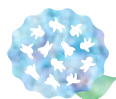


広報



KitaComing! 北上市

Public Relations

2024(R6)

6

No.761

# きたかみ



## 豊かな自然に囲 まれリフレッシュ

6月9日に開催された夏油三山山開き。今年は牛形山登山が行われ、74人が頂上を目指し、歩みを進めました。登山者は新緑や高山植物を満喫するなど思い思いに楽しめました。

助けて!!

医療現場からSOS

いつ、どこにいても必要な医療が受けられる社会は医師の皆さんのおかげで支えられています。しかし、今、医療現場では「医師の長時間労働」などを原因とする「医師不足」が問題となっています。その中で、上手に医療機関にかからないと医療を受ける患者にとっても「質の高い医療が提供されない」「緊急性を要するのに受け入れてもらえない」など、デメリットが生じます。

医療の質の低下

緊急度の高い患者の  
受け入れ困難

など



皆さんの協力が必要です!

## 医療は医療従事者と市民の総合力 適切な受診で双方が良好に

私たちは、市民の病院として皆さんの総合的な健康維持のお手伝いをしています。総合病院は幅広い診療サービスを提供しており、救急の中核となる役割も果たしています。主に日中の外来診療と夜間の救急診療がありますが、日中と夜間の医療体制は大きく異なります。当院の夜間は当直医1人、看護スタッフ2人体制。もちろん真摯に拝見させていただきますが、日中と同じように気軽に受診という感覚で来られると、その際に本当の重症者が来た場合、対応

ができません。これは双方にとって不利益で、こちらも満足な医療の対応ができません。

かかりつけ医を持ち、日頃からその先生と信頼関係をつくっておいて、突発的に起きることへの対応についても、前もって相談しておきましょう。医療とは医療従事者と皆さんの総合力です。かかりたい時にかかれることが一番であり、適切な医療サービスを提供するためにはみんなで適切な受診先や方法を考える必要があります。



北上済生会病院  
福島 明宗 院長

特集

みんなで支える

地域の医療

■問い合わせ…健康づくり課 ☎72-833155

忙しいから日中は  
病院に行けない…



日中に診てもらったけど  
夜になっても熱が下がらなくて不安だし…



— いつでも医療機関を受診できると思っていませんか? —



救急車なら  
確実で安心!



夜は空いているから  
すぐに診てもらえそう

今、当市の医療現場では、緊急性がないにもかかわらず、救急病院にかかったり、救急車を呼んだりする人が増えています。軽症にもかかわらず自己都合で、外来診療を行っていない休日や夜間の時間帯に病院の救急診療を利用する「コンビニ受診」をする人が増えており、必要な人に救急医療を提供する体制に支障を来しています。さらには、総合病院に勤務する医師が休憩時間や休日を取得できず、長時間労働により、医師本人の健康を害する恐れがあるなど、医療現場は過酷な状況となっています。

今回の特集では、皆さんの健康、そして地域の医療体制を維持するために、身近な医療機関で受診することの重要性などについて、当市の医療に関わる人の声を紹介します。上手に病院にかかることは、地域の医療を守り、支えることにもつながります。私たち一人一人に何ができるか一緒に考えてみましょう。



## かかりつけ薬剤師を持ち お薬手帳も忘れずに

薬局では地域の皆さんがお薬をより安全に、効果的に使えるよう飲み合わせなどをチェックしています。

「お薬手帳」に飲んでいるお薬をまとめていただくことで薬の重複や飲み合わせなどの確認ができます。また、副作用歴やアレルギー

などの体質を書くところもあり、個々人に合わせたお話ができるのでぜひ1冊お持ちください。

普段からいろいろ相談できる「かかりつけ薬剤師」を持つこともお勧めします。どんなささいなことでもお気軽にご相談ください。一緒に解決していきましょう！



キセキレイ薬局  
三浦 正樹 管理薬剤師  
(北上薬剤師会長)

### ▶お薬手帳はどこでもらえるの？

全国の調剤薬局で無料でもらえます。医療機関から処方箋をもったら調剤薬局にご相談ください。また、スマホで使える「eお薬手帳」もあります。詳細は右記からご覧ください。



北上市健康づくり課  
小笠原 謙 課長



北上市 モバイルクリニック

YouTube  
で動画配信中



## 日頃からできる健康づくりを

市では、「自分らしい暮らし方を支える健康寿命の延伸」を目指しています。そのために、市民一人一人が住み慣れたまちで、生き生きとした生活を送ることができるよう、健康診査や各種がん検診を行っています。定期的に健診を受診することで、病気を早期に発見

することができます。

また、きたかみ健康福祉ポイントが貯まるウォーキングコースがありますので、生活習慣病の予防をしましょう！

なお、通院困難な人への選択肢として、モバイルクリニックもありますのでぜひご利用ください。

### ▶モバイルクリニックって？

看護師が専用車両に乗って、患者の自宅を訪問、車内で遠隔地の医師のオンライン診療を受診する、新たな医療提供の方法です。

病院に移動することなく、かかりつけ医の診療を受けることができます。また、看護師が患者のサポートをするので、オンライン診療に必要な機器操作は不要です。

詳しくは市のホームページをご覧ください。



車内での診察の様子

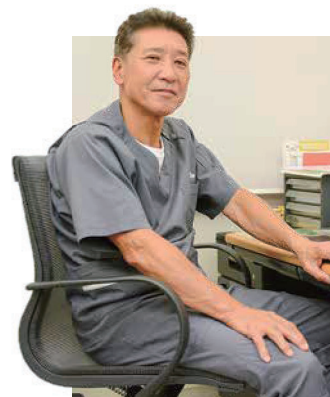


## かかりつけ医を持ち気軽に相談を

私たち地域の病院は、日常的な病気や健康問題を診療・治療します。また、健康に関する相談のほか、必要に応じて専門の医療機関を紹介します。市内には専門性のある先生がたくさんいますから、専門的な治療ができ、さらに専門性が高い診療の紹介ができます。

日頃から総合病院や専門の医療機関とも連携し、どのようなケースが紹介すべきなのかも検討しており、これらは総合病院に対する負担の軽減につながっています。

かかりつけ医を持つことで私たちは皆さんの日頃の健康状態を知ることができ、症状に応じた専門医や総合病院の紹介もスムーズに行うことができます。病気の早期発見・治療にもつながりますので、まずは身近なかかりつけ医を持ち、気軽に相談してください。これを聞いたらどうなんだろうというのは考えなくて大丈夫です。何でも聞いてください。皆さんと一緒に効果的な治療を考え、適切な紹介をしたいと思っています。



いわぶち脳神経クリニック  
岩淵 崇 院長 (北上医師会長)

### ▶かかりつけ医を持ちましょう！

かかりつけ医を探したい、近くの医療機関を探したい人は医療情報ネット(ナビイ)をご利用ください。夜間診療所や休日当番医などさまざまな項目から探すことができます。



## 救急車を呼ぶ前にできることを

昨年の救急車の出動件数は過去最高の4,442件で、1日平均では12.1件です。現在、北上地区消防組合では7台が出動できる状態で、過去には管内の車両が全て出動したこともあります。その中であきらかに重篤ではない、見た限り軽症だと判断できる状態での救急要請は適正な利用ではないと感じます。

救急車はあくまでも緊急を要する重篤な患者さんが対象です。す

ぐに119番ではなく、かかりつけの医療機関へ相談できないかお考えください。ただし、救急の判断は非常に難しいと思いますので、不安に思った際は通報いただいて構いません。日頃から食生活や生活習慣を整え、かかりつけ医に緊急時の対処を含め相談するなど、皆さんが事前にできることをしっかりとやってもらった上で救急車の適正な利用をお願いします。



北上地区消防組合消防本部警防課救急係

高橋 洋充 係長

### ▶子どもの体調が悪くになったら？

【こどもの救急電話相談】

■受け付け時間…19時～翌8時(年中無休)  
■電話番号…#8000または019-605-9000

【こども救急ガイドブック】

こどもの具合が悪い時の症状の見分け方を発熱やけいれんなど九つの症状別に紹介しています。



## ポケモンが図書館にやってくる 子どもスペシャルデー in 中央図書館



JR北上駅東口前の交流広場、さくらPORT・スクエア内には、昨年からポケモンに関するスポットが出現しています。一つは株式会社ポケモンから寄贈いただいた、ポケモンマンホール「ポケふた」。もう一つは、県内陸部初、ポケモンラッピング自動販売機です。自販機は株式会社伊藤園に設置していただきました。

今年も市内でポケモンのキャラクターに出合える場所が増えそうです。



©Pokémon/Nintendo/Creatures/GAME FREAK  
(上)ポケふたには桜並木を背にしたゴローニヤとキリキザン(左)自販機には「いわて応援ポケモン」のイラストが

### ポケモンの本よんでみよう展

ポケモン関連書籍60冊が大集合。館内で展示し、貸し出します。

■展示期間：7月20日(土)～9月1日(日)

※子どもスペシャルデーの詳細は、本号23ページ「わくわく図書館」または同館のホームページをご覧ください。  
■問い合わせ：中央図書館 63-33559



どんなポケモンが隠れているかな？

## 見かけた場合は協力ください 特定外来生物駆除による生態系保護

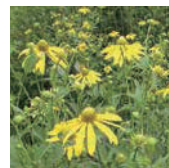


6月から8月にかけて、多くの植物が繁殖時期を迎えます。中でも「特定外来生物」に指定された外来生物は繁殖力が強く、市内に生息する在来生物の生態系を破壊します。

市内広域で確認されている特定外来生物には「オオキンケイギク」「オオハシゴソウ」「アメリカオニアザミ」などがあります。アメリカオニアザミは



オオキンケイギク



オオハンゴンソウ



アメリカオニアザミ

強く鋭いげがあり、注意が必要です。特定外来生物を所有地内で見つけた場合は、生態系保護のため駆除にご協力ください。詳しくは、市のホームページをご覧ください。

■駆除方法：根ごと抜き取って袋に密閉し、枯死させてから燃える「みへん」  
■問い合わせ：環境政策課 672-8281

## 7月1日からオープンします 北上市民展勝地プール開き

■とき：7月1日(月)～8月31日(土) 9時～12時 12時30分～15時30分 ③16時～19時  
■使用料：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、敷地内駐車場またはプール西側川沿いの駐車場をご利用



用ください。  
■問い合わせ：スポーツ推進課 672-8313

## 伝えたい思いを詩にしてみませんか？ 「おかあさんの詩」全国コンクール

### 作品募集



詩人サトウハチローの功績をたたえ開催する、第28回「おかあさんの詩」全国コンクールの作品を募集します。

■応募作品：「おかあさん」をテーマとし、同コンクルのために自作した詩(1人2編以内)  
※おかあさん以外の家族や動物のおかあさんなどをテーマにして創作することもできます。

■応募資格：18歳以下の人(平成18年4月2日以降生まれ)  
※高校、特別支援学校、矯正施設で取りまとめる場合は、この限りではありません。

■申し込み：9月13日(金)までに次のいずれかで同コンクール実行委員会事務局(おでんせプラザぐろーが3階生涯学習文化課内)へ①B4判400字詰原稿用紙2枚以内に縦書きし、応募票を添付の上、郵送(〒024-0006 1北上駅前郵便局留め置き「おかあさんの詩」係)または持参②同コンクールホームページの応募フォームに必要事項を入力  
■問い合わせ：同コンクール実行委員会事務局(生涯学習文化課内) 672-8304

## 令和7年3月31日まで変更します

### 鬼柳地区の代替避難所は鬼柳小学校

鬼柳地区交流センターの改修工事の期間中は、同地区の第1次避難所を鬼柳小学校とします。災害発生時や災害発生のおそれがある場合には、同小学校に避難所を開設しますので、ハザードマップで避難経路などを確認してください。



■問い合わせ：危機管理課 672-8306

## 力を合わせ犯罪のない社会を築きましょう 社会を明るくする運動北上集会

全ての国民が、犯罪・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、犯罪や非行のない地域社会を築こうとする全国的な運動です。どなたでも参加できます。

■とき：7月7日(日)13時30分～15時30分  
■ところ：日本現代詩歌文学館講堂

## 親子でインターネットの適切な活用を学びましょう 親子インターネット安全利用・プログラミング体験講座受講者募集

子どものインターネット利用が拡大する中で深刻化した諸問題(ネット依存、SNSでの誹謗中傷、自画撮り被害など)について親子で学び、ベアレントルコントロールの促進と子どものインターネットを適切に活用する能力を向上させるための講座です。

また、次代を担う子どもたちがプログラミングに親しみ、情報機器を正しく利用することで、便利で豊かな生活を送ることができることを学び機会となります。

■とき：7月27日(土)9時30分～12時

■内容：高校生一日保護司の委嘱、内閣総理大臣メッセージ伝達、小学生の体験発表(市内小学校の代表児童など)  
■定員：150人(先着順)  
※駐車場を利用する場合は、中央図書館西側駐車場を利用してください。  
■問い合わせ：北上市地域安全推進市民会議 地域(り)課内 672-8301

■ところ：北上コンピュータ・アカデミー  
■内容：インターネットを安全に利用するための講話、ロボットを使ったプログラミング体験  
■対象：市内の小学5・6年生および中学生とその保護者  
■定員：20組40人(先着順)  
■申し込み：6月24日(月)～7月19日(金)に下記申し込みフォームから  
■問い合わせ：北上市地域安全推進市民会議 地域(り)課内 672-8301





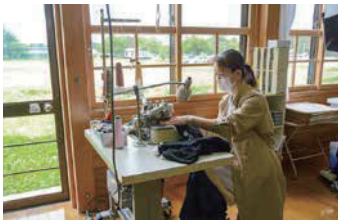
## 市の動き

## 旧黒岩小の校舎がカシミア工場に

5月11日

株式会社ユーティーオー（本社東京都港区）と黒岩自治振興会、市の三者による企業立地協定調印式は、旧黒岩小学校で行われました。同社はカシミアニット製品の海外展開に向けた生産拡大のため、下江釣子の工場を旧校舎へ移転。4月から稼働しています。

宇土寿和代表取締役は「カシミアといえば北上市と言ってもらえるようにになりたい」と抱負を語り、黒岩自治振興会の昆美知男会長は「黒岩を拠点とし、国内外にこの地区を発信してほしい」と期待を寄せました。



## 県広報コンクールで3部門に入選

1月18日

令和5年度岩手県市町村広報コンクールにおいて、広報きたかみ2月号が広報紙の部で奨励賞、11月号が1枚写真の部で2位、ふるさと納税PR動画が映像部門で入選となりました。このうち1枚写真とPR動画は県代表として、令和6年全国広報コンクール（4月11日）に推薦されました。今後も皆さんに親しまれる広報紙の作成、情報発信に努めていきます。



少子化や時代の変化に対応し、子ども達の教育環境を高めるための学校の適正配置について、一緒に考えませんか。きたかみの未来を創る教育のあり方・提言書をまとめた、検討委員会委員長で岩手大学教育学部の田代高章教授から、現代の教育環境と同提言に込めた思いをお話いただきます。

■ところ…日本現代詩歌文学館講堂  
※提言書は市のホームページに掲載しています。

※事前質問を受け付けています。市のホームページの



質問フォームからお寄せください。  
■問い合わせ…教育委員会総務課 ☎72-18256

## きたかみの未来を創る教育のあり方説明会

北上市「食のつながり」認証制度は、生産者のこだわりや思いを、消費者まで伝える取り組みを「食のつながり」として認証するもので、北上市産品の信頼性を高めるものです。その「つながり」ここに取組む人を募集します。

■対象…市内の生産者、販売者、飲食店、加工業者（認証登録の基準は、下記市のホームページに掲載）

■申し込み…7月8日（月）までに直接農林企画課へ

※要領と申請書は、農林企画課または市のホームページから入手できます。



北上市「食のつながり」  
認証ロゴマーク

■問い合わせ…農林企画課 ☎72-18235

## 北上市「食のつながり」登録希望者募集

外国人と日本人が互いに理解を深め、共に住みよいまちづくりを目指すワーキングショップ「Shared future」の第2回を開催します。

■とき…7月14日（日）9時30分～12時

■ところ…江釣子地区交流センター大ホール

■内容…キンボール（カナダ発祥）などのニースポーツ

■定員…日本人・外国人計40人（先着順）

外国人と一緒にニースポーツを楽しみましょう  
きっかけづくりプロジェクト参加者募集

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。

■実施期間…7月15日（月）～10月22日（火）の100日間

■参加資格…原則、市内在住または勤務している自動車運転免許保有者

■参加チーム…職場や団体、地域などを単位に5人以上で1チームを編成

■表彰…チーム全員が期間中、無事故・無違反を達成した場合は会長（北上市長）名の賞状と記念品を贈呈

■参加料…1人1000円

■申し込み…7月12日（金）まで（土・日曜日、祝日を除く）に参加申込書兼委任状に参加料を添えて、直接市交通安全対策協議会事務局（生涯学習センター内）へ（郵送不可）

※参加申込書兼委任状は、同協議会に配置しているほか市のホームページで入手できます。

■問い合わせ…市交通安全対策協議会事務局（地域づくり課内） ☎72-83001



【保険料の算定】

■介護保険料…基準額を基に所得状況に応じ、14段階に分けて算定（当市の令和6年度基準額は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…前年の収入・所得に応じて年額を算定（均等割額は4万3800円、所得割率は8.53%）

※基礎控除後の総所得金額等が58万円以下の人の所得割率は7.89%です。

※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】

各保険料は災害や特別な事情により減免される場合があります。

■対象…次のいずれかに該当する人の災害などによる財産の著しい損失や収入の減少が認められる納付通知書に記載されている減免の該当要件を満たす

■必要書類…納入通知書、通帳など

■申請期間…納付書（または口座振替）で納める人は納期限の7日前までに、特別徴収の人は年金支給月の前々月の15日までに各課へ

■問い合わせ…（介護保険料について）長寿介護課 ☎72-18219（後期高齢者医療保険料について）国保年金課 ☎72-82005

※8月以降に使用できる後期高齢者医療保険者証は、7月下旬までに交付します。

チームで安全運転に取り組みませんか  
「セーフティトライ100」参加チーム募集納付書と口座振替による納入回数は年9回になりました  
介護保険料・後期高齢者医療保険料

## 市の動き

## 新教育長に船田氏を任命

6月1日

平野前教育長の任期満了に伴い、八重樫市長は市議会の同意を得た上で、新教育長に船田浩氏(62歳・上野町)を任命しました。任期は3年間で。

船田教育長は、西和賀町教育長、鬼柳小学校長、黒沢尻北小学校長を歴任。6月3日に市本庁舎で行われた就任式で「教育は子どもの豊かな自立を導くためにあり、まちづくりには子どもの自立が欠かせない。職員の協力をいただきながら職務に当たりたい」と抱負を述べました。

キャッシュレス決済で便利に  
各種証明書の  
手数料の支払い

7月1日(月)から、住民票の写しや課税所得証明書などの各種証明書発行にかかる手数料が、キャッシュレスで支払いできるようになります。なお、従来とおり現金での支払いも可能です。

■対象手数料：市民課、江釣子民生係、市民税課で取り扱う各種証明書の手数料

■支払い方法：クレジットカード、各種スマホアプリ決済など

■問い合わせ：市民課 ☎72-82000、市民税課 ☎72-82110

親子で実験をしませんか？  
きたかみこども  
も環境未来塾

エネルギー実験ボックスでの体験、ソーラーハウス作りなどを行います。

■とき：7月20日(土)10時～12時、23時30分～15時30分

■ところ：江釣子地区交流センター3階

■対象：市内在住または市内の小・中・高生

■定員：各回20組(抽選)

■申し込み：7月5日(金)までに右記申し込みフォームから

■問い合わせ：環境政策課 ☎72-82811

納付書と口座振替による国保税の納入回数は年9回になりました  
国民健康保険に関するお知らせ

## 【納付通知書の送付】

本年度の国民健康保険税(以下、国保税)の納付通知書を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3月の年9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。

## 【産前産後期間の減額】

出産予定の国民健康保険被保険者で、妊娠85日(4カ月)以上の出産が対象です。死産、流産、早産および人工

妊娠中絶の場合も含みます。

出産予定日の6カ月前から届出ができません。母子健康手帳などを持参の上、国保年金課または市民税課で申請してください。

## 【国民健康保険被保険者証の送付】

新しい保険証(70歳未満の人には、被保険者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7月下旬頃に送付します。有効期限は令和7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となるので、保険証兼受給者証の有効期限は誕生日の前日となります。

|                             |                   |                  |                 |          |              |
|-----------------------------|-------------------|------------------|-----------------|----------|--------------|
| 岩手県国民健康保険被保険者証<br>(兼高齢受給者証) | 有効期限<br>令和7年7月31日 | 発効期日<br>令和5年8月1日 | 記号番号<br>0123456 | 性別<br>男  | 負担割合<br>2割   |
| 氏名<br>花子                    | 北上市               | 昭和26年9月15日       | 平成28年4月1日       | 令和6年8月1日 | 北上市 太郎       |
| 生年月日                        | 資格取得年月日           | 交付年月日            | 世帯主氏名           | 住所       | 岩手県北上市芳町1番1号 |
| 保険者番号 030064 交付者名 岩手県北上市印   |                   |                  |                 |          |              |

※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。

【本年12月2日以降、国民健康保険被保険者証は発行されなくなります】

医療機関を受診の際はマイナ保険証(マイナンバーカード)をご利用ください。マイナ保険証を使うことで、医療費を節約できるだけでなく、手続きなしで高額療養費制度が適用され、限度額適用認定証の事前申請も必要なくなります。

※マイナ保険証をお持ちでない人には、保険証の有効期限が切れる前に保険証に替わる資格確認書が発行され、引き続き医療を受けることができます。

## 【高額療養費制度】

限度額認定証の有無にかかわらず、同月内の医療費自己負担額が高額となった場合、自己負担額の一部支給が受けられる「高額療養費制度」があります。申請が必要ですので、同月内の領収書などを持参の上、2年以内に国保年金課で申請してください。

## 【限度額適用認定証の申請】

医療費が高額になりそうとき、マイナ保険証をお持ちでなければ、あらかじめ「限度額認定証」の申請をお勧めします。この提示によって、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には、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。

## お元気ですか市長です。⑥

北上市長 八重樫浩文

## 保育士さんをサポートします！

全国的に働く女性が多くなり共働きが普通になるにつれ、数年前までは、いわゆる保育所不足で「待機児童の解消」が行政の大きな課題となっていました。「保育園落ちた、日本死ぬ」の匿名ブログが全国で大きな話題になりました。

しかし、近年の急激な少子化の進行もあり、当市においては現在、待機児童がいない状況(マッチング調整はありますが)となっています。

一方、保育所などで働く保育士さんの確保は、市全体としては難しい状況が続いています。当市では、保育士らの人材確保を大きな課題と捉え、さまざまな「保育士サポート」メニューを準備しています。

例えば、「就職支援助成金」として、民間の市内保育所・認定こども園・幼稚園・小規模保育事業所(以下、保育所等)で、保育士・看護師・幼稚園教諭などの資格を有して新たに1日6時間以上かつ20日以上勤務

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)。

■問い合わせ：納付について 収納課 ☎72-82533(軽減・減免・減額について) 市民税課 ☎72-82110(保険証・高齢受給者証、限度額認定証などについて) 国保年金課 ☎72-82044(マイナンバーカードについて) 市民課 ☎72-82000

納付困難な場合はご相談を  
国民年金保険料の免除

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的全額または一部が免除されます。学生や50歳未満の人は納付が猶予される制度もあります。

■申請：7月1日(月)から国保年金課へ※マイナポータルから電子申請でもできます(継続申請の承認を受けていない人は要申請)。

※詳しくは、市のホームページを確認するか国保年金課へお問い合わせください。

■問い合わせ：国保年金課 ☎72-82044



務する人に、助成金最大30万円を交付することとしています。

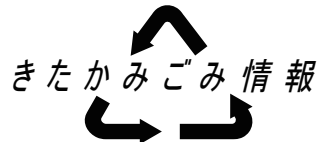
また、保育所等に勤務する保育士らが奨学金を利用している場合は、奨学金返済の1/2または2/3を補助しています(上限などあり)。

さらに、保育所等に勤務する保育士らの子の保育料の一部を、減免または助成しています(月当たり第1子1万円、第2子5千円を上限)。

私の選挙公約には「妊娠、出産、子育ての負担軽減」を一番目に掲げ、就学前の子どもの医療費完全無償化、高校生までの医療費助成の拡充、所得制限の撤廃を実現したほか、不妊治療の助成などを継続するとともに、県で始めた3歳未満児第2子以降の保育料の無償化に加えて、市独自で第1子の保育料の半額軽減も始めました。

こうした支援策と共に、子育て人材(人材)の確保・育成にも一層注力してまいります。





環境政策課 ☎72-8284

## 資源ごみステーションを 正しく使いましょう

資源ごみ常設ステーションに、資源にはならないごみを排出している利用者がいます。

資源ごみ常設ステーションを適正に利用していたため、次のことに注意して排出をお願いします。

### ◆主なごみと適正な排出方法

| 種 類                           | 排出方法                                           |
|-------------------------------|------------------------------------------------|
| 衣服などの布類                       | ・60cm四方に裁断し燃えるごみへ<br>・金属部分は切り取り燃えないごみへ         |
| せともの・ガラス製の食器                  | ・紙で包み「割れ物」と記載して燃えないごみへ<br>・金属が含まれている場合は燃えないごみへ |
| プラスチック使用製品<br>(リサイクルマークが無いもの) | ・プラスチックのみの場合は燃えるごみへ                            |
| 辞典・辞書                         | ・表紙が固いもの、革製のものは表紙部分を燃えるごみへ                     |

資源ごみ常設ステーションは、勤務形態の都合などにより、地区の資源ごみ集積所を利用できない人向けに設置されたものであり、受け入れできる量に限りがあります。基本的には地区の資源ごみ集積所を利用するようにしてください。

### 「さんあ〜る」をご活用ください

ごみの分別方法や収集日など、役立つ情報をスマートフォンから手軽に調べることができます。



App Store



Google Play

## 調査にご協力ください 家屋調査の実施

令和6年中に家屋を新築・増築した場合は、令和7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、内部の取りやけ上げ、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、調査に向う職員は「固定資産評価補助員証」を携帯しています。また、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

## 汲み取りから浄化槽へ変更する場合は加算します 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。本年度から、汲み取り便所から浄化槽へ変更する場合は、補助金額が加算されます。

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、加算額は工事費の全額（下表のとおり限度額あり）

■申し込み：12月13日（金）までに下水道

### ■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     | 58万5,000円 |
| 130㎡超   | 7人槽     | 71万1,000円 |
| 二世帯住宅など | 10人槽    | 99万円      |

### ■汲み取りから変更する場合の加算額

| 項目     | 補助額（限度額）    |
|--------|-------------|
| 便槽撤去   | 工事費全額（9万円）  |
| 宅内配管工事 | 工事費全額（30万円） |

※ 江戸子戸（階段）へ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



## 子ども対象の助成に所得制限がなくなりました 医療費給付受給者証の更新と申請手続き

現在交付している各医療費給付受給者証の有効期限は7月31日までです。次のとおり更新や新規の申請を受け付けています。

### 【医療費給付受給者証とは】

医療費給付を受けられると認定された人に交付しているものです。医療機関または市の窓口で提示し、給付申請をすることにより、窓口負担額から受給者負担額を差し引いた額が市から助成されます。

### 【医療費給付受給者証の対象】

- 子ども…平成18年4月2日以降に生まれた人
- 妊産婦…妊娠5カ月目に入るとの初日から、出産した月の翌月末までの間にある人
- 重度心身障がい者…身体障害者手帳1・2級、特別児童扶養手当1級、障害基礎年金1級、療育手帳Aの人
- ※手帳などに期限があつて再認定されていないと、対象にならない場合があります。
- ひとり親家庭…配偶者がいない、または配偶者に重度の障がいがある人で、平成18年4月2日以降に生まれた子を養育している人とその子
- ※児童扶養手当が全部支給停止になった

### ■新規申請、更新申請の対象と手続き

| 新規申請                                                                                            | 更新申請（現在交付されている人）                                                                         |                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                 | 手続きが必要な人                                                                                 | 手続きが不要な人                                                          |
| ・転入、出生などにより市民となった人<br>・所得などの要件が変わり、新たに該当となる人<br>※受給者証の種類により所得要件や申請に必要な書類が異なりますので、同課へお問い合わせください。 | ・令和6年1月1日現在の住所が市外にあるなどの理由で、5年中の所得を確認できない<br>・手帳などの写しが必要<br>※郵送された案内を確認し、同課窓口で手続きをしてください。 | ・妊産婦<br>・令和6年1月1日現在の住所が市内にあり、5年中の所得が限度額以内<br>※7月中に更新後の受給者証を郵送します。 |

国保年金課で受け付けています。更新と新規で手続きが異なりますので、左表をご確認ください。

た人は認定できない場合があります。

【所得制限】申請しても所得制限により該当しない場合があります。次の各受給者証の所得限度額表を参考にしてください。子どもの医療費助成事業には所得制限がありません。なお、各控除額により限度額が変わる場合があります。

### ■ひとり親家庭

| 扶養人数 | 本人限度額      |
|------|------------|
| 0人   | 1,920,000円 |
| 1人   | 2,300,000円 |
| 2人   | 2,680,000円 |
| 3人   | 3,060,000円 |



対象：重度心身障がい者・ひとり親家庭

### ■重度心身障がい者

| 扶養人数 | 本人限度額      | 配偶者等限度額    |
|------|------------|------------|
| 0人   | 3,954,000円 | 6,637,000円 |
| 1人   | 4,334,000円 | 6,886,000円 |
| 2人   | 4,714,000円 | 7,099,000円 |
| 3人   | 5,094,000円 | 7,312,000円 |

### ■妊産婦

| 扶養人数 | 本人または配偶者限度額 |
|------|-------------|
| 0人   | 2,720,000円  |
| 1人   | 3,100,000円  |
| 2人   | 3,480,000円  |
| 3人   | 3,860,000円  |



対象：妊産婦

**岩手県の不動産売却は不動産本舗**

あなたの不動産買取ます!! 直接取引だから仲介料不要

無料AI不動産査定  
※条件によってはご希望に添えない場合もあります。

市役所前に移転しました

TEL.0197-72-7901

営業時間 9:30~18:00 定休日 水曜日  
岩手県知事公室(10)第1473号 (一社)岩手県宅地建物取引業協会会員  
東北地区不動産公正取引協議会加盟 (公社)全国宅地建物取引業協会加盟

不動産査定無料! お気軽にご相談ください!

〒024-0091 岩手県北上市太田町2-18  
株式会社 北日本土地 北上市店  
https://www.kitatochi.com/ e-mail:info@kitatochi.com

買取・販売実績で選ぶなら

コンセント取付  
ランプ交換  
エアコン工事

コンセント取付・ランプ交換  
電気の“こまった”を解決します。

明るい未来を創造する技術集団

TEL 0197-67-5252 FAX 0197-67-5326

**南部電気工事株式会社**

ホームページ・ブログ公開中  
南部電気工事 検索

●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】11日（休）、18日（休）、25日（休）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】毎週月曜日10時～15時（祝日を除く）  
【ところ】本庁舎4階相談室  
●行政相談（市民課 ☎72-8202）  
【とき】1日（月）10時～15時  
【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  
●女性相談（こども家庭センター ☎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（こども家庭センター ☎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  
●行政書士による外国人に関する相談会（通訳は要予約/北上市国際交流ルーム ☎63-4497）  
【とき】25日（休）14時～17時  
【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】ジョブカフェくら



## イベント

## 現代の女性の働き方を考えるネットワークカフェ

岩手大学ダイバーシティ推進室  
☎019-621-6998  
FAX ☎019-621-6999  
equality@iwate-u.ac.jp

市内で働く女性からの事例紹介やグループワークを行います。  
■とき…7月19日（金）13時30分～16時  
■ところ…生涯学習センター第1学習室  
■対象…県内事業所所属または本プログラムに関心のある女性  
■定員…20人程度（先着順）  
■受講料…1,500円  
※市内在住または市内に事業所がある人には、市が半額助成します。  
■申し込み…7月12日（金）までに申込書をメールまたはファクスで同室へ  
※詳しくは同室ホームページをご覧ください。



## 夏の交通事故防止県民運動

7月15日（月）～24日（休）

スローガン  
「わたるまえ  
わすれずかくにん みぎひだり」

## 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
- 飲酒運転の根絶
- 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

北上市交通安全対策協議会  
（事務局）地域づくり課 ☎72-8301

## 第63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運営委員会  
（事務局）北上観光コンベンション協会  
☎65-0300

8月2日（金）から4日（日）まで開催する同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、名称「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時から17時の間に同協会（さくらPORT・HOTEL 1階）へ（土・日曜日、祝日を除く）

## トロコ流しと花火のタベ「プライベート花火」大募集

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。特典として定員4人の観覧券（A席）と打ち上げ証明書を進呈します。

■とき…8月4日（日）19時30分～  
■定員…10人（先着順）  
■打ち上げ料…5万円（8号玉1発）、10万円（10号玉1発）、20万円（スターメイン）、スペシャルコース（25万円以上～、内容は要相談）  
■申し込み…7月5日（金）（スペシャルコースは6月28日（金））16時までに申込書を同協会（さくらPORT・HOTEL 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。



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

## 募集

## 専大北上ジュニアレスリングクラブ入会者募集

専修大学北上高校 ☎63-2341  
同校レスリング部顧問（田口）  
☎090-1420-3315

無料体験会を実施しています。  
■とき…毎週月、水曜日17時30分～19時  
■ところ…専大北上レスリング場（おでんせプラザくろーぶ地階）  
※車で越しの際は、北上駅前北駐車場をご利用ください。駐車券を提示いただくと2時間無料です。  
■対象…小学3年生～中学3年生  
■会費…年会費2,000円、月会費500円（保険料など）  
■申し込み…体験・見学後、申し込み書類に必要事項を記入し同校へ  
■持ち物…運動できる服装、レスリングシューズもしくは体育館シューズ

## 地域の情報は

## きたかみE&amp;Beエフエム

88.8MHz

きたかみE&Beエフエムがパソコンやスマホで視聴できます。FM++の専用ホームページにアクセスするか、アプリをダウンロードしてお聞かせください。



## おもちゃを無料で修理します

おもちゃの修理屋さん北上市  
omocha2023@gmail.com

■とき…7月20日、27日、8月17日、9月14日、28日の土曜日13時30分～15時30分  
■ところ…生涯学習センター第2学習室  
※車で越しの際は、北上駅前駐車場（立体駐車場）または北上駅前北駐車場をご利用ください。駐車券を提示いただくと3時間無料です。  
※ボランティアスタッフも募集中です。  
※詳しくは同サークルのホームページをご覧ください。



## 交通災害共済の加入申し込み

地域づくり課 ☎72-8301

金融機関での交通災害共済の取り扱い、9月30日（月）までです。加入を希望する人は早めに手続きしてください。なお、同課では、引き続き令和7年7月31日（休）まで取り扱っています。  
■申し込み…加入申込書を同課または金融機関の窓口へ  
※加入申込書は同課または金融機関の窓口で入手できます。  
■共済期間…8月1日（休）～令和7年7月31日（休）  
※他県へ転出して共済期間中は有効です。  
■加入対象…当市に住所を有するまたは、市内の家族と生計を同じくし、県外に就労または大学などに就学中の人  
■掛け金…年額1人400円

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

## 和賀川流域の親水美化活動に補助金を交付します

和賀川の清流を守る会  
（事務局）環境政策課 ☎72-8282

■申請期間…令和7年3月31日（月）まで  
■補助額…5人以上の活動で活動費のうち人数×千円（上限3万円）、講師などへの謝金で講師1人1時間あたり4千円以内（上限1万2千円）  
※1団体あたり2回までの補助です。  
■申し込み…補助金交付申請書兼活動計画書を直接事務局へ  
※様式は市のホームページまたは窓口で入手できます。



## 親水公園お滝さんのアジサイが見頃を迎えます

親水公園お滝さん水車まつり実行委員会  
（NPO法人あすの黒岩を築く会） ☎64-7528

同公園では、地域住民が手入れしたアジサイが6月下旬から見ごろを迎えますので、ぜひご来場ください。  
なお、本年度の水車まつりは水車の老朽化に伴い開催しません。

◆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  
■東横小学校区 ■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 ■荻松小学校区 ■和賀西小学校区  
■東木小学校区 ■二子小学校区 他のエリアもご相談ください。

株式会社 すむべ  
〒024-0092 北上市新設町2丁目4-8  
☎0197-62-7728  
https://www.sumube.jp/

すむべ で 検索

80の専門店とAEON

## PAL

江釣子ショッピングセンター・PAL  
〒024-0072 北上市北東町15-43 TEL 0197-45-2511（代）  
PALホームページが新しくなりました!  
https://www.es-pal.com 江釣子PAL 編集

ポイント  
たまる!  
たまる!

ポイントカード  
新会員募集中!

アプリならいつでもどこでも  
PALポイントカード入会できます!

80の専門店ご利用  
100円（税別）につき1ポイント

100円 → 1ポイント

1ポイント1円で  
お会計の際にご利用できます!

1ポイント → 1円相当

次のお店ですぐ使えます!

アプリならいつでもどこでも  
PALポイントカード入会できます!

必要事項を入力するだけでOK!  
すぐにバーコード表示されます!

PALポイントカードのお申込・お問合せは1F・PAL案内所で



### 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…6月30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

### 7月の献血

14日(日) 10時～12時 江釣子SCパル  
13時30分～16時  
19日(金) 9時30分～11時 北上警察署  
15時～16時30分 北上済生会病院  
21日(日) 10時～12時 ジョイス北上柳樹店  
13時30分～16時  
28日(日) 10時～12時 DCM北上藤沢店  
13時30分～16時

### 5月のデータ

●世帯数 41,733世帯【+59】  
●人口 91,239人【+2】  
男 45,877人【+17】  
女 45,362人【-15】  
●交通事故など(暫定値)  
人身事故 12件(53件)  
死亡 0人(1人)  
負傷 15人(63人)  
物損事故 168件(979件)  
飲酒運転検挙者 1人(6人)  
●火災発生件数 3件(17件)  
●救急車出動件数  
交通事故 23件(95件)  
急病 173件(966件)  
その他 87件(462件)

※【 】内の数字は令和6年4月末との比較です。  
( )内の数字は令和6年1月からの累計です。

### 出前無料労働相談会

岩手県労働委員会事務局  
☎0120-610-797  
労働者と使用者のさまざまな問題について、県労働委員(弁護士や労働団体役員)が相談に応じます。  
■とき…①7月5日(金)17時～20時②17日(水)18時～21時  
■ところ…①生涯学習センター②岩手県労働委員会委員室(盛岡市中央通一丁目7-25朝日生命盛岡中央通ビル3階)  
■申し込み…開催の2日前までに電話で事務局へ

### 岩手県中部保健所各種相談

岩手県中部保健所保健課  
☎0198-22-2331

### 【ひきこもり家族相談会】

■とき…令和7年2月まで(8月を除く)の第3金曜日13時30分～16時  
■ところ…花巻地区合同庁舎第1・2会議室(花巻市花城町1-41)  
■対象…ひきこもり当事者の家族  
■申し込み…開催日の1週間前までに電話または直接同課へ  
【ひきこもり専門医師相談】  
■とき…11月13日(水)、令和7年1月8日(水)14時～15時30分  
■ところ…花巻地区合同庁舎2階相談室(花巻市花城町1-41)  
■対象…不登校・ひきこもり当事者やその家族、支援者  
■申し込み…開催日の1週間前までに電話または直接同課へ

### 【こころサロン北上】

一人で悩まず参加してみませんか?  
■とき…毎月第4土曜日14時～16時  
■対象…家族を自死で亡くした人  
※会場や申し込みなど、詳しくは電話で同課へご連絡ください。

### 俳句入門講座

日本現代詩歌文学館  
☎65-1728 FAX 64-3621  
✉shiiika@shiiikabun.jp  
■とき…7月21日(日)、28日(日)、8月4日(日)13時30分～16時、8月11日(日)13時～17時(全4回)  
■ところ…同館会議室  
■講師…俳誌「樹氷」主宰の白濱一羊氏  
■対象…未経験者、初心者  
■定員…20人(先着順)  
■受講料…2,000円(学生と引率教員は無料)  
■申し込み…6月26日(水)から直接または電話、ファクス、メールで同館へ

### 第21回歴史・文化講座「青空法話」

和賀地区自治協議会 ☎72-2215  
■とき…7月20日(土)10時～12時  
■ところ…国指定重要文化財「多間院伊澤家」「久那斗神社里宮」(和賀町岩沢)  
■内容…中尊寺仏教文化研究所所長の佐々木邦世師による法話



### 東日本大震災からの生活再建相談

いわて被災者支援センター(釜石市)  
☎0193-30-1034  
☎080-9634-6650  
同サブセンター(盛岡市)  
☎019-601-7640

暮らしやお金の悩みごとについて弁護士、ファイナンシャルプランナー、市町村、社会福祉協議会などの関係機関が連携して解決のお手伝いをします。  
■相談時間…9時～17時(土・日曜日、祝日を除く)

### オープンキャンパス「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20日(土)・21日(日)10時～12時  
■ところ…同校  
■内容…学校説明・見学、三つの専門コース・最新機器体験コーナー、参加記念プレゼント抽選会など  
■対象…高校生、既卒者、保護者  
■申し込み…7月19日(金)13時までに電話または同校のホームページから



### 2024きたかみ森染塾

わが流域環境ネット  
(佐井) ☎090-4636-6467  
(大桐) ☎080-5561-6877  
森林の手入れをするための基礎知識やチェーンソーなどの使用方法を学びます。  
■とき…7月7日(日)、21日(日)、8月4日(日)、9月1日(日)、8日(日)、10月4日(日)、6日(日)、20日(日)、11月2日(土)・3日(日)9時～15時(全10回)  
■ところ…憩いの森ほか  
■対象…森林づくりに興味のある高校生以上  
■定員…15人程度(選考)  
■受講料…1,000円(保険料を含む)  
■申し込み…6月30日(日)までに電話で同団体へ

市税の納付は口座振替またはコンビニ納付が便利です。

### パーキンソン病友の会医療講演

全国パーキンソン病友の会岩手県支部  
☎080-8086-2746  
✉parkinson.iwate@gmail.com  
■とき…10月19日(土)14時～17時  
■ところ…山の神温泉優香苑(花巻市下沢中野53-1)  
■内容…岩手医科大学附属病院教授の前田哲也氏による講演「パーキンソン病の診断方法とそれに基づく治療方針」  
■参加料…1,000円(テキスト代を含む)  
■申し込み…7月15日(月)までに電話またはメールで同支部へ

### 7月の各種行事など

認知症カフェふらっと  
15日(月)13時30分～14時30分/日本現代詩歌文学館/長寿介護課 ☎72-8221  
こども食堂キッチンすまいる  
①5日(金)②12日(金)③19日(金)17時～18時30分/①黒北地区交流センター②黒東地区交流センター③黒西地区交流センター/菊池 ☎090-6454-3210  
江釣子ひまわり食堂  
26日(日)17時～18時30分/江釣子地区交流センター/清水上 ☎090-7938-3482  
むらさきの子ども食堂  
27日(土)17時～18時30分/飯豊地区交流センター/伊藤 ☎090-8257-9047  
不登校ひきこもりの親の会茶話会  
20日(土)10時～12時/ワラネスクエア(本通りニ丁目3-38)/紙ふうせんの会(後藤) ☎090-4888-1210  
就活サポートセミナー基本のき「自己理解編」  
16日(水)10時～12時/ジョブカフェさくら/同所 ☎63-3533



### 夏油高原いで湯ライン「深緑夏油 2024 夏まつり」

深緑夏油夏まつり実行委員会  
(千田) ☎090-3984-0717  
✉banff@utopia.ocn.ne.jp  
きたかみ牛の試食や名物のアスパラドック、産直「ありがだんちゃ」の地元野菜の販売などを家族で楽しめる2日間です。  
■とき…7月27日(土)・28日(日)10時30分～15時  
■ところ…栃岩崎産産駐車場付近(和賀町岩崎29-38-1)

### 夏休み子ども体験教室「何が見つかるか? 鈴鴨川探検」

きたかみ地域振興財団 ☎72-2883  
✉k-zaidan@ginga-net.ne.jp  
■とき…7月28日(日)9時～13時30分(受け付けは9時～)  
■ところ…ふるさと体験館「北上」※市内小学校から会場まで送迎します。  
■内容…鈴鴨川探検(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(昼食代、保険料)  
■申し込み…7月22日(月)までに電話またはメール、直接同財団へ

7月は固定資産税の第2期、国民健康保険税の第1期、介護保険料の第1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。

安心の松村 おまちしております

# 補聴器体験

最新補聴器 試聴できます

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 (駐車場あり)

岩手銀行 北上駅前

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

## 鳩岡崎墓地公園

第1分譲完了 第2分譲受付開始

鳩岡崎墓地公園は、指定石材制度を採用しています。北上地区唯一の全備石認定石材安心の証です。

有限会社 北上石材店

展示場 岩手県北上市本石町2-1-50 現代詩歌文学館隣

フリーダイヤル 0120-188-296

北上市材店

参加者募集

北上市民大学

第4・5・6回講座

北上市民大学は、単回受講の聴講生を募集しています。  
■ところ…生涯学習センター 第1学習室  
※第4回講座は日本現代詩歌文芸館講堂で行います。  
■定員…(第4回)50人程度(第5・6回)10人程度(いずれも先着順)

■申し込み…開催の2週間前から前日まで各申し込みフォームから生涯学習センターの開催時間(土・日曜日祝日含む10時~21時)に直接または電話で生涯学習文化課へ



板垣 崇志 氏



小林 寛 氏

### 《第4回講座》

■とき…6月29日(土)10時30分~12時  
■講師…しゃかいのくすり研究所代表/社会福祉法人光林会  
るんびにい美術館アートディレクターの板垣崇志氏  
社会福祉法人光林会るんびにい美術館在籍アーティストの小林寛氏  
■講座名…障がいのある作家さんと出会う!~表現と人生の軌跡にふれる「であい授業」~  
■申込締め切り…6月28日(金)  
~講師メッセージ~

これまで県内の学校などを対象に行ってきた、知的な障がいのある講師による出張講義「であい授業」を公開講座としてお届けします。メイン講師は、るんびにい美術館のアトリエで創作活動に取り組むアーティストの小林寛さん。彼が歩んできた「ある人生」の景色を垣間見るとき、私たちの心の中に何が生まれるのかを味わっていただけたら幸いです。

### 《第5回講座》

■とき…7月5日(金)18時30分~20時  
■講師…岩手大学農学部教授の宮崎雅雄氏  
■講座名…ネコにマタタビ、その不思議な生命現象の謎に挑む  
■申込締め切り…7月4日(木)  
~講師メッセージ~

著名な研究者の一節に「科学は哲学、文学、芸術、音楽などと同様に文明社会の文化活動の一つであって、その本来の目的は自然が如何に機能しているかを知ること」とあります。受講者の皆さんは、基礎研究の醍醐味と重要性を改めて考えてみてください。

### 《第6回講座》

■とき…7月19日(金)18時30分~20時  
■講師…弘前学院大学特任教授の齊藤利男氏  
■講座名…藤原清衡一北方交易と奥羽・エゾが島王国の夢  
■申込期間…7月5日(金)~18日(木)  
~講師メッセージ~

平泉と奥州藤原氏について、視野を日本列島や東北地方に限定せず、世界史的な視点から見たならば、どのような特徴が見えてくるか、アジア史・中国史研究者の見解なども紹介します。東北の地が本来持っていた力と可能性を考える一つの機会になればと思いますので、ふるってご参加ください。



### 生涯学習センター休館日

●7月17日(※)※毎月第3水曜日は休館日です

### 博物館

子ども工作教室「くるくる回る!」  
手作しアニメを作ろう!  
アニメのよう  
に絵が動く不思議な  
ソフトロー  
プ回転のぞき  
絵を作ります。



作品例

■とき…7月27日(土)10時~11時30分  
②13時30分~15時(2部制)  
■ところ…本館多目的室  
■参加料…300円(材料代)  
■定員…各回小学生10人  
■申し込み…6月30日(日)10時  
から下記申し込みフォームへ



博物館自然観察会「カマクラゲ  
Tだぜ!!ライトトラップ大作戦」  
光に集まる虫の習性を利用して、わ  
なを仕掛けてます。ムシ博士の博物館職  
員が詳しく教えてくれます。

■とき…7月27日(土)18時30分~21時  
※雨天時は翌日(28日)に延期します。  
■ところ…みちのく民俗村園内  
■集合場所…みちのく民俗村南口駐車場  
■定員…小学生と保護者10組(先着順)  
■持ち物…虫取り網 防寒着 懐中電灯  
■申し込み…7月1日(日)10時  
から下記申し込みフォームへ



7月の休館日

本館…なし  
分館…7月1日(月)、8日(月)、16日(火)  
22日(月)、29日(月)

### 鬼の館

鬼剣舞ちょこっと体験

鬼剣舞をちょこっと体験してみませんか?岩崎鬼剣舞保存会が、やさしく教えてくれます!



体験の様子

■とき…7・9月の各月1回(10時~10時30分②10時40分~11時10分③11時20分~11時50分)  
※開催日と詳細は同館のホームページをご覧ください。  
■ところ…同館エントランスホール  
■参加料…無料(参加者は当日の入館料無料)  
■申し込み…不要(定員30人を超えた場合は参加制限する場合あり)

7月の休館日

休館日はありません。

### 利根山光人記念美術館

企画展「越前無双カミラコイチ  
展の見どころ」  
カミラさんは有名ブランドのスカ  
ーフなどのデザイナーとして活躍し  
た人です。岩手に移住後、抽象絵画を  
中心に作品を制作。和紙に墨や水彩絵  
具で着彩し、線画で  
小さな穴をあけ点描  
を施すという素朴で  
独特の雰囲気をもつ  
作品が魅力です。ま  
た、解体現場で出た  
廃材など身近にある材料を組み込んで  
制作しており、「自然の風化も作品の  
味になる」と語るカミラさん。自由  
な発想で制作されたカミラ作品の世  
界をお楽しみください。



DANCING DAI-GONGEN

■とき…8月25日(木)まで

### 関連展示

カミラさんのインスタグラムに掲載されている画像を100枚プリントして壁面に展示します。  
■とき…8月25日(木)まで  
■ところ…生涯学習センターミニギャラリー

7月の休館日

休館日はありません。

参加者募集

第63回北上・みちのく芸能まつり  
みこし披露参加団体募集

今年で63回目を迎える北上・みちのく芸能まつり。華やかなみこしと元気な掛け声で、活気あふれる子どもごしを行います。子ども会やスポーツ少年団でみこしに参加してみませんか?  
■とき…8月3日(土)17時~17時40分  
■ところ…おまつり広場(北上駅西口)  
■対象…市内の子ども会やそれに準ずる団体  
■申し込み…7月9日(火)までに下記申

申し込みフォームまたは電話で生涯学習文化課へ  
※参加費用の助成がありま  
す。  
※参加団体説明会を7月18日(木)19時から、生涯学習センター第1学習室で開催します。  
※みこしの運行補助を担う高校生ボランティアも募集中です。詳しくは市のホームページをご覧ください。



■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  
博物館和質分館(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

| 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      |

■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(1月~3月休館)  
(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

| 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       |

### 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!

| 区分   | 共通観覧券 |
|------|-------|
| 一般   | 700円  |
| 高校生  | 300円  |
| 小中学生 | 200円  |



北上医師会コラム

「不眠症、薬を飲む前にできること」

日本人の平均睡眠時間は約7時間20分と全世界で最も短く、40%の人の睡眠時間は6時間未満です。寝不足や睡眠リズムの乱れは生活習慣病や心臓病、肥満、うつ、認知症などのリスクを上げることが知られており、健康維持には十分な睡眠をとることが必要です。不眠症に陥る前にできることは何か、アドバイスをします。

十分な睡眠をとるとは、十分な睡眠の量（長さ）と質（深さ）が確保できていることをいいます。個人差はありますが、成人では6～8時間がちょうど良く、少なくとも6時間（できれば7

時間）、ぐっすり眠ることが健康維持につながります。そのためには①同じ時間に起きる（睡眠覚醒リズムの維持）②昼寝は30分以内（布団でぐっすりは禁止）③朝日を浴びる（体内時計のリセット）④夜に光る画面（パソコンやスマホ）を見ない⑤適度な運動（朝30分の散歩）⑥寝る前4時間はカフェインを摂らない、寝酒しない（覚醒物質を避ける）⑦寝床に8時間以上いない（寝過ぎも害）などが大切です。

皆さんもぜひ生活習慣を見直しましょう。  
（花北病院 院長 齊藤 悦郎）

休日当番医（9時～17時）

| 月日             | 当 番 医                                                                  |
|----------------|------------------------------------------------------------------------|
| 6月23日<br>(日)   | 坂の上野田村太志クリニック 千田クリニック<br>上野町四丁目2-15 ☎65-1111 大堤北一丁目5-8 ☎71-2455        |
| 6月30日<br>(日)   | 日高見中央クリニック きたかみ腎クリニック<br>北鬼柳22-46 ☎61-0888 柳原町四丁目15-9 ☎61-5700         |
| 7月7日<br>(日)    | きたかみ駅前内科クリニック みずかわ耳鼻咽喉科医院<br>大通り一丁目3-1 2F ☎61-3372 上江釣子15-213 ☎72-6760 |
| 7月14日<br>(日)   | 立正堂医院 根本小児科医院<br>相去町西野32-1 ☎67-2708 芳町6-5 ☎63-4687                     |
| 7月15日<br>(月・祝) | さくらの内科クリニック 北上整形外科クリニック<br>大曲町7-20 ☎61-5060 諏訪町二丁目6-41 ☎65-3441        |
| 7月21日<br>(日)   | みなみ内科クリニック いわぶち脳神経クリニック<br>鬼柳町荒高35-1 ☎62-3730 さくら通り二丁目2-25 ☎65-3661    |

※発熱がある場合は、事前に電話相談のうえ受診してください。  
※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。  
※混雑状況などによって早めに受け付けを終了する場合があります。

日曜日当番整骨院（9時～17時）

| 月日           | 施 術 所                         | 月日           | 施 術 所                         |
|--------------|-------------------------------|--------------|-------------------------------|
| 6月23日<br>(日) | 大河原整骨院<br>本通り三丁目1-26 ☎65-0104 | 7月14日<br>(日) | 土川整骨院<br>上江釣子19-61 ☎77-3239   |
| 6月30日<br>(日) | 佐藤整骨院<br>大通り一丁目6-8 ☎63-3725   | 7月21日<br>(日) | 高橋整骨院<br>下江釣子11-53-1 ☎73-5170 |
| 7月7日<br>(日)  | 大和接骨院<br>常盤台一丁目20-1 ☎63-8611  |              |                               |

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～翌8時）

休日当番薬局（9時～17時）

| 月日             | 薬 局                                                                    |
|----------------|------------------------------------------------------------------------|
| 6月23日<br>(日)   | まごころ薬局 中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店<br>上野町四丁目3-22 ☎61-6600 村崎野17-22-1 ☎68-4976    |
| 6月30日<br>(日)   | つくし薬局大堤店 大堤北一丁目6-30 ☎67-0211                                           |
| 7月7日<br>(日)    | すずらん薬局 銀河薬局村崎野店<br>北鬼柳22-36-11 ☎61-2277 村崎野17-171 ☎66-7121             |
| 7月14日<br>(日)   | まちなみ調剤薬局 柳原町四丁目15-8 ☎65-7810                                           |
| 7月15日<br>(月・祝) | つくし薬局江釣子店 さくら薬局北上村崎野店<br>上江釣子15-135-3 ☎72-6646 村崎野17-170-2 ☎81-4545    |
| 7月21日<br>(日)   | ほのぼの薬局 中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店<br>相去町相去51 ☎71-2727 村崎野17-22-1 ☎68-4976       |
| 7月22日<br>(月)   | ひまわり薬局 芳町7-20 ☎63-6877                                                 |
| 7月23日<br>(月・祝) | ファースト調剤薬局北上済生会病院前店 銀河薬局村崎野店<br>九年橋三丁目18-15 ☎65-2838 村崎野17-171 ☎66-7121 |
| 7月24日<br>(月・祝) | ファースト調剤薬局 諏訪町二丁目5-42 ☎61-3023                                          |
| 7月25日<br>(月・祝) | 日本調剤北上薬局 さくら薬局北上村崎野店<br>鬼柳町荒高33-1 ☎62-7272 村崎野17-170-2 ☎81-4545        |
| 7月26日<br>(月・祝) | きたかみ中央薬局 さくら通り二丁目2-28 ☎65-7550                                         |

休日当番歯科（9時～12時）

| 月日           | 歯 科                           |
|--------------|-------------------------------|
| 7月21日<br>(日) | わたなべ歯科<br>常盤二丁目13-37 ☎61-2911 |

※電話連絡のうえ受診をお願いします。  
※発熱などの症状がある場合には、受診をお断りすることがあります。

お子さんと一緒に子宮頸がん検診を受診できます

「受診したいけれど、子どもを連れて行くのは大変」と思っている人へ朗報です。0～6歳の子どもがいる西暦奇数年生まれの20歳以上の女性のために、乳幼児の見守り付きの予約制子宮頸がん検診を実施します。

キッズスペースで待機できるので、お子さんが声を出しても大丈夫。受診中はスタッフが見守ります。

■とき…①7月31日(水)②10月8日(火)（受け付け時間は両日 9時15分～9時30分、12時45分～13時）

■ところ…①黒沢尻北地区交流センター②飯豊地区交流センター

■申し込み…①7月1日(月)②9月2日(月)12時から左記予約フォームへ

■問い合わせ…健康づくり課☎72-8295

※通常の受け付け時間（9時30分～10時30分、13時～14時）は、今まで通り予約不要で受診できます。



7月31日  
予約フォーム



10月8日  
予約フォーム

本年度76歳の皆さんは歯科検診を無料で受診できます

対象の人に、6月初旬までに無料受診券を送付しています。要介護などで移動が難しい人は、訪問診療も可能です。

■とき…11月30日(出まで)

■ところ…県内歯科医療機関（県歯科医師会）または自宅

※受診券を紛失した人は下記市のホームページまたは電話、健康づくり課（hoKko 2階）窓口で申請してください。

■問い合わせ…健康づくり課☎72-8295



成人用肺炎球菌予防接種が  
7月から始まります

■とき…7月1日(月)から

■対象…市内在住かつ接種日時点で次の①②のどちらかを満たす人

①65歳（66歳の誕生日の前日まで）

②満60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがあり、障害者手帳1級の交付を受けている

■手続き

【①の人】誕生月の翌月に届く通知書と予診票を持参し実施医療機関で接種

【②の人】事前に健康づくり課へ障害者手帳を持参し、申請

■自己負担額…4,000円（生活保護世帯は無料）

※市外で接種する場合は、必ず接種日の10日前までに下記申請フォームまたは直接健康づくり課へ申請してください。

■問い合わせ…健康づくり課☎72-8295



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！

☎長寿介護課☎72-8221

口の衰えが全身の衰えにつながる！  
～やってみよう！オーラルフレイルチェック～

固いものが食べにくくなったり、お茶や汁ものなどでむせたりすることはありませんか？これらは「オーラルフレイル」と呼ばれ、口の機能が衰えているサインです。放っておくと、食欲低下や低栄養、飲み込む力が落ちることで誤嚥性肺炎を起こすなど、全身の衰えにつながります。

下記チェック表のうち、二つ以上に該当するとオーラルフレイルです。かかりつけ歯科医に相談してみましょう。

【オーラルフレイルチェック表】

| 質 問                               | 該当    | 非該当   |
|-----------------------------------|-------|-------|
| 自身の歯は何本ありますか？                     | 0～19本 | 20本以上 |
| ※さし歯や金属をかぶせた歯は数えますが、インプラントは数えません。 |       |       |
| 半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？          | はい    | いいえ   |
| お茶や汁ものなどでむせることはありますか？             | はい    | いいえ   |
| 口の渇きが気になりますか？                     | はい    | いいえ   |
| 普段の会話で、言葉をはっきり発音できないことがありますか？     | はい    | いいえ   |

（日本老年歯科医学会ホームページより引用）



# わくわく図書館

おすすめ新着本

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

中央図書館 ☎63-3359  
火～金曜日9時～19時  
土・日曜日、休日は18時まで  
江釣子図書館 ☎77-2215 9時～17時  
和賀図書館 ☎72-8307 9時～17時  
◆休館日 月曜日(休日の場合は翌平日)、  
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



## 日本の郷土料理帖

大瀬 由生子／著  
河出書房新社

地域ならではの食材を地域の風土に合った方法で調理した「郷土料理」。北海道から沖縄まで日本各地の郷土料理のレシピや料理の成り立ち、その地域の情報も紹介します。



## まだまだ ざんねないいきもの事典

有沢 重雄ほか／文、下間 文恵ほか／絵、今泉 忠明／監修

高橋書店

「アワビの顔はこわすぎる」「ダンゴウオの擬態はバレバレ」…。進化の結果、なぜかちょっと残念な感じになってしまった生き物たちを、楽しいイラストとともに紹介します。



## 新着本

大 人 向 け  
やっここっかな  
みさえの愛情たっぷり手抜きレシピ  
私だけの水槽  
娘が巣立つ朝

わたなべ ぼん  
野原 みさえ  
松井 玲奈  
伊吹 有喜

子ども向け  
応仁の乱  
ふろふき大根のゆうべ  
ふしぎなみけねこびん  
せんろをたどってくねくねゴースト  
小前 亮、斎賀 時人  
安房 直子、アヤ井 アキコ  
きむらゆういち、まつながもえ  
間瀬 なおかた

イチ押しイベントや農家さんの思いなどをご紹介！

## 来てけろ！産直

J A産直あぜみちでは、地元産の新鮮な野菜・果物やお菓子、お盆時期には切り花などさまざまな種類の商品を取りそろえています。6・7月は夏野菜と梅がお薦め。スーパーではなかなか見ることのない珍しい商品に出合えるかも…。  
お薦め商品(入荷予定)



黒糖おこわ  
(松田悦子さん)



マリーゴールド  
(石川玲さん)



クッキー  
(とばせ園)

## 9月15日(日)は創業24周年祭 あぜみち記念日

秋の味覚を楽しめる年に一度のイベントです。当日はお楽しみ企画もありますので、皆さんぜひお越しください！

## 図書館インフォメーション

### 子どもスペシャルデー

■とき・ところ…7月20日(土)・中央図書館

### ■内容

- ・にんぎょう劇「ぐりとぐら」/10時～11時/視聴覚室
- ・子ども映画会/13時～16時/視聴覚室
- ・中央図書館の「ポケモンをさがせ！」/9時～16時
- ・ポケモンの本よんでみよう展/9時～18時(9月1日(月)まで展示)
- ・ともしび号特別貸出/9時～16時/正面玄関前

※詳しくは、同館のホームページをご覧ください。

### 体験！一日図書館司書

■とき・ところ…8月7日(水)9時10分～15時30分・中央図書館

■対象・定員…市内の小学5・6年生・10人(先着順)

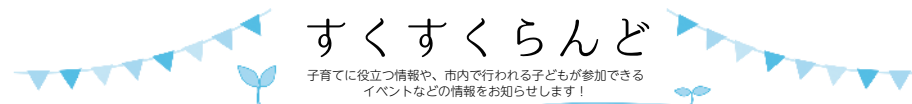
■申し込み…7月3日(水)9時から31日(水)17時までに右記申し込みフォームへ



### おはなし会

■とき…7月14日(日)、27日(土)10時30分～

■ところ…中央図書館 おはなしコーナー



## 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！

## ■サービスの種類、対象など

|                          | 対 象                    | 委託先/利用日                                                 |
|--------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------|
| 産後デイサービス<br>(1日ゆったりコース)  | 産後5カ月未満で市内在住のお母さんと赤ちゃん | まんまるだっこ<br>／火・木・金9時～16時                                 |
| 産後ショートサービス<br>(半日短時間コース) |                        | まんまるだっこ<br>／火・木・金9時～12時、13時～16時                         |
| 訪問サービス                   | 産後1年未満で市内在住のお母さんと赤ちゃん  | まんまるだっこ／火・木・金<br>にこにこ助産婦／平日9時～17時<br>(土・日曜日、祝日、緊急時は要相談) |

産後でお困りのお母さんをケアします  
子ども家庭センター(☎72-8298)  
出産や育児疲れで体調がよくない、赤ちゃんの生活リズムが分らない、授乳がうまくいかないなど困っているお母さんはいませんか？市が委託した助産師と保健師が、お母さんの困りごとの相談に乗ったりケアいたします。

**子育て掲示板**  
詳細はお問い合わせください

**親子で音楽教室**  
ビッコロ保育園(☎62-5157)  
■とき…7月17日(水)10時30分～11時  
■対象…おおむね1～2歳の未就園児とその保護者  
■定員…2組(先着順)  
■申し込み…前日までに電話で同園へ

■内容：母乳ケア、赤ちゃんの体重測定、もくろ、骨盤ケア、育児相談など  
■委託先：産前産後ケアハウスまんまるだっこ(村崎野15-34-46)  
☎090-6680-1135(NPO法人まんまるママいって、にこにこ助産婦(☎070-85565-5839))  
■申し込み…各委託先へ  
※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

## さくらホールの大人気公演！ 立川志の輔独演会2024

東日本大震災復興応援から続く、志の輔師匠の独演会。“笑いで応援”という強い意志のもと、引き続き開催していただいているご縁に感謝です。今年は夏に開催決定。初めての落語は志の輔師匠が一番分かりやすいと言われていました。本公演では落語2席を披露予定。1席目は現代の日常話をもとにしているものが多い創作落語(新作)、2席目は昔から脈々と受け継がれている古典です。乞うご期待ください！

■とき…8月31日(土)13時～(開場は12時15分)

■ところ…大ホール

■入場料…4,000円(1・2階席限定、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、川徳

**さくらホールfeat. ツガワ**  
さくら通り二丁目1-1 ☎61-3300 ☎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。



■問い合わせ…同ホール☎61-3500  
※詳しくは同ホールのホームページをご覧ください。



同ホール  
チケット予約



立川志の輔



## ◆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。







### 5/26 恒久平和を願い演舞

#### 第42回岩崎城絵幟まつり

第42回岩崎城絵幟まつり（同実行委員会主催）は、岩崎城址本丸跡で開催されました。同まつりはかつてこの地を治めた和賀氏をしのぶとともに恒久平和を願うため開催。会場には約200人が訪れました。

岩崎鬼剣舞の舞の奉納を皮切りに、岩崎鬼剣舞スポーツ少年団や外島神楽などが祝舞を披露しました。

同少年団の小原莉里杏さん（いわさき小6年）は「振り付けを間違えず踊れた」と笑みを浮かべました。



### 6/8 ご利益あるかな？神社で利き酒

#### KITAKAMI酒フェス

第2回KITAKAMI酒フェス（EN-D0企画主催）は、諏訪神社で開催されました。県内五つの蔵元の純米酒が飲み比べできるほか、地ワイン、地ビールなどさまざまな飲食が出店し、多くの人でにぎわいました。

市内の三浦ぶどう園はワインとブドウジュースを提供。家族で訪れた久保加奈子さん（47歳・里分）は赤ワインを、娘の咲華さん（14歳）はジュースを注文し「酸味が強めだけれどおいしい」と味わっていました。

### 5/26 深緑の山を堪能

#### 田中陽希とトレッキングin国見山

田中陽希とトレッキングin国見山（NP0法人フォルダ主催）は、the campusと国見山で開催され、県内外から約160人が参加しました。

参加者は約10kmのコースをアドベンチャーレーサーの田中陽希さんと登り、深緑の木々に包まれる登山道や眼下に広がる壮大な景色を堪能しました。

中野幸子さん（64歳・青森県五所川原市）は「思った以上に楽しかった。また来たい」と笑顔で話しました。



### 6/2 互いを理解し合い、みんなでまちづくり

#### きっかけづくりプロジェクト

多文化共生のための「きっかけ」づくりプロジェクトShared futureは、生涯学習センターで開催されました。ALTや市内企業に勤める外国人と日本人計30人が参加。自己紹介ゲームやごみの分別体験で交流を深めました。

千田彩稀さん（専大北上高3年）は「みんなで交流できるいい機会」、カナダ出身のマクレス・マーティンさんは「ごみの分別は勉強になった」と話しました。



## まちの話題

市内の話題を紹介

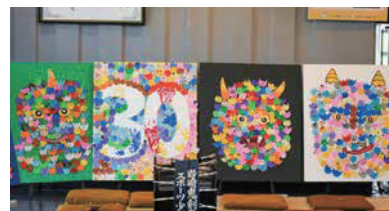
### 6/1

鬼の文化を発信する拠点として節目の年を祝う

#### 鬼の館開館30周年記念式典

平成6年に全国的にも珍しい鬼をめぐる事柄や資料の収集、調査して学び合う場として開館した鬼の館が今年で30周年を迎え、同館で記念式典が執り行われました。関係者と一般参加者約150人が出席し、和賀東中学校校特設剣舞部の礼舞で華やかに開会。芸能公演では岩崎鬼剣舞と滑田鬼剣舞が一人加護や三人加護をそれぞれ披露し、式典に華を添えました。

八重樫市長は「市民憲章第一節に『あの高嶺 鬼す



む誇り』とあるように、鬼剣舞をはじめ、鬼を地域文化の象徴として大切にしてきた。今後とも鬼の文化などを発信し、鬼研究のための貴重な研究施設としてさらなる飛躍を目指していく」とあいさつしました。



### 5/25 優れた詩歌作品集を顕彰

#### 第39回詩歌文学館賞贈賞式

前年に刊行された中から最も優れた作品集の功績をたたえる詩歌文学館賞贈賞式は、日本現代詩歌文学館で開催されました。

詩部門は松岡政則さんの「ちべたくちべた」、短歌部門は三井ゆきさんの「水平線」、俳句部門は正木ゆう子さんの「玉響」が受賞。三井さんは「北上川を眺めながら感謝の気持ちやいろいろな思いをゆっくりと噛みしめたい」とあいさつしました。

### 5/1- JR北上線全線開通100周年記念

#### 西和賀町立川村美術館所蔵展in江釣子

江釣子地区自治振興協議会は、西和賀町出身の故・川村画伯の作品を江釣子地区交流センターで展示しています。JR北上線が今年で全線開通100周年を迎えることから、作品を通して沿線をつなぎ盛り上げようと企画されました。

展示されているのは、同美術館所蔵の油彩画を中心とした作品11点で、独特な色使いの絵画が楽しめます。同展は6月30日まで開催されます。



## 6月のアーティスト



## みんな

月折 宇希 ちゃん  
暁の星幼稚園 6歳



幼稚園の遠足で秋田ふるさと村に家族と一緒に  
行ったよ。ブランコと登り棒が楽しかった  
し、お弁当のエビフライがおいしかったな。

## の広場

## この人に聞く No.217 Spotlight

がん患者やその家族の思いをシェアする場を創出  
高橋 寛美 さん



今月8日にみちのく民俗村で行われたリレー・フォー・ライフ・ジャパン2024きたかみ。実行委員長を務める高橋寛美さん（村崎野・48歳）は、がんが治る病気になるってほしいと願い、活動を続けます。リレー・フォー・ライフは、がん患者やその家族を支援し、地域社会全体でがん向き合い、征圧を目指すチャリティイベントで、現在世界34カ国、国内では約50地区で展開されています。自身もがん患者である高橋さん。当時は、がんであることと周りになかなか言えず、泣きながら友人の看護師に相談し、支えられた日もありました。そんな時に誘われたのが

釜石市で行われた同イベント。当事者やその家族など同じ思いを持つ人たちと出会い、互いに気持ちを言い合うことで、楽になりました。「言わないがための辛さもある」と振り返ります。地元でも開催してみたいと有志を集め、「がんになっても住みよい街を目指して」をスローガンに、高橋さんは平成28年に実行委員会を立ち上げ、翌年に初開催。今年で7年目を迎えます。「がん患者は多くの悩みを抱えており、言い出せないでいる。家族もそんな本人を強い気持ちで支えているが、折れそうになることがある。そんな人たちが気軽に話をできる場所になってほしい」と寄り添い、「当事者以外にも気軽に参加してほしい」と願います。「がん」と診断されてから明日は必ず来ないと思っている。今この瞬間を大事に生きたい」と笑顔で語る高橋さん。その笑顔は、悩めるがん患者やその家族を明るく照らします。7月7日までオンラインで参加できるセルフウォークラリーを実施しています。活動の詳細は下のQRコードをご覧ください。



No.279

## みんなの詩歌



ワンフッシュ！目に飛び込んだ勇者たち画面の外へ出てきておくれ  
屋下がり独りの時をいつまでもぬくもり満ちて鍵盤たたく  
シャッターが澄んだ蒼空鳴り響く朝を知らせる始まりの音  
黒沢 尻北 高校二年 太田 奈子

※掲載作品は日本現代詩歌文学館内に展示しています。



遠藤 萌笑 ちゃん 緒人 くん  
令和元年9月17日生まれ 令和5年5月1日生まれ  
(和賀町藤根)

パパとママの宝物。いつも笑顔と幸せをありがとう♡これからもきょうだい仲良しでいてね♡



佐藤 結衣 ちゃん  
平成29年1月30日生まれ  
芽衣 ちゃん 杏衣 ちゃん  
令和元年6月2日生まれ 令和5年7月22日生まれ  
(相去町)

3姉妹、これからますますにぎやかになるね♡仲良く明るく元気な成長を願っているよ♡

## おらほの愛ぞる



掲載申込みはこちら

## 今年楽しみなことは？

南中学校のみんなと一緒に勉強や校外学習が楽しみです。  
花壇にヒマワリを植えて学校のみんなを笑顔にしたいです。今年は、昨年の記録を超えて3メートルの成長を目指します。

(学級委員長 3年 菅野文汰)

## 主任 千葉先生からのメッセージ

「あい南」の愛称と呼ばれ、南中の仲間と共に過ごす毎日。先日の体育祭では、あい南生徒のリレーを全校が応援してくれました。何事にも全力で取り組み、笑顔あふれる学校生活です。

## 6月のクラス 花巻清風支援学校 北上みなみ分教室 中学部





2024(R6). 6.21 

広報

# きたかみ

- 2 特集 みんなで支える地域の医療
- 6 Citytopics
- 9 市の動き①
- 11 市の動き②、お元気ですか 市長です。
- 13 きたかみごみ情報
- 14 情報ホットライン
- 18 マナビページ
- 19 Museum通信
- 20 健幸だより
- 22 すくすくらんど、さくらホールPress
- 23 わくわく図書館、来てけろ！産直
- 24 まちの話題
- 26 みんなの広場
- 28 きたかみタイムスリップ写真館

## 編集後記

牛形山に初めて登ったのは平成23年。山開きを表紙にしたくてカメラを担いで挑みました。あれから13年。山の取材なら私という自負を持ち久々の牛形山を楽しみにしていたものの、調整がつかず、新しい山ガールにその座を譲ったのでした(幸)

山開きの取材で、牛形山の登山に参加しました。過去に一度だけ登山をしたことがありますが、その時は途中で断念。頂上まで行けるか不安でしたが、意外と体力は余裕でなんとか頂上へ。美しい景色を見ることができ、リフレッシュできました(姫)

次の広報発行日は  
7月19日(金)です

発行 北上市(〒024-8501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

# k

きたかみ

タイムスリップ

写真館

- 北上のまち並みの移り変わり -



きたかみしんきん  
ボールパーク

(北上市民江釣子野球場)



1990 年



2023 年

旧江釣子村誕生100周年を記念して造られた江釣子村営野球場は、令和5(2023)年にリニューアルオープン。ブルペンなどが新設され、観客席は増設されました。今年4月からは「きたかみしんきんボールパーク」の愛称で活用されています。



Western Digital, SanDisk, SanDisk Professional, SanDisk Extreme PRO, Cxpress, WD, WD Blue, WD Red, WD Purple, WD\_BLACKは、米国及びその他の国に於けるWestern Digital Corporationまたはその関連会社の商標です。SDXCのマークはSD-Association, LLCの商標です。SD-AssociationはSD-Associationのロゴの名称と商標に於けるものであり、本商標を通じて複製または転載されている可能性があります。©2023-2024 Western Digital Corporation or its affiliates. All rights reserved.



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