

しわねっと

人と地域をつなぐ広報紙

2025
7
No.1118

「子どもの声」で火災予防
全国最優秀賞に

今月の表紙

紫波消防署

消防士

すずき りょうた

鈴木 亮太さん

紫波町Instagramのルールから
メッセージ動画をご覧ください！



町のお知らせはこちらからも！



Instagram

広報紙の取材風景も投稿しています！



友だち登録
お願いします！



ホーム
ページ



LINE

お知らせを
プッシュ通知



Contents

令和7年度 消防演習	02	環のくに紫波	07
特集 しわじん 紫波人 [vol.2]		健やかランド紫波	08
紫波消防署 消防士 鈴木亮太さん	03	子育て・保健ガイド	10
スポーツ協会だより	04	暮らしの情報	12
保険証の有効期限は7月31日まで	06	まちの話題	18
ヘルシーレシピ	20	キラッとちゃ・ちゃ・ちゃんねる / 町長メッセージ	19
紫波みどころ図鑑 [vol.2]			
NOGI MART / 有限会社岡市左官工業所	20		

地域の安全・安心を守る力

令和7年度 消防演習

日々の暮らしのそばで、火災や災害時に真っ先に駆けつける存在——それが「消防団」です。
6月1日、日頃の訓練を披露する消防演習が、紫波運動公園の桜町河川グラウンドで行われました。
消防協力隊や幼年消防クラブも参加し、町全体で防災意識を高めました。



一斉放水



連携訓練での放水



ラッパ隊吹奏



消防協力隊による救助



入場行進



機械器具点検



救急搬送



赤石幼稚園・あづま幼稚園園児による
防火の誓い

消防

災害や火災から地域を守る人々は、たくさんいます。
異なる立場、異なる役割を持ちながらも、共通しているのは「地域を想う気持ち」。
今回は、消防団による消防演習と、消防士・鈴木亮太さんの意見発表会での言葉を通して、
それぞれの現場で重ねられている努力を紹介します。

あなたも消防団で活動してみませんか

消防団員募集中！

町は、消防団員を募集しています。興味のある人は、気軽にお問い合わせください。

- 資格**
- (1)原則、町内に居住（または勤務）する人
 - (2)年齢18歳以上の人
 - (3)健康な人

- 報酬**
- 団員は、年額報酬のほか、災害活動や各種教育訓練などの職務に従事した場合には、条例に定める手当が支給されます。
- ※ 非常勤の消防団員の定員、給与、その他の身分は「紫波町消防団員の定員、任免、服務等に関する条例」により定められています

教育訓練

消防に関する知識および技能の習得や向上を図るため、その職務に応じ、消防大学校、県消防学校または団員の訓練機関の行う教育訓練を受ける機会を設けています。

〈問合せ〉消防防災課 消防防災係 ☎672-2111 内線2360

E-mail e-bousai@town.shiwa.iwate.jp



① 鈴木亮太さん。消防士は防火服と空気呼吸器（ボンベ）など約20キロの重い装備をつけて活動するため高い運動能力が必要。鈴木さんの運動能力の基礎は小学校から高校まで取り組んだ「野球」で育まれた / ② 消防団とは火災現場で「火消し」として一緒に活動するだけでなく、共同訓練を行ったり、消防演習や出初式の運営をサポートしたりと接点が多い。今回の広報は消防団にも活用してもらったため、発表が全国最優秀賞を獲得したときは、団員から「よかった」「おめでとう」と声を掛けてもらった / ③ 消防車の車体に掲示した二次元コード。中高生の注目も集め、老若男女関係なく、多くの町民に火災予防広報が届けられた

紫波消防署に勤務する消防士・鈴木亮太さんが、5月30日に広島県で行われた「第48回全国消防職員意見発表会」において最優秀賞に輝きました。発表では地元の子どもの声を火災予防の広報（放送）に取り入れた令和6年度の活動を紹介。町民に広報を聞いてもらう工夫と、他の地域でも取り組みやすい解決方法が評価され、受賞につながりました。

県内で2人目となる快挙を成し遂げた鈴木さんは、幼稚園児のころから消防士に憧れていました。消火活動に当たる消防士の「カッコいい」姿を、近所で発生した火災現場で見たことがきっかけです。

夢だった消防士になって今年で6年目。主な

「全国消防職員意見発表会」とは、全国9支部から選抜された10人の消防職員が、業務中に発見した課題や解決に向けた取り組みを発表する場。全国の消防職員が課題を共有し知識を深め、意識を高めるために、毎年開催されています。

活動は地域や学校での防災訓練や、消火活動、救急活動です。「特に人命にかかわる現場は緊張します。毎回状況が違うため、その場で臨機応変に判断できるよう日々、シミュレーション訓練を行っています」。そうした訓練の結果、現場で自ら率先して行動できたときや先輩に「よくやった」といってもらえたときはやりがいを感じるといいます。

本年度も子どもたちと協力して火災予防広報を行う予定。「町民の安全を守れるよう、これからも誠心誠意、職務に取り組んでいきます」と決意を語ります。

詳細情報はここから

幼少年消防クラブのメッセージ

意見発表文
はこちら



秋季火災
予防運動



春季火災
予防運動



紫波町体育協会は「紫波町スポーツ協会」に名称を変更しました。
競技力の向上やスポーツ振興、町民をはじめ多くの方々の健康増進に努めていきます。



スポ協だより



[令和7年度]紫波町中期スポーツ教室

7月18日(金)12:30から町総合体育館窓口で申込受付を開始

窓口に設置している**会員登録票**に記入の上、**会員登録料・受講料**を添えてお申し込みください。

教室名(会場、講師)	開催期間など	内 容	受講料
人気教室 スポーツ塾 低年生コース (町総合体育館ほか、スポ協職員)	期間: 8/28~10/16(全7回)、9/25休講 毎週木曜17:30~18:20 対象: 小学1・2年生、定員: 20人 最低開講人数: 5人	「走・跳・投」の基本動作を、遊びの要素を取り入れたプログラムで楽しく実施し、総合的な運動能力の習得を目指します。	2,700円
人気教室 スポーツ塾 中・高年生コース (町総合体育館ほか、スポ協職員)	期間: 8/25~10/6(全6回)、9/15休講 毎週月曜17:30~18:30 対象: 小学3~6年生、定員: 16人 最低開講人数: 5人	「走・跳・投」の基本動作に加え、コーディネーショントレーニングを取り入れ、スムーズな体の動かし方の習得を目指すプログラムです。	2,400円
新体操教室 (町総合体育館小アリーナ、菊池佳奈子さん)	期間: 8/19~11/25(全8回) 毎週火曜16:30~17:20 対象: 満5歳から小学4年生、定員: 10人 最低開講人数: 5人	新体操の動作を取り入れたプログラムです。ボールやリボンなどの用具を使いながらコーディネーション能力を高め、良い姿勢の維持や柔軟性の向上を目的としています。	3,600円
ナイターテニス教室 (テニスコート、町テニス協会員)	期間: 8/17~10/7(全7回)、9/23休講 対象: 成人、定員: 30人 最低開講人数: 10人 (天候により順延する場合があります。順延は最大3回までとし、参加料の払い戻しはできません。)	硬式テニスの基本的な打ち方から、試合形式の実践的な内容までを取り入れて指導します。 ※ラケットは無料でお貸しします	4,000円

会員登録料	幼児	児童・生徒	一般	65歳以上
	500円	800円	1,500円	1,300円

■問合せ 紫波町スポーツ協会(町総合体育館内)
☎676-2650



※開講日まで1週間を切ったからのキャンセルは、受講料(登録料含む)の返金はできません
※開講1週間前までに最低開講人数に満たない教室は開講しません



スポーツ塾 低年生コース



新体操教室

今、もっとも注目されている 個別永代供養墓・ペットと一緒に也能るお墓 第1期分 第2期分 **完売**

曹洞宗 和融山 **蟠龍寺ぬくもり霊苑 新区画誕生** 第3期分区画 予約開始 現地見学会開催中!!

お好みやご予算で選べる 個別永代供養墓

明朗価格 安心コミコミ価格

「子どもたちに負担をかけたくない方」
「継承者がなくお墓を維持できない方」
「お墓を継承しないお考えの方」
「ペットと一緒に入りたい方」

「桜」タイプ
2人用
「藤」タイプ
3-4人用
※1
98万円~

※画像は「藤」タイプ

「蓮」タイプ
2人用 + ペット
「蘭」タイプ
3-4人用 + ペット
※1
125万円~

※画像は「蓮」タイプ

※1 【上記に含まれる内容】 基本のお地蔵様、墓地区画代、墓石代、永代供養料、墓じまい代

管理費 不要
墓じまい 不要
過去の宗教宗派 不問
ペットとも 入れる
お寺が 経営母体
国道4号から アクセス 良好

鎌倉・長谷寺で有名な **石んこ地蔵**
ひとつひとつ真心こめて作ります
選べる可愛い「石んこ地蔵」

お問い合わせは LINE からでも OK
ばりゅうじ 検索
曹洞宗和融山**蟠龍寺**
ご見学予約・お問い合わせ
019-676-2366

【経営・管理】岩手県紫波郡紫波町高永寺字向畑97
宗教法人 曹洞宗 蟠龍寺 住職 中野 英崇
<https://www.banryuji.com/>
【ぬくもり霊苑】紫波町中島字下長根 123 番地 7
基地番号: 紫波町指令第 127-3 号

詳細はホームページで

参加者募集

夏休みスポ協寺子屋

体育活動、宿題などの自主学習、自由時間を組み合わせたプログラムです。夏休みは生活リズムが乱れやすいため、規則正しい生活習慣づくりの機会としてもご活用ください。

- 期 日 8月4日(月)、8月5日(火) 8:35～13:00
※どちらか1日だけの参加も可能です
- 会 場 町総合体育館
- 対 象 小学生
- 定 員 20人
- 参 加 料 両日参加1000円、1日のみ参加700円
- 持 ち 物 室内用シューズ、タオル、着替え、飲み物、学習用具、弁当(昼食を取らずに帰宅する場合は不要)

参加者募集

ボール運動教室

スポーツや運動の基本となる「ボール運動」に取り組みます。投げる・捕る・避けるといった動作を複合的に行うドッジボールの基礎と実践を、元ドッジボール日本代表の橋場駿士さんが指導します。

- 期 日 7月19日(土) 10:00～12:00
- 会 場 町総合体育館
- 対 象 橋場駿士さん(株式会社DreamBase)
- 定 員 20人 ※残り4席(6月末現在)
- 参 加 料 500円
- 持 ち 物 室内用シューズ、タオル、着替え、飲み物

参加者募集

初心者トレーニング教室

安全で効果的なトレーニング方法を習得するための、初心者向けのトレーニング教室です。体育館内のトレーニング室に設置されたマシンの使い方や、効果的なトレーニング方法を学びます。

- 期 日 8月26日(火) 10:00～11:20
- 会 場 町総合体育館
- 対 象 18歳以上の人(性別不問)
- 定 員 5人
- 参 加 料 500円
- 持 ち 物 室内用シューズ、飲み物、タオル

参加者募集

第1回幼児親子スポーツ教室

お子さんと保護者が触れ合いながら一緒に体を動かし、家族の絆を深めることを目的とした教室です。運動の基礎となるさまざまな動きに、遊びの要素を取り入れたプログラムで実施します。

- 期 日 8月30日(土) 10:00～10:50
- 会 場 町総合体育館
- 対 象 満1.5歳～3歳の幼児と保護者
- 定 員 10組
- 参 加 料 1組500円(幼児1人、保護者1人)
※幼児または保護者が1人増えるごとに別途250円
- 持 ち 物 室内用シューズ、飲み物、タオル、着替え

参加者募集

女性のためのトレーニング教室

女性指導者によるトレーニング教室です。体育館内のトレーニング室に設置されたマシンの使い方や、効果的なトレーニング方法を学びます。

- 期 日 8月19日(火)、9月16日(火) 18:30～19:30
- 会 場 町総合体育館
- 対 象 18歳以上の女性
- 定 員 各回10人
- 参 加 料 1回につき300円
- 持 ち 物 室内用シューズ、飲み物、タオル

参加者募集

自転車競技場開放事業

国民体育大会(現:国民スポーツ大会)を開催した紫波自転車競技場を、無料で開放します。自分の自転車(ママチャリ、マウンテンバイクなども可)で競技場を走行できます。申し込みは不要です。開放時間内に直接お越しください。

- 日 時 7月13日、20日、8月3日、9月21日、10月26日、11月2日
(全て日曜日) 9:00～12:00
- 会 場 紫波自転車競技場
- 参 加 料 無料
- 持 ち 物 自転車、ヘルメット、飲み物など

参加者募集

ロードレース大会

スポーツの基本であるランニングを、自身の体力に合わせて楽しむ大会です。ファミリーの部では、タイムを競う「競争の部」と、事前に申告した予想タイムにどれだけ近付けるかを競う「申告タイムの部」があります。家族や友人たちとぜひご参加ください。

- 期 日 9月28日(日) 9:00～
- 会 場 紫波運動公園内特設コース
- 参 加 料 小中高生1000円/一般1500円/ファミリーの部(1組) 1500円/継走の部(1組) 2000円
- 参加資格 小学生以上の健康な人
(ファミリーの部は完走できる幼児も可)

開催告知

「トップクラブに学べ」～男子新体操～

盛岡市立高校をはじめとする男子新体操部を招き、インターハイのシミュレーション演技会を開催します。繊細でかつ力強く、一糸乱れぬ演技が魅力の男子新体操を、ぜひ間近でご覧ください。

- 期 日 7月27日(日) 12:30開場、13:30開演
- 会 場 町総合体育館
- 入 場 料 無料
- 持 ち 物 室内用シューズまたはスリッパ



空いている時間を活かしてみませんか

健康で働く意欲のある 60 歳以上の町民の方を対象に
入会説明会を開催しています。

日時：毎週木曜日 午前9時30分から
場所：紫波町シルバー人材センター
(東北銀行紫波支店北側：銭形平次会館2階)
※変更になる場合がありますので事前にお問い合わせください。



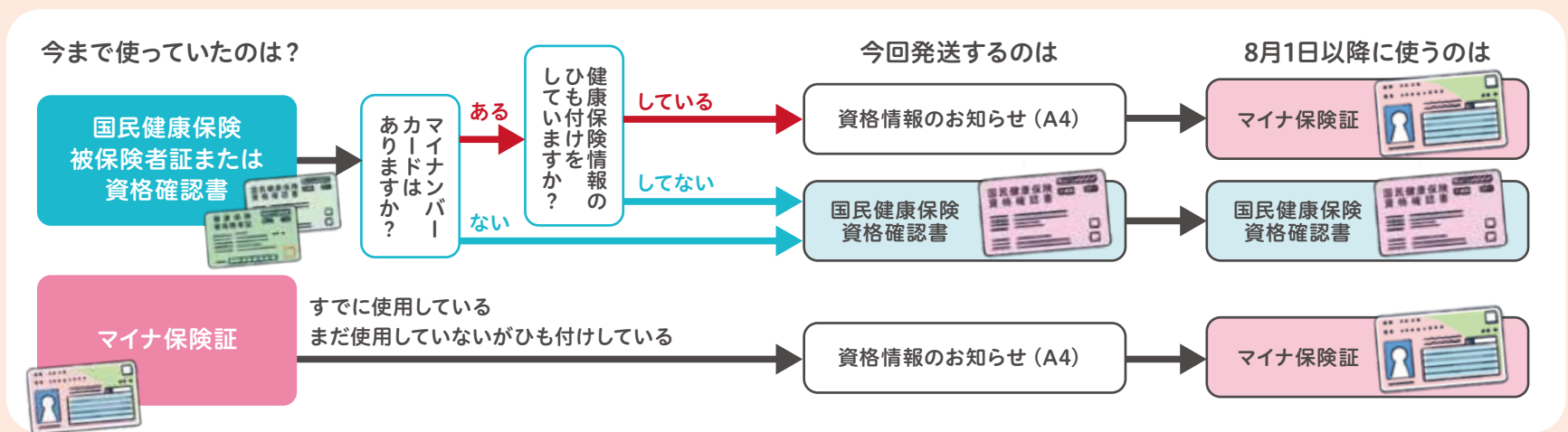
公益社団法人 紫波町シルバー人材センター
☎019-672-1274 ✉siwa@sjc.ne.jp

～資格確認書または資格情報のお知らせをお届けします～

現在お使いの ●国民健康保険被保険者証(資格確認書や70歳以上の人の資格情報のお知らせを含む)
●後期高齢者医療保険者証(資格確認書や資格情報のお知らせを含む) の有効期限は7月31日までです。

新しい資格確認書などは、7月11日(金)に発送しています。お手元に届くまで数日かかる場合があります。

- 国民健康保険に加入している人
マイナ保険証(マイナンバーカードに健康保険情報をひも付けしたもの)の有無によって、交付内容が異なります。(基準日:5月末日)
マイナ保険証 なし → 資格確認書(これまでの被保険者証と同サイズ)
 あり → 資格情報のお知らせ(A4)
 ※加入している健康保険の情報を示すもの
 ※このお知らせだけでは医療機関での受診はできません
- 後期高齢者医療に加入している人
マイナ保険証の有無に関わらず、資格確認書(これまでの被保険者証と同サイズ)を交付します。 ※マイナ保険証も、引き続き利用できます



限度額認定証の有効期限は7月31日まで

現在お持ちの ●国民健康保険「限度額適用認定証」
●「限度額適用・標準負担額減額認定証」 の有効期限は7月31日までです。

8月1日以降の取り扱いについては以下のとおりです。

- 原則、申請や医療機関への提示は不要です。
ただし、以下のいずれかに該当する人は、これまでどおり町へ認定証の交付申請が必要です。
 - (1) オンライン資格確認システムが導入されていない医療機関などで受診する場合 ※導入の有無は直接医療機関にご確認ください
 - (2) 直近1年間の入院日数が通算90日を超え、食事療養費が減額の対象となる場合
 - (3) 国民健康保険税の滞納がある世帯
- 認定証の申請
【受付開始日】
 - ・7月23日(水)～ 上記(1)～(3)の該当者で、高額療養費制度の対象となる治療を受けている、または8月に受ける予定のある人
 - ・8月1日(金)～ その他の人

※8月初旬は窓口が大変混雑します。お急ぎでない場合は時期をずらしての申請にご協力ください

- 手続きに必要なもの
- ① 認定証が必要な人の国保の記号番号が分かるもの
(資格確認書、資格情報のお知らせ)
 - ② 認定証が必要な人と世帯主のマイナンバーが分かるもの
 - ③ 現在交付されている認定証
 - ④ 直近1年間の入院日数が通算90日を超える場合は、
その日数を証明できるもの(領収書など)

こんな時に便利 マイナ保険証の メリット

- これまでの診療歴やお薬の情報が共有され、より良い医療が受けられる
でも、高額療養費の限度額を超える支払い
適切な応急処置や病院選びにも活用される

〈問合せ〉町民課 医療保険係 ☎ 672-2111

国民健康保険担当 内線1261、1263／後期高齢者医療担当 内線1240、1241、1242



ごみ減量・分別説明会を開催してみませんか？ ～「分別」や「資源」をもっと身近に～

15 陸の豊かさも
守ろう



町では家庭系ごみの減量に向け、各地区で説明会や勉強会を開催しています。自治公民館や子ども会をはじめ、さまざまな団体と連携し、地域のイベントなどに参加しています。

年齢や性別、地区によって「ごみ」への関心や課題はさまざまです。町のごみ処理の現状について説明を受けたり、分別の方法をゲーム形式で体験したりすることができます。時間は30分程度から希望に応じて自由に設定できます。

地域や職場、子ども会など皆さんで「ごみ」や「資源」について考え、行動につなげていきましょう。開催のご相談は、気軽にお問い合わせください。

令和6年度 560g

目標達成までは、
1人1日当たり10g
の減量が必要です



10gの減量



15gの減量

町の家系系ごみの削減目標

1人1日当たり550g

(令和12年度までに)

※2021環境・循環基本計画より

マイバッグや
マイボトルを持ち歩く
など、一人ひとりの
日々の小さな取り組みが
大きな成果に
つながります。

資源ごみの 取り扱い

ごみ集積所に出された「ごみ」を第三者が持ち出すことはできません。
ただし、アルミ缶や段ボールなどの「資源ごみ」については、そのごみ集積所を管理している行政区または町内会が、資源リサイクル活動として活用する場合に限り、持ち出すことが可能です。その際は、トラブルを防ぐためにも、あらかじめ町内会などで周知を行ってください。

アメリカオニアザミ、オオキンケイギクの駆除にご協力ください ～在来種を守り、景観を保つために～



アメリカオニアザミ

ヨーロッパ産のキク科の多年生植物で、7～9月にかけて開花します。繁殖力が強く、その土地に元々あった植物の生育場所を奪ってしまう恐れがあり、環境省により「生態系被害防止外来種」に指定されています。固く鋭いトゲがあるため、素手で触れると危険です。

特徴

- ◆ 花は紫色で、茎や葉に固く鋭いトゲがあります。
- ◆ 種子にはタンポポのような綿毛があり、風に乗って拡散します。

駆除方法

- ◆ 鋭いトゲに注意し、作業の際は革手袋などを着用してください。
- ◆ 草刈り鎌で刈り取るか、スコップなどで根本から掘り起こしてください。
- ◆ 燃やせるごみとして処分してください。

※ごみ袋をトゲで突き破る恐れがあるため、新聞紙などで包むか、「トゲ注意」と表示して出してください

オオキンケイギク

北米原産のキク科の多年生植物で、5月から7月にかけて開花します。町内でも道路沿いや河原などでよく見かけます。きれいな花ですが、繁殖力が強く、在来種の生息地を脅かすことから、環境省により「特定外来生物」に指定されています。

特徴

- ◆ 花の大きさは5～7cmほどで、全体が鮮やかな黄色です。
- ◆ 花びらの先がギザギザしています。

駆除方法

- ◆ 根ごと抜き取るのが効果的です。
- ◆ 抜き取った後は、種子が拡散しないよう袋などに密封し、十分に枯死させてから燃やせるごみとして処分してください。

自宅や所有地にアメリカオニアザミやオオキンケイギクが生えている場合は、**早めの駆除**にご協力をお願いします。

〈問合せ〉環境課 生活環境係 ☎ 672-2111 内線 2252

出張「鳥獣相談会」

野性鳥獣による農業被害の相談や、地域での学習会開催など、各地区公民館に出向いて個別相談会を開催しています。地域おこし協力隊鳥獣被害対策担当の近藤さんが相談に応じます！



●7月-8月の予定

7月23日(水) 13:00～16:00 水分公民館
8月4日(月) 13:00～16:00 赤沢公民館
8月21日(木) 13:00～16:00 志和公民館

予約受付
フォーム



「紫波クマ通信」
発行中



〈申込・問合せ〉環境課 地域おこし協力隊 近藤雄太 ☎ 672-2111 内線 2253

出張による施術ご相談ください

まるもり整骨院

○受付時間

平日 9時～13時 15時～22時
土曜 9時～13時

○休院日

土曜午後
日曜・祝日

住所 岩手県紫波郡紫波町日詰字朝日田 59-11

☎ 019-671-1162 (予約・お問合せ)

当院では引き続き感染予防対策を行っております。
今後も電話予約(急患除く)で対応を致しますので皆様のご協力をお願いします。

光に合わせて進化するSENSITYシリーズ

夏の強力な紫外線から
あなたの目を守る
HOYA センシティブシリーズ

レンズ 30%OFF
フレーム 20%OFF

眼鏡屋 有佐藤時計店
目明かし堂

オガール店
☎672-5572

日詰店
☎676-2838

オガール店は紫波中央眼科の東隣です

マタニティブルーズと産後うつ病

出産後のお母さんの心と体には、大きな変化が訪れます。
「マタニティブルーズ」や「産後うつ病」は、誰にでも起こり得ることです。大切なのは、一人で悩まず、周りの人と支え合うことです。

マタニティブルーズとは？

出産後の女性の30～50%の人が経験するといわれる、精神症状のことです。産後数日のうちに以下のような症状が現れます。

- ふいに涙が止まらなくなる
- イライラする、落ち込む
- 不眠や集中力の低下
- 焦りや不安を感じる

これらの症状は、通常1～2週間で落ち着く一過性のもので、ゆっくり心身を休めることが大切です。

産後うつ病とは？

「マタニティブルーズ」が長引いたり、症状が悪化してしまうと、「産後うつ病」になることがあります。出産後の女性の10人に1人がなるともいわれ、以下のような症状が2週間以上続きます。

- 気分の落ち込みや不安
- 不眠、食欲の低下
- 自分を責めてしまう
- 育児がつらいと感じる
- 「消えてしまいたい」と思う



がんばりすぎないで

几帳面で真面目、責任感の強い人ほど、産後うつ病になりやすいといわれています。

「ちゃんとしなきゃ」「完璧にこなさなきゃ」と思いがちですが、赤ちゃんは思い通りにいかないことも多く、うまくいかないのが当たり前。大切なのは、お母さんが一人で背負い込まないことです。

町では、育児や母子の健康に関する相談を随時受け付けています。また、定期的に「子育てほっと相談」も実施しています。お父さんからの相談も大歓迎です。気軽にご相談ください。



まずは話してみませんか

不安やつらさを、誰かに話すだけで気持ちが軽くなることがあります。家族や身近な人、地域の相談窓口に声を掛けてください。

また、周囲の家族も、お母さんの様子が「いつもと違う」と感じたら、気持ちを否定せずまずは話を聞き、一緒に相談窓口へご相談ください。

〈問合せ〉 役場 こども家庭センター 母子保健係 ☎ 601-2880

令和7年度「紫波町障害者自発的活動支援事業補助金」

～障がいのある方々の自発的な活動を応援します～

町は、障がい者やその家族、地域の方々による自発的な活動を応援するため、その活動を行う団体などに補助金を交付しています。

対象事業

事業の分野	事業内容
①ピアサポート	当事者同士の交流会や相談・情報交換の場づくりなど
②災害対策	障がい者やその家族を対象とした防災講演会・講習会など
③見守り活動支援	見守り活動や訪問支援など
④社会活動支援	社会参加や社会復帰、コミュニケーション支援など
⑤ボランティア活動支援	障がい者支援を行うボランティアの養成など
⑥その他の支援	上記以外で町長が有効と認めた活動

補助金額

1団体1事業に限り、上限5万円

対象経費(例)

- 講師への謝礼金や交通費、宿泊費
- 事務用品、写真代
- チラシやポスターの印刷費
- ボランティア保険料
- 会場使用料や設営にかかる委託料など

対象団体

以下の要件を満たす団体が対象です。※詳細はお問い合わせください

- 構成員が5人以上
- 構成員の半数以上が町内に住所を有している
- 継続的な活動の実績がある
- 会費を徴収している、または団体の規約がある
- 政治・宗教・営利を目的としない
- 本年度、他の補助金などを受けていない

申込期間

7月22日(火)～8月21日(木)※定員に達し次第、締め切ります

〈問合せ〉 健康福祉課 福祉係 ☎ 672-2111 内線 1323





たいじょうほうしん 带状疱疹の予防接種が 定期予防接種になりました

接種費用の**助成は対象年度の1年間だけ**です。個別通知はありません。予防接種を希望する人は忘れずに申請してください。

- 対象者：①65歳の人
- ②70、75、80、85、90、95、100歳の人（令和7～11年度に限る） **①、②は年度末年齢**
- ③100歳以上の人（令和7年度に限る）
- ④60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、身体障害者手帳1級の人（接種時年齢）

定期予防接種の対象になるのは本年度限りです。再び対象になることはありません。

令和12年度からは65歳の人だけが対象になります。

令和7年度の対象は下の表の通りです。確認して忘れずに申請しましょう。

年度末 年齢	65歳	70歳	75歳	80歳	85歳	90歳	95歳	100歳以上
生年 月日	昭和35年 (1960年)4月2日 ～ 昭和36年 (1961年)4月1日	昭和30年 (1955年)4月2日 ～ 昭和31年 (1956年)4月1日	昭和25年 (1950年)4月2日 ～ 昭和26年 (1951年)4月1日	昭和20年 (1945年)4月2日 ～ 昭和21年 (1946年)4月1日	昭和15年 (1940年)4月2日 ～ 昭和16年 (1941年)4月1日	昭和10年 (1935年)4月2日 ～ 昭和11年 (1936年)4月1日	昭和5年 (1930年)4月2日 ～ 昭和6年 (1931年)4月1日	大正15年 (1926年) 4月1日以前

※対象者であれば、誕生日前でも接種できます。助成の対象となるのは、令和8年(2026年)3月31日までに受けた予防接種です。

●ワクチンの種類・助成内容

ワクチンの種類	接種回数	助成額
生ワクチン	1回	4,000円
組換えワクチン	2回	1回当たり10,000円

※医療機関が設定する金額と助成額の差額が自己負担分として医療機関の窓口から請求されます

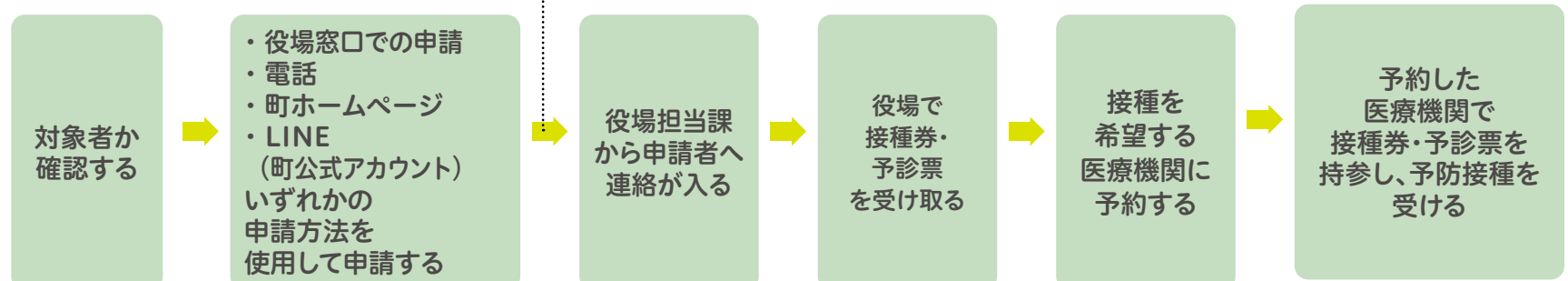
※生活保護世帯の人は、全額公費負担です

●接種間隔にご注意ください

- ・生ワクチンとそれ以外の注射生ワクチンとの接種は、27日以上の間隔を空けてください。
- ・他のワクチンと同時接種する場合は、医師が特に必要と認めた場合のみ可能です。
- ・組換えワクチンは、1回目と2回目の接種の間隔を原則として2カ月以上空ける必要があります。2回とも助成を受けるためには、遅くとも1月までに申請し、接種を済ませましょう。

●接種までの流れ

申請から約2週間ほど



带状疱疹予防接種に関して不明な点は担当課へご相談ください。

また、町LINE公式アカウントでは、予防接種に関するお知らせや健康事業の情報、暮らしに役立つ情報を配信しています。ぜひ友だち登録をお願いします。

町 LINE 公式
アカウントはこちら



ホームページは
こちら



〈問合せ〉健康福祉課 健康係 ☎ 672-2111 内線 1341



医療法人社団
帰厚堂

南昌病院

TEL (697) 5211 FAX (697) 5215
〒028-3621 矢巾町広宮沢第1地割2番181

■診療科目／内科・脳神経内科・リハビリテーション科
脳神経外科・循環器内科・整形外科

■診療日／月曜～金曜 ■休 診／土曜・日曜・祝日

■診療時間／9:15～17:00(受付時間／8:30～12:00、13:00～16:00)



介護老人
保健施設

敬愛荘

TEL (697) 3288 FAX (697) 0641

医療福祉
多機能ビル

ケアセンター南昌

TEL (698) 2015 FAX (611) 2071

〒028-3614 矢巾町又兵衛新田5-335

介護老人
保健施設

博愛荘

期間・棟数限定！
岩手県 で家づくりをご検討の方へ

ハグミー・ファム
HUG me 本体価格 **1,630万円**～ (税込1793万円～)

ご来場予約



しわねっと限定
※備考欄に
「しわねっとを見た」
とご記入で
QUOカード1000円分
プレゼント！



資料請求

今だけ期間限定

QUOカードプレゼント

5,000 円分

お問い合わせ先

一条工務店 リアルハウジング盛岡展示場
〒020-0866 盛岡市本宮4-44-22

☎ **019-613-3871**

子育て・保健ガイド

7月20日→8月19日

日	月	火	水
7/20 休医 なおしま医院 ☎673-6967 休薬 サニー薬局 ☎673-8588 盛岡市休日救急当番医 内科(南) 小坂消化器内科クリニック ☎605-6050 小児科 西島こどもクリニック ☎651-1369	21 休医 渡辺内科医院 ☎672-3667 休薬 ファミリー薬局 ☎671-1195 盛岡市休日救急当番医 内科(南) おおどおり鎌田内科クリニック ☎606-5161 小児科 森田小児科医院 ☎662-3326	22 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 赤ちゃん広場 9:30-12:00 親子の広場 13:00-17:00	23 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 親子の広場 10:00-12:00 13:00-17:00 ☺ ひよこひろば 9:30-11:30 水あそび、スイカ割り
27 休医 紫波整形外科クリニック ☎656-1150 休薬 ひづめ薬局 ☎601-8771 盛岡市休日救急当番医 内科(南) 佐藤内科クリニック ☎626-1115 小児科 みうら小児科 ☎622-9591	28 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 キッズガーデン 10:00-12:00 親子の広場 13:00-17:00	29 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 役 BabyCome☆4～5か月広場 (令和7年2月生) 〈受付〉9:30-9:45	30 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 親子の広場 10:00-12:00 13:00-17:00
3 休医 あいのの皮膚科クリニック ☎697-2150 休薬 どんぐり薬局あいのの ☎656-1470 盛岡市休日救急当番医 内科(南) ゆい内科呼吸器科クリニック ☎631-1159 小児科 子どもは未来もりおかこどもクリニック ☎656-1366	4 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 親子の広場 10:00-12:00 13:00-17:00	5 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 赤ちゃん広場 9:30-12:00 親子の広場 13:00-17:00	6 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 にこにこひろば 9:30-11:30 親子の広場 13:00-17:00 す すくすくひろば 9:30-11:00 ☺ にこにこひろば 9:30-11:30 志和公民館 ゆったり遊ぼう! 役 3歳児健康診査 (令和3年12月16日～令和4年2月20日生)
10 休医 おぼない内科クリニック ☎698-1190 休薬 ライフ薬局 ☎698-1220 盛岡市休日救急当番医 内科(南) やまだ胃腸内科クリニック ☎614-0180 小児科 吉田小児科 ☎652-1861	11 休医 はたふく医院 ☎672-2121 休薬 紫波中央薬局 ☎672-6125 盛岡市休日救急当番医 内科(南) 本宮Cクリニック ☎631-2381 小児科 白井循環器呼吸器内科・小児科 ☎662-9845	12 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00	13 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 休医 紫波f中央小児科 ☎672-1110 休薬 みずほ薬局オガール店 ☎601-7204
17 休医 堀江医院 ☎681-8868 休薬 薬王堂薬局西徳田店 ☎681-7361 盛岡市休日救急当番医 内科(南) ちだ内科・外科クリニック ☎604-3755 小児科 川久保病院 ☎635-1305	18 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 虹 親子の広場 10:00-12:00 13:00-17:00	19 応 ひろば 9:00-12:00 13:00-16:00 ♥ みすず広場 10:00-12:00 虹 赤ちゃん広場 9:30-12:00 ぴよぴよサロン 親子の広場 13:00-17:00 役 BabyCome☆4～5か月広場 (令和7年3月生) 〈受付〉9:30-9:45	20

ジフテリア・破傷風第2期(二種混合)を受けましょう

小学6年生を対象にジフテリア・破傷風第2期(二種混合)予防接種を実施しています。

対象者には、個別に通知しています。今回の予防接種は、乳幼児期に受けた3種混合または4種混合1期の追加接種となります。

【対象者】

小学6年生(平成25年(2013年)4月2日～平成26年(2014年)4月1日生)

【受け方】

個別接種です。各委託医療機関でお子さんの体調の良い日に受けましょう。

【接種期間】令和8年(2026年)3月31日(火)まで

■問合せ 健康福祉課 健康係 ☎672-2111 内線 1341



凡例 役=町役場 健康福祉課 休医=休日救急当番医(受付時間9:00-16:00) 休薬=休日保険薬局 ☺=各公民館ひろば ☯=献血

☂=ラ・フランスプール営業日 本=図書館 応=紫波町子育て応援センター ▶ひろば(自由開放) す=すくすく広場(町立保育所施設開放)

虹=虹の保育園子育て支援センター ▶赤ちゃん広場(0歳児)/ぴよぴよ広場(1歳児)/親子の広場(0～5歳児)/キッズガーデン(0～5歳児)

♥=みすず広場(福祉センター2階 和室) ★=あづまこひろば(認定こども園あづま幼稚園) ♪=子育て支援カフェ(認定こども園ひかりの子) ♡=紫波町ファミリー・サポート・センター

献血にご協力ください

献血への協力者が減少しています。
引き続き善意の献血にご協力をお願い
します。

7月19日(土) イオンスーパーセンター紫波古館店
10:00～12:00、13:30～16:30

全血献血(400mlのみ) 予約不要 健康福祉課 健康係 ☎672-2111 内線 1341

ご協力いただいた人にもれなく、ボックスティッシュ、栄養補助食品などを差し上げます。

※詳細は町の
ホームページを
ご確認ください



子育て支援

育児相談(電話・来所)

9:00～16:00
健康福祉課、しわっせ、虹の保育園、各保育所で月～金曜。

一時預かり保育(有料)

しわっせ、虹の保育園に相談の上、予約。(事前に登録と面接が必要です)

乳幼児健康診査

「すこやか子育てカレンダー」(健康福祉課で配布)、町のホームページで確認して受診しましょう。

※乳児期の健康診査は、乳児一般健康診査票(受診票)を使い小児科専門医で受診してください

町内の予防接種委託医療機関

医療機関ごとに接種できる予防接種の種類があります。事前に予約の上、お出掛けください。

- はたふく医院 ☎672-2121 日詰字石田
渡辺内科医院 ☎672-3667 日詰字下丸森
志和診療所 ☎673-7805 上平沢字川原
川守田医院 ☎676-5553 日詰駅前一丁目
加藤胃腸科内科医院 ☎672-3699 高水寺字中田
なおしま医院 ☎673-6967 上平沢字川原田
横川産婦人科 ☎676-3811 北日詰字東ノ坊
紫波中央小児科 ☎672-1110 紫波中央駅前
平井医院 ☎672-3200 日詰字下丸森
紫波整形外科クリニック ☎656-1150 日詰字東裏

問合せ一覧

- 健康福祉課 こども家庭センター
☎672-2111 内線1346、1347
古館保育所 ☎676-6048
佐比内保育所 ☎674-2202
虹の保育園 ☎673-7307
☎紫波町子育て
☎支援センター「しわっせ」 ☎671-2200
☎虹の
☎保育園 子育て支援センター ☎673-7609
☎紫波町ファミリー・サポート・センター
☎080-2816-5326
★認定こども園あづま幼稚園 ☎673-7202
♪認定こども園ひかりの子 ☎672-2542

ボランティアによる子育て支援
就園前の親子が参加できます

- ☺ ひよこひろば(古館公民館)
☎676-2323
☺ にこにこひろば(志和公民館)
☎671-7112
☺ なかよしひろば(赤石公民館)
☎676-3999

発達特性のある子どもと
家族の広場

♥ みすず広場 阿部 ☎080-6032-0235

木

金

土

24

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎赤ちゃん広場 9:30-12:00
☎親子の広場 13:00-17:00
☎子育てほっと相談 要予約
9:00-11:00

25

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎親子の広場 13:00-17:00
♪おやこのじかん 10:00-11:00
☎カフェDAY 11:00-12:00
☺なかよしひろば 9:30-11:00
☎フリーひろば
☎母子健康手帳交付<受付> 13:00-15:00
要予約

26

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎親子の広場 10:00-12:00
13:00-15:00

31

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎赤ちゃん広場 9:30-12:00
☎親子の広場 13:00-17:00

8/1

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎そよかぜクラブ 9:30-12:00
♪わたしのじかん 10:00-11:00
☎カフェDAY 11:00-12:00
☎母子健康手帳交付<受付> 13:00-15:00
要予約

2

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
♥みすず広場 10:00-12:00
☎親子の広場 10:00-12:00
13:00-15:00

7

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
手形アートで花火を作ろう!
☎赤ちゃん広場 9:30-12:00
☎親子の広場 13:00-17:00

8

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
手形アートで花火を作ろう!
☎そよかぜクラブ 9:30-12:00
☎親子の広場 13:00-17:00
♪おやこのじかん 10:00-11:00
☎カフェDAY 11:00-13:00
☎母子健康手帳交付<受付> 13:00-15:00
要予約

9

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎親子の広場 10:00-12:00
13:00-15:00

14

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎休医 いしかわ耳鼻咽喉科めまいクリニック
☎611-0133
☎休薬 南やはば調剤薬局 ☎698-1677

15

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00
☎母子健康手帳交付<受付> 13:00-15:00
要予約
☎休医 やはば眼科 ☎698-3003
☎休薬 こずかた薬局やはば店 ☎698-3006

16

- ☎ひろば 9:00-12:00
13:00-16:00

21

22

23

子どもの急な病気・けがに困ったら… ～夜間や休日など診療時間外の場合～

①受診に迷ったら…まずは「こども救急ガイドブック」を確認。もしくは、「こども救急相談電話」にお電話を。

●こども救急
ガイドブック



●こども救急相談電話(19:00～翌朝8:00 ※年中無休)
☎605-9000または短縮番号#8000(ダイヤル式電話、
公衆電話、IP電話、PHSから短縮番号はかけられません)

②症状が軽い場合

盛岡市夜間急患診療所(盛岡市神明町3-29)
☎654-1080
受付時間 19:00～23:00(年中無休)
※受診の際は、医療費とは別に定額負担料金が必要
になる場合があります

③特に症状が重い場合

入院が必要と思われるほど症状が重いつき、また
休日救急当番医や夜間急患診療所が診療していない
時間帯は、小児救急入院受入当番病院を受診

■小児救急入院受入当番病院

日	月	火	水	木	金	土
7/20 日赤	21 中央	22 日赤	23 国立	24 中央	25 日赤	26 国立
27 中央	28 中央	29 日赤	30 国立	31 中央	8/1 日赤	2 中央
3 国立	4 中央	5 中央	6 国立	7 中央	8 国立	9 日赤
10 中央	11 国立	12 中央	13 国立	14 中央	15 中央	16 日赤
17 中央	18 中央	19 日赤				

当番病院	
中央＝岩手県立中央病院 盛岡市上田1-4-1	☎653-1151
日赤＝盛岡赤十字病院 盛岡市三本柳6-1-1	☎637-3111
国立＝国立病院機構盛岡医療センター 盛岡市青山1-25-1	☎647-2195

※当番病院は変更となる場合があります。
盛岡市医師会ホームページを確認した上で受診してください



盛岡市医師会▶

暮らしの情報

紫波町役場の連絡先 ☎ 672-2111 FAX 672-2311

※記載のない場合の市外局番は 019 です

お知らせ



8月から使用する 医療費助成受給者証を送ります

満 18 歳以下の子どもや妊産婦、ひとり親などを対象に交付している医療費助成受給者証の有効期限は、7 月末日までです。新しい受給者証は、7 月 23 日(水)から順次送付します。
※新しい受給者証を誤って破棄してしまう事例が多発していますので、有効期限を確認の上、古い受給者証を破棄してください
○新しい受給者証…令和 7 年(2025 年) 8 月 1 日から令和 8 年(2026 年) 7 月 31 日まで

医療費助成の対象で交付の申請をしていない人は、次の書類などをお持ちの上、町民課で申請してください。

- ①健康保険情報分かるもの(マイナ保険証・資格確認書など)
- ②マイナンバーが分かるもの(世帯全員分)
- ③預金通帳(受給者本人または保護者のもの) ※貯蓄口座は除く
- ④認印
- ⑤母子手帳・身体障害者手帳・児童扶養手当証書など

未申告の人や、所得の確認ができない人には、別途通知文書を郵送しています。受給者証の発行は、町民課で所得が確認できた月の初日から認定となります(遡って認定はできません)。また、6 月・7 月に簡易申告や修正申告などをした人は、税務課に申告後、町民課への申し出が必須ですので、ご注意ください。

●問合せ

町民課 給付年金係 ☎ 672-2111 内線 1265



毎月勤労統計調査特別調査を 実施します

国では、小規模事業所を対象に年 1 回、雇用、給与および労働時間の状況を調査しています。7 月から 8 月にかけて「統計調査員証」を携帯した調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。

●問合せ

県ふるさと振興部 調査統計課 ☎ 651-3111



斑点米カメムシ類防除と蜜蜂への 被害防止

8 月になると水田でコメの品質を落とす斑点米カメムシ類の防除が始まります。近年、この防除に関連すると思われる蜜蜂の死亡事例が発生しています。防除を行う前に水稻生産者と蜜蜂飼養者などで農薬散布の注意事項や巣箱の移動などについて話し合い、被害防止に努めましょう。地域の防除時期などの詳細は、最寄りの農業改良普及センターや JA にお問い合わせください。

●問合せ

盛岡農業改良普及センター ☎ 629- 6726
JA いわて中央紫波地域営農センター 米穀課 ☎ 672-1582



8 月は児童扶養手当・特別児童扶養手当 現況届の受付期間です

受給資格がある人は、毎年手続きが必要です。手続きを行わない場合、11 月分以降の児童扶養手当、8 月分以降の特別児童扶養手当が受けられなくなります。対象者には 7 月下旬から順次通知書が送付されますので、必要書類をそろえて期限までに手続きをしてください。

また、「ひとり親家庭のための出張個別相談会」を開催しますので、家計や子どもの進学費用など、お金のことで悩んでいる人はご相談ください。

【児童扶養手当の現況届】

提出期限… 8 月 29 日(金) ※ 0 歳から 18 歳到達後の最初の 3 月 31 日までの児童(障がいがある場合は 20 歳未満)を養育している母子・父子家庭などに支給されます

児童扶養手当



【特別児童扶養手当の現況届】

提出期限… 9 月 10 日(水) ※ 20 歳未満の心身障がい児を養育する父母または養育者に対して支給されます

特別児童扶養手当



●問合せ

こども課 子育て支援係 ☎ 672-2111 内線 3190、3185

【出張個別相談会】

●日時

8 月 7 日(木) 10:40～13:40 ※事前予約は不要

●会場

役場 3 階 304 会議室

●問合せ

盛岡広域振興局 保健福祉環境部 福祉課 ☎ 629-6576



国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料の 決定通知書を 7 月 10 日(木)に発送します

●納付方法

年金天引き(特別徴収)または納付書、口座振替(普通徴収)で納付します。新たに口座振替納付を希望する人は、金融機関窓口で手続きが必要です。金融機関窓口やコンビニ、県内のゆうちょ銀行、郵便局(一部の簡易郵便局を除く)で納付できます。また、スマホアプリからの納付、クレジットカード納付(国保税のみ対応)もできます。納付方法などの詳細は、保険料(税)通知に同封のチラシをご覧ください。

●問合せ 役場 ☎ 672-2111

国民健康保険税…税務課 住民税係 内線 2274～2277、2270

介護保険料…長寿介護課 介護保険係 内線 5194、5195

後期高齢者医療保険料…町民課 医療保険係 内線 1240～1242



農作業中の熱中症を予防しましょう！

暑さが本格化する夏に向けて、農作業中に熱中症になる人が増えてきます。熱中症は正しい知識を身に付けることで、適切に予防することができます。熱中症対策を徹底し、予防に努めましょう。

【予防のポイント】

- ・高温時の作業は避ける
- ・こまめな休憩と水分補給を心掛ける
- ・単独作業を避け、複数人で作業する
- ・帽子や吸湿速乾性の衣類を着用する

農林水産省パンフレット



●問合せ

農政課 農業振興係 ☎ 672-2111 内線 2240

催し



75歳のつどい ～感謝と敬意を込めて～

長年にわたり町の発展に貢献された本年度 75 歳を迎える人に対し、感謝と敬意を表すると共に一層の健康を願い、お祝いの会を開催します。

- 日時
9月6日(土)
・11:00～13:00
(日詰・古館・赤石地区にお住まいの人)
・15:00～17:00
(水分・志和・彦部・佐比内・赤沢・長岡地区にお住まいの人)
- 会場
盛岡南ショッピングセンター ^{ナックス} NACS ホール
- 対象
①令和7年(2025年)4月1日現在で町内に住所を有する人
②昭和25年(1950年)4月2日から昭和26年(1951年)4月1日までの生年月日の人
- 内容
セレモニー、会食・歓談、民謡鑑賞、郷土芸能鑑賞
- 申込方法
個別に郵送したはがきに出欠を記入してご返信ください。
※返信がない場合は欠席のご意向として取り扱います
- 問合せ
長寿介護課 高齢者支援係 ☎ 672-2111 内線 1234

参加無料



オガール祭り 2025

12年目を迎えるオガール祭り。今年は静岡県熱海市と沖縄県南城市のお店も出店します。全国の美味しいグルメやお酒を楽しみましょう！

- 【ビアフェスト】
- 日時
7月31日(木)、8月1日(金) 16:00～21:00
8月2日(土) 11:00～21:00
8月3日(日) 11:00～16:00
- 会場
オガール広場
- 問合せ
オガール祭り実行委員会
☎ 601-5222 E-mail oga.l.planning@gmail.com

ホームページ



チケット購入



紫波町ラグビーフェスティバル

県内外の小中学生ラグビーチームが集い試合をします。釜石シーウェイブスの選手による「ラグビー体験会」は、未経験者の参加も大歓迎です。ラグビーの面白さを体験してみませんか。

- 日時
7月21日(月・祝) 8:30～16:40
- 場所
紫波運動公園陸上競技場、桜町河川グラウンド
- 内容
小・中学生試合、小学生ラグビー特別マッチなど
【ラグビー体験会】
11:30～小学生・幼児の部、12:30～中学生の部
詳細は右の二次元コードから最新情報をご覧ください。
- 問合せ
紫波町ラグビーフットボール協会
☎ 090-7906-5851(北條)
E-mail hatsurako0715@gmail.com

参加無料

紫波オックスRS小学部



紫波オックスRS中学部



募集



木造住宅の「耐震診断」と 「耐震改修」の支援

町では、木造住宅の耐震診断および改修にかかる費用の支援をしています。

- ①耐震診断：募集戸数 10 戸
昭和56年(1981年)5月以前に建築した在来工法の木造住宅の耐震性能を診断します。診断費用の約1割(3000円)の自己負担で受けられます。
- ②耐震改修：募集戸数 1 戸
耐震診断の判定値が1.0未満の木造住宅で、耐震基準に適合させるための改修工事を行う場合、補助対象経費の5分の4に相当する額(限度額115万円)を交付します。
※いずれも募集戸数に達し次第終了
詳しくは、町ホームページをご覧ください。

- 申込・問合せ
都市計画課 建築住宅係 ☎ 672-2111 内線 2141

先着順



町芸術祭の出演団体募集

- 【合唱合奏部門】
- 日時 9月27日(土) 13:00～15:00(予定)
- 会場 中央公民館 集会室
- 対象 町内の中学校・高等学校、町内で活動している合唱・合奏団体
- 【吹奏楽部門】
- 日時 10月26日(日) 13:00～15:00(予定)
- 会場 矢巾町田園ホール(矢巾町大字南矢幅第13地割123)
- 対象 町内の小学校・中学校、町内で活動している吹奏楽団体
- 【舞台部門】
- 日時 11月16日(日) 10:30～13:00(予定)
- 会場 情報交流館 2階 大スタジオ
- 対象 町内を拠点に活動している団体
- 申込・問合せ
7月31日(木)までに、電話で申し込みください。
中央公民館 ☎ 672-3372



わたしの「おすすめ本」 POPコンクール作品募集

おすすめの本を短い文とイラストで紹介するカード(POP)のコンクールです。読んだ本の感動や素晴らしさを伝え合い、読書の楽しさを広めていくきっかけにしてみよう企画したものです。たくさんの応募をお待ちしています。

- 応募区分
小学生(低学年・高学年)の部、中学生の部、高校生・家族・一般の部
- 応募資格
町内児童生徒と町内在住の人
- 応募規定
1人1点、未発表作品に限る。A5判の厚みのある紙に作成。字数、画材は自由。図書は自由(漫画本は不可)。作品中に図書名と著者名と紹介文を必ず記入してください。
- 応募方法
9月30日(火)までに、応募用紙と一緒に中央公民館に持参または郵送(当日消印有効)で応募してください。町内各学校の児童生徒は、学校または各地区公民館への提出も可能です。

- 申込・問合せ
中央公民館 ☎ 672-3372
〒028-3305 日詰字下丸森 24-2





健康チャレンジ 2025

自身の生活習慣を見直し、より健康な生活習慣を身に付けることで、健康づくりのきっかけになる「健康チャレンジ」に参加してみませんか。

●期間・対象

7月1日(火)～9月30日(火)のうち、おとなコース(中学生以上の人)は33日間、こどもコース(小学生以下の人)は16日間

●内容

- ①チャレンジ宣言を提出(8月28日(木)まで)
- ②目標を立てて「健康チャレンジ」に取り組む
- ③終了後にチャレンジ報告を提出(10月5日(日)まで)

●申込・問合せ

盛岡医療生活協同組合 組織部 ☎ 635-6253

参加無料

チャレンジ概要



申込フォーム



相談



食べ方相談会

一人ひとりの生活スタイルに合った食事改善をアドバイスします。食事でお悩みの人や健康診断結果で気になる数値がある人は、気軽にご相談ください。

●日時 8月5日(火) ①9:00 ②10:00 ③11:00

※申し込みの際にご希望の時間を伝えてください

●会場 役場 1階 はつらつホール

●定員 各回3人

●内容 管理栄養士による個別相談

●持ち物 健康診断結果票など

●申込・問合せ

7月29日(火)までに、電話で申し込みください。

健康福祉課 健康係 ☎ 672-2111 内線 1340

参加無料

先着順



おしゃべり会

こころの病気を持つ人の家族が、普段話せない悩みや苦しみ、病気の症状や服薬についてなど気軽に話せる憩いの場です。気軽にお越しください。

●日時 8月6日(水) 10:00～11:00

●会場 Café ゆいの木フリースペース (日詰字中新田 227-1)

●申込・問合せ

健康福祉課 福祉係 ☎ 672-2111 内線 1325

申込不要



しあわせカフェ

認知症を発症した人や、そのご家族がゆっくりくつろげる場です。町の認知症地域支援推進員も相談に応じますので、どなたでも気軽にお越しください。

●日時 8月22日(金) 14:00～15:00

●会場 しあわせキッチン(片寄字山田前 293-1)

●参加費 200円(飲み物、お菓子代)

●問合せ

しあわせキッチン ☎ 613-7008

参加無料



認知症なんでも相談

町内に3か所あるグループホームの職員と町の認知症地域支援推進員が認知症に関する相談に応じます。どなたでも気軽にご相談ください。

●日時 8月14日(木) 14:00～16:00

●会場 情報交流館 1階 市民交流ステージ

●問合せ

長寿介護課 高齢者支援係 ☎ 672-2111 内線 1233

参加無料

申込不要



こころのほっと相談

「眠れない」「気持ちが落ち込む」など、心の健康に悩んでいる人やその様子を心配している家族などを対象に、精神科医師による面接相談会を開催します。

●日時 8月18日(月) 13:30～16:00

※申し込みの際に予約受付時間をお知らせします

●会場 役場 相談室

●対象 町内に住所を有する人で、精神科に通院していない人

●内容 相談は一人当たり50分(事前に保健師による問診があります)

●相談医師 平和台病院 伴亨理事長

●申込・問合せ

8月13日(水)までに、電話で申し込みください。

健康福祉課 福祉係 ☎ 672-2111 内線 1325

参加無料



介護・保育・福祉の就職相談会

福祉の仕事に特化した就職相談会です。県内の求人事業所との個別面談や、ハローワーク、県福祉人材センター担当者との相談、福祉の仕事や資格に関する相談やミニセミナーなども開催します。

●日時

7月20日(日) 12:30～16:30 (受付 12:00)

●会場

ホテルメトロポリタン盛岡本館 4階「岩手」「姫神」「早池峰」
(盛岡市盛岡駅前通1-44)

●対象

県内の福祉施設や事業所に就職を希望する人、介護や保育、福祉の仕事に興味がある人、就職活動前の学生も情報収集の機会として参加できます。

●申込・問合せ

7月18日(金)までに、電話、ファクシミリまたは右の二次元コードから申し込みください。

(福)岩手県社会福祉協議会 岩手県福祉人材センター

☎ 637-4522(平日9:00～17:00) FAX 637-9612

参加無料



年金コーナー

【担当】町民課 給付年金係
☎ 672-2111 内線 1264

国民年金保険料の免除・納付猶予の申請ができます

国民年金保険料の納付が経済的に困難な場合は、本人からの申請により、保険料が全額免除や一部免除(4分の1、半額、4分の3)または納付猶予になる制度があります。免除区分によっては、老齢基礎年金の年金額に一定程度反映するほか、障害年金や遺族年金の権利を確保できます。マイナンバーカードをお持ちの人は、マイナポータルを經由して申請手続きが可能です。

●問合せ

日本年金機構 ねんきん加入者ダイヤル ☎ 0570-003-004

盛岡年金事務所 ☎ 623-6211

善意の窓

- 株式会社シリウスは、グローバルな視点を養い、防災に関する知識や非常時の対策を目的として、『防災を学ぶ世界地図』310部を町へ。
- 阿部价男さんは郷土史研究の振興のため、古文書や掛け軸など計312点を町へ。

ふれあい相談

町民の皆さんの日常生活での心配事の相談に応じます。また、弁護士との相談日もありますので、ぜひご利用ください。

- 日時（一般相談） 8月15日(金)13:00~15:00
〔無料弁護士相談〕 7月23日(水)10:00~15:00

■会場 紫波町総合福祉センター
■問合せ 紫波町社会福祉協議会 ☎ 672-3258
- 予約不要

要予約

警察からのお知らせ

夏の交通安全防止県民運動

- 【運動期間】 7月15日(火)~7月24日(木)
- 【スローガン】 「守ろうよ チャイルドシートで 子の未来」
- 【ドライバーの皆さんへ】

夏季は、暑さや長距離運転による過労に起因する交通事故や、夏休み中の子どもが関係する交通事故の発生が懸念されることから、交通ルールの遵守と交通マナーの実践により、交通事故防止の徹底を図りましょう。

交通事故（人身）

1件 うち65歳以上 0件
(年計 12件 うち65歳以上 5件)

飲酒運転摘発者数

1件 (年計 3件)

火災件数

1件 (年計 1件)

盗難被害件数 ※年計には変動があります。

侵入盗	0件	(年計 5件)
乗り物盗	1件	(年計 3件)
万引き等	4件	(年計 44件)

■問合せ 消防防災課 消防防災係 ☎ 672-2111 内線 2360

7月20日~8月19日 行事カレンダー

ITサポートコーナー (10:00~16:00)	情報交流館2階ITスタジオ ☎080-9257-5806 ※電話対応は開設時間のみ
情報交流館	休館日 ☎672-2918
野村胡堂・あらえびす記念館	休館日 ☎676-6896
窓口延長日 (町民課・税務課 午後7時まで)	マイナンバーカード交付申請サポート (令和6年7月号P16 町民課)
紫波町図書館	休館日 ☎671-3746

20	日	●第357回あらえびすレコード定期コンサート ▶P17 ●自転車競技場開放日 ▶P5
21	月	●紫波町ラグビーフェスティバル ▶P13
22	火	紫波町チャリティーゴルフ大会 7/21(月・祝) 紫波町ゴルフ協会事務局 ☎673-7121
23	水	●お仕事いろいろ相談会 ▶6月号 P13
24	木	●シルバー人材センター入会説明会 ▶3月号 P21 ●ウィークデートトレーニング教室
25	金	
26	土	●ふしぎな世界 科学 ▶6月号 P17
27	日	●開館30周年記念企画展「野村胡堂・あらえびす記念館誕生物語」展示解説日 ▶P17 ●太陽を見る会 ▶P17 ●トップクラブに学べ〜男子新体操公開演技 ▶P5
28	月	
29	火	●夏休み映画上映会 ▶P17
30	水	●夏休み映画上映会 ▶P17
31	木	●シルバー人材センター入会説明会 ▶3月号 P21 ●ウィークデートトレーニング教室 ●夏休み映画上映会 ▶P17 ●オガール祭り 2025 ▶P13
1	金	●夏休み映画上映会 ▶P17 ●オガール祭り 2025 ▶P13
2	土	●夏休み映画上映会 ▶P17 ●オガール祭り 2025 ▶P13
3	日	●自転車競技場開放日 ▶P5 ●オガール祭り 2025 ▶P13
4	月	●夏休みスボ協寺子屋 ▶P5
5	火	●夏休みスボ協寺子屋 ▶P5
6	水	●ファシリテーター養成講座 ▶6月号 P13
7	木	●シルバー人材センター入会説明会 ▶3月号 P21 ●ウィークデートトレーニング教室
8	金	
9	土	●名曲喫茶あらえびすSレコードコンサート ▶P17
10	日	
11	月	
12	火	
13	水	●夏の星を見る会 ▶P17
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	●第358回あらえびすレコード定期コンサート ▶P17
18	月	
19	火	●女性のためのトレーニング教室 ▶P5

税金納付のお知らせ

固定資産税2期 国民健康保険税1期
口座振替 7/28 納付期限 7/31

「しわねっと」の
バックナンバーは
ホームページを
ご覧ください。



美容室 エルミタージュ

ヘアスタイルはデザインで決まります。そのデザインは、頭皮と髪の毛をエルミタージュのヘアカラーをすればする程、簡単に再生出来ます。

ご予約優先 ☎0120-493651 ☎019-671-7060
【送迎も致します】 紫波町吉水字祭田160-1 (旧JA農協水分支所北となり)

ラ・フランス温泉館

町民限定 Special Price

大人 800円 ▶ 550円
小人 400円 ▶ 300円

ラ・フランス温泉館フロントで「運転免許証」など紫波町民であることを証明できるものを提示ください。

※土・日・祝祭日・GW・お盆・年末年始等の当社が指定する期間はご利用できません。

お肌に優しいアルカリ性温泉

お問い合わせ 紫波町小屋敷字新在家90番地
TEL 019-673-8555

ラ・フランス温泉館 検索 <https://www.lafrance.co.jp/>

〈割引除外期間〉
令和7年8月 9日(土)~8月17日(日)

サマージャンボ7億円
(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

サマージャンボミニ5,000万円
(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

7月11日(金)2種類同時発売! 発売期間 7/11(金)~8/11(金) 抽せん日 8/21(金)

公益財団法人岩手県市町村振興協会 各1枚 300円

宝くじ売り場のほか、道の駅紫波レストラン果里ん亭（遠山字松原 7-8）でもお買い求めいただけます。



一般企画展示

まちのブックスポット

期間：7月30日(水)まで

先月に続き、町の書店や、本にまつわる活動をしている場所を「ブックスポット」と名付けて紹介します。併せて6月14日、15日に開催された「本と商店街2025」関連の本や、ブックスポットの皆さんのおすすめ本も紹介します。



児童展示

この本見てみて！

期間：7月30日(水)まで

「ねむくなるとなぜあくびをするの?」「まっぼっくりは、なぜちぢんだりひらいたりするの?」など、図書館に子どもたちからの疑問がたくさん寄せられました。その答えを見つけるヒントになる本を紹介します。



6月「これ」でなににする?はっぱのまき」では、はっぱを▶使った遊びや料理などの本を紹介しました

こんなことがありました

出張としょかん 本と商店街2025

6月14日、15日の2日間、日詰商店街でブックイベント「本と商店街2025」を開催しました。日詰町屋館にて出張としょかんを行い、県内外から訪れたたくさんの方々に、紫波のこと、地域のことが分かる本やパンフレットなどを紹介しました。また、2つの特別企画も実施。「日詰商店街のどこコレ」では、詳しい撮影場所や時期が分からない商店街の写真を展示し、来場した皆さんから手掛かりとなる情報をいただきました。「あなたの思い出の本、探します。メモリー・ブックカフェ」では、小さい頃に好きだった絵本など、皆さんがもう一度出合いたいと思っていた本を一緒にお探ししました。たくさんのご参加ありがとうございました。



ボランティアによる絵本などの読み聞かせ

としょかんおはなし会

今回の読み手：紫波町観光案内人 しゃ・ペーる

8月16日(土) 11:00-11:30

幼児対象

申込不要



特別展示

なつやすみおうえん！

期間：7月20日(日)～29日(火)

もうすぐ夏休み。遊びや旅行の予定は楽しみだけれど、自由研究や工作、読書感想文はちょっと不安という人もいるのではないのでしょうか。「何をやったらいいの?」「どうやったらいいの?」「どんなことを書けばいいの?」と迷う皆さんに向けて、考えるヒントになる本を紹介します。



昨年の様子

閉館後の楽しみトークイベント

夜のとしょかん、第33夜。オガール祭り編「漫画『とっこ』ができるまで」

日時：8月2日(土)18:30～19:30

要申込

岩手を舞台にした人気漫画『とっこ』をご存じですか?音楽療法士として県内各地を訪問する作者が、その地域で暮らす人々の忘れられない出来事に耳を傾け、優しい視点で描き出した作品です。制作の裏側やエピソードについてお話を伺います。終了後、本の販売・サイン会を予定しています。

■会場 町図書館 一般フロア

■ゲスト かときちどんぐりちゃん(智田邦徳氏) 漫画家、音楽療法士、(一社)東北音楽療法推進プロジェクト「えころん」代表

■定員 50人

■申込 7月9日(水)10:00から受付開始

町図書館カウンターまたは電話、申込フォームから

申込フォーム



働くことに迷いや不安はありませんか?

お仕事いろいろ相談会

「将来が不安」「仕事やっていけるかな」そんなあなたの気持ちを軽くしてみませんか。働くことに迷いや不安のある人を対象に、月1回のお仕事・就労)相談会を開催しています。

■日時 7月23日(水)

①10:00～10:50 ②11:00～11:50

③13:00～13:50 ④14:00～14:50

■会場 町図書館ミーティングルーム1

■対象 15～49歳の人

■定員 各回1人

■相談員 もりおか若者サポートステーション相談員(キャリアコンサルタント)

■申込 町図書館カウンターまたは電話・申込フォームから



申込フォーム



移動図書館

かたくり号 巡回日

7/16(水)	8/20(水)
7/17(木)	8/21(木)

ステーションと停車時刻



7月12日(土) 7:00～10:00

日詰さんさん朝市会場(日詰商店街)に出張します!気軽にお立ち寄りください。



各会の申込・問合せ

図書館カウンターまたは ☎ 671-3746 まで

7・8月の図書館休館日

P15「行事カレンダー」をご覧ください。

あなたも応募してみませんか?
作品募集中!

「今月の文芸」コーナー

作品応募締切日

8月課題：7月15日(火) 必着

9月課題：8月14日(木) 必着

郵便はがき裏面に、①作品(1枚に3作品程度)、②住所、③氏名を記入の上、ご応募ください。

〒028-3392 紫波町役場企画課「文芸」係まで

俳句課題 8月=木槿

川柳課題 8月=水

9月=秋彼岸

9月=満足

佳作 終活を励まし続けている日記 (紫波中央駅前) 中村 克己	佳作 野の花に頑張ることを教えられ (高水寺) 菅原 寿子	佳作 頑張った先揺れている米価格 (星山) 半田 浩美	佳作 畑仕事頑張る我に陽の恵み (犬吠森) 佐々木 美映子	佳作 それ頑張れガタきた膝に気合い入れ (高水寺) 内村 かほる	秀逸 頑張った今日一日に感謝する (片寄) 佐々木 栄子	秀逸 頑張ると成果が得られ生きられる (星山) 工藤 享志	秀逸 頑張って生きる姿に花が咲く (矢巾町) 村上 芳伸	秀逸 ありがとうこの一言で頑張れる (矢巾町) 村上 芳伸	評 一気にではなく、目標をもって一步一步頑張る、それが成果につながるのだ。 (二日町) 中居 澄江	特選 今日 一步一步明日も 一步一步を見て (二日町) 中居 澄江	7月の課題は「頑張る」でした。	選者：熊谷岳朗	佳作 二枚目を気取り鼻先サングラス (桜町) 長田 博光	佳作 老いの身に似合う若さのサングラス (南日詰) 大沼 鈴子	入選 外遊び孫はハートのサングラス (高水寺) 武田 真弓	入選 わくわくの心をかくすサングラス (星山) 工藤 享志
---------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	--	------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	-------------------------------------	---	---	-----------------	---------	------------------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------



あらえびすレコード定期コンサート

入場無料 申込不要

【第357回 定期コンサート】

■日 時 7月20日(日) 14:00～16:00

■プログラム

クラシック名盤『楽聖物語』92 音楽のかたち3
♪バツハ ブランデンブルク協奏曲(その1) ほか

【第358回 定期コンサート】

■日 時 8月17日(日) 14:00～16:00

■プログラム

クラシック名盤『楽聖物語』93 音楽のかたち4
♪チャイコフスキー 弦楽セレナーデ ほか

解説 侘美 淳さん

夜の名曲喫茶あらえびす ～思い出の名店、最後の日～

要入場料 要申込

懐かしい昭和の名曲喫茶の雰囲気を楽しみながら、蓄音機でSPレコードの音色を楽しむ1時間だけのコンサートです。今回は、音楽評論家「あらえびす」にちなんだ店「名曲茶室あらえびす」(東京・昭和63年閉店)の閉店日を振り返り、その後の当館とのつながりを学芸員が紹介します。

解説 当館学芸員

■日 時 8月9日(土) 18:30～19:30

■入場料 500円(オリジナルブレンドコーヒー付き)

■定員 先着30人

ホームページ



7月～8月の休館日

7月 14日(月)
22日(火)
28日(月)
8月 4日(月)
12日(火)
18日(月)
25日(月)

胡堂塾 ～ボランティアガイド養成講座～

要受講料 要申込

展示の詳しい解説やレコード鑑賞、生家見学(胡堂塾に限り)を通して、胡堂を身近に感じながら詳しくなれる講座です。

■日 時 8月22日(金)、9月5日(金)、19日(金)、
10月3日(金)、15日(水)
いずれも13:30～15:00

■受講料 1000円(5回分)

■定員 10人

■申込締切 8月17日(日)までに電話またはファクシミリで申し込みください。

夏休み映画上映会

入場無料 申込不要

【子ども向け】

■日 時 7月29日(火)～8月2日(土) 10:30～(1時間程度)
■上映作品 ぞくぞく村のオバケたち/どんぐりと山猫/アリとキリギリス 他 ※作品を日替わりで上映します

【大人向け】

■日 時 8月2日(土) 13:30～(2時間12分)

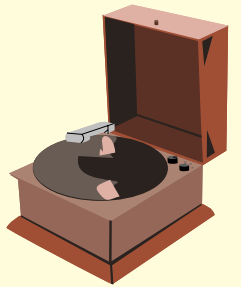
■上映作品

「橋のない川」1992年公開作品

美しい四季の風景の中で、明治から大正時代を、人間の尊厳をかけて激しく生き抜いた人々の生活を描いた住井すゑ原作を映画化。

監督・脚本:東 陽一

出演:大谷 直子、中村 玉緒、杉本 哲太 ほか



太陽と夏の星を見る会

入場無料 申込不要

【太陽を見る会】

大型望遠鏡を使って、太陽黒点を観察します。

■日 時 7月27日(日) 13:00～14:00

【夏の星を見る会】

夏の星座(夏の大三角)やペルセウス座流星群を観察します。

■日 時 8月13日(水) 19:30～20:30

※天候により中止の場合は、当館ホームページとSNSでお知らせします

開館30周年記念 企画展・特別展第1期 開催中!

要入館料 申込不要

【企画展】令和8年(2026年)3月15日(日)まで

■展示解説日 7月27日(日)13:30～

【特別展 第1期「挿絵原画展」】8月31日(日)まで

※9月7日(日)から浮世絵「東海道五十三次」を展示します

【5月末の人口】【人口】32,501人(-21)【世帯】13,130世帯(1)【男】15,690人(0)【女】16,811(-21)

※令和7年(2025年)5月1日から31日までに町へ届出された分から、町に住所のある人を掲載しています。(人口は、外国人の住民登録者を加えた数を記載)

町の慶弔

※5月16日～6月15日届出

誕生

氏名	住所	届出人
佐藤 咲来	紫波町	幹夫
古館 凜	日詰西	涉
近藤 叶花	中島	貴人
畑山 璃空	紫波町	沙希
橋本 珠依	上平沢	紘佑
佐々木 綜士朗	紫波町	明
柳 祈実	紫波町	圭佑
畠山 真宙	北日詰	孝典
笹森 楓禾	紫波町	達也

氏名	住所	届出人
高橋 来綴	佐比内	玄
熊谷 紅生	二日町	握
上方 蓮	紫波町	雄理
帷子 蓮人	日詰	弘樹
淵澤 茉祐	南日詰	祐太郎

結婚

氏名	住所
遠藤 宣規	桜町
佐藤 智恵	桜町
畠山 佳正	佐比内
藤岡 櫻	盛岡市

おくやみ

氏名	年齢	住所
阿部 サイ子	90	二日町
岡村 克久	58	二日町
高田 誠一	83	稲藤
照井 エ子	95	稲藤
阿部 静枝	94	犬吠森
畑山 章子	90	南伝法寺
田中館 チャ子	91	中島
佐々木 正子	83	星山
須川 ナミ子	69	宮手
及川 政治	89	犬吠森
田中 久子	79	中島

氏名	年齢	住所
田中 英徳	83	中島
伊勢 零一	84	犬洲
吉田 榮一	83	南日詰
和山 満子	101	土館
島田 邦守	81	高水寺
滝浦 京子	88	南日詰
鷹鷲 良夫	88	稲藤
石井 尚樹	57	北日詰
山岸 キヨ子	93	江柄
阿部 チヨ	81	土館

今月の文芸

短歌

選者・八重嶋勲

特選 湖のごとく広がる水田に蛙の声の競ふ
ふたやみ (西長岡) 阿部 祐子

評 田植の頃の水田は正に湖。蛙は我が世だ。
夕暮れが鎮守の杜をつつむとき神鹿の声
かぼそく流る (横浜市) 高橋 茂

秀逸 神鹿は神の使い。夕暮れ哀韻の声で鳴く。
安静を言ひ渡されし友なれどひとり居ゆゑ
に鉄をはなさず (矢巾町) 村上 徳子

佳作 日照り雨やみて露の葉ゆれてをり下より
雉の親子顔出す (彦部) 佐藤 公子

佳作 友よりの東京みやげのクツキー缶パステ
ルカラーに心が踊る (中島) 佐々木 さやか

佳作 曇天を払はんばかり鶯は姿現し高ら
かに鳴く (二日町) 蒔苗 ヒロ子

佳作 葉桜の水面に映る田植前しきりに聞こゆ
郭公の声 (上平沢) 鷹鷲 喜代

佳作 七歳に我が家に来たる譲渡犬二年暮らし
て腹見せ屋敷す (浜松市) 藤原 孝志

佳作 いままでもうまくできないセルフレジま
たの機会に挑戦するわ (紫波中央駅前) 茅根 文子

佳作 セルフレジの踏み台に立つ五歳の孫じじ
ばばこんな簡単なのに (高水寺) 武田 真弓

佳作 7月の課題は「サングラス」でした。
湘南の浜やひしめくサングラス
サングラス外し確かむ路地の花 (横浜市) 高橋 茂

特選 本来は夏の強い紫外線から目を保護するた
めの色の付いた眼鏡。近頃若者の間では、
アクセサリとして一年中着用され、ファッ
ション性を高めたお洒落なサングラスが街
にあふれている。

秀逸 国訛り隠しきれないサングラス
(花巻市) 片山 耕子

秀逸 眼帯をはづし術後のサングラス
(片寄) 伊東 安子

佳作 ふる里に入りて不用サングラス
(高水寺) 高橋 清子

俳句

選者・内村唐春

まちの話題

身近なまちの話題についてお寄せください。

連絡先 企画課 総合政策係

☎672-2111 内線2312

E-mail sougou@town.shiwa.iwate.jp

商工会青年部が社協へ寄付金を贈呈 ～“絆”感謝運動～

紫波町商工会青年部は6月10日、紫波町社会福祉協議会へ寄付金3万4018円を贈呈しました。この寄付金は、青年部の総会や町内で実施された各種イベントなどを通じて、青年部員や地域の皆さんから寄せられたものです。贈呈式では、青年部の八重嶋大樹部長が「部員や町内の皆さんのあたたかいお気持ちをお届けでき、大変うれしく思う。今後もさまざまな活動を通じ、地域の福祉に少しでも役立てるよう取り組みたい」と語りました。

“絆”感謝運動は、各地で発生する災害時の復興支援活動を通じて見直された人と人とのつながりに感謝し、地域単位でその絆をより一層強めていくことを目的としています。



(左から) 町社会福祉協議会 鷹嘴武寿事務局長、八重嶋部長

100歳おめでとう 藤坂ウメノさん(志和)

100歳を迎えた藤坂さんのもとを6月12日、熊谷町長がお祝いのために訪問しました。普段は買い物に出かけたり、外食したりするのが楽しみとのこと。長寿の秘訣を尋ねると、「よく食べ、よく寝て、よく笑うこと」と柔らかな笑顔で答えてくれました。

町内の100歳以上のご長寿は藤坂さんを含めて24人で、男性1人、女性23人です。(6月12日現在)



花束を手にする藤坂さんと熊谷町長

高校生が郵便局で花壇づくり

紫波総合高校の3年生4人と紫波郵便局の職員が協力し、6月13日に郵便局前の「ふれあい花壇」に季節の花を植えました。この日植えられたのは、ペゴニア、マリーゴールドなど6種類、約200本。草花班の生徒たちが、授業の一環で大切に育てたものです。

この取り組みは、郵便局を訪れる人たちに明るい気持ちになってもらおうと毎年行われているもので、今年で12回目を迎えました。参加した生徒の中村千真さんは「僕たちが育てた花がこの場所で咲き続けるのが楽しみです」と笑顔を見せました。「ふれあい花壇」の花々は10月ごろまで咲き、道行く人や町に彩りを添えてくれます。



ひとつひとつ丁寧に植えました



完成した「ふれあい花壇」

ぽすくまと一緒にメッセージを発信！ 郵便局の配達車に「脱炭素」ステッカー

町の「脱炭素先行地域」の取り組みをPRするオリジナルステッカーが、紫波郵便局の配達車に貼られました。町内を走るおなじみの配達車に、環境への思いを込めた新しいデザインが加わり、町の脱炭素のメッセージを広く届けていきます。

ステッカーは、郵便局のキャラクター「ぽすくま」のすぐ横に貼られ、そのかわいらしい姿とともに地域を駆け巡ります。配達で見かけた際は、ぜひ車両側面のステッカーにもご注目ください。※走行中の車両には、事故防止のため近付かないようご注意ください



車両に貼られた脱炭素ステッカーと「ぽすくま」

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎019-613-5013

結婚相談所 ムスベル

2025年 紫波ワインオーナー募集

ワインオーナー作業体験とオーナー専用ワインをお届け

辛口コース・甘口コース
各 12,100円 (税込)



詳細はホームページでもご確認ください。

紫波ワイン <http://www.shiwa-fruitspark.co.jp/>



(株) 紫波フルーツパーク
紫波町遠山字松原 1-11 道の駅紫波 200 メートル奥

☎019-676-5301



このコーナーでは町の子育て支援情報など、「子ども」に関する情報をお伝えしています。
今回は私たちの生活に欠かせない存在となっているスマートフォンやタブレット(以下、スマホなど)が、
乳幼児に与える影響についてお伝えします。

最近では、乳幼児の身の回りでもスマホなどがごく身近な存在になっています。
家庭でも、長時間の使用による影響を心配する保護者も多いのではないのでしょうか。

1 視力への影響

近距離で長時間画面を見続けると、目が
疲れたり視力が低下する恐れがあります。乳
幼児は目の発達が未熟なため、特に注意が
必要です。



2 運動機能への影響

スマホなどに夢中になると運動不足にな
りがちです。この時期の子どもにとって、遊
びや運動はとても大切なこと。外遊びの時
間が減ると、体力の低下や肥満などにつな
がる可能性があります。



3 コミュニケーションへの影響

スマホなどの刺激的な画面ばかりに触れ
ていると、人との関わりや会話の機会が減
ってしまうことも。その結果、注意力や集中力
の低下、言葉の発達の遅れなどが心配され
ます。



4 睡眠への影響

夜遅くまで使用すると、ブルーライトの影
響で眠りにくくなったり、睡眠の質が低下す
ることがあります。十分な睡眠は、乳幼児の
発達や健康にとって、とても大切です。



スマホなどと
上手に付き合うために

長時間使用には注意が必要ですが、デジタル化が進む社会では上手に付
き合っていくことも大切です。そこで、以下のようなことが推奨されています。

- ① 1日1時間以内の使用を目安にしましょう。
- ② 使うときは親子一緒に楽しむことを心掛けましょう。
- ③ 外遊びや運動の時間も大切にしましょう。

子どもたちが健やかに成長できる
よう、周囲の大人が適切な距離感を
保ちながら、バランスの取れた使い
方を意識していくことが大切です。



【参考文献】：子どもとスマホ・メディア＝メディアとの付き合い方、取り入
れ方について考えてみましょう | 公益社団法人 日本小児科医会



〈担当・問合せ〉こども課 ☎ 672-2111 内線3180

町長メッセージ

紫波町長 熊谷 泉



オガールエリアの中心にある緑の大通りは、東広場と西広場、
そして大通公園で構成されています。芝生や植え込み、あやとり
小みち、屋外スタジオなどが、ランドスケープデザイナーにより美
しく設計・配置されています。

芝生では、子どもたちがボールを使いながら元気に遊び、時に
はよちよち歩きの幼児と親御さんが一緒に過ごす姿も見られま
す。東広場はさまざまなイベントに活用されており、7月の「紫波
酒マルシェ」、8月の「オガール祭り」など、町外からも多くの来場
者が訪れ、まさにこれからの時期がにぎわいの本番です。

西広場や大通公園にある築山は、オガール保育園の園児が利
用しており、冬はソリ遊びをしている親子をよく見かけます。屋外
スタジオは日よけにもなり、食事を楽しむグループにも人気のス
ペースです。

日々の芝生や樹木の手入れは、町職員が行っていますが、東広

場はイベントが続くと芝生の回復が追い付かず、特に雨天時の使
用後はなかなか緑が戻らず苦労しています。そんな中、6月13日
にシルバー人材センターの皆さんが草取りボランティアに大勢
でご参加くださいました。別のグループには城山公園の手入れも
していただきました。植栽の根本からの丁寧な草取りに加え、手
慣れた様子でバリカンを使って植え込みを整えてもらい、まるで
散髪後のようにすっきりとした景観になりました。

オガールには視察の方々も多く訪れます。私はその際、「オガ
ール広場はこのエリアの『肺』のような存在で、ここで私たちは呼吸
しています」とお話をしています。
今後もこの空間が、多くの人にと
って心地よい場所であり続け
るよう、大切に育んでいきたく
と思います。



変わりおこわ

11 和食文化を
伝えよう

材料 (15×17×5の型1つ分)

もち米…………… 3合 クルミ…………… 大さじ2
 黒砂糖…………… 100g 黒ゴマ…………… 大さじ1
 しょうゆ…………… 小さじ2 水…………… 150cc
 塩…………… 小さじ1/3

栄養価: 1/12個分 エネルギー… 136kcal 脂質…………… 1.5g
 たんぱく質…………… 2.1g 食塩相当量…………… 0.3g

作り方

- ① もち米を水に4～5時間浸す。
- ② 水気を切ったもち米を、オーブンシートを敷いた蒸し器に入れ25分ほど蒸す。
- ③ 蒸しあがったもち米をボウルに移し、黒砂糖、しょうゆ、塩、水を加えてよく混ぜ合わせる。
- ④ 全体が良く混ざったら、再び蒸し器で10分ほど蒸す。
- ⑤ バットやケーキ型にラップを敷き、④を押し付けるように詰める。
- ⑥ 表面に刻んだクルミと黒ゴマをまぶし、ラップでふたをして冷ます。
- ⑦ 冷めたら型から取り出し、食べやすい大きさに切り分ける。

※今回は12等分に切り分けました



～レシピ提供～
 紫波町食生活改善推進員協議会
 長岡地区会員
 細川玲子さん

ワンポイントメモ

- ☺ もち米を蒸すときは、オーブンシートを使うと便利です。3合以上で作る場合は、オーブンシートではなく、蒸し布を使うとよりしっかり蒸し上がります。
- ☺ 昔ながらのレシピでは砂糖をたっぷり使うこともありましたが、今回は黒砂糖の風味を生かしつつ、甘さ控えめに仕上げました。

SHIWA "MIDOKORO" GUIDE

紫波みどころ図鑑 vol.02

町の素敵な観光スポットやお店、頑張っている企業を紹介します

ノギマート
NOGI MART

「ノウルプロジェクト」により活用が進んでいる元長岡小学校には、「自然を味わう」がコンセプトのセレクトショップ「NOGI MART」が6月20日(金)にオープンしました。地元の農産物を中心にさまざまな商品を揃え、こだわりのスイーツも味わえます。

- 場所: 東長岡字竹洞43-1
 ●営業時間: 10:00～16:00
 ●定休日: 火～木曜(祝日の場合は営業)

Instagram



有限会社岡市左官工業所



左官工事とは床や壁に漆喰やモルタルなどの素材をコテで塗る作業。昭和37年(1962年)創業の同社では、主に滝沢市から北上市にかけて、住宅から大規模な公共建築まで数多くの左官・タイル工事を施工しています。

- 場所: 平沢の場4-1
 ●電話: 613-6318
 ●営業時間: 8:00～18:00
 ●定休日: 日曜日・他自社カレンダーによる

ホームページ

