

甲斐谷副町長が退任



前山田町副町長

甲斐谷 義昭

7月31日に甲斐谷義昭副町長(65)が退任されました。

平成24年から7年8ヵ月にわたって町の行政に力を尽くされたご労苦に感謝申し上げます。今後のご健勝を祈念いたします。

新生やまだ商店街でイベント開催

町民限定！
子ども向けイベント



たんけん！
はっけん！
やまだまち

日時 8月30日(日)
午後2時～4時

場所 山田町中央公園

内容 町を歩きながらクイズに挑戦しよう！
ゴールした人には参加賞★
※小雨決行、荒天中止

～参加する人は次のことにご協力を～

- ◎当日の体温チェックやマスクの着用など、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策をお願いします。
- ◎こまめな水分補給などの熱中症対策をお願いします。
- ◎小学生以下は、保護者同伴でお越しください。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、イベントを中止する場合があります。

◆問い合わせ 新生やまだ商店街協同組合(☎77-3732)へどうぞ。



農地パトロールの様子

町農業委員会では、遊休農地の発生防止と解消、無断転用防止のため、毎年、農地パトロールを行っています。本年度の調査は8月下旬から農業委員や農地利用最適化推進委員などが行う予定です。皆さんのご理解を願います。

町内の農地を対象に 農地パトロールを実施

◎無断転用は違法行為
農地を農地以外(山林・宅地・雑種地など)にするためには、農地転用の許可が必要です。許可なく転用すると、農地法違反となりますのでご注意ください。
なお、農地に「家を建てたい」「駐車場にしたい」といった計画がある場合は、事前に地区担当の農業委員、農地利用最適化推進委員または農業委員会事務局へご相談ください。

◆相談先・問い合わせ 町農業委員会事務局(☎82-3111 1内線217)へどうぞ。

お盆期間中の各種業務

お盆期間中の役場業務は、土・日曜日を除き通常どおり業務を行います。その他の施設などについては、下記のとおりです。

◎患者輸送バス

8月14日(金)は運休します。

◎保健センター機能回復訓練室

8月13日(木)から16日(日)は利用できません。

◆問い合わせ 町健康子ども課健康管理係(☎82-3111内線612)へどうぞ。

◎ごみの受け入れ

宮古清掃センター、最終処分場、リサイクルセンターでは、日曜日を除き、家庭ごみや資源ごみを受け入れます。持ち込む際は、「燃えるごみ」、「燃えないごみ」、「資源ごみ」に分別し、指定の袋に入れて持ち込んでください。

▷受け入れ時間 ▶午前8時半～正午▶午後1時～4時半

※し尿処理施設は、8月14日(金)から16日(日)まで休みです。汲み取りの連絡はお早めどうぞ。

◆問い合わせ 宮古地区広域行政組合事務局施設課(☎64-7111)へどうぞ。

建築物防災週間で 防災相談所を開設

県では、8月30日から9月5日までの建築物防災週間に合わせて、防災相談所を設置します。期間中、建築に関する地震対策のほか、ブロック塀の安全確保など、建築物の防災に関する各種相談にお答えします。

▷場所 宮古地区合同庁舎3階
(宮古市五月町)

◆問い合わせ 沿岸広域振興局
土木部宮古土木センター ☎64-2221 へどうぞ。

介護の仕事への 相談を受け付け

◎介護のしごと臨時出張相談会

▷開催日 8月29日(土)

▷時間 午前11時～午後3時

▷場所 マリンコープドラ2階
特設会場(宮古市小山田)

▷対象 福祉の職場に関心のある人や就労を希望する人

◆申込先・問い合わせ 岩手県
福祉人材センター宮古キャリア
支援員・舘洞 ☎080-8201-0199 へどうぞ。

戦没者追悼式は 開催中止します

8月22日(土)に開催を予定していた戦没者追悼式は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止といたします。参列を予定していた皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

◆問い合わせ 町長寿福祉課福
祉チーム(内線149)へどうぞ。

知的障害に関する 相談など受け付け

県では、来所相談を利用することが困難な人のために、「知的障がい者巡回相談」を行っています。

▷日時 10月13日(火)

午前10時半～午後4時

▷場所 宮古市山口公民館
(宮古市山口一丁目)

▷内容 18歳以上の知的障害者についての相談や判定など

▷申込期限 9月11日

◆申込先・問い合わせ 町長寿
福祉課地域福祉係(内線151)
へどうぞ。

風水害時の避難所 新たに6カ所増設

町では、風水害時の【警戒レベル3】避難準備・高齢者等避難開始発令の際の指定避難所10カ所を新型コロナウイルス感染症対策のため16カ所に増設します。これは、指定避難所の収容人数などを勘案し、避難者のソーシャルディスタンスを保持し、感染拡大を防ぐため増設するものです。増設を含めた指定避難所は下表のとおりです。

なお、災害の種別や段階によって、開設する避難所が異なりますので、自身の避難所をあらかじめ確認し、災害時には適切な避難行動をとりましょう。

◇風水害時指定避難所一覧

地区名	指定避難所
豊間根	旧荒川小学校
	豊間根小学校
	旧豊間根中学校【追加】
大沢	旧大沢小学校
山田	中央公民館【追加】
	保健センター
	旧さくら幼稚園
	旧山田北小学校【追加】
織笠	織笠コミュニティセンター
	旧轟木小学校
	旧織笠小学校【追加】
	山田中学校【追加】
船越	船越防災センター
	B&G海洋センター【追加】
	船越小学校
大浦	旧大浦小学校

◆問い合わせ 町総務課危機管理室 ☎82-3111内線
415、429 へどうぞ。

各種健康診査は 予定どおり実施します

※今後の感染拡大状況により中止する場合があります

町で実施する以下の健康診査について、8月1日号の各種健康診査の実施(11頁)で「※県内で新型コロナウイルス感染症が発生した場合は、全ての健康診査を中止」と掲載していましたが、感染拡大防止対策を徹底し、予定どおり実施します。

受診する人は、案内文書に同封の問診票で体調をチェックし、受診当日に提出してください。また、体温測定やマスクを着用するなど自身での感染防止対策をお願いします。

▷健康診査の種類 ▶特定健康診査▶他保特定健康診査
▶東日本大震災健康診査▶後期高齢者健康診査▶若年者健康診査▶前立腺がん検診

◆問い合わせ 町健康子ども課健康づくり係 ☎82-3111内線612、614 へどうぞ。

たんぽぽ学級を開催

日時 9月8日(火)
午前10時～11時半

場所 町中央公民館

内容 子どもの歯磨き

託付付きてるので、
安心して学習できます★



○対象 妊婦や未就園児を持つ親と家族

○申込期限 9月7日

◆申込先・問い合わせ 町生涯学習課社会教育係
☎82-3111内線623 へどうぞ。

おしらせ



密集を避けよう

震災にまつわる 短編小説を募集

いわてアートサポートセンターでは、東日本大震災および震災後の風土や心象、人々の営みなどをテーマにした短編小説を募集します。

なお、作品は東日本大震災以降に書かれ、未発表のものに限ります。

▷応募資格 県内在住者や出身者など岩手にゆかりのある人
▷応募規定 ▶400字詰原稿用紙換算15枚～30枚の小説▶1人1編

▷応募方法 郵送またはメール
※メールの場合は、Wordによる添付文書(縦書き)とする。

▷添付事項 次の事項を明記した別紙を添付してください

▶作品題名▶筆名(本名)▶生年月日・年齢・性別▶職業または学校名▶住所・電話番号▶県内在住以外の人は岩手との関わり合いを付記

▷応募締切 10月31日(消印有効)

▷選考結果 12月(予定)に同センターホームページ上で発表

※入選作品は、作品集「いわて震災小説2021」に掲載し、掲載作品から数編を来年3月に開催予定の「いわて文化復興支援フォーラム」の朗読劇で上演します。

◆**応募先・問い合わせ** 特定非営利活動法人いわてアートセンター「いわて震災小説2021」係 (〒020-0878盛岡市肴町4-20永卯ビル3階 ☎019-604-9020/メールkaze@iwatearts.jp) へどうぞ。

8月分の納税

町県民税…(第2期)
国民健康保険税…(第2期)
納期限…8月31日(月)
(口座振替日)

～忘れずに納付を～

受講生募集します 能力開発セミナー

宮古高等技術専門学校では、同校を会場に下記研修コースの受講生を募集します。

◎ISO14001内部監査員養成研修コース

▷日程 9月10日(木)～11日(金)
午前9時～午後4時

▷定員 30人

▷受講料 無料

▷申込期限 8月26日

◎グラフィック応用研修コース

▷日程 ▶9月16日(水)…午前9時半～午後4時半▶17日(木)…午前9時～午後4時

▷定員 10人

▷受講料 2728円

▷申込期限 9月2日

◎ExcelVBA入門研修コース

▷日程 9月24日(木)～25日(金)
午前9時～午後4時

▷定員 15人

▷受講料 2068円

▷申込期限 9月9日

◆**申込先・問い合わせ** 岩手県立宮古高等技術専門学校(〒027-0037宮古市松山8-29-3 ☎62-5606/ファクス64-6596)へどうぞ。

ひとり親家庭への 無料法律相談実施

県では、弁護士による「ひとり親家庭の親等のための無料法律相談」を実施します。

▷日時 9月9日(水)
午前10時～午後3時

▷会場 宮古地区合同庁舎1階相談室(宮古市五月町)

▷対象 ひとり親家庭の人(母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦など)

▷内容 ▶離婚や養育費について▶日常生活での困りごとや悩みごとについて—など

◆**申込先・問い合わせ** ▶沿岸広域振興局宮古保健福祉環境センター(☎64-2213)▶(一社)岩手県母子寡婦福祉連合会(☎019-623-8539)へ。

危険物取扱者試験 この機会に受験を

◎危険物取扱者試験

▷期日 9月26日(土)
▷会場 宮古市民総合体育館(宮古市小山田)

▷種類 甲種、乙種全類、丙種

▷手数料 ▶甲種…6600円

▶乙種…4600円

▶丙種…3700円

▷申込期間 ▶電子申請…8月10日～17日午後5時▶書面申請…8月13日～20日(当日消印有効)

▷願書配布先 山田消防署予防係(☎82-3139)

◆**問い合わせ** (一財)消防試験研究センター岩手県支部(☎019-654-7006)へどうぞ。

結婚に向けた一歩 i-サポへ登録を

“いきいき岩手”結婚サポートセンター「i-サポ」では、結婚を希望する独身男女の出会いを支援するため、会員を募集しています。「i-サポ」は、会員登録制による1対1の出会い(お見合い)の場を提供し、理想のパートナー探しをサポートします。

▷登録できる人 県内在住または県内勤務で20歳以上の独身者

▷登録料 1万円(2年間有効)

▷登録方法 次のものを持参し来所してください ▶入会申込書▶本人確認書類▶独身を証明する書類▶写真▶登録料
※事前に電話予約が必要です。

◎最寄りのi-サポ

【i-サポ宮古】

▷開所時間 午前10時～午後7時(土・日曜日…午前9時～午後6時)

※火曜日、祝日、お盆、年末年始は休所

▷場所 陸中ビル3階(宮古市宮町)

◆**予約先・問い合わせ** i-サポ宮古(☎65-7222)へ。

子ども人権問題 相談時間を延長

盛岡地方法務局と岩手県人権擁護委員連合会では、子どもの人権問題の解決を図るための電話相談窓口「子どもの人権110番」を設置しています。8月28日から9月3日までは強化週間として対応時間を下記のとおり延長します。専門的知識がある人権擁護委員が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

▷対応時間 ▶平日…午前8時半～午後7時▶土・日曜日…午前10時～午後5時

▷内容 ▶学校における「いじめ」▶家庭内における児童虐待—など

▷相談専用電話 (☎0120-007-110)

◆**問い合わせ** 町町民課地域安全係(内線126)へどうぞ。

エコアクション あなたも実践を

県では、地球温暖化防止を目的として、エコアクション(省エネ行動)を実践し、アンケートに答えるとプレゼントが当たる「いわて夏エコキャンペーン」を実施中です。参加を希望する人は、専用サイト(http://www.aiina.jp/environment/iwate_coolbiz.html)から応募ください。また、専用サイトでは、クールビズや再配達防止など身近なエコアクションを紹介しています。エコアクションを実践して、これからの地球のことを考えてみませんか。

▷応募期限 9月30日

※専用サイトQRコード↓



◆**問い合わせ** 県環境生活部環境生活企画室(☎019-629-5271)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615、605）へどうぞ。

9月号

保健だより

各種健診・教室などについて、新型コロナウイルス感染症の感染状況により、延期や中止となる場合もありますので、ご了承ください。

○乳幼児健診

場所：保健センター

名称	期日	受付時間	対象者
3～4カ月児健診	14日	午後0時50分～1時00分	令和2年5月11日～6月10日生まれ
6～7カ月児健診	14日	午後1時10分～1時20分	令和2年2月11日～3月10日生まれ
9～10カ月児健診	14日	午後1時00分～1時10分	令和元年11月11日～12月10日生まれ
1歳6カ月児健診	9日	午後0時50分～1時00分	平成30年11月6日～平成31年1月30日生まれ

▶持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
※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。

※定期健診時に、対象月齢以外のお子さんに関する育児相談も受け付けています。

◆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。

○4歳半児健康相談

場所：保健センター

期日	受付時間	対象
29日	午後1時～ ※個別通知で案内	平成28年1月1日～平成28年2月21日生まれ

心身の成長を確認するための大切な相談です。身体測定や問診、言葉の検査のほか、保健指導や栄養指導を行います。

◆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
27日	保健センター2階ホール	午前10時～正午	妊婦とその家族	お産の経過、夫や家族の役割など

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・ママになる人や、家族の人の参加も大歓迎です。参加を希望する人は、25日までにお申し込みください。

▶持ち物 母子健康手帳

◆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。

○赤ちゃんらんど

期日	場所	対象者
16日	子育て支援センター室（織笠保育園）	3カ月～1歳未満の子どもとその保護者

赤ちゃんらんどは、1歳未満のお子さんを持つ保護者同士が交流する場です。参加を希望する人は、開催日5日前までにお申し込みください。また、参加人数などにより時間や人数を調整する場合がありますので、ご了承ください。

▶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（☎82-6099）へ。

○すくすく広場

期日	場所	対象者
2日	子育て支援センター室	幼稚園や保育園に入園していない乳幼児とその親、祖父母
30日	（織笠保育園）	

すくすく広場は、未就園児親子が交流する場です。参加を希望する人は、開催日5日前までにお申し込みください。また、参加人数などにより時間や人数を調整する場合がありますので、ご了承ください。

◆申込先・問い合わせ 山田町地域子育て支援センター（☎82-6099）へ。

夏に負けない食事のポイント！

暑い日が続くと、夏バテによって全身の疲労、体力や消化機能の低下などの症状が現れます。夏バテを予防・解消するためには、十分な睡眠やぬるめのお湯（38～40度）にゆっくり浸かることで疲れをとるほか、1日3食の規則正しい食事ですっきりと栄養を摂ることが大切です。

◎『量』より『質』を重視！

「体力をつけるぞ！」と、たくさん食べるのではなく、夏バテに効果的な栄養素を意識した食事を心がけましょう。また、食欲がない時は、香辛料や酸味を取り入れると食べやすくなります。特に酸味のクエン酸は、疲労回復に効果があるのでおすすめです。

夏バテに効果的な3つの栄養素

①体調維持に不可欠！「たんぱく質」

体を作る基となる栄養素。(例)肉、魚、卵、大豆製品、乳製品
食欲低下で食事が偏ると不足しやすいので、毎食1品はたんぱく質を含む食事をとるよう心がけましょう。



②疲労回復のビタミン！「ビタミンB1」

(例)豚肉、うなぎ、大豆



疲労回復の効果があり、エネルギー源として摂取した糖質の代謝に必要な栄養素。汗をかくと不足しやすいので、意識して摂ることが大切です。

③旬の夏野菜に豊富です！「ミネラル」

ミネラル不足は、筋力低下や食欲不振といった症状を引き起こすリスクがあります。旬の夏野菜は水分やミネラルが豊富で、身体のほてりを冷やす働きもありますので、積極的に摂取しましょう。

(例)野菜、果物、海藻



○健康2倍デー

期日	場所	時間	内容
3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
10日	保健センターホール	午後1時半～3時	ぎっかけ運動教室(体操)
17日	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
23日	保健センターホール	午前10時～11時半	ぎっかけ運動教室(自主活動)

▶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。

○こころの相談室、精神保健相談

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

「こころの相談室」と「精神保健相談」では、ストレスやうつ状態、不眠、不安、いらいらなどの心の悩みに専門の医師が対応します。相談を希望する人は、1週間前までにお申し込みください。

◆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。