

子どもたちに誇れる 笑顔日本一のまち



広報

くじ

10

2020
月1日号

No.350

【今月の表紙】

みんな
びしょぬれの
カヌー体験

【特集】

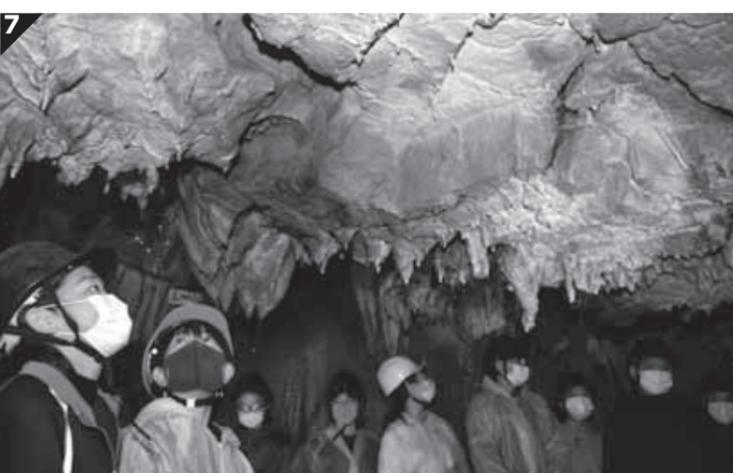
山・里・海の体験で
思い出を刻む

【トピックス】

自主防災組織をつくろう
～災害から自分たちの
地域を守るために～



1/霜畑地区の農家で、ホウレンソウの収穫から出荷までを体験 2/内間木溪流でシャワークライミング。水の流れに逆らい滝登りに挑戦 3/方言講座ではクイズが行われ「なぜ」「ばっけ」など食べ物の方言を出題。生徒たちは「はいっ！はいっ！」と積極的に回答しました 4/横沼漁港から出港するサッパ船に乗り込み漁業体験 5/検温・消毒など新型コロナウイルス感染症対策を徹底 6/B&G海洋センターで行われたラインクライミング。ロープを使って天井周辺まで登り、空中で回転すると大はしゃぎ 7/自然が作り出した内間木洞の鍾乳石に興味津々に見上げる生徒たち



山・里・海の体験で 思い出を刻む

県外の生徒を対象とした教育旅行の受け入れが、8月25日からスタート。例年は5月が受け入れのピークですが、新型コロナウイルスの影響で延期となりました。各校とも大きな魅力の一つである民泊受け入れを中止したほか、マスク着用、消毒など感染症対策を徹底。生徒たちは、山・里・海の体験を通じ、忘れられない思い出を刻みました。

8月25日から27日にかけて、市を訪れた仙台市立館中学校。シャワークライミングやカヌー・カヤック体験では、気温が高いことも影響し、みんな大はしゃぎ。びしょぬれになりながらも、笑い声が絶えませんでした。仙台市立八乙女中学校は、9月14日に到着。天気に恵まれず、室内での体験に変更になったものもありますが、内間木洞探検や農業体験などを楽しみました。

今期の教育旅行は、宮城県内の中学校7校を受け入れ。10月後半までに、700人を超える生徒たちが久慈を訪れます。



災害時の避難

秋を迎え、台風や大雨が増えることが予想されます。コロナ禍における災害時の避難のあり方についてお知らせします。災害時に備え、事前の準備をお願いします。

非常持ち出し品の準備

▶**衛生用品**…マスク、手指消毒用アルコール、ハンドソープ、体温計、手拭き用タオル、うがい用コップ、ハンカチ、ティッシュなど

▶**その他**…非常食、飲料、着替え、携帯電話（充電器）、ラジオ、懐中電灯、座布団などの敷物

※避難時は両手が使えるようにリュックサックなどに非常持ち出し品を入れて移動してください

避難時のお願い

①発熱、咳、鼻水、味覚異常などの症状がある場合は、感染症予防のため、直接避難所へ行かず、事前に市災害対策本部へご連絡ください

問久慈市役所 ☎52-2111

②避難所での「3密」や不特定多数との接触を避けるため、あらかじめハザードマップを確認し、安全に避難できる親戚・友人宅などへの避難も検討ください

③避難所ではマスクを着用し、こまめな手洗いやうがいを心掛け、感染症予防に努めてください

④密閉・密集・密接の「3密」をできるだけ避け、避難スペースの間隔を十分に取し、定期的な換気を心掛けてください



救急救命訓練
(寺里自主防災会)



防災研修会
(東広美町自主防災会)



防災マップづくり
(北の越自主防災会)



負傷者搬送訓練
(畑田沢里自主防災会)



防災訓練
(寺里自主防災会)

自主防災組織をつくろう

～災害から自分たちの地域を守るために～

問消防防災課 ☎52-2173

防 災害対策の3つの「助」として、「自助」「共助」「公助」という言葉があります。

自助とは、自分の命は自分で守ることです。それと同じように、自分たちの地域は自分たちで共に守ることを共助。市・消防・警察など公的機関が行う救助や支援のことを公助といえます。

この共助の意識により、地域住民が協力し、自主的に防災活動を行うのが自主防災組織です。市内では、現在23の組織が結成され、各地域で活動を行っています。みなさんの地域でも自主防災組織を結成し、台風や津波災害に備えましょう。

自主防災組織はなぜ必要？

災害発生時には、防災機関が防災活動を行います。災害が規模な場合、道路の寸断や同時多発的に発生する救助活動により、対応が間に合わないことが想定されます。自主防災組織は、そのような状況でも、可能な限り初期消火や負傷者の

救出、高齢者などの避難誘導を行い、被害の拡大を防ぐことが期待されます。阪神・淡路大震災では、倒壊した家屋から多くの人が、地域住民の自主的な救助活動により救出されたといわれています。

自主防災組織の結成から活動まで

【ステップ1 組織づくり】
町内会や地区の会合などで、組織結成について話し合います。市では、各地区に出向いての説明も実施しておりますので、お気軽にご相談ください。

【ステップ2 市への届出】
組織結成にあたり、市への届出が必要です。届出書類の作成は、消防防災課がお手伝いします。

【ステップ3 活動スタート】
防災訓練や研修会を実施し、防災意識の高揚に努めます。防災資機材や非常用食糧の備蓄を行い、災害時に備えます。始めからたくさん活動をする必要はありません。地域に合った活動から始めていきましょう。

自主防災組織への支援

市では、自主防災組織を支援するため、組織結成に係る経費（1回限り）と活動に要する経費（年1回）をそれぞれ10万円を上限として補助しています。

【補助対象となる主な経費】
①防災訓練や研修会などの実施経費

②ヘルメット、発電機、ラジオなどの防災資機材や備蓄食糧の購入経費

土砂災害に注意しましょう

本格的な台風シーズンを迎えました。土砂災害から身を守るため、あらかじめハザードマップで自宅周辺の土砂災害の危険性や避難

経路、避難情報の入手方法について確認しておきましょう。

マイ・タイムラインを作成しましょう

マイ・タイムラインとは、大雨や洪水のような進行型災害が発生した際に「いつ」「何をするのか」を整理した個人の防災計画です。

災害時に自分たちがとる防災行動をあらかじめ時系列に取りまとめておくことで、災害時の迅速な避難行動につながります。作成に当たって不明な点は、国土交通省のホームページをご覧いただくか、消防防災課にご相談ください。「逃げ遅れゼロ」を目指し、作成のお手伝いをします。



赤漆が塗られた土器(是川時代晩期)

ハル★トピックス

是川遺跡発掘100周年!

今から100年前の大正9年11月、敷地内での土器発見をきっかけに、泉山兄弟による是川遺跡の発掘が始まりました。

遺跡からは、完全な形を保った美しい漆塗りの弓や飾り太刀など約5千点が発見されました。市では遺跡の保存と研究を進め、現在は国内外から注目される遺跡となり、世界遺産登録を目指しています。出土品は是川縄文館で見ることができます。11月3日(火・祝)は「是川縄文の日」。観覧無料で、楽しみながら学べる縄文イベントを開催します。
 是川縄文館 ☎0178-38-9511

ごみの分別ワンポイント!

塗料や混合油などの空き缶の捨て方

塗料や混合油などの空き缶を捨てる際は、次のポイントに気を付けて燃えないごみの収集日に「指定ごみ袋」に入れて出してください。

- ・内容物は全て取りきって、空の状態を出してください
- ・内容物が残っているときは、布や紙に染み込ませてください(布や紙は燃えるごみ)
- ・中を確認できるよう、ふたを外して出してください

※引火性の高い液体は火災の原因になりますので、缶の中に残った状態でごみに出さないでください

生活環境課 ☎54-8003



ペンキの缶は中身を空にしてください

『星屑の町』のロケセットを展示

INFO

観観光交流課 ☎52-2123



思い出館入り口付近

市が誘致を行い、令和元年5月に久慈地域でロケが行われた、映画『星屑の町』。令和2年3月から全国各地で上映され、大きな話題を呼ぶ作品となりました。
 9月9日に同作品のDVDが発売されたことを記念し、映画内で使われたセットや撮影の様子を収めた写真などを展示した「思い出館」を山根市民センターに開館します。映画の世界観を再現した空間は、作品の出演者になった気分を味わえるかも。作品を鑑賞した人も、これから鑑賞する人もぜひご来場ください。
 ※新型コロナウイルス感染対策のため、受付票の提出、マスク着用、手指の消毒にご協力ください

- ▼設置場所：山根市民センター2階教室
- ▼展示期間：10月1日(木) ※祝日休館・臨時休館あり
- ▼展示時間：8時30分～17時15分
- ▼入館料：無料



ロケセットや写真などを展示

中学生が思いを堂々とスピーチ

NEWS

令和2年度わたしの主張久慈地区大会



トロフィーを掲げる入賞者の皆さん

9月7日、アンバーホールを会場に「わたしの主張久慈地区大会」が開かれました。大会には、管内4市町村の中学校13校から13人が参加。生徒たちは、社会への意見や希望、コロナ禍での思いなどを自分の言葉で堂々とスピーチしました。
 最優秀賞を受賞した、種市中学校3年生の田毛咲羽さんは「老いと向き合う」と題し、病気で倒れ、まひが残った祖父との暮らしの中で、以前と変わってしまった祖父の行動



最優秀賞に輝いた田毛さん

への嫌悪が、家族の一言によって感謝の気持ちに変わっていく様子を感情豊かに発表。「今まで懸命に社会のために働いてきた祖父を支援していきたい。そういった行動が社会を変えていく一歩になる」と訴えました。
 田毛さんは、16日に滝沢市で開催された県大会に出場しました。地区大会の入賞者は次の通りです。(敬称省略)
【最優秀賞】
 田毛咲羽(種市中3年)
【優秀賞】
 片座早彩(普代中2年)
 一本松愛莉(大野中3年)
【優良賞】
 秋元華(久慈中3年)
 中戸鎖寿奈(長内中3年)
 高屋敷楓花(中野中3年)

「いつか行きたいロケ地」第3位に選出

NEWS

ロケーションジャパン「いつか行きたいロケ地はどこ？」



監視小屋から臨む海岸線

ドラマ・映画のロケ地雑誌の『ロケーションジャパン』。同誌の創刊100号を記念した「いつか行きたいロケ地はどこ？」アンケートで、久慈が第3位に輝きました。
 このアンケートは20代以上の2千人を対象に実施されました。ドラマ『北の国から』のロケ地である富良野町、アニメ映画『君の名は。』で有名な飛騨市に次いで久慈が選出。『あまちゃん』の根強い人気も支持されました。

市では、映画・ドラマのロケ地を訪ね風景と食を堪能し、人々のおもてなしに触れ、その地域のファンになってもらう「ロケツーリズム」を推進しています。今後も『あまちゃん』や『星屑の町』などの作品を活用した誘客、新しい作品の誘致に力を入れていきます。



三陸鉄道と自転車で競争(平成30年海女サミット)

	日時	場所
10/20 (火)	9:20~9:35	戸呂町消防屯所前
	9:45~9:50	岡掘公民館前
	10:05~10:15	日野沢消防屯所
	10:20~10:25	新落安橋脇
	10:30~10:40	荷軽部地区集落センター
	10:50~11:05	来内地区集落センター
	11:15~11:20	九戸高原橋脇
	11:40~11:55	山形総合支所前
	13:05~13:10	日影橋脇
	13:20~13:25	南野市蔵様宅前
	13:30~13:40	霜畑コミュニティセンター
	13:50~13:55	旧J R回転場脇
	14:00~14:05	宅石理容室
	14:40~14:45	つなぎ地区消防コミュニティセンター
15:00~15:05	新田集会場	
10/21 (水)	9:00~9:10	市民体育館
	9:20~9:30	上長内公民館
	9:45~9:55	宇部市民センター
	10:10~10:20	久喜地区防災センター
	10:30~10:40	小袖漁村センター
	10:55~11:05	大尻スクールバス転向所
	11:10~11:20	元木沢公民館

秋の狂犬病予防集合注射

INFO

生活環境課 ☎54-8003/ ふるさと振興課 ☎72-2132

法律によりイヌの飼い主には、イヌに年1回の予防注射を受けさせることが義務付けられています。本年度まだ注射を受けていないイヌには、必ず接種をさせていただきます。予防注射は、市内の動物病院でも受けることができます。
 ※マスク着用、体調不良時の来場控えに協力願います
 ▼対象：生後91日以上のイヌ
 ▼持ち物：通知はがき(裏面が問診票になっています)
 ▼注射料金：3100円
 ※新規登録の場合は、別途印鑑と登録料金3千円が必要

	日時	場所
10/22 (木)	8:50~9:00	市役所東口(車庫前)
	9:20~9:30	山根市民センター
	9:50~10:00	岩瀬張公民館
	10:05~10:15	小久慈市民センター
	10:25~10:35	大川目市民センター
	10:55~11:05	夏井市民センター
	11:10~11:20	高砂公民館
	11:30~11:40	侍浜市民センター

久慈産琥珀の中から新種のコケを発見

NEWS

新種のコケを「クジフタマタゴケ」と命名



琥珀の中に入ったクジフタマタゴケ

久慈琥珀博物館は9月10日、同館の琥珀採掘場で、発掘された琥珀の中から新種のコケが発見されたと発表しました。コケが入った琥珀は、久慈琥珀(株)の社員が平成30年7月に発見。世界で唯一のコケ専門の研究所である、服部植物研究所(宮崎県日南市)の片桐知之所長に鑑定を依頼しました。コケは長さ11ミリ、幅2〜4ミリで、現存するフタマタゴケにはない円盤状の枝があることなどから新種と判明。産地にちなみ「クジフタマタゴケ」と名付けられました。同館で行われた会見で片桐所長は「今回の発見でもっと多くのコケの化石が見つかる



会見でコケについて説明する片桐所長

と確信した。久慈産琥珀に含まれるコケ植物の研究が進めば、白亜紀後期の東アジアのコケ植物の多様性や進化の証拠が得られる可能性が高い」と期待を込めました。同館では平成25年にも発掘された琥珀の中から、新種のコケが発見され「クノコゴケ」と命名。今回の発見は2例目となります。クジフタマタゴケ入りの琥珀は12月30日まで同館で展示。新田久男館長は「琥珀は太古のロマンを感じる事ができるので、恐竜化石も展示されているので、見に来ていただきたい」と呼び掛けました。

地域でコロナ禍の避難所運営を学ぶ

NEWS

小久慈まちづくり協議会「避難所運営とコロナ対策研修会」



簡易テントの組み立てを体験する参加者

小久慈まちづくり協議会は、9月10日、小久慈市民センターで「避難所運営とコロナ対策研修会」を開催。町内会や地区公民館関係者ら44人が参加し、コロナ禍での避難所運営について学びました。研修会には、市職員が講師として参加。3密を回避する区割りや高齢者・妊産婦の部屋割りなど具体的な設営方法を説明しました。簡易型避難所テントの組み立て訓練も実施。参加者からは「コロナ禍での避難所運営は、市民センター職員だけでは人員不足。町内会や関係者などから『避難所サポーター』を出して避難者が来る前に設営をすべき」との意見が出され、地域との協力体制が構築されることになりました。

市では大きな災害の発生が予想される場合、避難所の3密を避けるため、各市民センターや小中学校など、できる限り多くの避難所を開設する予定です。避難前に開設避難所の情報を確認してください。各施設の避難者の受け入れ状況により、他の避難所へ移動をお願いする場合がありますので、ご協力をお願いします。

プレミアム付商品券を販売中

INFO

関久慈商工会議所 ☎52-1000



飲食券を買い求めに特設会場に訪れる市民ら

8月23日から、市内の加盟店で使えるプレミアム付飲食券と交通券を発売中です。無くなり次第販売終了となりますので、お早めにお買い求めください。詳しくはHPを確認するか問い合わせください。▼販売場所：【飲食券・交通券】久慈商工会議所・同山形支所(平日のみ)、やませ土風館・YOMUNOSU 【市内宿泊者限定飲食券】加盟宿泊店 ▼久慈商工会議所HP: 

地域と共につくる道の駅

NEWS

「広域道の駅整備事業」住民情報交換会

夏井町の高砂公民館で9月11日、広域道の駅整備事業住民情報交換会が開かれ、地域住民ら約20人が参加。施設の建設・運営を行う企業グループからの提案内容が説明されました。参加した住民からは「地域住民が活用できる工夫をしてほしい」「市内イベントを広域道の駅で開催するべき」など、さまざまな意見が提案されました。同施設は令和5年春のオープンを目指し、現在、施設の設計や各種申請手続きを進めています。



市の職員と意見を交換する住民ら

住宅が被災した際は写真撮影を忘れずに

INFO

関税務課 ☎52-2114



台風や浸水などの甚大な災害で住まいが被害を受けたときは、さまざまな支援制度が受けられる場合があります。被災証明書の取得には、被害状況の確認が必要です。片付けや修理の前に、家の外と中の被災状況を写真に撮るようお願いいたします。撮影の際は、カメラの日時を設定し、撮影日時を記録してください。

「家の外の写真の撮り方」
 ① カメラ・スマホなどなるべく4方向から撮影
 ② 水害の場合は、浸水の高さが分かるよう、メジャーのメモリが読み取れるように撮影
 ③ 外からの力による損傷箇所が分かるように撮影
 ④ 被災した部屋ごとの全景写真を撮影
 ⑤ 被害箇所(内壁、床、窓、出入口、ふすまなど)の奇りの写真を撮影
 ⑥ 水害の場合は、浸水の高さや浸水痕が分かるよう撮影 ※被害を受けた部屋・箇所はすべて撮影しましょう
 ▼HP: https://www.city.kuji.iwate.jp/kurashi/zei/koteishi/sanzei/saigai_yarukoto.html 

あっぱれ! 100歳

ご長寿おめでとうございます



小田 ナヲ さん (二十八日町) 感謝の心が重要

8月25日、100歳の誕生日を迎えた小田ナヲさん。同日、職員が施設を訪問し、お祝い状と祝い金を贈呈。施設関係者と一緒に100歳の長寿を祝いました。ナヲさんは、長年家族で精肉店を営業していました。コロッケが有名でテレビ番組で紹介されたこともあるそうです。長寿の秘訣を伺うと「色々な人に支えられ、長生きができています。感謝の心が重要です」と話してくれました。



田中 トス さん (夏井町) 魚は長寿の源

8月27日に100歳の誕生日を迎えた田中トスさん。同日に遠藤市長が自宅を訪問し、お祝い状と祝い金を贈呈。家族と長寿を祝いました。トスさんは、デイサービスに通うとき以外は、身の周りの世話が必要ないほど健康。長寿の秘訣を伺うと「若い頃から一生懸命働いてきたことと、塩分に気を付けながら、魚をたくさん食べることで」と答えてくれました。

お知らせ・参加者募集

お知らせ 各種大会の中止

令和2年11月1日に開催を予定していました「第25回久慈もぐらんぴあ駅伝競走大会」について、新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点から大会開催を中止とします。

本大会への参加出場を楽しみに日々準備を進められていた皆さまには、大変ご迷惑をおかけいたしますが、大会参加者、運営スタッフ、沿道の応援者の健康や安全を第一に考えた結論ですので、ご理解をよろしくお願いします。

本年度は、上記大会をはじめ、久慈市民体育大会、久慈市体育協会長杯マレットゴルフ大会などの市体育協会関係の大会もコロナ禍により中止となっています。次大会の開催に向け、万全を期すよう取り組んでいきます。

本年度は、上記大会をはじめ、久慈市民体育大会、久慈市体育協会長杯マレットゴルフ大会などの市体育協会関係の大会もコロナ禍により中止となっています。次大会の開催に向け、万全を期すよう取り組んでいきます。

日程	大会名	区分
4月～12月	第15回久慈市民体育大会 各競技	中止
6月7日(日)	第14回久慈市体育協会長杯マレットゴルフ大会	中止
11月1日(日)	第25回久慈もぐらんぴあ駅伝競走大会	中止



昨年のもぐらんぴあ駅伝競走大会

参加者募集 カーリング体験教室

- ▶開催日時…11月17日(火)8時～14時30分
- ▶会場…岩手県立県北青少年の家
- ▶参加料…無料 ▶対象・定員…一般・16人
- ▶送迎バス…市民体育館8時出発・14時30分到着
- ▶申込期限…11月9日(月)



参加者募集 市体協自主事業

久慈市体育協会自主事業の運動教室が、10月から12月まで開催中。定員に達していない教室は中途参加できます。詳しくは問い合わせください。
※無料体験は、定員調整のため今期は実施しません

教室名	回数	日時
ピラティス	11回	水曜 18時30分～19時30分
エアロボックス	11回	水曜 18時15分～19時15分
ストレッチヨガ	10回	木曜 14時～15時
ハタヨガ	11回	金曜 18時30分～19時30分

募集 市体協賛助会員募集中

久慈市体育協会では、協会の活動趣旨に賛同し、入会していただける、法人・団体・個人を募集しています。

地域の皆さんのサポートが、市のスポーツのさらなる発展につながりますので、皆様のご理解とご支援をいただきますようお願いいたします。

【入会案内】

- ▶会員要件…法人、団体、個人
- ▶入会金…5千円（入会時のみ）
- ▶年会費…1万円/1口（何口でもOK）

申込み・問い合わせ先 一般社団法人久慈市体育協会

☎61-3353 ✉taikyo@kuji-sports.jp
休毎週火曜日



●第91号 2020年 10月 1日

体協くじ

●発行

一般社団法人久慈市体育協会
〒028-0023 久慈市新中の橋4-13-3
TEL 61-3353 FAX 52-2232
URL <http://kuji-sports.jp/>

令和2・3年度新役員

6月27日、令和2年度一般社団法人久慈市体育協会通常総会が書面決議で行われました。総会では、役員改選が行われ、7月6日の理事会において、代表理事が選出されました。

新役員は右記の通りです。



大粒来 勝男会長

役職	氏名	所属協会など
会長	大粒来 勝男	久慈市野球協会
副会長	竹下 敏光	久慈市陸上競技協会
	南野 米蔵	久慈市ゲートボール協会
	千葉 和博	久慈中央体育協会
専務理事	松本 和憲	河北体育協会
常務理事	米澤 喜三	久慈市体育協会事務局
理事	田中 正俊	山形地区体育協会
	宇部 文人	宇部町体育協会
	西川 一弘	夏井町体育協会
監事	古屋敷 重勝	久慈市剣道協会
	高柳 輝美	久慈市ソフトテニス協会
	久慈 清悦	久慈市卓球協会

お知らせ 体育施設ご利用の皆さまへお願い

○新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、下記事項についてご協力をお願いします

- ①運動時以外のマスクの着用
- ②住所、氏名、連絡先、体調などの記入
- ③手洗い、消毒の徹底
- ④「3つの密」を避けること
- ⑤大きな声を出す・激しい息づかいなど、飛沫が多く飛散する行為は行わない
- ⑥個人利用の時間は、おおむね2時間以内とします

○トレーニング室の利用について

- ①マスクの持参・着用は必須ではありません。脱水症状や熱中症になりやすくなるなど、運動時のマスク着用による身体へのリスクを考慮した上で、運動に支障がない範囲で、マスク着用を励行します
- ②トレーニング室に入室できる人数は、常時15人までとします
- ③1人当たり1時間30分までの時間制限を設けます
- ④他の利用者と適切な距離を取れるよう、利用できるマシンを制限します



梅沢 政隆
リポーター



大久保勝男
リポーター



遠藤 千春
リポーター

クラシック音楽で心を癒す

「カモネット」チャリティーコンサート2020 9月5日



ベートーヴェンの運命を演奏するカモネットのメンバー

弦楽四重奏団カモネットがアンバーホールでコンサートを開催。クラシックの有名曲が演奏され、来場した約50人の観客は心地よい音色に心を癒されました。会場では1席ずつ間隔を空け、検温・消毒など感染症対策を実施。県のイベント開催制限方針に沿って開かれました。

お祝いの記念品を配布

夏井で一足早い「敬老の日」を祝う 9月17日



地区の高齢者を訪問し、一人一人に手渡しました

敬老の日を控え、夏井町の半数の地区で75歳以上のお年寄りに記念品が贈られました。夏井の桜で染めたトートバッグに、記念品を詰め合わせ各家庭を訪問。市長メッセージを添えて「いつまでも元気でいてね!」と呼び掛け手渡すと、照れながらも満面の笑顔になりました。(梅沢)

オンラインで夢をかなえる秘訣を伝える

三崎中学校「スポーツ笑顔の教室」 9月1日



一人一台のタブレットを使いオンラインで授業をうける生徒たち

三崎中学校の1・2年生14人が「スポーツ笑顔の教室」を受講しました。今回の教室は感染症拡大防止のため、タブレットを使ったオンライン授業で開催。講師を務めた元プロボクサーの高橋良輔さんは「夢をかなえるためには『求める』『信じる』『勇気』が必要」と熱く訴えました。

感情豊かに表現してみよう

宇部中学校「話し方教室」 9月3日



いろいろな気持ちを込め「ありがとう」と話す生徒

宇部中学校はフリーアナウンサーの後藤のりこさんを講師に招き「話し方教室」を開催しました。全校生徒31人は、割り箸を使った発声練習やグループに分かれて昔話を朗読。生徒たちは体験を通じて、感情豊かに表現することやコミュニケーションの重要性を学びました。

山形町の児童・生徒が競泳

山形地区水泳記録会 8月29日



自由形で水しぶきを上げ豪快に泳ぐ参加者

市山形B&G海洋センターで水泳記録会が開かれ、山形地区の小中学校から約40人が参加。子どもたちは会場からの声援を受けながら、自由形、平泳ぎなどの競技でタイムを競い合いました。同大会は山形村水泳記録会も含め通算36回目の開催となります。

電気工事士試験に向け資材を寄付

岩手県電気工業工業組合が久慈工高に資材寄付 8月28日



資材を生徒に渡す同組合久慈支部の神成隆一理事長

県電気工業工業組合久慈支部は、久慈工業高等学校に第2種電気工事士試験練習用の資材を寄付しました。本年受験する生徒2人は独学で試験に向けて学習中。資材を受け取った電子機械科3年の三浦蒼一朗さんは「合格できるよう練習に励みます」と意気込みを語りました。



小渡 正利
リポーター



櫛桁 允法
リポーター



まちのわだい

宿泊学習で協力の大切さを学ぶ

山形地区集合学習 宿泊学習 9月10,11日



3 自分たちで作ったカレーの味は格別



1 薪に火をつけ、かまどでご飯炊き
2 自分でみんなでゲーム
3 キャンプファイアを囲んでみんなでゲーム
4 手慣れた包丁さばきで材料を切る児童たち

山形町内の小学校3校が、二戸市の県北青少年の家で、宿泊学習を行いました。参加した各校の5・6年生30人は、自然の中での集団活動を通じて、協力や計画性の大切さについて学びました。

現地に到着した児童たちは、プラネタリウム鑑賞や室内でのクイズラリーを楽しんだ後、野外炊事場で協力してカレーライスを調理。日が落ちると、高く上がったキャンプファイアの炎を囲んで、合唱やゲームで盛り上がりました。来内小学校5年生の大上煌魁さんは「ご飯の炊き加減を少し失敗したけれど、おいしくできてよかった」と一日の感想を話しました。翌日、学習を終えた子どもたちは、出発のときよりも少しだけ大人になったように見えました。

きれいな花に親子が笑顔

小袖小学校「親子花植え」 9月17日



協力しながら鉢やプランターに花を植える親子

小袖小学校の全校児童29人と保護者が親子で花植えを体験しました。市内園芸事業者のアドバイスを聞きながら、チューリップの球根やニチニチソウなどの花を植栽。6年生の大向玲音さんは「花植えは久しぶりだったけれど、きれいにできてよかったです」と笑顔を浮かべました。

ニュースポーツでリフレッシュ

高齢者教育事業おとどけスポーツ 8月28日



囲碁ボールで真剣な表情で球の行方を見守る参加者

小久慈市民センターで、ニュースポーツの囲碁ボールとラダーゲッター教室を開催しました。市体育協会の久慈順子さんを指導者に招き、老人クラブ員ら10人が男女に分かれてゲームに挑戦。好プレイや想定外のプレイに歓声と笑い声が響く楽しい教室となりました。(大久保)

保育園の完成を祝う

大川目保育園完成記念式典 9月12日



にっこり笑顔で駒踊りを披露する園児の皆さん

大川目保育園の新園舎完成記念式典が開かれ、関係者約20人が出席。園児による駒踊りの披露やベニヤマボウシの記念植樹などで完成を祝いました。同園は旧園舎の老朽化に伴い昨夏に工事着工し、2月に新園舎の建築工事が完了。9月に園庭のかさ上げ工事が完了しました。

終戦から75年目の夏を迎える

久慈市戦没者追悼式 9月2日



祭壇に向け献花し戦没者に祈りをささげる遺族

市内催事場で開かれた追悼式に、遺族ら約40人が参列し、戦没者822人に祈りをささげました。市遺族会の米内肇会長は「終戦から75年目の夏を迎えた。今日の平和は、尊い犠牲の上に成り立っていると心に刻み、平和を守り抜く努力を続けていく」と追悼の言葉を述べました。

市内の小・中学校で英語を教えているA.L.T. (外国語指導助手)の皆さんが、久慈で生活して感じてきたことを紹介するコーナーです。

My life in Kuji



ダクタ・ディベイツ さん
 インディアナ州・24歳 / 夏井小、久喜小、小袖小、宇部中、山形地区の小中学校を担当

Coronaviruses in the United States

再入国後14日間の待機を経て、9月3日に久慈市に戻ってきました。新型コロナウイルス感染拡大による制限のためアメリカで過ごすことになった3月からの5か月間、アメリカは本当に恐ろしい場所になってしまい、まるでゾンビ映画の世界に居るような気分でした。

政府は当初、コロナウイルスは嘘であり対策はほとんど必要ないとしていました。多くのアメリカ人は、専門家の意見に反対してマスクの着用や手指の消毒、他人との距離を取ることをしませんでした。

さらにひどいのは、アジア系アメリカ人に対する人種差別の増加です。この感染症が中国で始まったため増悪犯罪が増加し、アジア系アメリカ人の経営者は顧客減少による倒産を余儀なくされました。

私は、アメリカに住む多くの人がこの感染症の深刻さを理解し知識を得ることができれば、アメリカも生き残ることができる。そして今まで以上にお互いに優しい気持ちになれると信じています。

市民

センターだより



夏井市民センター
 ☎53-2581

夏中ヤンボラ部の活動紹介

地域に届けたい中学生の活動

結成から4年目を迎えた「夏中ヤンボラ部」。市民センターからの呼び掛けにより集まった中学生ボランティアが、地域を盛り上げるために何ができるかを話し合いながら活動しています。

例年は夏井町民文化祭で、模擬店を行っているのですが、今年は中止に。そこで、17人の部員は「地域の文化を守りたい」「地域の歴史を学び、自然を守りたい」「コロナ禍に明るくなれる話題を提供したい」を目的とした3チームに分かれ、イベントの企画・運営に取り組んでいます。

9月20日には、夏井大梵天神楽の衣装を身に着ける体験会を開催しました。神楽が大好きな中学生の先輩から衣装を着せてもらった小学生は「楽しかった」とにっこり笑顔。神楽を身近に感じてもらいたいとの思いが届いたと感じました。

11月1日には「半崎の野田層群」の地層学習と清掃活動を実施します。手作り作品でセンターを飾るチームの楽しい企画も進行中。お楽しみに！



Name

木村 晴子 さん
 きむら・はれこ (大川目町・65歳)

Profile

- ・フォレストキッチン 代表
- ・野菜ソムリエコミュニティいわて 会員
- ・紅茶コーディネーター
- ・紅茶学習指導員

【フォレストキッチン】
 住所:大川目町19-83
 ☎55-5626



【北三陸テロワールレシピ集】



きらり人輝く

安心・安全な食と地産地消を普及する野菜ソムリエの資格を持つ菓子店代表

地元の食材をおいしく提供

地元食材にこだわった食品を提供するフォレストキッチンで代表を務め、野菜ソムリエとしても活動する木村晴子さん。お店を始めるきっかけやお菓子に込める思いについて聞きました。

■お店を始めるきっかけ

お菓子を手づくりするようになったのは子どもが生まれたことがきっかけ。もぐらんぴあの産直の支配人に、産直にお菓子がないから作ってほしいと言われて、販売をするようになりました。

■食品のこだわり

幼児でも食べられる、低糖質で安全なものを作っています。実家が農家なので、身近な材料を使いたいという思いもあり、小麦や牛乳も地域産を使用。その他の食材も国産にこだわっています。

■活動の思い出

好評いただいているのは、自分の畑で無農薬栽培したバラを使った「久慈のばらの紅茶」。大手ホテルからもオーダーをいただき、地元のリピーターも増えています。

ハーブティーやお菓子は、土風館や花野果などで販売しています。

■野菜ソムリエとしての活動

野菜ソムリエで結成した「野菜ソムリエコミュニティいわて」に加入。久慈地区のメンバーで研修やイベント・産地見学会などを行い、野菜・果物のおいしさや楽しさを伝える活動をしてきました。昨年はメンバーや岩手県食の匠の皆さんと協力し「北三陸テロワールレシピ集」を制作しました。

■地産地消のスヌメ

地元の食材をおいしく食べること、これほど幸せなことはないと思っています。私のできることは小さなことですが、安心・安全な食と地産地消の普及を一步一步すすめ、農家の皆さんと日本の食生活を守っていきたいです。

協力隊 とうしん

西村 一章 さん

(にしむら かずあき・41歳)

2020年着任。久慈市出身。林業水産課に所属し、新規漁業就業者の育成・確保に向けて活動中

いわて水産アカデミー研修で修行中

地域おこし協力隊として就任してから、早半年が経ちました。日々、現場に出向いては各種漁業を体験し、漁業者の皆さんからさまざまなことを教わりながら、勉強に励む毎日を送っています。

今回は、私が5月から業務の一環で受講している「いわて水産アカデミー」について紹介します。いわて水産アカデミーは、将来の地域漁業を先導する担い手の育成を目的に、岩手県が運営している教育機関。年間を通じてカリキュラムが設定されていて、関係法令や水産施策などの講義、ロープワークや網縫いなどの実践研修を受講することができます。2級小型船舶操縦士や2級海上特殊無線技士の資格を取得することができ、その点も魅力の一つに感じています。ここで習得した知識・技術を生かし、市の新規漁業就業者の育成・確保につなげられるよう、今後も頑張りたいと思います。漁業者の皆さん、現場を訪れた際は、引き続きご指導よろしく申し上げます。



アカデミーの同期たちと(上段右から2人目)

●地域おこし協力隊…移住定住促進を目的に、都市部からの移住者に対して市が委嘱。カフェを中心とした地域の活性化、新規漁業者の確保や水産物の高付加価値化への取り組み、農泊事業の実践と推進、地域資源の商品開発・販路拡大PRなどを行います。

集まれ！ 元気の輪

久慈短歌会

代 表：中居 久子 さん
 活動場所：中央市民センター ☎53-4606
 活 動 日：第3土曜日 13時～15時30分

月1回発行されるタウン誌に一人一歌掲載されます



詠まれた短歌に意見を出し合う会員の皆さん

久慈短歌会は昭和40年代から活動している、歴史のあるサークル。短歌とは、和歌の形式のひとつで、5・7・5・7・7の各音を有する5句で構成されます。会では月1回の例会で、各自3歌を詠み、意見を出し合いお互いに勉強しあっています。一つのを、いろいろな角度から見たり、さまざまな表現を学ぶことが楽しみです。作品はタウン誌への掲載や芸文祭・生涯学習のつどいなどで展示するほか、年刊歌集を発行。会員は常に募集中です。鉛筆とメモ用紙があればいつでも活動できるので、私たちと一緒に短歌で心の思いを表現してみませんか。

くらしの情報

本庁舎 ☎52-2111
山形総合支所 ☎72-2111
※市役所の各課の番号は直通電話です。また、上記の代表電話からも掛けられます
久慈市市外局番【0194】

募集 木造住宅の耐震診断 耐震改修を募集

耐震診断とは地震に対して強いかわるかを調査することです。耐震改修とは耐震診断によって判明した住宅の弱点を補強することです。耐震診断をして我が家を見直し、耐震改修をして地震に強い我が家にしましょう。補助の内容など、詳しくは問い合わせください。

- ▶耐震診断募集…9件
- ▶耐震改修募集…2件
- 国土建設企画課 ☎52-2120

募集 農作業体験会 参加者を募集

久慈地方農業農村活性化推進協議会では、新たに野菜などの園芸品目に取り組む人を対象に農作業体験会を開催します。これから農業を始めたい人の参加も大歓迎です。

- ▶日時…10月22日(木)13時30分～15時30分
- ▶会場…宇部町19-114 (ハウレンソウ農地)
- ▶内容…ハウレンソウの収穫・調製などの作業体験
- ▶定員…5人
- ▶申込期限…10月19日(月)
- 園農政課 ☎52-2121

募集 市民文芸賞 作品を募集

市民や久慈市にゆかりのある皆さんからの個性あふれる文芸作品をお待ちしています。

- ▶募集作品…小説、戯曲、童話、文芸評論、随筆、詩、短歌、俳句、川柳
- ▶部門…一般の部、中学生の部、小学生の部
- ▶応募期限…10月31日(土)
- 園文化課 ☎52-2700

お知らせ インフルエンザ予防接種費用を助成

助成希望者は、期間内に予防接種を受けましょう。対象者には個別通知をします。詳しくは通知をご確認ください。

- ▶対象…①生後6カ月から小学校就学前の乳幼児②65歳以上の人③60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能の障がいのある人(身体障害者手帳1級相当程度)
- ※②・③の対象者は、新型コロナウイルスとの同時流行に備えて例年より早い助成期間とし、接種料金を全額無料とします
- ▶助成期間…令和3年3月31日(水)
- 園保健推進課 ☎61-3315

お知らせ 季節性インフルエンザ接種時期ご協力のお願い

本年は過去5年で最大量のワクチン供給予定ですが、より必要とされている人に確実に届くようにご協力をお願いします。(厚生労働省より)

接種時期	接種対象
10月1日～	65歳以上の人(定期接種対象) ※65歳未満の人は10月26日まで接種をお待ちください。65歳以上の人接種できるようにご協力をお願いします
10月26日～	①医療従事者②基礎疾患を有する人③妊婦④生後6カ月～小学校2年生⑤接種希望者 ※①～④の人は、10月26日以降で早めの接種をお勧めします

園保健推進課 ☎61-3315

募集 やってみよう! いきいき百歳体操

いきいき百歳体操とは、筋力をつけることで動きやすい体をつくり、いつまでも元気に暮らせることを目的とした体操です。

DVDを見ながら椅子に座って行う体操で、初めての人でも簡単に始められます。つまづかなくなった、体力がついたなどの体の変化や、一緒に体操する仲間の変化も肌で感じられます。

地域包括支援センターでは、体験希望者に出前講座を行います。3人以上の近所の仲間や町内会などお誘いあわせの上、日時・場所を検討し、申し込みください。

園地域包括支援センター ☎61-1557

募集 市営住宅空きあります

住宅名	戸数	家賃(月額)
みなと団地①	1	20,700～30,800円
みなと団地②	1	20,200～30,100円
萩ヶ丘地区住宅①	1	3,600～5,400円
萩ヶ丘地区住宅②	1	4,200～6,300円
定住促進住宅	4	10,180円

- ▶申込期限…10月15日(木)
- 園建設企画課 ☎52-2120
- 園山形総合支所産業建設課 ☎72-2129

募集 久慈市社会福祉事業団 介護員・生活相談員兼事務員募集

令和3年に採用する職員採用試験を実施します。申込用紙はぎんたらず久慈で配布中です。詳しくは問い合わせください。

募集職種	募集人数	必要資格	採用日
介護員	1人程度	介護福祉士	R3.4.1
生活相談員兼事務員	1人程度	社会福祉士	R3.1.1～4.1

- ▶共通受験資格…60歳未満(R3.4.1現在)で普通自動車運転免許を有する人
- ▶申込期間…～10月21日(水)
- ▶試験日時…11月1日(日)10時
- 園久慈市社会福祉事業団 ☎61-3313

お知らせ ひとり親家庭等 無料法律相談

離婚、親権、養育費などについて、弁護士による相談を行います。

- ▶日時…10月15日(木)10時～15時
- ▶会場…久慈地区合同庁舎2階相談室
- ▶対象…ひとり親家庭、寡婦など
- 園県北広域振興局保健福祉環境部 ☎53-4982

お知らせ 市民満足度アンケートにご協力を

市の施策の満足度・重要度を把握し、今後のまちづくりに反映するため、アンケートを実施しますので、回答にご協力をお願いします。

- ▶対象…20歳以上の市民2,000人
- ▶回答期限…10月19日(月)
- 園政策推進課 ☎52-2115

お知らせ 10月は里親月間 里親になりませんか

さまざまな事情により、自分の家庭で生活できない子どもたちを、家族の一員として迎え入れ養育する里親制度。子どもの健やかな成長のため、家庭的な環境で養育できる里親を募集しています。詳しくは問い合わせください。

園県福祉総合相談センター ☎019-629-9608

募集 VR体験で認知症の理解を深めよう!

バーチャルリアリティの技術により、認知症を疑似体験する体験会を開催します。認知症は誰もがなりうる病気です。認知症への理解を深め、みんなで支え合ひましょう。

- ▶日時…10月31日(土)13時～14時45分
- ▶会場…元気の泉 多目的ホール
- ▶定員・参加費…30人・無料
- ▶申込期限…10月16日(金)
- 園地域包括支援センター ☎61-1557

募集 ワイヤークラフト講座 受講生募集

ワイヤーを使って写真立てとキーフックを製作する講座を開催します。

- ▶日時…10月24日(土)・11月7日(土) 各日13時～15時
- ▶会場…中央市民センター
- ▶定員・参加費…成人10人・2,000円
- ▶対象…2日間参加できる人
- ▶申込期限…10月15日(木)
- 園中央市民センター ☎53-4606

いきいきキッチン 園久慈市食生活改善推進員協議会 ☎61-3316 今月の担当：長内地区食生活改善推進員



簡単!ジャガイモ・ピーマンのごま和え

- 材料(2人分) 【1人分…226kcal/食塩相当量1.8g】
- ジャガイモ……………300g
- ピーマン……………3個
- ごま油……………大さじ½
- めんつゆ(2倍濃縮)…大さじ3
- 白すりごま……………大さじ2
- 砂糖……………小さじ1

- 1 ジャガイモは皮をむいて一口大に均等に切り、耐熱ボウルに入れ、ふんわりとラップをかけ、電子レンジ(600w)で5分加熱する。
- 2 ピーマンは縦半分に切り、ヘタと種を取り細切りにする。
- 3 フライパンを中火で温めてごま油を入れ、2を炒める。
- 4 しんなりとしたら、1とAを入れ味がなじむように炒める。

POINT ジャガイモを電子レンジで加熱する際、少量の水をふりかけると柔らかくなります。すりごまを少量残して仕上げにふりかけてもよいです

アンバーホールからのイチ押し 園アンバーホール ☎52-2700

DRUM TAO [THE BEST LIVE 祭響 Saikyo]

- 日時/10月25日(日)17時開演(16時開場)
- 会場/アンバーホール大ホール
- 料金/【全席指定】 ※友の会割引1500円
- SS席(B～P列) 7,000円
- S席(SS席除く1階席) 6,000円
- A席(2階席) 5,000円
- ※感染予防対策のため収容人数550人 ※未就学児入場不可

【チケット販売方法】 電話・メール・Fax

第23回ピアノマラソンコンサート

- 日時/11月8日(日)9時30分開演(9時15分開場)
- 会場/アンバーホール大ホール
- 料金/入場無料
- ※感染症対策のため収容人数300人 ※参加者の受付は終了しました

【新型コロナウイルス感染対策】 体調に不安がある場合、来場をご遠慮ください。入場時の検温、消毒、マスクの着用、氏名などの確認についてご協力をお願いします。感染状況により、公演が中止になる場合がありますので、ご了承ください



8月のデータ

■人口と世帯数(8月31日現在)
 ○人 □… 34,235人 (-56)
 男 … 16,587人 (-21)
 女 … 17,648人 (-35)
 ○世帯…15,695世帯 (-13)
※()内は前月比

■市内の火災
 ○発生件数… 1件 (7/-3)
 ○死傷者数… 0人 (3/+1)

■救急活動
 ○出動件数… 97件 (726/-80)
 交通事故… 6件 (34/-10)
 急病… 67件 (513/-35)
 その他… 24件 (179/-35)

■市内の交通事故など
 ○発生件数… 45件 (406/-45)
 人身事故… 4件 (23/+12)
 物損事故… 41件 (383/-57)
 ○死亡者… 0人 (0/-1)
 ○負傷者… 5人 (30/+15)
 ○飲酒運転
 検挙者数… 1人 (9/+3)

◇地域別…山形分会1人
 ■市内の犯罪状況など
 ○総数…9件(うち空き巣被害0件)
(55/+4)
※()内は、1月からの累計/前年同期との比較

■ごみの状況(単位ト)

	8月の排出量	4月からの累計
ごみ総量	1,136(-130)	5,457(-409)
うち可燃ごみ	955(-131)	4,589(-414)
うち不燃ごみ	56(+5)	320(+17)
うち資源物	125(-4)	548(-12)
一人一日当たり	1.0712 ^ア	1.032 ^ア

■放射線量率(9月2日測定)
 測定場所…市役所・山形総合支所

測定位置	平均値	
	9月測定	8月測定
地上高1m	0.040	0.045
地上高50cm	0.045	0.045
地上高5cm	0.045	0.050

※測定単位はマイクロシーベルト毎時
 ◆国の定める基準…0.23マイクロシーベルト毎時

■企画展「おいしい一杯。」

▶期間…23日(金)~11月27日(金)

■企画展「こころがしんどい時~自分や周りの人のメンタルヘルス~」

▶期間…2日(金)~11月20日(金)

……おすすめ図書……

久慈「猫と住まいの解剖図巻」

著/いしまる あきこ
 出版/エクスナレッジ

猫と暮らす理想の間取りとは? 爪研ぎ対策から理想の猫トイレ、キャットウォークのDIYまで、猫との住まいがまるわかり。一級建築士として、猫シッターとして、さまざまな家庭を訪問してきた著者が教える猫との暮らしガイド。住まいのDIYのほか動物行動学の観点からも楽しめる、はじめて猫を飼う人も熟練愛猫家さんも必読です。

山形「いろいろはっぱ」

著/小寺 卓矢
 発行/アリス館

葉っぱの顔はみんなちがうよ。まるがお、あたまでっかち、ほっぺぱっくり、なが〜いくび。いろいろな形・大きさの楽しい葉っぱが次々登場。この秋、外に出て「いろいろはっぱ」を探してみませんか。

図書館だより

《市立図書館》 ☎53-4605

▶開館時間…9時~19時

▶10月の休館日…5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

■企画展「動物を愛そう展」

▶期間…~18日(日)

■企画展「ハロウィン展」

■企画展「郷土・侍浜地区」

■企画展「平谷美樹氏作品展」

▶期間…~31日(土)

■常設展示「恐竜展」

▶期間…~12月20日(日)

■図書館えいが会

ダヤンとジタン、日本昔ばなし~かみそり狐~

▶日時…10日(土)①10時②14時30分
 工事で活躍するくまたち、日本昔ばなし~オンパの皮~

▶日時…24日(土)①10時②14時30分
 ▶会場…よむのす1階多目的室

■ブックスタート

「4・5カ月児相談・6カ月児健診」
 会場で、絵本の配布をします。

▶日時…15日(木)①4・5カ月児…9時②6カ月児…13時

▶会場…元気の泉

■読書週間関連事業「図書館まつり」

▶期日…31日(土)~11月1日(日)

除籍済雑誌リサイクル、本を使った調べ方のクイズ大会などを開催。

《山形図書館》 ☎72-3711

▶開館時間…10時~18時

▶10月の休館日…5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

久慈地域産直スタンプラリー

産直などにある応募用紙に各店500円以上の購入でもらえるスタンプを3つ以上集めて、応募ください。抽選で産直自慢の商品が当たります。

▶期間…~11月15日(日)

▶対象産直…花野果・まちなか・山形ふるさと物産センター(久慈市)、たねいち産直・大野ふるさと物産館・大野ゆうきセンター(洋野町)、産直ばあづる(野田村)

固久慈地域産直連絡協議会 ☎53-2305

岩手県最低賃金が改正されます

10月3日(土)から岩手県の最低賃金が時間額793円に改正されます。詳しくは岩手労働局HPをご覧ください。

固岩手労働局 ☎019-604-3008

生活環境だより

飲酒運転は絶対しない

本年8月末の市内の飲酒運転検挙者数は9件で、昨年と比較し3件増加しています。飲酒運転の死亡事故率は、飲酒なしの約8倍。酒酔い運転は免許取り消し・欠格期間3年、酒気帯び運転は免許取り消し・欠格期間2年となります。飲酒運転は「犯罪」です。飲んだら乗らない、乗るなら飲まないを徹底しましょう。

固生活環境課 ☎54-8003

女性就業援助技術講習受講生を募集

パソコンを使った処理全般について基本的な知識・スキルを習得できる講習会です。

▶訓練科…ビジネスパソコン科

▶対象…パソコン技術を習得し、仕事に生かしたい女性

▶定員・受講料…12人・無料

▶時間…9時~16時

▶会場…久慈高等職業訓練校(川崎町)

▶訓練期間…10月30日(金)~12月10日(木)のうち平日21日間

▶募集期限…10月16日(金)

固久慈職業訓練協会 ☎52-3343

お知らせ ロタウイルス予防接種が定期接種に追加

10月1日からロタウイルス感染症の予防接種が定期接種になります。対象者には個別に通知します。

▶対象…令和2年8月1日以後に生まれた人

▶接種方法…飲むタイプのワクチンで、2種類のうちから1つを接種します ※医療機関で個別接種

ワクチン	期間・回数
ロタリックス	生後6週から24週までに2回
ロタテック	生後6週から32週までに3回

固保健推進課 ☎61-3315

編集後記

▶マスクをつけている生活が長くなりました。インフルエンザ予防にも、マスク着用が効果的だそうです。引き続きマスクをつけ、コロナ収束を願います。(澤口)

▶毎年教育旅行を取材しますが、カヌー体験でほぼ全員がため池に飛び込んだのを見たのは今回が初めてです。夏の教育旅行も良いものですね。(中野)

元気健康だより

インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザは「インフルエンザウイルス」に感染することでおこります。38℃以上の発熱、頭痛、全身の倦怠感や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、乳幼児、妊婦、高齢者は重症化しやすいといわれています。次の方法で予防しましょう①流行前に予防接種することで、発症する可能性を減らし、発症した際の重症化を防ぎます②手洗いはインフルエンザに限らず、感染症対策の基本です。せっけんを使い流水で手洗いをし、付着したウイルスを除去しましょう。アルコール製剤による手指消毒も効果があります③空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下しインフルエンザにかかりやすくなります。乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つことも効果的です④体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を心がけましょう⑤人混みへの外出を控えましょう。やむを得ず人混みに入る可能性がある場合は、不織布製マスクを着用しましょう。固保健推進課 ☎61-3315

10月のお知らせ

10/4(日) 休日当番医

15(木) 午後休診

29(木) 午後休診

その他の時間変更はWEBにてご確認ください

小児科・内科 アレルギー科 **ちだ医院**
 久慈市門前37-56-26 ☎61-3366

修理専門店

お気軽にお電話下さい
 ストーブ、ボイラー
 エアコン、各種機器
 修理、取付、販売
 ストーブ分解掃除
 エアコンクリーニング

宇部機器サービス 久慈市中央1-30
 (宇部龍一) TEL 53-6630

2019年5月1日より事務所名が変わりました

あなたの明日に青空を
そらうみ法律事務所
(旧久慈ひまわり基金法律事務所)
 www.soraumi-law.com

相続 遺言 離婚 債務整理
 破産 成年後見 不動産登記

TEL 0194-61-1818 ※要予約
 営業時間 平日9:00~17:30 久慈市川崎町12-18 YKビル1階

診療案内

小児科・アシギー科・内科

関上こどもクリニック

休診日：水曜・祝日
 (病児保育室
 そらまめを併設。)

10/17(土) 臨時休診
 10/25(日) 当番医
 久慈市長内町24-98-2
 ☎0194-75-3722

仏壇、神仏具、花環、葬儀一式

・くじセレモニーホール・
メモワール・ノヴァ
 長内館・川貫館・野田館

安心葬儀事前相談承っております。
※24時間受付可能。

(有)野場造花仏具店
 久慈市十八日町 ☎52-2010

真心をこめた料理をお届け致します。

《各種仕出し料理承ります》
 祝膳・仏膳・折詰・弁当・オードブル・寿司
 (御予算に合わせてご用意させていただきます。)
 安心安全の目印「Sマーク」登録店

おおみ屋

久慈市長内町34-26-1
 TEL 0194-52-1155

●広告掲載に関する問い合わせは
 ㈱レーベル・ホールディングス(☎52-0041)まで



1 / チームがつかないボールに思いを込めスパイク 2 / 素早いラリーから隙をついて鋭いスマッシュ 3 / ゴール前でこぼれ球を押し込み追加点 4 / 目でとらえきれないほどのスピードの面一本 5 / 団体・シングル・ダブルスで優勝・入賞し、笑顔で賞状を掲げる侍浜中学校の皆さん 6 / ゴール下の競り合いからジャンプシュート

熱い戦いが続いた

地区新人大会

久 慈地区中学校新人大会が
9月12、13、15日の3日

間、久慈市、洋野町、野田村、普代村の会場で開催。4市町村の中学生たちはバスケットボール、サッカー、剣道など9種目で県大会出場をかけ、真剣勝負を繰り広げました。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各会場では、入場の制限や換気、消毒、名簿の記入などを徹底。生徒たちの懸命なプレーに、会場からは大きな声援が寄せられました。

各競技の優勝校は、次の通りです。(団体のみ)

- 【野球】宇部・普代
- 【柔道】男子：久慈、女子：長内
- 【剣道】男子：長内、女子：久慈
- 【卓球】男子：山形、女子：種市
- 【サッカー】久慈
- 【バスケットボール】男子：長内、女子：長内
- 【バレーボール】女子：野田
- 【バドミントン】男子：久慈、女子：普代
- 【ソフトテニス】男子：中野、女子：中野

久慈百景

あなたの写真や動画で久慈をPRしませんか？

Instagramで久慈の風景や魅力を撮影した写真や動画に、ハッシュタグ「#久慈百景」をつけて投稿するだけ！

現在、2,300件を超える投稿がされています。皆さんの素敵な写真や動画で、一緒に久慈を全国、そして世界にPRしませんか。



広報クイズ

答えは紙面の中に

問題1 山根市民センターでロケセットなどを展示している映画のタイトルは？

問題2 久慈産琥珀の中から発見された新種のコケの名前は？

▶ **応募方法**…問題の答え・住所・氏名・年齢・電話番号と広報くじの意見や感想などを明記しメールを送付するか、はがきを下記に郵送願います。

〒028-8030 matizukuri@city.kuji.iwate.jp
久慈市川崎町1番1号 地域づくり振興課

▶ **応募期限**…10月26日(月) 消印有効

▶ **賞品**…図書カード500円分(抽選で5人)

▶ **当選発表**…賞品の発送をもって代えさせていただきます

