跡整備・振興のために
 15件=266,000円
 531名様より9,134,000円のご寄附をいただきました。ありがとうございました。ご芳名はホームページで紹介します。



本のまち 八戸ブックフェス 2024



一箱古本市や出版社ブースのほか、凱旋コントライブやサイン会も予定しています。本づくしの2日間をぜひお楽しみください。

日時 【前日祭】9月28日(土)午後2時～6時、29日(日)午前10時30分～午後3時30分

場所 八戸ポータルミュージアムはっち、八戸まちなか広場マチニワ、八戸ブックセンター

内容 ▶八戸出身芸人・九月さんの凱旋コントライブ▶八戸在住ラノベ作家 倉世春さんと三戸在住作家 高森美由紀さんのサイン会など

問い合わせ先 八戸ブックセンター (☎0178-20-8368)

詳細はこちら→

主催 情報紙 ゆうゆう 2時間駐車券進呈

かしこい お金の貯蓄術&賢い保険の見直し術セミナー

■かしこいお金の貯蓄術 講師: 滝野 克(たきの まさる)
 ■かしこい保険の見直し術 講師: 滝野 芳男(たきの よしお)

ラジオ出演などでお馴染み!! 滝沢の滝野さん の為になる話!

10/20日 ■午前の部 10:30～12:00 ■午後の部 13:00～14:30
 (受付開始10:00) (受付開始12:30)

定員20名 会場 アイーナ 702号室 | 盛岡市盛岡駅西通1丁目7-1

申し込みフォーム

運営 ユニバーサルライフ(株) 岩手支社 滝沢市鶴岡八人打2番地8 TEL.019-658-9316

ここにひろば 新イベントいっぱい!!

「英語 de 遊ぼう!!」
 「げんKIDS～運動あそび～」

広がったお部屋で楽しいイベント盛りだくさん!! あそびにきてネ!!

まつのまるこども園 ☎23-5444
 ☎25-5445
 〒028-6101 二戸市福岡字橋場しあわせ通り19番地

まごみ訪問マッサージ

医療保険療養費支給申請を取り扱っております。
 医療保険取扱いをご希望の方は、医師の同意が必要です。

☎0195-43-3170

お問合せはAM9:00～PM5:00 (土・日・祝祭日を除く)

出張による施術を行っております。

当社の施術者は全てあん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師による国家資格者です。

私のために・家族のために・万が一に備えて互助会を!!

「玉姫互助会 会員募集中!!」

福岡玉泉院 見学 相談会 開催

9月21日(土) (午前10時～午後3時まで)

福岡玉泉院 〒028-6101 二戸市福岡字下町1-0
 TEL 0195-23-4440 FAX 0195-23-4443

きらり! No.104
明日の風



こうき
伊嶋 浩暉 さん (29歳)
生涯スポーツとして
卓球の魅力を広めたい

今回は(株)大森種苗の伊嶋浩暉さんを紹介します。

—就職してどれくらいですか
今年4月から(株)大森種苗スポーツ事業部で運営している卓球ラバー&ラケット専門店 [In stock] で働いています。

—現在、どんな仕事をしていますか
店頭で卓球用品を販売し、自社で開催する大会の運営も行っています。大会では試合だけでなく、入賞者には景品を用意し、物販も行っているため、参加者の皆さんに喜んでいただけます。

—趣味は
音楽鑑賞が趣味で、ジャンルを問わずさまざまなアーティストの曲を聴いています。最近、ライブに行ってきました。

—自己分析するとどんな人
優柔不断な性格です。中学の修学旅行でテーマパークに行った際、お土産売り場で1時間も悩みました。

—将来の夢や、目標
卓球を競技としてもっと広く普及させたいです。若い人から年齢を重ねた人まで、どなたでも生涯スポーツとして楽しむことができるのが最大の魅力。用具にも関心を持ってもらえるよう、頑張ります。

—あなたにとって「二戸市」とは？
おいしい飲食店が多く、友人や職場の仲間と外食する機会が増えました。

—ひと言メッセージを
欲しい時にすぐに提供できるよう、豊富な在庫を取り揃えています。ぜひ気軽に来店ください。お店でお待ちしています！

★「きらり!明日の風」では、市内で働く、若い人や輝いている人を募集しています。自薦、他薦は問いません
問い合わせ、応募先 情報企画課
(☎ 23-3114、E-mail jouhou@city.ninohe.iwate.jp)

NINOHE high school life!

～福高×北桜高～



理科の授業を体験する参加者。高校生のサポートもあり、問題を解き進めた

#学校生活を体験してみよう

中学校3年生を対象とした一日体験入学は、7月30日に開かれました。参加した生徒は、興味のある科目の授業を実際に受けて先生や高校生から教わり、生徒会から学校行事の紹介を受けました。

福岡中3年の酒井真理^{まり}さんは「授業の雰囲気^{まり}が明るくて、先生も高校生の皆さんも分かりやすく教えてくれた。気になっている部活動の見学も楽しみ」と話しました。

120年以上続く伝統校「福岡高校」。専門的知識を深め、技術者を輩出する「北桜高校」。このコーナーでは両校の旬な情報をお届けします。また、月替わりで輝く生徒や卒業生を紹介します。



外部講師との面接練習。緊張感もある中、真っ直ぐな視線で志望動機を伝える

#就職試験に向けて面接練習

3年生の就職希望者を対象とした、外部講師との個別の面接練習が7月30日から始まりました。高校生活で頑張ったことや志望動機などを相手に伝えることを目指して取り組みました。

3年の切明畑智稀^{ともき}さんは「頭の中で考えたことを言葉にするのは難しかった。話す内容や動き方など指導を受けたことを改善したい」と試験本番に向けて前向きに話しました。

地域おこし協力隊通信

もっと、漆を掻きたいです

新谷 武仁 隊員

今年4月から地域おこし協力隊として、二戸にきました。新谷武仁です。よろしくお願ひします。

着任後、私は浄安森林組合の苗畑を手伝いながら、漆の苗がどのように成長するかを学びました。5月末からは山に行き、浄法寺漆生産組合の泉山組合長から漆掻きの技術を教わっています。今年、御返地や金田一、一戸町の現場で作業をし、120本の漆の木を掻く予定です。

毎朝6時から山に入り、漆掻きを始めます。岩手は地元の大阪と比べると涼しくて、日が昇っても木々に囲まれた日陰で作業をするため、体力的に負担はあまりありません。師匠である泉山組



新谷さんが掻いた漆の木。今の時期は盛辺(さかりへん)と言って、年間の採取量の約6割におよぶ漆を採取します。

合長は、豊富な知識と無駄のない技術を持っていて、学ぶことがたくさんあります。

もっと技術を磨き、たくさんの漆を取れるようになりたいです。経験を積み、来年以降担当する木の本数を増やせるように頑張ります。

大阪府から来ました地域おこし協力隊として、漆掻きの技術を身につけます！



福岡高校 3年 遠藤 美佑 さん



個性を活かした書のスタイル
「全国高総文祭」に出品

—なぜ、福岡高校に？
自宅が二戸なので、通いやすさもありません。文武両道に力を入れているところにも惹かれて本校を選びました。

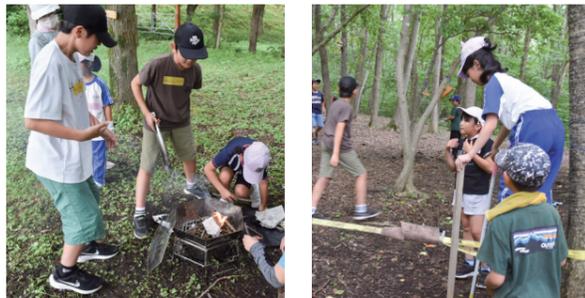
—実際に通ってみてどう？
小学1年生から書道を習っていて書道部に入部。姉が本校の書道部で活躍していたので、入部したいと思っていました。テスト期間でも自主練習の時間を設けて、部活にも勉強にも力が

入っています。

—書道のおもしろさは
字が綺麗になるだけではなく、「個性」がでます。自分なりの表現力が身に付くところも書道の魅力です。

—将来の夢や目標は？
全国での審査で、姉の成績を超えたいという気持ちでした。願ひは叶いませんでしたが、これからも書道と関わっていきたいです。

放課後子ども教室 夏休み企画 プチッとキッズキャンプ開催



放課後子ども教室利用児童を対象としたプチッとキッズキャンプ（市教育委員会主催）は8月1日（木）、県北青少年の家で開かれました。さまざまな経験を通して豊かな感性や社会性を培うことを目的に、焚き火や炊事、自然体験などを行いました。この日は市内6カ所の教室から25人の児童が参加。初めて会う仲間ともコミュニケーションをとりながら作業を進め、自然遊びを満喫している様子でした。

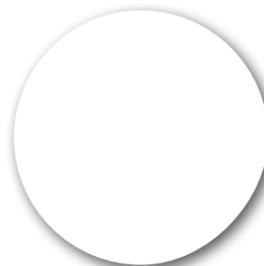
デジタルデトックス 環境問題も学べます ボードゲームやってみませんか？

市立図書館では13種類のボードゲームを貸出しています。新たに2つのシリアスゲーム「クマと僕らの物語（盛岡市動物公園 ZOOMO 開発）」、「ZORING ゾーリン（東北森林管理局開発）」の貸出しも始めました。ニュースで目にする“アーバンベア”とどう向き合うか、森林を育てる中で生じる災害とは..? ワイワイ楽しみながら学べるゲームです。家族や仲間とプレイしてみませんか？

貸出期間 2週間

貸出点数 一人1個まで

問い合わせ先 市立図書館（☎ 23-3447）



山館 ^{あやか} 彩香さん（2年）



工作『にじ色の花』

「リボンの形をした葉っぱが1番のお気に入りです。いろんな色の花を作って、貼るところを頑張りました」

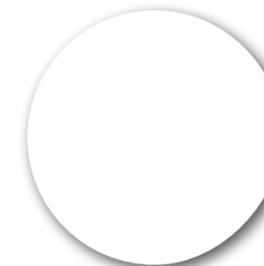


大森 ^{こうき} 鳳輝さん（3年）



絵画『おかしな山』

「好きなお菓子和自分で考えたお菓子をたくさん描きました。色を考えて、絵の具を混ぜながら塗るのが難しかったです」



漆原 ^{みか} 美香さん（6年）



工作『花とねこ』

「花の茎を円柱状になるように糸のこぎりで削り、やすりをかけました。台座を中心に、花とねこが回る工夫をしました」

図書館情報

Library Information

市立図書館9月の行事

企画展 「やる気をコントロールする」、「敬老の日2024」、「お月見しようよ」（児童）

花ぐるま「おはなし会」（2階児童室）

日時 9月14日（土）午前11時～

古文書解説講座「伊勢参宮道中記全」を読む

日時 9月21日（土）、23日（月）午後1時30分～

かつこう号 in ワカミュージックフェス※雨天中止

日時 9月22日（日）午前11時～（カダルテラス金田一）

アルツハイマー月間 つたえるおはなし会（朗読）

日時 9月28日（土）午後1時30分～

〈今月の休館日〉

◎市立図書館 9月2日、9日、17日、24日、30日（館内整理日）※10月1日～4日は点検のため休館

◎浄法寺カシオペアセンター 9月2日、9日、30日

問い合わせ先 市立図書館（☎ 23-3447）、浄法寺カシオペアセンター（☎ 38-4117）



ミチノオク

佐伯 一麦 著（新潮社）

東北で生きる人々の人生の曲折、遠野郷を含む九つの紀行小説集。現代の「おくのほそ道」。



魔女がやってきた！

マーガレット・マーヒー 作 / 尾崎 愛子 訳 / はたこうしろう 絵（徳間書店）

さまざまな魔女が出てくる5つの短編集。人間性あふれた魔女たちのファンタジーの世界が広がります。



奪還

日本人難民6万人を救った男

城内 康伸 著（新潮社）

第二次世界大戦後の朝鮮半島。敗戦で棄民された在留日本人難民を引き連れ、集団脱出させた男の感動の実話。

アクティブにのへ

Active Ninohe

～市民活動団体をご紹介～

カシオペアフットサル

カシオペアフットサルでは、二戸だけでなく周辺地域からも参加者が集まっています。15年ほど前から活動が始まり、練習をしたい仲間が試合を楽しみながら汗を流しています。

練習には、多い時で15人程度が参加。ずっと同じメンバーでチームを続けるのではなく、仕事の都合で二戸にいる間だけでもサッカーやフットサルを続けたい人、これまで経験がなくてもサッカーが好きな人など、みんなで楽しもうというスタンスで活動しています。

肥田憲彦代表は「練習をしたい人、初心者で始めてみたい人、年齢性別問わずどなたでも参加できます。興味がある際は、見学だけでも構いません。ぜひ一緒に楽しみましょう」と話しました。



～活動情報～

活動日 毎週火曜日

時間 午後8時～10時

場所 金田一コミュニティセンター

問い合わせ先 金田一コミュニティセンター（☎ 27-2114）

こみゆにTeaたいむ

伝える、つなげる、宝の輪

201 杯目



花で彩る豊かなまちへ 花壇コンクール審査結果

住みよい二戸市をつくる市民運動推進協議会(生内雄二会長)は、環境美化運動の一環で第19回二戸市地域花壇コンクールを開催しました。町内会・常会、企業および一般団体など35団体が参加し、審査の結果、各賞が決定しました。

花壇コンクール審査結果(敬称略)

- ▶グランプリ 在八町内会
- ▶準グランプリ (株)小松製菓、二戸時計工業(株)
- ▶金賞 太田婦人会、SWS 東日本(株) 二戸工場、田町町内会、堀野町内会 小清水区・長地区、養護老人ホーム紅梅荘 特別養護老人ホームわくわく荘、十文字町内会、キッチンガーデン利用組合
- ▶銀賞 下米沢自治会、九戸通り町内会、エクス

ルガーデン、尻子内部落会、野々上集落センター、門松部落会、米沢老人クラブ親睦会、十文字老人クラブ伸和会、村松町内会、柿ノ木平常会

▶特別賞 老人クラブ連合会浄法寺支部、小さな薪屋さん by ともやま、第三区川原町内会、金田一温泉駅前町内会、(株)二戸サントップ

※参加団体の花壇の写真を市HPに掲載しています。ぜひご覧ください



【協賛企業】

市内40企業にご協力いただきました。協賛いただいた企業・事業所は市HPで紹介しています。

問い合わせ先 まちづくり課 (☎ 23-3119)

健幸 letter ~健康で幸せな毎日を過ごすためのおたより~ No.18

受けていますか?がん検診 乳がんと子宮がん検診

検診のギモン

Q 乳がんと子宮がんは、誰が受けられるの

A 市では、乳がん検診は30歳以上の女性、子宮がん検診は20歳以上の女性が受けられます

Q 乳がん・子宮がん検診は、どのような検査をするの

A 乳がん検診は、問診・超音波検査又は乳房レントゲン検査(マンモグラフィ)、子宮がん検診は、問診・視診・子宮頸部の細胞診及び内診を受けます

乳がんと子宮がんの受診率(R4)

	市	県	国
乳がん	20.3%	23.6%	16.2%
子宮がん	17.2%	23.6%	15.8%

この機会に、ぜひがん検診を受けましょう

初期のがんは自覚症状がありません。そのため、気づかないうちに病状が進行していきます。がんを早期発見するには、年に1度の定期的な検診が大切です。

問い合わせ先 健康福祉企画課 (☎ 23-1314)



日程と会場はこちら

Data ~7月末日分

人の動き

人口	24,328人	(-28)
男	11,545人	(-10)
女	12,783人	(-18)
世帯数	11,718世帯	(-1)
出生	9人	(男4・女5)
死亡	36人	(男16・女20)
転入	40人	転出 41人
その他	0人	

交通事故

人身事故	0件	(5件)
死者	0人	(0人)
負傷者	0人	(7人)
物損事故	36件	(246件)

火災・救急

火災出動	0件	(7件)
救急出動	97件	(627件)

暑い日が続いています。しっかり水分補給をして、熱中症に気を付け過ごしましょう

飲酒運転検挙者数

なし	1月からの累計1人(対前年比±0人)
----	--------------------

休日当番医

※広報発行後に当番医が変更になる場合があります
当日の新聞などで確認してください

月	日	休日救急当番医 (午前9時~午後5時)	歯科当番医 (午前9時~正午)
9	1	ほそかわ小児科クリニック (福岡) ☎ 26-8100	堀米歯科医院 (軽米町) ☎ 46-2927
	8	小野寺内科医院 (一戸町) ☎ 33-2505	みさわ歯科医院 (石切所) ☎ 43-3115
	15	よこもり眼科クリニック (堀野) ☎ 22-2230	菅原歯科クリニック (福岡) ☎ 23-1180
	16	千葉耳鼻咽喉科医院 (石切所) ☎ 26-8133	小野寺歯科医院 (一戸町) ☎ 33-3050
	22	かわさきクリニック (堀野) ☎ 26-9900	菅原歯科医院 (金田一) ☎ 27-3301
	23	松井内科医院 (一戸町) ☎ 33-2201	沢藤歯科医院 (堀野) ☎ 25-4002
	29	おりそ内科循環器クリニック (福岡) ☎ 22-2251	堀米歯科医院 (軽米町) ☎ 46-2927
10	6	菅整形外科皮膚科クリニック (石切所) ☎ 23-7311	菅歯科 (福岡) ☎ 23-5161

編集後記

心の中をさらけ出して話すことは意外と難しい。話しても受け入れてもらえるのかな、と勇気があることだと思います。聴く側にも「聞き方」があって、もちろん自分自身のことも大切にしなければいけない。少しで良いから、優しい心が広がってくれますように(こもり)

お盆が終わると、暑さも落ち着くイメージですが、さすがに今年は難しいかなと思っていたところ、ふと涼しい秋風を感じる日が。やっぱり東北! しっかり秋に向かっていくのだと実感。さて9月はお祭り月間! カメラを向けたら、にっこりピースよろしくお祈りします(ひがしやま)

※浄法寺地区は行政区も記載しています
※氏名が俗字であっても正字で掲載される場合がありますので、ご了承ください
※届出人などが広報への掲載を希望した人を掲載しています

問い合わせ先 市民生活課 (☎ 23-1681)

神明社例大祭 浄法寺まつり

9月14日(土)～16日(月)祝



期日	時間	催し	場所
14日 (土)	14:00～	神輿渡御、郷土芸能巡行	神明社～春日町お仮屋
	18:00～	郷土芸能団体による演舞	総合支所前広場
	19:00～	打ち上げ花火	浄法寺グラウンド
15日 (日)	9:00～	郷土芸能巡行	浄法寺中心部
	12:30～	ステージショー	総合支所前広場ステージ
	18:00～	浄法寺音頭流し踊り	浄法寺大橋～総合支所前
	19:30～	神明社奉納相撲大会	神明社相撲場
16日 (月)祝	9:00～	郷土芸能巡行	浄法寺中心部
	10:00～	民謡ショー「浄法寺民謡保存会」	浄法寺文化交流センター
	14:00～	神輿還御、郷土芸能巡行	春日町お仮屋～神明社



問い合わせ先
浄法寺まつり実行委員会事務局(地域支援課内、☎38-2211)

交通規制にご注意ください

規制時間帯は、車両の進入ができませんのでご注意ください。

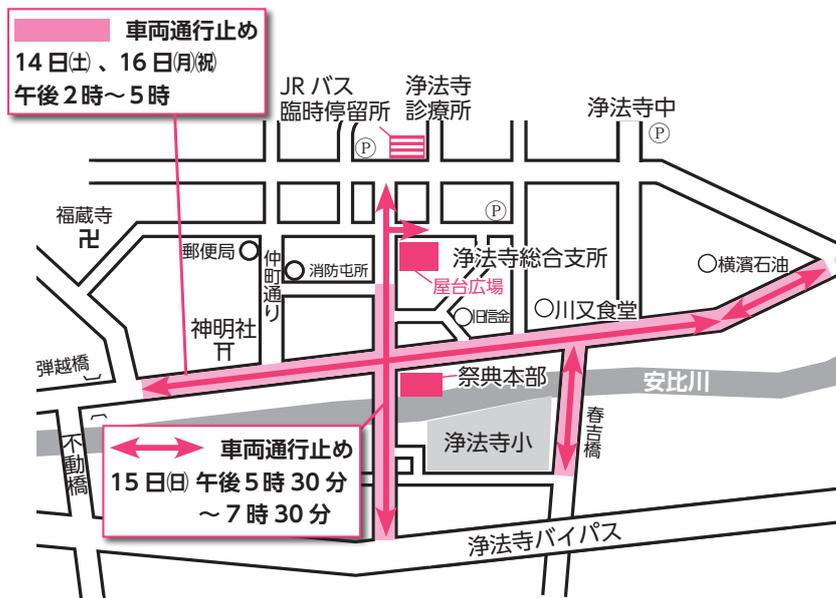
JRバス停留所が変更されます

交通規制実施中、JRバスの停留所が右図のとおり変更されます。「浄法寺」と「下前田停留所」には停車しないので、臨時停留所を利用ください。

JRバス臨時停留所→

変更されるバス

- ▶ 14日(土)、16日(月)祝午後5時7分発、二戸駅行き
- ▶ 15日(日)午後6時42分発、二戸駅行き



広報にのへ

市ホームページ

Facebook

LINE

YouTube

Instagram

マチイロ



全国の「広報」が閲覧できるアプリです

9

2024

9月1日号
No.449

二戸市は
非核平和、健康づくり宣言
都市です

発行 二戸市 ☎028-6192 岩手県二戸市福岡字川又47
電話 0195-23-3111 FAX 0195-25-5160
E-mail jouhou@city.ninohe.iwate.jp

UD FONT
by MORISAWA