

Hachimantai 2

No.368
Feb. 2026

FAN

今月の表紙

― 寄木裸参り ―
子どもたちも1年の健康や岩手山の平穏願う



主な内容

- P. 2 - 3 2月から松尾地区で予約バス「よぶきた八幡平」を運行
- P. 4 - 5 市立病院が在宅医療サービスを拡充
- P. 6 映画「同胞」の公開から50年 山田監督と倍賞さん囲み同窓会イベント
- P. 7 各種表彰の受賞者を紹介

よぶきた八幡平 運行エリア

- ・松尾地区内での移動
- ・松尾地区内と大更駅・平館駅周辺を結ぶ移動

※大更駅・平館駅周辺エリア内への移動には利用できません。

市は松尾地区(前森線・大花森線)のコミュニティバス運行を、事前に乗降場所を予約して利用する運行方式(愛称は「よぶきた八幡平」)に切り替えることを目的に、2月1日から、実証運行を行っています。

これまでのコミュニティバス運行は、利用者の有無に関わらず決まったルートを運行する定時定路線方式の運行でしたが、よぶきた八幡平の運行は、乗降予約のある停留所のみとなり、温泉発と、大花森線7時50分おらほの発の2便は、一部区間変更の上、引き続き定時定路線運行を行います。

今回の実証運行にあたり、利用者の利便性向上のため、これまでのコミュニティバスの停留所に加え、新たに39カ所の停留所を追加しました。

この実証運行で、市は乗車場所やアプリなどの動作確認・改善を行い、8年度中の本格運行につなげます。

乗降車場所・時間を予約してバス利用する

2月から

"よぶきた八幡平"を松尾地区で実証運行

市はコミュニティバスの利便性と効率性の向上を目的に、2月1日(運行は2日)から、松尾地区で八幡平市予約バス(愛称は「よぶきた八幡平」)の実証運行を始めました。

本号では、よぶきた八幡平の利用方法などをお知らせします。



3 利用者登録が済んだら早速利用 よぶきた八幡平の利用予約方法は2種類

よぶきた八幡平の利用予約は、利用希望日の1週間前から利用の直前まで可能です。
アプリまたは電話の2つの方法で利用予約を受け付けます。

オススメ

アプリで利用予約

受付時間 24時間

01 アプリに以下の情報を入力する。

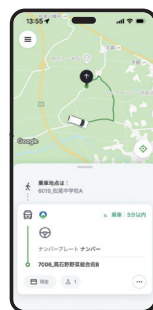
- ① 利用する日時と人数を入力
- ② 出発地を選ぶ
- ③ 目的地を選ぶ
- ④ 利用予約を確認



02 予約した日時に、アプリで示されたバス停で、乗車する車両を待つ。

アプリ上で乗車するバス停の位置や車両がバス停に着くまでの予想時間などの情報が確認できます。

乗車後は、降車するバス停までのルートと、予定到着時刻を確認することができます。



※利用予約のキャンセルまたは変更は、アプリ内で操作してください。

利用可能なバス停は、141カ所
詳しくは「よぶきた八幡平ご利用ガイド」を確認してください。

ガイドは市役所などで配布しています(ガイドの内容は、右記QRコードからも確認できます)。



電話で利用予約

受付時間 平日 9:00~16:00

01 利用予約専用ダイヤルに電話する。

0570-088-441



02 オペレーターに以下の情報を伝える。

- ① 利用者登録時に取得した利用者番号
- ② 氏名
- ③ 希望の出発または到着の日時
- ④ 利用する人数
- ⑤ 乗車するバス停
- ⑥ 降車するバス停



03 利用予約した日時に、乗車するバス停で車両を待つ。

バス停の表示板が設置されていない場所もあります。運転手に見える安全な場所で待機してください。

※利用予約のキャンセルまたは変更は、利用予約専用ダイヤルに連絡してください。



買い物にも
通院にも便利
たくさん利用
してください

バスの利用は

1 こんなイメージ

予約

電話またはアプリで利用予約してください。

乗車

乗車するバス停で、運転手に氏名を伝えて車両に乗りしてください。

支払い

運賃を支払って降車してください。現金または交通系ICカード、回数券で支払いができます。

利用料金

一般：片道100円
中学生以下：無料
※障害者手帳を持っている人とその介助者は半額

バスの利用前に

2 まずは利用者登録を

よぶきた八幡平を利用するためには、事前に利用者登録が必要です。
下記の、いずれかの方法で利用者登録を行い、利用者番号を取得してください。
※電話で利用予約を行う場合に、利用者番号が必要になります。

アプリで利用者登録する場合

01 「よぶきた八幡平」のアプリをダウンロードする。



02 ダウンロード後、アプリを起動して以下の情報を入力する。

- | | |
|--------------------|---|
| ① 氏名 | ⑥ メールアドレス |
| ② 電話番号 | ⑦ 割引対象者の場合は、その情報を設定(中学生以下、障害者手帳を持っている、など) |
| ③ 生年月日 | |
| ④ 性別 | |
| ⑤ 地区名(松尾地区、西根地区など) | |

電話で利用者登録する場合

01 専用ダイヤルに電話をする。

0570-088-441

02 オペレーターに、利用登録を行いたい旨と、以下の情報を伝える。

- | | |
|--------------------|--|
| ① 氏名 | ⑥ メールアドレス(持っている場合) |
| ② 電話番号 | ⑦ 割引対象者の場合は、その情報を伝える(中学生以下、障害者手帳を持っている、など) |
| ③ 生年月日 | |
| ④ 性別 | |
| ⑤ 地区名(松尾地区、西根地区など) | |

登録が完了すると、利用者番号を取得できます



在宅医療サービスの内容を

紹介します

訪問診療 — 医師による診察

主治医が定期的に、通院が困難な患者の自宅に訪問し、診察を行います。

▶ 健康管理や薬の処方、血液検査、点滴などの医療処置

移動や待ち時間の負担なく、治療を受けられます。

POINT

患者の状態によっては、医師や看護師だけではなく、薬剤師や理学療法士、栄養士など、幅広い職種で情報を共有。連携して治療に当たります。

訪問

診療・看護・リハビリ

それぞれ日程を調整し、平日に訪問します。

訪問看護 — 看護師によるケア

看護師が患者の自宅に訪問し、主治医の指示に基づいた医療処置や療養上のサポートを行います。

▶ 体調確認(血圧・体温測定など)、点滴やカテーテルの管理、床ずれの処置、家族への療養上のアドバイスなど

自宅での医療ケアの不安を解消します。

訪問リハビリ — 理学療法士によるリハビリ

理学療法士が患者の自宅に訪問し「家の階段」や「いつもの椅子」を使い、実際の生活環境に合わせたリハビリテーションを行います。

▶ 筋力維持の運動、歩行訓練、段差の上り下り、トイレや入浴動作の練習など

生活に直結した身体の使い方を身に付けます。

まずは相談してください

在宅医療サービスの詳しい内容を聞きたい人は、下記のいずれかに問い合わせてください。

▶ **市立病院の主治医・外来スタッフに**＝受診した際に担当の医師や看護師に相談してください。

▶ **担当ケアマネジャーに**＝介護保険サービスを利用している人は、担当のケアマネジャーに相談してください。

▶ **相談支援専門員に**＝障がい福祉サービスを利用している人は、担当の相談支援専門員に相談してください。

▶ **地域医療連携室(市立病院内)に**＝来院するか、電話で相談してください(☎76-2800)。※相談は平日の8時30分から17時15分まで

利用者の声



母が市立病院の在宅医療サービスを利用しています。去年の夏ころから体調を崩し、入退院を繰り返していたところ、市立病院からサービスの利用を進められ、平日の訪問看護やリハビリをお願いしています。

情報共有がしっかりしていて、訪問に来たスタッフの1人に伝えたことを、チームの皆さんがきちんと把握しているので、安心感があります。自宅で、判断に困ることがあっても市立病院に連絡すれば、すぐに対応してもらえるのでとても助かっています。



ずっと、このまちで

市立病院が在宅医療サービスを拡充

市立病院は、昨年11月から在宅医療サービスとして新たに訪問リハビリテーションのサービスを始めました。本号では、訪問診療、訪問看護、訪問リハビリの3本柱で提供する在宅医療サービスを紹介します。

我が家で暮らす安心を支援したい

「住み慣れた自宅で過ごしたい」という思いは、多くの人が抱く願いではないでしょうか。しかし、体の状態によっては「自宅で生活しながら、病院へ通うことが難しくなった」「退院しても、自宅で生活できるか不安」と感じることもあるかもしれません。

在宅医療とは

通院が困難で、自宅での療養を希望する患者のために、医師や看護師などが、患者の自宅へ訪問し、診療や看護などを行うことです。

地域が抱える課題に対応

これまで市立病院では、訪問診療と訪問看護の2種類の在宅医療サービスを提供してきましたが、スタッフの人数などの課題もあり、不定期での提供にとどまっていた。こうしたなか、過疎化や高齢化、市内の診療環境の変化により、通院が困難な患者への対応を求められる場面が増えていたことも事実です。

このような状況を踏まえ、在宅医療のあり方について検討を進め、昨年11月から新たに訪問リハビリテーションを始めました。これにより市立病院は、従来の2種類の在宅医療サービスと合わせた3本柱で、サービスの充実を図ります。

提供する在宅医療サービスの対象者

市立病院は「市立病院に勤務する医師を主治医とし、病気や障がいなどにより通院が困難な患者」を対象に、次のページに記載の、3種類の在宅医療サービスを提供しています。在宅医療サービスを利用することに抵抗があったり、家族が「自分が病院に連れて行かなければ」と悩んだりしていませんか。気軽に病院スタッフなどに相談してください。

市立病院が取り組む在宅医療

安心ポイント

01

「いつもの先生」が診察

日ごろの病状を詳しく把握している医師が患者の自宅に訪問し、診察を行います。

02

訪問スタッフと病院が連携

訪問する在宅医療スタッフは、市立病院と情報を共有しており、体調が急変した場合も迅速な対応を行うことができます。

03

切れ目のないケア

入院時から、退院後の生活を見据え、スムーズに在宅生活へ移行できるよう多職種の医療スタッフがサポートします。

各種表彰を受けられた皆さんを紹介

おめでとうございます



いわて農林水産躍進大会

7年度いわて農林水産躍進大会が7年12月23日、盛岡市の県民会館「トーサイクラシックホール」で開かれ、農山村の発展や地域の個性を生かした取り組み、環境保全などの活動に取り組んだ、市内の3団体が表彰を受けました。

いわて中山間賞

上村集落協定（代表：乙部 勝男^{かつお}）



写真は賞状を代理受領した会計の佐々木育男さん

中山間地に、そばを植えるなどし、活動してきました。また耕作できなくなった人の農地を借り、ヒマワリを植えて迷路を作り、保育所の園児を招くなどしています。大変ですが、楽しんで取り組んでいます。

農山漁村女性活躍賞

盛岡地方生活研究グループ連絡協議会（会長：三浦 美恵子^{みえこ}）



写真は会長の三浦美恵子さん（右）と、事務局の八幡勢子さん

本市と盛岡市、滝沢市、岩手町のメンバーを構成員として、食育活動のほか、盛岡農高と10年以上にわたって、郷土食の実習（食の交流）を行ってきました。これからも協議会の活動を続けていきたいです。

県農地・水環境保全向上活動モデル賞

寺田水環境保全協議会（会長：齋藤 徳重^{とくしげ}）



写真は会長の齋藤徳重さん（左）と、副会長の藤江智明さん

ビオトープ（水辺環境の整備）を作り、水質や環境を保全する活動をしています。また、子ども会を招き、水生生物調査を継続的に行っています。環境や生態を守っていくことも自分たちの役目と考えています。

第52回東北短歌大会

第52回東北短歌大会（主催：河北新報社・日本歌人クラブ・岩手県歌人クラブ）が7年10月12日、盛岡市のいわて県民情報交流センター（キオクシアアイーナ）で開かれ、最も優れた作品に贈られる河北新報社賞に工藤百合枝さんの作品が選ばれました。

河北新報社賞

工藤 百合枝^{ゆりえ}さん
＝町組＝



受賞作品

戦死せし父のシャツ着て汗だくに
リヤカーを引く母を忘れず

今でも鮮明に覚えている、子どものころの記憶を歌に詠みました。受賞の連絡を受けたときはとても驚きました。互選でも1位に選んでいただきうれしく思います。

※大会参加者が、自分以外の参加者が詠んだ作品を推薦し合う選句方法の部門

第79回国民スポーツ大会

第79回国民スポーツ大会（わたSHIGA輝く国スポ・障スポ）のグラウンド・ゴルフ競技会は7年9月13・14の両日、滋賀県甲賀市で行われ、岩手県代表として小原ふく子さんが、他の11人とともに団体戦に臨み、4位入賞を果たしました。

グラウンド・ゴルフ

団体戦：岩手県 第4位

小原 ふく子^{ふくこ}さん
＝野駄＝



県代表の1人に選ばれたことに驚きながらも、皆さんと精一杯プレーしてきました。

4位に入賞することができてとてもうれしいです。



山田監督、倍賞さんを囲み同窓会トーク

映画「同胞」がつないだ50年

交流を続けてきた工藤さん「感謝てんこ盛り」



映画「TOKYOタクシー」上映後に舞台あいさつした（左から）北山雅康さん、倍賞さん、山田監督と、映画「同胞」に出演した工藤さん



「同窓会トーク」で、地元青年会と一緒に撮影した際の秘話や、映画にまつわる思い出などを語った

同胞って？

映画「同胞」は、岩手県内の過疎化が進む農村を舞台に、村の青年会が劇団の公演を成功させようと奮闘する姿を生き生きと明るく描いた青春映画で、実話をモデルにした感動の物語。

エピソード

映画公開から17年後の平成4年に、松尾中が倍賞さんと作曲家で夫の小六禮次郎さんを文化祭に招いたほか、令和5年には同校創立70周年記念碑の除幕式に倍賞さん夫妻を招くなど、現在も関係者と交流が続いています。

本市（旧松尾村）を舞台に制作され、昭和50（1975）年に公開された映画「同胞」の、公開50周年を記念したイベントが昨年12月21日、メガホンを取った山田洋次監督と主演の倍賞千恵子さんを囲み、盛岡市内にある映画館「フォーラム」で行われました。

イベントは、山田洋次監督の最新作「TOKYOタクシー」（出演：倍賞千恵子、木村拓也。配給：松竹）上映後の舞台あいさつの一環として行われたもので、前半は、山田監督が最新作に込めた思いを伝えました。

「映画『同胞』50年目の同窓会」と題して行われた舞台あいさつの後半では、「同胞」に出演後、これまで交流を続けてきた工藤金子さん（野駄）が登壇。地元青年団の一員として出演した工藤さんは「岩手山と、田んぼとリンゴと、ペゴ（牛）と、かぼちゃとトウモロコシと、松尾村の財産をいっぱい映画に残してくれました。山田監督、倍賞さんありがとう。感謝の気持ちでいっぱいです」と万感の思いを語りました。

倍賞さんは「寺尾（聡）君とのシーンで、なかなかうまくいかなくて、撮り直しになった記憶があるんです。で、青年会の人たちが集まっているところに行ってボロボロ泣いたんです。みんなが話を聞いてくれて『大丈夫だよ、できるよ、頑張れ』と言われて次の日の撮影に臨んだ記憶があります。青年会の人たちと一緒に作ったから、同級生という感じです」と当時を振り返りました。

山田監督は「20年くらい前、東京で拾ったタクシーの運転手が、一番好きな映画が「同胞」だと言ってくれて、とても嬉しかった」と語りました。

同日は「同胞」に出演した地元関係者などが「映画同胞50年の輝きありがとう」のメッセージボードを掲げて歓迎。メッセージを見た山田監督や倍賞さんらは驚きながらも、50年目という節目での再会を喜んだ様子でした。

修学困難な学生を対象に奨学金を貸し付けします

市は経済的な理由で修学が困難な学生に対し、奨学金の貸し付けを行います。

対象 市内に住所を有する人の子で、高校や大学、各種学校に進学または在学する成績優秀な学生(貸付人数の枠あり)

貸付金額

- ▽高校Ⅱ月額2万円以内
- ▽大学(短期大学を含む)Ⅱ月額3万円以内
- ▽その他の各種学校Ⅱ月額3万円以内

償還条件 無利子(学校卒業後、1年間は据え置き、その後8年以内で月賦償還)

必要書類

- ①申請書(連帯保証人2人必要)
- ②家族調書
- ③学業成績証明書
- ④本人の住民票抄本
- ⑤在学証明書(入学者は合格通知書の写し)

選考方法 奨学生選考委員会で決定

申し込み方法 必要書類を教育総務課に直接持参し、申し込

専門医にこころの悩み相談してみませんか

市はこころの病気や悩み、ひきこもりやアルコールの問題などについて、専門の医師による相談会を行います。相談を希望する場合は、事前予約が必要です。

日時 2月24日(火)午後2時から4時まで

場所 市役所相談室

申請期限 2月17日(火)

問い合わせ先 健康こども課 健康推進係(☎・内線1089)

市役所が閉庁している夜間や休日にも申請できます

市は医療費の負担軽減のために、次表に記載した事業の、それぞれの要件を満たす対象者に対して医療費の全額または一部を助成しています。各制度の内容は問い合わせてください。

市が行っている医療費助成をお知らせします

市が行っている医療費助成の一覧

医療費助成事業	対象者	所得要件
子ども医療費助成	高校生世代までの人(他の医療費助成の受給者を除く、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの人)	なし
妊産婦医療費助成	妊娠5カ月の月の初日から出産日の翌月末までの妊産婦	
重度心身障害者医療費助成	身体障害者手帳1・2級、特別児童扶養手当1級、障害基礎年金1級、療育手帳A判定、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかの認定を受けている人	所得が基準額を超える場合は該当しないことがあります。詳しくは問い合わせてください。
ひとり親家庭医療費助成	子を扶養している配偶者のない父または母とその子(他の医療費助成の受給者を除く、子が18歳に達する日以後の最初の3月31日までの人)	
身体障害者医療費助成	身体障害者手帳3級、特別児童扶養手当2級、障害基礎年金2級のいずれかの認定を受けている人	
寡婦等医療費助成	母子および父子ならびに寡婦福祉法に規定する配偶者のいない女子(それに準ずる男子)であって、かつて配偶者のいない女子(男子)として18歳未満の者を扶養していたことのある人	

医療費助成事業	対象者	所得要件
子ども医療費助成	高校生世代までの人(他の医療費助成の受給者を除く、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの人)	なし
妊産婦医療費助成	妊娠5カ月の月の初日から出産日の翌月末までの妊産婦	
重度心身障害者医療費助成	身体障害者手帳1・2級、特別児童扶養手当1級、障害基礎年金1級、療育手帳A判定、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかの認定を受けている人	所得が基準額を超える場合は該当しないことがあります。詳しくは問い合わせてください。
ひとり親家庭医療費助成	子を扶養している配偶者のない父または母とその子(他の医療費助成の受給者を除く、子が18歳に達する日以後の最初の3月31日までの人)	
身体障害者医療費助成	身体障害者手帳3級、特別児童扶養手当2級、障害基礎年金2級のいずれかの認定を受けている人	
寡婦等医療費助成	母子および父子ならびに寡婦福祉法に規定する配偶者のいない女子(それに準ずる男子)であって、かつて配偶者のいない女子(男子)として18歳未満の者を扶養していたことのある人	

市ホームページは、Googleの翻訳サービスを利用して、英語、中国語(簡体・繁体)、韓国語、タイ語で閲覧することができます。

市ホームページは4つの言語翻訳に対応しています

翻訳機能の使い方

- 1 ページ上部に表示している「Foreign language」を押す
- 2 「外国語への対応」ページの注意事項を読む
- 3 英語、中国語、韓国語、タイ語から希望する言語を選ぶ
- 4 選んだ言語に翻訳されたホームページが表示される

転出の手続きは、マイナポータルからのオンライン申請が便利です

問い合わせ先 市民課戸籍住民係(☎・内線1064)

マイナンバーカードを持っている人は、現住所地から市外への転出手続きをオンライン上で行うことができます。この場合には、入力内容に不備がある場合を除き、転出手続きのための市役所への来庁が不要となります。

また、転入先の市区町村への転入手続きを行う日の予約と、手続きに必要な書類などの確認を同時に行うことができるため、転入手続きをスムーズに行うこともできます。

※転入・転居は、これまで通り、窓口での手続きが必要です。

オンライン申請の流れ

1 転出の申請 転入手続きの予約

転出日や新しい住所など、転出の手続きに必要な情報のほか、転入手続きを行う予定日などをマイナポータルに入力し、申請します。

市役所が閉庁している夜間や休日にも申請できます



2 転出処理

現住所地の自治体が転出の処理を行います。処理が完了すると、マイナポータル上の申請状況照会に「完了」と表示されます。

※市役所の開庁時間外(夜間や休日など)に申請した場合、転出の処理は翌営業日に行います。

※オンライン申請の場合、転出証明書は交付されません。



3 転入手続き

マイナンバーカードなどの必要書類をそろえて、転入先市区町村の窓口で転入の手続きを行います。

窓口での手続きが必要です

※来庁当日にマイナポータルで転出の申請を行った場合、データの反映に時間がかかるため、当日中に手続きができないことがあります。

オンライン申請が利用できる人

転出する本人が利用できます。

現住所地で同世帯の人(同じ住民票に記載されている人)が、同じ住所に転出する場合は、まとめて申請することができます。

マイナポータルの操作手順などは、次のQRコードから確認できます。



以下の人はマイナポータルで申請できません。市役所窓口で転出の手続きを行ってください。

- ▷マイナンバーカードの氏名や住所などを最新の情報に更新していない
- ▷転出する人のうち、誰もマイナンバーカードを持っていない
- ▷転出先の自治体がマイナポータルからの申請に対応していない
- ▷海外に転出する
- ▷住所は同じだが別世帯の人を申請する
- ▷マイナンバーカードの券面入力用暗証番号(数字4桁)を覚えていない

藤本さん、伊藤さんを
人権擁護委員に再任

人権に関する悩みごとなどの相談に応じる人権擁護委員に、藤本貢さんⅡ五日市4区Ⅱ、伊藤信子さんⅡ町組Ⅱが再任されました。任期は8年1月1日から10年12月31日までの3年間です。

問い合わせ先 市民課（☎・内線1070）



藤本 貢さん



伊藤 信子さん

こども誰でも通園制度
4月1日からスタート

市は、4月1日から乳児等通園支援事業（こども誰でも通園制度）を行います。

乳児等通園支援事業は、保育所、幼稚園、認定こども園、地域型保育施設などに入所していない6カ月以上3歳未満の児童が、1カ月につき10時間までの範囲内で、保育施設を利用できる制度です。

利用を希望する人は、健康こども課で申し込んでください。

申請受け付け 3月2日（月）から

実施施設 松尾保育所

利用方法など詳しくは市ホームページで確認してください。



詳細はこちら

問い合わせ先 健康こども課
子育て支援係（☎・内線1083・1084）

市道路整備計画への
意見を募集しています

市は、市道整備の進捗状況などを反映し、計画の見直しを行った「市道路整備計画」の改定案について、市民の皆さんから意見を募集します。

募集期限 3月9日（月）

閲覧場所 建設課または西

根・安代各総合支所窓口のほか市ホームページからでも閲覧できます。



詳細はこちら

提出方法 市ホームページからダウンロードできる所定の様式または任意の様式（A4サイズ）に住所、氏名、電話番号、意見を記載の上、持参または郵送、ファクス、メール（kensetsuka@city.hachimantai.jp）で提出してください。

※電話や口頭による意見は受け付けません。

問い合わせ先 建設課土木係（☎・内線1291）

市営牧野の利用申請
受け付けは2月から

指定管理により新岩手農業協同組合が運営を行っている市営牧野の利用申請は、同組合八幡平営農経済センターで受け付けています。

利用牧野

▽七時雨牧野

▽長久保牧野

利用期間 5月から11月まで（予定）

対象家畜 乳用牛、肉用牛
提出書類 牧野放牧許可申請書

申し込み方法 必要書類は同センター畜産酪農課から交付を受け、必要事項を記入の上、申し込んでください。

期限内に申し込みが無い場合は、放牧できないことがあります。

申込期限 3月2日（月）

問い合わせ先 同センター畜産酪農課（☎751111）、農林課畜産係（☎・内線1339）



ふるさとCM大賞で
銀賞を受賞しました

県内の市町村が15秒のCMを制作し、ふるさとの魅力をPRするテレビ番組「IAT

ふるさとCM大賞（株岩手朝日テレビ主催）で、市から出品した「走って知る、八幡平市」が、銀賞を受賞しました。

作品は市移住コーディネーターの有泉龍之介さんが制作したもので、独自の視点から市の魅力を切り取り、表現しています。

作品は市ホームページから視聴できます。



詳細はこちら

問い合わせ先 企画財政課広報広聴係（☎・内線1203）

寄付をいただきました

市スキー大会実行委員会に寄せられた厚意を紹介します。市建設協同組合様：1月16日、市内で開かれる各種スキー大会に役立ててほしいと協賛金20万円が寄せられました。



市議選の立候補者向け
説明会を開催します

任期満了に伴う市議会議員選挙は、4月19日（日）告示、26日（日）に投票が行われます。今回の選挙から、議員の定数は1人減の17人となります。

市選挙管理委員会では、立候補者の手続きと選挙運動に関する留意事項などの説明会を開きます。

説明会では、立候補に必要な届け出用紙などを配布しますので、立候補者または立候補者の推薦を考えている人は、出席してください。

日時 3月16日（月）午後2時から

場所 市役所多目的ホール棟
対象 立候補者およびその関係者（1候補者2人以内）

問い合わせ先 同委員会事務局（☎・内線1220）

軽自動車の廃車・譲渡
手続きは3月末までに

軽自動車税は、毎年4月1日現在で所有または使用して

いる人に課税されます。

車を処分、譲渡していても、廃車や名義変更の手続きを3月31日（火）までに行わないと8年度の軽自動車税が課税されます。手続きは、早めに済ませてください。

問い合わせ先 税務課市民税係（☎・内線1134）

植樹で緑化を推進
苗木を配布します

県緑化推進委員会八幡平支部では、8年度緑化推進事業（苗木配布など）の要望を受け付けています。自治会や地区で、植樹などを計画している場合は、問い合わせてください。

申請期限 3月6日（金）

問い合わせ先 農林課林業係（☎・内線1336）

実技指導や助言を行う
スポーツ推進委員を募集

市はスポーツ推進のため、地域と行政との連携調整やスポーツに関わる指導、助言を行うスポーツ推進委員を募集します。

応募要件 次の要件を全て満たす人

①市内に住所を有する
②8年4月1日時点で18歳以上

③スポーツ推進のため熱意をもって活動できる

募集人数 若干名

任期 4月1日から10年3月31日までの2年間

申込期限 2月20日（金）

応募方法 申込書に必要事項を記載し、文化スポーツ課に持参、郵送またはメール（bunkasports@city.hachimantai.jp）で提出してください。

申込書は市ホームページからダウンロードするか、同課から交付を受けてください。

問い合わせ先 文化スポーツ課スポーツ推進係（☎・内線1146）



詳細はこちら

宝くじ助成金を活用し
コミュニティを活性化

（二財）自治総合センターは宝くじ助成金制度を通じてコ



コミュニティ活動に必要な備品などの購入費用を助成し、地域の発展に寄与しています。
7年度コミュニティ助成事業（地域防災組織育成）
▽安代少年消防クラブ
少年消防クラブ活動服一式、少年消防クラブ旗など
問い合わせ先 防災安全課（☎・内線1262）

安代少年消防クラブが除雪活動
宝くじ助成金制度を活用して更新した安代少年消防クラブ活動服などの引き渡し式が1月10日、浅沢コミセンで行われました。
当日参加したクラブ員は、引き渡された新しい活動服を着用し、地区内にある消防水利周辺の除雪活動を行いました。

【広告】 この広告は、広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について市が推奨などをするものではありません。

入院から在宅まで、
切れ目のない医療の提供。

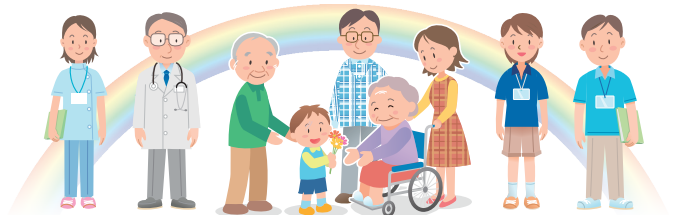
地域リハビリテーションを通して、
地域生活に安心と希望をお届けします。



一般社団法人
みちのく愛隣協会

東八幡平病院

〒028-7303 岩手県八幡平市柏台2丁目8-2
TEL.0195-78-2511



東八幡平病院
公式Instagram



毎週金曜日午後1時から、エフエム岩手で八幡平・岩手・葛巻3市町情報発信番組「Hiking（はいきんぐ）レディオ」を放送しています。

月Monday	火Tuesday	水Wednesday	木Thursday	金Friday
<div>2/16</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■図書館休館日※3月31日まで(予定)</div> <div>■博物館休館日</div> <div>■定例行政相談 9:30～12:00(市役所本庁舎)</div>	<div>17</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div> <div>■博物館でひなまつり展※3月8日まで ※P18参照</div> <div>■県警察音楽隊コンサート 10:00～11:15(松尾コミセン)</div>	<div>18</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div> <div>■市役所本庁窓口延長日 17:15～19:00(市民課)</div> <div>■定例行政相談 9:30～12:00(大更コミセン)</div> <div>■カラダほぐし教室 10:00～11:00(市総合運動公園体育館)</div>	<div>19</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■らくらく筋トレ 10:00～11:00(安代地区体育館)</div> <div>■フレイル予防講演会 13:30～15:00(松尾コミセン)</div> <div>※開場は12:30～</div>	<div>20</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div>
			市議会3月定例会・施政方針演述、議案審議ほか(予定)	市議会3月定例会・休会(予定)
<div>23</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div> <div>■天皇誕生日</div> <div>■市役所閉庁日</div>	<div>24</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■博物館休館日</div> <div>■定例行政相談 9:30～12:00(安代総合支所)</div>	<div>25</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div> <div>■市役所本庁窓口延長日 17:15～19:00(市民課)</div> <div>■のびのび健康体操教室 10:00～11:00(田頭コミセン)</div> <div>■ピラティス 10:00～11:30(市総合運動公園体育館)</div> <div>■雪上パークゴルフチャンピオン大会 13:30～(田山グラウンド)※26日(11:00～)まで</div>	<div>26</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div>	<div>27</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div>
	市議会3月定例会・休会(予定)	市議会3月定例会・休会(予定)	市議会3月定例会・休会(予定)	市議会3月定例会・休会(予定)
<div>2</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div> <div>■博物館休館日</div>	<div>3</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■乳児健診【受付】 13:00～13:15(市役所多目的ホール棟)</div> <div>■1歳児健診【受付】 13:15～13:30(市役所多目的ホール棟)</div>	<div>4</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div> <div>■市役所本庁窓口延長日 17:15～19:00(市民課)</div> <div>■3歳児健診【受付】 13:00～13:30(市役所多目的ホール棟)</div>	<div>5</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div> <div>■広報はちまんたい発行日</div> <div>■インドアノルディックウォーキング 10:00～11:00(市総合運動公園体育館)</div>	<div>6</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div>
市議会3月定例会・休会(予定)	市議会3月定例会・一般質問(予定)	市議会3月定例会・一般質問(予定)	市議会3月定例会・一般質問(予定)	市議会3月定例会・一般質問、予算特別委員会(予定)
<div>9</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■博物館休館日</div>	<div>10</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■らくらく筋トレ 10:00～11:00(市総合運動公園体育館)</div> <div>■1歳6カ月児健診【受付】 13:00～13:30(市役所多目的ホール棟)</div> <div>■2歳6カ月児歯科健診【受付】 14:00～14:15(市役所多目的ホール棟)</div>	<div>11</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div> <div>■市役所本庁窓口延長日 17:15～19:00(市民課)</div>	<div>12</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■ピラティス 10:00～11:00(安代地区体育館)</div>	<div>13</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div> <div>■のびのび健康体操教室 10:00～11:00(田頭コミセン)</div>
市議会3月定例会・議案審議、予算特別委員会(予定)	市議会3月定例会・予算特別委員会(予定)	市議会3月定例会・予算特別委員会(予定)	市議会3月定例会・予算特別委員会(予定)	市議会3月定例会・予算特別委員会(予定)

土Saturday	日Sunday
<div>21</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div>	<div>22</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div>
	▶当番医(市内)八幡平市立病院・(鹿角)かづの厚生病院▶当番薬局(市内)大更調剤薬局、あさひ薬局・(鹿角)日本調剤鹿角薬局
<div>28</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div>	<div>3/1</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■東北小中学生クロスカントリースキー大会 10:00～(田山クロスカントリーコース)</div>
	▶当番医(市内)八幡平市立病院・(鹿角)福永医院▶当番薬局(市内)リリィ薬局西根店・(鹿角)ファーマックスかづの薬局
<div>7</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div> <div>■寺田コミセンまつり 9:30～15:00(寺田コミセン)※8日(10:00～15:00)まで ※P21参照</div>	<div>8</div> <div>小児救急病院 (日 赤)</div> <div>■田山スキー場まつり 9:30～12:00(田山スキー場)※P21参照</div>
	▶当番医(市内)八幡平市立病院・(鹿角)かづの厚生病院▶当番薬局(市内)すみれ薬局・(鹿角)日本調剤鹿角薬局
<div>14</div> <div>小児救急病院 (国 立)</div>	<div>15</div> <div>小児救急病院 (中 央)</div>
	▶当番医(市内)東八幡平病院・(鹿角)小坂町診療所▶当番薬局(市内)柏台薬局・(鹿角)ファーマックスかづの薬局

※土曜・日曜日は閉庁日です

休日救急当番医 (当番日はカレンダー内に記載)	
市内	鹿角(市外局番 0186)
八幡平市立病院(☎76-3111)	かづの厚生病院(☎23-2111)
東八幡平病院(☎78-2511)	大湯リハビリ温泉病院(☎37-3511)
盛岡市北地区(市外局番 019)	福永医院(☎35-3117)
大屋内科胃腸科クリニック(☎647-3255)	小坂町診療所(☎29-5500)
▶日曜・祝日の日中(9:00～17:00) 休日救急当番医へ 日中の診療時間に受診できる人は、日中の時間内に受診しましょう。 小児の受診を希望する場合は、事前に電話で確認してください。 ▶夜間の症状が軽い場合(19:00～23:00) 盛岡市夜間急患診療所【内科】へ 盛岡市神明町3-29、盛岡市保健所(☎ 019-654-1080) ※市内医療機関による休日救急当番医の割り当てがない日は、カレンダーに掲載されている他市の休日救急当番医を確認してください。	

小児救急入院受入当番病院 (当番日はカレンダー内の日付右側に記載)	
病院名	電話番号
岩手県立中央病院(中央)	019-653-1151
盛岡赤十字病院(日赤)	019-637-3111
国立病院機構盛岡医療センター(国立)	019-647-2195
▶夜間の症状が重い場合(17:00～翌朝 9:00、土曜日は13:00(祝日の土曜日は 9:00)から受け入れ) 小児救急入院受入当番病院へ 症状が重く入院が必要と思われる子どもと、休日救急当番医や盛岡市夜間急患診療所が診療していない時間帯に急病の子どもを受け入れます。 時間外受診が小児救急入院受入当番病院に集中すると、重症な子どもの治療に支障を来す恐れがあります。症状が軽い場合は、盛岡市夜間急患診療所を受診しましょう。	

休日当番薬局 (当番日はカレンダー内に記載)	
市内	鹿角(市外局番 0186)
大更調剤薬局(☎70-1320)	日本調剤鹿角薬局(☎30-1193)
あさひ薬局(☎75-2227)	黒沢薬局(☎35-3200)
リリィ薬局西根店(☎78-8560)	ファーマックスかづの薬局(☎30-0033)
すみれ薬局(☎78-8075)	
柏台薬局(☎71-1001)	

小児科・常勤医の専門外来日、岩手医大・県立中央病院などの出張診療日		
病院名	診療科目	診療日時
八幡平市立病院(☎76-3111)	糖尿病内科	毎週火曜日 午前中
	耳鼻科	毎週金曜日 14:00～
	循環器内科	毎週水曜日 10:00～
	小児科	毎週月～金曜日 9:00～
	血液内科	第3水曜日(奇数月) 14:00～
	脳神経外科	第1・4木曜日 14:00～
	神経内科	第3木曜日 10:00～
	整形外科	第1・3・5火曜日 9:00～

※八幡平市立病院の専門外来など(耳鼻科を除く)は、一般内科もしくは一般外科で初診を受け、医師が必要と判断した場合、次回から予約受診になります。
※他医療機関に受診中の人は、紹介状が必要です。
※都合により変更・休診となる場合があります。事前に電話で確認してください。

各種相談 ※相談名欄に(要予約)と記載のある相談は、事前予約が必要			
相談名	日時	場所	担当(予約先)
くらしとお金の安心相談会(要予約)	2月20日(金) 10:00～15:00	要相談	市民課(☎・内線1066)
年金相談(要予約)	3月12日(木) 10:00～15:00	市役所多目的ホール棟	盛岡年金事務所(☎019-623-6211)
人権相談(要予約)	要相談	要相談	市民課(☎・内線1070)

※定例行政相談はカレンダー内に記載しています。

お知らせ

児童保育クラブで働く職員を募集しています

8年度に児童保育クラブで勤務する人を若干名募集しています。

	NPO法人 あそぼっこ	NPO法人 いきいきネットワーク	七時雨
電話番号	☎68-7677	☎77-2750	
勤務先の 児童保育 クラブ	・大更 ・大更第二 ・東大更 ・平笠	・田頭 ・平館 ・寺田 ・松野	・寄木 ・柏台 ・あしろ ・田山
業務内容	小学生の見守りや育成、環境整備など		
応募資格	普通自動車運転免許		
勤務日	月～土曜日		
応募期限	2月27日(金)		

申し込み・問い合わせ先 各法人

八幡平山頂レストハウス従業員を募集しています

(一社)市観光協会では、八幡平山頂レストハウスの季節雇用従業員を若干名募集しています。

業務内容	売店や食堂での接客、施設管理など
雇用期間	4月中旬～11月上旬 ※アスピーテライン開通期間
応募資格	・市内に在住する健康な人 ・普通自動車運転免許 ・松尾八幡平ビジターセンターまで通勤可能な人
応募方法	市販の履歴書に記入の上、同協会に郵送または持参
応募期限	3月13日(金)

申し込み・問い合わせ先 同協会 (☎78-3500)

地域のシゴトを知る交流会参加者を募集

盛岡市では、盛岡近郊で活躍する企業の先輩たちと「シゴト」についてざっくばらんに語り合うイベント「もりおか シゴト ミーグリ(交流会)」を開きます。

日時 3月3日(火) 13:00～16:30

場所 キオクシアアイーナ8階

対象 大学生、専門学校生、高校生などの学生や若年求職者

参加申し込み・問い合わせ先 盛岡市のホームページ、同市経済企画課(☎019-613-8298)

INFORMATION

たからっこ広場で勤務する子育てアドバイザーを募集

8年度にたからっこ広場(大更児童保育クラブ内)で勤務する子育てアドバイザーを募集しています。

業務内容 子育てに関する相談や援助など

応募資格 普通自動車運転免許

勤務日 月～土曜日 ※水曜日を除く

応募期限 2月27日(金)

問い合わせ先 NPO法人あそぼっこ(☎68-7677)

犯罪被害者に寄りそう活動をしてみませんか

(公社)いわて被害者支援センターでは、犯罪被害者等支援ボランティアを募集しています。

応募期限 3月31日(火)

活動内容 犯罪被害者などからの相談、付き添いなど

応募条件 ▶県央部(周辺)在住者 ▶25歳～67歳の人 ▶月1回の養成講座を受講可能な人

問い合わせ先 同センター事務局(☎019-621-3750)

あなたの声を県政に生かしてみませんか

県では、県の施策に関するアンケート(年5～10回)に回答する「希望郷いわてモニター」を100人程度募集しています。

応募資格 県内在住の18歳以上の人(公務員などを除く)

任期 6月1日～10年3月31日

応募期限 3月31日(火)※消印有効

問い合わせ先 県広聴広報課(☎019-629-5281)

タイ・タマサート大生のホームステイ先を募集

市ホストファミリーの会では、ホームステイ受け入れ可能なホストファミリーを募集しています。

受け入れる学生は、基本的に日本語での会話が可能です。

実施予定期間は6月上旬です。過去の活動の様子は、市広報や各種SNS「はちまんたい通信」から確認できます。

問い合わせ先 同会事務局・工藤(☎090-5350-7980)

障がい者スキー交流会に参加してみませんか

(一社)県障がい者スポーツ協会では、(公社)日本プロスキー教師協会などから講師を招き、障がい者スキー交流会を開きます。

	障がいのある人	ボランティア
参加対象	小学生以上の肢体不自由、視覚、聴覚障がい者など	スキー介助に関心のある人、スポーツ指導者など
リフト料金(1日)	3,000円	5,000円
日時	※リフト券所有者、小学生は無料 3月7日(土)～8日(日)いずれも9:45～	
場所	安比高原スキー場【受付】プラザホール	
申込期限	2月24日(火)	

申し込み・問い合わせ先 同スポーツ協会(☎019-637-5055)

火災が発生しやすい季節 火の扱いや後始末に注意

空気が乾燥し火災が発生しやすい季節です。火の取り扱いや後始末には十分注意しましょう。

また、住宅用火災警報器(電池寿命10年)の定期点検をしましょう。

問い合わせ先 八幡平消防署(☎76-2119)、松尾出張所(☎74-2119)、安代出張所(☎72-2119)

国民年金保険料の納付口座振替で前納がお得

国民年金保険料の納付は、口座振替が便利です。納め忘れを防ぐほかに、前納すると、前納期間に応じて保険料が割り引きになります。

年度の途中からでも口座振替による前納の選択ができます。

問い合わせ先 ねんきん加入者ダイヤル(☎0570-003-004)

よろこび・おくやみ

※掲載は届け出順で、届け出人が希望した場合だけ載せています(敬称略)。(12月届け出分)

すこやかに

(性別・保護者・行政区)

※個人情報保護の観点からホームページ上に掲載しないこととしました。

お幸せに

やすらかに

●人口の動き【12月31日現在 ()は前月比】

地 区	人 口	世 帯 数
西 根	13,871 (－7)	6,318 (＋1)
松 尾	5,438 (＋83)	2,880 (＋91)
安 代	3,493 (－6)	1,651 (－2)
合 計	22,802 (＋70)	10,849 (＋90)
男 性	11,014 (＋42)	
女 性	11,788 (＋28)	
出生	9	死亡 45
転入	160	転出 54

●交通事故発生件数など ()は前年同月の数

項 目	12月	1月からの累計
人身事故	0(2)	16(22)
死 者	0(0)	1(2)
負 傷 者	0(2)	21(27)
物損事故	80(68)	540(522)
飲酒運転	0(0)	1(2)
火 災	1(1)	10(7)
救 急	143(148)	1,457(1,381)

【広告】この広告は、広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について市が推奨などをするものではありません。

家族のために。自分のために。

“今”を残す生前遺影のカタチ

●いざというときに家族が困らない
●自分の気に入った写真で残せる
●プロがあなたらしくキレイに撮影

基本プラン 撮影(10カット)キャビネサイズ1枚仕上付 5,500円(税込)

有限会社 映光カメラ店 TEL.0195-74-2095
八幡平市平館第10地割42-5 mail photo@ekcamera.jp

シロアリ・羽アリ・ハチ・毛虫・ネズミ・コウモリ・ゲジゲジ

害虫駆除お任せください!!

八幡平市からの
ご依頼増えてます

他にも! おうちの困った! 小さなことでもお任せください。
カビ駆除・湿気・消臭・室内除菌・配管クリーニング

COOP Iwate いわて生協指定店、だから安心
見積り無料!! 低料金に自信あり

株式会社 三井ピーシーオー
ムシナクナレ
盛岡市稲荷町8-39 ☎ 0120-64-7970

探究の成果を東北大会で発表

地域資源や素材を使い取り組んだ活動を説明

7年度全国高校生体験活動顕彰制度「地域探究プログラムちいぷろ！」東北ブロックの発表会が12月21日、東北工業大学(仙台市)を会場に行われ、2年生の5つの班が発表に臨みました。「ちいぷろ」とは、主体的な探究姿勢などを身に付け、社会の課題解決などの取り組みを行うことで、郷土に愛着をもち新たな価値を創造する高校生の育成を目指す全国的なプログラムです。

生徒は、1年生から取り組んでいる総合的な探究の時間の学習成果をもとに資料を作成。



市産のホウレン草を使って開発したお菓子を発表したスイーツ班

当日は審査員を前に、7分間のプレゼンテーションと、8分間の質疑応答に臨みました。

各班の生徒たち

は、それぞれのテーマについて堂々と発表。残念ながら全国大会への切符こそ獲得できなかったものの、全班が優良賞を受賞しました。その内容は後日、校内でも発表し、成果を共有する予定です。

卒業前に大人の身だしなみをマスター

卒業を控えた3年生が、身だしなみやスーツについての基礎知識、ネクタイの結び方を学ぶ講習会を1月15日、紳士服専門店の職員を講師に招き本校で行いました。講習会は、進学や就職時など、卒業後はスーツを着用する場面が多くなることから、初めて開いたものです。

男子生徒は、制服に使用しているワンタッチ型のネクタイとは異なるネクタイの結び方、締め方に戸惑った様子でしたが、形良く結べるようになるまで何度も練習していました。



指導を受け、結び方を繰り返し練習する本校生徒

発表に臨んだ2年生の生徒



子育てのための施設等利用給付制度があります



詳細はこちら

(1)、(2)の対象になる人

保護者が次のいずれかに該当している必要があります

- ① 1カ月60時間以上働いている
- ② 妊娠中または出産後間もない
- ③ 病気や負傷、心身に障がいがある
- ④ 同居(長期入院含む)の親族を常時看護・介護している
- ⑤ 火災や風水害などで被害を受け、その復旧に当たっている
- ⑥ 求職活動を継続的に行っている
- ⑦ 就学しているまたは職業訓練を受けている
- ⑧ ①～⑦以外の特別な事情で、保育が必要と認められる場合

幼児教育・保育の無償化により、3歳から5歳までの子どもや住民税非課税世帯の0歳から2歳までの子どもが保育所などを利用する場合の保育料・利用料は無料となっています。

下表の事業を利用している人も、上限額までは無償化の対象になることがありますので、該当する場合は健康こども課に申請してください。

申請方法

必要な書類は、保護者の仕事や家庭の状況により異なりますので、問い合わせの上、申請してください。

表 無償化対象事業、児童の年齢や無償化対象上限額など

	対象施設・事業	対象児童の年齢	上限額(月額)
(1)	幼稚園、認定こども園(教育認定)の預かり保育	3歳児以上	11,300円
		満3歳児(住民税非課税世帯) ※2歳児のうち年度途中で3歳に達する児童を含む	16,300円
(2)	保育所などを利用していない子どもの、認可外保育施設や一時預かり事業など	3歳児以上	37,000円
		0歳児～2歳児(住民税非課税世帯)	42,000円
(3)	新制度未移行の幼稚園(市内に対象施設はありません)	満3歳児以上 ※2歳児のうち年度途中で3歳に達する児童を含む	25,700円



冬の入浴に一工夫

～ヒートショックを予防しましょう～

厳しい寒さが続くこの時期は「ヒートショック」による入浴中の事故が増加するため、注意が必要です。

ヒートショックとは

急激な温度変化による血圧の大きな変化が体に与える影響のことです。

冬は、暖かい居間などから寒い脱衣所や浴室への移動や寒い浴室で熱い湯船へ入ることによる急激な温度変化によって、血圧の急激な変動が生じます。これにより、めまいやふらつき、意識障害などを起こし、おぼれたり、転倒したりする危険性があるうえ、重症化すると心筋梗塞や脳卒中等を引き起こすこともあります。

冬の入浴を安全に楽しむために

入浴時のヒートショックを防ぐための対策について、右記の4つのポイントを参考に、できることから始めましょう。

入浴時のヒートショックを防ぐポイント

POINT 1 入浴前に浴室や脱衣所を暖める

- ・シャワーを浴室の壁や床にかけたり、お風呂が沸いたら浴槽のふたを開けたりして浴室を暖めておく
- ・脱衣所は服を脱いでも寒くない程度に暖めておく

POINT 2 お湯の温度は41℃以下で入浴は10分以内に

- ・湯船の温度はぬるめ(41℃以下)に設定し、浴室との温度差を小さくする
- ・入浴は10分以内にし、体温の上昇による意識障害を予防する

POINT 3 入浴前の声掛けや水分補給も忘れずに

- ・入浴前に周囲の人に一声掛けてから入浴することで、入浴中の異変に早く気付いてもらえる
- ・入浴前後に水分補給をし、脱水症状を防ぐ

POINT 4 入浴は足先から徐々に、ゆっくりと上がる

- ・湯船に入る前に、心臓から遠い足先から徐々に湯をかけることで、血圧の急激な変動を防ぐ
- ・湯船から上がる際は、ゆっくりと立ち上がることでふらつきによる転倒を予防する

平高LIFE



学校で取り組む多くのことに
たくさんの達成感を感じます

家庭クラブ会長

鈴木 遼斗 さん

(家政科2年：西根中出身)

家庭クラブでの活動

家庭クラブでは、地域の伝統文化である紫根染の継承活動に力を入れ、技術の習得と普及に取り組んでいます。また、授業で学んだことをベースに、自分なりの課題に取り組むホームプロジェクトでは、中学生になった弟の食生活改善をテーマに、酒粕を使った健康おやつについて研究し、県大会で発表するなど、日常生活に根ざした活動に取り組んでいます。

学校生活の楽しいところ

検定など取り組むことは多いですが、その分の達成感があり、それが楽しさでもあると感じています。

伝えたい平高の魅力

タイプとコスパで選ぶなら、平高はすごく良い学校だと思います。就職や進学のほか、幅広い面でサポートしていただける。それが平高高校です。

家政科学科では検定や実習が多いので、その度に行ける限りの力を発揮できるように授業に臨んでいます。また「はちたん」で開発した料理や商品の研究を文化祭で展示・出店する「はちたんマルシェ」の企画に取り組みました。

※1: 総合的な探究の時間の授業で取り組んだ、市内の魅力を発見しPRする取り組み



小学生に勉強を教える「寺子屋ボランティア」に取り組む遼斗さん

※2 タイパ:かけた時間に対する成果・満足度。コスパ:かけた費用に対する成果・満足度



「ここ見に来て」No.1

今月から、市内の産直施設など、ちょっとしたお出かけ、立ち寄りスポットを紹介します（掲載は不定期）。

道の駅にしね・生産物直売所

平成8年にオープンし、この4月で30周年を迎える「道の駅にしね」は、ドライバーなどに休憩場所や道路情報を提供する県内で11番目の道の駅です。併設する生産物直売所「赤松どおりふれあい館」の商品棚には、市内で生産された季節の野菜や山菜、雑穀のほか、地酒や八幡平市にちなんだお土産品など、さまざまな商品が並びます。特に市産の原木しいたけと杜仲茶ポークのあんを包んだビッグサイズの「もっちり豚まん」は、一番人気のオリジナル商品です。

「いわて地産地消レストラン」の二つ星に認定されている和風レストランでは、市産のハウレン草にこだわったカレー、ソフ



トクリームのほか、旬の食材を生かした月替わりメニューを提供しています。

外出の際には、市の南の玄関口に位置し、さまざまな企画や季節のイベントにぎわう「道の駅にしね」に、立ち寄ってみませんか。



ポケモンマンホールもあるので探してみてもいいかも



最新情報は
こちら

アクセス・営業時間

岩手県八幡平市大更第2地割154-36
電話：0195-75-0070
最寄りバス停：道の駅にしね
東北自動車道西根ICから車で1～2分
営業時間
▷生産物直売所
9:00～17:00
▷和風レストラン
11:00～16:30
(ラストオーダー 16:00)



博物館だより

Newsletter from the MUSEUM

ホームページはこちら

博物館 TEL 63-1122



資料でたどる「ひなまつり」の風景

3月3日は桃の節句、女の子の健やかな成長を願う行事「ひなまつり」の日です。記録や資料に残る、市内で行われていたひなまつりの様子を紹介します。

安代地区

裕福な農家や商家では、ひな壇に人形を飾り、アラレや菱餅、甘酒などを作りお祝いしました。一般の家庭や農家では、桃の枝を神棚にお供えして、大家（大きい家）へ行き、おひなさまを見せてもらい、餅などをご馳走になりました。浅沢地域では、おひなさまを飾って祝うことは珍しく、ほとんどの家では蓬餅を作り、赤飯を炊いて食べていたようです。



現代のひな人形(市博物館蔵)



明治時代のひな人形(市博物館蔵)

参考文献 『西根町史(上巻)』、『松尾村誌』、『安代町史(民俗編)』

西根・松尾地区

ひな壇を飾り、菱餅、キリセンショ、甘酒を作ってお祝いしました。ひな人形を飾る家は少なかったため、子どもたちはひな人形を飾っている家に行ってみせてもらっていたようです。

『博物館でひなまつり』展

市博物館では、博物館に寄贈されたひな人形のほか、安代地区で活動している「絲の会」が制作したつるし雛や春らしい作品を展示します。一足早く春の訪れを感じてみませんか。ご来館お待ちしております。



つるし雛
(制作:絲の会)

開催期間 2月3日(火)～3月8日(日)
開館時間 9:00～16:30(入館は16:00まで)
休館日 月曜日(月曜祝日の場合は翌平日)
会場 市博物館 体験ホール
入館料 210円(中学生以下無料)

地域おこし協力隊だより

Vol.118



今月の担当

大垣 由騎

出身：大阪府
協力隊：1年目
ミッション：起業家支援
コーディネーター
休みの日は：プログラミング、ゴルフ、ランニング

ミ ッションである地域DX(デジタルトランスフォーメーション)を進めるために研究や開発にいそしんでいると、あっという間に時間は過ぎ去り、気付けば、辺り一面が銀世界に。寒さに負けず開発に取り組み、市内企業の皆さんの業務効率化に役立ててもらいたいシステムの2つが形になったので紹介します。

1 つ目は、確定申告にかかる負担軽減を目的としたシステムです。経費などの手入力を極力減らすことに重点を置いて開発したもので、紙や電子の領収書を読み取り、自動で入力します。

2 つ目は、宿泊施設や美容室、クリニックなどで運用することを想定した予約システムです。既存のホームページに機能を追加するイ

メージで導入することができ、大手の予約管理システムにあるような予約時の手数料がかからないように構築しました。

いずれもGoogleアカウントを持っていれば、比較的簡単に導入できます。確定申告の時期でもあるので、申告前の経費整理で困っている人は、ぜひ早めに相談してください。

システム開発のほかに、市内の学校への出張講義や企業を対象とした「業務効率化勉強会」を開くなど、IT技術を身近に感じてもらうための活動にも力を入れています。

興味がある人は、気軽に声をかけてください。



主催した業務効率化勉強会の様子

市食生活改善推進員連絡協議会

Vol.25

八幡平キッチン

～伝えよう郷土料理～

今月は

豆しとぎ



調理時間
約 40分

- 今月の担当 -
安代地区の皆さん



豆しとぎは、大豆が採れる秋から冬にかけて作られる郷土菓子で、昔は大黒様や山の神様に供えていたと言われています。青大豆はゆで時間が短く、青臭く、ゆですぎると歯触りが悪くなります。すりつぶす際は、少し粒が残る程度につぶすと食感が良く仕上がります。

- 材料 - 【作りやすい分量】

青大豆…1kg
もち米粉…200g
うるち米粉…500g
白砂糖…700g
塩…少々
お湯…少々



作り方

- ① 青大豆は洗って、一晩水に浸ける。※冬は一昼夜浸ける。
- ② ①の水を切り、沸騰したお湯に入れ、アクを取りながら少し硬めにゆで(15分程度)、お湯を捨てて豆をすりつぶす。
- ③ ②にもち米粉、うるち米粉、白砂糖、塩を混ぜる。
- ④ ③にお湯を少し加え、こねて形を整え、少し時間をおいてから食べやすい大きさに切る。

食生活改善推進員に料理教室などを依頼する場合は健康こども課(☎・内線1191)まで

ハチ推し



冬季オリンピックを

みんなで
応援しよう

2月にイタリアで開かれるミラノ・コルティナオリンピックの情報、3月に市内で行われるイベントを紹介します。
オリンピックには、市出身2選手が出場予定です。岩手から熱い応援を届けましょう。

2月6日から22日まで、第25回オリンピック冬季競技大会が、イタリア北部の都市ミラノとコルティナダンペッツォで開かれます。
日本代表として大会へ参加する選手に、本市出身の小林陵侑選手(スキージャンプ競技)、土屋正恵選手(クロスカントリースキー競技)が選ばれました。
出場の可能性がある種目の競技開始予定日時は、それぞれ次のとおりです。

◆スキージャンプ

日時(日本時間)	種目
2月10日(火) 3:00~	男子個人ノーマルヒル
2月11日(水) 2:45~	混合団体
2月15日(日) 2:45~	男子個人ラージヒル
2月17日(火) 3:00~	男子スーパー団体

◆クロスカントリースキー

日時(日本時間)	種目
2月7日(土) 21:00~	女子10km×10km スキアスロン
2月12日(木) 21:00~	女子10kmフリー
2月22日(日) 18:00~	女子50kmマスタートクラシカル

※出場の可能性がある種目の競技日時を記載しています。
出場は、最終的なエントリーによります。
※同時刻にテレビ中継されるとは限りません。



小林陵侑選手に手書きの応援メッセージを寄せる柏台小の児童



土屋正恵選手の冬季五輪参加決定を祝って五日市振興協議会が看板を設置

寺田コミセンまつり

場所 寺田コミセン
時間 9:30~15:00 ※8日は10:00開始
笑いの連続「寺田喜劇団」の公演(8日)のほか、地域のサークルなどによる舞台発表が楽しめます。
また、会場には焼き鳥やそば、ピザなどの屋台が並び、雪解け前の寺田地区の一大イベントです。
■問い合わせ先 寺田コミセン(☎77-2024)



3月 8日(日) 田山スキー場まつり

場所 田山スキー場
時間 9:30~12:00
雪上ゴルフや宝さがしなど、さまざまな年代の人が楽しめるイベントを予定しています。
また、会場には、焼きいもや焼き鳥などの屋台が並びます。
■問い合わせ先 田山コミセン(☎73-2057)



3月 22日(日) むろふし しげのぶ 室伏 重信 講演会

場所 市役所多目的ホール棟
時間 14:00~(受け付けは13:30~)
定員 80人(先着順)
2004年アテネオリンピックハンマー投げ金メダリストの室伏広治さんの父で、自身も同種目で活躍し「アジアの鉄人」と呼ばれた室伏重信さんを講師に「可能性への挑戦—自らを高めるために—」と題し講演会を開きます。
■問い合わせ先 市体育協会(☎76-3237)



申し込みはこちら

環境・衛生

ワンポイント

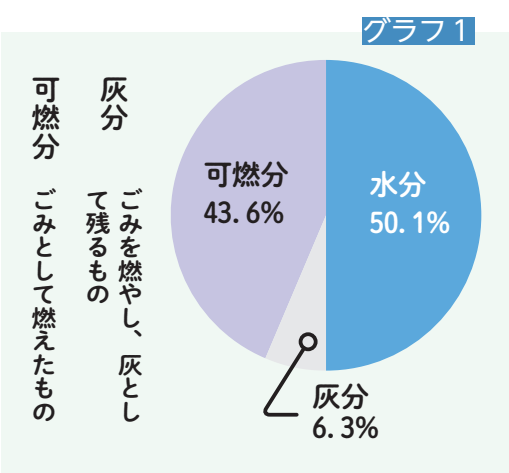
市民課環境衛生係
☎・内線1068

すぐできるごみの減量 生ごみの水切りと分別を

市の一人一日当たり家庭系ごみの排出量は県内で最も多い状況です。
今回は、ごみ処理の現状から分かるごみ減量対策を紹介します。

生ごみの水切り

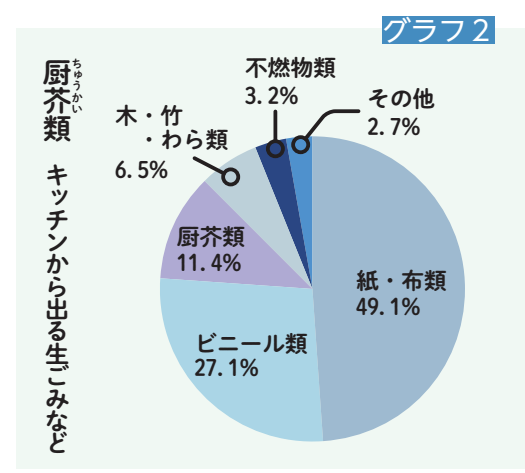
グラフ1のとおり、市で処理している燃えるごみを3つの成分に分類し、分析すると、燃えるごみとともに、多くの水分を燃やしていること



が分かっています。水分が多いと、焼却炉の燃焼効率が下がり、燃料費などのごみ処理費用が増える要因にもなります。
生ごみをしばって出すことで、燃えるごみの半分を占める水分が減るため、ごみの減量につながります。

紙類の分別

国が示す基準に基づき、ごみを6つの種類に分類すると、次のグラフ2で示す構成になっています。



分類の結果、排出される家庭系ごみは、紙・布類が約50%を占めています。燃えるごみとして捨てられがちな菓子箱、ティッシュ箱、ラップの芯、パンフレットなどは、雑がみとして分別し

資源ごみに出すことで、家庭系ごみの減量につながります。ごみの分別についてあらためて確認してみましょう。
ごみの減量化を考える
市民の集いで意識高める



詳しくはこちら

日常生活に伴って生じる家庭系ごみの削減や環境問題に対する啓発を目的に1月27日、ごみ減量化を考える市民の集い「市公衆衛生組合連合会・市主催」を開きました。
前半では、いわて地域脱炭素推進員・県環境アドバイザーの櫻井則彰氏が、環境やごみ問題について講演。プラスチックごみの海洋流出による環境汚染の現状や、家庭で取り組めるごみの分別方法などを紹介しました。
また後半では、一人一日あたりの家庭系ごみ排出量が県内で最も多い本市の現状についても説明を行いました。
ごみ排出量の削減は、本市が取り組むべき重要な課題で、市民一人一人の協力が欠かせません。市は今後も、市民の環境問題への理解を深め、一歩踏み込んだごみ減量対策とリサイクルの推進に取り組んでいきます。



40人が参加した市民の集い

【広告】 この広告は、広告主の責任において市が掲載しているものです。広告の内容について市が推奨などをするものではありません。

耳鳴り、めまい、頭痛、皮膚の痒み 等

漢方のあさひ薬局

八幡平市大更25-118-1(国道282号沿い) TEL.0195-75-2227
<https://www.asahi-kanpou.com/>

御相談予約専用 携帯からもご利用できるようになりました!

0120-204077

漢方のあさひ薬局@八幡平市
ID @083kkehm

無火災誓い決意を示す

令和8年市消防出初式を市役所本庁で挙

市消防出初式は1月4日、市役所本庁舎とその周辺で行われました。
当日は市消防団員400人、消防車両27台が集合。ラッパ隊の演奏に合わせ、堂々とした分列行進を披露しました。
会場を市役所多目的ホール棟に移して開かれた式典で米田兼彦^{かねひこ}団長は『自らの地域は、自ら守る』との郷土愛を胸に、無火災に向けて努力精進していく」と訓示し、団員による地域防災の強化を表明。最後に参加者全員で万歳三唱し、本年の無火災と無災害を願いました。



威風堂々とした分列行進を披露した消防団員

験竿に願い込め一步一步

市無形民俗文化財「平笠裸参り」が寒風の中行われる

市無形民俗文化財「平笠裸参り」は1月8日、平笠地区の宮田神社から大更地区の八坂神社の区間で行われました。
享保4(1719)年の岩手山噴火を鎮めるために始まったとされるこの行事。戦時中、出征した男性の武運長久を願う女性たちに受け継がれ、全国的にも珍しい女性主体の裸参りとして行われるようになりました。
昨年に続き参加した森穂実^{ひなみ}さん(平笠小6年)は「みんなが健康で過ごせるよう願いを込めた。春から中学生になるので、勉強も部活も頑張りたい」と顔をほころばせました。



冷たい風が吹き付ける中、験竿を掲げて練り歩く参加者

地域と行政の橋渡しに尽力

退任した民生委員・児童委員に大臣・知事感謝状

昨年11月30日で任期満了となった民生委員・児童委員への感謝状贈呈式が12月23日、市役所で行われました。
委員は、厚生労働大臣から委嘱される任期が3年の無償ボランティア。地域住民の見守りのほか、介護や子育て、障がいなどに関する困り事や悩み事などを行政や専門機関につなぐ身近な相談役として活動しています。
贈呈式では、同委員を6年以上務め退任する25人に厚生労働大臣感謝状が、また3年以上務め退任する5人に県知事感謝状が佐々木市長から伝達されました。



退任された委員の皆さん



市防犯隊・交通指導隊を代表し、誓いを述べた岩井隊長(左)

安全・安心守る1年の誓い

令和8年市防犯隊・交通指導隊合同初点検を挙

市防犯隊^{ひさお}(岩井寿朗隊長・隊員41人)と交通指導隊^{としのり}(八重樫俊則隊長・隊員30人)の合同初点検は1月11日、市役所本庁舎で行われ、両隊の隊員や関係者は、犯罪や事故の無い安全安心なまちづくり活動を誓いました。
佐々木市長の観閲に続き、隊長らが手帳や警笛など装備品を点検。両隊を代表して、市防犯隊の岩井隊長が「全国的に、高齢者や青少年が関わる特殊詐欺や交通事故が多発していることから、これまで以上に啓発に努める」と誓いを述べ、決意を新たにしました。



装備品の点検を受ける隊員

手作りの餅でおもてなし

寄木小5年生が収穫の喜びと感謝を伝える会を開催

寄木小の稲作体験学習にボランティアで協力した住民に、児童が感謝を伝える会が昨年12月19日、同校で開かれました。
当日は、体験学習で収穫したもち米を使い、5年生10人が餅をつくつと、自分たちで味付けも準備。招いた地域ボランティアに餅を振る舞ったほか、体験学習でお世話になった一人一人に、感謝の気持ちをつづった手紙を手渡しました。高橋結衣^{ゆい}さんは「お米のつぶつぶが少し残っていたけど、おいしいお餅を地域のひととみんなで食べることができて良かった」と笑顔を見せました。



あんこやごまなど、自分たちで味付けした餅を地域のひとと味わった

スナップギャラリー



子ども食堂を隔月で開いている「おおぶけキッズカフェ」に、西根ライオンズクラブが配膳トレーを寄贈(1月10日、大更コミセン)



平舘こども園年長児が、平舘地区の老人クラブと一緒に作ったミズキ飾りを市役所などに届けた(1月7日、市役所)



3月に北海道で開催の世界スキーオリエンタリング選手権に、岩渕泳人^{ようじん}さん(金沢)と阿部藍凜^{あいはる}さん(安代中)の出場が決定



1月5日で100歳を迎えられた小林キヨエさん=松久保=これからもお元気で(1月9日、介護老人保健施設「希望」)



1月10日で100歳を迎えられた高橋マツさん=笹目=これからもお元気で(1月16日、グループホームばんたれい)



スキーシーズン中の無事故と多くの来場者の訪れを願ってテープカット(昨年12月20日、田山スキー場安全祈願祭)

手書きの良さ、書く喜びを伝えたい

「全国からの作品とともに、自分の作品が展示され、感謝と嬉しさでいっぱいです」と笑みを広げるのは、昨年10月18日から21日まで開かれた第37回全国健康福祉祭（ねりんピック）岐阜大会美術部門に岩手県代表として書を出品した関山幸子さん。

選考会で高評価を受け岩手県代表となった作品は、浄土真宗の宗祖、親鸞が著した『正信念佛偈』約850文字を、濃紺の和紙に金泥を使い細字で書いたもの。東日本大震災の惨状を目の当たりにし「今、書かなければ。書で平穏な日

※『教行信証』に書かれた、教えの内容を凝縮した漢文

常を願わなければ。との思いに突き動かされて「震災の年に仕上げた。選考会への出品は、書の師に勧められたこともあり「戦争の絶えない今だからこそ、見てもらえればいいかなって」とその経緯を語る。

書道は「小学生の時に、母から手ほどきを受けて始めた」と言う関山さん。「運動会でも習字でも、賞を取るとノートや鉛筆をもらえてうれしかった」と当時を思い出す。高校まで続けた書道は、進学や就職などで一度離れたものの30代で再開。「思い出深いのは、京都での昇段試験に臨む際に、亡き夫に何時間

も墨をすつてもらったこと」とこれまでを振り返る。昭和60年に夫の実家がある旧西根町に移り住むと、周囲から「子どもたちに教えてほしい」と請われ、62年4月には自宅に書道教室を開設。教室は本年度で39年目を迎え、教えた生徒は100人を超える。かつての教え子が親になり、その子どもも通うようになった。

「これまで続けてこられたのは、師、家族、生徒、たくさんの人に支えられてのもの。子どもから大人まで、上達していく生徒の姿に元気をもらっている」と周囲への感謝に人柄がにじみ出る。「自分の書は、まだまだっという思いがあるので」と、今月3回、盛岡へ稽古に

全国健康福祉祭（ねりんピック）岐阜大会に親鸞の「正信念佛偈」を記した書を出品
日本習字平館教室 代表

関山 幸子さん（雅号 翠月）

せきやま・ゆい 83歳 共新

も墨をすつてもらったこと」とこれまでを振り返る。昭和60年に夫の実家がある旧西根町に移り住むと、周囲から「子どもたちに教えてほしい」と請われ、62年4月には自宅に書道教室を開設。教室は本年度で39年目を迎え、教えた生徒は100人を超える。かつての教え子が親になり、その子どもも通うようになった。

「これまで続けてこられたのは、師、家族、生徒、たくさんの人に支えられてのもの。子どもから大人まで、上達していく生徒の姿に元気をもらっている」と周囲への感謝に人柄がにじみ出る。「自分の書は、まだまだっという思いがあるので」と、今月3回、盛岡へ稽古に



心新たに、書初めた作品を掲げる生徒たち（1月6日）

通い、師のもとで腕を磨く。書道の魅力は「終わりのない難しさや、無心になれるところかなあ」と微笑む。「デジタルの時代だからこそ、手書きの良さが見直されている」とのテレビ報道に「とても共感した」という関山さん。「書くことで、子どもたちには、きつと構成力や集中力も養われている」とも。「楽しく書いてもらう」と私もうれしいし、書くことが大好きになって、上達を感じてもらえればいいな」と思いを込める。

「これまで続けてこられたのは、師、家族、生徒、たくさんの人に支えられてのもの。子どもから大人まで、上達していく生徒の姿に元気をもらっている」と周囲への感謝に人柄がにじみ出る。「自分の書は、まだまだっという思いがあるので」と、今月3回、盛岡へ稽古に

編集後記

▽生産者、販売店、来訪者の3者にとって、良い企画になれば、という思いで、市内の産直・立ち寄りスポットを紹介するコーナー（第1回は道の駅にしね）を企画しました（19頁参照）。ほうれん草ソフトや、もっちり豚まんは安定の人気ですが、個人的にはレストランのほうれん草揚げ餃子が、私の推しメニューです。▽「いつか表紙に」と係内で考えていた寄木櫛。本号で掲載することができました。当日は、晴れたり吹雪いたり、安定しない天気でしたが、白装束を身にまとった子どもたちは元気いっぱい笑顔で地域を練り歩き、見守る大人もつられて笑顔に。地域行事の良さがぎゅっと詰まった素敵な伝統行事でした。（千）

【広告】この広告は、広告主の責任において市が掲載しているものです。

関節痛、腰痛、骨を丈夫に
コミュニティバス
「八幡平中央整形」バス停そば
(八幡平中央 整形外科・内科クリニック)
漢方の あさひ薬局
八幡平市大更25-118-1 TEL0195-75-2227



※広報はちまんたい2月5日号(No.368)の印刷経費は1部112,78円、発行部数は9,547部です。経費の一部は広告料で賄われています。広告掲載は、株式会社総合広告社(019-626-3370)まで。



ねりんピックに書を出品した関山さん。書は、文字が描かれていない部分に「南無阿弥陀佛」の文字が浮かび上がる。