

はちまんだい

2008.9.4
No.68

今月の表紙

松野保育所の水生生物調査は8月8日、松尾地区野駄の小川で行われました。園児たちは、地域の市民から指導を受けながら川の中を網ですくったり、石の下を調べたりと探検。イワナやドジョウ、小さなカワエビなどが見つかりとみんな歓声を上げて喜びました。(関連記事は10頁)

エビさんみつけたの♪



●主な内容

- 二十歳の宣言・新成人たちの誓い…02
- 夏の夜空に祭りばやしがり響く…06
- 話題ピックアップ…10
- 福祉ねっとわーく…14
- 学びの窓…16
- お知らせ…18



平成20年度
八幡平市成人式

二十歳の宣言

八幡平市の次代を担う若者たちに、
人生の最も大きな節目の一つである成人式で
喜びの声と今後の抱負を聞きました。

市成人式は8月15日、対象となる新成人400人のうち
233人を迎えて、西根地区体育館で開かれました。
田村正彦市長をはじめ、多数の来賓がお祝いに駆け付け、
ともに大人の仲間入りを喜びました。

新成人の
大志を
高らかに

～Coming-of-Age Celebration～

式典では、新成人を代表して昨冬のノルディックスキー複合W杯Bに出場した島山長太さん(早稲田大3年)が「夢に向かって志を新たに、一生懸命がんばります」と誓いの言葉を述べました。



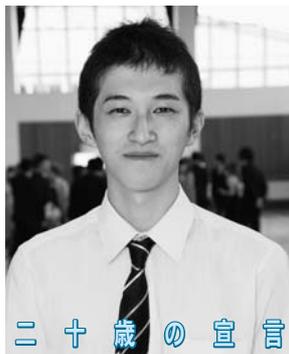
田村 有里恵さん (大更出身・東京都)



二十歳の宣言

小・中学校時代を一緒に過ごした友達と会えて、とてもうれしいです。成人式を迎えたのを機に、学生生活を充実させるとともに、大人への意識を高めていきたいと思いました。20年間、温かく育ててくれた家族のみんなへ、ありがとうございますと伝えたいです。これからは、地元を誇れるような大人になりたいと思います。

高橋 洸平さん (松尾奇木出身・山形県)



二十歳の宣言

今日はとても身が引き締まる思いです。絵に取り組んで

いるので、いい作品を描いて、みんなで元気に過ごせるようにがんばります。

八幡 悠さん (栗木田出身・在住)



二十歳の宣言

大人の仲間入りができてとてもうれしいです。これから仕事に打ち込んでいきたいと思っています。家族のみんな、今までありがとうございます。

本間 菜津美さん (大更出身・在住)



二十歳の宣言

友達といっぱい会うことができ、今日はとても楽しかったです。成人したという自覚は、まだあまりありませんが、だんだん「成人したんだ

な」という感じがしてきました。これからは、仕事も太鼓も恋愛も、全てにおいて悔いのないように全力で生きたいと思っています。これまでの20年間は、皆さんにお世話になりました。皆さんにお願いです。大人の一員としてがんばりますので、よろしく願います。

古川 菜美恵さん (松尾出身・花巻市)



二十歳の宣言

思っていた以上に、あつという間に迎えた成人式でした。小さいころに思い描いていた大人の二十歳になれているか自信はありませんが、無事に迎えられるうれしいです。おいしいものを作り、子どもたちの食育もできる栄養士になりたいと思います。八幡平市に帰って来ると、とても安心します。ここで生まれ育ったこと、これまで育ててくれた家族に感謝の気持ちでいっぱいです。今日は司会という大役を務めさせていただいて、

ありがとうございます。

阿部 寿也さん (兄川出身・在住)



二十歳の宣言

今日はとてもうれしいです。今後は大人の一員として、しっかりと仕事に向き合っていきます。家族のみんなへ、これからもがんばりますので、よろしく願います。

高橋 良光さん (平笠出身・北海道)



二十歳の宣言

成人式を迎えて、大人になった気がします。これからは学業に精を出していきたいと思っています。家族のみんなにありがとうと言いたい。仲間に来てとてもうれしいです。

～Coming-of-Age Celebration～

新成人の 大志を 高らかに

アルペールビル冬季五輪ノルディックスキー複合団体金メダリストの三ヶ田礼一さんを招き、「自分の未来のために」と題して記念講演。自身の体験談を交えながら、新成人を激励しました。



藤江 鮎香さん (西根寺田出身・在住)



二十歳の宣言

成人式を迎えたという実感はあまりありませんが、とてもうれしいです。大人の仲間入りをしたということ、これからは何事も自分に責任をもつて行動をしていきたいと思っています。家族をはじめとして、たくさんの人たちの支えのおかげで成人式を迎えることができました。みなさんありがとうございます。

渡部 巴さん (松尾寄木出身・盛岡市)



二十歳の宣言

成人式で、久しぶりにたくさんさんの友達に会うことができ

て、とても懐かしい気持ちになりました。来年の1月には、八幡平市で全日本学生スキー選手権大会が開催されるので、岩手大学競技スキー部のメンバーはとても張り切って練習に取り組んでいます。市民の皆さんの応援をよろしく願います。立派な大人を目指してがんばりますので、これからも温かい目で見守っててください。

藤川 怜さん (赤坂田出身・在住)



二十歳の宣言

今日の成人式を迎えて、やっと大人になれたという感じがします。これからは、大人として仕事をがんばっていききたいと思っています。家族のみんな、今までありがとう。さまざまなことにチャレンジしていきたいと思っていますので、今後ともよろしく願います。

林本 慎さん (大更出身・北海道)



二十歳の宣言

これから就職活動に取り組んで、しっかりと仕事をしていきたいと思っています。市民の皆さん、この市をよろしく願います。八幡平市は永久に不滅です。

伊藤 明日香さん (野駄出身・在住)



二十歳の宣言

友達のみんなに会うことができ、とてもうれしいです。成人式では、たくさんの人たちのお話を聴いて、改めて大人としての責任の重さを感じました。保育士として、子どものために良い環境づくりをしていきたいと思っています。これからも皆さんに迷惑をかけると思いますが、精いっぱい

んばりますので、よろしく願います。

高橋 佑弥さん (石名坂出身・盛岡市)



二十歳の宣言

今日から自分も大人の仲間入りです。何事もがんばっていきたくと思います。家族のみんな、今まで支えてくれてありがとうございます。

八幡 由衣さん (天面平出身・盛岡市)



二十歳の宣言

思ったよりもたくさんのお友達が集まってきました。家族や地域の人々には、まだまだお世話になると思いますので、よろしく願います。



～Coming-of-Age Celebration～

平成20年度
市成人式

式典と記念講演の終了後は、友人たちとの久しぶりの再会で場内は盛り上がります。互いの近況を報告したり、記念写真などを撮影し、固いぎずなを確かめ合っていました。

工藤 伸元さん

(田頭出身・北海道)



二十歳の宣言

これからは成人として、何事にも精いっぱい取り組んでいきたいと思えます。また、自分のやっけているアーチェリーで、全国大会に出場できるようながんばります。家族のみんなには、今日までありがとうございますと伝えたいです。

菊池 太郎さん

(松尾出身・埼玉県)



二十歳の宣言

今日は、久しぶりに友人たちに会うことができ、とてもうれしいです。これからは、自立できるように自分を磨いていきたいと思えます。帰郷の

たびに温かく迎えてくれる家族のみんな、いつもありがとう。いつまでも変わらず、すばらしい故郷であり続けてください。

工藤 香乃さん

(石名坂下夕出身・北上市)

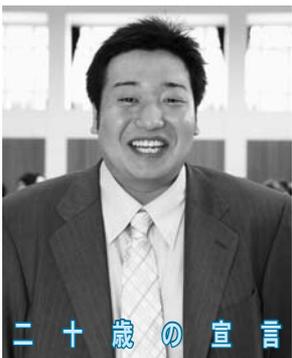


二十歳の宣言

こうして成人式を迎えることができ、とても気合が入る感じがします。今日から私も大人の仲間入りです。今後は、仕事に力を入れてがんばっていききたいと思えます。

本堂 雅耶さん

(田頭出身・盛岡市)



二十歳の宣言

この式に出ることができて、やっと成人したんだなと思えます。

るようになりましした。これからは、自立して生活できるように今をしつかりと生きて、将来につなげていきたいです。これまでお世話になった家族のみんなには、ずっと元気で生活して欲しいと思えます。何より、親にしつかりと恩を返していけるよう、がんばっていきます。

伊藤 三佳さん

(柏台出身・在住)



二十歳の宣言

いよいよ大人の仲間入りという喜びと、これまでと違い、さまざまな責任が生じることへの不安を同時に感じています。これからは、今まで以上に勉学に励み、海外をたくさん訪れて世界の人々と交流することでも多くのことを学び、もつと自分を磨きたいと思えます。また、一人の大人として責任感を持ち、八幡平市民の一人として、市を盛り上げる手助けをしていきたいと思えます。

三浦 美由紀さん

(栗木田出身・盛岡市)



二十歳の宣言

成人式までの20年は長かった気がしますが。今日はみんなに会うことができ、とてもうれしいです。家族のみんなへ、これからもよろしくお願ひします。

阿部 あゆみさん

(上関出身・在住)



二十歳の宣言

成人式を迎えて、ついにこの日が来た、という気持ちでいっぱいです。これからは、調理師として仕事をどんどんがんばりたいと思えます。家族のみんな、これからもまた、よろしくお願ひします。



夏の

の夜空に祭りばやし の鳴り響く



趣向をこらしたイベントや出店がまつりを盛り上げる

オープニングは、市夏まつり恒例となった松川一の宮太鼓の演奏です。時折小雨の降るあいにくの天気の中でしたが、雨雲をふきとばすような勇壮な鼓動を披露しました。会場には、金魚すくいや綿あめなどさまざまな出店が軒を連ね、多くの来場者が買い物や味覚を楽しみました。

第3回八幡平市夏まつり（同実行委員会主催）は8月15日、松尾総合運動公園で華やかに行われました。時折小雨が降るあいにくの天気ながら、市民や帰省客など約7000人が会場を訪れ、盆踊りや打ち上げ花火を楽しみました。

開会式で田村正彦市長は「このまつりは、市民や企業の皆さんの協力金・協賛金などで運営されています。どうか存分に楽しんでください」とあいさつ。松川一の宮太鼓の勇壮な演奏と共に夏まつり

盆踊りがひと段落するころには、すっかり日も暮れてクライマックスの打ち上げ花火を待つばかり。大きな音とともに、夜空に光の大輪を描く花火大会の幕開けです。「生命はぐくむ森と水」、「八幡平の神秘」、「豊かな森と大切な生命の未来へ」というテーマを掲げた3部構成で約1時間、さまざまな趣向をこらした打ち上げ花火で訪れた人たちを楽しませました。

夕日が落ちて空が暗くなり始めると、いよいよ盆踊りが始まります。市内の太鼓愛好団体を先導に、会場を訪れた市民などが続きます。場内のやぐらを中心に、太鼓の音を遠くまで響かせながら甚句踊り、三戸踊りの大きな輪を描きました。

の開幕です。続いて、盛岡さんさ踊りにも出場した、市内の団体などによるさんさ踊りの輪が場内に広がり、まつりを盛り上げました。



会場内の芝生など思い思いの場所でくつろぎながら、花火や盆踊りを楽しむ家族連れで会場は大いにぎわいました。

特別企画として、大曲・土浦全国競技会10号玉花火師競演を開催。競技会にも出品する全国の名だたる花火師が作成した花火が打ち上げられると、場内は大きな歓声と拍手で包まれました。

第3回八幡平市夏まつり

9月9日は救急の日

見つめ直そう救命の大切さ

●表 市内の救急出動の状況

年次	本署	松尾出張所	安代出張所	合計
17年	514	345	256	1,115
18年	521	339	261	1,121
19年	510	359	249	1,118

市内では、上の表に掲げたとおり、急病や事故などで年に1,100回以上も救急車が出動する状況が続いています。

119番通報から救急車が現場に到着するまで、平均6分ほどかかります。この到着までの間に何をすることが、命を救うためにとても重要になると言われています。

救命の第一歩は、身近にいる皆さんの応急処置です。いざというときに備えて、救命講習会を

受講しませんか。八幡平消防署では、心肺蘇生法や止血法など、あなたの大切な人を助けるための救命講習を無料で行っています。グループや個人を問わず、誰でも、何人でも受講することができますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

申し込みなど詳しくは、八幡平消防署(☎76-2119)、消防署松尾出張所(☎74-2119)、消防署安代出張所(☎72-3119)まで。

小児慢性疾患を持つ子どもの日常生活に必要な用具を給付

市は、小児の慢性疾患のうち、特定の疾患で治療を受けている18歳未満の人を対象に、日常生活用具を給付します。なお、他の福祉制度の対象となっている人は除きます。

■費用負担 世帯の課税状況に応じて、一部自己負担が必要になります。

■日常生活用具の種類 便器、特殊マット、特殊便器、特殊寝台、歩行支援用具、入浴補助用具、特殊尿器、体位変換器、車いす、頭部保護帽、電気式たん吸引器、クールベスト、紫外線カットクリーム

症状により、用具の種類は異なります。

詳しくは、市生活福祉部地域福祉課障害福祉係(☎76-2111・内線1166)まで。

難病を持つ人の日常生活を支える用具など給付します

市は、難病(特定疾患)および関節リウマチなどで治療を受けている、市内に在住する18歳以上の人を対象に、日常生活用具を給付します。なお、介護保険など他の福祉制度の対象となっている人は除きます。

■費用負担 世帯の課税状況に応じて、一部自己負担が必要になります。

■日常生活用具の種類 便器、特殊マット、特殊寝台、特殊尿器、体位変換器、入浴補助用具、車いす、歩行支援用具、電気式たん吸引器、意思伝達装置、特殊便器、訓練用ベッド、自動消火器、動脈血中酸素飽和度測定器など

詳しくは、市生活福祉部地域福祉課障害福祉係(☎76-2111・内線1166)まで。

保育所で一時保育を受け付け

市は、普段、保育所(園)に入所していない子どものため「一時保育」が利用できる保育所(園)を設置しています。

利用できる条件は？

保護者の通院や冠婚葬祭など、一時的に子育てが困難になる場合です。また、育ている子どもの数が多いなどの理由による育児疲れの場合も利用できます。

申し込みはどこ？

事前に、左の表に掲げた施設のうち利用を希望したい保育所(園)に直接電話で申し込み

●表 一時保育を受け付ける施設

	名称	年齢	電話番号
私立	東慈寺保育園	1歳～	76-3236
	杉の子保育園	3歳～	76-3345
	森の子保育園	0歳～	70-1880
公立	大更保育所	2歳～	76-3526
	平舘保育所	2歳～	74-2025
	寺田保育所	2歳～	77-2328
	松野保育所	2歳～	74-2715
	寄木保育所	2歳～	76-2020
	柏台保育所	2歳～	78-2002
	あしろ保育所	2歳～	72-2431
	田山保育所	2歳～	73-2155
	あしろ保育所畑分園	3歳～	72-5511

利用料金はいくらく？

公立保育所については、いずれも月額で、2歳児2000円、3歳児1500円、4・5歳児1000円です。私立保育所は年齢や時間によって違いがありますので、保育所に直接電話してください。詳しくは、市生活福祉部児童福祉課(☎76-2111、内線1174)まで。

んでください。その際に利用日・時間・準備する物などをお知らせする予定です。なお、事前に面接を行う場合があります。

介護保険料の減額申請は10月末日までに

介護保険料は、世帯の所得に応じて下の表のとおり6段階に分かれています。このうち、所得が第2および第3段階の人で、生活に困窮し、介護保険料の納付が困難と認められる場合には、保険料の減額措置を行っています。

4月にさかのぼって減額することができるのは10月31日の受け付けまでとなりますので、該当になる人は忘れずに手続きをしてください。

■対象条件 次の5項目すべてに該当する場合に減額措置の対象になります。

- ①世帯員全員が住民税非課税
- ②世帯員2人で年間収入が120万円以下(世帯員

- 3人目からは1人につき40万円加算)
- ※収入には預貯金など、あらゆる収入を含みます。
- ③住民税課税者に扶養されていない
- ④住民税課税者と生計を共にしていない
- ⑤資産などを活用しても、生活が困窮している

■減額後の保険料 第2・3段階、いずれも年額23,400円

■申込方法 家族全員の預金通帳、健康保険証、印鑑(申請者ごと)、生命保険証書(加入者全員)を担当窓口へ持参してください。

■その他 申請は随時受け付けていますが、4月にさかのぼって減額することができるのは10月31日の受け付け分までに限ります。

減額申請提出後、減額の対象条件に該当するか確認するため、立ち入ったことを調査することがありますので、あらかじめご了承ください。

- 問い合わせ・申込先
- 市生活福祉部長寿社会課(☎76-2111、内線1181)
 - 松尾総合支所地域振興課(☎74-2111、内線2103)
 - 安代総合支所地域振興課(☎72-2111、内線3115)

所得段階	区分	保険料(年額)
第1段階	世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金を受給している人、または生活保護世帯の人	23,400円
第2段階	世帯全員が住民税非課税で、本人の前年所得と課税年金収入の合計が80万円以下の人	30,400円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で、第2段階以外の人	35,100円
第4段階	本人が住民税非課税で、世帯の中に課税者がいる人	46,800円
第5段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が200万円未満の人	58,500円
第6段階	本人が住民税課税で、前年の合計所得金額が200万円以上の人	70,100円

まちの ニュース

地域の団結力を見せる西根地区の大運動会



4人で棒を持ち、ジグザグ走行でゴールを目指す「横一線」(大更地区)

西根地区の大運動会は8月17日、大更地区は市総合運動公園多目的運動場、田頭地区は田頭小学校校庭でそれぞれ行われました。

西根地区では、地区公民館単位で、毎年運動会を開催しています。

子どもからお年寄りまで、幅広い年代の市民が参加。地域の交流と連帯を深めながら、日ごろの運動不足を解消しよう



手を使わずパンを取る「パン食い競争」(田頭地区)

うと、心地よい汗を流しました。

年代ごとの個人種目やチャンスレース、団体種目の綱引きやリレーなど、それぞれの会場ごとに特色あるプログラムで熱戦を繰り広げました。

選手たちは、地域の名誉をかけて、それぞれの種目に挑戦。応援に駆け付けた市民は、全力ではつらつとした好プレーを見せる選手たちへ、大きな声援と健闘をたたえる拍手を送っていました。

各地区の結果は次のとおりです。

- ▼大更①両沼②大石平③下町
- ▼田頭①中平②町組③高宮

昔のままの小川に住む生き物を観察しよう

松野保育所の水生生物調査は8月8日、松尾地区野駄を流れる山口正光さん宅前の小川で行われました。

これは、野駄地区農地水環境保全組合(田村勘太郎会長)の事業の一環として行われたものです。松野保育所に通う年長組の園児24人が、人の手が増えられていない昔のままの小川にどんな生き物がいるのか探検しました。



↑ 網やバケツを使い、小川に住む生き物を探します

➡ 捕まえた生き物をみんなで観察

園児たちは、地域住民の指導を受けながら用意された網や小さなバケツなどを使い、水の中や川底に住んでいる生き物を探します。ドジョウやカワエビなどを捕まえたほか、大人が仕掛けた網にイワナがかかるなど、園児たちは大歓声を上げて喜びました。

参加した園児たちは、初めて見る水辺の生き物に興味津々の様子でした。



和紙を張ってあんどんの完成です

手作りのあんどんが優しい明かりをともす

荒屋公民館あんどん作りは8月6日、同公民館で行われました。

参加者10人が木枠を組み作成したあんどんに、思い思いの絵を描いた和紙を張りました。参加した寺志田の佐々木海くん(安代小3年)は「木の枠をくつつけるところや和紙に何の絵を描くか決めるのが難しかったけど、上手にできてうれしかった」と手作りのあんどんの優しい明かりを楽しんでいました。

リンドウで運転手に安全運転を呼び掛ける

岩手警察署と市の交通安全関係者は8月9日、夏の交通事故防止県民運動の期間に合わせて、夏の交通事故防止啓発活動を市内4カ所で行いました。

東北自動車の西根・安代インターチェンジ、道の駅にしね、松尾地区の国道282号沿いで、市特産のリンドウとチラシなどを配布。「安全運転でふるさとへお帰りください」と交通安全を呼び掛けました。



リンドウなどを配布し、交通安全を呼び掛けました

東北初のごみ処理施設完全委託へ向け調印



調印後に握手する新矢邦彰事業本部長(左)と田村正彦市長

行財政改革の一環として推進する、市清掃センターなどごみ処理施設の管理運営業務についての基本協定書調印式は7月31日、市役所で行われました。

協定を結んだのは、協和エクスオ(東京都、資本金68億円)など5社のグループ。来年4月から10年間、市のごみ処理施設の運営を委託するための協議を始めます。既存のごみ処理施設の民間委託は、東北では初めての事例です。

送り盆の伝統行事・ぶっこみ太鼓が勇壮に

田山地域で江戸時代から続くといわれる送り盆の伝統行事、田山ぶっこみ太鼓は8月16日、田山保育所周辺で行われました。

大きな太鼓が打ち鳴らされ、伝統のぶっこみ太鼓が始まります。上組、下組に分かれた太鼓とちようちん行列が、勇壮な掛け声を上げながら練り歩き、会場へ向かいます。合流した行列は、大きな盆踊りの輪となり、地域の住民が踊りを楽しみました。



掛け声を上げて会場を目指す太鼓とちようちんの行列

岩手生まれの和楽器「和音」を演奏しよう

柏台自治会（高橋良二会長）の小型琴「和音」と二胡と紙芝居を楽しむ会は8月8日、柏台地区センターで開かれました。

地域の子どもからお年寄りまで、約50人が参加。高橋会長が人権について考える紙芝居を読み聞かせました。全国「和音」同好会の師範を講師に迎え、「ふるさと」などの曲を練習。最後にみんなで大合奏して、豊かなハーモニーを響かせました。



楽譜を見ながら和音を練習する参加者

地域の力を結集して商店街を盛り上げよう

市商工会と大更地区商店街活性化推進委員会は8月24日、トクトク戸板まつりをフーガの広場で開催しました。

あいにくの雨模様ながら、ご当地ヒーロー・ハチマンタイラーなどによるお菓子まきやマグロの解体ショーなどのイベントは、家族連れで大盛況。物産販売や屋台などにもぎわいを見せました。このほか、23日の夜にはビアゲーム大会も開かれ、ビンゴゲーム大会などで盛り上がりました。

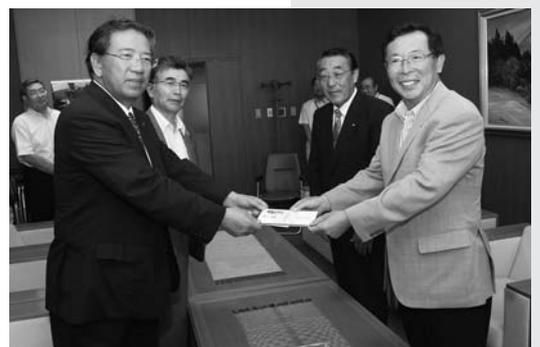


子どもたちにお菓子をプレゼントするハチマンタイラー

八幡平市建設協同組合（遠藤忠志理事長、51社）は8月5日、第3回市夏まつりの協賛金として50万円を同実行委員会（高橋富一会長）に寄付しました。

これは、同組合の地域貢献活動の一環として行われたものです。贈呈式は市役所で行われ、遠藤理事長から田村正彦市長、高橋会長に目録を贈呈しました。市夏まつりは、市民や企業からの協賛金などで運営されています。

市民が楽しむ夏まつりへ業界団体から寄付



田村市長に目録を手渡す遠藤理事長



水泳とマラソンの2種目を同時に行うアクアスロン

基礎体力、スポーツ精神を養う市スキースーパーキッズ養成講座の第5回は8月5日、松尾地区体育館などで行われました。

21人の参加者が、午前は保護者と一緒の栄養学の講習と2回目の体力テスト、午後はアクアスロンに挑戦しました。体力テストでほとんどの参加者が前回より記録が向上し、6人がA判定となるなど、養成講座の成果が現れ始めています。

スーパーキッズの原石が輝きを見せ始める

市の小学生横綱を目指して好取組を見せる

第3回八幡平市学童相撲選手権大会は8月2日、市松尾相撲場で開かれました。

開会式で田村正彦市長は、「2巡目国体で県代表選手として活躍できるように、努力してください」と選手を激励。それぞれの部門に分かれて、熱戦を繰り広げました。主な成績は次のとおりです。

(敬称略)
◇団体①平館小A②田頭小③大更小

◇個人▽女子の部①田村仁美(平館)②伊藤瑠那(田頭)③村上麗奈(平館)、上山奈々(寺田)▽4年生男子の部①高橋照太(大更)②岩淵誠悟(安代)③吉田皇(田頭)、松浦裕介(平館)▽5年生男子の部①遠藤翔太(田頭)②遠藤優治(大更)③高橋和優(寺田)、小林蓮(平館)▽6年生男子の部①松浦智哉(平館)②松浦優太(平館)③畠山辰也(東大更)④中田優哉(大更)



日ごろ鍛えた力と技を競い合う、小さな力士たちの頑張りに、大きな声援が送られました

オリンピックを目指す選手をバックアップ

冬季オリンピック選手を育てる会激励費交付式は8月7日、市役所安代総合支所で行われました。全日本強化指定選手の八幡いつかさん(陸上自衛隊冬季戦技教育隊・松尾地区出身)、畠山長太さん(早稲田大学・安代地区出身)、小林潤志郎さん(盛岡中央高校・松尾地区出身)の3人が出席し、冬季オリンピック選手を育てる会の米川次郎副会長から激励費が贈られました。

冬季オリンピック選手を育てる会は、県内から冬季オリンピックに出場できる選手を育てることを目的に3月に設立され、会員数は185人です。出席した3人のほかに、遠藤秀治さん(日本大学・松尾地区出身)、遠藤悠介さん(清光社スキークラブ・松尾地区出身)、新里尚子さん(平館高校・西根地区出身)にも激励費が贈られました。



激励費を受ける選手の皆さん(左から小林潤志郎さん、畠山長太さん、八幡いつかさん)

米川副会長は「皆さんの活躍を県民も大変期待しています。三ヶ田礼一選手以来となるオリンピック選手を目指してがんばってください」と激励しました。この日激励費を受けた八幡さんは「今シーズンには、世界で確実に戦える力を身につける次のオリンピックにつなげていきたい」と意気込みを語っていました。

保健のひろば

特定保健指導を受けてメタボ脱出を目指そう

本年度から、「特定健診」と「特定保健指導」がスタートしました。これは、メタボリックシンドローム予備群や該当する人を健診で早いうちに見つけて保健指導を行うことで、増え続ける生活習慣病を食い止めようとするのがねらいです。

すでに実施しました特定健診は、メタボリックシンドロームの予備群や該当者を見付けるための「腹囲測定」と、動脈硬化の原因となる「LDLコレステロール」が新しく検査項目に加わったことが、特徴です。
メタボリックシンドロームとは内臓脂肪型肥満に加え、高血圧・脂質異常症・高血糖のいずれか二つ以上を持っている状態のことです。こうし



保健指導へ積極的に参加してください

た症状を持つている人は、血管がもろくなりがちなため、心臓病や脳卒中などの病気になる可能性が高まります。
そこで、特定健診のあとに行われる「特定保健指導」は、メタボリックシンドロームであるかどうか、動脈硬化の危険因子(血圧・中性脂肪・血糖)の数や年齢など総合的に判定し、3つのレベル(①情報提供・②動機づけ支援・③積極的支援)に分けて行います。
特定健診を受けた人には、健診結果と一緒にメタボリックシンドローム予防のチラシで、メタボ対策の情報を提供します。また、動機づけ支援や積極的支援の人には、特定保健指導のご案内をして、積極的に参加してもらいます。
保健指導では、健診の結果を理解し体の変化に気付き、自らの生活習慣を振り返って

改善するため、保健師や管理栄養士が健康状態とライフスタイルに合わせたメタボ対策の支援を行います。
また、保健指導の支援として、健康教室の参加・個別面談や電話で、食生活や運動などのアドバイスと実践方法について指導を行います。
心の悩みなどについて 専門医の相談会を開催
自分や家族の心の悩みや引きこもり、認知症、飲酒の問題などについて、専門の医師が相談に応じます。相談を希望する人は、9月16日(火)までに市生活福祉部保健課へご連絡ください。
■日時 9月22日(月)、午後1時～
■場所 西根地区市民センター
9月の松尾地区健康相談日程のお知らせ
■日時 9月8日(月)、22日(月)、29日(月)、午前10時～正午
■場所 松尾総合支所
■内容 母子健康手帳の交付、身長・体重測定、乳幼児・成人健康相談
詳しくは、市生活福祉部保健課(☎76-21111、内線1142)まで。

介護のココロ

みんなの安心を支える 介護保険のサービス③
要介護1～5、または要支援1・2と認定された人は、在宅での介護サービスも利用することができず。主なものは次のとおりです。
◆訪問介護(ホームヘルプサービス) ホームヘルパーが訪問し、身体介護(食事・入浴のお世話、通院の付き添いなど)や生活援助(掃除、洗濯、食事の準備など)を行います。
◆通所介護(デイサービス) デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が受けられます。
◆通所リハビリテーション(デイケア) 介護老人保健施設や病院・診療所で機能訓練などが受けられます。
◆短期入所生活介護(ショートステイ) 介護老人福祉施設などに短期間入所して、食

事、入浴などの介護や機能訓練が受けられます。
◆短期入所療養介護(医療型ショートステイ) 介護老人保健施設などに短期間入所して、医療や介護、機能訓練が受けられます。
◆訪問入浴介護 移動入浴車などで訪問し、入浴の介助を行います。
◆訪問リハビリテーション 専門家が訪問して、リハビリを行います。
◆訪問看護 看護師が訪問して、療養上の世話や診療の補助をします。
◆居宅療養管理指導 医師、歯科医師などが訪問して、療養上の管理・指導をします。
◆福祉用具貸与 車いす・ベッドなどの福祉用具を貸し出します。
◆特定福祉用具購入 腰掛け便座などを購入します。
◆居宅介護住宅改修 手すりの取り付け、段差解消などの工事が対象となります。
介護サービスは1割の自己負担で利用できます。
※介護サービスを利用するときは、担当のケアマネジャーに相談してください。
詳しくは、市包括支援センター(☎76-21111、内線1185)まで。

環境の みらい

私たちにもできること

ポイ捨てや犬のふんの 放置は地域の迷惑です

市内では、心ない人による空き缶などのポイ捨て、無責任な飼い主による犬のふん放置が後を絶ちません。こうした行為は地域全体にとって非常に迷惑です。

こうした不心得な行為が後を絶たない背景として、「どうせ誰かが片付けてくれるだろう」という安易で身勝手な考えがあるものと推測されます。

それでは、捨てられた側に立ってみたらどうでしょう。自分の家の敷地内に空き缶が捨てられていたり、犬のふんが放置してあったら、「誰がこんなことをしたんだろう」と不快な思いをすることは明らかです。

ごみのポイ捨てやふんの放置は、環境を壊したり、美しい

景観を損ねるだけでなく、時には人や物に害を与えたり、不愉快な思いをさせることにつながります。「まちをきれいにしたい」、「きれいなまちで暮らしたい」という思いは、誰もが共有する願いでもあります。

そうした気持ちをお大切にして、「自分さえ良ければ」という考え方を改めることが第一歩です。そして、美しい景観や快適な生活環境を守るため、みんなが住み良い、きれいなまちにするため、ごみのポイ捨てやふんの放置は絶対にやめましょう。

大切な愛犬が迷い犬にならないための対策を

愛犬家の皆さんから「迷い犬が保護されていないか」という問い合わせが、市役所へ多数寄せられています。市は今年度、8月までに12頭の迷い犬を保護しましたが、手掛かりがないことが多く、飼い主を探すのに苦慮しています。家族の一員である大切な愛犬が迷い犬にならないよう、次のことに気を付けて飼うようにしましょう。

- ◇愛犬が迷い犬にならないためのポイント
- ①犬が離れないよう、鎖と首輪を付けましょう。

輪を付けましょう。

②首輪の裏側などに、飼い主の氏名・住所・電話番号・犬の名前・鑑札番号などを書き込んで、飼い主がわかるようにしてください。

③犬がいなくなった場合は、市役所または警察へ連絡してください。

犬が見付かった場合には飼い主に連絡しますので、すぐ引き取りに来てください。

ごみは収集日を守って 集積所へ出しましょう

ごみは、燃えるごみ・資源ごみなど種類ごとに収集日を決め、皆さんのご協力のもとで収集を行っています。しかし、収集日以外に集積所などへごみを出す事例も報告されています。

収集日以外にごみを出されると、集積所などにごみがあるふれ、不法投棄が増えたり、カラスなどがごみを荒らし、集積所などが汚れる原因になります。

ごみを捨てるときは、分別収集日程表をよく確認のうえ、出してくださるようお願いいたします。

詳しくは、市生活福祉部市民課(☎76-2111、内線1337)まで。

食育のススメ

楽しい食事で
健康な体づくり

市内各小学校は、地域の特性を活かしたさまざまな食育への取り組みを行っています。今回は、田山小学校(菊池明校長、児童51人)の生活科の授業を紹介します。

食育の一環として5月12日、同校でヨモギ団子作りを行いました。

市食生活改善推進員連絡協議会の会員を講師に迎え、同校の1・2年生13人が指導を受けながら挑戦。日常の生活の中で、何気なく見過ごしている野原の草にも食べられるものがあることなどを学びながら、自分たちで実際にヨモギを摘み取ります。

児童たちは、ヨモギをもちに混ぜるなど団子作りをしながら、「きのうおばあちゃんと一緒に作ってみた」などと会話を交わしながら、と

ても楽しんでやっている様子。ほとんどの児童がはじめての経験ながら、講師に作り方を教わりながらやってみて、それぞれ個性あふれるヨモギ団子を作りました。

いよいよお待ちかねの試食です。緑色の皮の外見やあんこが苦手という児童もいましたが、自分たちの手で作ったヨモギ団子をみんなペロリと平らげて、満面の笑顔を浮かべていました。

詳しくは、市産業建設部農林課(☎76-2111、内線1271)まで。



真剣な表情でヨモギ団子作りに挑戦する児童たち

博物館だより

安比市博物館開館10周年記念企画展 安比・七時雨物語

八幡平市博物館(旧ふるさと資料館)は、この8月で開館10周年を迎えました。これを記念して、安代地区のシンボルである安比岳・七時雨山(田代平)周辺、ふもとに住む人々の生活と文化を紹介します。

特に木地・街道・芸能・信仰・自然(植生)をキーワードとして、そこにはぐくまれた技や人・自然との交流、芸能や祈りの姿を追いかけていきます。



木地ハギトリ(福島県立博物館蔵)

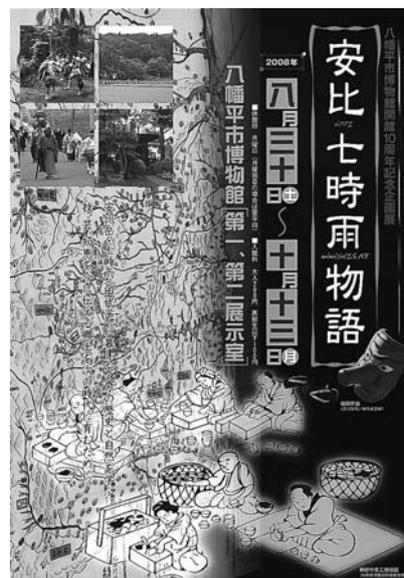
飽くことのない山野や河での技と暮らし、観音信仰を求める参詣の道、銅を運

んだ産業道、神楽を舞い人々を霊場に誘った修験者の躍動、そこに生き生きとした素朴で慎まやかな山村の生活が読み取れます。

また、この豊かな自然や文化を次の世代にどのように受け継いでいったら良いか、考える機会となれば幸いです。

この企画展は、次のとおり開催しています。

- 開催期間 10月13日(月)まで、午前9時半～午後4時半
- 展示場所 八幡平市博物館展示室
- 展示解説 毎週土曜日午後1時から



皆様のご来場をお待ちしています

図書館だより

夜 屋外でわくわく「夏の映画会」 の映画会を開催しました

市立図書館では、「夏の映画会」を8月7日夜7時半から、図書館の駐車場を会場に開きました。当日は天候にも恵まれ、約30人の親子が集合しました。



お土産を受け取る参加者たち

星の輝く涼しい屋外で参加者は、ちょっぴり怖い怪談「のっぺらぼう」や愉快なお話「10ぴきのかえるのなつまつり」など、3つの映画を楽しみました。

映画会終了後、参加した子どもたちに、手作りしたかわいい手ぬぐいのプレゼントもあり、楽しい夏の夜の記念となったようです。

秋にも映画会を10月11日(土)に予定していますので、ぜひ皆さん参加してください。

新着DVD・CDの紹介

【DVD】

○こまねこ ○マダガスカル ○ハリー・ポッターとアズカバンの囚人 ほか

【CD】

○ベストやねん(ウルフルズ) ○Jupiter (平原綾香) ○super mania coba (coba) ○津軽三味線ベスト ほか

行事・休館日のお知らせ

- ▶おはなしのじかん(絵本の読み聞かせなど) 9月13日(土)、28日(日) 午後3時～
- ※広報No.67暮らしの情報カレンダーには、誤って9月21日と記載しました。訂正してお詫びします。
- ▶あみぐるみ教室 9月19日(金) 午前10時～
- ▶朗読を楽しむ夕べ 9月19日(金) 午後6時半～
- ▶新刊子どもの本を読む会⑦ 10月4日(土) 午前10時～
- ▶短歌を楽しむ会⑦ 10月4日(土) 午後1時～
- ▶9月のテーマ展 「敬老の日特集」
- ▶休館日 9月9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)
10月1日(水)、7日(火)



学びの窓

月刊

がっごうニュース

9月号

全日本吹奏楽コンクール岩手県大会

西根中が3年連続の金賞受賞で東北大会へ

全日本吹奏楽コンクール岩手県大会は7月26日、岩手県民会館で行われ、西根中学校(佐藤嘉彦校長、生徒379人)吹奏楽部が3年連続で金賞を受賞。東北大会への出場権を獲得しました。

西根中学校吹奏楽部は、平成9年に発足。部員は1年生17人、2年生14人、3年生10人の計41人。昨年は同東北大会で銀賞を受賞するなど、輝かしい実績を挙げています。

部長の藤嶋瑞穂さん(3年)は「部員41人全員でステージが上がって、たくさんの人に西中の演奏を聴いて良かったと思ってもらえるようがんばりたい」と東北大会への意気込みを語ってくれました。

東北大会は宮城県で行われ、課題曲「晴天の風」と自由曲「モスクワのチェリョムーシカ」を演奏する予定です。部員たちは夏休み返上で、顧問の吉田哲先生の指導の下、演奏に磨きをかけ、東北大会に挑みます。



全国大会出場を目指し、熱心に練習に取り組む吹奏楽部の皆さん

力作ぞろいの夏休み自慢発表会

夏休み自慢発表会は8月19日、松野小学校(藤沢英俊校長・児童140人)で行われました。

発表会は学年ごとに行われ、児童たちは、夏休みに取り組んだ自由研究や、工作などを自慢し合いました。当日は保護者も駆け付け、発表に耳を傾けながら、この夏の児童の成長を感じ取っていました。



夏休みの取り組みの成果を発表する4年生の児童



顧問の吉田先生の熱血指導と、部員たちの音楽への情熱が吹奏楽部の原動力です

広報クイズ No.36 9月4日号の問題

今年の市成人式に出席した新成人は何人でしょうか？

正解者の中から抽選で3人に500円分の図書カードをお贈りします。

◎応募方法 はがき、ファクス、メール(パソコン、携帯電話)に「答え、住所、氏名、年齢」を書いて応募してください。また、答えのほか、広報の感想や意見などを書き添えてください。紙面づくりの参考にさせていただきます。

◎応募期限 9月19日(金) 消印有効

◎応募先 八幡平市役所「広報クイズ係」 ☆はがき 〒028-7192(住所不要) ☆ファクス 75-0469 ☆メール somuka@city.hachimantai.lg.jp (タイトルに「広報クイズ」と入力、携帯電話は上の二次元コードからも送信できます)

◎第35回の正解 「1292人」 ◎応募者数 8人 ◎正解者数 8人

◎当選者 渡辺幸さん(大更)、佐々木見江さん(松尾寄木)、村上あずささん(松尾寄木)





市成人式
(8月15日、西根地区体育館)



市夏まつり・さんさ踊り
(8月15日、松尾総合運動公園)

よろこび おくやみ

(7月届け出分)

健やかに

関	蒼空	(男/和弥/赤坂田)
盛内	武雅	(男/武朗/上の山)
伊勢	梗太	(男/純一/松尾寄木)
北館	日和	(男/雅樹/保戸坂)
戸崎	快斗	(男/誠/大更)
遠藤	美尋	(女/新也/大更)
吉田	沙羅	(女/浩史/大更)
樋口	瑞季	(女/和哉/大更)
遠藤	結衣	(女/隆之/堀切)
佐々木	知洋	(男/智彦/松尾)
元木	詩夏	(女/洋介/赤坂田)
千葉	雅姫	(女/健太/野駄)
杉本	海晟	(男/誠/石名坂)
佐々木	天音	(女/英輝/大更)
佐々木	星良	(女/英輝/大更)
佐藤	乙芭	(女/武身/平館)
工藤	瑠華	(女/章/大更)
田中	愛彩	(女/亘/松尾寄木)
八角	詠流	(女/敬洋/堀切)

お幸せに

村上久人/細野♡佐藤ひとみ/奥州市
工藤良/大更♡畑望/松尾寄木
遠藤良彦/日影♡出沼歩/一関市
高橋春樹/野駄♡佐倉友美/野駄

安らかに

田村	徳蔵	76歳	野駄
小林	スエ	92歳	上の山
畠山	育雄	70歳	平館
遠藤	ミサヲ	89歳	西根寺田
田村	松柏	92歳	西根寺田
安保	由太郎	86歳	殿坂下
遠藤	直光	66歳	大更
泉山	義男	77歳	長者前
高橋	イチ	90歳	松尾寄木
立柳	勝美	60歳	野駄
木村	金重郎	97歳	松尾寄木
伊藤	武夫	75歳	大更
高橋	昌男	69歳	平館
古川	鉄五郎	84歳	松尾寄木
佐々木	ヨウ子	77歳	野駄
小山田	信一	76歳	川原
日戸	弘介	11歳	大更
平	忠	81歳	寺志田
續橋	民子	82歳	柏台
松浦	ヤエ	79歳	堀切
高橋	ハツエ	85歳	大更
松村	要作	82歳	大更
高橋	イシ	70歳	柏台
田村	善三郎	90歳	大更
小笠原	武則	60歳	平館

掲載は届け出順で届け出人が希望した場合だけ行っています。(敬称略)

高齢期の職業生活に 役立つセミナー開催

(社)岩手県雇用開発協会では、高齢期の職業生活に役立つ無料セミナーを次のとおり開催します。

■開催日時(内容)

▷9月9日(火) (医療保険と後期高齢者医療制度について)

▷9月11日(木)(明るい人間関係)

▷9月16日(火) (企業から見た採用基準のポイント)

▷9月20日(土) (66歳、私はこうした考えで仕事を見つけました)

▷9月26日(金) (自分を活かす働き方)

※いずれも午後1時半から3時半まで

■場所 MORIOKA「リリオ」2階カルチャールーム(盛岡市)

申し込みなど詳しくは、(社)岩手県雇用開発協会(☎019-654-2081)まで。

シルバー 110番で 各種相談受け付け

県高齢者総合相談センターでは、電話での無料相談を次のとおり行います。

弁護士や医師などが専門的な相談にも応じますので、お気軽に電話してください。

■日時 9月20日(土)、午前10時から午後4時まで

■電話番号 0120-887-165(通話料は無料です)

詳しくは、県高齢者総合相談センター(☎019-625-0110)まで。

盛岡地域の旬なリンゴ キャンペーンに来場を

盛岡地方農業農村振興協議会では、「旬なりんご祭り」を次のとおり開催します。

この時期のおいしいリンゴを味わってみませんか。

■日時 9月14日(日)、午後1時から5時まで、9月15日(月)、午前10時から午後4時まで

■場所 盛岡駅前「滝の前広場」

■内容 リンゴの皮むき選手権、利きリンゴアンケート、リンゴ試食・直売など

リンゴの皮むき選手権やアンケートに参加した人には、プレゼントを用意しています。

詳しくは、盛岡地方振興局農政部農産園芸グループ(☎019-629-6599)まで。

動物とふれあいを深めて 愛護の心を学ぶイベント

県獣医師会盛岡支会では、動物愛護週間に併せ、動物愛護フェスティバルを次のとおり開催します。

入場無料ですので、お気軽に来場ください。

■日時 9月23日(火)、午後1時から3時まで

■場所 馬っこパークいわて(滝沢村:産業文化センターアピオ隣)

■内容 ペットの無料健康相談、愛犬の「しつけ」教室、動物ふれあいコーナー、犬猫の譲渡会など

詳しくは、県獣医師会盛岡支会(☎019-651-0310)まで。

お知らせ Information

詳しくは各部、各機関にお問い合わせを

●八幡平市役所 76-2111

●松尾総合支所 74-2111

●安代総合支所 72-2111

ホームページアドレス

<http://www.city.hachimantai.lg.jp>



八幡平市建設協同組合による道路清掃奉仕
(8月8日、平笠地内)



西根中音楽部ミニコンサート
(8月11日、市役所1階ロビー)

国民健康保険西根病院 臨時職員を募集します

国民健康保険西根病院は、次のとおり臨時職員を募集します。

■職種 看護補助(2人)

■雇用期間 21年3月31日まで

■給与 134,400円～150,150円
(月額、賞与・通勤手当あり)

■応募方法 市販の履歴書に必要事項を記入し、写真を添付のうえ西根病院事務局へ提出してください。

■応募期限 9月24日(水)必着

詳しくは、国保西根病院事務局
(☎76-3111)まで。

福祉の国デンマークを 伝える写真などを展示

岩手・デンマーク友好協会では、絵画と写真によるデンマークの風景と福祉展「福祉の国デンマークの福祉の現状とそれを支える風景」を次のとおり開催します。

■期日 9月23日(火)から29日(月)まで

■場所 西根地区市民センター

詳しくは、市生活福祉部保健課
(☎・内線1142)まで。

八幡平市役所の 9月付人事異動

市は、松浦重夫税務課長が8月31日付けで退職したことに伴い、9月1日付けで次のとおり人事異動を行いました。

▶企画総務部長兼税務課長兼西根総合支所長 小野寺光正

福祉の国デンマーク 交流のつどいを開催

福祉講演会とデンマークの知的障害者ロックバンドとの国際交流のつどいを次のとおり開催します。

■日時 9月29日(月)、午後1時から4時まで

■場所 西根地区市民センター2階大ホール

■内容

○講演 「世界で一番すみやすい国デンマーク」(講師:日欧文化交流学院校長 千葉忠夫さん)

○公演 Bali Band(デンマーク)、そよかぜの家、ポパイの家、三愛学舎(和太鼓)、混声合唱団北声会

■参加料 無料

詳しくは、市生活福祉部保健課
(☎・内線1142)まで。

いざというときのために 救急法を体験しませんか

岩手郡医師会では、次のとおり救急蘇生法講習会を開催します。

無料ですので、お気軽に参加してください。

■日時 9月11日(木)、午後2時から4時まで

■場所 西根地区市民センター2階大ホール

■内容 救急蘇生法の実演・実習指導、AED(自動体外式除細動器)の使用法など

■講師 岩手郡医師会会員

申し込みなど詳しくは、市生活福祉部保健課(☎・内線1142)まで。

特別児童扶養手当など 継続には届け出が必要

特別児童扶養手当を受給している人は、引き続き手当を受給するために所得状況届の提出が必要です。受付期間内に忘れずに届け出をしてください。

また、児童扶養手当の現況届を提出していない人は、速やかに提出してください。

対象者には郵送でお知らせしています。届け出がないと継続して受給することができない場合があります。

■受付期間 9月10日(水)まで

詳しくは、市生活福祉部児童福祉課(☎・内線1175)まで。

東北自動車道で 通行規制を実施

NEXCO東日本では、東北自動車道安代インターチェンジと鹿角八幡平インターチェンジの間で、橋の補強工事のため、対面通行規制を次のとおり実施しています。

■期間 9月26日(金)まで(上り線で工事が行われています)

■規制区間 八幡平橋付近2.2kmの区間

規制期間中は、中央分離帯を横断する箇所がありますので、十分に減速して走行してください。また、対面通行区間は幅員が狭くなりますので、注意してください。

詳しくは、NEXCO東日本十和田管理事務所(☎0186-35-3300)まで。

Zoom Up

人

目指すは2冠
またとない地元開催のインカレ
優勝以外は考えていません



畠山 長太 さん

●はたけやま・ちようた 安代中学校から盛岡中央高校に進み、現在は早稲田大学3年生。ノルディックスキー複合競技の選手として数々の全国大会で優勝し、日本代表(ジュニア)としてワールドカップBにも参戦。「ノリが良い性格」と自己分析する。今年成人式を迎えたばかりの20歳。血液型O型のさそり座。安代地区曲田出身。



オ

リンピックでの金メダル。スポーツ選手なら誰でも1度はあこがれるであろう、世界で1番の選手の証し。その金メダルを目指し、青春の全てを懸ける青年がいる。弱冠20歳のノルディックスキー複合選手、畠山長太さんだ。

3歳からスキーを始め、3歳上のお姉さんの影響で小学校のスポーツ少年団ではクロスカントリィに取り組んだ。中学校に入ると、ジャンプの魅力にひかれ、ノルディックスキー複合の世界に飛び込んだ。「好きなのはジャンプですが、得意なのはクロスカントリィなんですよ」という言葉のおとりに、クロスカントリィで抜群の走力を見せ、めきめき成績を上げていった。中学校3年生のときに全国中学校スキー大会優勝、高校2年生のときに全国高等学校ス

キー大会優勝など全国にその名をとどろかすようになっていった。同時に、このころから念願のジュニア日本代表に選ばれ、ワールドカップBという世界を舞台にした大会にも出場できるようになった。

成人式を終えたばかりの長太さんに、大学生として3年目のシーズンとなる今季の抱負を尋ねると、「地元で開催される全日本学生スキー選手権大会(インカレ)での優勝です。スペシャルジャンプと複合の2種目制覇を狙います」と頼もしい一言。21年1月に市内で開催されるインカレに懸ける思いの強さを感じた。さらに「中国で開催されるユニバーシアード冬季大会での表彰台も目指します」と国際的な大学生のスポーツの祭典での上位入賞も狙っている。「将来は岩手に戻り、高校の教員になってスキーを教えた」という。「同じ複合競技の先輩の永井陽一さんが中学校の教員になっていたので、連携して、岩手のスキーをもっと強くしていきたい」と語るその瞳は、スキーへの情熱であふれている。選手として、そして未来の指導者として、これからどんな飛躍を見せてくれるのか楽しみだ。