

広報 やまだ

お知らせ版

2017. 9.15 No.1129

山田町役場 TEL82-3111 町のホームページアドレス <http://www.town.yamada.iwate.jp/>



素晴らしい芸術活動の数々をご覧ください

この年のテーマは『奏』

町民芸術祭が開幕

町民の優れた芸術作品や文化活動を発表する町民芸術祭が、10月9日から始まります。9日に行われる「音楽の集い」第1章では、復興支援として大阪交響楽団による金管五重奏の演奏があります。皆さんのご来場をお待ちしています。

▽入場券取り扱い所 町中央公民館、町中央コミュニティセンター、役場各支所

◆問い合わせ 町生涯学習課文化係（☎82-3111内線630）へどうぞ。

◆開催日程

日時	場所	内容	入場料
10月9日(月・祝) 午後1時半	町中央公民館 大ホール	開幕式、音楽の集い～第1章～(町内の団体によるピアノ演奏など)	無料
10月15日(日) 午後1時半	町中央公民館 大ホール	民謡と踊りの集い(町内の団体による民謡や舞踊など)	前売り券300円 当日券500円
11月3日(金・祝)～5日(日) 午前9時～午後4時 ※5日は午後3時まで	町中央公民館 町中央コミュニティセンター 町保健センター	アートフェスティバル(町民の芸術作品展示、小中学生絵画・書道コンクールの作品展示)	無料
11月4日(土) 午前10時～午後3時	町中央コミュニティセンター 和室	茶道裏千家木下社中によるお茶会	お茶券300円
11月12日(日) 午後1時半	町中央公民館 大ホール	音楽の集い～第2章～(町内の団体による合唱と吹奏楽の演奏など)	前売り券300円 当日券500円

都市計画変更の説明会実施

町では、山田都市計画の変更に関する住民説明会と計画案の縦覧を行います。

◎住民説明会

▽日時 9月21日(木)
午後6時半～8時

▽場所 町中央コミュニティセンター2階集会室

▽内容 ▼山田第1団地などの用途地域を無指定から第一種住居地域へ変更することについて▼山田第3団地などの用途地域を無指定または第一種低層住居専用地域から、第一種住居地域へ変更することについて▼津波復興拠点整備事業の公共防災エリアで、中心

市街地から移転する住宅施設規模が確定したことに伴う住宅施設の減少で、施行区域を変更することについて―など

◎都市計画案縦覧

▽期間 9月21日(木)～10月5日(木)

※土、日曜日を除く。

▽時間 午前9時～午後5時

▽場所 役場2階建設課都市計画係

※計画に対する意見がある利害関係者は、縦覧期間中に意見書を提出することができます。

◆問い合わせ 町建設課都市計画係（☎82-3111内線234）へどうぞ。

戦没者等のご遺族の皆さまへ 第十回特別弔慰金の請求を

戦没者等の第十回特別弔慰金の請求期限は来年4月2日です。請求期限を過ぎると弔慰金を受けられませんので、対象となる方はお早めにご請求ください。

▷支給対象者 平成27年4月1日(基準日)において「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける方(戦没者の妻や父母等)がいない場合、次の順番で順位が先になるご遺族お一人▶(1)平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方▶(2)戦没者等の子▶(3)戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹▶(4)上記(1)～(3)以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪など)で、戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係があった方

▷支給内容 ▶国債名称 第十回特別弔慰金国庫債券▶額面 25万円(5年償還)

◆請求先・問い合わせ 町長寿福祉課地域福祉係（☎82-3111内線149）へどうぞ。

楽しく汗を流しませんか

ニユースポーツ教室へご参加を

町では、ニユースポーツ教室（キンボール）を開催します。キンボールは、4人1組の3チームがコートに入り、直径122cm、重さ1kgのボールを使用し行うスポーツです。レクリエーションの一環として気軽に楽しむことができますので、どうぞご参加ください。

▽日時 10月14日（土）

午前9時～正午

▽場所 町勤労者体育センター

▽対象 小学4年生以上

▽募集人員 30人程度

▽参加料 1人200円（保険料など）

▽申込期限 10月10日

▽申込先・問い合わせ 町生涯学習課社会体育係（☎82-3111内線624、625）へ。

山田分屯基地創立60周年記念

基地を一般開放します

航空自衛隊山田分屯基地では、創立60周年記念行事として、基地の一般開放を行います。F-2戦闘機の祝贺飛行や救難ヘリの地上展示など、多数の催しを行いますのでご来場ください。

▽日時 9月24日（日）
午前9時～午後2時

▽場所 航空自衛隊山田分屯基地

地（山田町総合運動公園駐車場）
場（参加受付）

▽交通手段 船越駅前と豊間根駅前からシャトルバスを運行します。発車時刻および各停車場については、ホームページ（http://www.mod.go.jp/sdf/nacw/gp_sq/p37/p37h.html）をご覧ください。また、運動公園から基地までの間は、随時バスを運行します。

※一般車両は基地に入れません

◆問い合わせ 航空自衛隊山田分屯基地総括班総務係（☎82-3111内線202、203）へどうぞ。



来年開催の成人式 皆さんと運営しませんか



皆さんの力で素敵な成人式に

町では、来年の成人式を運営する実行委員会の委員を募集します。一生に一度の成人式を、自らの手で素敵なものにしませんか。委員としての活動を希望する人は、電話でお申し込みください。

▷ 委員会の内容 式典の内容や担当などについて

※例年5回程度開催しています。

▷ 対象者 平成9年4月2日から平成10年4月1日までに生まれた人

▷ 申込期限 9月28日

◎第1回実行委員会

▷ 日時 9月29日（金）
午後7時～9時

▷ 場所 町中央公民館視聴覚室

◆申込先・問い合わせ 町生涯学習課社会教育係（☎82-3111内線622）へどうぞ。

防災 減災 トピックス Vol.5

これからの時季 台風にご注意を

大雨、洪水、高潮、河川の氾濫など、さまざまな被害をもたらす台風。その被害を最小限に抑えるためにも、日頃から台風情報をしっかりと把握し、次に挙げるような対策を行うように心掛けましょう。



■台風対策で注意すること

- ・大雨が続くと地盤がゆるみ、がけ崩れが起こる恐れがあるので、がけ地付近などに住んでいる人は十分注意しましょう。
- ・河川の近くに住んでいる人は、水位の変化に注意しましょう。
- ・家財や家電などは、浸水の被害を受けないように、高い位置へ移動させましょう。
- ・断水に備え、飲料水や生活用水を確保しましょう。生活用水は、浴槽に水を張るなどして確保しましょう。
- ・避難に備え、非常持ち出し品の確認、準備をしておきましょう。

★ワンポイント豆知識！

日本では、気象庁が毎年1月1日以降、台風が発生した順に「台風番号」を付けています。最初に発生した台風を第1号とし、翌年に番号はリセットされます。また、一度発生した台風の勢力が弱まり「熱帯低気圧」になった後、再び勢力を強めて「台風」になった場合は、同じ番号を付けています。

◆問い合わせ 町総務課危機管理室（☎82-3111内線415）へ。



総合防災訓練で、ヘリコプターに乗ったよ！

おしらせ

介護家族のための リフレッシュ教室

町では、家族を介護している方を対象にリフレッシュ教室を開催します。講話のほか、介護の悩み相談や情報交換もできます。介護を受けている方も参加できますので、一緒に交流を深めましょう。

- ▷日時 9月28日(木) 午後1時半～3時半
- ▷場所 グループホーム「ホームとよまね」
- ※バスで送迎を行います。
- ▷内容 グループホーム「ホームとよまね」見学会
- ▷申込期限 9月20日
- ◆申込先・問い合わせ 山田町地域包括支援センター (☎82-3136) へどうぞ。

若者をサポートし 働き方応援します

みやこ若者サポートステーションでは、働くことに悩みを抱えている若者の就労に向けた支援を行う、就職・自立相談窓口を設置しています。

- ▷開設日 毎週月・水・金曜日 ※祝日は除く。
- ▷時間 午前10時～午後3時
- ▷場所 みやこ若者サポートステーション (宮古市黒田町)
- ▷対象者 おおむね15歳から39歳までの人とその家族
- ▷内容 就労相談、就労体験など
- ▷利用料 無料
- ◆問い合わせ もりおか若者サポートステーション (☎019-601-6638) へどうぞ。

9月分の納税

国民健康保険税…(第3期)
納期限…10月2日(月)
(口座振替日)

～忘れずに納付を～

運動サポーターを 養成する講座開催

町では「ふれあい運動サポーター養成講座」を開催します。これは、介護予防のためのレクリエーションや体操などを楽しく学び、地域で実践し、広めるサポーターを養成する講座です。皆さんのご参加をお待ちしています。

- ▷開催日 9月25日(月)、28日(木)、10月5日(木)
- ▷時間 午後1時～4時
- ▷場所 町中央コミュニティセンター集会所
- ▷内容 講話、レクリエーション、体操
- ▷対象 町内に在住し、介護予防レクリエーションに関心がある人
- ※これまでに開催した、ふれあい運動サポーター養成講座を修了した人は、参加できません。
- ▷持ち物 筆記用具
- ▷服装 動きやすい服装、靴
- ▷申込期限 9月21日
- ◆申込先・問い合わせ 山田町地域包括支援センター (☎82-3136) へどうぞ。

法務局休日相談所 10月1日行います

復興支援として法務局休日相談所を開設します。秘密厳守の無料相談所ですので、安心してご相談ください。

- なお、事前予約した方の相談を優先します。
- ▷日時 10月1日(日) 午前10時～午後4時
- ▷場所 盛岡地方法務局宮古支局 (宮古市小山田)
- ▷相談内容 ▶土地・建物の登記について▶相続登記について▶いじめなどの人権問題について▶地代・家賃の供託について～など
- ◆予約先・問い合わせ 盛岡地方法務局宮古支局 (☎62-2337) へどうぞ。

特設人権相談所 相談は無料です

盛岡地方法務局宮古支局では、特設人権相談所を開設します。お気軽にご相談ください。

- ▷日時 10月4日(水) 午前10時～午後3時
- ▷場所 豊間根生活改善センター和室
- ▷相談内容 親子関係、夫婦関係、差別など人権に関することについて
- ◆問い合わせ 盛岡地方法務局宮古支局 (☎62-2337) へ。

行政書士による 無料相談を実施

岩手県行政書士会では、相続や遺言、土地の活用や各種書類の作成など、皆さまの暮らしや事業に役立つ行政手続きに関する無料相談会を開催します。相談会のほか、電話でも相談を受け付けますので、ご利用ください。

- ◎無料相談会
- ▷日時 10月21日(土) 午後1時～4時
- ▷場所 宮古市民総合体育館2階研修室 (宮古市小山田)
- ◎電話相談
- ▷日時 10月3日(火) 午前10時～午後4時
- ◆電話相談先・問い合わせ 岩手県行政書士会事務局 (☎019-623-1555) へどうぞ。

車・バイク乗る時 自賠責保険加入を

自賠責保険・共済は、全ての車やバイク1台ごとに加入が義務付けられています。

- 一人ひとりが自賠責制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いの仕組みを理解し、必ず自賠責保険・共済に加入しましょう。
- ◆問い合わせ 東北運輸局岩手運輸支局輸送・監査部門 (☎019-638-2155) へどうぞ。

障害者の自立支援 支援員研修会開催

NPO法人宮古圏域障がい者福祉推進ネットでは、平成29年度宮古圏域障がい者自立支援協議会研修会を開催します。

- ▷日時 10月3日(火) 午前10時～正午
- ▷場所 宮古市民文化会館中ホール (宮古市磯鶏沖)
- ▷内容 講演「相談支援が地域で必要とされるために～相談支援の本質とは～」
- ▷講師 福岡^{みよし}氏 (長野県相談支援体制整備アドバイザー)
- ▷対象 福祉・医療関係者、民生委員、ほか関心のある人
- ▷定員 100人
- ▷参加費 無料
- ▷申込期限 9月25日
- ◆申込先・問い合わせ NPO法人宮古圏域障がい者福祉推進ネット (☎64-7878) へ。

仙台国税局から お知らせします

◎仙台国税局事務センターを新たに開設

仙台国税局では、ことし7月から「仙台国税局事務センター」を設置し、従来から税務署で行っている照会文書の発送や電話照会の一部を集中的に行っています。税務署に提出すべき書類が未提出の場合、文書または電話 (☎022-263-5741) でご連絡する場合がありますので、ご了承ください。

◎税務職員を装った不審な電話にご注意を

国税局や税務署では、国税の還付金受け取りや納付のために、金融機関などの現金自動預け払い機 (ATM) の操作を求めることや、金融機関の口座を指定して振り込みを求めるとはありませので、十分にご注意ください。

◆問い合わせ 宮古税務署総務課 (☎62-1921) へどうぞ。

Health Guide

【10月号】

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、町健康子ども課健康づくり係(☎82-3111内線614、615、616)へどうぞ。

保健だより

山田病院健康コラム No.1

○乳幼児健診

場所：保健センター

名称	期日	受付時間	対象者
3カ月児健診	24日	午後0時50分～1時10分	平成29年6月1日～6月30日生まれ
6カ月児健診	24日	午後1時20分～1時40分	平成29年3月1日～3月31日生まれ
10カ月児健診	24日	午後2時10分～2時半	平成28年12月1日～12月31日生まれ
1歳6カ月児健診	10日	午後0時50分～1時10分	平成28年1月5日～3月1日生まれ

- 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
- 対象者には事前に通知しますが、該当月に受けられなかった場合は他の月でも受診できますので、必ずお越しください。
- ※乳幼児の定期健診時に、対象月齢以外のお子さんに関する育児相談も受け付けています。希望する人は事前に町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○すくすくひろば

期日	場所	時間	対象者
11日	織笠保育園ホール	午前10時～11時半	幼稚園や保育園に入園していない乳幼児とその親、祖父母
25日	町中央コミュニティセンター和室		

- すくすく広場は、未就園児親子が交流する場です。参加を希望する人は、直接会場へお越しください。

◆申込先・問い合わせ 子育て支援センター(☎82-6099)へ。

○赤ちゃんらんど

期日	場所	時間	対象者
4日	町中央コミュニティセンター和室	午前10時～11時半	3カ月～1歳未満の子どもとその保護者

- 赤ちゃんらんどは、1歳未満のお子さんを持つ保護者同士が交流する場です。今回は離乳食クッキングを行います。参加を希望する人は、9月27日までに申し込みください。

▷持ち物 バスタオル、おむつ、着替え、飲み物

◆申込先・問い合わせ 子育て支援センター(☎82-6099)へ。

○出前ワイワイキッズ

期日	場所	時間	対象者
17日	町中央コミュニティセンター和室南側	午前10時～11時45分	子どもとその保護者

- 出前ワイワイキッズは子育て家庭が交流する場です。

◆問い合わせ 子育て支援センター(☎82-6099)へどうぞ。

○各種予防接種の実施医療機関

医療機関	所在地	電話番号
後藤医院	長崎四丁目12-10	82-6690
近藤医院	飯岡9-23-1	82-3328

- ヒブワクチン、小児肺炎球菌ワクチン、四種混合、不活化ポリオ、二種混合、麻しん風しん混合、BCG、水痘、日本脳炎、B型肝炎の予防接種を随時行っています。希望する人は、各医院へお申し出ください。

○精神保健相談、こころの相談室

名称	開設日	時間	場所
精神保健相談	24日	午後1時半～	宮古保健所
こころの相談室	24日	午前10時～	宮古地区合同庁舎1階 一般相談室

- 「精神保健相談」と「こころの相談室」では、ストレスやうつ状態、不眠、不安、いらいらなどの心の悩みに専門の医師が対応します。相談を希望する人は、1週間前までに町健康子ども課健康づくり係(内線616)へお申し込みください。

糖質制限食は糖尿病に有効?



県立山田病院臨床検査課長 吉田 樹由きよし

書店で、糖尿病治療のために炭水化物を減らした食事(糖質制限食)を奨励する本をよく見かけます。しかし、病院で糖質制限食を指導することはあまりないようです。肉類中心の極端な糖質制限食は、さまざまな実験により「血糖コントロールを良好にするものの、動脈硬化を促進し、生命予後を悪化させる」ことが判明しています。また、日本糖尿病学会でも、摂取エネルギー量の50～60%を糖質で摂取することが望ましいとしています。

6月に行われた宮古医師会学術集会の講演では、血中の無機リンの濃度の上昇が動脈の石灰化や寿命の短縮につながり、これまで正常とされていたレベルでも死亡率を上げることが報告されました。糖質制限食で増加するタンパク質にはリンが含まれ、動物性タンパクのリンは吸収率が約60%と高く、動脈硬化を促進するようです。

結論としては、血中のリンやビタミンD、副甲状腺ホルモンをチェックしながら行うのであれば、糖質制限食も糖尿病治療に有効と思われる。

ちなみにファストフードや清涼飲料水に多く添加されている無機リンは、ほぼ全て吸収されますので、血中のリンが高めの人は控えたほうが良いでしょう。

○4歳半健康相談

場所：保健センター

期日	受付時間	対象
18日	午後0時40分～1時	平成25年2月8日～4月15日生まれ

- 心身の成長を確認するための大切な相談です。身体測定や問診、言葉の検査のほか、保健指導や栄養指導を行います。

◆問い合わせ 町健康子ども課子育て世代包括支援センター(内線605)へどうぞ。

○健康2倍デー

時間：午前10時～正午

期日	場所	内容
5日	町中央コミュニティセンター和室	手を動かしさおでんせ(手芸作品作り)※参加費300円
12日	町中央コミュニティセンター和室	ちよび塩クッキング教室(減塩で美味しいメニュー)
19日 26日	B&G体育館	ソフトバレー(町保健センターへ午前9時半集合)

- お申し込みは、前日までに町健康子ども課健康づくり係(内線616)へどうぞ。

○骨髄ドナー登録

期日	受付時間	場所
10日	午後1時～2時	宮古保健所

- 骨髄ドナー登録にご協力いただける方は、前日までに宮古保健所(☎64-2218内線249)へお申し込みください。

○エイズ相談・検査、肝炎、性感染症検査

期日	受付時間	場所	検査手数料
10日	午後4時～6時半	宮古保健所	無料

- エイズに関する相談(随時)とHIV抗体検査、B型・C型肝炎ウイルス検査、性器クラミジア感染症検査、梅毒検査を行っています。検査は匿名で受けられます。前日までに宮古保健所(☎64-2218内線249)へお申し込みください。