



第2次市食育推進計画 (計画期間：27～31年度)

基本理念

奥州の豊かな恵みで育てよう！
こころと体！

計画の柱

①健康なこころと体づくり

乳幼児期から朝ごはんを食べる基本的な食習慣の確立やバランスの整った食事、薄味の定着を目指し、親子料理教室の開催、朝食デーや減塩レシピの普及などを行います。

②奥州の食を知り、次世代へつなぐ
地元の特産物や食文化を次世代に継承していくために、広報でのレシピ紹介、保育・教育施設での郷土食や行事食の調理体験などを行います。

食育って何？

食育とは、食事や食べ物に関する知識と選択する力を身に付け、健全な食生活を送ることが出来る人間を育てることです。

家庭でできる食育

食事は知育・徳育・体育の基礎になる、生きるための基

第2次市食育推進計画では、次の4つの年代ごとに、家庭でできる食育の取り組みを紹介

市は、平成22年に策定した「市食育推進計画」を見直し、ことし3月に「第2次市食育推進計画」を策定しました。成長や健康維持の基本になる「食」について考え、年代に合わせた食育の取り組みを行いましよう。

■問い合わせ〓水沢保健センター（☎②4511）

食育でこころも体も健康に

食は命の源！家庭で、地域で食育を推進しよう

介しています。

●乳幼児期（0～6歳）

食習慣の基礎を培う重要な時期。家族との食事が情緒の安定につながります。

▼家族と一緒に朝食を食べましょう。三角食べができるように教えましょう など

●学齢・思春期（7～19歳）

行動範囲や食事の選択肢が広がります。自分の健康を考えられるよう、正しい知識を身に付けることが大切です。

▼主食、主菜、副菜を意識して食べましょう。自分で食事を作りましょう など

●働き盛り年代（20～64歳）

生活習慣病予防のための知識を深め、規則正しい食生活を送ることが大切です。

▼標準体重と食事の適量を知

りましょう。意識して体を動かしましょう など

●高齢期（65歳以上）

自分の健康状態を把握し、適切な食生活を送ることが大切です。

▼1日3食食べましょう。お茶飲みの漬物は控えましょう など

このほかにさまざまな取り組みが掲載されている第2次市食育推進計画は、市ホームページで見ることが出来ます。ぜひご覧ください。



学齢期には親子料理教室への参加もお勧めです

「学んであんしん！認知症」講座のご案内

認知症の人を介護している家族同士の交流会「ぬくっこ」の一般公開講座を開催します。認知症の人を介護している家族の人はもちろん、認知症に関心のある人はどなたでも参加できます。講話のほか、参加者同士の交流の時間もあります。お気軽にご参加ください。

■問い合わせ・申込先＝市地域包括支援センター（内線 269）

■日時

9月11日（土）午後2時～4時

■場所

メイプル地下多目的ホール

■対象

認知症の人を介護している家族、認知症に関心のある人

■内容

（1）講話「認知症の人の生活を支える薬の知識と薬剤師の役割」

講師 ナカノメ薬局 なかのめひろゆき 中目祐幸（薬剤師）

（2）意見交換会

■参加費

無料

■定員

50人（先着順）※申込期限9月9日（土）

認知症介護者家族交流会「ぬくっこ」

認知症の人を介護している家族の交流を通して、家族同士のつながりや負担軽減を図ります。お茶を飲みながらの語らいやミニ学習会、レクリエーションなどを行っています。



■開催日時

10月15日（土）、12月11日（土）、28年1月14日（土）、2月15日（土）、3月11日（土）
午前10時～正午

■申し込み方法

前日までに、申込先にお電話ください

国勢調査2015 人口予想クイズ

市は、27年国勢調査から導入される「インターネット回答」を広くPRするため、「インターネット回答」した人を対象に、人口予想クイズを行います。ぜひご応募ください！

クイズ 27年国勢調査の奥州市の人口(27年10月1日現在)は何人？

■賞品

1位…3千円相当の

江刺りんごジュースセット

2～10位…2千円相当の

江刺りんごジュースセット

※正解に近い順に順位を決定。

同一の回答があった場合は抽選で順位を決定

■当選者発表

当選者本人へ通知（28年3月を予定）

■応募資格

①市内に居住し、国勢調査を「インターネット回答」した人

②賞品を「江刺ふるさと市場」に受け取りに行くことができる人



写真はイメージです

■応募方法

住所、氏名、電話番号、予想人口を記入の上、Eメールまたは官製はがきで応募※1人1回まで

■応募期限

9月30日（土）※当日消印有効

■問い合わせ・応募先

国勢調査市実施本部（江刺総合支所・内線 521、
〒023-1192 ※住所不要、
☒toukei@city.oshu.iwate.jp）

奥州市の人口は

17年国勢調査で130,171人

22年国勢調査で124,746人だったよ！



応募用QRコード

クマにご注意ください

山や森に入るとは、クマ（ツキノワグマ）の生活場所に入ることです。クマの被害に遭わないために、何よりもクマに出合わない工夫をすることが必要です。

■問い合わせ・連絡先＝本庁生活環境課環境係（内線 214）

県内では4月1日から7月30日までの間に8件、ツキノワグマによる人身被害が発生しました。県は「ツキノワグマの出没に関する警戒情報」を発表し、被害防止を呼び掛けています。

これからの季節、クマは冬眠に備えるため、餌を求めて広範囲に移動します。クマを目撃した場合は被害を未然に防ぐためにも、警察や市役所へ連絡してください。

◎山に入るときはクマに出合わない工夫をしよう

- ・クマの出没情報を収集し、危険な場所には近づかない
- ・クマの行動が活発な朝夕や霧が出ているときの行動は避ける
- ・単独行動を避け、2人以上で行動する
- ・鈴、笛、ラジオなど音のするものを身につけ人の存在を知らせる
- ・時々あたりに注意を払い、クマのふんや足跡を見つけたら引き返す
- ・子グマを見つけたらそっと立ち去る（近くに親グマがいて危険）

◎人間の生活場所にクマを呼ばないようにしよう

- ・クマの餌となるような生ゴミや収穫後の野菜などを放置しない
- ・やぶは刈り払って見通しを良くし、クマが近付けないようにする
- ・家畜の飼料は丈夫な倉庫などに収納し、きちんと戸締りをする
- ・作業時はラジオなど音のするもので人の存在を知らせる

◎もしクマに出合ってしまったら…

- ・クマを刺激しないよう、急に立ち上がったたり、大声を上げたり、物を投げつけたりしない
- ・クマの動きを見ながらゆっくり後退する
- ・背中を見せて走って逃げない（逃げると追いかけてくる）

ツキノワグマってどんな動物？



●体長 120～145cm

●体重 70～120kg

目は良くありませんが、鼻と耳は優れています。普段はおとなしいですが、子連れの親は気性が荒くなります。

山菜、果実、昆虫などが好物ですが、残飯など人が残したものも食べます。一度人間の食べ物の味を覚えると、繰り返し食べに来るため、有害捕獲により殺処分されることがあります。

不幸な出会いや捕獲を防ぐため、家の周りでの生ごみの処理はもちろん、山に入ったときは、クマの餌となるものを残さないようにしましょう。

市立医療機関に勤務する医師を募集しています

医師の情報をお知らせください

市は、地域医療の安定のため、医師確保の取り組みを進めています。医師の心当たりがありましたら、情報提供をお願いします。

あなたの周りには「地域医療に関心がある」「そろそろ実家の近くで勤務したい」などの考えをお持ちの医師はいませんか？

市は、安定的な医療を提供するため、市立医療機関に勤務する医師を募集しています。知り合いの医師で市立医療機関に勤務していただけたら、名前や連絡先などを市にお知らせください。市から医師に連絡し、勤務内容などを説明します。

■問い合わせ・連絡先

医療局医療管理課（水沢病院内 ☎ ☎ 3833・内線 212、 ☎ ☎ 3832、

☒iryoukanri@city.oshu.iwate.jp）



放射能測定結果

ごみ焼却施設 (ベクレル/kg)		
採取日	7/29	8/5
主灰※1	207	207
飛灰※2	810	1220

【参考】国の基準値＝8,000ベクレル/kg

※1主灰…ごみの燃え殻

※2飛灰…排ガス中のばいじん

(ベクレル/m)	
採取日	8/5
排ガス	不検出

胆江地区最終処分場 (ベクレル/ℓ)

採取日	7/29	8/5
地下水(上流)	—	不検出
地下水(下流)	—	不検出
下水道への放流水	2.40	4.23

■問い合わせ 奥州金ヶ崎行政事務組合施設管理課(☎245821)

市営駐輪場内の自転車を整理します

水沢駅周辺の市営駐輪場の利用環境を整えるため、自転車の整理を行います。

看板による周知後、自転車に整理シールを貼ります。整理シールが貼られたままの自転車は**9月16日に撤去**します。

撤去した自転車のうち、所有者が確認できたものは、後日、引取通知書を送付します。

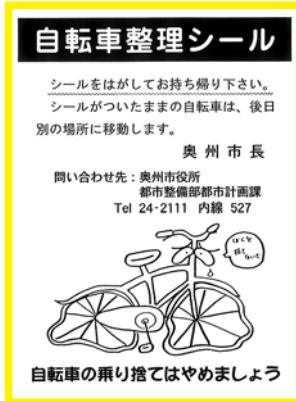
■シール貼付日 9月2日(木)

■撤去作業日 9月16日(木)

■問い合わせ

本庁都市計画課公園緑地係(内線527)

■整理シール(見本)



利用中の自転車にシールが貼られた場合は、**必ずはがしてください。**

お知らせ

ドラマ「陰陽師」放送

えさし藤原の郷を中心に、全編本市ロケが行われました。エキストラの会など多くの人にご協力いただいた本作を、皆さんぜひご覧ください。

■放送日時 9月13日(日)午後9時～(テレビ朝日系列) ■問い合わせ 本庁商業観光課ロケ推進室(江刺総合支所内・内線212)

有害鳥獣の捕獲を実施

カラスなどから農作物を守るため、銃器を使って捕獲を

新農業人フェア

新たに農業に挑戦する人のために、県内の就農や起業などに関する情報を提供する新規就農相談会を開催します。

■日時 9月5日(日)午前11時

情報あらかるとInformation

■奥州市役所 所在地

本庁・水沢総合支所

〒023-8501 水沢区大手町1-1

江刺総合支所

〒023-1192 江刺区大通り1-8

前沢総合支所

〒029-4292 前沢区字七日町裏71

胆沢総合支所

〒023-0492 胆沢区南都田字加賀谷地270

衣川総合支所(衣川保健福祉センター内)

〒029-4332 衣川区古戸53-1

■公式ホームページ

<http://www.city.oshu.iwate.jp/>

■ラジオ

奥州エフエム放送(77.8MHz)

「おうしゅう伝言板」で市政についてお伝えします。

放送日時: 月曜日～金曜日

①午前8時15分 ②午後0時15分

③午後5時54分

※災害発生時は、随時、災害情報を提供

■税の納期

固定資産税(3期)

国民健康保険税(3期)

(納期限: 9月30日(木))

納め忘れのない口座振替をご利用ください

◆問い合わせ

本庁納税課収納係(内線341)

■岩手競馬

●注目レース

ENJOY!
岩手競馬



▶9/13(日)
青藍賞

▶9/27(日)
岩手県知事杯
OROカップ

臨時福祉給付金を支給します

市は、国の制度に基づき、26年4月の消費税率引き上げに伴う影響を緩和するため、臨時福祉給付金を支給します。

対象者 27年度分の住民税が課税されていない人
※課税者の扶養になっている人、生活保護を受けている人を除く

支給額 1人につき6,000円

支給を受けるためには、1月1日時点でお住まいだった市町村への申請が必要になります。市では、8月末から9月上旬にかけて対象者と思われる人がいる世帯に関係書類を郵送します。

申請期間は9月1日から28年2月1日までですので、お早めの手続きをお願いします。

■問い合わせ 本庁健康福祉部福祉課(内線233、238、239)

ー1) ■問い合わせ 水沢公共職業安定所(☎248609)

国民年金保険料「10年の後納制度」の終了

9月30日をもって、過去10年間に納め忘れた国民年金保険料を納付することで将来の年金額を増やすことができる「10年の後納制度」は終了します。詳しくはお問い合わせください。

■専用ダイヤル ☎0570-1011-050 ■問い合わせ 一関年金事務所(☎0191-24246)

シルバー110番特別相談デー

高齢者やその家族を対象に、医療や介護、年金、認知症などの相談に専門家が無料で応じます。秘密は厳守しますので安心してご相談ください。
■日時 9月19日(日)午前10時～午後3時 ■相談用ダイヤル ☎0120-8584 ■問い合わせ(公財)いきいき岩手支援財団(☎019162510110)

「市民芸術文化祭」開幕

第10回市民芸術文化祭の開幕まつり「民謡舞踊の祭典」。180人を超える出演者によるふるさとの民謡や踊りをお楽しみください。

■日時 9月6日(日)午前10時～ ■場所 江刺体育文化会館(ささらホール) ■内容 ①式典・表彰式(午前10時～) ②民謡舞踊の祭典(式典終了後) ■入場料 無料 ■問い合わせ 市芸術文化協会事務局(2ホール内) ☎26622

えさしクリーンパーク開館20周年記念事業

■日時 9月6日(日)午前10時50分～ ■内容 ①八幼しし踊り演舞(八日市幼稚園園児)、ヒャクシカイザーショー、20周年記念セレモニー、餅まき ■その他 ⑤日(日)・6日(日)温水プール棟入館料無料 ■場所・問い合わせ えさしクリーンパーク(☎30055)

動物愛護週間イベント

▼動物愛護フェスティバル

■日時 9月6日(日)午前10時～午後2時 ■場所 カルチャーパークアテルイ ■内容 ①ポニーとの触れ合い、ペット相談、動物クイズなど ▼長寿犬表彰 登録している高齢犬を表彰します。表彰は9月中にご自宅に伺って行います。 ■対象 ①小型・中型犬(20歳以上)

▼伴侶動物慰霊祭 ■日時 9月25日(金)午後2時～ ■場所 安養寺(水沢区佐倉河字東館51) ※香典不要 ▼共通 ■問い合わせ 県獣医師会水沢支会事務局(県南家畜保健衛生所内) ☎8211 ※月水金のみ

みずいち図書館公開

9月から水沢第一高校の図書室が地域に開放されます。利用には登録が必要です。 ■貸出日時 ①第1・第3月(午前9時半～午後5時) ※図書および学校行事のある日は休み ■貸出冊数 ⑤冊まで(次回貸出日に返却) ■問い合わせ 水沢第一高等学校(☎246171)

①行政相談	会場	開催日	時間
市役所総合相談室		11日金	13:00～15:00
		25日金	
江刺総合支所市民相談室		9日 月	9:30～11:30
前沢総合支所市民環境課		10日 月	9:00～12:00

②人権相談	会場	開催日	時間
市役所総合相談室		3日 月	13:00～15:00
		17日 月	
江刺総合支所市民相談室		15日 月	13:30～15:30
生母地区センター		4日 金	13:00～16:00

③消費生活相談	※ 月 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
			月～金	
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			毎週 月	
胆沢総合支所市民環境課			毎週 月	10:00～15:00
衣川保健福祉センター			毎週 金	

④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			9日 月	10:00～16:00
			24日 月	
江刺総合支所市民相談室			24日 月	

⑤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			2日 月	10:00～15:00
			15日 月	

⑥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			16日 月	13:00～16:00
			2日 月	
江刺総合支所市民相談室			2日 月	

⑦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	9:00～16:00
		月 月 木 金	

⑧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		15日 月	13:30～15:30

⑨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			3日 月	10:00～16:00

- ▼予約・問い合わせ先
- ①～⑥本庁・各総合支所市民相談担当課

⑦⑧本庁子ども・家庭課(内線235)

⑨一関年金事務所 (☎ 0191 ☎ 4246)

連絡してはいけません
そのメールは詐欺です！

不審なメールが届いたという相談が最近増えています。有料ホームページや裁判といった言葉を使って連絡を求めてくるメールは、詐欺メールです。驚かせて連絡させることが目的ですので、絶対に送ってきた相手に連絡しないでください。
■問い合わせ＝本庁市民課総合相談室（内線 141）

こんなメールが届いたら、私たちに
ご相談ください

有料動画閲覧履歴があり、登録解除のご連絡を本日頂けないと、身辺調査及び債権移行となりますので、至急ご連絡下さい。相談窓口 03－〇〇〇〇－〇〇〇〇

登録サイト料金が未払いです。18時までに連絡無き際は訴状を提出し、民事裁判となります。

消費生活相談員

掲示板

ご当地アイドルメンバー募集

動画投稿サイト専用劇団「大町小町」では、製作準備中のショートムービーの主題歌を歌うコーラスユニット

あり、現在は介護の仕事に従事していない人 ■日時 9月12日 月 午後1時～4時 ■場所 IIメイプル地下多目的ホール ■内容 II介護の即戦力講座・演習など ■定員 II10人 ■受講料 II無料 ■申込期限 II9月11日 金 ■問い合わせ・申込先 II岩手県福祉人材センター (☎ 080-1651-6205)

『善意の贈り物』

市に対して、次の方からご厚志をいただきました。
(7月受納分)

○小西悦美さん(金石市)：金10万円(江刺総合支所健康福祉課へ)

「sacura」のメンバーを募集しています。オーディションは随時開催。お気軽にご応募ください。
■募集内容 II市内に住む18～25歳の女性(5人) ※未成年の場合、保護者の同意が必要
■問い合わせ・申込先 II大町小町(菱谷代表 ☎ 2726)

家庭ごみ 排出量

一日量は1人1日 430g まで

1人1日当たりの量(単位：g)

	7月	6月	増減
水沢区	566	596	(-30)
江刺区	434	452	(-18)
前沢区	468	498	(-30)
胆沢区	363	378	(-15)
衣川区	367	369	(-2)
全市	488	512	(-24)

🌱野菜くず 乾かすだけで ごみ減ります！

人の動き

人口 121,552人 前月比 (-35)

男 58,600人(-3) 女 62,952人(-32)

水沢区 57,389 江刺区 29,883 前沢区 13,904 胆沢区 15,995 衣川区 4,381

世帯数 44,476世帯 (30)

水沢区 22,990 江刺区 10,589 前沢区 4,527 胆沢区 4,993 衣川区 1,377

(27年7月31日現在)

募集

「チャレンジThe禁煙」挑戦者を再募集します

健康に長生きするため、禁煙に挑戦しませんか。
■対象 II月1回(全3回)のアンケートに回答できる人 ※過去に本事業を利用した人を除く ■支援内容 II ▼薬剤師による禁煙指導 ▼保健師からの定期的な応援レター ▼約2週間分の禁煙補助剤(パッチまたはガム) ※追加購入分は自己負担 ■定員 II14人(先着順) ■受付開始日 II9月1日 月 ■問い合わせ・申込先 II水沢保健センター (☎ ☎ 4511)

市民☆文士劇スタッフ・キャスト募集

8回目を迎える奥州市民☆文士劇。舞台「宮本武蔵」を共に作り上げる仲間を募集します。
■応募資格 II高校生以上の市民 ■募集内容 IIキャスト、スタッフ(美術、大道具、照明など) ■応募期限 II9月30日 月 ※10月14日 月 に顔合わせ ■

上演 II28年1月30日 月 31日 月 ■問い合わせ・申込先 II江刺体育文化会館(ささらホール ☎ 1607)

地元ゲスト、ゲスト文士とともに「地域の元気を発信！」しよう！

離職者向け再就職訓練

■日時 II10月20日 月 ～1月19日 月 ■場所 II江刺高等職業訓練校 ■内容 II総務担当者として必要な知識(給与計算、税金など)や、パソコン操作技術の習得 ■定員 II15人 ■受講料 II無料 ※テキスト代、検定受験料、保険料は自己負担 ■申込方法 IIハローワーク水沢窓口で申込書に記入し提出 ■申込期限 II9月24日 月 ■問い合わせ II県立産業技術短期大学校水沢校 (☎ ☎ 4427)

自然探訪ツアー

江刺区の高原や金命水など

介護のしごと 再就職支援講座

■対象 II資格の有無を問わず介護の仕事に従事した経験が

企業理解促進見学会

求職者を対象とした企業見学のバスツアーです。
■日時 II9月29日 月 午前9時半～午後5時 ■見学先 II①(社福)協同光陽会(江刺区) ②メフレ(株)(金ケ崎町) ③日本トータルテレマーケティング(株)(水沢区) ■定員 II20人 ■参加料 II無料 ※昼食は各自(メフレ(株)内の食堂利用可) ■申込期限 II9月25日 金 ■問い合わせ・申込先 II水沢公共職業安定所 (☎ ☎ 8609)

湧水を訪ねるバスツアーです。湧水で入れたお茶を楽しみましょう。
■日時 II9月13日 月 午前8時半～午後4時 ■定員 II21人 ※先着順 ■参加費 II2千円 ※昼食持参 ■問い合わせ・申込先 II奥州めぐみネット(本庁生活環境課環境係内・内線214)

市勤労青少年ホーム 9月からの教養講座

■対象＝市内在住または勤務する35歳未満の人 ※定員に満たない場合は、35歳以上の人も受講可
■問い合わせ・申込先＝市勤労青少年ホーム(☎ ☎ 2917)、同江刺サテライト(☎ ☎ 7011)、同胆沢サテライト(☎ ☎ 0527)

講座名	草木染め	エアロビクス	ヨガ	抜刀術	シャドーボックス	ピラティス
期 日	9/10～10/1 (毎週 月)	9/8～10/27 (毎週 月)	9/8～10/6 (毎週 月)	9/9～10/14 (毎週 月)	9/29・10/6 (どちらも 月)	9/25～11/27 (毎週 金)
回 数	全3回 (9/24休み)	全7回 (9/22休み)	全4回 (9/22休み)	全4回 (9/23、10/7休み)	全2回	全8回 (10/23、11/6休み)
時 間	19:00～20:30	19:30～20:30		19:00～21:00		19:00～20:30
場 所	市勤労青少年ホーム	江刺サテライト	前沢地区センター	江刺サテライト	胆沢サテライト	後藤伯記念公民館
定 員	10人	15人	10人	10人	15人	15人
教 材 費	1回1,500円	無料	無料	500円	2,000円	無料
申込期限	9/2 月	9/3 月	9/4 金	9/4 金	9/18 金	9/19 月

【水沢】

ディック・ブルーナ
ミッフィーと歩いた 60 年
(森本 俊司)

【江刺】

にっぽんのおにぎり
(白央 篤司)

【前沢】

岩手共和国のオキテ
100 カ条
(菊池 幸見)

【胆沢】

たんぼアートのキセキ
(葛西 幸男)

【衣川】

運を呼び込む
神様ごはん
(ちこ)

注目の新着図書

- 水沢図書館 ●一般…武士はなぜ腹を切るのか(山本博文)、懐かしの女の子事典'70年代篇(双葉社)、ナショジオが行ってみたい究極の洞窟(ナショナルジオグラフィック) ●児童…ひとりではじめたアフリカボランティア(栗山さやか)、風のヒルクライム(加部鈴子)、神さま・ほとけさま(本木洋子)
- 江刺図書館 ●一般…オールド・テロリスト(村上龍)、ジョン・マン5(山本一力)、少年皇族の見た戦争(久邇邦昭)、 ●児童…試合で勝てる!小学生のドッジボール上達のコツ(都竹真有美)、マジックツリーハウス38サッカーの神様(メアリー・ポー・オズボーン)、なっとうかあちゃん(マスリウ)
- 前沢図書館 ●一般…音楽という真実(新垣隆)、

- 大人服おしゃれセオリー(石田純子)、農家が教える産地のイチおし旬レシピ(農山漁村文化協会) ●児童…まっかっかトマト(いわさゆうこ)、ちいさなメリーゴーランド(マーシャ・ブラウン)、人体キャラクター図鑑(日本図書センター)
- 胆沢図書館 ●一般…一に人二に人三に人(後藤新平研究会)、「昔はよかった」病(パオロ・マッツァリーノ)、20世紀ロックTシャツ大図鑑(竹石安宏) ●児童…整理整頓(旺文社)、月夜に見参!(斉藤洋)、たとえば、せかいがゴロゴロだったら(高島那生)
- 衣川セミナーハウス ●一般…家族という病(下重暁子) ●児童…ポポロクロニクル(白き竜)上(田森庸介)

◎9月の催し物など

- (◆…企画展 ◆…一般向け ★…子ども向け)
- 水沢図書館 ◆企画展「日本の祭りと世界の祭り」…11日㊦まで ★絵本とあそぼう0・1・2…4日㊦10:30～ ★紙しばいと絵本の読み聞かせ…12日㊦14:00～ ◆企画展「三世代で読みたい絵本～ミッフィー誕生から最新作まで～」…26日㊦～10月15日㊦ ◆南分室 ★紙しばいと絵本の読み聞かせ…19日㊦14:00～ ★親子で映画を見る会…26日㊦14:00～
- 江刺図書館 ◆企画展「文学賞受賞図書展」…6日㊦まで ◆ブック&ブック交換広場…3日㊦～17日㊦ ★お話びっくり箱…13日㊦10:30～11:00 ◆文学史講座第5講…17日㊦13:30～15:00
- 前沢図書館 ◆資料展「出かけたい!旅のたのしみ」…11日㊦～11月1日㊦ ◆企画展「50代からの図書館デビュー」…11日㊦～11月1日㊦ ★ねえ読んで 読み聞かせの日…11日㊦ ★おはなし広場…12日㊦10:30～11:00 ◆子育てサロNP I P P I「すこやか子育て」…16日㊦10:30～
- 胆沢図書館 ◆企画展「巡礼～祈りへの道～」…24日㊦まで ★いちごみるくの「おはなしこんにちはスペシャ

- ル」…6日㊦10:30～ ◆企画展「Sweets World 美味しい本の世界へようこそ」…25日㊦～10月30日㊦
- 衣川セミナーハウス ★子ども映画会…10日㊦16:10～16:40 ◆おらほのきねま…12日㊦14:00～15:00 ◆企画展「宮沢賢治と石川啄木」…15日㊦～30日㊦ ★絵本の読み聞かせ会「おはなしのじかん」…24日㊦16:10～16:40

◎移動図書館の巡回日程【9月】

- 【水沢区】 17日㊦…姉妹町(宿、北余目)・真城(迎畑)・羽田町(宝生)・佐倉河(松堂)、24日㊦…真城(北上野、幅下、真城が丘)・山崎町
- 【江刺区】 1日㊦…広瀬・稲瀬、4日㊦…愛宕、8日㊦…田原、11日㊦…江刺東中・愛児センター、15日㊦…藤里、18日㊦…伊手、25日㊦…米里・玉里、29日㊦…梁川・玉里
- 【胆沢区】 9日㊦…南都田、16日㊦…小山
- 【衣川区】 10日㊦…あゆみ園・衣里小・衣川セミナーハウス

●9月の休館日

水沢、江刺、胆沢図書館…7日㊦、14日㊦、21日㊦～23日㊦、28日㊦
(水沢3分室…上記に加え6日㊦、13日㊦、20日㊦、27日㊦)
前沢図書館…1日㊦～10日㊦(蔵書点検期間)、14日㊦、21日㊦～23日㊦、28日㊦
衣川セミナーハウス…21日㊦～23日㊦

毎月4日は、
奥州市家庭読書の日『ねえ、読んで』

Library 図書館だより

問水沢図書館(☎㊤ 3080)、江刺図書館(☎㊤ 2111)、前沢図書館(☎㊤ 6781)
胆沢図書館(☎㊤ 2133)、衣川セミナーハウス(☎㊤ 3900)



まちの話題

City Topics

おうしゅう

夢に形をあたえるセミナー

医療職進路選択セミナー

市内3つの公立病院で8月3日から5日まで、中高生を対象とした進路選択セミナーが開催されました。3日に行われたまごころ病院でのセミナーには、胆沢区の3中学校から15人が参加。医師や看護師などの医療従事者から仕事内容や資格取得の説明を受けた後、希望職種に分かれて院内を見学しました。友達と参加した千田湖子さん(南都田中2年)は「開催を知ってすぐ参加を申し込みました。看護師になりたいです」と意気込みを語ってくれました。



総看護師長に案内され、病院内を見学する中学生

いさや

いつか力持ちになれるかな

第23回愛宕神社まつり

胆沢区の愛宕山神社で8月1日、愛宕神社まつり(愛宕山神社管理運営委員会主催)が開催されました。秋田三吉の昔話になぞらえた「ちびっこ三吉の一番背負い」には過去最多となる22人がエントリー。2歳以下の子どもたちが2.2kgの餅を背負って歩きました。子どもたちの活躍や泣き顔に会場は一喜一憂。江刺区から参加した那須たまきちゃん(1)のお母さんは「重くて歩けなかったけれど、機嫌はよかったです」と子どもの成長を喜んでいました。



がんばって歩く子どもの姿に家族もにっこり



見事な組織力を見せた掛川チーム

みずさや

静岡サッカーを肌で感じる

掛川市との姉妹都市交流事業

姉妹都市である静岡県掛川市の少年サッカー選手団を本市に迎え7月31日と8月1日、ふれあいの丘公園サッカー場で交流戦が行われました。青少年の健全育成を図ることを目的とした相互交流事業で、掛川市の選手が本市を訪れて試合をしたのは今回が初めて。本市の選手たちは、本場静岡のサッカーを肌で感じ、貴重な体験をすることができました。選手団は、交流戦の後、水沢ざつつあかまつりや市内見学などで奥州の夏を存分に楽しみました。

こつもがや

未来の古生物学者を発掘?

奥州自然史紀行・衣川探検ツアー

えさし郷土文化館と牛の博物館主催の「化石発掘にでかけよう!衣川編」が8月5日、衣川区六道の衣川地史ロードなどで行われました。市内外の小学生29人が参加し、化石の掘り出し方や報告書の作成方法を学び、化石博士になれるワザを身に付けました。地史ロードでは、この日発掘した二枚貝の化石のほか、過去にはサメの歯の化石を発掘。二枚貝を発掘した熊谷海斗君(江刺愛宕小1年)は「もっと違うものも発掘したい」と意欲を見せていました。



金づちとドライバーを使いこなして発掘

9月Health 保健だより

保健日程

健診・教室・健康相談 ―

水沢区

会場：水沢保健センター
(水沢区大手町三丁目 ☎㊟ 4511)

- 母子健康手帳交付
平日 ㊟8:30～17:15 持 保険証・印鑑・振込先通帳
- 4か月児健康診査
8日㊟・16日㊟ ㊟13:00～13:15 対 27年5月生まれ
- 1歳6か月児健康診査
9日㊟・17日㊟ ㊟13:00～13:15 対 26年2月生まれ
- 3歳児健康診査
2日㊟・3日㊟ ㊟13:00～13:15 対 24年3月生まれ
- ことばの相談【要予約】
4日㊟ 9:00～12:00
- 発達相談【要予約】
11日㊟ 9:00～17:00

江刺区

会場：江刺保健センター(江刺区西大通り)
※㊟㊟江刺総合支所健康福祉課 ☎㊟ 2111

- 母子健康手帳交付
毎週㊟ ㊟9:00～11:30 ㊟江刺総合支所健康福祉課
持 保険証・印鑑・振込先通帳
- 4か月児健康診査
18日㊟ ㊟13:15～13:30 対 27年5月生まれ
- 1歳6か月児健康診査
15日㊟ ㊟13:00～13:15 対 26年2月生まれ
- 2歳3か月児子育て教室
29日㊟ ㊟9:00～9:30 対 25年6月生まれ
- 3歳児健康診査
16日㊟ ㊟13:00～13:15 対 24年3月生まれ
- ことばの相談【要予約】
11日㊟ 9:30～12:00
- すくすく教室
1日㊟ 9:30～10:00 対 26年10・11月生まれ
- 子育て相談【要予約】
9日㊟ 10:00～15:00
- 70歳の健康相談
25日㊟ ㊟9:00～9:30 ㊟江刺総合支所多目的ホール
対 昭和20年9月2日～10月1日生まれ

前沢区

会場：前沢健康管理総合センター(前沢区字立石)
※㊟㊟前沢総合支所健康福祉課 ☎㊟ 2111

- 母子健康手帳交付
毎週㊟ ㊟8:30～11:30 ㊟前沢総合支所健康福祉課
持 保険証・印鑑・振込先通帳
- 4か月児健康診査

- 17日㊟ ㊟13:15～13:30 対 27年5月生まれ
- 1歳6か月児健康診査
10日㊟ ㊟13:00～13:15 対 26年1・2月生まれ
- 2歳児子育て・孫育て教室
30日㊟ ㊟9:00～9:20 対 25年5・6月生まれ
- ことばの相談
9日㊟ 9:00～12:00
- なんでも健康相談
毎週㊟ 8:30～11:30 ㊟前沢総合支所健康福祉課

胆沢区

会場：健康増進プラザ悠悠館
(胆沢区南都田字大持 ☎㊟ 2977)

- 母子健康手帳交付
毎週㊟ ㊟9:00～11:30 持 保険証・印鑑・振込先通帳
- 4か月児健康診査
8日㊟ ㊟13:00～13:15 対 27年5月生まれ
- 3歳児健康診査
24日㊟ ㊟13:00～13:15 対 24年1・2月生まれ

衣川区

会場：衣川保健福祉センター
(衣川区古戸 ☎㊟ 3800)

- 母子健康手帳交付【要予約】
平日 ㊟8:30～17:15 持 保険証・印鑑・振込先通帳
- 4か月児健康診査
29日㊟ ㊟14:00～14:10 対 27年5月生まれ
- 1歳6か月児健康診査
29日㊟ ㊟13:20～13:30 対 26年2月生まれ
- 3歳児健康診査
29日㊟ ㊟13:20～13:30 対 24年3月生まれ

全区対象

- 初妊婦母親教室
18日㊟ 13:00～16:00 対 28年1・2月出産予定の初妊婦 持 母子健康手帳・筆記用具 ㊟㊟水沢保健センター
- はじめてのパパママセミナー
5日㊟ 9:00～12:00、13:00～16:00 対 27年11・12月出産予定の妊婦とその夫 持 母子健康手帳・筆記用具 ㊟㊟水沢保健センター
- 離乳食教室(もぐもぐ教室)【要予約】
11日㊟ ㊟9:30～9:45 対 27年1・2月生まれ 持 母子健康手帳・筆記用具 ㊟㊟胆沢健康増進プラザ悠悠館
- 2歳6か月児歯科健康診査【要予約】
対 25年2・3月生まれ 持 母子健康手帳・受診票・保険証 ㊟㊟市内指定歯科医療機関 ㊟㊟水沢保健センター
- こどもの広場【要予約】
16日㊟ 9:20～12:00 ㊟子育て総合支援センター(いずみ保育園) 対 発達などに不安のある子どもとその保護者 ㊟㊟水沢保健センター
- 外国人ママふれあいサークル

- 29日㊟ 10:00～11:45 ㊟子育て総合支援センター(いずみ保育園) 対 市内在住の外国人ママ(妊婦含む) ㊟㊟水沢保健センター
- BCG集団予防接種【要予約】
25日㊟ ㊟13:00～13:15 対 生後5か月から1歳未満 ㊟㊟㊟㊟水沢保健センター
※医療機関での個別接種も可
- ほっとスペース【要予約】
10日㊟ 13:30～15:30 ㊟江刺総合支所 対 統合失調症の人の家族 ㊟㊟江刺総合支所健康福祉課
- 精神保健福祉相談【要予約】
30日㊟ 13:00～16:00 ㊟㊟㊟奥州保健所(☎㊟2831)
- 骨髄バンクドナー登録・エイズ抗体検査
・肝炎検査・クラミジア病原体検査【要予約】
17日㊟ 10:00～12:00(骨髄バンク)、10:00～14:00(エイズ抗体検査、肝炎検査、クラミジア病原体検査) ㊟㊟㊟奥州保健所(☎㊟2831)
- 自死遺族交流会(こころサロン奥州)【要予約】
9日㊟ 10:00～11:30 対 家族など大切な人を自死で亡くされた人 ㊟㊟㊟奥州保健所(☎㊟2831)
- 家族そろって朝食デー
21日㊟は朝食デーです。家族そろって朝食をとりましょう!!

献血日程

	期日	会 場	時 間
全 血 献 血	1 日㊟	㈱千田精密工業	10:00 ～ 11:00
		㈱小富士製作所岩手本社工場	12:00 ～ 13:00
		イオン前沢店(400ml献血のみ)	14:30 ～ 16:30
	2 日㊟	県南広域振興局	9:30 ～ 11:30
	13 日㊟	いわて生協コープアテルイ (400ml 献血のみ)	9:30 ～ 12:00
			13:30 ～ 16:00
	15 日㊟	県南広域振興局江刺分庁舎	12:30 ～ 13:30
	20 日㊟	イオン前沢店 (400ml 献血のみ)	10:00 ～ 12:00
			13:30 ～ 16:00
	29 日㊟	㈱東開技術	9:30 ～ 11:00
		及源鋳造㈱	12:30 ～ 13:30

- 会場・時間帯が変更になる場合があります



- 休日診療所 (水沢区字多賀 21-1 ☎㊟ 3935)
【診療時間】8:30 ～ 16:00 ※診療は上記の場所で行います
6日㊟ 鈴木 密雄 先生 (ひばりが丘内科クリニック)
13日㊟ 高野 鴻佑 先生 (元 高野胃腸科内科)
20日㊟ 板倉康太郎 先生 (内科板倉医院)
21日㊟ 鈴木 教敬 先生 (鈴木内科消化器科クリニック)
22日㊟ 高橋 幸晴 先生 (たかはし内科胃腸科クリニック)
23日㊟ 田村 健 先生 (田村川上医院)
27日㊟ 千田 直 先生 (千田整形外科クリニック)

- 江刺区休日当番医 【診療時間】午前中
6日㊟ 関谷医院 ☎㊟3511(江刺区大通り)
13日㊟ たかはし内科医院 ☎㊟6668(江刺区大通り)
20日㊟ 関谷医院 ☎㊟3511(江刺区大通り)
21日㊟ 玉澤リハビリ整形外科 ☎㊟8801(岩谷堂字二本木)
22日㊟ ひらた外科内科クリニック ☎㊟1331(愛宕字観音堂沖)
23日㊟ 谷口耳鼻咽喉科医院 ☎㊟2927(江刺区大通り)
27日㊟ 伊藤内科医院 ☎㊟4006(江刺区川原町)

- 日曜歯科当番医 【診療時間】9:00～12:00
6日㊟ おおたに歯科医院 ☎㊟8148(水沢区字高屋敷)
13日㊟ 関ちだ歯科 ☎㊟3322(前沢区駅東)
20日㊟ 大手町歯科医院 ☎㊟8820(水沢区大手町)
27日㊟ はたけやま歯科 ☎㊟8811(江刺区豊田町)

- 日曜整骨当番院 【診療時間】9:00～15:00
6日㊟ 阿部整骨院 ☎㊟1036(江刺区六日町)
13日㊟ おおまち整骨院 ☎㊟4110(水沢区大町)
20日㊟ 星整骨院 ☎㊟3742(水沢区福吉町)
27日㊟ 倉本整骨院 ☎㊟6788(胆沢区小山字川北)

- 小児夜間診療所 (水沢区字多賀 21-1 ☎㊟ 3935)
【診療日】年中無休 【診療時間】18:30 ～ 21:00

- こども救急相談電話 (☎ 019-605-9000)
【相談日】年中無休 【受付時間】19:00 ～ 23:00

- 普通救命講習会
万が一に備えて、心肺蘇生法やAED(自動体外式除細動器)の使い方を学びませんか。
▷日時・場所 6日㊟胆沢分署 9:00～12:00、16日㊟前沢分署 9:00～12:00 ▷対象…中学生以上
▷内容…心肺蘇生法、AEDの使用法、異物除去法、止血法
▷受講料…無料 ▷申込期限…各講習会開催前の㊟
▷問い合わせ・申込先…奥州金ケ崎行政事務組合消防本部 消防救急課救急係(☎㊟7211)

※㊟は受付時間、㊟は会場、対は対象者、持は持ち物、㊟は予約先、㊟は問い合わせ先を表します。
平日は月曜日～金曜日を表します。会場名の記載がない場合は、区名右隣にある会場で開催します。



第14回 奥州 YOSAKOI in みずさわ

第59回水沢商人まつり併催
午前11時～午後6時半
会場：水沢駅通り、横町、大町
県内外から総勢1,800人の踊り手が集結。水沢駅通り、横町、大町など5つの会場で迫力ある演舞を繰り上げます。ぜひ、お出掛けください。

- 市内出演チーム 水沢区：レインボーVキッズ、ひがし幼稚園、むつみ☆めぐっこチーム、水沢絆舞連、幻夢伝、江刺区：江刺華舞斗、前沢区：紅翔連、遊夢舞、胆沢区：飛勇凜、衣川区：鼓舞士

問奥州 YOSAKOI in みずさわ実行委員会（奥州商工会議所内 ☎ 3141）

水沢区

市埋蔵文化財調査センター
☎ ☎ 4400

- 体験学習会「どきドキ縄文土器づくり」～粘土こねから野焼きまで～①形成編
・日時 5日 日 午前9時半～午後3時
・定員 20人（小学4年生以上）
・参加料 500円（保険料込）
※②焼成編は10月10日 日
※①と②の両日参加できる人

- 鎮守府探訪講座（第3回）「延暦8年『栗伏の戦い』の実像を探る」
・日時 13日 日 午後1時半～3時
・講師 佐久間賢（センター所長）
・定員 50人
・受講料 1,500円（全5回分）

高野長英記念館
☎ ☎ 6034

- 高野長英の手紙～獄中時代～、高野家長英追慕書軸展
・期間 15日 日～11月8日 日
※重要文化財展示期間は10月6

日 日～11月8日 日

後藤新平記念館
☎ ☎ 7870

- 後藤新平と吉田松陰門下～長州の宰相達～
・期間 18日 日～11月4日 日
・入館料 200円（高校生以下無料）

江刺区

えさし郷土文化館
☎ ☎ 1600

- 企画展「海と大地の残火～紡がれる記憶と未来へ刻む歴史～」
・期間 ～11月8日 日

- 特別講座「写経教室」
・日時 5日 日、12日 日
午後0時半～3時半
・講師 伊藤大鑑氏
・受講料 各回1,000円
・定員 各回20人

- 学芸員とおきの話⑤「昭和初期の世界情勢と斎藤實のシゴト」
・日時 6日 日 午後1時半～

9月のイベント Event



えさし藤原の郷 萩まつり NHK交響楽団「弦楽四重奏コンサート」

9月19日 土 ①午前11時半～/②午後2時半～
会場：歴史公園えさし藤原の郷

平安浪漫を音楽と共に感じてみませんか。

- 出演者 木全利行、青木調、坂口弦太郎、西山健一
- 料金 入場料のみ
- 整理券発行 各回100人分
- 開場時間 ①午前10時半、②午後1時半
- 萩まつり開催期間 9月12日 日～23日 日
- 問えさし藤原の郷 ☎ ☎ 7791

・資料代 300円

- 館長ツキイチ講座⑥「平泉の優品群」木簡類2－墨書折敷・墨書かわらけ ※バスツアー
・日時 27日 日 午前9時～午後5時
・参加料 2,000円
・定員 35人
・受付 19日 日～

前沢区

牛の博物館
☎ ☎ 7666

- 企画展「南部牛の姿を求めて」
・期間 ～10月18日 日

- うしはく座談会「文化財の守りかた」
・日時 5日 日 午後3時～

- 第53回肉用牛研究会岩手大会
・日時 17日 日、18日 日
・会場 前沢ふれあいセンター

衣川区

衣川歴史ふれあい館
☎ ☎ 3750

- 歴史講談上演「青凜会定期公演」
・日時 5日 日、6日 日 午後1時半～