

**10月29日～令和6年3月30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29日(日)から変わります。札幌、名古屋、大阪、神戸、福岡、台北(台湾)への直行便だけでなく、沖縄や九州への乗り継ぎ便としても利用できます。

■航空券の予約購入・問い合わせ

①日本航空(JAL)…☎0570-025-071(年中無

休、午前7時～午後8時)

②フジドリームエアラインズ(FDA)…☎0570-55-0489(年中無休、午前7時～午後8時)

③タイガーエア台湾…☎03-6455-0242(月～金曜日、午前10時～正午・午後1時～5時)

◎定期便ダイヤ(10月29日～令和6年3月30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	出発
11:55	12:55	10:20	11:20	
16:15	17:15	14:45	15:45	

▷名古屋(小牧)線(FDA)

花巻	名古屋(小牧)	花巻	花巻	名古屋(小牧)
出発	到着	出発	到着	出発
9:20	10:45	7:35	8:45	
16:05	17:30	11:00	12:10	
18:40	20:05	16:55	18:05	

▷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	出発
9:10	10:40	7:15	8:40	
13:05	14:35	11:15	12:35	
15:35	17:05	13:45	15:05	
18:30	20:15	16:40	18:00	

▷神戸線(FDA)

花巻	神戸	花巻	花巻	神戸
出発	到着	出発	到着	出発
12:45	14:30	14:05	15:30	

※12月1日～22日、令和6年1月9日～2月15日の期間は運休

▷福岡線(JAL)

花巻	福岡	花巻	花巻	福岡
出発	到着	出発	到着	出発
14:05	16:15	11:45	13:35	

▷台北(桃園)線(タイガーエア台湾)

花巻	台北(桃園)	花巻	花巻	台北(桃園)
出発	到着	出発	到着	出発
17:25	20:45	11:50	16:10	

●水・土曜日の毎週2往復運航

▷上海(浦東)線(中国東方航空)

※運休中。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

**パブリックコメントを実施します**

第3次花巻市男女共同参画基本計画(素案)

性別に関わらず、多様性を認め合う視点を持った男女共同参画社会の形成に向けた、本市の今後の基本的な考え方を定める計画です。この計画の素案に対する皆さんの意見を聞かせてください。

■期間 10月16日(月)～11月14日(火)

■公表方法 本館地域づくり課、総務課、各総合支所地域づくり係、まなび学園、各振興センター、各図書館、花巻保健センターに備え付けるほか、市ホームページに掲載

■意見の提出方法 ①住所②氏名③電話番号④意見を明記の上、持参、郵送、ファクス、メールのいずれかで下記へ

■問い合わせ・提出 本館地域づくり課(〒025-8601 花巻市9-30 ☎41-3514 ☎22-6995 ✉kyodo-danjo@city.hanamaki.iwate.jp)

**これからの採用戦略セミナー**

■対象 市内企業

■日時および内容

○11月6日(月)、Z世代若手社員定着セミナー  
 ○11月7日(火)、コーチングメソッドを取り入れたマネジメント力強化セミナー

※時間はいずれも午後1時30分～4時

■会場 なはんプラザ

■講師 ㈱スリーデイズ 代表取締役 伊藤理恵さん

■定員 各日20社・40人(先着順)

※企業1社につき2人まで参加可能

■申し込み方法 申し込み専用ページまたは申込書に必要事項を記入の上、ジョブカフェはなまき(☎22-3277 ☎24-6901)へ

※申込書はジョブカフェはなまき、本館商工労政課に設置しています

■申込期限 10月31日(火)

■問い合わせ 本館商工労政課(☎41-3536)

アイコンの説明: お知らせ、学び、催し、保健、募集

**ヘルメットは自分の未来を守るため 自転車の安全で適正な利用を**

【問い合わせ】  
 新館市民生活総合相談センター(☎41-3551)

道路交通法の改正により、本年4月から、全ての自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されました。また、県は同月から「自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」を施行。自転車の損害賠償責任保険などの加入に努めることなどを定めました。

交通ルールを守ることは当然のことながら、ヘルメットの着用や、万が一に備えて自転車の損害賠償保険に加入するなど、安全・安心に自転車を利用しましょう。

■ヘルメット着用の努力義務化

特に保護者の皆さんは、児童や幼児が自転車を運転する際にヘルメットを着用させるよう努めましょう。



■自転車損害賠償責任保険などへの加入が努力義務化

自転車は子どもから高齢者まで気軽に利用

できる乗り物(軽車両)ですが、交通事故の加害者になり、損害賠償責任が発生することがあります。万が一に備えて、保険の加入を検討しましょう。



■「ぶたはしゃべる」で自転車の点検整備を

定期的に、自転車安全整備士が勤務しているお店で点検や整備をしてもらいましょう。

“ぶ”…ブレーキ

両手でブレーキを握り確認を

“た”…タイヤ

空気があるか、亀裂がないか確認を

“は”…反射材

反射材がついているか確認を

“しゃ”…車体

サドルの高さやぐらつきなどの確認を

“べる”…ベル

ベルの位置や音が鳴るか確認を

**自分の歯でしっかり食べるために**

【問い合わせ】  
 健康づくり課(☎41-3608)

食事の時に自然と行っている「噛む」ことは、唾液の分泌を促し、唾液の抗菌作用によって、虫歯や歯周病の予防に役立っています。また、よく噛んで食べることで、脳への血流が増加し、脳の神経細胞の働きが活発になり、認知症の予防につながります。そのほか、ゆっくりよく噛むことで満腹感が得られ、食べすぎを防ぐこともできます。意識してよく噛む食生活を心がけましょう。

■効果を高める「お口のケア」

口の中が汚れたままだとウイルス感染のリスクが高まります。日々の歯磨きに加え、歯科医師などの専門家によるケアを定期的に行きましょう。

※市では、年齢の節目などでの歯科健康診査を行っています。対象者には通知しますので、受診しましょう

**第22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～**

■期日 11月26日(日)  
 ■時間 午前10時～午後3時15分  
 ■会場 文化会館  
 ■入場料 無料(来場者には歯ブラシなどをプレゼント)  
 ■主な内容

○各種表彰(午後1時～1時55分)…歯科保健優良者などの表彰  
 ○講演会(午後2時～3時10分)…著名人などによる歯科保健に関する講演  
 ○口腔がん検診・相談(午前10時～午後0時30分)

※口腔がん検診は健康づくり課(☎41-3608)へ事前の申し込みが必要です[申込開始日は10月20日(金)]

○歯・口の健康に関する図画、ポスター、標語コンクール入賞作品の展示ほか