

## 来年4月1日採用

### 町職員を募集します

来年4月1日採用予定の町職員を若干人募集します。

- ▽試験日 来年1月14日(日)
- ▽時間 午前10時から
- ▽場所 山田町役場
- ▽受付期間 12月1日～15日
- ※土・日曜日を除く
- ▽募集職種 左表のとおり
- ▽試験内容 ▼一般・新卒者枠：  
教養試験(高校卒業程度)、

作文試験、適性検査、専門試験(一般事務以外の職種)▼  
社会人経験者枠：社会的関心への理解と知的能力を見る試験、作文試験、適性検査、性格特性検査

▽受験申込用紙の配布 11月14日から町民課、総務課と役場各支所で配布(町ホームページからもダウンロード可)

※申込用紙を郵便で請求する場合は、120円切手と返信用封筒(宛先を明記したA4判用紙を折らずに送れるサイズの封筒)を同封し、町総務課へ請求してください。

◆申込先・問い合わせ 町総務課行政係(〒028-1139 2山田町八幡町3番20号 ☎821-3111内線418)へ。

#### ◆一般・新卒者枠

募集職種	年齢要件	学歴・資格などの要件
一般事務	平成4年4月2日以降に生まれた人	大学・短期大学・高等学校を卒業している人または来年3月末までに卒業する見込みの人
土木技師	昭和62年4月2日以降に生まれた人	土木の専門課程を修得している人または来年3月末までに修得する見込みの人
建築技師		2級建築士以上の資格を有する人または来年3月末までに取得する見込みの人
保健師	平成4年4月2日以降に生まれた人	保健師の資格を有する人または来年3月末までに取得する見込みの人
社会福祉士		社会福祉士の資格を有する人または来年3月末までに取得する見込みの人

#### ◆社会人経験者枠

募集職種	年齢要件	学歴・資格などの要件	職歴要件
一般事務	昭和57年4月2日以降に生まれた人	大学・短期大学・高等学校を卒業している人	平成28年12月1日から令和5年11月30日までの間に、民間事業所や公的機関などにおける実務経験が継続して4年以上ある人
土木技師	昭和52年4月2日以降に生まれた人	土木の専門課程を修得している人か2級土木施工管理技士以上の資格を持つ人	
建築技師		2級建築士以上の資格を有する人	
保健師	昭和57年4月2日以降に生まれた人	保健師の資格を有する人	
社会福祉士		社会福祉士の資格を有する人	

## お孫ちゃん教室を開催します

町では、町内在住の祖父母や祖父母になる予定の人を対象に「ハローお孫ちゃん教室」を開催します。

- ▷期日 12月3日(日)
- ▷時間 午前10時～正午
- ▷場所 町保健センター2階ホール
- ▷内容 ▶講話…祖父母の役割や子育ての今と昔の変化 ▶体験…沐浴、抱っこ、おむつ交換、ミルクの作り方—など
- ▷申込期限 12月1日



沐浴やおむつ交換などを体験できます(前回の教室の様子)



◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

# 対象者は忘れずに受検を

## 結核・胃がんなどの検診を行います

町では、結核検診と胃がん、大腸がん、肝臓・胆のう・膵臓・腎臓検診を左表の日程で行います。対象者はこの機会を忘れずに受検してください。

▽対象 65歳以上（昭和34

▽対象 40歳以上（昭和59年3月31日以前生まれ）の町民

年3月31日以前生まれの町民で本年度に同検診や肺がん検診、人間ドックを受検していない人  
▽持ち物 今年8月に送付された健康診断受診票  
◎胃がん、大腸がん、肝胆膵腎検診

既に申し込みをした人で、未受検の人には受検票を送付します。  
申し込みをしていない人は12月1日までにお問い合わせください。

### ■結核検診日程【11月】

期日	受付時間	会場
20日 (月)	午前9時～9時20分	馬鞍コミュニティセンター
	午前10時～10時20分	町健康増進センター（桜野）
	午前10時50分～11時10分	上豊間根自治交流会館
	午前11時40分～正午	浜川目コミュニティセンター
	午後1時半～2時	旧山田消防署敷地内（大沢）
21日 (火)	午前9時～9時20分	関口農業担い手センター
	午前10時10分～10時半	織笠コミュニティセンター
	午前11時10分～11時40分	猿神農業担い手センター
	午後1時半～2時10分	町保健センター
22日 (水)	午前9時～10時	大浦漁村センター
	午前10時40分～11時10分	田の浜地区濱登様駐車場前
	午後1時半～2時	岩手船越駅前

### ■胃がん、大腸がん、肝胆膵腎<sup>すい</sup>検診日程

期日	受付時間	会場
12月10日(日)	午前6時半～9時	町保健センター

- ▽費用 ▼胃がん検診：1500円 ▼大腸がん検診：500円 ▼肝胆膵腎検診：1600円
- ▽留意事項 ▼大腸がん検診での採便は、検診日の4日前から採ることができ、日を替えて2日分必要です ▼検診前日や当日の注意事項などは、送付される案内文書や受検票を確認してください
- ◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康管理係（☎82-3111 内線612、618）へ。

# 道路舗装復旧工事のため 林道赤松線と町道関口線の一部で交通規制

町では、道路舗装復旧工事のため、次の箇所で交通規制を行います。

規制箇所では交互通行となるほか、林道赤松線では時間帯通行止めとなりますのでご注意ください。住民の皆様にはご不便をおかけしますがご理解とご協力をお願いします。

#### ◎林道赤松線

▷期間 11月17日～12月10日

▷規制時間 午前8時半～午後5時

#### ◎町道関口線

▷期間 11月27日～12月16日

▷規制時間 午前8時半～午後5時

※詳しい内容は、お問い合わせください。

◆問い合わせ 町上下水道課整備係（☎82-3111内線348）へどうぞ。

◇林道赤松線位置図



◇町道関口線位置図





カメラに向かってピース

# おしらせ

山田町役場82 - 3111

町のホームページアドレス

<https://www.town.yamada.iwate.jp/>

## 保護猫の譲渡会を 19日に開催します

- ◎「第6回保護猫譲渡会」
- ▷相談日 11月19日(日)
- ▷時間 午後1時～午後3時
- ▷場所 宮古地区合同庁舎第2会議室
- ▷内容 猫と対面、譲渡前講習会、譲渡
- ◆問い合わせ 宮古保健福祉環境センター環境衛生課(☎64-2218) へどうぞ。

## 特設人権相談所 12月1日に開催

- ◎「特設人権相談所」
- ▷相談日 12月1日(金)
- ▷時間 午前10時～午後3時
- ▷場所 町中央コミュニティセンター第2研修室、集会室
- ▷相談内容 親子や夫婦関係、職場、学校などでの悩み事
- ◆問い合わせ 盛岡地方務局宮古支局(☎62-2337)へ。

## お買い求めください 原木シイタケを販売

- 県では、原木シイタケ販売会を開催します。対象商品を購入し、シールを集めて応募すると抽選で26人に特産品が当たりますので、お買い求めください。
- ▷期日 12月2日(土)
- ▷時間 午前10時～午後3時
- ▷場所 道の駅やまだ
- ◆問い合わせ 宮古農林振興センター林務室林業振興課(☎64-2215) へどうぞ。

**11月分の納税**  
 固定資産税…(第3期)  
 国民健康保険税…(第5期)  
 納期限…11月30日(木)  
 (口座振替日)  
 ～期限内に納付を～

## ちりめん<sup>えと</sup>で来年の 干支飾りを作ろう

- ◎「ちりめん<sup>えと</sup>干支飾り作り講座」
- ▷日時 12月9日(土) ▶第1回…午前10時～正午▶第2回…午後1時半～3時半
- ▷場所 町中央コミュニティセンター郷土資料室
- ▷内容 来年の干支飾り作り
- ▷対象 ▶小学生以上の町民▶町内に勤務している人
- ▷定員 各回10人(先着順)
- ▷参加費 千円
- ▷申込期限 12月1日
- ◆申込先・問い合わせ 町生涯学習課社会教育係(内線624)へ。

## 正月の飾りものを 作ってみませんか

- ◎「創作ひろば」
- ▷期日 12月9日(土)
- ▷時間 ▶門松作り…午前9時半～11時半▶しめ縄飾り…午後1時半～3時半
- ▷場所 陸中海岸青少年の家
- ▷内容 季節行事に使う門松やしめ縄飾り作りを体験します。
- ▷定員 各回40人
- ▷参加費 1作品当たり800円
- ▷申し込み方法 陸中海岸青少年の家に配布する申込用紙に必要事項を記入し提出、またはファクスで申し込み
- ▷申込期限 12月1日
- ◆申込先・問い合わせ 陸中海岸青少年の家(☎84-3311/ファクス84-3312)へどうぞ。

## 優れた芸術作品 鑑賞しませんか

- 県では、第76回岩手芸術祭巡回美術展を開催します。県内の優れた芸術作品が展示されます。入場は無料ですので、お誘い合わせの上、ご来場ください。
- ▷期日 11月29日(水)、30日(木)
- ▷時間 午前9時～午後4時
- ▷場所 町中央公民館小ホール
- ◆問い合わせ 町生涯学習課文化係(内線631) へどうぞ。

## 生活習慣を見直して 健康な身体を作ろう

- ◎「糖尿病重症化・合併症予防教室」
- ▷期日 12月7日(木)
- ▷時間 午後2時半～4時
- ▷場所 町保健センター
- ▷内容 糖尿病の重症化を予防する方法など
- ▷講師 大久保・熊坂内科クリニック 院長 大久保仁<sup>ひとし</sup>氏
- ▷持ち物 筆記用具、眼鏡、血液検査結果、糖尿病連携手帳
- ▷申込期限 12月6日
- ◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線615) へどうぞ。

## 健康づくり教室 町内各地で開催

- 町では、健康づくり教室を開催します。生活習慣病の予防知識を学んでみませんか。
- ▷期日と会場
- ▶11月21日(火) 大沢ふるさとセンター
- ▶11月22日(水) 荒川農業構造改善センター
- ▶11月27日(月) 田の浜コミュニティセンター
- ▶11月28日(火) 織笠コミュニティセンター
- ▶11月29日(水) 大浦漁村センター
- ▶11月30日(木) 町保健センター
- ▶12月1日(金) 船越防災センター
- ▶12月4日(月) 豊間根生活改善センター
- ▶12月9日(土) 町保健センター
- ▷時間 午前10時～11時半
- ※11月22日は午後1時半～3時
- ▷持ち物 令和5年度内の血液検査結果がわかるもの
- ▷申込期限 各開催日の前日(土・日曜日の場合は直前の平日)
- ◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係(内線615) へどうぞ。

## 都市計画審議会の 委員を募集します

- 町では、「山田町都市計画審議会」の委員を募集します。
- ▷要件 次の全てを満たす町民
- ▶町の都市計画に関心がある
- ▶応募期限時点で満20歳以上である
- ▶公務員や町議会議員、町の審議会などの委員に任命されていない
- ▷募集人数 2人
- ▷任期 令和5年12月1日～令和7年11月30日
- ▷応募方法 町都市計画課に備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、持参や郵送、ファクス、メールで応募
- ▷応募期限 11月22日
- ◆申込先・問い合わせ 町都市計画課都市計画係(内線241)へ。

## 子育て支援員研修の 受講者を募集します

- ◎「子育て支援員研修」
- ▷期日 ▶講義…12月1日(金)、8日(金)、9日(土)、来年1月26日(金)、27日(土)▶実技…2日間の実習
- ▷時間 午前9時～午後4時半
- ▷場所 町中央コミュニティセンター
- ▷内容 保育や子育て支援事業に従事するための研修
- ▷参加費 2,750円(テキスト代)
- ▷申込期限 11月28日
- ◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子ども子育て係(内線602) へどうぞ。

## 19日は白石地区の 水車小屋へ行こう

- ◎「白石水車まつり」
- ▷期日 11月19日(日)
- ▷時間 午前9時から
- ▷場所 織笠白石地区水車小屋
- ▷内容 農産物・加工品の販売、餅まき
- ◆問い合わせ 町農林課農業振興係(内線218)へどうぞ。

# Health Guide

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、  
町健康子ども課（☎82-3111内線605、615）  
へどうぞ。

# 保健だより

【12月号】

## ○乳幼児健診・健康相談 場所：町保健センター

名称	期日	受付時間	対象者
3～4カ月児健診	18日	午後0時50分～1時00分	令和5年8月生まれ
6～7カ月児健診		午後1時00分～1時10分	令和5年5月生まれ
9～10カ月児健診		午後1時00分～1時10分	令和5年2月生まれ
1歳6カ月児健診	13日	午後0時50分～1時00分	令和4年2月21日～6月10日生まれ
3歳児健診	5日	午後0時20分～0時40分	令和2年9月1日～10月24日生まれ
4歳半児健康相談	14日	個別に通知します	平成31年4月15日～令和元年6月10日生まれ

対象者には事前に通知しますが、該当月に受けられなかった場合は他の月でも受診できますので、ご連絡ください。

▷持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル、上履き

◆問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター（内線605）へどうぞ。

## ○ハロー赤ちゃん教室

期日	場所	時間	対象者	内容
8日	町保健センター 2階ホール	午前10時～正午	妊婦とその家族	マタニティヨガ体験 や妊娠中の注意点

ハロー赤ちゃん教室は、安心して赤ちゃんを迎えるための教室です。パパやママになる人のほか、家族の人も参加できます。

▷持ち物 母子健康手帳、飲み物(水分補給のため)

▷申込期限 12月7日

※運動のできる服装でご来場ください。

◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター（内線605）へどうぞ。

## ○子育てサロン ※要予約(午前・午後各6組まで)

開催日	時間	場所
毎週火曜日 ・木曜日	午前10時～11時半 午後0時半～2時	オランダ島ハウス、 町保健センター



(QRコード)

子育てサロンは、乳幼児の遊び場です。開催場所やサロンの様子は、右上のQRコードからブログをご確認ください。

◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター（内線605）へどうぞ。

## ○健康2倍デー

期日	場所	時間	内容
7日	町中央コミュニティセンター	午前10時～正午	手を動かしさおでんせ ※参加費300円
8日	町まちなか交流センター	午前10時～正午	ちよび塩クッキング教室 ※参加費300円
15日	町保健センター 2階ホール	午前10時～11時半	きつかけ運動教室 (脳卒中予防運動教室)

健康2倍デーは、手芸などの趣味の教室や筋力トレーニングなどの運動教室、減塩レシピを紹介する栄養教室など健康を推進するための各種教室を開催しています。

▷申込期限 各開催日の前日まで

◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係（内線615）へ。

## ○自殺関連こころの相談、精神保健相談

名称	開設日	時間	場所
①こころの相談	26日	午前10時～正午	宮古保健所
②精神保健相談		午後1時半から	

▷申込期限 ①12月25日 ②12月22日

◆申込先・問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係（内線615）へ。

## 体内時計を整えて 健康づくりに取り組もう

秋はさまざまな食材が旬を迎え、おいしいものを食べる機会が多くなります。

私たちの体はエネルギー代謝、ホルモン分泌などの生理現象を体内時計でコントロールしながら生活しています。体内時計は、不規則な生活リズム、夜にスマートフォンなどのブルーライトを浴びることなどで乱れ、肥満や生活習慣病発症のリスクを高めます。体内時計を整える正しい知識を身につけ、秋の味覚を楽しみながら日々の健康づくりに取り組みましょう。



【体内時計を整える食事のポイント】

- ①朝食…起床後2時間以内に、炭水化物やたんぱく質をそろえた朝食をとりましょう。
- ②昼食…血糖値の上昇を抑える食物繊維、活動量の増加に備えて脂質のあるものをとりましょう。
- ③夕食…夜はエネルギー消費が落ちて太りやすいため、量をなるべく控えましょう。

【食べる順番のポイント】

初めに野菜や汁物などの食物繊維、次に肉や魚などのたんぱく質、最後に、ごはんなどの炭水化物を順に食べることで血糖値の急上昇を抑え、肥満予防につながります。

## ○ぴよぴよランド

期日	場所	時間	対象者
13日	町中央コミュニティセンター和室	午前10時～11時半	3カ月～1歳未満の子 もとその家族

ぴよぴよランドは、1歳未満のお子さんやその保護者同士がゆっくり交流する場です。

▷持ち物 バスタオル、おむつ、着替え、飲み物

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター（☎070-4394-3329）へどうぞ。

## ○とことこランド

期日	場所	時間	対象者
6日	町中央コミュニティセンター和室	午前10時～11時半	幼稚園や保育園に入園して いない乳幼児とその家族
20日	町中央公民館小ホール		

とことこランドは、未就園児親子が交流し、子育ての悩み相談などをする場です。

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター（☎070-4394-3329）へどうぞ。

## ○なかよしの森（おでかけ広場）

期日	場所	時間	対象者
4日、11日、18日	山田町第一保育所	午前10時～11時半	未就園児と その家族
5日	山田第二保育所		
7日、14日、 21日、28日	織笠コミュニティセンター		
15日	町中央コミュニティセンター和室		

なかよしの森は、未就園児とその家族が交流する場です。

◆問い合わせ 山田町地域子育て支援センター（☎070-4394-3329）へどうぞ。