

タカトヨ 4月からの移動販売車運行スケジュール

タカトヨ

4月から毎週火曜日の午後に移動販売車がきます。

1週おきに回る順が、表のように、逆になりますので間違わないようにご注意ください。

	楢原から上り回り 4/2、4/16、4/30	噌味から下り回り 4/9、4/23
餅転	13時10分～13時30分	15時30分～15時50分
楢原	13時45分～14時05分	14時55分～15時15分
大原	14時20分～14時40分	14時20分～14時40分
南股地区センター	14時55分～15時15分	13時45分～14時05分
噌味	15時30分～15時50分	13時10分～13時30分

奥州市水沢日高西1番地
TEL0197-23-5511

商品の置き置きや希望があれば、事前にタカトヨさんまで電話を！

リクエスト講座

折り紙手芸を作りました。事前に紙の折り方を勉強し、まとめて持って来てもらい、作品を作りをしました。



可愛いフクロウとワンちゃんが出来上がり



細かい作業の為に、組んでいます



南股地区センター前のクロッカスが、沢山咲きました(o^-^o)

狂犬病予防接種は、6月まで

登録済の犬の飼い主はハガキが届いていると思いますので忘れずに予防接種を！

期日：令和6年4月10日 10：15～10：30まで

場所：南股地区センター 駐車場

登録済 3,300円

未登録 6,300円

ひとりかたり

一年は、早いものでもう年度末になってしまいました。今年度も色々イベント等では、地域の方々に協力いただき、誠にありがとうございました。来年度も皆さんのお力添えをいただき、地区センターの活動をしていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。

南股地区振興会だより183号

～ご近所の力「自助、近所（助）、公助」～

■編集発行 南股地区振興会 ■Eメール minamimatatt@yahoo.co.jp 令和6年3月28日(木)

■連絡先〒029-4483奥州市衣川沼野38-9南股地区センター内 ☎0197-52-3644 FAX0197-34-1310

南股地区住民が協力した地域づくりに係る懇談会 開催

～いつまでも安心して暮らせる地域づくりをみなさんと話しあいましょう～

3月11日（月）南股地区センター会議室において、南股地区振興会事業として『南股地区住民が協力した地域づくり』をテーマに懇談会を行いました。

参加者37名（関係者含み）は、前段で県南広域振興局農業振興課主査の鹿島氏からパワーポイントによる『地域を良くする仕組みづくりについて』並びに『農村型地域運営組織モデル形成支援事業（農村RMO）』について説明を受けました。

併せて『いわて地域づくり支援センター』常務理事の若菜氏から（農村RMO）を活用した団体の取り組み事例についてご紹介いただき勉強になりました。

後段は担当の吉田より南股の現段階の取り組みについて説明のうえ（農村RMO）を活用して安心して暮らせる地域づくりに取り組みましょうとみなさんに呼びかけました。

参加者から、昨年の懇談会内容は理解できなかったが今回は分かりやすくて良かった。色々な話を聞けて楽しかった。我が家の課題について将来どうなりたいかを真剣に考えてみようと思います。色々な人たちと出会って楽しかった。南股地区外の参加者からはイベント等を通して南股の地域づくりに協力します等々、今後の取り組みに役立つ感想や意見をありがとうございました。




衣川地域づくりフォーラム

～この地域の未来を語り合いませんか～

3月23日衣川総合支所市民交流サロンで開催されました。
地域おこし協力隊の干場詩風音さんと大塚嘉恵さんの活動報告を発表してもらい、これまで衣川で過ごした体験を通して感じたことなどを聞きました。お二人の活動の幅の広い行動力に、感銘を受けました。
懇談の時間には、地区の方々からもアイデアが出され、お二人には、残りの期間も地域で活躍されることを期待しています。

干場詩風音さんのInstagram
ラムです。



大塚嘉恵さんのInstagram
ラムです。



奥州市協働のまちづくりアカデミー 受講生募集

奥州市協働のまちづくりアカデミーでは、「地元や市内で、何か新しいことをやってみたくて、やり方がわからないし、仲間もない…どうしていいかわからない…」、「まちを元気にしたいから、何か始めてみたい」、そんな思いを持った方々が、専任講師や様々な分野で活躍する修了生の話を聞きながら、受講生みんなで相談し、地域課題の解決のため、自分たちが考えたアイデアの実践※。スキルアップを目指していきます。

※ アカデミーの受講生自らが地域課題解決に向けたアイデアを議論・抽出し、地域をステージに実践する事業(アクションプログラム)のことです。

募集は
4月19日(金)
まで

写真は第9期生のみなさん

- ◆ 専任講師 広田 純一氏
(NPO法人いわて地域づくり支援センター代表理事、岩手大学名誉教授、農学博士)
- ◆ 開設期間 令和6年4月～令和7年2月
- ◆ 開設場所 奥州市水沢地区センター ほか
- ◆ 受講対象 市内在住の50歳未満の方(地区振興会等推薦の場合は60歳程度まで)
※ 第9期までの修了生の受講も可能です。ただし、定員を上回った場合は、新規申込者を優先します。
- ◆ 募集定員 20名(定員になり次第、締め切ります)
- ◆ 受講料 無料(ただし、交流会参加費や交通費は自己負担となります)
- ◆ 申込方法 市のホームページ、地域づくり推進課、各総合支所地域支援グループにある受講申込書に必要事項を記入のうえ、下記の申込先まで提出してください。

申込先・問合せ先 奥州市協働のまちづくり部地域づくり推進課
[電話] 0197-34-1618 [FAX] 0197-35-7466 [Eメール] chiikidukuri@city.oshu.iwate.jp

マイナンバーカード申請手続き

ご希望の場所へ
出張
します

持ち物は
本人確認資料
だけでOK!!

写真撮影
無料

10分で
手続完了



カードは
郵便受取
できます

この機会にマイナンバーカード作りませんか?

いつでも! どこでも!
お手伝いに行きます!

申請の流れ(10分程度で手続完了!!)

① 申請書記入 → ② 本人確認 写真撮影 → ③ 申請完了 → ④ カードを郵送

☆持ち物: 本人確認書類(原本) ※コピーは不可
Aの場合は1点。Bの場合は2点。B+Cで2点。Cのみ2点は不可

A書類	運転免許証、運転経歴証明書
B書類	健康保険証、介護保険証、年金手帳
C書類	診察券、通帳・キャッシュカード等

2024年12月からマイナ保険証が本格導入されます。
お早めに申請を!!

マイナンバーカードの申請について

まだの方は今すぐに手続きを!!

①申請用の写真を撮影しますので、手続きには本人が来ていただく必要があります。
②カードには、暗証番号の設定が必要です。
あらかじめ、考えておいて下さい。

●数字4桁(必ず設定が必要です)
●英数字6～16文字(設定は任意です。不要な方は設定しなくても可)
③申請書に必要事項(暗証番号等)を記入。
④本人確認書類により本人確認を行います。
～当日の受付はここまで～

⑤申請受付からおよそ1～2か月ほどでカードが出来上がります。カードは、市役所からご自宅に「本人限定郵便」で郵送します。

問合せ先

奥州市市民課マイナンバーカード担当
OTEL 197-34-2223

今月の減塩レシピ 「なばなのタマヨ和え」

管理栄養士オススメ
からだ☆活き活きレシピ



材料

- ・なばな 120g
- ・かにかま 1本
- ・玉ネギ(みじん切り) 大さじ1
- ・ツナ(水煮) 1/2缶
- ・A・マヨネーズ 大さじ1
- ・レモン汁 小さじ1

作り方

①なばなは茎の端を切り落とし色よくゆでて、ざるにあけて冷まし3cmくらいに切る。
②ボウルにAを混ぜ、水気を絞った①と小さく切ったかにかまを加えて和える。

☆1人分栄養価☆

エネルギー89Kcal / タンパク質 7.9g
脂 質 4.9g / 塩 分 0.2g