

伊手だより7月号

[発行]伊手振興会(伊手地区センター)〒023-1761奥州市江刺伊手字西風54番地
TEL・FAX 0197-39-2121 E-mail ideshink@pup.waiwai-net.ne.jp
オリジナル原稿(カラー)は、奥州市ホームページよりご覧ください。



◆伊手地区内での集団検診がん・結核検診日程◆

伊手地区内での検診日は下記のとおりです、皆さん早期発見のために忘れずに受診しましょう。都合がつかない場合は、江刺総合支所多目的ホールや江刺保健センターでも検診が受けられます。

問い合わせ：江刺総合支所健康福祉グループ健康増進担当 TEL 3 4 - 2 5 2 3



検診名	検診日	受付時間	集団検診会場
肺がん検診 (胸部エックス線・喀痰) 結核検診 大腸がん検診	7月9日(木)	13:30~15:00	伊手地区センター
	10月13日(火)	9:30~11:00	伊手地区センター
	10月29日(木)	13:30~15:00	上伊手生活改善センター
胃がん検診	7月20日(月)	6:45~9:00	伊手地区センター

奥州市からのお知らせ

7月18日(土)10時 伊手地区センター会場
財政健全化に向けた市民説明会
市政懇談会開催のお知らせ
伊手の皆さん ご参加ください

市の財政状況や改善に向けた重点的な取り組みについて説明会を開催します。また、地域の課題や市政への提言など市長と語り合う市政懇談会を併催します。

受賞おめでとうございます

5月25日に交通安全功労者表彰式を江刺生涯学習センターで開催される予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。地区センターにて振興会長より受賞された佐藤松康生活安全部長へ伝達をしました。

おめでとうございます。
ごぞいます。



秋の交通安全表彰

優良運転者の申請受付のお知らせ

下記に要件が該当し表彰を希望される方は運転免許証と印鑑をご持参のうえ、7月9日(木)までに地区センターへお申し出ください。

◆支部表彰

- 交通安全協会会員で運転経験7年以上
- 無事故、無違反5年以上

◆県表彰

- 1年以上経過している支部表彰を受賞している方
- 交通安全協会会員で運転経験10年以上
- 無事故、無違反7年以上

事業中止のお知らせ

- 7月7日(火) 伊手地区戦没者合同慰霊祭
- 8月20日(木) 江刺戦没者追悼式
- 7月7日(火) 江刺いきいきシニアスポーツ大会 (※伊手地区も中止)
- 7月予定 振興会環境保健部研修会

夏の交通事故防止県民運動

7月17日(金)～26日(日)

『ベルトした? うしろの席も もうしたよ』

暑さや長距離運転による過労、夏休み中の子どもが関係する交通事故など発生しないように交通ルールを守り、交通マナーの実践に心がけましょう。

★運動の重点★

- ① 暑さなどによる過労運転の防止
- ② 高齢者と夏休み中の子どもの交通事故防止
- ③ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ④ 飲酒運転の根絶

旬の野菜で美味しく減塩!!

☆栄養士オススメ減塩レシピ☆

4月から1日の塩分量がさらに厳しくなりました!
男性 7.5g 女性 6.5g

「ふきの中華風和え物」



◆材料 (2人分)

- ・ふき水煮 (又は下処理したもの) 90g
- 酢 小さじ2
- ごま油 小さじ1/2
- にんにく 1/2 かけ
- 薄口しょうゆ 小さじ2/3
- 砂糖 小さじ1
- ねりからし 少々

☆1人分栄養価 エネルギー33kcal 塩分0.3g

◆作り方

- ① ふきを斜め切りにしておく。
- ② 調味料を混ぜておく。にんにくはみじん切りにして調味料に混ぜる。
- ③ ①を②で和えてできあがり。

環境保健部より

河川堤防・市道路肩等の草刈清掃に早朝からご協力頂きありがとうございました。これからも除草作業中は、安全に気を付けて行ってください。また草焼きからの火災も多発しています、草は小分けにして着火し、十分な水を用意する、完全に消えるまで火から離れない等、消防署からの呼びかけが出されています。

本庁市民課マイナンバーカード推進室より

マイナンバーカードの

出張申請受付を実施します

8月4日(火) 伊手地区センター

9:30～12:00 / 13:00～14:30

マイナンバーカードは、身分証明書や住民票及び印鑑証明書、税証明等のコンビニ交付が受けられるほか本年9月から予定されている「マイナポイント」の申請に必要であるほか、来年(令和3)3月からは医療機関において「健康保険証」として提示できるようになります。スマートフォンやパソコン等お持ちでない方を対象に伊手地区センターを会場に出張申請受付を実施することとしたので、下記により必要書類を準備しご来場いただきますようお願いいたします。

◆当日持参する資料

運転免許証(運転経歴証経書)、旅券、在留カード、住機カード(顔写真入り)等のうち1点

※これらをお持ちでない方は、健康保険証、年金手帳(年金証書)、介護保険証、医療受給者等から1点以上、社員証、学生証、預金通帳、診察券等から1点組み合わせて2点ご持参ください。

◆個人番号カードには、数字4桁の暗証番号と英数字各1文字以上含む6桁以上16桁以下(最低6桁の暗証番号が必要)の暗証番号が必要となります。地区センターでの申請を予定する場合は、あらかじめ、暗証番号の検討をお願いします。

◆問い合わせ先

市民課マイナンバーカード推進室
電話: 34-2223(直通)

伊手遺族会からのお知らせ

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金のご案内

- ◆請求期間 令和2年4月1日から
令和5年3月31日まで
- ◆問合せ 江刺総合支所健康福祉グループ
電話: 34-2521

夏の交通事故 防止県民運動

【運動期間】

令和2年7月17日(金)から
令和2年7月26日(日)まで
の10日間

【運動の重点】

- ①暑さなどによる過労運転、
居眠り運転に注意しましょう
- ②高齢者と夏休み中の子どもの
交通事故防止
- ③全ての座席のシートベルトと
チャイルドシートの正しい着用
の徹底
- ④飲酒運転の根絶
・暑さなどによる過労運転に注
意し、長時間運転時は適度に
休憩をとりましょう。
夏休みを迎えた子ども達は、
外で遊ぶ機会が増え、交通事
に遭う危険性が
高まります。
安全運転に努
めましょう。



～夏休み中の少年を非行・犯罪から守ろう！～

●夏休みは少年の非行や犯罪被害の危険性が増加！

夏祭り・花火大会などのイベントでは、飲酒・喫煙・深夜はいかい等で多くの少年が補導される傾向にあります。

また少年が夜歩きをするようになれば、各種犯罪やトラブルに巻き込まれる可能性が高くなります。子どもが外出する際には、誰と・どこで・何を・帰宅時間等を確認しましょう。



●インターネットの利用は、

家庭でのルール作りとフィルタリングを！

県内では、少年がSNSやコミュニティアプリなどで知り合った相手から、性犯罪等の被害に遭う事件が後を絶たず、また、ネットに不用意な書き込みや映像等の投稿から、トラブルに発展したケースも多く見られます。

家庭でネット利用のルールを決め、子どもの安全・安心なネット環境の確保に努めましょう。

●非行・犯罪被害防止には、早期発見早期対応が大切！

夏休み期間中は、地域ぐるみで少年を見守り、少年について気がかりな時は、親に声をかけたり・学校や警察に相談するなどして、非行・犯罪被害の未然防止に努めましょう。

●少年相談窓口のご案内

○少年サポートセンター ☎019-651-7867

伊手駐在所だより

奥州警察署
伊手駐在所
☎39-2215

岩手県警察官募集！

～「いわて」が好きだから、「いわて」を守りたい。～

●岩手県警察官B(高卒程度)

◎採用第1次試験

令和2年9月20日(日)

◎申し込み受付期間

令和2年7月1日(水)～
8月7日(金)まで

◎試験地

盛岡・金ケ崎・釜石・久慈

◎受験資格

大学卒業者等を除き、

- 平成 3年4月2日から
- 平成15年4月1日生まれの方

※詳細は右のQRコードをご活用下さい。



伊手駐在所から

▼伊手・藤里地内においてクマの目撃情報が寄せられています。クマに注意を！

▼件内で、市役所職員や警察官を語り、キャッシュカードを持ち去ってしまう手口の特殊詐欺が発生しています。不審な電話がきても相手にせず、ご相談下さい。他人に、暗証番号を教えたり、手渡したりしては、絶対にダメ！



夏期における水難・山岳遭難防止

～水と山の事故を無くし、楽しい夏を～

1 水難事故防止

昨年、県内の夏期における水の事故は4件で、2名の方が亡くなっております。今後は水辺で遊ぶ機会が多くなります。次のことに注意しましょう。

- 子どもだけでは、水辺で遊ばせない。
- 子どもを自分の視界から離さない！
- 通学路や自宅の周辺等の安全確認！
- 用水路は危険！



- 危険な場所で遊んでいる子どもを見たときには、「危険な理由」を教えて安全な場所で遊ばせましょう。

2 山岳遭難事故防止

昨年、県内の夏期における山岳遭難は21件発生しています。これからの時期は、登山目的による山岳遭難が増加する傾向にあります。

山岳遭難を防ぐために、次のことに注意しましょう。

- 家族に行き先、帰宅時間を知らせて出掛けましょう。
- 万一来て、携帯電話、食糧、雨衣、懐中電灯などを持参しましょう。
- 自分の体力、健康状態に応じた行動をとり、無理をしないようにしましょう。
- 熊に出会う事も予想されるので、鈴やベルを身に付けましょう。
- 万一遭難したら、夜間の行動はやめて翌朝まで待機しましょう。

