

広報



KitaComing! 北上市

きたかみ

2022(R4)

6.24

No.737

Walking

Running

Point

Health Welfare

Benefit

健康づくりで
あなたらしい毎日を

ウォーキングやイベント参加などで得たポイントを電子マネーなどに交換できる、きたかみ健康福祉ポイント“きたぽ”。健康的に、そしてしっかりポイントをためる方法をお伝えします。



きたかみ健康福祉ポイント



いきいき健康“ポイ活”

きたポをはじめよう

問い合わせ 健康づくり課 ☎72-8315

きたポのため方

- ① ウォーキング
- ② 健診（検診）受診
- ③ イベント
・ボランティア参加
- ④ アンケート回答



↑今すぐ始め
たい人はこちら

「どうしようか」と思っている人はこれを読んで早速きたポを始めましょう！

と地域活動ができます。

「きただポ」は翌年に電子マネーなどと交換することができ、「オトクに」健康づくりと地域活動ができます。

市では今年1月から、きたかみ健康福祉ポイント、通称「きたポ」がスタート。スマートフォンアプリを利用した仕組みで、ウォーキングや健診受診、健康づくりイベント参加のほか、ボランティア活動を行うことでポイントがたまります。たまった「きたポ」は翌年に電子マネーなどと交換することができ、「オトクに」健康づくりと地域活動ができます。

買

い物やクレジットカードの利用などでポイントをため、活用する活動「ポイ活」。熱心にポイントを集めていますという人も多いのではないのでしょうか。

楽しみ方いろいろ！きたポ

■開催期間…①2022年12月31日まで②2023年1月1日～12月31日③2024年1月1日～12月31日の3期間

■対象…18歳以上の市内在住者

■参加可能人数…1,600人(人数を拡大しました)

1 ライバルと競い合おう

アプリ内の歩数ランキング機能を使うと、年代や地区のほか、先週の自分の歩数に近い人の中の順位を確認できます。

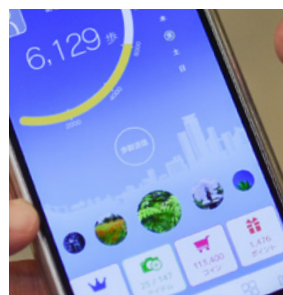
友人や家族など身近な人だけでなく、ランニングの中でライバルを見つけて競い合うことで楽しみが広がります。



2 イベントに参加して自分の目標ポイントを達成しよう

対象の健康づくりイベントへの参加やポイント付与キャンペーンを活用すると100ポイントが付与されます。参加するだけで、10日間8,000歩歩いた分と同じポイントがもらえるので、とても効率的です。

自分の目標ポイントを達成して電子マネーなどに交換しましょう！



効率よくポイントをためて、健康になりましょう！

3 自分の努力が見える

毎日の歩数だけでなく、消費カロリーや歩行距離、体重などをグラフで表示できます。

自分の取り組みを見える化することでモチベーションアップにつながります。



健康づくり課 医療連携係
高橋 伸吾 係長

佐藤 淳一 主任

私も始めました 佐々木康枝さん・隆さんご夫婦

きたポ対象の健康づくりイベント「まちの保健室」の参加をきっかけに、きたポを始めた佐々木康枝さんにお話を聞きました。

—なぜきたポを始めたのですか？

アプリを使って歩数などが積み重ねられ結果を確認できるのが良いと思いました。しかも、ためたポイントを電

子マネーなどに換えることができます。うれしいですね。

—日頃から健康には気を付けているのですか？

ウォーキングやハイキングなど体を動かすことが好きです。住んでいる藤根2区では保健推進員を担当しています。近所の皆さんにお勧めしたいと思っています。



まだ間に合う！目指せ3,000pt！！

ウォーキング・講座参加でのポイント付与、お得なため方

ポイントを電子マネーに交換するための必要最低限のポイント数は、3,000ポイント。しっかりポイントをためて健康づくりを頑張った自分へのご褒美としたいもの。今からでも間に合うポイントのため方をご紹介します。

1 7月から12月まで毎日8,000歩歩いて、、、

$$10pt \times 30日 \times 6カ月 = 1,800pt$$

スマホを携帯して、ウォーキングやランニング。歩数はアプリが自動で算定します。

健康促進の面から1日8,000歩のウォーキング、距離にするとおよそ5.7kmが推奨されていますので目安にすると◎！

歩数	ポイント (pt)
2,000歩～	2
4,000歩～	4
6,000歩～	6
8,000歩～	10
10,000歩～	15

2 健診（検診）を受診して、、、

$$1回の受診で200 \sim 500pt$$

健康診断や各種がん検診の受診もポイント付与の対象になります。12月ころにアプリ上で行うアンケートに回答することで、後日ポイントが付与されます。

	種類	ポイント (pt)
特定健診など	特定健診、後期高齢健診、事業者健診、人間ドック	500
	特定保健指導	200
がん検診	胃がん、大腸がん、肺がん・結核、前立腺がん、子宮頸がん、乳がん	200 (上限400)

3,000pt

3 対象の健康づくりイベントに10回参加して、、、

$$100pt \times 10回 = 1,000pt$$

健康教室や運動教室などに参加すると1回毎に100ポイントが付与されます。

■きたぽ月間ウォーキングコース（6月分） ⑧健康づくり課 ☎72-8315

岩崎城運動公園・和賀川ふれあい広場 / 6月30日まで

※毎月更新を予定しています。ポイント付与は各コース1回のみです。

■夏期スポーツ教室 ⑧北上市体育協会 ☎67-6720

エンジョイスports黒体教室（ラージボール卓球など）/ 7月7日～9月29日の木曜日（全8回）10時～12時 / 黒沢尻体育館

エンジョイスports総体教室（ラージボール卓球など）/ 7月8日～9月16日の金曜日（全6回）10時～12時 / 北上総合体育館

■きたかみマンスリーラン ⑧代表 廣沼 ☎090-2363-8423

ランニングまたはウォーキング / 10月22日までの毎月第4土曜日 8時～10時 / 展勝地SL広場周辺コース

■まちの保健室 ⑧長寿介護課 ☎72-8221

ウォーキング、体操、健康相談など / 9月まで毎月3～4回、10時15分～11時30分 / hoKko 1階ふれあいホール



↑各事業の詳細はこちら



私たちと一緒に走りましょう！

きたかみマンスリーラン運営
いわてFUNランの皆さん

きたぽの対象イベントや教室を募集しています。申請方法などはこちらのQRコードからご確認ください。



はじめかた

①お持ちのスマートフォンで、以下QRコードからアクセスし、「健康マイレージ」アプリをダウンロードする。



←Google Play



App Store→

②健康マイレージアプリを起動し、参加申し込み。「新規登録」を選択し、団体コード欄に「ktkm」(半角英数字)と入力する。

③名前やお住まいの地域などを登録する。

④登録完了後、ログインIDとパスワードを入力し、ログインする。



一緒に始めましょう

きたかみ健康福祉ポイント スタート教室開催

アプリのインストールや参加登録、基本操作方法を説明します。ぜひご参加ください。

■とき…7月4日(月)10時～16時

■ところ…hoKko 1階

■持ち物…スマートフォン

■申し込み…不要

※開催時間内であればいつでも参加できます。

※メール受信を確認できるように、メールアドレスの事前確認をお願いします。



交換できる電子マネーなど

頑張ったためたポイントは、翌年に電子マネーなどに交換することができます。交換できる金額は、最大5,000円分で、3,000円分、4,000円分、5,000円分のいずれかを選択します。

交換できる電子マネーなどの種類は、12種類です。

※北上市主催のきたかみ健康福祉ポイント事業です。

※掲載されている商品名およびロゴは、各社の商標または登録商標です。

※種類は変更になる可能性があります。

3,000円分

4,000円分

5,000円分

交換できる電子マネーなどの一例

amazon ギフト券

Amazonギフト券



WAONポイント



楽天Edy



Pontaポイント



nanaco



apollostation
キャッシュプリカ

Q&A よくある質問

Q. 3,000未満のポイントを電子マネーなどに交換することはできますか？

A. 3,000未満のポイントを交換することはできません。開催期間を確認して、計画的にポイントをためましょう。

Q. 6,000ポイントためることができました。すべて電子マネーなどに交換したいのですが…

A. 交換は一人最大5,000ポイントとなります。そのため、6,000ポイントを電子マネーなどにすること

はできません。

Q. 交換できなかったポイントは翌年に持ち越されるの？

A. ポイントは翌年に持ち越されません。

Q. スマートウォッチを使ってもポイントをためることができますか？

A. 使用する健康マイレージアプリは現在スマートウォッチに対応していません。スマホを携帯してウォーキングなどをしてください。

通年・滞在型の 夏油高原リゾート を目指して

夏油高原スキー場の将来構想

世界に誇る良質なパウダースノーと国内屈指の豊富な積雪量が魅力の夏油高原スキー場。平成5年12月のオープン以来、夏油高原エリアの通年観光の拠点として役割を果たしています。このたび、市の重要な観光資源を将来どのように継続させていくか検討・整理し、将来構想としてまとめました。

■問い合わせ 商業観光課 ☎72-8241



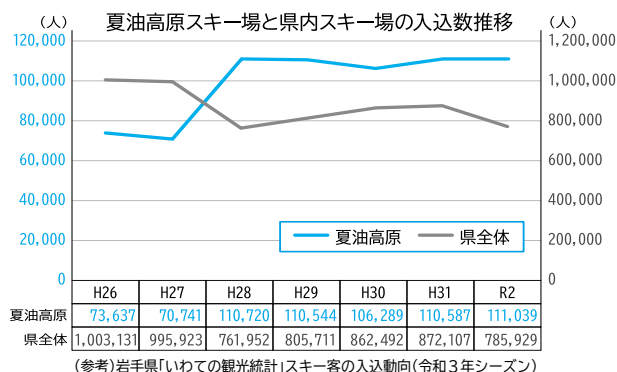
地域経済に影響大
雇用・スポーツ振興の役割も

夏油高原スキー場（以下、スキー場）には、ウインターシーズンに約10万人のスキー客やスノーシューハイキングを楽しむ人々が訪れています。また、グリーンシーズンは夏油高原まつりやキャンプ場、各種イベント会場として利用されており、スポーツの振興や子どもの野外教育活動の場、冬季の雇用創出の役割を担っています。

平成31年に岩手県立大学と共同で行った研究「夏油高原スキー場による北上市への経済波及効果」（調査対象期間…平成26年～30年）では、5年間の平均で年間約10億円の経済波及効果が見込まれるという結果が出されました。これは、市が年間に負担している施設の維持管理費や除雪の費用7千万円を大きく上回ります。このことから、スキー場は地域経済に大きな効果をもたらしており、市にとって欠かすことのできない観光資源と言えます。

魅力を生かした事業を展開
スキー客の入込数も増加

平成25年7月からは、市が所



有するスキー場施設を(株)北日本リゾートが借用する「公設民営方式」で運営。夏油の魅力を最大限に生かした事業展開と国内外への発信を強化し、県内で唯一、スキー客の入込みを伸ばしたスキー場となりました（右表）。民間のノウハウと取り組みの積み重ねが成果として表れています。

スキー場の価値を再認識
目指す将来像を描く

同社との貸借契約期限が来年度に迫る中、市は、これまでの経済波及効果と今後見込まれる費用対効果を分析。施設の老朽

近年のスキー場の取り組み

公設民営での運営以降、良好な雪質と地形を生かしたツリーランコースを開設したほか、海外へのPR活動も積極的に展開。ゆったり滞在できる宿泊施設も整備しました。またグリーンシーズンには大自然を満喫できるアクティビティ（体験型サービスなど）を打ち出し、通年で楽しめるリゾートを目指してきました。



(左上)周辺の山々を見下ろせる熱気球体験(中上)夏の広大な敷地を生かしたキャンプフィールド(中下)グレンデを一望できるプレミアムステイ「豪」(右下)林の木々をすり抜けながら圧雪しないコースを楽しむツリーラン





化により投入経費が増えるものの、地域経済にもたらす効果は大きいと見込まれることから、スキー場を継続すべきと整理しました。その上でスキー場の将来の方向性を検討するため、市民や関係団体から意見を、市議会や夏油高原スキー場運営評価委員会から提言をいただきながら、このたび「夏油高原スキー場の将来構想」を策定し、課題や方向性、10年後の将来像とともにその先の将来のあり方をまとめました。

さまざまな課題に取り組みながら、運営事業者や地域団体と共に通年・滞在型の夏油高原リゾートの実現を目指します。

夏油高原スキー場の将来構想の概要

<10年後の将来像>

「通年・滞在型の夏油高原リゾートへ」

今後取り組んでいくべき課題

- ・施設の老朽化への対応
- ・宿泊機能の充実
- ・グリーンシーズンコンテンツの拡充
- ・地域団体などとの連携強化



10年後に向けた主な方向性

- ・地域との連携を強化しながら公設民営方式による運営を継続し、地域経済への効果を維持します。
- ・施設の維持管理計画を策定し、運営事業者と連携して現状の施設を適切に維持します。
- ・グリーンシーズンのコンテンツを拡充し、通年型の観光施設として充実を図ります。
- ・地域団体などとの連携を深め、夏油高原エリア全体の活性化を促進し、スノーリゾートの基盤を形成します。
- ・リゾート化に向けた運営事業者の取り組みを支援し、滞在型の観光施設としての充実を図ります。
- ・地元住民の利便性向上を図ります。

安全で快適な施設【施設の適切な維持管理】

1

○オープンから約30年経過し老朽化が進む施設を適切に維持管理するため、令和15年を目途に計画的な長寿命化工事を実施します。それまでは、運営事業者と連携し部分的な更新と修繕を行います。
○ゴンドラなどもリノベーションを行いながら長寿命化を図り、運営事業者による施設点検とメンテナンスの体制を構築します。

通年で楽しめる観光施設【グリーンシーズンの拡充】

2

○キャンプ場をはじめとするグリーンシーズンのコンテンツを継続し、通年型の観光施設を目指します。また、運営事業者と連携し、キャンプやトレッキングなどのアクティビティ、合宿の誘致、スキー場を会場としたイベントの充実を図ります。

夏油高原エリアを巻き込むスノーリゾート形成の拠点【スノーリゾートの基盤形成】

3

○運営事業者が中心となり、地域の関係者と一体となってウィンターシーズンにスキー以外でも自然の豊かさなどを味わうことのできる滞在型リゾート形成を目指します。
○大人数の宿泊を伴う大会や合宿の誘致、ファミリー層の滞在などに対応する宿泊機能の拡充を図ります。併せて、国有林野でのスノーリゾート形成のあり方を研究します。

地元住民が気軽に立ち寄れる遊びの場【地元住民の利便性向上】

4

○運営事業者と連携し、地元に向けた情報の周知と気軽に立ち寄れる要素、地元住民がリピーターとなる工夫などを取り入れた事業展開を実現します。

その先の将来に向けて

1 スノーリゾートの形成に向けた環境づくり

夏油高原エリアのブランディング強化やDMO設立、周辺地域と連携してのコンテンツ充実により、夏油高原の魅力を世界に発信します。

2 環境と開発の両立

持続可能な観光を目指し、自然環境と地域資源を保護しつつ、民間活力による施設環境整備の仕組みづくりを検討します。

4回目接種を受け付けています

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

60歳以上の対象者に順次予診票を送付

3回目接種を終えた60歳以上の対象者には、4回目の予診票（接種券一体型）などを順次送付しています。令和4年3月までに3回目を接種した人には、7月中に送付します。


■予約方法：左記インターネット予約サイトまたはコールセンターへ

※65歳以上で3回目を市内で接種した人には、日時・会場を市が指定します。

■新型コロナウイルスワクチン接種の予約、予約変更方法

①インターネット予約サイト

下記QRコードから予約や変更ができます。



市のホームページにインターネット予約マニュアルを掲載しています。

②コールセンター

☎0120-107-935

受付時間 8:30～17:30
(日曜、祝日休み)

基礎疾患を有する人などの4回目接種券発行申請を受け付け中

18歳以上60歳未満で基礎疾患を有するまたはその他重症化リスクが高いと医師が認める人と、1・2回目の接種時に基礎疾患を自己申告した人は、接種券発行申請が必要です。

■申請方法：氏名、住所、連絡先、生年月日、基礎疾患病名、3回目接種日を下記QRコード（申請フォーム）またはコールセンターへ



接種券発行申請フォーム

ワクチン接種の検討を

市では12歳以上（1・3回目）の個別接種と小児ワクチン（2回接種）の接種を行う体制を整えています。自身と大切な人の健康を守るため、ワクチン接種をご検討ください。

■問い合わせ：健康づくり課新型コロナウイルスワクチン接種プロジェクトチーム ☎72-8340

電子入札対象を追加します 物品・役務の電子入札



昨年度に導入した電子入札の対象範囲に、物品・役務を追加します。参加方法の詳細は市のホームページをご覧ください。

■開始時期：10月1日から

■追加項目：物品の製造・販売、役務の提供

説明会開催

市内に本社のある事業者を対象に説明会を開催します。

■とき：7月22日（金）10時～12時、14時～16時（どちらも同じ内容）

■ところ：日本現代詩歌文学館講堂
■問い合わせ：財政課 ☎72-8262

浄化槽で快適な暮らしを

合併処理浄化槽設置補助金

浄化槽区域の個人住宅に合併処理浄化槽を設置し、適正に維持管理できる人へ補助金を交付します。

また、排水設備設置費用の融資にかかる利子を市が全額負担する制度もあります。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

■補助金額：設備設置費用の3分の2（下表のとおり限度額あり）

■申し込み：12月15日（木）までに下水道課（江釣子庁舎3階）へ

※予算内での補助のため、期限より早く終了する場合があります。設置を計画する段階で相談してください。

■問い合わせ：下水道課 ☎72-8292

■補助対象と補助金限度額

家屋の延床面積	浄化槽の大きさ	限度額
130㎡以下	5人槽	52万9,000円
130㎡超	7人槽	66万2,000円
二世帯住宅など※	10人槽	89万7,000円

※二世帯住宅とは、浴室と台所が複数あり、それぞれが独立した生活をする住宅です。



みんなで犯罪・非行の無い地域社会をつくりましょう

社会を明るくする運動北上集会

「社会を明るくする運動」は、全ての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの改善更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行の無い地域社会を築こうとする全国的な運動です。市内でも北上集会を開催します。

■とき：7月3日（日）13時30分～16時

■ところ：日本現代詩歌文学館講堂

■内容：高校生一日保護司の委嘱、各小学校の代表児童による体験発表など

■問い合わせ：北上地域安全推進市民会議（地域づくり課内） ☎72-8301

夏休みは子ども創造塾でものづくりと科学を体験しよう！

「ものづくり探検隊」参加者募集

岩手大学でものづくり探検隊

■とき…7月28日(木)8時45分～17時

■ところ…岩手大学理工学部(盛岡市上田四丁目3-5)

■内容…鋳物のキーホルダー製作を通じた鋳造体験、科学教室、工作

■定員・参加料…20人(抽選)・500円
キッズワンドーフライデー

■とき…8月5日(金)9時～12時

■ところ…北上市産業支援センター
(相去町山田2-35)

■内容…阿部清人氏の「おもしろサイ

エンスショー」、施設見学会

■定員・参加料…50人(抽選)・無料
共通事項

■対象…小学4～6年生

■申し込み…7月15日(金)までにメール
(sanyo@city.kitakami.iwate.jp)

またはファクス(64-2171)、郵送
(〒024-85501住所記載不要)で

産業雇用支援課へ

■問い合わせ…産業雇用支援課 ☎72-
8242

生産者と消費者のつながりで地場産品の信頼を高めます

北上市「食のつながり」認証者募集

生産者の農産物に込められたこだわ

りや思いが、加工品として販売され

り飲食店のメニューとして提供され

りしながら消費者までつながる取

組を認証し、北上産品の信頼性を高

ていきます。本年度も「つながり」に

取り組む人を募集します。
■認証対象者…生産者、販売者、飲食
店、加工業者
※認証の基準は市のホームページに掲
載しています。

■申し込み…7月15日(金)までに申請書

類を農林企画課へ

※要領や申請
書類は、同課ま

たは市のホーム
ページで取得で

きます。

■問い合わせ
…農林企画課

☎72-8235



珈琲ブレイク

No.123

北上市長

高橋敏孝

黒工誕生秘話

100年前に展勝地を開園させた沢藤幸治氏の功績についてはすでに紹介しているが、今回は黒沢尻町長として県立黒沢尻工業高校を誘致したエピソードが実に興味深いので紹介したい。北上市のこれまでの発展は、企業誘致への執念とも言える動き無くしては語れないが、中でも昭和14年開校の県立黒沢尻工業高校の誘致実現は重要な要素だと思っている。そこから当時関わった先人たちの並々ならない覚悟が伝わってくる。

当時、岩手県には工業高校が盛岡に一校しかなかった。沢藤は、黒沢尻町の発展には産業の振興、そのためには人材の育成が第一と考えていた。当時の県知事に「岩手の発展のためには県南に第二の工業高校を造るべき」と進言している。また、その財源の用意もあると伝えたことで知事も即賛意を示した。直後に、沢藤は自らが会長を務める黒沢尻町振興会の賛同を得、同日町議会を説得して建設費拠出の賛同も得ている。そして開会中だった県議会に陳情するという早業をやったのけたのだ。開校3年前の昭和11年12月のことである。

沢藤は当時の様子を「県立工業学校設立資金と黒沢尻町の意気」と題して「町政回顧録」に記している。実は、県に拠出した建設費は町予算の2年分に匹敵したというから驚きである。ちなみに、近年の当市の一般会計予算は平均約400億円であるから、その2倍の800億円を拠出したことになる。私はそこに、先人の並々ならない「覚悟」を感じざるを得ない。

先般、新聞報道があったのでご存じの方もおりかと思うが、当市は市立大学設置の本格検討について市議会に説明した。大学設置には初期費用だけでも100億円程度は必要といわれるが、当市の持続的発展のためには、地域の未来を創造する人材の育成に真剣に取り組む必要があると思っている。「黒沢尻町の意気」とまでは言えないのかもしれないが、我々も相当の覚悟を持って取り組む決意である。

納入通知書を確認し、納入をお忘れなく

介護保険料・後期高齢者医療保険料

【納入通知書の送付】

本年度の介護保険料と後期高齢者医療保険料の納入通知書を7月中旬に送付します。各保険料は通常7月～翌年2月の年8回、納付書（または口座振替）で納めます。

一定の条件に当てはまる人は、特別徴収（年金からの天引き）により年6回で納めます。特別徴収の人の納入通知書には翌年度の4月、6月、8月の特別徴収額（予定額）も記載されています。なお、納付書（または口座振替）と天引きの両方で納める人もいます。

【保険料の算定】

■介護保険料…基準額を基に所得状況に応じ、11段階に分けて算定（当市の令和3～5年度の基準額は7万2600円）※詳しくは市のホームページを確認するか長寿介護課へお問い合わせください。

■後期高齢者医療保険料…前年の所得に応じて年額を算定（均等割額は4万900円、所得割率は7.36%）※世帯の所得や収入に応じて均等割額は軽減されます。

【保険料の減免】

各保険料は災害や新型コロナウイルス感染症による減収など、特別な事情により減免される場合があります。

7月1日からオープン！

北上市民展勝地

プールが営業開始

■とき…7月1日（金）～8月31日（水）①9時～12時②12時30分～15時30分③16時～19時

■料金…各回一般410円、高校生以下120円、未就学児無料

※車でお越しの際は、プール西側にある川沿いの駐車場をご利用ください。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、更衣室の利用人数に制限をかける場合があります。

■問い合わせ…スポーツ推進課 ☎72-8313

令和4年中の新築・増築

家屋調査にご協力

ください

令和4年中に家屋を新築・増築した場合は、令和5年度から固定資産税が課税されます。課税の基礎となる評価額を算定するため、市の職員が伺い、内部の間取りや仕上げ、建築設備などを確認しますので、調査へのご協力をお願いします。なお、調査に伺う職員は「固定資産評価補助員証」を携帯しています。

入居する前に調査を希望する人は、あらかじめご連絡ください。

■問い合わせ…資産税課 ☎72-8212

納付困難な場合はご相談を

国民年金保険料の免除

料の免除



経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合、申請して承認されると納付額の全額または一部が免除されます。

■申請…7月1日（金）から国保年金課へ必要書類などの詳細は市のホームページをご確認ください。

■問い合わせ…国保年金課 ☎72-8206

足腰の衰えを感じている人の筋力向上を3カ月間サポート

ロコモトレーニング教室

筋力の低下などによって立つ・歩く動作に支障をきたしている状態を「ロコモ」（ロコモティブシンドローム）といいます。ロコモは適切な運動や食事改善で回復可能です。週に1回3カ月間（全12回）継続して行う同教室で、足腰を鍛えませんか？

■とき…毎週金曜日14時30分～15時30分

■ところ…コナミスポーツクラブ北上

■対象…筋力などの低下により立ち上

がりにくい、歩きにくいと感じる高齢者

※運動することに制限が無い人向けです。

■定員…15人（先着順）

■料金…（送迎あり）1回200円（送迎なし）1回100円

■申し込み…10時～18時に電話で「コナミスポーツクラブ北上」（☎61-4700）へ（火曜日を除く）

■問い合わせ…長寿介護課 ☎72-8221

市の動き

北上市清掃事業所で火災発生

5月2日

北上市清掃事業所3号棟の不燃ごみ処理施設で火災が発生しました。火災により施設内の磁選機（磁石で処理物から金属を取り除く機器）が焼損しましたが、消火対応を迅速に行い、燃え広がることはありませんでした。

当日は不燃ごみの受け入れを停止しましたが、翌日から再開。同24日から花巻市の協力を得て処理を行っています。施設復旧の方針については、現在検討中です。



岩手三菱・三菱自動車と災害支援協定を締結

5月26日

岩手三菱自動車販売、三菱自動車工業の2社と市は、「災害時における電動車両等の支援に関する協定」を締結しました。

大規模な災害が発生した際に、プラグインハイブリッド電気自動車など外部給電可能な車両2台を、市が開設する避難所などに1週間ほど貸与するもの。1台あたり最大で一般家庭のおよそ10日分の電気を供給でき、停電時などの活用が期待されます。両社とも避難所での生活の一助となることを願い、この度の締結となりました。



新規栽培や規模拡大を支援します 園芸作物や農業用機械などの補助金

園芸作物の新規栽培や農業用機械・施設などの購入に対する補助金（下表の内容）の相談を7月29日（金）まで受け付けています。

38

■問い合わせ：農業振興課 ☎ 72-8238



事業名①



事業名②



事業名③④

■事業名、補助の対象、補助率など

事業名	補助の対象	補助率など
① 農業用先端技術機器等導入支援事業費補助金	先端技術を活用した生産効率の向上や省力化を図るための機器などの導入経費	事業費の4分の1以内（上限20万円、水稻用水管理システムは上限10万円）
② 農業用機械共同購入事業費補助金	農業の継続を支援するため、3戸以上の農業者で機械を共同購入した経費	機械購入費の4分の1以内（上限100万円）
③ 重点振興作物強化事業費補助金	重点振興作物【アスパラガス、ニ子さといも、ネギ、セリ、小菊、ピーマン、トマト（ミニトマトを含む）、キュウリ】の新規栽培、面積拡大に要する資材経費、機械・設備、経営維持に要する経費	事業費の4分の1以内（機械・設備は上限額20万円） ※面積要件あり。
④ 園芸産地拡大支援事業費補助金	野菜、花き、果樹の新規栽培、面積拡大に要する資材経費、機械・設備導入経費（事業費10万円以上が対象）	事業費の4分の1以内（上限額20万円） ※面積要件あり。

飼い主情報の登録が必要です マイクロチップ装着が義務化

動物愛護法が6月1日に改正となり、犬や猫へのマイクロチップ装着の義務化が始まりました（既に飼育している場合の装着は努力義務）。犬や猫の飼い主情報の登録や変更は環境省指定登録機関へ申請してください。

※マイクロチップの登録をした場合でも、当市への犬の登録や変更届の提出は必要です。ご注意ください。

84



環境省のホームページ



北上市のホームページ

医療費給付受給者証の更新と申請手続き

国保年金課で受け付けています。更

受給者本人や保護者、配偶者などの所得がそれぞれ下表の限度額を超えて

対象：重度
心身障が
い者・ひと
り親家庭

■問い合わせ：環境政策課 ☎ 72-182



各通知書や申請方法をご確認ください

国民健康保険に関するお知らせ

【納税通知書の送付】

本年度の国民健康保険税（以下、国保税）の納税通知書を7月中旬に送付します。

国保税は世帯の国保加入者分の税額を算定し、世帯主宛てに送付するものです。普通徴収の人は7月～翌年2月の年8回で納めます。一定の条件に当てはまる人は、特別徴収（年金からの天引き）により年6回で納めます。※申し出により、口座振替に変更することもできます。

【倒産や解雇などによる軽減】

倒産や解雇などの理由で失業した人は国保税が軽減されます。雇用保険受給資格者証を持参の上、国保年金課または市民税課で申請してください。

【災害や一時的な疾病などによる減免】

災害や一時的な疾病など特別な事情により国保税の納付が困難であると認められる場合、減免を受けることができます。納期限の7日前までに市民税課で申請してください。

【限度額適用認定証の申請】

医療費が高額になる見込みが高い人

は、あらかじめ「限度額適用認定証」の申請をお勧めします。この提示によつて、1カ月間の1医療機関ごとの支払いが自己負担限度額に抑えられます。

※市民税非課税世帯の人は、入院中の食事療養標準負担額の減額認定を兼ねた「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。

※認定証の有効期限は7月31日です。引き続き認定証が必要な人は7月以降に国保年金課で更新申請をしてください（交付は8月以降）。

【保険証と高齢受給者証を一体化】

国民健康保険に加入している70～74歳の人は、医療機関などを受診する際に「被保険者証」（以下、保険証）と、負担割合が記載された「高齢受給者証」の2枚が必要でしたが、利便性向上のため、7月から保険証と高齢受給者証を一体化した「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」を発行します。保険証兼高齢受給者証をお持ちの人は、1枚のみで医療機関を受診できるようになります。

【保険証の送付】

新しい保険証を7月下旬ごろに送付

岩手県 国民健康保険 被保険者証	有効期限 発効期日 令和5年7月31日 令和4年8月1日
兼高齢受給者証 *1	記号番号 0123456 (枝番) 02
氏名 北上 花子	性別 女
生年月日 昭和28年8月15日	資格取得年月日 平成28年4月1日
交付年月日 令和3年10月1日	負担割合 2割 *2
世帯主氏名 北上 太郎	
住所 岩手県北上市芳町1番1号	見本
保険者番号 030064	交付者名 岩手県北上市

※70～74歳の人は*1のように「兼高齢受給者証」と記載され、*2のように自己負担割合が記載されます。

します（70～74歳の人には、保険証兼高齢受給者証を送付）。有効期限は令和5年7月31日です。今年の8月1日以降に75歳になる人は後期高齢者医療保険の対象者となるので、保険証兼高齢受給者証の有効期限は誕生日の前日となります。

■問い合わせ先：（軽減・減免について）市民税課 ☎72-8210（納付について）収納課 ☎72-8253（保険証、高齢受給者証、限度額認定証について）国保年金課 ☎72-8204

まちの保健室からのお知らせ
シニアのための
運動講座



生き生きと歳を重ねられるよう、シニアの健康や暮らしに役立つ情報を紹介したり、運動を体験できる場を提供したりする「hokkomaちの保健室」。今回は自分に合った運動を知りたい人向けの「運動講座」をお知らせします。

■とき：①7月11日（月）②26日（火）（各日10時15分～10時45分、10時45分～11時15分の2回開催）

■ところ：hokkoma1階ふれあいホール

※ツインモールプラザ立体駐車場を利用する場合は、3時間無料となりますので駐車券をお持ちください。

■内容：①立つ・歩く動作が楽になる身体のコンディショニング講座②膝・腰痛改善講座

※水分補給用の飲み物を持参し、動きやすい服装で参加してください。

■対象：65歳以上で医師から運動制限の指示がなく、支えがなくても歩ける人

■定員：各回10人（先着順）

■申し込み：事前に電話で長寿介護課へ

■問い合わせ：長寿介護課 ☎72-8204



小型家電類などの無料回収

市内に住んでいる人を対象に、家庭から出た不要な小型家電類や水銀使用廃製品を無料で回収します。回収品目以外の物はその場で返却しますので、ご了承ください。

- とき…7月24日(日)9時～12時
- ところ…北上市清掃事業所(上鬼柳2-212)
- 手数料…無料
- 回収品目…①小型家電類(21品目)

デジカメ、ビデオカメラ、電気コード類、電話機、携帯電話・PHS・スマートフォン・タブレット、ゲームソフト(基盤入り)、ゲーム機、電子辞書、電卓、ワープロ、パソコン、充電器、ACアダプター、DVD・BDプレーヤー、ビデオデッキ、音楽プレーヤー、ラジオ、ルーター、カーナビ、リモコン、電子体温計

- ②水銀使用廃製品(蛍光灯、体温計、血圧計)
- ③モバイルバッテリー、充電電池、電池、電子タバコ

【アプリで簡単にごみ情報を確認！】

ごみ分別アプリ「モバ支所!」ではスマートフォンやタブレット端末からごみの分別や出し方を簡単に確認できます。ぜひご利用ください。



App Store



Google Play

みどりを増やすために花や樹木を店頭や駐車場などに植える「見えるみどりの」の提供に励んでいるオフィスや店舗などの事業者を募集しています。応募のあった事業者の取り組みを広報紙などを通じて紹介します。

■対象…次の全てを満たす事業所①利用者や歩行者、通過車両などに「見えるみどり」を提供している②取り組み事例を市のホームページや広報紙などで掲載することに同意する

■申し込み…11月30日(水)までに応募用紙をメール(toshi@city.kitakami.jp)に送付してください。



※応募用紙は都市計画課の窓口または市のホームページで入手できます。

■問い合わせ…都市計画課 ☎72-8279

「みどりのまち育て」参加事業所募集



狩猟免許取得にご活用ください 狩猟免許受験料補助金

狩猟や有害鳥獣捕獲などを行うために必要な狩猟免許を取得する際の、狩猟免許試験の受験費用を一部助成しています。詳しくは市のホームページを確認するか、電話で農業振興課へお問い合わせください。

なお、狩猟免許試験の日程や試験場所、申し込み方法などの詳細は県のホームページをご確認ください。

■問い合わせ…農業振興課 ☎72-8238



北上市のホームページ



岩手県のホームページ



えっ!?

毎月の光熱費で

太陽光発電 太陽光蓄電池

オール電化 蓄電池 の

導入が可能!?

地球温暖化、万が一の停電対策、光熱費の節約に興味ありませんか?
脱炭素化社会へ太陽光蓄電池フル活用しませんか?

導入前の光熱費
20,000円/月

機器導入の経済効果
18,500円/月

実質光熱費
1,500円/月

導入事例
北上市A様邸

機器導入費用 16,500円/月

さらに

なんと!!

毎月2,000円の
節約をしながら導入成功!!

頭金・ボーナス払いなどの
初期費用一切なし!



New Energy System Inc.

新エネルギーシステム株式会社 北上支店
E-mail:soumu@new-energy-system.com

フリーダイヤル

0120-14-8564

いーよ エ コ ロ ジー

設置にかかる費用は
北上市の補助金を活用することもできます。

【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。

北上市役所…☎0197-64-2111(代表) 本庁舎…〒024-8501(芳町1-1)
江釣子庁舎…〒024-8502(上江釣子17-201-2)和賀庁舎…〒024-0392(和賀町横川目11-160)

トロッコ流しと花火のタペ「プライベート花火」募集

北上・みちのく芸能まつり実行委員会
(事務局) 北上観光コンベンション協会
☎65-0300

自分だけのメッセージを添えて花火を打ち上げませんか。特典として観覧券と打ち上げ証明書を進呈します。

■とき…8月7日(日)19時30分～

■定員…10人(先着順)

■打ち上げ料…3万円(7号玉1発)、5万円(8号玉1発)、10万円(7号玉2発・8号玉1発の計3発、または10号玉1発)、15万円(スターマイン)

■申し込み…7月8日(金)までに申込書に必要事項を記載の上、直接同協会(おでんせプラザぐろーぶ1階)へ

※詳しくは同まつりのホームページをご覧ください。



消費生活サポーター募集

岩手県立県民生活センター

☎019-624-2586

[FAX]019-624-2790

☐CB0001@pref.iwate.jp

消費生活に関する情報を地域や団体に伝えたり、県に情報提供するなど、地域における啓発活動の担い手として活躍するボランティアです。

■応募資格…消費者問題に関心があり、県内在住で満18歳以上の人

■登録期間…県が登録申し出を受理した日から3月31日まで

■申し込み…申込書に必要事項を記載の上、郵送(〒020-0021盛岡市中央通三丁目10-2)またはファクス、メールで同センターへ

※申込書は県のホームページから入手できます。



セーフティトライ100参加チーム募集

北上市交通安全対策協議会事務局
(地域づくり課内) ☎72-8301

市民の運転マナーの向上と安全運転の習慣付けを図るため、チーム単位で100日間無事故・無違反に挑戦します。なお、全員が達成した場合は賞賛状と記念品を贈呈します。

■実施期間…7月15日(金)～10月22日(土)

■対象…市内在住または在勤の自動車運転免許証取得者で編成する、職場や団体、地域などを単位とした5人以上のチーム

■参加料…1人につき1,000円

■申し込み…7月14日(木)までに申込書に必要事項を記載の上、直接同事務局(おでんせプラザぐろーぶ3階生涯学習センター内)へ

※申し込みに必要な書類は、同協議会の窓口または市のホームページから入手できます。



第61回北上・みちのく芸能まつり市民協力金

北上・みちのく芸能まつり実行委員会
(事務局) 北上観光コンベンション協会
☎65-0300

8月6日・7日に開催する同芸能まつりへのご協力をお願いします。

■協力金…一口1,000円

■協力方法…郵便振替の場合は、名義「北上みちのく芸能まつり運営委員会」番号「02230-2-50311」、直接持参する場合は9時～17時に同協会(おでんせプラザぐろーぶ1階)へ(土・日曜日、祝日を除く)

情報 ホットライン information

情報ホットラインに記事の掲載を希望する場合は、広報発行日(第4金曜日)の18開庁日前までに直接、ファクス(0197-63-7023)、またはメール(promo@city.kitakami.iwate.jp)で都市プロモーション課へ。※紙面の都合や記事の内容により掲載できない場合があります。



お知らせ

豚熱ウイルスの拡散防止にご協力ください

岩手県東部家畜保健衛生所

☎0197-23-3531

野生イノシシの間で豚熱が広がっています。人に感染することはありませんが養豚場には近づかず、山林に入った際は、靴の泥を山で落とすなど、ウイルスを持ち込まないようにしましょう。また、イノシシの死骸を発見した場合は同所までお電話ください。

募集

「鮎釣り教室」参加者募集

和賀川淡水漁業協同組合

☎64-7473 ☐kyon105@hotmail.com

■とき…8月20日(土)9時～11時30分

■ところ…和賀川グリーンパーク

■対象…県内在住の小学4年生以上(小学生は保護者同伴)

■定員…20人(先着順)

■参加料…高校生まで無料(18歳以上は日釣券1,500円)

■申し込み…8月1日(月)までに電話またはメールで同組合へ

40th ANNIVERSARY
ありがとう40年。
PALは、10年先までおもしろい。
80の専門店と/ÆON
PAL
江釣子ショッピングセンター・PAL
〒024-0072 北上市北東郷19-68 TEL0197-85-2511(代)
PALホームページ http://www.ee-pal.com

NEW!
PALポイントカードがますます「便利」で「お得」になりました!

新システム特徴 その1
磁気読み取りから
バーコード読み取り
になりました。

新システム特徴 その2
貯まったポイントは
レジにて1円から
使うことができます。

1ポイント = 1円相当

お手持ちのポイントカードにバーコードを貼られていない方はPAL案内所まで
ポイントカードをお持ちください。⇒バーコードシールを貼り付けさせていただきます。

只今、準備中!
ポイントカードがアプリになります!
PALポイントアプリ
一今夏スタート予定!

PALポイントカード
新会員募集中!

お申込・お問合せは1F PAL案内所まで

深緑夏油 夏まつり

いで湯までのラインを楽しむ会事務局
(千田) ☎090-3984-0717
✉banff@utopia.ocn.ne.jp

きたかみ牛の大試食会や地元農産物の販売、各種出店のほか、ステージイベントなど家族で楽しめる2日間です。
■とき… 7月23日(土)・24日(日)10時30分～16時

■ところ…瀬峯坂温泉宝珠の湯駐車場特設会場

※新型コロナウイルス感染症対策のため、来場の際はマスクを着用願います。

夏休み子ども体験教室

(一財)きたかみ地域振興財団
☎72-2915
✉k-zaidan@ginga-net.ne.jp

■とき… 7月25日(月)9時30分～13時30分(受け付け9時～)

■ところ…ふるさと体験館「北上」

■内容…鈴鴨川の水質調査(雨天時はネイチャーゲーム)、スイカ割り

■対象…市内小学生(1～3年生は保護者同伴)

■定員…20人(先着順)

■参加料…800円(昼食・保険代)

■申し込み…7月18日(月・祝)までに電話またはメールで同財団へ



第13回親水公園お滝さん水車まつり～あじさいと郷土芸能と～

水車まつり実行委員会(黒岩地区交流センター内) ☎64-7525

■とき… 7月2日(土)～10日(日)10時～17時

■ところ…親水公園お滝さん、黒岩まんな中広場

■内容…地場産品の販売、郷土芸能公演(黒岩太神楽、黒岩太鼓、黒岩鬼剣舞)
※3日(日)14時～の郷土芸能公演は雨天中止になる場合があります。

ほいくしカフェ

岩手県保育士・保育所支援センター
☎019-637-4544

■とき… 7月26日(火)10時～12時

■ところ…ふれあいランド岩手第1 教養室(盛岡市三本柳8-1-3)

■内容…アドバイザーの就職体験談、コーディネーターによる保育に関する情報提供、参加者同士の意見交換など

■対象…保育所で働いていない有資格者、保育士として再就職に迷う有資格者

■申し込み…7月25日(月)12時までに申し込みフォームまたは電話で同センターへ



新編北上市史刊行予定の延期

5月末に刊行を予定していた資料編「古代・中世」は9月末に刊行を延期します。

総務課市史編さん室 ☎72-8309



武術太極拳を体験しませんか

北上太極拳同好会事務局
(高橋) ☎66-6530

■とき… 7月14日(木)以降の毎週木曜日13時30分～15時30分(準備運動13時～)

■ところ…サンレック北上体育室

■対象…どなたでも

■申し込み…7月7日(木)までに電話で同事務局へ

※入会を希望する場合はお問い合わせください。

夏期スポーツ教室

(公財)北上市体育協会 ☎67-6720

ヨガ

■とき… 7月4日(月)、11日(月)、26日(火)、8月1日(月)、8日(月)(全5回)10時30分～11時30分

■対象…18歳以上

■参加料…1回500円

いきいきシニア倶楽部

■とき… 7月毎週水曜日、8月17日(水)、31日(水)(全6回)10時～12時

■対象…60歳以上

■参加料…1回500円、6回2,400円

共通事項

■ところ…北上総合体育館

■申し込み…電話で同協会へ

■定員…各回30人(先着順)



7月は国民健康保険税、介護保険料第1期、固定資産税第2期の納期です。口座振替日は25日です。前日までに預金残高を確認しましょう。



セレクトルームでみつける

「あなただけ」の暮らしリフォーム

暮らしをもっとステキに。お客様に寄添い、次の暮らしを北洲リフォームがご提案します。

HOKUSHU
北洲リフォーム

〒024-0072 北上市北鬼柳23地割61番地1 【営業時間】10:00～17:00 水曜日定休



北洲リフォーム北上支店(本社社屋内)
TEL 0197-64-7375

●消費生活相談(北上市消費生活センター☎72-8203)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時

【ところ】同センター(本庁舎1階で受け付け)

●法律相談(市民課☎72-8202)

【とき】14日(木)、21日(木)、28日(木)10時～15時(要予約)

【ところ】本庁舎4階相談室

●人権相談(市民課☎72-8202)

【とき】4日(月)、11日(月)、25日(月)10時～15時

【ところ】本庁舎4階相談室

●行政相談(市民課☎72-8202)

【とき】4日(月)

【ところ】本庁舎4階相談室

●教育相談(学校教育課☎65-3365)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時～15時45分

【ところ】学校教育課

●婦人相談(子育て世代包括支援センター☎64-7573)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時15分～16時

【ところ】同センター(hoKko内)

●家庭児童相談(子育て世代包括支援センター☎64-7574)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時15分

【ところ】同センター(hoKko内)

●青少年悩みごと相談(北上市少年センター☎72-8302)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時～17時

【ところ】生涯学習センター

●外国人に関する相談会(北上市国際交流ルーム☎63-4497)

【とき】28日(木)14時～17時(行政書士に相談する場合は要予約)

【ところ】生涯学習センター相談室

●家族の就職相談(☎63-3533)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)10時～17時(要予約)

【ところ】ジョブカフェさくら(北上地区合同庁舎内)

【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。

みちのく民俗村各種イベント

みちのく民俗村

☎72-5067 FAX 72-5074

✉michinoku.fv@gmail.com

展勝地がいあ市バザール街道107「アランド楽土市」

■とき…(7月以降)7月23日(土)・24日(日)、8月27日(土)・28日(日)、9月17日(土)～19日(月・祝)、9月23日(金・祝)～25日(日)、10月みちのく民俗村まつり開催期間中9時～15時(雨天決行、荒天中止)

■内容…手仕事作品、手作り体験、地場産食材を使った食品の販売など
※中止の場合は7時にブログでお知らせします。

第3回岩手のクラフト村 in みちのく民俗村～展勝地・みちのく民俗村 手から手'22～

■とき…7月16日(土)～8月7日(日)10時～16時

■内容…クラフト作品の展示販売、ワークショップ(開催日要確認)

共通事項

■ところ…同村



ー7月の各種行事などー

こども食堂キッチンすまいる

①1日(金)②8日(金)③15日(金)17時～19時
/①黒沢尻北地区交流センター②黒沢尻東地区交流センター③黒沢尻西地区交流センター/キッチンすまいるの会(菊池)☎090-6454-3210

不登校ひきこもりの親の会茶話会

16日(土)10時～12時/ワラネスクエア(本通り二丁目3-38)/紙ふうせんの会(後藤)☎090-4888-1210

認知症カフェふらっと

18日(月・祝)13時30分～14時30分/日本現代詩歌文学館/長寿介護課☎72-8221

※「とき/ところ/問い合わせ先」の順番で記載しています。行事などの詳細は主催者へお問い合わせください。

わっこと一緒にピンピンキラリ

地域包括支援センターわっこのわ

☎62-3247

ポールウォーキング、きたかみいき体操体験、薬剤師のお薬相談などを行います。

■とき…7月1日(金)10時～15時

■ところ…地域包括支援センターわっこのわ(和賀町総合福祉センター内)

■対象…どなたでも

映画上映会「長いお別れ」

北上市地域婦人団体協議会事務局

(菅野)☎080-6032-9245

認知症になった父と向き合うことで、自分自身を見つめ直していく物語です。

■とき…7月24日(日)①10時～②13時30分～③17時30分～(開場は各30分前)

■ところ…さくらホール中ホール

■観覧料…大人1,000円、小中高生500円
※前売り券は、同協議会会員、江釣子ショッピングセンターパル、さくらホールなどで取り扱っています。収益の一部を北上市社会福祉協議会の福祉基金に寄付します。

夏の交通事故防止県民運動

7月15日(金)～24日(日)

スローガン

「『締めました!』

乗る人みんなの 合言葉」

運動の重点

- 暑さなどによる過労運転の防止
- 高齢者と夏休み中の子どもの交通事故防止
- 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 飲酒運転の根絶

北上市交通安全対策協議会

(事務局)地域づくり課☎72-8301

ペットと一緒に入れる墓地区画
暮らしの心配なし

永代供養制度あり

お求めやすい低金利分割制度あり

全区画南向き
バリアフリー

宗教・宗派自由

※墓石デザインは一例です。当店はお客様の思いを力カタにします。

鳩岡崎墓地区公園

北上市指令ク第31号

第1分譲完売 第2分譲受付開始

鳩岡崎墓地区公園は、指定石材店制度を採用しています。

北上地区唯一の全優石認定石材安心の証です

有限会社 北上石材店

北上市鳩岡崎 2-51-3

- 北上江釣子より車で7分
- 江釣子駅より車で7分
- 北上駅より車で13分

展示場 / 岩手県北上市本町2-1-50 現代詩歌文学館隣

フリーダイヤル 0120-188-296

北上石材店

【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。

日本現代詩歌文学館俳句講座

日本現代詩歌文学館

☎65-1728 FAX 64-3621

✉shiika@shiikabun.jp

入門講座（全4回）

■とき…7月19日(火)、26日(火)、8月2日(火)13時30分～16時、11日(木・祝)13時～17時

■対象…未経験者、初心者

■講師…岩手県俳句連盟会長の白濱一羊氏

■申し込み…直接または電話、ファクス、メールで同館へ

実作講座（各班全3回）

■とき…【1班】8月25日(木)、9月15日(木)、10月27日(木)【2班】8月26日(金)、9月16日(金)、10月28日(金)【3班】11月17日(木)、12月15日(木)、令和5年1月19日(木)【4班】11月18日(金)、12月16日(金)、令和5年1月20日(金)

※時間は1・3班は14時～16時、2・4班は10時～12時です。

■対象…実作経験者

■講師…同館館長の高野ムツオ氏

■申し込み…7月1日(金)から直接または電話、ファクス、メールで同館へ

共通事項

■ところ…同館2階会議室

■定員…20人（先着順）

■受講料…2,000円（学生、引率教員は無料）

第19回歴史・文化講座「青空法話」

和賀地区交流センター ☎72-2215

■とき…7月16日(土)10時～12時

■ところ…国指定重要文化財「多聞院伊澤家」「久那斗神社里宮」(和賀町岩沢)

■内容…平泉中尊寺仏教文化研究所長・佐々木邦世師による法話『世の中このような時こそ…「心を耕す」ことばとの出逢いを』



県立中部病院「市民公開講座」

岩手県立中部病院地域医療福祉連携室

☎71-1511 FAX 71-1881

✉EA1013@pref.iwate.jp

■とき…8月4日(木)15時～16時30分（開場14時30分～）

■ところ…さくらホール中ホール

■内容…中部圏域と中部病院の現状、糖尿病、食事療法

■定員…100人（先着順）

■申し込み…7月29日(金)までに電話または申込書をファクス、メールで同連携室へ

※申込書は同病院のホームページから入手できます。



ジョブカフェさくら各種講座

ジョブカフェさくら ☎63-3533

就活サポートセミナー基本のきプラス「見極めが重要！求人票の見方」

■とき…7月19日(火)10時～12時

■内容…ゲームをしながら求人票の見方を考える、求人票の見方の解説

■対象…求職者（定年退職した人やブランクがある人も可）

■定員…6人（先着順）

若手経営者層に聞く！「しごと・トークライブ」

■とき…7月22日(金)10時～12時

■内容…コピーライター／クリエイティブディレクターの小澤政行氏による話と意見交流

■対象…一般求職者、学生など

■定員…10人（先着順）

共通事項

■ところ…ジョブカフェさくら

■申し込み…電話または直接同所へ



第87回北上ユネスコ講演会

北上ユネスコ協会講演会部

(三宅) ✉miyake12@gmail.com

(高橋) ☎67-3546

■とき…7月3日(日)14時～15時30分

■ところ…生涯学習センター第1学習室

■内容…元県内小中学校長の川村庸子氏による講演「フィンランドの街と学校～平等な教育を求めて」

オープンキャンパス「全コース&全機器体験！北コンフェスタ」

北上コンピュータ・アカデミー

☎64-6551

■とき…7月23日(土)・24日(日)10時～12時

■ところ…同校

■内容…学校説明・見学、全コース・全機器体験コーナーなど

■対象…高校生、既卒者、保護者

■申し込み…7月22日(金)13時までに電話または同校のホームページから



親子ツリークライミング

きたかみ里山クラブ

(小笠原) ☎090-4884-1412

■とき…7月24日(日)10時～

■ところ…らいじんの森（黒岩10-40）

■定員…親子10組（先着順）

■申し込み…7月15日(金)までに電話で同クラブへ

※このイベントは「いわての森林づくり県民税」を活用して行うものです。



◆土地 ◆一戸建て ◆マンション ◆宅地 ◆農地 ◆原野 ◆山林…

不動産のお困りごと お気軽にご相談ください！

売ろうか貸そうか悩んでいる とにかく処分したい 不動産を相続したけれど管理に困っている

★探しています★
売却物件大募集！

- 飯豊小学校区 ●黒沢尻東小学校区 ●黒沢尻西小学校区 ●黒沢尻北小学校区
- 立花小学校区 ●江釣子小学校区 ●鬼柳小学校区 ●南小学校区
- いわさき小学校区 ●和賀東小学校区 ●笠松小学校区 ●和賀西小学校区 ●更木小学校区
- 二子小学校区 ●黒岩小学校区 ●口内小学校区 ●照岡小学校区 他のエリアもご相談ください。

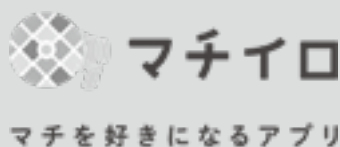
すむね

株式会社 千田工務店
〒024-0092 北上市新穀町2丁目4-8

☎0197-62-7728
https://www.sumube.jp/

すむべ で 検索

広報紙をスマホ、タブレット端末からご覧いただけます！



7月の献血

8日(金)	
9時30分～11時30分	北上消防署
12時30分～13時30分	北上警察署
10日(日)	
10時～12時	江釣子SCパル
13時30分～16時30分	
20日(水)	
15時～17時	北上済生会病院
24日(日)	
10時～12時	サンデー北上江釣子店
13時30分～16時30分	
31日(日)	
10時～12時	DCMホームマック北上藤沢店
13時30分～16時30分	

5月のデータ

●世帯数	40,585世帯【+ 98】
●人口	92,156人【+ 37】
男	46,087人【+ 36】
女	46,069人【+ 1】
●交通事故など	
人身事故	7件(36件)
死亡	1人(1人)
負傷	11人(43人)
物損事故	163件(1,244件)
飲酒運転検挙者	2人(9人)
●火災発生	4件(13件)
●救急車出動件数	
交通事故	17件(64件)
急病	189件(917件)
その他	73件(458件)

※【 】内の数字は4月末との比較
()内の数字は令和4年1月からの累計



こころの健康相談

岩手県中部保健所 ☎0198-22-2331

心の病や認知症、アルコールによる問題などでお悩みの人に精神科医師による専門相談を行います。

■とき…8月3日(水)、10月5日(水)、12月7日(水)、令和5年2月1日(水)14時～16時30分

■ところ…北上地区合同庁舎1階

■申し込み…電話または直接同所へ

第1回介護・保育・福祉の就職相談会

岩手県福祉人材センター

☎019-637-4522

[FAX]019-637-9612

■とき…7月30日(土)13時～15時40分(受け付け12時30分～)

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

■内容…介護事業所、保育所、児童・障がい者施設の就職個別相談、同センターなどによる就労相談

■申し込み…7月27日(水)までに申し込みフォームまたは電話、ファクスで同センターへ



納税相談臨時窓口

市税の納付や相談にご利用ください。電話での相談も受け付けます。

■とき…7月31日(日)9時～16時30分

■ところ…本庁舎地下食堂

※直接、地下食堂出入口からお入りください。

収納課 ☎72-8253

いわて男女共同参画サポーター養成講座

岩手県男女共同参画センター

☎019-606-1761

[FAX]019-606-1765

✉danjo@aiina.jp

男女共同参画の基礎知識や多様性、DV防止、復興防災などをテーマとした講座(限定公開のYouTube動画配信による視聴)です。受講すると、「いわて男女共同参画サポーター」として岩手県知事から認定されます。

■とき…9月1日(木)～令和5年1月10日(火)

■対象…県内に在住、勤務、通学している人

■申し込み…7月25日(月)までに申し込みフォームまたはファクス、メールで同センターへ



※動画配信の視聴のほかに地域参集講座があります。市内在住の受講者には、市が交通費を負担します(先着3人)ので、地域づくり課(☎72-8300)へお問い合わせください。

北上第1・第2ソーラー発電所(かむいソーラー)発電状況(5月分)

この発電で得られた収益は、市の再生可能エネルギーの導入やエネルギー利用の効率化を推進するために活用しています。

●発電量(前年同時期)

第1: 211,118kWh(188,143kWh)

第2: 129,485kWh(171,156kWh)

この発電量は、929世帯の1カ月分の電気使用量に相当します。

※環境省「家庭からの二酸化炭素排出量の推計に係る実態調査 全国試験調査」から算出

環境政策課 ☎72-8281



安心の松村 おまちしております

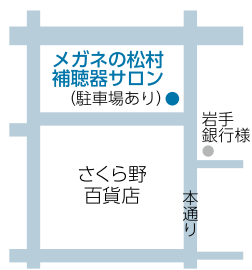
補聴器体験

正しいメガネ・補聴器で明るい生活

メガネの松村

補聴器サロン

最新補聴器
試聴できます



水曜日定休 北上市本通り2-3-43 TEL:0197-64-6121 <http://www.matsumura1914megane.com>

北上医師会コラム

脳神経内科とはどのような疾患を診療する科でしょうか？

脳神経内科は従来「神経内科」とも呼ばれていましたが、精神科や心療内科、脳神経外科と間違えられることがよくありました。そこで診療内容をより一般の皆さんにご理解いただくため、日本神経学会において標榜診療科名を「神経内科」から「脳神経内科」に変更しました。

脳神経内科は脳や脊髄、神経、筋肉に原因があり、体に障がいが生じる疾患を扱います。脳や神経の疾患の治療には脳神経内科以外にも脳神経外科、整形外科、眼科、耳鼻科などの診療科が関係することがありますが、脳や神経の疾患の診断・治療には、まずは内科的立場で

全身を診察する脳神経内科でどここの障がいであるかを見極めることが大切です。

脳神経内科が扱う代表的な疾患は、脳卒中、認知症、パーキンソン病、てんかん、頭痛などで、全ての年代層に起こりうる疾患です。そのほかにも意識障害、しびれ、めまい、手足のふるえ、手足にうまく力が入らない、歩きにくい、ふらつく、しゃべりにくい、飲み込みにくい、物が二重に見える、筋肉の痩せなどの症状がある場合は、ぜひ脳神経内科を受診してください。

(及川脳神経内科クリニック 院長 及川 博隆)

健康相談のご案内

健康について保健師などが個別相談に応じえています。来所相談を希望する人は、事前に予約してお越しください。

来所相談

- 時間… 9時15分～12時、13時～16時
- 場所… 北上市保健センター（hoKko内）

電話相談

- 時間… 8時30分～17時
- 連絡先… 健康づくり課
☎72-8296



家族の血圧が高くなってきたけど、何に気を付ければいいの？



コレステロールが高くなってきた。献立の工夫の仕方は？

健診結果票を一緒に見てもらいたい

かしこく歳を重ねるための豆知識

くらし・健康づくりに役立つ情報をお届けします！
問 長寿介護課 ☎ 72-8221



暑さに負けず元気に過ごすヒント

高齢期になるほど、暑さに対する調節機能が低下するため、若い時よりも暑さ対策は重要です。本格的な暑さを迎える前に、次のヒントを参考に暑さに備えましょう。

1 暑さに負けない身体づくり

日常的な運動習慣を身につけると、体温調節能力の低下を遅らせることができるといわれています。3食バランスよく食事をし、毎日30分程度のウォーキングなどで汗をかく習慣づくりがオススメです。

2 小まめな水分補給を

歳を重ねると、体内の水分量が低下する上、体の老廃物を排出するために多くの尿を必要とします。また喉の渇きも感じにくくなるため、1日あたり1.2Lを目安に、小まめに水分補給をしましょう。特に起床時、入浴や運動の前後はしっかりと水分を取りましょう。

3 暑さを避ける

高齢期においては、屋内で熱中症を発症することが多いため、エアコンなどを上手に使い、24～28℃程度の室温で涼しく過ごしましょう。

4 体調の変化に備える

緊急時・困った時の連絡先を確認したり、日頃から声を掛け合う関係があると安心です。



特定健診は個別の医療機関でも受診できます！

特定健診は40～74歳を対象にメタボリックシンドロームに着目して行う健診です。6月下旬から7月中旬は各地区の会場での集団健診を実施していない時期ですが、個別医療機関で特定健診を受診することができます。事前に予約することで、ご自身の都合のいい日時に健診を受けることができます。かかりつけ医への定期通院に併せて特

定健診を受診しましょう！

個別健診を実施している医療機関は、市のホームページから確認できます。

※受診する際は、各クリニックに事前に電話予約をしてください。

■問い合わせ…健康づくり課☎72-8295



実施医療機関
はこちら



休日当番医（9時～17時）

月日	当 番 医	
6月26日 (日)	室岡医院 大通り三丁目5-6 ☎63-3311	たまだ江釣子クリニック 上江釣子16-129-1 ☎77-5656
7月3日 (日)	芳野内科医院 本通り一丁目3-22 ☎65-1811	わたなべ脳神経外科クリニック 町分18-96-1 ☎65-5777
7月10日 (日)	いしかわ内科クリニック 大堤南一丁目1-25 ☎67-2288	藤田眼科医院 上江釣子17-204 ☎71-5222
7月17日 (日)	いとう内科胃腸科医院 大通り三丁目1-9 ☎64-1795	よしだ整形外科クリニック 鬼柳町荒高34-1 ☎62-5525
7月18日 (月・祝)	茂木内科医院 本通り一丁目7-12 ☎61-0222	とどり小児科医院 大通り四丁目3-5 ☎64-1603
7月24日 (日)	田郷医院 さくら通り三丁目14-25 ☎72-7282	ささもり耳鼻咽喉科医院 柳原町三丁目11-16 ☎64-6644
7月31日 (日)	黄木医院 上江釣子15-60-2 ☎77-2211	菅整形外科医院 上江釣子16-51-2 ☎77-5110

※発熱がある場合は、事前に電話相談の上、受診してください。
休日当番医などは変更になることがあります。保険証を忘れずに持参してください。

日曜日当番整骨院（9時～17時）

月日	施 術 所	月日	施 術 所
6月26日 (日)	高橋整骨院 下江釣子11-53-1 ☎73-5170	7月17日 (日)	山内接骨院 有田町11-20 ☎63-6505
7月3日 (日)	きくち整骨院 村崎野24-20-16 ☎66-5321	7月24日 (日)	うえのまち整骨院 上野町三丁目3-2 ☎61-4221
7月10日 (日)	とどり接骨院 鬼柳町都鳥38-1 ☎67-5210	7月31日 (日)	大河原整骨院 本通り三丁目1-26 ☎65-0104

こども救急電話相談実施中

岩手県医師会が運営する夜間のお子さんの病気や応急処置についての窓口です。看護師がアドバイスします。

#8000 または ☎019-605-9000(年中無休 19時～23時)

休日当番薬局（9時～17時）

月日	薬 局	
6月26日 (日)	コノハ薬局 大通り二丁目396 ☎61-0575	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121
	イオン薬局江釣子店 北鬼柳19-68 ☎62-7001	
7月3日 (日)	かえで薬局 本通り一丁目5-4 ☎65-3361	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545
	銀河薬局北上店 町分18-88-1 ☎72-6388	
7月10日 (日)	ツルハドラッグ大堤店 大堤南一丁目1-24 ☎67-6324	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976
	あんず薬局 上江釣子17-218-2 ☎71-5665	
7月17日 (日)	コノハ薬局 大通り二丁目396 ☎61-0575	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121
	日本調剤北上薬局 鬼柳町荒高33-1 ☎62-7272	
7月18日 (月・祝)	佐藤薬局 本通り一丁目8-33 ☎63-3141	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545
	かたくり薬局 大通り四丁目3-1 ☎61-3351	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277
7月24日 (日)	さくら通り薬局 さくら通り三丁目3-10 ☎72-5155	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976
	おおぞら薬局 柳原町四丁目15-29 ☎65-2202	
7月31日 (日)	キセキレイ薬局 上江釣子15-57-2 ☎72-7735	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121
	くるみ薬局 上江釣子16-151-1 ☎72-5017	

休日当番歯科（9時～12時）

月日	歯 科
7月17日 (日)	むらさきの歯科医院 村崎野16-166-3 ☎71-3418

※第3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。
電話連絡の上、受診してください。
発熱などの症状がある場合は、受診をお断りすることがあります。

すくすくらんど

子育てに役立つ情報や、市内で行われる子どもが参加できるイベントなどの情報をお知らせします！

■開催日程

と き	ところ
7月27日(水)	江釣子保育園地域子育て支援センター (上江釣子 17-201-2 ☎ 77-3920)
9月22日(木)	北上市地域子育て支援センター (新穀町一丁目 4-1hoKko1 階 ☎ 63-2118)
11月29日(火)	江釣子保育園地域子育て支援センター (受け付け10時15分～)
1月31日(火)	北上市地域子育て支援センター
3月23日(木)	江釣子保育園地域子育て支援センター

赤ちゃんの遊び場「ユニークふれあいベビー教室」
子育て世代包括支援センター(☎ 72-8298)
生後2・3カ月の赤ちゃんを育てているパパとママを対象に、親子で参加できる教室を開催しています。
■内容…赤ちゃんの発育と育児のお話、ふれあい遊びやおもちゃ作り、体重測定、育児相談など
■持ち物…母子手帳、バスタオル、お出掛けに必要な物
■申し込み…開催日の3日前までに電話で同包括支援センターへ

7月の園庭開放
認定こども園専修大学北上幼稚園(☎ 64-6006)
■とき…7月9日(土)、14日(木)、28日(木) 10時30分～11時15分
■対象…1～4歳の未就園児とその保護者
■定員…10組(先着順)
■申し込み…電話で同園へ

7月の子育てひろば
ニチイキッズ北上本通り保育園(☎ 64-3977)
■とき…①7月12日(火)10時～②21日(木)10時
■内容…①英語レッスン②手形足形アートと身体測定
■対象…満2カ月以上の0歳児とその保護者、産前産後休暇中の人
■定員…各2組(先着順)
■申し込み…電話で同園へ



「江釣子保育園地域子育て支援センター移動リニューアル」
江釣子保育園地域子育て支援センターは旧江釣子保健センターに移転し、5月17日から利用を開始しました。当面の間は、事前予約制で受け入れます。
詳しくは、市のホームページをご覧ください。

北上市文化交流センター情報

さくらホールPress

北上市の文化拠点として市民の皆さんの心豊かな暮らしを創造します

自主事業ピックアップ！
ファッティオリで聴くJAZZ
山中千尋ジャズ・ピアノ・トリオライブ
■とき…7月23日(土)16時～(開場15時30分)
■ところ…中ホール
■入場料…一般4,500円、ペア(1人当たり)4,000円、高校生以下2,000円(全席指定)
※未就学児は入場できません。
■プレイガイド…同ホール、オンラインチケットサービス、江釣子ショッピングセンターパル、さくら野百貨店北上市店
ファッティオリって？

「イタリアの宝石」とも呼ばれ、熱狂的な愛用者がいるピアノです。クリアな響きや大迫力の音は、世界最高レベルと評価されています。



問い合わせ

さくらホール
さくら通り二丁目1-1 ☎ 61-3300 FAX 61-3301
開館時間…9時～22時(年中無休)
※保守点検のため利用時間を制限する場合があります。

QRコード
ホームページ

中島美嘉 MIKA NAKASHIMA CONCERT TOUR 2022『I』

■とき…7月22日(金)18時30分～(開場17時45分)
■ところ…大ホール
■入場料…8,800円(全席指定、特典あり)
※3歳未満の子どもは保護者1人につき1人のみ無料で膝上での鑑賞が可能です。
■プレイガイド…同ホール、オンラインチケットサービスほか



施設利用申し込み

大・中・小ホール : 1年前の月 } の利用調整会議で
アートファクトリー : 3カ月前の月 } 申し込み受け付け
利用調整会議…毎月1日(1月のみ4日)18時30分～

月刊さくらホールを発行しています
毎月1日発行。各種公演などを掲載しています。同館や各プレイガイド、商業施設などで入手またはホームページでご覧ください。

QRコード



わくわく図書館

中央図書館 ☎63-3359
火～金曜日9時～19時
土・日曜日、祝日は18時まで
江釣子図書館 ☎77-2215
和賀図書館 ☎72-8307
◆休館日 月曜日（祝日の場合は翌平日）、
祝日（江釣子・和賀図書館のみ）
12月28日～1月4日、特別整理期間



おすすめ新着本

<https://www.library-kitami.jp/>

99年、ありのままに生きて

瀬戸内 寂聴／著
中央公論新社

大正生まれ、昭和、平成、令和の時代を駆け抜けた作家、瀬戸内寂聴の、若き頃から円熟期までに発表したエッセイ選集。99歳最後の対談も収録しています。



かえるのほんや

やぎ たみこ／作・絵
PHP 研究所

池のほとりにある「かえるのほんや」のお話会は、お客さんで大にぎわい。本を買うときはヘビの皮と交換します。楽しそうに本を読むかえるがたくさん出てきます。



図書館インフォメーション

体験「一日図書館司書」

カウンターでの本の貸し出し、本のカバー掛け、調べもの体験などをしませんか。

■とき…8月3日(水)9時10分～15時30分

■ところ…中央図書館

■対象…市内小学5・6年生

■定員…12人(先着順)

■申し込み…7月1日(金)9時～29日(金)17時に、申し



込みフォー
ムまたは電
話で同館へ
※直接カウンターで
も受け付けます。



新着本

くるまの娘
夏鳥たちのとまり木
池上彰の世界の見方 東欧・旧ソ連の国々
「高校の物理」が一冊でまるごとわかる
はじめてのドライフード

宇佐見 りん
奥田 亜希子
池上 彰
小川 慎二郎
CÀMMOC

ジャレットのミントコレクション
野ばらの村のふねのたび
ハチのテオ、おてつだいのレシピ
もっとすごすぎる天気図鑑
空想科学昆虫図鑑

あんびる やすこ
ジル・パークレム
香川 照之
荒木 健太郎
柳田 理科雄



発見! 地域と企業

TDKエレクトロニクスファクトリーズ北上工場

メダカ保護・文化財草刈り活動



岩沢自治会の皆さんと多間院伊澤家住宅の草刈り

「企画側が楽しまないと従業員は参加しない。やるなら楽しく」という思いで地域活動をする同社にお話を伺いました。

絶滅危惧種「ミナミメダカ」の保護と国指定重要文化財「多間院伊澤家住宅」の草刈り活動など幅広く地域貢献活動に取り組んでいます。

ケミコン東日本から誘われ2017年からメダカ保護を開始。水槽やメダカ池

を新設し、飼育・繁殖を行っています。市内4社でメダカネットワークを作り、保護活動に取り組んでいます。

また、岩沢自治会と一緒に草刈り活動では、地域住民と神社を見学したりと、草刈り以外でも交流を深めています。

このほか、高齢者施設や保育園の清掃活動など行っています。今後もいろいろな活動に協力していきます。

企業名 TDKエレクトロニクスファクトリーズ(株)

所在地 和賀町後藤2地割106-163

業種 製造業（コンデンサなど）



上下関係なくコミュニケーションができる働きやすい職場です。ボランティア活動を通じた社外交流で互いに新たな一面を知ること、社員間の絆が生まれています。



市民活動情報
センター【NEWS】



NHK文化センター 受講生募集

NHK文化センターでは、7月期の受講生を募集しています。60種類の多彩な講座を用意しています。

■主な講座…①うるしで直す金継ぎ教室(全5回)/6日(水)より13時30分～15時30分②布ぞうり/10日(日)10時～13時③あけびつるのmyパンかご/11日(月)10時～16時④菅生さんのおやつ教室(全3回)/13日(水)より10時～12時⑤紫根と石けん/25日(月)13時30分～15時

■申し込み…右記ホームページまたは電話で同センター北上教室へ

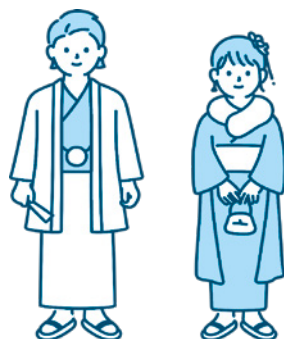


■問い合わせ…NHK文化センター北上教室 ☎61-2033

成人年齢が引き下げられたことに伴い、成人式に代わって「20歳のつどい」を開催することとなりました。これまでの成人式と大きく異なる点は、20歳になる皆さん自身が実行委員会を立ち上げ、企画・運営していただく点です。さらに、次年度主役となる19歳と、成人式を経験した21歳の皆さんも実行委員として参画できます。

初開催となる「20歳のつどい」。思い出に残るイベントを同世代の仲間と一緒に成功させ、歴史の1ページを作ってみませんか？

■趣旨…市の魅力や愛着心を再確認し、地域で活躍する人材の成長や定着のきっかけとすること



■応募資格…令和4年度に19～21歳となる人(平成13年4月2日～16年4月1日生まれ)

■募集人数…20人程度

■活動内容…式典と記念行事の企画・運営など(7月下旬から、12回程度の会議を開催予定)

■応募方法…7月8日(金)までに、右記QRコードの申し込みフォームまたは電話で生涯学習文化課へ

初募集

「20歳のつどい」実行委員募集



《第2回講座》

- とき…7月7日(木)18時30分～
- 講師…特定非営利活動法人東北どまんなか 理事長 八重樫 哲哉 氏
- 講座名…コメに惚れた男
- 申込期間…7月6日(水)まで



《第3回講座》

- とき…7月23日(土)18時30分～
- 講師…埼玉医科大学総合医療センター緩和医療科 医師 儀賀 理暁 氏
- 講座名…緩和ケアと音楽 音楽の力ってどこにあるの？
- 申込期間…7月8日(金)～22日(金)



北上市民大学は、市民向けの全10回の講座です。単回受講も可能です。

■ところ…日本現代詩歌文学館

■定員…100人(先着順)

■聴講料…1回500円(当日徴収)

■申し込み…開催の2週間前から前日までに左記QRコードの申し込みフォームまたは電話で生涯学習文化課へ(電話受け付けは土・日曜日、



祝日含む10時～21時) ※感染症対策として、3密の回避、マスクの着用、会場入り口での手指のアルコール消毒、検温などにご協力ください。

【訂正とお詫】

※広報きたかみ5月27日号のマナビページに掲載した市民大学第4回講座の樋口知志様のふりがなに誤りがありました。正しくは「ともじ」様です。お詫びして訂正します。

受講生募集

北上市民大学第2回・第3回講座

生涯学習センター休館日

●7月20日(水)

※毎月第3水曜日は休館日です

Museum 通信

ミュージアム 博物館・鬼の館・利根山光人記念美術館からのお知らせ

博物館



今年もやります！昆虫展

毎年好評の昆虫標本の展示を行います。

今年のテーマは「夏油」。市西部にある夏油の山々に生息している昆虫を中心に、身近な里山で見られる虫たちを紹介します。虫たちの世界を通して地元の自然を見つめてみませんか。もちろん、恒例の「世界のカブトムシ・クワガタムシ」標本も展示します。

■とき：7月2日(土)～9月25日(日)

※8月22日(月)・23日(火)は休館します。

■ところ：博物館和賀分館

企画展「思い出の学校～昔の子どもたち～」

学校教育や子どもたちの生活に焦点を当てた企画展を開催します。近代教育の根幹である「学制」が発表されてから今年で150年。これまで当館で収集した小学校の教材や文集などの資料と、地域の小学校からお借りした写真などから北上の教育の歩みを振り返り、戦前・戦後、そして現代の子どもたちの暮らしを紹介します。

■とき：7月23日(土)～10月2日(日)

※8月22日(月)・23日(火)は休館します。

■ところ：博物館本館

7月の休館日

休館日はありません。

鬼の館



夏季鬼っこわんぱく講座「鬼剣舞体験」

鬼剣舞を練習して発表します。自分で塗った面と、鬼剣舞の衣装で踊ります。

■とき：【練習日】7月16日(土)9時30分～12時、18日(月)祝、24日(日)、30日(土)・31日(日)10時～12時【発表日】8月11日(木)祝11時～(集合時間は10時)

■対象：4歳～小学生

■定員：8人(先着順)

■参加料：1000円

■申し込み：7月2日(土)10時から電話で同館へ

鬼剣舞ちよびり見学・体験会も開催

希望者は当日同館までお越しください。

■とき：7月24日(日)、30日(土)11時～12時

夏休みワークショップ開催

鬼剣舞和紙お面づくり

■とき：7月23日(土)10時～15時(全工程)、13時30分～15時(色塗りのみ)

■定員：各4人(先着順)

■参加料：500円(材料代)

■鬼っこ万華鏡づくり

■とき：7月31日(日)①13時30分～14時20分②14時30分～15時20分

■定員：各5人(先着順)

■参加料：300円(材料代)

■鬼めしぼりづくり

■とき：8月7日(日)13時30分～15時30分

休館日はありません。

休館日はありません。

■定員：8人(先着順)

■参加料：500円(材料代)

共通

■対象：小学生

■申し込み：7月11日(月)10時から電話で同館へ

7月の休館日

給水設備工事のため、休館します。

■休館期間：7月3日(日)～9日(土)

利根山光人記念美術館



令和4年度中期企画展を開催中

「21世紀のメッセージ 佐藤清美展」

市を拠点に活動する美術家、佐藤清美氏の企画展を開催中。創作活動全般を紹介しています。

■とき：9月1日(木)まで

■ところ：同館

修復した絵画をご覧ください

同館常設展示室に展示中の絵画2点を土師絵画工房の土師広さんに修復してもらいました。ぜひご覧ください。

美術館通信を発行しています

利根山光人記念美術館通信を年4回発行しています。最新の114号など同通信は同館で配布しているほか、市のホームページにも掲載しています。

7月の休館日

休館日はありません。

耳ヨリ情報

3館で利用できる共通観覧券(表③)をぜひご利用ください(発行日から1年間有効)。また、北上市消防団員カードをお持ちの人や市内、奥州市・金ケ崎町・西和賀町在住の小中学生は観覧料無料です！

■博物館

博物館本館(立花14-59 ☎64-1756)

開館時間…9時～17時(入館は16時30分まで)

観覧料…表①のとおり

博物館和賀分館(和賀町横川目11-160)

開館時間…10時～16時(入館は15時30分まで)

観覧料…無料

■鬼の館(和賀町岩崎16-131 ☎73-8488)

開館時間…9時～17時(入館は16時30分まで)

観覧料…表①のとおり

■利根山光人記念美術館

(立花15-153-2 ☎65-1808)

開館時間…10時～16時(入館は15時30分まで)

観覧料…表②のとおり

表①	区分	個人	団体(20人以上)
	一般	500円	400円
	高校生	240円	180円
	小中学生	170円	120円

表②	区分	個人	団体(20人以上)
	一般	300円	180円
	高校生	120円	80円
	小中学生	60円	40円

表③	区分	共通観覧券
	一般	700円
	高校生	300円
	小中学生	200円

またnote. 市民ライターのリポート



レポートの全文は北上市の都市ブランドサイト「きたかみリズム」をご覧ください。



この記事のライターさん

三宅 優子さん

静岡県東伊豆町から移住してきた北上市民3年生。史跡巡りと写真撮影が好き。

今回は私の自由研究「私の知らない和賀氏」の一部をレポートしたいと思います。

大河ドラマ「鎌倉殿の13人」をご覧になっていますか。序盤の舞台伊豆半島は私の地元で、源頼朝にまつわる史跡が残っています。その子である千鶴丸が奥州に逃れ和賀氏の始祖となった伝承を知り、私は驚きました。地元と北上の何かしらの縁を感じ、和賀氏について勉強しようと思い、二子八幡神社宮司の和賀匡彦さんにお話を伺いました。

特に興味深いのは、伝承によると、鎌倉にある日本最古の築港遺跡・和賀江島を工事した平盛綱が、和賀の豪族・和賀盛綱その人だということです。

和賀匡彦さんには、和賀氏ゆかりの場所をたくさんご案内いただきました。ぜひきたかみリズムで全文をご覧ください！



(上) 県指定重要文化財の鹿島神社(下) 上鬼柳の見渡神社で段丘から一体の田んぼを見守るお狐様。お社も大変すてきでした。

こちら「きたかみE&Beエフエム」です



自然を愛でながら松尾芭蕉気分で一句！番組コーナー「詩歌の森」では皆さんからの投稿をお待ちしています。



いいあんべ
E&Beエフエム88.8MHz
(おでんせプラザぐるーぷ内)

アプリ「FM++」でも聴取
できます

☎ 0197-62-8833

✉ e-be@fm888.jp



ホームページ



Facebook



twitter

月曜日から木曜日の10時から12時まで、4人のパーソナリティが日替わりで多彩な話題をお届けする「Happines」。

私が担当する水曜日のコーナーを紹介します。「詩歌の森」では、皆さんが投稿した俳句や短歌、川柳、詩を日本現代詩歌文学館の職員が紹介。「Focus On Kitakami」では、市内のイベント情報をリポートしています。また、「水曜はえぶりんワールド全開！」では、江釣子地区の旬の話題をゲストと共に紹介。「Happinessしりとり」では、各曜日のパーソナリティが言葉のバトンをつないでいます。

生放送ならではのハプニングや、ゲストをお迎えしてのトークは思いがけない話題に発展することもしばしばあったりと、にぎやかに2時間放送しています。リスナーさんと会話のキャッチボールができ、共感し合えるような番組作りを目指していますので、どうぞよろしくお願いします！！

パーソナリティ紹介

みえぞんさん

「Happiness」のうち水曜10時～12時を担当。日本現代詩歌文学館の公式Twitterより作品を紹介します。



最も優れた作品集に栄誉

第37回詩歌文学館賞贈賞式

前年に刊行された作品集の功績をたたえる詩歌文学館賞の贈賞式は、日本現代詩歌文学館で3年ぶりに開催されました。

受賞したのは、詩部門が田中庸介さんの「ぴんくの砂袋」、短歌部門が志垣澄幸さんの「鳶語降る」、俳句部門が遠山陽子さんの「遠山陽子俳句集成」。受賞者には一ツ橋総合財団から鬼剣舞手彫り面と副賞が贈られました。志垣さんは「短歌に向き合えたのは、宮崎にいる仲間のおかげ」とあいさつしました。



5/28



東日本古希軟式野球大会で快挙

シルバー岩手が県勢初優勝

第21回東日本古希軟式野球大会（5月31日～6月2日、青森県）に出場したシルバー岩手（城澤謙吉代表）は、高橋市長に初優勝を報告しました。

北上と花巻の選手が主なメンバーで、70歳以上の会員23人が所属。市内で週2回練習しています。本庁舎を訪れた三田徳安監督（75歳）は「走攻守そろっているチーム。タイブレークでも競り合うことができる」と士気を高めていました。全日本古希軟式野球大会（10月28日～11月1日、大分県）での健闘も誓いました。

6/10

緑に囲まれ自然を堪能

第29回春の緑化まつり

第29回春の緑化まつりは、憩いの森で開催されました。

県緑化推進委員会北上支部が主催し、市民ら約200人が来場。花や飲食物などの販売のほか、木工体験やシイタケほだ木の植菌体験なども行われました。高橋蘭々さん（黒西小4年）は「木工体験では釘打ちが難しかったけど、植菌体験では上手く種駒を打てた。楽しかった」と目を輝かせました。



5/29

地域全体でがんと向き合う

RFLJきたかみ2022

リレー・フォー・ライフ・ジャパンきたかみ2022は、みちのく民俗村で行われました。

3年ぶりの会場開催で、がん患者の支援活動のためリレーウォークやステージイベントなど約170人が参加。会場内では、「見守ってくれてありがとう」「笑顔」などのメッセージが添えられたルミナリエ（イルミネーション）がコース全体を彩り、支援の輪を広げました。



6/11

ひと味違う雨の山歩きを満喫

夏油三山山開き

夏油三山山開きが行われ、関係者らが神事に参列して今年一年の山の安全を祈願しました。夏油温泉開発連絡協議会長の高橋市長は「多くの人に夏油の自然に触れ、楽しんでいただきたい」とあいさつしました。

神事後、有志ら約30人が駒ヶ岳に登頂。あいにくの雨模様と例年より多い残雪の中でも、しっとりとした風情を楽しんでいました。



6/12

この人に聞く Spotlight

No.193

好きを仕事に 絵画の制作や個展活動に夢中

小田島 春華さん



「物心ついたときから絵を描くのが好きだった」と話す小田島さんは、学生の時に数々のコンクールで上位に入賞。中学生で画家になることを決心すると、不來方高校に入学し絵画を専攻しました。ハイレベルな人材が集う環境に圧倒されましたが、負けたくないという一心から始発の電車で学校に通い、デッサンの練習に注力。「クラス内で絵に順位をつけられるのは辛かったが、先生に褒められ成長を感じたときはうれしかった」と振り返ります。

その後、東北芸術工科大学に進学し、授業で学んだことがきっかけで水干絵の具（天然の土や胡粉、白土に染料を染め付けた日本画の具）のとりこになりました。「発色の美しさやさりとした質感に引き込まれた」と制作活動に没頭。大学3年時にはアメリカのボストンで小田島さんの個展が開催され、海外でも高く評価されました。

1年間研究生としてさらに絵画を学び、帰郷後は仕事の傍ら、絵を描き続けました。しかし、集中して絵を描きたいという思いが募り、昨年4月から制作活動に専念。自身では市内初となる個展を昨年12月に開催し、神秘的で吸い込まれそうな世界観で人々を魅了しました。小田島さんは「想像以上に多くの人が来場した。描き続けてきて良かった」と顔をほころばせます。

制作する時のこだわりは、偽りなく自然に近づけた作品にすること。「市内外で個展を開きたい。自分の世界観を多くの人に見てもらい、好きなように感じてもらいたい」と語る小田島さんの活躍から今後も目が離せません。

どんなクラス？

元気いっぱい遊ぶクラス（結萌、雍月、芽生）
協力して助け合えるクラス（遥、湊翔、梨桜）
友達に優しくできるクラス（理子、惺七）
楽しく勉強ができるクラス（柚、帆乃、舞香）
素直に謝ることができるクラス（紘生、梓豪、颯真）

担任 田中先生からのメッセージ

ニコニコ笑顔で、どんなことにも一生懸命頑張る皆さん。「できた！」「分かった！」とキラキラした目で言えるところがすてきです！思い出いっぱいの1年間にしましょう！

6月のクラス

南小学校 1年2組



6月のアーティスト



みんな

なつき
久保 那月 ちゃん

認定こども園おにやなぎ保育園 5歳



お散歩に行った時に、お友達とお花をたくさん摘んだよ。おうちに持って帰ってお部屋の棚の上に飾りたいな！

No.255

みんなの詩歌



蝸の声で気温が二度上がる

高橋 すみれ

紫陽花にせつせと築く糸の城

高橋 桃花

予鈴鳴り駆けるスカート汗ひとつ

渡辺 琴

黒沢尻北高校三年



高田 皓太くん
令和3年11月20日生まれ
(大通り)

ママとパパの宝物！うまれてきてくれてありがとう。健康で元気に育ってね。



細川 好ちゃん
令和3年11月27日生まれ
(里分)

パパに似てとっても笑顔がかわいいはおちゃん！元気に健康に育ってね♡



齊藤 希子ちゃん
令和2年6月5日生まれ
(飯豊)

これからも元気に、すくすく育ってね！

おらほの愛どる



掲載申込み
はこちら



広報

きたかみ

- 2 特集 健康福祉ポイントの活用
- 6 夏油高原スキー場の将来構想
- 8 City topics
- 9 珈琲ブレイク
- 11 市の動き
- 14 きたかみごみ情報
- 15 情報ホットライン
- 20 健幸だより
- 22 すくすくランド、さくらホールPress
- 23 わくわく図書館、地域♡企業
- 24 マナビページ
- 25 Museum通信
- 26 きたnote.、E&Beエフエム
- 27 まちの話題
- 28 みんなの広場
- 30 きたかみ景観資産
食育レシピ6月のひと皿



心を癒す永明寺の晩鐘



恒久平和を願い、夕刻に響き渡る鐘の音は、人々の心を癒してくれます。地域住民による境内の清掃活動や植栽の手入れ、周辺の草刈り、ごみ拾いなどの美化活動、ウォーキングイベントなども実施しています。

- 認定番号 116
- 認定団体 ニ子町振興協議会
- 所在地 ニ子町坊館地内
- きたかみ景観資産認定日 令和3年2月5日
- 活動内容 環境整備、地域行事の実施



編集後記

新しい広報チームとなって3カ月が経過。何を隠そう私の同期であり、新しく加わった(姫)さんも馴染んできたようで何より。同期といえは恐縮するほどの年齢差ですが、20代のようにイキイキしていた。オトクで健康になれるきたかみ(典)

取材をした詩歌文学館賞贈賞式。記念講演では、与謝野晶子について語られました。私は偉人や作品などの背景を想像するのが好きで、非常に興味深い内容でした。特に晶子の歌にあるような人やものを愛する気持ちを大切にしたいな(姫)

- 材料(直径10cmで約10個分)
- サトイモ(冷凍可)…200~250g
 - ★ホットケーキミックス…200g
 - ★牛乳…100ml
 - ★卵…1個
 - ★桑茶(パウダー)…大さじ1
 - ★蜂蜜…大さじ1
 - グラニュー糖、粉砂糖…適量



※今月は市の管理栄養士が考案したメニューです。

食育レシピ
6月のひと皿 Recipe

里芋と桑茶のかりもちどーナつ

(1個当たり エネルギー108kcal、塩分0.2g)

■作り方

- ①サトイモを電子レンジまたは鍋で軟らかくなるまで加熱し、水気を切って滑らかになるまでつぶす。
- ②★の材料を全て混ぜ合わせる。
- ③②に①を加えて混ぜ合わせ、絞り袋などに入れる。
- ④ドーナツ型になるようクッキングシートに絞る。
- ⑤160~170℃の油で揚げ、お好みでグラニュー糖や粉砂糖をまぶし、できあがり。

ポイント

サトイモを入れることでモチモチとした食感になり、桑茶を入れることで食物繊維やビタミン、ミネラルなどの栄養を摂取できます。

次の広報発行日は
7月22日(金)です

発行 岩手県北上市
岩手県北上市芳町1-1 ☎0197-64-2111(代)
編集 企画部都市プロモーション課
印刷 株式会社フジサキ



ホームページ



Facebook



Instagram



マチイロ



YouTube

ここ北上から。
世界に幸せな記憶を。
ウェスタンデジタル



Western Digital®



Western Digital, Western Digitalロゴ, SanDiskロゴ, WDロゴ, SanDisk PROFESSIONALロゴ, SanDisk Extreme PRO, SanDisk Ultra, WD Purple, WD Black, WD Blue, WD Red及びNANDは米国及びその他の国におけるWestern Digital Corporationまたはその関連会社の商標です。SDXC, microSDXCのマーク及びロゴはSD-3C, LLCの商標です。NVMeはNVM Express, Inc.の商標です。CFast及びCFastロゴはCompactFlash Associationの商標です。その他の商標も特定の目的のために使用されるものであり、各権利者によって商標登録されている可能性があります。© 2021 Western Digital Corporation or its affiliates. All rights reserved.

令和4年度の広報きたかみへの広告掲載については、(株)東広社(☎64-11523)へお問い合わせください。

