各種相談日程　6月

❶行政相談

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	10日金 24日金	13:00～15:00
江刺総合支所市民相談室	8日水	9:30～11:30
前沢総合支所市民環境課	9日木	9:00～12:00
胆沢総合支所市民環境課	28日火	13:30～14:30
衣川保健福祉センター	10日金	13:30～15:30

❷人権相談

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	2日木 16日木	13:30～15:30
江刺総合支所市民相談室	1日水	13:30～15:30
前沢地区センター	3日金	13:00～16:00
胆沢愛宕地区センター	1日水	13:30～16:00
衣川健康福祉センター	10日金	13:30～15:30

❸消費生活相談　※予は前日までに要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	毎週	9:00～17:00
江刺総合支所市民相談室	月～金	9:00～15:45
前沢総合支所市民環境課予	毎週火	10:00～15:00
胆沢総合支所市民環境課予	毎週木	
衣川保健福祉センター予	毎週金	

❹無料法律相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	8日水	10:00～16:00
江刺総合支所市民相談室	28日火	

❺多重債務者弁護士相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	1日水 21日火	10:00～15:00

❻くらしとお金の安心相談　※窓口で要予約

会場	開催日	時間
市役所総合相談室	15日水	13:00～16:00
江刺総合支所市民相談室	1日水	

❼奥州市若者支援相談

会場	開催日	時間
子ども・家庭課相談室	毎週 月火木金	9:00～16:00

❽ひきこもり・ニートなどの若者の居場所「ほっと♡ひろば」

会場	開催日	時間
市勤労青少年ホーム	21日火	13:30～15:30

❾年金相談　※前日までに要予約

会場	開催日	時間
奥州商工会議所江刺支所	2日木	10:00～15:00

▼予約・問い合わせ先
❶～❻本庁・各総合支所市民相談担当課
❼❽本庁子ども・家庭課(内線235)
❾一関年金事務所（☎ 0191 ㉓ 4246）

応募期限 6/10　市環境基本計画策定委員会委員を募集します

市は、平成29年から38年までの市環境基本計画を市民などとの協働により策定するため、策定委員会の委員を募集します。環境問題に興味のある人の応募をお待ちしています。

■**募集人数**　5人以内
■**任期**　委嘱の日から計画の策定の日まで
■**応募資格**　20歳以上の市民
■**応募方法**　応募先に備え付けの申込書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、応募先に提出
■**その他**　会議は、平日の日中に公開で開催
■**問い合わせ・応募先**　本庁生活環境課環境係（内線213）、各総合支所市民環境課

環境は未来への贈り物

応募期限 6/17　市男女共同参画推進委員会委員を募集します

男女が互いにその人権を尊重し、性別にかかわりなく、社会のあらゆる分野でその個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会の実現に向けた基本的な計画や市の施策の推進について、市民から意見や提言をいただくため、男女共同参画推進委員会委員を募集します。

■**募集人数**　3人
■**任期**　委嘱の日から平成30年3月31日まで
■**応募資格**　18歳以上の市民（高校生を除く）
■**応募方法**　本庁地域づくり推進課、水沢総合支所事務局、各総合支所総務企画課に備え付けの申込書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、応募先に提出
■**問い合わせ・応募先**　本庁地域づくり推進課市民活動係（江刺総合支所・内線321）

家庭ごみ排出量
―目標は1人1日 430 g まで―

1人1日当たりの量（単位：g）

	4月	3月	増減
水沢区	532	514	(18)
江刺区	449	433	(16)
前沢区	472	455	(7)
胆沢区	350	363	(-13)
衣川区	346	357	(-11)
全市	474	462	(12)

♻ 草木は、乾燥させて出しましょう！

人の動き

人口 **120,567** 人 前月比（-97）
男 58,132 人(-44) 女 62,435 人(-53)
水沢区 57,102　江刺区 29,479　前沢区 13,788
胆沢区 15,873　衣川区　4,325
世帯数 **44,716** 世帯（78）
水沢区 23,136 江刺区 10,613　前沢区　4,560
胆沢区　5,039 衣川区　1,368
（28年4月30日現在）

いきスポの健康教室

▼**スポーツ吹矢教室**
■**日時**＝6月2日～30日（毎週木）午前10時～11時半
▼**ピラティス教室**
■**期日**＝①6月3日金、24日金午後3時半～4時半②6月8日水、29日水午後7時15分～8時15分
▼**コンディショニング教室**
■**日時**＝6月12日日午前10時～11時
▼**ソルディックウオーキング教室**
■**日時**＝6月14日火、28日火午前10時～11時半
▼**共通**■**場所**＝前沢いきいきスポーツランド■**参加料**＝小学生200円、中学生300円、高校生以上500円■**申し込み方法**＝開催日の前日までに名前、電話番号、受講希望日を電話で連絡■**問い合わせ・申込先**＝前沢いきいきスポーツランド（☎㊻7290）

いきいき歯っぴいライフ

舌の正しいトレーニングをすることで、免疫力が高まり健康な体を作ります。舌の大切さについて学びましょう。
■**日時**＝6月12日日午前10時～正午■**場所**＝市まちなか交流館（メイプル西館1階）■**内容**＝体験コーナー「あいうべ」体操、ブラッシング指導、歯科相談■**問い合わせ**＝まごころ病院歯科口腔外科（千葉☎㊺2121）

市民芸術文化祭「さつき・山野草展」

水沢盆栽会の会員が丹精込めた作品を出品。山野草の販売や栽培管理の相談にも応じます。ぜひご来場ください。
■**日時**＝6月4日土～6日月午前9時15分～午後5時※6日は午後3時まで■**場所**＝水沢地区センター■**問い合わせ**＝市芸術文化協会事務局（Zホール内☎㉒6622）

菊つくり講座

菊の育て方を学びながら、新しい趣味の発見や仲間との交流を楽しんでみませんか。
■**日時**＝6月10日金、24日金午後1時半～■**場所**＝江刺総合コミュニティセンター■**対象**＝市内在住の65歳以上の人■**定員**＝20人■**参加料**＝500円（苗代など）■**申込期限**＝6月3日金■**問い合わせ・申込先**＝市社会福祉協議会江刺支所（☎㉟8081）

奥州市民パスポートを全世帯に配布します

歴史公園えさし藤原の郷とえさし郷土文化館の入場料が半額になる「奥州市民パスポート」。現在ご使用のパスポートが有効期限（5月31日）を迎えることから新しいパスポートを配布します。
今後もさまざまなイベントが開催される両施設。この機会にぜひご来場ください。
■**有効期間**＝28年6月1日から5年間■**問い合わせ**＝本庁商業観光課観光施設係（内線274）

奥州市市民提案型協働支援事業

入場無料　奥州 mama★fes 2016　ママ★フェス
～奥州womenの笑顔と手でつくる癒しのひろば～
6.19日　10:30▶15:30　メイプル地下フロアー

癒しの広場

ヨガやアロマセラピーなどのワークショップで日頃の疲れをリフレッシュしませんか？

- ●ウェルネスヨガ
- ●和み彩香カラーボトルカウンセリング
- ●ポイントメイク・眉カット
- ●ヘアーアレンジ
- ●わらべうたベビーマッサージ
- ●バランスボール
- ●ヨーガ
- ●フーレセラピー
- ●骨盤体操
- ●フラワーアレンジメント
- ●アロマセラピー
- ●小顔調整
- ●メディカルアロマ・究極の美容ジェル作り
- ●オーラソーマ

予約はメールフォームまたはお電話で！締切6月16日木
メールフォーム：https//ws.formzu.net/fgen/s53589842/
電話受付：カフェ・ウンマー（10時～15時、日木除く）☎㉔1200

ママ向けの癒しのブースや親子で楽しめる遊びの広場などイベントが盛りだくさんです。また、ベビーとママの休憩＆相談コーナーを設けて、助産師に妊娠中、出産、母乳育児全般の相談ができる子育て応援イベントも開催。日頃の疲れを癒し、楽しくリフレッシュできる1日を過ごしましょう！

【問い合わせ】
奥州子育て応援隊事務局
☎ 090-5238-9523（10時～16時）
✉oshukosodate@gmail.com
Facebook