



地域みんなで
健康に、いきいきと!

表紙の写真

地域交流で
元気に長生き

地域の高齢者が集まり介護予防体操などを行う「通いの場」。発足から10年を迎える若葉町ハッスル会は週1回「通いの場」を開催し、参加者同士の交流の場にもしています。市は花巻市高齢者いきいきプランに基づき高齢者の活動を支援しています。

今号の主な内容

- 02 花巻市高齢者いきいきプラン策定
- 04 人間ドック・脳ドックの受診費用助成
- 06 萬鉄五郎記念美術館企画展
宮沢賢治アートストリート作品募集 など

花巻市高齢者いきいきプラン

(花巻市高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画)

を策定しました

【問い合わせ】新館長寿福祉課(☎41-3576)

●**高齢化率は上昇傾向**
本市の高齢化率(65歳以上の人の人口割合)は、35・1割(令和5年10月1日現在)で、今後も上昇する見込みです。また、1人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯が増加しているため、地域全体で高齢者を支える体制の整備が必要です。
このような状況を踏まえ、市では高齢者が住み慣れた地域で健康に暮らし続けられるよう、新たな「花巻市高齢者いきいきプラン」を策定しました。

●**花巻市高齢者いきいきプランで定めていること**

本プランでは、▼高齢者福祉などの事業の推進方針や体制▼介護予防などの事業内容▼介護保険サービスの見込み量▼介護保険料などを定めています。計画期間は、令和6～8年度の3年間で。

【基本目標】

高齢者が慣れ親しんだ地域で心身ともに健康で生きがいをもって生活できるまち

【施策目標】

- ① 基本目標を実現するため、四つの施策目標を掲げて取り組みます。
- ② 高齢者の積極的な社会参加の推進
- ③ 高齢者の健康づくり
- ④ 安心して生活できる環境づくり
- ⑤ 介護保険サービスの充実

●**通院時の交通費助成を拡充**

市では、高齢者や障がい者に対し、通院に利用したタクシー代の一部を助成しています。

本年度から、自宅からバス停留所までの距離要件を撤廃。また、1回当たりの助成額を拡充したほか、自宅から医療機関までの距離に応じて、年間上限額を最大3万円まで引き上げました。詳しくは、広報はなまき4月1日号をご覧ください。

●**除雪支援事業を拡充**

高齢者世帯などに対する除雪支援について、これまで人力による除雪作業のみを助成対象としていました。本年度からは、機械による除雪作業も助成対象とします。

●**介護予防の推進**

要介護状態への移行を防ぐためには、適切な運動・栄養の習慣により足腰を丈夫にすることや、生活習慣病を予防するための健康づくりに取り組むことが重要です。

市では、介護予防教室を開催しています。日程については随時、地区回覧などでお知らせします。

【開催している介護予防教室の例】

- ・理学療法士によるひざ痛・腰痛予防教室
- ・カラオケを活用したダンス教室
- ・スマートフォンアプリを使った介護予防教室

●**「通いの場」で仲間と交流**

「通いの場」として、公民館などで地域の仲間と一緒に自主的に介護予防の体操に取り組んでいる団体があります。興味のある人は新館長寿福祉課へご相談ください。

●**「近所サポーター」事業**

「近所サポーター」は、地域における生活支援です。ごみ出しの場所が遠い、草取りや除雪が大変、移動手段がないといった生活の困り事を、お互いに支援し合い、地域のつながりを広げていく仕組みです。「地域のために何かをしてみたい」「高齢者の手助けをしたい」など、支え合う活動に興味のある人を対象に、市では「生活支援ボランティア養成講座」を開催しています。本年度の日程が決まり次第、広報はなまきなどでお知らせします。

●**「けあすronavi」**

介護事業所の所在地やサービス内容、医療機関の所在地や診療内容・時間などを検索できます。



本プランについて詳しくは、ホームページをご覧ください。また、10人以上の団体を対象に市の職員が本プランの説明に向く「ふれあい出前講座」もご利用いただけます。



一人で悩んでいませんか 地域包括支援センターへお気軽にご相談ください

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるようにサポートする、総合相談窓口です。市内5カ所に設置していますので、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

【開所日時】 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分

※祝日、12月29日～1月3日を除く

最近、物忘れが出てきて生活が不安…

近所の高齢者の姿を最近見かけていない。大丈夫かな？

お金の管理が心配だけど、頼る人がいない…

健康のために何ができるかしら？



家族が退院した。介護が必要そうだけどどうしたらいいの？

【問い合わせ】

- ▶花巻中央地域包括支援センター(〒025-8601花巻町9-30 花巻市役所本庁新館内 ☎24-7246)…担当地区(花巻北、花巻東、花巻西、花巻南、矢沢、宮野目)
- ▶花巻西地域包括支援センター(〒025-0131轟木7-188-1 花巻市社会福祉協議会西南デイサービス内 ☎29-4873)…担当地区(湯口、湯本、太田、笹間)
- ▶大迫地域包括支援センター(〒028-3203大迫町大迫13-23-1 大迫保健福祉センター内 ☎29-4856)
- ▶石鳥谷地域包括支援センター(〒028-3101石鳥谷町好地6-10-3 石鳥谷総合福祉センター内 ☎41-4012)
- ▶東和地域包括支援センター(〒028-0115東和町安俵6-71 東和総合福祉センター内 ☎29-4817)

65歳以上の人の介護保険料の設定

65歳以上の人の介護保険料は、市区町村の介護サービス費が賄えるように算出された「基準額」を基に決まります。本市の令和6～8年度の基準額は6万9千円と設定。これまでと同額としました。この基準額を基に所得に応じた自己負担となるよう、以下のとおり13段階(*)の保険料に分けています。

*これまで11段階に分けていましたが、国の基準に合わせ13段階としました

所得段階	対象者	負担割合	年額保険料
第1段階	世帯全員が 住民税非課税	生活保護受給者 ・老齢福祉年金受給者 ・前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額の0.25 17,300円
第2段階		前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の人	基準額の0.4 27,600円
第3段階		前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円超の人	基準額の0.685 47,300円
第4段階	課税世帯で本人 は住民税非課税	前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の人	基準額の0.9 62,100円
第5段階		前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円超の人	基準額 69,000円
第6段階	本人が 住民税課税	前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額の1.2 82,800円
第7段階		前年の合計所得金額が120万円以上の人	基準額の1.3 89,700円
第8段階		前年の合計所得金額が210万円以上の人	基準額の1.5 103,500円
第9段階		前年の合計所得金額が320万円以上の人	基準額の1.7 117,300円
第10段階		前年の合計所得金額が420万円以上の人	基準額の1.9 131,100円
第11段階		前年の合計所得金額が520万円以上の人	基準額の2.1 144,900円
第12段階		前年の合計所得金額が620万円以上の人	基準額の2.3 158,700円
第13段階		前年の合計所得金額が720万円以上の人	基準額の2.4 165,600円

※合計所得額は、収入から必要経費などを控除した額です。第1～5段階の人の合計所得金額は、年金収入にかかる雑所得を差し引いた後の金額です

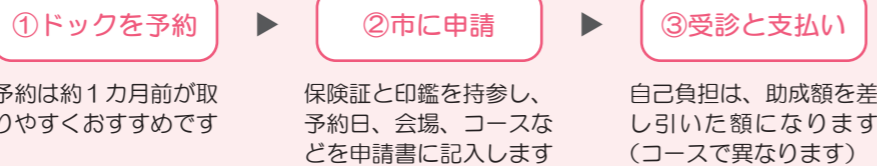
受診と助成金申請の流れ

受診する場所によって、受診と助成金申請の流れが異なります。



1

指定検査機関で受診する場合の申請方法



本年度から、窓口支払いの負担を軽減するため、申請手続きを変更しました。受診する前に、市に申請をお願いします。
 対象コースの検査項目や料金など、詳しくは各検査機関にお問い合わせください。

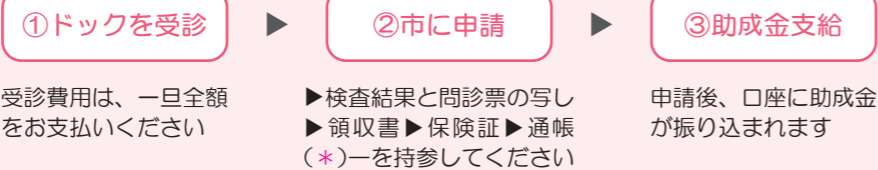
指定検査機関	会場	対象コース	
		人間ドック	脳ドック
JA岩手県厚生連(申し込み窓口はJAいわて花巻☎22-6288)	人間ドックセンター(盛岡市)	○一日人間ドック	○脳ドック ※人間ドックのオプションを含む
	県南センター(金ケ崎町)		
岩手県予防医学協会(☎0570-00-7185)	Big Waffle(盛岡市) ※県南センター(金ケ崎町)は②へ	○ベーシックコース ○スタンダードコース ○プレミアムコース	人間ドックのオプション
	岩手県対がん協会(☎019-618-0151)	すこや館(矢巾町) けん館(盛岡市)	○一日人間ドック ○半日人間ドック

*後期高齢者医療制度の加入者の場合、脳ドックは助成の対象外

2

①③以外の申請方法

受診費用を一旦全額支払っていただき、申請後、助成金が振り込まれます。受診翌日から6カ月以内に申請をお願いします。



*振込先口座は原則、国民健康保険の加入者は世帯主名義、後期高齢者医療制度の加入者は受診者名義です。それ以外の名義の場合、委任状が必要です

3

【後期高齢者医療制度の加入者用】

市内の指定医療機関で受診する場合の申請方法

後期高齢者医療制度の加入者は、この方法でも窓口支払いの負担が軽減されます。検査項目・料金(自己負担)はいずれも同じ内容で実施します。



検査項目 ▶問診▶身体計測▶血圧測定▶心電図▶胸部X線▶血液検査▶尿検査(希望により、眼底・眼圧検査を加えて受けることができます)

自己負担 2千円(眼底・眼圧検査を加えた場合は6千円)

指定医療機関			
おばら内科・消化器内科クリニック	循環器科・内科 大平医院	中館内科クリニック	石鳥谷駅前クリニック
熊谷内科胃腸科医院	須田内科医院	藤巻胃腸科内科クリニック	花巻市石鳥谷医療センター
恵ライフクリニック	総合花巻病院	もとだて病院	宝陽病院健診センター
ささきクリニック	高木丘クリニック	ゆかわ脳外科	織笠内科医院
さとう内科クリニック	とみつか脳神経外科クリニック	大迫地域診療センター	晴山医院
眼底・眼圧検査ができる指定医療機関			
ささき眼科	ちば眼科クリニック	いしどりや眼科	宝陽病院
白井眼科クリニック			

国保・後期高齢者医療制度の人が対象

人間ドック・脳ドックの受診費用を助成します



【問い合わせ・申請】
 本館国保医療課(☎41-3583)、各総合支所健康福祉係
 (大迫☎41-3127、石鳥谷☎41-3447、東和☎41-6517)

市では、国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している人を対象に、人間ドック・脳ドックの受診費用を助成しています。

本年度から、指定検査機関での窓口支払いの負担を軽減するため、申請手続きを一部変更しました。

生活習慣病の早期発見や予防のために、助成を活用してドックを受けてみませんか。

人間ドック・脳ドックとは

体の状態を調べて、病気がないか発見するために行う検査です。

人間ドックは脳以外の全身を検査します。特定健康診査に加えて、検査機関のコースに応じた精密検査を受けることができます。

脳ドックは脳の状態を検査します。頭部MRI検査などの精密検査を行います。

国民健康保険の加入者

■助成対象者・対象経費・助成額

項目	対象者	対象経費・助成額
人間ドック	次の①～③を全て満たす人 ①本年度末時点で35歳以上の人 ②本年度、市の集団検診で特定健康診査を受診しない人 ③特定健康診査の検査項目を含む人間ドックを受診する人	次の(1)(2)の合計額(最大2万円) (1)特定健康診査分の額 (2)受診費用全額から、(1)を除いた額の2分の1
脳ドック	本年度末時点で40歳以上の人	受診費用の2分の1(最大2万円)

国民健康保険の加入者の申請方法は、次ページ①②をご覧ください

後期高齢者医療制度の加入者

■助成対象者・対象経費・助成額

項目	対象者	対象経費・助成額
人間ドック	次の①～③を全て満たす人 ①後期高齢者医療制度に加入している人(75歳以上の人または65歳以上で障がい認定を受けている人) ②本年度、市の集団検診で後期高齢者健康診査を受診しない人 ③本年度、ほかの人間ドック助成を受けない人	受診費用全額(最大2万円)

*後期高齢者医療制度の加入者の場合、脳ドックは助成の対象外

後期高齢者医療制度の加入者の申請方法は、次ページ①②③をご覧ください

市の集団検診との重複にご注意ください

人間ドックには特定健康診査も含まれます。本助成を受けたあと、市の集団検診で特定健康診査または後期高齢者健康診査を無料で受診した場合、本助成金を返還いただきます。

助成は1年度に1回まで

国民健康保険、後期高齢者医療制度いずれの加入者も、助成は1人につき1年度に1回受けられます。





まちなかの公共空間を利用した 社会実験のお知らせ

【問い合わせ】
本館商工労政課
(☎41-3534)

やってみよう 新しいまちなかの過ごし方

市では「リノベーションまちづくり」として、広場や道路などの公共空間を、地域の活性化や新たなコミュニケーションの場として活用するため、皆さんが公共空間で“やってみよう”ことを応援しています。

令和5年度には、花巻中央エリア社会実験2023による活用が行われ、まちなかに新たな風景が生まれました。

次の日程で、令和6年度の実験に関する募集説明会と令和5年度の実施報告会を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。



▲昨年8月の社会実験で開催された「まちなかBBQフェスティバル」の様子

令和6年度社会実験
“花巻みち活 street to park challenge2024”
の参加者を募集します

花巻中央広場とその周辺の道路などの、公共空間を活用してみたい民間事業者などを募集します。次の日程で募集説明会を開催します。

- 期日 4月18日(木)
- 時間・会場
 - ①午後3時～4時 市役所新館1階会議室
 - ②午後6時～7時 オンライン開催(Zoom)
- 申し込み方法 市ホームページの申し込みフォームから申し込み
- 申込期限 4月17日(水)、午後5時



花巻中央エリアミーティング
“花巻中央エリア社会実験2023の実施報告・
意見交換会”を開催します

昨年7～9月にかけて花巻中央広場周辺で行われた社会実験の、実施報告と意見交換会を開催します。社会実験の会場近隣にお住まいの人や、まちなかの公共空間活用に興味のある人などの参加をお待ちしています。

- 期日 4月24日(水)
 - 時間 午後6時～7時30分ごろ
 - 会場 まなび学園
- ※参加申し込みは不要です

「まちなか公共空間活用ガイドブック」を作成しました

市では、花巻のまちなかの公園・広場や道路などを活用するときの利用申請方法などを分かりやすくまとめたガイドブックを作成しました。

ガイドブックは、市ホームページに掲載しています。



アイコンの説明: お知らせ、 学び、 催し、 保健、 募集



萬鉄五郎の南画(水墨画)に加え、故郷の先人南画家である橋本雪蕉、菊池黙堂、菊池素香を紹介し、地方絵画文化の系譜をたどります。

■会期 4月28日(日)～6月30日(日)
※毎週月曜日休館(月曜日が祝日の場合は、その翌日が休館)

■時間 午前8時30分～午後5時
※入館は午後4時30分まで

■入館料 一般500円、高校生学生300円、小中学生200円
※20人以上の団体は50円引き

同時開催
岩手コンテンポラリーアート 小原馨展
■会期 4月27日(土)～6月30日(日)
■時間 午前9時～午後4時30分
■会場 八丁土蔵ギャラリー
■入館料 無料



萬鉄五郎記念美術館企画展 萬鉄五郎と土沢・南画の系譜

◆関連事業◆
第44回萬鉄五郎祭

①写生会
〔日時〕4月28日(日) 午前9時～正午
〔会場〕萬鉄五郎記念美術館周辺
〔参加料〕500円

②式典
〔日時〕5月4日(土)・祝、午後2時
〔会場〕萬鉄五郎記念美術館
〔内容〕献花、『鉄人独語』朗読など

③写生会展示会
〔会期〕5月11日(土)～26日(日)、午前8時30分～午後6時
〔会場〕東和図書館
①～③共通
〔問い合わせ〕萬鉄五郎祭実行委員会(同美術館内 ☎42-4402)

土澤アートクラフトフェア
〔日時〕5月4日(土)・5日(日)、午前10時～午後4時
〔会場〕土澤商店街ほか
〔問い合わせ〕同フェア事務局(いちびつと内 ☎42-2632)

【問い合わせ】
萬鉄五郎記念美術館(☎42-4402)

宮沢賢治アートストリート 展示作品を募集

【問い合わせ・応募】
本館賢治まちづくり課(〒025-8601
花城町9-30 ☎41-3591)

JR新花巻駅から宮沢賢治記念館登り口までの道を「宮沢賢治アートストリート」と称し、賢治作品をモチーフにしたモニュメントを設置しています。
10基あるモニュメントに展示する、絵画や写真などの作品を募集します。多くの皆さんからの応募をお待ちしています。



- 応募資格 誰でも応募可能
- 募集内容 「賢治の作品世界」をテーマにした絵画、切り絵、版画、写真など(A3判、横向き)
- 応募期限 5月31日(金)
- 応募方法 作品の裏に①住所②氏名③年齢④電話番号⑤作品名を記入の上、郵送または持参で本館賢治まちづくり課へ

※作品はモニュメントのほか、宮沢賢治童話村内の「賢治の学校」などにも展示します。詳しくは、市ホームページをご確認ください



- モチーフになっている作品
- ①注文の多い料理店
 - ②土神ときつね
 - ③どんぐりと山猫
 - ④よだかの星
 - ⑤オツベルと象
 - ⑥雪渡り
 - ⑦ツエねずみ
 - ⑧カイロ団長
 - ⑨やまなし
 - ⑩銀河鉄道の夜



地域おこし協力隊が着任しました

【問い合わせ】
本館定住推進課
(☎41-3516)

4月1日、新たに5人の地域おこし協力隊が着任しました。

地域の活性化に取り組む5人の活動テーマとプロフィールを紹介します。

地域おこし協力隊とは？

それぞれの活動テーマを掲げて地域に居住し、住民と連携・交流しながら地域の課題解決に取り組みます。任期は3年です。

大迫地域でフドウ栽培技術を磨いて、フドウ農家として就農



おたぎり たつし
小田切 辰治

【前住所】東京都北区
【活動地域】大迫

前職はアイアン素材の家具製作やアート、建築を行っていました。農業とアートを融合させたフドウ畑を造りたいと思います。それをキャンプ場として活用したり、古民家でカフェ・ワインバーを運営したりしたいと考えています。

美しい大迫の魅力を伝えていきたいと思っています。



たかぎ けん
高木 健

【前住所】神奈川県横浜市
【活動地域】大迫

先人が成し得たフドウ栽培を学び、美味しいフドウを作り、花巻と大迫の名を全国に広めて地域の活性化を担いたいと思います。

持ち前のバイタリティで果敢にチャレンジして、より良いフドウを作り、「フドウと言えば大迫だよ」と市外の人にも言われるまで努力していきます。



わたなべ まさよし
渡邊 昌敬

【前住所】宮城県多賀城市
【活動地域】大迫

東日本大震災での被災経験から、いつかは内陸への移住、そして新しいことへの挑戦を考えていました。

私が挑戦するのは大迫地域でのフドウ栽培。自然、歴史、産業、文化など地域資源豊かな花巻市で、多くの人と関わりながら、地域の一員として力になれるよう頑張ります。

里山・森林保全を学びながら、デザインで地域の情報発信に貢献したい



たんのりか
但野 理香

【前住所】東京都豊島区
【活動地域】花巻全域

ずっと興味があった里山・森林保全を学び、地域の役に立てるスキルを身に付けたいです。

また、27年間、デザイナーとして雑誌や書籍の制作に携わりました。その経験を生かし、花巻市の情報発信のため、自分にどんなものが作れるか、考えていきます。

レトロタウン大迫メジャー化計画

起業して「デザインで岩手を盛り上げる」活動を17年行っています。近年は、大迫の魅力に魅かれ、週3回大迫に通う生活を送っていました。

昭和らしい町並み、美しい早池峰山、世界遺産の神楽など、見どころがたくさんある大迫地域を、メジャーにします！



よしだ つとむ
吉田 勉

【前住所】紫波町
【活動地域】大迫



国民年金保険料にはさまざまな納付制度があります

令和6年度の国民年金保険料は月額16,980円です。保険料は、納付書により金融機関、コンビニエンスストアなどで納めることができます。口座振替など現金以外の納付もできます。

■現金納付のお得な納め方

4月に郵送される1年前納用の納付書で納付した場合、3,620円の割引になります。6カ月前納用の納付書で納付した場合、830円の割引になります。

☞納付期限は4月30日(火)です

このほか、2年前納や任意月分の前納ができます。詳しくは、花巻年金事務所へお問い合わせください。

■現金納付以外の納め方

口座振替やインターネットバンキング、クレジットカード、スマートフォンアプリを使用した電子決済での納付ができます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。



納付が難しいときに利用できる制度

経済的な事情で保険料を納めることが難しいときは、申請して承認されると保険料の納付が免除または猶予される制度を利用できます。

また、20歳以上の学生は、前年の所得が一定以下であれば、学生納付特例制度を利用できます。

合わせて知りたい 追納制度

免除、納付猶予、学生納付特例制度を利用した場合、将来受け取る老齢基礎年金額が少なくなります。そこで、当時の保険料を10年前までさかのぼって納めることができる「追納」制度を利用することで、免除制度などを利用せずに保険料を納めた場合と同じ年金額を受け取ることができます。

【問い合わせ】

▷花巻年金事務所(☎23-3351)
▷本館国保医療課(☎41-3585)
▷各総合支所健康福祉係(大迫☎41-3127、石鳥谷☎41-3447、東和☎41-6517)



国民健康保険(国保)の異動手続きを忘れずに

健康保険の資格が変わったとき、14日以内に世帯主または同じ世帯の人が届け出なければなりません。忘れずに異動手続きをお願いします。

国保に加入するとき

。ほかの市区町村から転入してきた(国保以外の健康保険(被用者保険、後期高齢者医療制度など)に加入していない場合)
。職場の健康保険をやめた、または被扶養者でなくなった
。子どもが生まれた
。生活保護を受けなくなった

国保をやめるとき

。ほかの市区町村へ転出する
。職場の健康保険などに加入した、または被扶養者になった
。死亡した
。生活保護を受けるようになった

●手続きに必要な書類については、市ホームページをご覧ください



市ホームページ

国保への加入が遅れ、保険証がない間に医療機関を受診すると全額自己負担になる場合があります。国民健康保険税額は届け出をした月ではなく、加入資格が発生した月からの計算になります。
職場の健康保険に加入すると、加入した日から国保の保険証を使用できなくなります(保険証の交付日ではありません)。職場の健康保険加入後に、国保の保険証で医療機関を受診してしまうと、国保が負担した医療費を返納していただく場合があります。
*詳しくは左記へお問い合わせください

【問い合わせ】
▽本館国保医療課
(☎41-3583)
▽各総合支所健康福祉係
大迫(☎41-3127)
石鳥谷(☎41-3447)
東和(☎41-6517)



新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」の地図を配布します

新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」が市内で723カ所あることが県の調査で分かりました。市では、その箇所を記載した地図を該当地区の全戸に配布します。

内にあることが分かりました。今回配布する地図と、すでに配布しているハザードマップから土砂災害のリスクを確認し、災害が予想されるときは早めの避難を心掛けてください。

4月15日に配布する地図の例



いわてデジタルマップ

この地図は、本館防災危機管理課、各総合支所地域づくり係および県花巻土木センターで閲覧できるほか、県ホームページや「いわてデジタルマップ」に掲載しています。

【問い合わせ】
本館防災危機管理課
(☎41-3511)

- 該当地区
 - 。花巻地域：湯口、湯本、太田、笹間
 - 。大迫地域：全地区
 - 。石鳥谷地域：八重畑、新堀
 - 。東和地域：小山田、成島、浮田、谷内、田瀬

新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」とは

近年、従来の土砂災害警戒区域以外でも大雨などによる災害が発生しているため、県は、より詳しい地形情報を用いて調査を実施。その結果、急傾斜地の崩壊や土石流などのリスクがある、新たな「土砂災害が発生するおそれのある箇所」が、令和4年度に483カ所、令和5年度に240カ所、花巻市

市民生活コーナー

市民生活総合相談センターを知っていますか？

■こんなことをしています

- 契約トラブルや借金問題など、生活上の困り事についてのお話を消費生活相談員が伺い、解決策や対処方法を助言しています
- 社会変化に伴い、消費者トラブルもますます多様化しています。そこで、相談センターでは最新の契約トラブルなどの事例を、広報は

消費生活相談員の役割

なまきや市ホームページ、エフエムワンを通じて情報を提供したり、出前講座を実施したりして注意喚起を行っています

- 電話や窓口で相談を受け付け、トラブルの解決策や、対処方法のアドバイスをしています。また、相談内容によっては、弁護士や専門機関などを紹介しながら問題解決をサポートします
- 契約トラブルでは、正確な

相談したいときは

○新館市民生活総合相談センター(☎41-3550)へ

聞き取りが必要ですが、そのために、原則契約当事者からお話を伺っています

○相談者が相手方と解決に向けた自力での交渉が難しい場合は、必要に応じて消費生活相談員が相手方と交渉を行います。その場合、契約に至った経緯などを正確に把握するため、書面の作成をお願いしています

健康コラム

「ブレスト・アウェアネス」をご存じですか？

ブレスト・アウェアネスとは、“乳房を意識する生活習慣”のことです。40代から急激に増加する乳がんを防ぐため、ブレスト・アウェアネスを取り入れてみましょう。

●ブレスト・アウェアネスの四つのポイント

①自分の状態を知る…着替えや入浴時に「見て」「触って」「感じる」乳房チェックをしましょう。しこりを探す意識は必要ありません。気軽にやってみましょう。

②変化に気を付ける…普段の状態を知ること、違いに気付くことができます。

このような症状はありませんか？

口しこり □くぼみ □乳頭からの分泌物

③変化に気付いたらすぐ医師へ相談する…早め早めの行動が早期治療につながり、治る可能性が高くなります。

④乳がん検診を受ける…マンモグラフィは死亡率減少効果が証明されている検査です。40歳以上の方は、2年に1回乳がん検診を受けましょう。



【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3614)

地域おこし協力隊

「はなまきアドベンチャーレース2024」挑戦者大募集！

-シティスロモーション担当 坊迫 舞香-

このたび、坊迫舞香が新たな団体「Iwate Adventure Tours」を立ち上げ、四万十アクティブスポーツ協会などの団体と共に、県内初となるアドベンチャーレースを開催します。

「はなまきアドベンチャーレース2024」は、バイク、ラフティング、トレッキングを組み合わせたエキサイティングで挑戦的なイベントです。参加者に求められるのは、体力、技量、そしてチームワーク。花巻・北上エリアの美しい

はなまきアドベンチャーレース2024



レースのイメージ

- 日時 6月1日(土)、午前9時～午後5時
- スタート 花巻温泉
- ゴール 北上市某所
- 参加料 2万9千円
- エントリー期限 5月19日(日)
- *エントリー方法など詳しくは、大会ホームページをご覧ください(下記へ)
- 問い合わせ 花巻市地域おこし協力隊 坊迫舞香(☎080-8341-3976 ✉iwateadventuretours@gmail.com)



自然の中でレースを楽しむことができます。ぜひ、ご家族やお友達と一緒にこの素晴らしい体験を共有してみませんか。

賢治さんのまちづくり

第112回



▲「オッペルと象」舞台より

「人形劇団ブーク」

人形劇団ブークは、東京都を拠点に、子どもも大人も楽しめる人形劇を国内外で公演している劇団です。

劇団の名前は宮沢賢治も深い関心を持っていた「エスペラント語」が由来。人形を意味するPUPAの「PU」と、クラブを意味するKLUBOの「K」からPUK(ブーク)として定着していきました。

創設は昭和4年。戦時下の影響により、活動停止や強制解散となることもありましたが、昭和21年に再建した際には、第一作に賢治の童話「オッペルと象」を公演し、昭和28年には長編映画「ゼロ弾きのゴッシュ」を制作。劇団の節目ごとに「オッペルと象」の再演を行ってきました。それらの活動に対して、令和4年に

「第32回イーハトーブ賞」を受賞しました。

4月28日の「オッペルと象」公演は、劇団にとって約30年ぶりとなる花巻市文化会館での公演。脚色・演出を担当する井上幸子さんは「賢治作品、花巻の地はブークにとってやはり特別なのです」と気持ちを語りました。

公演チケットは現在発売中です。劇団が総力を挙げてお届けする「オッペルと象」をぜひ会場でご覧ください。



公演情報(市ホームページ)

【劇団に関する問い合わせ】
人形劇団ブーク
(☎03-3370-3371)
【公演に関する問い合わせ】
本館賢治まちづくり課
(☎41-3591)

学び

■富士大学公開授業「地域創生論」

期日	内容	講師
4月18日(木)	都市と地方をかきまぜる	株雨風太陽 代表取締役 高橋博之さん
4月25日(木)	地域農業の新しい可能性	株耕野 代表取締役 安藤誠二さん
5月2日(木)	地域主導でのエネルギー事業作り	紫波グリーン エネルギー株 代表取締役 山口勝洋さん
5月9日(木)	グローバルで戦う地域の先進企業の哲学	株アイオー精密 代表取締役社長 鬼柳一宏さん
5月16日(木)	未定	朝日新聞社 SDGs ACTION 創刊編集長 高橋万見子さん
5月23日(木)	夢しか実現するものはない	葛巻町長 鈴木重男さん
5月30日(木)	未定	岩手県政策企画部
6月6日(木)	SDGsが果たす役割と持続可能な地域の未来	岩手県中小企業家同友会 事務局長 菊田哲さん
6月13日(木)	スポーツ×人間力=無限大	NPO法人フォルダ 理事長 長屋あゆみさん
6月20日(木)	南部美人の挑戦～岩手から世界へ！～	株南部美人 代表取締役社長 久慈浩介さん
6月27日(木)	地域資源・地域エネルギーが地域の新軌道を拓く	軽米町長 山本賢一さん
7月4日(木)	花巻市の現状と課題	花巻市長 上田東一
7月11日(木)	知ることから始めよう 食・環境を守るための消費者運動	岩手県生活協同組合連合会 専務理事 吉田敏恵さん
7月18日(木)	シンポジウム 地域創生の実現に向けてⅧ	富士大学学長 岡田秀二さん ほか

【時間】午後2時10分～3時40分

【会場】富士大学

【受講料】1回につき300円

※内容などは変更になる場合があります。詳しくは大学ホームページまたは下記へ

【問い合わせ・申し込み】富士大学 総務部(☎23-6221)

■国際交流協会からのお知らせ

①青少年海外派遣研修事業

期間	派遣都市
10月28日(月)～11月6日(水)	米国 ホットスプリングス市
10月28日(月)～11月6日(水)	米国 ラットランド市
10月28日(月)～11月6日(水)	米国 クリントン村
11月5日(火)～14日(木)	オーストリア ヘルンドルフ市

【対象】市内在住の中学2年生

【定員】各都市6人

【費用】個人負担16万円程度

【申し込み方法】学校または協会

ホームページから申込書

などを取得し、所属学校

経由で協会へ申し込み

※選考の上、派遣生徒を決定

②日本語スキルアップ講座

【にほんご3・4(入門・初歩)】

【対象】市内在住または在勤の外国出身者

【期日】5月26日～6月16日の日曜日、全4回

【時間】午後1時～3時15分

【会場】まなび学園

【定員】各クラス20人(先着順)

【参加料】無料

【申し込み方法】専用申し込み

フォームから申し込み

または下記へ

①②共通

【問い合わせ】花巻国際交流協会

(☎26-5833)

募集

■市営住宅入居者

団地名	戸数	間取り	入居対象
諏訪(花巻)	2戸	3DK	一般
赤坂(東和)	1戸	2LDK	一般

【締め切り日】4月25日(木)

【入居の決定】抽選により決定

※上記のほか市営住宅7戸を随時募集しています

【問い合わせ・申し込み】花巻市営

住宅管理センター(☎21-3100)

■夏休み海外研修交流事業

海外での体験を通して、お互いの理解や交流を深め、国際性を養えます。全国から参加する友達との出会いも楽しみのひとつです。

事前説明会

からオリエン

テーション、

事前研修会ま

ですので、安心して参加いた

できます。

【対象】小学校3年生～高校3年生

【日程】7月27日(土)～8月14日(水)

※対象、日程などはコースによ

って異なります

【研修先】イギリス、オーストラ

リア、カナダ、ハワイ、サイパン

【内容】ホームステイ、学校体験、

英語研修、文化交流など

【申し込み期限】5月23日(木)

※コースの詳細や申し

込み方法など詳しく

は、下記協会のホーム

ページをご覧ください

【問い合わせ】公益財団法人国際

青少年研修協会(☎03-6825-3130)

■花巻市総合文化財センター

バックヤードツアー

市内で発掘された縄文土器など

の整理作業体験や普段見ることが

できない収蔵庫を見学します。

【期日】5月18日(土)

【時間】午前10時～正午

【定員】20人(先着順)

【申込期間】4月22日(月)～5月15

日(木)

※参加無料でどなたでも参加でき

ます(小学校低学年以下は保護者

同伴)

【会場・問い合わせ・申し込み】花

巻市総合文化財センター(☎29-

4567)

エフエム・ワンは
78.7MHz FM One

世界と花巻

アーカンソー州知事との面談

米国アーカンソー州サラ・ハッカビー・サンダース知事から、来日に合わせて上田市長と面談したいとお話をいただきました。市議会の会期中であったことから、花巻国際交流協会理事長らが3月14日にサンダース知事と都内で面談しました。

サンダース知事は、本市とアーカンソー州ホットスプリングス市の長年続いている青少年交流や、同州初の酒蔵の立ち上げに貢献した両市の交流を高く評価していました。また、前日に行われた日本経済団体連合会との会合でのスピーチでも、両市の交流を話題にしてくださいました。スピーチの内容の一部を紹介します。

「ホットスプリングス市は日本の花巻市と姉妹都市です。どちらも温泉地であることを考えると、このつながりは当然であり、長い年月を



花巻の地酒を持つサンダース知事(写真中央)

経て、絆はさらに深まりました。ホットスプリングス市では独自の日本酒が作られ、独自の桜祭りが開催されています。また、この交流では、長年にわたり花巻市の生徒たちがホットスプリングス市を訪問し、研修をしています。」

ホットスプリングス市との交流は、昨年30周年を迎えた歴史あるものです。市では、これからも青少年交流をはじめ、市民間の交流を深めてい



英文のスピーチは市ホームページで紹介しています

市内企業紹介

花まき❖いいモノ・いいコト

宮川理髪店

◎店舗情報
御田屋町1-60
☎41-8281
(平日は午前10時～午後7時。土日は午前9時～午後6時。月曜日は定休)



3月13日、御田屋町の一角に理容室「宮川理髪店」が開業しました。店主の宮川佳代子さんが、理容師として東京で16年働いた経験をもとに、カットやシェービングのほか、ヘッドスパやリンパマッサージなど、一つ一つこだわり抜いたサービスを提供しています。

東和町出身の宮川さんは、理容師になってから東京で働いていました。その中で、いつか身に付けた技術を生かして地元で貢献したいと思い、今回、地元である花巻市で再スタートを切りました。

外壁に大きく描かれているのは、シンプルながらも目を引くロゴマーク。シェービングを連想させる「ひげ」と理容師に欠かせない「はさみ」で構成されており、一目で理容室とわかるデザインです。内装は、ダークトーンでシックな仕上がり。性別を問わず快適にくつろげそうです。さっそく口コミと技術力でお客さんが増えてきているようで、宮川さんの活躍に要注目です。



市ホームページ

*市ホームページでは、より詳しい情報を掲載していますのでぜひご覧ください



お知らせ

■ 運送事業者への支援を実施中

市では、燃料費高騰の影響を受けている貨物自動車運送事業者へ交付金を交付し、事業の継続を支援しています。

【対象事業者】 市内に本社、営業所などを有する貨物自動車運送事業者

【対象車両】 申請日時点で保有する、岩手ナンバー(緑または黒ナンバー)の登録をしている営業用の車両(軽貨物自動車を含む)

※被けん引車は対象外

【交付額】 1台につき2万3千円

【申請期限】 4月30日(火)

【申請方法】 申請書に必要事項を記入の上、下記へ

※申請様式など詳しくは、市ホームページをご覧ください



【申請・問い合わせ】 本商工労政課(〒025-8601花城町9-30 ☎41-3536)

■ 水道メーターの交換にご協力を

水道メーターは、法令に基づき8年に1度交換しなければなりません。交換の対象となる場合、「水道使用水量等のお知らせ(検針票)」にその旨を記載していますので、ご確認ください。

交換作業は花巻市上下水道協同組合が行います。ご在宅の場合は、あいさつをしてから作業に取り掛かりますが、ご不在の場合は、交換後に作業済みの通知文書を投函します。

メーター交換の作業員は、岩手中部水道企業が発行した身分証明書を所持していますので、不審に思った場合は提示を求めてください。

※交換に係る費用は請求しません
【問い合わせ】 岩手中部水道企業団(☎41-5317)



■ PM2.5の注意喚起情報が発令されたときは

微小粒子状物質「PM2.5」の濃度は、3〜5月にかけて上昇する傾向があります。

この物質は非常に小さいため、呼吸器の奥深くまで入り込みやすく、呼吸器系疾患のリスクが上がることや循環器系への影響が懸念されます。

本市ではこれまで、1日の平均濃度が国の指針値を超えたことはありません。超えることが予想される場合は、県が発令する注意喚起・注意報に基づき、エフエムワンやホームページなどで周知を図るほか、公共施設では利用者に注意を呼び掛けます。

● 注意喚起が発令されたら

- 窓の開閉を必要最小限にし、外気を室内に入れないようにする
- 外出はなるべく避ける
- 屋外での激しい運動はできるだけ控える
- 呼吸器系の疾患のある人や子ども、高齢者は健康への影響に個人差があるので、特に気を付ける

【問い合わせ】 本生活環境課(☎41-3545)

■ 市長との対話

期日	会場
5月21日(火)	市役所本庁本館
5月22日(水)	大迫総合支所
5月24日(金)	石鳥谷総合支所
5月27日(月)	東和総合支所

【対話の時間】 ▶本庁…午後1時15分〜3時(受け付けは午後1時〜1時45分)▶各総合支所…午前9時30分〜11時(受け付けは午前9時15分〜10時)

※事前の申し込みは不要。当日受付で住所・氏名などを記入。対話は1人10分程度で行います
【問い合わせ】 本地域づくり課(☎41-3514)、本地域づくり係(☎41-3121、☎41-3441、☎41-6511)

■ 松川けんし展 「私のイーハトーブ」

宮沢賢治作品から得た着想を基に創作した平面と立体の作品を展示しています。



【会期】 4月2日(火)〜6月30日(日)
【時間】 午前8時30分〜午後5時
【入場料】 無料
【会場・問い合わせ】 宮沢賢治イーハトーブ館(☎31-2116)

■ 花きセンターまつり

【日時】 4月27日(土)、午前10時〜午後3時
【会場】 岩手県立花きセンター(金ケ崎町)
【内容】 ▶花壇苗、鉢花類の展示販売▶フラワーアレンジメントの展示▶花き関連団体、農作物、園芸資材、軽食などの出店一など
【問い合わせ】 岩手県立農業大学校(☎0197-43-2107)

■ 市政懇談会

期日	地区	会場
5月10日(金)	湯本	湯本振興センター

【時間】 午後6時(1時間30分程度)
※そのほかの地区についても広報はなまきなどで順次お知らせします
【問い合わせ】 本地域づくり課(☎41-3514)

■ 令和6年度宮沢賢治創造芸術公演 スレイガイド変更

4月28日(日)開催の『令和6年度宮沢賢治創造芸術公演 人形劇団プーク「オッペルと象」』の「いせかん」でのチケット取り扱いは終了しました。

「いせかん」でチケットを購入予定だった人は、下記までご連絡ください。
【問い合わせ】 本賢治まちづくり課(☎41-3591)

【お知らせ中の表記】 本館 新館 全ての総合支所 大迫総合支所 石鳥谷総合支所 東和総合支所

■ ひと休み 急がば回れ 農作業 ゆとり忘れず 安全管理 (令和6年度岩手県農作業安全スローガン)

4月15日〜6月15日は「春の農作業安全月間」です。

本市では、平成29年から毎年農作業中の死亡事故が発生しています。農作業事故防止のため、安全対策を徹底しましょう。

● 農業機械での作業は安全対策の徹底を

農作業中の死亡事故を要因別に分けた場合、「農業機械作業に関する事故」が全体の約64%を占めていることが、国の調査結果で明らかになっています。そのうち、「機械の転倒・転落」が約50%を占め、その中で最も多いのが乗用型トラクターによるものです。



安全フレームやキャビンがないトラクターで転落、転倒事故を起こすと、死亡につながるケースが多くなります。さらに、安全フレームやキャビンがあるトラクターでも、シートベルトを着用しなければ、体が固定されず転倒した際に体を守ることができません。

自分の命を守るため、シートベルトとヘルメットの着用、安全フレーム付きのトラクターを利用するなどの対策を行いましょう。
【問い合わせ】 農政課(☎23-1400)

■ 無料相談をご利用ください

相談名	実施日	時間	会場	申込開始日
弁護士法律相談	5月8日(水)	10:00~15:00	市民生活総合相談センター	5月7日(火)
司法書士法律相談	5月9日(木)	13:30~15:30	大迫総合支所第2会議室	5月2日(木)
市民生活(人権・行政)相談	5月10日(金)	10:00~12:00	市民生活総合相談センター	申し込みは不要です
			大迫総合支所第2会議室	
			石鳥谷総合支所中会議室 東和総合支所第3会議室	

○上記相談には定員があります(先着順)。申し込みは、申込開始日の午前9時から実施日前日の午後2時まで電話で同センターへ
○書類作成に係る相談は受け付けておりません
【問い合わせ・申し込み】 本市民生活総合相談センター(☎41-3550)

■ 家庭教育支援講座「赤ちゃん・幼児教室」

赤ちゃんや小さなお子さんがいる家庭向けの楽しく学べる講座です。好きな回のみ参加も可能です。

期日	内容
① 5月26日(日)	手形足型アートバック作り&おもちゃの広場
② 6月2日(日)	知っておきたい!子どもの栄養
③ 6月9日(日)	ココロとカラダを育てる!キッドピクス

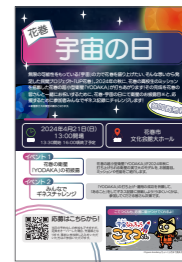
【対象】 市内在住・在勤で0〜6歳(未就学児)がいる家族
※③のみ1〜6歳
【時間】 午前10時〜11時30分ごろ
【会場】 まなび学園
【定員】 ①8組②③10組(いずれも抽選)
【参加料】 ①約千円(材料代)②無料③1人につき約20円(保険代)
【申込期限】 4月30日(火)
【申し込み方法】 専用申し込みフォームから申し込み、または下記へ
【問い合わせ・申し込み】 本生涯学習課(☎41-3587)

■ 多重債務相談窓口

専門相談員が、借金の返済に関する相談に無料で応じます。
【対応可能日時】 月〜金曜日、午前8時30分〜正午、午後1時〜4時30分
【問い合わせ】 東北財務局盛岡財務事務所(☎019-622-1637)

■ 花巻 宇宙の日 ~花巻の人工衛星をみんなで応援しよう~

本年秋に花巻の高校生のミッションを搭載した超小型衛星「YODAKA」が打ち上げられます。その衛星の寸大のモデルのお披露目や性能の紹介などを行います。



【日時】 4月21日(日)、午後1時30分〜4時(開場は午後1時)
【会場】 花巻市文化会館
【内容】
①「YODAKA」の寸大のモデルのお披露目、ミッションや性能の紹介
②「YODAKA」の打ち上げ、運用の成功を祈願して、「あること」をしてギネス記録に挑戦
【定員】 500人(先着順)
【参加費】 無料
【申し込み方法】 専用申し込みフォームから申し込み
※予約なしの参加も可能ですが、定員をオーバーした場合は専用フォームから申し込んだ人を優先します
【問い合わせ】 Space BD(株)(☎03-6264-7177 ①s.nishi@space-bd.com)

■ ぎんがのもり春まつり2024

春の広域公園の景色と祭りをお楽しみください。
【日時】 5月4日(土)、午前10時〜午後3時
【内容】 フリーマーケット、ダブルダッチ、ネイチャーゲームなど
※入場無料、申し込み不要です
【会場・問い合わせ】 花巻広域公園(☎27-3586)

今月の納税 (納期限は4月30日)
 固定資産税(第1期)

花巻歴史探訪 [郷土ゆかりの文化財編]

Trace the history of Hanamaki

出土状況



須恵器壺

大瀬川B遺跡の 須恵器壺

経塚に再利用された須恵器壺

◆問い合わせ

総合文化財センター ☎29-4567

古代仏教の歴史観では、釈迦の入滅から2000年後、仏法が退廃し乱れた世相になるという末法思想がありました。日本では永承7(1052)年が末法元年とされ、貴族や地方豪族たちは、未来に経典を伝えるため、経塚(*)を盛んに築きました。県内では12世紀の平泉藤原氏の時代に多くの経塚が築かれました。市内では、東和町の丹内山経塚や高松の高松山経塚などが知られています。

石鳥谷町大瀬川B遺跡は、見晴らしの良い丘の先端にあります。東北自動車道建設に伴い発掘調査されました。3基の塚が東西に並び、西側の1号塚には、川原石を組んだ小さな石室があり、内部には須恵器壺が設置され、壺の下に中国北宋銭の至道元寶が置かれていました。壺の中の経典は残存していませんでしたが、塚の構造は経塚そのものです。この須恵器壺は、平安時代後期の11世紀代に作られたものです。つまり、12世紀に築かれた経塚の経典容器として再利用されたものだということが分かります。

この須恵器壺は、5月31日(金)まで総合文化財センターの常設展示室で見ることができます。

* 経典を土中に埋納した塚

花巻市 3月のデータ (3月31日現在)

■人 口=90,469人(男43,331人、女47,138人)

■世帯数=38,845世帯

○前年同期

人 口=91,708人(男43,983人、女47,725人)

世帯数=38,677世帯

※人口・世帯数について詳しくは、本館市民登録課(☎41-3547)へ

3月 (本年累計・前年同期累計比)

■交通事故=人身事故	14件 (38件・-2件)
死者	0人 (1人・+1人)
負傷者	15人 (44人・-9人)
■火災=火災件数	3件 (8件・-2件)
焼死者	0人 (2人・-1人)
■救急活動=出動件数	336件 (1,122件・+109件)
搬送人員	294人 (978人・+85人)

No.421 令和6年(2024)4月15日発行

[毎月1日・15日発行]

発行●花巻市 ☎025-8601 岩手県花巻市花城町9番30号

☎0198-24-2111 ☎0198-24-0259

編集●総合政策部広報情報課

印刷●川嶋印刷株式会社

●花巻市ホームページアドレス

<https://www.city.hanamaki.iwate.jp>

●花巻市公式フェイスブック

<https://www.facebook.com/city.hanamaki>

●花巻市公式エックス(旧ツイッター)

https://twitter.com/city_hanamaki

●花巻市公式インスタグラム

https://www.instagram.com/city_hanamaki/

古紙を配合した再生紙を使用しています



市ホームページ

広報はなまき

一次一回一

5月1日発行予定

