



10月30日～令和5年3月25日

いわて花巻空港のダイヤが改正されます

【問い合わせ】
本館観光課(☎41-3541)

いわて花巻空港の定期便ダイヤが10月30日(日)から変わります。同空港から札幌線、名古屋線、大阪線、神戸線、福岡線の直行便のほか、沖縄(大阪線、神戸線または福岡線から乗り継ぎ)や九州(大阪線、神戸線または名古屋線から乗り継ぎ)への乗り継ぎ便としても利用できます。なお、台北(桃園)線、上海(浦東)線は新型コロナウイルス感染症の影響で運

休しています。

※いわて花巻空港駐車場(1,150台)の利用は無料

■航空券の予約購入・問い合わせ

①日本航空(JAL)・・・☎0570-025-071

②フジドリームエアラインズ(FDA)・・・☎0570-55-0489

※電話受け付けは①②共に午前7時～午後8時(年中無休)

■定期便ダイヤ(10月30日～令和5年3月25日)

▷札幌(新千歳)線(JAL)

花巻	札幌(新千歳)	花巻	花巻	札幌(新千歳)
出発	到着	出発	到着	
9:00	10:00	7:30	8:30	
15:20	16:15	13:50	14:50	
17:20	18:15	15:50	16:50	

▷大阪(伊丹)線(JAL)

花巻	大阪(伊丹)	花巻	花巻	大阪(伊丹)
出発	到着	出発	到着	
9:15	10:50	7:20	8:45	
12:40	14:10	10:50	12:10	
15:10	16:45	13:15	14:35	
18:25	20:15	16:30	17:50	

▷福岡線(JAL)

花巻	福岡	花巻	花巻	福岡
出発	到着	出発	到着	
13:55	16:10	11:35	13:20	

▷名古屋(小牧)線(FDA)

※下期から1往復減便し、1日3往復

花巻	名古屋(小牧)	花巻	花巻	名古屋(小牧)
出発	到着	出発	到着	
8:50	10:15	7:10	8:20	
16:30	17:55	10:30	11:40	
18:45	20:10	17:00	18:10	

▷神戸線(FDA)

花巻	神戸	花巻	花巻	神戸
出発	到着	出発	到着	
12:25	14:10	14:30	15:55	

▷台北(桃園)線(タイガーエア台湾)

▷上海(浦東)線(中国東方航空)

●水・土曜日の毎週2往復運航

※新型コロナウイルス感染症の影響で運休。再開は未定

*ダイヤは変更になる場合があります。詳細については、各航空会社のホームページをご確認ください



いつまでもしっかり
自分の口で食べるために

【問い合わせ】
健康づくり課(☎41-3608)

健康で、生き生きとした生活を送るためには、お口の健康を保つことが大切です。

よく噛むことの効果

食事のときに自然と行っている噛むことは、だ液の分泌を良くし、虫歯や歯周病の予防に役立ち、感染症を防ぐ効果があります。さらに▶消化吸収を促す▶脳への血流が増え神経細胞の働きを活発にさせる▶満腹感が得られる一ことなどから、肥満予防や脳の老化防止にもつながります。

加齢によって噛みにくく感じたり、むせたりするなど、口まわりの筋力が衰え、お口の機能が低下することをオーラルフレイルといいます。この現象を防ぐために、食事の時に意識して噛んだり人と話したりしてお口を動かすことが大切です。意識して噛むことを心掛けた食生活を取り入れてみましょう。また、定期的に歯科医院でお口の状態のチェックや歯みがきなどのアドバイスを受けながら、お口の健康を保つことも大切です。



第21回花巻市歯科保健大会
花巻発「イー歯トーフ8020」
～健康づくりはお口から～



80歳で20本以上の歯がある人、成人歯科健診部門、歯周病予防検診部門を個別に表彰します。また、児童生徒による歯・口の健康に関する図画・ポスター・標語のコンクール入賞作品を展示します。※式典や各種表彰式、特別講演は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止します

図画・ポスター・標語コンクール入賞作品の展示

■期間 11月9日(水)～14日(月)

■会場 ぷらっと花巻(イトーヨーカドー花巻店2階)

■入場料 無料



マイナンバーカードに関する手続きをする際は
事前に予約をお願いします

マイナンバーカードに関する手続きを市役所の窓口で行う際は、事前に電話で予約をお願いします。

マイナンバーカードに関する手続きについては、予約いただいた人を優先して案内しています。予約をせずに手続きに来た場合、お待ちいただくか、予約状況によっては、その日に手続きをすることができない場合がありますので、ご了承ください。

■予約先・予約受付時間など

予約先・手続き場所	予約受付時間	マイナンバーカードに関する 手続きが可能な時間
本館市民登録課(☎41-3547)	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分	月・火・水・金曜日 午前9時～午後5時 木曜日 午前9時～午後6時15分 土・日曜日(※) 午前9時～午後5時
各総合支所市民サービス係(大迫☎41-3126、石鳥谷☎41-3446、東和☎41-6516)		月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時

*予約は実際に手続きを希望する場所へ電話にてお願いします

※土・日曜日でも手続きが可能です。詳細は市ホームページ(<https://www.city.hanamaki.iwate.jp/kurashi/todokede/mynumber/1011207.html>)をご覧ください



【問い合わせ】本館市民登録課(☎41-3547)



～最大 20,000 円相当のポイントが付与～
マイナポイント第2弾が実施されています



マイナポイント第2弾の対象となる、マイナンバーカードの申請期限が9月末から12月末に延長されました

■マイナポイント第2弾

12月末までにマイナンバーカードを申請し、令和5年2月末までに下記の①～③の全ての手続きを行い、買い物またはチャージをすると、1人につき最大2万円相当のマイナポイントが付与されます

■マイナポイント取得の要件および対象

①マイナンバーカードを新規に取得した人に最大5,000円相当のポイント

②健康保険証としての利用申し込みを行った人に7,500円相当のポイント

③公金受取口座の登録を行った人に7,500円相当のポイント

■マイナポイントの申し込み方法

▶スマートフォン▶パソコン▶マイナポイント手続きスポットのいずれかで申し込むことができます。

◎申し込みに必要なもの

○マイナンバーカード、マイナンバーカード取得時に設定した数字4桁の暗証番号

○ポイント付与を希望するキャッシュレス決済サービス(選んだ決済サービスによっては、事前に決済サービスIDなどをご自身で登録する必要があります)

市ではマイナポイントの申し込みのサポートを行っています。

■時間 午前8時30分～午後5時15分

■問い合わせ 本館秘書政策課(☎41-3503)

○マイナポイントの申し込み方法について詳しくは、市ホームページ(<https://www.city.hanamaki.iwate.jp/kurashi/todokede/mynumber/1012591.html>)をご覧ください

○「マイナポイント第2弾」について詳しくは、国ホームページ(<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/about/>)をご覧ください

【問い合わせ】本館秘書政策課(☎41-3503)