

広報くのへ
vol.768 2022

3月号

KEEP IT SMILE!

KUNOHE

村の日常をちょっとだけ楽しくする広報誌



村の子育て支援制度

「子育てしやすい村」を目指し取り組んでいます。
村独自のさまざまな子育て支援制度がありますので
今月号から紹介していきます。

■乳 児

●乳児一般健康診査(個別健診)

全5回(1カ月、4カ月、7
カ月、10カ月、12カ月)の健診
受診の無料健診受診票を発行し
ています。

●村保健師による家庭訪問

赤ちゃんが産まれてから2カ
月頃をめどに保健師が家庭訪問
します。心配事などを相談する
ことができます。

●乳児健康相談・離乳食教室

体重測定、健康相談、栄養士
による離乳食相談を年4回開催
(5月、8月、11月、2月)し
ています(対象者には通知)。

●こども医療費受給者証の発行

県内の病院であれば窓口で負
担なく医療を受けることができ
ます(県外病院は領収書を役場
に持参し手続き後、還付しま
す)。

■新婚生活

●新婚新生活支援補助金

新婚世帯の村外からの引越
し費用と最長1年間の家賃を3
分の2補助するものです(最大
60万円)。

●未来結び祝金

新婚世帯に対し、祝金として
10万円を給付します。



■妊娠・出産

●出産費用助成金

出産にかかる費用のうち健康
保険の出産育児一時金をこえた
費用の一部を助成します。

●妊産婦健康診査等交通助成

医療機関で妊産婦健康診査の
受診や出生等をする妊産婦の経
済的負担を軽減するため、医療
機関への通院にかかる費用に対
して助成金を交付します。

●すくすく赤ちゃん祝金

赤ちゃんがひとり生まれるた
びに、祝金として10万円を給付
します。

■保 育

●保育料無料

保育料、副食費は無料になり
ます。

●予防接種助成

定期予防接種に関しては無
料。インフルエンザ予防接種
2千5百円、おたふく4千円を
助成します。



小学生・中学生

給食費無料

学校給食費は全て無料になります。

こども医療費受給者証の発行

県内の病院であれば窓口で負担なく医療を受けることができます（県外病院は領収書を役場に持参し手続き後、還付します）。

予防接種助成

定期予防接種に関しては無料。インフルエンザ予防接種2千5百円を助成します。

村の子ども手当

村の子ども手当を就学前児童には月額2千円、小学生児童には月額3千円、中学生には月額4千円支給します。



村は伊保内高校を全面的にバックアップしています

高校生

医療費無料

病院領収書を役場に持参し手続き後、還付します。

予防接種助成

インフルエンザ予防接種2千5百円を助成します。

伊保内高校給食提供（無料）

伊保内高校全生徒（村外生徒を含む）に対して、給食を無料提供します。

伊保内高校制服助成

伊保内高校に入学する全生徒（村外生徒を含む）に対して、制服費用を全額助成します。

伊保内高校バス通学半額助成

伊保内高校にバスを利用して通う生徒（村外生徒を含む）に対し、バス定期費用の半額を助成します。

伊保内高校奨学金半額免除

村内在住（村内に住所のある）の伊保内高校生に対し、在学中の奨学金を半額免除します。

村外高校通学バス2割助成

村内在住で村外の高校にバスで通う生徒に対してバス定期費用の2割を助成します。

進学（高校・大学・専門学校）

村の奨学金制度

進学費用に対し、奨学金を無利子で借りることができます。

村独自の子育て支援策

村では「子は宝」と考え、様々な支援を実施しています。特に村独自の子ども手当や出産助成など、他市町村にはない助成制度の創設は、子どもたちが健やかに育ち、親が家庭生活を充実させながら安心して楽しく子育てができる環境づくりにつながるものだと考えています。

今後も様々な子育て世代において、きめ細やかな子育て支援となるよう取り組んでいくことになっています。



IJU 戦略室子育て支援
浅水 渉 担当課長



(株)九戸村総合公社ナインズファーム担い手育成事業

村の制度で新規就農を実現

高齢化・後継者不足の課題をかかえる「農業」。村では担い手を育成するための研修制度があります。今年2年7か月の研修を終えた滝本裕太さん取材しました。

1月17日、ナインズファームの担い手育成事業修了式が行われました。晴山裕康村長は修了証書を手渡すと「農業の担い手として困難に負けずがんばって欲しい。村もバックアップしていきたい」と激励しました。

滝本さんは令和元年6月から令和3年12月31日までの2年7か月、ナインズファームで農業の研修を行い、今年から新規就農者として活動をはじめます。



1_ 滝本さんのハウスの前で「これから家族一丸で頑張ります」 2,3_ ナインズファーム修了式の様子

仕事と家庭の時間をつくる

農業という選択肢

―ナインズファーム研修生に応募したきっかけは？

滝本…勤めながら子育てをすることにだんだんと無理がでてきていて、家族と一緒に時間をつくりながら仕事ができないか考えていた時に、ナインズファーム研修生の募集を見かけました。妻も家庭菜園をやっていたので興味があつたので、農業なら仕事をしながら家庭の時間をつくれるのではないかと、思い、応募しました。

―実際に農業に携わってみてどうでしたか？

滝本…研修はやっぱり簡単ではなく大変でした。ですが、新しいことを学ぶことに喜びを感じられたので

毎日が新鮮で楽しくできました。そして、農作物が

できたときの喜びや結果が出たときの喜びは格別で、何にもかえられないものでした。

―研修はどのようなものですか？

滝本…僕は2年7カ月、研修させてもらいました。1年目はピーマンやトマトの作り方を基礎から教えてもらいました。ひとつお

り覚えた2年目は、戸田の研修農場で栽培しました。その他にも産直などで出荷することを想定して、人に聞きながら様々な品目にチャレンジしてみました。

―今後の展望を教えてください

滝本…まずは、たくさんの方々にお世話になって研修を終了したので、しっかりと農業で自立していきたいと思っています。そのためにピーマン、トマト、ホウレンソウを軸に栽培品目を増やして収入を上げていきたいと思っています。



滝本 裕太 さん

子育ての時間をつくれる仕事として農家を志す。ナインズファームで研修後、今年1月より就農。ピーマン・トマト・ホウレンソウなどを栽培する予定。妻と子ども2人の4人家族。

ナインズファーム担い手育成事業



株式会社九戸村総合公社 ナインズファームは農業を

基幹産業とする九戸村で、高齢化や後継者不足等の課題を克服するために発足した機関です。18名が修了し、現在1名が在籍し農業研修を行っています。

就農研修生は新規学卒者、Uターン者等を対象に、

独身者は概ね30歳以下、既婚者では40歳以下を原則として募集しています。研修生は生活費支援を受けながら研修に励むことができます（研修期間の上限は3年間）。研修場所は、村内3カ所に35棟のハウスで村の推進するピーマン・トマト・ねぎ・山わさびの栽培研修を行います。ここでは農作物のつくり方はもちろんのこと、農業機械の操作方法や作業技術、販売方法や確定申告など、独立した後、必要になることを幅広く学ぶことができます。

このようにナインズファーム担い手育成事業では、新規就農をめざす研修生をバックアップしています。詳しくは、村役場産業振興課生産振興係（☎42-2111内線253）までお問い合わせください。

スキー場で会いましょう

「元気に通いつづけられるのは

友人と練習した基本があるからです」

川原 幸男さん(荒谷・81歳)



村にスキー場ができたことをきっかけに40歳を過ぎてからはじめた。「元気でけがなく楽しんで1シーズンでも長くすべりたい」と川原さん。

シーズンを通して見かけるウェア姿。村のスキー場にいけば毎日見かける姿に、若者にも一目おかれている川原幸男さんです。

川原さんは、村にスキー場が誕生したことをきっかけにスキーをはじめました。スポーツ経験はなく、40歳を過ぎての独学での挑戦。最初は上手くいかなくて、転んばかりで苦労しました。

そんな川原さんに生涯「先生」と呼ぶ友人との出会いがありました。上達に時間がかかる川原さんに、粘り強くつきあってくれました。「基本が大事」と何度もくり返し反復練習することで、ゆっくりですが着実に上達していききました。そのおかげで40年近く元気にスキー場に通いつづけています。

一番の思い出は「先生」にたった一度だけ「今までよくがんばってきたな」と誉められたこと。スキーに関してはとても厳しかった「先生」は数年前に他界されましたが、彼のスキーウェアを着て今



1_きれいなフォームですべる川原さん 2_圧接整備のゆきとどいた村スキー場で村の児童も練習

日もスキー場に足を運びます。

川原さんは「スキーがあつたから今の自分がある」と話します。「スキーにのめりこんで自信がつかまりました。そうすると人の話を素直に聞けるようになり、人間的に成長を感じました」と笑顔で話しました。「毎日楽しい。スキーと出会えて幸せ」と何度も話す姿が印象的でした。

村に降り積もった雪を利用して雪灯りのイベントが行われました。地域おこし協力隊の佐藤快威さんが中心となり、ひめほたる子ども園の園児や先生、協力隊のメンバーが制作にあたりました。2月2日～4日に、ひめほたる子ども園の入口の坂が雪だるまと共に愉快に灯り、3日にはふるさと創造館が幻想的に灯りました。

村に幻想的な冬景色

雪灯り

1_ ふるさと創造館では154個の雪灯りが灯った
2_ 園児たちは雪灯り作りに挑戦 3_ 佐藤さんに作り方を教わる園児たち 4・5_ 園児たちは自分の目印のために横に雪だるまも作った



1



2



3



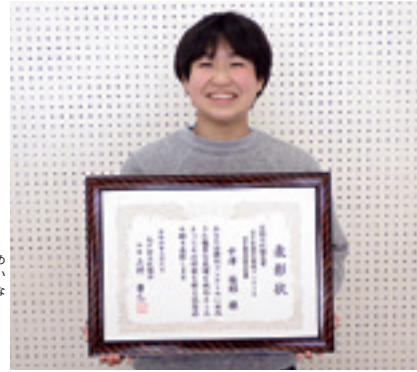
4



5



優秀賞に中澤萌那さん 令和3年度九戸村文化協会表彰



優秀賞を受賞した中澤萌那さん

今年度の村文化協会（会長・上村勝己）表彰が行われ優秀賞に中澤萌那さんが選ばれました。中澤さんは県書道書道コンクールで岩手書道協会会長賞を受賞しました。以下、受賞者を紹介します。（敬称略）

【芸術文化優秀賞】中澤萌那 【芸術文化奨励賞】大崎百々香、林その美、千葉理聖、橋本くるみ、九戸中学校、九戸中学校吹奏楽部、九戸中学校特設合唱部、畑中頼空、山下須瑞、野崎晴海、伊保内高校郷土芸能委員会

令和4年度 自衛隊入隊予定者激励会

自衛隊入隊予定者への激励会が2月16日に開催され、戸田出身の山本瑠輝さんと中澤ななみさんが村役場を訪れました。山本さんは「人の役に立てるようにがんばり

たい」、中澤さんは「これまでの経験を活かして社会に貢献していく」と抱負を話しました。4月から2人は陸上自衛隊一般曹候補生として、宮城県多賀城駐屯地に入隊します。



自衛官との記念撮影に気が引きしまる2人

3・11から11年 東日本大震災津波を語り継ぐ日

平成23年3月11日に発生した東日本大震災津波により、岩手県では、かつて経験したことのないような被害を受け、突然に多くの大切な人を失いました。自然災害はいつでもどこでも誰にでも起こりうることを知るとともに、家族や友人、地域、国内外の人たちとの絆や人と人が支えあうことの大切さを改めて実感しました。

となく、震災を体験していない世代やこれから生まれてくる子供たちにもあの日の悲しみと教訓を伝承していく必要があります。

こうしたことから、岩手県では3月11日を「東日本大震災津波を語り継ぐ日」とする条例を制定しました。

震災により亡くなった多くの尊い命に追悼の意を表し、震災の教訓を伝承するとともに、これまでの復興に向けた歩みの中で得られた多くの絆を大切にし、ふるさと岩手を築いていくことを誓うものです。

災の記憶を風化させるこ

学んで、食べて。

地域の方と豆腐作り

山根小学校 ふるさと学習



1



2



3



4

1_ 出来立ての豆腐をほおぼる 2_ おからを袋に詰める 3_ 型に入れて固める 4_ にがりを入れて様子を見る 5_ ぎゅっと絞ると豆乳が出る 6_ 出来立て湯葉をゲット 7_ 寄席豆腐も絶品



5



6



7

2月1日、山根集落センターで山根小学校の3〜5年生が豆腐作りを体験しました。冬の時期に集まって豆腐作りをするという山根地域の方々が子どもたちを指導しました。豆乳が絞り出される場面や、完成した豆腐が型から抜かれる場面では子どもたちから大きな歓声があがりました。出来立ての豆乳や豆腐をほおぼる子どもたちは元気におかわりをしました。

子どもたちは「豆乳が甘くてびっくりした」「にがりを入れて固めることを知ることができた」などの感想とともに、地域の方々への感謝の気持ちを伝えました。



9TUBE 配信中

\\ レンジで簡単カスタードクリーム！ // いちごのカスタードパイ

〈作り方〉

- ① 耐熱ボウルに卵黄を入れ泡だて器でほぐし、砂糖を入れ白っぽくなるまでしっかり混ぜる。
- ② 薄力粉をふるいに入れ粉気がなくなるまで混ぜたら、牛乳を2回に分けて加え、その都度溶きのばすように混ぜる。
- ③ ふんわりラップをかけ、電子レンジ（600W）で1分40秒程度加熱する。取り出したらラップを外し、泡だて器でムラなく混ぜ、再びふんわりとラップをして電子レンジで1分程度加熱する。
- ④ 取り出しムラなく混ぜたら、バター・キルシュを加え均一に混ぜる。
- ⑤ クリームに密着するように新しいラップを被せ、上から保冷剤のせて急冷する。カスタードクリームが完全に冷めてからゴムベラで軽く混ぜてほぐす。【オーブンを210℃に予熱】
- ⑥ 冷凍パイシートは包丁で切れるくらいの固さまで室温に出し、1辺10cm前後の正方形にカットする。
- ⑦ 三角形に折り、2か所切り込みを入れる。開いてふちに溶き卵を塗り、重ね合わせる。（写真参照）
- ⑧ 底面をフォークで上から穴をあけ、ふちに溶き卵を塗ったら、210℃のオーブンで15～18分程度焼く。
- ⑨ 取り出し冷めたらカスタードクリーム・いちご・砂糖を飾る。



材料（4個分）

冷凍パイシート	1～2枚
溶き卵	適宜
卵黄	1個
砂糖	30g
薄力粉	10g
牛乳	100g
★バター（無塩）	5g
★キルシュ	小さじ1
いちご	好みの量
溶けない粉糖	適宜

★…なくても可

〈パイシートの折り方〉





キムササイズは今回で修了です！1年間ありがとうございました！！

フィジカルプランナー 木村の

Let's

キムササイズ

あたたかい春はもうすぐ♪



さよなら
またね！

全身のほぐしや足腰周りの強化！

暖かくなってくると身体も動きやすくなります。いざウォーキングなど動こうとすると今まで動いていなかった身体には負担がかかり、ケガをする可能性があります。事前に身体を動かしておくことで、スムーズに身体を動かせたり、ケガの予防に繋がります！



9TUBE 配信中心

*どの動作も必ず呼吸を繰り返しながら行いましょう！

チェスト ストレッチ



両足を腰幅に開く体幹に力を入れて姿勢を正す



両腕を真横に開き小刻みな動きで前後に動く



両腕を斜め45°Cで動く



両腕を真上にあげ動く

小さな動きでかまわないので、前後の動きを意識する。行っている最中は体幹を固定するよう意識。

【胸部のストレッチと体幹の安定性向上】

◆各動作10回～20回×1～2セット

ドロップ・ランジ



両足を腰幅に開き立つ



片脚を後方にクロスさせる

上半身はしっかり正面に向け、胸を張り腹部に力を入れて前脚を体重にのせる



後ろ脚で床を蹴るようにスタートの態勢に戻す

左右交互に実施



横から見た図

つま先と膝は同じ方向。つま先は正面。体幹に力を入れて背筋を伸ばして行う。

【太もも外側の柔軟性向上、股関節の可動性向上】

◆左右実施で10回～20回×1～2セット

ニーサークル



両足を腰幅に開く



背筋を伸ばし、両手でボールを抱えるように立ち片脚をあげる



バランスを保ちながら膝で円を描くように回す



脚を下ろし逆脚も同様にを行う

バランスが崩れてしまう時は、一回一回足を付けてもよし。

頭から腰までまっすぐに保つ。腹部を安定させながら膝を回す。立脚の膝は伸ばす。

【股関節周辺の可動域向上。バランス機能向上】

◆内回し5回外回し5回×1～2セット

バックランジ・ウィズ ラシックローテーション



片脚を大きく後ろに引く。(引いた脚の膝は伸ばす)



引いた脚側の手を床につき頭から踵まで一直線に伸ばす



肋骨辺り(胸椎)を回旋させ、もう片方の手は天井に向かって伸ばす



伸ばした手を元に戻し、後方に伸ばした片脚を戻すと同時に立ち上がる

胸(胸椎)の回旋を意識し、お腹に力を入れて行いましょう。

【胸椎の可動域向上、股関節の可動域向上とももの前、腸腰筋の柔軟性向上】 ◆左右実施20回×1～2セット



3月は自殺対策強化月間

守りたい大切なのち

このコロナ禍で、家族にすら会うのが難しい生活が、もう2年以上続いています。地域や学校の行事も縮小され、人と人のつながりが薄くなってしまいう状況で、孤独を感じることも少なくなりはせず。猛威を振るう感染症は、自殺状況にも影響しました。

■コロナ禍における自殺状況

かつては3万人を超えていた日本の自殺者数。年々減少してきましたが、令和2年に自殺者数が増加しました。働く女性の自殺者数が増加したことが、全体の自殺者数を押し上げていましたが、令和3年は自殺者数が再び減少しています。九戸村は、ほぼ横ばいの状況です。

■ひとりで抱え込まないで

つらい気持ちを抱えながら必死に生きている人がいます。つながりが希薄な今、身

近な人の変化に気づくことができないこともあります。ひとりひとり悩みも違うし、感じ方も違います。「きつとわかってもらえない」「こんなことで相談していいのかな」と思うことがあるかもしれません。そのつらい気持ちを聴かせてください。

■誰一人として取り残さない・孤立させない

3月は一番自殺の多い時期です。春はもうすぐ。進学や就職で環境が変化したり、職場の異動でストレスが溜まっ

たり、心と体の調子を崩しやすい季節です。家族だけでなく、職場、学校、近所の人、行政、みんなが積極的に連携し、悩みを抱えた人がひとりでも悩み続けることのないようサポートしましょう。

■まずは相談してください

悩みの相談を随時受け付けています。場合によって、関係機関の専門職につないだり、受診につなぐことも可能です。まずはご相談ください。

◎村保健センター(保健師)

☎42-2111

休日当番医 (9:00~17:00)

3/6	川村医院	☎ 23-3252
3/13	いちのへ内科クリニック	☎ 33-2701
3/20	齋藤産婦人科医院	☎ 23-2505
3/21	カシオペア医院	☎ 23-3331
3/27	ふくもりたこどもクリニック	☎ 43-3137

休日当番歯科医 (9:00~12:00)

3/6	国香歯科医院 (裏小路)	☎ 23-2223
3/13	小野寺歯科医院	☎ 33-3050
3/20	宮沢歯科医院	☎ 46-2953
3/21	窪島歯科医院	☎ 23-2425
3/27	菅原歯科クリニック	☎ 23-1180

3月3日は「耳の日」

聞こえづらさへの対処と予防

年をとって「聞こえづらさ」を感じるのは仕方ないとあきらめてしまう人も多いでしょう。「聞こえづらさ」は認知症の原因にもなりますので、放置せず、早めに対処しましょう。

■初期症状で気づけば進行を緩やかにすることも

加齢による難聴の初期症状であげられるのが、お風呂が沸いた電子音に気づかない、体温計の音が聞こえない、テレビのボリュームが大きくなった、耳鳴りがする、声大きい、という症状です。早めに耳鼻科を受診することで適切に対処でき、聞こえづらさ（難聴）の進行を緩やかにすることができます。自己判断で眼鏡店や通販で販売されている補聴器を購入するのはお勧めできません。

また、補聴器も使い始めから慣れるまで3カ月程度かかると言われています。しばらく聞こえていなかった音に再び慣れるための、脳のリハビリ期間と思ってください。慣れないからといってすぐに外さず、様子を見ることが大切です。

村では補聴器購入費の一部を助成しています。耳鼻科の受診や補聴器の購入前に、役場保健福祉課（☎ 42-2111）にお問い合わせください。

■耳をいたわる生活習慣を心がけて

大きな音に慣れてしまうと小さな音が耳に入らなくなってしまうます。聞こえづらいからと不必要に大きな音でテレビやラジオを聞くのはやめましょう。

また、加齢による難聴の予防には、耳を含め全身の血流を良くすることが大切です。ビタミンやミネラルが多く含まれる黒ゴマ、ホウレンソウ、海藻類などを含んだバランスの良い食生活、ウォーキングなどの有酸素運動、ストレスや疲労を溜めないような生活を心がけましょう。



保健師・河村 侑乃



「生活支援ボランティアご近所すけっ隊」活躍中！

15分 100円から、お困りごとのお手伝いをしています。ゴミ捨てや窓ふきなど、利用者も続々増加中です！

お気軽に、事務局（ほずのいえ ☎ 26-8333）までお電話ください！

1・2年生カシオペアしごとメッセに参加 地域に貢献する担い手を目指して



1月19日、伊保内高校の1・2年生30名はカシオペアメッセなりにヤーとで行われた「カシオペアしごとメッセ」に参加しました。地元での就職を検討する機会として、二戸管内の高校生を対象に、地元企業が商品やサービス、事業内容をPRしました。九戸村からは4社が参加しました。イベントでは、就職した地元の先輩の体験談を聞き、各ブースで道具に触れながら説明を受けました。生徒たちにとっては、今後の進路選択のための貴重な体験となりました。



1_ 消防の仕事について説明を受ける伊高生 2_ 普段乗れない白バイにまたがる生徒 3_ 自衛隊の制服を着用すると身も引きしまる 4_ 村内企業の現場の様子をVR映像から学ぶ

進路決定率 100%

伊保内高校では、今年も進路決定率100%を達成しました。生徒の努力はもとより、保護者のご協力、村民の皆さまの物心両面にわたる絶大な支援のためものです。深く感謝いたします。進路先は次のとおりです。

【就職先】

(株) あべはんグループ (福)
九戸福祉会 SW S東日本 (株)
二戸工場 柿木畜産 自衛隊

【進学先】

岩手県立大学 東北福祉大学 盛岡大学 八戸学院大学短期大学部 仙台ECO動物海洋専門学校 盛岡外語観光&ブライダル専門学校 盛岡情報ビジネス&デザイン専門学校 大原スポーツ公務員専門学校 盛岡医療福祉スポーツ専門学校 北日本ハイテクニカルッキングカレッジ



第11話

そばかけの作られ方

① 粉を混ぜる

(そば粉・小麦粉・山芋粉)



② 生地に変身



③ 生地を伸ばす



④ かけカッターで切断



⑤ パッケージング



＼ カッター ＼



＼ 完成品 ＼



こんにちは。

寒さ全開ですね！

スキーは楽しいけど、春が待ち遠しいです。複雑…。

今回は、「かけ」と言えばの「さいとう製麺」さんに潜入してきました。

九戸のソウルフード「かけ」。九戸のお友達からもらって初めて食べた時のことをよく覚えていました。変わった形と初見の調味料の組み合わせ。茹で時間長いな…と思いつつ、調理し食べてみると、にんにく味噌が美味しすぎてびっくりしました。こちらに来てからも何度か食べて、すっかり慣れ親しんでいます。そんな「かけ」を73年造っているさいとう製麺さんにお邪魔してきました。

さいとう製麺は2代目の齊藤真さんが社長を務めています。昭和24年にお父さんの久三さんが創業し今に至ります。そばかけ、むぎかけを1日に各150〜200袋製造しています。九戸の人には「そばかけ」が人気です。葛巻や岩泉では麦が栽培しにくい環境のためなのか「むぎかけ」の方が人気なのだそう。さいとう製麺のこだわりは、そばかけの打ち粉がそば粉であるということです。そのため、そばかけを茹でたお湯をそば湯として楽しむことができます。ちなみに齊藤さんは週に

1・2回程度ご飯と一緒にかけを食べるそうです。

深い話

さいとう製麺では、乾燥されたかけも売っています。これは1代目の社長の頃に誕生したものです。関東の方へ出稼ぎに行っている人たちから「どうしてもかけが食べたい！」という要望があり、日持ちのする乾燥かけを作りました。ふるさとの味を愛している村民の想いから誕生していたとは驚きでした！



ソウルフード

食べたらみんな

ソウルメイト





◆◆◆ NINES CAFE ◆◆◆

学び処 ないんずカフェだより

見上げれば満天の星！

「今夜の星空案内を中心に」

生涯学習アカデミー×女性教室

1月13日、HOZホールで江刺家小学校長天沼正明さんを講師に天体についての講座が行われました。九戸村の夜空の星について、季節ごとの星座観察のロマン溢れる解説をいただきました。「素敵な時間でした」「何気なく見ていた星座でしたがこれからは楽しみ」と受講生は幸せそうな笑顔を浮かべていました。



1_ スクリーンに美しい星空が映し出される 2_ 講師の話真剣に聞く 3_ ギターを弾きながらロマンあふれる講演をおこなう天沼校長

「やさしいスマホ教室」

教養・娯楽ラーニング

2月2日～4日、村開発センターでスマホ教室が開かれました。これは簡単なスマホ操作について教えて欲しいとの要望を受け開催されたものです。地域おこし協力隊の佐藤快威さんと教育委員会職員が講師を務め、個別に不明点を解決していきました。

参加者は「1対1で疑問を聞き詳しく教えていただいた」「緊張していたが心がほぐれた」「また開催してほしい」と話しました。



1_ 個別に使い方を説明する佐藤さん 2_ 村職員もサポート 3_ 全体に説明する佐藤さん

■ご家庭にある歴史資料を探しています

教育委員会では、村内にある様々な歴史資料を保存する「アーカイブ事業」に取り組んでいます。皆さまが所有している古文書、8mmフィルム、ホームビデオ、写真、民具などをお借りしたいと思っております。村の貴重な歴史資料の消失を防ぐため、村民の皆さんの情報提供をお願いいたします。

教育委員会生涯学習係 ☎ 42-2111 (内線 304)

令和3年度村教育振興運動推進協議会

村PTA連合会の各功労者表彰（団体・個人）

令和4年1月30日に開催予定であった、今年度の村教育振興運動集約集会並びに九戸村PTA研究大会において、今年度の功労者への賞状授与が行われることとなっておりましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため開催ができませんでしたので、受賞者を紹介いたします。



【村教育振興運動功労者】（敬称略）

○団体

江刺家神楽保存会（九戸中） 写真①

○個人

村田 勝義（戸田小） 写真②

日向 栄子（山根小） 写真③

屋形場哲也・弘美（伊保内小） 写真④

高崎 覺志（長興寺小） 写真⑤

石川 ツエ（江刺家小） 写真⑥

※カッコ内は、実践区名

【村PTA連合会功労者】（敬称略）

野中 直樹（長興寺小）

佐藤 隆行・直子（伊保内小）

松田 佳信（伊保内小）

亀梨 智和（戸田小）

中野 剛（九戸中）

※カッコ内は、所属団体名

おすすめ //

■ 1日1話、読めば心が熱くなる365人の仕事の教科書

藤尾 秀昭 監修（致知出版社）

いつの時代にも仕事にも人生にも真剣に取り組んでいる人たちはいる。それぞれの人にドラマがあり、熱い言葉があった。本書が文字通り、1日1話、読めば心が熱くなる仕事の、そして教科書となることを願ってやまない。（あとがきより）



おすすめ //

■ 苦しかったときの話をしようか
森岡 毅 著（集英社）

もしも好きなことを選べたならば、しびれるような達成感や叫びたいような興奮に包まれることがある。その興奮と感動が「やりがい」であり、人はそれを味わうために生まれてきたのではないか？（まえがきより）



THEME

新社会人となる人・転職を考えている人・キャリアに悩むすべての人へ

図書だより



今月のご長寿のお祝い

祝 99 歳 橋本 ヨス さん

大正 12 年 2 月 4 日生まれ

戸田の自宅で家族と一緒に祝いをしました。ヨスさんは身の回りのことはだいたい自分でできるほど健康です。このたびは、おめでとうございます！



今月のご長寿のお祝い



祝 99 歳 榎切澤 キク さん

大正 12 年 2 月 9 日生まれ

二ツ家の自宅で家族と一緒に祝いをしました。キクさんは本が好きで、今でもメガネなしで本を読めるそうです。このたびは、おめでとうございます！



■ 二戸消防署九戸分署 ☎ 0195-42-3119



春の全国火災予防運動

■ 全国統一防火標語

「おうち時間 家族で点検 火の始末」

■ 4つの習慣

- ①寝たばこは絶対にしない、させない。
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- ③コンロを使う時は火のそばを離れない。
- ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。



於本 健幸
消防士長

■ 6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやコンロ等は安全装置の付いた機器を使用する。
- ②火災の早期発見のために、住宅用火災警報機を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- ③火災の拡大を防ぐために部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは防災品を使用する。
- ④火災を小さいうちに消すために消火器等を設置し、使い方を確認しておく。
- ⑤お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

■ 二戸警察署九戸駐在所 ☎ 0195-42-2210



冬期間は火災に注意！

今年に入り、二戸警察署管内において住宅火災等が多発しています。

■ 4つの習慣

- ①出かける時はストーブを必ず消す
- ②洗濯物の乾燥にストーブを使わない
- ③寝たばこは絶対にしない
- ④吸い殻は水にさらしてから捨てる
- ⑤調理中はコンロから離れない



鈴木 貴之
巡査長

■ 山火事にも注意しましょう

例年3月～5月は、野山が乾燥し、風が強い日も多いため、林野火災等が起きやすい気象条件となっています。野外での火の取扱いには注意しましょう。



国民年金手帳から基礎年金番号通知書へ切り替わります

令和4年4月1日以降に初めて年金制度へ加入する方（20歳に到達した方、20歳前に厚生年金保険の被保険者になった方など）に対し、年金手帳に替わり、基礎年金番号通知書が送付されます。すでに年金手帳が交付されている方には、基礎年金番号通知書の交付は行われません。また、お手元にある年金手帳は、令和4年4月1日以降も「基礎年金番号を明らかにすることができる書類」として、引き続き、ご利用いただけます。紛失などにより年金手帳の再交付を希望する場合、令和4年4月1日以降は基礎年金番号通知書が交付されます。

■ 税務住民課国保住民係 ☎ 0195-42-2111（内線 212）



医療費助成の受給者証が更新されます

令和4年4月から中学生になる方と高校生になるひとり親家庭の方に新しい受給者証を交付します。4月からは新しい受給者証をご利用ください。なお、高校生になると現物給付の受給者証は利用できなくなりますので、役場窓口で領収書での申請をお願いします。

■ 総務課地域防災係 ☎ 0195-42-2111（内線 168）



太陽光発電による街路灯の設置

今年度、村では岩手県企業局のクリーンエネルギー導入支援事業を活用して細屋地区に太陽光発電による街路灯を6基設置しました。この事業は、再生可能エネルギーの導入促進や普及啓発を通じて、低炭素社会の形成を促進する地域貢献の取り組みとして、岩手県企業局が実施しているものです。今年1月に工事が終わり、明るく安全な地域になっています。



■ 総務課地域防災係 ☎ 0195-42-2111（内線 168）



ICカード移行に伴う、運転免許証返納者特典支援制度の改正

令和4年2月19日より、岩手県北バスにて地域連携ICカードiGUCA（イグカ）の販売が開始されました。これに伴い、運転免許証返納者支援制度をつぎのとおり改正いたします。

■改正前 5,000円バスカード×4枚

■改正後 ICカードiGUCAへ20,000円分チャージ。

※ただしデポジット（預り金）500円が必要なため、利用可能額は19,500円になります。

人のうごき

（令和4年2月1日現在）

● 人口 5,459人（-9）

男 2,610人（-3）

女 2,849人（-6）

● 世帯数 2,157世帯（+1）

（カッコ内は前月比）

転入 3人（3人）

転出 6人（6人）

出生 3人（3人）

死亡 9人（9人）

（カッコ内は1月からの累計）

編集後記



新型コロナウイルスの拡大状況に一喜一憂です。来年度のイベントはどうなるのか。



県の広報コンクールにて、九戸村は奨励賞を獲得！1年目の2人が作ったとは思えない出来という講評をいただきました！嬉

くのへっ子

手を動かして作るのが好き！

釜石 乃埜さん
(10)



線おにの鬼決めジャンケン中

山根小学校に通う小学4年生の乃埜さん。

好きな科目は、図工。モノを作ったり、絵を描いたりすることが小さい頃から好きでした。「最近、木をのこぎりで切って組立て、キットを作りました。」理科の実験も頑張っています。水のあたたまり方について学ぶのが楽しいそう。6人兄弟の5番目の乃埜さん。お兄ちゃんやお姉ちゃんに料理を教わり、チャーハンやオムライスをひとりでも作れます。「今度はスパゲティやカレーも作れるようになりたいです。」
もうすぐ5年生。「5年生になったら国語の漢字を特に頑張りたいです。」

村の好きな季節は？

春。植物や木が綺麗だから。

この冬くのへスキー場へは行った？

スキーをしに3回行った。

好きな食べ物？

鶏がらのラーメン

最近ハマっていることは？

ワンピースを読むこと。好きなキャラはルフィとロビン。

行ってみたい場所は？

東京。お店が多いから。

もしも願いが叶うなら？

どんな問題でも解ける力とスマホが欲しい。

将来の夢は？

ユーチューバー。歌ったり、ゲームの実況がしたい！

家族に一言！

いつも美味しい料理を作ってくれてありがとう。

【今月の表紙】 ひめほたるこども園の雪灯りをつくった園児たち